



**The effectiveness of a counseling program using rational emotional behavioral therapy (REBT) in reducing cognitive conflict among middle school female students.**

**Dr. Salma Hussein Kamel**

[salmakamil@uokirkuk.edu.iq](mailto:salmakamil@uokirkuk.edu.iq)

Date of research received 05/11/2025, Revise date 12/03/2025, accepted date 15/12/2025, Online Publishing 15/3/2026

**Abstract**

The current study aimed to identify the effectiveness of rational emotive behavioral therapy (REBT) in reducing cognitive conflict among middle school female students. This study was validated through a number of null hypotheses developed by the researcher. To achieve the study's objective, the researcher adopted the Cognitive Conflict Scale (CCS) developed by Al-Jamali (2014). The scale's psychometric properties were verified by applying it to a research sample of (200) female students. The construct validity indicators were calculated, as well as the reliability coefficient was calculated using the test-retest method, which reached (0.85). Regarding the guidance program, an experimental design was adopted with two groups, the experimental and the control, with a pre-test and a post-test. The researcher built a guidance program according to the rational emotive behavioral therapy method, and relied on the theory of (Albert Els) with (10) guidance sessions that included different titles. After applying the post-test to the members of the experimental and control groups, the results showed that there were statistically significant differences at the level of (0.05) in favor of the experimental group, which indicates the effectiveness of the rational emotive behavioral therapy method in reducing cognitive conflict among middle school students. The research came out with a set of recommendations and proposals.

**Keywords:** Rational Emotive Behavior Therapy, Cognitive Conflict

#### الملخص

أستهدف البحث الحالي تعرف فاعلية اسلوب العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض الصراع المعرفي لدى طالبات المرحلة الاعدادية، وتم التحقق من خلال عدد من الفرضيات الصفرية التي وضعتها الباحثة، ولتحقيق هدف البحث قامت الباحثة بتبني مقياس الصراع المعرفي من اعداد (الجمالي، ٢٠١٤) وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس بتطبيقه على عينة البحث البالغة (200) طالبة. وحساب مؤشرات صدق البناء له، كذلك حساب معامل الثبات بطريقة الاختبار واعادة الاختبار أذ بلغ (٠.٨٥) وفيما يتعلق بالبرنامج الارشادي تم اعتماد تصميم تجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي ، اذ قامت الباحثة ببناء برنامج ارشادي وفق اسلوب العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي ، وتم الاعتماد على نظرية (البرت ألس) بواقع (١٠) جلسات ارشادية تضم عناوين مختلفة، وبعد تطبيق الاختبار البعدي على افراد المجموعتين التجريبية والضابطة ، أظهرت النتائج هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) لصالح المجموعة التجريبية ، وهو يدل على فاعلية اسلوب العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض الصراع المعرفي لدى طالبات المرحلة الاعدادية، وخرج البحث بمجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي الصراع المعرفي

#### مشكلة البحث

تعد مرحلة المراهقة من أكثر المراحل التي يتعرض الفرد فيها للتناقض والتباين بين ما يعتقد وما يواجهه من واقع وتجارب جديدة ، ففي عصر التكنولوجيا وتعدد المصادر المعرفية وكثرة المعلومات تجعل المراهق في حالة مقارنة مستمرة بين ما يعيشه وما يسمعه ، كذلك تسمى مرحلة التقلبات الانفعالية والحيرة والتردد وفقدان الثقة بالنفس وصعوبة اتخاذ القرار والتوتر النفسي والعصبي والذي بدوره يؤدي للشعور بالتعب والضعف وفقدان القدرة على التفكير الواضح ما يؤدي الى شك المتعلم في قدراته وبالتالي للأخفاف الدراسي او في تذكر مادة دراسية واستيعابها (غباري، ٢٠٠٨)

\* جامعة كركوك/ كلية التربية للبنات [salmakamil@uokirkuk.edu.iq](mailto:salmakamil@uokirkuk.edu.iq)

كما اصبح الاهتمام بشريحة الطلبة ينصب على نوعية التفكير والمعرفة لديهم بمعنى البحث عن كيفية الارتقاء بالتفكير الجيد المرغوب به بحيث يصبح الفرد منتجا وعقلاني ومنطقي (لفته, ٥, ٢٠١٥) وبناءً على ما تقدم فإن الصراعات المعرفية تبين أن هناك ظروفًا واحوالاً تدفع الطلاب في الإعدادية الى الاضطرابات والقلق على ذواتهم ومستقبلهم، وهذا الشكل من عدم الاستقرار يؤثر في انفعالهم، وبما ان البرامج الارشادية تعد من الخدمات التربوية التي تساعد في حل العديد من المشكلات التربوية والنفسية وبذلك يمكن تلخيص مشكلة البحث الحالي بالسؤال الاتي: هل هناك فاعلية لأسلوب(العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي) في خفض الصراع المعرفي لدى طالبات المرحلة الاعدادية.

