

اثر برنامج ارشادي بأسلوب الجدلي السلوكي في تنمية التفكير المفعم بالامل لدى موظفي الاقسام الداخلية

الكلمات المفتاحية : البرنامج الارشادي ، الاسلوب الجدلي السلوكي ، التفكير المفعم بالامل
بحث مستل من رسالة ماجستير

حسين عبد الساده خلف الشويلي أ.د سميرة علي حسن التميمي

جامعة ديالى/كلية التربية للعلوم الانسانية

Mail:Dr Samiyah Ali @ yahoo.com ps.hum@uodiyala.edu.iq.124

الملخص

استهدف البحث التعرف على أثر برنامج ارشادي بأسلوب الجدلي السلوكي في تنمية التفكير المفعم بالامل لدى موظفي الاقسام الداخلية في جامعتي بغداد والمستنصرية . ولتحقيق هذا الهدف تطلب اختبار الفرضيات الآتية :

- (١) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي على مقياس التفكير المفعم بالامل .
- (٢) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التفكير المفعم بالامل .

وقد تحدد البحث الحالي بموظفي الاقسام الداخلية في جامعتي بغداد والمستنصرية للذكور فقط للعام الدراسي ٢٠٢٠ - ٢٠٢١م ، توزعوا على (٦) مجتمعات وتكونت عينة التحليل الاحصائي من (٣٠٠) موظفاً تم اختيارهم عشوائياً من مجتمعات عينة البحث ام عينة تطبيق البرنامج فقد بلغت (٢٠) موظفاً تم توزيعهم على مجموعتين بواقع (١٠) موظفين لكل مجموعة في التجريبية والضابطة قام الباحث ببناء مقياس التفكير المفعم بالامل الذي تكون من (٣٧) فقرة بصيغته الاولى وتم عرضه على مجموعة من المحكمين في القياس والتقويم وعلم النفس للتأكد من الصدق الظاهري وصدق البناء حيث اصبح المقياس (٣٢) بصيغته النهائية ،وقد اظهرت النتائج ان للبرنامج الارشادي باسلوب الجدلي السلوكي اثر في تنمية التفكير المفعم بالامل لدى موظفي الاقسام الداخلية وفي ضوء نتائج البحث قدم الباحث عدد من التوصيات والمقترحات .

الفصل الأول : التعريف بالبحث

اولاً : مشكلة البحث (the problem of the research)

أن التقدم الذي أحرزته الدراسات النفسية خلال السنوات الأخيرة قد مهدت للوصول لفهم دقيق للظاهرة واكتشاف جوانب جديدة وعديدة في مجال السلوك البشري ، كما أن التقدم العلمي مكن علماء النفس من تحليل الظواهر النفسية التي جعلت توجهها لخدمة الإنسان ، ولكل فرد مطامح وآمال في حياته، وقد تساعده الظروف فيحقق بعضها او جميعها .

وقد أهتم علماء النفس والصحة النفسية بدراسة موضوع الأمل لأنه يجعل الإنسان خالياً من المخاطر التي قد تفتك بالصحة النفسية والجسدية، ويعد الأمل الحاجة الضرورية للفرد لأنه من دون الأمل سيكون محبطاً ويائساً وبصبح سلوكه غير سوي وبيتعد عن الحياة بصورة غير واقعية ، والفرد الذي يمتلك الأمل يكون لديه مصدراً للتوافق النفسي والاجتماعي وبالتالي يؤهله لتحقيق طموحاته المستقبلية (محسن ، ٢٠٠٧ : ح) .

ويذكر (Snyder, 2000) أن التفكير المفعم بالأمل نقطة اجابة محددة تستخدم لتنمية الموارد البشرية في مجالات العمل، والتعلم، والإنتاج، وأن نقص الأمل يؤدي إلى المعاناة من الاكتئاب ، والسلوك الانتحاري، كما أن فقدان الأمل يسهم في الإحساس بالعجز للمتعلم، والتشاؤم ، والوجدان السلبي ، وضعف القدرة على التحمل ، والتقييم السلبي للأحداث ، وبالتالي ان الأمل يساعد الفرد على معرفة وفهم المتغيرات التي تحدث في حياته اليومية ، وحسن توظيف الفرد للمتغيرات النفسية ، والبيئية التي تجعله يستثمر اقتصادياته النفسية إلى أقصى درجة ممكنة ، ودوره في تقوية الإرادة الإنسانية لتحقيق أهدافه المستقبلية. (عبد العزيز ابراهيم، ٢٠١٦ ، ص١٩٩)

الأمل له اثار ايجابية على الفرد مثل تحمل الالم والضغوط ومقاومة المشكلات او اعطاء معنى للحياة وتحقيق الذات اما فقدان الأمل فانه يؤدي الى معاناة وضعف القدرة على التحمل والقلق والاكتئاب والسلوك الانتحاري ، كما ان فقدان الأمل يساهم في الاحساس بانعدام الحيلة والتشاؤم ، والانفعال السلبي وضعف القدرة على التحمل والتقييم السلبي للأحداث (القاسم ، ٢٠١١ : ص ٣).

هنا وضحت مشكلة الدراسة التي سعى الباحث لدراستها، والتي تبرز في الإجابة على هذا السؤال :

ما اثر البرنامج الإرشادي بأسلوب الجدلي السلوكي اثر في تنمية التفكير المفعم بالامل لدى موظفي الاقسام الداخلية ؟

ثانيا : اهمية البحث : (THE IMPORTANCE OF RESEARCH)

تكمن الجوانب الايجابية للإرشاد النفسي والتوجيه التربوي لما له من دور فعال في تحقيق التوافق الاجتماعي حيث زاد اعداد الافراد في المجتمعات وكثرت المشكلات الاجتماعية وتزايدت الضغوطات النفسية ادى بذلك شعور امراض عقلية وايضا من خلال التطور التكنولوجي ودخول الوسائل والتقنيات الالكترونية في جميع المنازل والمؤسسات مما ولد صعوبة في التكيف مع البيئة والمهن الاخرى واصبح للإرشاد النفسي دورا فعالا في مواجهة جميع هذه المشكلات وتحقيق التوافق النفسي للأفراد.

(خواجه، ٢٠٠٢ : ٤٣)

ان الارشاد النفسي مهما في بناء الانسان وخاصة في المؤسسات التعليمية فهو يشجع الفرد على ان يفهم نفسه ويكتشف قدراته ليصل الى فهم ذاته حتى يستطيع ان يعمل على تلبية حاجاته التي يجب ان تتوافق مع القيم الاجتماعية ويتعلم كيفية مواجهة صعوبات الحياة بواقعية (الحري والامامي، ٢٠١١: ٥٧). وبذلك برزت الاهمية للعمليات الارشادية بأثارها فناً وعلمياً حيث ينصت المرشد الى الاستماع لمشكلات مسترشفه وفهم افكاره بدقة وعلمية لذا يتوجب القيام لعلاقة ارشادية ناجحة تعمل على تشخيص وتقويم للوصول الى صياغة لاهداف الارشادية من خلال اساليب ارشادية مناسبة (نيستول، ٢٠١٥ : ٢١).

ان للإرشاد النفسي دورا بارزا كون للأفراد حاجات متعددة احيانا لا يتمكنون من تحقيقها الا عن طريق الارشاد النفسي كونهم بحاجة الى توجيه مستمر لتحقيق فهم ذاتهم والوصول الى التوافق النفسي مع الذات ومع الاخرين خلال فهمهم لمشكلاتهم واتباع الخطوات المناسبة والوصول الى الحل المناسب لها .(حقي ، ٢٠٠٦ : ٨٩).

ويعدّ العلاج السلوكي الجدلي من أحدث الأساليب الإرشادية ، إذ تعدلينيها (١٩٩٣) أول من بدأت البحث والعمل فيه كون هذا الأسلوب قائم على فكرة الدمج بين القبول والتغير في أن

واحد، ومحاولة كل من المرشد والمسترشد تبني فلسفة علاجية قائمة على تغير ما يمكن تغييره، وقبول ما لم يمكن تغييره سواء في المرشد أو في بيئته المحيطة (آن سيكستون، ٢٠٠٤: ٩٨). ويعدّ الاسلوب الجدلي السلوكي من المداخل المهمة والفعّالة في علاج صعوبات التنظيم الإنفعالي، إذ تشير البحوث والدراسات إلى أن الاسلوب الجدلي السلوكي فعّال في خفض صعوبات التنظيم الإنفعالي (Creswell, Way, Eisenberger & Lieberman, 2007). مثل دراسة (Feliu-Soler, et al, 2013) التي توصلت إلى فاعلية الأسلوب الجدلي في علاج صعوبات التنظيم الإنفعالي لدى ذوي أعراض الشخصية الحدية (Feliu-Soler, et al, 2013). ودراسة ووبرمان وآخرون (٢٠٠٩) إلى أن الاسلوب الجدلي السلوكي يؤثر بشكل كبير في صعوبات التنظيم الإنفعالي والشخصية الحدية (Wupperman, et al, 2009). ودراسة (Feliu-Soler, et al, 2014) التي توصلت إلى فاعلية الاسلوب الجدلي السلوكي في تحسين التنظيم الإنفعالي لدى ذوي أعراض الشخصية الحدية (Feliu-Soler, et al, 2014: 363).

كما يعدّ الاسلوب الجدلي السلوكي من الأساليب الإرشادية التي تثبتت فاعليتها في علاج صعوبات التنظيم الإنفعالي والشخصية الحدية، والفراغ النفسي، وعدم الاستقرار في المزاج والسلوك، والعلاقات السلبية مع الآخرين، والقلق الإجتماعي إلخ. ويؤكد الاسلوب الجدلي السلوكي أن السلوكيات السلبية تنتج من عدم القدرة على مواجهة الإنفعالات السلبية العالية غير مرغوب بها، كالخجل، والشعور بالذنب والحزن، والخوف، والغضب، التي هي جزء طبيعي من الحياة، ومع ذلك فإن بعض الأفراد يميلون لأن يكون لديهم إنفعالات سلبية قوية، مما يصعب على العقل البشري التعامل معها، والتي يمكن أن تكون بسبب صدمة جسدية، أو إنفعالية قوية، تؤدي في النهاية إلى تغيّرات الدماغ لجعله أكثر عرضة للشعور بالحالات الإنفعالية العالية المؤثرة (Linehan, 1993a: 47).

والتفكير المفعم بالامل هو من المفاهيم التي ترتبط بالتنشئة الاجتماعية للفرد عبر مراحل نموه المختلفة، والذي يتوقف على درجة النمو المعرفي الذي يصل إليه الفرد مما يجعله قادر على استخدام التفكير القائم على الأمل بطريقة أكثر فعالية وإنتاجاً، كما أن هذا النمو يساعد الفرد على تحقيق الأهداف الشخصية، والإحساس بالهوية وتكوين علاقات اجتماعية جيدة مع الأفراد خاصة في حالة ظهور مشكلات أو أزمات خصوصاً مرحلة المراهقة. فالعائلة من أهم

عوامل التنشئة الاجتماعية وهي المؤسسة الأولى للثقافة وأقوى الجماعات تأثير في سلوك الفرد فهي التي تسهم بالقدر الأكبر في الإشراف على النمو الاجتماعي للفرد وتوجيه سلوكه وتكوين شخصيته (زهران، ٢٠٠٥: ص ٥٠).

و رغم ليس كل الأفراد الذين يتعرضون لحالات التجاهل أو العنف من قبل الوالدين يفقدون التفكير المفعم بالامل فهناك أفراد بالرغم من كل الضغوط يكون لديهم الإحساس بالمرونة والإيجابية ليكونوا قادرين على تحقيق الهدف (بركات، ١٩٩٨: ص ٦).

