

# اثر اسلوب تدقيق الاستنتاج في تغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق

م. م. منتظر عبد الله مغامس

أ.د محمود شاكر عبد الله

جامعة البصرة/كلية التربية للعلوم الإنسانية/قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

## خلاصة البحث:

استهدف البحث الحالي التعرف على اثر أسلوب تدقيق الاستنتاج في تغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق، لغرض تحقيق هدف البحث قام الباحثان ببناء مقياس التفكير الكارثي وفق نظرية العلاج المعرفي لـ (بيك) وبعد التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس تم تطبيقه على عينة البحث المكونة من (٢٠٠) فرداً من المقبلين على الطلاق من الذكور فقط موزعين على محاكم الأحوال الشخصية في محافظة البصرة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، تم اختيار (١٠) افراد ممن حصلوا على اعلى الدرجات على مقياس التفكير الكارثي وتم توزيعهم الى مجموعتين بطريقة عشوائية الأولى ضابطة والأخرى تجريبية، وتم اجراء التكافؤ بين المجموعتين، خضعت المجموعتين للاختبار القبلي ثم تعرضت المجموعة التجريبية الى برنامج ارشادي قائم على أسلوب تدقيق الاستنتاج ، بينما لم تتعرض المجموعة الضابطة الى أي نشاط او برنامج، بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الارشادي تعرضت المجموعة التجريبية الى اختبار بعدي، توصل الباحثان الى النتائج الآتية: ١- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية، لذا يرفض الباحثان الفرضية الصفرية ويقبلوا الفرضية البديلة التي تقول بوجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية على الاختبارين القبلي والبعدي ٢- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة، مما يشير الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين وبمقارنة مجموع الرتب للمجموعتين فان الفروق كانت لصالح المجموعة التجريبية اذ كان مجموع الرتب للمجموعة التجريبية الاولى يبلغ (١٥,٠٠) اصغر من مجموع الرتب للمجموعة الضابطة الذي يبلغ (٤٠,٠٠)، في ضوء ما توصل اليه الباحثان من نتائج خلصا الى مجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: تدقيق الاستنتاج, التفكير الكارثي, المقبلين على الطلاق

## **The Impact of Conclusion-Checking Technique on Altering Catastrophic Thinking among Those about to Divorce**

**Asst. Lecturer: Muntadher Abdullah Mghames**

**Prof. Dr. Mahmoud Shaker Abdullah**

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

### **Abstract:**

The current research aimed to investigate the impact of the inference checking technique on altering catastrophic thinking among those about to divorce. To achieve the research objective, the researchers constructed the Catastrophic Thinking Scale based on Beck's Cognitive Therapy theory. After verifying the psychometric properties of the scale, it was administered to a research sample consisting of 200 males seeking divorce, distributed across the Personal Status Courts in Basra province. They were selected randomly. Ten individuals who scored highest on the catastrophic thinking scale were selected and divided into two groups randomly: one control and one experimental. Equivalence between the two groups was ensured. Both groups underwent pre-testing, after which the experimental group was exposed to a counseling program based on the inference-checking approach, while the control group did not undergo any activities or programs. After completing the counseling program, the experimental group underwent a post-test. The researchers arrived at the following results: 1- There were statistically significant differences between the pre-test and post-test results for the experimental group. Therefore, the researchers reject the null hypothesis and accept the alternative hypothesis, which states that there are statistically significant differences between the experimental group's performance on the pre-test and post-test. 2- There were statistically significant differences between the dimensional measurement results of the experimental and control groups, indicating significant statistical differences between the two groups. When comparing the total ranks of the two groups, the differences favored the experimental group. The total rank sum for the first experimental group was (15.00), smaller than the total rank sum for the control group, which was (40.00). In light of the researchers' findings, they concluded with a set of recommendations and proposals.

**Keywords: Conclusion Checking, Catastrophic Thinking, Those about to divorce.**

## مشكلة البحث:

تواجه الاسرة المعاصرة مجموعة من التحديات والمشكلات التي افرزتها التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية في ظل التطور التكنولوجي الهائل, حتى اصبحت هذه المشكلات تهدد استقرار ومكانة الاسرة التي ظلت راسخة لقرون طويلة من الزمان حتى ادى هذا الامر الى تغيير النظرة الى الاسرة من حيث الوظائف التي تؤديها والعلاقة بين افرادها, ومن ابرز هذه المشكلات هي ظاهرة الطلاق التي انتشرت انتشاراً واسعاً في السنوات الاخيرة , وما يترتب على هذه الظاهرة من اثار سلبية من قبيل تفكك الاسرة والعداوة والبغضاء بين الزوجين واقاربهما وتشرذم الاطفال والاثار الاجتماعية والنفسية. (ربابعة وسالم ٢٠١٥ : ٥١١).

من الواضح ان مشكلة الطلاق شكلت في مجتمعنا العراقي امراً خطيراً بسبب ارتفاع معدلاته لأسباب مختلفة اجتماعية واقتصادية وغيرها الامر الذي اثار اهتمام الباحثين والمختصين لما تتركه هذه المشكلة من اثار تصدع الاسرة وتؤدي الى انهيار مقوماتها وبالتالي اعاقه تقدم المجتمع وتطوره باعتبار ان الاسرة اهم النظم الاجتماعية التي يمثل تماسكها اهمية بالغة في تماسك المجتمع (السبعواوي , ٢٠١٣ : ٢)

ونظراً لأن الكثير من المشكلات النفسية والاضطرابات السلوكية هي نتيجة لعمليات التفكير اللاعقلاني، إذ يسبقها تفكير خاطئ في المواقف, على هيئة وجهات نظر خاطئة او معتقدات, يتبناها الشخص عن نفسه, أو عن الآخرين أو عن كليهما مما يسبب له التعاسة وسوء التوافق ووقوعه تحت وطأة أساليب التفكير الخاطئ (Corey, 1996:122) ولعل احد انواع التفكير اللا توافقي التي تقود متبنيها الى استنتاجات خاطئة وغير منطقية وتجعل تفسير الأحداث غير واقعي هو التفكير الكارثي ويمكن تلخيص مشكلة البحث الحالي بالتساؤل التالي: ما اثر أسلوب تدقيق الاستنتاج في تغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق ؟

## اهمية البحث:

تسعى التدخلات الإرشادية بأشكالها المتعددة وأساليبها المختلفة وفنياتها المتباينة سواء أكانت إنمائية أم وقائية أم علاجية لمعالجة مشكلات الإنسان وفق أساليب علمية وتقنية تعمل على توافقيهم مع البيئة التي يعيشون فيها، فضلاً عن مساعدتهم في أن يتخذوا لأنفسهم أهدافاً واقعية تتفق مع

قدراتهم وإمكاناتهم وتساعدهم في فهم حياتهم وأن يتحملوا المسؤولية تجاه المجتمع الذي يعيشون فيه (اليعقوبي، ٢٠١٩: ٦١).

