



Journal of Education for Humanities

A peer-reviewed quarterly scientific journal issued by College of Education for Humanities / University of Mosul



The Effect of a Training Program Based on the Rational-Emotive Approach on Enhancing Social Trust Among Middle School Students

Zeina Sabti Abdel Latif Alwan

The Open Educational College- Wasit Centre / Wasit - Iraq

Article information	Abstract
Accepted: 4/2/2025 Published 31/7/2025	
Keywords Training Program – Rational-Emotive Approach – Social Trust – Experimental Group – Control Group.	
Correspondence: Zeina Sabti Abdel Latif zinasabtiabdullatif@gmail.com	The study aims to investigate the effect of a training program based on the rational-emotive approach on enhancing social trust among middle school students. To achieve the objectives of this research, the experimental method was adopted to test the research hypotheses. The research sample consisted of 20 students who scored the lowest on the Social Trust Scale. These students were selected from Al-Kindi Intermediate School for Boys located in the center of Al-Kut City, Wasit Governorate. They were randomly assigned to two equal groups. The prepared program, which followed the rational-emotive approach, was applied to the experimental group, while the control group did not receive any training. The training program consisted of 12 sessions, which were reviewed and approved by a panel of experts in the field. For statistical analysis, Pearson's correlation coefficient, Chi-square test, and Wilcoxon test were used. The study reached one of its key findings: there were no statistically significant differences at the level of (0.05) between the ranks of the experimental and control groups in the post-test. In light of the findings, the researcher presented a number of conclusions, recommendations, and suggestions.

DOI: *****, ©Authors, 2025, College of Education for Humanities University of Mosul.

This is an open access article under the CC BY 4.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

اثر برنامج تدريبي قائم على النمط العاطفي العقلاني في تنمية الثقة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة المتوسطة

زينة سبتي عبد اللطيف علوان

الكلية التربوية المفتوحة- مركز واسط / واسط - العراق

المخلص

معلومات الارشفة

يهدف الى معرفة (اثر برنامج تدريبي قائم على النمط العاطفي العقلاني في تنمية الثقة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة المتوسطة) ، وتحقيقا لأهداف هذا البحث تم اعتماد المنهج التجريبي للتحقق من فرضيات البحث اذ تكونت عينة البحث من (٢٠) طالب من الذين حصلوا على اقل درجة في مقياس الثقة الاجتماعية تم اختيارهم من (متوسطة الكندي للبنين) في مركز مدينة الكوت في محافظة واسط وتم توزيعهم عشوائيا بين مجموعتين متساويتين واستعمل البرنامج المعد مع المجموعة التجريبية اسلوب النمط العاطفي العقلاني المقدم بينما لم تتعرض المجموعة الضابطة للبرنامج التدريبي ، وبلغ عدد الجلسات (١٢ جلسة) تم عرضه على مجموعة من الخبراء في هذا المجال ، وقد أيدوا صلاحية البرنامج ولمعالجة الإحصائية (معامل ارتباط بيرسون ، مربع كا، واختبار ولكوكسن) ، وقد توصل إلى ابرز النتائج لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي، وخرجت الباحثة في ضوء النتائج بعدد من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

تاريخ القبول : ٢٠٢٥/٢/٤

تاريخ النشر : ٢٠٢٥/٧/٣١

الكلمات المفتاحية :

برنامج تدريبي - النمط العاطفي
العقلاني - الثقة الاجتماعية -
المجموعة التجريبية - المجموعة
الضابطة.

معلومات الاتصال

زينة سبتي عبد اللطيف

zinabtiabdullatif@gmail.com

DOI: * , ©Authors, 2025, College of Education for Humanities University of Mosul.

This is an open access article under the CC BY 4.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

الفصل الاول : التعريف بالبحث

مشكلة البحث

ان انخفاض الثقة الاجتماعية يؤدي الى زيادة توقعاته بعدم النية الحسنة والشك والحذر من سلوك الآخرين او انهم سوف يقومون بخيانتته فهو يتوقع الخطر دوما من الآخرين وبالتالي ضعف الثقة الاجتماعية يعد عاملا مؤثرا في العديد من المشكلات النفسية والصحية والوظيفية فالفرد يسجل درجة قليلة على مقياس الثقة الاجتماعية يكون اكثر حذرا وتخوفا من الناس ومن المواقف مقارنة بالفرد الذي يسجل درجة عالية على مقياس الثقة الاجتماعية فهو اقل رغبة وخوفا تجاه المواقف والافراد (الديب ، ١٩٩٦ ، ١٦).

قد اشتق Rotter هذا المفهوم من نظريته في التعلم الاجتماعي اثر ملاحظته عن صراع القيم والعنف في المجتمع الامريكي في ستينيات القرن العشرين وما ولده ذلك الصراع من تدهور ثقة الافراد بمؤسساتهم وحكوماتهم فكتب كلما زاد اعتماد الفرد على الآخرين فيه ضعفت الثقة بين الناس وبدا النظام الاجتماعي بالانهيار ازداد (Rotter.1971.p.443)

وتمثل المرحلة المتوسطة كذلك ميدانا لتطوير شخصية الطالبات اذ تعد احد مراحل البناء المعرفي لدى طالبات وبجميع جوانبه فهي محصلة ناتج تأثيرات العديد من المتغيرات الاجتماعية والتربوية واسلوب الحياة لدى الطالبات ومدى الاستجابة لأي متغير او مؤثر في البيئة التي يأتي منها (وزارة التربية ، ١٩٨٨ ، ٥١). ولهذا اجريت العديد من الدراسات في المجتمع العراقي وعلى عينات مختلفة واطهرت انخفاض الثقة الاجتماعية لدى عينة البحث كدراسة (ابراهيم ، ٢٠١٤) ودراسة (قاسم ، ٢٠١٤). ولكن لم تجري اي دراسة على حد اطلاع الباحثة بهذا الاسلوب على عينة البحث ، لذا ارتأت الحاجة الى القيام ببناء برنامج تدريبي قائم على تنمية الثقة الاجتماعية لدى طالبات المرحلة المتوسطة .

اهمية البحث

ان الثقة الاجتماعية تعد اساس نجاح اي علاقة واستمرارها على المستوى الشخصي والاجتماعي وبانعدامها ينعدم التوافق مع المحيط الاجتماعي ويصبح الفرد منعزلا ومنطويا على نفسه فالثقة الاجتماعية حقيقة اساسية في الحياة الاجتماعية في ضوء انها اقوى شعور ينتاب الفرد بأيمانه بتوقعاته نحو الآخرين وللإنسان ان يفكر ويتخيل مقدار القلق الناجم عن عالم يفتقر للثقة في هذه الحالة يصبح اي شيء وكل شيء ممكنا ، وتحدد الثقة مفهوم الناس عن الطبيعة البشرية وشعورهم العام عن نوع العالم الذي يعيشون فيه وتكاد ان تؤثر في كل ابعاد العلاقات البشرية فعندما يثق الناس بنوايا الآخرين وبان لاشي يستدعي الخوف منهم يشعرون عندها بالاسترخاء والامن ويسعون نحو اهداف مشتركة وبالعكس عندما تنعدم الثقة يسود الخوف والشك والشعور بالحاجة الى العزلة وحماية الذات (نظمي ، ٢٠٠١ ، ص٢٧) .

وتعد المرحلة المتوسطة من اهم المراحل لتأهيل الطالبات على تحمل المسؤولية والمعرفة الحقيقية لمستلزمات عصرنا ، كما انها محطة اعدادهن وتأهيلهن للتفكير في حل المشكلات المجتمعية ، ولذا ابدت الامم اهتمامها بهذه المرحلة الدراسية واعطتها الجانب الاكبر من الاهتمام بالدراسة الاكاديمية سعيا منها نحو تهيئة شخصية ذات تاثير تستطيع ان تفكر تفكيرا علميا سليما ففي هذه المرحلة يكون الفرد قادرا على الاستعداد لتحمل المسؤوليات ومواجهة المشكلات التي تعترضه وتتكون فيها معظم الاتجاهات والميول في الحياة (الخشاب ، ٢٠٢٠ ، ٧) .

ويعد مفهوم نمط العاطفة العقلانية من اهم المتغيرات التي تؤثر في هذه المرحلة العمرية ولا سيما تلك الفئة التي تمر بمراحل انتقالية سعيا للتحصيل والمعرفة والتواصل وتنمية الجانب الاجتماعي باعتبار طالبات المرحلة المتوسطة اكثر الفئات تعرضا للتغير الاجتماعي بسبب تأثير على قدراتهن ومهاراتهن في مختلف البيئات الاسرية والاجتماعية (الانصاري ، ٢٠٠٨ ، ١١٠) .

وتلعب البرامج التدريبية دورا مهما في تعديل السلوك المطلوب و يعد (النمط العاطفي العقلاني) احد الاساليب المستخدمة في تعديل تلك السلوكيات مع الأفراد أو المجموعات ومع أي مشكلة نفسية وفي أي ثقافة ويطبق النمط العاطفي في العمل الاجتماعي ، والتربية وتحسين السلوك ، وإدارة المؤسسات ، وتطوير الجماعات ، ونظر لقلة مثل هذه البرامج التدريبية في مدارسنا على وجه العموم وفي المرحلة المتوسطة بالأخص كونها تمثل اللبنة الاساسية التي يجب ان تكون في اولويات القائمين على العمليات التدريبية لتساهم في تحفيز المتعلمين على استثمار المهارات والقدرات التفكيرية لديهم وتنمي قدراتهن على التفكير بطريقة ممكنة من الوصول للأهداف التعليمية للنظام التعليمي، فيجب علينا العناية اكثر بتنمية الثقة الاجتماعية وادخال الوسائل الحديثة والتي من ضمنها البرامج التدريبية التي تخدم طلبتنا في مواجهة المشكلات والازمات التي تواجههن ويكون لديهن ثقة بنفسهن (عبدالله ، ٢٠١٧ ، ٩) .