الاهمية النظرية :

١. تكمن اهمية البحث الحالي في اهمية متغيراته الايجابية التي من المتوقع لها اثر في صقل وتعزيز شخصية موظفي الاقسام الداخلية في الجامعات العراقية .

٢. يسعى الى تعزيز روح الامل والتفاؤل لدى عينة موظفي الاقسام الداخلية عن طريق غرس التفكير المفعم بالامل في نفوسهم لتحقيق التوافق المهني.

الاهمية التطبيقية :

١- يساهم البحث الحالي في دعم برامج الارشاد النفسي والمهني من خلال كونه اول برنامج ارشادي على عينة موظفي الاقسام الداخلية بحسب حدود علم الباحث .

٢- من الممكن ان تساهم نتائج البحث في تطوير جلسات البرامج الارشادية في الاقسام الداخلية بمختلف الجامعات العراقية عن طريق مناهجها .

ثالثاً : هدف البحث وفرضياته (The objective of Research & Hypotheses)

يستهدف البحث التعرف الى :

أثر برنامج ارشادي بأسلوب الجدلي السلوكي في تنمية التفكير المفعم بالأمل لدى موظفي الاقسام الداخلية في جامعتي بغداد والمستنصرية .

من اجل تحقيق هدف البحث يختبر الباحث الفرضيات الآتية :

(١) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي على مقياس التفكير المفعم بالأمل

(٢) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التفكير المفعم بالأمل

رابعاً : حدود البحث : (The Limits of Research)

يتحدد البحث بموظفي الاقسام الداخلية في جامعتي بغداد والمستنصرية للعام ٢٠٢٠-٢٠٢١م

خامساً : تحديد المصطلحات : (Assigning the Terms):

أثر :

أ- الأثر لغةً :

أثرت الشيء بفتح الهمزة والثاء المثلثة إي نقلته ، أو تتبعته ومعناه عند أهل اللغة ما بقي من رسم الشيء و التأثير إبقاء الأثر في الشيء واثر في الشيء ترك فيه أثرا .

(ابن منظور ، ٢٠٠٣: ٧٥)

ب.اصطلاحاً:عرفه كل من :

- شحاته وزينب (٢٠٠٣) : "هو محصله تغيرات مرغوبة أو غير مرغوبة يحدث في امكانيات المتعلم بسبب اجراءات التعلم المقصود الذي قام به المعلم" .

(شحاته وزينب ، ٢٠٠٣: ٢٢)

البرنامج الإرشادي :

عرفه كل من:

(زهرا ١٩٨٠)

مجموعة من الانشطة والاستراتيجيات المخططة والمنظمة وفق أسس علمية وعملية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فردياً وجماعياً لكل من تشملهم المؤسسة بهدف

مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعلق لتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها.

(زهرا، ١٩٨٠، ص٤٣٩).

(الدوسري ١٩٨٥)

برنامج مخطط ومنظم على أسس علمية سليمة يتكون من مجموعة من الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة ، تقدم الخدمات لجميع من تضمهم المدرسة وذلك لتحقيق النمو السوي والتوافق الاجتماعي والمهني ويقوم بتخطيط هذا البرنامج وينفذه فريق عمل من المتخصصين (والمؤهلين) (الدوسري، ١٩٨٥، ص٢٣٨).

بوردرز و دراري (1992Borders &Drare):

برنامج مخطط او منظم وفق أسس علمية ويتكون من مجموعة خدمات إرشادية مباشرة وغير مباشرة يتم تقديمها لجميع افراد المدرسة ، (Borders& Dreary ,1992:48).

التعريف النظري للبرنامج الارشادي :

تبنى الباحث تعريف :بوردرز ودروري (1992Borders &DrurY) تعريفاً نظرياً في بحثه الحالي .

وعرف الباحث البرنامج الارشادي اجرائياً .

هو مجموعة من الأنشطة والفعاليات والخدمات الإرشادية والمبنيّة على أسس علمية وأساليب إرشادية يوظفها الباحث بشكل منظم وفق البرنامج الإرشادي وبأسلوب الجدلي السلوكي في تنمية التفكير المفعم بالامل لدى موظفي الاقسام الداخلية .

الاسلوب الجدلي السلوكي :

عرفه مارشا لينهان (١٩٩٩) :

هو برنامج موجه نحو تغيير اتجاهات الافراد الذين يواجهون مشكلات مؤقتة او دائمة تتعلق بأحتياجاتهم المادية والنفسية في العمل في مجموعات صغيرة ذات اهتمامات مشتركة ويتم التفاعل بينهم وتتم مساعدتهم من خلال التعبير الذاتي (Linehan ١٩٩٩،p13)

هو مدخل علاجي وضعته عالمة النفس الأمريكية مارشا لينهان Marsha Linehan يستند الى نظرية العلاج المعرفي، السلوكي، أي طريقة العلاج تجمع بين عناصر فنيات العلاج المعرفي والعلاج السلوكي، يهدف إلى تعليم العميل خفض أو تعديل الانفعالات المتطرفة أو الحادة، وخفض السلوك السلبي المرتبط بالانفعالات، وزيادة الثقة في انفعالاته وأفكاره وسلوكه. (Linehan&Wilks ، ٢٠١٥).

التعريف النظري للاسلوب الجدلي السلوكي : تبني الباحث تعريف مارشا لينهان (١٩٩٩) تعريفاً نظرياً

التعريف الاجرائي للاسلوب الجدلي السلوكي :

هو برنامج ارشادي جمعي موجه نحو تحقيق اهدافه يعتمد على فنيات و استراتيجيات العلاج الجدلي السلوكي ، يسهم في تنمية التفكير المفعم بالامل لدى موظفي الاقسام الداخلية ويتم التحقق منها خلال اجابات افراد العينة على فقرات المقياس المعد لهذا الغرض في البحث الحالي .

التفكير المفعم بالامل :

الامل لغةً : هو الرجاء واكثر استعمالا فيما يستبعد حصوله (مجمع اللغة العربية ، ١٩٨٥)

و يعرفه قاموس ويبستر (١٩٩٩) بأنه توقع موثوق به من ان رغبة ما سوف تتحقق (webster,1999)

اما اصطلاحاً فيعرفه سانيدر وزملاؤه (١٩٩١) بانه " بناء معرفي موجه نحو تحقيق أهداف مستقبلية ، كما يتضمن حالة دافعية موجبة تعتمد على شعور الفرد بالنجاح في قدرته على التخطيط لتحقيق اهدافه ، واختيار الطرق او السبل او الطرق المناسبة لتحقيق هذه الاهداف (snyder,et al ., 1991).

ويتكون التفكير المفعم بالامل من عاملين هما :

العامل الأول : مسارات التفكير

ويقصد بها قدرة الفرد على ايجاد انسب الطرق والبدائل لتحقيق اهدافه (احمد عبد الخالق ، ٢٠٠٤).

العامل الثاني : قوة التفكير

ويقصد به قدرة الفرد على استخدام المسارات او السبل لتحقيق اهدافه (Irving,et al ,1998:196-197).

التعريف الاجرائي :

هو مجموع الدرجة النهائية التي يحصل عليها الموظف من افراد عينة البحث حول مقياس التفكير المفعم بالامل المستخدم في البحث الحالي .

موظفي الاقسام الداخلية :

*لعدم الحصول على تعريف خاص بموظفي الاقسام الداخلية فقد عرف الباحث موظفي الاقسام الداخلية اجرائياً.

التعريف الاجرائي للباحث

هم جزء من موظفي الدولة التابعين الى وزارة التعليم العالي والبحث العلمي يعملون في قسم شؤون الاقسام الداخلية الخاص بالجامعات والمعاهد العراقية إذ تختلف مهنتهم وعناوينهم

الوظيفية وفق تحصيلهم الدراسي ومكان عملهم فمنهم الاداريين والفنيين والحرفيين يعملون على تقديم الخدمات لطلبة الجامعات والمعاهد لجميع التخصصات العلمية والانسانية الوافدين من جميع محافظات العراق.

الفصل الثاني : الاطار النظري والدراسات السابقة

اولاً : الاطار النظري

مفهوم التفكير المفعم بالامل:

أشار «سنايدر» وآخرون (Snyder , Irving , & Anderson، ١٩٩١) إلى ما يسمى بالتفكير المفعم بالأمل، وأكدوا أن مفهومي التفكير المفعم بالأمل وطريقة التفكير الاستدلالي تطورت لدى الأطفال. فلدى كل طفل هدف يسعى للحصول عليه، ولديه خطة صغيرة لتنفيذ هذا الهدف، فالطفل الجائع على سبيل المثال لا يتوقف عن البكاء إلا إذا قدم له الطعام، ولذلك فإن البكاء يتوقف بمجرد توفر الطعام له، وتتطور الأفكار وطرق التعبير عنها لدى الطفل بتطور نموه وقدراته المعرفية.

وإذا كانت هذه النظرة للأطفال فما حال البالغين في نظرتهم للأمل وطرائق التفكير لحل المشكلات؟ إن إحدى سمات الفرد ذي الأمل المرتفع هو التركيز في العمل، وقد أوضحت البحوث المتعلقة بهذا الأمر أن الناس الذين يفكرون في أنفسهم قد يقعون في دائرة عدم الإنتاجية ولا يستطيعون التصدي والمواجهة للمشكلات. إن أصحاب الأمل المرتفع يصبحون مؤثرين بشكل خاص في تكوين أو رسم الخطط الخارجية بكيفية المواجهة، فإذا تصدت لهم عقبة في الطريق، فهم يستطيعون ابتكار طرق أخرى للحصول على ما يريدون (p ٩٤، Anderson ، ١٩٨٨). وهكذا فالأمل هو الذي يبعث في الإنسان الرغبة في العمل والأندفاع في مضمار الأبداع ويسوقه الى الجد والأجتهد حتى يصل به الى المنزلة الرفيعة والمكانة المرموقة في المجتمع (رضا ، ١٩٧٧، ص ١٩٠)، وقبل كل شيء خلق الله الإنسان وخلق معه الأمل واليأس لذا فإن هذين الشئيين يكمنان في شخصية الفرد وأن النفس هي التي

تتحكم بذلك ويمكن السيطرة على اليأس من خلال قوة شخصية الفرد لينفتح باب الأمل دوماً ويغلق باب اليأس لأن الله عزوجل يوصي الإنسان بعدم اليأس والقنوط ، والدليل على ذلك في قوله سبحانه وتعالى بسم الله الرحمن الرحيم ((قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْعَفُورُ الرَّحِيمُ)) (الزمر ، ٥٣) وقوله سبحانه وتعالى ((وَلَا تَيَاسُوا مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيَاسُ مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ)) (يوسف، ٨٧) .

وهناك مفهوم يرتبط بالأمل هو التفاؤل (Optimism) حيث أنه مواز لخط الأمل (Hope) والتفاؤل هو السيطرة الايجابية على مسيرة الشخص نحو تحقيق اهدافه. وقد تبوأ مفهوم التفكير المفعم بالامل مكانة متميزة عند علماء النفس والمفكرين وأصبح محور العديد من الآراء والدراسات النظرية والميدانية (Snyder, 1995.p31) إذ لاقى مفهوم التفكير المفعم بالامل اهتمام العلوم الاجتماعية ، لأنه يمثل قوة الفكر في مواجهة الأفكار المضادة لذلك اهتم علماء النفس ولاسيما الإنسانيون منهم بهذا المفهوم لما له من علاقة في مواجهة صعوبات الحياة وتحدياتها ولكنهم تناولوه بآراء وتفسيرات متنوعة بحسب تنوع وجهات نظرهم في التفكير المفعم بالامل(مهدي، ٢٠٠٩، ٢١).

