وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جـــــامعة ديـــــالى
كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الأفكار في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة

رسالة مقدمّة

الى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية / الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

من قبل الطالب

عمر محمد نجم عبود الهيبي

بإشراف

الاستاذ الدكتور

عدنان محمود عباس المهداوي

1440هـ 2018م

﴿ بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴾

﴿ وَأَنزَلْنَآ إِلَيْكَ ٱلذِّكْرَ لِتُبَيِّنَ لِلنَّاسِ مَا نُزِّلَ إِلَيْهِمْ وَلَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ ﴾

(صدق الله العظيم)

(سورة النحل اية : ٤٤)

إقرار المشرف

أشهد أنَّ إعداد الرسالة الموسومة بـ (**أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الأفكار في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة**) المقدمة من الطالب (**عمر محمد نجم عبود**) قد جرى تحت إشرافي في جامعة ديالى – كلية التربية للعلوم الانسانية وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية / **الارشاد النفسي والتوجيه التربوي**

التوقيع :

الأستاذ الدكتور

عدنان محمود عباس المهداوي

تاريخ : / / 2018

بناءً على التوصيات المتوفرة أرشح الرسالة للمناقشة

التوقيع :

الأستاذ الدكتور

هيثم أحمد علي الزبيدي

رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية

تاريخ: / /2018

إقرار الخبير اللغوي

أشهد أنَّ الرسالة الموسومة بـ (**أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الأفكار في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة**) المقدمة من الطالب (**عمر محمد نجم عبود**) في جامعة ديالى – كلية التربية للعلوم الانسانية وهي جزء من متطلبات شهادة الماجستير في التربية /**الإرشاد النفسي و التوجيه التربوي** ، وقد أصبحت صالحة من الناحية اللغوية و لأجله وقعت .

التوقيع :

الاسم : أ.م. د باسم محمد ابراهيم

التخصص : البلاغة

التاريخ : / /2019

إقرار الخبير العلمي

أشهد أنَّ الرسالة الموسومة بـ (**أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الأفكار في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة**) المقدمة من الطالب **(عمر محمد نجم عبود)** في جامعة ديالى – كلية التربية للعلوم الانسانية وهي جزء من متطلبات شهادة الماجستير في التربية /**الإرشاد النفسي و التوجيه التربوي** ، وقد أصبحت صالحة من الناحية العلمية و لأجله وقعت .

التوقيع :

الاسم : أ.م. د رحيم هملي معارج

التخصص : الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

التاريخ : / /2018

إقرار اعضاء لجنة المناقشة

نحن رئيس لجنة المناقشة وأعضائها نشهد أننا قد أطلعنا على الرسالة الموسومة بـ(**أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الأفكار في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة**) المقدمة من الطالب (**عمر محمد نجم عبود**) وناقشناها في محتوياتها وفيما له علاقة بها ونعتقد إنها جديرة بالقبول لنيل شهادة الماجستير في التربية / **الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي** ، وبتقدير (امتياز) .

أ. د سالم نوري صادق

رئيساً

/ / 2018

أ. د علي عودة محمد

عضواً

/ / 2018

أ.م. د سميعة علي حسن

عضواً

/ / 2018

أ. د عدنان محمود المهداوي

عضواً ومشرفاً

/ /2018

صدقت الرسالة من مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة ديالى بتاريخ

/ / 2018

أ. د نصيف جاسم الخفاجي

عميد كلية التربية للعلوم الانسانية / وكالة

التاريخ / /2018

الإهداء

إلى

الصادق الامين شفيع الامة نبي الرحمة . . . . . محمد (ﷺ)

من كان لي سنداً وعوناً وانار بنوره طرقي الى النجاح . . . . . (أبي) العزيز أدامه الله فوق رأسي

جنة الارض بعطرها يفوح و سفينة عمري منبع الحنان . . . . . (أمي) الغالية ادامها الله فوق رأسي

من يخفق قلبي لرؤيته . . . . . (عمي الشهيد احمد) رحمه الله وجعله في الفردوس الاعلى

من امتلئ وجودها حب و طيبة و حنان . . . . . (جدتي) اطال الله بعمرها

الباحث

الشكر و الامتنان

الحمد لله رب العالمين الحمد لله حمد الشاكرين والصلاة والسلام على الصادق الامين خاتم الانبياء والمرسلين شفيع الامة معلم البشرية وهادي الانسانية محمد بن عبد الله (ﷺ) ومن تبعهم بإحسان الى يوم الدين . أسأل الله القدير أن يعلمنا ما ينفعنا ، وينفعنا بما علمنا

وقال رسول الله (ﷺ) ((من لم يشكر الناس لم يشكر الله)) (صدق رسول الله)

أما بعد .....

يشرفني ويسعدني أن أتوجه بالشكر والتقدير الى استاذي الفاضل الذي لن تفيه اي كلمات حقه **الاستاذ الدكتور (عدنان محمود المهداوي)** الذي فاض عليَ من علمه فيما بذله من جهد متواصل وما كانت هذه الرسالة لتنجز لولا متابعته وتوجيهه وارشاده لي فكان نعم الاستاذ ومشرفاً ومعلماً و أباً وناصحاً من البداية الى النهاية فجزاه الله خير جزاء واطال الله في عمره واعطاه الصحة والعافية

وكما أتقدم بالشكر والتقدير الى رئاسة قسم العلوم التربوية والنفسية متمثلة برئيس القسم **(أ.د هيثم احمد علي الزبيدي)** وأساتذة القسم المحترمين والى **(أ.د خالد جمال الدليمي)** لما بذله من جهد في توجيه النصائح القيمة وتسهيل كافة الامور الادارية والعلمية فجزاه الله خير جزاء واطال الله في عمره .

