Diyala Journal
for Human Research
Website:
djhr.uodiyala.edu.iq

مجلة ديالى
للبحوث الإنسانية

p ISSN: 2663-7405
e ISSN: 2789-6838

مجلة ديالى للبحوث الانسانية

العدد (100) المجلد (3) حزيران 2024

اثر برنامج ارشادي باسلوب فاعلية الذات في تنمية الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين

م.م. لؤي عباس سعود كاظم
مديرية تربية بلدروز / ثانوية الصباح المختلطة

Abstract

(The effect of a self-efficacy-style counseling program on developing cognitive agility among educational counselors) This can be verified by testing the following null hypotheses: -

1-There are no statistically significant differences at the significance level (0.05) between the grades of the experimental group members in the pre- and post-tests on the cognitive agility scale.

2-There are no statistically significant differences at the significance level (0.05) between the grade levels of individuals in the experimental group and the control group in the post-test.

3-There are no statistically significant differences at the significance level (0.05) between the grades of the experimental group members in the two post-tests.

The experimental method was adopted to verify the hypotheses of the current research. The research sample consisted of (100) male and female counselors who obtained the lowest scores from the hypothesized mean on the cognitive agility scale. Equivalence was conducted with a set of variables. The sample was chosen from the General Directorate of Education in Diyala Governorate in Baqubah District Center. The sample was distributed randomly between two equal groups. The program prepared for the experimental group was used according to the self-efficacy method based on Bandura's theory (Bandura, 1982), while the group was not exposed to Control of the counseling program, and the number of counseling sessions reached (12) counseling sessions, two sessions per week, and the duration of each session (45) minutes. The apparent validity of the program was verified by presenting it to a group of specialists in psychological counseling and educational guidance, who supported the validity of the program, and the data was processed using A number of statistical methods using the Statistical Portfolio Program (SPSS)

Email:
8877660Lyay@gmail.com

Published: 1- 6-2024

Keywords: فاعلية الذات – الرشاقة المعرفية

هذه مقالة وصول مفتوح بموجب ترخيص
CC BY 4.0
(http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

الملخص

يهدف الى معرفة(اثر برنامج ارشادي بأسلوب فاعلية الذات في تنمية الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين) ويمكن التحقق من ذلك خلال اختبار الفرضيات الصفرية الاتية :-

1- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الرشاقة المعرفية .

2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي و البعدي .

3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين البعدي.

وقد"تم تكيف مقياس الرشاقة المعرفية لـ(عبد ربه؛2020) ، ويتكون هذا المقياس من (20) عبارة موقفيه ، وكانت البدائل الاربعة لكل منها بحيث يمثل البديل (أ)الانفتاح المعرفي ، والبديل (ب) الانتباه المركز ؛ والبديل (ج) المرونة المعرفية ؛والبديل (د) محصلة الرشاقة المعرفية ؛ واعتماد الباحث المنهج التجريبي للتحقق من فرضيات البحث الحالي ، اذ تكونت عينة البحث من (100) مرشدا ومرشدة من اللذين حصلوا على ادنى الدرجات من الوسط الفرضي على المقياس الرشاقة المعرفية وقد اجري التكافؤ بمجموعة من المتغيرات، وتم اختيار العينة من المديرية العامة لتربية محافظة ديالى في مركز قضاء بعقوبة ، وتم توزيع العينة بطريقة العشوائية بين مجموعتين متساويتين ، واستعمل البرنامج المعد تطبيقه على المجموعة التجريبية وفق اسلوب فاعلية الذات والمستند على نظرية باندورا (Bandura, 1982) ، بينما لم تتعرض المجموعة الضابطة للبرنامج الإرشادي ، وبلغ عدد الجلسات (12) جلسة ارشادية بواقع جلستين اسبوعيا ومدة الجلسة الواحدة (45) دقيقة وتم التحقق من الصدق الظاهري للبرنامج من خلال عرضه على مجموعة من المتخصصين في الارشاد النفسي والتوجيه التربوي ، وقد أيدوا صلاحية البرنامج ،وتم معالجة البيانات باستعمال عدد من وسائل الإحصائية باستخدام برنامج الحقيبة الاحصائية(SPSS)

الفصل الاول

مشكلة البحث Research Problem :

"ان قدرة الرشاقة المعرفية على مراقبة الافعال والافكار والتحكم لدى الفرد ;هي بنية تعزز القدرة على التوافق والتكيف في الوقت الفعلي وتتضمن القدرة على اظهار المرونة المعرفية والانفتاح المعرفي وتركيز الانتباه وتعد نواة انطلاق جيدة وجديدة للتنقل والتكيف داخل البيئات الديناميكية ; فالشخص الرشيق معرفيا لدية القدرة على اتخاذ القرارات والتفريق بين المعلومات والبيانات والقدرة على تفسير مجموعة واسعة من المهارات الاجتماعية والعاطفية ومن المفترض ان تكون الرشاقة المعرفية مفعلة داخل غرفة الدراسة من خلال المناهج" .(White,2017,10)

"والرشاقة المعرفية تجعل اداء اي فرد على اية مهمة دينامية يحتاج الى مدى واسع من الامكانات اولهما هي المرونة المعرفية التي تسمح له باستمرار تجديد فهمه للبيانات المحيطة به في تلك المهمة وتسمح بتغيير مسار تفكيره بسهوله عند الضرورة ; ليتمكن من تجاوز ميله للاستجابات التلقائية التي ربما تهيمن على ادائه لصالح استجابة فعلية اخرى اكثر ملائمة (Mitrof,2002,801) ; وثانيها هو الانتباه المركز الذي يعتبر الاساس في التعامل مع المثيرات الهامة فقط المتعلقة بتلك المهام الدينامية ;وثالثهما هو الانفتاح المعرفي الذي يعكس مدى قدرة الفرد على ملاحقة المعلومات الجديدة والبحث عنها في البيئة المحيطة بالمهمة الدينامية من خلال توسيع مجال انتباهه حتى يلتقط بسهولة اية خيوط تظهر في المهمة تدل على تجدد المعلومات وبدونه لن يتم دمج هذه المعلومات الى عمليات المعالجة مما قد يؤثر سلبا على انجاز المهمة خاصة" (Good&Yeganeh,2012,15).

"ومن هذا الجانب يرى الباحث انه يتوجب على نظم التعليم اليوم ان ينتقل بالمرشدين من هيمنة بعض القناعات الخاطئة مثل قناعة امتلاك الحلول الجاهزة للبحث عن حلول وافكار جديدة للمشكلات وينتقل المرشد من حالة الجمود المعرفي والصلابة الى الانفتاح المعرفي ; واخيرا من البطء المعرفي الى الرشاقة المعرفية ;لذلك وجد الباحث ان من الضروري اجراء دراسة لتنمية الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين ;ولكي يتحقق الباحث من وجود هذه المشكلة بين شريحة المرشدين التربويين في مؤسساتنا التربوية والتعليمية في محافظة ديالى ;وتدعيما لمشكلة البحث قام الباحث بتوجيه استبانة استطلاعية الى (20) من مرشدين تربويين ممن يعملن في مدارس قضاء بعقوبة وقد اكدت نسبة (90) من اجاباتهم تؤكد على وجود انخفاض في مستوى الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين فضلا عن ندرة وجود البرامج

الارشادية لتنمية الرشاقة المعرفية ومن هنا تبرز مشكلة البحث التي سعى الباحث لدراستها" في الاجابة على التساؤل الآتي :-((هل للبرنامج ارشادي بأسلوب فاعلية الذات اثر في تنمية الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين))؟

اهمية البحث The Importance of Research :-

"تأتي اهمية المواضيع المعرفية كونها محور الاهتمام الباحثين في الآونة الاخيرة فمعظم الدراسات البحثية بدأت تركز على الموضوعات المعرفية التي تهتم بدراسة جوهر الانسان وتسعى للتركيز على العمليات التي تجري بداخله ; من دون اغفال السلوك الظاهري الذي يقوم به ;تمثل الرشاقة المعرفية جانبا مهما في تحديد الاسلوب الذي يتعامل به الافراد مع الضغوطات التي يتعرضون لها في الحياة اليومية وكذلك ترتبط بالقوى الايجابية للحالة العقلية للفرد" (Schooler,2011,3)0.

