

فاعلية برنامج ارشادي بالأسلوب العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض

الوجود الزائف لدى طلاب المرحلة الاعدادية

The effectiveness of a counseling program using the rational-emotive-behavioral approach in reducing false presence among middle school students

م.د. علاء عبد الأمير علي

Inst. Alaa Abdul Amir Ali (PhD.)

وزارة التربية/ مديرية تربية القادسية

Ministry of Education/ Qadisiyah Education Directorate

alakenany44@gmail.com

تاريخ القبول	تاريخ استلام البحث
٢٠٢٥/١٠/١٩	٢٠٢٥/١٠/١١

الملخص

أستهدف البحث التعرف على فاعلية الاسلوب العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض الوجود الزائف لدى طلاب المرحلة الاعدادية ، وتم التحقق من خلال عدد من الفرضيات الصفرية التي وضعها الباحث ، ولتحقيق البحث قام الباحث بتبني مقياس الوجود الزائف من اعداد (محمود، ٢٠١٧) وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس بتطبيقه على عينة البحث البالغة(200) طالب. وحساب مؤشرات صدق البناء له، كذلك حساب معامل الثبات بطريقة الاختبار واعادة الاختبار أذ بلغ (٠,٨٧) وفيما يتعلق بالبرنامج الارشادي تم اعتماد تصميم تجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي، اذ قام الباحث ببناء برنامج ارشادي وفق الاسلوب العقلاني الانفعالي السلوكي ، وتم الاعتماد على نظرية (البرت ألس) بواقع(٨) جلسات ارشادية تضم عناوين مختلفة، وبعد تطبيق الاختبار البعدي على افراد المجموعتين التجريبية والضابطة، أظهرت النتائج أن هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى(0.05) لصالح المجموعة التجريبية، وهو يدل على فاعلية الاسلوب العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض الوجود الزائف لدى طلاب المرحلة الاعدادية، وقد خرج البحث بمجموعة من التوصيات والمقترحات. الكلمات المفتاحية: فاعلية، الاسلوب العقلاني الانفعالي السلوكي ، الوجود الزائف .

Abstract:

The current study aimed to identify the effectiveness of rational emotive behavioral therapy (REBT) in reducing false presence among middle school students. This was validated through a number of null hypotheses developed by the researcher. To achieve the study's objective, the researcher adopted the False Presence Scale, developed by Mahmoud (2017), and verified the scale's psychometric properties by applying it to a research sample of 200 students. Construct validity indicators were calculated, as well as the reliability coefficient using the test-retest method, which reached 0.87. Regarding the guidance program, an experimental design was adopted with two groups, experimental and control, with pre- and post-tests. The researcher constructed a guidance program according to the rational emotive behavioral therapy (REBT) method, relying on Albert Ellis's theory, with 8 guidance sessions covering various topics. After applying the post-test to members of the experimental and control groups, the results showed statistically significant differences at the 0.05 level in favor of the experimental group. This indicates the effectiveness of the REBT method in reducing false presence among middle school students. The research came up with a set of recommendations and proposals.

Keywords: Effectiveness, REBT, False Presence.

الفصل الأول/التعريف بالبحث:

مشكلة البحث:

يتعرض طلاب المرحلة الإعدادية الى حالة من الاغتراب النفسي وعدم الاتساق بين ما يظهرونه من سلوكيات وما يشعرون به فعلياً، مما يؤدي إلى ما يُعرف ب(الوجود الزائف) وهو نمط من العيش يتسم بالانفصال عن الذات الحقيقية، والتقيد بتوقعات الآخرين ومعايير المجتمع على حساب المشاعر والقيم الذاتية ، وهو يظهر نتيجة الضغوط النفسية والاجتماعية والتربوية التي يتعرض لها الفرد، مثل السعي لنيل القبول الاجتماعي أو الخوف من الرفض أو ضعف الثقة بالنفس، وهو ما قد ينعكس سلباً على تكيف الطالب ونموه الانفعالي والاجتماعي (نافع، ٢٠١٧، صفحة ١٢)

وبناءً على ذلك، برزت الحاجة إلى تدخل إرشادي فعال يسهم في مساعدة الطلبة على تحقيق التوازن النفسي واكتشاف نواتهم الحقيقية ، ومن بين الأساليب الإرشادية التي أثبتت فعاليتها في التعامل مع المشكلات الانفعالية والمعرفية الاسلوب العقلاني الانفعالي الذي يهدف إلى تعديل الأفكار اللاعقلانية وتنمية الاتجاهات الواقعية نحو الذات والآخرين ، ومن هنا تتحدد مشكلة البحث في التساؤل الرئيس الآتي: هل هناك فاعلية للأسلوب العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض الوجود الزائف لدى طلاب المرحلة الإعدادية؟

أهمية البحث:

الأهمية النظرية:

١. يسهم البحث في إغناء الأدبيات النفسية والإرشادية من خلال تسليط الضوء على مفهوم الوجود الزائف، وهو من المفاهيم الحديثة نسبياً في البيئة العربية.
٢. يُعد البحث محاولة لدمج الأسلوب العقلاني الانفعالي ضمن الأساليب الإرشادية الفاعلة في المؤسسات التربوية العراقية.
٣. يقدم البحث إطاراً نظرياً يمكن أن يُفيد المرشدين التربويين في معالجة حالات التناقض بين السلوك والمعتقدات الذاتية لدى الطلبة.

الأهمية التطبيقية

١. يمكن الاستفادة من البرنامج الإرشادي المُعد في هذا البحث كأداة عملية في الإرشاد المدرسي لمساعدة الطلبة على التعبير الصادق عن ذواتهم والتقليل من السلوك الزائف.
٢. تزويد المرشدين والمعلمين وأولياء الأمور باستراتيجيات قائمة على التفكير العقلاني والانفعالي السلوكي لمساندة الطلبة في تجاوز المشكلات النفسية المرتبطة بالهوية.
٣. تمهيد الطريق أمام بحوث لاحقة لتوظيف الأسلوب العقلاني الانفعالي السلوكي في التعامل مع متغيرات نفسية أخرى مثل (الاغتراب، القلق الاجتماعي، ضعف الثقة بالنفس)

هدف البحث: يستهدف البحث الحالي التعرف الى: فاعلية الأسلوب العقلاني الانفعالي في خفض الوجود الزائف لدى طلاب المرحلة الاعدادية ويتحقق ذلك من خلال اختبار الفرضيات الصفرية التالية:

١. لاتوجد فروق دالة احصائياً بين متوسط رتب افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الوجود الزائف.
٢. لاتوجد فروق دالة احصائياً بين متوسط رتب افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الوجود الزائف.
٣. لاتوجد فروق دالة احصائياً بين متوسط رتب افراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الوجود الزائف.
٤. لاتوجد فروق دالة احصائياً بين متوسط رتب افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين البعدي والمرجأ على مقياس الوجود الزائف.

