برنامج ارشادي مقترح بأسلوب إعادة البنية المعرفية في تخفيض التنافر المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة

الكلمات المفتاحية: برنامج ،اعادة البنية،التنافر

بحث مستل من رسالة ماجستير

تقى عبد الرزاق مصطفى الزبيدي أ.د. عبد الكريم محمود صالح

المديرية العامة لتربية ديالى

Kareemkareem670@gamil.com tuqaabd695@gamil.com

الملخص

يستهدف البحث الحالي بناء برنامج ارشادي مقترح بأسلوب اعادة البنية المعرفية في تخفيض التنافر المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة، وذلك يتحدد البحث الحالي بطالبات المرحلة المتوسطة في المدارس المتوسطة التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى في مركز مدينة بعقوبة (الدراسة الصباحية) للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢)، ولتحقيق هدف البحث واختبار فرضياته استخدمت الباحثان المنهج التجريبي ذا التصميم (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة مع اختبار قبلي . بعدي) تكونت عينة البحث من (٢٠) طالبات من طالبات المرحلة المتوسطة موزعين بطريقة عشوائية على مجموعتين، وقد تم اعداد برنامج ارشادي وفق اسلوب اعادة البنية المعرفية ل(ميكنبوم) وبلغ عدد الجلسات (١٢) جلسة على وفق الحاجات التي تم تحديدها من فقرات المقياس وبواقع جلستين في كل اسبوع وان مدة الجلسة (٤٥) دقيقة وكما تم معالجة البيانات الإحصائية، وقد توصل الباحثان الى بناء البرنامج الارشادي المقترح بأسلوب اعادة البنية المعرفية في تخفيض التنافر المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة، وفي ضوء ذلك قدم الباحثان عدداً من التوصيات والمقترحات.

الفصل الأول:

اولا: مشكلة البحث (problem of research)

يتسم عالم اليوم بالتعقيد والتغيرات المتسارعة نتيجة الثورة المعرفية وثورة تكنولوجيا المعلومات والاتصالات وكنتيجة لهذا التعقيد بدأ الانسان بالسعي للوصول ال حالة الاتزان في معارفه ومعتقداته وطريقة تصرفاته فطبيعة الانسان هي التوازن لذلك يحاول خفض التوتر والاجهاد العقلي او حالة عدم الراحة التي يعاني منها، حيث رأى فستنجر ان الافراد في الغالب يتصرفون بشكل غير مناسب وغير متفق مع افكارهم وقد صنف التنافر المعرفي بأنه

يرتبط مع توتر فعال وكأي نمط من انماط التوتر يسعى الانسان الى تخفيضه. (محمد،٢٠٢٠، ٢٠)

فالتنافر المعرفي يؤدي الى حالة من قلة الانسجام أو قلة التوازن المعرفي وأن مثل هذه الحالة تحدث حين يلزم الفرد نفسه بعمل ما يتناقض مع معتقداته واتجاهاته وعاداته السلوكية، الامر الذي يؤدي إلى حدوث حالة من التنافر المعرفي لديه، وعليه يسعى الفرد جاهداً للتخلص من هذا التنافر المعرفي كان يقنع نفسه بأن ما سيمارسه من أعمال وأفعال هي بحد ذاتها مفيدة وتحقق أهدافه لذا فإن الفرد يلجأ جاهداً إلى ايجاد المبررات التي تؤكد أن هذه الاعمال لا تتناقض مع معتقداته واتجاهاته (أبو هلال والمغيربي واخرون،٢٠١٤، ٢٠٣)

ومن هنا تبلورت فكرة مشكلة الدراسة نتيجة المشاهدات اليومية من وجود افكار ومعتقدات واتجاهات وسلوكيات متصارعة ومتضاربة لدى كثير من الطالبات في المدارس ولما لهذه التناقضات من انعكاسات سلبية على العملية التعليمية والتعلمية التي تجري في الغرفة الصفية او على العملية التربوية برمتها مما ينجم عن ذلك حالة من الشك والريبة وحالة من عدم التوازن للطالبات، ولذلك تبرز مشكلة البحث الحال التي تسعى الباحثان دراستها في الاجابة عن التساؤل الاتي :-

(هل للبرنامج الارشادي بأسلوب اعادة البنية المعرفي أثر في تخفيض التنافر المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة؟).

ثانياً: اهمية البحث (The Important of research)

للإرشاد النفسي أهمية تكمن في كونها وسيلة تعمل على مساعدة المسترشد في التغلب على المشكلات والانفعالات التي تواجههم والتوافق معها وحلها بالطرق الصحيحة في حياتهم اليومية ، ويمكن القول ان الارشاد يعد بمثابة دافع للتفكير الايجابي وتكوين اتجاهات موجبة تساعده على مواجهه مشكلاتهم (باقر١٩٨٦: ٧).

ويُعدّ اسلوب اعادة البنية المعرفية أحد أشكال إعادة البناء المعرفي الذي يهدف إلى تعليم الفرد على الحوار الايجابي مع الذات من أجل تغيير السلوك المُشكل، إذ يرى (ميكينبوم) أن التخلص من مشكلة ما يعني التخلص من الحوار مع الذات بطريقة سلبية واستبدالها بالتحدث مع الذات بطريقة ايجابية، أي أن إجراءات التدريب على التحدث مع الذات قد ركزت على أهمية اللغة بوصفها موجهاً للسلوك، وإيلاء الأهمية الكبيرة للعناصر اللفظية عند تعديل

السلوك، وهو مبني على افتراض مؤداه (أن ما يقوله الفرد لنفسه هو العامل الأساس في توجيه سلوكه) (الظاهر، ٢٠٠٤: ٢٣٤)

وتأتي أهمية البحث الحالي من أهمية مرحلة الدراسة المتوسطة التي تشمل الطالبات الذين ابتدأوا حياة نفسية جديدة ومرحلة من مراحل نمو الشخصية وحسب تحليل أريكسون هي مرحلة الإحساس بالهوية (جابر، ١٩٧٨ :٧٠).

وتعد المرحلة المتوسطة مرحلة تعليمية مهمة لأنها تترك أثرها على مستقبل الطالبات دراسيا ومهنيا بالإضافة إلى أن المدرسة تعد من أهم المؤسسات المسؤولة عن إعداد الطالبات للحياة الأسرية والاجتماعية وتحقق لها التكيف والصحة النفسية (الرحيم،١٩٩٥ :٥).

فالمدرسة في المرحلة المتوسطة بوصفها مؤسسة تربوية واجتماعية لها أثر كبير وفاعل لتهيئة الجو الملائم للنمو النفسي والاجتماعي للفرد (فهمي، ١٩٨٨: ٣٥٥).

كما إن لها الدور الكبير في تعديل السلوكيات غير المرغوب بها والتي تقوم بها الطالبة وفي جميع المراحل الدراسية وتكون الحاجة إلى تعديل هذه السلوكيات في المرحلة المتوسطة المتمثلة بمرحلة المراهقة أكثر من بقية المراحل الدراسية الأخرى (حمزة، ١٩٧٣، ص١٢٢).