فالتفكير المفعم بالامل هي إشارة أو علامة الضمان التي تمكن الفرد من العمل بشكل مستقل ووضع وتركيز الجهد تجاه تحقيق وتنفيذ الشخصية وبلوغ الأهداف (Johnson & Gene , 1965, 466) ويرتبط التفكير المفعم بالامل على الدوام بالحرية وبإمكانية المحافظة على الحيوية الحياتية فالحرية الشخصية وتحقيق الذات يرتبطان بالضبط الذاتي وبإمكانية تغيير البيئة المحيطة (كون، ١٩٩٢، ٦٨).

نظرية سنايدر في الأمل (Snyder, 1991):-

تشير هذه النظرية الى أهمية الأمل (Hope) من خلال الدراسات التي قام بها (Snyder) والتي عرف بها (الأمل) بأنه تفكير موجه نحو هدف أو غاية أو طموح وقد يكون مستقراً بعض الشيء عبر المواقف والأزمته ، ولقد جاءت أهمية الأمل من خلال ارتباطه

بمفاهيم كثيرة ومنها (السعادة، التفاؤل، الحب، تحقيق الذات، الأنجاز والنجاح، الثقة بالنفس، تقدير الذات ، حل المشكلات (Snyder, 1991, p.34)

ويشير (Snyder,1991) بأن الأمل وراء كل مايقوم به الإنسان للوصول الى الهدف والنتيجة الصالحة للفرد والمجتمع وهذا شيء طبيعي لو نظرنا الى تتبع أحداث الحياة الواقعية وتسلسلها لوجدنا أن اليأس يعالج بقوة أرادة الشخص وعزيمته الى أن يشق الطريق الصعب للوصول الى الأمل والتخلص من اليأس، واليأس يسبب الاحباط والفشل عندما يجعل الإنسان ذا شخصية مهزوزة ومقيدة عن الحركة نحو الأمل، وان الفرد عندما يتكبل بقيود اليأس ويرى انه من الصعوبة التخلص منها، وهذا تفكير خاطيء سلبي عن ذاته.

والإنسان الذي يمتلك القابلية والقدرة الكافية لكي يأمل دوماً ليصل الى غايته المنشودة بقوة شخصيته وأكتشافه الحل المناسب الذي يلائمه ويعمل على السيطرة على اليأس والتغلب عليه

بقوة الأرادة ، والإنسان بطبيعته لديه عملية حب الأستطلاع ولكي يكتشف قوة شخصيته عليه أن يصحح الأفكار عن ذاته ويتقبلها.

قدم (Snyder,1991) في نظريته تصوراً حول بعض المفاهيم ومنها(الأمل، الحب، التفاؤل) فالأمل يعبر عن ثقة الفرد بنفسه ، والحب يوجه الفرد نحو مستقبله، والتفاؤل يعطي القدرة والدعم المعنوي حول حياة الفرد، معنى ذلك كيفية أستخدام هذه المفاهيم من الناحية العقلية وبرمجتها للوصول الى الأهداف الواقعية الايجابية وتطبيقها في الحياة ، فالأمل يدفع الفرد لتحقيق رغبات ايجابية مناسبة ويزرع روح التفاؤل والحب لدى بني البشر .

فقد أشار (الأمل) بأنه دافع الفرد للوصول الى هدف ما ولديه الرغبة الصادقة المصحوبه بالتوقعات الايجابية والأعتماد على النفس بثقة عالية.

رأى (Snyder,1991) الأمل هو كل مايقوم به الإنسان للوصول الى الهدف والنتيجة الصالحة للفرد ، فالفرد كلما كان أيمانه بقدراته عالية أستطاع مواجهة صعوبات الحياة وأن قوة أرادته وعزيمته تجعله يتخلص من اليأس والوصول الى تحقيق الهدف.

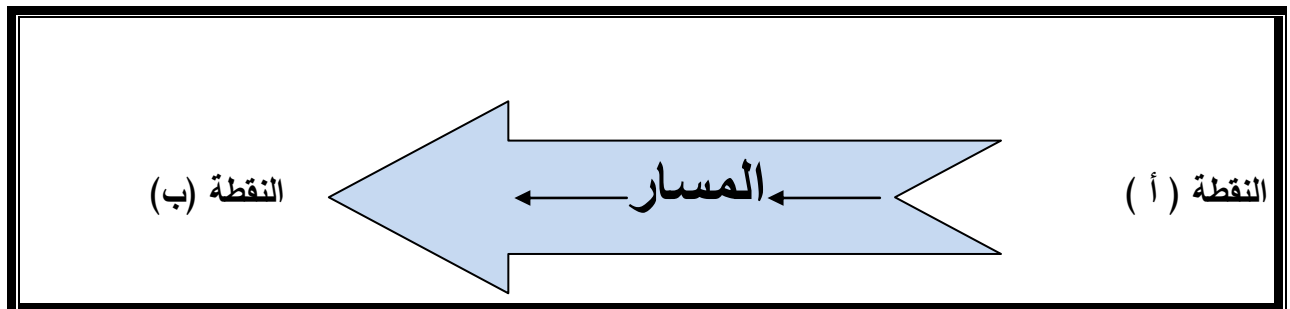
(Snyder, 1991 p.66, 69,90)

أفترضات الأمل في نظرية (304nyder.1991):-

هنالك تراكيب متطورة معرفية تهيو الفرد وتعزز قدراته وأستعداداته للوصول الى غايته والتي تشتمل على أحساس الفرد بالنجاح، وهنالك مكونات أساسيان مرتبطان مع بعضهما البعض في هذه النظرية:-

١- المكون الاول :- القوة التصميمية الموجهه نحو الهدف / ويقصد بها أن الأفراد تكون أرادتهم قوية وناجحة و لديهم تصميم موجه يسعون من خلاله الى تحقيق طموحاتهم ورغباتهم وأن لديهم دافعية توجههم نحو الهدف بصورة سليمة وثابتة.

٢- المكون الثاني :- قوة تنظيم المسار الموجه للوصول الى الهدف / وهذا يعني الفرد أن لديه (أستعداد معرفي) يتم فيها تخطيط مساره (الطريق) للوصول الى هدفه وقد تتحقق بعض الأستجابات أو الرغبات، وحسب القابلية المدركة التي تحرك مساره. (Snyder,1991, p.8) أي أن التفكير ب (المسار أو الطريق) ينظر إليه على أنه القابلية على تخيل المسار أو الطريق الذي يسلكه الفرد للوصول الى غاياته وطموحاته،حيث أن الفرد يخطط وينظم مساره ويوجه تفكيره ويضع خطة مدركة مناسبة كأن تكون نقطة(أ) وفي هذه النقطة يتم التخطيط فيها بكل دقة وموضوعية عبر هذا المسار وصولاً الى النقطة (ب) عند مرور الوقت كما موضحاً بالشكل التالي :-



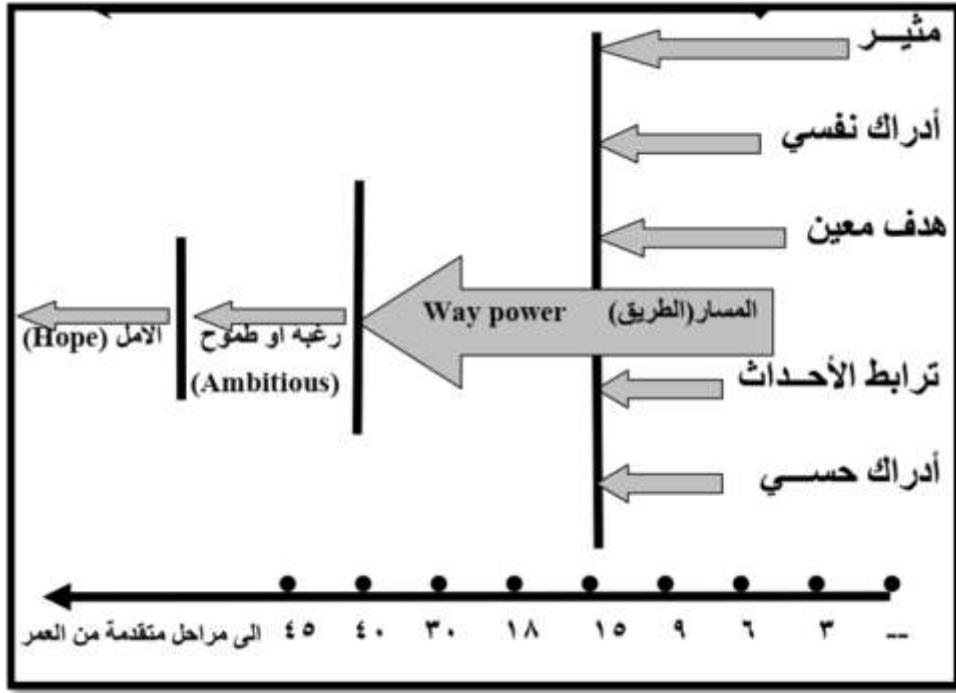
التخطيط الموجه من النقطة (ا) بوضع خطة محكمة ودقيقة عبر المسار وصولاً الى هدفه النقطة (ب)

(Snyder, 1991, p.8)

شكل (١) يوضح مسار التفكير

أي أن الاستعدادات المعرفية التي يتميز بها أصحاب الأمل تمكنهم لأيجاد أكثر من مسار (طريق) للوصول بفعالية مدركة والوصول الى الهدف المخطط من قبل، والخطة الموضوعية في مخيلته تجعله يرسم ويفكر في كيفية الوصول للتفكير المنطقي الذي يوصله الى الهدف المطلوب تحقيقه. (Snyder,1991,p.9)

وبعد المناقشة العلمية التي أجراها (Snyder,1991) حول موضوع الأمل والتي تبدأ منذ فترة الطفولة الأولى وحتى المراحل المتقدمة من العمر ، فقد أكد أن هنالك خطوات مهمة ومتطورة تحدث أثناء فترة الطفولة المبكرة الا أن هنالك عمليات مشتركة بين جميع المراحل العمرية ، فقد توصل في دراسته الى أن المولود الجديد لديه منظومة حسية يتم من خلالها الأنتغال التام بعملية الرضاعة وهذا يحدث منذاللحظة الأولى من ولادته، فالأستعدادات المعرفية تؤدي الى تنشيط المنظومة الحسية والتي يتم التوصل بموجبها الى تخطيط المسار الصحيح للوصول الى الهدف (الرضاعة) وهذا يعتبر أول لحظة من لحظات الأمل لديه ، وبعد تسلسل الأحداث يتم ربط الخبرات فيما بينها للحصول على النتائج الأيجابية. وفيما يلي مخطط يوضح كيفية الوصول الى الأمل منذ مراحل الطفولة الاولى حتى المراحل المتقدمة من العمر كما موضح في الشكل التالي : -



شكل (٢) تسلسل المراحل العمرية وتبدأ منذ الولادة وحتى مراحل متقدمة من العمر

(Snyder,1994,p.81)

في هذا المخطط تظهر كيفية تطور الأحداث وتسلسلها وصولاً للأمل حتى المراحل المتقدمة من العمر، في هذه المراحل يحدث تطور في أدراك الفرد مما يجعله ينظم معلوماته والأشياء الواردة اليه واستقبال المثيرات وتفسيرها تمهيداً لترجمتها الى أستجابة وهذه الأستجابة تجعله يواصل تخطيط المسار الصحيح للخريطة المرسومة في مخيلته للوصول الى هدفه، أن التفكير بالمسار (المسار) Way power جعل من الفرد يحول أفكاره في نتاج (قوة الإرادة) Will power والتي تكون مصدر للتخطيط المتسلسل المدرك له والتي تمكنه في البدء بالتفكير الذاتي الذي يثير أحساسه للوصول الى الرغبة أو الطموح وبالتالي الى الأمل الذي هو أساس العملية المخطط لها (Snyder,1994,p.82-83)

أن هنالك دافعية إيجابية تقوم على تخطيط أو رسم (Way power) قوة المسار والتخيل في كيفية الوصول الى الهدف المعين، وان قوة الإرادة (Will power) والأستعداد المعرفي لدى الأطفال والقابلية الإدراكية لديهم هي نفسها التي عند الفئات العمرية المختلفة وهذان

المكونان أو العنصران الأساسيان (Will power) (Way power) يحركان الشخص نحو رغباته وطموحاته المستقبلية .