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بـ طلاب المرحلة الإعدادية الذكور للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) في المدارس الحكومية الصباحية في محافظة القادسية.

تحديد المصطلحات

فاعلية Effectiveness

مقدار الاثر الذي تحدثه المعالجة التجريبية بوصفها متغيراً مستقلاً في احدى المتغيرات التابعة (شحاعة

و النجار ، ٢٠٠٣ ، صفحة ٢٣٠)

الاسلوب العقلاني الانفعالي السلوكي Rational emotive therapy

التعريف النظري/ تعريف (Ellis, 1980): اسلوب ارشادي يهدف الى تحديد الافكار والمعتقدات غير العقلانية وغير المنطقية في السلوك وتعديلها الى افكار ومعتقدات عقلانية منطقية سليمة وتبني الفرد فلسفة جديدة في الحياة (البدري، ٢٠١٥، صفحة ١٨)

التعريف الاجرائي: الفنيات والنشاطات التي تعتمد على فنيات (الاسلوب العقلاني الانفعالي السلوكي) المستخدمة في جلسات البرنامج الارشادي والتي تهدف إلى تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى الطلبة بما يسهم في خفض الوجود الزائف لديهم.

الوجود الزائف (False Self):

التعريف النظري: تعريف (Frankel, 1962): نمط من السلوك يتمثل في تبني الفرد لأفكار أو مواقف أو سلوكيات لا تعبر عن ذاته الحقيقية، رغبةً في نيل رضا الآخرين أو تجنب رفضهم (فرج، ٢٠١٩، صفحة ١٢)

التعريف الاجرائي: الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال أجابته على فقرات مقياس الوجود الزائف.

طلاب المرحلة الإعدادية: الطلبة الذين تتراوح أعمارهم بين (١٥-١٨ سنة) ممن يدرسون في المدارس الإعدادية ، والذين يمثلون مجتمع البحث الحالي (وزارة التربية العراقية، ١٩٩١، صفحة ٨١)

الاطار النظري

نظرية الارشاد العقلاني الانفعالي السلوكي(ألبرت ألس)

ترتكز عملية الارشاد في نظرية الس (Ellis) على اساس معالجة غير المعقول بالمعقول ، رغم وجود اساليب اخرى لضبط الانفعالات والسيطرة عليها، الا ان الارشاد او العلاج النفسي يستند على استخدام العمليات العقلية ، فالإنسان كان عاقل وقادر على تجنب الاضطراب الانفعالي والتخلص منه عن طريق تعلم التفكير المنطقي وهو ما يحدث خلال عملية العلاج النفسي، وقد أرسى(البرت ألس) اتجاهها علاجياً في عام(١٩٥٥) اسماه العلاج العقلاني و زاد عليه مصطلح الانفعالي في عام(١٩٦١) ثم اضاف له مصطلح السلوكي ليصبح معناه العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي.(Rational Emotive Behavior Treat) ويرمز له (F،E،D،C،B،A)

- ١- فالرمز (A) يمثل الخبرة النشطة: وتعني الحوادث التي نواجهها في حياتنا اليومية فالأحداث التي تمر بنا في حياتنا اليومية (مثل وفاه /طلاق /رسوب) والتي تحرك التفكير وتؤدي إلى حالة انفعالية معينة.
- ٢- (B) يمثل المعتقدات: وتعني معتقدات الفرد غير العقلانية وهي تتوسط ما بين الخبرة النشطة وما بين النتيجة الانفعالية التي يمر بها.
- ٣- (C) يمثل النتائج: اي النتيجة الانفعالية أو السلوكية التي تظهر في هذا الموقف.
- ٤- (D) واستكمل اليس نظريته بإضافة (D) ويعني المناقشة والتحدي والتشكيك بصحة المعتقدات غير العقلانية لدى الفرد.
- ٥- (E) يمثل الاثر: ثم تأتي مرحلة الاثر التي تعد بؤرة وجوه الارشاد العقلاني ، حيث تكون الاجابة عن التساؤلات والتحدي للفكرة غير المنطقية بظهور فكر ومعتقد جديد اكثر عقلانية.
- ٦- (F) التغذية الراجعة للحدث المثير للانفعال وهو يساعد الفرد ان يكون اكثر موضوعيا في افكاره والنتائج التي توصل اليها (ابراهيم، ١٩٩٨، صفحة ٢٩٥)

وقد أستند ألبرت الس في تطويره للنموذج العلاجي إلى افتراض رئيس هو أن الاضطرابات النفسية لا تحدث وحدها إنما هي نتاج التفكير غير العقلاني الذي تبناها الإنسان. لهذا يعتقد السبيل أن الحد من المعاناة الانسانية هو التخلص من انماط التفكير الخاطئة غير العقلانية فهو يرى أن المشكلات النفسية لا

تتجم عن الاحداث والظروف بحد ذاتها إنما في تفسير الانسان وتقييمه لتلك الاحداث والظروف التي يمر بها ، وعن طريق الامثل لمساعدة المسترشد على تنفيذ تلك الأفكار غير العقلانية ومساعدته في تكوين افكار اكثر منطقية ، يكون المرشد قد يحقق الاثر المعرفي اي مرحلة (E) ويساعد المسترشد في إعادة بناء الجوانب المعرفية لديه اي نظام تفكير لديه ليواجه سلوكياته في المستقبل بما فيها السلوك الذي كان يعاني منه وتصرف اتجاهها بعقلانية (خليل، ٢٠٢١، صفحة ٢٥)

نظرية الوجود لمارتن هايدجر (False Self)

يرى هايدجر أن الوجود الزائف هو الوجود التقليدي الغارق في الحاضر إذ يفصل الشخص عن حريته بالاختبارات الذاتية ويصبح تابعاً لإدارة الآخرين فيسقط في حالة الاغتراب التي ينعزل فيها عن ذاته ويتحول وجوده الى شيء غريب عنه ، فالحياة اليومية على سبيل المثال تسلب الذات من وجودها الحقيقي فتصبح مهددة بالانسحاق خلف الآخرين ولا تشعر بوجودها الحقيقي، ولما كان الوجود الزائف هو الوجود النمطي الغارق في الحاضر حيث يفصل الشخص عن اختياراته الذاتية ، لذلك فقد اكد(هايدجر) على ثلاث سمات رئيسية تميز هذا السقوط الذي يؤدي الى الوجود الزائف (هايدجر، ٢٠١٢، صفحة ١٦)

١. الثرثرة اليومية: إذ تنفصل الأنا عن كل صلة لها بالوجود الاصيل وتصبح هذه الثرثرة مقياساً لخبرة الفرد ومعرفته.