ولهذا برز في السنوات الأخيرة اهتمام العديد من الباحثين في المجال السيكولوجي بصفة عامة، وفي مجال الإرشاد والعلاج النفسي بصورة خاصة، التوجه للتركيز على الجانب المعرفي من شخصية الأفراد في تقدير انفعالاتهم وفي تكيفهم وتوافقهم النفسي والاجتماعي، إذ تسعى الأساليب المعرفية وفنيات العلاج المعرفي إلى إحداث تغيير أو تعديل التفكير الخاطئ والمشوه والمتطرف والتصورات والمعتقدات الخاطئة من أجل فهم أفضل لذات المسترشد (الظاهر، ٢٠٠٤: ٢٩٩).

وتؤكد الدراسات أن الأساليب المعرفية والمعرفية السلوكية تلعب دوراً مهماً في دراسة الشخصية وتميزها وتفردتها، فهي قادرة على تفسير الكثير من جوانب الشخصية كالجوانب المعرفية والاجتماعية والانفعالية مما يعطيها أهمية بأخذ دوراً مهماً في تنظيم بيئة الفرد وسلوكه كموجه لأسلوبه في التعامل مع مواقف الحياة المختلفة، وتتنظر الأساليب المعرفية إلى الشخصية بطريقة شمولية وكلية حيث لا تعمل على تجزئة المكونات المعرفية عن المكونات الأخرى كالمكونات الانفعالية والاجتماعية والدافعية في الشخصية. (العتوم، ٢٠١٢، ص ٣١٧)

وأشارت العديد من الدراسات إلى فاعلية الأساليب المعرفية في البرامج الإرشادية وخصوصاً في مجال تغيير أو تعديل الأفكار، كدراسة (ريشان، ٢٠١١)، التي توصلت نتائجها إلى فاعلية أسلوبها إظهار الدليل و الاستبصار في تعديل الميل نحو الجنوح عند طلاب المرحلة الإعدادية (ريشان، ٢٠١١: ٢٧٧)، أما نتائج دراسة (Dharshini et al, 2016) فقد توصلت إلى أن تقنيات التوقف عن التفكير كانت فعالة في الحد من التفكير السلبي لدى المراهقين (Dharshini et al, 2016). أما دراسة (شندوخ، ٢٠١٩) فقد توصلت إلى أن الأسلوبين الإرشاديين (إعادة البناء المعرفي- وإعادة الصياغة) لهما أثر في تعديل التشوهات المعرفية لدى عينة البحث (شندوخ، ٢٠١٩: ١٥١)، وكذلك توصلت نتائج دراسة (الخفاجي، ٢٩١٩) إلى فاعلية المتصل المعرفي وملئ الفراغ في تعديل الإخفاق المعرفي لدى طالبات المرحلة الإعدادية (الخفاجي، ٢٠١٩: ١٦٩)، أما دراسة (علي، ٢٠٢١) فقد خلصت نتائجها إلى وجود أثر للأسلوبين الإرشاديين إظهار الدليل وإيقاف الأفكار في تعديل معتقدات التقييم اللاعقلانية لدى طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية (علي، 2021: ١٩٠)

وقد طور الباحثون في مجال الارشاد النفسي اساليب ارشادية معرفية عدة يمكن استعمالها من قبل المرشدون التربويون والمتخصصون في مجال الارشاد النفسي والتربوي في البرامج الارشادية والتي يمكن ان تؤدي الى مساعدة المسترشدين الذين يحتاجون الى تغيير افكارهم وتفسيراتهم السلبية بأفكار وافعال اكثر ايجابية. ( ارفورد وآخرون , ٢٠١٢ : ٣١٥ ) ومن بين تلك الاساليب المعرفية اختار الباحثان اسلوباً معرفياً لتحقيق اهداف بحثهما هو (تدقيق الاستنتاج ) , لتغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق .

ويمكن اجمال أهمية البحث الحالي بما يأتي:

- ١- يسهم هذا البحث في تقديم بعض المفاهيم النظرية عن احد الاساليب المعرفية (تدقيق الاستنتاج )
- ٢- تسليط الضوء على النظرية المعرفية وتفسيرها لاحد انواع التفكير اللاتكيفي ( التفكير الكارثي ) .
- ٣-رفد الباحثين الاجتماعيين والمتخصصين في مجال الارشاد ببرنامج ارشادي قائم على اسلوب تدقيق الاستنتاج.

### هدف البحث :

يهدف البحث الحالي الى التعرف على اثر اسلوبي تدقيق الاستنتاج في تغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق .

ولتحقيق هدف البحث وضع الباحثان الفرضيتين الاتيتين:

- ١-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التفكير الكارثي.
- ٢-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس التفكير الكارثي.

### حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بالمقبلين على الطلاق في محاكم الأحوال الشخصية في محافظة البصرة للعام

.٢٠٢٣

## تحديد المصطلحات :

### أولاً : تدقيق الاستنتاج : Conclusion Check

وهو احد اساليب العلاج المعرفية لمساعدة المسترشد على التمييز بين العمليات العقلية الداخلية والمثيرات الخارجية اي التمييز والمعرفة الدقيقة بان ما يعتقدونه ليس الحقيقة وان الاستنتاج ليس واقعا وهذا يساعدهم على استكشاف استنتاجاتهم وتمحيصها مع الواقع . (بلان, ٢٠١٤ : ٣٧٩).

التعريف الإجرائي لـ (تدقيق الاستنتاج)

هو مجموعة من الأنشطة والفعاليات المنتظمة في الجلسات المعدة على وفق خطوات (تدقيق الاستنتاج) والتي تهدف لمساعدة المسترشدين على تغيير التفكير الكارثي.

### ثانياً : التفكير الكارثي Catastrophic thinking

وهو انشغال الفرد وقلقه الزائد من احتمال حدوث مخاطر أو مصائب له ووضعه لأسوء الاحتمالات الممكنة للأحداث التي تأتي من تشوه الأفكار اللاتكيفية والإدراكات السلبية التي يتبناها الفرد حول نفسه والعالم والمستقبل .(بيك , ١٩٨٧ : ٤٣).

التعريف الاجرائي:

الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال الإجابة على فقرات مقياس التفكير الكارثي.

### ثالثاً: المقبلون على الطلاق:

وهو اقبال احد الزوجين (الزوج او الزوجة) على إقامة دعوة في المحكمة الشرعية يطلب فيه إيقاع الطلاق ورفع قيد الزواج واستحصال حكم به .

## الاطار النظري :

### نظرية العلاج المعرفي: آرون بيك (Aaron Beck)

لقد أهتم (بيك) بمجال التحليل النفسي، لكنه لم يكن راضياً عن التعقيدات الكثيرة لهذه المدرسة، كما جذبته العلاج السلوكي حيث درس هذا العلاج ومارسه، وقد شعر أن للأساليب السلوكية فاعلية؛ لأنها تؤدي إلى تغيرات معرفية في المسترشدين، ولكن تركيز العلاج السلوكي في الحصول على بيانات موضوعية من المسترشدين والتخطيط المنتظم لعملية العلاج كانت كلها ذات أهمية في تطوير العلاج المعرفي، إذ شعر بيك أن النموذج المعرفي يقدم تفسيراً أبسط وأقرب لمشكلات المسترشدين عما تفعله نظرية التحليل النفسي أو العلاج السلوكي (بلان، ٢٠١٥: ٣٥٨).

