



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
مركز البحوث النفسية

مجلة

العلوم النفسية

مجلة علمية محكمة معتمدة تصدر عن مركز البحوث النفسية

المجلد 34 العدد 4 الجزء 1

ISSN : 1816 - 1970

رقم الأيداع : ٦١٤ / ١٩٩٤

الرمز الدولي : ١٩٧٠ - ١٨١٦

كانون الاول / 2023





مجلة العلوم النفسية

مجلة علمية محكمة

رئيس التحرير / أ.د. لطيف غازي مكي

مدير التحرير / أ.م.د. زكريا عبد أحمد عميري

أعضاء هيئة التحرير

الاسم	مكان العمل	البلد
- أ.د. علي عودة محمد الحلفي	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / مركز البحوث النفسية	العراق
- أ.د. ياسر خلف الشجيري	جامعة الأنبار / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية / طرائق التدريس	العراق
- أ.د. صفاء طارق حبيب	جامعة بغداد / كلية التربية ابن رشد	العراق
- أ.د. أسامة حامد الدليمي	جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية	العراق
- أ.د. ناسو صالح سعيد	مكتب وزير – المكتب الاستشاري	العراق
- أ.د. عدنان ماردي جبر	جامعة واسط / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية	العراق
- أ.د. هيثم أحمد الزبيدي	جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية	العراق
- أ.د. يوسف حمه صالح	جامعة صلاح الدين / كلية الآداب – قسم علم النفس	العراق
- أ.د. سعدي جاسم عطية	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية / علم النفس التربوي	العراق
- أ.د. علي صكر جابر	جامعة القادسية / كلية التربية الأساسية / علم النفس التربوي	العراق
- أ.د. دونالد أوين كامرون	رئيس الجمعية الأمريكية للطب النفسي - الشخصية والصحة النفسية / واشنطن	الولايات المتحدة
- أ.د. عماد حسين عبيد المرشدي	جامعة بابل / كلية التربية الأساسية / علم نفس النمو	العراق
- أ.د. عبد الرزاق محسن سعود	الجامعة العراقية / كلية التربية – الطارمية / علم النفس التربوي	العراق

الاسم	مكان العمل	البلد
- أ.د. مصطفى قسيم هيلات	كلية الأميرة عالية الجامعة / علم النفس التربوي	الأردن
- أ.د. مهند عبد الستار النعيمي	جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية / قياس وتقويم	العراق
- أ.د. بشرى عبد الحسين محميد	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية / علم النفس الاجتماعي	العراق
- أ.د. عبد المهدي صوالحة	جامعة أربد / الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي	الأردن
- أ.م.د. عدنان طلفاح محمد	جامعة سامراء / كلية التربية / علم النفس التربوي	العراق
- أ.م.د. صباح عايش بنت محمد	جامعة الشلف / كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية / علم النفس التربوي	الجزائر
- أ.م.د. مقبل بن عايد خليف الغزي	جامعة القصيم الحدود الشمالية / كلية التربية / قسم التربية والاحتياجات الخاصة	السعودية
- أ.م.د. راوية الشربيني	جامعة القاهرة / كلية رياض الأطفال / علم نفس النمو	مصر
- أ.م.د. عبد الناصر أحمد محمد العزام	جامعة البلقاء التطبيقية / قسم العلوم النفسية / علم النفس التربوي	الأردن
- أ.م.د. ميسون كريم ضاري	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق
- أ.م.د. هناء مزعل حسين الذهبي	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق
- أ.م.د. إنعام مجيد عبيد الركابي	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق
- أ.م.د. سيف محمد رديف	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق
- أ.م.د. علا حسين علوان	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق

مجلة العلوم النفسية
مجلة علمية محكمة معتمدة متخصصة تصدر عن

مركز البحوث النفسية

جمهورية العراق

قسمة اشتراك

أرجو قبول اشتراكي في مجلة العلوم النفسية :

..... لمدة () سنة ابتداءً من

..... الأسم :

..... العنوان :

..... قيمة الاشتراك :

طريقة الدفع :- نقداً () شيك () حوالة بريدية ()

رقم: تاريخ / /

التوقيع : : التاريخ

الأفراد : (125000) الف دينار عراقي داخل العراق (100) \$ او ما يعادلها خارج العراق للمؤسسات أو المؤتمرات : (90.000) الف دينار عراقي داخل العراق (70) \$ او ما يعادلها خارج العراق	قيمة الاشتراك لعدد واحد
---	----------------------------

شروط النشر في المجلة

أولا : تنشر المجلة الأبحاث والدراسات الأكاديمية القيمة والأصيلة باللغتين العربية والإنكليزية في حقل مجالات اهتمام المجلة نفسيا وتربويا ، والتي لم تقبل أو تنشر سابقا ، ويتحمل الباحث المسؤولية القانونية في كل القضايا المتعلقة بالأمانة العلمية إذا كان بحثه منشور أو قدم للنشر .

ثانيا: يخضع كل بحث مقدم للنشر في المجلة الى الاستئلال الإلكتروني على أن لاتزيد درجة الاستئلال عن (20) .

ثالثا : يقدم الباحث المقبول بحثه للنشر في المجلة تعهد خطي بعدم نشر بحثه في مجلة أخرى أو حصوله على قبول نشر مسبقا .

رابعا: يقدم البحث مطبوعا على نظام (Word 2007) مصحوبا بالعنوان للبحث مع أسم الباحث الثلاثي واللقب العلمي والأختصاص وأسم الجامعة والكلية والقسم والبريد الإلكتروني في بداية الصفحة الأولى للبحث باللغتين مع خلاصة للبحث باللغة العربية والإنكليزية مثبت فيها عنوان البحث واسم الباحث ومكان عمله على أن لاتزيد عن (250) كلمة فقط .

خامسا: يجب أن لاتتجاوز عدد صفحات البحث المقدم للنشر في المجلة أكثر من (25) صفحة فقط بما فيها الجداول والأشكال والملاحق ، وبخلافه يتحمل الباحث مبلغا أضافيا مقداره (2) الفين دينار عن كل صفحة أضافية ، ولايتجاوز البحث بعد الزيادة عن (35) صفحة بكل الأحوال .

سادسا: موافقة أثنين من المحكمين المختصين الذين يقومون بالبحث علميا قبل نشره ، بالإضافة الى تقويم البحث من ناحية اللغة العربية والإنكليزية .

سابعاً: يراعى في كتابة البحث الآتي :

1- الأصول العلمية في كتابة البحث من حيث الدقة في التوثيق والأمانة العلمية في العرض.

2- يقدم البحث بنسختين مطبوعة على ورق أبيض (A4) مطبوعة على الحاسوب وعلى جهة واحدة من الورقة مع قرص (CD)، بالمواصفات الآتية :

- الحاشية العليا 4.50 سم .
- الحاشية السفلى 4.50 سم .
- الحاشية اليمنى 3.75 سم .
- الحاشية اليسرى 3.75 سم .
- يكون الخط المستخدم نوع (Meersoft Word)، حجم الخط (14) بالنسبة للمتن و(12) بالنسبة للجداول .
- تحتوي كل صفحة على (22) سطر فقط وفقاً لبرنامج التنضيد .
- يكون التباعد بين الأسطر للصفحة الواحدة (1.15).
- تكون الأشكال والجداول واضحة ، وتستخدم فيها الأرقام العربية والنظام العالمي للوحدات .
- يكون البحث خالي من الأخطاء اللغوية والنحوية ولا تتحمل المجلة مسؤولية ذلك .
- لا تستعمل الهوامش في أسفل الصفحات وإنما يشار رقمياً الى المصادر حسب موضوعها في نهاية البحث من خلال ذكر أسم الباحث والسنة وعنوان البحث من جهة النشر والطبعة وتكتب بأسلوب (APA) ...مثال
- الهاشمي ،عدنان علي (2009). تحمل المسؤولية الاجتماعية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى التدريسيين في الجامعة ،رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة.....، كلية ، قسم
- يلتزم الباحث بدفع مبلغ قدره (125) الف دينار من داخل العراق ، و (100) دولار أمريكي من خارج العراق .

- يلتزم الباحث بالتعليمات المؤشرة من الخبراء ،ويعيد الباحث النسخة الأصلية للمجلة مع نسخة جديدة ورقية أخرى مصححة .
 - لاتعاد البحوث الى أصحابها قبلت أم لم تقبل للنشر .
 - لايزود الباحث بكتاب قبول النشر ، الأبعد التزامه بالتعليمات أعلاه وتسليم النسخ الورقية كافة .
 - المجلة غير مسؤولة عن نشر الأبحاث بعد مرور (90) يوم من دون مراجعة الباحث للمجلة والتزامه بالتعليمات كافة .
- ثامنا : تحتفظ المجلة بحقها في أن تحذف أو تعيد صياغة بعض الكلمات أو الجمل بما يتلائم مع أسلوبها في النشر .
- تاسعا: تنتقل حقوق نشر البحث الى المجلة حال أشعار الباحث بقبول بحثه للنشر .

مجالات اهتمام المجلة



1. البحوث والدراسات في مجالات العلوم التربوية والنفسية بفروعها المختلفة والطب النفسي، و الباراسايكولوجي .
2. المؤتمرات والندوات العلمية الوطنية والعربية والعالمية التي تعقد حول التخصصات في الفقرة المذكورة اعلاه
3. نشاطات وفعاليات المركز والمؤسسات الاخرى التي تهتم بالمجالات - الواردة في الفقرة (1) .

((في هذا العدد))

ت	الموضوع	الباحث	الصفحة
1	الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة	أ. م. د إنعام مجيد عبيد الركابي وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	28 - 1
2	الإرهاق لدى الصحفيين العراقيين	م.م. هبه حسين قاسم وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / مركز البحوث النفسية	56 - 29
3	التسامح لدى طلبة المرحلة المتوسطة النازحين	أ.د. عبد الرزاق محسن سعود م.م. أثير عبدالجبار محمد الجامعة العراقية/ كلية التربية/ وزارة التعليم العالي والبحث العلمي	108 - 57
4	الدافعية الوالدية لدى عينة من الاساتذة من المتعنيين الجدد في الوزارات العراقية	م. م. احمد عباس حسن الذهبي وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	134 - 109
5	الاحتراق النفسي للكثافة الطلابية لدى المعلمين في المدارس الابتدائية (الحكومية-الاهلية) دراسة مقارنة	أ.م.د. ميسون كريم ضاري وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	158 - 135
6	واقع ثقافة العمل التطوعي في المؤسسات التربوية / دراسة استطلاعية في المديرية العامة لتربية بغداد الكرخ الأولى	أ.م. سلام عبد الجليل الرمضان م. د. وسناء مالو علي النعيمي وزارة التربية - تربية الكرخ الأولى	186 - 159
7	الأداء المهني وعلاقته بالالتزام القيمي لدى رؤساء الأقسام في جامعتي السليمانية ودهوك	أ.د. محمد محيي الدين صادق د. هير وحمه رشيد بايان جامعة صلاح الدين- كلية التربية / أربيل، اقليم كوردستان، العراق	238 - 187

ت	الموضوع	الباحث	الصفحة
8	اثر التعلم بالاكشاف لمادة القرآن الكريم والتربية الاسلامية في التحصيل والتفكير الابتكاري لدى طالبات الصف الرابع الاعدادي	م.م جمال رجب م.م عذراء رشيد الجامعة العراقية/ كلية التربية	270 - 239
9	التقييم الجوهري للذات وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة	م.د علي محسن سلمان جامعة تكريت/ كلية التربية للبنات	306 - 271
10	إدارة المعرفة لدى عمداء الكليات الاهلية لمحافظة بغداد من وجهة نظر رؤساء الأقسام	موفق كاظم مهدي وزارة التعليم العالي والبحث العلمي	342 - 307
11	تقنية القناع وآلية التضليل الإعلامي في وسائل التواصل الاجتماعي	أيوب رمضان فتاح أ.د. محمد صبري صالح جامعة دهوك/ كلية العلوم الإنسانية/ قسم الدراما	366 - 343
12	ازمة ريع العمر وعلاقتها بسلوك التعظيم لدى الموظفين	أ. د سناء عيسى محمد الداغستاني د. مروة روضان هاشم الفيلي جامعة بغداد/ كلية الاداب/ قسم علم النفس	420 - 367
13	أثر استخدام استراتيجية الرؤوس المرقمة في تنمية الدافع المعرفي لدى تلاميذ الصف السادس الأساس في مادة العلوم للجميع	م.م. خليل أبو بكر محمود جامعة صلاح الدين أربيل/ كلية:التربية الأساسية/ قسم العلوم:العامة	460 - 421
14	الأثر السلبي لوسائل الاتصال والإعلام في العملية التربوية	أ.م. عبد الله حسين حسن جامعة بغداد / مركز التعليم المستمر	502 - 461

ت	الموضوع	الباحث	الصفحة
15	الحاجات التدريبية المستقبلية لمدرسي ومدرسات الطلبة المتميزين من وجهة نظرهم على وفق بعض المتغيرات	أ.د. سعدي جاسم عطيه الجامعة المستنصرية - كلية التربية الاساسية	580 - 503
16	أثر طرق معالجة القيم المتطرفة على تقديرات دالة المعلومات لاختبار الاستدلال المنطقي وفقاً لنظرية المنحنى المميز للفقرة	أ.م.د. لقاء شامل خلف مديرة/ تربية الرصافة الاولى/ وزارة التربية	614 - 581
17	فاعلية برنامج ارشادي بأسلوب العلاج النفسي الإيجابي في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة	م.م. حسنين علي حسين الشرع أ.م. د سناء حسين خلف كلية التربية للعلوم الانسانية - الجامعة ديالى	664 - 615
18	الرعاية الاجتماعية لمرضى الفشل الكلوي/ دراسة اجتماعية ميدانية في مدينة بغداد	نور الهدى فالح عبود أ.م.د.ميسم ياسين عبيد جامعة بغداد/ كلية التربية/ قسم الاجتماع	696 - 665
19	اثر تزييف الاستجابة المتعمد للمقاييس النفسية في الخصائص القياسية وفقاً لنظرية القياس التقليدية	م.د. بلال طارق حسين علوان جامعة الانبار/ كلية التربية للعلوم الانسانية/ العلوم التربوية والنفسية/ قياس وتقويم	728 - 697
20	اثر برنامج ارشادي بأسلوب الاستبصار في تنمية الحكمة العاطفية لدى طالبات المرحلة الاعدادية	أ.م.د. أميرة مزهر حميد المديرية العامة لتربية ديالى/ معهد الفنون الجميلة للبنات	764 - 729