٢. الفضول: حيث يلجأ هنا الى الهروب من الذات والمرح والضياع في لجة الاشياء ، وهو يمنع الطبيعة الاصلية للإنسان من التعبير فيصبح لا رغبة له بفهم الوجود والنفاد اليه بل غير مهتم به.

٣. الالتباس: ويحدث عند الانسان عندما يصل الى مرحلة من الابتذال والسقوط الوجودي فيصبح من الصعب عليه التمييز هنا بين الحياة الحقيقية الاصلية والحياة المبتذلة ، وان الوجود المبتذل هو

وجود مع الناس الذين لا يرغبون العيش مع القلق فيهربون بكل وسيلة ويتعدون عن معاشته، فهم لا يتحملون ضريبة القلق ويسعون للتخلص منه بالاندماج في الحياة التقليدية ، ويتجنبون البحث

عن المعنى وعن هويتهم الحقيقية، ويظهر الوجود الزائف في عدة مظاهر غير التي ثبتها هايدجر كما في مظاهر القلق الزائد والشعور بالغرابة والتباعد الاجتماعي والتأثر والوجداني ، وهي مظاهر

فردية رغم اندراجها ضمن مظاهر جماعية مثل الناس والحشود والشعب والحياة اليومية، لذا يمكن التخلص من هذا الوجود الزائف والغائه (الخويلدي، ٢٠١٥، صفحة ٤٥)

ويشير (هايدجر) الى ان الوجود الزائف يعني ان الذات لا تعي بمسؤولياتها وبالتالي تسقط في ادائية الحياة اليومية وتصبح موضوعاً هامشياً متداولاً بين الناس فتقلد اقوالهم وأفعالهم ولا تنصت لنداء الانا. (زكريا، ٢٠١٣: ١٢)

الفصل الثالث / منهجية البحث واجراءاته

يتضمن منهج البحث المعتمد، والتصميم التجريبي المتبع لاختبار فرضيات البحث، وكذلك عرض إجراءات البحث. وفيما يلي عرض لتلك الإجراءات:

أولاً / منهج البحث: تم اعتماد المنهج التجريبي لأنه من أكثر المناهج دقة، إذ يمكن أن تستعمل الفرضيات الخاصة بالسبب والنتيجة، ويكون أكثر الأساليب صدقاً في حل المشكلات التربوية والنفسية.

ثانياً / التصميم التجريبي: تم اعتماد التصميم التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة العشوائية الاختيار، ذات الاختبار القبلي والبعدي، وهذا التصميم يعد من التصاميم التجريبية ذات الضبط المحكم، إذ يتطلب التوزيع العشوائي، وإجراء التكافؤ في عدد من المتغيرات التي قد تؤثر في التجربة بين المجموعتين. والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١) التصميم التجريبي

المجموعة	الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي	الفرق
التجريبية	مقياس الوجود الزائف	البرنامج الإرشادي	مقياس الوجود الزائف	اختبار الفاعلية
الضابطة	مقياس الوجود الزائف	لم تتعرض لأي برنامج	مقياس الوجود الزائف	(المرجأ)

ثالثاً / إجراءات البحث:

مجتمع البحث: يتحدد مجتمع البحث الحالي بطلاب المرحلة الاعدادية البالغ عددهم (١٨٥٠٦) في المدارس التابعة لمحافظة القادسية للعام الدراسي ٢٠٢٤ / ٢٠٢٥ .

عينات البحث:

١- **عينة التحليل الإحصائي:** بلغت عينة التحليل الإحصائي (٢٠٠) طالب من طلاب المرحلة الاعدادية ، تم اختيارهم بطريقة طبقية عشوائية، وبأعداد متناسبة مع عددهم في مجتمع البحث الأصلي، موزعين على أربع مدارس، والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)

يوضح عينة التحليل الإحصائي

ت	أسم المدرسة	العدد الكلي	العينة
١	اعدادية التأخي	٥٣٣	٥٠
٢	اعدادية الشامية	٧٨٥	٧٤
٣	اعدادية الثورة الاسلامية	٣٤٥	٣٣
٤	ثانوية عين شمس	٤٥٥	٤٣
	المجموع	٢١١٨	٢٠٠

٢- عينة التجربة: من أجل تحديد عينة تطبيق البرنامج الإرشادي قام الباحث بعدد من الخطوات التالية:

- أ- اختيار مدرسة (التأخي)، بشكل قصدي؛ وذلك لأسباب معينة:
 - وجود عدد كبير من الطلاب الذين حصلوا على درجات أعلى من المتوسط النظري للمقياس.
 - قرب المدرسة من مكان سكن الباحث.
 - وجود مكان مناسب لتطبيق جلسات البرنامج الإرشادي.
 - التعاون الكبير الذي أبدته إدارة المدرسة في التعاون مع الباحث.
 - ب- تطبيق مقياس الوجود الزائف على طلاب المرحلة الاعدادية.
 - ت- تم اختيار (٢٠) طالب من طلاب الصف الخامس العلمي، الذين حصلوا على درجات أعلى من المتوسط النظري للمقياس البالغ (٥٢.٥) درجة.
 - ث- قام الباحث بتوزيع الطلاب بشكل عشوائي إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة)، بواقع (١٠) طلاب في كل مجموعة، وتم اعتبار الدرجات التي حصلوا عليها بمثابة اختبار قبلي لهم.
- أداتا البحث:

لغرض تحقيق هدف البحث قام الباحث بما يأتي:

- ١- تبني مقياس الوجود الزائف من اعداد (محمود، ٢٠١٧).
 - ٢- بناء برنامج ارشادي بالأسلوب العقلاني الانفعالي على وفق نظرية ألس، وسيقوم الباحث بعرض إجراءات بناء البرنامج الإرشادي في الفصل الرابع بشكل تفصيلي.
- وفيما يتعلّق بمقياس البحث، فقد اتبع الباحث الخطوات التالية:

قام الباحث بتبني مقياس (محمود، ٢٠١٧) الذي يتألف من (٢١) فقرة، إذ تم صياغة الفقرات بأسلوب العبارات التقريرية، وتضمن المقياس (٤) بدائل أمام كل فقرة من فقرات المقياس (دائمًا، غالبًا،

أحياناً ، أبدأ)، يعطى لها عند التصحيح الدرجات (٤ ، ٣ ، ٢ ، ١) للفقرات المصاغة باتجاه المقياس، ويعكس التصحيح للفقرات المصاغة بعكس اتجاه المقياس.