"وتكمن اهمية البحث كون المرشدين التربويين لديهم قدرتهم تمكنهم من أداء سلوك فعلي محدد يرتبط بالجوانب الإرشادية والتربوية لتحسين العملية الإرشادية بحيث تشمل من وجهه نظر ايكان Egan (1986)امتلاك المرشد للمعلومات الإدارية والإرشاد والتوجيه والتنظيم والمعارف والمهارات المرتبطة بالعملية الإرشادية التربوية على مستوى المؤسسات التربوية ، وهذا ما دعا الدول المتقدمة إلى زيادة الاهتمام بتدعيم وتنمية الرشاقة المعرفية للمرشدين التربويين ليكونوا قادرين على مواجهه التحديات التي تواجهه المؤسسات التربوية والنفسية نتيجة تعامل المرشدين مع مواقف تتسم بالتعقيد والتشابك بل وتعدد العوامل والمتغيرات ذات التأثير الكبير في العملية التربوية والإرشادية وما تضمه من عوامل بيئية واقتصادية وثقافية ومهنية تؤثر على طبيعة المرشد وشخصيته في ميادين العمل الإرشادية" (Cavanaugh, 1990, p .75).

" وان الارشاد يقدم الخدمات على وفق مبادئ واساليب دراسة السلوك الانساني خلال مراحل النمو المختلفة ;لتأكيد الجانب الايجابي بشخصية المسترشد واستغلاله في تحقيق التوافق وبهدف اكتساب مهارات جديدة تساعد على تحقيق مطالب النمو والتوافق مع الحياة واكتساب قدرة اتخاذ القرار المعرفي الجيد" (الخطيب ،2013، 22).

"ويتوقف نجاح العملية الارشادية على اختيار الاسلوب المناسب من اجل العلاج ومساعدة المسترشد على التخلص من المشكلة نهائيا واختيار الاسلوب المناسب لعملية الارشادية يجب ان يتم بعناية فائقة لكي يتلاءم مع حل المشكلة القائمة ; وتتنوع هذه الاساليب تبعا لتنوع واختلاف النظريات الارشادية" (ابو اسعد والازايدة ،2015،43).

"فلابد من وجود اساس نظري يسند اليه البرنامج الارشادي ويعد الموجه للممارسة العملية الدقيقة ومن تلك النظريات المستخدمة في الارشاد النفسي هي نظرية التعلم الاجتماعي التي وضعها العالم (باندورا1982,Bandura) الذي ينبثق منها اسلوب فاعلية الذات ويعني الحكم الذي يكونه الفرد عن قدراته عند مبادرته بالقيام بسلوك معين وبذل الجهد فيه والمثابرة عليه لتحقيق انماط معينة من الاداء" (Bandura,1982,122).

"ويعد اسلوب فاعلية الذات من اساسيات دافعية المسترشد من اجل العمل بنجاح فعندما يدرك ان نجاحه كان نتيجة مؤثر داخلي فان فاعلية الذات لدية تكون قوية وتؤدي به الى نتيجة الوصول الى النجاح"(الجاسر ،2007، 64).

"واشارت دراسة قام بها باندورا وود الى ان الفاعلية الذاتية تأثر على انجاز الفرد تجعله قادرا على تحسين قدرته على الانجاز ; اما انخفاض فاعلية الذات لدى الفرد تؤدي به الى انخفاض في ادائه لمهمات تعد ضمن قدراته وامكاناته" (Bandura&Wood,1989,805).

كما توجد العديد من الدراسات المحلية التي استعملت اسلوب فاعلية الذات واثبتت فاعليته في للبرامج الارشادية كدراسة (امين 2012) التي استعملته في خفض التكاسل الاجتماعي لدى طالبات المرحلة الاعدادية ودراسة (صالح 2019) التي بينت تأثير برنامج ارشادي بأسلوب فاعلية الذات في تنمية التمكين النفسي لدى المرشدين التربويين ، وانطلاقا مما تقدم فان البحث الحالي يستمد اهميته من :-

اولا: الجانب النظري

1. ندرة الدراسات المحلية التي تناولت تنمية الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين وهذا يعزز اهمية البحث الحالي 0
2. يسهم البحث الحالي بتكوين رؤية واضحة لمفهوم الرشاقة المعرفية.

ثانيا: الجانب التطبيقي :-

1. يعد هذا البرنامج الارشادي سعيا جادا ومهما يسهم في تنمية الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين0
2. تضع الدراسة برنامج إرشادي بأسلوب (فاعلية الذات) بين يدي المرشدين التربويين الذين تعنيهم العملية الارشادية اذا ثبت نجاح البرنامج .
3. اهمية مقياس الرشاقة المعرفية وكيف استفادة المرشدين التربويين بتطبيق على الحالات المتشابه .

هدف البحث: يهدف البحث الحالي التعرف على أثر برنامج ارشادي بأسلوب (فاعلية الذات) في تنمية الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين من خلال اختيار الفرضيات الصفرية الاتية:

1- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الرشاقة المعرفية .

2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي و البعدي .

3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين البعدي.

حدود البحث Research Limitation:-

يتحدد البحث الحالي بالمرشدين التربويين العاملين في المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية ديالى / مركز قضاء بلدروز للعام الدراسي (2023-2024).

تحديد المصطلحات Definition of the terms:

فيما يأتي تعريف بالمصطلحات التي وردت في البحث الحالي :

اولا: أثر(The effect)

- لغة : هو بقية الشيء والجمع أثار وخرجت في أثره أي بعده، والتأثير هو أبقاء الأثر)(ابن منظور،2005: 19).
- اصطلاحا : (هو النتيجة التي تترتب على حادثة او ظاهرة في علاقة بسبب ما)(الحنفي،1975: 259).

ثانيا: البرنامج الإرشادي (Counseling technique):

- **عرفة بوردرز ودروري (Border&dryra،1992)** :مجموعة من الأنشطة يقوم بها المسترشدون في تفاعل وتعاون بما يعمل على توظيف طاقاتهم وإمكاناتهم فيما يتفق مع ميولهم وحاجاتهم واستعداداتهم في جو يسوده الأمن والطمأنينة وعلاقة الود بينهم وبين المرشد (Border&dryra,1992,p.461).

التعريف النظري :-اعتمدت الباحثة تعريف (Border&dryra,1992) تعريفا نظريا تستند عليه.

ثالثا: اسلوب فاعلية الذات :

عرفها باندورا(Bandura1977) : مجموعة الاحكام الصادرة عن الفرد والتي تعبر عن معتقداته حول قدرته على القيام بسلوكيات معينة ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة

والمعقدة وتحدي الصعاب ومدى مثابرته لإنجاز المهام المكلف بها (Bandura1977, 193) .

التعريف النظري :اعتمد الباحث تعريف باندورا (Bandura1977) تعريفا نظريا للبحث الحالي لأنه اعتمد نظريته .

التعريف الاجرائي لأسلوب فاعلية الذات: بانه اسلوب ارشادي يهدف الى مساعدة الاشخاص على تطوير عملياتهم الذاتية السليمة والايجابية .

رابعا: الرشاقة المعرفية Cognitive Agility:

عرفها (Cood,2009): بانها تكوين معرفي مركب يعكس مدى انسجام ثلاث قدرات معرفية لدى الفرد معا في اثناء العمل في بيئات تتضمن مهام دينامية بحيث تمكنه من تكييف ادائه مع كل تغير في متطلبات الاستجابة لمثل تلك المهام (Cood,2009,19)، تبنى الباحث تعريف (Cood,2009) تعريفا نظريا.

- **التعريف الاجرائي للباحث** :- بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات المقياس الرشاقة المعرفية المعتمد في هذه البحث .

خامسا: المرشدين التربويين عرفته وزارة التربية العراقية (1980): بانه الكادر المدرب المسؤول عن تقديم الارشاد لمساعدة الافراد على تخمين قدراتهم وقابليتهم واهتمامهم وذلك بتقديم المعلومات الضرورية والمناسبة التي تعتمد أساساً لاتخاذ القرار (وزارة التربية ،1980 ، ص17) .

