

فاعلية برنامج ارشادي سلوكي معرفي لخفض الفراغ الفكري لدى طالبات الجامعة

الباحثة: ضحى ابراهيم علي سلمان
ا.م.د. فاطمة كريم زيدان
الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية

abrahyndhy174@uomustansiriyah.edu.iq

مستخلص البحث

يستهدف البحث الحالي الى التعرف على فاعلية برنامج ارشادي سلوكي معرفي لخفض الفراغ الفكري لدى طالبات الجامعة، استخدمت الباحثة التصميم شبه التجريبي، وقد قامت ببناء مقياس الفراغ الفكري حيث بلغ عدد الفقرات (40) فقرة، وقد تم اختيار عينة التطبيق بالطريقة القصدية من قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي وقسم علوم الحياة بواقع (10) طالبات للمجموعتين التجريبية والضابطة، ثم صممت الباحثة برنامجاً إرشادياً سلوكياً معرفياً وفق نظرية "ميكينوم" لخفض الفراغ الفكري وفق نموذج بوردرز ودروري، واستعملت الباحثة في تحليل البيانات الحقيقية الاحصائية وتوصلت الباحثة الى أن البرنامج الارشادي السلوكي المعرفي فعال في خفض الفراغ الفكري من خلال النتيجة التي اظهرت ان هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الفراغ الفكري في الاختبارين القبلي والبعدي، وفي ضوء نتائج البحث الحالي خرجت الباحثة بمجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: البرنامج الارشادي، الارشاد السلوكي المعرفي، الفراغ الفكري، طالبات الجامعة.

الفصل الاول - التعريف بالبحث

مشكلة البحث

تمثل الجامعة احدى مؤسسات المجتمع العراقي والتي لها معايير خاصة بها وهي نابعة من قيم المجتمع وعاداته التي ينبغي على جميع طلبة الجامعة مراعاة هذه المعايير، والتي تعتبر الجذور الأساسية المكملة للمدرسة في تطوير شخصية الطلبة وخصوصاً الطالبات وتعزيزها (حسين ونادر، 1999:484)، وبما أن التفكير هو عملية عقلية يتم من خلالها معرفة العديد من الأمور التي تحتاج الى فهم وتقبل وتذكر واستيعاب واتخاذ القرارات الشخصية وحل المشكلات واصدار الاحكام على المواقف، فهناك جوانب للفراغ الفكري اولهما نفسية منها: الشعور بالإحباط وعدم تحمل المسؤولية والحساسية الزائدة اتجاه المواقف والعزلة الاجتماعية، وثانيهما سلوكية: عدم الاستمتاع بالحياة والعنف والابتعاد عن العبادات (عبد الصاحب، 2016:56)، فالفراغ الفكري هو خلو عقل الطالبة من الوعي والادراك والتمييز بين الصح والخطأ، وهذا يعني ان عقلها سليم تماماً الا انه في بعض الاحيان قد يتأثر بأفكار الآخرين، مهما كانت هذه الافكار وما تحمله من نتائج عكسية على سلوكها مما يتسبب في العديد من المشاكل لها في المجتمع والجامعة، وبما أن الجامعة مجتمع واسع يضم الكثير من الطالبات ومن بيئات مختلفة فقد يتعرضن لأحداث ومشكلات عديدة وعدم اهتمامهن بهذه الأحداث التي تجري حولهن والافادة منها، قد ينعكس سلبياً في اكتسابهن افكاراً وانماطاً سلوكية غير مناسبة لأسباع حاجاتهن المتأثرة بما يحيط بهن، وعدم اشباعها لا يتوقف تأثيرها على الطالبات فقط انما على المجتمع بأكمله، إذ نجد الطالبة التي تعاني من الفراغ الفكري تسير في طريق مختلف تماماً لما نشأت وتربت عليه وتكون نظرتها للحياة خالية من المعنى والروح والسعادة (الحداد، 2023:314).

اهمية البحث:

تكمن اهمية الارشاد النفسي في التغييرات المتعددة في عصرنا الحالي التي ادت الى ضرورة وحتمية الارشاد النفسي في جميع المؤسسات داخل المجتمع سواء كان في المدارس ام الجامعات ام دور رعاية الايتام ومراكز الدعم النفسي للمتعافين من المخدرات وتقديم لهم المساندة والنصح والارشاد (الحريري والامامي، 2010:25)، ان لكل برنامج من البرامج الارشادية اهمية كبيرة، وذلك لان البرنامج الارشادي هو خطة علمية منظمة تساعد على تحديد المشكلات التي تعاني منها الطالبات وكيفية معالجتها، ولا بد من تحديد الفئة المستهدفة للبرنامج واهميتها العمرية والدراسية وتحديد المكان والزمان المناسب لان لا يجوز البدء في البرنامج في اي مكان ودون موعد معلوم، تكمن اهمية البرامج الارشادي في متابعة طالبات الجامعة بصورة مستمرة من اجل الوصول الى الهدف المطلوب وهو تخفيف من حدة الفراغ الفكري للطالبات (القرة غولي، 2018:36)، يعتبر الإرشاد السلوكي المعرفي محاولة لتغيير السلوك من خلال تغيير طريقة التفكير والاتجاهات الخاطئة والقناعات غير المناسبة لبيئة الطالبات وحياتهن الخاصة من خلال الاجراءات السوقية المعرفية، ويركز على المعتقدات التي تحملها الطالبات تجاه العادات الصحية والنفسية، وان الارشاد يهتم بتعديل سلوكياتهن من اجل الوصول الى اعلى درجة من التوافق النفسي والصحة النفسية والتفكير السليم والنضج بسلوكياتهن وزيادة قدرتهن بعدم التأثر بأفكار الاخرين السلبية وغير المناسبة ببيئة الطالبات (القرة غولي، 2019:287).

ومن خلال ما تقدم تكمن الاهمية النظرية للبحث الحالي:

- 1- تسليط الضوء على النظرية التي استندت عليها جلسات البرنامج الارشادي في البحث الحالي وهي نظرية ميكينيوم.
- 2- تسليط الضوء على مشكلة الفراغ الفكري.
- 3- ان عينة البحث تعيش حالة من عدم التوافق والاتزان.

الاهمية التطبيقية:

- 1- يعد البحث الحالي اضافة جديدة للمكتبات العراقية والعربية التي تحتاج الى مثل هذه الدراسات عن فئة طالبات الجامعة.
- 2- مساهمة البرنامج الارشادي السلوكي المعرفي لاستفادة الباحثين منه وتوظيف اساليبه وفنياته في تنفيذ البرنامج الارشادي.
- 3- رفد المؤسسات التعليمية بأداة لقياس الفراغ الفكري لدى طالبات الجامعة.

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف الى:

فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي لخفض الفراغ الفكري لدى طالبات الجامعة، من خلال التحقق من الفرضيات التالية:

- 1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الفراغ الفكري.
- 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الفراغ الفكري.
- 3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي على مقياس الفراغ الفكري.
- 4- لا توجد فاعلية للبرنامج الارشادي السلوكي المعرفي في خفض الفراغ الفكري لدى طالبات الجامعة.

حدود البحث:

يحدد البحث الحالي في بناء برنامج ارشادي لخفض الفراغ الفكري لدى طالبات جامعة ديالى/كلية التربية الاساسية للدراسة الصباحية وللعام الدراسي 2025/2024.

تحديد المصطلحات

الفاعلية (Affection):

* تعريف (يوسفي، 2017)

"هي القدرة على تحقيق النتيجة المقصودة تبعاً لمعايير محددة مسبقاً وتزداد الفاعلية كلما كان تحقيق النتيجة تحقيقاً كاملاً"

* تعريف (الكلابي، 2023)

"هي القدرة على التأثير وبلوغ الأهداف وتحقيق النتائج المطلوبة بأفضل صورة ممكنة"

(الكلابي، 2023:19)

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف (يوسفي، 2017) للفاعلية بوصفه تعريفاً نظرياً للبحث.

البرنامج الإرشادي Counselling program:

* تعريف (زهرا، 1980)

"هو برنامج مخطط منظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فردياً وجماعياً، لكل من تضمهم المؤسسة التعليمية لأجل مساعدتهم على تحقيق النمو السوي والتوافق النفسي والاجتماعي والمهني"

(زهرا، 1980:439)

* (Borders & Drury, 1992)

" مجموعة من النشاطات التي يقوم بها المسترشدون في التفاعل والتعاون بما يعمل على توظيف طاقاتهم امكاناتهم وقدراتهم بما يتفق مع حاجاتهم واستعداداتهم لها في جو تسوده المحبة والاحترام والثقة والسرية والطمأنينة بينهم وبين المرشد"

(Borders & Drury ,1992:7)

التعريف النظري: تبنت الباحثة للبحث الحالي تعريف (Borders & Drury) وذلك لاستنادها عليه في بناء البرنامج الارشادي.