#### اهمية البحث

تعد التربية بالمفهوم الواسع الاداة الفعالة في بناء شخصية الطالب وتأهيله باكتساب المعارف والخبرات التي تساعده في اداء مختلف الوظائف في المجتمع، والمدرسة هي المؤسسة التربوية التي تقع عليها مسؤولية التصدي لجميع مشكلات الطلبة، وتطوير مداركهم وتزويدهم بالخبرات والمعلومات التي تزيد وعيهم ومدى انتباههم للأحداث البيئية (القرة غولي و العكلي، ٢٠١٢، صفحة ٢٨٢)

وتعد مرحلة المراهقة من اهم المراحل العمرية في حياة الفرد كونها تمثل مرحلة حساسة وحرجة نظراً لحدوث العديد من التغيرات الجسمية والعقلية والمعرفية والاجتماعية، فضلا عن انتقال المراهق من مرحلة الطفولة وخصائصها الى مرحلة أكبر وأخطر من حيث الحاجات والاهداف والطبيعة والمسؤولية (علي، ٢٠٢٠، صفحة ٩) لذلك لابد من الاهتمام بهذه الشريحة المهمة وحل جميع مشكلاتهم ومن بين هذه المشكلات مشكلة الصراع المعرفي.

ويمثل طلاب المرحلة الاعدادية شريحة مهمة من شرائح المجتمع , بوصفهم الثروة الوطنية الاغلى والانجح في تقدم المجتمع لما يمتلكون من طاقات وامكانيات جسدية وصحية ونفسية و وتميل الشخصية فيها للثبات وتنمو لدى المراهق الثقة بالنفس كونه فردا له كيان سواء في العمل او الدراسة و فضلا عن الدافع الى تكوين هويته الشخصية بصورة اكثر جدية, ويرى المختصون ان هناك صلة وثيقة بين شخصية الفرد وصحته النفسية، وإن تكامل الشخصية شرط للتوافق

النفسي فمن تعرض للاضطراب اعتلت صحته النفسية وساء توافقه , ومن هذه العوامل الصراعات المعرفية العنيفة الشعورية والاشعورية , ذلك ان الصراع يؤثر في الشخصية ويحول دون وحدتها واتزانها ويؤدي بها للتفكك والتصدع فمن اراد فهم الشخصية واعتلال الصحة النفسية وجب عليه دراسة هذا الصراع المعرفي انواعه ومصادره ومظاهره (الجمالي، ٢٠١٤، صفحة ٥)

وتعد البرامج الارشادية من الخدمات المهمة التي تساعد الطلبة على احداث تغييرات في بيئتهم الشخصية والاجتماعية والعمل على تذليل الصعوبات والمشكلات التي يعانون منها، وتكمن اهمية هذه البرامج لدى الطلبة بوصفهم القادة للمستقبل، وان دراسة مدى تأثير البرامج الارشادية على الصراعات المعرفية والنفسية التي يواجهها الطلبة يُبرز اهمية هذه البرامج التي تعمل للوقاية والعلاج في الوقت نفسه (الداهري، ٢٠٠١، صفحة ٥٠)

هدف البحث: يستهدف البحث الحالي التعرف الى: فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي في خفض الصراع المعرفي لدى طالبات المرحلة الاعدادية أذ سيتم اختبار الفرضيات الصفرية التالية:

١. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسط رتب افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الصراع المعرفي.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسط رتب افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الصراع المعرفي.

٣. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسط رتب افراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصراع المعرفي.

٤. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسط افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين البعدي والمرجأ على مقياس الصراع المعرفي.

حدود البحث/ يتحدد البحث الحالي بطالبات المرحلة الاعدادية في المدارس التابعة لتربية محافظة كركوك للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥.

### العلاج العقلاني الانفعالي 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 (البدي، ٢٠١٥، صفحة ١٨)

التعريف الاجرائي/ الفنيات والنشاطات التي تعتمد على فنيات (العلاج العقلاني الانفعالي) المستخدمة في جلسات البرنامج الارشادي والتي تهدف الى خفض الصراع المعرفي لدى طالبات المرحلة الاعدادية، ويتم التحقق منها من خلال التغير الذي يحصل في اجابات الافراد على مقياس الصراع المعرفي.

### الصراع المعرفي Cognitive Conflict

التعريف النظري/تعريف جان بياجيه (١٩٦٧): تغيير الصورة الذهنية بأخرى من خلال تعرف الواقع والتأثير عليه وتغييره حتى يحدث ما نسميه بالموائمة (الجمالي، ٢٠١٤، صفحة ١٠)

التعريف الاجرائي/الدرجة الكلية التي يحصل عليها المجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس الصراع المعرفي.