التحليل المنطقي لفقرات المقياس (الصدق الظاهري):

قام الباحث بعرض فقرات مقياس الوجود الزائف بصيغته النهائية على عدد من المحكمين في مجال علم النفس والارشاد النفسي والمقياس النفسي، للتحقق من الصدق الظاهري للمقياس، وبيان رأيهم في مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت من أجله، وكذلك مدى ملائمة بدائل وتعليمات الإجابة، ووضع الباحث أمام كل فقرة ثلاثة بدائل (صالحة ، غير صالحة ، التعديل المناسب).

وبناءً على آراء المحكمين وملاحظاتهم؛ حصلت الموافقة على جميع فقرات المقياس بنسبة اتفاق (١٠٠٪).

التطبيق الاستطلاعي لفقرات المقياس:

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية عددها (٣٠) طالب تم اختيارهم عشوائياً، وتبين أن فقرات المقياس وتعليمات الإجابة كانت واضحة، وإن الوقت المستغرق للإجابة تراوح بين (٤-٩) دقيقة.

التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

يعد التحليل الإحصائي لفقرات، من المتطلبات الأساسية في بناء المقاييس النفسية والتربوية، إذ

أن التحليل المنطقي قد لا يكشف عن صلاحيتها بشكل دقيق (Eble, 1972, p. 408)

وفيما يلي إجراءات التحقق من صدق البناء للمقياس:

القوة التمييزية: تم التحقق من القوة التمييزية لفقرات المقياس بأسلوب المجموعتين المتطرفتين؛ وذلك بتطبيق المقياس على عينة البحث البالغ عددها (٢٠٠) طالب، وبعد تصحيح إجابات أفراد العينة عن فقرات المقياس؛ رتبت الدرجات تنازلياً وفق الدرجات الكلية من أعلى درجة كلية إلى أدنى درجة كلية، ثم تم تحديد المجموعتان المتطرفتان، إذ تؤكد "أنستازي" أنه يفضل أن لا تقل نسبة كل مجموعة عن (٢٥٪)، ولا تزيد على (٣٣٪)، وإن النسبة المثلى هي (٢٧٪). (Anastasi, 1988, p. 213) ووفقاً لذلك أصبح عدد الأفراد في كل مجموعة (٥٤) طالب، تراوحت درجات أفراد المجموعة العليا بين (٦٨-٧٩)، ودرجات أفراد المجموعة الدنيا بين (٦١-٥٣)، وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا؛ ظهر أن جميع فقرات المقياس مميزة، إذ أن القيم التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (١٠٦)، والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3) القوة التمييزية لفقرات مقياس الوجود الزائف

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
5.859	1.29928	2.6481	0.80298	3.5093	١
5.038	0.92777	3.2130	0.56981	3.7407	٢
4.356	1.17550	2.9630	0.70281	3.5370	٣

4.691	0.75453	3.3611	0.69482	3.8241	٤
5.999	1.11299	2.9352	0.63876	3.6759	٥
11.855	0.79082	1.6389	1.08084	3.1667	٦
6.616	1.20527	2.3796	0.96149	3.3611	٧
6.904	0.96674	3.0000	0.66041	3.7778	٨
11.730	0.94097	1.7407	1.01814	3.3056	٩
5.941	0.93061	3.2222	0.45648	3.8148	١٠
4.166	0.75453	3.3611	0.71478	3.7778	١١
16.371	1.02140	1.8519	0.55784	3.6852	١٢
13.540	0.68029	2.2037	0.82072	3.5926	١٣
3.663	0.75453	3.3611	0.73123	3.7315	١٤
3.869	0.75453	3.3611	0.79256	3.7685	١٥
3.244	1.16008	2.6667	0.97116	3.1389	١٦
15.154	0.87522	1.9815	0.69489	3.6111	١٧
10.687	0.96185	1.9907	0.98623	3.4074	١٨
4.741	0.78687	3.4167	0.46363	3.8333	١٩
13.113	1.26824	2.2130	0.39467	3.8889	٢٠
9.295	1.0041	2.8981	0.49180	3.8981	٢١

ثبات المقياس

تم حساب الثبات بطريقتين هما:

١- طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (معامل الاستقرار): قام الباحث بتطبيق المقياس على مجموعة من طلاب الصف السادس العلمي البالغ عددهم (٣٠) طالب، وبعد مرور أسبوعين على التطبيق الأول أعيد تطبيق المقياس على نفس الأفراد، وبعد حساب الدرجات الكلية لكل لفرد؛ تم استعمال معامل ارتباط بيرسون بين كلا التطبيق، وتبين أن معامل الثبات (٠.٨٧).

٢- طريقة الاتساق الداخلي (ألفا كرونباخ): قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة الثبات البالغ عددها (٤٠) طالب، إذ بلغ معامل الثبات (٠.٧٧)، وتعد هذه القيمة مؤشر جيد على الاتساق الداخلي بين فقرات المقياس.

وصف مقياس الوجود الزائف بصيغته النهائية:

أصبح المقياس مكون من (٢١) فقرة، موزعة على (٤) مجالات، تمت صياغتها بأسلوب العبارات التقريرية، ووضعت أمام كل فقرة (٤) بدائل للإجابة (دائمًا ، غالبًا ، أحيانًا ، أبدًا)، يعطى لها عند التصحيح الدرجات (٤، ٣، ٢، ١) للفقرات المصاغة بإتجاه المقياس، ويعكس التصحيح للفقرات المصاغة بعكس إتجاه المقياس، وإن أدنى درجة كلية ممكن أن يحصل عليها المستجيب (٢١)، وأعلى درجة كلية (٨٤)، بمتوسط نظري (٥٢.٥) درجة، والملحق (١) يتضمن مقياس الوجود الزائف بصيغته النهائية.

رابعاً / التكافؤ:

قام الباحث بضبط بعض المتغيرات الدخيلة التي يعتقد أنها قد تؤثر على نتائج التجربة، كذلك ما أشارت إليه نظرية الس، والدراسات السابقة، أنه سلوك الفرد في أي موقف أو حدث معين يتأثر بعوامل دخيلة، فارتأى الباحث أن يكافئ بـ(درجات أفراد عينة التجربة في الاختبار القبلي).

