وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جـــامـــــعـــة ديـــالـــــــى
كلية التربية للعـــــلوم الإنـــسانية
قســـم العـلوم التربوية والنفســـية

أثر برنامج إرشادي بأسلوب التحكم المعرفي في تنمية الرشاقة المعرفية لدى طالبات الجامعة

رسالة مقدّمة

إلى مجلس كلية التربيّة للعلوم الإنسانيّة في جامعه ديالى
وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في
العلوم التربوية والنفسية تخصص

(الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي)

من الطالبة

آيات عبدالله احمد

بإشراف

الأستاذ الدكتور

أ . د عدنان محمود عباس

١٤٤٦هـ ٢٠٢٤م

الفـــصل الأول

التـــعريف بالبـــحث

أولا :مشكلة البحث

ثانيا: أهمية البحث

ثالثا: أهداف البحث وفرضياته

رابعا: حدود البحث

خامسا: تحديد المصطلحات

أولا: مشكلة البحث:

تعد مشكلة انخفاض مستوى الرشاقة المعرفية لدى طالبات الجامعة واحدة من المشكلات التي تؤثر على الجانب المعرفي، بسبب زيادة التعقيدات والغموض الذي يحيط ببيئة المهام التعليمية؛ إذْ يرى كل من (Hutton&Tuner 2019) .

كما أشار كل من (Pulakos, Arad, Donovan,2000) إلى أن هناك تغيرات سريعة ومتلاحقة تواجه طلبة الجامعة يومياً منذ بداية يومهم إلى نهايته ، لاسيما تلك المواقف والمهام التي يحتاج إلى مواجهتها وإيجاد حلول لها أو اتخاذ قرار، أو رشاقة في التعامل مع مشكلات معقدة، ولكي يتمكنون من مواجهة تلك المواقف يجب أن يكونوا مؤهلين لمواجهتها بناءً على معلومات وخبرات سابقة ، بالمقابل يحتاجون إلى جهد فكري معمق وقدر عال من الرشاقة والمرونة (القيسي ،٢٠٢٣: ٣).

كما أشارتْ دراسة (عبد ربه محمد ، ٢٠٢٠) أن منخفضي الرشاقة المعرفية يستغرقون وقتا أطول في تكييف أدائهم على المهام المركبة التي تفرضها عليهم عوامل التكنولوجيا المتغيرة (عبد ربه محمد ، ٢٠٢٠ :٨٨٥).

ان ذو الرشاقة المعرفية المنخفضة يكونون أقل اداء من ذوي الرشاقة المعرفية المرتفعة (الفيل ٢٠٢٠ : ٦٤١).

ويحتاج أفراد المجتمع في المؤسسات الاجتماعية جميعها إلى خدمات الإرشاد النفسي، لا سيما في عصر تفجرت فيه المعرفة السيكولوجية وكثرت الكوارث والحروب والآثار الاجتماعية والاقتصادية لها، وأصبح العالم بفضل ثورة الاتصالات والفضائيات قرية صغيرة مما جعل البعض يطلق على هذا العصر عصر القلق أن جميع ما سبق من تغيرات وتطورات على المستوى الفردي والجماعي يؤكد الحاجة الماسة إلى خدمات إرشادية متخصصة (ابو زعيزع ، ٢٠٠٩: ١٣).

تسهم تعقيدات الحياة المعاصرة بمظاهرها المختلفة في زيادة المتطلبات المتوقعة من الفرد الذي يعيش في علاقة تفاعلية مع البيئة ومتغيراتها، والتي

تتطلب منه النمو من خلالها والتكيف معها بحيث تتوافق فيها جميع جوانب شخصيته، ونتيجة لعدم التوافق أحيانا مع متغيرات البيئة تبرز كثير من الأحداث والمواقف التي تقود إلى ظهور اضطرابات سلوكية أو مشكلات نفسية واجتماعية(بلان،٢٠١٥: ١٣).