الفصل الثاني

الاطار النظري

اولا:-الرشاقة المعرفية : Agility Cognitive "يعد مصطلح الرشاقة المعرفية من المصطلحات الحديثة في علم النفس التربوي ، و يقصد بالرشاقة المعرفية درجة الانفتاح المعرفي والمرونة المعرفية للطالب ومقدار تركيزه في بيئات التعلم المختلفة المتسارعة على المثيرات ذات الصلة بالمهمة، وتجاهل المشتتات الأخرى، وهي تعكس السلوك التكيفي المرن للفرد"(Yeganeh2012 &Good) و "يوضح مصطلح الرشاقة المعرفية التوازن والتكامل بين عدة قد ارت معرفية في ظروف بيئية متغيرة و يجمع بين المرونة عبر وقابلية التكيف، لذا فهو يعبر عن المستوى المعرفي الذى يمكن المتعلم من تكييف أدائه مع المحتوى المتغير ألية مهمة خاصة تحت ضغط محدودية الوقت (Good, 2009 وقد أجرى (Adamo, 2015) أولى الدراسات لهذا المتغير بهدف تقصى تأثير الرشاقة المعرفية على الالتزام التنظيمي".

النموذج المفسر للرشاقة المعرفية في البحث الحالي :

نموذج حيز نهج التفكير space model approach Thinking النموذج المعتمد في البحث ،و"اشار (Hutton&Tuner,2020) الى ان مصطلح الرشاقة المعرفية الذي تم تقديمه ضمن الجهود البحثية الرامية التحسين اداء الفرد في بيئات العمل ذات المهام الدينامية يظل غير واضح نظرا لحاجته الى اطار مفاهيمي يستند الى التراث السيكولوجي لتفسيره ومن هذا المنطلق قدم هذان الباحثان نموذجا مفاهيميا" "اطلقا عليه اسم (نموذج حيز نهج التفكير) بهدف الى تقديم اطار نظري يستند الى المفاهيم النفسية التي تفسر الرشاقة المعرفية وذلك حتى يسهل على الباحثين بعد ذلك تدريب المستهدفين على المهارات المتضمنة به لتحسين رشاقتهم المعرفية : ويقترح هذا النموذج انه عندما يعمل الفرد في بيئات عمل تفرض عليه قيودا متعددة تجد من طبيعة ادائه على المهام المختلفة مثل استمرارية تغير المحتوى المهام او مستوى الغموض المتغير او التعقيد المتقلب فانه على الفرد ان يتحرك بخفة بين انماط تفكير مختلفة وليس عليه التمسك بنمط واحد فقط وذلك حتى يحقق اغراض متعددة مثل سرعة تقييم البدائل ودينامية اتخاذ القرار والتخطيط"(Hutton&Tuner,2020,1-2") .

"وتتحدد درجة الرشاقة المعرفية للفرد وفقا لهذا النموذج من خلال تحديد درجة خفته في التحرك بين الاطارين للتفكير اولهما يصف وسائل التفكير وثانيهما يصف طرق (Ways) التفكير وفقا لمتطلبات المهمة وطبيعة البيئة المحيطة بها وهنا يجب ان نتبه الى انه رغم ان هذه النموذج يدمج بين الاطارين من التفكير الا انه لا يحاول تفسير عملية اتخاذ القرار ما يحاول تقديم تصور عن التفسير النفسي للرشاقة المعرفية حيث قدم مناطق مختلفة داخل حيز معين يمثل كل منها نمط بديل للتفكير يكون متاحا امام الفرد في مثل تلك المهام وفي ضوء هذا النموذج يعتبر الفرد رشيقة معرفية كلما زاد عدد تحركاته بين هذه المناطق الموجودة في حيز نهج التفكير عند محاولته اتخاذ قرارات تلبي التغير المستمر في متطلبات المهمة اي ان هذا النموذج يحدد على وجه الدقة درجة الرشاقة المعرفية للفرد من خلال مدى قدرته على تكييف بدائل انماط التفكير المتاحة في هذا الحيز استجابة لتغير محتوى المهمة او حتى استباقا لهذا التغير المتوقع ومراعاة للظروف البيئية المحيطة بها من حيث الفرص المتاحة والقيود المفروضة" (Hutton&Tuner,2020, 2) ;واعتمد الباحث على هذا النموذج فانه يمكن ان نخلص الى الاتي :

1. ان الرشاقة المعرفية تعكس مدى قدرة الفرد على استخدام انماط تفكير بديلة عند ادراكه انه بحاجة الى التغيير وفقا اما للحالة الراهنة للمهمة او للحالة المتوقعة لها وفي ضوء

الموارد المتاحة له فيها يخص كل من الوقت والمعلومات المتوفرة ومستوى الخبرة لديه .

2. ان مهارات ما وراء المعرفة تفيد الفرد في ادراك اين هو ضمن حيز نهج التفكير واين النمط الذي يناسب الحالة الراهنة للمهمة : ويناسب الموارد المتاحة وبالتالي فإنها تساعد الفرد على ادراك انه في حاجة الى التغيير * لأنها ستعطيه القدرة على التأمل والنقد والتنظيم الذاتي وبالتالي فان تلك المهارات ما وراء المعرفية سوف تدعم مستوى رشاقته المعرفية بشكل عام (Hutton&Tuner,2020,5).

ثانيا :- **اسلوب فاعلية الذات** :"يعد اسلوب فاعلية الذات من المكونات الاساسية للنظرية المعرفية الاجتماعية لباندورا التي تقوم على افتراض مفاده ان سلوك الفرد والبيئة والعوامل الاجتماعية تؤثر واحدة بالأخرى ; فهي متداخلة مع بعضها البعض والسلوك البشري يتحدد بها ; وقد اطلق عليها الحتمية المتبادلة فالفرد يحتاج الى عوامل تتفاعل فيها بينها كالشخصية والبيئة والسلوك والمقصود بالشخصية فكرة الفرد عن قدراته وردة فعل نتيجة سلوك معين في مواقف معينة والبيئة الدور الذي يقوم به من يتعامل مع المرشد كالمدير المدرسة والمدرسين" (Zimmarman,1998,38).

"ويرى باندورا ان اسلوب فاعلية الذات اسلوب مؤثر في كل جوانب الفرد وبحسب الطريقة التي يفكر بها سواء كان متفائلا ام متشائما والى اي مدى باستطاعته ان ينظم تفكيره وسلوكه عند تعرضه للضغوطات ففاعلية الذات تؤثر بشكل كبير على مقدار ما يستطيع الفرد ان ينجزه (Pajares,2005,341);ومن خلال تمكين الفرد من رسم سلوكه بنفسه فالفرد قادر على تنظيم ذاته من خلال سيطرته المباشرة لسلوكياته الخاصة وذلك بتغيير شروط البيئة التي تؤدي دورا كبيرا في سلوكه فهو يعتمد على معايير شخصية يتحدد من خلالها سلوكه على وفق هذه المعايير وبذلك يستطيع خلق حافز خاص يدفعه للقيام بالسلوك" (الالوسي ،2014، 64).

"ولغرض تحقيق الهدف من اسلوب فاعلية الذات استخدم الباحث عددا من الاستراتيجيات والفنيات في برنامجه الارشادي وهي (تقديم الموضوع ، الحوار ،المناقشة ، النمذجة ، لعب الدور ، التغذية الراجعة ، الاقناع الجماعي ، التقويم ، التدريب البيتي") .

مبررات اختيار أسلوب فاعلية الذات لألبرت بأندورا للأسباب الآتية:

1. هيمن اكثر النظريات التي فسرت سلوكيات الفرد وكيفية تعديلها بواقعية .

2. يمكن تطبيقه في المؤسسات التربوية بسهولة فهو اسلوب يناسب المرشدين ومدرسي الصفوف ويمكن تطبيقه بسهولة الى جانب نشاطاتهم التربوية اليومية .
3. استنباط اساليب فنية من واقع البيئة الاجتماعية للمسترشدين لمراعاة خلفيتهم الاجتماعية ومعتقداتهم الروحية وانتماءاتهم .
4. فسحت المجال امام الباحث لاختيار الفنيات المناسبة لتنمية الرشاقة المعرفية لدى المرشدين كالنمذجة ولعب الدور والتعبير الحر عن الرأي.