وفي إشارة أخرى (Snyder) الى أن الأمل يكون مرتبطاً بـ استراتيجية عالية في حل المشكلة والمتمثلة بالمسار (الطريق) Way power فضلاً عن الدافعية التي يمتلكها الفرد والتي تُنفذ تلك المسارات (قوة الإرادة) Will power والتي بدورها تكون القوة الدافعة نحو الطموح ومن ثم الأمل. (Snyder,1994,p84) أهتمت الدراسات بموضوع الأمل وأرتباطه بالاستعدادات المعرفية وذلك بسبب التفكير المنطقي الذي يمتاز به أصحاب الأمل المرتفع اذ لديهم مرونة عالية بالتفكير لأيجاد الطرق المناسبة والسبل البديلة في حالة وجود أعاقه أو مشكلة قد تحدث أمام الخطة التي رسمت من قبلهم، فهناك بدائل منظمة تخطط أو تغير من تلك وتغيرها بالسرعة الممكنة ، ذلك أن الاستعدادات المعرفية التي يمتلكونها تستخدم من خلالها التفكير والخيال والتصور لحل المشكلات التي تواجههم، وعلى أي حال فان التخطيط المنطقي يؤدي الى استثمار عدة طرق لملائمة الهدف المراد تحقيقه رغم العوائق التي قد تصادفهم حتى لو كانت قاسية فعلاً وهذا يعتمد على أدراكهم للموقف والاستجابة له .

(Snyder,1994,p103)

ويرى الباحث أن للتفكير المفعم بالامل يسهم في تحقيق التكيف الانساني مع المشكلات النفسية والصحية وكذلك في المجال المهني كونه يحقق للفرد التفاؤل والشعور بالسعادة نحو تحقيق الاهداف لدى شريحة الموظفين كونهم سيواجهون مشكلاتهم الانفعالية من خلال تفكيرهم الايجابي المفعم بالامل .

لذلك اعتمد الباحث نظرية سنايدر Snyder في الامل والافكار المشتقة من العلاج المعرفي السلوكي ، والعلاج بفنية غرس الامل أو سرد القصص أو ما يعرف بالعلاج بالروائي وقد اشتق الباحث مجالين من النظرية وكذلك من خلال مراجعته للأدبيات السابقة كونها تعتبر مكونان أساسيان لتكوين التفكير المفعم بالامل .

المجال الاول : مسارات التفكير ويقصد بها قدرة الفرد على إيجاد انسب الطرق والبدائل لتحقيق اهدافه (أحمد عبد الخالق ، ٢٠٠٤) والتي من خلالها يستطيع الفرد الوصول إلى هدفه من خلال استخدام البديل المناسب الذي يحقق طموحاته والتي تتسجم مع إمكانياته وقدراته .

المجال الثاني : قوة التفكير ويقصد بها قدرة الفرد على استخدام المسارات أو السبل لتحقيق أهدافه (Irving , et al.,1998:196-197) والتي تختلف من فرد إلى آخر وفق رؤيته للأشياء والاحداث التي يمر بها خلال فترة حياته

ثانياً: الدراسات السابقة

ت	اسم الباحث	عنوان الدراسة	حجم العينة	منهج الدراسة	وسائل الدراسة	نتائج الدراسة
١	ميادة عبد الحسن عباس الصالحي (٢٠٠٥)	الامل وتحقيق الاهداف وعلاقتها بالمكانة النفسية والاجتماعية لدى طلبة الجامعة	٣٠٠ طالب وطالبة	وصفي	معامل ارتباط بيرسون الاختبار التائي لعينة واحدة T-test الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تحليل التباين التائي معادلة الفاكرونباخ معادلة الاختبار التائي لمعامل الارتباط معادلة معامل الارتباط	ليس هنالك فروق في الامل لدى طلبة الجامعة على وفق متغير تخصص (علمي انساني) هنالك فروق ذات دلالة احصائية وفق متغير الجنس (ذكور - اناث) ولصالح الذكور وليس هناك فروق في تحديد الاهداف على وفق متغير تخصص (علمي انساني) هنالك فروق ذات دلالة احصائية في تحقيق الاهداف وفق متغير الجنس (ذكور - اناث) لصالح الذكور ان افراد العينة لديهم مكانة نفسية اجتماعية هنالك ذات دلالة احصائية بين الامل وتحقيق الاهداف لدى طلبة الجامعة
٢	رائد ابراهيم محسن (٢٠٠٧)	برنامج ارشادي مقترح لتنمية الامل لدى طلاب الجامعة	١٥٠ طالباً	تجريبي	معامل ارتباط بيرسون طريقة إعادة الاختبار (T.Test) الوسط المرجح	ان فاقد الامل لا يتماكون انفسهم عند الغضب ولديهم انفعالات سلبية مقارنة بالافراد الذين لديهم امل مرتفع

الفصل الثالث : اجراءات البحث

مجتمع البحث:

يعد تحديد مجتمع البحث خطوة رئيسة يجب القيام بها قبل تحديد نوع العينة, إذ يجب على الباحث تعريف وتحديد المجتمع الذي ستؤخذ العينة منه تعريفاً دقيقاً ومعرفة المفردات المكونة له سواء كان مجتمعاً كبيراً او صغيراً حسب نوع الدراسة التي يسعى الباحث لدراستها (بن شلهوب، ٢٠١٦:٢٠٤) إذ ان مجتمع البحث هو جميع الأفراد والأشياء أو العناصر الذين لهم خصائص واحدة يمكن ملاحظتها (أبو علام، ١٥٤، ٢٠٠٦) وتكون مجتمع البحث الحالي من :

١- **مجتمع الأقسام الداخلية:** تكون مجتمع البحث الحالي من جميع مجتمعات الأقسام الداخلية التابعة إلى جامعتي بغداد والمستنصرية للعام (٢٠٢٠-٢٠٢١) والبغدادية (٢٠٢١) والبالغ عددها (١٦) مجتمعا، ضمنها مقر قسم شؤون الأقسام الداخلية حسب كتاب قسمي شؤون الأقسام الداخلية لجامعتي بغداد والمستنصرية* كما مبين في الجدول (٢).

٢ - **مجتمع الموظفين:** يشتمل مجتمع الموظفين، على موظفي مجتمعات الأقسام الداخلية لجامعتي بغداد والمستنصرية للعام (٢٠٢٠-٢٠٢١) والبالغ عددهم (٦٩٦) موظفاً موزعين على مجتمعات ومقر قسم شؤون الأقسام الداخلية التابع الى الجامعتين المذكورتين أعلاه
التصميم التجريبي:

يشير التصميم التجريبي الى الإطار الفكري الذي تجرى ضمنها التجربة ، إذ ان التصميم هو خطة وبناء عملية لتنفيذ التجربة فيوضع إطار عام يتضمن ما سيفعله ويقوم به الباحث ابتداءً من وضع الفرضيات والتحليل الإحصائي الى البيانات التي جمعها ، أما البناء فيعني الهيكل أو التنظيم أو التصور لعناصر الخطة التي ترتبط بطرق محددة (أبو زينة والبطش ، ٢٠٠٧: ٢٣١)
والشكل (١) يوضح ذلك .

اختبار بعدي	برنامج ارشادي	تــكــافؤ المجموعتين	اختبار قبلي	المجموعة التجريبية	المجموعتين
اختبار بعدي	دون برنامج ارشادي		اختبار قبلي	المجموعة الضابطة	

الشكل (١)

التصميم التجريبي المستعمل في البحث (أعداد الباحث)

منهج البحث:

اعتمد الباحث منهج البحث التجريبي، إذ يعد هذا المنهج من أكثر مناهج البحث دقة وموضوعية حيث يستعمله العلماء لمعالجة متغير أو أكثر من المتغيرات المستقلة لمعرفة أثرها على المتغيرات التابعة (المنيزل و العتوم ، ٢٠١٠ : ١٨٨)

عينة البحث:

عينة البحث هي: مجموعة جزئية يتم اختيارها من المجتمع الأصلي للبحث بحيث تمثل هذه العينة المجتمع الذي اختيرت منه وتعمل على تحقيق أغراض البحث (عبّاس وآخرون، ٢٠٠٩، ٢١٨)، أي يجب ان تكون العينة ممثلة للمجتمع وخصائصه وهدف اختيارها لتعميم النتائج التي يحصل عليها الباحث منها على المجتمع بأكمله (النوار، ٢٠١١: ٩٤).

وقد اختار الباحث عينة البحث وفق الخطوات الآتية:

١ - **عينة الموظفين:** اختار الباحث عينة من الموظفين التي تقع ضمن مجتمع مجتمعات الأقسام الداخلية بالطريقة الطبقيّة العشوائية ذات التوزيع المتناسب، حيث قام بضرب حجم الطبقة في حجم العينة المختارة مقسومة على العدد الكلي للموظفين، واستخدم الباحث عددا من العينات في البحث الحالي .

العينة الاستطلاعية لتطبيق المقياس:

اختار الباحث (٣٠) موظفا يعملون في قسم شؤون الأقسام الداخلية في الجامعة المستنصرية ، بشكل عشوائي ، لغرض معرفة مدى وضوح فقرات المقياس ومدى فهم التعليمات وكذلك حساب الوقت المستغرق للإجابة.

عينة التحليل الإحصائي

اختار الباحث حجم عينة التحليل الاحصائي من خلال العوامل التي توفر الدقة المطلوبة وبأقل التكاليف وهذه العوامل هي : سمة المجتمع الأصلي ، نوع التصميم التجريبي ، دقة البحث (علوان، ٢٠١٥:٩٠) ، اذ ترى انستازي (٣٣ ، Anastasi,19٨٨) انه يفضل ان تكون عينة التحليل الاحصائي (٤٠٠) ، فردا ، وذلك لسهولة ترتيب وتقسيم عينة البحث الى مجموعتين متطرفتين (٢٧%) عليا ، و(٢٧%) دنيا، بحيث يكون عدد كل مجموعة اعلى من (١٠٨) مستجيبا لتكون عينة مثالية من حيث الحجم والتباين (٣٣ ، Anastasi,19٨٨) وقد اختار الباحث (٦) مجموعات من مجتمعات من مجتمعات الأقسام الداخلية، بالطريقة الطبقيّة العشوائية ذات التوزيع المتناسب ، وقد استبعد المجمعات الخاصة بالطالبات وكذلك مجمعي (السلام) وابن (الهيثم) لأختيارهما كعينتي برنامج ، حيث تم اختيار (٣٠٠) موظفا والغرض من استعمال هذه العينة لأستخراج المؤشرات الاحصائية وكذلك الصدق والثبات للمقياس

عينة البرنامج الإرشادي (التجريبية والضابطة):

اختار الباحث عينة مقدارها (٧٨) موظفا من مجمعي (ابن الهيثم) و(السلام) للأقسام الداخلية التابعة لجامعتي بغداد والمستنصرية ، بواقع (٤٦) موظفا لمجمع (السلام) و(٣٢) موظفا لمجمع (ابن الهيثم) لغرض تطبيق مقياس التفكير المفعم بالأمل ، وبعد تصحيح استمارات المقياس تم التوصل الى الآتي:

١ - بلغ عدد الموظفين لدى افراد المجموعة التجريبية الذين لديهم تدني في متغير التفكير المفعم بالأمل وبحسب درجة القطع (المتوسط الفرضي) البالغة (٩٦) درجة

في مجمع (ابن الهيثم)(١٨) موظفا تراوحت درجاتهم بين (93 - 65) درجة ، تم اختيار (١٠) موظفا منهم بصورة عشوائية ، من اللذين حصلوا على ادنى الدرجات على مقياس التفكير المفعم بالأمل ، لغرض تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي.