### الفصل الثاني/ الإطار النظري

#### نظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي

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 , فالانسان 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 ويرمز له (A,B,C,D,E,F) وهي تعني:

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 أكثر موضوعيا  
في افكاره والنتائج التي توصل اليها (خليل، ٢٠٢١، صفحة ٢٢)

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 تنجم 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 (كفافي، ١٩٩٩، صفحة ٦٩)

### الصراع المعرفي Cognitive Conflict

جاء هذا المصطلح من المدرسة البياجية الحديثة في سويسرا سنة (١٩٧٥)، حيث يرى (بياجيه) ان الصراع المعرفي يظهر عندما تكون لدى الافراد أفكار وسلوكيات وتصورات متناقضة تؤدي الى نشوء بنى معرفية جديدة، وقد يحدث الصراع المعرفي عند تصادم وجهات النظر المختلفة لدى الفرد، فالمواجهة تحدث بين الصور الذهنية المختلفة التي يحملها، وقد اوضح (بياجيه) ان التعرف على الواقع يعني التأثير عليه وتغييره وتنظيمه حتى يحدث ما نسميه بالموائمة التي تظهر عند تغيير الصور الذهنية بأخرى، فالطفل لن يعبر من مرحلة معرفية الى اخرى دون ان يعيش صراعاً في تصوراته، ويؤكد هذا المفهوم على أهمية أن يعيش الفرد صراعاً معرفياً بين التصور الخارجي والتصور الداخلي وهذا التناقض يجعله يشك في مكتسباته ويقارنها بأخرى ثم يستبدلها بمفاهيم اخرى يراها أنسب، وهو ما يدفعه للبحث عن حل لمشكلاته ومناقشة معارفه السابقة وتعديلها وفقاً للمستجدات، ويصنف هذا النوع من الصراع الى عدة تصنيفات منها الاجتماعية والنفسية والاقتصادية والسياسية (دافيدوف، ١٩٨٨، صفحة ٣١٨)

وفي ضوء النظرية البنائية التي تتمثل في استعمال الافكار المسؤولة عن تشكيل البناء المعرفي للمتعلم وتكوين خبرات ومعلومات جديدة فأنت تعلم المفاهيم يحدث عندما يتم تعديل المفاهيم القديمة التي يمتلكها او تضاف اليها معلومات جديدة، او قد يعاد تنظيم ما هو موجود من المفاهيم، أي ان الفكر البنائي يركز على البنية المفاهيمية للمتعلم والعمليات التي تتم داخل، ويرى بياجيه ان هناك اربعة شروط ضرورية لحل مشكلة الصراع المعرفي لدى الفرد وهي:

١. ان يمتلك الفرد الحد الأدنى من فهم المفاهيم العلمية التي سيتم دراستها.

٢. ان تشمل عملية التعلم على التفسير الموجه للصراع الحرج.

٣. استعمال مفاهيم علمية اخرى تدعم مفهوم الهدف العلمي القائم.

٤. وجود بعض الادراكات والانشطة الفكرية لتقوية وتدعيم المفهوم العلمي المراد تعلمه

(Tirosh, 1990, p. 127)

ويؤكد اصحاب المنظور المعرفي بشكل مباشر على عملية النضج الاجتماعي والانفعالي والعقلي وتفاعلهم معا في تكوين شخصية الفرد وكذلك تأكيدهم على درجة الوعي المتمثلة بالكم الهائل من المعلومات التي يمتلكها الفرد عن بيئته الداخلية والخارجية (الزبيدي، ٢٠٢٣، صفحة ٥)

### 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	التكافؤ	المتغير المستقل	الاختبار البعدي	الفرق
التجريبية	مقياس الصراع المعرفي		البرنامج الإرشادي	مقياس الصراع المعرفي	اختبار الفاعلية (المرجأ)
الضابطة	مقياس الصراع المعرفي		لم تتعرض لأي برنامج	مقياس الصراع المعرفي	

ثالثاً / إجراءات البحث:

مجتمع البحث: يتحدد مجتمع البحث الحالي بطالبات المرحلة الاعدادية البالغ عددهم (١٨٥٠٦) في المدارس التابعة لمحافظة كركوك للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥.

عينات البحث:

١- عينة التحليل الإحصائي: بلغت عينة التحليل الإحصائي (٢٠٠) طالبة من طالبات المرحلة الاعدادية، تم اختيارهم بطريقة طبقية عشوائية، وبأعداد متناسبة مع عددهم في مجتمع البحث الأصلي، موزعين على أربع مدارس، والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) يوضح عينة التحليل الإحصائي

ت	أسم المدرسة	العدد	العينة
١	اعدادية الجمهورية	٤٦٢	٤٥
٢	اعدادية فلسطين	٤٣٠	٤٢
٣	اعدادية الانتفاضة الشعبانية	٥٧٥	٥٦
٤	ثانوية كركوك	٥٨٨	٥٧
المجموع		٢٠٥٥	٢٠٠

٢- عينة التجربة: من أجل تحديد عينة تطبيق البرنامج قامت الباحثة بعدد من الخطوات:

أ- اختيار اعدادية (الجمهورية)، بشكل قصدي وذلك بسبب وجود عدد كبير من الطالبات الذين حصلن على درجات أعلى من المتوسط النظري للمقياس، كذلك قرب المدرسة من مكان سكن الباحثة، وكذلك وجود مكان مناسب لتطبيق جلسات البرنامج الارشادي إضافة الى تعاون إدارة المدرسة مع الباحثة.