كما يسعدني ان أتوجه بجزيل الشكر والامتنان والتقدير الى الاساتذة أعضاء لجنة السمنار كل من **(أ.د عدنان محمود المهداوي ، أ.د سالم نوري صادق ، أ..م.د سميعة علي حسين ، أ.م.د سلمى حسين كامل)** لمساعدتهم في بلورة فكرة البحث

كما يطيب لي أنَّ اتقدم بالشكر والعرفان الى الاستاذ الدكتور **(صالح مهدي صالح)** لما بذله من جهد ومساعدتي في المصادر والمعلومات القيمة فله مني كل التقدير فجزاه الله خير جزاء وأطال الله بعمره

ومن دواعي سروري أنَّ أتقدم بشكري و تقديري الى (**أ.م.د ايمان كاظم**) فيما بذلته من جهد في اكمال الوسائل الاحصائية فكانت نعم الاخت فجزاها الله خير جزاء

كما أتقدم بالشكر و العرفان الى الاساتذة الخبراء والمحكمين فيما بذلوه من جهد في تقييم المقياس والبرنامج الارشادي فجزاهم الله خير جزاء واطال الله في عمرهم .

وكما يشرفني أنَّ اتقدم بالشكر والعرفان الى الأساتذة الأفاضل كل من (**أ.د عدنان خلف التميمي ، أ.م.د فالح عبد الحسن الطائي ، أ.م.د اياد هاشم السعدي**) فيما ساعدوني في مسيرتي الدراسية وكذلك أتقدم بالشكر والتقدير الى الدكتور (**صاحب عبدالله حمد**) لما ابداه من مساعدة لي بإعطائي المعلومات اللازمة والقيمة طيلة فترة دراسة الماجستير

وأتقدم بشكري واعتزازي الى موظفي مكتبة كلية التربية للعلوم الانسانية فيما ساعدوني في المصادر اللازمة في إنجاز بحثي وكذلك أتوجه بالشكر والعرفان الى مدرسة (البلاذري للبنين) المتمثلة بإدارتها ومدرسيها وأخص بالذكر مدير المدرسة (**السيد أمير**) والمرشد التربوي (**السيد فريد**) فيما قدموه من تسهيلات في انجاز البرنامج الإرشادي

وأتقدم بشكري وامتناني إلى رفقاء العمر والدراسة.. (اياد طالب، عمر قحطان، حذيفة مظهر ، زينة عامر ، محمد حاتم ، مرتضى عباس) أهدي لكم جهدي المتواضع

وأخيراً أتقدم بالشكر والعرفان الى كل من ساعدني طوال مسيرتي الدراسية و فاتني ولم أذكر اسمه فجزاهم الله خير الجزاء

الباحث

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جـــــامعة ديـــــالى

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الأفكار في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة

رسالة مقدمّة

الى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية وهي جزء من متطلبات نيل

شهادة الماجستير في التربية / الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

من قبل الطالب

عمر محمد نجم عبود اللهيبي

بإشراف

الاستاذ الدكتور

عدنان محمود عباس المهداوي

1440هـ 2018 م

المستلخص

يستهدف هذا البحث الى معرفة (**أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الافكار في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة**) من خلال التحقق من صحة الفرضيات الاتية :-

1-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في خفض التشوهات المعرفية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين (القبلي – البعدي)

2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في خفض التشوهات المعرفية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين (القبلي – البعدي)

3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في خفض التشوهات المعرفية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية ورتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي

ويتحدد البحث الحالي بطلاب المرحلة المتوسطة للدراسة الصباحية في المدارس الحكومية التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى في مركز قضاء بعقوبة للعام الدراسي (2017-2018) ولتحقيق هدف البحث وفرضياته استخدم الباحث المنهج التجريبي ذات التصميم وبـ (مجموعتين تجريبية وضابطة ذو الاختبار القبلي – والبعدي) حيث تكونت عينة البحث من (24) طالب من طلاب المرحلة المتوسطة من مدرستي (متوسطة البلاذري للبنين و متوسطة العراق للبنين) على مجموعتين مجموعة (تجريبية) وعددهم (12) طالب من (متوسطة البلاذري) ومجموعة (ضابطة) وعددهم (12) من (متوسطة العراق) وقد تم إجراء التكافؤ للمجموعتين في بعض المتغيرات وهي (درجات الطلاب على مقياس التشوهات المعرفية و التحصيل الدراسي للأب و التحصيل الدراسي للأم و مهنة الأب و مهنة الأم و التسلسل الولادي) وقام الباحث ببناء أداتين بناء(مقياس التشوهات المعرفية) على وفق نظرية (أرون بيك Aron Beck) وبناء أسلوب(دحض الأفكار) على وفق نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي لـ (البرت اليس Ellis) وقد تكونت عينة بناء مقياس التشوهات المعرفية من (400) طالب من طلاب المرحلة المتوسطة لمركز قضاء بعقوبة وتكون المقياس من (34) فقرة في الصيغة الاولية وبعد