ثالثا : الدراسات السابقة

1. "دراسة صالح (2019);(تأثير برنامج ارشادي بأسلوب فاعلية الذات لتنمية التمكن النفسي لدى المرشدين التربويين)، اجريت الدراسة في مديرية التربية العامة لمحافظة ديالى وكان الهدف من الدراسة معرفة تأثير برنامج ارشادي بأسلوب فاعلية الذات لتنمية التمكن النفسي لدى المرشدين التربويين; وتألفت عينة البحث من(200) مرشدة من مرشدات اللاتي يعملن في تربية ديالى ولأجل تحقيق الاهداف استخدمت الباحثة الادوات التمكين النفسي ;وكانت عدد الجلسات (12) جلسة ; واظهرت النتائج فاعلية البرنامج الارشادي بأسلوب فاعلية الذات لتنمية التمكن النفسي لدى المرشدين التربويين".
2. دراسة عبد ربه محمد (2020)"(دور الرشاقة المعرفية في الاستجابة للتغذية المرتدة العكسية اثناء مهام اتخاذ القرار الدينامي لدى المعلمين)اجري هذا البحث على عينة اساسية قوامها (124)معلمة من تخصص علوم ورياضيات، وكان الهدف من الدراسة الكشف عن مستوياتهم في الرشاقة المعرفية والفرق بين الجنس والتخصص ;واعتمد الباحث على اداتين هما مقياس من عدد الباحث من (20) موقفا لقياس مستوى الرشاقة ونسخة حاسوبية محدثة ;واشارت النتائج الى ان افراد العينة لديهم مستويات متفاوتة في الرشاقة المعرفية ، والدرجة الكلية راجعة الى الجنس والتخصص ودقة الاستجابة للتغذية المرتدة العكسية (الموجبة والسالبة)" (عبد ربه ، 2020 ، 10).

الفصل الثالث :إجراءات البحث :-

منهجية البحث : اتبع الباحث المنهج التجريبي لتحقيق اهداف البحث وتعد البحوث التجريبية من ادق البحوث علمية اذ يمكن ان تستعمل الفرضيات الخاصة بالسبب والنتيجة ويكون النوع من اكثر الاساليب صدقا في حل المشكلات التربوية والنفسية (عودة ، 1998، 184).

اولا: مجتمع البحث :"يقصد بمجتمع البحث هو جميع أفراد المجتمع الذين يشكلون موضوع مشكلة البحث أو جميع العناصر ذات العلاقة بمشكلة البحث التي يسعى الباحث إلى تعميم نتائج بحثه عليها(عبد

الله،2012 :47)؛ وتحدد مجتمع البحث بالمرشدات والمرشدين التربويين العاملين في المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية ديالى والبالغ عددهم (517)، بواقع (290) مرشداً (227) مرشدة ، والجدول (1) يوضح ذلك 0

جدول (1)

أعداد المرشدين التربويين في تربية ديالى

الموقع	النوع		المجموع
	ذكور	إناث	
المديرية العامة لتربية ديالى	290	227	517

ثانيا: عينة البحث Samples Research " يقصد بالعينة "Sample" هي جزء من المجتمع الأصلي ، ويقوم الباحث بدراستها للتعرف على خصائص المجتمع الذي سحبت منه ، ويتم اختيارها لإجراء دراسة عليها وفق قواعد خاصة ويجب أن تمثل المجتمع تمثيلا سليماً" (عبد الرحمن وزنكنة ،2008 :304)، "تم اختيار عينة عشوائية من مجتمع البحث المتمثل بالمرشدين التربويين في مدارس المتوسطة والثانوية في قضاء بعقوبة للوقوف على مستوى الرشاقة المعرفية لديهن، حيث تم اختيار (100) مرشدين التربويين في المدارس المتوسطة و الثانوية موزعين على النحو التالي بحسب العينة المختارة".

جدول (2)

عينة البحث التطبيقية موزعة بحسب متغيرات

النوع و التخصص ومدة الخدمة

المديرية	العدد	النوع		مدة الخدمة		التخصص العلمي	
		ذكور	إناث	أكثر من (10) سنوات	أقل من (10) سنوات	علوم تربوية ونفسية	إرشاد تربوي
تربية ديالى	100	43	57	35	65	45	55

تم القيام بالخطوات الاتية عند اختبار عينه البحث الحالي :-

1. تطبيق مقياس الرشاقة المعرفية على عينة البحث .
2. اختيار(20) مرشدا ومرشدة من الذين حصلوا على درجات اقل من الوسط الفرضي البالغ(50) درجة و تراوحت درجاتهم بين(20- 80)على مقياس الرشاقة المعرفية .
3. توزيع عينة البحث بشكل عشوائي إلى مجموعتين أحداهما ضابطة و الأخرى تجريبية بواقع (10) في كل مجموعة، كما موضح في الجدول (2).

جدول(2)

توزيع العينة على المجموعتين التجريبية و الضابطة

المجاميع	عدد العينة	المجموع
المجموعة التجريبية	10	10
المجموعة الضابطة	10	10
المجموع	20	20

ثالثا:-التصميم التجريبي:- تم اعتماد المجموعتين التجريبية والضابطة كما تم إجراء الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة و الجدول(1) يوضح ذلك.

جدول(1) التصميم التجريبي

عينة البحث	المجموعة التجريبية	اختبار قبلي	البرنامج الإرشادي	اختبار بعدي
	المجموعة الضابطة	اختبار قبلي	بدون برنامج	اختبار بعدي

ثالثا:التكافؤ بين المجموعتين:- "اجري التكافؤ بين المجموعتين في بعض العوامل التي قد تؤثر في سلامة التجربة وهي(درجة الرشاقة المعرفية قبل البدء بالتجربة ، الحالة الاجتماعية، مدة الخدمة").

أولا:-"درجة الرشاقة المعرفية قبل البدء بالتجربة/للتأكد من تكافؤ المجموعتين في هذا المتغير استخدم (اختبار مان- وتني Man – Whitney test) لعينتين مستقلتين متوسطتين الحجم و بلغت القيمة المحسوبة(71.2) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة(40) وبذلك لم يظهر فرق دال إحصائيا وهذا يشير إلى إن المجموعتين متجانستين في درجة الرشاقة المعرفية" ; و الجدول(3) يوضح ذلك.

جدول(3) القيم الإحصائية لاختبار مان – وتني للمجموعتين التجريبية و الضابطة

المجموعة	العدد	مجموع الرتب	قيمةUمحسوبة	قيمةUجدوليه	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
التجريبية	10	182.5	71.2	40	0.05	غير دالة
الضابطة	10	262.5				

ثانيا:- سنوات الخدمة :"لمعرفة دلالة الفرق بين سنوات الخدمة لإفراد العينة، استخدم (اختبار كولمكورف- سميرنوفKolmogrov-Smirnov test) وتبين أن القيمة المحسوبة بلغت(0.066) وهي اصغر من القيمة الجدولية وهي(0.762)عند مستوى دلالة(0.05)مما يدل على إن المجموعتين متجانستين في متغير سنوات الخدمة" والجدول(4)يوضح ذلك.

جدول(4)القيم الإحصائية لاختبار كولمكورف-سميرنوف لمتغير سنوات الخدمة بين المجموعتين التجريبية و الضابطة

المجموعة	عدد سنوات الخدمة للمرشدين				عدد الإفراد	قيمة ك المحسوبة	قيمة ك الجدولي	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
	اقل من 5	10	15	20فما فوق					
التجريبية	2	3	4	1					
الضابطة	2	4	4		10				

ثالثا:- الحالة الاجتماعية :"لمعرفة دلالة الفرق في الحالة الاجتماعية لإفراد العينة استخدم(اختبار كولمكورف – سميرنوف Kolmogrov-Smirnov test) ;وتبين إن القيمة المحسوبة(0.0527) وهي اصغر من الجدولية(0.0762)عند مستوى دلالة(0.05) مما يدل على إن الفرق غير دال إحصائيا بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في متغير الحالة الاجتماعية" والجدول(5) يوضح ذلك.

