

تأثير اسلوب التفهم الواعي في خفض الاخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة

م.سهام كيف مريود العوادي

Suhamkaif10@gmail.com

وزارة التربية - تربية الرصافة الثانية

الملخص

استهدف البحث الحالي التعرف على تأثير برنامج ارشادي باسلوب التفهم الواعي في خفض الاخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة، ولتحقيق هدف البحث من خلال الفرضيات الصفرية الثلاثة للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختيارين القبلي والبعدي ولتحقيق ذلك قامت الباحثة ببناء برنامج ارشادي وفق اسلوب التفهم الواعي المعتمد على نظرية العلاج المعرفي (ارون بيك) وتبنت مقياس الاخفاق المعرفي (الربيعي 2015) المعتمد على نظرية (برود بينت 1982)، اذ تكون البرنامج من (10 جلسات) وطبق على المجموعة التجريبية اذ تكونت عينة البحث التجريبية (10 طالبات) والمجموعة الضابطة (10 طالبات) اختيرت عشوائياً من الطالبات اللاتي حصلن على اعلى الدرجات ، استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية المناسبة منها اختبار (ولكوسن) واختبار (مالنتي) وتبين من خلال النتائج ان هناك فروقا ذات دلالة احصائية للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي وقد توصلت الى عدد من التوصيات والمقترحات .

الكلمات المفتاحية : اسلوب التفهم الواعي، الاخفاق المعرفي

The effect of self-talk in reducing cognitive failure among intermediate school female students

Inst. Siham Kaif Marioud Al-Awadi
Ministry of Education – Rusafa II Education

Abstract

The current research aimed to identify the impact of a counseling program in the manner of conscious understanding in reducing cognitive failure among middle school students, and to achieve the goal of the research through the three null hypotheses of the experimental group and the control group in the pre- and post-choices and to achieve this, the researcher built a counseling program according to the method of conscious understanding based on the theory of cognitive therapy (Aaron Beck) and adopted the cognitive failure scale (Al-Rabie 2015) based on the theory (Broad Bennett 1982), as the program consisted of (10 sessions) and applied to the group Experimental as the experimental research sample consisted (10 students) and the control group (10 students) randomly selected from the students who got the highest scores, the yard used the appropriate statistical means, including the test (Wilcosen) and the test (Maltney) and it was found through the results that there are statistically significant differences for the experimental group in the post-test and has reached a number of recommendations and proposals. Keywords: 1- Conscious comprehension style 2- Cognitive failure.

Keywords : Mindfulness Approach, Cognitive Failure

مشكلة البحث :

تعد مشكلة الاخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة من المشكلات والمعوقات التي تعيق الطالبات عن تذكر المادة الدراسية وقلة فهم واستيعاب المادة ، مما يؤدي الى انخفاض المستوى الدراسي ونتائج الامتحانات ، والشعور بالتعب وفقدان القدرة على التركيز والفهم والتشوش المعلومات ، مما يؤدي الى الاخفاق في المعرفة وشك المتعلم في قدراته وشعوره بالخوف والتعب والقلق . اذ شهد ميدان التربية والتعليم ازدياد في اعداد الطالبات وكثرة المشكلات التربوية والتعليمية والمهنية والنفسية . ومن بين كل ذلك تنصدي المشكلات النفسية وتأثيرها على التحصيل الدراسي وما يتبعها من زيادة في نسب الاخفاق المعرفي مما يؤدي الى زيادة في الرسوب والتسرب (الاسدي 2003، 146).

ويعد الاخفاق في تذكر المادة الدراسية واستيعابها من الاسباب التي تؤدي الى انخفاض مستوى الاداء في الامتحان وفقدان القدرة على التفكير الواضح مما يؤدي الى شك الطالب في قدراته والخوف من تكرار الاخفاق بالدراسة (G 1988, 320). ومن المشكلات التي تواجه الطالبات والتي تتعلق بالاخفاق المعرفي القلق وكثرة نسيان المادة العلمية مما يؤثر في تحصيلهن الدراسي (عفيفي 2006، 6).

وقد تحسست الباحثة مشكلة بحثها الحالي كونها عملت في المجال التربوي منذ فترة ليست قليلة بالاضافة الى كونها مرشدة تربوية في متوسطة يثرب للبنات قد لاحظت ان حالات الاخفاق المعرفي في كثير من المدارس وتأثيرها السلبي على مستوى التحصيل الدراسي لدى الطالبات مما دعاها الى التصدي لهذه المشكلة من خلال برنامج واسلوب ارشادي ، يمكن ايجاز مشكلة البحث الحالي بالاجابة على التساؤل الاتي

هل هناك تأثير لاسلوب التفهم الواعي في خفض الاخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة ؟

اهمية البحث :

ترتكب طالبات المرحلة المتوسطة العديد من حالات الفشل والاخفاق المعرفي التي تتعلق بمهام وواجبات متنوعة اعتادت الطالبات على القيام بها في حياتهم اليومية . وقد تبناهنا برديونت وزملاؤه باسم الاخفاق المعرفي. ويؤكد الباحثون ان حالات الفشل المعرفي ترتبط بالعمليات المعرفية الكلية التي تتعلق بمعالجة البيانات في موقف معين وتعتبر عمليات الاحساس والانتباه والادراك والتفكير والتذكر مجالاً لهذه الحالات واذا حدثت أي فجوة في عمل احدى العمليات فأنها تمثل عائقاً ذهنياً يؤدي الى حالات فشل ملحوظة في الاداء المعرفي للفرد. ولحالات الفشل هذه اسباب عديدة بعضها يتعلق بصفات فردية وبعضها الاخر يتعلق بالظروف البيئية المحيطة بالفرد وتتعلق بشكل خاص بالضغوط النفسية . بالاضافة الى عوامل اخرى تتعلق بالجنس والعمر والمستوى التعليمي وتؤكد الباحثة على اهمية دراسة الاخفاقات المعرفية بشكل كافٍ لانها من الامور التي تثير اهتمام كل فرد في حياته .

تعد الحاجة الى المعرفة والحصول عليها وتأمينها من الامور التي يسعى المرشد التربوي للاهتمام بها وخاصة لدى طالبات المرحلة المتوسطة كون العملية الارشادية تسعى دائماً الى تحقيق الجو الامن والخالي من المشكلات ، وقد زاد الاهتمام في الدراسة المتوسطة كونها من المراحل المهمة والدقيقة والحرية في النمو التكويني للفرد في حياته النفسية والاجتماعية (زيدان 2008، 56) . اذ ان المرحلة المتوسطة تقابل عمرياً مرحلة المراهقة المبكرة التي تمتد بين الاعمار (12-15) وهي مرحلة مهمة اذ تحصل فيها تغييرات جسمية وانفعالية وعقلية . ويتضح من خلالها قابلية الطالبات على التعلم والمعرفة ، اذ تلعب البرامج والاساليب الارشادية دوراً مهماً في مساعدة المسترشدة في احداث تغييرات في بيئة التعلم بشكل ايجابي مما يؤدي الى الحد من زيادة المشكلات التعليمية والتربوية والنفسية من خلال التصدي لها بوضع برامج واساليب علمية ارشادية منها نمائية ، وقائية ، علاجية مستندة على نظريات علمية رصينه في ذلك تعمل على تنمية ميول واتجاهات الطالبة وتفوقها مع البيئة التعليمية (Berdie 1995, 170) .

