

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الإعدادية

م.م. سهام سعد علي

أ.د. محمود شاكر عبدالله

جامعة البصرة – كلية التربية للعلوم الإنسانية – قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية، بلغت عينة التجربة (١٦) طالبة، تم توزيعهم عشوائياً على مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، تم تكافؤ المجموعتين بعدد من المتغيرات، أسفرت نتائج البحث إن أسلوب إظهار أثراً في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى عينة البحث، وخرج البحث بعدد من التوصيات والاستنتاجات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: أسلوب إظهار الدليل، معتقدات التقييم اللاعقلانية، طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية.

The Impact of the Evidence-Show Method of Modifying the Evaluation's Irrational Beliefs for Preparatory School female Students

Assist. Lect. Seham Saad Ali

Prof. Dr. Mahmood Shaker Abdullah

Dept. of Psychological Counseling and Educational Guidance ,College of Education for Human Sciences, University of Basrah

Abstract:

The research aims to identify the impact of the evidence-show method of modifying the evaluation's irrational beliefs for preparatory school female students. The sample of the experiment was (16) students, they were distributed randomly into two groups, one experimental and the other control. The two groups were equated with a number of variables. The results of the research resulted in the evidence-show method of showing an impact on modifying the evaluation's irrational beliefs of the research sample. The research came out with a number of recommendations, conclusions and suggestions.

Keywords: Evidence-Show Method, Evaluation's Irrational Beliefs, Preparatory School Students.

مشكلة البحث

تعد معتقدات التقييم اللاعقلانية إحدى المشكلات الشائعة التي تعيق الطلبة عن تحقيق أهدافهم فضلاً عن تأثيرها في جوانب الحياة المختلفة النفسية والاجتماعية والصحية والدراسية، والمراهقون هم أكثر الفئات عرضة لتبني المعتقدات اللاعقلانية نظراً لطبيعة المرحلة العمرية التي يمرون فيها.

إذ وجد من خلال الدراسات والأبحاث شيوع المعتقدات والأفكار اللاعقلانية، بين الأفراد من البالغين والأطفال وطلبة المدارس (النعمي، ٢٠١٣؛ بودربالة وبوضياف، ٢٠١٧)، (Morris, 1993)، فضلاً عن ارتباطها بالعديد من المشكلات النفسية كالغضب والقلق والاكتئاب (Ellis, 2004: 151-152).

وبما أن العديد من المشكلات والاضطرابات النفسية هي نتيجة للعمليات العقلية اللاعقلانية، فإن أفضل أسلوب للتخلص من تلك المشكلات يكمن في تعديل تلك العمليات العقلية أو المعرفية نفسها (Corey, 1996:122). لذا تم العمل في هذا البحث من خلال استعمال أسلوب إظهار الدليل للتعرف على أثره في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية مما يساعد في تعزيز النمو النفسي والاجتماعي للطلبات، وبهذا تتلخص مشكلة البحث بالتساؤل الآتي:

ما أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية؟

أهمية البحث:

نظراً، لأهمية المرحلة العمرية للفئة المستهدفة في البحث وهي مرحلة المراهقة التي تعد من المراحل المهمة في حياة الإنسان، إذ تحدث فيها معظم التغيرات الفسيولوجية، والعقلية، والاجتماعية، لذلك هم بحاجة الى برامج إرشادية إنمائية، وقائية، وعلاجية، بهدف فهم دوافعهم وحاجاتهم، وتوفير متطلباتهم، ومساعدتهم في حل مشكلاتهم، وذلك لأهمية البرامج الإرشادية في تحقيق نمو سليم متكامل في جوانب الشخصية كافة، والوصول بهم الى أفضل مستوى ممكن من الصحة النفسية (مشاقبة، ٢٠١٥: ١٩٢). ويمكن إبراز أهمية البحث الحالي من خلال ما يأتي:

١- أهمية دراسة معتقدات التقييم اللاعقلانية نظراً لتأكيد العديد من الدراسات على صلتها بشخصية الفرد وقدراته وصحته النفسية وتكامله النفسي بوجه عام.

٢- تتضح أهمية البحث الحالي في تناوله شريحة مهمة من المجتمع تتمثل بطالبات مرحلة الدراسة الإعدادية، ومن ثم فإنه يجب دراسة الجوانب المعرفية للتعرف على معتقدات التقييم اللاعقلانية وما قد تسببه من مشكلات.

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

٣- توجيه اهتمام القائمين على التخطيط التربوي في بناء طرائق وقائية تربوية وتعميمها لمحاولة تعديل مثل هذه المعتقدات اللاعقلانية وتصحيحها وخاصة أن مرحلة المراهقة تعد من أخطر مراحل العمر.

٤- ترجع أهمية البحث في تناوله أسلوب إرشادي (إظهار الدليل) لتعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية التي قد تؤدي إلى المشكلات النفسية للفرد وبذلك يصبح التفكير أكثر عقلانية ومنطقية.

٥- الاستفادة من البرنامج المعد في هذه الدراسة من قبل المهتمين بالبرامج الإرشادية والمرشدين النفسيين في المدارس الإعدادية لتنمية البنى المعرفية وتطويرها الى طرائق سوية في التفكير كبديل لمعتقدات التقييم اللاعقلانية.

هدف البحث وفرضياته: يهدف البحث إلى التعرف على أثر أسلوب (إظهار الدليل) في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية من خلال اختبار الفرضيات الصفرية الآتية:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي- البعدي على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي- البعدي على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية.

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بطالبات مرحلة الدراسة الإعدادية في المدارس الصباحية التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة البصرة للعام الدراسي (٢٠١٩ - ٢٠٢٠م).

تحديد المصطلحات

الأسلوب الإرشادي عرفه:

حمد (٢٠١٣): بأنه النشاطات والممارسات والسلوكيات التي يؤديها المرشد في إطار نظرية إرشادية أو أكثر، تتناسب مع الفرد أو الجماعة موضوع الإرشاد، وتحقق أهداف محددة لصالح المسترشد (حمد، ٢٠١٣: ٨).

التعريف الإجرائي: الأسلوب الذي يستعمله الباحث في تنفيذ مجموعة من الفنيات والاستراتيجيات والفعاليات التي تسهم في تحقيق أهداف بحثه بأسلوب إظهار الدليل لتعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية.

أسلوب إظهار الذات عرفه:

ريمي (Raimy, 1975): أسلوب إرشادي معرفي يتم بوساطته تغيير المفاهيم الخاطئة التي يعتقد بها المسترشد والتي توجه السلوك غير المرغوب، مما يحقق للمسترشد القرب من الواقع عن طريق كشف المفاهيم الخاطئة وتغييرها والمفاهيم الدفاعية التي تحمي تلك المفاهيم الخاطئة (Raimy, 1975: 200).