جدول(5)القيم الإحصائية لاختبار كولمكورف-سميرنوف لمتغير الحالة الاجتماعية بين المجموعتين التجريبية والضابطة

المجموعة	الحالة الاجتماعية			عدد الإفراد	قيمة ك المحسوبة	قيمة ك الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
	اعزب	متزوج	ارمل					
التجريبية	4	5	1	10	0.0527	0،0762	0.05	غير دال
الضابطة	5	5		10				

رابعا:- أداتا البحث:-للتحقق من أهداف البحث تم اعتماد الأداتين الآتيتين:-

أولا:- "تم تكيف مقياس الرشاقة المعرفية لـ(عبد ربه;2020) للرشاقة المعرفية بعد ان تم تغيير بعض العبارات التي تتلاءم مع البيئة العراقية ، ويتكون هذا المقياس من (20) عبارة موقفيه ، وكانت البدائل الاربعة لكل منها بحيث يمثل البديل (أ)الانفتاح المعرفي ، والبديل (ب) الانتباه المركز ; والبديل (ج) المرونة المعرفية ;والبديل (د) محصلة الرشاقة المعرفية ; ويستجيب عليه المفحوص بطريقة التقرير الذاتي وذلك بان يقرأ العبارة الموقفية ثم يقرا البدائل الاربعة ثم يختار احد تلك البدائل وبذلك يكون لكل بعد من ابعاد المقياس عدد (20)بديل تدل على مستوى اداء المفحوص على هذا البعد ، وبالتالي فان اعلى درجة يحصل عليها المستجيب على المقياس هي (80) واقل درجة كلية هي (20)، والوسط الفرضي (50) درجة" .

تم استخراج صدق الاداة بأكثر من طريقة وهي (صدق الظاهري ، وصدق البناء).

تم استخراج القوة التميزية للمقياس باستخدام طريقة (المجموعتان المتطرفتان) ، وتم استخراج ثبات المقياس بطريقتين هما :-

1. معامل الاتساق الداخلي بطريقة التجزئة النصفية ، وقد كان مقدار الثبات (0,87)
2. معامل الاتساق الخارجي طريقة اعادة الاختبار ، وقد كان مقداره (0,83).

ثانيا:-"البرنامج الإرشادي: تعد تحديد الحاجات الخطوة الرئيسة في البرنامج الإرشادي ، أذ قام الباحث بتطبيق مقياس الرشاقة المعرفية على مجموعة من المرشدين التربويين (100) مرشدا ومرشدة من العاملين ضمن مديرية تربية ديالى وارتى الباحث ان جميع الفقرات تعد حاجات إرشادية ضرورية للعينة لذا قام باعتماد جميع الفقرات في تحديد الحاجات الإرشادية للبرنامج الارشادي "والجدول (6) يوضح ذلك .

جدول (6) حاجات البرنامج الارشادي

الفقرات والبدائل	عنوان الجلسة
1- عندما اعمل في مهمة دراسية ما تتضمن مثيرات متعددة، فإنني:-	
أ- اتطلع الى جميع المثيرات وما يستجد عليها من خارج المهمة.	الانفتاح المعرفي
ب- اركز على مثير واحد او بعض من المثيرات الأكثر تعلقا بتلك المهمة.	الانتباه المركز
ج-ازيد من اهتمامي للمثيرات الهامة، ثم للأقل أهمية.	المرونة المعرفية
د- استمر في نقل تركيزي بين جميع المثيرات حتى لا يفوتني معالجتها.	الرشاقة المعرفية
2- عندما تستمر معلومات المهمة الدراسية التي اعمل بها في التغير اثناء الدراسة فإنني:-	
أ- أخذ كل تغيير يحدث في اعتباري عند معالجة المهمة.	الانفتاح المعرفي
ب- أعالج المهمة باستخدام المعلومات التي أتيحت لي ،و لا انتظر المستجدات .	الانتباه المركز
ج-اهتم بالمعلومات الاولية للمهمة، وبالتغيرات التي تحدث فيها	المرونة المعرفية
د-يمنعني تركيزي على المعلومات الأولية للمهمة من معالجة التغيرات الهامة التي استجدت عليها.	الرشاقة المعرفية
3- عندما يداهمني الوقت المحدد للمهمة التي اعمل بها، فإنني:-	

أ-اوسع من دائرة اهتمامي بمثيراتها وبالمثيرات المحيطة به ا قبل انتهاء الوقت.	الانفتاح المعرفي
ب-ازيد من تركيزي على المثيرات الأكثر فعالية في سرعة انجاز المهمة.	الانتباه المركز
ج- أعدل من وتيرة ادائي ليناسب إنهاء المهمة فيها تبقى من الوقت	المرونة المعرفية
د- اتنقل بين الأجزاء التي لم تنجز من المهمة دون إهمال لأي منها الى نهايتها.	الرشاقة المعرفية
4- عندما تواجهني مهمة عمل مألوفة بالنسبة لي، فإنني:-	
أ- أسعى لتجريب استجابات جديدة للتعامل معها كنوع من التحسين	الانفتاح المعرفي
ب-أستخدم الاستجابات الروتينية التي تعلمتها سابقاً .	الانتباه المركز
ج- أستجيب للأجزاء المألوفة فقط بنفس الطريقة، واجرب طرق جديدة .	المرونة المعرفية
د- تعاملي مع المهمة الجديدة لا يمنعني من تجريب طرائق أخرى.	الرشاقة المعرفية
5- عندما يحيط بالمهمة التي أعمل بها مشتتات كثيرة، فإنني:-	
أ-أنشغل بتلك المشتتات من وقت إلى آخر.	الانفتاح المعرفي
ب- احتفظ بتوجيه انتباهي إلى المثيرات المتعلقة بالمهمة التي أعمل بها فقط، واستبعد المشتتات	الانتباه المركز
ج- اوزع انتباهي ما بين المثيرات المتعلقة بالمهمة والمشتتات المحيطة بها .	المرونة المعرفية
د- ادمج ما كنت اظنها مشتتات الى معالجة المهمة إذا تبين لي عكس ذلك.	الرشاقة المعرفية
6- اذا فقدت تركيزي اثناء العمل بمهمة ما، فإنني:-	
أ-أفتح ذهني لأي مثير يلفت انتباهي بمحيط تلك المهمة.	الانفتاح المعرفي
ب- أثبت حواسي على أكثر المثيرات بروزاً بالمهمة، ليعيدني إلى جو العمل بها	الانتباه المركز
ج- أغير ذهني إلى الأنشطة الأكثر اعتياداً لي بالمهمة حتى استعيد أخر خطوة توقفت عندها .	المرونة المعرفية
د- أقوم بعدد من التحركات العقلية بالمهمة حتى أستعيد إدراكي لكل مثيراتها.	الرشاقة المعرفية
7- حرصاً على الوقت المحدد للمهمة التي اعمل بها، فإنني:-	
أ-احدد ازمنة متساوية لأجزاء المهمة، ولأي مستجدات قد تطرأ عليها.	الانفتاح المعرفي
ب-اخص مثير معين، أو عدد من المثيرات المهمة بأطول فترة تركيز نظراً لأهميتها.	الانتباه المركز
ج- أوفر لكل جزء المهمة زمن يناسب درجة اهمية في إنجازها.	المرونة المعرفية
د-أمر على كل جزء من أجزاء المهمة أكثر من مرة دون أن اتقيد بتخصيص زمن متصل لكل منها.	الرشاقة المعرفية
8- عندما تظهر الهاءات تشغلني عن المهمة الأصلية التي اعمل بها، فأني:-	
ا- اوجه انتباهي إليها على أمل انها قد تفيدني في تلك المهمة.	الانفتاح المعرفي
ب- أنجح في قمع تفكيري وانتباهي عنها تماماً.	الانتباه المركز
ج _اتقبل أياً منها كحل محتمل للمهمة التي أعمل بها.	المرونة المعرفية
د- أتجول بعقلي بينها وبين مثيرات المهمة عدة مرات الى أن اجتازها.	الرشاقة المعرفية
9- عندما يحدث تشويش خارجي اثنا عملي في مهمة ما، فإنني:-	
أ- يتم استقطاب انتباهي نحو مصدر التشويش، واتوقف عن العمل	الانفتاح المعرفي
ب- لا اشعر بأي شيء نظراً لتركيزي الشديد على العمل.	الانتباه المركز
ج- أكتم انزعاجي من هذا التشويش حتى لا يتأثر عملي بتلك المهمة.	المرونة المعرفية
د- أكيف أدائي بالمهمة مع هذا التشويش إلى أن ينتهي، وربما استفيد منه.	الرشاقة المعرفية
10- تتقارب مثيرات المهمة في درجة الاهمية عند تعاملي معها فإنني:-	
أ - أتأخر في توجيه انتباهي نحو احدها للبدء في التعامل معها.	الانفتاح المعرفي
ب- ألتقط بعض الإشارات من احدها، فتكون هي مفتاح البداية للتعامل مع المهمة.	الانتباه المركز
ج- اتوقع ان يكون أي منها هو الدافع لبدء الحل .	المرونة المعرفية