التعريف الإجرائي للبرنامج الارشادي

"هو الخطة التي اعدتها الباحثة بشكل مسبق في جلسات لأفراد المجموعة الارشادية على وفق اسس علمية ومخططة وفق النظرية السلوكية المعرفية لميكنينوم لغرض خفض الفراغ الفكري لدى طالبات الجامعة"

الارشاد السلوكي المعرفي Cognitive Behavior Counseling:

* تعريف (القاموس الدولي لعلم النفس، 1996)

"بأنه استخدام مجموعة من فنيات العلاج المعرفي والعلاج السلوكي، وتهدف هذه الفنيات الى تعديل السلوكيات غير المرغوبة من خلال تغيير طريقة تفكير الطالبات"

(Sutherland,1996:82)

* تعريف (ريتشارد، 1997)

"بأنه مجموعة من الاجراءات العلاجية التي تجسد التصورات عن التغيير وتضع اهمية اساسية على العملية المعرفية وتهدف بصورة اجرائية الى بعض الممارسات العلاجية لتبديل المظاهر المعرفية (ريتشارد، 1997:51)

* تعريف (عبد العزيز، 2009)
"عملية أراديه تربوية تعليمية يتم من خلالها تعديل سلوك الطالبات عن طريق أحداث تغيير في اساليب الطالبات الإدراكية والاجتماعية والحركية وتعليمهن نماذج سلوكية جديدة سوية"
(عبد العزيز، 2009:159)

الفراغ الفكري Intellectual emptiness

* تعريف (سالتر، 1964)
هو الافكار التي تنمو نتيجة حالاتنا الانفعالية، فكل تفكير متأثر بالمشاعر قد ينتج عنه افكار غير سليمة، فالفرد لا يضبط نفسه تلقائياً ولكنه منضبط بالعادات والتقاليد التي فرضها عليه الآخرون
(عبد الله، 2012:43)

* تعريف (ابراهيم، 2020)
"هو خلو العقل من الفكر الواعي ومما ينفع ويضر، وليس شرطاً ان يكون الفراغ فكرياً ممتلئاً بما لا يفيد ولكنه فارغ عن ما يفيد وعاجز عن التمييز بين الصحيح والخطأ، مما يجعل الطالبات مؤهلات للتأثير بأي فكرة واي سلوك واي تصرف بغض النظر عن النتائج السلبية التي تصيبهن فيما بعد"
(ابراهيم، 2020، 308)

* التعريف النظري: لقد تبنت الباحثة تعريف (سالتر، 1964) في بناء مقياس الفراغ الفكري.

* التعريف الإجرائي:

هي الدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبة بعد اجاباتها على مقياس الفراغ الفكري.
طالبات الجامعة College student:

* تعريف (مصطفى، 2008)
"الطالبات اللاتي يتلقين محاضرات وندوات علمية داخل الجامعة والتدريب على كيفية الحصول على المعلومات والملاحظات الدراسية في مؤسسة التعليم العالي للحصول على الشهادة الجامعية"
(مصطفى، 2008:24)

* تعريف (ذيب، 2014)
" الطالبات اللاتي أكملن الدراسة الاعدادية بفرعيها العلمي والادبي، بهدف الالتحاق بالجامعة ولمدة أربع سنوات متواصلة من العلم والمعرفة والاعداد الثقافي لكي يكن مؤهلات للحياة المهنية"
(ذيب، 2014:6).

الفصل الثاني - الأطار النظري

مفهوم الارشاد السلوكي المعرفي

يعد الارشاد السلوكي المعرفي اسلوباً علاجياً يساعد الافراد على تغيير سلوكياتهم ثم تغيير افكارهم وتصحيح مفاهيم حياتهم غير مناسبة عن طريق تغيير سلوكياتهم ، بواسطة العديد من الفنيات والاساليب السلوكية المعرفية التي تهدف الى تحسين الصحة النفسية للافراد (القره غولي، 2019:287)،

أهداف العلاج السلوكي المعرفي

يلخص (بيك، 1979 فريمان، 1994، بيلاك 1985 ميكنباوم، 1977، باترسون، 1990) أهداف العلاج السلوكي المعرفي بالنقاط التالية:

- 1- تعليم المسترشد كيف يلاحظ ويحدد الأفكار التلقائية التي يقررها لنفسه.
- 2- تعديل الأفكار التلقائية والمعتقدات غير المنطقية المسببة للمشكلة.
- 3- تعليم المسترشدين تصحيح ما لديهم من أفكار خاطئة وتشويهاً معرفية.
- 4- تحسين المهارات الاجتماعية للمسترشدين من خلال تعليمهم حل المشكلات.

5-تدريب المسترشدين على استراتيجيات وفنيات سلوكية ومعرفية متباينة مماثلة لتلك التي تطبق في الواقع خلال مواقف حياتية أو عند مواجهة ضغوط طارئة (نادر، 2014:92).

* العلاج السلوكي المعرفي وفق نظرية ميكينبوم

يؤكد دونالد هيربرت ميكينبوم الأمريكي الأصل واضع نظرية تعديل السلوك المعرفي ، اذ يشير ان هناك عوامل أخرى غير المثير والاستجابة تلعب دوراً في عملية التعلم كالتفكير والادراك والبناءات المعرفية والمشاعر والحديث الإيجابي مع النفس وإعطائها التوجيهات والأوامر واستخدام أسلوب التوجيه الذاتي واسلوب التقليد والنمذجة، ويرى ميكينبوم أن الحديث الذاتي يؤثر في البني المعرفية ويعمل على تغييرها، وهي تتم عن طريق تحديد العبارات السلبية التي يقولها الطفل لذاته، ثم يتم تعليمه استبدالها بعبارات إيجابية (عبدالجواد، 2007:761).

* الفراغ الفكري

إن من أبرز المشكلات التي تواجهها طالبات الجامعة اليوم مشكلة الفراغ الفكري فهو عامل من عوامل الانحراف، والهدم لطاقة الشباب، ولكل خير فيهم، ولا شك أن مشكلة الفراغ الفكري نابعة من مشكلة افتقاد الهدف، فطالما الطالبات ليس لديهن ما يفعلن أو يحققن من أهداف وطموحات أو مشاريع فإنهن سيجدن جزءاً كبيراً من وقتهن غير مملوء بأي نشاط أو عمل ، وان عدم إشغال هذا الجزء من الوقت سيكون السبب في اكتسابهن أموراً مخالفة لدينهن وقيم مجتمعهن ، وبالتالي تكون بداية الانحراف والميل عن الطريق المستقيم، وقيمة حياتهن، وساعاتهن التي يمضيها دون هدف او انجاز مثل كثرة اللعب والهوا وينظرن للحياة نظرة لهو ومرح فقط دون الاحساس بالمسؤولية ، فليس في حياتهن شيء مهم (وقاش ، 1985:22)

النظرية التي فسرت مفهوم الفراغ الفكري نظرية سالتز

من أبرز النظريات التي استخدمت الإشراف الكلاسيكي لبافلوف في الإرشاد النفسي نظرية سالتز Salter التي ظهرت في كتابه "العلاج باستخدام الفعل المنعكس الشرطي: الأسلوب المباشر لإعادة بناء الشخصية". ولد سالتز عام 1914، وحصل على الليسانس في علم النفس من جامعة نيويورك ومن الكتب التي ألفها : "التنويم المغناطيسي" الذي طبع لأول مرة 1944، وكتابه: "قضية ضد التحليل النفسي" سنة 1952، واشترك مع جوزيف وولبي في إصدار كتاب: العلاجات الشرطية سنة 1964، وقد ترجمت كتبه إلى الألمانية والإيطالية، والإسبانية، واليابانية وقد عمل مستشاراً لعلم النفس في مدينة نيويورك. (عبد الله ، 2012، 42).

أساليب العلاج النفسي

هناك ستة أساليب لإنهاء الكف وتحقيق الاستثارة المطلوبة، وهي أساليب متداخلة لأن ممارسة أي واحد منها سيؤدي إلى تعلم جميع الأساليب الأخرى.

الأسلوب الأول: كلام المشاعر، وفيه ينطق المسترشد بصورة قصدية بما يشعر به من انفعالات لأنه تنفيس وتصريح يساعد في إطلاق ما يحب وما يكره وما يضايق وما يؤلم، ما يخيف وما يدهش فالصدق الانفعالي هو القادة الأساسية، ولكن لا يمنع ذلك من تمجيد المعتقدات والتقاليد الاجتماعية إذا لم يتناقض ذلك مع المشاعر الحقيقية، ولكن يجب تجنب المبالغة، بحيث تعبر فقط عما نشعر به.

الأسلوب الثاني: الكلام الوجهي، وهو التعبير بملامح الوجه عن المشاعر التي يصرح بها المسترشد.

الأسلوب الثالث: المناقضة والمجادلة بدلاً من إبداء الموافقة بدون اقتناع.

الأسلوب الرابع: الاستخدام القصدي الضمير المتكلم: أنا بدرجة كبيرة وحين يكون ذلك ممكناً.

الأسلوب الخامس: التعبير عن الرضا، حينما يكون العمل الذي تم إنجازه مرضياً، ومدح الذات بصورة تلقائية بسيطة.

الأسلوب السادس: "الارتجال" أو التلقائية، من غير تخطيط مسبق للعمل ومن غير تفكير في المستقبل أو في العواقب، والعيش يوماً بيوم، وساعة بساعة.

الفصل الثالث - منهجية البحث

- منهج البحث:

اعتمدت الباحثة المنهج التجريبي لتحقيق اهداف البحث الحالي .

- مجتمع البحث

يعد مجتمع البحث عبارة عن جميع وحدات موضوع الدراسة سواء كانت هذه الوحدات أفراداً ام اشياء ام قياسات، فهو مجموعة من المفردات التي تشترك في صفة واحدة او عدة صفات، وقد يكون مجتمع البحث محدوداً او غير محدود (الجابري، 2011:245)، وقد تكون مجتمع البحث (3010) من طالبات جامعة ديالى/ كلية التربية الأساسية ولجميع الاقسام للدراسة الصباحية للعام الدراسي 2025/2024 .

- عينات البحث

تعد العينة مجموعة فرعية من عناصر مجتمع البحث، وهي ذلك الجزء من المجتمع التي يتم اختيارها وفق قواعد وطرق علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً (عبد المجيد، 1976:353)، والجدول رقم (1) يبين العينات المستخدمة في البحث الحالي .

جدول (1) العينات المستخدمة في البحث الحالي

ت	العينات	العدد
1	العينة الاستطلاعية	20
2	عينة التحليل الاحصائي	250
3	عينة الثبات	50
4	عينة التشخيص	40
	المجموع	360

- اداتا البحث

إن طبيعة البحث وأهدافه يتطلب توفير اداتين هما: مقياس الفراغ الفكري والبرنامج الإرشادي، وفيما يأتي توضيح لإجراءتهما:

• مقياس الفراغ الفكري

لتحقيق ذلك لابد من توافر مقياس يتلاءم مع طبيعة الحالة المراد قياسها، وكذلك مع طبيعة مجتمع البحث وان يتوافر فيه الخصائص السايكومترية لذا قامت الباحثة ببناء مقياس الفراغ الفكري للأسباب الآتية:

لم يتم دراسة المتغير من قبل كبرنامج ارشادي.