فاعلية برنامج ارشادي بأسلوب العلاج النفسي الإيجابي في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة

م. م. حسنين علي حسين الشرع أ. م. د سناء حسين خلف

كلية التربية للعلوم الانسانية - الجامعة ديالى

المستخلص:

أستهدف البحث التعرف على: تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، وفاعلية برنامج ارشادي بأسلوب العلاج النفسي الإيجابي في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، لا توجد فاعلية للبرنامج الارشادي بأسلوب العلاج النفسي الإيجابي في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، يساوي أو أكبر من نسبة الكسب "ماك جوجيان" والبالغة (0.60)، تم اختيار التصميم التجريبي للمجموعتين (التجريبية والضابطة)، تبنى الباحثان مقياس تنظيم الذات الأكاديمي المعد من قبل المنظران ديسي وريان (Ryan & Deci, 2017)، على وفق نظرية التنظيم المتكامل OIT، تم استخراج صلاحية الترجمة للمقياس، اختار الباحثان عينة (400) طالب لاستخراج الخصائص السايكومترية للمقياس، وتم التحقق من صدق المقياس، عن طريق التحليل العاملي التوكيدي، وكذلك الثبات من خلال طريقتين إعادة الاختبار والفاكرونباخ، طبق المقياس على عينة مكونة من (150) طالباً واختيرت عينة (24) طالباً ممن كانت درجاتهم اقل من الربع الأول على مقياس تنظيم الذات الأكاديمي، تم تقسيم العينة الى مجموعتين لكل مجموعة (12) طالباً بطريقة عشوائية بسيطة، واستخراج التكافؤ بين المجموعتين، تكون البرنامج الارشادي من عشر جلسات، وباستعمال الوسائل الاحصائية المناسبة من خلال برنامج (SPSS)، وأظهرت النتائج ان افراد عينة البحث ليس لديهم تنظيم ذات أكاديمي، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي، وتوجد فاعلية للبرنامج الارشادي أكبر من نسبة الكسب "ماك جوجيان" والبالغة (0.666)، وفي ضوء النتائج وضع الباحثان مجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: العلاج النفسي الإيجابي، تنظيم الذات الأكاديمي

The effectiveness of a counseling program using Positive Psychotherapy in developing Academic self-Regulation among middle School students

A. M. Dr. Sana Hussein Khalaf

M. Hassanein Ali Hussein Al-Sharaa

College of Education for Human Sciences - University of Diyala

Abstract:

The research aimed to identify: academic self-regulation among middle school students, and the effectiveness of a counseling program using positive psychotherapy in developing academic self-regulation among middle school students. Or greater than the "McGogian" gain ratio of (0.60), the experimental design was chosen for the two groups (experimental and control), the researchers adopted the academic self-regulation scale prepared by the theorists Deci and Ryan (Ryan & Deci, 2017), according to the theory of integrated organization OIT The validity of the translation of the scale was extracted. The two researchers chose a sample (400), a student, to extract the psychometric characteristics of the scale. The validity of the scale was verified by means of confirmatory factor analysis, as well as the reliability through the two methods of re-testing and Vachronbach. The scale was applied to a sample of (150). A student, and a sample (24) students were selected whose scores were less than the first quarter on the academic self-regulation scale. The sample was divided into two groups for each group (12), students in a simple random way, and equivalence was extracted between the two groups. The counseling program consisted of ten sessions. And by using the appropriate statistical means through the (SPSS) program, the results showed that the research sample individuals do not have an academic self-organization, and there are statistically significant differences in favor of the post-test of the experimental group, and there are statistically significant differences between the experimental group and the control group in the post-test, and there is effectiveness The extension program is greater than the "McGogian" earning ratio of (0.666), and in light of the results, the researchers put forward a set of recommendations and proposals.

Keywords: positive psychotherapy, academic self-regulation

مشكلة البحث: problem of the Research

يشعر عدد من الطلبة انهم معزولون عن حياة المدرسة وانهم مهمشون عن عملية التعلم، ورغم ان هؤلاء الطلبة موجودين في وسط اقرانهم لكنهم يتجنبون شعور العزلة وعدم الانتماء، وانه غير قادر على المشاركة في الأنشطة المدرسية (مارشال، 2012: 170).

اذ ينص ديسي وريان على أن البشر لديهم ثلاث احتياجات نفسية أساسية، وهي الترابط والكفاءة والاستقلالية، والتي تعزز تحقيقها الأداء الأمثل والرفاهية، اذ يشير الاستقلالية إلى بدء تجربة أو تنظيم السلوكيات من إحساس الفرد بالذات، يستمد هذا التصور من بناء المفاهيمي والتصور الداخلي (Deci & Ryan, 1985: 432).

كما يشير ديسي وريان ان عدم دعم الاستقلالية من قبل الإباء للطلاب بنسبة للعمل المدرسي، وعدم استعمال التقنيات الداعمة للاستقلالية، يقلل من كفاءة الافراد في تنظيم المهام المدرسية، اما الطلاب الذين كانوا يتلقون دعماً أكثر من الإباء للاستقلالية والمشاركة الذين أظهروا قدرًا أكبر من الاستيعاب والنتائج المتوقعة المرتبطة به (Deci & Ryan, 2017: 204).

وأشار بنترش (Pintrich & Zusho, 2007) إلى أن الطلبة الأقل فعالية والأقل استخداماً لاستراتيجيات تنظيم الذات الأكاديمي يظهرون مستويات منخفضة من التوافق الأكاديمي، ويشعرون بدرجة كبيرة من القلق (Pintrich & Zusho, 2007: 407-385).

كما يؤكد بيرى (Pierre, 2011)، ان النقص في الدافعية للتعلم الأكاديمي يظهر عبر توقع الفشل الحتمي تقريباً والتعلم المتدرج للإهمال، اذ تتضمن هذه السمة عدد من المكونات: ارجاع الفشل الى أسباب عدم قدرة الطالب ان يمارس أي نوع من التحكم، او نقص في الإجابات المختبرة بشكل شخصي، او قبول المرء بما يحدث حوله دون تدخل؛ النموذج التجريبي التقليدي (بيرى، 2011: 127).

وان عدم القدرة على السيطرة على المثير السلبي او المؤلم، وكذلك وجد ان للنمذجة -أي ملاحظة الآخرين- يجعل الطلبة غير قادرين على تنظيم أنفسهم في جميع المجالات الإنتاجية وفي العمل والمدرسة والحياة، وكذلك بروز المواقف الهروبية والتجنّبية والعديد من المشكلات الصحية (حجازي، 2020: 59_60).

اذ عقد الباحثان مجموعة من اللقاءات مع الطلبة والمعلمين واولياء الأمور، وحدد الباحثان من خلال هذه اللقاءات، ان افتقاد الاسرة والمعلم لأساليب التحفيز الأكاديمي، واكتساب الطلبة لبعض السلوكيات العجز، وانشغالهم باللعب الالكترونية، وعدم تقديم التعزيز من قبل أولياء الأمور والمعلمين، وكذلك النظرة الخاطئة لمفهوم العطلة الصيفية- أي هي ترك الأبناء من دون تعلم- واشعارهم ان المدرسة هو مكان للضغط والقلق والالتزام بالواجبات، من دون ان تكن المدرسة هي مكان للتفوق والشعور بالانفعالات الإيجابية من فخر والحماس والدافعية للنجاز، اذ يجعل الطالب ليس لديه دافعية اتجاه الواجبات والأنشطة المدرسية سواء كانت صفية او غير صفية، وبالتالي لا يستطيع ان ينظم ذاته الاكاديمية، لذا يحاول البحث الحالي ان ينمي تنظيم الذات الاكاديمي من خلال البرنامج الارشادي، اذ تتلخص مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن السؤال التالي:

هل توجد فاعلية للبرنامج الارشادي بأسلوب (العلاج النفسي الإيجابي) في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة؟

أهمية البحث: The Importance of the Research

يقدم الإرشاد دوراً حيويًا في تقديم الخدمات التعليمية والشخصية والاجتماعية والعقلية والاسرية بين طلاب المدارس إذ تدرك وزارة التربية ومديرو المدارس الاعتماد الشديد على خدمات التوجيه والإرشاد و يتم تقديم هذه الخدمات بواسطة المرشد كخدمات معلومات، وخدمات التوظيف، وخدمات التقييم، وخدمات التوجيه المهني، وخدمات الإرشاد، وخدمات الإحالة، والتقييم، والمتابعة، الخدمات الاستشارية والبحثية ، إذ أدى غيابه الى عدم

الاستفادة من هذه الخدمات في النظام المدرسي الحالي إلى ارتفاع غير مسبوق في المشاكل السلوكية، والعنف بين الطلاب، والخيار الوظيفي الخاطئ **Nwachukwu (78: 2007).**

وان العملية التربوية وفعاليات الارشاد ركنان متكاملان في خدمة الفرد والمجتمع داخل المدرسة وخارجها، فالتعليم الجيد يتحقق عن طريق الارشاد الصحيح والتوجيه السليم، كما ان التعليم الناجح يؤدي الى خلق مواقف ناجحة وعملية التعليم بصورة عامة تأخذ كثيراً من الارشاد والتوجيه التربوي (وزارة التربية، 2008: 7).

وعمد الباحثان الى استعمال اسلوب العلاج النفسي الايجابي كأسلوب ارشادي في تنظيم الذات الاكاديمية، اذ يشير سلجمان (Seligman et al. 2006) ، الى أهمية العلاج النفسي الإيجابي انه يعمل على زيادة الانفعالات الإيجابية، والارتباطات الإيجابية، والمعنى الإيجابي أكثر من أنه يستهدف مباشرة الأعراض المرضية (أبو حلاوة وحديبي، 2022: 411).

ويشترك علم النفس الإيجابي والارشاد النفسي في الكثير من الافتراضات والأهداف فكلاهما يركز على الجوانب الإيجابية للتنمية البشرية والأداء، واستهداف العافية كهدف للتدخل بدلاً من التركيز فقط على علاج الضائقة فهذا التداخل يمكن أن يحمل نتائج مثمرة، إذ يتمتع ممارسو الارشاد النفسي بمهارات ومعرفة فريدة من نوعها يمكن أن تسهل النمو الفردي، وبالتالي تمثل أرضاً طبيعية وخصبة لاختبار العلاج النفسي الإيجابي في البيئات السريرية وغير السريرية، بما أن كلا من علم النفس الايجابي والارشاد النفسي يشتركان في نفس الافتراضات حول الطبيعة البشرية وكيف يمكن تحقيق التغيير (جاسم، 2021: 7).

ويهدف العلاج النفسي الإيجابي الى الحفاظ على الملامح الايجابية لحياة المسترشد وتقوية هذه الملامح دون التركيز على المشكلات ويعتمد العلاج النفسي الإيجابي على العادات الايجابية للفرد لتكوين حصيلة من المشاعر والسلوكيات والمعارف الايجابية

وباعتبار هذه العادات هدفاً أساسياً يتمحور حوله العلاج النفسي الايجابي ويعتبر مفيداً في حالات الادمان والممارسات الخاطئة والاكتئاب إذ يهدف الى تحقيق التحسن أكثر من اعادة التأهيل في مساعدة الفرد لإدارة ذاته أكثر من العلاج: Kaufman al., 2014 (15).

وقد تناولت العديد من الدراسات هذا الاسلوب الارشادي ومنها دراسة بيكرين (Pekrun et al, 2002)، دراسة عن فاعلية العلاج النفسي الإيجابي تناولت عدد من الجوانب (الصحة، والمدرسة، والعمل)، إذ أكدت الدراسة في مجال المدرسة، ان الانفعالات الإيجابية في التعليم تعمل على زيادة دوافع المتعلمين لاكتساب المعرفة والرغبة بالحصول على درجات عالية، وحب التعلم، والشعور بالفخر والسعادة (العبودي وصالح، 2018: 77).

وفي دراسة (Seligman et al., 2006)، عن تطبيق العلاج النفسي الإيجابي على عينة من طلبة الجامعة من المرحلة الاولى عددهم (21) طالباً يعانون من اعراض اكتئاب خفيفة في ست أسابيع، وجد ان العلاج النفسي الإيجابي قد خفض من الاعراض الاكتئابية لدى العينة وبعد شهر من عملية المتابعة وجد فاعلية التدخل الايجابي ومعدل التغيير كان كبيراً للمجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة (Seligman et al., 2006: 27).

اما دراسة كاهلر (Kahler et al, 2014) التي هدفت الى استخدام العلاج النفسي الايجابي للإقلاع عن التدخين على عينة من المراهقين مكونة من (19 فرداً) إذ اظهر المشتركون رضا عالٍ جداً عن العملية الارشادية واستمتعاً بالتركيز الايجابي وكان مزاج المشتركين مستقراً اثناء التجربة (Kahler et al., 2014: 125-130).

وكما يتضح أهمية تنظيم الذات الأكاديمي بصورة جيدة من خلال الدراسات التي تناولت خصائص الطلبة الذين يتصفون بمستويات مختلفة من هذا المفهوم وطريقة تأديتهم للمهام الأكاديمية المناطة لهم فلقد بينت دراسة زيمرمان (Zimmerman, 2002)، ان

الطلبة الذين لديهم مستوى عال من تنظيم الذات الأكاديمي يتصفون بأن لديهم وعي بنقاط قوتهم وضعفهم، وكما انهم يسировون في ضوء اهداف شخصيه تم وضعها ذاتيا، ويستخدمون استراتيجيات يحققون بها دقه الحلول التي يتوصلون اليها، كما انهم يراقبون سلوكياتهم ويتأملونها ذاتيا لزياده فعاليتها، هو ما يجعل لديهم قدرا جيدا من الرضا الذاتي، ومن الدافعية العالية لتطور ذواتهم وتحسين طرائق تعلمهم (Zimmerman , 2002 : 66).