تعد نظرية آرون بيك من أكثر نظريات العلاج المعرفي شيوعاً، إذ انها تعد نسقاً علاجياً يقوم على أساس نظرية في السيكيوباتولوجيا ومجموعة من الأساليب العلاجية والمعارف المستمدة من البحوث الإمبريقية والإكلينيكية. ويرتبط البنيان النظري لهذه الطريقة العلاجية بعلم النفس المعرفي وخاصة نظرية معالجة المعلومات Information Processing وعلم النفس الاجتماعي. وهو علاج يتسم بأنه نشط محدد البنيان والتوقيت. وقد استخدم بنجاح في علاج العديد من الاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب والمخاوف المرضية والسيكوسوماتية ومشكلات الألم. ويقوم العلاج على أساس نظري عقلاني معرفي، وهو أن الطريقة التي يحدد بها الأفراد التراكيب المعرفية لخبراتهم تحدد كيف يشعرون وكيف يسلكون، فإذا فسروا موقفاً ما على أنه خطر ومهدد فسيشعرون بالقلق ويتجهون نحو سلوك الهرب. وتستمد معارفهم (أي الأحداث اللفظية والمصورة في مجرى الشعور من الاعتقادات والاتجاهات والافتراضات، وقد استخدم مصطلح العلاج المعرفي بسبب ما وجد من أن الاضطرابات النفسية تتبع غالباً من أخطاء معينة في التفكير (المعرفة أو الاستعراف أو الاستذهان (Cognition) فقد يفكر الفرد على أساس تفسيرات أو عادات (عبدالله، ٢٠١٢: ١٢٨)

ويرى بيك أنه يمكن النظر للأمراض النفسية على اختلاف أنواعها على أنها صيغ أو وسائط وطرق بدائية Primal Modes، وعلي سبيل المثال، ففي المخاوف النوعية تتضمن الصيغة الأولية المكونات الآتية: مكون معرفي: يتضمن الاعتقاد بأن المثير المولد للفوبيا خطر، ومكون عاطفي أو انفعالي: يتم التعبير عنه بالقلق، ومكون سلوكي يتمثل في الهرب أو التجنب، ومكون فسيولوجي يتضمن نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي، وفي شرحه لدور العلاج في تعديل هذه الوسائط يقول بيك

من منظور الكيمياء العصبية، يمكن النظر إلى الوسائط أو الصيغ على أنها تتكون من أنواع أو أنماط معينة من الشبكات العصبية ليست محددة أو معروفة بعد»، وإذا كان هذا صحيحاً فإنه يعني أن المركبات الكيميائية (الأدوية النفسية لديها القدرة على إخماد الوسائط (عبد الرحمن ، ٢٠١٥ : ٤٧١)

ويعمل العلاج المعرفي على مساعدة المسترشدين على استخدام طرق لحل المشكلات ، وبذلك يمكن ان يفهم المسترشد المفاهيم الخاطئة والتفسيرات المشوهة منذ وقت مبكر لذا يقول "بيك" (يساعد المرشد المسترشد على التعرف على تفكيره الشخصي ، وتعليمه طرقا واقعية لصياغة خبراته )، ويعد بيك ان ردود الفعل الانفعالية ليست استجابات مباشرة او تلقائية للمثيرات الخارجية ، بل يجري تحليلها وتفسيرها من خلال المنظومة المعرفية الداخلية ، وقد ينتج عدم اتفاق بين النظام الداخلي والمثيرات الخارجية مما يحدث اضطرابات نفسية ( عبدالله ، ٢٠١٢ : ١٣١ )

يرى بيك ان العصابي ينزع إلى التطرف والشطط في التفكير حين تكتنفه مواقف تمس الجوانب الحساسة من نفسه، مثل تقديره لذاته في حالة الاكتئاب، واحتمالات الخطر الشخصي في حالة عصاب القلق. وقد يقتصر الشطط الفكري على مناطق قليلة. ويعني الفكري thinking in extremes أن تسم الأحداث والوقائع بأنها بيضاء أو سوداء، حسنة أو سيئة، رائعة أو فظيعة. وقد أطلق على هذه الخاصة اسم التفكير المنقسم» dichotomous thinking أو الشطط التطرف التفكير ثنائي القطبية، وأحياناً ما يكون التطرف الفكري أحادي القطب unipolar. فيرى الشخص الوقائع على سبيل المثال إما غاية في السوء أو محايدة أو لا تعنيه من قريب أو بعيد من ذلك تلك الخاصة الفكرية التي تسمى «الفكر» الكارثي أو التهويل catastrophizing، وهي شائعة في مرضى القلق، وتعني توقع أسوأ النتائج قاطبة. إن تفكير مريض القلق موجه نحو تأمل أسوأ النتائج المحتملة لأي موقف. ( بيك ، ٢٠١٩ : ١٣٢-١٣٣).

### -التفكير الكارثي:

يشير (إليس، ١٩٦٢)، ان مفهوم التفكير الكارثي أو الميل إلى المبالغة وتشويه مضامين الأحداث السلبية التي غالباً ما يركز الناس حصرياً على الأحداث الأكثر سلبية على حساب التقييم الدقيق. ومن المرجح أن تؤدي مثل هذه المعتقدات إلى إثارة دوامة من الأفكار السلبية التي يمكن أن تؤدي إلى قلق شديد أو حزن. ان تعلم كيفية التفكير في النتائج الأسوأ والأفضل والأكثر ترجيحاً للمواقف الإشكالية أمراً طبيعياً. في حين اننا نجد ان من السهل على معظم الناس تصور السيناريو الأسوأ

وغالبًا ما يجدون صعوبة في تقديم نتيجة إيجابية غير محتملة بنفس القدر. (Abela and ٣١٥)  
(Hankin , 2008:

والتفكير الكارثي هو احد أنواع التشوهات المعرفية وهو عبارة عن المبالغة في الخصائص السلبية وتضخيمها مع تجاهل الخصائص الإيجابية او التقليل منها والتنبؤ بعد ذلك بأسوأ النتائج الممكنة.  
( Silberman,2009: 124 )

وان تشويه إدراك الواقع بشكل سلبي هو نتيجة الأفكار الخاطئة والمشوهة والمعتقدات التي يحملها الفرد عن نفسه والعالم والمستقبل من الخبرات التي يمر بها الفرد وهذا الاعتقاد يؤدي من خلال المواقف المحايدة والغامضة والتي تكتسب دلالتها ومعناها من خلال ما نعتقده عنها وعن قدراتنا على مواجهتها .(إبراهيم,٢٠٠٨ : ١١٤ ) وأن الاستنتاجات غير الصحيحة تبنى على معلومات غير الكافية، أو لعدم التمييز الكافي بين الخيال والحقيقة، التعلم الخاطئ، فضلاً عن ذلك فإن التفكير يمكن أن يكون قاصراً و مؤدياً للفشل، لأنه مبني على توجهات غير عقلانية. ( Beck, 1976, p: 20). ويشير أليس إلى أن التفكير والانفعال والسلوك لدى الانسان فيه جوانب لا تنفصل عن بعضها البعض , بل انها تتفاعل جميعها بصورة ذات دلالة (Ellis,1995:3).