لم تجد الباحثة مقياساً يتلاءم مع طبيعة مجتمع البحث حسب علم الباحثة.

تم بناء المقياس وفق الخطوات التي حددها (Alen & yen, 1979) كالآتي: -

تحديد مفهوم الفراغ الفكري.

تحديد مجالات الفراغ الفكري وصياغة الفقرات.

تحديد بدائل الجابة.

الاعداد لتعليمات المقياس.

عينة وضوح التعليمات.

طرق تصحيح المقياس.

التحليل الاحصائي ل فقرات مقياس الفراغ الفكري.

اعداد تعليمات المقياس

تعد تعليمات الاجابة التي تتضمنها أداة البحث بمثابة دليل يسترشد به المستجيب اثناء اجابته على بدائل المقياس وفقراته لذا لا بد ان تكون هذه التعليمات واضحة ومفهومة وتراعي اعمار العينة المدروسة، وتطمين المستجيب أنه لا حاجة الى ذكر اسمه لكي تكون اجابته حقيقة وصادقة وبعيدة عن التقييد (Cronbach & glesser, 1970 :64).

تحديد بدائل الاجابة

لكل فقرة من فقرات مقياس الفراغ الفكري تم استخدام المقياس الخماسي البدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) وقد تمت عملية تصحيح المقياس بأعطاء درجات (1-2-3-4-5) لكل فقرة سلبية والعكس صحيح للفقرات الايجابية.

• التحليل الاحصائي للفقرات

قامت الباحثة بحساب القوة التمييزية والاتساق الداخلي كما يأتي :

معامل تمييز الفقرات

تتطلب المقاييس النفسية حساب القوة التمييزية لفقراتها بهدف استبعاد الفقرات التي لا تميز بين المجيبين، والابقاء على الفقرات التي تميز بينهم، وهذا يعني مدى قدرة الفقرة على التمييز بين ذوي المستويات العليا وذوي المستويات الدنيا من الافراد بالنسبة للحالة المراد قياسها (الزويبي واخرون، 1981:79).

ولحساب معامل تمييز الفقرات لمقياس الفراغ الفكري قامت الباحثة بتطبيقه على عينة حجمها (250) طالبة ، وبعد استخراج الدرجة الكلية لكل استمارة ، تم ترتيبها من اعلى درجة الى ادنى درجة بعدها حددت نسبة (27%) من الدرجات للمجموعة العليا وحجمها (68) ، و (27%) من الدرجات للمجموعة الدنيا وحجمها (68) وبذلك اصبح العدد الكلي للمجموعتين (136) استمارة ، ثم استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لحساب معامل التمييز لكل فقرة من فقرات المقياس وهو من الوسائل الاحصائية ، وكانت عدة فقرات مميزة اذ كانت القيمة التائية المحسوبة لها اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) وبدرجة حرية (134) والجدول (2) يوضح ذلك

جدول (2)

معامل تمييز فقرات مقياس الفراغ الفكري

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		تسلسل الفقرات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
2.372	0.95406	2.9853	1.06700	3.3971	1
7.222	0.71529	1.3971	1.13711	2.5735	2
2.464	1.40635	2.8088	1.23269	3.3676	3
5.475	1.36171	2.2353	1.20177	3.4412	4
7.841	0.80604	1.3529	1.17256	2.7059	5
2.018	1.37103	1.9706	1.26156	2.4265	6
2.140	1.51579	2.9706	1.36590	3.5000	7
9.276	0.85197	1.5735	1.27031	3.2941	8

7.878	0.69363	1.2353	1.26997	2.6176	9
2.083	1.18327	2.3676	1.28432	2.8088	10
6.214	0.88197	1.7059	1.33534	2.9118	11
5.302	1.04927	1.9412	1.29859	3.0147	12
9.360	0.88891	1.5294	1.32271	3.3382	13
4.066	1.12156	2.1029	1.23767	2.9265	14
9.284	0.84693	1.3824	1.30332	3.1324	15
5.501	0.90494	1.5441	1.13942	2.5147	16
7.741	0.43244	1.1471	1.25947	2.3971	17
5.702	0.63343	1.3235	1.32271	2.3382	18
4.891	0.64714	1.3824	1.22850	2.2059	19
2.390	1.11459	1.7353	1.10976	2.1912	20
5.974	1.22241	1.7059	1.43845	3.0735	21
2.578	1.54050	2.5000	1.45182	3.1618	22
5.989	1.37007	2.0588	1.17059	3.3676	23
4.709	1.26338	2.5294	1.28577	3.5588	24
5.071	1.33197	2.4559	1.30601	3.6029	25
2.352	1.21846	2.0882	1.26060	2.5882	26
3.979	1.16457	2.4559	1.32999	3.3088	27
3.752	1.24897	2.6912	1.35460	3.5294	28
4.063	1.22053	2.6324	1.22770	3.4853	29
3.666	1.27824	2.9118	1.10102	3.6618	30
5.038	1.35006	2.2941	1.19875	3.3971	31
6.753	1.24404	2.2794	1.14096	3.6618	32
7.221	1.19701	2.0000	1.17779	3.4706	33
6.755	1.11970	2.0000	1.16467	3.3235	34
3.181	1.50737	3.2353	1.22770	3.9853	35
5.256	1.40862	2.4706	1.12009	3.1676	36
7.959	0.81295	1.3971	1.16052	2.7647	37
3.054	1.38282	2.7059	1.13169	3.3676	38
5.099	0.76968	1.2794	1.14481	2.1324	39
5.963	1.12713	1.7941	1.36389	3.0735	40

القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (134) تساوي (1,96)

طريقة الاتساق الداخلي :-

أ- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس
يمثل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس مؤشراً لاتساق الفقرات ، يجب ان تقيس وتمثل المفهوم الذي يقيس المقياس بصورة عامة وتوفر أحد مؤشرات صدق البناء، لذا تعد هذه الطريقة من أكثر الطرائق استعمالاً في تحليل فقرات الاختبارات والمقاييس النفسية
(Nanny, 1992 :282)

ولحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس الفراغ الفكري والدرجة الكلية للمقياس استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون والجدول (3) يوضح ذلك

جدول (3)

قيم معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

قيم معامل الارتباط	تسلسل الفقرات						
0.349	31	0.366	21	0.412	11	0.227	1
0.432	32	0.311	22	0.322	12	0.422	2
0.446	33	0.376	23	0.518	13	0.212	3
0.453	34	0.342	24	0.279	14	0.404	4
0.256	35	0.318	25	0.532	15	0.404	5
0.394	36	0.344	26	0.323	16	0.229	6
0.415	37	0.248	27	0.487	17	0.312	7
0.259	38	0.220	28	0.387	18	0.526	8
0.286	39	0.314	29	0.340	19	0.451	9
0.408	40	0.326	30	0.225	20	0.242	10

قيمة معامل الارتباط عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (248) تساوي (0,124)

ب- ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه

حسب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والمجموع الكلي للمجال الذي تنتمي اليه الفقرة باستخدام معامل ارتباط بيرسون، اذ كانت جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، للتحقق من ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون حيث كانت النتائج كما هو موضح في الجدول (4).

جدول (4)

قيم معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه

اسم المجال	تسلسل فقرات المجال						
الحاجات الاجتماعية	المجال	الضبط الذاتي	المجال	تنمية الافكار	المجال	العادات الانفعالية	المجال
قيمة معامل الارتباط	في المقياس						
0.407	7	0.371	3	0.413	1	0.469	4
0.286	8	0.237	6	0.478	2	0.278	10
0.364	19	0.513	9	0.493	5	0.510	13
0.477	21	0.517	11	0.356	14	0.489	17
0.526	25	0.459	12	0.444	16	0.271	22
0.252	26	0.573	15	0.485	18	0.323	27
0.243	28	0.475	33	0.390	20	0.442	30
0.355	29	0.426	36	0.533	23	0.502	32
0.430	31	0.406	37	0.417	24	0.359	39
0.277	35	0.348	38	0.449	34	0.417	40

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (248) تساوي (0,124)

الخصائص السايكومترية لمقياس الفراغ الفكري :

1- صدق المقياس (validity of the scale) :

قامت الباحثة بالتحقق من صدق الاداة من خلال تطبيق الاسلوبين العلميين اللذين يسهمان في دعم جودة المقياس ومناسبته لأهداف البحث وهما :

أ- الصدق الظاهري (content validity)

هو نوع من انواع الصدق ، يعرض المقياس على مجموعة من المحكمين في مجال العلوم النفسية والتربوية وابداء آرائهم حول صلاحية الفقرات ومدى مناسبتها للمتغير الذي اعد من اجله وهذا الاجراء يعد أفضل وسيلة للصدق الظاهري (الجابري، 2011:218).

تم التحقق من هذا النوع من الصدق من خلال عرض المقياس على مجموعة من المحكمين في مجال العلوم التربوية والنفسية وكان البالغ عددهم (22) محكما ، وبعد اطلاع المحكمين تم تعديل الفقرات (1-2-5-8-11-12-14-15-16-17-18-20-22-25-29-38-40)، وحذف الفقرات (41-42-43) من ثلاثة مجالات هي (الحالات الانفعالية وتنمية الافكار والضبط الذاتي) ، ونتيجة للفحص الظاهري من قبل المحكمين عاد الاختبار صادقا من حيث الشكل والمضمون وجدول (5) يبين ذلك

جدول (5)

دلالة الفروق	مربع كاي		غير الموافقين		الموافقون		عدد الفقرات	ارقام الفقرات
	المحسوبة	الجدولية	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار		
دالة	11,63	3,84	%14	3	%86	19	25	-10-9-8-7-6-5-4-3 -24-23-19-21-13 -31-30-28-27-26 34-33-32 39-37-36-35
	8,91	3,84	%18	4	% 82	18	15	-15-14-12-11-2-1 -22-20-18-17- 16 40-38-29-25
	6,54	3,84	%23	5	%77	17	3	43-42-41

ب- مؤشرات صدق البناء (construct validity)

يُعد صدق البناء من أكثر أنواع الصدق قبولاً، إذ يرى الكثير من المختصين في مجال القياس والتقويم أنه يتفق مع مفهوم ايبيل (Ebel) للصدق من حيث تناسق معنى الفقرات بالمعنى العام للظاهرة أو الحالة المراد دراستها، وللوصول الى هذا النوع من الصدق يتطلب الاعتماد على النظرية التي تتناسب مع المتغير الدروس (الجابري، 2011:211). وقد تحققت الباحثة من هذا النوع من الصدق في مقياس (الفراغ الفكري) من خلال عدة مؤشرات منها:

ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه.