عرضه على مجموعة من المحكمين والمختصين في التربية وعلم النفس حيث أوصوا بحذف (2) فقرة وتعديل (5) فقرات من فقرات المقياس وبذلك تحقق الصدق الظاهري أما الثبات فتم إيجاده بطريقتين هي طريقة إعادة الاختبار إذ بلغ (0.80) والفاكرونباخ وقد بلغ (0.78) كذلك قام الباحث بتطبيق البرنامج الإرشادي (بأسلوب دحض الأفكار في خفض التشوهات المعرفية) أعد لغرض خفض التشوهات المعرفية وتم التحقق من صدق البرنامج الإرشادي عن طريق الصدق الظاهري من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين والخبراء في الإرشاد والتوجيه النفسي وقد تكون البرنامج من (12) جلسة إرشادية بواقع(جلستين) في الأسبوع وكان زمن الجلسة الواحدة (45) دقيقة وقد أستعمل الباحث الوسائل الإحصائية الأتية (معادلة الفاكرونباخ – الاختبار التائي لعينة واحدة – الاختبار التائي لعينتين مستقلتين – مربع كاي – اختبار ولكوكسن – اختبار مان وتني – معامل ارتباط بيرسون الوزن المئوي – الوسط المرجح) ، وأظهرت نتائج البحث الحالي ما يأتي :

1- توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعد تطبيقه

2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج وبعد تطبيقه

3- توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

وقد أظهرت النتائج أنَّ للبرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الافكار أثراً في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة وفي ضوء نتائج البحث قدم الباحث مجموعة من التوصيات والمقترحات .

ثبت المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
الآية القرآنية	ب
إقرار المشرف	ج
إقرار الخبير اللغوي	د
إقرار الخبير العلمي	هـ
إقرار لجنة المناقشة	و
الاهداء	ز
الشكر والامتنان	ح–ط
مستخلص البحث	ي–ل
ثبت المحتويات	م–ع
ثبت الجداول	ع– ص
ثبت الملاحق	ص
ثبت الاشكال	ق
الفصل الاول :– التعريف بالبحث	1–13
اولاً: مشكلة البحث	2–4
ثانياً: أهمية البحث	5–8
ثالثاُ: هدف البحث	8–9
رابعاً: حدود البحث	9
خامساً : تحديد المصطلحات	9–13
الفصل الثاني :– الإطار النظري والدراسات السابقة	14–55
1– أدبيات الارشاد النفسي	15–35

❖ مفهوم الارشاد النفسي	17-15
❖ أهداف الارشاد	19-17
❖ مناهج الارشاد	21-20
❖ طرائق الارشاد	24-22
❖ أساليب الارشاد	26-24
❖ الأساليب الإرشادية	26
❖ النظرية العقلانية الانفعالية السلوكية (البرت اليس)	29-26
❖ أسلوب دحض الافكار	35-29
2- أدبيات التشوهات المعرفية	48-35
❖ مفهوم التشوهات المعرفية	37-35
❖ خصائص التشوهات المعرفية	37
❖ النظريات التي فسرت التشوهات المعرفية	47-38
❖ نظرية التحليل النفسي (فرويد)	38
❖ النظرية السلوكية (ولبى)	39-38
❖ النظرية الاجتماعية (باندورا)	39
❖ النظرية المعرفية (ارون بيك)	42-39
❖ مجالات التشوهات المعرفية التي حددها (أرون بيك)	46-43
❖ مناقشة النظريات التي فسرت التشوهات المعرفية	48-46
❖ الدراسات السابقة التي تناولت التشوهات المعرفية	49-48
❖ دراسة الشمري(2013)	48
❖ دراسة العلوي (2013)	49-48
❖ دراسة العصار (2015)	49

❖ الدراسات التي تناولت اسلوب دحض الافكار	51-49
❖ دراسة دحادحة (2008)	50-49
❖ دراسة علوان (2015)	50
❖ دراسة الغالبي (2016)	50
❖ دراسة حميد (2017)	51
❖ موازنة الدراسات السابقة	54-51
❖ جوانب الافادة من الدراسات السابقة	55
الفصل الثالث :- منهجية البحث وإجراءاته	85-56
اولاً :- منهجية البحث	57
ثانياً :-التصميم التجريبي	59-57
ثالثاً:-مجتمع البحث	60-59
رابعاً:-عينة البحث	64-61
خامساً:-تكافؤ المجموعتين	70-64
سادساً:- أداتا البحث	84-70
سابعاً:- الوسائل الاحصائية	85
الفصل الرابع :- البرنامج الإرشادي	136-86
❖ البرنامج الإرشادي	87
اولاً :- أهداف البرنامج الإرشادي	88-87
ثانياُ :- نماذج البرنامج الإرشادي	90-88
ثالثاُ :- بناء البرنامج الإرشادي	97-90
رابعاً – صدق البرنامج الإرشادي	98-97
خامساً :- خطوات تطبيق البرنامج الإرشادي	99-98