#### -تدقيق الاستنتاج: Authenticating Conclusion-

ومع أن المرضى قد يكونون قادرين على التمييز بين العمليات العقلية الداخلية والمثيرات الخارجية ، إلا أنهم يحتاجون إلى تعلم أساليب الحصول على المعلومات والمعارف الدقيقة ، وذلك يتضمن معرفة أن الفرض ليس حقيقة وأن الاستنتاج ليس حقيقة واقعة ، ويساعد المعالج على تمحيص استنتاجاتهم واختبارها بمحك الواقع والحقيقة ، مستخدماً في ذلك قواعد ( باترسون , ١٩٩٠ : ٣٨ )

وإن الهدف من تدقيق الاستنتاج هو أن يصبح المسترشد قادراً على التمييز بين العمليات العقلية الداخلية والمثيرات الخارجية وهو أيضا بحاجة إلى أن يتعلم اساليب أخرى للحصول على معلومات دقيقة ويشتمل هذا على أن يعرف أن الفرص ليست حقيقية وأن الاستنتاج ليس واقعيًا ويساعد المرشد المسترشد على استكشاف استنتاجه وتمحيصها مع الواقع واستخدام قواعد للبرهان. ( أبو اسعد وعربيات, ٢٠١٥ : ٢٣١ )

## اجراءات البحث:

### مجتمع البحث The Population Research

يقصد بمجتمع البحث جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث (الشربيني وآخرون، ٢٠١٣: ٢٠٣) وهو جميع الأعضاء، أو العناصر سواء أكانت أهدافاً، أم موضوعات، أم أفراد نرغب بتعميم نتائج الدراسة عليهم، والذين يشكلون موضوع البحث ولهم خصائص واحدة يمكن ملاحظتها (الجابري، ٢٠١١: ٢٤٥)

يشتمل مجتمع البحث الحالي بالمقبلين على الطلاق في محاكم الأحوال الشخصية في محافظة البصرة للعام ٢٠٢٣ والبالغ عددهم (١١٥٩٨)

### ثالثاً: عينة البحث Sample of The Research

يقصد بالعينة هي جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة يختارها الباحث اختياراً عشوائياً، أو قصدياً طبقاً لأسلوب الدراسة وظروف إجرائها، ومن الصعوبة دراسة المجتمع كله لأسباب إجرائية وتطبيقية واقتصادية، ولكي تكون الدراسة موضوعية ينبغي أن تكون العينة ممثلة للمجتمع الذي أخذت منه تمثيلاً حقيقياً أي إنها تحمل كل خصائص وسمات المجتمع المدروس (النعيمي، ٢٠١٤: ٦٣).

وقد بلغت عينة البحث الحالي (٢٠٠) فرداً من المقبلين على الطلاق تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة من محكمة الأحوال الشخصية في البصرة ومحكمة الأحوال الشخصية في المعقل والجدول (١) يوضح ذلك.

### جدول (١)

عينة التطبيق النهائي موزعة بحسب محاكم الاحوال الشخصية في محافظة البصرة

العدد	المحكمة	ت
١٤٠	محكمة الاحوال الشخصية في البصرة	١
٦٠	محكمة الاحوال الشخصية في المعقل	٢
٢٠٠	المجموع	

## أداة البحث:

لغرض تحقيق هدف البحث قام الباحثان ببناء مقياس التفكير الكارثي معتمدان على النظرية المعرفية لـ (بيك) وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس.

التطبيق النهائي لمقياس التفكير الكارثي للتعرف على مستوى التفكير الكارثي لدى أفراد العينة:

من الإجراءات المهمة في البحوث التجريبية ان يقوم الباحث بالكشف عن المشكلة محل البحث لذا طبق الباحثان مقياس التفكير الكارثي على عينة البحث البالغ عددها (٢٠٠) فرداً،

وبعد تحليل البيانات باستعمال الحقيبة الإحصائية SPSS بلغت قيمة المتوسط الحسابي للمقياس (٧١.٤٨٠) والانحراف المعياري مقداره (٣.٩٨٩)، وللوقوف على نوعية الفروق ومستوى دلالتها بين متوسط العينة المحسوب والوسط الفرضي للمقياس البالغ (٦٢) استعان الباحث بالمعالجة الإحصائية الخاصة بالاختبار التائي لعينة واحدة، اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٣٣.٦٠٢) وبمقارنة تلك القيمة بالقيمة الجدولية عند درجة حرية (١٩٩) وبمستوى دلالة (٠,٠٥) وبالباغلة (١.٩٦) نلاحظ ان القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية الأمر الذي يشير الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وسط العينة والوسط الفرضي, وأن الفروق لصالح متوسط العينة وهذا يعني وجود السمة المقاسة لديهم. وكما موضح في الجدول (٢)

### جدول (٢)

قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية ودلالة الفروق على مقياس التفكير الكارثي لدى عينة البحث الكلية

المقياس	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى دلالة الفرق
التفكير الكارثي	٢٠٠	٦٧,١٩٥	٣,٦٥٤	٦٢	٢٠,١٠٥	١,٩٦	الفروق دالة عند مستوى ٠,٠٥

## التصميم التجريبي: Experiment Design

يقصد بالتصميم التجريبي الهيكل العام للتجربة أو البناء الخاص للتجربة، فلا يمكن للباحث أن يصمم تجربة معينة إن لم يحدد طبيعة التصميم الخاص بها والذي يمكن من خلاله أن يحقق أهدافه وفرضياته، فلكل تجربة تصميمها الخاص (النعيمة، ٢٠١٤: ٣٨٢).

**البرنامج الإرشادي: Counseling Program:** يعرف بأنه برنامجٌ مخططٌ ومنظمٌ في ضوء أسس علمية، لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة للأفراد والجماعة، لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعلق وتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها، وهو خدمة مخططة تهدف لتقديم المساعدة لتحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي والسليم وتحقيق التوافق داخل وخارج المؤسسة. (زهران، ١٩٨٠، ص ٤٣٩)

واعتمد الباحث انموذج بوردرز ودروري (Borders & Drury (1992) وذلك لامتيازه بالوصول الى اقصى فاعلية وفائدة وباقل كلفة، وهو كما موضح في المخطط (١)



مخطط (١) خطوات أنموذج (بوردرز ودروري)، (Borders & Drury, 1992)

أولاً- تقرير وتحديد الاحتياجات:

اعتمد الباحثان في اعداد قائمة الحاجات من فقرات المقياس المتقاربة في المعنى جدول (٣) وهذه الحاجات متوافقة مع الإطار النظري والادبيات التي بحثت في مفهوم التفكير الكارثي، ثم عرض هذه القائمة على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والعلوم التربوية والنفسية