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف ريمي (Raimy, 1975) بوصفه تعريفاً نظرياً لأغراض البحث.

التعريف الإجرائي لأسلوب إظهار الدليل: مجموعة من الإجراءات والنشاطات العلمية المخططة على وفق فنيات نظرية فرض المفهوم الخاطئ لـ (Raimy): (اختبار أو فحص الذات، والتفسير والتوضيح، وإظهار الذات، وتقديم النموذج، التي تستخدم على نحو منظم في الجلسات الإرشادية لتعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية على وفق جدول زمني محدد.

معتقدات التقييم اللاعقلانية: عرفها:

إليس (Ellis, 1988): هي الأفكار والمعتقدات غير المنطقية لتقييم الذات، والآخرين والعالم، كالمطالب الإلزامية (Demandingness)، والفظاعة والتهويل (Awfulness-Frightening)، وانخفاض تحمل الاحباط (Low Tolerance Frustration)، وتقييم الذات والآخرين (Self- Other People Rating)، (Ellis, 1988: 319).

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف إليس (Ellis, 1988) بوصفه تعريفاً نظرياً لأغراض البحث.

التعريف الإجرائي لمعتقدات التقييم اللاعقلانية في البحث الحالي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال الإجابة على فقرات مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية. مرحلة الدراسة الإعدادية:

وزارة التربية (٢٠١١): هي مرحلة دراسية تقع ضمن المرحلة الثانوية بعد مرحلة المتوسطة مدتها (٣) سنوات، ترمي إلى ترسيخ ما تم اكتشافه من قابليات الطلاب وميولهم، وتمكنهم من بلوغ مستوى أعلى من المعرفة والمهارة، مع تنويع بعض الميادين الفكرية والتطبيقية وتعميقها تمهيداً لمواصلة الدراسة الحالية، وإعداده للحياة الإنتاجية (وزارة التربية، ٢٠١١: ٤).

إطار نظري

مفهوم معتقدات التقييم اللاعقلانية

تتبعه الفلاسفة اليونان منذ القدم الى أن الطريقة التي ندرك بها الأشياء وليس الأشياء نفسها هي التي تصف سلوكنا بالاضطراب أو السواء. وفي هذا الصدد يقول (ابكتيتوس) لا يضطرب الناس من الأشياء ولكن من الآراء التي يحملونها عنها (بلان، ٢٠١٥: ٢٣٣).

ومن أهم العلماء الذين ينسبون الى هذه النظرية ألبرت إليس (Albert Ellis)، وقد أولى إليس أهمية قصوى للأفكار والمعتقدات في تشكيل حياة الفرد، سواء بإكسابها الايجابية والسعادة وتحقيق الأهداف وتقدير الذات، أو بتشويه تلك الحياة وإكسابها التعاسة والشعور بتدني مفهوم الذات، والشعور بالانهزام والفشل والمعاناة من الاضطرابات الانفعالية. إذ قامت نظرية إليس في الإرشاد والعلاج النفسي على أن الإنسان يخلق الى حد بعيد اضطراباته النفسية، وأنه مسؤول عن ذلك بما يتمسك به من أفكار ومعتقدات لا عقلانية وغير منطقية تشوّه واقعه، وتدمر علاقاته، وتصيبه بالاضطرابات الانفعالية (علام، ٢٠١٢: ٦٩).

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

يرى (إليس) أن نظام المعتقدات لدى الفرد يتألف من معتقدات عقلانية (Rational Beliefs)، ومعتقدات لاعقلانية (Irrational Beliefs)، ويرى أن المعتقدات العقلانية هي تقييمات ترتبط بما هو مثبت تجريبياً وتكون صحيحة، وواقعية، ومنطقية ليست مطلقة، وذات هدف واقعي، وتقود الى عواطف مناسبة، ومنسجمة. أما المعتقدات اللاعقلانية فيرى (إليس) أنها تقييمات مستمدة من افتراضات غير مثبتة تجريبياً، وتظهر بلغة مطلقة باستخدام كلمات الينبغيات should ويجب Must، وهي عبارات ملحة، وأفكار مدمرة تمثل التفكير المطلق (Ellis & Harper, 1976: 13).

يعد ألبرت إليس (Albert, Ellis) من أوائل الباحثين الذين أبرزوا الدور السلبي لمعتقدات التقييم اللاعقلانية في السلوك، واقترح أحد عشر معتقداً غير منطقي، تعد بمثابة المسببات الرئيسة للاضطرابات الانفعالية، ثم صنفها في أربع فئات، وهذه المعتقدات هي :

- ١- يجب أن أكون محبوباً أو مقبولاً من كل الأفراد الذين أتواصل معهم.
- ٢- يجب أن أكون كفوءاً بشكل تام، ومقبولاً، ومنجزاً، لأكون جديراً بالاهتمام.
- ٣- بعض الناس سيئون، شريريون، بغضون ولذلك يجب أن يلقي اللوم عليهم ومعاقبتهم.
- ٤- أنها مصيبة عظيمة عندما لا تسير الأمور كما أريدها أن تكون.
- ٥- سبب التعاسة ظروف خارجة عن إرادتي.
- ٦- تعد الأشياء الخطرة أو المخيفة مصدراً لقلقي الشديد، واحتمال تسببها للأذى يعد مصدر قلق مستمر.
- ٧- من الأسهل تجنب بعض الصعوبات والمسؤوليات بدلاً من مواجهتها.
- ٨- يجب أن اعتمد الى حد ما على الآخرين ويجب أن يكون لدي شخص يمكن الاعتماد عليه.
- ٩- إن الخبرات والأحداث السابقة هي التي تحدد سلوكي الحالي، وأنه لا يمكن إزالة تأثيرات الماضي.
- ١٠- يجب أن انزعج بشدة لمشكلات الآخرين واضطراباتهم.
- ١١- يوجد دائماً حل صحيح أو مثالي لكل مشكلة، ويجب العثور عليه وإلا النتائج ستكون كارثية، (Erford, 2012: 479- 480).

وتندرج هذه الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية في ثلاث وجوبيات أساسية هي:

- ١- المطالب المتعلقة بالذات: يجب أن أقوم بأعمالي كلها بشكل كفوء، وأحظى بالاستحسان، وإلا سيكون ذلك أمراً مرعباً، وأكون شخصاً بلا قيمة.
- ٢- المطالب المتعلقة بالآخرين: يجب أن يعاملني الآخرون بلطف واحترام، وان لم يفعلوا فيجب أن تتم إدانتهم ولومهم بشدة، وان يعاقبوا لعدم احترامهم لي، فهم أشخاص لا يستحقون التقدير.
- ٣- المطالب المتعلقة بالعالم وظروف الحياة: يجب أن يتم ترتيب شروط حياتي، بحيث احصل على كل ما أريد بسرعة وسهولة وبشكل مريح، وإلا يحصل اي شيء لا أريد حدوثه، فإن لم يحدث هذا فإن شروط الحياة غير منصفة.