وان الطلبة ذوي تنظيم الذات الأكاديمي المرتفع يؤدون المهام المرتبطة بالدراسة باجتهد ودقة عالية، كما انهم على وعي تام بطريقة اكتسابهم للمعارف والحقائق والمهارات اللازمة لنجاحهم مما يسهل عليهم الوصول إلى طرق النجاح (Black & Deci , 2000:131).

كما ان الطلبة ذوي تنظيم ذات أكاديمي يكونون أكثر قدره على وضع الاهداف المناسبة المرتبطة بعملية التعليم، ولديهم القدرة على استخدام الاستراتيجيات الفعالة المختلفة، ودائما ما يدونون ملاحظاتهم بطريقه تمكنهم من التحكم في بيئة التعلم وضبطها (محمود، الجلالى، 2012:101).

أولاً: الأهمية النظرية:

تكمن الأهمية النظرية لهذه الدراسة فيما يأتي:

- 1- ندرة الدراسات التجريبية العربية والمحلية -حسب اطلاع الباحثان - التي تناولت مفهوم تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة وفق نظرية التنظيم المتكامل OIT لديسي وريان (Ryan & Deci, 2017).
- 2- إن النتائج التي ستطرحها هذه الدراسة يمكن أن تكون نواة لبحوث ودراسات أخرى في العلاج النفسي الايجابي وما يتعلق به.
- 3- تقديم إطار نظري شامل حول كيفية تطبيق الجلسات الارشادية إذ يمكن الاعتماد عليه عند إرشاد المراهقين والبالغين بالنسبة للعلاج النفسي الإيجابي.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

1- تعريب مقياس تنظيم الذات الأكاديمي **Academic self-Regulation** المعد من قبل ديسي وريان (Ryan & Deci)، على وفق نظرية التنظيم المتكامل .OIT

2- البرنامج الارشادي بأسلوب العلاج النفسي الايجابي في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي.

اهداف البحث: The objective of Research:

يستهدف البحث الحالي التعرف على:

1- مستوى تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة.
2- فاعلية برنامج ارشادي بأسلوب العلاج النفسي الإيجابي في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة: من خلال اختبار الفرضيات الصفرية التالية:

– لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات الطلاب المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس تنظيم الذات الأكاديمي عند مستوى دلالة (0.05).

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات افراد المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس تنظيم الذات الأكاديمي عند مستوى دلالة (0.05).

– لا توجد فاعلية للبرنامج الارشادي بأسلوب العلاج النفسي الايجابي في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، يساوي أو أكبر من نسبة الكسب "ماك جوجيان" والبالغة (0.60).

حدود البحث: The Limits of Research

يتحدد هذا البحث ب: طلاب المرحلة المتوسطة للعام الدراسي 2023/2022 الدراسة الصباحية المديرية العامة للتربية الرصافة الثالثة في محافظة بغداد.

تحديد المصطلحات: Definition of term

- العلاج النفسي الإيجابي: Positive Psychotherapy

- عرفه Seligman & Rashid (2006): هو التقنيات أو الأنشطة المتعمدة التي تهدف إلى تنمية الانفعالات الإيجابية والإدراك والسلوكيات، إذ تستهدف هذه التدخلات والأنشطة المتعلقة بمواطن القوة الفردية، وتنمية المشاركة والمعنى لتعزيز التطور الأمثل والتي تؤكد على منع سلوكيات المشكلات وزيادة الفرصة للأفراد في التعلم (Seligman et al., 2006: 778) تبنا الباحثان تعريف سلجمان تعريفاً نظرياً.

- التعريف الاجرائي: هي مجموعة من الأنشطة والتقنيات المعتمدة على فنيات سلجمان وراشد (Seligman & Rashid, 2006)، المستعملة في جلسات البرنامج الإرشادي التي تهدف الى تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، ويتم التحقق منها من خلال التغير الحاصل في الإجابات الطلاب على مقياس تنظيم الذات الأكاديمي.

- تنظيم الذات الأكاديمي: Academic self-Regulation

- عرفه Ryan & Deci (2017): هي عملية فعالة وبناءة حيث يحدد المتعلمون اهدافاً لتعلمهم ثم يحاولون الرصد والتنظيم والتحكم في إدراكهم ودوافعهم وسلوكهم، ويتحقق من خلال التنظيم الداخلي والتنظيم الخارجي (Ryan & Deci, 2017: 204)، تبني الباحثان تعريف ديسي وريان تعريفاً نظرياً.

- التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال الإجابة على مقياس تنظيم الذات الأكاديمي.

الإطار النظري

أولاً: تنظيم الذات الأكاديمي: Academic self-Regulation

قدم باندورا Bandura في عام 1977 مفهوم تنظيم الذات في كتاباته، وكذلك كارفر وزملائه (Carver et al, 1998)، عند حديث باندورا عن إعادة التمثيل المعرفي، للأهداف والمراقبة الذاتية المرتدة للسلوك في ضوء نظريه المعرفية الاجتماعية (Ridder & Dewit, 2006: 4-6).

وإن توجهات الشخص وقدراته ومهاراته المعرفية تكون ما أطلق عليه "باندورا" اسم "النظام الذاتي". يلعب هذا النظام دوراً كبيراً في كيفية إدراكنا للمواقف المختلفة وكيف نستجيب لها وتمثل الكفاءة الذاتية جزءاً مهماً من هذا النظام (توم باتلر، 2022: 36). كما يعد التنظيم الذاتي عملية معقدة ومتعددة الأوجه تساعد الطلاب في تنظيم أفكارهم وسلوكياتهم التي بدورها تساعدهم على النجاح في عملية التعلم (Johny, 2012: 77).

وصاغ باندورا هذه النظرية حيث يرى أن قدرة الإنسان تزداد في التعلم من خلال بعض الشروط العقلية، كارتفاع الذكاء وقدرته على تنظيم ذاته (المشاقبة، 2007: 128). النظرية التي فسرت مفهوم تنظيم الذات الأكاديمي:

نظرية التنظيم المتكامل: Organization Integration Theory

وتتناول موضوع العناصر الخارجية في إشكالها المختلفة، وخصائصها ومحدداتها وعواقبها، وبشكل عام فإن العنصر الخارجي هو سلوك فعال يهدف إلى نتائج يمكن ملاحظتها في السلوك الخارجي، وهناك أشكال متميزة من العناصر الخارجية تشمل التنظيم

الخارجي والاندماج والتكامل، وتقع هذه الأنواع وتحديد الهوية الفرعية على طول سلسلة متصلة من الاستيعاب، ويكون الحكم الذاتي للشخص هو أكثر ما يتحدد في العنصر الخارجي عند تكامله، ويشوبه القلق مع السباقات الاجتماعية التي تعززه أو تحطه داخليا، وهذا ما يؤدي بالناس إلى المقاومة والاعتماد الجزئي، أو الاستيعاب العميق للقيم والأهداف والنظم العقائدية، للعناصر الخارجية، وبهذا فان هذه النظرية تسلط الضوء بشكل خاص على دعم الاستقلال الذاتي (Ryan et al.1994:230)

وتتكون نظرية تكامل العناصر (Organism Integration Theory) من ثلاثة ابعاد مختلفة هي:

أ- الدافعية الداخلية (Intrinsic Motivation): تعبر عن قيام الفرد بالسلوك بسبب المتعة والرضا والذي يستمد من النشاط نفسه.

ب- الدافعية الخارجية (Extrinsic Motivation): تشير إلى أن الفرد يقوم بالمهمة مدفوعا بأسباب خارجية كالحصول على درجة عالية في الامتحان، أو الحصول على مديح المعلم والوالدين والأقران، وتتضمن الدافعية الخارجية أربعة أنواع تنظيمية، تتفاوت في درجة استقلاليتها النسبية أي أنها تتنوع في مستوى تحديد الذات وتتراوح ما بين مستوى متدني إلى مستوى عال من تحديد الذات، كما أنها تتراوح من الدافعية الخارجية إلى التنظيمات المتكاملة.

ت- غياب الدافعية (Demotivation): وتعني غياب الرغبة في القيام بسلوك معين.

اذ وضع ديسي وريان (Deci & Ryan) مفاهيم التنظيم الذاتي، تميز المعاملة الخاصة والتفضيلية لأنواع التنظيم السلوكي من حيث الدرجة التي تمثل بها الأداء المستقل او الذاتي (مقابل الخاضع للرقابة)، اذ يرى ديسي وريان ان الدوافع الداخلي هو النموذج الاولي للنشاط المستقل، عندما يكون لدى الناس دوافع جوهرية، فانهم بحكم التعريف يقررون أنفسهم، على النقيض من لك، غالباً ما يكون النشاط ذو الدوافع الخارجية أكثر تحكماً (أي اقل استقلالية)، ومع ذلك فان

المعاملة الخاصة والتفضيلية تميز أنواع الدوافع الخارجية من حيث الدرجة التي تم استيعابها بها، مما يشير الى انه كلما تم استيعابه بشكل كامل ودمجها مع الذات، كلما كانت أساساً للسلوك المستقل، هناك أربعة أنواع مختلفة من التنظيم السلوكي، يتم تحديدها من حيث الدرجة التي تم فيها استيعاب وتكامل تنظيم النشاط ذي الدوافع الخارجية وهي عبارة عن: تنظيم خارجي، وتنظيم داخلي، وتنظيم محدد، وتنظيم متكامل، يعتبر التنظيم الداخلي والتنظيم الخارجي أشكالاً خاضعة للرقابة نسبياً من الدوافع الخارجية، في حين ان التنظيم المحدد والتنظيم المتكامل يعتبر مستقلاً نسبياً (Ryan & Deci, 2017:363).

اذ يتكون التنظيم الذاتي للسلوك من أربع أنواع وهي:

- النوع الأول: التنظيم الخارجي (External Regulation) وهو النوع الأقل استقلالية يتضمن القيام بالسلوك بسبب دافع خارجي من أجل الحصول على الثواب أو تجنب العقاب، اذ يمكن للباحثين فحص التأثير الوظيفي للظروف المتغيرة بشكل مباشر في دعم الاستقلالية في جودة الأشخاص واداعهم وسلوكهم الفرعي، على سبيل المثال، يمكن للمرء ان يحفز التنظيم الخارجي باستخدام التحكم المكافآت الطارئة (Ryan & Deci, 2017:15).

اثبت ان الدوافع الخاضعة للرقابة لا يتنبأ فقط بالمزيد من الفقر التعلم ولكن أيضاً مشاكل سلوكية أكبر وأخطر الانسحاب والتسرب، والنتيجة تكون أكثر سطحية وقل قابلية للتحويل، في حين ان المناخات المدرسة المتناقضة التي تدعم الاستقلالية تعزز المزيد من التحفيز الذاتي والمثابرة وجودة التعليم اذ يظهر الهيكل، كدعم للكفاءة، وتدعم مناخات الفصل الدراسي الاستقلالية، وتوفر هيكلًا عاليًا، وتقلل الترابط والشمول من اجل الرفاهية الشخصية ومشاعر الارتباط بالمدرسة والمجتمع (Ryan & Deci, 2017:18).

اذ ترى نظرية التنظيم المتكامل OIT يتم التعرف على التنظيم الخارجي من خلال التجربة او الادراك السلوك في حالة الطوارئ، اذ ان اعتماد السلوك في حالة الطوارئ هو دالة حقيقية على إدراك الفرد وامتلاكه للتنظيم الخارجي، لان الافراد لان يبدوا السلوك الا عندما يكون هنالك توقع (ضمني او صريح) ان الحالة الطارئة سارية المفعول، أي اهنالك اعتماد سلوكي على المكافأة او العقوبة، لان المكافآت والعقوبات القوية يمكن ان تتحكم في السلوك (Ryan & Deci, 2017:184).

وثق بينكر(2011) ان هناك فرق بين ضبط النفس، والتنظيم الخارجي للسلوك، اذ يرى ان هذين العاملين يبدوان انهما في اتجاه واحد، ولكن ان الفرق بينهما ان ضبط النفس، هو شكل من اشكال التحفيز الخاضع للسيطرة وليس الاستقلالية، وبالتالي ينهار بسهولة ويصبح أقل موثوقية ،في المواقف التي تستدعي العدوان، يكون ضبط النفس عرضة للوجود بشكل خاص تم تجاوزه بالاندفاع والعاطفة، في حين ان التنظيم الذاتي الحقيقي هو يتميز بالاستقلالية والتكامل اكثر استقراراً وفعالية لا سيما تحت ظروف التحديات والتهديدات، على الرغم من ان سيادة القانون هي بالفعل تأثير حضاري ،الا ان القانون الداخلي بشكل جيد هو الذي يخلق مجتمع مدنية (Ryan & Deci, 2017:326).

- النوع الثاني: التنظيم الداخلي (Interjected Regulation): الذي يصور اكتساب الفرد تنظيمات سلوكية لكن من دون تقبل التنظيمات الداخلية للفرد، ويظهر هذا النوع من الدافعية عندما يواجه الفرد ضغوطا من أجل أداء مهمة ما، ويكون مصدر هذا الضغط من داخل الفرد من أجل شعور الفرد بالخلل لعدم القيام بهذه المهم.

وهو شكل من اشكال السيطرة التي يسنها الناس على أنفسهم والتأكيد على الاحكام الداخلية والتقييمات التي تستند اليها مشاعر القيمة مشروطة، كلما زاد التقدير زاد احتمال احترام الذات (Ryan & Deci, 2017:193).

اذ ترى نظرية التنظيم المتكامل OIT يمكن وصف إثر الدوافع الخارجية بعبارات تمتد من تنظيم غر متجانس او خاضع للرقابة نسبياً، اذ يصف التنظيم الخارجي خارجياً الدوافع الذ لا يزال يعتمد على الضوابط الخارجية، اما التنظيم الداخلي الذي يعتمد على الضوابط الداخلية التي تتطوي على العاطفية واحترام الذات، اذ تحتاج الى دوافع ناتجة من الداخل، عند ترقية الوالدين أهداف خارجية، تحتاج الى الرضا والتقدير الذاتي العالي، اما الأهداف الخارجية تتعلق بتقدير الذات المشروط (Ryan & Deci, 2017:329).