ان الفرد او الطالب في العملية التربوية والتعليمية لذا فأن الاهتمام بشخصيته وصلها يعد المحور المهم في اهداف العملية التربوية اذ ان الانسان نتيجة تعرضه لعديد من المشكلات ولأوقات طويلة من الزمن فإنه يشعر بالضغط النفسي (الاسدي 2003، 42) . وقد ظهرت عدة اساليب ارشادية معرفية سلوكية يمكن ان تؤدي الى خفض الاخفاق المعرفي كاسلوب التفهم الواعي واهميته من خلال التغلب على التفكير السلبي والتصورات والقناعات الخاطئة (محمد 2006، 10). وتتجلى اهمية البحث الحالي في الجانبين النظري والتطبيقي .

أولاً/ الجانب النظري :

أ- تسليط الضوء على مفهوم الاخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة وكيفية مواجهته من خلال الاساليب الارشادية وتقديم اطار نظري متكامل يفيد العملية الارشادية .

ب- اهمية الاساليب الارشادية ومنها اسلوب التفهم الواعي في خفض الاخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، ولأثارة هذا الموضوع لدى المرشدين لأجراء الدراسات والبحوث في هذا المجال

ج- يتناول هذا البحث شريحة مهمه ، طالبات المرحلة المتوسطة .

ثانياً/ الجانب التطبيقي :

أ- يسهم البحث الحالي في استعمال الاساليب الارشادية من خلال وضع برنامج ارشادي للحد من ظاهره تعيق العملية التربوية والتعليمية وهي الاخفاق المعرفي وكيفية التصدي لها

ب- يوفر البحث الحالي اداتين هما مقياس الاخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة وبرنامج ارشادي وفق اسلوب التفهم الواعي ، يمكن تطبيقه من قبل المرشدين التربويين الباحثين في هذا المجال .

هدف البحث :

يستهدف البحث الحالي التعرف على فاعلية برنامج حالي باسلوب التفهم الواعي في خفض الاخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة من خلال التحقق من صحة الفرضيات الصفرية الاتية :

1- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس الاخفاق المعرفي .

2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس الاخفاق المعرفي .

3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب درجات افراد المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الاخفاق المعرفي .

حدود البحث :

يقصر البحث الحالي على طالبات المرحلة المتوسطة في محافظة بغداد (الرصافة الثانية) للعام الدراسي (2023/2024)

تحديد المصطلحات : قامت الباحثة بتحديد مصطلحات البحث كالآتي :

أولاً :-

أ – الاسلوب الارشادي Style counseling

هو نمط خاص لاكتساب السلوك والمعلومات الصحيحة (Allman & Jaff 1978) :

ب- اسلوب التفهم الواعي عرفه (بيك/ 2011) :- عملية تتضمن زيادة واضحة في سلوك الفرد من حيث دقة الملاحظة والوعي بالمشكلات الخارجية والداخلية في اللحظة الحاضرة ويكون الفرد على وعي تام والتركيز في الخبرة الحاضرة التي يعيشها الان (بيك 2000، 333) .

التفهم الواعي حسب العلاج المعرفي :- الالتزام والقبول المبني على تشجيع المسترشدين لتقبل الاحساس غير السار واكتساب المسترشد كيفية التعامل مع مصادر التوتر سواء كانت خارجية او داخلية بطرق صحيحة , وكيف يعيش كلياً بحاضره بدل الاسى والندم على الماضي والتفكير بخوف وقلق من المستقبل (كوري 2011، 334)

التعريف النظري :- تبنت الباحثة تعريف العلاج المعرفي للتفهم الواعي للعالم ارون بيك المشار اليه (كوري/2011).

التعريف الاجرائي :- اسلوب منظم فيه فنيات وانشطة تستعمل في البرنامج لغرض خفض الاخفاق المعرفي .

ثانياً - الاخفاق المعرفي Cognitive Failure

تعريف برود بينت (1982, Broadbent) :- فشل الفرد في التعامل مع المعلومة التي تواجهه سواء كان ذلك في عملية فهمها ام في تذكره الخبرة من المعلومات المرتبطة بها او في عملية توظيفها لانجاز مهمة ما.

التعريف النظري :- اعتمدت الباحثة تعريف برود بينت (1982, Broadbent) كتعريف نظري وذلك كونها اعتمدت النظرية وتبنت قياسه .

التعريف الاجرائي :- التي تحصل عليها الطالبة من افراد عينة البحث من خلال اجابتها على فقرات المقياس المعتمد في البحث الحالي .

الفصل الثاني

الاطار النظري

اسلوب التفهم الواعي :- ان اسلوب التفهم الواعي اسلوباً سلوكياً معرفياً , وان المهارات التي يتم تعليمها في البرامج الارشادية قائمة على اسلوب التفهم الواعي لخفض المشكلات وتغيير الافكار السلبية ويشمل الجلسات التأملية كما في تمارين اليوغا , ويشمل البرنامج كذلك بوضع الجسد في حالة من الاسترخاء والتقبل ويساعد المسترشد على ملاحظة كل الاحاسيس في جسمه وان الافراد الذين يتعايشون في هذا البرنامج يمارسون هذا النوع لمدة 45 دقيقة يومياً. حيث يلقي تشجيعاً لممارسته كجانب من جوانب الحياة مثلاً ونحن نمشي او نقف او نأكل . ويصمم هذا البرنامج لتعديل سلوكيات المشاركين فيه وتفسيرها وان يتعاملوا مع مصدر المشكلة النفسية والتوترات الداخلية والخارجية بطرق بناءه ويهدف البرنامج لابدال افكار المسترشد بافكار ايجابية وكيف يعيشون بحاضرهم بدل الاسف والندم على الماضي او الخوف بما يتعلق بالمستقبل (العيسوي 2000، 333) .

وان هذا الاسلوب يساعد الفرد على تقبل واقع حياته كما هي وتحمل الخبرات المؤلمة والتخلص من الافكار الغير واقعية مما ينمي لديهم شعور بالتوافق الذاتي يساعدهم ليكونوا قادرين على مواجهة المشكلات التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية والتعامل مع المواقف المحيطة بهم بوعي وايجابية (Sockolov.Matthew 2018, 120) ، كما يركز هذا الاسلوب على مساعدة الافراد في التعامل مع الافكار المشوهة والشارده وكيف يتعامل الافراد معها بهدوء في جميع المواقف كما يركز اسلوب التفهم الواعي على خفض اثار المشكلات النفسية وما تتركه من اثار سلبية على الفرد (Sockolov.Matthew 2018, 27) .

فنيات اسلوب التفهم الواعي :-

اولاً / تنظيم الانفعالات :- سيطرة الفرد على الحالة الانفعالية وتعديلها واعادة توجيهها حتى يتمكن الفرد من تحقيق اهدافه وان هذا المفهوم يتحدد بمجموعة من القدرات وتشمل السيطرة على السلوكيات غير المقبولة وفهم هذه الانفعالات وقبولها (العيسوي 2000، 332)

ثانياً / تقليل التوتر:- تهدف هذه الفنية الوصول الى التفهم الواعي من خلال مساعدة الفرد في كيفية التعامل مع مصادر التوتر الخارجية والداخلية بطرق موضوعية وجيدة (ابو اسعد 2015، 230)

ثالثاً / التسامح:- ونقص بذلك انه أصبح المسؤول عن كل ما يجري له واصبح يتصرف بوعي وانه يتصرف بكامل طاقته وبمقدوره تحويل الشغف الى عطاء (ابو اسعد 2015، 230)

رابعاً / التقبل :- يقوم المرشد بأتاحة الفرصة للمسترشد للتعبير عن افكاره واحاسيسه ومشاعره التي سبق وان ذكرها له في الفترة الماضي (العيسوي 2000، 555)

خامساً / ملئ الفراغ:- تهدف هذه الفنية على التعرف الى الافكار التي تسبق المشاعر غير الساره , هنا الافراد لا يعرفون هذه الافكار ولا المساوئ التي تحدث لهم (بيك 2000، 200)

سادساً / التدريب البيئي :- هو نوع من انواع التطبيق العلمي والتدريب لما تعلمه الافراد في الجلسة الارشادية (حميد 2013، 168)

مفهوم الاخفاق المعرفي :-

قد يتعرض الفرد لبعض الهفوات والاشطأ اثناء اداء مهمة قد اعتاد على انجازها تؤدي الى فشل في انجازها , وان العالم المحيط بنا يزخر دائماً بالكثير من المنبهات والمثيرات التي تجذب انتباهنا في كل لحظة من لحظات الوعي , كما ان جسم الانسان نفسه يعد مصدراً لكثير من المنبهات الصادرة من الاعضاء الحسية والاجهزة الداخلية بالاضافة الى الافكار التي تتوارد الى الذهن ويسبب ذلك الكم الهائل من المنبهات والمثيرات والكثير من الهفوات والاشطأ عدم الانتباه او تذكر المادة الدراسية او الامتحانات الشفهية التي اعتاد ادائها بنجاح وهذا ما اسماه علماء النفس بالفشل او الاخفاق المعرفي (Atkinson 1996, 170) .