٢- بلغ عدد الموظفين لدى افراد المجموعة الضابطة ، اللذين لديهم تدني في متغير التفكير المفعم بالامل وبحسب درجة القطع (المتوسط الفرضي) البالغة (٩٦) درجة في مجمع (السلام) (٢٩) موظفا ، تراوحت درجاتهم بين (٦٢ - ٩١) درجة ، تم اختيار (١٠) موظفا منهم بصورة عشوائية ، من اللذين حصلوا على ادنى الدرجات على مقياس التفكير المفعم بالأمل ، اللذين لم يخضعوا الى جلسات البرنامج الإرشادي ، وقد اختار الباحث المجمعين اعلاه بصورة قصدية وذلك لقربهما من بعضهما وكذلك للتقارب الثقافي والاجتماعي بينهما، لغرض تطبيق مقياس التفكير المفعم بالامل على عينة البحث .

أداتا البحث:

تتطلب إجراءات البحث مقياساً لقياس التفكير المفعم بالامل لدى موظفي الاقسام الداخلية وبناء برنامج إرشادي.

: التحليل الأحصائي للفقرات :

تضمنت إجراءات التحليل الأحصائي للفقرات ما يأتي:

١. الصدق الظاهري:

يعني الصدق عند تايلر (Tyler) هو القدرة على قياس ما يفترض قياسه (Tyler,1971,p.15) ، ومدى تحقيق الاختبار لمطالبه (السيد،١٦٤،٢٠١١) ، إذ إن الاختبار الصادق قد يصلح لقياس الجانب المقصود قياسه، وهذا يعني أن الاختبار يعطي درجة تعدد هذه انعكاساً أو تمثيلاً لقدرة الشخص (ربيع،١١٣،٢٠٠٩).

تم عرض المقياس بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين والأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والقياس والتقويم ، ملحق (٥) وذلك للتأكد من صلاحية التعليمات، وصلاحية الفقرات ومدى ملاءمتها لقياس التفكير المفعم بالأمل وأيضاً من خلال التعريف الذي اعتمده الباحث للمقياس الموجه إلى المحكمين.

واستناداً إلى آراء المتخصصين والمحكمين تم تعديل بعض الفقرات وكذلك حذف واستبعاد بعض الفقرات إذ تم استبعاد (٥) فقرات من فقرات المقياس بالصيغة الأولية المؤلفة من (٣٧) فقرة كما موضح في الجدول () ، لأن الفقرات المستبعدة كافة ، لم تحصل على دلالة إحصائية عند استعمال مربع كاي لمعرفة دلالتها، بوصفه معياراً للموافقة على الفقرات، إذ يشير المتخصصين في مجال القياس والتقويم على ضرورة بقاء الفقرات أو البنود التي تحصل على دلالة إحصائية واستبعاد الفقرات التي لم تحصل على ذلك (بلوم، ١٩٨٣، ١٢٦) ، وقد راجع الباحث التعليمات وملاحظات المحكمين، وبذلك تألفت الصورة النهائية للمقياس من (٣٢) فقرة ملحق (٧) هذا وقد حصل مقياس التفكير المفعم بالأمل حسب آراء المحكمين والمتخصصين على نسبة اتفاق عالية كما مبين في الجدول (١٣) بعد ان تم استخراج قيم مربع كاي للتعرف على صلاحية فقرات المقياس، وكانت دالة عند مقارنتها بالقيمة الجدولية (٣.٨٤) عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (١) ، كما تم توضيحه في الجدول (١٣) .

٢. صدق البناء :

يُعدُّ صدق البناء من أكثر أنواع الصدق قبولاً، وقد أفاد الكثير من المتخصصين أنه يتلاءم مع جوهر مفهوم ايبل (Ebel) للصدق في تشبع المقياس بالمعنى وأن هذا النوع من الصدق يحاول فيه الباحث معرفة طبيعة الظاهرة السلوكية التي يسعى المقياس لقياسها (الصمادي والدرايع، ٢٠٠٤، ١٩٨).

وقد تحقق صدق البناء عن طريق مجموعة من المؤشرات ، من خلال إيجاد معاملات التمييز للفقرات الجدول () ، وكذلك من خلال إيجاد معامل ارتباط الفقرة

بالدرجة الكلية للمقياس الجدول () ، وأيضاً علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه الجدول () ، ومن خلال علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس الجدول () وأخيراً عن طريق إيجاد مصفوفة معاملات الارتباط بين مجالات المقياس الجدول () ، أن الغرض من هذا الأداء هو الاحتفاظ بالفقرات المميزة، وكذلك أظهر مدى دقتها في قياس ما وضعت لقياسه وأيضاً استبعاد وحذف الفقرات غير المميزة.

وتم تحقيق ذلك من خلال ما يأتي :

أ. القوة التمييزية للفقرات:

لحساب القوة التمييزية لجميع فقرات مقياس التفكير المفعم بالأمل قام الباحث باستخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين كما يأتي:

- تطبيق المقياس المؤلف من (٣٢) فقرة بعد أن تم الحصول على الصدق الظاهري على عينة البحث البالغة (٣٠٠) موظفاً من موظفي الاقسام الداخلية ، وبعد التطبيق تم إعطاء درجة لكل إجابة عن كل فقرة على وفق طريقة تصحيح مقياس التفكير المفعم بالأمل.

- ترتيب الدرجات الكلية التي حصل عليها أفراد العينة تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة.

اختيار (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات في مقياس التفكير المفعم بالأمل والبالغ عددها (٨١) استمارة، و (٢٧%) من مجموع الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا والبالغ عددها (٨١) استمارة، إذ أصبح لدى الباحث مجموعتين عليا ودنيا بلغ مجموعهما (١٦٢) استمارة.

- بعد أن تم تحديد المجموعتين العليا والدنيا استعمل الباحث الاختبار (التائي لعينتين مستقلتين) لأختبار الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من

فقرات المقياس، إذ عدت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً على تمييز الفقرة، وعند موازنة القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة بالقيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٦٠) تبين أن جميع الفقرات مميزة، والجدول (١٥) يوضح ذلك :

الجدول (١٥)

القيم التائية لفقرات مقياس التفكير المفعم بالأمل بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيم التائية المحسوبة	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	2.1235	.84236	1.6420	.84126	3.640	دالة
٢	4.0370	.69722	3.0247	1.35992	5.962	دالة
٣	1.8272	.49473	1.1605	.45980	8.884	دالة
٤	2.9506	1.19270	2.4568	1.40579	2.411	دالة
٥	1.6543	.83905	1.3457	.65499	2.610	دالة
٦	2.2716	.80642	1.9012	1.03205	2.545	دالة
٧	4.1852	.67289	3.6543	.74432	4.762	دالة
٨	2.0247	.67036	1.7654	.57601	2.640	دالة
٩	4.0741	.60782	3.5679	.82064	4.461	دالة
١٠	1.8148	1.28560	1.3086	.56218	3.247	دالة
١١	1.6296	.66039	1.2469	.43390	4.359	دالة
١٢	4.5309	.50216	4.2099	.89045	2.826	دالة
١٣	4.5926	.49441	4.1975	.84291	3.638	دالة
١٤	4.8519	.35746	3.7901	.97103	9.235	دالة
١٥	4.0123	.58081	3.1728	.87736	7.181	دالة
١٦	4.5185	.69121	3.0741	1.47290	7.990	دالة

دالة	6.848	.76819	3.9012	.59809	4.6420	١٧
دالة	12.822	.50277	3.5185	.50216	4.5309	١٨
دالة	3.132	.85761	4.1975	.50123	4.5432	١٩
دالة	16.581	.72457	1.3333	.82627	3.3580	٢٠
دالة	15.424	.74349	1.4815	.93657	3.5309	٢١
دالة	11.290	1.19373	2.5556	.64765	4.2593	٢٢
دالة	11.252	.96241	1.5432	1.04675	3.3210	٢٣
دالة	12.635	.42637	1.2346	.99412	2.7531	٢٤
دالة	11.114	.90233	2.6173	.93541	4.2222	٢٥
دالة	18.383	.78548	1.6049	1.01242	4.2222	٢٦
دالة	17.661	.49845	1.4321	.81612	3.3086	٢٧
دالة	2.055	.52293	1.4321	.94640	1.6790	٢٨
دالة	9.633	.36683	1.1235	.75788	2.0247	٢٩
دالة	2.931	.86940	1.7160	.89976	2.1235	٣٠
دالة	3.738	.93541	3.6667	.57842	4.1235	٣١
دالة	3.275	1.43566	3.7037	.51908	4.2593	٣٢

ب. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

أنَّ هذه الطريقة من الطرق المستخدمة في حساب الاتساق الداخلي للمقياس وأنها تتم لتحديد فيما إذا كانت كل فقرة تقيس الوظيفة نفسها التي تقيسها باقي الفقرات الأخرى للمقياس، أي أن جميع فقرات المقياس تقيس السمة أو المعنى الذي تقيسه درجة المقياس الكلية، وأنَّ المقياس في ضوء هذا المؤشر أو الارتباط يملك صدقاً بنائياً (أحمد، ١٩٨١، ٢٩٣).

لقد تم استخراج مقدار العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس بوساطة معامل ارتباط بيرسون باستخدام عينة التحليل ذاتها، إذ تم مقارنة قيم معامل الارتباط بالقيمة الجدولية، وقد تبين أن معاملات الارتباط دالة في قياس ما وضعت من أجله، إذ كانت

جميعها ذات دلالة إحصائية؛ لأن القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠.١١٣) عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨)، والجدول (١٦) يوضح ذلك:

الجدول (١٦)

قيم معامل ارتباط بيرسون لعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياسالتفكير المفعم بالأمل

ت	قيمة معامل الارتباط	الدالة	ت	قيمة معامل الارتباط	الدالة
١	٠.٢١٢	دالة	١٧	٠.٤٥٧	دالة
٢	٠.٤٥٥	دالة	١٨	٠.٤٨٦	دالة
٣	٠.٤٥٩	دالة	١٩	٠.٢٧٧	دالة
٤	٠.٣٦٠	دالة	٢٠	٠.٥٢١	دالة
٥	٠.٣٠٩	دالة	٢١	٠.٦٥١	دالة
٦	٠.٢٦٠	دالة	٢٢	٠.٦٣٢	دالة
٧	٠.٤١٤	دالة	٢٣	٠.٦٠٠	دالة
٨	٠.١٥٨	دالة	٢٤	٠.٧٠٠	دالة
٩	٠.٢٨٨	دالة	٢٥	٠.٥٨٩	دالة
١٠	٠.٤٠١	دالة	٢٦	٠.٦١٧	دالة
١١	٠.٢٥٠	دالة	٢٧	٠.٦٢٣	دالة
١٢	٠.٣٦٦	دالة	٢٨	٠.٠٩٩	دالة
١٣	٠.٣٦٢	دالة	٢٩	٠.٤٦٤	دالة
١٤	٠.٦٣٣	دالة	٣٠	٠.٣٠٤	دالة
١٥	٠.٤٠١	دالة	٣١	٠.٣٠٦	دالة
١٦	٠.٤٧٣	دالة	٣٢	٠.٣٩٣	دالة

ج. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه :

لإيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة ودرجة المجال الذي تنتمي إليه استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون، وقد تبين أنّ جميع قيم معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (٠.١١٣) عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) والجدول (١٧) يوضح ذلك :

الجدول (١٧)

قيم معامل ارتباط بيرسون لعلاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه.