سادساً : جلسات البرنامج الإرشادي	**136-100**
الفصل الخامس :- عرض النتائج ومناقشتها	**144-137**
❖ عرض النتائج	**142-138**
❖ تفسير النتائج ومناقشتها	**144-143**
❖ التوصيات	**145**
❖ المقترحات	**145**
المصادر	**166-146**
الملاحق	**184-167**
مستخلص الرسالة باللغة الانكليزية	**A-D**

ثبت الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
1	مجتمع البحث موزع حسب اسماء المدارس وموقعها واعداد طلبتها	60
2	عينة التحليل الإحصائي	62
3	عينة البرنامج حسب المدرسة والصف والعدد	63
4	عدد افراد مجموعتي البحث	64
5	قيمة مان وتني (U) للتشوهات المعرفية لدى أفراد المجموعتين	66
6	قيمة (كا^2) لتكافؤ في متغير التحصيل الدراسي للأب للمجوعتين (التجريبية والضابطة)	67

7	قيمة (كا^2) لتكافؤ في متغير التحصيل الدراسي للأم للمجوعتين (التجريبية والضابطة)	68
8	قيمة (كا^2) لتكافؤ المجموعتين (التجريبية والضابطة) لمهنة الاب	69
9	قيمة (كا^2) لتكافؤ المجموعتين (التجريبية والضابطة) لمهنة الام	69
10	قيمة (كا^2) لتكافؤ المجموعتين (التجريبية والضابطة) في التسلسل الولادي	70
11	القيمة التائية لفقرات مقياس التشوهات المعرفية بطريقة المجموعتين المتطرفتين	77-76
12	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس	78
13	معامل ارتباط درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه	79
14	معامل ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس	80
15	قيم مربع (كا^2) المحسوبة لآراء المحكمين على مقياس التشوهات المعرفية	81
16	المؤشرات الاحصائية للمقياس التشوهات المعرفية	84
17	الوسط المرجح والوزن المئوي لفقرات مقياس التشوهات المعرفية وترتيبها تنازلياً	92-91
18	مجالات مقياس التشوهات المعرفية وتحويلها الى مواضيع ضمن جلسات البرنامج الإرشادي	93
19	الجلسات الإرشادية حسب اليوم والتاريخ والعنوان والمدة الزمنية	99

20	قيمة ولكوكسن (W) في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة	139
21	قيمة ولكوكسن (W) في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية	141-140
22	قيمة مان وتني (U) للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي	142

ثبت الملاحق

رقم الملحق	العنوان	رقم الصفحة
1	كتاب تسهيل المهمة الى المدارس	168
2	استبيان استطلاعي موجه للمرشدين الصفوف والمرشدين التربويين	169
3	مقياس التشوهات المعرفية بصورته الاولية	174-170
4	مقياس التشوهات المعرفية بصورته النهائية	177-175
5	استبيان آراء المحكمين حول صلاحية مجالات التشوهات المعرفية	179-178
6	التعديلات و الحذف التي اجريت على فقرات المقياس من قبل المحكمين	180
7	استبيان آراء السادة المحكمين حول صلاحية جلسات البرنامج الإرشادي	181
8	استمارة معلومات لأجراء التكافؤ بين المجموعتين	182
9	أسماء السادة المحكمين حول صلاحية مقياس التشوهات المعرفية والبرنامج الإرشادي مرتبة حسب الحروف الهجائية واللقب العلمي	184-183

ثبت الاشكال

رقم الشكل	العنوان	رقم الصفحة
1	التصميم التجريبي المستخدم في البحث	58
2	المنحنى التكراري في توزيع عينة التحليل الاحصائي على مقياس التشوهات المعرفية	84

الفصل الأول

التعريف بالبحث

أولاً : مشكلة البحث

ثانياً : أهمية البحث

ثالثاً : هدف البحث وفرضياته

رابعاً : حدود البحث

خامساً : تحديد المصطلحات

أولاً:- مشكلة البحث (Research problem)

تعد التشوهات المعرفية جزءاً جوهرياً في نظام التواصل الداخلي البينشخصي التي تّكون الحالة السلبية في التواصل الذاتي والداخلي (كشف الذات و الاستنتاجات) وتظهر هذه الأفكار بوضوح في انخفاض تقدير الذات ونقدها والتفسيرات السلبية وتؤثر على المستوى الدراسي والعلاقات الأسرية و التفاعل مع الأخرين ويعتقد بيك (Beck) أنَّ هذه الأفكار الخاطئة هي شبكة مكونة من المعتقدات والافتراضات والقواعد السلبية وكثيراً ما تكون مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بتشكيل بنية هذه المعتقدات والتي تتفاعل مع الموقف الرمزي لإنتاج الأفكار السلبية المشوهة. (هارون ،5:2017)

يرى بيك (Beck)، إنَّ مشكلة التشوهات المعرفية تكون بالأساس بأنَّ الفرد يقوم في إفساد واقع الحقائق بناء على مقدمات وافتراضات سلبية تتشكل عن تعلم خاطئ يحدث في مراحل النمو المعرفي ،مما يؤثر على عمليات التفكير والانفعالات عنده فتكون نظرته في التفكير سلبية نحو ذاته و الأخرين . (Beck, 1999:31)