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

عدّ إليس الأفكار الإحدى عشرة اللاعقلانية السابقة الذكر، ما هي إلا اشتقاق من الوجوبيات الثلاث (Ellis, 1985: 3-6, Ellis, 1994: 6-7). وينظر إليس إلى هذه الوجوبيات الثلاث على أنها المساهمة الأولى لمعتقدات وأفكار لاعقلانية محددة أكثر، التي تعد مشتقات رئيسية، وتعد لاعقلانية لمساهمتها في تخريب أهداف الشخص الرئيسية، لذلك حدد إليس أربعة أنواع للمعتقدات اللاعقلانية المختلة وظيفياً والتي تعرقل وتكون معطلة للبشر وهي:

١- المطالب الملح والإلزامية Demandingness: والتي تشير إلى المتطلبات المطلقة التي يعبر عنها بمصطلحات يجب أن، ينبغي.

٢- الفظاعة والتهويل Awfulness-Frightening: والتي تشير إلى المبالغة في تقييم الحدث السيئ أسوأ مما هو عليه في الواقع.

٣- انخفاض تحمل الإحباط Low Tolerance Frustration: غالباً ما تتعلق بعبارات لا أستطيع مواجهته أو تحمله أو لا أطيق ذلك، وتستند إلى الفكرة التي تتضمن أن الشخص لا يستطيع تحمل بعض الظروف أو الأحداث.

٤- تقييم الذات والآخرين Self- Other People Rating: وتتعلق بعملية تقييم الشخص لكامل ذاته وكل نفسه أو تقييمه لذات شخص آخر على هذا النحو، أي أنه يحكم على القيمة الكلية لذاته أو لشخص آخر (Bridges & Harnish, 2010: 863; Di Biase, 1999: 31).

ويرى ريمي (Raimy) أن الاضطرابات النفسية تعد نتيجة لمعتقدات أو اقتناعات خاطئة يتبناها المسترشد عن ذاته بشكل غير موضوعي مما يدفع به إلى سلوك غير متعقل يؤدي إلى انهزام الذات، ويهدف العلاج إلى تصحيح التصورات الخاطئة لدى المسترشد وتعديلها بما يؤدي إلى زوال سوء التوافق (محمد، ٢٠٠٠: ٦١). ففرض الفهم الخاطئ يوضح أنه إذا كانت هذه الأفكار أو المفاهيم الخاطئة الموجودة لدى المسترشد، والمرتبطة بمشكلاته النفسية يمكن تغييرها في الاتجاه الصحيح، فأن سوء التوافق سوف يزول، والمفاهيم الخاطئة عن الذات قد تقيد سلوك الفرد بطريقة غير واقعية، وقد تدفع الفرد بقوة إلى سلوك غير حكيم أو غير مقبول يؤدي إلى العجز والاضطراب (باترسون، ١٩٩٠: ٥٢-٥٣).

أسلوب إظهار الدليل Presenting Evidence

أن أسلوب إظهار الدليل من الأساليب الإرشادية المعرفية، ويستند إلى نظرية فرض المفهوم الخاطئ، وإن اصطلاح دليل (Evidence) يشير إلى الاستبصار المفاجئ الذي لم يقيم عليه المرشد أي دليل بعد، أو أنه قد يشير إلى المادة التي تم تحليلها بعناية ودقة (القرة غولي، ٢٠١٨: ٢٩٤).

من أبرز الفنيات المستخدمة في الإرشاد لدى (ريمي) لتقديم الأدلة أو البراهين لمسترشدين، اختبار أو فحص الذات، عن طريق تشجيع المسترشد على الحديث عن نفسه وعن مفاهيمه الشخصية، وتفسير المفاهيم الخاطئة التي يتبناها المسترشد وتوضيحها، وتشجيعه على الإثبات والبرهنة الذاتية على زيف

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

مفاهيمه حول ذاته وعلاقاته بالآخرين، وأخيراً إعطاؤه الخبرة البديلة (النموذج) إزاء تصوراتهِ ومفاهيمهِ الخاطئة (محمد، ٢٠٠٠: ٦٢)، وأن هذه الفنيات تستخدم معاً، ولا تستخدم كل فنية بمعزل عن الأخرى، وإنما تستخدم كلها مع بعضها البعض وتتداخل في معظم الحالات (الشناوي، ١٩٩٤: ١٦٧) ويمكن توضيحها كالآتي:

اختبار أو فحص الذات: Self-Examination تشجيع المسترشد على الحديث والتفكير حول الذات والاندماج في اكتشافها ويستطيع المسترشد أن يكشف بعض المعلومات الضرورية لتحديد وتغيير واحد أو أكثر من المفاهيم الخاطئة ثم يجعل الدليل يبدو للمسترشد بصورة مباشرة (الشناوي، ١٩٩٤: ٦٦٧).

التفسير التوضيح: Explanation مساعدة المسترشد على تحديد المفاهيم الخاطئة وتشجيع المسترشد على البرهنة على خطأ مفاهيمه حول ذاته والآخرين، وتقديم الدليل بطريقة مباشرة لا تعطي المسترشد فرصة للتساؤل، (التميمي، ٢٠١٦: ١٠٠).

إظهار الذات: Self-demonstration تشجيع المسترشد على المشاركة في مواقف يستطيع فيها أن يلاحظ مفاهيمه الخاطئة وتغيرها. ويتضمن المواقف الحقيقية والتخيلية التي يخبرها المسترشد بنفسه أو يمر بتجربتها ويرى فيها مفاهيمه ومعتقداته الزائفة حول ذاته أو علاقته بالآخرين.

تقديم النموذج: Vicariation تشتمل هذه الطريقة على التعلم من خلال سلوك يقوم به شخص آخر، وذلك من خلال النمذجة التي يقوم فيها المسترشد بمراقبة نموذج يؤدي نشاطاً ويتخيل نفسه وهو يقوم بهذا النشاط نفسه، هنا يصحح المسترشد تصوراتهِ الخاطئة مثل نشاط غير سار، خبرة مزعجة، وعمل يقود لضيق (عبدالله، ٢٠١٢: ١٥٩).

منهجية البحث وإجراءاته

منهج البحث: اتبعت الباحثة المنهج التجريبي في البحث الحالي للتحقق من الفروض عن طريق التجريب، وهو أكثر المناهج في العلوم السلوكية دقة وكفاءة للوصول إلى نتائج موثوق بها، وهذا يتطلب التخطيط للتجربة واختيار التصميم المناسب لها (الجابري وصبري، ٢٠١٤: ٧١).