من الواضح ان العواطف تحدد هوية الافراد الذين يمكنهم تنظيم الكثير من وقتهم و الخبرات، لذا فان الدرجة التي يتم فيها استيعاب المشاعر امر بالغ الأهمية، اذ يؤكد على أهمية مراعاة قوة الاهتمامات والاهداف الثابتة للناس_ أي درجة شغفهم_ ومراعات الدوافع التي من خلالها يتم تنظيم أي شغف معين، وجوهر الدافع والتنظيم الداخلي، الأشياء التي يكون الناس متحمسين لها سيتم متابعتها بقلق شديد، اذا لم يتم ترسيخ جيد داخل الذات، وسيؤدي الى ذلك مجموعة من النتائج السلبية ، في المقابل مع مزيج من الأهداف الجوهرية وتحديد وتنظيم متكامل للسلوكيات ذات الصلة، فان عواطف الناس سيكون أكثر تناغم وسيحقق مجموعة من النتائج الايجابية (Ryan & Deci, 2017:332).

- النوع الثالث: التنظيم المحدد (Identified Regulation): وهو عبارة عن صيغة استقلال ذاتي لدافع خارجي، ويتضمن تقييم هدف أو تنظيمه بصورة واعية لكي يتم تقبل الفعل كونه ذاتية ويتم اختياره من قبل الفرد (Ryan & Deci, 2017:335).

اذ ترى نظرية التنظيم المتكامل OIT اختلاف الدوافع في الدرجة التي يكون فيها مستقلاً كدالة للدرجة التي استوعب فيها الفرد المستهدف تنظيمياً داخلياً ومتكاملاً لهذه السلوكيات العقلية الداخلية، على سبيل المثال: بالنسبة للاعب كرة القدم فان القيام بتمارين الكرة أمر مؤكد ومهم، ومع ذلك قد لا يكون النشاط نفسه ممتعاً للغاية، في حين تكمن دوافع هذا النشاط بشكل أساسي في ادواته، سواء كانت إرضاء للمدربين وتجنب غضبهم، او ان تصبح لاعباً أكثر مهارة، ان جميع أنواع الدوافع الخارجية تقود الى،_ التنظيم الخارجي، التنظيم الداخلي، التنظيم المحدد، التنظيم المتكامل_ يمكن تطبيقها على سلوكيات المتعلمين والرياضيين والعاملين بشكل عام، لأنها تدعم وجود الاستقلالية) (Ryan & Deci, 2017:339).

- النوع الرابع: التنظيم المتكامل (Integrated Regulation): هو أكثر أنواع الدافعية الخارجية استقلالية، ويظهر عندما تستوعب الذات التنظيمات استيعاباً كاملاً بحيث تكون ضمن تقييمات ومعتقدات الشخص الذاتية والحاجات الشخصية. ولذلك فان الدافعية المتكاملة تشترك في عدة خصائص مع الدافعية الداخلية إلا أنها مع ذلك تصنف على أنها خارجية لأن الأهداف التي تحاول تحقيقها هي لأسباب خارجة عن الذات وليس فقط للمتعة والفائدة المرتبطة بها. أي أن النشاط جزء من الذات ويتم اختياره بحرية كما أنه يتوافق مع قيم الفرد ومعتقداته (Ryan & Deci, 2017:179-191).

كما ترى نظرية التنظيم المتكامل OIT ان السلوكيات ذات الدوافع الجوهرية هي تلك التي يتم أجزاها بدافع الاهتمام والتي تكون "المكافأة" الأساسية لها هي المشاعر التلقائية للتأثير والمتعة التي تصاحب السلوكيات، يتناقض الدافع الداخلي مع الدافع الخارجي والذي يمثل السلوكيات لبعض النتائج المنفصلة مثل مكافأة خارجية او اجتماعية او تجنب العقوبة او تحقيق نتيجة جيدة، اما السلوكيات ذات

التنظيم المتكامل هي بحكم تعريفها مستقلة، ومنبثقة من الذات (Ryan & Deci, 2017:195).

اذ يمكن للفرد ان يحفز التنظيم المتكامل مع مزيج من الإقرار المشاعر، وتوفير المبررات، وإبراز الاختيار بدلاً من السيطرة، او تحفيز على الدوافع الذاتية من خلال منح الناس الاهتمام والمهام الصعبة، بمعنى يمكن التحريض على أنواع معينة من التنظيم بشكل موثوق من خلال التعرض لبيئات اجتماعية مختلفة (Ryan & Deci, 2017:197).

Academic self-Regulation: التنظيم الذاتي الأكاديمي: قدمت نظرية التنظيم المتكامل OIT تصورات طلاب المرحلة الابتدائية والمتوسطة أثناء تصديقها على أسئلة التنظيم الذاتي الأكاديمي، ان الدعم الاستقلال لمناخ الفصل الدراسي من المعلمين واولياء الأمور، كانوا أكثر استيعاباً. أظهرت نتائج بعض الدراسات تأثير المعلمين واولياء الأمور على طلاب ثانوية في روسية وأميركة، دراسة تشيركوف ورايان (2001)، ان دعم الاستقلالية التي يقدمها كل من الإباء والمعلمين للطلبة الذين أكملوا إجراءات التنظيم الذاتي الاكاديمي، مؤشرات مثل: احترام الذات، وتحقيق الذات، والرضا عن الحياة، اذ أظهرت ان الإباء والمعلمين في روسية كانت ممارساتهم اكثر دعم للحكم الذاتي من نظرائهم الأمريكيين، اذ أظهرت زيادة استيعاب الطلاب لدافع العمل المدرسي وتحسين الحالة النفسية والرفاهة النفسية، وأكدت على كفاءة الطلاب والدافع المستقل، والذي توقع لاحقاً درجاتهم في نهاية العام (Deci, 2017:391 & Ryan).

كما أظهرت نتائج دراسة طبقت على عينة من (4000)، طالب من طلاب المدارس الثانوية البلجيكية، في مجال البحث عن العمل والصدقة على الطلبة المتسربين من المدارس الثانوية، اذ دلت الدرجات التي حصلوا عليها على مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي، يجب على المعلمين والاباء دعم الاستقلالية، بالإضافة الى مستويات التحفيز

الخاصة بهم للعمل المدرسي، إذ اشارت النتائج الى ان الطلاب الذين تلقى من والديهم ومعلميهم دعماً للاستقلالية، وتحفيز البيئة المدرسية، كانوا أكثر كفاءة وفاعلية ومنظمين ذاتياً للعمل المدرسي، عن الطلاب الذين هم أكثر تحكماً من قبل الإباء والامهات، وبعد عام واحد حصل الباحثون على قائمة بأسماء الطلبة الملتحقين بالمدارس لتحديد من ترك الدراسة، إذ وجدوا ان الطلبة الذين كانوا يتلقون دعم استمرروا في الدراسة على عكس الذين لم يتلقوا دعم، إشارة النتائج الى انخفاض تقدير الذات الأكاديمي، عرضة للمشاكل السلوكية في المدرسة، فضلاً عن ترك المدرسة من قبل الكثير من الطلاب، ولديهم مشاعر عدم الكفاءة، ولديهم فشل في تقييم أنشطة التعلم، إذ لا بد من الإباء والمعلمين، دعماً أكثر لحاجات الطلاب للكفاءة والاستقلالية والعلاقة، إذ تلبي هذه الحاجات حافز أكثر استقلالية وزيادة في الكفاءة للقيام بالعمل المدرسي، وفهم المفاهيم، وإداء الفعال، فضلاً عن الرفاه النفس والتكيف (Deci & Ryan 2017: 397).

Organization Integration وقد تبني الباحثان نظرية التنظيم المتكامل
Theory لعدد من الأسباب هي كالتالي:

1. تعد من النظريات الحديثة التي فسرت الدافعية وكيفية توظيفها لتنظيم سلوك الفرد وكذلك تنظيم الذات الأكاديمي.
2. تعتبر النظرية الأكثر تفسيراً وشمولاً لمفهوم تنظيم الذات الأكاديمي.
3. قدم المنظران مقياساً لقياس تنظيم الذات الأكاديمي، وكذلك طبق المقياس على بيئات مختلفة.

اذ اعتمدها الباحثان في تفسير النتائج.

ثانياً: العلاج النفسي الإيجابي: Positive Psychotherapy

تطور العلاج النفسي الإيجابي داخل سياق حركة علم النفس الإيجابي، ففي الوقت الذي يهتم علم النفس الإيجابي بالدراسة العلمية للانفعالات الإيجابية، ونقاط القوة في الشخصية والعلاقات الهادفة، فإن العلاج النفسي الإيجابي دعم الهناء والرفاهية والوجود

الأفضل للفرد، والامل، والتفاؤل، ونمو الحياة السارة، والاندماج في الحياة (أبو حلاوة وحديبي، 2022: 410).

ويعمل العلاج النفسي الإيجابي على تنمية المشاركة والمتعة والمعنى، لتعزيز التطور الأمثل والتي تؤكد على زيادة فرص الافراد في التعلم نظراً لان الدماغ البشري شديد الصعوبة في الحضور والرد بقوة على السلبيات بدلاً من الإيجابيات، فان الامراض النفسية تزيد من هذا الميل، لذلك فان ابراز نقاط القوة الى جانب تحسين الاعراض، هو نهج علاجي ارشادي أفضل، سعى العلاج النفسي الإيجابي الى الموازنة بين الاهتمام والموارد

من نظرية العلاج النفسي الإيجابي: Positive Psychotherapy Theory

كيفية استعمال العلاج النفسي الإيجابي في العملية الارشادية:

يمكن تقسيم العلاج النفسي الايجابي إلى ثلاث مراحل، تركز المرحلة الأولى على استكشاف سرد متوازن للمسترشد واستكشاف نقاط القوة من وجهات نظر متعددة، ويتم تفعيل نقاط القوة هذه في أهداف ذات مغزى شخصي، أي لدى الفرد نفسه، وتركز المرحلة الوسطى على تنمية الانفعالات الإيجابية والتكيفية للتعامل مع الذكريات السلبية، وتشمل المرحلة النهائية تمارين حول تعزيز العلاقات الإيجابية والمعنى او الغرض من الحياة في تحقيق الأهداف، و يستند العلاج النفسي الايجابي إلى ثلاثة افتراضات هي أولاً : يرغب المسترشد بطبيعتهم في تحقيق النمو والوفاء والسعادة بدلاً من مجرد السعي لتجنب البؤس والقلق، و ثانياً: الموارد الإيجابية مثل نقاط القوة حقيقية كما في الأعراض والاضطرابات، والافتراض النهائي هو أنه يمكن تشكيل علاقات ارشادية فعالة من خلال مناقشة وإظهار الموارد الإيجابية ، وليس فقط تحليلاً شاملاً مطولاً للضعف والعجز. (Rashid &

Seligman, 2006: 62)

العلاج النفسي الإيجابي يقوم على المبادئ الثلاثة التالية:

1. إن تنمية المشاعر الإيجابية عند الأفراد من شأنها أن تساعد على نمو وبناء قدراتهم العقلية ومهاراتهم الاجتماعية ولياقتهم البدنية التي تكون شخصياتهم فيما بعد.

2. إن استثارة المشاعر الإيجابية وبثها لدى الطفل منذ نعومة أظافره، تساعد على تنشيط سلسلة من العمليات التي من شأنها أن تدعم بدورها هذه المشاعر.

3. إن السمات الإيجابية التي يظهرها الطفل هي في الأساس فطرية وبيولوجية، مثلها مثل السمات السلبية (أبو حلاوة، 2022: 414).

العلاقة الإرشادية:

هي واحدة من أكثر العوامل الإرشادية الفعالة للإرشاد النفسي، في البداية يستمع المرشد بحماس إلى مخاوف المسترشد لبناء والحفاظ على علاقة إرشادية تمتاز بالثقة، وفي الوقت نفسه يبحث المرشد عن فرص لمساعدة المسترشد على تحديد وامتلاك نقاط القوة لديهم، لكي تتوازن السلبيات مع الإيجابيات إذ تلعب الذكريات الإيجابية دورًا مهمًا في تنظيم الحالة المزاجية لدى المسترشد (Joormann et al, 2006: 269).

يبدأ المسترشدون هذا التمرين والذي يعرف بـ مقدمة إيجابية، في الجلسة ولكنهم يستكملون كواجب منزلي باستخدام ورقة عمل أكثر تنظيمًا، ويتم تشجيع المسترشدين على استخلاص أوجه التشابه من القصة إلى مواقف حياتهم الحالي، ويطلب منهم التفكير في نقاط القوة المبينة في قصصهم، من خلال التقديم الإيجابي، لا يستطيع المسترشد فقط سرد قصصهم واسترجاعها، بتوجيه من المرشد، بل قد يكونون قادرين أيضًا على دمج أجزاء من الذات ربما تكون قد انزلقت من وعيهم بسبب الجمود المعرفي أو عدم الاستقرار العاطفي، إذ يتم تشجيع المسترشد على جعل السرد أكثر أهمية من الناحية الشخصية وذات صلة بالتحديات الحالية، ويتم تسهيل ذلك من خلال العديد من الرسوم التوضيحية والقصص و الوسائط المتعددة (Seligman & Rashid, 2006: 783).

فنيات العلاج النفسي الإيجابي:

العلاج النفسي الإيجابي فنيات عديدة وسيقوم الباحثان بعرض تلك الفنيات على النحو الآتي:

نقاط القوة المميزة **Signature Strengths**، الامتتان **Gratitude**، التسامح **Forgiveness**، الرضا بدلاً من التعظيم (التطلع للكمال) **Satisfaction instead**، **Active- of Maximizing**، الأمل **Hope**، الاستجابة النشطة - البناءة **Active- Constructive Responding**، التذوق **Savoring** أ- المشاركة مع الآخرين **Sharing with others** ب- بناء الذاكرة **Memory building** ت- التهئة الذاتية **Self-Congratulation** ث- شحذ الرؤية **Sensory-perceptual** ج- الامتصاص **Absorption**، هبة الوقت **Gif of time**، الارت **Sharpening** الإيجابي **Positive Legacy**، التدفق: **Flow** (Seligman & Rashid, 2006: 783-789).