ومن خلال نتائج وتوصيات الدراسات السابقة والأدبيات التي تطرقت إلى مفهوم الرشاقة المعرفية وملاحظة الباحثة أثناء دراستها في الجامعة وزيارتها لجامعة ثانية شعرت بوجود ضعف في مستوى الرشاقة المعرفية لدى طالبات الجامعة، ولدراسة مشكلة البحث الحالي التي تلخصت في السؤال الاتي: **(هل للبرنامج الإرشادي بأسلوب التحكم المعرفي اثر في تنمية الرشاقة المعرفية لدى طالبات الجامعة ؟)**

ثانيا: أهمية البحث :-

لقد تعاظمت مسؤولية الإرشاد النفسي الذي تركز جميع برامجه وخدماته واستراتيجياته الإنمائية والوقائية والعلاجية على رعاية النمو السليم للفرد والارتقاء بسلوكه، وتعديل النماذج السلوكية غير المرغوب فيها وتوجيهها بما يتلاءم مع قدرات وميول الفرد، بحيث أصبحت الحاجة ماسة إلى التوجيه والإرشاد في المدارس والاسرة والمجتمع بشكل عام (بلان،٢٠١٥: ١٣).

والاهتمام بالتنمية البشرية اصبحَ ضرورة ملحة لتقدم المجتمع ولا يمكن لأي مجتمع أن يؤدي دوره الفاعل في تحقيق التنمية الاقتصادية والاجتماعية دون أن تكون له مؤسساته التي تعنى ببناء الفرد في كافة النواحي كافة ، ولعل المؤسسات التربوية هي المعنية الأولى بمجال التوجيه الإرشاد، فالعمل التربوي يتطلب مراعاة الجوانب النفسية والاجتماعية والتي تعد مرتكزات رئيسة في التنشئة السليمة(الطروانة ، ٢٠٠٩ :٧).

فالإنسان في مراحل حياته كافة ونموه سواء كان طفلاً أم مراهقاً أم راشداً أم شيخاً رجلاً أم امرأة بحاجة لمن يقدم له الإرشاد والدعم والمعاملة الحسنة ، فالظروف التي تحيط بالإنسان من تغير اجتماعي سريع ومتواصل، وتفجر مكاني ومعرفي وغير ذلك، هي عوامل تجعل الإنسان بحاجة إلى الإرشاد (السيد والمرزوك ،٢٠١٢: ٢٩).

تكون الحاجة ملحة إلى البرنامج الإرشادي في الميادين المختلفة جميعها في المؤسسة والعمل والمهن والمدرسة والمؤسسة التربوية والتعليمية والإرشادية، إذ أنه أصبح حاجة ضرورة وملحة وان كل ما يوجد حالياً هو عبارة عن خدمات تقدم للأفراد، وان الجهود المبذولة ما هي إلا نشاطات ينقصها الكثير من جوانب النقص والضعف في الإعداد والتخطيط والتنظيم، وان هذه الحاجة تتأتى من حاجاتنا إلى التوجيه والإرشاد النفسي نتيجة للتغيرات المجتمعية والأسرية والحياتية (القرغولي، ٢٠١٨ :٣٠).

ويعد أسلوب علاج التحكم المعرفي احد أساليب الإرشاد النفسي المهمة التي استعملت في العملية الإرشادية؛ إذْ صُمّمتْ لمعالجة الأطفال والمراهقين والراشدين الذين يعانون من خلل وظيفي في العمليات المعرفية، هذا الخلل المعرفي هو السبب الأساس للفشل الدراسي وحالات سوء التكيف (عبد الله، ٢٠١٢ :١٤٣).

ويرى سانتو ستيفانو (Santostfano.s. 1985) أن أسلوب التحكم المعرفي ضروري ومهم ؛لأنه يزود بمعلومات وتنسيقها ودمج الواقع مع الخيال ، أو عندما يكون الأفراد غير قادرين على استخدام هذه المعلومات وتوظيفها في عملية التعلم والتكيف مع البيئة بسبب ضعف الهياكل والبناءات المعرفية المعنية بالتعبير عن المعتقدات والذات ، فالمعالج هنا يقوم بتأهيل تلك الهياكل والبناءات المعرفية (Santostfano.s.,1985:P35).