التصميم التجريبي: ولغرض اختبار فرضية البحث الحالي اعتمدت الباحثة التصميم التجريبي الذي يتضمن المجموعتين التجريبية والضابطة ذي الاختبار القبلي والبعدي، لأنه تصميم يسمح بضبط عدد من العوامل التي قد تؤثر في الصدق الداخلي، واختارت الباحثة عينة التجربة من مدرسة (الصالحات) الصف الخامس الإعدادي، ومن الطالبات اللواتي حصلن على أعلى الدرجات على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية، وبلغ عددهم (١٦) طالبة، تم تقسيمهم عشوائياً على مجموعتين (تجريبية وضابطة) وبواقع (٨) طالبات لكل مجموعة، وتم تكافؤ المجموعتين بعدد من المتغيرات مثل درجات الطالبات على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية، والعمر، وترتيب الطالب في أسرته، والمستوى الاقتصادي للأسرة، والتحصيل الدراسي للأب، والتحصيل الدراسي للأم.

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

مجتمع البحث: يقصد بمجتمع البحث مجموعة من الأفراد التي يختار منهم الباحث عينة يجري عليها الدراسة (النعمي، ٢٠١٤: ٦٢)، وبهذا يشتمل مجتمع البحث على جميع أعداد طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية بفرعها العلمي والأدبي للعام الدراسي (٢٠١٩ - ٢٠٢٠) في محافظة البصرة البالغ عددهن (٢٦٥٧٧)^(*) طالبة تتوزع على جميع مدارس محافظة البصرة البالغ عددها (٥٦) مدرسة إعدادية وثانوية، بحسب بيانات الإحصاء التربوي الجدول (١).

جدول (١)

مجتمع البحث

المجموع	عدد الطالبات		عدد المدارس	المديرية
	أدبي	علمي		
١٢١٥١	٤٣٣٥	٧٨١٦	٢٤	المركز
٣٠٨٢	١٢٢١	١٨٦١	٨	أبي الخصيب
٢٢٣٣	٨٠٣	١٤٣٠	٤	شط العرب
٤٦٩٢	١٩٢٢	٢٧٧٠	١٢	الزبير
٢١٠٦	١٠٧١	١٠٣٥	٤	القرنة
٢٣١٣	٦٦٣	١٦٥٠	٤	المدينة
٢٦٥٧٧	١٠٠١٥	١٦٥٦٢	٥٦	المجموع

عينة البحث: تم اختيار عينة ممثلة لخصائص المجتمع الأصلي، بلغ حجمها (٥٣٢) طالبة من طالبات المرحلة الإعدادية بفرعها (العلمي والأدبي) من المدارس المختارة، الجدول (٢).

جدول (٢)

عينة البحث

المجموع	عدد الطالبات		عدد المدارس
	الأدبي	العلمي	
٥٣٢	١٩٩	٣٣٣	٦

أداة البحث: لغرض تحقيق هدف البحث الحالي تطلب توفير أداة لقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية، لم تجد الباحثة مقياساً مناسباً، لذا تم بناء مقياس يتلاءم مع أهداف البحث وعينته من الباحثة، اعتماداً على الإطار النظري الحديث لنظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي واتبعت الباحثة الخطوات الآتية:

* حصلت الباحثة على هذه البيانات من / المديرية العامة لتربية البصرة شعبة التخطيط والإحصاء.

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

تحديد مفهوم معتقدات التقييم اللاعقلانية: بعد الاطلاع على الإطار النظري والدراسات السابقة لمتغير معتقدات التقييم اللاعقلانية حددت الباحثة التعريف في ضوء نظرية إليس (العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي) في بنائه، إذ تبنت الباحثة هذه النظرية لتفسير النتائج.

تحديد مجالات المقياس: حددت مجالات مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية في ضوء التعريف والنظرية أربعة مجالات رئيسة هي: المطالب الإلزامية، والفضاعة والتهويل، وانخفاض تحمل الاحباط، وتقييم الذات والآخرين.

تحديد فقرات المقياس وصياغتها: استندت الباحثة إلى الإطار النظري والمعتقدات اللاعقلانية التي حددها إليس وعلى وفق النظرية المتبناة وتعريف (إليس) وتعريف كل مجال صيغت فقرات المقياس، وروعي في صياغتها أن تكون مفهومة وواضحة لدى الطالبات. وعليه قامت الباحثة بصياغة (٢٤) فقرة محاولةً وضوح لغتها وسهولتها بما يتلاءم وفئتهم العمرية، إذ تم صياغة (٦) فقرات لكل مجال، حيث أصبح عدد الفقرات للمقياس كله (٢٤) فقرة.

إعداد تعليمات المقياس: وضعت الباحثة مجموعة من التعليمات تحدد طريقة الإجابة في الفقرات ومراعاة أن تكون هذه التعليمات واضحة ودقيقة ومناسبة لأعمار الطالبات وحثّ المستجيب على الإجابة بدقة.

تحديد أوزان البدائل وطريقة التصحيح: للحصول على درجة الطالب الكلية للمقياس وضعت أمام كل فقرة أربعة بدائل وهي (تتطبق عليّ دائماً، وتطبق عليّ أحياناً، وتطبق عليّ نادراً، ولا تتطبق عليّ)، وهي بدائل ملائمة مع مرحلة الدراسة الإعدادية (الكبيسي، ٢٠١٠: ٣٢)، يقابلها سلّم من الدرجات لكل بديل وهي على التوالي (٤، ٣، ٢، ١)، إذ إنّ أعلى درجة يحصل عليها الطالب هي (٩٦) درجة وأقل درجة هي (٢٤)، أما الوسط الفرضي للمقياس فهو (٦٠) والطالب الذي يحصل على (٦٠) درجة فأكثر لديه معتقدات التقييم اللاعقلانية على وفق المقياس المعد لهذا الغرض.

الخصائص السايكومترية للمقياس

صدق المقياس: استعملت الباحثة الصدق الظاهري وصدق البناء في إيجاد مؤشرات صدق المقياس، إذ تم عرض مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية الذي أعدته الباحثة، والبالغة عدد فقراته (٢٤) فقرة موزعة على أربعة مجالات هي المجال الأول (المطالب الإلزامية)، والمجال الثاني (الفضاعة والتهويل)، والمجال الرابع (انخفاض تحمل الاحباط)، والمجال الرابع (تقييم الذات والآخرين)، على المحكّمين المتخصصين في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي وعلم النفس والقياس والتقويم ملحق (١)، واعتمدت الباحثة نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر لتحديد صلاحية فقرات المقياس ومجالاته بصيغة الأولوية، وبعد تحليل آراء السادة المحكّمين تم قبول جميع الفقرات مع إجراء بعض التعديلات في صياغة الفقرات، وبذلك أصبحت عدد فقرات المقياس (٢٤) فقرة.