إنَّ المعتقدات الخاطئة والأفكار السلبية تُكون البناء المعرفي للفرد والتي تؤدي الى ظهور المشكلات النفسية والاجتماعية .(زهران ،69:2004)

ويرى أليس (Ellis) أنَّ حدوث المشكلات النفسية و الأفكار اللاعقلانية تؤدي بالفرد إلى لوم ذاته والأخرين والتي تعد حجر الزاوية في معظم الاضطرابات الانفعالية.
(Ellis,1996:65)

ويشير بيك وروش وبرين (Beck,Rosch.and.Byrn) أنَّ التفكير السلبي والخاطئ عند الفرد تؤثر في طريقة تفسيره للأحداث ومعالجة المعلومات وبذلك يكون ضحية لأفكاره المشوهة مع صعوبة توفر أدلة واضحة تدعم هذه الأفكار التي يتبناها الفرد ونتيجة ذلك كلما شعر الفرد بعاطفة ما فإنَّ هناك فكرة متصلة بهذه العاطفة تساعد في تحديد طبيعتها السلبية أو الإيجابية. (عبد الرحمن،31:2011)

وأكدت النظريات المعرفية أنَّ حدوث التشوه المعرفي لدى الفرد ناتجة عن وجود أفكار خاطئة في معالجة المعلومات تُسهم في استمرار المشاعر الانفعالية للفرد والتعرف على السلوكيات غير المرغوب فيها مما يترتب عليها أبنية معرفية كامنة وعاجزة عن التكيف تسيطر على الفرد بناء على ما ينتج عنها من أفكار تلقائية سلبية تصاحب المسترشد وتساعد على استمراره .(ابو اسعد ،380:2010)

وأشارت دراسة (بدر، 2015) (التشوهات المعرفية و علاقتها بضبط الذات لدى طلبة الجامعة) والتي توصلت الدراسة الى وجود التشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة ولكلا الجنسين .(بدر ،2015 :423)

فيما أشارت دراسة ناس وآخرون (Nas et at ,2008)، التي هدفت الى معرفة قياس (التشوه المعرفي لدى المراهقين الجانحين) وتوصلت الدراسة الى وجود أنتشار التشوه المعرفي بين الطلاب الأسوياء ذوي المستويات المتدنية في التعليم.(Nas et at ,2008 : 181-182)

وأما دراسة (Jennifer 2012) (التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاضطرابات السلوكية لمختلف الجنسين) توصلت الى أنَّ التشوهات المعرفية لدى الإناث أكثر من الذكور .(Jennifer, 2012: 417)

ويذكر (Cavanagh,2002)، أنَّ الاضطرابات الانفعالية والتفكير السلبي يؤدي الى الصعوبات في التكيف، وكذلك أنَّ القناعات الخاطئة تعد بدرجة كبيرة نتاج تفكير الفرد بطريقة مشوهة . (غانم ،96:2005)

ويرى (محمد،2000)، أنَّ التشويه المعرفي أفكار تؤثر سلباً في قدرة الفرد على مواجهة نفسه لذلك يميل الشخص الى تحريف المعلومات وتشويهها باتجاه لوم ذاته لذلك يكون ضحيه لأفكاره السلبية وبالرغم من توافر أدلة للجوانب الإيجابية في حياته بشكل

عام ألا أنَّ النظام المعرفي السلبي المشوه الثابت نسبياً لديه يكون الأساس لتفسيرات الحاضر وتنبؤات المستقبل . (محمد ،2000 :69)

ويشير (Stoudmire,1998) أنَّ بعض الأفكار المستقطبة المشوهة الموجودة عند الفرد تجعله يرى نقاط الضعف والحوادث غير السارة والعيوب والأخطاء في أسوء نظرته الى المستقبل الا من زوايا مظلمة ومتشائمة تجعله يشعر بالانفعال وفي ضوء ذلك يكون العلاج من خلال النظريات والعمل على إزالة الأفكار السلبية والتصورات المتطرفة .

(Stoudmire,1998:614)

ويرى الباحث أنَّ الأفكار الخاطئة والمشوهة الموجودة لدى المسترشد تجعله يتوقع الأحداث والمشاكل الأسوأ دائماً ويركز على مواطن النقص والفشل وتكون هذه الأفكار مكتسبة عن طريق التنشئة الاجتماعية أو الأسرية فتصبح فلسفة يعتمدها المسترشد في المستقبل في تفسيره لهذه الأحداث .

ولكي يتحقق الباحث من وجود التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة في المؤسسات التعليمية والتربوية قام الباحث بتوزيع استبيان استطلاعي (ملحق 2) إلى (12) من المرشدين التربويين بنسبة تزيد على (80%) ولـ (10) من مرشدين الصفوف بنسبة (80%)، وتبين أنَّ التشوهات المعرفية تتوافر لدى الطلاب . مما يفرض إجراء دراسة تجريبية على وفق المنهج العلمي بوساطة إعداد برنامج إرشادي واعتماد أسلوب إرشادي يعتمد خفض تلك التشوهات المعرفية ولذلك يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي في التساؤل الاتي :-

(هل هنالك أثر للبرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الأفكار في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة) ؟

ثانياً:- أهمية البحث (Research Importance)