ارتباط مجالات المقياس مع بعضها

2- ثبات المقياس

تم حساب الثبات بطريقتين هما :

طريقة اعادة الاختبار Test _Retest

ولحساب الثبات بهذه الطريقة قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة عددها (50) طالبة كقياس اولي ثم بعد مرور (14) يوماً تم إعادة تطبيقه على نفس العينة، ثم استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الاول ودرجات التطبيق الثاني حيث بلغ معامل الثبات المحسوب بين التطبيقين (0.792) وهو معامل ثبات مقبول.

ب - الفاكرونباخ Cronbach alpha

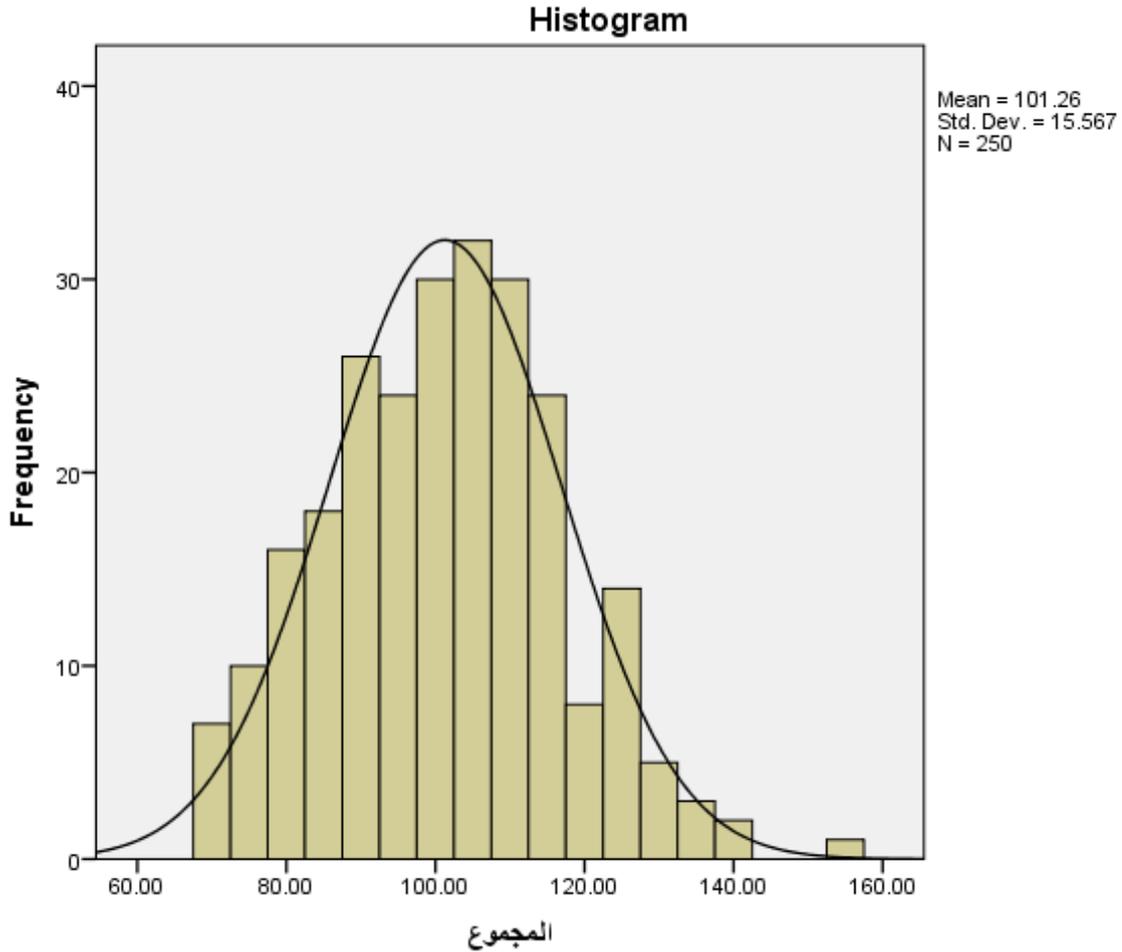
تعد معادلة "الفا" هي صورة عامة من المعادلة التي أقرها "كودر رينشاردسون"، ويستخدم في حساب الاتساق الداخلي، أو معاملات ارتباط بين المتغيرات المقاسة بهدف تقدير الاتساق الداخلي للعوامل التي يراد استخراجها، ثم تستخرج العوامل الأخرى بالتتابع بناءً على الترتيب التنازلي لمستويات معامل الفا للاتساق الداخلي للعوامل، ولا تبقى إلا العوامل ذات معاملات التباين المشترك، غير أن العوامل المستخرجة تتنافى مع الاهداف النظرية العملية التي تسعى الباحثة لتحقيقها (رضوان

، (2018:389)، ولحساب الثبات استخدمت الباحثة معادلة الفاكرونياخ حيث بلغ معامل الثبات المحسوب وفقا لهذه الطريقة (0.754) وهو معامل ثبات مقبول. المؤشرات الإحصائية لمقياس الفراغ الفكري قامت الباحثة بأستعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في استخراج تلك المؤشرات الاحصائية ، وكما موضح في جدول (6)

جدول (6)
المؤشرات الاحصائية

حجم العينة	250
Mean المتوسط الحسابي	101.2600
Median الوسيط	102.0000
Mode المنوال	108.00
Std. Deviation الانحراف المعياري	15.56720
Variance التباين	242.338
Skewness الالتواء	.201
Kurtosis التفلطح	-.079-
Range المدى	85.00
Minimum اقل قيمة	70.00
Maximum اعلى قيمة	155.00

من الملاحظ في الجدول أن معظم المؤشرات الاحصائية المستخرجة لمقياس الفراغ الفكري كانت قريبة من التوزيع الشبه الاعتدالي الطبيعي مما يعني العينة تمثل المجتمع المبحوث ، اذ بلغت عينة التفلطح (-.079-) وهي قريبة من القيم المعيارية لتفلطح التوزيع الاعتدالي ، وقيم الالتواء (.201) ، اما مقاييس النزعة المركزية فكانت متقاربة .



- التكافؤ بين المجموعتين (التجريبية والضابطة)

قامت الباحثة بالاطلاع على الدراسات السابقة والادبيات وجدت ان الذكاء والتحصيل الدراسي للأب والتحصيل الدراسي للأم والحالة الاقتصادية لها تأثير في الفراغ الفكري، وتم تأكيد الصدق الداخلي عن طريق التكافؤ بين طالبات المجموعة التجريبية والضابطة حسب المتغيرات الاتية:
تم التكافؤ بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المتغيرات التالية:

1- الفراغ الفكري (الاختبار القبلي)

للتحقق من التكافؤ في متغير الفراغ الفكري بين الطالبات في المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة استخدمت الباحثة اختبار مان - وتني للعينات المستقلة حيث تشير قيمة مان - وتني المحسوبة البالغة (44,500) وهي أكبر من قيمة مان - وتني الجدولية البالغة (27) عند مستوى دلالة (0,05)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الفراغ الفكري كما هو موضح في الجدول (7)

جدول (7)

نتائج التحقق من التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الفراغ الفكري

المتغير	المجموعة	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة مان- وتني	
					المحسوبة	الجدولية
الفراغ الفكري	التجريبية	10	110,50	11,05	44,500	27
	الضابطة	10	99,50	9,95		

القيمة الجدولية مان - وتني عند مستوى دلالة (0,05) تساوي (27)

2- الذكاء:

للتحقق من التكافؤ في متغير الذكاء بين الطالبات في المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة استخدمت الباحثة اختبار مان - وتني للعينات المستقلة، حيث تشير قيمة مان - وتني المحسوبة البالغة (40) وهي أكبر من قيمة مان - وتني الجدولية البالغة (27) الى تكافؤ طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير الذكاء كانت النتائج كما هو موضح في الجدول (8) ،

جدول (8)

نتائج التحقق من التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير الذكاء

المتغير	المجموعة	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة مان- وتني	
					المحسوبة	الجدولية
الذكاء	التجريبية	10	95,00	9,50	40	27
	الضابطة	10	115,00	11,50		

3-التحصيل الدراسي للاب: للتحقق من التكافؤ في متغير التحصيل الدراسي للاب بين الطالبات في المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة استخدمت الباحثة اختبار مربع كاي، إذ تشير قيمة كاي المحسوبة والبالغة (0,220) وهي اقل من قيمة كاي الجدولية الى تكافؤ المجموعتين في التحصيل الدراسي للاب ،

جدول (9)

نتائج التحقق من التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير التحصيل الدراسي للاب

مستوى الدلالة	قيمة مربع كأي	التحصيل الدراسي للاب				المجموعة
		بكالوريوس	دبلوم	متوسط	ابتدائي	
0.05	3,84	2	4	2	2	التجريبية
		4	3	2	1	الضابطة

تم دمج كل من (ابتدائي + متوسط) و (دبلوم + بكالوريوس) كون التكرار المتوقع اقل من (5) قيمة مربع كاي الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (1) تساوي (3,84).