جدول (٣) قائمة الحاجات

ت	الفقرات	الحاجة
١.	أتوقع حدوث كارثة كل يوم	تنمية التفاؤل
٢.	أتوقع أحداث محزنة في كل وقت	
٣.	اعتقد بان المستقبل أسوء من الحاضر بكثير	
٤.	اعتقد ان زوجي لن يستمر مهما بذلت من جهود	
٥.	أرى أن الأحداث السارة قد تكون نهايتها محزنة	
٦.	الاستمرار بالحياة الزوجية سيجلب لي المخاطر	الموضوعية في تقييم الاحداث
٧.	أتوقع أن حياتي الزوجية ستكون صعبة جدا	
٨.	زواجي سيؤثر على وظيفتي مستقبلا	
٩.	استمرار حياتي بهذا الشكل يجعلني أفكر بالانتحار	
١٠.	مستقبل أطفالي بخطر ببقائي معها	مواجهة الافكار السلبية
١١.	الفشل والإحباط هو نهاية كل نقاش مع زوجتي	
١٢.	اعتقد بان الخوف والالام هو مستقبل حياتي الزوجية	
١٣.	احتمل فقدان علاقتي بأهلي بسبب زوجتي	المرونة بالتفكير
١٤.	الطلاق هو الحل الوحيد لنهاية مشكلاتي	
١٥.	بقائي معها قد يقودني إلى الانحراف	
١٦.	يلومني أصدقائي على زوجي	الثقة بالنفس
١٧.	سأفقد كرامتي نتيجة تنازلاتي المستمرة	
١٨.	عندما يقع الخلاف بيننا اكون انا الخاسر دائما	
١٩.	القي اللوم على نفسي عند حدوث مشكلات عائلية	تقدير الذات
٢٠.	اعتقد بانني شخص غير محظوظ	
٢١.	لن ترضى عني زوجتي مهما قدمت من تنازلات	
٢٢.	ان حياتي لا قيمة لها	
٢٣.	اعتقد بان الآخرين على خطأ دائما	

اثر اسلوب تدقيق الاستنتاج في تغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق

التقييم الايجابي للآخرين	اعتقد ان زوجتي تتحدث عني بالسوء فقط	٢٤.
	اشك ان زوجتي تخونني	٢٥.
	أتوقع ان زوجتي سوف تنتقم مني مستقبلا	٢٦.
	ارى ان اهل زوجتي يقللون من شأنني	٢٧.
القدرة على حل المشكلات	افشل في حل المشكلات الزوجية	٢٨.
	أرى ان اطفالي سيكونون مضطربين بسبب خلافاتنا	٢٩.
	مشكلاتي ستزداد يوما بعد يوم	٣٠.
تحمل المسؤولية	احتمل عدم قدرتي على تحمل مسؤولية الزواج	٣١.

٢- تحديد الأهداف وكتابتها :

ان أهم خطوة من خطوات تصميم البرامج الإرشادية هو التحديد الدقيق للأهداف لأنه يساعد على تحديد الأداء الناجح، وكذلك تحديد محتوى التقنيات المستعملة في البرنامج الإرشادي والهدف من ذلك، كما تعد خطوة تحديد الأهداف من الخطوات المهمة لأنها تقوم بتوضيح معالم البرنامج الإرشادي واختيار الأسلوب والفنيات الإرشادية المناسبة لحل المشكلات والملائمة في البرنامج الإرشادي توضيح ما سوف يكون عليه سلوك المسترشد بعد اكتساب المهارات والخبرات المتنوعة، ونتيجة لهذه المهارات والخبرات التي تم اكتسابها عن طريق البرنامج الإرشادي وكذلك يمكن وصف السلوكيات المتوقعة والتغيرات المراد احداثها للمسترشدين ، (حسين، ٢٠١٢، ص ٢٨٤).

لذا تتحدد أهداف البرنامج بما يأتي:-

(أ) **الاهداف العامة:** حدد الهدف العام للبرنامج ب: ( تغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق).

(ب) **الأهداف الخاصة:** تم تجزئة الهدف العام الى اهداف خاصة موضحة في كل جلسة.

(ج) **الأهداف السلوكية:** تضم هذه الأهداف وصفا لما يفترض أن يقوم به المسترشد بعد الانتهاء من الجلسات الإرشادية وذلك عن طريق التحديد الدقيق لهذا السلوك، ليستطيع المرشد معرفة مدى نجاحه في تحقيق ذلك، وتعد هذه الأهداف اهدافاً إجرائية قابلة للقياس والملاحظة بشكل مباشر والهدف منها هو مساعدة المسترشد للانتقال تدريجيا من مستوى الأداء الحالي إلى تحقيق الأهداف العامة، وهي الأهداف التي تقيس التغيير في سلوك المسترشد بعد الانتهاء من الجلسة الإرشادية. (التميمي

والشمري، ٢٠١٢: ٥١)

ثالثاً- تحديد الأولويات:

وتم تحديد الأولويات من خلال تطبيق قائمة الحاجات على عينة البحث ثم تم ترتيب اجاباتهم على قائمة الحاجات بإيجاد الوسط المرجح والوزن المئوي لكل حاجة، كما مبين في الجدول (٤):

جدول (٤)

ت	الحاجات	٣	٢	١	الوسط المرجح	الوزن المئوي
١	الحاجة الى الموضوعية في تقييم الاحداث	٢٣	٤	٣	٢,٦٦	٨٨,٨٨
٢	الحاجة الى تنمية النقاؤل	٢٢	٦	٢	٢,٥٦	٨٦,٨٨
٣	الحاجة الى مواجهة الافكار السلبية	٢٠	٥	٥	٢,٥٠	٨٣,٣
٤	الحاجة الى المرونة بالتفكير	١٩	٦	٥	٢,٤٦٧	٨٢,٢
٥	الحاجة الى الثقة بالنفس	١٩	٥	٦	٢,٤٣٣	٨١,١
٦	الحاجة الى تقدير الذات	١٨	٧	٥	٢,٤٣٣	٨١,١
٧	الحاجة الى التقييم الايجابي للآخرين	١٥	٩	٦	٢,٣٠	٧٦,٦
٨	الحاجة الى القدرة على حل المشكلات	١٥	٨	٧	٢,٢٦٧	٧٥,٥
٩	الحاجة الى تحمل المسؤولية	١٤	٩	٧	٢,٢٣٣	٧٤,٤

تكرارات افراد العينة على بدائل الاجابة على قائمة الحاجات (تغيير التفكير الكارثي) وقيم درجات

الوسط المرجح والوزن المئوي

وبعد هذا الاجراء اشتق الباحث عناوين الجلسات من هذه الحاجات. كما موضح في الجدول (٥) ادناه:

جدول (٥)