تكمن اهمية البحث الحالي في تسليط الضوء على ضعف الثقة الاجتماعية من جهة ، وعلى الطالبات المرحلة المتوسطة من جهة اخرى ، ويمكننا ان نجمل اهمية البحث الحالي فيما يأتي : -

١. يتناول البحث الحالي مرحلة دراسية مهمة وهي طالبات المرحلة المتوسطة .
٢. ان استخدم الوسائل الفاعلة والاستراتيجيات للنمط العاطفي العقلاني للحرية العاطفية له ميزة مهمة لتنمية التفكير .

٣. يساهم في اغناء المكتبة العلمية برنامج يمكن الاستفادة منها باستخدامها في تنمية الثقة الاجتماعية .

اهداف البحث

يهدف البحث الحالي الى التعرف على اثر برنامج تدريبي قائم على النمط العاطفي العقلاني في تنمية الثقة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة المتوسطة من خلال التحقق من الفرضيات الاتية :-

١- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل البرنامج وبعده .

٢- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي .

٣- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين البعدي والمرجئ عند تطبيق المقياس .

حدود البحث :- يتحدد البحث بطلاب الصف الثاني متوسط الدراسة الصباحية في مدارس البنين/ محافظة واسط للعام (٢٠٢٣-٢٠٢٤).

تحديد المصطلحات

اولاً:- البرنامج التدريبي

١. تعريف (غيث واخرون ، ٢٠١١) :- مجموعة من الاجراءات تهدف الى تحقيق الغاية منه (غيث واخرون ، ٢٠١١ ، ٣٠٧).

٢. عرفه (الطغاني ، ٢٠٠٧) :- بانه الجهود المنظمة والمخطط لها لتزويد المتدربين بمهارات ومعارف وخبرات متجددة تستهدف احداث تغييرات ايجابية مستمرة في خبراتهم واتجاهاتهم وسلوكهم من اجل تطوير كفاية ادائهم (الطغاني ، ٢٠٠٧ ، ١٤) .

٣. التعريف النظري :- يتبنى البحث الحالي تعريف (غيث واخرون ، ٢٠١١) تعريفا نظريا للبحث.

٤. التعريف الاجرائي للبرنامج :- بانه مجموعة الجلسات التي تتضمن تدريبات متسلسلة قائمة على نمط العاطفي العقلاني اعدتها الباحثة لتنمية الثقة الاجتماعية للطلّابات ويقاس اثره من خلال حساب متوسط الدرجات المجموعة التجريبية على مقياس الثقة الاجتماعية .

ثانيا:- النمط العاطفي العقلاني :-

١. عرفه العيتي ٢٠١٠:- هو احد انماط الحرية العاطفية والذي يتعامل مع الاحداث والاشخاص بعقل تحليلي ويمكنه استخدام تفكيره لحل اي مشكلة (العيتي ، ٢٠١٠ ، ١٧) .

٢. عرفه (اورلوف 2009):- بانه القابلية على بقاء الفرد محافظا على هدوءه واستقراره النفسي مهما كانت الاجواء التي تحيط به مشحونه وتحمل طاقات سلبية قد تسبب له الازعاج او الاكتئاب او الحزن او التذكير السلبي المستمر (Orioof, 2009, 3).

٣. التعريف النظري للبحث :- اعتمدت الباحثة تعريف (Orioof, 2009) تعريفا نظريا لمفهوم النمط العاطفي العقلاني للبحث الحالي.

ثالثاً:- الثقة الاجتماعية :-

١. روتر (Rotter 1980):- توقع يعممه الشخص قد يعتمد على كلمة او وعد او بيان او تصريح لفظي

او مكتوب من الفرد او مجموعة اخرى (Rotter 1980,p.2).

٢. راندي (Randy,2010): الثقة الاجتماعية هي استعداد الاشخاص للتعامل بإيجابية مع الآخرين على

اساس التوقعات المتعلقة بسلوك الفرد اخر (Randy,2010,87).

التعريف النظري للباحث :- اعتمدت الباحثة تعريف روتر (Rotter 1980)تعريفا نظريا لمفهوم الثقة الاجتماعية للبحث الحالي .

التعريف الاجرائي للباحثة :- هي الدرجة التي تحصل عليها الطالبات من خلال اجابتهن على فقرات مقياس الثقة الاجتماعية الذي يستخدم في البحث .

رابعا - المرحلة المتوسطة : هي مرحلة دراسية تقع ما بين المرحلة الابتدائية والثانوية تتكون من ثلاث سنوات دراسية سواء في المدارس الحكومية او الاهلية التابعة لوزارة التربية في دولة العراقية تبدا من الصف الاول الى الصف الثالث وتتراوح اعمار الطلبة ما بين ١٢-١٥ سنة (وزارة التربية ، ١٩٨٨ ، ص١٩)٠

الفصل الثاني :- الاطار النظري

اولا :- مقدمة عن البرنامج التدريبي

ان التقدم العلمي والتقني الذي يمر به عصرنا الحالي له الكثير من الانعكاسات في ضرورة ابراز دور المؤسسات التعليمية والتربوية في مجالات دورها في تنمية السلوك وانماط التفكير المختلفة ومن هنا جاء التفكير في بناء وتصميم البرامج التدريبية التي يتوافر فيه عنصر التخطيط على وفق الاسس المطلوبة حيث يتاح للمتعلم في مثل هكذا برامج تحقيق الاهداف التربوية المنشودة لتساهم في رفع مستوى القدرات العقلية ومنها قدرات التفكير بشكل عام ليتحقق بذلك الارتقاء بمستوى التحصيل الدراسي ومستوى الثقة بأثارة مستويات التفكير (السبتي ، ٢٠١٦ ، ص٣)٠

من أسمى أهداف البرامج التدريبية هو التغير الايجابي الذي يظهر في سلوك المتدربين كما يذكر مقابله (2011) بأن التدريب عملية تعديل إيجابي تتم من خلال نقل المعرفة وتطوير المهارات التي يحتاجها الفرد في عمله وهو عملية منظمة ومستمرة .و يرى أبو النصر (٢٠١٢) أن التدريب عملية مخططة و مستمرة تهدف الى تلبية الاحتياجات التدريبية الحالية والمستقبلية لدى الفرد من خلال زيادة معارفه وتدعيم اتجاهاته وتحسين مهاراته بما يساهم ذلك في تحسين أدائه في العمل وزيادة الانتاجية. لذلك يتعدى تأثير البرامج التدريبية وقتها الحالي ليشمل تغيرات مستقبلية تسهم في رفع كفاءة المؤسسة التعليمية أو المنظمة التي تقيمه.

واشارت (ريغيفيلوث Reigluth) الى ان هناك عوامل عدة تظهر الحاجة الى البرامج التدريبية وتعليمية منها :-

١. ضعف المستوى التدريبي والتعليمي في كثير من المؤسسات التعليمية .
٢. الحاجة الى طرق تدريب وتعليم اكثر فاعلية في اغلب المؤسسات التعليمية وتدريبية .
٣. الا لتطور السريع والمستمر في مختلف مجالات الحياة .
٤. قلة الاهتمام بجوانب مهمة اخرى في شخصية الطالب التي لا توفرها طرق التعليم وطرق التدريب التقليدية لعدم اعطائها الوقت الكافي لذلك ومنها الجوانب الاجتماعية الخلقية والنفسية (السبتي ، ٢٠١٦ ،

(١٩)-

ثانيا:- النمط العاطفي العقلاني

سوف تعتمد الباحثة على النمط العاطفي العقلاني الذي يعتبر احد انماط الحرية العاطفية التي جاءت بها عالمة النفس الامريكية (جوديث اورلوف) (Judith orloof, 2009):-

يعد مفهوم الحرية العاطفية مفهوما حديثا جاءت به التي عالمة النفس الامريكية (جوديث اورلوف) (Judith orloof, 2009) والذي يتضمن كيف نتحرر من الافكار والمشاعر السلبية وكيف يمكننا العيش في الحياة التي نريدها ، فهي ترى ان المشاعر السلبية التي نتجت عن مختلف ظروف الحياة وما عشنا فيه في الماضي هو تأثيرا سلبيا في الوقت الحاضر والمستقبل القادم (حمود ، ٢٠٢٣ ، ١٨) .

وتعتبر العاطفة من اكثر جوانب الشخصية تأثيرا على بقية الابعاد السلوكية الانسانية ، لذلك الاشخاص الذين لا يستطيعون التعبير عن ما بداخلهم وما يشعرون به يكونون عرضة للأحزان وكثير ما يعانون ولا يستطيعون اقامة علاقات اجتماعية مع الاخرين (Eisenbor,2010,54).

ومما يسهم او يساعد في ذلك هو امتلاك الحرية العاطفية والتي تعد مفتاحا للوصول للنجاح فهي تحدد بمدى امتلاكنا للمرونة والتي هي القدرة على النهوض مجددا بعد التعرض للصدمات واعادة الاستقرار والالتزان للحياة من جديد (عثمان ، ٢٠١٥ ، ٣٢) .