إجراءات البحث

أولاً: منهجية البحث: **Research Methodology**

لقد اعتمد الباحثان المنهج التجريبي، اذ تتميز البحوث التجريبية في المحاولة للوصول الى أعلى مستويات اهداف العلم وهو التحكم، وان الوظيفة الأساسية للبحث التجريبي هي معالجة أحد المتغيرات الذي يشار إليه بالمتغير المستقل او المتغير التجريبي، وملاحظة أثره المحتمل في المتغير التابع، اذ يتحقق ذلك من خلال ضبط عملية الملاحظة للمتغيرات (الكيلاني والشريفي، 2016: 31).

ثانياً: التصميم التجريبي **Experimental Design**:

ان الهدف من وضع الباحثين تصميم تجريبي هو لوضع الهيكل الأساسي لتجربة ما، وعلى هذا الاساس فالتصميم التجريبي يتضمن وصف للجماعات التي تتكون منها

التجربة، وتحديد الطرق التي تختار فيها العينة (العيسوي، 2000: 80). استعمل الباحثان تصميم الضبط الجزئي لمجموعتين تجريبية وضابطة واحدة ذات الاختبار القبلي-البعدي -مرجأً (تتابعي)، والتصميم رقم (1) يوضح ذلك.

الجدول (1)

التصميم التجريبي للبحث

المجموعات	اختبار قبلي	التكافؤ	المستقل	البعدي	المرجأً (التتابعي)
التجريبية	مقياس تنظيم الذات الأكاديمي	الاختبار القبلي اختبار الذكاء تحصيل الاب تحصيل الام	تجربة باستعمال العلاج النفسي الإيجابي	مقياس تنظيم الذات الأكاديمي	مقياس تنظيم الذات الأكاديمي نسبة الكسب لـ (ماك جوجيان)
الضابطة	الأكاديمي		/		

ثالثاً: مجتمع البحث: Research community

تألف مجتمع البحث الحالي من طلاب المرحلة الثاني المتوسطة في مديرية تربية الرصافة الثالثة لمحافظة بغداد للعام الدراسي (2022-2023) وللدراسات الصباحية ويتكون المجتمع الإحصائي من (11626) طالباً، إذ تمت الاستعانة في قسم التخطيط التربوي في مديرية تربية الرصافة الثالثة في محافظة بغداد لتزويدنا بالبيانات.

رابعاً: عينات البحث: Research samples

أ- **عينة التحليل الإحصائي:** لغرض اجراء التحليل الاحصائي لمقياس تنظيم الذات الأكاديمي قام الباحثان بتطبيق مقياس تنظيم الذات الأكاديمي الذي تبناه الباحثان على عينة مكونة من (400) طالب من طلاب الثاني متوسط تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من (8) مدارس اذ اختر من كل مدرسة خمسين طالباً، إذ حدد كريجسي، Krejci ((1970، ان حجم عينة من خلال حجم

المجتمع، اذ وضع جدول يحدد فيه حجم العنة من خلال حجم المجتمع (Krejcie, 1970:607)، ووضع أستيفن ثيمسون (2012)، معادلة لاستخراج حجم العينة من خلال حجم المجتمع في كتابه حجم العينة (sample size)، اذ بلغ حجم العينة باستعمال المعادلة (372).

ب- عينة الثبات: قام الباحثان باختيار عينة (30) طالباً للتعرف على الثبات بطريقة الاختبار -وإعادة الاختبار ضمن عينة التحليل الاحصائي، وبطريقة الفا- كرونباخ من درجات استمارات العينة الأساسية البالغة (400).

ت- عينة التطبيق: تشمل عينة التطبيق على:

1- عينة المدارس: قام الباحثان باختيار مدرستين (متوسطة الفاو للبنين، متوسطة رياض علي الكرعاني للبنين) بشكل قصدي التابعة لمديرية الرصافة الثالثة، وذلك للأسباب التالية: وجود أعداد مناسبة من الطلاب الحاصلين على درجات تقع في الربع الأول من مقياس تنظيم الذات الأكاديمي، وقرب المدرسة من محل سكن الباحثين الامر الذي يسهل في عملية وصول والتزام بمواعيد الجلسات الإرشادية، امكانية الحصول على مكان مخصص ومناسب لتطبيق التجربة.

2- عينة التطبيق: تم تطبيق مقياس تنظيم الذات الأكاديمي على عينة بلغت (150) طالباً لغرض اختيار الطلاب الذين حصلوا على درجات تقع في الربع الأول مقياس تنظيم الذات الأكاديمي لغرض اجراء التجربة.

ث- عينة التجربة:

تم اختيار الطلاب الحاصلين على درجات تقع في الربع الأول على مقياس تنظيم الذات الأكاديمي وبلغ عددهم (24) طالباً تم تقسيمهم إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة) بواقع (12) طالباً لكل مجموعة تم توزيعها بصورة عشوائية، وتم اعتماد محك الربيعيات اذ حدد الباحثان الربع الأول والبالغ (56) درجة والذي تقع تحته 25% من الدرجات (البياتي

واثناسيوس، 1977: 122) ، وقد تم اختيار طلاب الصف الثاني متوسط للأسباب منها(انشغال طالب الثالث متوسط في التهيئة لامتحانات النهائية الوزارية، هنالك أعداد مناسبة من طالب الثاني متوسط، وفقاً الى نظرية ديسي وريان ان مقياس تنظيم الذات الأكاديمي معد لهذه الفئة العمرية).

خامساً: أداة البحث: search tool

لغرض تحقيق اهداف الدراسة تم تبني مقياس تنظيم الذات الاكاديمي بنسخته الأصلية الذي أعده المنظران (ديسي وريان , 2017: Ryan & Deci)، والذي طبق على المراهقين والذي تم بنائه وفق نظرية التنظيم المتكامل، Organization Integration Theory.

- إجراءات ترجمة مقياس تنظيم الذات الأكاديمي.
- تم ترجمة مقياس تنظيم الذات الأكاديمي من اللغة الانكليزية إلى اللغة العربية وبمساعدة المتخصصين في اللغة الإنكليزية⁽¹⁾ ومن اللغة العربية الى الانكليزية⁽²⁾.
- بعد التأكد من وضوح الفقرات قام الباحثان وبمساعدة المتخصصين في اللغة الإنكليزية بترجمة المقياس مرة أخرى من اللغة العربية إلى اللغة الإنكليزية، وبذلك أصبح لدى الباحثين نسختان من مقياس تنظيم الذات الأكاديمي، أحدهما يمثل النسخة الأصلية، والآخر يمثل النسخة المقترحة عن النسخة العربية.
- ولغرض التأكد من صلاحية الترجمة عرض الباحثان النسختين (المقياس بنسخته الأصلية والنسخة المقترحة للترجمة عن النسخة العربية)، على متخصص في التربية وعلم النفس⁽³⁾ ممن يجيدون اللغة الإنكليزية، لغرض استحصال آراءهم

(1) م. م. عمار كريم عطية/ وزارة التربية / مديرية تربية الرصافة الثالثة.

(2) م. د. د. جليل ناصر حلو / كلية الآداب / الجامعة المستنصرية.

(3) أ. د. حيدر كريم سكر / كلية التربية / الجامعة المستنصرية.

لمدى الاتفاق بين كل فقرة من فقرات المقياس عبر النسختين وإعطاء درجة كلية للتطابق بين النسختين مع إجراء التعديل المناسب.

- وصف وتصحيح المقياس:

يتكون مقياس تنظيم الذات الأكاديمي من أربعة مجالات وهي: التنظيم الخارجي: External Regulation: المتكون من (9) فقرات، والتنظيم الداخلي: Introjected Regulation المتكون من (9) فقرات، والتنظيم المحدد: Identified Regulation المتكون من (7) فقرات، والتنظيم المتكامل: Intrinsic Regulation المتكون من (7) فقرات، والموزع على أربع أسئلة وهي: لماذا أقوم بواجبي المنزلي؟ المتكون من (8) فقرات، ولماذا أعمل على واجبي الصفي؟ المتكون من (8) فقرات، ولماذا أحاول الإجابة على الأسئلة الصعبة في الفصل؟ المتكون من (8) فقرات، ولماذا أحاول ان أبلّي بلاءً حسناً في المدرسة؟ المتكون من (8) فقرات، اذ يكون عدد فقرات المقياس (32) فقرة بتدرج رباعي (صحيح جداً(4)، نوعاً ما صحيح(3)، ليس صحيحاً جداً(2)، ليس صحيح على الإطلاق(1))، اذ يؤكد السامرائي في عام (2002) يمكن الجمع بين العبارات التقريرية والاسئلة الاجبارية (السامرائي، 2002: 2).

- التحليل المنطقي لفقرات مقياس تنظيم الذات الأكاديمي:

من أجل التعرف على صلاحية فقرات المقياس وقياس الصدق الظاهري له، عرض الباحثان مقياس تنظيم الذات الأكاديمي بصورته الأولية المكون من (32) فقرة على (25) محكماً من المختصين ذوي الخبرة في مجال العلوم التربوية والنفسية والقياس والتقويم والإرشاد النفسي ، لإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول المقياس في الحكم على مدى ملائمة المقياس للغرض الذي وضع من أجله، وفي ضوء ما قرره المحكمين تمّ تعديل بعض الفقرات، وقد اعتمد الباحثان على قيمة مربع كاي المحسوبة ومقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05)

وهي توازي نسبة 80% فأعلى من آراء المحكمين بوصفها نسبة موافقة على الفقرات وفي ضوء آراء المحكمين، ليصبح المقياس المطبق لعينة التحليل الإحصائي يتكون من (32) فقرة .

- عينة وضوح التعليمات والفقرات:

طبق الباحثان لمقياس تنظيم الذات الأكاديمي على عينة بلغت (20) طالباً، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، فقد تبين أن تعليمات المقياس وفقراته واضحة كما وأن متوسط الوقت المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس بلغ بين (16) دقيقة.

- التحليل الإحصائي لفقرات مقياس تنظيم الذات الأكاديمي:

تهدف عملية التحليل الإحصائي للفقرات إلى الكشف عن الخصائص السيكومترية، إذ أن الخصائص السيكومترية تعتمد بنحو عام وبدرجة كبيرة على خصائص فقراتها (Smith, 1966: 60-70). وتم من خلال:

أولاً: القوة التمييزية:

وقد تم التحقق من القوة التمييزية للفقرات باستعمال أسلوب المجموعتين المتطرفتين إذ قام الباحثان بالخطوات الآتية في حساب القوة التمييزية للفقرات كالاتي:

اختار الباحثان عينة عشوائية من طلاب المرحلة الثاني متوسط والبالغ عددهن (400) طالب من مجتمع البحث، ورتبت الدرجات التي حصل عليها الطلاب من أعلى درجة إلى أدنى درجة، واختار الباحثان نسبة الـ (27%) العليا و (27%) الدنيا (ثورندايك وهيجن، 1986: 244)، حل كل فقرة من فقرات المقياس لاختبار قوة تمييزها، باستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين، وبعد إجراء التحليل الإحصائي ظهر أن فقرات المقياس جميعها مميزة عند مستوى دلالة (0.05)، إذ تبين أن القيم التائية المستخرجة هي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96)، لذا عدت الفقرات جميعها مميزة، كما في الجدول (2).

جدول (2)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة لتمييز الفقرات لمقياس
تنظيم الذات الأكاديمي

ت	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	الدالة
1	المجموعة العليا	3.5833	.58205	6.435	دالة
	المجموعة الدنيا	2.9444	.85197		
2	المجموعة العليا	3.2593	.91069	6.326	دالة
	المجموعة الدنيا	2.4167	1.04233		
3	المجموعة العليا	2.9167	1.00582	8.711	دالة
	المجموعة الدنيا	1.7870	.89705		
4	المجموعة العليا	3.2685	.95317	2.355	دالة
	المجموعة الدنيا	2.9444	1.06634		
5	المجموعة العليا	3.2963	.87818	8.816	دالة
	المجموعة الدنيا	2.1574	1.01541		
6	المجموعة العليا	3.5370	.74163	7.578	دالة
	المجموعة الدنيا	2.6111	1.03068		
7	المجموعة العليا	2.4537	1.08846	2.221	دالة
	المجموعة الدنيا	2.1204	1.11672		
8	المجموعة العليا	3.3704	.91297	10.935	دالة
	المجموعة الدنيا	1.9537	.98952		
9	المجموعة العليا	3.3519	.87877	11.377	دالة
	المجموعة الدنيا	1.9352	.94990		
10	المجموعة العليا	3.1574	.87715	5.441	دالة
	المجموعة الدنيا	2.4722	.97116		
11	المجموعة العليا	3.6759	.50841	8.836	دالة

ت	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	الدالة
	المجموعة الدنيا	2.6944	1.03633		
12	المجموعة العليا	2.8241	1.03967	2.486	دالة
	المجموعة الدنيا	2.4537	1.14699		
13	المجموعة العليا	3.7222	.52655	7.477	دالة
	المجموعة الدنيا	2.9259	.97352		
14	المجموعة العليا	3.5000	.75505	9.894	دالة
	المجموعة الدنيا	2.2593	1.06227		
15	المجموعة العليا	3.5000	.71695	9.793	دالة
	المجموعة الدنيا	2.3056	1.04531		
16	المجموعة العليا	3.3241	.90511	10.487	دالة
	المجموعة الدنيا	2.0278	.91159		
17	المجموعة العليا	3.4074	.87581	9.485	دالة
	المجموعة الدنيا	2.1944	.99961		
18	المجموعة العليا	3.6481	.61621	10.310	دالة
	المجموعة الدنيا	2.4907	.99057		
19	المجموعة العليا	3.7963	.52524	10.502	دالة
	المجموعة الدنيا	2.6111	1.04866		
20	المجموعة العليا	3.4074	.77384	12.828	دالة
	المجموعة الدنيا	1.8981	.94661		
21	المجموعة العليا	2.8981	1.02255	9.444	دالة
	المجموعة الدنيا	1.6759	.87359		
22	المجموعة العليا	3.3148	.92371	10.634	دالة
	المجموعة الدنيا	1.9722	.93187		
23	المجموعة العليا	3.3519	.94042	11.827	دالة