د- أحرك حواسي بينها جميعاً عدة مرات إلى أن أميز احدها لأبدا به.	الرشاقة المعرفية
11- عندما تزيد التكليفات في المهمة التي اعمل بها، فإنني:-	
ابحث عن الجديد في هذه التكليفات، لأعطيه أولوية أكثر من الأجزاء المألوفة	الانفتاح المعرفي
أشعر زيادة العبء على تفكيري اثناء العمل بسبب التنافس بين تلك التكليفات	الانتباه المركز
ج- اتقبل هذا الوضع، وارتب أولوياتي للبدء بالتكليف الأكثر أهمية	المرونة المعرفية
د- أتنقل بينها جميعا على مدار وقت المهمة حتى لا تلهيني إحداها عن الباقي.	الرشاقة المعرفية
12- عندما أعمل مهمة جديدة مع مجموعة من المشاركين فأنني:-	
أ - أكتشاف بها مثيرات لم ينتبه إليها غيري.	الانفتاح المعرفي
ب- أرى أنني لم اختلف عن غيري في تركيزي على مثيرات معينة بالمهمة .	الانتباه المركز
ج- اتوافق مع أجزاء المهمة بسهولة عن غيري .	المرونة المعرفية
د- أحرك عيني باهتمام على كل جزء من أجزاء تلك المهمة اسرع من غيري	الرشاقة المعرفية
13- عندما يحيط الغموض بالمهمة التي أعمل بها، فإنني:-	
أ-أشعر بالارتياح تجاه هذا الغموض، لأنه يدفعني لمزيد من البحث عن الجديد.	الانفتاح المعرفي
ب - أفشل في تركيز انتباهي على مثير محدد يؤدي إلى إنجاز المهمة .	الانتباه المركز
ج- أنجح في الموازنة بين شعوري بالحيرة وانتظاري لانكشاف هذا الغموض	المرونة المعرفية
د- استمر في توزيع اهتمامي على جميع الأجزاء دون التركيز على الغامض منها فقط.	الرشاقة المعرفية
1-حتى أتمكن من متابعة التحديثات التي تطرأ على المهمة التي أعمل بها، فإنني:-	
أ- أسعى باستمرار لاستكشاف كل جديد بمحيط تلك المهمة.	الانفتاح المعرفي
ب- اركز فقط على العناصر الثابتة للمهمة حتى لا تبعدني تلك التحديثات عن مضمونها.	الانتباه المركز
ج- أدمج جميع تلك التحديثات ضمن عمليات معالجة المهمة بسهولة .	المرونة المعرفية
د- انتبه تلك التحديثات، فأدخل الهام منها مع المثيرات الاصلية ضمن عمليات معالجة المهمة.	الرشاقة المعرفية
15- عندما افشل في إنجاز مهمة ما كنت مكلفاً بها، فإنني:-	
اسعى للبحث عن أي تفسيرات بديلة لتلك المهمة.	الانفتاح المعرفي
ب- أعاود استخدام نفس طريقتي للحل، لأكتشاف الخطأ الذي وقعت فيه من قبل .	الانتباه المركز
ج- اتقبل هذا الفشل حتى لا يكون عائقا للمحاولات القادمة	المرونة المعرفية
د- أنقل تفكيري بسرعة بين الزوايا المتعددة للمهمة، لأرى الموقف من جديد	الرشاقة المعرفية
١٦- أستطيع أن اصنف نفسي أثناء العمل بأي مهمة فإنني:-	
أ- أبقى على يقظة تامة لأية مستجدات باستمرار .	الانفتاح المعرفي
ب- أجبر عقلي على البقاء ممسكا بخيط معين حتى تمام إنجاز المهمة.	الانتباه المركز
ج- أغير من استراتيجياتي في التعامل مع المهمة استجابة لتغير الظروف المحيطة بها.	المرونة المعرفية
د- أحّول يقضتي باستمرار بين أجزاء المهمة، لكشف جميع ملابساتها	الرشاقة المعرفية
17- حرصاً على التكيف مع البيئة المهمة التي اعمل بها، فإنني:-	
أ- أستجيب بتلقائية لأية تغيرات مألوفة في البيئة المحيطة بتلك المهمة .	الانفتاح المعرفي
ب- أوقف استجاباتي الروتينية للبيئة المحيطة بالمهمة حتى لا تقطع تركيزي في العمل بها.	الانتباه المركز
ج- أحول انتباهي استجابة لأية تغيرات في تلك البيئة باختيار الاستجابات الأكثر توافقا معي.	المرونة المعرفية
د- أرصد المفارقات، واتنبأ بأية انحرافات عن المتوقع في خط سير العمل بالمهم	الرشاقة المعرفية
18- عندما تتضمن المهمة التي أعمل بها معلومات متضاربة، فأنني:-	
أ -أبحث عن معلومات جديدة تخفف من هذا التضارب.	الانفتاح المعرفي
ب- أركز على أقربها إلى خبراتي السابقة، وأصبر على استخدامه كحل للمهمة.	الانتباه المركز

ج- أحترم هذا التضارب، وأجرب صلاحية كل منها في إنجاز المهمة.	المرونة المعرفية
د- أعطي معنى لكل منها، وأقارن بينها بالأدلة والبراهين قبل استخدام أحدها حكل للمهمة.	الرشاقة المعرفية
19- عندما يتأزم الموقف واصل الى طريق مسدود في التعامل مع المهمة فأنني:-	
أ- انفتح على اراء الاخرين سعيا للاستفادة منها في الحل .	الانفتاح المعرفي
ب- اصر على استخدام نفس المدخل للتعامل مع المهنة لنجاحه.	الانتباه المركز
ج- اغير من طريقتي ببساطة واستبدلها بأخرى دون اي تعقيدات ،	المرونة المعرفية
د- اقارن بين الحالة الراهنة للمهمة والحالة التي كانت متوقعة لأحدد مقدار الانحراف عن الهدف .	الرشاقة المعرفية
20- عندما اتسبب في تأخير إنجاز المهمة التي اعمل بها مع الأخرين فانني:-	
أ- استفيد من تجارب الذين سبقوني في انجاز تلك المهمة .	الانفتاح المعرفي
ب- اعطي نفسي فرصة اخرى للبدء من جديد بنفس الاسلوب .	الانتباه المركز
ج- اتقبل دون انهزامية بدائل جديدة لسرعة الانجاز.	المرونة المعرفية
د- اقيم الاثار الناجمة عن الاحداث التي جرت بالفعل خلال المهمة والتي لم تحدث بعد.	الرشاقة المعرفية

صياغة أهداف البرنامج الإرشادي على أساس احتياجات المسترشدين بالخطوات التالية :

أ. **تحديد اهداف البرنامج** : والأهداف هي الغايات التي يؤمل تحقيقها من البرنامج الإرشادي ، وهذه الاهداف هي عبارة عن نتائج يجري تصميمها واقرارها مسبقا ، والهدف العام من البرنامج هو تنمية الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين .

ب. **تحديد نوع المهارات في البرنامج** : بعد ان يتم تحديد الاحتياجات الإرشادية الملاءمة لهذه الاحتياجات ، والتي سيعمل البرنامج الإرشادي على إكسابها او صقلها لدى افراد المجموعة التجريبية.

ج – **اختيار وتنفيذ نشاطات البرنامج:**" طبق الإرشاد الجمعي باستخدام استراتيجيات وفنيات اسلوب فاعلية الذات ،و استطاع الباحث تحقيق(12) جلسة إرشادية بواقع جلستين اسبوعيا والزمن المستغرق لكل جلسة (45) دقيقة وجدول (7) يوضح ذلك ، واستعمل الباحث في هذا البرنامج عدد من النشاطات وتضمن الأسلوب مجموعة من الانشطة والفعاليات التي استخدمها الباحث لغرض تحقيق الهدف من البحث ومنها(تقديم الموضوع ، الحوار ،المناقشة ، فنية النمذجة ، فنية لعب الدور ، التغذية الراجعة ، التعزيز الاجتماعي ، التقويم ، التدريب البيتي") .