هناك عدة خصائص ايجابية للحرية العاطفية العقلانية تتيح لنا المشاركة في الحياة لأقصى حد ممكن عن طريق النشاطات المنتجة ذات المعنى وبناء علاقات قوية وتساعد كذلك ادارة التوتر وقهر التحديات بفاعلية وهي:-

- الشعور بالرضا العام والطمأنينة .
- القدرة على الضحك والشعور بالمتعة والحماس للعيش .
- الشعور بكل المعاني الاشياء وذلك من خلال العلاقات والنشاطات .
- الشعور بالثقة بالنفس والتقدير للذات .
- الشعور بالمرونة لتعلم اشياء جديدة والقدرة على التكيف مع التغيرات بشكل مستمر .

استراتيجيات الحرية العاطفية

ان مفتاح الحرية العاطفية هو التواصل الحسن مع الآخرين فهو يساعد الفرد على تنمية قدراته وفتح ابواب عقله وقلبه لتنمية تفكيره عن طريق مجموعة نصائح تساعد الفرد في تحسين تواصله مع الآخرين ومنها :-

- ان اطلاق الاعباء العاطفية ضرورة اساسية للتححر منه بحيث نتعلم ممارستها في رؤوسنا وقلوبنا .
- الخروج الى العالم الحقيقي والابتعاد عن مواقع التواصل الالكتروني فهو عالم افتراضي موجود خلف شاشات التواصل لان التواصل الاجتماعي الفعال يحدث بمشاهدة الناس وجها لوجه .
- قضاء الوقت مع الناس الذين نحبهم والقريين علينا فوجودهم يسعدنا ويجعلنا اكثر تفاؤلا .
- فعل الاشياء التي تؤثر ايجابيا في الآخرين والتي تعكس التقدير منهم فهو يزيد من تقدير الذات ويرفع من شأنها (Orioof, 2009, 80).
- ممارسة الانضباط الذاتي فان ضبط النفس يقود طبيعيا الى الشعور بالأمل ويساعد في التغلب على الياس والعجز والتخلص من الافكار السلبية الاخرى .
- تخصيص وقت للتأمل والتفكير بعمق بالاشياء الحسنة والايجابية ويعزز قدرتنا على تجاوز ضغوطات الحياة اليومية (حمود ، ٢١، ٢٠٢٣).
- ان نتعلم ادارة التوتر فمن المهم ان نعرف كيفية ادارة حالة التوتر وعدم السماح لهذه الحالة بالسيطرة والتحكم فيها .
- الاستعانة بحواسنا الخمس للحفاظ على حالة الاستقرار والهدوء والحيوية لكونها تحسن المزاج وتقلل من التوتر المستمر (جاسم ، ٢٠١٨ ، ٤٣).

النظرية(اورلوف Orioof, 2009) التي فسرت النمط العاطفي العقلاني :-

تعتبر (اورلوف Orioof) عالمة نفس امريكية اشارت لهذا النمط العاطفي من بين الانماط العاطفية التي ذكرتها فقد اوضحت هذا النمط بانه شخص يستطيع الاستماع الى الآخرين ومشاركتهم مشاعرهم لكنه كتوم ولا يعبر عن مشاعره ويعتقد انه شخص يعتمد عليه الآخرون ويميل الناس للجوء اليه عندما يقعون في المشاكل ولدية القدرة على البقاء هادئا عندما ينزعج من الآخرين (Martesn,2000,67).

ووضحت العالمة باننا يمكننا الوصول الى حالة من الاستقرار النفسي والتوازن فتحديد النمط العاطفي سواء كان (عقلانيا ، او عاطفيا ، او متحفظا ، او منطلقا) يسهل علينا ان نفهم انفسنا وما هو شعورنا تجاه موقف معين حيث ان كل فرد منا نمط عاطفي من خلاله يتفاعل مع العالم والآخرين من حوله وان وجود هذا النمط لدينا اما يكون متوارث لديه والبعض الآخر يحصل عليه الفرد من خلال التجارب التي يمر بها الانسان او من خلال ما يتلقاه من تربية وكذلك الظروف التي يمر بها (شاكر ، ٢٠٢٣، ٢٠).

وان تأكيد الفرد لذاته يرتبط بامتلاكه اتران عاطفي لانه ينمي لديه القدرة على اتخاذ القرارات بحكمة وتكون لديه قابلية على تحمل المسؤولية ويتصرف بما هو مقبول مراعيًا القيم والمعايير فيستطيع التعبير عن مشاعره بتلقائية (بني يونس ، ٢٠٠٧ ، ٣٢٢) .

وهذا النمط يتفهم انماط الآخرين ويتقبلهم ويتعامل معهم دون صدام او فرض للاراء ودون تحقير لهم او تسفيه من شأنهم وهكذا تستقيم الحياة بينه وبينهم ، وقد اشارت (Orioof,2015) انه يمكن تسخير هذه السمات للنمط العاطفي العقلاني بتوظيفها بالجانب التطبيقي والاستفادة منها لتنمية التفكير وتعديل الافكار المشوهة ، وهي كطريقة تساعدك على كيفية التحكم في افكارك والتوقف عن القلق واستعمالها للوصول لحياة خالية من التوتر والتمتع بالصحة الجيدة ولعيش حياة هانئة (Orioof,2014,202) .

وبناء على ما سبق ارتأت الباحثة استعمال هذا النمط لبناء برنامج تدريبي للأسباب الاتية :-

- ١ . انه يتلاءم بإجراءاته وطرقه مع متغير الثقة الاجتماعية .
- ٢ . يمكن توجيه الطالبات بطريقة واضحة لتنمية الثقة لديهن .
- ٣ . يمكن حل المشكلات بطريقة سهلة وينمي القدرة على اتخاذ القرار المناسب .

ثالثاً- الثقة الاجتماعية

ويتضمن عدد من وجهات النظر التي فسرت الثقة الاجتماعية :-

اولاً : المنظور التحليل النفسي:- اشارت هورني الى ان من بين اسباب (القلق الاساس) الذي يشعر به الطفل عدم توفر حنان يعول عليه والوعود غير المنفذة من قبل الآخرين عندها تصبح البيئة مفزعة بالنسبة اليه فيشعر بكذبها وبعدم امكانية الاعتماد عليه فينتابه احساس بالنفاق لا مترصد في هذه البيئة لان حب الوالدين له ونزاهتهم قد تكون مجرد ادعاءات فيبدأ بتطوير نزاعات عصابية مميزة لمواجهة العالم الذي تكمن فيه امكانية العدوان (هورني 1988, ص٣١) .

ثانياً : نظرية سولفيان : فيرى ان الشخصية تنمو وتتطور الى ست مراحل منها المرحلة الرابعة وهي مرحلة ما قبل المراهقة : حيث تتميز بالحاجة الملحة لإقامة علاقة ودية مع شخص اخر من نفس الجنس والعمر يكون موضع ثقة وامين اسراره وان عدم وجود مثل هذه الثقة يؤدي الى نتائج خطيرة في شخصية اليافع او الحدث واذا لم تتأسس في هذه المرحلة مفاهيم التبادل في الاخذ والعطاء تميزت حياة اليافع فيما بعد العزلة المرة وعدم الثقة بالآخرين (صالح , 1988 ص83) .

ثالثاً:- نظرية روتر (Rotter, 1967) : وضع روتر نظريته عن التعلم الاجتماعي وقد أدت ملاحظات روتر التجريبية حول الفروق الفردية الى تحفيز أكثر عمومية في نظريته التي ركز فيها على أربعة مفاهيم رئيسة وهي : السلوك المحتمل والتوقع وقيمة التعزيز والوضع النفسي وينظر إليها على أنها أربعة متغيرات يمكن قياسها وربطها في صيغة محددة تمكنا من التنبؤ بسلوك الشخص في أي حالة معينة من خلال التقارير الذاتية والملاحظات السلوكية .

السلوك المحتمل (Behavior Potential)

يشير السلوك المحتمل إلى احتمال حدوث سلوك لاستجابة معينة تحدث في حالة معينة ، ويستخدم روتر السلوك مصطلحاً واسع للإشارة إلى فئة واسعة من الردود التي تشمل الحركات العلنية والتعبيرات اللفظية والتفاعلات المعرفية والعاطفية في أي حالة معينة ، ويمكن الفرد ان يتفاعل في عدد المواقف من مختلف الطرق ، وان إمكانيات السلوك محددة لكل من السلوك المعين والتعزيز ذات الصلة ، وهنا يجب معرفة الهدف الذي يرتبط بالسلوك السابق وبذلك يمكننا ان نقول مدى احتمال حدوثه ، والمبادئ التي تحكم السلوكيات الخفية هي نفسها التي يمكن تطبيقها على أي سلوك يلاحظ للاستجابات المعرفية امر صعب وضروري لفهم كامل السلوك .

قيمة التعزيز (Reinforcement value)

تختلف القيمة التعزيزية من شخص الى اخر ، فبعض الأشخاص يكونون أكثر ميلاً إلى إسعاد الناس من الأشخاص الآخرين ، وبعض المعززات قد تكون منسجمة ومتوافقة مع ميلوهم وأهدافهم ، فالأشخاص دائماً ما يكون لديهم ميل الى ان يكونوا متناسقين في القيمة التي يضعونها على التعزيزات المختلفة حسب الأمور المفضلة لديهم والقيمة التعزيزية منها مثل التوقعات ذات علاقة بمعززات مختلفة قائمة على خبرات الماضية وخارج هذه الترابطات شكل توقعات المستقبل ، مما يعني وجود علاقة بين القيمة التعزيزية والنتيجة المتوقعة (حسانين ، ٢٠١٢:ص١٦٩) .