تزداد حاجة الأفراد والمجتمعات إلى عملية الإرشاد نتيجة التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والتقلبات الأسرية وازدياد القلق والتوتر المرتبط بكل ذلك ، وقد انعكست أثار تلك المتغيرات على الأفراد وخاصة المراهقين من طلبة المدارس مما أدى الى ضرورة تقديم الخدمات الإرشادية لهؤلاء الطلبة من خدمات علاجية ونمائية ووقائية ولم تعد مثل تلك الخدمات ترفاً تعليمياً بل ضرورة ملحة مطلوب توافرها لكافة الطلبة لمختلف المراحل الدراسية. (الخطيب ،15:2014)

يعد الإرشاد بشكل عام عملية واعية وبناءة ومخططة يقوم على تقديم الخدمات الإرشادية إلى الأفراد سواء أكانوا أسوياء أم غير أسوياء بهدف مساعدتهم في تحديد المشكلات وحلها عبر تنمية إمكانياتهم بنفسهم بغرض تحقيق التوافق النفسي والشخصي والاجتماعي ، ولهذا أنَّ الخدمات الذي يقدمها الإرشاد تذهب إلى الفرد أو الطالب في دراسة المشكلة التي يواجها عبر إيجاد الحلول المناسبة.(الدفاعي ، 2010: 15-16)

وهذا ما جعل المرشدين يقومون بتقديم الإرشاد في المؤسسات التعليمية والتربوية من أجل تسهيل عملية النمو الفكري لدى الطلاب .

إنَّ تقديم الخدمات الإرشادية للطلاب في المؤسسات التربوية تعد حاجة أساسية لديهم ، فهي قادرة على تنمية الشخصية والتنافس وخلق الروح المعنوية ورفع من مستوى التحصيل الدراسي لديهم وعدم تشجيع الكادر التدريسي على استخدام العقاب والنفور كوسيلة تعلم لأنها تضعف روح المشاركة والتعاون فيما بينهم. (الداهري ،54:2003) ، ولهذا أصبح للإرشاد أهمية في مجال التعليم في المدارس المتوسطة و سمة من سمات النظام التربوي الحديث ، فهو يهدف إلى التعرف على مصادر التفكير المشوه والسلبي والمشكلات التي تواجه الطلاب والذي يؤثر في سلوكهم وتفكيرهم وشخصياتهم تأثيراً سلبياً

فيصعب عليهم التوافقين الاجتماعي والنفسي لهذا يقوم الإرشاد على مساعدة الأفراد على الانسجام مع الواقع في المحيطين البيئي والمدرسي. (Woolef: 1987: 45)

ولتحقيق أهداف الارشاد النفسي لابد من إعداد برامج إرشادية لأنها تعد خطوة مهمة في العملية الإرشادية، والتي تبنى على أُسس منظمة ومنتظمة تعمل على تحقيق أهداف وخطوات في تعديل مشاكل سلوكية ومعرفية خاطئة تبعاً لنظريات ودراسات وتحويلها إلى حاجات إيجابية تحقق التوافق النفسي لدى عينة الطلاب المشاركين في البرنامج .(حسين ،2012: 281)

لذا أصبحت البرامج الإرشادية في المؤسسات التربوية أمراً مهماً بسبب التغيرات التي طرأت على المجتمع والمدرسة لذلك جعل تقديم البرامج الإرشادية في المدارس حاجة أساسية بهدف تغير الأفكار السلبية والمشوهة لدى الطلاب ومساعدتهم في التغلب على المشاكل الاجتماعية والنفسية في حياتهم من خلال تطوير العملية التربوية .(الزعبي ،2003: 302)

ويشير (Borders,1992) أنَّ هدف البرنامج الإرشادي يعمل على حل المشكلات والصعوبات بوساطة طرائق علمية وبالتالي يؤدي إلى فهم حياتهم وحبهم إلى الآخرين وتحمل المسؤولية تجاه الأخرين في المجتمع. (الحياني ،2011:18)

ولتحقيق اهداف البرنامج الارشادي لابد أنَّ يعتمد الباحث على بعض الأساليب الارشادية كونها تعمل على حل المشاكل والاعتقادات الخاطئة ومن بين هذه الاساليب اسلوب دحض الافكار .

ولذا يعد أسلوب دحض الأفكار من الاتجاه السلوكي المعرفي والتي تنحصر في دائرة المعتقدات و الأفكار اللاعقلانية التي يحملها الفرد في مشاكله الحياتية والتي يتعرض لها قبل أنَّ يأتي الإرشاد وذلك عبر إحداث تغير لدى المسترشد يشمل التفكير السلبي الخاطئ والتوضيح له كيفية تأثير تفكيره الخاطئ على تصرفاته وشعوره من خلال

التعرف على التشوهات المعرفية وكيفية تحديدها من خلال هذا الأسلوب. (صالح ،2013 : 37)

إنَّ أهمية استخدام الإرشاد السلوكي المعرفي لـ (أليس) في تعديل ودحض الأفكار غير العقلانية واستبدالها بأفكار عقلانية تساعد المسترشد في تحسين ثقته بنفسه وعدم تقبله للفشل والأخطاء . وأنَّ استخدام هذا الأسلوب في علاج التشوهات المعرفية لدى الأفراد يعمل على رفع القدرات التفكيرية السلبية الى إيجابية ويكون لديه نوع من الاستبصار في عملية التفكير ومساعدته على دحض هذه الأفكار المشوهة وخلق أفكار جديدة إيجابية. (علام ،189:2012)