الحاجات وعنوان الجلسة الذي يقابل كل حاجة

ت	الحاجات	عناوين الجلسات
١	الحاجة الى الموضوعية في تقييم الاحداث	الموضوعية في تقييم الاحداث
٢	الحاجة الى تنمية التفاؤل	تنمية التفاؤل
٣	الحاجة الى مواجهة الافكار السلبية	مواجهة الافكار السلبية
٤	الحاجة الى المرونة بالتفكير	المرونة بالتفكير
٥	الحاجة الى الثقة بالنفس	الثقة بالنفس
٦	الحاجة الى تقدير الذات	تقدير الذات
٧	الحاجة الى التقييم الايجابي للآخرين	التقييم الايجابي للآخرين
٨	الحاجة الى القدرة على حل المشكلات	القدرة على حل المشكلات
٩	الحاجة الى تحمل المسؤولية	تحمل المسؤولية

رابعاً-تحديد الفنيات والانشطة التي يقوم عليها البرنامج الارشادي:

وتُعمد الاساليب والفنيات وفق النظرية المتبناة وليس للمرشد الحق في زيادتها او إنقاصها وعليه ان يعمل وفق الاسلوب الذي حدده المنظر والفنيات الارشادية التابعة للنظرية، (الدفاعي والخالدي، ٢٠١٧، ص١١٧) وعُرف الأسلوب في قاموس اكسفورد (Oxford ١٩٨٤) بأنه طريقة نموذجية للتعامل مع الأفراد أو أن الأسلوب الإرشادي يعني الطريقة المنظمة التي يتبعها المرشد النفسي لنقل الأفكار والمعلومات والمهارات إلى المسترشدين لغرض تحقيق أهداف محددة مسبقاً على وفق استراتيجيات معينة.(القره غولي،٢٠١٩، ص٢٥٥)

ولما كان البرنامج قائماً على اسلوبٍ محددٍ (تدقيق الاستنتاج) لذا التزم الباحث بما طرحه المنظر لهذا الاسلوب و يضم مجموعة خطوات وهي:

١. ان يتعرف المسترشد على أفكاره ومعتقداته.
٢. يطلب المرشد من المسترشد الدليل على صحة هذه الافكار والمعتقدات.
٣. يطلب المرشد من المسترشد اعطاء تفسيراً جديداً للأدلة التي قدمها.
٤. يساعد المرشد المسترشد على تدقيق ودحض الافكار واختبارها بالواقع.
٥. يصل المسترشد بنفسه الى ان قناعاته واستنتاجاته لم تكن واقعية. (بلان ٢٠١٤ ص ٣٧٩).

#### خامساً: تحديد الاشخاص المنفذون للبرنامج الارشادي:

لتحقيق اهداف البحث وفق خطوات علمية تم بناء برنامج ارشادي قائم على اسلوب من الأساليب المعرفية (تدقيق الاستنتاج)، نفذ الباحث البرنامج كونه متخصصاً في مجال الارشاد النفسي والتوجيه التربوي، ويعمل تدريسي في قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي في كلية التربية للعلوم الإنسانية - جامعة البصرة.

#### سادساً: تحديد الخطوات المستخدمة من أجل تطبيق البرنامج:

- اتبع الباحث عددا من الخطوات في بناء البرنامج الارشادي وهي كما يأتي:
١. حدد الباحث مشكلة البحث (التفكير الكارثي) لدى المقبلين على الطلاق في محافظة البصرة.
  ٢. اختار الباحث اسلوب ارشادي يمكن استعماله في تغيير التفكير الكارثي هو اسلوب (تدقيق الاستنتاج).
  ٣. اطلع الباحث على الخطوات العلمية في بناء البرنامج الارشادي ونماذجها.
  ٤. استعمل الباحث مقياس التفكير الكارثي للكشف عن التفكير الكارثي لدى عينة البحث والبالغ عددهم (٢٠٠) فرداً.
  ٥. اعتمد الباحث على نتائج القياس في اختيار المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة حيث اختار الباحث (١٥) فرد من الذين حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس التفكير الكارثي، ثم وزعهم عشوائياً على مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة بواقع (٥) افراد لكل مجموعة.
  ٦. أجرى الباحث التكافؤ بين المجموعتين بتحديد بعض المتغيرات التي لها التأثير وهي من الشروط

الرئيسة عند تشكيل المجموعات وتجانسها.

٧. اعد الباحث قائمة حاجات من الفقرات المتقاربة من المقياس وعرضها على مجموعة من المحكمين.

٨. اوجد الباحث الوسط المرجح والوزن المثوي لكل حاجة بعد توزيعها على افراد عينة البحث.

٩. من الحاجات حدد الباحث عناوين الجلسات ثم اعد الجلسات للبرنامج الارشادي.

١٠. عرض الباحث مخطط الجلسات الإرشادية على مجموعة من المحكمين والمختصين في قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي لتقويمها.

١١. تحديد جلسات البرنامج الارشادي بواقع (١٢) جلسة بواقع جلستين في الاسبوع والوقت المستغرق لكل جلسة إرشادية هو (٤٥-٦٠) دقيقة.

#### سابعاً: تقويم البرنامج الارشادي:

ان تقويم البرنامج يعد الهدف الأساس لغرض الحصول على المعلومات اللازمة نهاية كل جلسة من خلال توجيه أسئلة لأفراد المجموعة لتحديد الايجابيات والسلبيات وربط الحاجات بالنتائج المتحققة، ولإيجاد عملية فهم وتعاون مثمر بين أفراد المجموعة الإرشادية في البرنامج والوصول إلى افضل القرارات التي تعتمد على معلومات صادقة وثابتة لتعديل وتصحيح وتلافي النقص في الوسائل والأساليب والطرائق، ويعتمد التقويم على أدوات ومقاييس متنوعة بعضها يؤدي الى مقادير كمية وبعضها الآخر يعتمد على أحكام الاختصاصيين (الدوسري، ١٩٨٥ : ٢٤٤)، وللتحقق من أثر البرنامج الارشادي في تحقيق أهدافه المحددة، اعتمد الباحثان في تقويم الأسلوب الإرشادي على ثلاثة أنواع من التقويم وهي:

**أولاً : التقويم التمهيدي : Preliminary Evaluation**

**ثانياً : التقويم البنائي : Constructive Evaluation**

**ثالثاً : التقويم النهائي : Summative Evaluation**

**الصدق الظاهري للبرنامج:**

بعد تصميم البرنامج الإرشادي، عرضه الباحثان على مجموعة من المتخصصين في مجال الإرشاد النفسي والعلوم التربوية والنفسية لتحكيمه وتقويمه وبلغ عددهم (١٠) محكمين، اعتمد الباحثان على النسبة المئوية في إيجاد درجة اتفاق الخبراء حيث حصل البرنامج الإرشادي على نسبة اتفاق (١٠٠٪)

## اثر اسلوب تدقيق الاستنتاج في تغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق

وأجريت التعديلات اللازمة على وفق آراء بعض الخبراء، إذ أصبح البرنامج جاهزاً للتطبيق بشكله النهائي وبالجلسات والاقوات المبينة في الجدول (٦)، علماً ان وقت الجلسة الارشادية المناسب يختلف باختلاف العينات، واختار الباحث ان يكون وقت الجلسة (٤٥ - ٦٠) دقيقة لملائمة هذا الوقت مع العينة والمكان الذي تطبق فيه جلسات البرنامج.