كما أشار كل من (شير جروبورتز ونيكا (Groborz & Necka, 2003) إلى أن التحكم المعرفي مسؤول عن تقليص "الفوضى" في معالجة المعلومات، ويكون لدى الفرد القدرة على كبح الاستجابات غير الملائمة واستدعاء الاستجابات المناسبة" (Groborz & Necka, 2003 p. 185).

وأشار (Norman & Shallice, 1986) الى اهمية التحكم المعرفي بانه يمنحنا القدرة على تنظيم وتوجيه تفكيرنا بشكل واعٍ، بحيث نتجاوز ردود الفعل التلقائية ونتحكم في كيفية استجابتنا للمواقف، يعني ذلك أن الشخص يستطيع تعديل أفكاره واستراتيجياته بما يتناسب مع الوضع الذي يواجهه، مما يساعده على التفكير بطريقة أكثر مرونة(Good, 2009, 17) .

ونظرًا لأهمية أسلوب التحكم المعرفي في العملية الإرشادية فقد استعمل في دراسة (النصيري ٢٠١٥) وأثبتت فاعليته في خفض الإخفاقات المعرفية لدى طلبة كلية التربية الأساسية ، وكذلك استعمل في دارسة (هفش ،٢٠٢٢) في تنمية الحيوية الذاتية لدى طلاب المرحلة الإعدادية ، أما في البحث الحالي سوف يستخدم أسلوب العلاج التحكم المعرفي في تنمية الرشاقة المعرفية.

اذ تعد الرشاقة المعرفية احد ابرز القدرات العقلية التي لا يمكن الاستغناء عنها اليوم في ظل العالم الجديد والانفتاح المعرفي لطلبة اليوم ، نظرًا لأنهم يتعايشون في عالم سريع ومتغير ومتجدد وتغيراته متداخلة الاحداث، والتكنولوجيا هي اللاعب الاقوى فيه ، لذلك يستوجب عليهم الادراك والوعي نحو هذه التغيرات ، وكل هذا يستوجب ان يمتلك الطلبة القدر الكافي من الرشاقة المعرفية لكي يتمكنوا من التعامل مع هذه التغيرات السريعة والمتلاحقة والتكنولوجية الحديثة والانفجار المعرفي الهائل (القيسي،٢٠٢٣ :٢٨).

وقد يحتاج الفرد إلى البحث عن المعلومات الجديدة في محتوى المهمة التي يعمل عليها الآن، فإنه وبالقدر نفسه يحتاج إلى تركيز انتباهه على المعلومات

المتاحة بالفعل في هذه المهمة، وبقدر ما يحتاج إلى البحث عن المعلومات بدرجة من الانفتاح المعرفي لا تحرمه من الاطلاع على الجديد، فإنه وبالقدر نفسه يحتاج إلى توجيه عمليات المعالجة لديه إلى المعلومات الهامة فقط بدرجة من الانتباه المركز تحجب عنه المشتتات، فلا هو يقع في مصيدة الانفتاح المعرفي، فيتشتت وراء كل معلومة جديدة تطراً أمامه، وربما لا تكون هامة، ولا هو يقع تحت سطوة الانتباه المركز فيفقد معلومات هامة كانت ستقيده لو أخضعها للمعالجة، ولا يتحقق ذلك للفرد منا إلا إذا تمتع بمستوى مرتفع من الرشاقة المعرفية التي تجعله يعمل على تلك المهام الدينامية بقدر كبير من المرونة بين الانفتاح المعرفي، والانتباه المركز (عبد ربه محمد ،٢٠٢٠ ٨٢٧).

والرشاقة المعرفية تتكون من ثلاثة عناصر مهمة في العملية التعليمية وهي (الانفتاح العقلي، المرونة المعرفية، الانتباه المُركز) ؛ إذْ يرى كل من (Good &Yeganeh,2012) أن المرونة المعرفية لها دور مهم فهي تسمح للفرد باستمرار تجديد فهمه للمعلومات عن طريق الانتقال بسهولة والمتكرر للبحث للمعلومات، والانتباه المُركز يساعد الفرد على التعامل مع المثيرات الهامة فقط المتعلقة بتلك المهام ، والذي بدونه يفقد الفرد القدرة على تشفير بعض المثيرات الهامة رغم ارتباطها الشديد بالمهمة، أما الانفتاح المعرفي الذي يعكس مدى قدرة الفرد على ملاحقة المعلومات الجديدة، والبحث عنها في البيئة المحيطة بالمهمة من خلال توسع مجال انتباهه، حتى يلتقط بسهولة أية خيوط تظهر في المهمة تدل على تجديد المعلومات (Good &Yeganeh,2012:15).