ولذلك يخطأ من يظن أن رسالة المدرسة قاصرة على تلقين الطلاب قدراً من المعلومات التي تطالبهم بحفظها واستيعابها، وإنما المدرسة بمعناها الشامل عبارة عن إعداد للحياة وإكساب الفرد للمواطنة الصالحة ولذلك يتعين على المؤسسات التربوية أن تعمل على تحقيق تكيف الطالبات مع بيئتهن الاجتماعية والفيزيقية المحيطة به وتكيفه مع نفسه ورضاه عنها(العيسوي، ١٩٩٣: ٣١٠).

ومن هنا تتجلى أهمية الدراسة في جانبين هما:

- **الجانب النظري**

١. اضافة علمية جديدة للمكتبة العراقية.

٢. تثير اهتمام الباحثين لأجراء المزيد من البحوث العلمية باستخدام اساليب اخرى لخفض التنافر المعرفي

- **الاهمية التطبيقية :-**

١. تعريف المدرسات والمرشدات في وزارة التربية على اهمية التنافر المعرفي وكيفية تخفيضه.

٢. الاستفادة من التوصيات التي سيتوصل لها البحث الحالي

٣. تزود العاملين في مجال الارشاد بأداة لقياس التنافر المعرفي وبرنامج ارشادي يوضع بيد المرشدات التربويات

ثالثاً: هدف البحث (The goal of the research)

يهدف البحث الحالي الى بناء برنامج ارشادي مقترح بأسلوب اعادة البنية المعرفية في تخفيض التنافر المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

رابعاً: حدود البحث (The limits of research)

يتحدد البحث بطالبات المرحلة المتوسطة في المدارس الحكومية في مركز محافظة ديالى للعام الدراسي (٢٠٢١ – ٢٠٢٢)

خامساً: تحديد المصطلحات (Assigning the Terms)

اولا: البرنامج الارشادي: عرفه كل من:

١. بوردرز ودروري (Borders& Drury,1992)

هو برنامج تم التخطيط له وفق أسس علمية سليمة، يتكون من مجموعة من الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة التي تقدم للمسترشدين بهدف توظيف إمكاناتهم وقدراتهم فيما يتفق مع ميولهم واستعداداتهم في جو تسوده الطمأنينة بينهم وبين المرشد(Drury& Borders،1992,p:461)

التعريف النظري: تتفق الباحثان مع ماذهب اليه بوردرز(Borders& Drury،١٩٩٢)

التعريف الاجرائي: أنه مجموعة من الجلسات الارشادية المخططة والمنظمة وفق فنيات الاسلوب المعرفي لميكنبوم من اجل تخفيض التنافر المعرفي لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

ثانيا: اعادة البنية المعرفية: عرفه كل من

١. ميكنبوم(١٩٩٠)

الطرائق والاساليب التي تسعى الى تحويل تفكير المسترشد وذلك بإظهار الاعتقادات الخاطئة غير المستندة الى دلائل اواثباتات، ويظهر لهم عدم واقعية تفسيرهم للاحداث وتعليمهم مهارة معرفية لتكيف مع المشكلات والطرائق التي يتم تحديدها واختيار عدة حلول للوصول للحل المناسب" (العزة، ٢٠٠٨,٥٥).

التعريف النظري: تبنت الباحثان تعريف (ميكنبوم، ١٩٩٠) وذلك لاعتمادها على النظرية المعرفية في بناء البرنامج الارشادي مستخدمة اسلوب اعادة البنية المعرفية في عنوان البحث الحالي.

التعريف الاجرائي: وهي الانشطة والفنيات التي تتمثل في (لعب الدور ، الحوار الداخلي ، عزل الافكار ، التغذية الراجعة ، التدريب البيتي) التي تستعملها الباحثان في بناء البرنامج الارشادي

ثالثا: التنافر المعرفي: عرفه كل من:

١. فستنجر (festinger 1964)

هو عندما تتنافر فكرتين او معرفتين مع بعهما البعض وهذا التنافر يولد نوع من التوتر لدى الفرد الذي يحفزه لحل هذا التنافر بينهما من خلال اختيار احدى الفكرتين ومن ثم خفض التوتر الذي يواجهه وتحقيق التوافق المعرفي بين المعارف (festinger 1964: p 11)

التعريف النظري:

اعتمدت الباحثان تعريف (فستنجر١٩٦٤) للتنافر المعرفي، كونه التعريف الاوفى والاشمل والانسب للتنافر المعرفي، وكذلك لاعتماد نظرية فستنجر كإطار نظري في هذا البحث.

التعريف الاجرائي: بانه الدرجة التي تحصل عليها الطالبة من خلال اجابتها على فقرات مقياس البحث.

رابعا: المرحلة المتوسطة (تعريف وزارة التربية)

انها مرحلة دراسية تقع بين المرحلة الدراسية الابتدائية، والمرحلة الدراسية الاعدادية وتشمل الصفوف (الاول المتوسط، الثاني المتوسط، الثالث المتوسط) ووظيفة هذه المرحلة اعداد الطلبة الى مرحلة دراسية اعلى هي المرحلة الاعدادية.(وزارة التربية، ٢٠١١ :١٠)

الفصل الثاني

مفهوم الارشاد النفسي:

هو عملية توجيه وارشاد الفرد لفهم امكاناته وقدرته واستعداداته واستعمالها في حل مشكلاته وتحديد اهدافه ووضع خطط حياته المستقبلية من خلال فهمه لواقعه وحاضره ومساعدته في تحقيق أكبر قدرا من السعادة والكفاية من خلال تحقيق ذاته والوصول الى اقصى درجة من التوافق بشقيه الشخصي والاجتماعي (زهران، ١٩٨٢،ص٤١)

وهدف العملية الارشادية هو أكثر من مساعدة الفرد او الجماعة في التغلب على المشكلة التي يعانون منها وانما يمتد الى مساعدة الفرد او الجماعة الى الاستبصار في حالة الارشاد الجمعي الذي يمكنهم من زيادة تحكمهم في انفعالاتهم وزيادة معرفتهم لذاتهم والبيئة المحيطة بهم ومن ثم زيادة قدرتهم على السلوك الايجابي الذي يمكنهم من مواجهة المشكلات في المستقبل بل وفي اختيار السلوك الانسب الذي يحقق لهم التوافق ، وفي تبني وجهات النظر التي تيسر لهم الشعور بالكفاية والرضا من ثم تحقيق التوافق النفسي (كفافي ،١٩٩٩،ص١١)

❖ **الاسلوب الارشادي :**

ظهر الإرشاد السلوكي المعرفي كرد فعل على أفكار النظرية السلوكية وخاصة المتعلقة في النظر إلى الإنسان بوصفه مستجيباً سلبياً لظروف البيئة، ورأى العديد من المنظرين بأن هناك صعوبة في تجاهل العمليات المعرفية أو المتغيرات الوسيطة، فالسلوك غير ألتكيفي على وفق هذا النموذج يعامل بوصفه نتاج التفكير غير المنطقي وبناءً على ذلك فإن عملية تعلم داخلية تشتمل على إعادة تنظيم المجال الإدراكي وإعادة تنظيم الأفكار المرتبطة بالعلاقات بين الأحداث والمؤثرات البيئية المختلفة. (أبو اسعد، ٢٠١١، ص٢٩٩).