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية -

التجربة الاستطلاعية: طبقت الباحثة المقياس على عينة مكونة من (٥٠) طالبة اختيروا عشوائياً من مجتمع البحث، وقد تبين للباحثة من هذا التطبيق أن التعليمات والفقرات واضحة ومفهومة للمجيبين، وأن الوقت المستغرق للإجابة عن مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية (١٥) دقيقة .

- حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية: اختارت الباحثة (٤٠٠) طالبة من مجتمع البحث عينة للتحليل الإحصائي لفقرات مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية، بطريقة عشوائية طبقية من طالبات مدارس البصرة الإعدادية.

ومن أجل إيجاد القوة التمييزية لفقرات مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية اتبعت الباحثة أسلوب المجموعتين المتطرفتين من حجم العينة البالغ عددها (٤٠٠) طالبة بنسبة (٢٧%) لتمثلا المجموعتين المتطرفتين، فبعد الحصول على الدرجات الكلية لأفراد عينة التحليل الإحصائي، رتبت الدرجات ترتيباً تنازلياً من أعلى درجة كلية إلى أدنى درجة كلية على مقياس البحث الحالي، ثم حددت المجموعتين المتطرفتين بالدرجة الكلية بنسبة (٢٧%) من أفراد العينة في كل مجموعة، فأصبح عددهم (١٠٨) أفراد في المجموعة العليا، و (١٠٨) أفراد في المجموعة الدنيا، وبعد استخدام الاختبار التائي (t- test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس البالغ عددها (٢٤)، اتضح أن جميع الفقرات لها قوة تمييزية، إذ إن القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦)، عند مستوى (٠,٠٥)، ودرجة حرية (٢١٤).

صدق البناء: تم التحقق من صدق البناء عن طريق الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات المجال بدرجة المجال، ثم درجة كل مجال مع درجة المقياس الكلي، ومن ثم استخراج الارتباط بين مجالات المقياس، وكانت جميع الارتباطات دالة.

ثبات المقياس: للتحقق من مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقتين:

أ- طريقة الاختبار وإعادة الاختبار: قامت الباحثة بحساب الثبات بهذه الطريقة بعد إعادة تطبيق المقياس على عينة الثبات البالغ عددها (٣٠) طالبة، بعد مرور (١٥) يوماً من التطبيق الأول وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني، إذ بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس (٠,٨٨)، وتعد هذه النتيجة جيدة إذ يشير عودة إلى أن الثبات العالي يعني اتساق النتائج (عودة، ١٩٩٨: ٣٩١).

ب- طريقة ألفا كرونباخ: بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس (٠,٨٦).

بناء البرنامج الإرشادي: لتحقيق هدف البحث المتمثل بالتعرف على أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية، اعتمدت الباحثة لبناء البرنامج أنموذج بوردرز ودروري (Borders & Drury, 1992)، الذي يتكون من الخطوات الآتية:

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

أولاً- تحديد متطلبات المسترشدين واحتياجاتهم: حددت حاجات الطالبات عن طريق إجابتهن على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية، وتحديد عناوين الجلسات الإرشادية بوساطة اعتماد فقرات المقياس جميعها، مع مراعاة الحاجات والمطالب التي أكدها وطرحها الإطار النظري.

ثانياً- تحديد الأهداف: تم تحديد أهداف البرنامج الإرشادي على النحو الآتي:

الهدف العام: حددت الباحثة الهدف العام للبرنامج الإرشادي في البحث الحالي هو تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية.

الهدف الخاص: حددت الباحثة أهداف فرعية، إذ تضمنت كل جلسة مجموعة من الأهداف الخاصة، التي تتناسب مع طبيعة المشكلة.

الأهداف السلوكية: وتعتبر عن نواتج الجلسة الإرشادية من معارف أو أداء أو مهارات مصاغة بعبارة سلوكية يمكن ملاحظته وقياسه عند التقويم بوصفه سلوكاً مطلوباً وهي المستوى الأهم في الجلسة الإرشادية (حمد، ٢٠١٣: ١٦٦-١٦٧).

ثالثاً- اختيار الأولويات: تم تحديد الأولويات من خلال ترتيب فقرات المقياس تنازلياً، ثم تم استخراج الوسط التوافقي للفقرات المتشابهة في المعنى، وترتيبها تنازلياً من أعلى وسط إلى أدنى وسط، إذ حولت هذه الحاجات إلى موضوعات للجلسات الإرشادية.

رابعاً- تحديد الفنيات ذات العلاقة بأهداف البرنامج الإرشادي: قامت الباحثة باختيار الفنيات ذات العلاقة بأهداف البرنامج الإرشادي التي تنسجم مع المفاهيم المتبناة وذلك بتطبيق أسلوب إظهار الدليل، معتمدة استراتيجيات وفنيات وأنشطة هذا الأسلوب، المتمثلة في الفنيات (اختبار أو فحص الذات، والتفسير والتوضيح، وإظهار الذات، وتقديم النموذج).

خامساً- تقويم البرنامج الإرشادي: يتضمن البرنامج الإرشادي ثلاثة أنواع من التقويم وهي:

١- التقويم التمهيدي: ويتمثل في الإجراءات التي قامت بها الباحثة قبل تطبيق البرنامج، والمتمثلة بإجراءات الصدق الظاهري للبرنامج، وتحديد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، وإجراءات التكافؤ للمجموعتين (التجريبية، والضابطة)، وتحديد أهداف البرنامج الإرشادي وحاجاته.

٢- التقويم البنائي: ويتلخص في إجراء عملية تقويم في أثناء كل جلسة من الجلسات الإرشادية ونهايتها، من خلال توجيه الأسئلة.

٣- التقويم النهائي: يشمل تطبيق مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية بصيغته النهائية على المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة في نهاية البرنامج الإرشادي.

الصدق الظاهري للبرنامج الإرشاد: تم عرض البرنامج الإرشادي على مجموعة من الخبراء المحكمين في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، والبالغ عددهم (١٥) خبير ملحق (٢) لإبداء آرائهم حول صلاحية البرنامج الإرشادي، وقد أجريت بعض التعديلات البسيطة اللازمة على وفق آراء الخبراء.

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية –

تطبيق البرنامج الإرشادي

- تم تطبيق البرنامج الإرشادي بأسلوب (إظهار الدليل) وبالاتماد على الإرشاد الجمعي في يوم الأحد الموافق (١١ / ١٠ / ٢٠٢٠)، في إعدادية (الصالحات) وتم تحديد المكان في قاعة المدرسة. وبلغ مجموع الجلسات (١٢) جلسة إرشادية، وبواقع جلستين في الأسبوع، وزمن كل جلسة (٤٥) دقيقة الجدول (٣).