الوضع النفسي (Psychological situation)

الوضع النفسي يشير إلى السياق النفسي الذي يستجيب له الفرد ، هو الوضع كما هو محدد من وجهه تظر الشخص أي حالة معينة لها معان مختلفة لمختلف الأفراد ، وهذه المعاني تؤثر في استجاباتهم ومفهوم روتر عن الوضع النفسي يأخذ في الاعتبار أهمية التأثيرات الموضوعية او الظرفية ، قد يكون الشخص قويا يميل الى العدوان ولكن قد يتصرف او لا يتصرف بقوة في حالة معينة ، بل اعتمادا على التعزيزات المتوقعة ويعقد روتر ان النتيجة المعقدة للوضع يثير توقعات الأشخاص لنتائج تعزيز السلوكية وللتسلسلات التعزيزية .

التوقع (Expectancy)

إن التوقعات الشخصية للأفراد حول نتائج سلوكهم ، وهو تقدير لاحتمال حدوث تعزيز معين اذا تصرف الفرد بطريقة معينة في حالة معينة ماذا يتوقع الفرد ستكون نتيجة نوبة الغضب له ؟ الإجابة على هذا السؤال سوف تؤثر في احتمال حدوث نوبة الغضب (Engler,2014,p: 227)، فبعض التوقعات محددة الى حد ما تحكم موقفا واحدا فقط مثل المواقف الخاصة ، والتوقعات العامة عندما يواجه الفرد موقفا جديدا اي مواقف مختلفة ، حيث يمكن ان تكون النتيجة المتوقعة مبنية فقط على نتائج مواقف قديمة مماثلة، واشتق روتر من التوقعات العامة مفهوم الثقة الاجتماعية المتبادلة (عبدالله ، ٢٠٠٩ ، ص ٤٩٤).

ثانيا: الثقة الاجتماعية ل(روتر) Rotter,

الثقة هي نتيجة لتجربة فردية يتم أعمامها في العلاقات مع الآخرين والتي تطور مع مرور الوقت (Fulmer 103,P:2013,Gelfand) ، والثقة الاجتماعية المتبادلة هي ثقة بالآخرين الذين ليس لديهم تجربة شخصية كبيرة معهم على الرغم من دورهم المهم في حياته وهذا يعني إن الشخص من اجل تحديد درجة الثقة بالآخرين يجب ان يعمم خبرته على درجة تحقيق وعوده إلى المواقف أخرى وبشكل أكثر تحديدا للعلاقات الاجتماعية العامة وهذا ما يميز الثقة الاجتماعية مع الثقة المتبادلة الخاصة التي توافق مع الثقة او ثقة الأسرة معه .

دراسات سابقة

اولا :- دراسة (حمود ، ٢٠٢٣) فاعلية برنامج تعليمي قائم على النمط العاطفي العقلاني في تنمية التفكير التكاملي لدى طالبات المرحلة الاعدادية ، تكونت عينة البحث من (٦٠) طالبة من محافظة ديالى تم توزيع العينة الى مجموعتين تجريبية وضابطة ، وقد استخدمت الباحثة التصميم التجريبي ذات الاختبار القبلي والبعدي ، وتم بناء البرنامج معتمد على النمط العاطفي العقلاني الذي انبثق من نظرية (اورلوف ٢٠٠٩) وتكون البرنامج من (١٢) جلسة تعليمية ، وتوصلت الدراسة الى النتائج الاتية توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي عند تطبيق المقياس التفكير التكاملي ، وجود فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج التعليمي وبعده من خلال تطبيق المقياس ولصالح الاختبار البعدي ، لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي عند تطبيق المقياس ، وتشير هذه النتائج الى مدى فاعلية البرنامج التعليمي في تنمية التفكير التكاملي لدى طالبات المرحلة الاعدادية (حمود ، ٢٠٢٣ ، ٢-١٩٠) .

ثانياً :- دراسة (شاكور ، ٢٠٢٣) : اثر برنامج ارشادي بأسلوب ضبط الذات في تنمية العاطفة المتحفظ لدى طالبات المرحلة الاعدادية، وتم وضع الفرضيات الاتية : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي عند تطبيق المقياس ، لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسط رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على المقياس ، لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي عند تطبيق المقياس ، تكونت عينة البحث من (٢٠) طالبة موزعة بطريقة عشوائية طبقية على مجموعتين تجريبية وضابطة ، وتم اجراء التكافؤ للمجموعتين في بعض المتغيرات (درجات الطالبات على المقياس ، تحصيل الدراس للاب وللام ، الترتيب الولادي ، ومهنة الام ومهنة الاب ، واختبار رافن للذكاء) وقامت الباحثة ببناء مقياس نمط العاطفة المتحفظ وفق نظرية جودث ، وتكون البرنامج من (١٢) جلسة ، واطهرت نتائج الدراسة ان للبرنامج اثر في تنمية نمط العاطفة المتحفظ لدى افراد المجموعة التجريبية ٠ (شاكور ، ٢٠٢٣ ، ٢- ١٨٤) .

الفصل الثالث

إجراءات البحث : سنستعرض الإجراءات التي تمت لتحقيق أهداف البحث وهي :-
أولاً :- التصميم التجريبي :- تم اعتماد المجموعتين التجريبية والضابطة كما تم إجراء الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة والاختبار المرجأ للمجموعة التجريبية الجدول (١) يوضح ذلك .

جدول (١) التصميم التجريبي

عينة البحث	المجموعة التجريبية	اختبار قبلي	البرنامج التدريبي	اختبار بعدي	اختبار مرجأ
	المجموعة الضابطة	اختبار قبلي	بدون برنامج	اختبار بعدي	

ثانياً :- مجتمع البحث :- يشمل البحث جميع طلاب المرحلة المتوسطة في المدارس المتوسطة و الثانوية للبنين في محافظة واسط و البالغ عددها (٨) مدارس حيث بلغ عدد الطالبات المرحلة المتوسطة (١٩٧٨٠) .
ثالثاً :- عينة البحث :- تشتمل عينة البحث على :-

١. عينة المدارس :- تم اختيار (متوسط الكندي للبنين) التابعة لمديرية تربية واسط بالطريقة العشوائية .
 ٢. عينة الطلاب :- بلغ عدد الطلاب (٢٠٠) طالب تتراوح اعمارهم بين (١٣-١٥) سنة موزعين على ثلاث مراحل دراسية (الاول - الثاني - الثالث متوسط) .
- تم القيام بالخطوات الآتية عند اختيار عينة البحث الحالي :-**
- ١- تطبيق مقياس الثقة الاجتماعية على طلاب المرحلة المتوسطة .
 - ٢- اختيار (٢٠) طالب من الذين حصلوا على درجات اقل من الوسط الفرضي البالغ (٧٥) درجة و تراوحت درجاتهم بين (٢٥-١٢٥) على مقياس الثقة الاجتماعية .

٣- توزيع الطلاب وبشكل عشوائي إلى مجموعتين احدهما ضابطة و الأخرى تجريبية بواقع (١٠) في كل مجموعة، كما موضح في الجدول (٢).

جدول (٢)

توزيع الطلاب على المجموعتين التجريبية و الضابطة

المجاميع	عدد الطلاب
المجموعة التجريبية	10
المجموعة الضابطة	10
المجموع	20

التكافؤ بين المجموعتين:-

اجري التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض العوامل التي قد تؤثر على سلامة التجربة وهي (مستوى الثقة الاجتماعية قبل البدء بالتجربة ، التحصيل الدراسي للاب - والتحصيل الدراسي للام).
أولاً:- مستوى الثقة الاجتماعية قبل البدء بالتجربة:-

بعد تطبيق الاختبار القبلي لمقياس الثقة على مجموعتين التجريبية والضابطة لمعرفة مستوى الفرق بين درجات الطلاب في المجموعتين وقد استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، حيث لم تظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (0.256) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (2.101) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (18) وبذلك تعد المجموعتين متجانستين (متكافئتان) في مستوى الثقة الاجتماعية. و الجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) القيم التائية المحسوبة والجدولية لدرجات الثقة الاجتماعية

للمجموعتين التجريبية و الضابطة

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	10	62.33	7.32	0.256	2.101	غير دالة عند مستوى دلالة 0.05
الضابطة	10	61.86	7.15			

ثانياً:- التحصيل الدراسي للاب:

لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين في تحصيل الدراسي للاب قد تم استعمال اختبار (مربع كاي) حيث اظهرت نتائج التحليل بانه لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المجموعتين فقد بلغت قيمة (كا) المحسوبة تساوي (0.646) وهي اقل من قيمة (كا) البالغة (6.71) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (2) وبذلك تعد المجموعتين متكافئتين في هذا المتغير، والجدول (٤) يوضح ذلك :

الجدول (٤)

قيمة مربع كا المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة للتحصيل الدراسي للاب

مستوى دلالة	قيمة مربع كاي		التحصيل الدراسي للاب			العدد	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة	جامعي	ثانوي	ابتدائي		
٠,٠٥							
غير دالة	6.71	0.646	3	3	4	10	التجريبية
			2	4	4	10	الضابطة

٢ - التحصيل الدراسي للام:

لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين في تحصيل الدراسي للام قد تم استعمال اختبار (مربع كاي) حيث اظهرت نتائج التحليل بانه لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المجموعتين فقد بلغت قيمة (كا) المحسوبة تساوي (0.412) وهي اقل من قيمة (كا) البالغة (6.71) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (2) وبذلك تعد المجموعتين متكافئتين في هذا المتغير، والجدول (٥) يوضح ذلك :

الجدول (٥)

قيمة مربع كا المحسوبة والجدولية للمجموعتين التجريبية والضابطة للتحصيل الدراسي للام

مستوى الدلالة	قيمة K-S		التحصيل الدراسي للام			العدد	المجموع
	الجدولية	المحسوبة	جامعي	ثانوي	ابتدائي		
٠.٠٥							
غير دالة	6.71	0.412	2	3	5	10	التجريبية
			2	3	5	10	الضابطة

رابعاً:- أوداء البحث:- للتحقق من أهداف البحث تم اعتماد الأداتين الآتيتين:-

أولاً:- تبنت الباحثة مقياس الثقة الاجتماعية (Rotter1980) الذي اعده الباحث لقياس الثقة الاجتماعية لدى افراد عينة البحث ، اما سبب تبني المقياس (Rotter1980).