❖ **اعادة البنية المعرفية:**

يعد اسلوب اعادة البناء المعرفي من الاساليب التي انبثقت عن النظرية المعرفية وينسب الفضل في ظهوره الى اعمال البيرت أليس وأرون بيك و دونالد ميكنبوم وكذلك من الاساليب المعرفية الشائعة الاستخدام لمساعدة الافراد على زيادة تكيفهم وزيادة دافعيتهم للتعامل مع المواقف الضاغطة ويقوم اسلوب اعادة البناء المعرفي على افتراض مفاده ان اعادة البناء المعرفي وتنظيم افكار الفرد نحو نفسه ونحو العالم سيقود الى اعادة تنظيم بالسلوك الشخصي للمسترشد ، وبالتالي فالمبدأ الاساسي لاعادة البنية المعرفي ينطلق من ان جميع الاستجابات

الانفعالية غير التكيفية تتأثر بالمعتقدات والاتجاهات والتوقعات التي يحملها المسترشد في نظامه المعرفي وبالتالي فان الاسلوب يحاول مساعدة الافراد على الوعي بالعلاقة ما بين الجانب المعرفي وردود الفعل الانفعالية او السلوكية وتكون الخطوة الاولى بالعمل على تحديد الافكار الهدامة للذات ثم كخطوة ثانية استبدالها بمحتويات معرفية ايجابية تحتوي على مكونات معرفية مشجعة وايجابية.(ضمرة،٢٠٠٨,٢٣٢)

❖ **مفهوم التنافر المعرفي**

أشار (Festinger 1985) إلى أنّ كلمة تنافر(Dissonance) تعني عدم الانسجام أو التناقض بين عناصر المعلومات المعرفية التي تشمل الأفكار والآراء والمدركات والمفاهيم والمعتقدات والتوقعات والمعلومات، وهي حالة انفعالية يحاول الفرد فيها ايجاد طريقة لحل هذا التنافر، أما كلمة معرفيّ cognitive فتمثّل العلاقات بين عناصر المعلومات المعرفية التي تشمل الآراء، والافكار، والمعتقدات وإنّ التنافر المعرفيّ يعد احد الظواهر الأكثر انتشاراً في مجال علم النفس بصورة عامة والارشاد النفسي بصورة خاصة لذلك درس على نطاقٍ واسع في تاريخ علم النفس، إذ تعبر النظرية عن إنهّ عندما يشعر الناس بعدم الراحة النفسية يحدث التنافر، وان هؤلاء الافراد يسعون الى الحدّ منه إما عن طريق تغيير الادراك والسلوكيات، أو اضافة عناصر معرفية جديدة (Irem &Selin, 2011 Festinger, 1957,cited in).

إن التنافر يظهر في مواقع يختار فيها الفرد بين معتقدات أو اعمال متعارضة وتظهر القيمة العظمى للتنافر عندما يوضع الفرد أمام بديلين بنفس الجاذبية وبنفس التفضيل لديه، وعندما يسعى الفرد لمواجهة التنافر ومعالجته من خلال تجنبه للمواقف التي تنشأ التنافر ولتقليل التنافر بإمكان الفرد البحث عن عناصر متوافقة أو تغيير العناصر المعرفية المتنافرة أو أنْ يقوم بتغيير السلوك ليتناسب مع العناصر المعرفية (قطامي،٢٠١٢، ص٥٢).

اذ ان الفرد الذي تواجهه فكرتين أو معتقدين متنافرين سوف يستثير لديه نوعاً من الدافعية للتقليل من حجم التوتّر الناتج عن هذه الأفكار أو المعتقدات المتنافرة، وأوضح Festinger(1957) على أن هذه الافكار او المعتقدات التي يمتلكها الفرد المدخن تكون مرتبطة بذاته فإذا كان الفرد رافضاً للمعلومات الخاصة بعادة التدخين ومن ثم الامتناع عن هذه العادة السلبية ففي تلك الحالة تكون الصورة نحو ذاته ايجابية، أمّا إذا كان الفرد يمتلك ميلاً للرغبة بالتدخين ويبرر على ان التدخين غير مسبب رئيسي لمرض السرطان او للموت

ومن ثم الاستمرار به وعدم تركه فإنّ ذلك يولد لديه صورة سلبية نحو ذاته(Festinger,1964)

وان التنافر بين افكار الفرد وآرائه يدفعه نحو اتخاذ قرار معين بما يخصّ ذلك وعليه فأنّ التنافر بين فكرتين أو معرفتين أو أكثر هو ليس تنافراً في الافكار والمعارف فقط وإنّما يعدّ كدافع يحفز الفرد لاتخاذ القرار للخلاص من حالة التنافر بينها(Festinger,1985).

❖ **النظريات التي فسرت التنافر المعرفي:**

اولا- نظرية التنافر المعرفي (ليون فستنجر١٩٥٧)

إنّ بداية هذه النظرية ومفهومها الأوسع انتشاراً وهو التنافر المعرفي يعود إلى عالم النفس الامريكي ليون فستنجر Leon Festinger، الذي طرح المفهوم في العام(١٩٥٧) بفكرة مفادها ان رأيك عن العالم يتلاءم مع الكيفية التي تشعر بها وما قد تكون قد فعلته، وتشير النظرية في مقدمتها على أن الافراد ميالون للاتساق بين معتقداتهم وافعالهم أو بين اتجاهاتهم وسلوكهم وننبه هنا الى وجود استثناءات فقد يعتقد الفرد أنهّ لا فرق بين الرجل والمرأة في العمل ولكنه مع ذلك لا يرغب لزوجته إن تعمل، وعندما تبدو حالات كهذه يظهر التنافر، وهو علاقة غير مناسبة بين العناصر المعرفية ويقصد بالمعارف اي ما يعرفه الفرد عن ذاته وعن محيطه وعن سلوكه(Gawronski, 2012)