4- التحصيل الدراسي للام:

للتحقق من التكافؤ في متغير التحصيل الدراسي للام بين الطالبات في المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة استخدمت الباحثة اختبار مربع كاي إذ تشير قيمة كاي المحسوبة والبالغة (0,220) وهي اقل من قيمة كاي الجدولية الى تكافؤ المجموعتين في التحصيل الدراسي للاب .

جدول (10)

نتائج التحقق من التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير التحصيل الدراسي للام

مستوى الدلالة 0.05	قيمة مربع كاي		التحصيل الدراسي للام				المجموعه
			بكالوريوس	دبلوم	متوسط	ابتدائي	
	الجدولية	المحسوبة					
غير دال	3,84	1,818	2	2	2	4	التجريبية
			5	2	2	1	الضابطة

تم دمج كل من (ابتدائي + متوسط) و (دبلوم + بكالوريوس) كون التكرار المتوقع اقل من (5) قيمة مربع كاي الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (1) تساوي (3,84)

5- المستوى الاقتصادي:

للتحقق من التكافؤ في متغير المستوى الاقتصادي بين الطالبات في المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة استخدمت الباحثة اختبار مربع كاي قيمة كاي المحسوبة والبالغة (0,202) وهي اقل من قيمة كاي الجدولية الى تكافؤ المجموعتين في المستوى الاقتصادي.

جدول (11)

نتائج التحقق من التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير المستوى الاقتصادي

مستوى الدلالة 0.05	قيمة مربع كاي		المستوى الاقتصادي			المجموعه
			كاسب	اعمال حرة	موظف	
	الجدولية	المحسوبة				
غير دال	3,84	0,202	3	1	6	التجريبية
			2	3	5	الضابطة

تم دمج كل من (كاسب+ اعمال حرة) كون التكرار المتوقع اقل من (5) وقيمة مربع كاي الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (1) تساوي (3,84)

- الوسائل الأحصائية

- 1-الاختبار التائي لعينتين مستقلتين: لحساب معامل التمييز لفقرات المقياس.
- 2-معامل ارتباط بيرسون: لحساب (معامل الارتباط درجة كل الفقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس)
- 3-الفاكرونباخ: لحساب ثبات المقياس.
- 4-مربع كاي: دلالة اراء المحكمين حول صلاحية فقرات المقياس.
- 5-اختبار مربع: لمعرفة تكافؤ متغيرات البحث.

- 6- اختبار ولكوكسن: للعينات المترابطة لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات طالبات المجموعة التجريبية على مقياس الفراغ الفكري في الاختبارين القبلي والبعدي.
- 7- اختبار مان-وتني: للعينات المستقلة لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الفراغ الفكري في الاختبار البعدي.
- 8- معادلة لماك جوجيان: لمعرفة حجم الفاعلية الذي يحدثه البرنامج الإرشادي للمجموعة التجريبية.
- الفصل الرابع – البرنامج الإرشادي**

* مفهوم البرنامج الإرشادي

هو خطة منظمة يقدمها المرشد النفسي في ضوء أسس علمية لتقديم المساعدة والنصح والتوجيه وحل المشكلات وتعديل السلوكيات والخفض من الجوانب السلبية وتنمية الجوانب الايجابية، ولا يقتصر البرنامج الإرشادي على فئة عمرية محددة ، بل هو يشمل جميع الافراد وبمختلف الاعمار سواء كان في المؤسسة التعليمية (التربوية او الجامعية)، والى سائر المؤسسات الاخرى من اجل تحقيق التوافق النفسي والصحية النفسية السليمة والقدرة على التكيف مع العالم المحيط بهم (القره غولي، 2019:31).

فوائد البرنامج الإرشادي

- 1- عنصر مهم في العملية الارشادية والتربوية والذي يسهم في تخفيف من حدة المشكلات للأفراد والتغلب على الصعوبات وتنمية المهارات والقدرات التي تزيد من ثقتهم بأنفسهم وتدفعهم للإنجاز.
- 2- كسر الحاجز النفسي واشاعة الالفة والطمأنينة والود والاحترام بين المسترشدين من أجل اتاحة الفرصة لهم للتعبير عن انفعالاتهم ومشاعرهم المكبوتة والتعبير عن ذاتهم بحرية دون تقييد.
- 3- مساعدة المسترشدين على اتخاذ القرارات والكشف عن امكانياتهم وقدراتهم وتنمية الجوانب الايجابية وخفض الجوانب السلبية وتعديل السلوكيات غير المرغوبة بسلوكيات أكثر فائدة على الفرد والمجتمع.
- 4- يشجع على اقامة علاقات اجتماعية جيدة مع المحيطين بهم لما لها من دور فعال في تحسين الصحة النفسية ويزيد من الثقة بالنفس والتعلم من تجارب الاخرين والافادة منها في جميع جوانب الحياة ، مما يؤدي الى الشعور بالرضا عن النفس والحياة. (القره غولي، 2019:75)

خطوات بناء البرنامج الإرشادي

- 1- تحديد أهداف البرنامج الإرشادي قد تكون هذه الاهداف اما عامة تشمل تحقيق التوافق الذاتي والصحة النفسية وتنمية الجوانب الايجابية للأفراد وخفض الجوانب السلبية، ومساعدة الافراد فهم أنفسهم والاستبصار بمشكلاتهم، او خاصة تتمثل في فهم الذات وتنمية الاهداف الدراسية وتختلف باختلاف المستفيدين من البرنامج ونوع المشكلات.
- 2- تحديد الفئة الخاصة بالبرنامج الإرشادي، وبما أنه لا يقتصر على فئة معينة ولا لعمر محدد بل يشمل جميع الفئات في كافة المؤسسات وبمختلف الاعمار، لهذا لكل فئة برنامج ارشادي حسب طبيعة المشكلة.
- 3- تحديد الوسائل والاساليب والفنيات من خلال النظرية المتبعة حسب المشكلة التي وضع من اجلها البرنامج، ويستند البرنامج على عدد من جلسات التي من خلالها يتم تحقيق الاهداف.
- 4- تحديد الامكانات اللازمة لتنفيذ وتحقيق اهداف البرنامج (صالح، 2016:48).

التخطيط للبرامج الإرشادية

بعد اطلاع الباحثة على مجموعة من نماذج التخطيط فقد اعتمدت الباحثة على نموذج (بوردرز ودروري، 1992) في بناء البرنامج الإرشادي للبحث الحالي وفقاً للمبررات الأتية:

الشمولية والتكامل في العملية الارشادية مما يؤدي الى تغطية شاملة للجوانب المعرفية والسلوكية والمهارية والانفعالية في عملية الارشاد.

- 1-امكانية تطبيقه في الواقع لوضوح خطواته وسهولة تطبيقه.
 - 2-يساعد هذا النموذج في مساعدة المسترشدات على خفض الفراغ الفكري لديهن.
 - 3-يحقق اهداف البحث.
 - 4-حدثت هذا الانموذج مقارنة بالنماذج الاخرى.
- تتمثل الخطوات المتبعة في بناء البرنامج الارشادي وفق نموذج بوردرز ودروري بالآتي:
- تحديد احتياجات المسترشدین.
 - كتابة وإعداد اهداف البرنامج والغاية منها.
 - تحديد الاولويات.
 - اختيار وتنفيذ نشاطات البرنامج.
 - تقويم كفاءة البرنامج.

فيما يلي خطوات لتخطيط البرنامج وفقاً لنموذج بوردرز ودروري:
تقرير الحاجات وتحديدھا:

ان حاجات الافراد وكيفية تلبيتها من الاوليات الرئيسية في الارشاد النفسي والتوجيه التربوي، وذلك لان الحاجة حسب قوتها واهميتها عند الافراد تصبح دافعا للسلوك لديهم، لذا يتطلب من المرشد ان يكون دقيقا في تخطيط البرنامج الارشادي من اجل تحقيق الاهداف التي تُشبع هذه الحاجات، اذ لا بد من العودة الى عينة البحث للتأكد من ان هذه الحاجات مطلوب اشباعها، فضلاً عن اراء الخبراء لتكون على ثقة تامة من ان البرنامج مناسب فعلاً للعينة وحاجاتهم (حمد، 2013:164).

وبذلك فإن فقرات مقياس الفراغ الفكري هي حاجات تُصاغ منها موضوعات يمكن تحويلها الى اهداف سلوكية، فقد تم استخراج الحاجات لكل جلسة بما يتناسب مع عنوان الجلسة وحسب الوسط الحسابي والانحراف المعياري كما موضح في الجدول (12)

جدول (12)

تحويل الفقرات الى حاجات البرنامج الارشادي

ت	رقم الفقرة	الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	17	اهتم بتطوير قدراتي المعرفية	1.6840	1.03364
2	38	يهمني اخلاق من اجالسهم	1.7320	1.13549
3	18	احدد الطرق المناسبة لحل المشكلات التي تواجهني	1.7560	1.04539
4	19	عندما اشارك قراراتي مع الاخرين تتضح اكثر	1.7920	1.02417
5	9	اركز على حياة الاخرين اكثر من حياتي	1.7920	1.17056
6	2	امتلك القدرة لتغيير افكاري بإيجابية	1.9280	1.06929
7	20	احدد نقاط الضعف والقوة في تفكيري	1.9960	1.11758
8	16	لدي استعداد لتنمية افكاري	2.0160	1.06408
9	5	لدي استعداد للتغير الايجابي لتنمية افكاري في الحياة	2.0440	1.16942
10	37	اهتم باستثمار قدراتي نحو التفكير الايجابي	2.0800	1.16922