وكذلك في ضوء ما أشار إليه (Hutton & Tuner 2019) من أن الفروق دائماً ما تكون لصالح مرتفعي الرشاقة المعرفية في مظاهر سلوكية عِدّة ، منها سرعتهم في رصد المفارقات والتنبؤ بالتغيرات، والاختيار بين البدائل التي تتغير

باستمرار، فمرتفعي الرشاقة المعرفية يكونون أسرع في رصد أخطائهم، والتغيرات الناجمة عنها في أدائهم على المهمة مقارنة بمنخفضي الرشاقة المعرفية فللرشاقة المعرفية دورا حاسما في سرعة استجابة المتعلم للتغذية المرتدة (عبد ربه محمد ،٢٠٢٠: ٨٨٥).

فالرشاقة المعرفية تؤدي دورا مستمرا ومهما في معظم نواحي التعلم الإنسانية من معرفة ولغة وإدراك وتعليم فهي تعمل على تعبئة الطاقة لدى طلبة الجامعة وتحفزهم نحو الهدف، كذلك توجه سلوكهم وتساعدهم على تغيير طرق التعامل العقلي مع المهمات الجامعية والحياتية وتنويعها بحسب طبيعتها وذلك بتحليل صعوبتها إلى عوامل يمكن الإحاطة بها والاستفادة منها في إيجاد الحلول، وبذلك فهي تعتبر طريق للتعلم والتعليم لعلاج المشكلات المرتبطة باكتساب المعرفة المتقدمة، مما قد ينشد الإتقان في العمل (الجميلي، ٢٠٢٢ : ١٢٠).

وتقترن أهمية البحث الحالي بأهمية المرحلة العمرية التي طبقت عليها الدراسة وهي طالبات الجامعة، اللواتي يعدن الثروة العلمية للمجتمع وعليهن يقع العبء الأكبر في المستقبل ويمكن تلخيص أهمية الدراسة في جانبينِ هما :

أولا: الأهمية النظرية:

١. توجه الباحثة أنظار الباحثين الى الاهتمام بمفهوم الرشاقة المعرفية وتطبيقه على شرائح مختلفة من المجتمع وعدم الاقتصار على عينة طالبات الجامعة.
٢. يعد هذا البحث مساهمة متواضعة من قبل الباحثة في إثراء المكتبة التربوية والنفسية بما يخدم الباحثين في هذا المجال في المستقبل.
٣. يتناول هذا البحث شريحة مهمة من المجتمع تتمثل في طالبات الجامعة اللواتي يعدن ركيزة المجتمع وأساس تقدمه وازدهاره، حيث تقع على عاتقهن جزء من عملية تطوير العملية التربوية والتعليمية في المستقبل.

ثانيا: الأهمية التطبيقية :

١. الاستفادة من المقياس المعتمد في البحث الحالي .

٢. تزويد المرشدين والباحثين في الجامعات ببرنامج إرشادي بأسلوب التحكم المعرفي في تنمية الرشاقة المعرفية لدى طالبات الجامعة.

ثالثا: أهداف البحث وفرضياته:

يهدف البحث الحالي إلى :-

١- قياس الرشاقة المعرفية لدى طالبات الجامعة.

٢- التعرف على أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب التحكم المعرفي في تنمية الرشاقة المعرفية لدى طالبات الجامعة من خلال اختبار الفرضيات الآتية:

أ. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين(القبلي والبعدي) على مقياس الرشاقة المعرفية.

ب. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة(٠,٠٥) بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين (القبلي والبعدي) على مقياس الرشاقة المعرفية.