ولو لاحظنا لوجدنا بان نظرية التنافر المعرفي تدخل في تفسير الكثير من المتناقضات المتعلقة بتصرفات الانسان التي تبدو مخالفة او متناقضة او متنافرة بشكل صريح مع معرفته السليمة او المبادئ البديهيه او المتعارف عليها ، والتنافر المعرفي هي ظاهرة الاحساس بالانزعاج والقلق او عدم الارتياح النفسي التي ترافق تعرض الفرد لمعلومات جديدة تتعارض مع المعلومات القديمة التي يمتلكها هذا الفرد او الثوابت العلمية او الثقافية او الروحية ...الخ المتمركزة في فهم هذا الفرد او في اعتقاده او ايمانه وان التنافر المعرفي يختلف في شدته فمن محددات هذه الشدّة اهمية العناصر المعرفية بالنسبة للفرد، فمثلا ، إن الفرد الذي يعتقد أنّ التدخين يسبب السرطان ومع ذلك يدخن يوميا أربع علب من السكائر فإنه يستشعر تنافراً أكبر ممّا يستشعر فرد آخر يعتقد نفس الاعتقاد ولكنه لا يدخن الا سيكارة واحدة في المناسبات، ومن محددات شدة التنافر المعرفي هو عدد العناصر المعرفية ذات العلاقة بالتنافر، إذ ان التنافر المعرفي يحفز الفرد للقيام بعمل يستبعد به هذه العلاقة المزعجة بصرف

النظر عن مصدرها أو حجمها اذ يضطر الفرد الى الغاء هذا التناقض او التقليل من حدته (Festinger,1957 p 23)

إنّ لكلّ فرد في كلّ ادواره الحق في أن يطور اطاراً معرفياً يحدد فيه موقفه من كلّ المواقف، والآراء، والمعتقدات، والاتجاهات، بهدف ازالة التنافر المعرفي او التقليل منه للوصول الى حالة التوافق المعرفي، وإنّ الحالة التي يسعى الفرد الى تحقيقها هي حالة التوافق المعرفي مع نفسه وإن الفرد يميل الى المعرفة واكمال النقص وحل موقف التنافر بين الآراء أو المعتقدات أو الافكار للوصول الى حالة التوافق بينها(قطامي، ٢٠١٢:٤٤)

وتعد نظرية التنافر المعرفي من نظريات خفض التوتّر، ففي العام(١٩٥٧) نشر(Festinger) كتابه الشهير (نظرية التنافر المعرفي) التي أثّرت بشكل كبير في مجال علم النفس على مدار عقدين من الزمن إذ عبّر عن هذا المفهوم على أنه حالة انفعالية تحصل عندما يكون هناك اتجاهان او فكرتان تحدثان ويكونان متعارضين وغير منسجمين فينجم عنهما نوع من التنافر ينعكس على السلوك الظاهر وإن حلّ التنافر يفترض ان يكون اساساً لتغيير الاتجاه وذلك من خلال الجمع بين معلومتين أو موقفين (أنا راسب) وأنا اريد ان انجح ، وعندما تتولد لدى الفرد عن مثل هذه المعارف تؤدي به الى درجة او مستوى من التوتر يحدث نتيجة التنافر(Festinger,1957,cited in Hallin, 2012).

أدرك (Festinger 1985) بان التنافر المعرفي يشبه الجوانب النفسية والبيولوجية الاخرى كالجوع والاحباط فإذا كان الفرد جائعاً فإنه سيرتب في ذهنه سلوكاً لتقليل ذلك الجوع، فشعور الفرد بالتنافر سيدفعه إلى انّ يرتب في ذهنه سلوكاً لتقليل من ذلك التنافر الذي يعاني منه(Festinger,1985,p:65).

الفصل الثالث:

- **منهج البحث: -**

يعد منهج البحث الطريقة التي يتعين على الباحثان ان يلتزم بها في اجراءات بحثه ، والتي تتضمن مجموعة من القواعد العامة للوصول بالحلول المناسبة لمشكلة البحث (العاني، ٢٠١٤: ١٦).وقد اتبع الباحثان المنهج الوصفي.

مجتمع البحث: Population Research: –

يعرف مجتمع البحث بأنه جميع افراد الظاهرة المراد دراستها يشتركون في صفات محدده والذين يشكلون موضوع مشكلة البحث ولهم خصائص واحدة يمكن ملاحظتها (ابو النصر، ٢٠١٧: ١٦٠)

اذ تكون مجتمع البحث الحالي من: –

١-**مجتمع المدارس: –**

يتكون مجتمع البحث الحالي من المدارس المتوسطة للبنات في مركز قضاء بعقوبة الدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢م) التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى البالغ عددها (١٦) مدرسة كما موضح في الجدول (٣)

٢-**مجتمع الطالبات: –**

يتكون مجتمع البحث الحالي من طالبات المتوسطة للدراسة الصباحية في مركز قضاء بعقوبة للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢م) التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى البالغ عدد (٦١٧٥) طالبة موزعة على (١٦) مدرسة

عينات البحث:

تم اختيار عينة البحث الحالي (بطريقة عشوائية)، وقد استعمل الباحثان في بحثهما عينات عدة ومنها:

١-**العينة الإستطلاعية: –**

قامت الباحثان بختيار (٣٠) طالبة بواقع (١٥) طالبة من كل شعبة من الصف (الثاني المتوسط) في مدرسة (الازدهار للبنات) بالطريقة العشوائية البسيطة لغرض معرفة مدى وضوح فقرات المقياس لكل طالبة (٢٥) دقيقة

٢-**عينة التحليل الإحصائي: –**

هنالك مجموعة من الاعتبارات العلمية لكي تحصل على عينة ممثلة للمجتمع الذي تدرسه والتي تم على وفقها تحديد حجم عينة البحث وهي: –

أ- يرى ايبل (Ebele, 1972) إن سعة العينة وكبرها هو الإطار المفضل في عملية الاختبار، اي انه كلما زاد حجم العينة قل احتمال وجود الخطأ المعياري (Ebele, 1972: 289-290).

ب- أكدت نانلي (Nunnally,1978) أن الحجم المناسب لعينة التحليل الإحصائي يرتبط بعدد فقرات المقياس، يجب أن يتراوح بين (٥-١٠) أفراد لكل فقرة من فقرات المقياس للحد من أثر الصدفة والعشوائية في التحليل الإحصائي (Nunnally,1978: 262)

ت- واشار (الزوبعي والحمداني،١٩٨٣) الى أن العينة المناسبة في بناء الاختبارات والمقاييس النفسية هي العينة التي تتألف من (٤٠٠) مفحوص فأكثر (الزوبعي والحمداني ،١٩٨٣، ١٣٠)

ث- اما (الدليمي والمهداوي، ٢٠١٦) فقد أشارا الى أن تتحدد نسبة عينة البحث من حجم المجتمع على عدد من المعايير مثل منهج البحث وحجم المجتمع ففي المجتمع الذي يزيد حجمه عن (١٠٠٠٠) يكون حجم عينه بما يقارب الـ (٤٠٠) فرداً (الدليمي والمهداوي، ٢٠١٦: ١٤٦).

أخذت الباحثان بنظرها الاعتبارات العلمية الأنفة الذكر في اختيار عينة بحثها، أذ بلغت (عينة التحليل الاحصائي) (٤٠٠) طالبة من طالبات المتوسطة في قضاء بعقوبة اختيروا بطريقة عشوائية.

٣-عينة الثبـــــات: -

قامت الباحثان بتطبيق الاختبار على عينة مكونة من (٣٠) طالبة بواقع (١٥) طالبة من كل شعبة من الصف الثاني المتوسط في متوسطة (العامرية للبنات) وبعد مرور (١٤) يوم من تطبيق الاختبار الاول قامت بتطبيق المقياس مرة ثانية على العينة نفسها للتعرف على مدى ثباته.