ت	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	الدالة
	المجموعة الدنيا	1.8056	.98073		
24	المجموعة العليا	2.9815	1.12725	9.574	دالة
	المجموعة الدنيا	1.6667	.87542		
25	المجموعة العليا	2.7315	1.18090	6.905	دالة
	المجموعة الدنيا	1.7500	.88735		
26	المجموعة العليا	3.1759	1.03064	5.689	دالة
	المجموعة الدنيا	2.3426	1.12043		
27	المجموعة العليا	3.5741	.82262	9.056	دالة
	المجموعة الدنيا	2.3611	1.12290		
28	المجموعة العليا	2.8426	1.07792	6.471	دالة
	المجموعة الدنيا	1.9167	1.02424		
29	المجموعة العليا	3.2407	.95575	6.030	دالة
	المجموعة الدنيا	2.3981	1.09322		
30	المجموعة العليا	3.4815	.88054	8.097	دالة
	المجموعة الدنيا	2.3981	1.07599		
31	المجموعة العليا	3.2593	1.02648	13.528	دالة
	المجموعة الدنيا	1.5648	.80039		
32	المجموعة العليا	2.7963	1.15814	7.217	دالة
	المجموعة الدنيا	1.7778	.89998		

- الاتساق الداخلي (صدق الفقرات): تم حساب الاتساق الداخلي كالآتي:

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية: اعتمد الباحثان في حساب صدق الفقرة على معامل ارتباط "بيرسون" بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية، لكون درجات الفقرة متصلة ومتدرجة، علماً أن عينة صدق الفقرات تتكون من (400) طالب في

البحث الحالي. اذ أشارت المتخصصين الى أن ارتباط الفقرة بمحك داخلي أو خارجي مؤشر لصدقها، وحينما لا يتوفر محك خارجي مناسب فإن الدرجة الكلية للمجيب تمثل أفضل محك داخلي في حساب هذه العلاقة وتبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، واستعمل الباحثان المعادلة التائية لمعاملات الارتباط عند مقارنتها بالقيمة الحرجة باط البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398) وهذا يعد مؤشر على ان المقياس صادقاً لقياس الظاهرة التي وضع لقياسها.

- علاقة درجة الفقرة بالدرجة بدرجة البعد الذي تنتمي اليه:

استعمل الباحثان هذا الأسلوب لمعرفة معامل الارتباط بين درجة كل فقرة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، وذلك لغرض التأكد من صدق فقرات مقياس، في كل بعد وتم اعتماد الدرجة الكلية للمجال محكاً داخلياً، وبعد استعمال معامل ارتباط بيرسون اتضح إن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، استعمل الباحثان المعادلة التائية لمعاملات الارتباط عند مقارنتها بالقيمة الحرجة البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (398) ومن خلال هذا المؤشر اتضح أن جميع فقرات المقياس تعبر عن أبعادها.

- مصفوفة الارتباطات الداخلية لاستقلالية المكونات الرئيسية:

بهدف التعرف على مدى استقلالية الأبعاد الرئيسية في قياسها لمفهوم تنظيم الذات الأكاديمي، تم إيجاد معاملات الارتباطات الداخلية بين الدرجة الكلية للمقياس والدرجات الكلية للأبعاد الفرعية، واعتمد الباحثان في حسابها على معامل ارتباط " بيرسون " Person correlation لكون الدرجات متصلة ومتدرجة، وذلك لان ارتباطات الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس هي قياسات أساسية للتجانس، لأنها تساعد على تحديد مجال السلوك المراد قياسه ولتحقيق ذلك اعتمد الباحثان استمارات العينة السابقة ويتبين من الجدول (3) بأن جميع الارتباطات سواء كانت بين الأبعاد

بعضها مع البعض الآخر، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون كانت دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (398) حيث القيمة الحرجة تساوي (0.098) ، وهذا يشير الى ان الابعاد مترابطة فيما بينها وتقيس شيء واحد ويتم التعامل معها كدرجة كلية واحدة.

جدول (3)

قيم معاملات الارتباط المجال بالمجال الاخر لمقياس تنظيم الذات الأكاديمي

التنظيم الذات الأكاديمي				المتغيرات	
السؤال (د)	السؤال (ج)	السؤال (ب)	السؤال (أ)	السؤال (أ)	الذات الأكاديمي
			1	السؤال (ب)	
		1	.457	السؤال (ج)	
	1	.519	.531	السؤال (د)	
1	.359	.507	.583		

حساب الخصائص السايكومترية للمقياس:

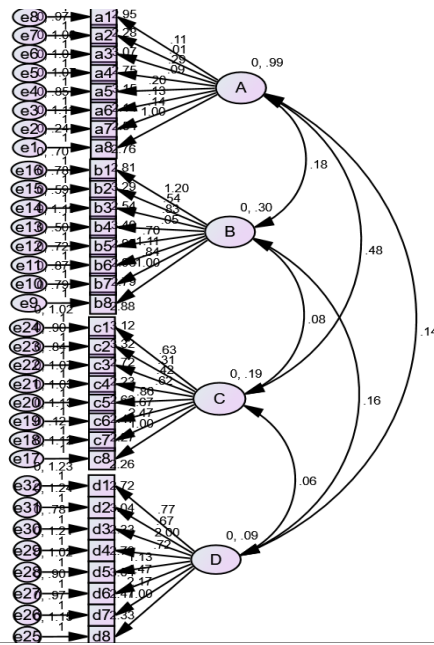
الصدق:

- الصدق الظاهري: تم التطرق له في الصفحات السابقة.

- صدق البناء:

اذ يتحقق صدق البناء من خلال تحقيق فرضية مرتبطة بالإطار النظري الذي بنى الاختبار عليه (حبيب وكاظم، 2018: 23)، وكذلك من خلال تحليل العامل الذي يقوم على تحليل مصفوفة معاملات الارتباط بين الاختبارات ومحكات مختلفة (عبد الرحمن، 2008: 200)، وللتأكد من هذا النوع من الصدق استخرج الباحثان التحليل العملي التوكيدي.

كما في الشكل (1) اتضح ان جميع الفقرات تشبعها دال احصائيًا، وذلك لان قيم الاوزان الانحدارية المعيارية جميعها ذات دلالة احصائية بدلالة قيم اختبار (t) والتي جميعها أعلى من قيمة (t) الجدولية (1.96) عند مستوى (0.05)، والمقصود الاوزان الانحدارية المعيارية هو تقدير قيمة دلالة العمل بين الفقرة بالعامل الذي تنتمي اليه، وان هذه النتيجة تقبل يجب أن تزيد قيمة (النسب الحرجة) المقابلة لها عن (1.96).



شكل (1)

مخطط التحليل العاملي التوكيدي لمقياس تنظيم الذات الأكاديمي

فضلا عن ان الباحثين حصلوا على عدد من مؤشرات جودة المطابقة المهمة، التي تبين مدى مطابقة الانموذج النظري الذي تبناه الباحثان مع العينة المشمولة بالدراسة، فهو يشير الى أي مدى استطاع النموذج النظري من تمثيل بيانات العينة بحيث لم يبتعد عنها كثيرا.

جدول (4)

مؤشرات جودة التطابق مقياس تنظيم الذات الأكاديمي

ت	المؤشر جودة التطابق	قيمة المؤشر	القطع
1	النسبة بين قيم χ^2 ودرجات الحرية df	4.182	أقل من (5)
2	جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA)	0.064	بين 0.05-0.08
3	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	0.844	بين 0-1
4	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	0.810	بين 0-1
5	مؤشر حسن المطابقة المعدل (AGFI)	0.828	بين 0-1

ومن خلال ما موضح في جدول (4) يتضح ان مؤشرات جودة التطابق مطابقة لمؤشرات جودة التطابق الحرجة، وبهذا عد مقياس تنظيم الذات الأكاديمي صادقاً بنائياً (غانم، 2013: 198).

- ثبات المقياس: ولتحقيق ذلك اعتمد الباحثان طريقتين هما:

أ- طريقة الاختبار- إعادة الاختبار **Test-Retest**: تم تطبيق المقياس على عينة الثبات التي تكونت من (30) طالباً ضمن عينة التحليل الاحصائي، وبفاصل زمني بلغ (4) أسابيع من التطبيق الأول، حيث بين المتخصصين بأن إعادة تطبيق المقياس لغرض التعرف على ثباته يجب أن يكون بين أربعة أسابيع وثمانية أسابيع من التطبيق الأول ثم حُسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول والثاني (حسن، 2016: 516)، وبلغ معامل الارتباط (0.793) للمقياس، وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار إجابات الأفراد على المقياس عبر الزمن.

ب- معادلة ألفا كرونباخ: وقد أستخرج الثبات بهذه الطريقة من درجات استمارات العينة الأساسية البالغة (400) طالب، وباستعمال معادلة كرونباخ بلغ معامل ألفا (0.869) وهو معامل ثبات جيد

المؤشرات الإحصائية لمقياس تنظيم الذات الأكاديمي:

قام الباحثان باستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Science) (SPSS) في استخراج تلك المؤشرات الإحصائية، إذ ان درجة الوسط الحسابي (88.1475) والوسيط (89.0000) والمنوال (89.00) وكانت درجة الالتواء والنقرطح قريبة من الصفر وهذا يدل على ان التوزيع اعتدالي.

الصيغة النهائية لمقياس تنظيم الذات الأكاديمي:

أصبح المقياس بصورته النهائية، الذي تبناه الباحثان مكوناً من (32) فقرة، أما بدائل الاستجابة على فقرات المقياس والمقياس بتدرج رباعي (صحيح جداً، نوعاً ما صحيح، ليس صحيحاً جداً، ليس صحيح على الإطلاق) (1,2,3,4) وبذلك تكون أعلى درجة يحصل عليها المستجيب هي (128) درجة، وأقل درجة يحصل عليها هي (32)، درجة، والوسط الفرضي للمقياس (80) درجة.

سابعاً- الوسائل الإحصائية: Statistical Means

اعتمد الباحثان على الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Statistical Package for Social Science (SPSS) في المعالجات الإحصائية كلها سواء في إجراءات التحقق من الخصائص السيكمترية لأدوات البحث، أو في استخراج النتائج.

البرنامج الإرشادي: Counseling Program

يعتمد العلاج النفسي الإيجابي على فرضية أن العلاج لا يتم فقط من خلال تخفيف الأعراض السلبية ومواجهتها، ولكن أيضاً من خلال بناء العواطف والانفعالات الإيجابية والفضائل ونقاط القوة بشكل مباشر وأساسي، فبناء هذه الموارد الإيجابية يؤدي إلى التغلب

على الأعراض السلبية بشكل مباشر، وقد يخفف أيضا من تكرارها في المستقبل .
(Seligman & Rashid,2006:776)

واعتمد الباحثان في تصميم البرنامج الإرشادي على نموذج سلجمان وراشد
(Seligman & Rashid,2006)) الذي تم استعماله للمبررات الاتية:

1. اعتمد الباحثان على جميع فقرات مقياس تنظيم الذات الأكاديمي ولكونه يغطي المفهوم المراد دراسته لكون هذا النموذج شامل لجميع فقرات، ومجالات المقياس.
2. يعتمد على نقاط القوة لدى المسترشد من خلال التركيز على الجوانب الإيجابية لديه.
3. يتبع الأسلوب العلمي.
4. يوفر الوقت والجهد.
5. مساعدة المسترشدين على تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والانفعالي.

ثانيا: الجانب العملي

تقرير وتحديد احتياجات الافراد:

الخطوة الأولى يتم فيها تحديد حاجات المسترشدين وفق مشكلاتهم والمراد تقديم الخدمات المناسبة لهم عن طريق الاساليب والفنيات، كما ان حاجات المسترشدين تعد حجر الأساس في عملية تخطيط البرنامج، وبناء على ما سيتم التوصل إليه من معلومات يحدد الباحثان الاتجاه المناسب للبرنامج (العاسمي، 2015: 24).