1.33488	2.0960	حين اتعرض الى المشاكل اتهم الاخرين بها	15	11
1.35860	2.2400	ارفض التهاور والتعامل مع الافراد الذين لديهم انحرافات سلوكية	6	12
1.32250	2.2720	اعتمد على الاخرين في حل مشكلاتي الشخصية	8	13
1.21778	2.2880	اتهرب من مسؤولياتي اتجاه المحيطين بي	11	14
1.21694	2.3240	اراعي اختلافي مع الاخرين دون تعرضهم الى الانتقاد	26	15
1.35933	2.3400	اتجنب مساندة الاخرين وقت الحاجة	13	16
1.21833	2.4400	اتسرع بالحكم على الاخرين قبل معرفة السبب	12	17
1.46457	2.4600	واجه صعوبة في اختيار الصديق المناسب	21	18
1.37456	2.5120	اهدافي غير واضحة بالحياة	40	19
1.16914	2.5240	اطور معلوماتي العامة من خلال تفاعلي مع الاخرين	14	20
1.37879	2.6120	اعتمد دائماً على افكار و آراء الاخرين	23	21
1.25676	2.6920	اهتم بالمشاركة في النشاطات الرياضية لتفريغ طاقتي السلبية	10	22
1.23020	2.7160	استوعب افكاراً تنعكس بالسلب على سلوكي	34	23
1.51313	2.7400	ارفض من يتحدث معي بشأن حياتي في الماضي والمستقبل	22	24
1.31278	2.7480	اشعر باليأس بسبب ضعفي في اتخاذ قرارتي	33	25
1.36768	2.7880	لا ارغب في مشاركة الاخرين افكاري الخاصة	4	26
1.26771	2.8120	لدي وقت فراغ طويل مما يجعلني املي وقتي بسلوكيات غير مناسبة	27	27
1.25076	2.8160	اتهرب من الظروف الاجتماعية التي مررت بها دون مواجهتها	28	28
1.44567	2.9200	اهتم بتكوين علاقات اجتماعية مع الجنس الاخر	7	29
1.32892	2.9680	اتعصب باستمرار وانفعل على الاخرين حولي لضعف قدرتي على التفكير العقلاني	32	30
1.35909	2.9840	اقتنع بأفكار الاخرين بسهولة	24	31
1.36176	3.0320	اهتم بآراء غيري في ما يتعلق بقراراتي الشخصية	35	32
1.32678	3.0520	شعوري بالوحدة وعدم تفاعلي مع الاخرين بسبب ما مررت به من ظروف	31	33
1.31255	3.0640	اقلل اهتمامي بالأمر التي تحتاج الى تفكير	38	34

1.29364	3.0720	لدي احباط من كثرة الظروف التي مرتت بها	29	35
1.41925	3.0769	أميل الى العزلة عن مصادقة من حولي	25	36
1.36049	3.0920	يصعب ضبط مشاعري في تعاملي مع الاخرين	36	37
1.30932	3.1120	أتجنب حل اي سوء فهم بيني وبين الاخرين	3	38
1.06061	3.2960	اهتم بتطوير قدراتي المعرفية	1	38
1.20745	3.3520	كثرة الالتزامات والمسؤوليات تجعلني اقصر اتجاه نفسي واتجاه الاخرين	30	40

2-كتابة اهداف البرنامج الارشادي والغاية منها :

* الهدف العام : وقد حددت الباحثة الهدف العام للبرنامج الارشادي هو خفض الفراغ الفكري لدى طالبات الجامعة.

* الهدف الخاص (هدف الجلسة): وهي اقل عمومية من الهدف العام ، وقد حددت الباحثة هدفاً خاصاً يتناسب مع موضوع كل جلسة ارشادية .

* الاهداف السلوكية: تعتبر هذه الاهداف نتائج الجلسة الارشادية من مهارات او معارف او قدرات، وهي خطوة اجرائية قابلة للقياس والملاحظة بشكل مستمر بوصفه هدفاً سلوكياً مطلوباً وهي الجزء الاهم في الجلسة الارشادية، وتكون صياغة الاهداف من المهام الاساسية للباحث ويجب ان يتدرب عليها تدريباً جيداً حتى يتمكن من تغيير الاداء الحالي الى تحقيق الاهداف العامة .

تحديد الأولويات

اذ قامت الباحثة بتحديد اولويات البرنامج الارشادي وفق حاجات المسترشدات لتحقيق الاهداف المطلوبة في البرنامج الارشادي، وتم تحديد عناوين الجلسات من جميع فقرات المقياس وتم عرضها على مجموعة من الخبراء، واخذت الباحثة بأراء جميع الخبراء واجراء التعليمات اللازمة والتوصل الى الصيغة النهائية كما موضح في الجدول (13) .

جدول(13) عناوين جلسات البرنامج

عنوان الجلسة	الفقرات	رقم الفقرة	الجلسة
التفكير الايجابي	- امتلاك القدرة لتغيير افكاري بايجابية	2	الثانية
	- لدي استعداد للتغير الايجابي في تنمية افكاري في الحياة	5	
	- اراعي اختلافي مع الاخرين دون رفض او انتقاد	26	
	-استوعب افكارا تنعكس بالسلب على سلوكي	34	
	- اهتم باستثمار قدراتي نحو التفكير الايجابي	37	
اكتشاف الذات	- لدي وقت فراغ طويل	27	الثالثة
	- اهدافي غير واضحة بالحياة	40	
التفكير المنطقي	- اركز على حياة الاخرين اكثر من حياتي	9	الرابعة
	- اهتم بالمشاركة في النشاطات الرياضية لتفريغ طاقتي السلبية	10	
	- اتجنب مساندة الاخرين وقت الحاجة	13	
	- كثرة الالتزامات والمسؤوليات تجعلني اقصر تجاه نفسي والاخرين	30	

مواجهة التحديات	11 - اتهرب من المسؤوليات اتجاه زميلاتي	الخامسة
	21 - اواجه صعوبة في علاقتي مع زميلاتي	
	28 - اتهرب من الظروف الاجتماعية التي مررت بها حفاظا على مكانتي ومستقبلي	
تطوير الذات	4 - اتجاهل الحوار المعرفي مع الاخرين	السادسة
	17 - اهتم بتطوير قدراتي المعرفية	
	39 - يهمني اخلاق من اجالسهم	
ادارة المشاعر	31 - شعوري بالوحدة وعدم تفاعلي مع الاخرين بسبب الظروف التي مررت بها	السابعة
	32 - اتعصب باستمرار وانفعل على الاخرين حول ضعف قدرتي على التفكير العقلاني	
	36 - يصعب ضبط مشاعري في تعاملي مع الاخرين	
التفاعل الاجتماعي	7 - اهتم بالعلاقات الاجتماعية مع الجنس الاخر	الثامنة
	22 - ارفض من يتحدث معي بشأن حياتي في الماضي والمستقبل	
	25 - اميل الى العزلة عن مصادقة من حولي	
	29 - لدي احباط من الصراع الفكري والسلوك الناتج عن الظروف التي مررت بها	
تعزيز القدرة على اتخاذ القرار	3 - اتجنب حل أي سوء فهم بيني وبين الاخرين	التاسعة
	8 - اعتمد على الاخرين في حل مشكلاتي الشخصية	
	15 - اتهم الاخرين حين اتعرض الى المشاكل	
	18 - احدد الطرق المناسبة لحل المشكلات التي تواجهني	
	19 - لدي القدرة على اتخاذ القرار السليم اثناء المشاركة مع الاخرين	
33 - اشعر باليأس بسبب ضعفي في اتخاذ قراراتي		
الاعتدال الفكري	6 - ارفض النقد والتعامل مع المواقف التي تؤدي الى انحرافات سلوكية	العاشرة
	12 - اتسرع بالحكم على الاخرين قبل معرفة السبب	
	35 - اهتم بآراء غيري بالنسبة لما يدور حولي	
تنمية الوعي الفكري	1 - اعجز عن التفكير بصورة سليمة	الحادية عشر
	14 - انمي معارفي بالمشاركة مع الاخرين	
	16 - لدي استعداد لتلبية احتياجاتي الفكرية	
	20 - احدد نقاط الضعف والقوة في تفكيري	
	23 - اعتمد دائما على افكار و آراء الاخرين	
	24 - اقتنع بافكار و آراء الاخرين بسهولة	
38 - اقلل اهتمامي بالامور التي تحتاج الى تفكير		

- تقويم كفاءة البرنامج الارشادي

يعد تقويم البرنامج خطوة ضرورية ومهمة من أجل التأكد من نجاح البرنامج الارشادي ومدى تحقيقه للأهداف التي أعد من أجلها ، ومن أجل التأكد من مدى مناسبة الاساليب والعمليات المستخدمة لتحقيق هدف الجلسة الارشادية ، ويؤدي الى اجراء التعديلات اللازمة على البرنامج بقصد زيادة فاعليتها ، وكذلك تقييم الوقت والجهد والمال المستغرق، ويكمن الهدف الاساسي من تقويم البرنامج الارشادي تلافي النقص واختيار الوسائل المناسبة (رضا_ عذاب، 2011: 50) .

ويتضمن البرنامج الإرشادي ثلاثة نواع من التقويم:

أ-التقويم التمهيدي: يتضمن العديد من الإجراءات التي تقوم بها المرشدة قبل البدء في تطبيق البرنامج الإرشادي وهو الصدق الظاهري من خلال عرض البرنامج بصيغة الأولوية على مجموعة من الخبراء ذوي الاختصاص في قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، ويتم تحديد المجموعة التجريبية والضابطة وتطبيق الاختبار القبلي للمجموعتين وإجراء التكافؤ وتحديد أهداف البرنامج الإرشادي.

ب-التقويم البنائي: يكون هذا التقويم في اثناء ونهاية كل جلسة من جلسات البرنامج الإرشادي، إذا تقوم الباحثة بتوجيه عدد من الاسئلة والاستماع الى اراء ومقترحات المسترشدات ومناقشتهم حول كل ما دار اثناء الجلسة، للتوصل الى الآراء التي تساهم في تطوير الجلسة وتطبيقها بصورة أفضل.

ت-التقويم النهائي: يشمل تطبيق مقياس الفراغ الفكري بصيغته النهائية على المجموعة التجريبية والضابطة في نهاية البرنامج الإرشادي لمعرفة النتائج والحكم على فاعلية البرنامج الإرشادي.