ب- تطبيق مقياس الصراع المعرفي على طالبات المرحلة الاعدادية.

ت- تم اختيار (٢٠) طالبة من طالبات الصف الخامس العلمي الذين حصلوا على درجات أعلى من المتوسط النظري للمقياس البالغ (٦٤) درجة.

ث- قامت الباحثة بتوزيع الطالبات بشكل عشوائي إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة)، بواقع (١٠) طالبات في كل مجموعة، وتم اعتبار الدرجات التي حصلوا عليها بمثابة اختبار قبلي لهم.

أداتا البحث: لغرض تحقيق هدف البحث قامت الباحثة بما يأتي:

١- تبني مقياس الصراع المعرفي من اعداد (الجمالي,٢٠١٤).

٢- بناء برنامج ارشادي بأسلوب العلاج العقلاني الانفعالي على وفق نظرية ألس، وستقوم الباحثة بعرض إجراءات بناء البرنامج الارشادي في الفصل الرابع بشكل تفصيلي.

وفيما يتعلق بمقياس البحث، فقد اتبعت الباحثة الخطوات التالية:

اعد(الجمالي,٢٠١٤) مقياس الصراع المعرفي لدى طلبة الجامعة بالاعتماد على نظرية (بياجيه) والذي يتكون بصورته النهائية من (٣٢) فقرة تقابلها خمسة بدائل (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي ابداً) تعطى لها عند التصحيح (٥، ٤، ٣، ٢، ١) وان اعلى درجة كلية يحصل عليها المستجيب (١٢٨) واقل درجة (٣٢) وقد اتبعت الباحثة الخطوات العلمية للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس.

الصدق الظاهري: تم التحقق منه من خلال عرض فقرات المقياس على عدد من المحكمين في مجال العلوم التربوية والنفسية والقياس النفسي، وتم تعديل بدائل المقياس لتلائم عينة البحث الحالي، كونه معد لطلبة الجامعة، فأصبحت (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي أحياناً، لا تنطبق علي ابداً)، كذلك تم تعديل بعض الفقرات من قبل السادة المحكمين وتم تكييفه ليتناسب مع طلبة المرحلة الاعدادية، وقد كانت جميع الفقرات مقبولة، إذ انها حصلت على نسبة قبول (80%) فما فوق.

التطبيق الاستطلاعي لفقرات المقياس: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية عددها (٣٠) طالبة تم اختيارهن عشوائياً، وتبين أن فقرات المقياس وتعليمات الإجابة كانت واضحة، وإن الوقت المستغرق للإجابة تراوح بين (٤-٩) دقيقة.

التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

القوة التمييزية: تم التحقق من القوة التمييزية لفقرات المقياس بأسلوب المجموعتين المتطرفتين؛ وذلك بتطبيق المقياس على عينة البحث البالغ عددها (٢٠٠) طالبة، 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) طالبة، تراوحت درجات أفراد المجموعة العليا بين (٧٩-٦٨)، 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 (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الصراع المعرفي

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
7.730	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
7.371	1.02140	1.8519	0.55784	3.6852	١٢
9.540	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
8.154	0.87522	1.9815	0.69489	3.6111	١٧
8.687	0.96185	1.9907	0.98623	3.4074	١٨
4.741	0.78687	3.4167	0.46363	3.8333	١٩
9.113	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): قامت الباحثة بتطبيق المقياس على مجموعة من طالبات الصف السادس العلمي البالغ عددهم (٣٠) طالبة، 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 التطبيقين، وتبين أن معامل الثبات (٠.٨٧).

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

وصف مقياس الصراع المعرفي بصيغته النهائية:

يتألف المقياس من (٣٢) فقرة، تمت صياغتها بأسلوب العبارات التقريرية، ووضعت أمام كل فقرة (٤) بدائل للإجابة (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي احياناً، لا تنطبق علي ابداً)، يعطى لها عند التصحيح الدرجات (٤، ٣، ٢، ١) للفقرات المصاغة باتجاه المقياس، ويعكس التصحيح للفقرات المصاغة بعكس اتجاه المقياس، وإن أدنى درجة كلية ممكن أن يحصل عليها المستجيب (٣٢)، وأعلى درجة كلية (١٢٨)، والملحق (١) يتضمّن مقياس الصراع المعرفي بصيغته النهائية.