١- درجات أفراد عينة التجربة في الاختبار القبلي: بعد تطبيق المقياس على أفراد المجموعتين، حسب الباحث اختبار (مان-وتني) للعينات متوسطة الحجم؛ لمعرفة دلالة الفرق بين درجات المجموعتين، وظهر أن قيمة (U) المحسوبة (٤٥) أعلى من القيمة الجدولية (٢٣)، عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، غير دالة إحصائياً، وتشير هذه النتيجة إلى تكافؤ المجموعتين، والجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4)

نتائج اختبار مان-وتني للتكافؤ في متغير درجات الاختبار القبلي

المجموعة	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة مان-وتني U		دلالة الفرق بمستوى (٠,٠٥)
				المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	١٠	١٠٠	١٠	٤٥	٢٣	غير دالة
الضابطة	١٠	١١٠	١١			

خامساً / الوسائل الإحصائية:

تم استعمال الوسائل الإحصائية الملائمة لتحقيق هدف البحث من خلال الاستعانة ببرنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS.

الفصل الرابع: البرنامج الإرشادي:

إنّ الإرشاد النفسي عملية تعلم تنفذ في جو اجتماعي يتصف بالمرونة، والهدف منه إحداث تغيير في السلوك الإنساني إلى الأحسن، وذلك إن التغيير الإيجابي يزيد من إنتاج الفرد ويجعله يتكيف مع البيئة التي يعيش فيها (التميمي، الشمري، ٢٠١٢: ٥٣). إذ يشير الدقاعي والخالدي (٢٠١١) الى خطوات بناء البرنامج الإرشادي بالخطوات الآتية:

أولاً: تحديد الأهداف :

هذه الخطوة تتضمن وضع تخطيط للبرنامج الإرشادي، ويتم فيه تقديم الخلفية النظرية كمساعد عملي لتحقيق أهداف البرنامج، إذ يتم فيه ترجمة الاهداف العامة الى اهداف اجرائية واختيار الاساليب والفنيات الملائمة لتحقيق تلك الأهداف، ويقسم الهدف العام في البحث على قسمين وهما:

ت. هدف عام للبرنامج الإرشادي: إنّ الهدف العام للبرنامج الإرشادي هو خفض الوجود الزائف لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

ث. هدف عام لكل جلسة إرشادية: إذ حددت الأهداف العامة لكل جلسة إرشادية على وفق موضوعات الجلسات.

ثانياً: الخلفية النظرية والتطبيقية للبرنامج الإرشادي :

قام الباحث ببناء البرنامج الإرشادي على وفق الأسلوب العقلاني الانفعالي.

ثالثاً: المستفيدون من البرنامج الإرشادي :

يتطلب من المرشد النفسي عند بناء البرامج الإرشادية أن يحدد المشكلة النفسية (الوجود الزائف) التي حددت بالمجموعة الإرشادية إلى طلب المساعدة لمواجهتها، وأن يحدد الفئة التي تطلب المساعدة وتتمثل عينة التجربة في البحث الحالي بطلاب المرحلة الإعدادية.

رابعاً: مكان الإرشاد وشروطه : تم تطبيق البرنامج في اعدادية التأخي للبنين التي تقع في محافظة القادسية، قضاء الشامية ، إذ توفر المكان المناسب لتطبيق جلسات البرنامج دون اي عوائق او مشتتات ، لضمان سلامة النتائج وانجاح العملية الإرشادية.

خامساً: مدة البرنامج وعدد الجلسات الإرشادية : تم تطبيق عدد الجلسات الإرشادية والتي تمثلت ب (١٠) جلسة والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

الجلسات الإرشادية للمجموعة ومواعيد انعقادها

ت	عنوان الجلسة	تاريخ انعقادها
١	الافتتاحية	٢٠٢٥/٣/٢
٢	التمكين النفسي	٢٠٢٥/٣/٤
٣	الوجود الحقيقي	٢٠٢٥/٣/٩
٤	العلاقة بين الافكار والمشاعر	٢٠٢٥/٣/١٦
٥	اكتشاف الافكار اللاعقلانية	٢٠٢٥/٣/١٨
٦	التدريب على التفكير العقلاني	٢٠٢٥/٣/٢٣
٧	التقدير الايجابي للذات	٢٠٢٥/٣/٢٥
٨	التعبير الصادق عن المشاعر	٢٠٢٥/٣/٣٠
٩	المسؤولية	٢٠٢٥/٤/٢
١٠	الختامية	٢٠٢٥/٤/٦

سادساً: تمويل البرنامج :

قام الباحث بتمويل ذاتي للبرنامج الإرشادي، من حيث الدعم المادي للبرنامج ، فضلاً عن أي وسيلة استخدمت في نجاح البرنامج وإتمامه.

سابعاً: طرائق الإرشاد النفسي :

استخدم الباحث الأسلوب العقلاني الانفعالي وتمتلت الخطوة الأولى بالإرشاد الفردي، إذ قام الباحث بمقابلة فردية مع الطلاب من أجل الحصول على الموافقة في الاشتراك بالبرنامج الإرشادي ، وكذلك من أجل تحقيق الاتفاق حول البرنامج، وعدد جلساته وزمانه ومكانه ، والخطوة التالية تتمثل بالإرشاد الجماعي، والذي هدفه الأساسي خفض الوجود الزائف لدى طلاب المرحلة الإعدادية، والذي تم تحديده مسبقاً من حيث الزمن وعدد الجلسات مع المسترشدين.