٤. عينة البرنامج الارشادي (الضابطة والتجريبية):

لغرض اختيار افراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) تم تطبيق مقياس التنافر المعرفي على عينة بلغت (٣٠) طالبة من طالبات متوسطة (الآمال للبنات) و(الدرر للبنات) وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وبعد تطبيق المقياس تم ترتيب الاستمارات تنازليا، واختارت الباحثان اعلى (٢٠) درجة حصل عليها المستجيبون، وبحسب (الوسط الفرضي) البالغة (٦٠) درجة، حيث تم اختيار (١٠) طالبات لكل مجموعة.

❖ **ادات البحث: -**

لغرض تحقيق هدف البحث الحالي وفرضياته، قامت الباحثان ببناء أداتا البحث وهي مقياس (التنافر المعرفي) للطالبات المتوسطة،.

لتحقيق هدف البحث لابد من توافر مقياس يتلاءم مع طبيعة الحالة المراد قياسها ومع طبيعة مجتمع البحث كما يجب ان يتوافر فيه الخصائص السايكومترية لذا قامت الباحثان ببناء مقياس التنافر المعرفي وفق اسلوب (ليكرت) في بناء اداة بحثها كونها طريقة شائعة الاستخدام وذلك للاعتبارات الآتية: -

أ- تسمح بأكبر تباين بين الإفراد.

ب- توفر مقياساً أكثر تجانساً.

ت- تتيح للمستجيب إن يؤشر درجة أو يبين شدة مشاعره.

ث- تجمع عدد من المواقف ذات الصلة بالظاهرة السلوكية المراد قياسها

ج- مرنة جداً وسهلة البناء والتصحيح يميل الثبات فيها لأن يكون جيداً ويعود ذلك إلى المدى الكبير من الاستجابات المسموح بها للمستجيب. (Stanley & Hopkins, 1979, 288).

ولغرض بناء مقياس (أداة) لقياس التنافر المعرفي مرت عملية البناء بعدد من الخطوات، وهي كالاتي: -

اولاً: تحديد مفهوم التنافر المعرفي: -

تبنت الباحثان تعريف فستنجر (Festinger 1964: p 11) هو عندما تتنافر فكرتين او معرفتين مع بعهما البعض وهذا التنافر يولد نوع من التوتر لدى الفرد الذي يحفزه لحل هذا التنافر بينهما من خلال اختيار احدى الفكرتين ومن ثم خفض التوتر الذي يواجهه وتحقيق التوافق المعرفي بين المعارف

ثانيا: صياغة فقرات المقياس وتوزيعها على المقياس: -

- هناك عدة شروط يجب على الباحثان مراعاتها عند صياغة الفقرات وهي كالآتي: -
  - أن تكون الفقرات واضحة ومفهومة وبعيدة عن الغموض والتعقيد.
  - أن تكون صياغتها بشكل ملائم للمجتمع المراد دراسته.
  - أن تحتوي الفقرة على فكرة واحدة فقط ولا تبدأ بنفي (الحراحشة، ٢٠١٥: ١٣٤).

- أن تكون عدد الفقرات مناسبة اي لا تكون كثيرة فتدخل الملل في نفس المستجيب (عطواني ومطر، ٢٠١٨: ١٠١).

ولقد اطلعت الباحثان على عدد من الادبيات التي تناولت التنافر المعرفي وعدد من المقاييس ذات العلاقة من خلال الاستبانة الاستطلاعية التي وزعت على طالبات المرحلة المتوسطة، وكذلك الاستبيان الاستطلاعي الذي وزع على الطالبات و تم جمع (٣٠) فقرة بصيغة اولية .

❖ **بدائل الإجابة:** –

تم الاعتماد على المدرج الثلاثي للتقدير ازاء كل فقرة اذ اعطيت كل فقرة درجة تتراوح بين (١–٣) البدائل (تنطبق على بدرجة كبيرة – تنطبق على بدرجة متوسطة –لا تنطبق علية ابدا) حيث كان تصحيح الفقرات الايجابية (٣–٢–١) اما الفقرات السلبية تصحيحها كان (١–٢–٣)

❖ **أعداد تعليمات المقياس:** –

تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يسترشد به المستجيب اثناء اجابته على فقرات الاداة، وقد تم الاهتمام ببعض الامور عند وضع تعليمات الاختبار منها: –

أ– كتابة التعليمات بخط واضح ومفهوم.

ب– توضيح فكرة الاختبار كي لا يكون هناك عدم فهم من قبل المستجيبين للاختبار.

ت– وضع مثال او نوع من التمرين للمستجيب قبل الاختبار (مجيد،٢٠١٠: ٣١).

لذا تم أعداد التعليمات التي تضمنت كيفية الإجابة على الفقرات من خلال وضع مثالاً توضيحياً، وحث المستجيبات على الدقة في الإجابة، وتم إخفاء الهدف من الأداة كي لا يتأثرن به عند الإجابة كما طلب منهن الإجابة بصراحة وعدم ترك أي موقف من دون إجابة، وذلك دون الحاجة الى ذكر اسماؤهن، كما تم التأكيد على ان الإجابة لن يطلع عليها أحد سوى الباحثان وأنها سوف تستعمل لأغراض البحث العلمي فقط.

❖ **عرض المقياس على مجموعة من المحكمين: –**

بعد أَن تمت صياغة تعليمات المقياس، وصياغة فقراته قامت الباحثان بعرض الأداة (المقياس) بصيغته الأولية الملحق (٤) المكون من (٣٠) فقرة على مجموعة من المحكمين المختصين في التربية وعلم النفس والإرشاد النفسي لتقدير مدى صلاحيتها لقياس التنافر المعرفي لغرض تقويم المقياس والحكم عليه عن طريق:

– صلاحية فقرات المقياس ومدى وملاءمتها للنظرية المعتمدة.

– وضوح تعليمات المقياس ومدى مناسبة البدائل.

وبعد أَن تم تحليل آراء الخبراء بشأن صلاحية الفقرات تبين ان جميع الفقرات صالحة، وأخذت الباحثان نسبة (٨٠%) معيارا لقبول المحكمين على الفقرة، وفي ضوء ذلك لم يتم حذف اي فقرة من الفقرات واقترح (٨٠%) الخبراء والمحكمين على ضرورة تعديل بعض الفقرات والبالغ عددها (٦) فقرة لكونها غير صالحة للمستجيب، وأعرب الخبراء بنسبة (١٠٠%) على إبقاء البدائل كما هي.

٧–**<u>عينة وضوح التعليمات (العينة الاستطلاعية)</u>: –**

أن الهدف من هذا التطبيق هو التعرف على الاتي: –

أ– مدى وضوح الفقرات من حيث الصياغة والمعنى.

ب– لتحديد مدى الوقت اللازم المستغرق في الاجابة على المقياس.