رابعاً / التكافؤ: قامت الباحثة بضبط بعض المتغيرات الدخيلة التي تعتقد أنها قد تؤثر على نتائج التجربة، كذلك ما أشارت إليه نظرية المس، والدراسات السابقة، أنه سلوك الفرد في أي موقف أو حدث معين يتأثر بعوامل دخيلة، فارتأت الباحثة أن يكافؤ ب(درجات أفراد عينة التجربة في الاختبار القبلي).

١- درجات أفراد عينة التجربة في الاختبار القبلي: بعد تطبيق المقياس على أفراد المجموعتين، حسبت الباحثة 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 (٤) يوضح ذلك.

#### جدول (٤)

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).

اذ يشير الدقاعي والخالدي (٢٠١١) الى خطوات بناء البرنامج الارشادي بالخطوات الآتية:

أولاً: تحديد الأهداف:

هذه الخطوة تتضمن وضع تخطيط للبرنامج الارشادي، ويتم فيه تقديم الخلفية النظرية كمساعد عملي لتحقيق أهداف البرنامج، اذ يتم فيه ترجمة الاهداف العامة الى اهداف اجرائية واختيار

الاساليب والفنيات الملائمة لتحقيق تلك الأهداف، ويقسم الهدف العام في البحث على قسمين وهما:

أ- هدف عام للبرنامج الإرشادي: إنّ الهدف العام للبرنامج الإرشادي هو خفض الصراع المعرفي لدى طالبات المرحلة الاعدادية.

ب-هدف عام لكل جلسة إرشادية: حددت الأهداف العامة لكل جلسة إرشادية على وفق موضوعات الجلسات.

ثانياً: الخلفية النظرية والتطبيقية للبرنامج الإرشادي:

قامت الباحثة ببناء البرنامج الارشادي على وفق الاسلوب العلاج العقلاني الانفعالي.

ثالثاً: المستفيدون من البرنامج الارشادي: طالبات المرحلة الاعدادية.

رابعاً: مكان الإرشاد وشروطه:

تم تطبيق البرنامج في اعدادية الجمهورية للبنات التي تقع في محافظة كركوك, إذ توفر المكان المناسب لتطبيق جلسات البرنامج دون اي عوائق او مشتتات , لضمان سلامة النتائج.

خامساً: مدة البرنامج وعدد الجلسات الإرشادية:

تم تطبيق عدد الجلسات الإرشادية والتي تمثلت ب (١٠) جلسة والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

الجلسات الإرشادية للمجموعة ومواعيد انعقادها

ت	عنوان الجلسة	تاريخ انعقادها
١	الافتتاحية	٢٠٢٥/٣/٢
٢	المراهقة وخصائصها النمائية	٢٠٢٥/٣/٤
٣	الصراع المعرفي وابعاده النفسية	٢٠٢٥/٣/٩
٤	المعتقدات والافكار المتناقضة	٢٠٢٥/٣/١٦
٥	اساليب مواجهة الصراع المعرفي وضبط الافكار السلبية	٢٠٢٥/٣/١٨
٦	التدريب على التفكير العقلاني	٢٠٢٥/٣/٢٣
٧	مهارة اتخاذ القرار	٢٠٢٥/٣/٢٥
٨	التوافق الذاتي والاجتماعي	٢٠٢٥/٣/٣٠
٩	التفكير المنطقي والنقدي	٢٠٢٥/٤/٢
١٠	الختامية	٢٠٢٥/٤/٦

سادسًا: تمويل البرنامج: قامت الباحثة بتمويل ذاتي للبرنامج الإرشادي، من حيث الدعم المادي

للبرنامج، فضلًا عن أي وسيلة استخدمت في نجاح البرنامج وإتمامه.

سابعًا: طرائق الإرشاد النفسي:

استخدمت الباحثة اسلوب العلاج العقلاني الانفعالي وتمثلت الخطوة الاولى بمقابلة الطالبات بشكل فردي للحصول على الموافقة في الاشتراك بالبرنامج الإرشادي وشرح ما يتضمنه من عدد جلسات، والوقت، والمكان.

ثامناً: الأساليب والفنّيّات الإرشادية: اعتمدت الباحثة على أساليب وفنّيّات النظريّات المتبنّاة، حيث اعتمد على فنّيّات العلاج العقلاني الانفعالي وسيتم ذكر هذه الفنّيّات بالتفصيل وكما يلي:

١. الحوار العقلاني (Rational Disputation) ويعد جوهر العلاج حيث يعمل المرشد على مناقشة الأفكار اللاعقلانية التي يتبناها المسترشد واستبدالها بمعتقدات عقلانية أكثر مرونة وتوافقاً مع الواقع (Ellis, 1994؛ Dryden, 2009).

٢. التعليم النفسي (Psychoeducation) يقوم المرشد بتوضيح نموذج ABCDEF للمسترشد:

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. هذه الواجبات تعزز التعميم والتدريب الذاتي (Ellis & Bernard, 2006).

٧. أسلوب المواجهة المباشرة: 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 (David et al., 2010).