قام الباحثان بعرض فقرات المقياس، والحاجات التي تم تحديدها على المحكمين لمعرفة آرائهم بمدى ملائمة الفقرة مع الحاجات، والجدول (5) يبين فقرات مقياس تنظيم الذات الأكاديمي التي حولت إلى حاجات ضمن البرنامج الإرشادي المستخدم في البحث الحالي، اذ يتكون مقياس تنظيم الذات الأكاديمي من أربع أسئلة، وفي كل سؤال ثمان فقرات، والاسئلة هي:

أ- لماذا أقوم بواجبي المنزلي؟

ب- لماذا أعمل على واجبي الصفي؟

ت- لماذا أحاول الإجابة على الأسئلة الصعبة في الفصل؟

ث- لماذا أحاول ان أبلّي بلاءً حسناً في المدرسة؟

الجدول (5)

فقرات مقياس تنظيم الذات الأكاديمي التي حولت الى حاجات ضمن البرنامج الارشادي

الترقيم	السؤال الذي تنتمي اليه الفقرة	الفقرات	عنوان الجلسة
1	أ	1- لأنني أريد من المعلم أن يعتقد أنني طالب جيد	التفكير الاجيبي
	ب	10- لأنني أريد من المعلم أن يعتقد أنني طالب جيد	
	ج	17- لأنني أريد أن يعتقد الطلاب الآخرون أنني ذكي	
	د	26- لذلك سيعتقد أساتذتي أنني طالب جيد	
	د	32- لأنني قد أحصل على مكافأة إذا قمت بعمل جيد	
2	أ	2-لأنني سأقع في مشكلة إذا لم أفعل	تجنب الفشل
	أ	4- لأنني سأشعر بالسوء باتجاه نفسي إذا لم أفعل ذلك	
	ب	9- حتى لا يصرخ المعلم في وجهي	
	ب	12- لأنني سأخجل من نفسي إذا لم يتم ذلك	
	ج	18- لأنني أشعر بالخجل من نفسي عندما لا أحاول	
	د	28- لأنني سأواجه مشكلة إذا لم أبلّي بلاءً حسناً	
	د	29- لأنني سأشعر بالسوء حيال نفسي إذا لم أبلّي بلاءً حسناً	
3	أ	3- لأنه ممتع	الدافعية لإنجاز الواجبات
	أ	5- لأنني أريد أن أفهم الموضوع	
	أ	8- لأنه من المهم بالنسبة لي أن أقوم بواجبي المنزلي	
	ب	16- لأنه من المهم بالنسبة لي العمل في واجبي الدراسي	
	ب	11-لأنني أريد أن أتعلم أشياء جديدة	حب



الترقيم	السؤال الذي تنتمي اليه الفقرة	الفقرات	عنوان الجلسة
4	ب	13- لأنه ممتع	التعلم
	ب	14- لأن هذه هي القاعدة	
5	ج	22- لأنه من الممتع الإجابة على الأسئلة الصعبة	التحفيز الأكاديمي
	د	30- لأنه من المهم بالنسبة لي أن أحاول تحقيق أداء جيد في المدرسة	
	ج	23- لأنه من المهم بالنسبة لي محاولة الإجابة على الأسئلة الصعبة في الفصل	
6	أ	6- لأن هذا ما يفترض أن أفعله	تقدير الذات
	ج	20- لأن هذا ما يفترض أن أفعله	
	ج	21- لمعرفة ما إذا كنت على صواب أم خطأ	
	د	25- لأن هذا ما يفترض أن أفعله	
7	ج	24- لأنني أريد من المعلم أن يقول أشياء لطيفة عني	الشعور بالفخر
	د	31- لأنني سأشعر بالفخر حقاً إذا قمت بعمل جيد	
8	ا	7- لأنني أستمتع بأداء واجبي المنزلي	الاستمتاع بالتعلم
	ب	15- لأنني أستمتع بعمل صفي	
	ج	19- لأنني أستمتع بالإجابة على الأسئلة الصعبة	
	د	27- لأنني أستمتع بعمل مدرستي بشكل جيد	

1- كتابة واعداد اهداف البرنامج وغايته:

- أ. الهدف العام: التعرف على فاعلية برنامج إرشادي بأسلوب (العلاج النفسي الإيجابي) في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة.
- ب. اهداف الجلسة: اشتق الباحثان الأهداف السلوكية الخاصة لكل جلسة إرشادية تتناسق مع عنوان الجلسة التي تؤدي الى تحقيق الهدف العام للبرنامج الإرشادي وهو تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

ت. اختيار وتنفيذ نشاطات البرنامج: تم التطرق إليها في الفصل الثاني وكل أسلوب إرشادي مستند إلى النظرية المتبناة.

ث. تقويم وتقدير مدى كفاءة البرنامج: استعمل الباحثان ثلاثة أنواع من التقويم: **التمهيدي**: يتمثل بالإجراءات التي قام بها الباحثان قبل البدء بتنفيذ البرنامج، والمتمثلة في تطبيق مقياس تنظيم الذات الأكاديمي لتشخيص وتحديد الحاجات لدى طلاب المرحلة المتوسطة (عينة البحث)، **البنائي**: يتمثل بإجراء التقويم عند نهاية كل جلسة عن طريق طرح التساؤلات لأفراد المجموعتين التجريبيتين، ومتابعة التدريبات في بداية كل جلسة، **والتقويم النهائي**: يتمثل في النتائج التي حققها البرنامج في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، في ضوء نتائج تطبيق مقياس تنظيم الذات الأكاديمي (القبلي والبعدي والمرجأ) لمعرفة التغيير الذي أحدثه البرنامج الإرشادي.

2- **صدق البرنامج الإرشادي**: قام الباحثان بالتحقق من هذا النوع من الصدق، بعرض البرنامج على وفق الأسلوبين الإرشاديين (العلاج النفسي الإيجابي) مع تحديد الحاجات، وعناوين الجلسات على مجموعة من المحكمين والمختصين في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي وذلك لمعرفة مدى ملائمة عناوين الجلسات مع فقرات المقياس، مدى مناسبة الحاجات وتسلسلها، ومدى مناسبة الفنيات الإرشادية المستخدمة في كل أسلوب.

وقد اخذ الباحثان بالملاحظات والتعديلات التي أبداهها المحكمين والمختصين في الإرشاد النفسي لأجل دقة البرنامج الإرشادي بما يناسب العينة.

3- **تطبيق البرنامج الإرشادي**:

لأجل ذلك تم اعتماد الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعتين على مقياس تنظيم الذات الأكاديمي، قبل البدء في تطبيق البرنامج الإرشادي، بمثابة نتائج للاختبار القبلي ودرجات التكافؤ بين أفراد المجموعتين، اختيار (24) فرداً

بصورة قصدية ممن حصلوا أقل الدرجات على مقياس تنظيم الذات الأكاديمي بواقع (12) طالباً للمجموعة التجريبية و (12) طالباً للمجموعة الضابطة، قام الباحثان باختيار (متوسطة الفاو للبنين، ومتوسطة كاظم برسيم العتابي) لغرض تطبيق البرنامج الإرشادي، طبق أسلوب (العلاج النفسي الإيجابي) على المجموعة التجريبية، اما فيما يخص المجموعة الضابطة فلم يطبق عليها أي برنامج او أسلوب إرشادي، تحديد جلسات البرنامج الإرشادي والبالغ مجموعها (10) جلسة إرشادية، بواقع جلسة واحدة في الاسبوع، وزمن كل جلسة من الجلسات الإرشادية (60) دقيقة، حدد مكان وزمان الجلسات الإرشادية اذ عُقدت في (قاعة المختبر المخصصة لمادة الكيمياء) في تمام الساعة (9) صباحاً من يوم الاثنين للمجموعة التجريبية، بدء تطبيق البرنامج الارشادي وذلك في يوم الاثنين الموافق 14 / 11 / 2022 للمجموعة التجريبية، وتم مقابلة المسترشدين للتعرف عليهم وإعلامهم بطبيعة العمل الإرشادي، وما لهم وما عليهم من واجبات وحقوق في البرنامج الإرشادي قبل هذا الموعد، حدد موعد الاختبار البعدي لمقياس تنظيم الذات الأكاديمي في يوم (الاثنين) الموافق 16 / 1 / 2023 للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، ثم حدد موعد الاختبار المرجأ لمقياس تنظيم الذات الأكاديمي في يوم (الاحد) الموافق 5 / 3 / 2023 للمجموعة التجريبية. كما موضح في جدول (6).

الجدول (6)

الجلسات الإرشادية حسب اليوم والتاريخ والوقت وعنوان الجلسة للبرنامج الإرشادي
لتنمية تنظيم الذات الأكاديمي

ت	الجلسة الإرشادية	موعد الجلسة بأسلوب العلاج النفسي الإيجابي	عنوان الجلسة
1	الأولى	الاثنين 14/11/2022	الافتتاحية
2	الثانية	الاثنين 21/11/2022	التفكير الإيجابي
3	الثالثة	الاثنين 28/11/2022	تجنب الفشل
4	الرابعة	الاثنين 5/12/2022	الدافعية لإنجاز الواجبات
5	الخامسة	الاثنين 12/12/2022	حب التعلم
6	السادسة	الاثنين 19/12/2022	التحفيز الأكاديمي
7	السابعة	الاثنين 26/12/2022	تقدير الذات
8	الثامنة	الاثنين 2/1/2023	الشعور بالفخر
9	التاسعة	الاثنين 9/1/2023	الاستمتاع بالتعلم
10	العاشرة	الاثنين 16/1/2023	الختامية
	الاختبار البعدي	الاثنين 16/1/2023	الاختبار البعدي
	الاختبار المرجأ	5/3/2023	

جلسات البرنامج الإرشادية: سوف يتم عرض جلسة إرشادية واحدة وكالاتي:
(الجلسة: الثالثة /مدة الجلسة (60 دقيقة))

الموضوع	تجنب الفشل
الحاجة	حاجة المسترشدين الى تجنب الفشل
أهداف الجلسة	- ان يتعرف افراد المجموعة الإرشادية على مفهوم تجنب الفشل. - ان يتعرف افراد المجموعة الإرشادية على نقاط القوة المميزة لديهم.
الفنيات	- نقاط القوة المميزة، الرضا بدلاً من التعظيم (التطلع للكمال)، الاستجابة النشطة - البناءة.
الأنشطة المقدمة	- مناقشة التدريب البيئي الخاص بالجلسة السابقة. - يُعرف المرشد مفهوم تجنب الفشل. - يشرح المرشد لأفراد المجموعة الإرشادية كيفية تجنب الفشل من خلال نقاط القوة الشخصية المميزة. - يطبق المرشد مقياس نقاط قوة الشخصية فضلاً عن ذلك يقوم المرشد بتعليم افراد المجموعة الإرشادية بالتعرف على نقاط القوة الشخصية التي يتميزون بها لغرض تجنب الفشل. - مناقشة الرضا والافتتاح، من خلال استعراض مجموعة من البدائل والحث على اختيار الأفضل من بينها. - يشرح المرشد لأفراد المجموعة الإرشادية كيفية الاستجابة النشطة البناءة. - تدريب افراد المجموعة الإرشادية على الاستجابة بشكل نشط وبناء مع افراد الاسرة او الأصدقاء.
التقويم البنائي	- يوجه المرشد سؤالاً عن نقاط القوة التي يتميز بها افراد المجموعة الإرشادية. - يوجه المرشد سؤالاً عن أهمية الرضا وهل يختلف عن الكمال. - يوجه المرشد سؤالاً هل تبحث عن البدائل في كل قرار تتخذه. - يطلب المرشد من افراد المجموعة الإرشادية ذكر أساليب الاستجابة النشطة البناءة.
التدريب البيئي	- يطلب المرشد من افراد المجموعة الإرشادية طرق لزيادة الرضا الشخصي والأكاديمي.

ادارة الجلسة:

- مناقشة التدريب البيئي الخاص بالجلسة السابقة، وتقديم الشكر للمسترشدين الذين انجزوا الواجب.
- يوضح المرشد أن القدرة على تجنب الفشل تشمل عدة طرائق منها:
- من خلال تعلم المسؤولية والاستجابة النشطة البناءة وإن الطالب الذي يتعلم كيف يتحمل المسؤولية هو القادر على مواجهة الفشل الذي يواجهه.
- المواجهة للفشل تكمن من خلال نقاط القوة المميزة التي يمتلكها.
- يوضح المرشد أهمية التطلع للكمال في تجنب الفشل ومواجهته.
- المواظبة على الدراسة أولاً بأول وعدم التسويف أو التأجيل فيها لأن ذلك يؤدي على تجنبنا للفشل، لأن ذلك يؤدي إلى تراكم المواد الدراسية وتراجع التحصيل
- ثم يوجه المرشد أنظار أعضاء المجموعة إلى أن هناك آليات أو وسائل يستطيع بها كل فرد مواجهة الفشل بطريقة ايجابية ويوضح بأن كل طرق التفكير السلبي لا تجدي أي نفع وإنما على أعضاء المجموعة الإرشادية مواجهة ذلك السلوك بتعزيز النواحي الايجابية في حياتهم بتطوير أدوات يمكن استخدامها للمواقف المختلفة.
- يوضح كيف يمكن للطالب التحكم في كيفية أداء واجباته المدرسية وتجنبه الفشل من خلال التدريب على استخدام مهارات تنظم عمل واجباته المدرسية وتساعده في الحفظ وهي بمثابة استجابة نشطة وبناءة:
- معالجة المعلومات: يذكر المرشد للأفراد المجموعة الإرشادية أن كل فرد لديه قدرة على إيجاد تنظيمات وتحليلات تخيلية ولفظية تساعده على سرعة الفهم والاسترجاع والسيطرة على المادة.
- انتقاء الافكار الاساسية: ويشرح المرشد لأفراد المجموعة الإرشادية إمكانية كل فرد من التحكم في انتقاء المعلومات المهمة التي يركز عليها في دراسته في الصف او مواقف التعلم المستقل.

- استخدام وسائل معينة: يوضح المرشد لأفراد المجموعة الإرشادية أن يتمكن من استخدام وسائل معينة للتذكر تدعم وتزيد من التعلم ذي المعنى والحفظ، ذلك ان انتاج واستخدام الوسائل المعينة يساعد في التحكم في حل المشكلات الدراسية.
- المراجعة والاختبار الذاتي: يوضح المرشد لأفراد المجموعة أن كل فرد يتمكن من خلال السيطرة والتحكم مراجعة المادة الدراسية بأساليب محددة وأجراء الاختبار الذاتي.
- تركيز الانتباه: يشرح الباحث لأفراد المجموعة الإرشادية أن كل فرد من خلال السيطرة والتحكم يستطيع يركز على الأنشطة التي تساعد على التذكر وتحديد المهمات المادة الدراسية.
- ثم يلجأ بعد ذلك المرشد الى توجيه عدد من الاسئلة لغرض التقويم البنائي:
- ما هي نقاط القوة التي تتميزون بها؟
- من منكم يشعر بالرضا وهل يختلف عن الكمال؟
- هل تبحث عن البدائل في كل قرار تتخذه؟
- يطلب المرشد من افراد المجموعة الارشادية ذكر أساليب الاستجابة النشطة البناءة؟
- ثم يطلب المرشد من افراد المجموعة الارشادية تدريب بيتي من خلال كتابة ملخص عن طرق زيادة الرضا الشخصي والأكاديمي.

عرض النتائج

يستهدف البحث الحالي التعرف الى:

1- تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

من أجل تحقيق هذا الهدف، تم تطبيق مقياس تنظيم الذات الأكاديمي، وجدول (7)، يوضح ذلك.