وقد يؤدي الاخفاق المعرفي الى فشل الفرد في اداء مهامه اليومية وبشكل متكرر وهذا النشاط كان يتطلب من الفرد الانتباه والادراك وبذلك قد يرجع هذا الفشل الى نقص الانتباه, قد يحدث الفشل المعرفي على مستويات الاحساس والادراك والتفكير او الاسترجاع او التذكر (نبيل الزهار/عفيفي/2006/ص2). وقد اكدت اراء عديد من الباحثين على ان ظاهرة الاخفاقات المعرفية تلك الزلات والاشطأ في الانتباه والادراك والتذكر التي يقع فيها البعض دائماً ما تكون ذات طبيعة انفعالية للدرجة التي يمكن معها وصفها بانها اضطرابات انفعالية والذي ينعكس اثره في الانشطة المعرفية للفرد على هيئة اخفاق في الانتباه او استرجاع او في اصدار الاستجابات الحركية المناسبة للحدث (Allahyari TI 2008, 149-158). وتعد عمليات الادراك والتفكير والتذكر والانتباه محاور رئيسية للتنظيم المعرفي للفرد وقد اصبح من غير الممكن ان تكون نشاطات هذه العمليات في غياب احدها (الشرقاوي 1997، 8).

تمتاز هذه العمليات بخصائص تختلف بعضها عن البعض الاخر او قد تتشابه في بعض الاحيان لظهور الاستجابات المطلوبة (السلوك) وان هذا التداخل يؤدي الى القيام بالعمليات العقلية وان اضطراب احدهما يؤدي الى خلل وعجز في جميع العمليات العقلية , ويعتبر الاخفاق المعرفي من ابرز مظاهر فشل هذه العمليات لدى الافراد (Atkinson.R 1998, 97).

المكونات الرئيسية للنظام المعرفي:-**اولاً / الانتباه (Attention)**

ان الانتباه هو قدرة الفرد في التركيز على الاشياء التي ينتقيها من الاحساسات التي يتلقاها والمثيرات المختلفة التي يتعرض لها , اذ تعتبر نقطة ما بعد الاحساس كما انه يعتبر نقطة الوصل ما بين الاحساس من جهة والتذكر والادراك والتفكير من جهة اخرى فمن خلالها يتصل الفرد بالبيئة المحيطة التي تعرضه معظم الوقت الى مثيرات كثيرة ومتنوعة وبعضها يتطلب التوجيه الارادي للانتباه (Atkinson.R 1998, 185).

ثانياً / الادراك (Perception)

الادراك هو عملية عقلية تلي عملية الانتباه وهدف هذه العملية معالجة المثيرات التي يتعرض لها الفرد في حياته ذهنياً, فان اي قصور في الانتباه يؤدي الى قصور في الادراك (زيدان 2008، 9).

وان الادراك هو القوم الى المعرفة ويتضمن عمليات عقلية داخلية وقد يكون ذهنياً وانفعالياً

ثالثاً / الذاكرة (Memory)

ان الذاكرة تقوم باسترجاع ما تم خزنه وتعلمه وحين تعاني الذاكرة من ضعف فأنه سوف ينعكس على أداء الفرد وتعلمه (العيصوي 2000، 7) . والذاكرة والتعلم كل منهما يتطلب وجود الاخر وان التعلم هو حفظ الخبرات التي تم اكتسابها اثناء عملية التعلم فان لم يتمكن الفرد من الاحتفاظ بها فهذا دليل على انه لم يحدث التعلم (السلوم 2000، 3) .

مكونات الذاكرة :-

أ- الذاكرة الحسية (Sensory Memory): وهي الذاكرة التي تبقى لفترة زمنية محددة . ويتم حفظ المعلومات بالذاكرة عن طريق التسميع الذهني ويؤكد كل من (اتكنسون وشيفرين) ان هذه المعلومات يتم فقدانها خلال فترة زمنية ما بين 15/30 ثانية (قطامي 2000، 310) .

ب- ذاكرة قصيرة الامد (Short-term Memory): ويقصد بها مركز الوعي بالمعلومات او الافكار وتبقى فيها المعلومة (30 ثانية) ويتم استحضارها من الذاكرة الحسية او من الذاكرة طويلة المدى وان هذه الذاكرة لا تتجاوز 7 معلومات (التميمي 2014، 63) .

إنموذج المصفاة (Filter model) لبرودبنت

ترتكز نظرية المصفاة على ان فكرة انتباه الفرد للمعلومات والمثيرات التي يستقبلها قادمة من خلال قنوات حسية محدودة السعة وانتقائية وان هناك مصفاة للمثيرات , فالفرد يبعد ويحذف المثيرات او المنبهات التي لا تثير انتباهه واهتمامه ويختار المثيرات التي يُنتبه اليها ويصف (Broadbent) نظرية المصفاة بانها تشبه عملية الانتقاء لمثير معين من مجموعة من المثيرات وذلك يشبه حرف (Y) وبذلك فان عملية الانتقاء عبر حرف المصفاة تعني دخول مثير واحد من المثيرات وتحول دون باقي المثيرات , وبذلك يعني الانتباه لمثير واحد واهمال باقي المثيرات .

يركز هذا الانموذج على ان الانتباه للمثيرات والمعلومات المستلمة عبر القنوات الحسية تحدث بصورة موجهة ومحدده اذ توجد مصفات داخل الانسان تحذف المثيرات التي لم ينتبه لها الفرد وهذا يحدث بالقنوات الحسية التي تكون منفصلة لنقل المعلومة الى المصفات (النعيمة 1999، 27-28) وأكدت نظرية برودبنت على عدة امور :-

1- النظام الادراكي (Perceptual System) الانسان لا يستطيع استيعاب الكم الهائل من المعلومات والمثيرات القادمة من القنوات الحسية فهو ذو سعة محددة وهذه المثيرات تحتاج الى التصفية والانتقاء .

2- المستقبلات الحسية تستلم المثيرات المختلفة (شميه , سمعيه , بصرية , جلدية , لمسية الخ) يتم تحليلها ثم ترسل الى مخزن الذاكرة قصيرة المدى وتبقى لفترة لا تتجاوز اجزاء من الثانية ثم ينتقل الى جهاز المصفات الانتقائي .

3- يقوم نظام المصفات الانتقائي بسلسلة من عمليات التحليل المركزي اذ يتم انتقاء معلومات محددة يحتاجها الفرد واهمال معلومات اخرى .