جدول (٣)

مواضيع الجلسات الإرشادية وتاريخ تطبيقها

ترتيب الجلسات الإرشادية	موضوع الجلسة	اليوم	أسلوب إظهار الدليل
الأولى	الافتتاحية	الأحد	١١ / ١٠ / ٢٠٢٠
الثانية	خفض المطالب الصارمة	الثلاثاء	١٣ / ١٠ / ٢٠٢٠
الثالثة	مواجهة ظروف الحياة	الأحد	١٨ / ١٠ / ٢٠٢٠
الرابعة	الواقعية في تقييم الأحداث	الثلاثاء	٢٠ / ١٠ / ٢٠٢٠
الخامسة	الثقة بالنفس	الأحد	٢٥ / ١٠ / ٢٠٢٠
السادسة	القدرة على تحمل الاحباط	الثلاثاء	٢٧ / ١٠ / ٢٠٢٠
السابعة	الاتزان الانفعالي	الأحد	١ / ١١ / ٢٠٢٠
الثامنة	تقبل الذات غير المشروط	الثلاثاء	٣ / ١١ / ٢٠٢٠
التاسعة	تقبل الآخرين غير المشروط	الأحد	٨ / ١١ / ٢٠٢٠
العاشرة	المرونة في التفكير	الثلاثاء	١٠ / ١١ / ٢٠٢٠
الحادية عشر	تحمل المسؤولية	الأحد	١٥ / ١١ / ٢٠٢٠
الثانية عشر	الختامية	الثلاثاء	١٧ / ١١ / ٢٠٢٠
	الاختبار البعدي	الأحد	٢٢ / ١١ / ٢٠٢٠

وستقوم الباحثة بعرض أنموذج من جلسات البرنامج الإرشادي بأسلوب (إظهار الدليل)، وكما يأتي:

الجلسة السادسة: تقبل الذات غير المشروط مدة الجلسة: ٤٥ دقيقة

الموضوع	تقبل الذات غير المشروط
الحاجات	الحاجة إلى تقبل الذات غير المشروط.
هدف	- تنمية قدرة المسترشدة على تقبل الذات غير المشروط.

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية -

الجلسة	
الأهداف السلوكية	- أن تتعرف المسترشدة على معنى تقبل الذات. - أن تتقبل المسترشدة ذاتها من غير شرط.
الفنيات	فحص الذات، التفسير والتوضيح، إظهار الذات، تقديم النموذج.
النشاطات	- الترحيب بالمسترشدات وتقديم الشكر على حسن التزامهن بالحضور للجلسات في المكان والزمان المحدد، ومتابعة التدريب البيتي ومناقشته وتقديم الشكر والثناء. - تقديم موضوع الجلسة (تقبل الذات غير المشروط) وتعريفه. والذي نعني به انه التقدير الايجابي غير المشروط لذات الفرد ككل (خبراته، وأفكاره، وانفعالاته)، ويتضمن تقبل الذات فهم الفرد لنفسه من دون إصدار نقد أو حكم على نفسه. وهذا يعني أن نقبل ونحترم أنفسنا سواء كنا نسلك في الحياة بشكل جيد أو لا، وسواء كنا نحصل على استحسان من الآخرين أم لا، أن تقبل الذات غير المشروط يعني تخلي الفرد عن التقييم الذاتي المستمر. - توجه المرشدة السؤال التالي: ماذا نقصد بتقبل الذات؟ - فحص الذات: تشجيع المسترشدات على التحدث عن أنفسهن والتعبير عن الأفكار والانشغال باكتشاف الذات. - مناقشة الأفكار التي تطرحها المسترشدات وتحديد المفاهيم والأفكار الخاطئة اللاعقلانية التي تؤثر على تقبل الذات. - التفسير والتوضيح: تقوم المرشدة بتوضيح الأفكار السلبية اللاعقلانية وتفسير مفاهيمها التي تؤثر على تقبل الذات وتقديم المعلومات التي لا يمتلكنها المسترشدات. - إظهار الذات: من خلال اشتراك المسترشدات بموقف جماعي يوضح للمسترشدات الدليل على خطأ المفاهيم والأفكار السلبية اللاعقلانية. - تقديم نموذج: عرض مقطع فيديو يجسد موضوع تقبل الذات ومناقشته. ثم الطلب من المسترشدات أن يتخيلن أنفسهن يؤديين النشاط.
التقويم البنائي	- تلخيص محتوى الجلسة، ثم توجيه الأسئلة الآتية: - ما معنى تقبل الذات؟ - ما أهمية تقبل الذات بالنسبة لك؟
التدريب البيتي	تطلب المرشدة من كل مسترشدة كتابة بعض الأفكار السلبية اللاعقلانية التي تؤثر على تقبل ذاتها واستبدالها بأفكار ايجابية منطقية.

عرض نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها

لتحقيق هدف البحث التعرف على أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية. تم التحقق من صحة الفرضية الآتية:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية.

ولغرض اختبار صحة الفرضية استعملت الباحثة اختبار ولكوكسن لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، بلغت قيمة ولكوكسن (صفر) وهي أقل من الجدولية البالغة (٤) وهي دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، لذا ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة والتي تشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده ولصالح الاختبار البعدي، الجدول (٤).

جدول (٤)

القيم الإحصائية لاختبار ولكوكسن لمتوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية

المجموعة	الاختبار	العدد	مجموع		متوسط	قيمة ولكوكسن		مستوى الدلالة
			الرتب	الرتب		المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	القبلي	٨	٣٦	٤,٥٠	صفر	٤	٤	٠,٠٥
	البعدي	٨	صفر	صفر				

وتشير هذه النتيجة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح الاختبار البعدي في المجموعة التجريبية، وتتفق هذه النتيجة مع الإطار النظري المتبناة، إذ أكد (ريمي) إن المشكلات النفسية وسوء التوافق والسلوكيات الخاطئة وغير المنطقية هي نتيجة التصورات والمعتقدات الخاطئة، وترى بأن المفاهيم الخاطئة لدى معظم الناس الأسوياء التي تسبب سوء التوافق لديهم تصحح عن طريق الخبرة، وهدف الإرشاد في هذا الأسلوب هو تغيير المفاهيم والمعتقدات الخاطئة، أو تعديلها، أو تصحيحها، عن طريق إظهار الدليل والتفسير العلمي المنطقي للمسترشد (Raimy, 1976: 202)، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى تأثير الأنشطة والفعاليات المستعملة في (أسلوب إظهار الدليل) الذي أسهم في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية، وإن البرنامج الإرشادي وما يتضمنه من فنيات ونشاطات متنوعة يمثل خبرة جديدة تمر بها طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية ودوره الفاعل في تحقيق بعض حاجاتهن للمعلومات والمتعلقة بمواضيع الجلسات التي تم تناولها وتفسير معلومات أخرى مما كان لها الأثر الفاعل في تغيير مفاهيمهن الخاطئة

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

وتصحيحها، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج الدراسات السابقة كدراسة (مفلح، ٢٠٠٩)، ودراسة (ريشان، ٢٠١١)، ودراسة (خماس، ٢٠١٢).