وأشار (والين وأخرون ، 1992)، أنَّ المعتقدات اللاعقلانية والتفكير المشوه يمكن تحويله الى تفكير صحي بوساطة طرائق أكثر منطقية لذلك يكون دور المرشد هو الكشف عن أفكارهم وتحديد إذا كانوا يفكرون بطريقة لا عقلانية ويناقشوا معتقداتهم اللاعقلانية ويعملون على استبدال هذه المعتقدات بأفكار صحية ولذلك تعد مناقشة التفكير اللاعقلاني أحد الفنيات العلاجية التي يتم استخدامها في عدد من العلاجات المعرفية أو العلاجات السلوكية المعرفية. (العاسمي،24:2015) ، ولقد أكدت الدراسات والأبحاث أنَّ أسلوب دحض الأفكار حقق النجاح والكفاءة في حل بعض الصعوبات والمشكلات مثل دراسة (الدحادحة 2008) ودراسة (علوان 2015) ، ودراسة (حميد2017) . لذا يعد أسلوب دحض الأفكار من الأساليب الفعالة في تغير أفكار الطلاب من غير المنطقي الى التفكير المنطقي كون هذه المرحلة من أدق مراحل النمو التي يمر بها الفرد إذ بوساطتها يصل إلى التطورات الوقائية والنمائية إلى أعلى قدراته مما يجعله يميل إلى التفكير المجرد والمنطقي . ولهذا في فترة المراهقة يصبح المراهق قادراً على أنَّ يتجرد من أفكاره ومشاعره ويدرك نتائج سلوكه ومشاعره فتصبح في مرحلة المراهقة بداية صحيحة للتفكير الراشد .(زهران ،413:2005)

ويتمركز دور المرشد في هذه المرحلة في مساعدة المراهقين في حل الصعوبات النفسية والاجتماعية والانفعالية وتوفير كافة الإمكانات اللازمة لمساعدتهم ومن الضرورة في هذه المرحلة تكثيف الخدمات الإرشادية أو البرامج بسبب ما يمر به الفرد من أحداث تؤثر على نموه لِارتقاء إلى المطالب النفسية والجسمية الإيجابية. (نستول ،486:2015)

❖ **وهنا تبرز أهمية البحث الحالي من الجانبين النظري والتطبيقي :-**

الجانب النظري

1- رفد المكتبة العراقية أضافة معرفية تتناول فيها متغير التشوهات المعرفية.

2- إثارة اهتمام المسؤولين في المؤسسات التربوية بأنَّ الأفكار اللاعقلانية والمشوهة التي يحملها بعض الطلاب تشكل خطراً عليهم في الحياة المستقبلية .

3- أهمية دراسة التشوهات المعرفية ومعرفة أثارها في شخصية الطلاب.

الجانب التطبيقي

1- تزويد وزارة التربية نموذج تطبيقي حول عمل المرشد في تحسين العملية التربوية بوساطة برنامج خفض الأفكار المشوهة لدى الطلاب .

2- توفير مقياس التشوهات المعرفية للمرشدين التربويين في المدارس المتوسطة.

3- تعد أول دراسة تجريبية محلية على حد علم الباحث تعمل على خفض التشوهات المعرفية باستخدام اسلوب (دحض الأفكار) لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

ثالثاً :- هدف البحث (Research objective)

يستهدف البحث الحالي :

معرفة أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الأفكار في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة .

من خلال اختبار الفرضيات الاتية :

1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في خفض التشوهات المعرفية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين (القبلي – البعدي).

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في خفض التشوهات المعرفية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين (القبلي – البعدي).

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في خفض التشوهات المعرفية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية ورتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي.

رابعاً :- حدود البحث (limits of the Research)

يتحدد البحث الحالي :-

بطلاب المرحلة المتوسطة في المدارس الحكومية النهارية في مركز قضاء بعقوبة والتابعة للمديرية العامة لتربية ديالى للعام الدراسي (2018 -2017)

خامساً :- تحديد المصطلحات (Terms Definition)

قام الباحث بتحديد المصطلحات البحث الحالي :

أولاً : الأثر

عرفه كل من

- أبن منظور

(وهو إبقاء الأثر في الشيء) . (أبن منظور ، 2005: 37)

- دايفد (2008)

هو عملية التأثير في قيم الفرد وأفكاره وانفعالاته ومواقفه وسلوكه. (دايفد ،2008 : 14)

ثانياً :- البرنامج الإرشادي

عرفه كل من :-

- **بوردرز (Borders&Dryra,1992)**

هو مجموعة من الأنشطة والفعاليات التي يقوم بها المسترشدين في تعاون وتفاعل يعمل على توظيف امكاناتهم و طاقاتهم فيما يتفق مع حاجاتهم وميولهم واستعداداتهم في جو يسوده الامن والطمأنينة بينهم وبين المرشد .(Border & Dryra 1992, p462)

-(الريحاني ، 2010)

مجموعة من الخطوات المنظمة والمحددة التي تستند على نظريات الارشاد النفسي ، وتتضمن مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات والانشطة المختلفة التي تقدم الى الافراد خلال فترة زمنية محددة .(الريحاني ،2010 : 283)

التعريف النظري :-

لقد تبنى الباحث تعريف **بوردرز(Borders&Dryra,1992)** وذلك لأعتماده نموذجاً في تخطيط البرنامج الارشادي .