١. يعتبر من المقاييس العالمية وقد طبق على العديد من الدراسات العالمية التي تحققت من صدق بناء المقياس وجدت انه صالح لقياس الثقة الاجتماعية مثل دراسة فينج واخرون (Feng et al, 2004) ودراسة تشون وكامبل (Chun & Campbell,1974).

٢. تبنت الباحثة مقياس روتر المشتق من نظرية التعلم الاجتماعي المعرفي مع التعريف نفسه التي تبنتها الباحثة كونها اداة مناسبة لقياس الثقة الاجتماعية لعينة البحث بحسب راي السادة الخبراء (ملحق ١) وضع روتر مقياس الثقة نحو الانسانية ولكن ليس على شعب معين في ابحاثه وركز روتر على الثقة العالمية للناس وسمات الشخصية التي تظهر في الاحداث اليومية .

وصف المقياس الثقة الاجتماعية بصورته الاصلية

اعمدت الباحثة المقياس روتر (Rotter1980) ويتكون المقياس من (25) فقرة جمعت بياناتها عن فئات مختلفة في المجتمع يتفاعل معها الفرد مثل القضاة والبائعين والطلبة وباقية شرائحه المجتمع وغيرهم ، وكان المقياس ذو تدرج خماسي(موافق جدا الى غير موافق اطلاقاً)، وحددت الاوزان (١،٢،٣،٤،٥) لل فقرات الايجابية و(٥،٤،٣،٢،١) لل فقرات السلبية ،تحسب الدرجة على كل فقرة من فقرات المقياس ، لذلك فان اعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (١٢٥) درجة واقل درجة هي (٢٥) وبلغ المتوسط الفرضي للمقياس (٧٥) وتمتع بثبات (٠,٧٤) (Wright & Maggied, 1976, p:446).

صدق المقياس

ان مفهوم الصدق يشير الى مدى ملائمة الدرجات المستحصلة من المقياس للغرض الذي اعد من أجله اي قياسه لما وضع اصلا لقياسه (محمود ، ٢٠٠٦ ، ١٤٣) وتم التحقق الباحثة في صدق المقياس من خلال حساب (صدق الترجمة والصدق الظاهري وصدق البناء) للمقياس ، وتم استخراج القوة التمييزية للمقياس باستعمال المجموعتان المتطرفتان وتم استخراج ثبات بطريقتين هما :-

١. معامل الاتساق الداخلي بطريقة التجزئة النصفية وقد كان مقدار الثبات (٠,٨٠) .

٢. معامل الاتساق الخارجي طريقة اعادة الاختبار وقد كان مقداره (٠,٨٢) .

صدق الترجمة

قامت الباحثة بترجمة مقياس روتر (Rotter1980) للثقة الاجتماعية النسخة الاصلية الى اللغة العربية ووجدوا من الضروري ان تكون الترجمة دقيقة وبما يتلاءم مع المجتمع البحث وقامت الباحثة بعرض النسخة المترجمة على مكتب متخصص بالترجمة لغرض اعادة ترجمة المقياس بصورة ادق واجراء التعديلات المناسبة على الفقرات المترجمة لتحقيق هذه الاجراءات تم استخراج صدق وثبات المقياس :-

١. الصدق :- اعتمدت الباحثة لاستخراج صدق المقياس ب (الصدق الظاهري الذي يشير الى درجة التي

يظهر فيها المقياس انه يقيس ما وضع لأجله ، وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي عند عرض فقراته على مجموعة من الخبراء والمختصين في التربية وعلم النفس و (ملحق ١) وبلغت نسبة اتفاق الخبراء على المقياس الثقة الاجتماعية (٨٠٪) .

٢. الثبات :- يقصد بالثبات المقياس مدى الدقة والاتساق في اداء الافراد والاستقرار في النتائج عبر الزمن ، كما ان الثبات يعني ان الاختبار موثوق به ويعتمد عليه (الظاهر ، ١٩٩٩ ، ١٤٠) .

ثانيا :- البرنامج التدريبي :- بعد الاطلاع على بعض الدراسات التي تضمنت بناء وتصميم البرامج التدريبية والتعليمية تبين ان اغلب البرامج التدريبية تمر بثلاث مراحل لذلك ارتأت الباحثة بناء برنامج تدريبي الذي يستند على النمط العاطفي العقلاني وعلى وفق الخطوات الاتية (التخطيط - البناء - التقويم) ، وهناك الحاجات مهمة في البرنامج التدريبي اذ قامت الباحثة بتطبيق مقياس الثقة الاجتماعية على عينة من طالبات ، اذ بلغت (٢٠) وارتأت الباحثة ان جميع الفقرات تعد حاجات ضروري للعينة لذا قامت باعتماد جميع الفقرات في تحديد الحاجات للبرنامج الى التدريب وتصميم برنامج يفي بالحاجات ويعتبر البرنامج عملية انتاج وصياغة وتحديد المواد التعليمية اللازمة على ضوء الهدف من التدريب وتتم عملية بناء البرنامج التدريبي بالخطوات الاتية:-

أ- تحديد اهداف البرنامج :- ان اهداف البرنامج تعبر عما سيكون عليه سلوك المتدربين بعد مرورهم بالخبرات التدريبية التي سوف يكتبوها بعد الانتهاء من البرنامج التدريبي والذي يمكن ان يظهر في مستوى ادائهم في المواقف التدريبية المختلفة بالإضافة لذلك تمثل الاهداف اساسا يعتمد مصمم البرنامج في اختيار محتوى برنامجه (المشهداوي ، ١٩٩٩ ، ٢٠٦)، وقد قامت الباحثة بتحديد اهداف البرنامج التدريبي والتي من خلالها يمكن معرفة التقدم لكل جلسة تدريبية .

ب- تحديد محتوى البرنامج التدريبي :تم تحديد محتوى البرنامج التدريبي في ضوء اهدافه وباعتماد على فقرات مقياس الثقة الاجتماعية البالغ عددها (٢٥) فقرة فقد قامت الباحثة بأعداد عناوين لجلسات التدريبية تمثل هذه الفقرات ، وقد حلت هذه الفقرات الى مواضيع ومن ثم عرضت على لجنة من الخبراء وملحق (١) وقد حصلت على نسبة اتفاق (٨٠٪) ، وبعد اكتمال محتوى البرنامج تم تقسيمه الى (١٠) جلسات تدريبية وتم تحديد وقت كل جلسة ب (٤٥) دقيقة .

الجدول (٦) الادوات والجلسات التي قامت الباحثة بأعدادها

الجلسة	عنوان الجلسة	عدد الجلسات
الاولى	معالجة الافكار السلبية	1
الثانية	التصدي للأفكار المتعارضة	1
الثالثة	اعتبار جميع العوامل	1
الرابعة	التفاعل الاجتماعي مع المواقف	2
الخامسة	ربط وصياغة الافكار الجيدة	1
السادسة	التخطيط	2
السابعة	حل المشكلات و مواجهتها	1
الثامنة	تحويل الاحداث السلبية الى جوانب الايجابية	1
التاسعة	تقبل اراء الاخرين ومساعدتهم	1
العاشر	التقييم	1
		12

ت- تحديد الطرق والاساليب النشاطات والفنيات المستخدمة ذات العلاقة بأهداف البرنامج :

قامت الباحثة باختبار عدة طرق في البرنامج منها المحاضرة واللقاء والمناقشة والحوار واوراق عمل توزع على المتدربين ، وبعد الاطلاع على نظرية الحرية العاطفية (اورلوف ٢٠٠٩) والنمط العاطفي

العقلاني ، اعتمدت الباحثة على الفنيات والاستراتيجيات التي لها علاقة بأهداف البرنامج التدريبي لهذا البحث والتي تتناسب مع عناوين الجلسات ومن ثم استشارة العديد من المختصين في العلوم التربوية والنفسية وهذه الفنيات هي :-

أ- تقديم الموضوع : تقدم الموضوع التوضيح المعلومات التي تخص موضوع كل جلسة الى افراد المجموعة وكيفية الاستفادة منها في الحياة الواقعية لأفراد الجلسة التدريبية .