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية.

ولغرض اختبار صحة الفرضية استعملت الباحثة اختبار ولكوكسن لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، إذ بلغت قيمة ولكوكسن المحسوبة (١٧) وهي أكبر من الجدولية (٤) وهي غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، لذا تقبل الفرضية الصفرية إذ لا توجد فروق بين رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي، الجدول (٥).

جدول (٥)

القيم الإحصائية لاختبار ولكوكسن لمتوسط رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة

في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية

المجموعة	الاختبار	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة ولكوكسن		مستوى الدلالة ٠,٠٥
					المحسوبة	الجدولية	
الضابطة	القبلي	٨	١٩	٤,٧٥	١٧	٤	غير دالة إحصائياً
	البعدي	٨	١٧	٤,٢٥			

وتشير هذه النتيجة إلى إن قيمة ولكوكسن المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية الأمر الذي يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وهذا منطقي؛ لان المجموعة الضابطة لم تخضع للمتغير المستقل وهو البرنامج الإرشادي، حيث تم قبول الفرضية الصفرية لأنه لم تظهر فروق بين درجات الاختبار القبلي والبعدي.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات الدلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية.

ولغرض اختبار صحة الفرضية استعملت الباحثة اختبار مان وتني (Mann – Whitney U)، لمعرفة دلالة الفروق في مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية في الاختبار البعدي بين (المجموعة التجريبية والضابطة)، حيث بلغت قيمة مان وتني المحسوبة (صفر) وهي أقل من القيمة الجدولية البالغة (١٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهي دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية الجدول (٦).

جدول (٦)

نتائج اختبار مان - وتني بين درجات المجموعتين (التجريبية والضابطة) في الاختبار البعدي على مقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية

المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة مان وتني U		مستوى الدلالة ٠,٠٥
				المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	٨	٤,٥٠	٣٦	صفر	١٣	دالة إحصائية
الضابطة	٨	١٢,٥٠	١٠٠			

وتشير النتيجة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي ولصالح المجموعة التجريبية، وبذلك فإن المجموعة التجريبية التي طبق عليها (أسلوب إظهار الدليل)، قد أسهم في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية، وتعزو الباحثة السبب في هذه النتيجة إلى استعمال فنيات معرفية وأنشطة أسهمت بشكل فعال في مساعدة الطالبات في حين لم يحصل تحسن على طالبات المجموعة الضابطة التي لم تخضع للبرنامج.

الاستنتاجات: في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج يمكن أن تستنتج الباحثة ما يأتي:

- ١- يوجد تأثير للبرنامج الإرشادي على وفق أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية.
- ٢- إن أسلوب الإرشاد الجماعي المستخدم قد ثبت أنه أسلوب مؤثر في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية.
- ٣- إن للعلاقة الإرشادية دوراً فاعلاً ومهماً بين الباحثة وأفراد المجموعة الإرشادية التي يسودها التقبل والتفاعل والاحترام المتبادل.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي، توصي الباحثة بالآتي:

- ١- مساهمة وزارة التربية في تدريب المرشدات والمرشدين التربويين على استعمال أساليب العلاج والإرشاد المعرفي (إظهار الدليل) لتعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية.
- ٢- الإفادة من البرنامج الذي أعدته الباحثة في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى الطالبات من قبل المرشدين التربويين العاملين في المدارس المتوسطة والإعدادية.

المقترحات: استكمالاً للجوانب المتعلقة بهذا البحث تقدم الباحثة المقترحات الآتية:

- ١- بناء برنامج إرشادي على وفق هذا الأسلوب لمعالجة متغيرات أخرى.
- ٢- القيام ببرنامج إرشادي بأسلوب إرشادي آخر لتعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية.

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية
لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

المصادر:

- باترسون، سيسيل هولدين (١٩٩٠): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ترجمة عبد العزيز الفقي، ط، ج ١، دار القلم للنشر والتوزيع.
- بودربالة، محمد، وبوضياف، دليلة (٢٠١٧): الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة المسيلة، مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية، العدد ١٢ ، ٢٠١٧ ، ١٧٥-١٩٣.
- التميمي، محمود كاظم محمود، (٢٠١٦): الارشاد الجامعي، ط١، مركز دبيونو لتعليم التفكير، عمان، الأردن.
- الجابري، كاظم كريم وصبري، داوود عبد السلام (٢٠١٤): أساليب تطبيقه في كتابة البحوث والرسائل والأطاريح وأوراق العمل، طبع ونشر وتوزيع بغداد شارع المنتبي، العراق.
- حمد، ليث كريم (٢٠١٣): الإرشاد النفسي في التربية والتعليم (برامج - دراسات)، المطبعة المركزية، جامعة ديالى، العراق.
- خماس، نبراس طه، (٢٠١٢): تأثير أسلوب Raimy في تنمية اعتبار الذات لدى طالبات المرحلة المتوسطة، أطروحة دكتوراه، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- ريشان، حامد قاسم، (٢٠١١): أثر أسلوبيين إرشاديين "إظهار الدليل والاستبصار على وفق أنموذج نافذة جوهاري في تعديل الميل نحو الجنوح عند طلاب المرحلة الإعدادية، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الجامعة المستنصرية.
- الشناوي، محمد محروس، (١٩٩٤): نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ط١، دار غريب للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- عبدالله، جابر موسى، (٢٠١٨): أثر برنامج إرشادي بأسلوب المفهوم الخاطئ في خفض التمرکز حول الذات لدى الطلاب المتميزين في المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة ديالى.
- علام، منتصر (٢٠١٢): الإرشاد النفسي العقلاني الانفعالي السلوكي، ط١، المكتب الجامعي الحديث.
- عودة، احمد سلمان (١٩٩٨): القياس والتقويم في العملية التدريسية، ط٣ ، المطبعة الوطنية، عمان، الأردن.
- القرة غولي، حسن احمد، (٢٠١٨): البرامج الإرشادية الأساليب والفنيات، ط١، دار غيداء للنشر والتوزيع، الأردن.
- محمد، عادل عبدالله، (٢٠٠٠): العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقات، ط١، دار الرشاد، القاهرة، مصر.
- مشاقبة، محمد احمد، (٢٠١٥): مبادئ الإرشاد النفسي للمرشدين والأخصائيين النفسيين، ط٢، دار المناهج، الأردن.