التعريف الإجرائي :-

مجموعة من الفنيات و الاساليب التي تتمثل في محتويات الجلسات الارشادية التي وضعها الباحث من أجل مساعدة طلاب المرحلة المتوسطة الذي يعانون من التشوهات المعرفية .

ثالثاً :- الأسلوب الإرشادي

عرفه كل من :-

- **(عاقل ،1988)**

هو مجموعة الاساليب التي يستعملها المرشد في الجلسات على عدد من التقنيات والأنشطة والفعاليات في كل جلسة .(عاقل ، 1988 :35)

- حمد (2013)

هو الأنشطة و الفنيات التي يقدمها المرشد إلى المسترشدين والتي تتناسب مع الأفراد في موضوع الإرشاد لتحقيق أهداف ومصالح محددة . (حمد ،2013 : 8)

- التعريف النظري

لقد تبنى الباحث تعريف **(حمد 2013)** لأنه ينسجم مع متطلبات البحث واهدافه .

- التعريف الاجرائي

(مجموعة من الأنشطة التي يستخدمها الباحث في تطبيق البرنامج الإرشادي وفق إطار نظري ينسجم مع المسترشدين في الجلسات الإرشادية)

رابعاً :- أسلوب دحض الأفكار

عرفه كل من :-

- معجم علم النفس (1983)

هو شكل من أشكال العلاج الإرشادي لإساءة تحريف الواقع ،ومن أولوياته في العملية الإرشادية تصحيح الأفكار الخاطئة وتقليل تلك الأفكار والتي تنتج عن التعلم الخاطئ ويركز هذا الأسلوب على المحتوى الفكري عند الفرد . (روم وروجرز ، 1983: 30)

- اليس (Ellis,1987)

هي أحدى فنيات العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي تساعد المسترشد في استبدال أفكاره غير العقلانية واتجاهاته وفلسفته الى أفكار واتجاهات منطقية وعقلانية وتبنيه فلسفة واضحة في الحياة تقوم على المنطقية في توجيه الأسئلة من خلال المرشد الى المسترشد. (Ellis ,1987:7)

تعريف الباحث:-

التعريف النظري

لقد تبنى الباحث تعريف (Ellis 1997) للأسلوب دحض الأفكار، لأن الباحث أعتمد نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي في البرنامج الإرشادي.

التعريف الإجرائي

هو عبارة عن أسلوب علمي منظم يشمل عدد من الفنيات يستخدمها الباحث في تحديد الأفكار اللاعقلانية وتغيرها الى أفكار عقلانية ، و تتضمن هذه الفنيات (تحديد الافكار اللاعقلانية ، واستبدال الافكار اللاعقلانية ، ودحض الافكار اللاعقلانية ، المجادلة ، و المناقشة)

خامساً:- التشوهات المعرفية (Cognitive Distortions)

عرفها كل من :-

- بيك (Beck 1963)

(تفكير سلبي مخادع يؤدي دوراً حاسماً في ظهور بعض المشكلات النفسية و المعرفية) (Beck,1963:324)

- رضوان و أبو عباة (2002)

هو أحد أشكال التفكير السلبي والذي يبدو لدى الفرد صعوبة في التحكم بالواقع وأدراكه للأشياء الخاطئة والاعتقاد بوجود علاقات بين أشياء لا يمكن أنَّ تقوم بينهما هذه العلاقات في عدد من الأفكار الآلية الخاطئة حول مفهوم الذات. (رضوان وأبو عباه، 2002: 24)

- بيك ويشار (2008)

عبارة عن تشوه نظامي في الاستدلال ينتج عن توتر نفسي .(نستول،2015: 310)

- كورين واخرون (2008)

هي عبارة عن تفكير ملتوي تشكل المزاج السلبي وتكون عامة وشائعة لدى كل الأفراد ولكنها تتوضح وتوالد مع الاضطراب الانفعالي . (كورين وأخرون ،2008 : 35)

- عبد القوي(2011)

مجموعة من الأفكار التي تنتج عن الاستيعاب الناقد للمفاهيم والمدركات المعرفية بما يتعارض مع القيم والأعراف والتقاليد في المجتمع بالصورة التي تستقر في وجدانهم ويؤثر سلباً على سلوكهم . (عبد القوي ،2011 : 10)

- التعريف النظري

تبنى الباحث تعريف بيك(Beck ,1963) للتشوهات المعرفية كون الباحث أعتمد نظرية بيك في بناء أداة بحثه .

- التعريف الإجرائي

الدرجة التي يحصل عليها المستجيب عبر أجابته على فقرات مقياس البحث .

سادساً :-

- المرحلة المتوسطة (تعريف وزارة التربية،2011)

هي المرحلة التي تقع بين مرحلتي الدراسة الابتدائية و الإعدادية والتي تتكون من ثلاثة أعوام وتتألف من الصفوف (الأول والثاني والثالث) التي تتراوح أعمارهم ما بين(13-16) سنة. (وزارة التربية،2011 : 10)