ب- التحرر من الافكار والمشاعر السلبية : هناك قيود خارجية تسلب الانسان حريته وتقلص قدرته على الاختيار وايضا القيود الداخلية تستدرج تلك القيود الخارجية وتمدها بأسباب البقاء وهي عبارة عن عادات عقلية وشعورية سلبية تكبل الفرد وتدمر طاقاته ، وهذه القيود من صنع الفرد فان تحطيمها في متناول يده عندما يدرك وجودها ويستبدل بها عادات عقلية وشعورية ايجابية تحرره وتطلق طاقته فاذا كانت المشاعر الايجابية كالتفاؤل هي التي تحرك الانسان في الحياة ، واذا كانت سلبية كالإيأس فأنها تشده الى الوراء والقصد من هذه الفنية هو التحكم في المشاعر بدلا من تركها تتحكم فيك وتحد من خياراتك (العيتي ، ٢٠١٠ ، ٩) .

ت- التحرر من خلال معرفه الآخرين :تعني هذه الفنية هو حماية نفسك من التأثير السلبي للآخرين من خلال التواصل مع الآخرين وقد يكون التواصل و اسلبا ايجابا وقد تولد المشاعر سلبية التي تقيد بها الآخرين وقد يكون فرصة لنا لتنمية مهارتنا الاجتماعية وتوسيع مساحة حريتنا العاطفية، قد يكون هناك اشخاص يختلفون عنا في صفاتهم ويبعثون مشاعر الثقة والحب فينا .

ث- ادارة التوتر : الهدف من هذه الفنية هو الوصول الى حالة من التفهم الواعي من خلال وضع الجسد في حالة من الاسترخاء والتأمل لمساعدة الانسان على ملاحظة كل الاحاسيس في جسمه ويكون في كيفية التعامل مع مصادر التوتر الخارجي والداخلي بطرق تدريبية الفرد كيف يعيش في حاضرم بدل التأسف على الماضي او عدم الثقة والخوف من المستقبل(عماش ، ٢٠١٥ ، ١٣٦) .

ج- الانضباط الذاتي : وتعني القدرة على ايجاد سبب التمسك فيه الفترة طويلة حتى لو كنت لا ترغب في ذلك فان ضبط النفس يقود الى الشعور بالأمل ويساعد الآخرين بالتغلب على مشاعر العجز واليأس وتخلص من الافكار السلبية الاخرى .

ح- التحرر من خلال معرفة الذات : نعني هو كل حدث يمر به الفرد سواء كان ايجابيا او سلبيا والى كل عاطفة تتحرك بين جنبيك على انها فرصة امامك تستطيع ان تستغلها لتصبح اكثر قوة وسعادة ، وتستخدم هذه الفنية عندما نربي الافراد من خلال تمارين تدريبية الطاقة اللامحدودة والمشاعر الايجابية اي كيفية استبدال المشاعر السلبية بالمشاعر اكثر ايجابية عن طريق تحفيز الذات الايجابية لديه (العيتي ، ٢٠١٠ ، ٢٠٤) .

خ- التواصل مع الآخرين :- هدف من هذه الفنية هي جعل الفرد يكون ضمن مجموعة لحاجته لذلك يجب ان يحب الآخرين ويكون محبوبا منهم وحاجته التأثير بالآخرين ويحدث ذلك من خلال الخروج الى العالم والتخلي عن التواصل الالكتروني وانفاق الوقت مع الاشخاص الذين نحبهم وكذلك لفعل اشياء ايجابية تؤثر بالآخرين والتي بدورها تزيد من تقدير الذات الفرد ورفع شأنه (حمود ، ٢٠٢٣ ، ٨٤) .

د- التدريب البيئي : هو مجموعة من الواجبات البيئية تعطى لأفراد المجموعة التدريبية التجريبية من قبل الباحثة وتعمل على ممارسة ما تم تعلمه من خلال كل جلسته من جلسات البرنامج التدريبي في حياته اليومية .

تقويم البرنامج التدريبي :- الغاية من التقويم هي التعرف على مدى تحقيق الاهداف التي وضعها البرنامج والكشف عن نقاط القوة والضعف واعطاء التغذية لتصحيح الطرق نحو تحقيق الاهداف المطلوبة (الشمري ومحمود ، ٢٠١٩ ، ٨٢) ، ويتضمن البرنامج ثلاثة انواع من التقويم هي :-

١- التقويم التمهيدي:- ويتلخص بالإجراءات التي تمت قبل البدء بالبرنامج والمتمثلة في صدق البرنامج و تكافؤ العينة والاختبار البعدي.

٢- التقويم البنائي:- ويتم بإجراء عملية التقويم عند نهاية كل جلسة من خلال توجيه الأسئلة للمتدربين ومتابعة التدريبات عند بدء كل جلسة .

٣- التقويم النهائي:- ويحصل ذلك من خلال القياس ألبعدي على المجموعتين التجريبية والضابطة ومن خلال النتائج التي حصلت عليها تم الحكم على فاعلية البرنامج التدريبي .

الصدق الظاهري للبرنامج :-عني بالصدق الظاهري هو قيام عدد من الخبراء المختصين بتقدير مدى تمثل فقرات المقياس للسمة المراد قياسها ، وعرض البرنامج على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في التربية وعلم النفس(الملحق/1) لمعرفة مدى مناسبة الأنشطة والفعاليات المستخدمة لتحقيق الأهداف و قد حصل البرنامج على نسبة عالية من الاتفاق بلغت(90%) و اخذ الباحثة بالملاحظات و التعديلات التي قدمها الخبراء من اجل الوصول إلى المستوى المطلوب للبرنامج.

خطوات تنفيذ البرنامج التدريبي :-

١- اعتمدت الباحثة على اراء الخبراء في ترتيب خطوات البرنامج بحسب اهميتها واولويتها مع الاخذ بعين الاعتبار ترتيب الجلسات التدريبية حسب حاجة الطالب وتسلسلها المنطقي .

٢- تم تنفيذ البرنامج التدريبي على عينة البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة من خلال اختيار الطلاب الذين حصلوا على اقل الدرجات على المقياس الثقة الاجتماعية والبالغ عددهم (٢٠) طالب من (متوسط الكندي للبنين) .

- ٣- عد الدرجات التي حصل عليها افراد المجموعة التجريبية والضابطة على المقياس قبل بدء تطبيق البرنامج التدريبي بمثابة درجات التكافؤ في الاختبار القبلي .
- ٤- حدد عدد الجلسات البرنامج التدريبي بـ (١٢) جلسة بواقع جلستين أسبوعيا ليومي الاحد والأربعاء من كل أسبوع وتم تحديد يوم الاربعاء الموافق (١١/١/٢٠٢٣ موعدا للجلسة الأولى والوقت المخصص لكل جلسة (٤٥) دقيقة .
- ٥- تحديد موعد للاختبار البعدي على مقياس الثقة الاجتماعية الموافق ١٨/١٢/٢٠٢٣ ،وكما موضح في الجدول (٧) :

جدول (٧) محتوى البرنامج تدريبي وفقا لزمّن تطبيقه

عدد الجلسة	عنوان الجلسات	تاريخ انعقادها
	الافتتاحية	اربعاء ١١/١/٢٠٢٣
١	معالجة الافكار السلبية	الاحد ١١/٥/٢٠٢٣
١	التصدي للأفكار المتعارضة	اربعاء ١١/٨/٢٠٢٣
١	اعتبار جميع العوامل	الاحد ١١/١٢/٢٠٢٣
٢	التفاعل الاجتماعي مع المواقف	الخميس ١١/١٥/٢٠٢٣
١	ربط وصياغة الافكار الجيدة	الأحد ١١/١٩/٢٠٢٣
٢	التخطيط	الاربعاء ١١/٢٢/٢٠٢٣
١	حل المشكلات و مواجهتها	الاحد ١١/٢٦/٢٠٢٣
١	تحويل الاحداث السلبية الى جوانب ايجابية	الاربعاء ١١/٢٩/٢٠٢٣
١	تقبل اراء الآخرين ومساعدتهم	الاحد ١٢/٣/٢٠٢٣
١	تطبيق الاختبار البعدي	الخميس ١٢/٧/٢٠٢٣
	تطبيق الاختبار المرجح على افراد المجموعة التجريبية	١٨/١/٢٠٢٣

اداره الجلسة الخامسة (صياغة الافكار)