### جدول (٦)

#### عناوين الجلسات الإرشادية وتاريخ تطبيقها

ت	الجلسة	الموضوعات	الوقت	التاريخ
١	الأولى	الافتتاحية	٦٠-٤٥ دقيقة	الاحد ٢٠٢٣/٩/١٧
٢	الثانية	الموضوعية في تقييم الاحداث	٦٠-٤٥ دقيقة	الأربعاء ٢٠٢٣/٩/٢٠
٣	الثالثة	الموضوعية في تقييم الاحداث	٦٠-٤٥ دقيقة	الاحد ٢٠٢٣/٩/٢٤
٤	الرابعة	تنمية التفاؤل	٦٠-٤٥ دقيقة	الاربعاء ٢٠٢٣/٩/٢٧
٥	الخامسة	مواجهة الافكار السلبية	٦٠-٤٥ دقيقة	الاحد ٢٠٢٣/١٠/١
٦	السادسة	المرونة بالتفكير	٦٠-٤٥ دقيقة	الاربعاء ٢٠٢٣/١٠/٤
٧	السابعة	الثقة بالنفس	٦٠-٤٥ دقيقة	الاحد ٢٠٢٣/١٠/٨
٨	الثامنة	تقدير الذات	٦٠-٤٥ دقيقة	الاربعاء ٢٠٢٣/١٠/١١
٩	التاسعة	التقييم الايجابي للآخرين	٦٠-٤٥ دقيقة	الاحد ٢٠٢٣/١٠/١٥
١٠	العاشرة	القدرة على حل المشكلات	٦٠-٤٥ دقيقة	الاربعاء ٢٠٢٣/١٠/١٨
١١	الحادية عشرة	تحمل المسؤولية	٦٠-٤٥ دقيقة	الاحد ٢٠٢٣/١٠/٢٣
١٢	الثانية عشرة	الختامية	٦٠-٤٥ دقيقة	الاربعاء ٢٠٢٣/١٠/٢٥

### عرض النتائج وتفسيرها:

الفرضية الاولى: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التفكير الكارثي.

لاختبار صحة هذه الفرضية استعمل الباحثان اختبار ولكوكسن لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي، وتبين أن القيمة المحسوبة تساوي (صفر)، وبمقارنة تلك القيمة بالقيمة الجدولية عند درجة حرية (٥) ومستوى دلالة (٠,٠٥) وبالقيمة (٠,٠٣١٣) تبين أن القيمة المحسوبة أصغر من

## اثر اسلوب تدقيق الاستنتاج في تغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق

القيمة الجدولية الأمر الذي يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج القياس القبلي والقياس البعدي، لذا يرفض الباحث الفرضية الصفرية ويقبل الفرضية البديلة التي تقول بوجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية على الاختبارين القبلي والبعدي، وكما موضح في الجدول (٧)

جدول (٧)

قيم  $T+T-$  وقيم  $W$  والقيمة الجدولية ومستوى دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس التفكير الكارثي

الدلالة عند مستوى . . . .	القيمة الجدولية	W	متوسط الرتب		مجموع الرتب		الاختبار	المجموعة
			T-	T+	T-	T+		
دال احصائيا	٠,٠٣١٣	٠,٠٠	٣,٠	٠,٠٠	١٥	٠,٠٠	القبلي البعدي	التجريبية الأولى N 5

وبملاحظة القيم وبمقارنتها نستدل على فاعلية أسلوب (تدقيق الاستنتاج) في تغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق، وهذه النتيجة تتفق مع ما أشار له صاحب النظرية ارون بيك (١٩٧٦) بأن الهدف الأساس لأساليب التدخل المعرفي هو تعديل السلوك أو مساعدة الفرد على تبني سلوك جديد، وذلك من خلال تغيير أو تصحيح بعض الأفكار التي يتبناها الشخص، وتتم عملية التغيير عندما يبدأ الفرد في مراجعة بعض الأفكار والمعتقدات التي يؤمن بها ويحاول إعادة تقييمها وتغيير بعضها بأفكار جديدة تتماشى مع الواقع وتكون أكثر واقعية حول الذات وحول الآخرين . (أبو اسعد والازيدة، ٢٠١٥: ١٩٤)

وجاءت هذه النتيجة متفقة مع نتائج الدراسات القائمة على الأساليب المعرفية في تعديل الميول والتشوهات المعرفية والاختفاق المعرفي ومعتقدات التقييم اللاعقلانية كدراسة (ريشان، ٢٠١١) ودراسة (شندوخ، ٢٠١٩) ودراسة (الخفاجي، ٢٠١٩) ودراسة (علي، ٢٠٢١) والحد من التفكير السلبي كما في دراسة (Dharshini et al, 2016) وخفض قابلية الاستهواء كما دراسة (الجبوري، ٢٠٢٣) .

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس التفكير الكارثي

للتحقق من صحة هذه الفرضية استعمل الباحث اختبار ( مان - وتي Mann-Whitney ) لقياس الفروق بين رتب المجموعة (التجريبية والضابطة) فأوجد الباحث قيمة مجموع الرتب والمتوسط وقيمة (U) للاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة، ثم قارن قيمة (U) المحسوبة والتي تبلغ (٠,٠٠) بالقيمة الجدولية والبالغة (٨) عند درجتي حرية (٥-٥) ومستوى دلالة (٠,٠٥)، تبين أن قيمة (U) المحسوبة اصغر من القيمة الجدولية الامر الذي يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة، مما يشير الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين وبمقارنة مجموع الرتب للمجموعتين فان الفروق كانت لصالح المجموعة التجريبية اذ كان مجموع الرتب للمجموعة التجريبية الاولى يبلغ (١٥,٠٠) اصغر من مجموع الرتب للمجموعة الضابطة الذي يبلغ (٤٠,٠٠)، كما موضح بالجدول (٨)

#### جدول (٨)

مجموع الرتب ومتوسطاتها وقيمة (U) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للقياس البعدي للمجموعتين التجريبية الاولى (الابعاد - فض المركزية) والمجموعة الضابطة وفق مقياس التفكير الكارثي

الدلالة إحصائية	مستوى الدلالة	قيمة اختبار U		المجموعة الضابطة N5		المجموعة التجريبية الأولى N5	
		الجدولية	المحسوبة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب
دالة احصائية	٠,٠٥	٨	٠,٠٠	٨,٠٠	٤٠,٠٠	٣,٠٠	١٥,٠٠

وهذه النتيجة تؤكد نتيجة الفرضية الاولى والتي دلت على فاعلية أسلوب (تدقيق الاستنتاج) في تغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق، وهو ما نستنتجه من انخفاض درجات مقياس التفكير الكارثي لدى افراد المجموعة التجريبية في حين لم يحصل انخفاض ملحوظ بدرجات افراد المجموعة الضابطة على مقياس التفكير الكارثي لدى لأنهم لم يتعرضوا لأي برنامج مخطط يسهم في خفض التفكير الكارثي لديهم.