ج. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة(٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة أفراد التجريبية و الضابطة في الاختبارين (القبلي والبعدي) على مقياس الرشاقة المعرفية.

٣- معرفة حجم الاثر للبرنامج الارشادي.

رابعا: حدود البحث:-

يتحدد البحث الحالي بطالبات جامعة ديالى للدراسة الصباحية للعام الدراسي(٢٠٢٣-٢٠٢٤).

خامسا: تحديد المصطلحات:

ستقوم الباحثة بتحديد المصطلحات الأتية:

أولا :الأثر(The effect):عرفه كل من:

١.ابن منظور (٢٠٠٣) لغويا:

(هو بقية الشيء ،والجمعُ آثار وأثارٌ وأثورٌ؛ وخرجتُ في إِثْرِهِ وفي أَثَرِهِ أي بعدَهُ وآثرته: تَتبعتُ أَثَرهُ، والأثر بالتحريك :ما بقي من رسم الشيء، والتأثيرُ: إبقاءُ الأثرُ في نفس الشيء تركَ فيه أثراً) (ابن منظور، ٧٥:٢٠٠٣).

٢. الحفني(١٩٧٨) اصطلاحا:

النتيجة المترتبة على حادث او ظاهرة في علامة المسببة (الحفني،١٩٧٨:٢٥٣).

ثانيا: البرنامج الإرشادي:

عرفه بوردوز و دروري(Borders &Drury):

(برنامج تم التخطيط له على أسس علمية سليمة، ويتكون من مجموعة خدمات إرشادية مباشرة وغير مباشرة يتم تقديمها لجميع افراد المجموعة الإرشادية) (Borders &Drury,1992:461).

التعريف النظري:

تبنت الباحثة تعريف(Borders &Drury, 1992)لأنه ينسجم مع هدف بحثها وفرضياته .

التعريف الإجرائي :

(مجموعة من الأنشطة والفعاليات المخططة والمنظمة على وفق حاجات طالبات الجامعة المبنية على شكل جلسات إرشادية أعدت لطالبات الجامعة(المجموعة التجريبية) من أجل تنمية الرشاقة المعرفية لدى طالبات الجامعة)

ثالثاً :التحكم المعرفي :

عرفه سانتو ستيفانو(Santostefano):

(بأنه مجموعة من الاستراتيجيات ، تحاول دمج التأثيرات المعرفية والعاطفية من خلال تضمين المعاني والعواطف داخل المحفزات المعرفية ، وأن الاختلافات الفردية في النشاط المعرفي تمثل وظائف عقلية تعمل خارج الوعي، والتي توازن و تنسق بين دعوات العمل من المحفزات البيئية كما يفسرها الفرد مع دعوات العمل من الدوافع والعواطف الشخصية اللاواعية للفرد) (Santostefano,2001:38) .

التعريف النظري:

اعتمدت الباحثة تعريف سانتو ستيفانو(Santostefano, 1985) تعريفا نظريا للبحث الحالي لأنها اعتمد نظريته في بناء برنامجها الإرشادي.

التعريف الإجرائي :

هو (مجموعة من الاستراتيجيات والفنيات والمتمثلة بتقديم الموضوع ، والحوار والمناقشة، و تنظيم حركة الجسم، و الانتباه المركز المحوري، و تسجيل المجال الإدراكي وتشكيلة اللفظي، و الشحذ والتسوية ودرجة التعادل والتجانس، التعزيز ، التدريب البيتي).

رابعا: الرشاقة المعرفية Cognitive Agility:

عرفها كل من :

- **(Good & Yagenh,2012):**

(درجة الانفتاح المعرفي والمرونة المعرفية للطالب ومقدار تركيزه في بيئات التعلم المختلفة المتسارعة، وهي تعكس السلوك التكيفي المرن) نقلا عن (الجميلي،٢٠٢٢: ١٤٤).