- تقوم الباحثة بالترحيب بالمتدربين وتقدم الشكر والثناء على حضورهم الى الجلسة وتتابع التدريب البيتي
- تقديم الموضوع :توضح الباحثة موضوع الجلسة وهو (ربط وصياغة الافكار) وتعرفه بانه (تنشيط العمليات المعرفية من اجل التوصل الى مجموعة من الحلول الصالحة والناجحة لمعالجة المشكلة ما) (الخزرجي ، ٢٠٠٣ ، ١٧)
- الحوار والمناقشة : تقوم الباحثة بالنقاش حول التعريف وتقدم التعزيز الاجتماعي للمتدربين الذين شاركوا في المناقشة
- مراقبة الذات :تطرح الباحثة مواقف من الواقع على المتدربات من اجل مراقبة انفسهم والوقوف على السلوك الغير مرغوب فيه وتصحيحه ودعمه السلوك المرغوب به
- س/ هل لديك القدرة على التعبير عن افكارك في الامتحان
- س/ عندما تتعرض لمشكلة دراسية هل تجد لها حل
- التقييم الذاتي : تعطي الباحثة وقت للمتدربين من اجل التفكير وتقيم كل واحد نفسه عندما يتعرض الى هذا الموقف ، بعد ان تحصل الباحثة على اجابات المتدربين التي تشير الى عدم القدرة على صياغة الافكار مثلا (انا لا يمكنني ربط افكاري في الامتحان) وغير ذلك من الاجابات السلبية
- التعزيز الذاتي :بعد ان تحصل الباحثة على الاجابات السلبية تدرب المتدربين على التعزيز الذاتي من خلال التحدث مع الذات في المواقف وتتطلب صياغة الافكار مثلا (ان يفكر في ايجاد حل لمشكلة وكيف يتم حل او كيف تبحث عن اهل الخبرة لحلها لك
- تقوم الباحثة بتوضيح الاساليب التي تساعد المتدرب على صياغة الافكار مثلا (استشارة اهل الخبرة ، مارس العصف الذهني ، قراءة المزيد من الكتب)
- المناقشة : توجه الباحثة بعض الاسئلة للطلاب وتقوم بالحوار والمناقشة وتحاول اشراك الجميع في ذلك بتوجيه سؤال للطلاب الذين لا يشاركون اثناء البرنامج
- تستخدم الباحثة عبارات تعزيزية مثل التعزيز الاجتماعي بالمدح والثناء مثل احسنت ، ممتاز ، الخ
- تقوم الباحثة بتقويم بتلخيص ما
- دار في الجلسة التدريبية من خلال طرح بعض الاسئلة للطلاب الغاية منها الوصول الى هدف الجلسة:-
- معنى صياغة الافكار
- ما اهمية صياغة الافكار
- ثم تقوم الباحثة بالطلب من المتدربين كتابة مشكلة وان يصيغ لها مجموعة من الحلول لها ، وبعد ذلك تقوم الباحثة بتوديع الطلاب بعد اعطاءهم التدريب البيتي والطلب منهم القيام به

الفصل الرابع : عرض النتائج وتفسيرها

أولاً :- عرض النتائج وتفسيرها

سيتم عرض النتائج التي توصل إليها البحث الحالي على وفق فرضياته وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة التي تناولتها الباحثة و كما يأتي:-

- الفرضية الأولى : لا توجد فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين درجات المجموعة التجريبية قبل البرنامج وبعده .

لاختبار هذه الفرضية استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مترابطتين لمعرفة دلالة الفرق بين درجات الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ، اذ ظهر ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (14.66) هي دالة احصائية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (2.093) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (19) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية ، بمعنى توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي جدول (٨) :

جدول (٨) نتائج الاختبار التائي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي

العدد	الوسط الحسابي للفرق	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
			الجدولية	المحسوبة	
20	25.700	9.108	2.093	14.66	غير دالة عند مستوى 0.05

٢- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي .

لاختبار هذه الفرضية استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين لمعرفة دلالة الفرق بين درجات الاختبارين البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة ، اذ ظهر ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (5.058) هي دالة احصائية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (2.101) عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية ، بمعنى توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج التدريبي و جدول (٩) :

جدول (٩) نتائج الاختبار التائي للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	10	54.8	19.586	5.058	2.101	غير دالة عند مستوى دلالة 0.05
الضابطة	10	51,5	6.182			

٣- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (0.05) بين درجات المجموعة التجريبية في

الاختبارين البعدي والمرجى عند تطبيق المقياس .

للتأكد من استمرار التغيير الذي أجرته الباحثة لدى العينة البحث التجريبية قامت بأجراء اختبار (مرجأ) لقياس مدى استقرار التغيير بعد مرور فترة زمنية مقدارها (30) يوم اذ اجرت الباحثة الاختبار المرجأ بتاريخ ١٨/١/٢٠٢٣ ، واستخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مترابطتين لمعرفة دلالة الفروق بين الدرجات الاختبار البعدي والمرجأ للمجموعة التجريبية ، اذ ظهر ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (0.288) هي غير دالة احصائيا عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (2.093) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (19) وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية بمعنى لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة التجريبية للاختبار البعدي والمرجأ ، وهذا يؤكد استقرار النتيجة التي توصلت اليها الباحثة كما في جدول (١٠) .

جدول (١٠) نتائج الاختبار التائي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي و المرجأ

العدد	الوسط الحسابي للفرق	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
			المحسوبة	الجدولية	
20	0.422	8.253	0.288	2.093	غير دالة عند مستوى 0.05

ثانيا : مناقشة النتائج وتفسيرها

١. يتضح من النتائج التي توصلت اليها في البحث تبين ان الطلاب المجموعة التجريبية قد تفوقوا في الاختبار البعدي على المجموعة الضابطة وهذا يدل على ان الطلاب الذين تعرضوا البرنامج التدريبي في المجموعة التجريبية كانوا اكثر تفاعل مع البرنامج التدريبي ويعود هذا الى ما يتمتع به البرنامج من خصائص علمية جعلته يحقق اثرا واضح في تنمية الثقة لديهم في المجموعة التجريبية لأنه استخدم البرنامج الاستراتيجيات ملائمة الجلسات البرنامج ويتضح ان البرنامج قد ساعد الطلاب على مواجهة

العديد من المشكلات التي تواجههم في الحياة وتسبب لهم مشكلات وعدم الثقة لديهم وهذا تبين من خلال التحليل الايجابيات والسلبيات لهذه المشاكل وان استعمال النمط العاطفي العقلاني للحرية العاطفية الذي جاء به المنظر (اورلوف ، ٢٠٠٩) بتوظيف كل القدرات والامكانيات الموجودة لدينا والتي ساعدت افراد المجموعة على الاندماج في العديد من المهمات الجديدة ، وعلى تحمل كافة المخاطر الحياة باتباع فنيات واستراتيجيات الحرية العاطفية وهذا يتفق مع ما اشارت اليه (اورلوف ، ٢٠٠٩) بأنه يمكن تسخير ما يتمتع به النمط العاطفي العقلاني من ميزات لتنمية الثقة الاجتماعية لديهم وتعديل الافكار المشوهة وكيفية التحكم بالأفكار وتخلص من الافكار السلبية وتعديلها بأفكار ايجابية ، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (حمود ، ٢٠٢٣) ودراسة (شاكر ، ٢٠٢٣) .

٢. ثبات نتائج البحث بعد مرور " (30) يوما على تطبيقه وهذا دليل على إن هذه المدة "لم تخفي أهمية اثر "البرنامج وهذا يعني أن البرنامج حافظ "على قوة أثره في المجموعة التجريبية "ويتضح أهمية نمط العاطفي العقلاني المستخدم في البرنامج للمساعدة المتدربات في تخفيض من حدة المشكلات "التي تواجه الافراد في الحياة اليومية من اجل التخلص من السلبيات وتعديل الافكار ، وهذا يؤكد أيضا "ان البرنامج التدريبي بما ينظمه من والأنشطة المختلفة التي تضمنها البرنامج التدريبي ساهمت في تغير حقيقي في مستوى الثقة الاجتماعية لدى لأفراد المجموعة التجريبية" .

٣. إن لإتباع التدريبات "في تطبيق البرنامج أثراً إيجابياً في نمو العلاقات الاجتماعية" التي تزيد من إمكانية التخلص مما "تعلمنا من أفكار غير مرغوبة" الافكار السلبية الأمر الذي ساعدهن على اكتساب "مهارات جديدة جعلتهم قادرين على تغير وتعديل الافكار ، وعلى تنمية "الثقة الاجتماعية لديهم وذلك بان أي طالب من الطلاب" المجموعة سوف لا يشعر أنه الوحيد "الذي يعاني من مشكلات وان الاحترام المتبادل بينهم من جهة وبين" الطلاب والباحثة من جهة أخرى و كذلك "حرية التعبير عن رأيهم أدى إلى إقامة علاقة الثقة "المتبادلة بينهم وبين الباحثة ، وبين الطلاب مع " بعضهم إذ أن هذه الثقة تدعم البرنامج التدريبي وتزيد فاعليته .

التوصيات:- في ضوء نتائج البحث توصي الباحثة بما يأتي :-

١. ضرورة اهتمام وزارة التربية بفئة الطلاب لهذه المرحلة عن طريق توصية القائمين على التربية بتطبيق البرنامج التدريبي المعد في هذه الدراسة .
٢. توجيه وسائل الاعلام نحو زيارة نشر الوعي عن أهمية البرامج التدريبية التي تسهم في رفع مستوى الثقة بين افراد الاسرة وتوضيح كيفية اتاحة الفرصة امام ابنائهم لأبداء آرائهم والحوار والنقاش لأنه يمنحهم الثقة الاجتماعية بحرية التعبير عن وجهات نظرهم وافكارهم بطريقة ايجابية .

المقترحات

١. اجراء دراسة تبين اثر البرنامج التدريبي على النمط العاطفي العقلاني في تنمية الثقة الاجتماعية على عينات في مراحل مختلفة .
٢. اجراء دراسة موازنة لمعرفة اثر البرنامج التدريبي المعد في هذا البحث بين الذكور والاناث في المرحلة المتوسطة .