4- تنتقل المعلومات من المصفات الانتقائية حيث لا تمر اكثر عن معلومة في نفس الوقت الى النظام الادراكي ذي القابلية المحددة ويُشبه برودبنت هذا الجهاز بمعالج الكمبيوتر المركزي حيث تحدث عمليات معالجة وتنظيم المعلوماتية. ويرى برودبنت ان الهفوات التي تحدث للافراد مثل هفوات (القراءة , الكتابة , النسيان , الخ) تشير الى مصطلح الاخفاق المعرفي والذي يتمثل في فشل الفرد في التعامل مع المعلومات التي تواجهه سواء في عملية الانتباه لها وادراكها او في تذكر الخبرة المرتبطة بها . وترى الباحثة ان كثيرا من الافراد يحدث لهم عملية الاخفاق المعرفي وظهور الاخطاء نتيجة تداخل المعلومات او نقص معلومات عن البيئة المحيطة حتى يمكن اطلاق الاستجابة المناسبة للمثير او الحدث.

وقد تبنت الباحثة إنموذج المصفات لبرودبنت لكونها تبنت مقياسه وكذلك لتفسيره لنتائج البحث لانه ركز على العمليات الاربعة في معالجة المعلومات بدءا من عملية الانتباه للمعلومة وادراكها و ثم تخزينها ومن ثم تذكرها لذلك فهو ملائم لخفض الاخفاق المعرفي .

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته :- (Research Methodology and Procedures)

يتناول هذا الفصل منهجية البحث وإجراءاته من حيث اختيار التصميم التجريبي ووصف مجتمع البحث والإجراءات والخطوات العلمية المتبعة في اعداد ادوات البحث وخصائصها السايكومترية والمعالجات الاحصائية المستخدمة لتحقيق هدف البحث وفرضياته.

استعملت الباحثة المنهج التجريبي على وفق الخطوات الآتية:

أولاً :- التصميم التجريبي Experimental Design

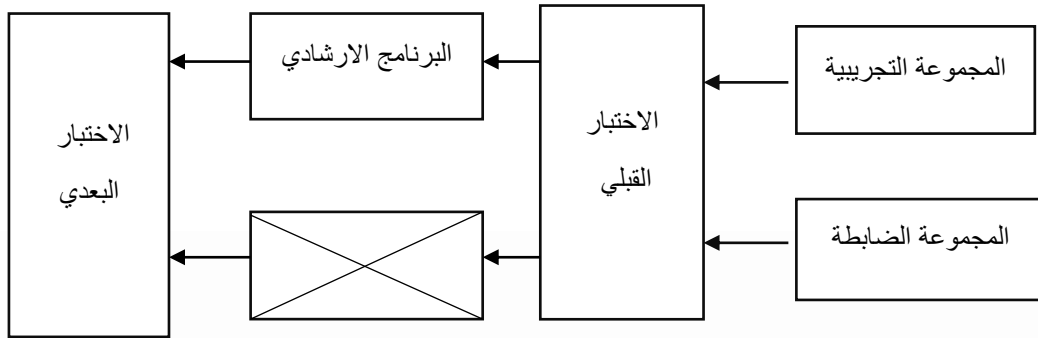
ان البحوث التجريبية هي من ادق البحوث العلمية ويمكن استخدامها لاختبار فرضيات البحث ويكون هذا النوع من اكثر الاساليب صدقاً في حل المشكلات النفسية والتربوية (عدس:1998,ص55). ولغرض اختبار فرضيات البحث الحالي اعتمدت الباحثة على التصميم التجريبي الذي يتضمن مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة ذي الاختبار القبلي والبعدي وتتسم التصميم التجريبية بقدرة عالية على ضبط العوامل المستقلة في الصدق وتتميز كونها تتطلب الاختبار العشوائي لافراد المجموعتين التجريبية والضابطة (ينل 1982، 75).

وقد قامت الباحثة بالخطوات التالية لغرض وضع التصميم التجريبي للبحث .

- 1- اختيار (20) طالبة بطريقة الاسلوب العشوائي كعينة للتجربة من مدرسة واحدة
- 2- توزيع افراد العينة بصورة عشوائية الى مجموعتين الاولى تجريبية والثانية ضابطة وبواقع (10) طالبات في كل مجموعة بعد ان يتم مكافأتهم وفقاً لعدد من المتغيرات وقد تم اجراء الاختبار القبلي لكل مجموعة من المجموعتين من خلال تطبيق مقياس الاخفاق المعرفي
- 3- تطبيق البرنامج الارشادي باستعمال اسلوب التفهم الواعي كمتغير مستقل اول مع المجموعة التجريبية في حين لم تتعرض المجموعة الرابطة الى أي اسلوب ارشادي
- 4- اجراء اختبار بعدي للمجموعتين على مقياس الاخفاق المعرفي لمعرفة اثر اسلوب التفهم الواعي في خفض الاخفاق المعرفي كمتغير تابع وكما موضح في الشكل (1)

الشكل (1)

مخطط يوضح التصميم التجريبي المستخدم في البحث التجريبي



ثانياً :- إجراءات الضبط Control Procedures

أ- السلامة الداخلية :- لتحقيق السلامة الداخلية لابد من اجراء التكافؤ بين المجموعتين في المتغيرات التي تؤثر على المتغير التابع.

تكاؤف المجموعات :-

على الرغم من ان اختيار طالبات المجموعتين عشوائياً وجميع افراد عينة البحث في مدرسة واحدة ومن وسط اجتماعي واقتصادي متشابه نوعاً ما، يجب ضبط بعض المتغيرات بين المجموعتين وتحقيق التكافؤ احصائياً والتي لها تأثير على المتغير التابع وهو الاخفاق المعرفي حيث تم التكافؤ في المتغيرات الآتية :-

1- درجة الاخفاق المعرفي:-

للتأكد من تكافؤ المجموعتين وعددهم (20) طالبة على متغير درجات الطالبات على مقياس الاخفاق المعرفي استعملت الباحثة وسيلة (كروسكال واليز) اذ كانت القيمة المحسوبة تساوي (0,950) والقيمة الجدولية (5,99) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (2) وهي غير دالة احصائياً مما يشير الى تكافؤ المجموعات في هذا المتغير .

2- التحصيل الدراسي للاب:-

تم ترتيب مستويات التحصيل الدراسي للاب من ادنى مستوى الى اعلى مستوى لمعرفة دلالة الفرق فنتبين ان القيمة المحسوبة تساوي (1,08) وهي اقل من القيمة الجدولية والتي تساوي (5,99) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (2) مما يدل على ان الفرق غير دال احصائياً في هذا المتغير وهذا يشير الى التكافؤ بين المجموعات.

3- التحصيل الدراسي للام :-

لقد تم تقسيم مستويات تحصيل الامهات تبعاً لنوع المؤهل العلمي الذي يحملنه على اربعة مستويات هي (ابتدائية, متوسطة,اعدادية, كلية او معهد) واستعمل اختبار مربع كاي وعند اختبار الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير التحصيل الدراسي للام تبين ان القيمة المحسوبة تساوي (1,62) وهي اقل من القيمة الجدولية (5,99) ولا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المجموعتين عند مستوى الدلالة (0,5) وبدرجة حرية (2) مما يدل على ان الفرق غير دال احصائياً في هذا المتغير وهذا يشير الى التكافؤ بين المجموعتين .

4- متغير العيش مع الوالدين :- قسمت مستويات العيش مع الوالدين على ثلاث مستويات (يعيش مع الوالدين , يعيش مع احد الوالدين, لا يعيش مع الوالدين) ونضراً لتساوي المجموعتين فلا داعي لاجراء التكافؤ الاصلي .