تأسعاً: تحديد موضوعات الجلسات الإرشادية: تم تحديد موضوعات الجلسات الإرشادية بواسطة الاعتماد على فقرات المقياس جميعها، اذ لم تترك الباحثة أي فقرة من فقرات المقياس، لكونها بمجملها تقيس الخاصية المستهدفة في البرنامج الارشاد.

#### الصدق الظاهري

عرضت الباحثة عناوين الجلسات على عدد من المحكمين في الارشاد النفسي، بعدها تم عرض مخطط الجلسات بصورته 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 لصفحات البحث، سيتم عرض ثلاث جلسات كما موضح في ادناه:

الجلسة الاولى الوقت المستغرق (٥٠) دقيقة ٢٠٢٥/٣/٢

الموضوع	الافتتاحية
هدف الجلسة	تهيئة افراد المجموعة الارشادية الاولى للجلسات الارشادية.
الفنيات	المناقشة- التعزيز
الانشطة والفعاليات	<ul style="list-style-type: none"> <li>- تقوم الباحثة بالترحيب بإفراد المجموعة الإرشادية</li> <li>- تقوم الباحثة بتعريف نفسها وتطلب من أفراد المجموعة الإرشادية أن يعرفوا أنفسهم.</li> <li>- تعطي الباحثة فكرة عن الإرشاد وأهميته وأهدافه وتناقش مع أفراد المجموعة الإرشادية مكان وزمان انعقاد الجلسات الإرشادية ومدى ملازمتها لأفراد المجموعة.</li> <li>- الاتفاق على سرية المعلومات التي تطرح في الجلسات لكسب ثقة الأفراد.</li> <li>- توضح الباحثة اهداف البرنامج الإرشادي.</li> <li>- تقديم التعزيز لأفراد المجموعة الارشادية المتفاعلين بالجلسة الافتتاحية.</li> </ul>
التقويم	<ul style="list-style-type: none"> <li>- الاستماع الى تساؤلات افراد المجموعة حول هدف البرنامج الارشادي ومدى ملائمة زمان ومكان انعقاد الجلسات الإرشادية</li> <li>- تطرح الباحثة سؤال فيما إذا كان أحد أفراد المجموعة لا ترغب في الاشتراك في البرنامج الإرشادي.</li> </ul>
التدريب البيئي	<ul style="list-style-type: none"> <li>- تطلب الباحثة من افراد المجموعة كتابة موقف يتضمن صراع معرفي</li> </ul>

ادارة الجلسة الأولى: الافتتاحية: الوقت: ٤٥ دقيقة

- تقوم الباحثة بالترحيب بإفراد المجموعة الإرشادية
- تقوم الباحثة بتعريف نفسها وتطلب من أفراد المجموعة الإرشادية أن يعرفوا أنفسهم.
- تعطي الباحثة 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.
- توضح الباحثة اهداف البرنامج الإرشادي.
- تقدم التعزيز للطالبات المتفاعلين بالجلسة الافتتاحية.
- التقويم: الاستماع الى تساؤلات افراد المجموعة حول هدف البرنامج الارشادي ومدى ملائمة زمان ومكان انعقاد الجلسات الإرشادية فضلاً عن طرح سؤال فيما إذا كان أحد أفراد المجموعة لا يرغب في الاشتراك في البرنامج الإرشادي.
- التدريب البيئي: تطلب الباحثة من افراد المجموعة كتابة موقف يتضمن صراعا معرفيا

الجلسة الخامسة الوقت المستغرق (٥٠) دقيقة ٢٠٢٥/٣/١٨

الموضوع	اساليب مواجهة الصراع المعرفي
هدف الجلسة	ان يتعرف افراد المجموعة على اساليب مواجهة الصراع المعرفي والتحكم بافكارهم
الغنيات	الحوار العقلاني , المواجهة الايجابية, المناقشة والتفسير
الانشطة والفعاليات	<ul style="list-style-type: none"><li>- ترحب الباحثة بأفراد المجموعة الارشادية وتشكرهم على الالتزام بالحضور للجلسات الارشادية. ثم تقوم الباحثة بتوضيح مفهوم الصراع المعرفي لأفراد المجموعة الارشادية.</li><li>- توجه الباحثة لأفراد المجموعة الارشادية سؤال تحفيزي وهو, عندما تواجه موقف متناقض بين ما تفكر به وما يطلب منك, كيف تتصرف؟ تكتب الاجابات على السبورة وتناقش بصورة جماعية.</li></ul>

<p>- تطلب الباحثة من افراد المجموعة ان يتخلوا أنفسهم في موقف مزعج، ثم يتدربون على استبدال انفعالاتهم السلبية</p> <p>- تقوم الباحثة بتقديم التعزيز عندما ينجح افراد المجموعة الارشادية بتبني أفكار عقلانية وسلوكيات سوية.</p>	
تطلب الباحثة من أفراد المجموعة ذكر سلبيات وإيجابيات الجلسة.	التقويم
اكتب موقفاً شعرت فيه أنك تتصرف بطريقة لا تعبر عن ذاتك الحقيقية	التدريب البيتي