ثامناً: الأساليب والفنيات الإرشادية :

اعتمد الباحث على أساليب وفنيات النظرية المتبناة، حيث اعتمد على فنيات الارشاد العقلاني الانفعالي التي تضمنت:

١. الحوار العقلاني (Rational Disputation) يعد جوهر العلاج حيث يعمل المرشد على مناقشة الأفكار اللاعقلانية التي يتبناها المسترشد واستبدالها بمعتقدات عقلانية أكثر مرونة وتوافقاً مع الواقع.
٢. التعليم النفسي (Psychoeducation) يقوم المرشد بتوضيح نموذج ABCDEF للمسترشد ويُظهر له أن المشاعر السلبية لا تنتج عن الحدث نفسه، بل عن المعتقدات اللاعقلانية المرتبطة به (Dryden, 2012, p. 26)
٣. إعادة البناء المعرفي (Cognitive Restructuring) حيث يتم تدريب المسترشد على التعرف إلى أنماط التفكير المشوهة مثل: التهويل، المطلقية (يجب/لا بد)، والتعميم، والهدف هو تطوير بدائل أكثر منطقية وواقعية.
٤. التجارب السلوكية (Behavioral Experiments) فالمرشد يشجع المسترشد على اختبار واقعية أفكاره في مواقف حياتية حقيقية.
٥. التمارين الانفعالية (Emotive Techniques) وتشمل: التصور العقلاني الانفعالي حيث يتخيل المسترشد نفسه في موقف مزعج، ثم يتدرب على استبدال انفعالاته السلبية بانفعالات صحية.
٦. المهام المنزلية (Homework Assignments) تكليف المسترشد بتمارين مثل كتابة أفكاره اليومية وفق نموذج (ABCDEF)، أو تسجيل الأدلة التي تناقض معتقداته غير العقلانية، وهذه الواجبات تعزز التعميم والتدريب الذاتي
٧. أسلوب المواجهة المباشرة (Direct Confrontation) حيث يستخدم إليس أسلوباً نشطاً ومباشراً أحياناً لتحدي قناعات المسترشد بقوة، خاصة إذا كان متمسكاً بأفكار لاعقلانية مزمنة.

٨. التعزيز الذاتي وضبط النفس: يتمثل بتدريب المسترشد على استخدام الثواب الذاتي عندما ينجح في تبني أفكار عقلانية وسلوكيات صحية، وهذا الأسلوب يعزز الدافعية للاستمرار (Ellis, 2005, p. 235) **تاسعاً: تحديد موضوعات الجلسات الإرشادية :**

تم تحديد موضوعات الجلسات الإرشادية بواسطة الاعتماد على فقرات المقياس جميعها، إذ لم يترك الباحث أي فقرة من فقرات المقياس، لكونها بمجملها تقيس الخاصية المستهدفة في البرنامج الإرشاد. **الصدق الظاهري**

عرض الباحث عناوين الجلسات على عدد من المحكمين في الإرشاد النفسي، بعدها تم عرض مخطط جلسات بصورتها الأولية، على محكمين في تخصص الإرشاد النفسي للتحقق من الصدق الظاهري، وكانت آراء المحكمين موافقة على عدد الجلسات ومحتواها والوقت المستغرق لأجراء البرنامج. **الجلسات الإرشادية:** يتضمن البرنامج (١٠) جلسة، والتزاماً بقواعد النشر في المجالات العلمية التي تتطلب بعدد محدود لأصفحات البحث، سيتم عرض ثلاث جلسات كما موضح في ادناه:

الموضوع	الافتتاحية
هدف الجلسة	تهيئة افراد المجموعة الارشادية الأولى للجلسات الارشادية.
الغيات	المناقشة- التعزيز
الانشطة والفعاليات	<ul style="list-style-type: none"> - يقوم الباحث بالترحيب بإفراد المجموعة الإرشادية - يقوم الباحث بتعريف نفسه ويطلب من أفراد المجموعة الإرشادية أن يعرفوا أنفسهم. - يعطي الباحث فكرة عن الإرشاد وأهميته وأهدافه يناقش المرشد مع أفراد المجموعة الإرشادية مكان وزمان انعقاد الجلسات الإرشادية ومدى ملازمتها لأفراد المجموعة. - الاتفاق على سرية المعلومات التي تطرح في الجلسات لكسب ثقة الأفراد. - يوضح المرشد اهداف البرنامج الإرشادي. - يعزز الباحث افراد المجموعة الارشادية المتفاعلين بالجلسة الافتتاحية.
التقويم	<ul style="list-style-type: none"> - الاستماع الى تساؤلات افراد المجموعة حول هدف البرنامج الارشادي ومدى ملائمة زمان ومكان انعقاد الجلسات الإرشادية - يوجيه الباحث سؤال فيما إذا كان أحد أفراد المجموعة لا يرغب في الاشتراك في البرنامج الإرشادي.
التدريب البيئي	<ul style="list-style-type: none"> - يطلب الباحث من افراد المجموعة كتابة موقف يتضمن افكار غير عقلانية.

ادارة الجلسة الاولى: الافتتاحية : الوقت: ٤٥ دقيقة

- يقوم الباحث بالترحيب بإفراد المجموعة الإرشادية
- يقوم الباحث بتعريف نفسه ويطلب من أفراد المجموعة الإرشادية أن يعرفوا أنفسهم.
- يعطي الباحث فكرة عن الإرشاد وأهميته وأهدافه يناقش المرشد مع أفراد المجموعة الإرشادية مكان وزمان انعقاد الجلسات الإرشادية ومدى ملازمتها لأفراد المجموعة.
- الاتفاق على سرية المعلومات التي تطرح في الجلسات لكسب ثقة الأفراد.
- يوضح المرشد اهداف البرنامج الإرشادي.
- يعزز الباحث افراد المجموعة الارشادية المتفاعلين بالجلسة الافتتاحية.
- التقويم:الاستماع الى تساؤلات افراد المجموعة حول هدف البرنامج الارشادي ومدى ملائمة زمان ومكان انعقاد الجلسات الإرشادية فضلاً عن توجيه الباحث سؤال فيما إذا كان أحد أفراد المجموعة لا يرغب في الاشتراك في البرنامج الإرشادي.
- التدريب البيتي: يطلب الباحث من افراد المجموعة كتابة موقف يتضمن افكار غير عقلانية.

الموضوع	الوجود الحقيقي
هدف الجلسة	تتمية الوجود الحقيقي لدى افراد المجموعة الارشادية.
الفيئات	الحوار العقلاني ، التمارين الانفعالية، التعزيز، المهام المنزلية.
الانشطة والفعاليات	<ul style="list-style-type: none"> - يرحب الباحث بأفراد المجموعة الارشادية ويشكرهم على الالتزام بالحضور للجلسات الارشادية . - يناقش الباحث التدريب البيتي مع افراد المجموعة الارشادية. - يقوم الباحث بتوضيح مفهوم الوجود الحقيقي لأفراد المجموعة الارشادية. - يوجه الباحث سؤال لأفراد المجموعة الارشادية لغرض كشف عن المعتقدات اللاعقلانية حول الوجود. - يطلب الباحث من افراد المجموعة ان يتخيل انفسهم في موقف مزعج، ثم يتدربون على استبدال انفعالاتهم السلبية بانفعالات صحية. - يعزز الباحث لأفراد المجموعة الارشادية عندما ينجح في تبني أفكار عقلانية وسلوكيات صحية.
التقويم	يطلب المرشد من أفراد المجموعة الارشادية ذكر سلبيات وايجابيات الجلسة.
التدريب البيتي	اكتب موقفاً شعرت فيه انك تتصرف بطريقة لا تعبر عن ذاتك الحقيقية