ب- السلامة الخارجية :-

لتحقيق السلامة الخارجية حددت متغيرات دخيلة قد تؤثر في نتائج البحث اهمها :-

- 1- تم اختيار افراد العينة اختيار عشوائي للمجموعتين بالاضافة الى اجراء عمليات التكافؤ الاحصائي بينهما في بعض المتغيرات
- 2- قامت الباحثة بادارة جميع الجلسات الارشادية للمجموعة التجريبية تجنباً للاختلاف الذي قد ينجم من الباحثة وسماتها الشخصية وتأثير ذلك على مجاميع البحث
- 3- وقد تمت الجلسات الارشادية بالنسبة للمجموعة التجريبية في قاعة واحدة اي ان المجموعة تعرضت لنفس الظروف داخل القاعة .
- 4- كان عدد الجلسات الارشادية (10) جلسات وواقع جلستين اسبوعياً للمجموعة التجريبية .
- 5- لم تتعرض تجربة البحث الى معرقلات تجريبية وهو الناتج من ترك افراد العينة او انقطاعهم عن الحضور .

ثالثاً :- مجتمع البحث (Research Community)

مجتمع المدارس :- يشمل مجتمع البحث المدارس المتوسطة للبنات في محافظة بغداد والبالغ عددها (130) مدرسة موزعه على مديرياتها الستة .

مجتمع الطالبات :- يشمل مجتمع البحث طالبات المرحلة المتوسطة في محافظة بغداد للعام الدراسي (2024/2023) والبالغ عددهم (25150) طالبة موزعين على مديريات التربية الستة

رابعاً :- عينة البحث الاساسية (Basic Research Sample)

- عينة المدارس :- اختارت الباحثة بواسطة الاسلوب القصدي مدرسة واحدة تقع في رقعة جغرافية واحدة تابعة الى المديرية العامة لتربية بغداد الرصافة الثانية وذلك للمبررات الاتية :-
- أ- قرب موقع المدرسة من سكن الباحثة مما يسهل عملية الالتزام بمواعيد الجلسات .
 - ب- موافقة ادارة المدرسة على تقديم التسهيلات اللازمة لاجراء التجربة .
 - ج- وجود قاعة مناسبة لتطبيق البرنامج الارشادي .

اختيار عينة البحث الأساسية :-

قامت الباحثة باختيار طالبات مرحلة الثاني متوسط واستبعدت الاول والثالث متوسط وذلك للأسباب الآتية :-

- 1- صعوبة تطبيق التجربة على الصف الثالث متوسط كون البحث قد تم تطبيقه في النصف الثاني للسنة الدراسية (2023/2024) وإدارة المدرسة تهيئ الطالبات لإداء الامتحان الوزاري .
 - 2- سهولة اجراء التكافؤ بين المجموعتين وذلك لتقارب اعمارهن .
- وقد تم اختيار عينة البحث الأساسية باتباع الخطوات الآتية :-
- أ- تطبيق مقياس الاخفاق المعرفي على الصف الثاني متوسط
 - ب- تحديد افراد العينة اللاتي حصلن على اعلى الدرجات على مقياس الاخفاق المعرفي .
 - ج- تم اختيار (20) طالبة بصورة قصديه وتوزيعهن بصورة عشوائية الى مجموعتين بواقع (10) تحريبيه و (10) ضابطة

خامساً :- ادوات البحث :

لتحقيق اهداف البحث الحالي تم بناء الادوات الآتية :-

- 1- مقياس الاخفاق المعرفي
 - 2- برنامج ارشادي بأسلوب التفهم الواعي .
- وسوف تقوم الباحثة بتكملة الاجراءات في الفصل الرابع .

1- مقياس الاخفاق المعرفي :-

بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة تبنت الباحثة مقياس الاخفاق المعرفي (الربيعي , 2015) مناسب لبحثها لكونه على طالبات المرحلة المتوسطة وتكون المقياس (25) فقرة ويحمل بدائل الاجابة الثلاثية (يحدث دائماً، يحدث احياناً، لا يحدث ابداً) تأخذ اوزان الاجابة على التوالي (1,2,3) .

الخصائص السايكومترية للمقياس :-

يؤكد المختصون بالقياس النفسي والتربوي ضرورة التحقق من الخصائص القياسية للمقياس وفقراته , مثل التمييز والصدق والثبات مهما كان الغرض من استخدامه (المصري 1999، 36) اذ تعتمد عليها دقة المعلومات التي توفرها للمقياس .

1- **صدق المقياس:** يعد الصدق من الخصائص السايكومترية المهمة في بناء اي مقياس نفسي والمقياس الصادق هو المقياس الذي يحقق الوظيفة التي وقع من اجلها وكذلك عندما يراد بناء اختبار والحكم على صلاحية اداة المقياس وقدرته في قياس الظاهرة او السمة المراد قياسها (العيسوي 2000، 123)

2- **الصدق الظاهري:** ان افضل طريقة للتحقق من الصدق الظاهري تتمثل في عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء والمحكمين للحكم على صلاحية المقياس في قياس الظاهرة المراد قياسها وقد تحققت الباحثة من ذلك بعرض المقياس بصيغته الاولى على مجموعة من الخبراء والمحكمين والمختصين في الارشاد النفسي للحكم على مدى صلاحية فقرات المقياس وعددهم (10) ¹

¹ أ.د. امل ابراهيم

أ.د. بسمه كريم شامخ

أ.د. محمود شاكر

أ.د. هاشم فرحان

أ.د. نهايه جبر خلف

أ.د. هدى عبد الرزاق

أ.م.د. رحيم هملي معارج

أ.م.د. خضر عباس غيدان

أ.م.د. صفاء حسين محمد علي

أ.م.د. سيد جلوب الكعبي

ثبات المقياس (Scale Stability)

يعد الثبات من الخصائص القياسية المهمة والهدف من حساب الثبات وتقدير اخطاء القياس واقتراح طرائق للتقليل من هذه الاخطاء وتأتي اهمية خاصة الثبات بعد اهمية خاصية الصدق لان المقياس الصادق يعد ثابتاً في حين ان المقياس الثابت قد لا يكون صادقاً قد يكون المقياس متجانس في فقراته الا انه يقاس سمة اخرى غير السمة التي وضع من اجل قياسها (الامام ومصطفى محمود 1990، 143) قامت الباحثة بايجاد الثبات بطريقة :-

بطريقة الاختبار واعادة الاختبار (By the method of testing and retesting)

استخرجت الباحثة الثبات بهذه الطريقة اذ تم تطبيق المقياس (الاخفاق المعرفي) على عينة مكونه من (50) طالبة ثم اعيد تطبيقه على المجموعة نفسها بعد مرور اسبوعين من التطبيق الاول وان المدى المفاظلة بين التطبيق الاول والثاني تتراوح بين اسبوعين الى ثلاثة اسابيع (الكبيسي , 2011, ص75) وبعد ذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات العينة في التطبيق الاول ودرجاتهم في التطبيق الثاني وقد بلغ معامل الثبات (0,84) وهو معامل ثبات جيد اذ يشير (احمد , 2000) الى ان معامل الثبات الذي يزيد عن (0,70) يعد مقبولاً في مقاييس الشخصية (ابو اسعد 2015، 129) .

الخصائص الاحصائية الوصفية للمقياس :-

تم استعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم التقنية والاجتماعية للحصول على بعض الخصائص الاحصائية الوصفية لمقياس الاخفاق المعرفي للعينة الاساسية (عينة التحليل الاحصائي) والبالغ عددهم (300) طالبة ومن استخراج المؤشرات الاحصائية لدرجات استجابات عينة البحث تبين ان توزيع عينة التحليل الاحصائي تقترب من التوزيع الاعتمالي .