قائمة المراجع :

- ❖ ابراهيم ، مجدي عزيز (٢٠١٤): استراتيجيات التعليم واساليب التعلم ، الطبعة الاولى ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، مصر .
- ❖ الانصاري، انور حمد (٢٠٠٨): الحالات الانفعالية لدى الشباب ، دراسة مقارنة بين الكويتيين والعرب ، بحث مقدم الى مؤتمر (دور كليات التربية في التطوير الارشاد النفسي والتربوي)، دمشق، سوريا .
- ❖ بني يونس ، محمد (٢٠٠٧): سيكولوجيا الدافعية والانفعالات ، عمان ، دار المسيرة .
- ❖ جاسم ، حنين شهاب احمد (٢٠١٨): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالحرية العاطفية عند طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للعلوم الانسانية ، جامعة ديالى ، العراق .
- ❖ حسانين ، عواطف محمد محمد (٢٠١٢) : سيكولوجية التعلم نظريات عمليات معرفية قدرات عقلية ، ط١، المكتبة الاكاديمية ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية .
- ❖ حمود ، عهود غازي (٢٠٢٣): فاعلية برنامج تعليمي قائم على النمط العاطفي العقلاني في تنمية التفكير التكاملي لدى طالبات المرحلة الاعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للعلوم الانسانية ، جامعة ديالى ، العراق .
- ❖ الخزرجي ، علي عبد اللطيف حمودي (٢٠٠٣): الحاجة الى المعرفة وعلاقتها بحل المشكلات لدى طلبة جامعة بغداد ، كلية الاداب .
- ❖ السبتي ، رند علي حسين (٢٠١٦): تنمية التفكير الناقد في الدراسات التاريخية ، بحث منشور ، كلية الفنون الجميلة ، جامعة بابل .
- ❖ شاكر ، سهى غازي فيصل (٢٠٢٣): اثر برنامج ارشادي بأسلوب ضبط الذات في تنمية العاطفة المتحفظ لدى طالبات المرحلة الاعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للعلوم الانسانية ، جامعة ديالى .

- ❖ الشمري ، نبيل كاظم نصير ، ومحمود ، فرج شاكر (٢٠١٩): فاعلية برنامج تعليمي قائم على استراتيجتي المجموعات المرنة والعمل الجماعي (SGT) للصف الرابع العلمي ، مجلة ابحاث البصرة للعلوم الانسانية ، العدد (٢) المجلد(٤٤) العراق .
- ❖ -صالح ، قاسم حسين (١٩٨٨) :الشخصية بين التنظير والقياس, وزارة التعليم العالي والبحث العلمي, جامعة بغداد , مطبعة التعليم العالي .
- ❖ عبدالله ، ايه جلال (٢٠١٧): فاعلية برنامج تعليمي لتنمية التفكير المنتج لدى طالبات المرحلة الاعدادية ، رسالة ماجستير رسالة ، كلية التربية للعلوم الانسانية ، جامعة ديالى .
- ❖ عبدالله ، محمد قاسم (٢٠٠٩) : الشخصية ، ط٢ ، دار المكتبي ، سوريا .
- ❖ عماش ، سماح (٢٠١٥): مجلة الحياة ، العدد (٦٣).
- ❖ العيتي ، ياسر(٢٠١٠) : الحرية العاطفية كيف تتحرر من المشاعر السلبية وتعيش الحياة التي تريد ، دار الفكر ، دمشق ، الطبعة الاولى .
- ❖ غيث ، سعاد منصور واناس رمضان المصري واني ابو حنا (٢٠١١): فاعلية برنامج تدريبي معرفي سلوكي في خفض الضغوط النفسية لدى امهات الاطفال المصابين بالقليلة السحائية ، المجلة الاردنية في العلوم التربوية ، مجلد ٧، ع ٤ .
- ❖ هورني ، كارين (١٩٨٨) صراعاتنا الباطنية, نظرية بناءة عن مرض العصاب ترجمة عبدالودود محمود العلي ، بغداد , دار الشؤون الثقافية العامة .
- ❖ وزارة التربية :نظام المدارس الثانوية رقم ٢ لسنة ١٩٨٨،العراق.

- ❖ Martin, Roger (2007): Becomming An integrative ThinkerK Harvard Business Review Press.
- ❖ Orloff, Judith (2014): The Power of Surrender, Harmany / ´Rodale.
- ❖ Orloff,. Judith (2009): Energy psychology and Emotinal Freedom. (trans from www. Shrink warp radio, com by So Kelly).
- ❖ Randy, Borum (2010): The Science of the measurement of university of south florida.
- ❖ Rotter .J. B.,(1980):Interpersonal Trust, Trustworthiness,and Gullibility, AMERICAN PSYCHOLOGiST. JANUARY,Vol.35,No.1,1-7.
- ❖ Rotter .J. B.,(1971):A new scale for the measurement of interpersonal trust . Journalof Personality,35,651-665.

Bibliography of Arabic References (Translated to English)

- ❖ Ibrahim, Magdy Aziz (2014). Teaching Strategies and Learning Methods, 1st ed., Anglo-Egyptian Library, Cairo, Egypt.
- ❖ Al-Ansari, Anwar Hamad (2008). Emotional States among Youth: A Comparative Study between Kuwaitis and Arabs, a paper presented at the Conference on "The Role of Colleges of Education in the Development of Psychological and Educational Counseling", Damascus, Syria.
- ❖ Bani Younes, Muhammad (2007). The Psychology of Motivation and Emotions, Amman: Dar Al-Masirah.
- ❖ Jasim, Haneen Shihab Ahmed (2018). Persuasive Intelligence and Its Relationship to Emotional Freedom among University Students, Unpublished Master's Thesis, College of Education for Human Sciences, University of Diyala, Iraq.
- ❖ Hassanein, Awatef Mohammed Mohammed (2012). Psychology of Learning: Theories, Cognitive Processes, and Mental Abilities, 1st ed., Academic Library, Cairo, Egypt.
- ❖ Hammoud, Ohoud Ghazi (2023). The Effectiveness of an Educational Program Based on the Rational-Emotive Approach in Developing Integrative Thinking among Preparatory School Female Students, Unpublished Master's Thesis, College of Education for Human Sciences, University of Diyala, Iraq.
- ❖ Al-Khazraji, Ali Abdul Latif Hammoudi (2003). The Need for Knowledge and Its Relationship to Problem-Solving among University of Baghdad Students, College of Arts.

- ❖ Al-Subti, Rand Ali Hussein (2016). Developing Critical Thinking in Historical Studies, Published Research, College of Fine Arts, University of Babylon.
- ❖ Shaker, Suha Ghazi Faisal (2023). The Effect of a Counseling Program Using Self-Regulation in Developing Reserved Emotion among Preparatory School Female Students, Unpublished Master's Thesis, College of Education for Human Sciences, University of Diyala, Iraq.
- ❖ Al-Shammari, Nabil Kadhim Nasser & Mahmoud, Faraj Shakir (2019). The Effectiveness of an Educational Program Based on Flexible Grouping and Teamwork Strategies (SGT) for Fourth Scientific Grade Students, Basrah Research Journal for Human Sciences, Vol. 44, No. 2, Iraq.
- ❖ Saleh, Qasim Hussein (1988). Personality: Between Theory and Measurement, Ministry of Higher Education and Scientific Research, University of Baghdad, Higher Education Press.
- ❖ Abdullah, Aya Jalal (2017). Effectiveness of an Educational Program in Developing Productive Thinking among Preparatory School Female Students, Unpublished Master's Thesis, College of Education for Human Sciences, University of Diyala, Iraq.
- ❖ Abdullah, Muhammad Qasim (2009). Personality, 2nd ed., Al-Maktabi Publishing, Syria.
- ❖ Amash, Samah (2015). Al-Hayat Magazine, Issue No. 63.
- ❖ Al-Aity, Yasser (2010). Emotional Freedom: How to Break Free from Negative Feelings and Live the Life You Want, Dar Al-Fikr, Damascus, 1st ed.

- ❖ Gheith, Suad Mansour, Enas Ramadan Al-Masri, and Ani Abu Hanna (2011). The Effectiveness of a Cognitive Behavioral Training Program in Reducing Psychological Stress among Mothers of Children with Spina Bifida, Jordanian Journal of Educational Sciences, Vol. 7, No. 4.
- ❖ Horney, Karen (1988). Our Inner Conflicts: A Constructive Theory of Neurosis, translated by Abdul-Wadood Mahmoud Al-Ali, Baghdad: Dar Al-Sha'oon Al-Thaqafiyyah Al-Aammah.
- ❖ Ministry of Education (1988). Secondary Schools Regulation No. 2 of 1988, Iraq.
- ❖ Martin, Roger (2007). Becoming an Integrative Thinker, Harvard Business Review Press.
- ❖ Orloff, Judith (2014). The Power of Surrender, Harmony/Rodale.
- ❖ Orloff, Judith (2009). Energy Psychology and Emotional Freedom. Translated from www.shrinkwarpradio.com by So Kelly.
- ❖ Borum, Randy (2010). The Science of Measurement, University of South Florida.
- ❖ Rotter, J. B. (1980). Interpersonal Trust, Trustworthiness, and Gullibility, American Psychologist, Vol. 35, No. 1, pp. 1–7.
- ❖ Rotter, J. B. (1971). A New Scale for the Measurement of Interpersonal Trust, Journal of Personality, Vol. 35, pp. 651–665.

ملحق (١)

مكان العمل	اسم الخبير واللقب العلمي	تسلسل
جامعة واسط / كلية التربية للعلوم الانسانية	أ.م.د. اسماء شاكر حمود	١
جامعة واسط / كلية التربية للعلوم الانسانية	أ.م.د. سعد نعيم رضوي	٢
الكلية التربوية المفتوحة / مركز ديالى	أ.د.م. سناء علي حسون	٣
جامعة ماريلاند / امريكا	أ.د.م. منتظر كامل منصور	٤
جامعة واسط / كلية التربية للعلوم الانسانية	م.د. هبة محمد علي عبد	٥