ادارة الجلسة الثالثة: الوجود الحقيقي الوقت: ٤٥ دقيقة

- يرحب الباحث بأفراد المجموعة الارشادية ويشكرهم على الالتزام بالحضور للجلسات الارشادية .
- يناقش الباحث التدريب البيتي مع افراد المجموعة الارشادية.
- يقوم الباحث بتوضيح مفهوم الوجود الحقيقي لأفراد المجموعة الارشادية.
- يوجه الباحث سؤال لأفراد المجموعة الارشادية لكشف المعتقدات غير العقلانية حول الوجود.
- يطلب الباحث من افراد المجموعة ان يتخيل انفسهم في موقف مزعج، ثم يتدربون على استبدال انفعالاتهم السلبية بانفعالات صحية.
- يعزز الباحث لأفراد المجموعة الارشادية عندما ينجح في تبني أفكار عقلانية وسلوكيات صحية.
- التقويم: المرشد يطالب أفراد المجموعة الارشادية بذكر سلبيات وايجابيات الجلسة.
- التدريب البيتي: الباحث يطالب افراد المجموعة الارشادية بكتابة موقفاً شعرت فيه انك تتصرف بطريقة لا تعبر عن ذاتك الحقيقية.

المسؤولية	الموضوع
تنمية المسؤولية لدى افراد المجموعة التجريبية.	هدف الجلسة
التعليم النفسي، التجارب السلوكية، التعزيز، المهام المنزلية	الفنيات
<ul style="list-style-type: none"> - يرحب الباحث بأفراد المجموعة الارشادية ويشكرهم على الحضور. - يقوم الباحث بمتابعة التدريب البيتي. - يقوم الباحث بتوضيح مفهوم المسؤولية لأفراد المجموعة الارشادية - يقوم الباحث بتعليم افراد المجموعة الارشادية نمط التفكير (ABC) - يوجه الباحث افراد المجموعة الارشادية باستخدام أسلوباً نشطاً ومباشراً أحياناً لتحدي قناعات المسترشد بقوة، خاصة إذا كان متمسكاً بأفكار لاعقلانية مزمنة. - تقديم التعزيز لأفراد المجموعة التجريبية المشاركين في الجلسة 	الانشطة والفعاليات
يطلب المرشد من افراد المجموعة الارشادية تحديد الفائدة من الجلسة الارشادية.	التقويم
يطلب الباحث من افراد المجموعة الارشادية ان يكتب موقف عقلانياً كنت فيه انت المسؤول.	التدريب البيتي

ادارة الجلسة التاسعة: المسؤولية الوقت: ٤٥ دقيقة

- يرحب الباحث بأفراد المجموعة الارشادية ويشكرهم على الحضور.
- يقوم الباحث بمتابعة التدريب البيتي.
- يقوم الباحث بتوضيح مفهوم المسؤولية لأفراد المجموعة الارشادية
- يقوم الباحث بتعليم افراد المجموعة الارشادية نمط التفكير (ABC) يقوم المرشد بتوضيح نموذج ABC للمسترشد:

● الحدث المفعّل Activating event

● (B) المعتقد (عقلاني أو لاعقلاني) Belief

● (C) النتيجة (انفعالية أو سلوكية) Consequence

- ويُظهر له أن المشاعر السلبية لا تنتج عن الحدث نفسه، بل عن المعتقدات اللاعقلانية المرتبطة
- يوجه الباحث افراد المجموعة الارشادية باستخدام أسلوباً نشطاً ومباشراً أحياناً لتحدي قناعات المسترشد بقوة، خاصة إذا كان متمسكاً بأفكار لاعقلانية مزمنة.
- تقديم التعزيز لأفراد المجموعة التجريبية المشاركين في الجلسة
- التقويم: يطلب المرشد من افراد المجموعة الارشادية تحديد الفائدة من الجلسة الارشادية.
- التدريب البيتي: يطلب الباحث من افراد المجموعة الارشادية ان يكتب موقف عقلانياً كنت فيه انت المسؤول.

الفصل الخامس / عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

هدف البحث: يهدف البحث الحالي التعرف عن فاعلية برنامج ارشادي بالأسلوب العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض الوجود الزائف لدى طلاب المرحلة الاعدادية. ويتم تحقيق ذلك من خلال اختبار الفرضيات الصفرية الآتية:

١. لا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسط رتب افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الوجود الزائف.

للتحقق من ذلك استعمل الباحث اختبار ولكوكسن، وظهر أن القيمة المحسوبة (صفر)، أصغر من القيمة الجدولية (٨)، عند مستوى دلالة (٠.٠٥) اختبار ذو نهايتين، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح الاختبار البعدي، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية، والجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

نتيجة اختبار ولكوكسن بين الاختبارين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية

مستوى الدلالة ٠,٠٥	قيمة ولكوكسن		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المقارنة	العدد	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة							
دالة لصالح الاختبار البعدي	٨	صفر	5.50	55	6.04060	63.40	قبلي	١٠	التجريبية
			صفر	صفر	4.56557	43.80	بعدي		

٢. لا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسط رتب افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الوجود الزائف.

للتحقق من ذلك، استعمل الباحث اختبار ولكوكسن، وظهر أن القيمة المحسوبة (23)، أكبر من القيمة الجدولية (٨)، عند مستوى دلالة (٠.٠٥) اختبار ذو نهائيتين، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين، وبذلك تقبل الفرضية الصفرية، والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)

نتيجة اختبار ولكوكسن بين الاختبارين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة

مستوى الدلالة ٠,٠٥	قيمة ولكوكسن		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المقارنة	العدد	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة							
غير دالة	٨	23	5.75	23	6.69660	64.80	قبلي	١٠	الضابطة
			5.33	32	7.21803	65.10	بعدي		

٣. لا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسط رتب افراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الوجود الزائف.