جدول (7) جلسات البرنامج الإرشادية وتواريخها

ت	الجلسة	عنوانها	تاريخ انعقادها
1	1	التهيؤ للبرنامج الإرشادي	**اربعاء 2023/11/1**
2	2	الرشاقة المعرفية (أ)	**الاحد 2023/11/5**
3	3	الرشاقة المعرفية (ب)	**اربعاء 2023/11/8**
4	4	الرشاقة المعرفية (ج)	**الاحد 2023/11/12**
5	5	الرشاقة المعرفية (د)	**الخميس 2023/11/15**
6	6	**الانتباه المركز** (أ)	**الأحد 2023/11/19**
7	7	**الانتباه المركز** (ب)	**الاربعاء 2023/11/22**
8	8	**الانفتاح المعرفي** (أ)	**الاحد 2023/11/26**
9	9	**الانفتاح المعرفي** (ب)	الاربعاء 2023/11/29
10	10	**المرونة المعرفية** (أ)	الاحد 2023/12/3
11	11	المرونة المعرفية (ب)	اربعاء2023/12/6
12	12	الختامية	الاحد 2023/12/10
الاختبار البعدي			2023 /12/25

د- تقويم البرنامج:- سيقوم البرنامج الإرشادي من خلال

1- التقويم التمهيدي:-ويتلخص بالإجراءات التي تمت قبل البدء بالبرنامج والمتمثلة في صدق البرنامج و تكافؤ العينة وتحديد الحاجات.

2-التقويم البنائي:- ويتلخص بإجراء عملية التقويم عند نهاية كل جلسة من خلال توجيه الأسئلة للمسترشدين ومتابعة التدريبات عند بدء كل جلسة

3-التقويم النهائي:- ويحصل ذلك من خلال القياس البعدي المقياس الرشاقة المعرفية لإفراد المجموعة التجريبية لتحديد مستوى التغير الحاصل في السمة المقاسة.

الصدق الظاهري للبرنامج:- "نعني بالصدق الظاهري هو قيام عدد من الخبراء المختصين بتقدير مدى تمثل فقرات المقياس للسمة المراد قياسها(Ebel, 1972, 79)، وعرض البرنامج على مجموعة من الخبراء و المتخصصين في التربية وعلم النفس(الملحق/1) لمعرفة مدى مناسبة الأنشطة والفعاليات

المستخدمة لتحقيق الأهداف و قد حصل البرنامج على نسبة عالية من الاتفاق بلغت(90%) و اخذ الباحث بالملاحظات و التعديلات التي قدمها الخبراء من اجل الوصول إلى المستوى المطلوب للبرنامج".

تطبيق البرنامج الإرشادي :-بعد اختيار عينة البحث ، و تحديد التصميم التجريبي و إعداد أدواته و الفنيات المعتمدة ،قام الباحث بالإجراءات الآتية:-

1- اختير (20) مرشدا ومرشدة بصورة قصديه ممن حصلوا على اقل درجات على مقياس الرشاقة المعرفية ، وتم توزيعهم بصورة عشوائية و بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية عددها(10) ومجموعة ضابطة عددها(10) ، ولتقى الباحث بالأفراد المجموعة التجريبية للتعرف عليهم و تعريفهم بطبيعة البرنامج الارشادي و أخلاقياته كما بلغهن عن مكان الجلسات الإرشادية و زمانها.

2- حدد الباحث عدد الجلسات الإرشادية للمجموعة التجريبية(12) جلسة بواقع جلستين أسبوعيا ، وقد طلبت من إفراد المجموعة التجريبية الحفاظ على سرية ما يدور خلال الجلسات الإرشادية.

3- حدد مكان الجلسات الإرشادية قاعة الاعداد والتدريب خلال الدورة المقامة المرشدين التربويين الساعة (10,30) من أيام الاحد والاربعاء من كل أسبوع باعتبار البرنامج جزء من متطلبات الدورة لضمان حضور المرشدين .

4- عدت الدرجات التي حصلوا عليها إفراد المجموعتين التجريبية و الضابطة على مقياس الرشاقة المعرفية قبل البدء بتطبيق البرنامج بمثابة نتائج الاختبار القبلي.

5- تحديد موعد للاختبار البعدي على مقياس الرشاقة المعرفية 25 /12/ 2023.

وفيما يأتي نموذج لجلسة ارشادية من ضمن جلسات البرنامج إرشادية الذي أعدها الباحث :-

الجلسة الثالثة : الرشاقة المعرفية مدتها :45 دقيقة

الموضوع	الرشاقة المعرفية
الحاجات	الرشاقة المعرفية
الهدف الخاص	- تنمية الرشاقة المعرفية لدى أفراد المجموعة الإرشادية.
الأهداف السلوكي	جعل المسترشدة قادرة على أن:- - تعرف معنى الرشاقة المعرفية. - تعرف أهمية الرشاقة المعرفية. - تستخدم الخطوات التي تنمي الرشاقة المعرفية في حياتها. - تتمتع بالرشاقة المعرفية.
الفنيات	تقديم الموضوع ، الحوار والمناقشة ، التغذية الراجعة ، التعزيز. التدريب البيتي
الانشطة المقدمة	**تقديم الموضوع :** يرحب الباحث بالمسترشدين وتخبرهم ان موضوع الجلسة وهو مكمل لموضوع الجلسات السابقة وهو(الرشاقة المعرفية) . **الحوار والمناقشة** : يطرح الباحث موقف فيه تساؤل من الواقع من اجل فتح باب الحوار والمناقشة بين المسترشدين وهو:-

	س/ عندما تقرأ موضوع علمي هل تحاولين التجوال بعقلك بينها وبين موضوعات قرأتها السابقة عدة مرات ؟ – يستمع الباحث الى إجابات المسترشدين ويحاول أشراك جمع المسترشدين بكلمات معنوية . – يذكر الباحث الخطوات التي تنمي الرشاقة المعرفية ويناقشهم بها. – يقدم الباحث نموذجا حيا لعب الدور يبين من خلاله الطرق التي تزيد من الرشاقة المعرفية **التعزيز الاجتماعي** : يقدم الباحث الشكر والثناء للمسترشدين الذين يشارك في المناقشة بكلمات تحفيزية (أحسنت .. إجابة موفقة.. ...الخ)
التقويم	– تلخيص ما دار في الجلسة وتحديد الإيجابيات والسلبيات. – يطرح الباحث السؤال الآتي: ما الخطوات التي تنمي الرشاقة المعرفية ؟
التدريب البيتي	– يطلب الباحث من المسترشدين تسجيل على ورقة سلوك جديد او طريقة أتبعنها في تلخيص موضوع دراس وإحضاره في الجلسة القادمة.

الوسائل الإحصائية(The statistical Means):لمعالجة بيانات هذا البحث فقد استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (S.P.S.S).

الفصل الرابـع : عرض النتائج و مناقشتها:-

"**الفرضية الأولى:**-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة(0.05)بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الرشاقة المعرفية :

لتحقق من صحة الفرضية تم استعمال اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين) لمعرفة دلالة الفرق بين رتب درجات الاختبار القبلي ورتب درجات الاختبار البعدي الافراد المجموعة التجريبية على المقياس اذ تبين ان النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الرشاقة المعرفية والتي بلغت القيمة المحسوبـــــــة تساوي (صفر) و هي اصغر من القيمة الجدولية (8) عند مستوى (0,05) وبدرجة حرية (10) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية و قبول الفرضية البديلة اي توجد فروق دالة احصائيا بين رتب افراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده ولصالح الاختبار البعدي" .

الفرضية الثانية :-"لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الرشاقة المعرفية :

لاختبـــــار صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين) لمعرفة دلالة الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي على مقياس الرشاقة المعرفية واظهرت نتائج ان قيمة ولكوكسن المحسوبـة تساوي (23) وهي غير دالة احصائيا عند موازنتها بالقيمة الجدولية (8) عند مستوى

(0,05) مما يؤكد ذلك على قبول الفرضية الصفرية اي لا توجد فروق بين الاختبارين القبلي والبعدي المجموعة الضابطة" .

"**الفرضية الثالثة** :لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الرشاقة المعرفية :

لا اختبار صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار (مان وتني للعينات متوسطة الحجم) لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الاختبار البعدي، اذ تبين ان القيمة المحسوبة تساوي (صفر) و هي دالة احصائيا عند موازنتها بالقيمة الجدولية (23) عند مستوى (0,05) لذا تم رفض الفرضية الصفرية و قبول الفرضية البديلة اي يوجد فرق ذات دال احصائيا بين رتب درجات المجموعة التجريبية و الضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي في الاختبار البعدي على مقياس الرشاقة المعرفية ولصالح المجموعة التجريبية" .