ولتحقيق هذا الغرض قامت الباحثان بتطبيق المقياس على عينة بلغت (٣٠) طالبة من طالبات الثاني المتوسط تم اختيارهم عشوائياً من غير عينة البناء، من مدرسة (القارعة للبنات) وبعد إجراء التطبيق تبين أن فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة ومفهومة لكل افراد العينة

٨–**<u>تطبيق المقياس على عينه المجتمع المدروس</u>:** – قامت الباحثان بسحب عينة ممثلة للمجتمع المدروس مكونة من (٤٠٠) طالبة من الطالبات المرحلة المتوسطة في المدارس

التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى، تم تطبيق مقياس التنافر المعرفي على عينة البحث الحالي وهن الطالبات المتوسطة.

❖ **التحليل الاحصائي لمقياس التنافر المعرفي: –**

تعتمد جودة الاختبار إلى أقصى حد على الفقرات التي يتألف منها، ومن الضروري في هذا السياق تحليل كل فقرة من فقراته، لكي يتم استبقاء تلك الفقرات التي تسير في أتجاه المفهوم النظري وتلائم الأُسس والغايات التي وضعت من أجلها، ولذلك يعدُّ تحليل الفقرات جزء مكملاً لكل من ثبات الاختبار وصدقه (النعيمي،٢٠١٤،٢٢٠).

ومن أبرز الأساليب المستخدمة في تحليل الفقرات: –

أ–أسلوب حساب القوة التميزية للفقرات (المجموعتين المتطرفتين): –

تشير القوة التمييزية على قدرة الفقرة التميز بين المجموعتين العليا والدنيا، اي قدرتها على تميز الفروق الفردية بين الافراد الذين حصلوا على درجة عالية في الاختبار، وبين الذين حصلوا على درجة واطئة فيه؛ لتحسين نوعية المقياس عن طريق التعرف على الفقرات غير المميزة والتي ينبغي هنا حذفها او تعديلها، (الكبيسي ،٢٠١٠ :٢٧).

ولحساب القوة التميزية لكل فقرة من فقرات مقياس التنافر المعرفي قامت الباحثان باستعمال أسلوب المجموعتين الطرفيتين على النحو الاتي: –

- تطبيق المقياس المؤلف من (٣٠) فقرة على عينة البحث الحالي البالغة (٤٠٠) طالبة من طالبات المتوسطة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، وبعد التطبيق تم اعطاء درجة لكل إجابة عن فقرة على وفق طريقة تصحيح مقياس التنافر المعرفي.
- ترتيب الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة تنازلياً من أعلى درجة الى أدنى درجة.
- تحديد (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات في التنافر المعرفي وعددها (١٠٨) استمارة للمجموعة العليا و(١٠٨) استمارة للمجموعة الدنيا والعدد الكلي للاستمارات للمجموعتين العليا والدنيا بلغ (٢١٦) استمارة.

. بعد تحديد المجموعتين العليا والدنيا استعمل الباحثان الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس والبالغ عددها (٣٠) فقرة وقد تبين أن جميع فقرات المقياس كانت مميزة، إذ كانت جميع قيم القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤)

٢ - طريقة الاتساق الداخلي:-

إنَّ طريقة الاتساق الداخلي للمقياس تقيس علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس إذ إنَّها تستخدم في تحديد موقع كل فقرة من مواقف المقياس، وكذلك تستخدم في تحديد مدى تجانس مواقف المقياس (مجيد،٢٠١٥: ١٢٣)، لذا تعد طريقة الاتساق الداخلي من الطرائق الشائعة الاستخدام في حساب الثبات (محاسنة، ٢٠١٣: ١٣٢).

تم حساب الأتساق الداخلي للمقياس كالآتـــي:-

***علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:**

تم حساب درجة كل موقف ومعرفة ارتباط كل درجة منه بالدرجة الكلية للمقياس ولأجل معرفة ذلك استعمل الباحثان معامل ارتباط(بيرسون) بأستعمال عينة التحليل الاحصائي للمواقف المكونة من (٤٠٠) طالبة ، وقد كانت جميع القيم المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠.٠٩٨) عند مستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨)

<u>الخصائص السيكومترية لمقياس التنافر المعرفي</u>: -

تُعد الخصائص السيكومترية لفقرات المقياس إجراءات علمية ذات أهمية كبيرة في المقاييس النفسية، يجمع معظم علماء القياس النفسي على إن خاصيتي الصدق والثبات هي من أكثر الخصائص السيكومترية أهمية في المقاييس النفسية، أذ نستطيع بواسطتها أن نثبت انها قادرة على قياس الظاهرة قياساً دقيقاً بالتالي توفر فرصة حقيقية في اتخاذ القرارات المناسبة لها (الريماوي، ٢٠١٧: ٩٦).

لذلك قامت الباحثان باستخراج الصدق والثبات لمقياس التنافر المعرفي وكمـــا يأتـــي: -

***مؤشرات الصدق::Indicators Validity -**

يعتبر الصدق من الخصائص المهمة التي يجب الاهتمام بها في بناء الاختبارات والمقاييس له اهمية كبرى في تحديد قيمة الاختبار او المقياس ومغزاه، يعرف على "أنه مقدرته على قياس ما وضع من اجله او السمة المراد قياسها"، ويعرف احصائياً على "انه نسبه التباين الحقيقي المرتبط او المنسوب للسمة المقاسة الى التباين الكلي ويشار الى هذه النسبة بمعامل الصدق". (مجيد، ٢٠١٣: ٩٣).

تحققت الباحثان من صدق المقياس كما يأتـــــي: -

أ- **الصدق المنطقي (Logical Validity): -**

يتحقق هذا النوع من الصدق من خلال التعريف الدقيق السلوكي الذي يقيسه المقياس من خلال التصميم المنطقي للفقرات بحيث تغطي المساحات المهمة وكذلك من خلال تحديد المتغيرات وصياغة الفقرات واتخاذ القرارات من قبل الحكام (الكبيسي، ٢٠١٤: ٩٣)

وقد توفر هذا النوع من الصدق في مقياس التنافر المعرفي من خلال تعريف مفهوم التنافر المعرفي.

ب- **الصدق الظاهري(Face Validity): -**

ويعرف بالصدق السطحي أو الخارجي، يرتبط بأداء الباحث نفسه، ويعتمد على مظهر الأداة بشكل عام لا يتدخل في محتوى الاداء ومضمونها، ولتحقيق هذا النوع من الصدق لابد من عرض الأداة على مجموعة المختصين والخبراء في مجال الدراسة (ابو سميرة والطيطي، ٢٠١٩: ٦٧)

قد تم التحقق من هذا النوع من الصدق في مقياس التنافر المعرفي من خلال عرض الباحثان للمقياس بصورته الأولية على مجموعة من الخبراء والمختصين في التربية وعلم النفس والإرشاد النفسي والتوجيه التربوي .