ت	المجال	ت (الفقرة)	قيم معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	مسارات التفكير	١	٠.٣٢١	دالة
		٢	٠.٤٩٩	دالة
		٣	٠.٤٨٦	دالة
		٤	٠.٥٥١	دالة
		٥	٠.٤٧٤	دالة
		٦	٠.٢٣٠	دالة
		٧	٠.٣٥٣	دالة
		٨	٠.٢٨٦	دالة
		٩	٠.٣٥٨	دالة
		١٠	٠.٥٥٣	دالة
		١١	٠.٢٤٩	دالة
		١٢	٠.٤٢٢	دالة
		١٣	٠.٤٢٠	دالة
		١٤	٠.٥٦٣	دالة
		١٥	٠.٣٩٥	دالة
				١٦

دالة	٠.٤١٦	١٧	قوة التفكير	٢
دالة	٠.٥٨١	١٨		
دالة	٠.٢٩٤	١٩		
دالة	٠.٥٦٧	٢٠		
دالة	٠.٧٢٨	٢١		
دالة	٠.٥٩١	٢٢		
دالة	٠.٦٠٢	٢٣		
دالة	٠.٦٨٧	٢٤		
دالة	٠.٥٦١	٢٥		
دالة	٠.٧٤١	٢٦		
دالة	٠.٧٢٠	٢٧		
دالة	٠.٢١٨	٢٨		
دالة	٠.٤٩٥	٢٩		
دالة	٠.٣٢٨	٣٠		
دالة	٠.٣٠٥	٣١		
دالة	٠.٣٤٢	٣٢		

د. علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس:

لمعرفة العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية للمجال والدرجة الكلية للمقياس استعمل الباحث معامل (ارتباط بيرسون) لحساب العلاقة الارتباطية بين المجالين وتبين ان

هناك علاقة ارتباطية طردية عالية بينهما، عند المقارنة مع القيمة الجدولية البالغة (٠.١١٣) ومستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) والجدول (١٨) يوضح ذلك:

الجدول (١٨)

القيم الاحصائية لمعامل ارتباط بيرسون لعلاقة الدرجة الكلية للمجال بالدرجة الكلية للمقياس

ت	المجال	معامل الارتباط	قوة العلاقة
١	مسارات التفكير	٠.٨٦٨	طردية موجبة عالية
٢	قوة التفكير	٠.٩٤٢	طردية موجبة عالية

هـ. مصفوفة ارتباطات مجالي مقياس التفكير المفعم بالأمل :

لمعرفة العلاقة الارتباطية بين مجالي مقياس التفكير المفعم بالأمل ، استعمل الباحث (معامل ارتباط بيرسون) إذ تم عمل مصفوفة ارتباطية لعلاقة درجة كل مجال بالمجال الآخر ، وقد تبين ان هناك علاقة ارتباطية طردية موجبة بين المجالين عند المقارنة مع القيمة الجدولية البالغة (٠.١١٣) ومستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) والجدول (١٩) يوضح ذلك :

الجدول (١٩)

مصفوفة ارتباطات مجالات مقياس التفكير المفعم بالأمل

المجالات	مسارات التفكير	قوة التفكير
مسارات التفكير	١	٠.٦٥١
قوة التفكير	٠.٦٥١	١

مؤشرات الثبات:

يعد ثبات المقياس خاصية أساسية في الاختبارات النفسية والتربوية، إذ إنّ ثبات المقياس من أدوات القياس التي تعطي درجة عالية من الدقة والاتقان والاتساق، إذ

انها تزودنا ببيانات عن السلوك المفحوص (مجيد، ٢٠١٣: ١٢٤)، وإنَّ من شروط المقياس الجيد أن يتمتع بثبات مرتفع (الطيريري، ١٩٩٧، ١٨٥) بإذ يعكس الاتساق مستوى الأداء والاستقرار في النتائج عبر مُدَّة من الزمن (Baron, 1981, 418).

وقد تم استخراج الثبات لمقياس التفكير المفعم بالأمل بطريقتين هما:

أ- طريقة الاختبار - وإعادة الاختبار:

من الطرق التي يمكن الحصول فيها على قياسات متكررة للمجموعات نفسها من الافراد ولقياس السمة ذاتها هو تطبيق الاختبار نفسه مرتين تزودنا هذه الطريقة بعلامتين لكل مفحوص ومعامل الثبات في هذه الحالة هو معامل الاستقرار (ملحم، ٢٠١٠ : ٢٥٧) ، إذ استخرج الباحث معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار من خلال تطبيق المقياس على افراد عينة مؤلفة من (٣٠) موظفا وبعد مرور مدة زمنية بحدود اسبوعين تم تطبيق المقياس على افراد العينة نفسها مرة اخرى، اذ يرى ادمز (Adams) أن اعادة تطبيق المقياس للتعرف على ثباته يجب ان لا تقل هذه المدة عن اسبوعين (Adams, 1964:8) تم حساب (معامل ارتباط بيرسون) بين درجات الموظفين في الاختبار الاول والثاني وقد بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٨٦).

ب. طريقة ألفا كرونباخ :

تعد إحدى طرائق التجانس في حساب معاملات الثبات ، وتعمل هذه الطريقة على حساب الارتباط بين درجات عينة الثبات على جميع فقرات المقياس ، ويوضح معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة اتساق أداء الفرد من فقرة لأخرى إلى التجانس الداخلي بين فقرات المقياس (Cronbach, 1951:298)، ولإستخراج معامل الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ، قام الباحث بإستعمال هذه المعادلة على عينة الثبات البالغ عددها (٣٠٠) موظفا، وقد بلغ معامل الثبات لمقياس التفكير المفعم بالأمل (٠.٨٥) وهو معامل ثبات جيد ، ، إذ يشير (أحمد، ١٩٨١) إلى أن معامل الثبات الذي يزيد

أو يساوي عن (٧٢%) يعدُّ مقياس جيد ومقبول (أحمد، ١٩٨١، ١٢٩)، وبالتالي يمكن القول بأن البحث الحالي توصل للبناء اداة لقياس التفكير المفعم بالأمل، يتمتع بمؤشرات الصدق والثبات، وكذلك مؤشرا على تحليل المواقف وكفاءتها للتمييز بين المستجيبين.

وصف المقياس بصيغته النهائية:

بعد اكتمال بناء الأداة بصيغتها النهائية أصبح المقياس يتكون من (٣٢) فقرة ملحق (٦) موزعة على مجالينهما: (مسارات التفكير) الذي تالف من (١٦) فقرة وقوة التفكير الذي تالف من (١٦) فقرة)، اما بدائل الإجابة فهي: (تتطبق عليّ دائماً، تتطبق عليّ غالباً، تتطبق عليّ أحياناً، تتطبق عليّ نادراً، لا تتطبق عليّ أبداً)؛ لذا فإن أقل درجة يحصل عليها للمستجيب هي (٣٢)، واعلى درجة هي (١٦٠) والمتوسط الفرضي للمقياس هو (٩٦)، وكلما زادت درجة المستجيب على المتوسط الفرضي يعدُّ ذلك مؤشراً على وجود التفكير المفعم بالأمل، وكلما انخفضت درجة المستجيب عن المتوسط الفرضي يعدُّ ذلك مؤشراً على انخفاض التفكير المفعم بالأمل لديه .

المؤشرات الإحصائية لمقياس التفكير المفعم بالأمل:

إن توزيع المقاييس النفسية والتربوية يتم توزيعها توزيعاً اعتدالياً بين افراد المجتمع المدرس ، اذ ان استخراج مؤشرات احصائية للمقياس يوضح ذلك مدى توزيع افراد العينة توزيعاً طبيعياً ، ويكون هذا لتوزيع معيارا للحكم ،على مدى تمثيل العينة للمجتمع الاصلي ، والدقة في تعميم النتائج (الخفاجي ، ٢٠١٦، ٦٩) اذ قام الباحث بالحصول على المؤشرات الاحصائية لمقياس التفكير المفعم بالأمل، من خلال تطبيق برنامج (SPSS الاحصائي) لأفراد العينة جميعها والبالغ عددها (٣٠٠) موظف او الجدول (٢٠) يوضح ذلك:

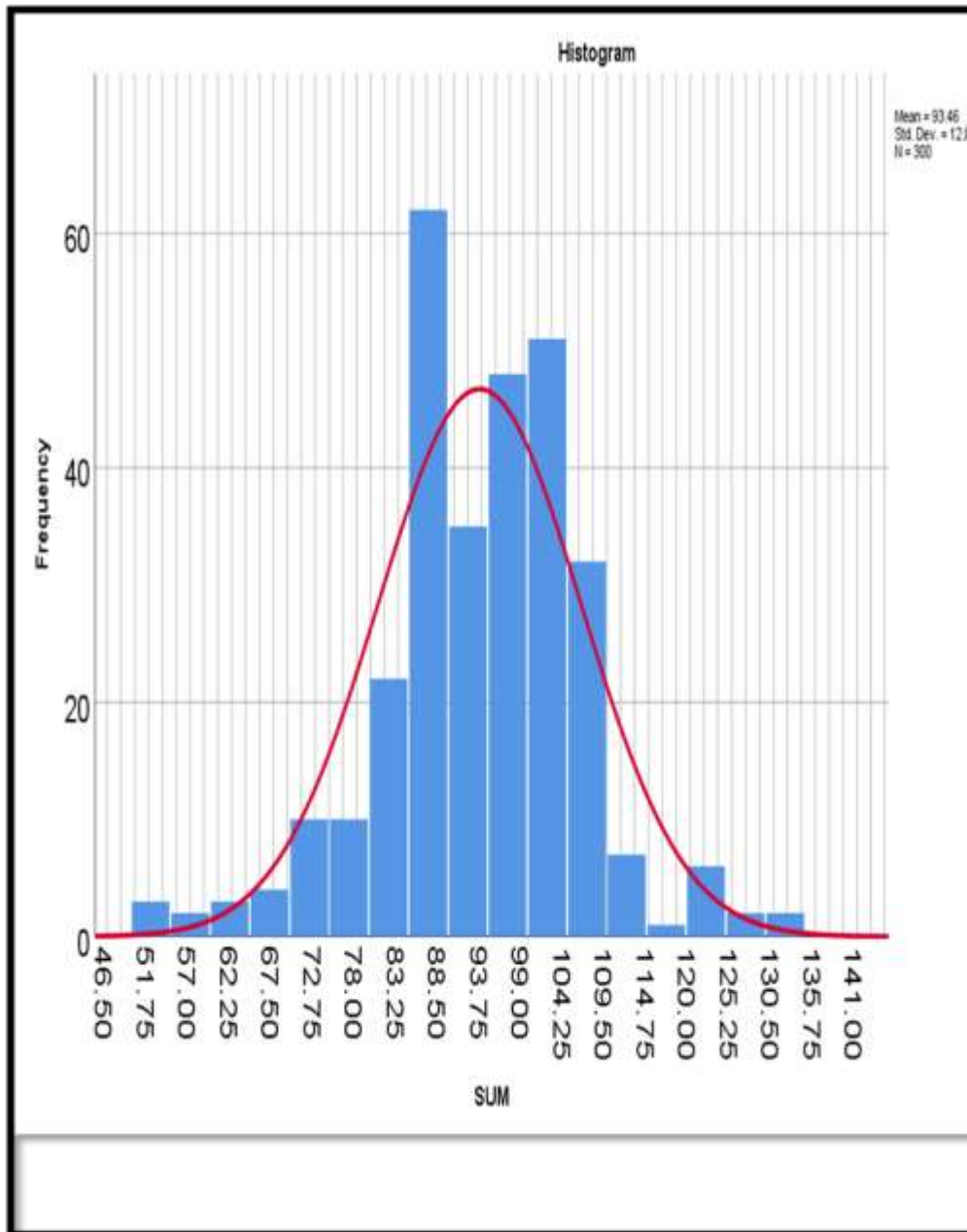
الجدول (٢٠)

المؤشرات الإحصائية لمقياس التفكير المفعم بالامل.