### الاستنتاجات:

- من خلال عرض نتائج هذا البحث استنتج الباحثان ما يأتي:
1. ان المقبلين على الطلاق لديهم مستوى فوق الوسط من التفكير الكارثي، بمعنى ان التفكير الكارثي لديهم هو احد الاسباب التي تقودهم نحو الطلاق.
  2. أهمية الارشاد المقدم بطريقة علمية مخططة، وأهمية الأسلوب الإرشادي (تدقيق الاستنتاج) في ارشاد المقبلين على الطلاق الذين لديهم مستوى من التفكير الكارثي سواءً أكان هذا المستوى مرتفعاً ام متوسطاً فلأسلوب فاعلية في تغييرها، كونه اسلوب يعتمد على محاكاة الجانب المعرفي.
  3. يمكن تغيير التفكير الكارثي من خلال تنمية جوانب في شخصية المسترشدين كالثقة بالنفس والتفؤل والتقييم الذاتي، والمرونة بالتفكير، وتقدير الذات، وغيرها.

### التوصيات:

- استناداً لنتائج هذا البحث يوصي الباحثان بالآتي:
1. ضرورة قيام الباحثين الاجتماعيين بالتحقق من أنماط التفكير المتبناة للمقبلين على الطلاق ومساعدتهم في تغيير هذه الأفكار ان وجدت لأفكار أكثر موضوعية ومنطقية.
  2. استفادة الباحثين الاجتماعيين في وزارة العدل من البرنامج المعد لتغيير التفكير الكارثي للمقبلين على الطلاق او الذين لديهم مشكلات زوجية مختلفة.
  3. الاهتمام بجانب الارشاد الزوجي والإرشاد الاسري والتأكيد عليهما للمقبلين على الزواج.
  4. قيام المرشدين والباحثين الاجتماعيين بندوات ودورات للأزواج حول الحياة الزوجية والمشكلات التي تتعرض لها والتعامل معها بإيجابية.

## المقترحات:

اقترح الباحثان على الباحثين بعض المقترحات وهي كما يأتي:

١. إجراء دراسات تبحث متغيرات هذا البحث على عينة من (المطلقين، العازفين عن الزواج، الجانحين)
  ٢. إجراء دراسة لمعرفة أثر الأسلوبين الإرشاديين الحاليين في متغيرات أخرى (كالميل للانتحار، التوجه لتعاطي المخدرات، هزيمة الذات، إيذاء الذات)
  ٣. إجراء دراسات تعتمد على البرامج الارشادية الوقائية في كيفية التعامل مع المشكلات الزوجية المتوقعة.
- إجراء دراسات تعتمد على البرامج الارشادية في تغيير التفكير الكارثي مبنية وفق أساليب معرفية وسلوكية معرفية ك(التقبل والالتزام، التخيل المنطقي، تغيير القواعد، السهم النازل)

## المصادر العربية

باترسون . س . هـ (١٩٩٠): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي، ج ٢، دار القلم للنشر والتوزيع، الكويت.

البديري، هناء حسن سدخان (٢٠٢٢): ظاهرة الطلاق دراسة في الاسباب والنتائج، بحث منشور مجلة العميد، مجلد ١١ العدد ٤٢ .

بلان، كمال يوسف (٢٠١٥): نظريات الارشاد والعلاج النفسي، دار الاقاصير العلمي، الطبعة الاولى، عمان الاردن .

الجابري، كاظم كريم رضا (٢٠١١): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط١، مكتب النعيمي للطباعة، بغداد، العراق.

الجبوري، ميثم خميس قاسم (٢٠٢٣) : اثر اسلوبي الدور الثابت والسهم النازل في خفض القابلية الى الاستهواء لدى طلبة مرحلة الدراسة المتوسطة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية للعلوم الانسانية جامعة البصرة.

الخفاجي، ذكريات كاظم دعدوش (٢٠١٩) فاعلية فنياتي المتصل المعرفي وملء الفراغ في تعديل الاخفاق المعرفي لدى طالبات الدراسة الإعدادية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية للعلوم الانسانية جامعة البصرة.

ربابعة وسالم، عمر عبد الرحيم ربابعة ورفقة خليف سالم (٢٠١٥) اسباب الطلاق والحلول لمعالجتها من وجهة نظر المطلقين والمطلقات وقواعد الشرط في الاردن بحث منشور. مجلة كلية التربية جامعة الازهر العدد ١٦٢ الجزء الرابع. ٢٠١٥.

الشربيني، زكريا احمد، وصادق، يسرية أنور، والقرني، محمد سالم محمد، ومطحنة، السيد خالد، (٢٠١٣): مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية، ط١، مكتبة الشقري، الرياض، السعودية.

شندوخ، علي رسن (٢٠١٩) أثر اسلوبي اعادة البناء المعرفي واعادة الصياغة في تعديل التشوهات المعرفية لدى طلاب مرحلة الدراسة الإعدادية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية للعلوم الانسانية جامعة البصرة.

الظاهر، قحطان احمد (٢٠٠٤): تعديل السلوك، ط١، عمان، الأردن.

عبد الرحمن، محمد السيد (٢٠١٥) نظريات الارشاد والعلاج النفسي، مكتبة زهراء الشرق للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر، ط١

عبد الله، محمد قاسم، (٢٠١٢) : نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ط١، دار الفكر، عمان، الاردن .

## اثر اسلوب تدقيق الاستنتاج في تغيير التفكير الكارثي لدى المقبلين على الطلاق

العيساوي , هناء جاسم محمد (٢٠١٣) الطلاق واسبابه في مدينة الموصل دراسة تحليلية , بحث منشور اضاءات موصلية العدد ٧٤ اب ٢٠١٣

العتوم, عدنان يوسف (٢٠١٢): علم النفس المعرفي, النظرية والتطبيق, ط١ عمان, الأردن: دار الميسرة للطباعة والنشر.

العزة, سعيد حسني (٢٠١٩): الارشاد الاسري نظرياته واساليبه العلاجية دار الثقافة والنشر , الطبعة السادسة عمات - الاردن.

النعيمي, مهند محمد. (٢٠١٤). القياس النفسي في التربية وعلم النفس. ديالى، العراق: المطبعة المركزية.

اليعقوبي , حيدر حسن (٢٠١٩): دليل ثقافة الارشاد النفسي والتوجيه التربوي, ط١, وزارة التعليم العالي والبحث العلمي, شعبة الارشاد النفسي والتوجيه التربوي, جامعة كربلاء.

### المصادر الانكليزية

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

Dharshini, Priya, Jayanthi, P. Hemavathy, j. Kanchana, S. & Celina, D. (2016): **Effectiveness of Thought Stopping Techniques on Negative Ideation among Adolescent Boys with Juvenile Delinquency at Selected Setting Vellore Pre Experimental Study, TJPRC: International Journal of Nursing and Patient Safety & Care (TJPRC: IJNPSC) Vol. 1, Issue 1, Dec 2016, 9-14.**

Silberman, Stephanie A (2009), **the insomnia workbook**, Library of Congress Cataloging-in-Publication Data Printed in the United States of America