ت- **صدق البناء(ConstructionValidity): -**

يقصد بصدق البناء هو مدى قياس الاختبار او المقياس للظاهرة المراد دراستها من خلال اجراء فحص منظم لمجموعة من الفقرات التي يتضمنها المقياس لتقدير مدى تمثيلها للمجال الذي أعد لقياسه (المكدمي، ٢٠١٦: ٢٤١)، بذلك فهو يركز على الفحص المنظم لمحتوى الاختبار لتحديد ما أذا كان عينه ممثلة لمحتوى موضوع الظاهرة المراد قياسها ام لا(مخائيل، ٢٠١٦: ١٦٥).

وقد توفر هذا النوع من الصدق في مقياس (التنافر المعرفي) من خلال المؤشرات الاحصائية وهي: – (القوة التمييزية للفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين، علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس،) وقد تم الاشارة الى ذلك سابقا.

ثانياً: مؤشرات الثبات:

يعد ثبات المقياس خاصية أساسية في الاختبارات النفسية التربوية، إذ إن ثبات المقياس من أدوات القياس التي تكون على درجة عالية من الدقة والإتقان والاتساق إذ إنها تزودنا ببيانات عن السلوك المفحوص (مجيد، ٢٠١٣ :١٢٤).

ويشير الثبات الى الاستقرار او التجانس بين نتائج مقياسين في الصفة او سلوك ما، أي أن الأفراد أذا اختبروا بمقياس معين فأن درجاتهم ستكون نفسها أذا أعيد تطبيق الاختبار نفسه وبالظروف نفسها (النبهان،٢٠١٣: ٣٢٩).

بذلك تحققت الباحثان من ثبات مقياس التنافر المعرفي الطرائق الاتيـة: –

١– طريقة الاختبار وإعادة الاختبار: –

تتلخص هذه الطريقة بتطبيق اختبار على مجموعة من الافراد، ثم يعاد تطبيقه على المجموعة ذاتها، على ان يم تحديد الفترة الزمنية الفاصلة بين الاختبارين (عبد الرحمن، ٢٠٠٨: ٢٨).

ويحسب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الاول والثاني، ويشير معامل الارتباط الى ثبات الاختبار، أي يشير إلى استقرار اداء افراد العينة عبر الفاصل الزمني عن طريق اداء افراد العينة في الاختبار الاول والثاني، اذ يعد من ابسط الطرق المتبعة لتعيين معامل الثبات (المكدمي،٢٠١٦ :٢٧٦–٢٧٥).

استخرجت الباحثان (معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار) عن طريق تطبيق المقياس على افراد العينة مؤلفة من (٣٠) طالبة من طالبات الثاني متوسط بالطريقة العشوائية البسيطة، وبعد مرور فترة زمنية بحدود اسبوعين إذ تم تطبيق المقياس على أفراد العينة نفسها مرة اخرى، ثم يتم حساب (معامل ارتباط بيرسون)، بين درجات طالبات المتوسطة في الاختبار الاول والثاني وبلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٨٤)، وهو يدل على ان معامل ثبات المقياس يتمتع بثبات جيد.

٢-طريقة ألفاكرونباخ: -

تعد طريقة الفاكرونباخ مؤشراً إحصائيا، لثبات الاتساق الداخلي، وكما انها تعطي الحد الأدنى للقيمة التقديرية لمعامل ثبات درجات المقياس لذا فأن قيمة ألفا أذا كانت مرتفعة يدل هذا على إن المقياس يتمتع بالثبات، فهي تعتمد على حساب الارتباطات بين درجات فقرات المقياس جميعا (النبهان،٢٠١٣: ٣٢٩).

إذ قامت الباحثان باستخراج قيمة (معامل الفاكرونباخ) عن طريق تطبيق المقياس على عينه مكونة من (٣٠) طالبة اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة فكانت قيمة معامل الثبات (٠,٨٩) وهو معامل اتساق جيد، اذ يمكن القول بأن البحث الحالي توصل إلى بناء أداة لقياس التنافر المعرفي، يتمتع بمؤشرات الصدق والثبات، وكذلك مؤشرا على تحليل الفقرات وكفاءتها، للتميز بين المستجيبات.

الفصل الرابع:

❖ **مفهوم البرنامج الارشادي:**

البرنامج الإرشادي عنصر أساسي وجوهري في تنظيم العملية التربوية، وتسعى البرامج الإرشادية الى متابعة نمو الأفراد بشكل عام وإرشادهم على وفق برامج توجيهية وإرشادية يخطط لها، وان هذه البرامج تركز اهتمامها على محتويات المشاكل المختلفة التي يواجهها المسترشدين في مجال دراستهم وعملهم (القرة غولي، ٢٠١٨: ٣١).

❖ **تخطيط البرنامج الارشادي**

ان قيمة اي برنامج ارشادي تكمن في مدى دقة تخطيطه في تلبية حاجات المسترشدين لذا يجب ان ترتبط البرامج الارشادية بخطة واضحة الاهداف، ولها فلسفة عامة تستند اليها تنسجم مع الواقع الذي يعيش فيه المسترشدين ولا يمكن تحقيق ذلك ما لم يكن هناك نموذجا علميا قائما على التخطيط والتنظيم، بعد الاطلاع على عدد ممن نماذج التصاميم للبرنامج الارشادي اعتمدت الباحثان على انموذج بوردرز ودارري (Borders &Drury,1992)في بناء برنامجها وذلك لان التخطيط وفق هذا الانموذج يحقق اهداف البحث وكذلك لانه يتضمن تحديد الحاجات الارشادية وتسلسله للاهداف من العام الى الخاص كما يتضمن التسلسل المنطقي في بناء البرنامج الارشادي فضلا سهوله تطبيقه واتباعه للأسلوب العلمي قامت الباحثان ببناء البرنامج

الارشادي الذي يلائم طبيعة السمة المراد دراستها وهدف البحث الحالي ، قد تم اعداد البرنامج بالخطوات الاتية (Borders&Drury , 1992) : يتضمن الخطوات التالية

- تحديد وتقدير احتياجات المسترشدين .
- صياغة اهداف البرنامج الارشادي على ضوء احتياجات المسترشدين.
- تحديد الاولويات .
- تحديد وتنفيذ الانشطة التي يقوم عليها البرنامج الارشادي .
- تقويم وتقدير كفاءة البرنامج الارشادي . (Borders&Drury , 1992 :487).