من خلال النتائج التي توصلت اليها الفرضيات تبين :

1. "أظهرت النتائج فروقا دالة إحصائيا في مستوى الرشاقة المعرفية بين متوسط رتب درجات المجموعتين التجريبيتين (التجريبية والضابطة)ولصالح المجموعة التجريبية ، وذلك لأن المجموعة التجريبية قد طبق عليها البرنامج الارشادي المسند الى (اسلوب فاعلية الذات) لنظرية باندورا، بينما تركت المجموعة الضابطة دون تدخل ارشادي".
2. "استعمل الباحث اسلوب (فاعلية الذات) والذي يستند الى نظرية التعلم الاجتماعي واثبت هذا الاسلوب نجاح وفاعلية من خلال الدراسات ومنها دراسة (صالح 2019) الى نجاح اسلوب فاعلية الذات في تنمية التمكن النفسي لدى المرشدين التربويين" .
3. "ان الاسلوب والمتغير الذي اعتمدهما الباحث واللذان يستندان الى النظريات العلاج المعرفي متلائمة ومنسجمة مع اهداف البرنامج الارشادي وكان الاسلوب اثر واضح في تنمية الرشاقة المعرفية ;الذي يعود الى استخدام الباحث الاستراتيجيات والانشطة الارشادية وحرص بعد اختيار الفنيات التي تنسجم مع العينة" .
4. "اختيار عناوين مناسبة لجلسات البرنامج في ضوء النموذج المتبناة والادبيات الخاصة بالرشاقة المعرفية والتي اثبتت فاعليتها في تنمية الرشاقة المعرفية لدى المسترشدين" .
5. تفاعل المسترشدين مع النشاطات والفعاليات التي تضمنها البرنامج ساعد على تعديل المفاهيم والافكار والتوقعات السلبية وغير التكيفية لديهم.

التوصيات :-

1- إعطاء مخصصات خاصة للمرشدين التربويين تتناسب مع دورهم المهم في العملية التربوية.

2- الاهتمام بأقسام الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي في الجامعات وتوفير مستلزمات الارتقاء بمهماتها كي تتمكن من إعداد مرشدين تربويين متميزين.

3- ضرورة الاهتمام بشكل أفضل بشريحة المرشدين التربويين من قبل الجهات المسؤولة عن الإرشاد التربوي ، لما تقوم به هذه الشريحة من دور في تربية الأجيال وتوجيههم ، عن طريق تخصيص حوافز أو امتيازات خاصة بالمرشدين التربويين .

4- يوصي الباحث الجهات المسؤولة عن الإرشاد في وزارة التربية و في الجامعات إلى ضرورة الاستمرار في إجراء البحوث والدراسات الخاصة بشريحة المرشدين التربويين لتطوير و تحسين العملية الإرشادية .

5- يوصي الباحث وزارة التربية إلى ضرورة الاستفادة من حالة الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين لتطوير عملية الإرشاد ولتعزيز المهارات الإرشادية لديهم ، عن طريق تزويدهم بوسائل الإرشاد الحديثة و تقنياته ، وعن طريق عقد الندوات و المؤتمرات و الدورات الإرشادية .

المقترحات : تطويراً للبحث الحالي وإكمالاً له يقترح الباحث إجراء دراسات لاحقة مثل:

1. تجريب البرنامج الإرشادي على عينات من المرشدين التربويين في محافظات أخرى وإجراء مقارنة بين تلك الدراسات والدراسة الحالية.
2. تطبيق البرنامج الإرشادي الحالي بالأسلوب فاعلية الذات في تنمية الرشاقة المعرفية لدى عينات أخرى مثل ذوي المهن الصحية أو المعلمين.
3. إجراء دراسة الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين ودورها للتكيف مع الضغوط النفسية التي تواجههم في العمل الارشادي.
4. إجراء دراسات تجريبية أخرى باستعمال أساليب إرشادية معرفية جديدة لتنمية الرشاقة المعرفية لدى المرشدين التربويين.

المصادر

- **ابن منظور ، أبو الفضل محمد بن مكرم الأنصاري الأفريقي المصري (2005) لسان العرب ، حققه أحمد حيدر ،راجعه عبد المنعم إبراهيم ، منشورات محمد علي ، بيضون ، دار الكتب العلمية ،بيروت**
- **أبو اسعد والازايدة، أحمد عبد اللطيف أبو اسعد، رياض الا زايدة (2015) لأساليب الحديثة في الارشاد النفسي والتربوي ، مركز ديبونو، عمان، الأردن،لجزء الأول.**
- **الالوسي ، احمد اسماعيل (2014): فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة ;رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية الآداب .**
- **الجاسر ، البندري عبد الرحمن محمد (2007): الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات وادراك القبول الرفض لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة ام القرى ، رسالة ماستر (غير منشورة) جامعة ام القرى ، مكة المكرمة .**
- **الحفني، عبد المنعم (1975): موسوعة التحليل النفسي، مكتبة مدبولي، المجلد (1)، القاهرة.**

- الخطيب ، صالح احمد (2013) : الارشاد النفسي في المدرسة – اسسه نظرياته –وتطبيقاته ;دار الكتاب الجامعي ، العين دولة الامارات العربية المتحدة .
- صالح ، رولا ظاهر (2019): تأثير برنامج ارشادي بأسلوب فاعلية الذات لتنمية التمكين النفسي لدى المرشدين التربويين ، جامعة ديالى ، كلية التربية للعلوم الانسانية ، رسالة ماجستير .
- عبد ربه محمد ، محمد عبد الرؤف (2020): دور الرشاقة المعرفية في الاستجابة للتغذية المرتدة العكسية اثناء مهام اتخاذ القرار الدينامي لدى المعلمين ، كلية التربية المجلة التربوية ، جامعة سوهاج ، عدد مارس –ج2(28)(2021).
- عبدالله ، محمد قاسم (2012) ;نظريات الارشاد والعلاج النفسي ، ط1، دار الفكر ، جامعة حلب .
- عودة ، احمد سلمان (1998):القياس والتقويم في العملية التدريسية ، ط3، المطبعة الوطنية ، عمان ، الاردن .
- وزارة التربية (1980) : المديرية العامة للتخطيط التربوي ، قسم التوثيق والدراسات ، مصطلحات في التعليم الفني والمهني ، العدد (128) .
- Banadura, A(1977) : Self Effieacy : Toward a unifuing theory of Behavioral change , Juarnal psychological Review , Vol. 84 , No. 2 pp. 191 – 215
- Border & dryra L.D. Sander ,MD(1989):Comprehen sive school counseling programs ,Arevieew for policy markers –Journal counseling and Development.
- Border & dryra L.D. Sander ,MD(1992):Comprehen sive school counseling programs ,Arevieew for policy markers –Journal counseling and Development
- Good, D. (2009). Explorations of Cognitive Agility: A Real Time Adaptive Capacity,PhD Dissertation, Case Western Reserve University.
- Hutton, R. & Tuner, P. (2020). Cognitive agility & the thinking approach space, Wavell Room Articles: Concepts and Doctrine, extracted from: https://wavellroom.com/2020/02/18/cognitive-agilitythe-thinkingapproach-space/ , at 7/3/2020
- Mitroff, S.R., Simons, D.J. & Franconeri, S.L. (2002). The siren song of implicit change detection, J. of Experimental Psychology: Human Perception & Performance, 28 (4): 798-815.
- Pajares, C., & Seligman, M. E. (2005). Character strengths and virtues: A handbook and classification (Vol. 1). Oxford University Press.
- Schooler, J. W. (2011, March). Introspecting in the Spirit of William James: Comment on Fox, Ericsson, and Best (2011). Psychological Bulletin. https://doi.org/10.1037/a0022390
- White,M,(2017). The Effect of Teacher Cognitive and Behavioral Agility onStudent Achievement. Dissertation Degree: Doctor of Philosophy, Florida Atlantic University.
- Good, D.J. & Yeganeh, B. (2012). Cognitive agility: Adapting to real-time decision making at work, J. of OD Practitioner, 12 (2): 13-17.