ادارة الجلسة الخامسة: اساليب مواجهة الصراع المعرفي الوقت: ٤٥ دقيقة

- ترحب الباحثة بأفراد المجموعة الارشادية وتشكرهم على الالتزام بالحضور للجلسات الارشادية.
  - تناقش الباحثة التدريب البيتي مع افراد المجموعة الارشادية.
  - تقوم الباحثة بتوضيح مفهوم الصراع المعرفي لأفراد المجموعة الارشادية.
  - توجه الباحثة لأفراد المجموعة الارشادية سؤال تحفيزي وهو، عندما تواجه موقف متناقض بين ما تفكر به وما يطلب منك، كيف تتصرف؟ تكتب الاجابات على السبورة وتناقش
  - تطلب الباحثة من افراد المجموعة ان يتخلوا أنفسهم في موقف مزعج، ثم يتدربون على استبدال انفعالاتهم السلبية بانفعالات صحية.
  - تقوم الباحثة بتقديم التعزيز عندما ينجح افراد المجموعة الارشادية بتبني أفكار عقلانية
  - تطلب الباحثة من أفراد المجموعة ذكر سلبيات وإيجابيات الجلسة.
  - اكتب موقفاً شعرت فيه أنك تتصرف بطريقة لا تعبر عن ذاتك الحقيقية
- الجلسة الثامنة الوقت المستغرق (٥٠) دقيقة ٢٠٢٥/٣/٣٠

الموضوع	التوافق الذاتي والاجتماعي
---------	---------------------------

ان يدرك افراد المجموعة اهمية التوافق الذاتي والاجتماعي في تحقيق الصحة النفسية	هدف الجلسة
المناقشة الجماعية, العصف الذهني, التعزيز الايجابي	الفنيات
ترحب الباحثة بأفراد المجموعة الارشادية ويشكرهم على الحضور, ثم تقوم بمتابعة التدريب البيتي. تطرح الباحثة سؤالاً على افراد المجموعة وهو: هل يمكن ان يكون الانسان سعيداً ان لم يكن منسجم مع الاخرين؟ ثم تناقش الآراء لتوضيح العلاقة بين التوافق الذاتي والاجتماعي. تقدم الباحثة بتوضيح مفهوم التوافق الذاتي(الرضا عن الذات) ومفهوم التوافق الاجتماعي(اقامة علاقات ايجابية, احترام الاخرين) تطلب الباحثة ان يقوم كل فرد بكتابة ثلاث صفات يحبها في نفسه, وثلاث صفات يرغب في تحسينها, ثم توضح كيف يساعدهم ذلك في تحسين علاقاتهم الاجتماعية	الانشطة والفعاليات
تطلب الباحثة من افراد المجموعة الارشادية تحديد الفائدة من الجلسة الارشادية.	التقويم
تطلب الباحثة من افراد المجموعة الارشادية ان يكتبوا موقف شعروا فيه بالرضا عن انفسهم	التدريب البيتي

ادارة الجلسة الثامنة: التوافق الذاتي والاجتماعي الوقت: ٤٥ دقيقة

### التوافق الذاتي والاجتماعي

ان يدرك افراد المجموعة اهمية التوافق الذاتي والاجتماعي في تحقيق الصحة النفسية  
المناقشة الجماعية، العصف الذهني، التعزيز الايجابي  
ترحب الباحثة بأفراد المجموعة الارشادية ويشكرهم على الحضور، ثم تقوم بمتابعة التدريب البيتي.  
تطرح الباحثة سؤالاً على افراد المجموعة وهو: هل يمكن ان يكون الانسان سعيداً ان لم يكن منسجم مع الاخرين؟ ثم تناقش الآراء لتوضيح العلاقة بين التوافق الذاتي والاجتماعي.  
تقدم الباحثة بتوضيح مفهوم التوافق الذاتي (الرضا عن الذات) ومفهوم التوافق الاجتماعي (اقامة علاقات ايجابية, احترام الاخرين)  
تطلب الباحثة ان يقوم كل فرد بكتابة ثلاث صفات يحبها في نفسه، وثلاث صفات يرغب في تحسينها، ثم توضح كيف يساعدهم ذلك في تحسين علاقاتهم الاجتماعية

تطلب الباحثة من افراد المجموعة الارشادية تحديد الفائدة من الجلسة الارشادية.  
تطلب الباحثة من افراد المجموعة الارشادية ان يكتبوا موقفا شعروا فيه بالرضا عن  
أنفسهم.