❖ **تطبيق البرنامج الارشادي :**

تم تطبيق البرنامج الإرشادي بأسلوب (إعادة البنية المعرفية) وبالاعتماد على الارشاد الجمعي في يوم الاحد الموافق (٢٠٢٢/٣/١)، وحدد مجموع الجلسات الارشادية بـ (١٢) جلسة ارشادية وبواقع جلستين في الاسبوع، وزمن كل جلسة (٤٥) دقيقة، وتم تطبيق البرنامج الارشادي بأسلوب (إعادة البنية المعرفية) في (متوسطة الآمال للبنات)، وتم تحديد المكان في احدى الصفوف الفارغة من المدرسة، وتم إنهاء البرنامج الارشادي في يوم الثلاثاء الموافق (٢٠٢٢/٣/٢٩)، وحددن الباحثان يوم الثلاثاء الموافق (٢٠٢٢/٤/١٢) موعدا لأجراء الاختبار البعدي للمجموعتين (التجريبية والضابطة)، والجدول (١) يوضح ذلك

جدول (١٢)

الجلسات البرنامج الارشادي وتواريخ انعقادها

ت	الجلسات الارشادية	اليوم	تاريخ انعقادها	عنوان الجلسة
١	الجلسة الاولى	الثلاثاء	٢٠٢٢/٣/١	الافتتاحية
٢	الجلسة الثانية	الخميس	٢٠٢٢/٣/٣	تقبل الاخرين
٣	الجلسة الثالثة	الأحد	٢٠٢٢/٣/٦	توكيد الذات
٤	الجلسة الرابعة	الثلاثاء	٢٠٢٢/٣/٨	اتخاذ القرار
٥	الجلسة الخامسة	الخميس	٢٠٢٢/٣/١٠	الدافعية
٦	الجلسة السادسة	الأحد	٢٠٢٢/٣/١٣	التفاعل الاجتماعي
٧	الجلسة السابعة	الثلاثاء	٢٠٢٢/٣/١٥	ادارة الوقت
٨	الجلسة الثامنة	الخميس	٢٠٢٢/٣/١٧	الاتزان الانفعالي
.....	.....	الأحد	٢٠٢٢/٣/٢٠	.....
٩	الجلسة التاسعة	الثلاثاء	٢٠٢٢/٣/٢٢	التفكير المرن
١٠	الجلسة العاشرة	الخميس	٢٠٢٢/٣/٢٤	التفكير الايجابي

١١	الجلسة الحادية عشر	الأحد	٢٠٢٢/٣/٢٧	الوعي الاجتماعي
١٢	الجلسة الثانية عشر	الثلاثاء	٢٠٢٢/٣/٢٩	الختامية
اجراء الاختبار البعدي يوم الثلاثاء الموافق (٢٠٢٢/٤/١٢)				

الفصل الخامس:

توصل الباحثان الى بناء برنامج ارشادي مقترح وأوصى الباحثان بمجموعة من التوصيات والمقترحات:

التوصيات: The Recommendations

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي توصي الباحثان بما يأتي:

١. الاستفادة من الأسلوب الإرشادي المعتمد في هذه الدراسة من قبل المرشدين التربويين في مدارسهم لتخفض التنافر المعرفي لدى الطالبات.

المقترحات: The Suggestions

في ضوء نتائج البحث الحالي تقترح الباحثان ما يأتي:

١. إجراء دراسة أثر أسلوب اعادة البنية المعرفية في تخفض التنافر المعرفي لدى الطلبة على مراحل دراسية أخرى (المرحلة الإعدادية، والمرحلة الجامعية).

A suggested indicative program with the method of cognitive restructuring in reducing cognitive dissonance among middle school students

Keywords: program, restructuring, disharmony
Research extracted from a master's thesis

Tuqa Abdul Razzaq Mustafa Al-Zubaidi, Prof. Abdel Karim Mahmoud Saleh
Diyala General Directorate of Education

Abstract

The current research aims to build a suggested indicative program with a method of restoring the cognitive structure in reducing the cognitive dissonance among middle school students. To achieve the goal of the research and test its hypotheses, the researchers used the experimental method with design (experimental group and control group with a pre-post test). The cognitive structure of (Meckenbaum) and the number of sessions (12) sessions according to the needs that were identified from the paragraphs of the scale and by two sessions per week and that the duration of the session is (45) minutes and as the statistical data was processed, the researchers reached to build the proposed indicative program in a method of repeating The cognitive structure in reducing

cognitive dissonance among middle school students, and in light of this, the researchers presented a number of recommendations and suggestions.

المصادر

- ابو اسعد، احمد عبد اللطيف (٢٠١١): **العملية الارشادية**، دار المسيرة، الطبعة الاولى، عمان، الاردن
- ابو النصر، مدحت احمد (٢٠١٠): **اعادة هندسة الذات**، ط١، المجموعة العربية للتدريب والنشر، القاهرة – مصر.
- الراشدي، احمد كاظم (٢٠١٣): **الارشاد النفسي في التربية والتعليم**، ط١ ، دار النهضة للنشر والطباعة، مصر.
- الرحيم، احمد حسن (١٩٩٦): **المراهق في اسرته ومدرسته ومجتمعه**، مركز البحوث التربوية والنفسية، جامعة بغداد، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.
- العزة، سعيد حسني (٢٠٠٨) **دليل المرشد التربوي في المدرسة** ط ١، درر النشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- القره غولي، حسن احمد (٢٠١٨) **البرامج الارشادية الاساليب والفنيات**، دار غيداء للنشر والتوزيع، عمان الاردن، ط١
- باقر، عبد الكريم محسن (١٩٨٦): **علم النفس الاداري**، دار التقني للطباعة والنشر
- جابر، عبد الحميد وعمر، محمود (١٩٧٨): **دراسة لدافعية الحاجات لماسلو وعلاقتها بموقع الضبط والاستقلال الادراكي**، مركز البحوث التربوية، جامعة قطر.
- زهران، حامد عبد السلام، (١٩٨٢): **الارشاد والتوجيه التربوي**، ط٢،عالم الكتب.
- فهمي، مصطفى (١٩٨٨): **التوافق الشخصي والاجتماعي**، ط١، مكتبة الخانجي، القاهرة.
- قطامي، يوسف محمود (٢٠١٢). **نظرية التنافر والعجز والتغيير المعرفي عمان**: دار المسيرة
- محمد، اسامة احمد عطا (٢٠٢٠): **التنافر المعرفي وعلاقته بانفعالات التعلم والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب الجامعة بالبحر الاحمر**، كلية التربية بالغردقة–جامعة جنوب الوادي، العدد (٤٤)
- ملحم، سامي محمد (٢٠١٥): **الارشاد النفسي مراحل العمر**، دار الاعصار للنشر والتوزيع، عمان، الاردن، ط١.

- Borders & dryra L.D Sander,MD(1992):**Comprehend save school counseling programs,Arevieew for policy markers-Journal** counseling and Development COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY with DONALD.
- Festinger, L.(1964).**Conflict, decision and dissonance. Stanford:**
- socio – Economics,38(4),658-662.
- Nunnally. J (1978**): Psychometric Theory, McGraw-Hill, New** York.
- Ollendick, T.H & Cerny, J.A. (1981): **Clinical behavior therapy, holt. Rinehart**, New York.
- Pallone, N.(1967). **College work and self-ideal congruence . Journal of Personality and Social Psychology**, 7, 252-264
- Rabbie, J M.Brehm ,J W & cohen , A.R(1959),**verbalization and reactions to cognitive dissonanc**e. Journal of personality Stanley, C.J & Hopkins, K.G (1979): **Educational an**