وصف المقياس بصيغته النهائية :-

بعد ان تحققت الباحثة من الصدق والثبات اصبح المقياس جاهز للتطبيق بصيغته النهائية ملحق (1) متكون من (25) فقرة ويأخذ اوزان الاجابة (3,2,1) وتكون اعلى درجة للمقياس (75) واقل (25) ومتوسط فرض (50)

الوسائل الاحصائية :-

- 1- اختبار (ولكوكسن) لاختبار الفروق بين المجموعة الواحدة على مقياس الاخفاق المعرفي
- 2- اختبار (مانوتتي) لاختبار الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة
- 3- مربع (كاي) للتكافؤ بين المجموعات
- 4- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج القوة التمييزية على فقرات المقياس
- 5- معامل ارتباط (بيرسون) لاستخراج الصدق والثبات

الفصل الرابع

البرنامج الإرشادي اسلوب التفهم الواعي

اسلوب التفهم الواعي هو نهج يهدف الى تعزيز القدرة على فهم الاخرين بشكل عميق ومتعاطف مع توسيع الوعي الذاتي . ويسعى هذا البرنامج الى مساعدة المشاركين على تطوير مهاراتهم في التواصل الفعال وبناء علاقات ايجابية من خلال تعزيز التفهم الواعي. وقامت الباحثة ببناء البرنامج الإرشادي (اسلوب التفهم الواعي للعلاج المعرفي) وقد اتبعت الاجراءات الاتية :

1- الاطلاع على الادبيات الخاصة ببناء البرامج الارشادية

2- الاعتماد على نظرية العلاج المعرفي والاساليب والفنيات المتبعة في بناء البرنامج الارشادي لاسلوب التفهم الواعي .

وقد اتبعت الباحثة الخطوات الرئيسية في بناء البرنامج وكما يأتي :-

1- تقدير الحاجات وتحديدها

اعتمدت الباحثة في تحديد الحاجات على مقياس الاخفاق المعرفي والفقرات الخاصة به اذ قامت الباحثة بتحديد الفقرات التي تتضمن نفس المحتوى والمضمون في اعطاء عنوان للجلسة حسب الحاجة التي تمثلها الفقرة ويمكن تحديد حاجات الافراد في خلق مستوى معين من الدافعية وفق هذه الحاجة واهميتها لذلك يتطلب من المرشد ان يخطط البرنامج الارشادي من اجل التعرف على هذه الحاجات وتحقيق الاهداف (صالح,2016,ص122)

2- صياغة الاهداف

يتمثل بوضع مخطط مكتوب للبرنامج الارشادي ومن خلاله يتم عرض الخبرات النظرية والعلمية لتحقيق اهداف البرنامج الارشادي وذلك من خلال ترجمة الاهداف العامة الى اهداف اجرائية (العسامي 2008، 19) وقد اخذت الباحثة بعين الاعتبار بعض الاسس المهمة عند صياغة الاهداف كارتباطها بحاجة افراد العينة (الخطيب 1995، 83) ويمكن توضيح الاهداف الى نوعين :-

الهدف العام :- يعتبر الهدف العام الاطار للاهداف التي تكون مباشرة وانها تصف توقعات المرشد في مدى الاستفادة من قبل افراد المجموعة على المهارات بعد تطبيق البرنامج الارشادي وقد قامت الباحثة بتحديد الهدف العام للبحث الحالي والمتضمن برنامج ارشادي في خفض الاخفاق المعرفي .

الهدف الخاص :- ويشمل هذا الهدف بوصف انماط السلوك المتوقعة من الفرد بعد انتهاء الجلسة الارشادية (بيك 2000، 252) وقد تضمن كل جلسة مجموعة من الاهداف الخاصة التي تناسب طبيعة المشكلة

3- تحديد الاوليات

في هذه الخطوة ترتيب الحاجات حسب اهميتها واولويتها ويتم تحويل الفقرات الى مواضيع الجلسات وعرضها على مجموعة من الخبراء المختصين في الارشاد النفسي حصراً ومدى ملائمة عناوين الجلسات للفقرات

4- الاسس التي يقوم عليها البرنامج

استعملت الباحثة اسلوب الارشاد الجمعي في التعامل مع افراد المجموعة التجريبية وفق اسس علمية مدروسة للوصول الى الاهداف المنشودة والمتمثل بالاطار النظري الذي اعتمده الباحثة وقد تم اشتقاق اهداف وحاجات الخاصة بهذا البرنامج من الجانب النظري للبرنامج الارشادي والذي يعد احد عناصره

5- الانشطة التي يقوم عليها البرنامج الارشادي

بعد الاطلاع على النظرية المعرفية المتبناه في البحث الحالي وكذلك الاطلاع على الانشطة والفعاليات التي يتضمنها اسلوب التفهم الواعي والتي لها علاقة بالاهداف الحالية للبرنامج الارشادي تم تحديد (10) جلسات

6- مكان تطبيق البرنامج

تم تطبيق البرنامج في متوسطة يثرب للبنات كون الباحثة مرشدة تربوية في هذه المدرسة حاصل على شهادة الماجستير ولها خبرة اكثر من عشر سنوات في هذا المجال

وستقوم الباحثة بعرض ثلاث جلسات فقط من عدد الجلسات الكلية والمتمثلة بعشر جلسات :-

عنوان الجلسة/ الافتتاحية مدة الجلسة/ 45-60 دقيقة

- الحاجات المرتبطة بالموضوع / التعرف بين الباحثة و افراد المجموعة من جهة و تعارف المجموعة ببعضهم البعض الاخر من جهة اخرى, و تعريف افراد المجموعة الارشادية بمدى حاجتهم للبرنامج الارشادي و تعريف المجموعة التجريبية بالتعليمات والضوابط الخاصة بالجلسة , و تحديد الزمان و المكان المخصصين للبرنامج الارشادي
- هدف الجلسة / خفض الاخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة
- الغنيات المستخدمة / الترحيب بافراد المجموعة الارشادية
- تعريف افراد المجموعة الارشادية على بعضهم البعض
- توضيح الباحثة اهمية واهداف البرنامج و اجراءاته و مدته .
- اعطاء لمحة عن الاساليب و الغنيات المستخدمة في البرنامج الارشادي و كيفية تطبيقها
- الاتفاق على عدد الجلسات و الوقت المستغرق لتطبيقها
- الاتفاق على السرية بين افراد المجموعة الارشادية و المرشدة التربوية لكل ما يدور اثناء الجلسات الارشادية
- التقويم البنائي/ يوجه سؤال الى افراد المجموعة هل يوجد عائق يمنعه من التحدث بطلاقة بين افراد المجموعة , ملاحظة مدى تقبل المجموعة للبرنامج الارشادي , يطلب الاجابة على استمارة التقويم الذاتي
- الجلسة الخامسة/ تنمية الثقة بالنفس مدة الجلسة/ 45- 60 دقيقة
- الحاجات المرتبطة بالموضوع/ يتعرف افراد المجموعة التجريبية على اهمية و معنى الثقة بالنفس
- التعرف على الوسائل و الاساليب التي تنمي الثقة بالنفس
- تعريف المجموعة على اشكال و مظاهر الثقة بالنفس
- هدف الجلسة / مساعدة افراد المجموعة الارشادية على تقوية و تنمية الثقة بالنفس
- الغنيات المستخدمة /
- المناقشة و الحوار و اعطاء بعض الامثلة حول الموضوع
- توضيح الباحثة للمجموعة معنى الثقة بالنفس
- تذكر الباحثة اسباب ضعف الثقة بالنفس و العوامل التي تساعد في تنميتها
- تقوم الباحثة أنموذج لتعزيز الثقة بالنفس لدى افراد المجموعة
- تطلب الباحثة من افراد المجموعة التجريبية تكرار السلوك الذي يعزز الثقة بالنفس
- قدمت الباحثة التعزيز الايجابي مادي او معنوي لافراد المجموعة التجريبية الذين اكتسبوا سلوك الثقة بالنفس
- التقويم البنائي / طلبت الباحثة من افراد المجموعة التجريبية كيف يشعرون بالثقة بالنفس و التحدث امام الاخرين
- التدريب البيئي/ تطلب الباحثة من افراد المجموعة التجريبية كتابة موقف عن اهمية الثقة بالنفس
- تقدم الشكر للمجموعة على التزامهم بحضور الجلسات الارشادية
- تبدأ المرشدة مع افراد المجموعة الارشادية بمتابعة التدريب البيئي
- تطرح المرشدة موضوع الجلسة (الثقة بالنفس) و احساس الفرد بقيمة نفسه و تترجم هذه الثقة في كل حركة من حركاته و افعاله
- ثم وضحت الباحثة للمجموعة التجريبية ان الثقة بالنفس عامل مهم في النجاح التعليمي و الاجتماعي و ان الطالبة التي لديها ثقة عالية في نفسها ستحقق امالها و احلامها , ثم قامت الباحثة بفسح المجال لافراد المجموعة لابداء ارائهم و مناقشة الموضوع بحرية تامة
- التقويم/ قامت الباحثة بتوجيه سؤال للمجموعة ما هو رأيكم بالجلسة و ما الفائدة التي حصلتتم عليها من الجلسة
- التدريب البيئي :- تطلب الباحثة من افراد المجموعة الارشادية بأن يطبقوا ما تعلموه من خلال الجلسات بصورة يومية
- الجلسة العاشرة / الختامية مدة الجلسة / 45- 60 دقيقة
- الحاجات المرتبطة بالموضوع/ تحقيق الترابط و التكامل في الجلسات الارشادية
- تقويم البرنامج الارشادي و الوقوف على نقاط القوة و الضعف في البرنامج
- هدف الجلسة / معرفة النتائج التي توصلت اليها المجموعة التجريبية من خلال التدريبات التي استعملت في كل جلسة
- تعريف افراد المجموعة التجريبية بانتهاء البرنامج الارشادي