- **(Hutton &Tuner, 2019):**

(بأنها مدى قدرة الفرد على العمل بمرونة ما بين الانفتاح المعرفي والانتباه المركز، وتظهر في درجة انفتاحه على كل البدائل المتاحة بالمهمة، ودرجة مرونته في الاستجابة لها، بحيث يتمكن من تغيير بؤرة انتباهه بسهولة ما بين التوجهات الواسعة، والضيقة في أثناء محاولاته تحميل محتوى المهمة، من دون إغفال غير مقصود لأية معلومات جديدة تظهر بالمهمة، بما يمكنه من إجراء تقييمات سريعة، واتخاذ قرارات صحيحة تدعم الميزة التنافسية المتوافرة لديه، التي تعكسها سرعة ودقة استجابته لأية تغيرات في بيئة تلك المهمة؛ نتيجة تكيفه الهائل مع حدوده الإدراكية) (Hutton & Tuner, 2019,2) نقلا عن(الجميلي،٢٠٢٢: ١٠).

(عبد ربه محمد،٢٠٢٠):

بانها (مدى خفة الفرد في تحريك عقله بسلاسة، وبمرونة للخلف، وللأمام ما بين انتباهه المركز، وانفتاحه المعرفي، بحيث لا يُفوّت عليه انتباهه المركز فرصة ملاحظة أية معلومة جديدة كان سيوفرها له انفتاحه المعرفي، فيفشل في دمجها ضمن عمليات المعالجة لديه، وبحيث لا يحرمه انفتاحه المعرفي من فرصة التركيز على المعلومات المتعلقة بالمهمة فقط التي كان سيوفرها له انتباهه المركز، فيتشتت بمعالجة معلومات غير ذات صلة بالمهمة) (عبد ربه محمد،٢٠٢٠ :٨٣٨).

التعريف النظري:

ولقد تبنت الباحثة تعريف (**Good & Yagenh,2012**) وتعريف (Hutton &Tuner, 2019) كتعريف نظري للرشاقة المعرفية الاسباب الاتية :-

- لأنها اعتمد مقياس الجملي(٢٠٢٢) التي اعتمدت على كلا التعرفين في تكيفه على طلبة الجامعة .
- التعريف الذي قدمه هاتون وتورنر (Hutton &Tuner, 2019) هو تحسين للتعريف الذي قدمه جود، (Good,2009) فكلا تعريفين السابقين يربطان الرشاقة المعرفية بالتكيف – أي القدرة على الاستجابة للمواقف المتغيرة.

(Geld,2022:p190)

التعريف الإجرائي:

(الدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبة من خلال إجابتها على مواقف مقياس الرشاقة المعرفية لعبد ربه محمد (٢٠٢٠) الذي تم تكيفه على طلبة الجامعة في البيئة العراقية من قبل (الجميلي ٢٠٢٢).

Summary of the research

The current research aims to:-

1- Measuring cognitive agility among female university students?

2- Building a counseling program using a cognitive control method to develop cognitive agility among female university students.

The research community is determined by female students at the University of Diyala for morning studies in specialization (scientific and humanities) for the academic year (2023-2024). Their number is (13,064) female students. The sample for statistical analysis was (400) female students who were selected by random stratified method. As for the sample of the counseling program, it amounted to (20) female students who were intentionally selected from the departments (Educational and Psychological Sciences and the Geography Department). The researcher adopted the cognitive agility scale, which was built by (Abd Rayyah, 2020) and adapted by the researcher (Al-Jumaili, 2022).

It consists of (20) positions, and each position has four alternatives. The statistical properties of the scale's positions were verified, and the psychometric properties of the scale were calculated. In calculating the face validity, the positions were presented to a group of arbitrators in psychology, psychological counseling, educational guidance, measurement and evaluation, and an agreement of more than (80%) was obtained. As for construct validity, it was achieved. It was verified with a set of statistical indicators for its validity. As for the stability of the scale, which was verified by the test and retest method, it reached (0.82), and it was also verified using the Cronbach's alpha equation for internal consistency, as it

reached (0.79). The researcher adopted a set of appropriate statistical methods to process the research data.

The current research has found that female university students suffer from a decline in cognitive agility.

As for the program, it has proven its impact in developing cognitive agility among the female students in the research sample.

In addition, the research came out with a set of recommendations and proposals