الدرجات	المؤشرات الإحصائية	
93.4633	Mean	المتوسط الحسابي
.73949	Std.error of Mean	الخطأ المعياري للمتوسط
93.0000	Median	الوسيط
91.000	Mode	المنوال
12.80842	Std. deviation	الانحراف المعياري
164.056	Variance	التباين
-.307	Skewness	الألتواء
.141	Std.error of skewness	الخطأ المعياري للالتواء
1.326	Kurtosis	التفرطح
.281	Std.error of Kurtosis	الخطأ المعياري للتفرطح
82.00	Range	الممدى
52.00	Minimum	أقل درجة
134.00	Maximum	أعلى درجة
28039.00	Tatal	المجموع الكلي

الشكل (٤)

منحنى التوزيع الأعتدالي لتوزيع درجات عينة البحث على مقياس التفكير المفعم بالأمل



وصف المقياس بصيغته النهائية:

بعد اكمال بناء الأداة بصيغتها النهائية أصبح المقياس يتكون من (٣٢) فقرة ملحق (٦) موزعة على مجالينهما: (مسارات التفكير) الذي تالف من (١٦) فقرة وقوة التفكير الذي تالف من (١٦) فقرة)، اما بدائل الإجابة فهي: (تتطبق عليّ دائماً، تتطبق عليّ غالباً، تتطبق عليّ أحياناً، تتطبق عليّ نادراً، لا تتطبق عليّ أبداً)؛ لذا فإن أقل درجة يحصل عليها للمستجيب هي (٣٢)، واعلى درجة هي (١٦٠) والمتوسط الفرضي للمقياس هو (٩٦)، وكلما زادت درجة المستجيب على المتوسط الفرضي يعدّ ذلك مؤشراً على وجود التفكير المفعم بالامل، وكلما انخفضت درجة المستجيب عن المتوسط الفرضي يعدّ ذلك مؤشراً على انخفاض التفكير المفعم بالامل لديه .

المؤشرات الإحصائية لمقياس التفكير المفعم بالامل:

إن توزيع المقاييس النفسية والتربوية يتم توزيعها توزيعاً اعتدالياً بين افراد المجتمع المدرس ، اذ ان استخراج مؤشرات احصائية للمقياس يوضح ذلك مدى توزيع افراد العينة توزيعاً طبيعياً ، ويكون هذا لتوزيع معيارا للحكم ،على مدى تمثيل العينة للمجتمع الاصلي ، والدقة في تعميم النتائج (الخفاجي ،٢٠١٦،٦٩) اذ قام الباحث بالحصول على المؤشرات الاحصائية لمقياس التفكير المفعم بالامل، من خلال تطبيق برنامج (SPSS الاحصائي) لأفراد العينة جميعها والبالغ عددها (٣٠٠) موظف .

الفصل الرابع : البرنامج الارشادي**الأساليب والفنّيّات الإرشادية:**

اعتمد الباحث على أساليب وفنّيّات النظرية المتبناة ، حيث اعتمد على فنّيّات العلاج السلوكي الجدلي وفق نظرية لينهان .

فنيات الاسلوب الجدلي السلوكي:- (لينهان) :

استخدمت (لينهان) التقنيات الإرشادية في العلاج السلوكي الجدلي وهي:

١- **اليقظة العقلية Mindfulness**: ويقصد بها حالة من الوعي المتوازن الذي يُجنب الفرد النقيضين من الإفراط الكلي في الهوية الذاتية، وعدم الارتباط بالخبرة، إذ يتبع الفرد رؤية واضحة لقبول الظاهرة النفسية والانفعالية كما تظهر. كما تعني أيضاً الانفتاح على عالم الأفكار والمشاعر والأحاسيس المؤلمة والخبرات غير السارة لدى الفرد، والذي يتضمن معاشة الخبرة في اللحظة الحاضرة بشكل متوازن (Neff, 2003b: 85).

لذلك، تتطلب اليقظة أيضاً اتخاذ أسلوب متوازن في التعامل مع الانفعالات السلبية للشخص، لأن تلك المشاعر قد تكون مكبوتة أو المبالغ فيها. ومن هنا، فإن اليقظة العقلية تتطلب من الشخص الرحيم بنفسه مراقبة أفكاره ومشاعره السلبية والانفتاح عليها ومعايشتها بدلاً احتجازها في الوعي، إضافة إلى عدم إطلاق أحكام سلبية للذات أو التوحد المفرط مع الذات (Neff & MCGehee, 2010: 225-240).

٢- **مهارات الشخصية الفعّالة**: تتعامل هذه المهارات مع أنماط من الشخصية هي مشابهة جداً لتلك التي تقدم لدى العديد من الأفراد والجماعات لحل المشكلات، وهي تشمل استراتيجيات فعّالة تتطلب من الفرد أن يقول لا، والتعامل مع الصراع بين الأفراد. وتتركز مهارة الشخصية الفعّالة على الحالات التي يكون فيها الهدف هو تغيير شيء ما (على سبيل المثال، يطلب فيها شخص القيام بشيء ما) أو مقاومة التغييرات لشخص آخر يحاول جعل (على سبيل المثال، قول لا). والمقصود بتدريس المهارات هو لتحقيق أقصى قدر من الفرص التي سيتم الوفاء بأهداف الشخص في حالة معينة، وفي الوقت نفسه عدم الإضرار إما العلاقة أو لشخص احترام الذات.

٣- **مهارات تنظيم الإنفعال:**

وهي العمليات التي يستخدمها الفرد لملاحظة حالته الإنفعالية والمعرفية، ومراقبتها، وضبطها، والتعبير عن هذه الحالات بشكل يحقق له التكيف مع متطلبات المواقف الاجتماعية المختلفة، وهي مهارات تهدف إلى إستبدال الإنفعال السلبي والمدمر للذات إلى إنفعال إيجابي، والتي تتضمن المهارات التالية:

- تجنب التفكير بالأحداث والإنفعالات السلبية والتركيز على الجوانب الإيجابية.
- المقارنة الاجتماعية، التوجه نحو حل المشكلة.

▪ لوم الذات ونقدها ، لوم الآخرين.

٦- **التحكم في المشاعر : Emotion Regulation** وتعنى بالتدريب على تحديد المشاعر ووصفها وتقليل الحساسية للمشاعر وكيفية تغيير المشاعر المؤلمة بالإضافة إلى بناء مشاعر إيجابية على المدى القصير والبعيد .

٧- **العلاقات الفعالة : Interpersonal Effectiveness** وتعنى بالتدريب على مهارات الطلب والرفض والاحتفاظ بعلاقات متوازنة وفعالة مع الاحتفاظ باحترام الذات وكذلك التدريب على مهارات بناء علاقات جديدة وإنهاء العلاقات المدمرة والمعتلة .

٨- **تجاوز المحنة: Distress Tolerance** وهي مجموعة مهارات التعامل مع الأزمات وهي المشكلات التي ليس لها حل في الوقت الحالي وكيفية التعامل مع وقت الأزمات بدون التصرف باندفاع قد يدفع الأمور إلى وضع أسوأ وذلك بالإضافة إلى مهارات قبول الواقع لكي يتمكن المسترشد من التعامل مع المشكلات التي ليس لها حل في المستقبل القريب . (خولة سعد البلوي ، ٢٠٢٠، ص١١٤٦)

نموذج جلسة ارشادية من البرنامج الارشادي وفق اسلوب الجدلي السلوكي في تنمية التفكير المفعم بالامل لدى موظفي الاقسام الداخلية .

بتاريخ ٢٠٢١/١/٢٨

- الجلسة الثالثة: اتخاذ القرار

الوقت المستغرق : ٦٠ دقيقة

الموضوع	اتخاذ القرار
الحاجات	١. تنمية اتخاذ القرار لدى افراد المجموعة التجريبية .
المرتبطة	٢. مساعدة افراد المجموعة التجريبية على اتخاذ قرارات مناسبة .
بالموضوع	٣. جعل المسترشد يعرف متى يتخذ القرار المناسب .
هدف الجلسة	ان يتعرف افراد المجموعة التجريبية مفهوم اتخاذ القرار وما اهميته ؟ وما هي اجراءات تطبيقه في عملهم المهني ؟ وكيفية تنميته لديهم ؟

<p>جعل المسترشد قادراً على أن :</p> <ol style="list-style-type: none"> ١. يعرف معنى مفهوم اتخاذ القرار . ٢. تحديد النشاطات والمثيرات التي تعزز اتخاذ القرار. ٣. يوضح اهمية اتخاذ القرار في العمل . ٤. يتمكن من تحديد ابعاد اتخاذ القرار . 	<p>الأهداف السلوكية</p>
<ol style="list-style-type: none"> ١- تقديم الموضوع : يقوم الباحث بتقديم الموضوع بقوله : يعتبر اتخاذ القرار العملية المعرفية الناتجة عن اختيار المعتقد أو إجراء بين العديد من الاحتمالات الممكنة. وتقدم كل عملية من عمليات اتخاذ القرار خياراً نهائياً، قد يفضي إلى اتخاذ إجراء والتي قد أو قد لا تحت على اتخاذ أي تصرف. ٢- يوضح الباحث ان اتخاذ القرار هو عملية تحديد واختيار البدائل القائمة على القيم، التفضيلات والمعتقدات من صانع القرار. ٣- يحدد الباحث خصائص اتخاذ القرار وهي : <ul style="list-style-type: none"> • يجب أولاً تحديد الأهداف. • يجب تصنيف الأهداف ووضعها حسب الأهمية. • يجب وضع إجراءات بديلة. • يجب تقييم البدائل مقابل جميع الأهداف. • البديل القادر على تحقيق جميع الأهداف هو القرار التجريبي. • يتم تقييم القرار التجريبي لمزيد من العواقب المحتملة. • تتخذ الإجراءات الحاسمة، وتتخذ إجراءات إضافية لمنع أي عواقب سلبية من أن تصبح مشاكل وبدء كلا النظامين (تحليل المشاكل واتخاذ القرارات) مرة أخرى. • هناك خطوات تتبع تلك النتيجة في نموذج القرار الذي يمكن استخدامه 	<p>الاستراتيجيات والنشاط المقدم</p>

لتحديد خطة الإنتاج الأمثل.

- في حالة الاختلاف، قد يكون لعب الأدوار مفيدا للتنبؤ بالقرارات التي تتخذها الأطراف المعنية .

٤- تجاوز المحنة : وهي مجموعة مهارات التعامل مع الازمات وهي المشكلات التي ليس لها حل في الوقت الحالي وكيفية التعامل مع وقت الازمات من دون التصرف باندفاع قد يدفع الامور الى وضع اسوء .