الغنيات المستخدمة / المناقشة، التعزيز

التقويم البنائي / قامت الباحثة بتوجيه سؤال هل هناك فائدة من البرنامج وما هي السلبيات واليجابيات من البرنامج

التدريب البيئي / طلبت الباحثة تحديد موعد لاجراء اختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

ادارة الجلسة الختامية

- قامت الباحثة بالترحيب باعضاء المجموعة الارشادية وقامت باخبارهم بانها الجلسة الاخيرة

- قامت الباحثة بالتطرق لاهداف الجلسة :-

1- التعرف على ما توصل اليه البرنامج الارشادي من خلال تطور الذي وصل اليه افراد المجموعة الارشادية

2- بيان نقاط القوة والضعف للبرنامج الارشادي

3- تقديم الثناء للمجموعة الارشادية على التعاون والتزامهم بالموعد والوقت المحدد

- طلبت الباحثة من افراد المجموعة الارشادية التعرف على مدى الاستفادة التي توصلوا اليها

- تبلغ المرشدة افراد المجموعة التجريبية بانتهاء البرنامج

- تشجيع المرشدة لافراد المجموعة على تطبيق كل ما ورد من فنيات وانشطة وعناوين خلال الجلسات الارشادية في الحياة العملية

والدراسية

- اقامت احتفالية بمناسبة انتهاء البرنامج تتضمن تقديم الشكر لهم وبعض الهدايا البسيطة لافراد المجموعة التجريبية وتحديد موعد

نهائي لاجراء الاختبار البعدي

الفصل الخامس

عرض النتائج وتفسيرها

سقوم الباحثة بعرض نتائج البحث التي تم التوصل اليها ومناقشتها وتفسيرها على وفق اهداف البحث وفرضياته وهو (تأثير اسلوب التفهم الواعي في خفض الاخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة)

ولتحقيق هدف هذا البحث قامت الباحثة بالتحقق من صحة الفرضيات الصفرية الاتية :-

1- الفرضية الصفرية الاولى :- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسط رتب درجات افراد

المجموعة التجريبية (اسلوب التفهم الواعي) قبل البرنامج وبعده على مقياس الاخفاق المعرفي ولاختبار صحة الفرضية استخدمت

الباحثة اختبار (ولكوكسن) لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي وتبين ان القيمة المحسوبة (صفر) وهي اصغر من

الجدولية والبالغة (8) عند مستوى دلالة (0,05) مما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية ولصالح الاختبار البعدي وبذلك

ترفض الفرضية الصفرية وتقبل البديلة والجدول رقم (2) يوضح ذلك :-

قيمة ولكوكسن الجدولية تساوي (8) عند مستوى (0,05)

مستوى الدلالة	قيمة ولكوكسن		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف	المتوسط	العدد	المقارنة	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة							
دالة لصالح الاختبار البعدي	8	صفر	5,50	55	5,558	77,70	10	القبلي	التجريبية
			صفر	صفر	7,774	38,40		البعدي	

2- الفرضية الثانية :- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) على مقياس الاخفاق المعرفي في

الاختبارين القبلي والبعدي في المجموعة الضابطة لاختبار صحة الفرضية الثانية استعملت الباحثة اختبار (ولكوكسن) لعينتين

مترابطين . وان اعتمادي لهذا الاختبار اللا معلمي هو لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لافراد المجموعة الضابطة

, اذ تبين ان قيمة ولكوكسن المحسوبة هي (20,5) وهي غير دالة احصائية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (8) عند مستوى

دلالة (0,05) لذا تقبل الفرضية الصفرية اذ لا توجد فروق بين درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي والجدول

(3) يوضح ذلك :-

جدول (3) نتيجة اختبار ولكوكسن لدرجات المجموعة الضابطة في مقياس الاخفاق المعرفي في الاختبارين القبلي والبعدي .

مستوى دلالة	قيمة ولكوكسن		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف	المتوسط الحسابي	العدد	المقارنة	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة							
0,05									
غير دالة احصائية	8	20,5	6,840	20,50	4,087	76,40	10	القبلي	الضابطة البعدي
			4,94	35,50	8,576	76,80			

عندما نقارن المحسوبة (20,5) بالجدولية (8) عند مستوى دلالة (0,05) نجد ان المحسوبة اعلى من الجدولية وهذا يشير الى عدم وجود فرق بين الاختبارين القبلي والبعدي

3- الفرضية الثالثة :- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الاخفاق المعرفي. واختبار صحة الفرضية استعملت الباحثة اختبار (مالوتني) لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة , اذ تبين ان القيمة المحسوبة تساوي (صفر) وهي دالة احصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (23) عند مستوى دلالة (0,05) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول البديلة , اي ان هناك فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي لصالح المجموعة التجريبية

جدول (4)

نتائج اختبار (مالوتني) لتعرف الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لمقياس الاخفاق المعرفي

مستوى دلالة	قيمة مالوتني		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	المجموعة	المتغير
	الجدولية	المحسوبة							
0,05									
دالة لصالح التجريبية	23	صفر	5,50	55	7,763	37,40	10	تجريبية	الاخفاق المعرفي
			15,50	155	8,574	7,8		10	

تفسير النتائج :-

بعد استعراض النتائج التي توصلت اليها الباحثة يتضح تأثير اسلوب التفهم الواعي في خفض الاخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة في المجموعة التجريبية عند مقارنتها بالمجموعة الضابطة على النحو التالي :-
 اتضح وجود تأثير للبرنامج الارشادي عن طريق الفروق التي ظهرت في نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وفي نتائج الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية , وهذا يعني ان الفتيات والانشطة المستعملة في البرنامج الارشادي كان لها دور في ادراك افراد المجموعة لما يستطيعون القيام به من سلوكيات وردود افعال ايجابية من خلال تطبيقهم للفتيات المختلفة التي تضمنها الاسلوب الارشادي (التفهم الواعي) والفائدة منه في حياتهم اليومية وان ردود افعال الفرد المقبولة تأتي بعد التعرف على الافكار الغير منطقية والغير مقبولة والعمل على تعديل هذه الافكار وتغييرها بافكار اخرى تكون اكثر ايجابية من اجل الحصول على ردود افعال طبيعية متناسبة مع الموقف وهذا يتفق مع ما جاءت به العديد من الدراسات والتي تناولت اسلوب التفهم الواعي كدراسة (سعد, 2017) التي توصلت على ان اسلوب التفهم الواعي كان له الاثر الفعال في تعديل الافكار الخاطئة لدى طلاب المرحلة الثانوية بالاضافة الى دراسة (الشمري, 2017) التي اشارت ان هناك تأثير لاسلوب التفهم الواعي في خفض الافكار السلبية التلقائية لدى طلاب الجامعة .