صدق البرنامج الإرشادي

قامت الباحثة بعرض البرنامج الإرشادي على عدد من الخبراء والمتخصصين في قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، والملحق رقم () يوضح ذلك من أجل معرفة ما يلي:

- 1-مدى ملاءمة الاساليب الإرشادية المستخدمة في الجلسات الإرشادي لهدف البحث.
- 2-مدى ملاءمة عناوين الجلسات وترتيبها.
- 3-مدى ملاءمة الاستراتيجيات والفنيات الإرشادية في تحقيق اهداف البرنامج الإرشادي.
- 4-اضافة ما ترونه مناسباً وكما موضح، فقد تم اجراء بعض التعديلات البسيطة على وفق اراء الخبراء،

وبعدا أصبح البرنامج الإرشادي جاهزاً للتطبيق.

نموذج جلسة ارادية

الوقت: 45 دقيقة

جدول (14)

الموضوع	اكتشاف الذات
الحاجات المرتبطة بالجلسة	حاجة المسترشدات الى اكتشاف الذات
هدف الجلسة	مساعدة المسترشدات على كيفية اكتشاف ذاتهن بما يعود عليهن بالفائدة.
الاهداف السلوكية	جعل المسترشدة قادرة على ان :- - تعرف معنى اكتشاف الذات - تفهم اهمية اكتشاف الذات - تتعلم ما هي طرق والاساليب لاكتشاف الذات
الفنيات والاساليب المستخدمة	تقديم الموضوع- الحوار والمناقشة - طرح الاسئلة-التعزيز الايجابي

<p>- ترحب الباحثة بالمسترشدات وتشكرهن على الحضور في الوقت المحدد</p> <p>- متابعة التدريب البيتي للجلسة السابقة (التفكير الايجابي) وتشكر من انجزت الواجب</p> <p>- تقدم الباحثة موضوع الجلسة (اكتشاف الذات)</p> <p>- تقوم الباحثة بطرح سؤال وفتح باب المناقشة حول ما يدور في الجلسة وتنتهي على المسترشدات المشاركات في الحوار</p> <p>- تعزز الباحثة المسترشدات بالمدح والثناء عليهن مثل بوركت واحسنت</p>	الانشطة المستخدمة
<p>تشخيص سلبيات وايجابيات الجلسة من قبل الطالبات ومن خلال طرح سؤال عليهن ومناقشتها مع الباحثة</p>	التقويم البنائي
<p>تطلب المرشدة من المسترشدات كتابة موقف تعرضن له ومن خلاله اكتشفن أنفسهن انهن قادرات على مواجهة كل ما يتعرضن</p>	التدريب البيتي

الفصل الخامس - عرض النتائج

عرض النتائج

بناءً الى اهداف البحث الحالي تم التوصل الى النتائج وحسب الفرضيات الصفرية الأربعة الآتية:
 - الفرضية الاولى: التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الفراغ الفكري في الاختبارين القبلي والبعدي.

للتحقق من صحة الفرضية استخدمت الباحثة اختبار ولكوكسن للعينات المترابطة لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات طالبات المجموعة التجريبية على مقياس الفراغ الفكري في الاختبارين القبلي والبعدي حيث كانت النتائج كما هو موضح في الجدول (15) الآتي.

جدول (15)

نتائج اختبار ولكوكسن للتعرف على دلالة الفرق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي

مستوى الدلالة	قيمة ويلكوكسن		متوسط الرتب	مجموع الرتب	عدد الحالات	اتجاه الرتب	الاختبار	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة						
دالة احصائية	8	صفر	5,50	55,00	10	السالبة	قبلي - بعدي	التجريبية
			صفر	صفر	صفر	الموجبة		

- الفرضية الثانية: التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي رتب درجات المجموعة الضابطة على مقياس الفراغ الفكري في الاختبارين القبلي والبعدي.

للتحقق من صحة الفرضية استخدمت الباحثة اختبار ولكوكسن للعينات المترابطة لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات طالبات المجموعة الضابطة على مقياس الفراغ الفكري في الاختبارين القبلي والبعدي حيث كانت النتائج كما هو موضح في الجدول (16) الآتي.

مستوى الدلالة	قيمة ويلكوكسن		متوسط الرتب	مجموع الرتب	عدد الحالات	اتجاه الرتب	الاختبار	المجموع
	الجدولية	المحسوبة						
غير دال احصائياً	8	16	6,50	39	6	السالبة	χ^2	التجريبية

- الفرضية الثالثة: التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الفراغ الفكري في الاختبار البعدي.

للتحقق من صحة الفرضية استخدمت الباحثة اختبار مان - وتني للعينات المستقلة بهدف معرفة دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الفراغ الفكري في الاختبار البعدي حيث كانت النتائج كما هو موضح في الجدول (17) الآتي

مستوى الدلالة	قيمة مان- وتني		متوسط الرتب	مجموع الرتب	العدد	المجموعة	المتغير
	الجدولية	المحسوبة					
دال احصائياً	27	صفر	5,50	55,00	10	التجريبية	الفراغ
			15,50	155,00	10	الضابطة	الفكري

القيمة الجدولية مان - وتني عند مستوى دلالة (0,05) تساوي (27) الفرضية الرابعة: لا توجد فاعلية للبرنامج الارشادي السلوكي المعرفي في خفض الفراغ الفكري لدى طالبات الجامعة

وللتعرف على فاعلية البرنامج الارشادي قامت الباحثة بإيجاد نسبة الفاعلية من خلال استعمال معادلة حساب الفاعلية لماك جوجيان والتي تعتمد على حساب الفرق بين متوسط درجات الاختبارين القبلي والبعدي والدرجة القصوى للمقياس حيث كانت النتائج كما هو موضح في الجدول (18) الآتي.

جدول (18)

نتائج الفاعلية التي أحدثها البرنامج الارشادي في خفض الفراغ الفكري لدى طالبات الجامعة

المجموعة	العدد	التطبيق	المتوسط الحسابي	الدرجة القصوى للمقياس	نسبة فاعلية البرنامج الارشادي
التجريبية	10	القبلي	140,700	200	1,29
		البعدي	63,900		

ثانياً: تفسير النتائج ومناقشتها

كما بينت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الفراغ الفكري، بعد ان تم تطبيق البرنامج الارشادي وصالح المجموعة التجريبية، وهذا يدل على فعالية البرنامج الارشادي السلوكي المعرفي لخفض الفراغ الفكري لكونه اسلوباً جيداً وفعالاً

ثالثاً: الاستنتاجات

في ضوء نتائج البحث الحالي تمكنت الباحثة بالخروج بمجموعة من الاستنتاجات كما يأتي:
ان البرنامج الارشادي السلوكي المعرفي له اثر فعال في خفض الفراغ الفكري لدى طالبات الجامعة في المرحلة الثانية وهذا ما توصلت اليه الباحثة من خلال التقويم البنائي في جلسات البرنامج الارشادي.

استندت الباحثة ان اغلب الطالبات لديهن فراغ فكري وذلك من خلال النتائج بعد تطبيق المقياس حيث اظهرت النتائج ان لديهن درجات عالية.

ان تطبيق البرنامج الارشادي يعد من الخدمات الارشادية ذات الاهمية الضرورية حيث يساعد على تحقيق التوافق وتحمل المسؤولية والقدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات.

رابعاً: التوصيات

تنفيذ بحوث مماثلة على طلبة الجامعات، وطلبة المراحل الثانوية لمقارنة نسبة الفراغ الفكري على عينات لكلا الجنسين وتخصصات علمية مختلفة.

تصميم دراسات تفكك جلسات البرنامج الارشادي واساليبه وفتياته المستخدمة لخفض الفراغ الفكري لمعرفة ايهما أكثر اسهاماً في خفض الفراغ الفكري.

اجراء دراسات على عينة أكبر في الابحاث اللاحقة لتحقيق قوة احصائية اعلى.

عقد ندوات للتوعية بمخاطر الفراغ الفكري وأثره على سلوكيات الافراد.

خامساً: المقترحات

اجراء بحث مستند الى نظرية ميكنيوم في خفض الميول الفكرية السلبية ومقارنته مع نتائج البحث الحالي.

اجراء بحث مشابه للبحث الحالي على عينات اخرى (المطلقات ، طلبة المرحلة الاعدادية)

فاعلية برنامج ارشادي مستند الى النظرية الاجتماعية في خفض الفراغ الفكري ومقارنته مع نتائج البحث الحالي.

*المصادر:

1. -ابراهيم، رباب صلاح السيد (2020): تصوير مقترح لتفعيل الانشطة الاعلامية المدرسية للتعامل مع الفراغ الفكري لدى المراهقين من خلال اخصائي الاعلام التربوي، المجلة العلمية لبحوث الصحافة، ع 19، جامعة المنوفية.

2. -الحداد، نورا ابو اسعد محمد (2023): استخدام نموذج منح القوة في التخفيف من حدة الفراغ الفكري لجماعة مجهولي النسب، مجلة بحوث في الخدمة الاجتماعية التنموية، م4، عدد 1، جامعة بني سويف.

3. -حسين، محمود عطا الله ونادر، خمسي الزبور (1999): مشكلات طلبة الجامعة ومستوى الاكتئاب لديهم في ضوء متغيرات الجنس والتخصص والمعدل التراكمي والمستوى الدراسي، مجلة البصائر، جامعة البتراء، م3، ع2.