للتحقق من ذلك؛ قام الباحث بحساب قيمة مان-وتني (U)، وظهر أن القيمة المحسوبة (٠)، أصغر من القيمة الجدولية (٢٣) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ويتبين أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق جلسات البرنامج، والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨) يوضح قيمة مان-وتني بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

مستوى الدلالة ٠,٠٥	قيمة مان-وتني U		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المقارنة	المتغير
	الجدولية	المحسوبة							
دالة لصالح التجريبية	٢٣	صفر	٥,٥٠	٥٥	4.56557	43.80	١٠	تجريبية	الوجود الزائف
			١٥,٥٠	١٥٥	7.21803	65.10	١٠	ضابطة	

٤. لا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسط رتب افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين البعدي والمرجأ على مقياس الوجود الزائف.

للتحقق من ذلك، قام الباحث بتطبيق الاختبار المرجأ (مقياس الوجود الزائف) بعد مرور (٤٥) يوم من تطبيق الاختبار البعدي، واستعمل اختبار ولكوكسن، وظهر أن القيمة المحسوبة (13.50)، أكبر من القيمة الجدولية (٨)، عند مستوى دلالة (٠.٠٥) اختبار ذو نهايتين، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين، وبذلك تقبل الفرضية الصفرية، والجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)

نتيجة اختبار ولكوكسن بين الاختبارين البعدي والمرجأ لأفراد المجموعة التجريبية

مستوى الدلالة ٠,٠٥	قيمة ولكوكسن		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المقارنة	العدد	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة							
غير دالة	٨	13.50	4.50	13.50	4.56557	43.80	بعدي	١٠	التجريبية
			4.50	22.50	4.69042	44.00	مرجأ		

وهذا يدل بأن الفتيات والأساليب المستخدمة في الجلسات الارشادية كان لها الأثر الكبير في خفض الوجود الزائف لدى طلاب المرحلة الاعدادية. ويرى (الس) ان اسلوبه قادر على التأثير بالأفكار المثبطة للذات وتغييرها ، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة(خليل،٢٠١٧) حيث توصلت الى ان اسلوب الارشاد العقلاني الانفعالي قادر على تغيير الافكار غير العقلانية لدى افراد المجموعة التجريبية.

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث الحالي يوصي الباحث ما يأتي:

- ١- الاستفادة من مقياس الوجود الزائف للكشف عن هذا المفهوم لدى عينات اخرى مثل المرشدين التربويين او الاحداث الجانحين.
- ٢- تدريب المرشدين التربويين في المديرية العامة على كيفية تطبيق البرامج الارشادية والاستفادة من البرنامج الحالي لمعالجة مشكلات الطلبة.
- ٣- على مديرية تربية القادسية ، دعم شريحة المرشدين التربويين من خلال توفير غرفة خاصة للمرشد التربوي داخل المدرسة لممارسة دوره وتطبيق الفنيات والاساليب الارشادية.

المقترحات:

بناءً على التوصيات يقترح الباحث إجراء ما يأتي:

- ١- دراسة فاعلية برنامج ارشادي بالأسلوب المعرفي السلوكي في خفض الوجود الزائف لدى طلاب المرحلة المتوسطة.
- ٢- دراسة الوجود الزائف وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

المصادر العربية والإنكليزية:

- البديري، محمود سعدي. (٢٠١٥). تأثير أسلوبين إرشاديين (العلاج العقلاني والعلاج المعرفي) في تعديل المعتقدات اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الإعدادية الذين يعانون من الضغوط ما بعد الصدمة. بغداد: الجامعة المستنصرية.
- ابراهيم، عبد الستار. (١٩٩٨). الاكتئاب - اضطراب العصر الحديث - فهمه وأساليبه علاجه. الكويت: سلسلة عالم المعرفة.
- الخويلدي، زهير. (٢٠١٥). الحوار المتمدن. عمان: دار الثقافة.
- خليل، غادة. (٢٠٢١). أثر برنامج إرشادي بالأسلوب العقلاني الانفعالي السلوكي لأمهات أطفال التوحد في خفض المخاوف المرضية. العراق: جامعة ديالى.
- شحاتة، حسن، والنجار، زينب. (٢٠٠٣). معجم المصطلحات التربوية والنفسية. القاهرة: الدار المصرية واللبنانية.
- فرج، أحمد. (٢٠١٩). الوجود الزائف وعلاقته بالهوية الذاتية لدى طلبة الجامعة. بابل: مجلة العلوم التربوية والنفسية.
- نافع، عبد الرحمن. (٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج العقلاني في خفض الاغتراب النفسي لدى المراهقين. بغداد: جامعة بغداد.
- وزارة التربية العراقية. (١٩٩١). المديرية العامة للتخطيط والإحصاء. بغداد: العراق.
- هيدجر، مارتن. (٢٠١٢). الكينونة والزمان (ترجمة فتحي المسكيني). بيروت: دار الكتاب الجديد.
- Ebel, R. I. (1972). **Essentials of educational measurement**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Eble, R. L. (1972). **Essentials of education measurement**. New York: Hill.
- Ellis, A. (2005). **Rational emotive behavior therapy: A therapist's guide**. New York: Springer.
- Dryden, W. (2012). **Dealing with emotional problems using rational-emotive cognitive behavior therapy**. New York: Behaviour Therapy Press

الملاحق

مقياس الوجود الزائف

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	احياناً	نادراً
1	أبدي رأبي حتى لو لم أكن متأكداً من دقته				
2	أسعى وراء كل مثير				
3	أجد صعوبة في الحصول على تعريف للحياة الافضل				
4	اعتقد ان حديثي مقبول من الآخرين				
5	اتلهف على كل جديد				
6	لست متأكدا من القرارات التي اتخذها				
7	استمتع عندما اتحدث كثيرا				
8	أتمنى الوصول الى اي مكان في العالم				
9	أقلد المجتمع المحيط بي عند اتخاذي لقرار ما				
10	ليس لدي مانع من التحدث باي موضوع				
11	أشعر بالارتباك الشديد عندما أقرر شيئاً لا يقبله المجتمع				
12	اكتشف الاشياء بسرعة وأتركها بسرعة				
13	أجد نفسي عاجزا عن تفسير بعض الأشياء				
14	أجادل من يخالفني الرأي حتى لو كان على حق				
15	أحب أن أجرب التجارب الخطرة				
16	أقوم بأعمال حتى لو كنت غير مقتنع بها				
17	أرى انه لا يوجد تفسير واضح للحياة				
18	عندما يطلب مني تحليل موضوع معين أخالف رأي المختصين بالموضوع				
19	أستخدم وسائل الاتصال الاجتماعي بكثرة للبحث عن مغامرات				
20	أفتقد لمعنى حياة ما بعد الموت				
٢١	أتكلم مع الآخرين أينما أكون				