خطوات تطبيقية لتنمية اتخاذ القرار :

- الإعداد. يجتمع الأعضاء لأول مرة ويبدأون في التعرف على بعضهم البعض.
- النزاع. حين يصبح أعضاء المجموعة مألوفين لبعضهم البعض، تحدث القليل من النزاعات، والمعارك والمناقشات. يتعامل معها أعضاء المجموعة في النهاية.
- الظهور. تبدأ المجموعة في محو آراء غامضة من خلال الحديث عنها.
- التعزيز. أخيرًا، يتخذ الأعضاء قرارًا ويبررونه. ويقال إن وضع المعايير النقدية في مجموعة ما يحسن من نوعية القرارات، في حين أن غالبية الآراء (معايير التوافق) لا تفعل

٥- **يعرض الباحث لافراد المجموعة التجريبية** عدة مواقف مهنية في العمل فيها مشكلات مع الادارة او مع الطلاب ومن ثم يقدم مجموعة حلول للمشكلة ويطلب من افراد المجموعة التجريبية اختيار الحل المناسب لها .

٦- **التدريب البيئي:** يقوم الباحث بتكليف أفراد المجموعة التجريبية كتابة الملاحظات في دفاترهم وتسجيل موقف حول تطبيق ما تم خلال الجلسة في حياتهم المهنية من الفعاليات التي قاموا بها خارج الجلسة الإرشادية.

التقويم	يقوم أفراد المجموعة التجريبية بإصدار أحكامهم على مدى إفادتهم من الجلسة الإرشادية ، وما هي الإيجابيات والسلبيات في الجلسة الإرشادية.
----------------	---

الفصل الخامس : عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الفرضية الاولى :-

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي على مقياس التفكير المفعم بالأمل :

لاختبار صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين) لمعرفة دلالة الفرق قبل تطبيق البرنامج الإرشادي و بعده ، حيث تبين إن القيمة المحسوبة كانت تساوي (٠) و هي دالة احصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية البالغة (٨) عند مستوى (٠.٠٥) مما تشير هذه النتيجة الى رفض الفرضية الصفرية و قبول الفرضية البديلة إي يوجد فرق دال احصائيا بين افراد المجموعة التجريبية فـي الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

الفرضية الثانية :-

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التفكير المفعم بالأمل:

لاختبار صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين) لمعرفة دلالة الفرق قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده ، حيث تبين إن القيمة المحسوبة كانت تساوي (٢٣) وهي غير دالة احصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (٨) عند مستوى (٠.٠٥) مما تشير هذه النتيجة الى قبول الفرضية الصفرية ورفض الفرضية البديلة إي لا يوجد فرق دال احصائيا بين افراد المجموعة الضابطة فـي الاختبارين القبلي والبعدي .

ثانياً : تفسير النتائج ومناقشتها

بعد استعراض النتائج الخاصة بأهداف البحث الحالي وفق المنهج التجريبي ، يتضح أثر البرنامج الارشادي بأسلوب الجدلي السلوكي في تنمية التفكير المفعم بالأمل لدى موظفي الاقسام الداخلية إذ اظهرت نتائج التحصيل الاحصائي ارتفاع درجات المجموعة التجريبية عند مقارنتها مع المجموعة الضابطة من خلال نتائج الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية كون المجموعة الضابطة لم تتعرض لبرنامج ارشادي بأسلوب الجدلي السلوكي ، وهذه النتيجة تعتبر مؤشرا على نجاح الاسلوب الجدلي السلوكي المستخدم في تطبيق البرنامج الارشادي وهذا يعني :

- ١- ان الفنيات والانشطة المستخدمة في البرنامج الارشادي ساعدت على تنمية التفكير المفعم بالأمل لدى موظفي الاقسام الداخلية .
 - ٢- كان الباحث حريصا في الوصول بالمسترشد الى مرحلة الاتقان حيث يمكن تفسير هذه النتيجة على وفق ما ذكرته (لينهان ١٩٩٣) لان فاعلية الاسلوب الجدلي قد يرجع الى اتقان المسترشد لتلك الفنيات الارشادية اذ تم تدريب المسترشد على تلك الفنيات بدءا بالتعريف بالفنيات ومن ثم ممارسة تلك الفنيات اثناء الجلسات الارشادية .
 - ٣- عمل الباحث على تشجيع المسترشد في ممارسة تلك الفنيات في حياته اليومية من خلال التدريب البيتي ، وايضا من خلال مراجعة التدريب البيتي في الجلسة التي تليها .
- رابعا : المقترحات .

استكمالا للبحث الحالي يتفرح الباحث ما يلي :-

- ١ - اجراء دراسة مماثلة للبحث الحالي لتشمل عينات من موظفي الكليات داخل جامعات أخرى .

- ٢- اجراء دراسة مقارنة حسب الجنس على متغير التفكير المفعم بالامل .

ثالثا : التوصيات

في ضوء نتائج البحث الحالي يوصي الباحث ما يأتي :

١- يمكن الاستفادة من مقياس التفكير المفعم بالأمل المعتمد في البحث الحالي في تطبيقه في وزارة التعليم العالي والبحث العلمي بجميع اقسامها وفروعها العلمية لكي ينمي روح التفاؤل والتفكير الايجابي خلال فترات العمل .

٢- انشاء وحدات ارشادية في داخل كل مجمع من مجمعات الاقسام الداخلية وليس فقط في مقر قسم شؤون الاقسام الداخلية ، كون اغلب المجمعات تكتظ بالطلبة وتحتاج في ذلك الى تواجد عدد كاف من المرشدين المؤهلين .

The Effect of a Counseling Program Using the Dialectical Behavioral Method on the Development of Hopeful Thinking Among the Employees of the University Dormitories

An extracted research paper from doctoral dissertation

submitted by

Prof. Samiaa Ali Hassan Al-Tamimi(Ph.D.)

Hussein Abdul-SadaKhalaf Al-Shuwaili

University of Diyala

College of Education for Humanities

Key words: counseling program, dialectical behavioral, hopeful thinking, employees of university accommodation department.

Abstract

The research aims to identify the effect of a counseling program using the dialectical behavioral method on the development of hopeful thinking among the employees of the dormitories at the University of Baghdad and Al-Mustansiriya University.

To achieve this goal, it required testing the following hypotheses:

- 1) There are no statistically significant differences at the level of (0.05) between the scores of the experimental group in the pretest and posttest on the scale of hopeful thinking.
- 2) There are no statistically significant differences at the level of (0.05) between the scores of the control group in the pretest and posttest on the scale of scale of hopeful thinking.

The current research has been limited to the male employees at the dormitories in the University of Baghdad and Al-Mustansiriya University for the academic year 2020-2021 AD. They have been divided into (6) groups. The sample is consisted of (300) employees, who have been chosen randomly from the groups of the research population. The sample of the program application is consisted by (20) employees, who have been distributed into two groups by (10) employees for each group in the experimental and the control group. The researchers built a scale of the hopeful thinking, which consisted of (37) items in its initial form, and it has been presented to a group of jury members in measurement, evaluation and psychology to ensure the face validity and the construct validity. However, the

scale became (32) items in its final form. The results point out that the counseling program in the dialectical-behavioral method had an effect on the development of hopeful thinking among the employees of the departments of accommodation at universities under investigation. In light of the research results, the researcher presented a number of recommendations and suggestions.

المصادر

المصادر العربية

- ابن منظور ، جمال الدين محمد بن مكرم الأنصاري ، لسان العرب ، ج ١ ، دار الحديث للطبع والنشر والتوزيع ، القاهرة - مصر ، ٢٠٠٣ .
- أن سيكستون، ايذاء الذات ، ترجمة وإعداد حسن مصطفى عبد المعطي ، القاهرة ، مصر ، دار السحاب للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٤ .
- بركات ، زياد امين ، دراسة في سيكولوجية الشخصية : التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي ، جامعة القدس المفتوحة ، مركز طولكرم ، ١٩٩٨ .
- حسن شحاتة ، زينب النجار ، معجم المصطلحات التربوية والنفسية ، الدار المصرية اللبنانية ، ٢٠٠٣ .
- الدوسري ، صالح جاسم (١٩٨٥):الاتجاهات العلمية في تخطيط برامج التوجيه والارشاد ،مجلة رسالة الخليج العربي ،العدد(١٥).
- رافدة الحريري، سمير الإمامي ، الإرشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية ، دار المسيرة للطباعة والنشر ، ٢٠١١ .
- رائد ابراهيم محسن ، برنامج إرشادي مقترح لتنمية الأمل لدى طلاب الجامعة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الجامعة المستنصرية ، ٢٠٠٧ .
- زهران ، حامد عبد السلام ، (١٩٨٠) ، التوجيه والارشاد النفسي ،عالم الكتب ، ط ٢ القاهرة ، مصر
- عبد الخالق ، احمد ، الصيغة العربية لمقياس سنايدر للامل ، مجلة دراسات نفسية ، العدد ١٤ ، المجلد ٢ ، ٢٠٠٤ .
- عبد الرحمن، انور حسين وزنكنه، عدنان حقي شهاب (٢٠٠٦): الانماط المنهجية وتطبيقاتها في العلوم الانسانية والتطبيقية، الكتاب الثاني، بغداد.

- عبد العزيز ابراهيم سليم ، الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الاجتماعية الايجابية والتفكير المفعم بالامل لدى معلمي التربية الخاصة ، مجلة الارشاد النفسي ، العدد ٤٧ ، ج ١ ، ٢٠١٦ .
- فاطمة عوض ، وميرفت علي خواجه (٢٠٠٢) أسس ومبادئ البحث العلمي ، مكتبة الإشعاع الفني ، مصر ، ط ٢ .
- القاسم، موزي محمد ، الذكاء الوجداني وعلاقته بكل منالسعادة والأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، رسالةماجستير، جامعة أم القرى، مكة ، ٢٠١١ .
- مايكل نيستول.المدخل إلى الإرشاد النفسي من منظور فني وعلمي ، ترجمة مرادسعد وأحمد الشريفين عمان. دار الفكر، ٢٠١٥ .

المصادر الاجنبية

- Boders, I.D.& M. Drury.,(1992), Comprehensive School Counseling Programs Is View for Policy? Markers and Practitioners, Journal of Counseling and Development .
- Feliu-Soler A, Pascual JC, Borrás X, Partella MJ, Martín-Blanco A, Armario A, Alvarez E, Perez V, & Soler J. (2014). Effect of Dialectical behavior therapy-Mindfulness training on emotional reactivity in borderline personality disorder: Preliminary Result. Clinical psychology and Psychotherapy, 21(4), 363.
- Linehan, M (1993a). Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder . New York: Guilford Press.
- Linehan, M (1999a). *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder* . New York: Guilford Press.
- Snyder , C.R. Feldman, D.B. Taylor, J.D., Schroeder ,L.L.,& Adams,(2000),the roles of Hopeful thinking in Preventing problems and promoting strengths, Applied and Preventive Psychology: Current Scientific perspectives
- Snyder , C.R. Iaponite, A,B. Cromson, j.j.,jr.,& Early. S, (1998), Preferences of high – and low-hope people for self-referential in put. Cognition and Emotion
- Snyder C.R.L.M. Irving, and J. R. Anderson, (1991), Hope and Health. In Hand book of Social and clinical Psychology: the health Perspective, ed . C.R. Snyder and D.R. Forsyth. Elmsford, N.y.: Pergamar
- Snyder, C ;Ilardi, s, Michael, S & Cheapens, j (2000). Hope Theory: Updating A Common Process For psychological Change in C. R. Snyder &R, E, Ingram (Eds), Handbook Of Psychological Change: Psychotherapy

processes And practices For The 21st Century (Pp. 128 - 153). New York: Wiley

- Snyder, C, R&Shorey, H (2002). Hope in the Classroom: The Rolr Of Positive In Academic Achievement And Psychology Curriculum, Psychology Teacher Network, 12 Pp(1 - 9(
- Snyder, C. R. (1995). Conceptualizing, measuring, and nurturing hope. Journal of Counseling and Development, 73, 355 - 360.