#### الفصل الخامس / عرض النتائج وتفسيرها

هدف البحث: يهدف البحث الحالي التعرف عن فاعلية برنامج ارشادي بأسلوب العلاج العقلاني  
الانفعالي في خفض الصراع المعرفي لدى طالبات المرحلة الاعدادية. ويتم تحقيق ذلك من خلال  
اختبار الفرضيات الصفرية الآتية:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، في متوسط رتب أفراد  
المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الصراع المعرفي.

للتحقق من ذلك، استعملت الباحثة 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 ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، في متوسط رتب أفراد  
المجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الصراع المعرفي.

للتحقق من ذلك استعملت الباحثة اختبار ولكوكسن، وظهر أن القيمة المحسوبة (23) 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 (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 ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسطات رتب الأفراد في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصراع المعرفي في الاختبار البعدي.

للتحقق من ذلك قامت الباحثة 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 لصالح 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	4.5655	43.80	١٠	تجريبية	الصراع المعرفي
			١٥,٥٠	١٥٥	7.2180	65.10	١٠	ضابطة	

٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، في متوسط رتب أفراد

المجموعة التجريبية بين الاختبارين البعدي والمرجأ على مقياس الصراع المعرفي.

للتحقق من ذلك، قامت الباحثة بتطبيق الاختبار المرجأ (مقياس الصراع المعرفي) 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 الفنيات والأساليب المستخدمة في الجلسات الارشادية كان لها الأثر الكبير في خفض الصراع المعرفي لدى طالبات المرحلة الاعدادية، ويرى (إلس) ان الناس لا يتأثرون مباشرة بالأحداث بل بتفسيراتهم لتلك الاحداث، فالصراع يحدث عندما يعيش الفرد تناقضاً بين اكاره وبين ما يؤمن به , فالمعالج يساعد الفرد على إعادة بناء تفكيره بطريقة منطقية وواقعية, وتتفق هذه النتيجة مع دراسة(جرجرة, ٢٠١٩) الذي توصلت الى ان العلاج العقلاني الانفعالي يعمل على خفض حدة الافكار غير العقلانية لدى المراهقات.

التوصيات: في ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثة ما يأتي:

١.الإفادة من البرنامج موضوع البحث من قبل المرشدين التربويين لخفض الصراع النفسي لدى

الطلبة

٢.تدريب المرشدين التربويين على استخدام وتطبيق البرامج الارشادية وتقديم الخدمات النفسية والتربوية لطلبة المرحلة الاعدادية

المقترحات: بناءً على التوصيات تقترح الباحثة إجراء الدراسات التالية:

١- فاعلية برنامج ارشادي بأسلوب العلاج المعرفي السلوكي في خفض الصراع المعرفي لدى عينات أخرى.

٢- دراسة الصراع المعرفي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

### المراجع

البديري، محمود سعيد. (2015). تأثير أسلوبين إرشاديين (العلاج العقلاني والعلاج

المعرفي) في تعديل المعتقدات اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الإعدادية الذين يعانون

من الضغوط ما بعد الصدمة. بغداد: كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

الجمالي، أحمد كامل. (2014). معنى الحياة وعلاقته بالصراع المعرفي لدى طلبة

الجامعة. بغداد: كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

خليل، غادة علي. (2021). أثر البرنامج الإرشادي بالأسلوب العقلاني الانفعالي

السلوكي لأمهات أطفال التوحد في خفض المخاوف المرضية. بغداد: كلية التربية للعلوم

الإنسانية، جامعة ديالى.

دافيدوف، لنذل. (1988). مدخل إلى علم النفس. ترجمة سيد الطواب وعمر محمود.

القاهرة، مصر: الدار الدولية للنشر.

الداهري، صالح حسن. (2001). مبادئ الإرشاد النفسي والتربوي. عمان، الأردن: دار

الكندي.

مجلة جامعة كركوك للدراسات الانسانية المجلد (٢١) العدد الأول آذار ٢٠٢٦

الزبيدي، قحطان محمد. (٢٠٢٣) الشخصية المزاجية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى

طلبة المرحلة المتوسطة. مجلة جامعة كركوك للدراسات الإنسانية. كركوك. العراق

علي، علاء عبد الأمير. (2020). فاعلية أسلوبين إرشاديين: النمذجة وإعادة البناء

المعرفي في خفض فك الارتباط الأخلاقي لدى طلاب ثانويات المتميزين. كلية التربية،

الجامعة المستنصرية.

غباري، ثائر. (2008). علم النفس العام. عمان، الأردن: دار الكتب للنشر والتوزيع.

القرة غولي، حسن أحمد، والعكيلي، جبار وادي. (2012). الإنسان ومقاومة الإغراء

والاستهواء. بغداد، العراق: مكتبة اليمامة.

كفافي، علاء الدين. (1999). الإرشاد والعلاج النفسي والأسري. القاهرة: دار الفكر

العربي.

Tirosh, D. (1990). Evoking cognitive to explore preservice teachers' thinking about division. Journal for Research in Mathematics, New York.

Ellis, A., & Bernard, M. E. (2006). Rational Emotive Behavioral Approaches