جدول (7)

الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة

المتغير	حجم العينة	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
تنظيم الذات الأكاديمي	150	149	73.1067	12.223	80	6.907	1.96	غير دالة

2- فاعلية برنامج ارشادي بأسلوب العلاج النفسي الإيجابي في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة: من خلال اختبار الفرضيات الصفرية التالية:

- لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات الطلاب المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس تنظيم الذات الأكاديمي عند مستوى دلالة (0.05).

اختبار صحة هذا الافتراض تم استعمال اختبار ولكوكسون Wilcoxon

وكما موضح في الجدول (8).

جدول (8)

نتائج اختبار ولكوكسون للاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية (العلاج النفسي الإيجابي)

المجموعة	الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة ولكوكسن		مستوى الدلالة 0.05	دلالة الفروق
							المحسوبة	الجدولية		
التجريبية (العلاج النفسي الإيجابي)	القبلي	12	49.2500	3.04884	.00	.00	0	13	دالة	دالة لصالح الاختبار البعدي
	البعدي		99.9167	5.94610	78.00	6.50				

*قيمة ولكوكسن الجدولية = (13) عند مستوى دلالة 0.05 (حسن، 2016: 573)

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات افراد المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس تنظيم الذات الأكاديمي عند مستوى دلالة (0.05).

استعمل الباحثان اختبار مان-وتني للمجموعتين التجريبية (العلاج النفسي الإيجابي) والضابطة في الاختبار البعدي، وحسبت قيمة مان وتني (U) للعينات الصغيرة، واتضح أن قيمة المحسوبة (صفر) والجدول (9) يوضح ذلك.

الجدول (9)

قيمة مان وتني في الاختبار البعدي لمقياس تنظيم الذات الأكاديمي بين المجموعة التجريبية (العلاج النفسي الايجابي) والمجموعة الضابطة

المجموعة	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة مان وتني U		مستوى الدلالة 0.05
				المحسوبة	الجدولية	
التجريبية (العلاج النفسي الايجابي)	12	222.00	18.50	0	30	دالة
الضابطة	12	78.00	6.50			

*قيمة مان -وتني الجدولية= (30) عند مستوى دلالة 0.05 (غانم، 2008: 604).

- لا توجد فاعلية للبرنامج الارشادي بأسلوب العلاج النفسي الايجابي في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، يساوي أو أكبر من نسبة الكسب "ماك جوجيان" والبالغة (0.60). وجدول (10) يوضح ذلك.

الجدول (10)

نسبة الكسب لـ "ماك جوجيان" في قياس تنظيم الذات الأكاديمي المجموعة التجريبية (العلاج النفسي الايجابي) بين الاختبارين القبلي والمرجأ (المتابعة)

المجموعة	المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي	المتوسط الحسابي في الاختبار المرجأ (المتابعة)	الدرجة النهائية	نسبة الكسب لـ "ماك جوجيان"	مستوى الدلالة
التجريبية (العلاج النفسي الإيجابي)	49.2500	101.7500	128	0.666	مقبولة (فعالة) $0.60 \leq$

ويتبين من الجدول أعلاه فاعلية العلاج النفسي الايجابي في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب متوسط، وأن تأثير الجلسات الارشادية فعالة لديهم أي لدى العينة التجريبية الأولى من طلاب المرحلة متوسط، أي ترفض الفرضية الصفرية وذلك لأن هناك فاعلية للعلاج النفسي الايجابي.

تفسير النتائج:

1- يمكن تفسير نتيجة الهدف الأول: ان القيمة المتوسط الحسابي أصغر من قيمة المتوسط الفرضي، اذ تشير الى ان افراد عينة البحث ليس لديهم تنظيم ذات أكاديمي، اذ يشير ديسي وريان في نظرية التنظيم المتكامل الى ان الدوافع الخاضعة للرقابة لا يبتأ فقط بالمزيد من الفقر التعلم ولكن أيضاً مشاكل سلوكية أكبر وأخطر الانسحاب والتسرب، والنتيجة تكون أكثر سطحية وقل قابلية للتحويل، في حين ان المناخات المدرسة المتناقضة التي تدعم الاستقلالية تعزز المزيد من التحفيز الذاتي والمثابرة وجودة التعليم اذ يظهر الهيكل، كدعم للكفاءة، وتدعم مناخات الفصل الدراسي الاستقلالية، وتوفر هيكلاً عالياً، وتنقل الترابط والشمول من اجل الرفاهية الشخصية ومشاعر الارتباط بالمدرسة والمجتمع (Ryan & Deci, 2017:18)، اذ يرى الباحثان ان الاستعمال الغير مناسب لتحفيز الاكاديمي من قبل الإباء والمدرسين، اتجاه الواجبات المدرسية، تكون اتجاه الدوافع الداخلية للطلبة وان دوافعهم مازالت خارجية، اذ لا يجد الطالب دافعية للتعلم.

2- فيما يتعلق بأسلوب العلاج النفسي الايجابي في تنمية تنظيم الذات الاكاديمي فقد اتضح وجود فاعلية للعلاج النفسي الإيجابي من خلال الفروق في نتائج الاختبار القبلي والبعدى والمرجاً للمجموعة التجريبية، وفي نتائج الاختبار البعدى للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية، وهذا يعني أن الفنيات والتمارين المستعملة في الجلسات الارشادية لتنمية تنظيم الذات الاكاديمي لها

فاعلية في تغيير اسلوب حياة المراهقين وتنظيم حياتهم الاكاديمية، ويفسر هذه النتيجة وفق الاطار النظري المعتمد لـ (Seligman & Rashid, 2011)، فان العلاج النفسي الايجابي يهدف اولاً الى مساعدة الذات اكثر من العلاج فهو يهتم بتنمية الجوانب الايجابية بدلا من التركيز على المشكلات التي تدمر الذات، ويركز على الحفاظ على ملامح حياة افضل في عقول المسترشدين والاحساس بالقوة دون الالتفات الى مشكلاتهم الاصلية (Kashdan & Ciarrochi, 2017:3-4).

كما يشير (Pekrun et al, 2002) في بحثه عن الانفعالات الايجابية في التعليم، (لطالما كانت الانفعالات الايجابية مؤثرة بدرجة كبيرة على دوافع المتعلمين في اكتساب المعرفة (Pekrun et al, 2002:91).

ويرى الباحثان انه من خلال تفعيل المكونات الاساسية التي يقوم عليها العلاج النفسي الإيجابي، وهي المشاركة، المتعة (الانفعالات الايجابية) والمعنى، وذلك من خلال النشاطات والتمارين الخاصة في كل مكون يعمل ذلك على ابراز نقاط القوة المميزة لديهم ومن خلال ذلك يمكن توجيه طاقاتهم وقدراتهم في تطوير قدراتهم الاكاديمية، وان التفوق الأكاديمي هو تنظيم لقدرات الفرد نحو الدراسة، وإذ تتفق هذه النتيجة مع دراسة (Pekrun et al., 2002)، ودراسة (Goetz et al, 2008).

الاستنتاجات *Conclusions*:

في ضوء نتائج هذه الدراسة يمكن أن نستنتج ما يلي:

- 1- ان طلاب المرحلة المتوسطة يعانون من ضعف في تنظيم الذات الأكاديمي.
- 2- فاعليه الاسلوب الإرشادي العلاج النفسي الايجابي في تنمية تنظيم الذات الأكاديمي.
- 3- إن طلاب المرحلة المتوسطة بحاجة الى جلسات ارشادية متكاملة الأدوار من خلال اشراك جميع القائمين على العملية التعليمية من مدرسين ومدرسات واولياء

أُمور الطلبة والمرشد التربوي داخل المدرسة، مبنية على أسس علمية تهدف الى رفع المستوى التعليمي للطلاب.

التوصيات: *Recommendations*

- في ضوء نتائج هذه الدراسة يمكن التوصل إلى التوصيات التالية:
- 1- توفير برامج ارشادية وورش عمل حول تنظيم الذات الأكاديمي.
 - 2- توفير ورش عمل حول كيفية تطوير مهارات التفكير المنتج ومهارات التركيز والخرن والاسترجاع والبحث الأكاديمي ومهارات الاستماع والتواصل الفعال ومهارات الاستشارة والتوجيه الذاتي.
 - 3- توفير موارد للطلاب لمساعدتهم على تحسين مهاراتهم الأكاديمية، مثل المكتبات الإلكترونية والمكتبات المادية والمراجع الأكاديمية.
 - 4- تدريب المرشدين النفسيين على كل من أساليب ن العلاج النفسي الايجابي.

المقترحات: *Suggestions*

- استكمالاً لهذه الدراسة يقترح الباحثان إجراء دراسات جديدة، منها:
- 1- دراسة متغير تنظيم الذات الأكاديمي وعلاقته بالتفوق الدراسي *Academic*.
 - 2- يمكن دراسة تنظيم الذات الأكاديمي على شرائح اخرى (كطلبة المرحلة الإعدادية والطلبة ذوي صعوبات التعلم)

المصادر العربية:

- أبو حلاوة، محمد السعيد وحديبي، مصطفى عبد المحسن. (2022). علم النفس الإيجابي، دار المسيرة: عمان.
- بيري، فانان (2011). الدافعية المدرسية، ترجمة، محمد شيخو، مركز العربي للتعبير والترجمة والتأليف والنشر: دمشق.
- توم باثلر، باودون (2022). علم النفس خلاصة أعظم الكتب، ترجمة مكتبة جرير،

- ثورندايك، روبرت، هيجن، اليزابيث (1986). القياس والتقويم في علم النفس والتربية، ترجمة، عبد الله زيد الكيلاني، وعبد الرحمن عدس، مركز الكتب الأردني: عمان.
- جاسم، رغد شاكِر (2021). فاعلية التدخل الإيجابي والتفضيل الاحتمالي للذات في خفض الانغمار باللعب الالكترونية لدى طالبات المرحلة الإعدادية، أطروحة دكتوراة- غير منشورة- كلية التربية: الجامعة المستنصرية.
- الجليبي، سوسن شاكِر (2005). أساسيات بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، مؤسسة علاء الدين للنشر والتوزيع: دمشق.
- حبيب، صفاء طارق، وكاظم، بلقيس حمود (2018). نظريتي القياس الحديثة والتقليدية، دار المنهجية: عمان.
- حجازي، مصطفى (2020). إطلاق طاقات الحياة، المركز الثقافي العربي: الدار البيضاء- المغرب.
- حسن، عزت عبد الحميد (2016). الاحصاء النفسي والتربوي تطبيقاته باستخدام برنامج Spss، دار الفكر العربي: القاهرة.
- العاسمي، رياض نايل. (2015). علم النفس الإيجابي وتطبيقاته في العمليات التربوية، مجلة نقد والتنوير: [Http: edusocio.net](http://edusocio.net).
- العبودي وصالح، طارق محمد بدر وعلي عبد الرحمن. (2018). علم النفس الإيجابي، دار المنهجية: عمان.
- الكيلاني، عبد الله زيد، الشريفين، نضال كمال (2016). مدخل الى البحث في العلوم التربوية والاجتماعية، دار المسيرة: عمان.
- مارشال، مارفن (2012). ضبط السلوك من دون ضغوط نفسية عقوبات او مكافآت، ترجمة هايك ساموئيل آرئين، بيت الحكمة: بغداد.
- محمود، عبد النعيم عرفة، والجلالي، طارق محمد فتحي: تنظيم الذات الأكاديمي وعلاقته بقلق الاختبار لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة القصيم مجلد (6) ع (2) 40.
- المشاقبة، محمد (2007). مبادئ الارشاد النفسي للمرشدين والاختصاصيين النفسيين، دار المناهج للنشر والتوزيع: المملكة العربية السعودية.

المصادر الأجنبية:

- Black A. & Deci, E. (2000): The Effects of Student Self-Regulation and Instructor Autonomy Support on Learning in a College Level Natural Science Course, A: Self-Determination Theory Perspective. *Science Education*, 84 (1).
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer US.
- _____, E.L., & Ryan, R.M. (2017). Self-determination theory: A macro theory of human motivation, development and health. *Canadian psychology*, 49 (3),182-185.
- Ryan, R.M., Connell, J.P., Plant, R.W. (1994). Emotions in non-directed text learning, learning and individual differences, 2, (1),1-17.
- Johny, Lis. (2012). The Assessment of Academic Self-Regulation and Learning Strategies: Can they Predict School Ability, Educational Measurement and Evaluation Review: Philippine Educational Measurement and Evaluation Association
- Kahler, C. Spillane, N., Day, A., clarkin, E, Parks, A., Leventhal, A. & Brown R. (2014). Positive intervention for smoken, treatment development, *journal of positive psychology*, 9 (1).
- Kaufman, J.C., & Baer, J. (Eds) (2014): *Creativity Across Domains: Faces of The Muse*. Mahwah, N j, Lawrence Erlbaum (reviewed in psycritiques).
- Pintrich P. R.; & Zusho, A. (2007). Student Motivation and Self-Regulated Learning in the College Classroom. In R. Perry & J. C. Smart (Eds.), *The Scholarship of Teaching and Learning in Higher Education: An Evidence-Based Perspective* (pp. 731–810). Netherlands: Springer.
- Ridder, D. & Dewit, J. (2006): *Self – Regulation in Helth Behavior: Concepts, Theories and Central Issues*, John Wiley & Sons Ltd.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: classic de finitions and new directions contemporary. *Educational psychology*, 25, 54-67.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish. A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press.
- _____, M.E.P., Rashid, T., & Parks, A.C. (2006). Positive Intervention. *American Psychologist*, 61, 774-788.
- Zimmerman (2002). *Becoming A Self-Regulation Learning: An Overview Theory in to Practice* ,41 (2).



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي مركز البحوث النفسية

وحدة الاصدارات والمطبوعات

ملاحظة...

الافكار الواردة في البحوث والدراسات المنشورة تُعبر عن
آراء أصحابها وليس بالضرورة عن رأي المجلة .

المراسلات

توجه جميع المراسلات الى رئيس التحرير على العنوان التالي:

مجلة العلوم النفسية - مركز البحوث النفسية

ص.ب. 47041 جادرية - بغداد - العراق

هـ 07729423220

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق

614 لعام 1994

بغداد - العراق