4. -حمد، ليث كريم (2013): الارشاد النفسي في التربية والتعليم، المطبعة المركزية، جامعة ديالى، العراق.
5. -الجابري، كاظم كريم (2011): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، الطبعة الاولى، بغداد، العراق.
6. -عبد الصاحب، منتهى منشر (2016): الخواء الفكري لدى طلبة الجامعة الاسباب والحلول المقترحة، مجلة البحوث التربوية والنفسية، ع 5، جامعة بغداد.
7. -الحريري، رافده والامامي، سمير (2011): الارشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية، دار المسرة، الطبعة الاولى، عمان -الاردن.
8. -القره غولي، حسن احمد (2018): البرامج الارشادية، دار غيداء، الطبعة الاولى، عمان-الاردن.
9. -القره غولي، حسن احمد (2019): البرامج الارشادية الاساليب والفنيات، ط 1، دار غيداء للنشر والتوزيع، عمان.
10. -الكلاي، سلام ابراهيم علي حسين (2023): فاعلية برنامج ارشادي مستند الى النظرية الاجتماعية لتحسين بعض المهارات الحياتية لدى طلبة الاعدادية، رسالة ماجستير، الجامعة المستنصرية، كلية التربية الأساسية.
11. -ذيب، ايمان عبد الكريم (2014): قياس الآداب الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، مبحث اسلامي ودراسة سيكو مترية، العلوم التربوية والنفسية.
12. -رضا، كاظم كريم وعذاب، نشعه كريم (2011): برامج الارشاد النفسي ومفهومها خطوات بنائها، مكتبة اليمامة للنشر والتوزيع، بغداد.
13. -رضوان ، فاطمة عشري حسن محمد (2018): الخصائص السايكومترية لمقياس أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الابناء من طلاب المرحلة الاعدادية والثانوية ، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية .
14. -زهران، حامد عبد السلام (1980): التوجيه والارشاد النفسي، عالم الكتب، الطبعة الثانية، القاهرة.
15. -صالح، عبد الكريم محمود (2016): تخطيط البرامج الارشادية، ط1، دار المصادر للتحضير الطباعي، بغداد.
16. -عبد العزيز، ايمن طه عبد العزيز (2009): مبادئ التوجيه والارشاد النفسي، كلية التربية، جامعة الخرطوم، السودان.
17. -عبد الله، محمد قاسم (2012): نظريات الارشاد والعلاج النفسي، دار الفكر، الطبعة الاولى، عمان.
18. -عبد المجيد، لطفي (1976): علم الاجتماع، الطبعة السابعة، دار المعارف، القاهرة.
19. -عبد الجواد، احمد سيد عبد الفتاح (2022): فاعلية برنامج ارشادي قائم على نموذج ميكينبوم المعرفي السلوكي في خفض النموفوبيا "الخوف المرضي من فقدان الهاتف المحمول" لدى طلبة الجامعة ، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية ،م10، ع5 ، كلية التربية ، جامعة الفيوم .
20. -مصطفى، مزي (2008): مصادر المعلومات ودورها في تكوين الطالب الجامعي وتنمية ميوله القرائية، اطروحة دكتوراه، جامعة منتوري.
21. -نادر، علا هيثم (2014): فاعلية برنامج تدريبي قائم على العلاج السلوكي المعرفي في تنمية المهارات الاجتماعية لدى الاطفال ذوي صعوبات التعلم، رسالة ماجستير، جامعة دمشق، كلية التربية.

22-وقاش، عبد الكريم (١٩٨٥): بيئة التفكير الدو غمائي وعلاقته بمستوى النضج النفسي الاجتماعي لدى الشباب، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الملك سعود الرياض.
23-يوسف، دلال (2017) : قياس فاعلية برنامج ارشادي مقترح لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية ، اطروحة دكتوراه ،جامعة محمد خيضر بسكرة ، الجمهورية الجزائرية

1. Sources:
2. Ibrahim, Rabab Salah Al-Sayed (2020): A Proposed Approach to Activating School Media Activities to Address Intellectual Void Among Adolescents Through Educational Media Specialists, Scientific Journal of Journalism Research, Issue 19, Menoufia University.
3. Al-Haddad, Nora Abu Asaad Muhammad (2023): Using the Power-Granting Model to Alleviate the Severity of Intellectual Void among a Group of Unknown Parentage, Journal of Research in Social Development, Vol. 4, No. 1, Beni Suf University.
4. Hussein, Mahmoud Atallah, and Nader, Khamsi Al-Zabour (1999): University Students' Problems and Levels of Depression in Light of the Variables of Gender, Specialization, Cumulative GPA, and Academic Level, Al-Basaer Journal, Petra University, Vol. 3, No. 2.
5. Hamad, Laith Karim (2013): Psychological Counseling in Education, Central Press, University of Diyala, Iraq.
6. Al-Jabari, Kazem Karim (2011): Research Methods in Education and Psychology, First Edition, Baghdad, Iraq. - Abdul Sahib, Muntaha Mishari (2016): Intellectual Emptiness Among University Students: Causes and Proposed Solutions, Journal of Educational and Psychological Research, Issue 5, University of Baghdad.
7. Al-Hariri, Rafidah, and Al-Amami, Samir (2011): Educational and Psychological Counseling in Educational Institutions, Dar Al-Masarra, First Edition, Amman, Jordan.
8. Al-Qaraghuli, Hassan Ahmed (2018): Counseling Programs, Dar Ghaida, First Edition, Amman, Jordan.
9. Al-Qaraghuli, Hassan Ahmed (2019): Counseling Programs: Methods and Techniques, 1st ed., Dar Ghaida for Publishing and Distribution, Amman.
10. Al-Kalabi, Salam Ibrahim Ali Hussein (2023): The Effectiveness of a Counseling Program Based on Social Theory to Improve Some Life Skills among Middle School Students, Master's Thesis, Al-Mustansiriya University, College of Basic Education.
11. Theeb, Iman Abdul Karim (2014): Measuring Social Etiquette among University Students: An Islamic Study and a Psychometric Study, Educational and Psychological Sciences.

- 12.Redha, Kadhim Karim and Azab, Nasha'a Karim (2011): Psychological Counseling Programs and Their Concept - Steps for Establishing Them, Al-Yamamah Library for Publishing and Distribution, Baghdad.
- 13.Radwan, Fatima Ashri Hassan Muhammad (2018): Psychometric Properties of the Parental Treatment Styles Scale as Perceived by Children of Middle and Secondary School Students, Fayoum University Journal of Educational and Psychological Sciences.
- 14.Zahran, Hamed Abdul Salam (1980): Psychological Guidance and Counseling, Alam Al-Kutub, Second Edition, Cairo.
- 15.Saleh, Abdul Karim Mahmoud (2016): Planning Counseling Programs, 1st ed., Dar Al-Masader for Printing Preparation, Baghdad.
- 16.-Abdul Aziz, Ayman Taha Abdul Aziz (2009): Principles of Guidance and Psychological Counseling, Faculty of Education, University of Khartoum, Sudan.
- 17.-Abdullah, Muhammad Qasim (2012): Theories of Counseling and Psychotherapy, Dar Al Fikr, First Edition, Amman.
- 18.-Abdul Majeed, Lotfi (1976): Sociology, Seventh Edition, Dar Al Maaref, Cairo.
- 19.-Abdul Jawad, Ahmed Sayed Abdel Fattah (2022): The Effectiveness of a Counseling Program Based on the Meikenbaum Cognitive Behavioral Model in Reducing Nomophobia (the Pathological Fear of Losing a Mobile Phone) Among University Students, Fayoum University Journal of Educational and Psychological Sciences, Vol. 10, No. 5, Faculty of Education, Fayoum University.
- 20.-Mustafa, Mizzi (2008): Information Sources and Their Role in Forming University Students and Developing Their Reading Tendencies, PhD Thesis, Mentouri University.
- 21.-Nader, Alaa Haytham (2014): The Effectiveness of a Training Program Based on Cognitive Behavioral Therapy in Developing Social Skills in Children with Learning Disabilities, Master's Thesis, Damascus University, Faculty of Education.
- 22.-Waqas, Abdul Karim (1985): The Environment of Domestic Thinking and Its Relationship to the Level of Psychosocial Maturity in Youth, Unpublished PhD Thesis, King Saud University, Riyadh.
- 23.-Yousfi, Dalal (2017): Measuring the Effectiveness of a Proposed Guidance Program to Develop the Level of Academic Ambition among Secondary School Students, PhD Thesis, Mohamed Khider University, Biskra, Algeria.

المصادر الأجنبية :

- Allen ،M .J & Yen ،WM (1979) **Introduction to Measurement theory California**: Book /cole .
- Borders ، L. & Drury ، S.M(1992) .: Comprehensive school counseling programs : A review for policymakers and practitioners .Journal of counseling and Development70 ، ، 487-498
- Cronbach ،L .& Glesser ،E .(1970) : **Essentials of Psychological testing** ،(3rd)ed New York ،Harper and Row publsher .
- Nunnally ،J(1978) : Psychometric Theory ،McGraw-Hill ،New York .
- Richard .L .Edwards ET al :(1997) Behavioral theory in Encyclopedia of social work .19 th Edition .Nosw press printed in USA .
- Sutherland ،s، .1996 "The empirical status of cognitive –behavioral therapy : A review of meta-analyses ".Clinical Psychology Review 26 (1) :P82 .

The Effectiveness of a Cognitive Behavioral Guidance Program to Reduce Intellectual Distraction Among Female University Students

Researcher: Duha Ibrahim Ali Salman,

Assistant Professor, Fatima Karim Zidane

Al-Mustansiriya University / College of Basic Education

abrahymdhy174@uomustansiriyah.edu.iq

Abstract:

The current study aims to identify the effectiveness of a cognitive behavioral counseling program in reducing intellectual emptiness among female university student .The researcher used a quasi-experimental design, and built a scale of intellectual emptiness, where the number of paragraphs reached (40) paragraphs. The application sample was chosen intentionally from the Department of Psychological Counseling and Educational Guidance and the Department of Life Sciences, with (10) female students for the experimental and control groups. Then the researcher designed a cognitive behavioral guidance program according to the "Meckenbaum" theory to reduce the intellectual vacuum according to the Borders and Drury model. The researcher used the statistical bag to analyze the data and the researcher concluded that the cognitive behavioral guidance program is effective in reducing the intellectual vacuum. Through the result that showed that there are statistically significant differences between the average ranks of the students' scores in the experimental and control groups on the intellectual emptiness scale in the pre- and post-tests, and in light of the results of the current research, the researcher came up with a set of recommendations and proposals.

Keywords:Counseling program, cognitive behavioral counseling, intellectual space, university students.