كما وترى الباحثة الاثر الفعال للاسلوب الارشادي للتفهم الواعي من خلال وضع الافراد في بيئة صحية من خلال دقة الملاحظة والوعي للمثيرات الخارجية والداخلية وقبول المسترشد الاحساس غير السار والتعامل معه بطرق صحية .

الاستنتاجات :-

- 1- ان مشكلة الاخفاق المعرفي موجودة لدى طالبات المرحلة المتوسطة
- 2- ان اسلوب التفهم الواعي اسلوب فعال في خفض الاخفاق المعرفي
- 3- هناك دور للمرشد التربوي في معالجة المشكلات داخل المؤسسات التعليمية والتربوية .

التوصيات :-

- 1- على وزارة التربية تدريب المرشدين التربويين على استعمال اساليب ارشادية ومنها اسلوب التفهم الواعي في خفض الاخفاق المعرفي.
- 2- حث الاباء على توعية ابنائهم على خطورة الاخفاق المعرفي وايجاد الحلول المناسبة له والاهتمام بالجانب العلمي والابتعاد عن المشكلات.
- 3- الافادة من اداة القياس للاخفاق المعرفي والتي تم بناؤها من قبل الباحثة واستعمالها في الكشف عن الطلاب الذين لديهم اخفاق معرفي .

المقترحات :-

- 1- اجراء دراسة مماثلة على طلبة الجامعات
- 2- اجراء دراسة تجريبية باستعمال اساليب ارشادية اخرى في خفض الاخفاق المعرفي.

المصادر

- ابو اسعد ,احمد عبد اللطيف ,عربيات .علم النفس الارشادي ,ط .I, عمان ,الاردن :دار المسيرة للنشر والتوزيع .2015 ,
- الاسدي ,سعيد جاسم وابراهيم ,مروان عبد المجيد .الارشاد التربوي ,مفهومه ,خصائصه ,ماهيته ,ط ,I,الدار العلمية الدولي .عمان , الاردن :دار الثقافة للنشر والتوزيع.2003 ,
- الامام ومصطفى محمود ,واخرون .التقويم والقياس النفسي وزارة التعليم العالي والبحث العلمي .بغداد :جامعة بغداد.1990 ,
- التميمي ,محمود كاظم محمود .الاستشارة النفسية في الصحة النفسية ,ط .عمان ,الاردن :دار صفاء للنشر والتوزيع.2014 ,
- الخطيب ,جمال تعديل السلوك الانساني ,ط .3,بيروت ,لبنان :مكتبة الفلاح.1995 ,
- السلوم ,عبد الحكيم .الذاكرة والتعلم ,مجلة النبأ ,العدد .(52)بيروت ,لبنان :المستقبل للثقافة والاعلام.2000 ,
- الشرقاوي ,انور محمد .الادراك في نماذج تكوين المعلومات,العددان .(40,41)مجلة علم النفس.1997 ,
- العسامي ,رياض نايل .اهمية برامج الارشاد النفسي في تحقيق تفاعل الادوار وتكاملها بين العاملين في معاهد الاعاقة العقلية وذوي المعوقين المكتبة الالكترونية اطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة .جامعة دمشق.2008 ,
- العيسوي ,عبد الرحمن .علم النفس الحديث ,التربية النفسية للطفل والمراهقة ,ط .I,بيروت :لبنان.2000 ,
- المصري ,محمود عبد المجيد .اثر اتجاه الفقرة واسلوب صياغتها في الخصائص السايكومترية لمقياس الشخصية وحسب مستوى الصحة النفسية للمجيب ,اطروحة دكتوراه غير منشورة .بغداد :جامعة بغداد ,كلية التربية ,ابن رشد.1999 ,
- النعيمي ,مهند محمد عبد الستار .اثر بعض المتغيرات على الانتباه (دراسة تجريبية (اطروحة دكتوراه)غير منشورة . , (بغداد :جامعة بغداد ,كلية الاداب.1999 ,
- بيك ,ارون .العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية ترجمة عادل مصطفى .دار الافاق العربية للطباعة والنشر.2000 ,
- حميد ,زينب مجيد .تأثير التحدث مع الذات في الذات في خفض الافكار الاستحوانية لدى طالبات المرحلة الاعدادية ,رسالة ماجستير غير منشورة . ,بغداد :كلية التربية جامعة ديالى.2013 ,
- زيدان ,محمد مصطفى .دراسة سايكولوجية تربوية .بيروت :دار ومكتبة الهلال دار الشروق.2008 ,

- عفيفي ,مثال شمس الدين محمود .قيمة التنبؤ لمكونات ما وراء الذاكرة ,التوجيهات الدافعية للتحصيل لدى التلاميذ المراهقين بمحافظة الاسماعيلية .محافظة الاسماعيلية :جامعة قناة السويس.2006 ,
- قطامي ,يوسف ,النظرية المعرفية في التعلم .عمان :دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة.2000 ,
- كوري ,جبريلا .النظرية والتطبيق في الارشاد والعلاج النفسي ,ترجمة د.سامح وديع الخفس ,ط 1. عمان ,الاردن :دار الفكر.2011 ,
- محمد ,عادل عبد الله .بعض المتغيرات المعرفية لاطفال الروضة ذوي قصور المهارات قبل الاكاديمية كمؤشر لصعوبات التعلم .كلية التربية , جامعة الكويت :جامعة الكويت.2006 ,
- ينل ,جون ,وروبرت ,ليبرت .التجريب في العلوم السلوكية ,ترجمة د.موفق الحمداني وعبد العزيز الشيخ . بغداد :مطبعة جامعة بغداد العرا.1982 ,

References

- Allahyari, T., Saraji, G. N., Adl, J., Hosseini, M., Irvani, M., Younesian, M., & Kass, S. J. (2008). Cognitive failures: Their prediction by individual differences, national culture, and occupational variables. *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics (JOSE)*, 14(2), 181–194.
- Atkinson, R. (1998). *Human memory and cognition*. New York, NY: HarperCollins Publishers.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J., & Nolen-Hoeksema, S. (1996). *Hilgard's introduction to psychology* (12th ed.). New York, NY: Harcourt Brace College Publishers.
- Berdie, B. P. (1995). Depression treatment. In S. J. Lindsay & G. E. Powell (Eds.), *The handbook of clinical adult psychology* (2nd ed.). London, England.
- Sokolov, M. (2018). *Practicing mindfulness: 75 essential meditations to reduce stress, improve mental health, and find peace in the everyday*. Althea Press.
- Wilson, G. (1988). Assessing cognition: Legitimizing metacognition as a teaching goal. *Reflect*, 4(1).