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

مفلح، شيماء محمود محمد، (٢٠٠٩): أثر أسلوبين إرشاديين المفهوم الخاطئ والعلاج العقلاني العاطفي في تنمية التسامح لدى طالبات معاهد إعداد المعلمات، أطروحة دكتوراه، كلية التربية، الجامعة المستنصرية. النعيمي، مهدي محمد عبد الستار (٢٠١٤): القياس النفسي في التربية وعلم النفس، ط٢، المطبعة المركزية، جامعة ديالى.

النعيمي، هادي صالح رمضان، (٢٠١٣): أثر برنامج إرشادي في تعديل الأفكار غير العقلانية، ط١، دار اربخا للطباعة، كركوك، العراق.

النعيمي، هادي صالح رمضان: (٢٠٠٤): أثر برنامج إرشادي في تعديل الأفكار غير العقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية، أطروحة دكتوراه، جامعة المستنصرية، كلية التربية للعلوم الإنسانية. وزارة التربية (٢٠١١)، نظام المدارس الثانوية، قانون ٢٢، مجلة الوثائق العراقية، دار الكتب والوثائق، بغداد، العراق.

Borders, I.D, & Sandra M. Drury, (1992): Comprehensive School Counseling Programs. Is view for policy? Makers and practitioners, Journal of Counseling and Development Vol. 70, No. 4.

Bridges, K. R., & Harnish, R. J. (2010). Role of irrational beliefs in depression and anxiety: a review. *Health*, 2(08), 862-877.

Corey, G. (1996): Theory and practice of Counseling and psychotherapy. Brook's Cole publishing company.

Di Biase, M. (1999). Perfectionism in relation to irrational beliefs and neuroticism in community college students. Unpublished Doctoral thesis, The Chicago School of Professional Psychology.

Ellis S,A. and W. Dryden (1987). The practice of Rational Emotive therapy N.Y. Springer.

Ellis, A. (1988): How to stubbornly refuse to make yourself miserable about any thing- yes, anything! Secaucus NJ: Lyle Stuart.

Ellis, A.(1985): Cognitive and Affect in Emotional Disturbance American Psychologists, Vo,l. 40, No. 4, p. 471-472

Ellis, A., (1985): Emotional Disturbance in a Nutshell, NY, Institute of Rational Emotive Therapy, Garl Rogers on Encounter Groups, New York.

Ellis, A., (1994): How to keep people from pushing your buttons, NY, Institute of Rational Emotive Therapy.

Ellis, A., (1996): MY Philosophy of Psychotherapy, NY, Institute of Rational Emotive Therapy.

Ellis, A., Harper, H. (1976): Theories about the causes of Depression.

Erford. T Bradley, (2012): Techniques every counselor should know, New Jersey, upper saddle river. Ohio, Columbus.

Morris, G.; (1993): Adolescent and Adult Female Leaders: Comparisons on measures of valued leadership traits and irrational thinking. *Psychological, Reports*. Vol. 72 (2) 265-566.

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

Raimy, V. Charles, (1975): Misconception of self cognitive psychotherapy and the misconception hypothesis. San Francisco : Jersey - Bass.

Todd. J and C.A. Bohart (1999) Foundation of clinical and counseling psychology. Longman.

ملحق (١)

أسماء السادة الخبراء والمحكمين لمقياس معتقدات التقييم اللاعقلانية*

ت	اسم الخبير واللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
١	أ.د أمل عبد الرزاق المنصوري	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٢	أ.د بتول غالب الناهي	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٣	أ.د حامد قاسم ريشان	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٤	أ.د سناء عبد الزهرة الجمعان	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٥	أ.د صفاء حبيب طارق	قياس وتقويم	جامعة بغداد ابن رشد/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٦	أ.د عياد إسماعيل صالح	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٧	أ.د فاضل عبد الزهرة مزعل	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٨	أ.د قبيل كودي حسين	قياس وتقويم	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
٩	أ.د مائدة مردان محي	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٠	أ.د محمود أنور	قياس وتقويم	جامعة بغداد ابن رشد/كلية التربية للعلوم الإنسانية
١١	أ.د هند صبيح رحيم	قياس وتقويم	جامعة بغداد ابن رشد/كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٢	أ.م.د خالد جمال جاسم	قياس وتقويم	جامعة بغداد ابن رشد/كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٣	أ.م.د سلمان جودة مناع	إرشاد نفسي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
١٤	أ.م.د شذى عبد اللطيف الحمدون	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٥	أ.م.د صفاء عبد الزهرة الجمعان	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٦	أ.م.د عبد الكريم زاير الموزاني	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٧	أ.م.د عبد الكريم غالي	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية

أثر أسلوب إظهار الدليل في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية

لدى طالبات المرحلة الإعدادية —

١٨	أ.م.د عبد المحسن عبد الحسين خضير	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٩	أ.م.د محمود شاكر عبد الرزاق	إرشاد نفسي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
٢٠	أ.م.د نادرة جميل حمد	إرشاد نفسي	جامعة بغداد ابن رشد/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٢١	أ.م.د ياسين حميد عيال	قياس وتقويم	جامعة بغداد ابن رشد/كلية التربية للعلوم الإنسانية

ملحق (٢)

أسماء السادة الخبراء للحكم على صلاحية البرنامج الإرشادي بأسلوب إظهار الدليل*

ت	اسم الخبير واللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
١	أ. د بتول غالب الناهي	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٢	أ. د حامد قاسم ريشان	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٣	أ. د سناء عبد الزهرة حميد الجمعان	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٤	أ. د صفاء عبد الزهرة حميد الجمعان	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٥	أ. د عياد إسماعيل صالح	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٦	أ. د فاضل عبد الزهرة مزعل	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
٧	أ. د هناء محمود حسن المشهداني	إرشاد نفسي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
٨	أ.م. د أزهار ماجد الربيعي	إرشاد نفسي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
٩	أ.م. د أمل ابراهيم الخالدي	إرشاد نفسي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
١٠	أ.م. د سلمان جودة مناع	إرشاد نفسي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
١١	أ.م. د شذى عبد اللطيف	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٢	أ.م. د عبد الكريم زاير الموزاني	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٣	أ.م. د عبد الكريم غالي محسن	إرشاد نفسي	جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٤	أ.م. د كاظم علي هادي	إرشاد نفسي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
١٥	أ.م. د محمود شاكر عبد الرزاق	إرشاد نفسي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية

* تم ترتيب أسماء الخبراء بحسب اللقب العلمي والحروف الهجائية.