

أثر برنامج تدريبي يستند إلى إستراتيجية تعديل السلوك المعرفي (مايكنباوم) في تعديل سمة  
التشدد بالرأي (الدوغماتية) لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية

إعداد

سليم محمد شريف سليم قاره

إشراف

الأستاذ الدكتور عبد الرحمن عدس

قدمت هذه الأطروحة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة دكتوراة الفلسفة في علم النفس  
التربوي

كلية الدراسات التربوية العليا

جامعة عمان العربية

٢٠٠٦م

## تفويض

أنا الطالب سليم محمد شريف قاره

أفوض جامعة عمان العربية للدراسات العليا بتزويد نسخ من اطروحتي للمكتبات أو المؤسسات أو الهيئات او الجامعات أو الاشخاص عند طلبها.

الاسم : سليم محمد شريف قاره

التوقيع :

التاريخ :

## قرار لجنة المناقشة

نوقشت هذه الأطروحة يوم السبت بتاريخ ٨ / ٧ / ٢٠٠٦

التوقيع

أعضاء لجنة المناقشة

الأستاذ الدكتور: فتحي جروان رئيساً

الأستاذ الدكتور : يوسف قطامي عضواً

الأستاذ الدكتور: عبد الجبار ألبياقي عضواً

الأستاذ الدكتور : عبد الرحمن عدس عضواً ومشرفاً

## شكر وتقدير

بعد شكره عز وجل ، أن من الله علي بالتوفيق بإكمال هذه الأطروحة ، فإنني مدين بالشكر والتقدير والعرفان لعدد من الأفراد الذين ساهموا في إنجاز هذا العمل ، فلهم مني كل الشكر والتقدير والعرفان .

وأخص بالشكر والتقدير الأستاذ الدكتور عبد الرحمن عدس المشرف على هذه الأطروحة ، الذي قدم لي كل الجهود التي ساعدتني وسهلت لي عملي هذا ولم يبخل علي بتوجيهاته التي أنارت طريقي ، كما اقدم له شكري ومحبتي وتقديري على تشجيعه الدائم وتعاونيه و إخلاصه وتفانيه في العمل .

كما أتقدم بخالص شكري وتقديري إلى أعضاء لجنة المناقشة الكرام الذين تفضلوا بالموافقة على مناقشة هذه الأطروحة وهم : الأستاذ الدكتور يوسف قطامي والأستاذ الدكتور عبد الجبار ألبياي والدكتور فتحي جروان ، فلهم مني كل الشكر والتقدير . كما أتقدم بالشكر والتقدير والعرفان إلى القاضي العادل وقُدوتي الحسنة عبر سني الحياة الأخ الكبير مشهور حسن كوخ حفظه الله للجميع ، والأستاذ الدكتور موفق الحمداني والدكتورة نايفة قطامي والدكتور محمد وليد البطش ، الذين قدموا لي كل الدعم والمساندة وتوجيههم الدائم وملاحظاتهم القيمة التي لم تنقطع .

واتقدم بالشكر والعرفان للصديق العزيز والأخ سمير احمد الكردي على مواقفه الصادقة معي ففرحي فرحه وعزائي عزأؤه وله مني كل محبة وتقدير .

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى الزملاء والأصدقاء الأعزاء، وأخص بالذكر الأخ الصديق احمد يعقوب الظاهر والأخ الصديق عبد الحميد باكير، والدكتور عبد الحكيم صافي لما وهبني من وقته والدكتور حسين أبو رياش والدكتورة أميمه عمور . كما أتقدم بالشكر أيضاً إلى ادارة الجامعة الأردنية والطلبة الذين كان لاهتمامهم دور مهم في إنجاز هذا العمل .

## الإهداء

اهدي هذا العمل المتواضع إلى روح أمي الطاهرة التي لولاها ما كنت ، وروح والدي ما تركني إلا بعرفانه

رحمهما الله

كما اهدي هذا العمل إلى ابنتي الغالية سينين وابني الفارس الشهم "محمد شريف" ووالدتهم العزيزة

واهدي هذا العمل إلى شقيقاتي نبض قلبي بدعواتهم ومحبتهم استنار دربي فلهم كل المحبة

والحمد لله على نعمه

## فهرس المحتويات

ب	تفويض	.....
ج	قرار لجنة المناقشة	.....
د	شكر وتقدير	.....
هـ	الإهداء	.....
و	فهرس المحتويات	.....
ح	فهرس الجداول	.....
ط	الملخص باللغة العربية	.....
ك	الملخص باللغة الانجليزية	.....
١	الفصل الأول	.....
١	مقدمة الدراسة	.....
١	تمهيد	.....
١٠	مشكلة الدراسة :	.....
١٠	أسئلة الدراسة :	.....
١٠	فرضيات الدراسة :	.....
١١	أهمية الدراسة	.....
١٢	التعريفات الإجرائية :	.....
١٢	محددات الدراسة :	.....
١٣	الفصل الثاني	.....
١٣	الإطار النظري والدراسات السابقة	.....
١٣	تمهيد :	.....
١٧	سمات الشخصية الدغماتية	.....
١٨	التعصب و علاقته بالدوغماتية :	.....
١٨	أولاً : نظريات الصراع بين الجماعات	.....
١٩	ثانياً : النظريات المعرفية	.....
٢٠	ثالثاً : نظريات التعلم	.....
٢٠	رابعاً : النظريات التحليلية النفسية	.....
٢١	ظهور نظرية تعديل السلوك المعرفي	.....
٢٣	أولاً : العلاج العقلاني العاطفي	.....
٢٥	ثانياً : العلاج المعرفي السلوكي	.....
٢٨	ثالثاً : استراتيجيات تعديل السلوك المعرفي	.....
٣٣	المرتكزات الأساسية في التعديل السلوكي المعرفي :	.....
٣٥	الإستراتيجيات المستخدمة في تعديل السلوك المعرفي	.....
٣٥	أولاً : إستراتيجية التعلم الذاتي	.....
٣٨	ثانياً : إستراتيجية التنظيم الذاتي	.....
٤٢	التدريب على التحصين ضد الضغوط	.....
٤٣	استراتيجية التخيل الانفعالي للتحصين ضد الضغوط	.....
٤٥	خطوات التدريب على مجابهة الضغوط	.....
٤٦	أساليب إعادة البنية المعرفية	.....
٤٧	فنيات الإقناع القائم على الحوار	.....
٤٩	الدراسات السابقة :	.....
٤٩	أولاً : الدراسات التي تناولت تعديل السلوك المعرفي	.....
٥٣	ثانياً : الدراسات التي تناولت سمة التشدد بالرأي (الدوغماتية)	.....

٥٨	..... الفصل الثالث
٥٨	..... الطريقة والإجراءات
٥٨	..... أولاً : أفراد الدراسة
٥٩	..... ثانياً : أدوات الدراسة
٦٩	..... ثالثاً : تصميم الدراسة
٦٩	..... رابعاً : متغيرات الدراسة
٧٠	..... خامساً : إجراءات الدراسة
٧١	..... سادساً : المعالجات الإحصائية
٧٢	..... الفصل الرابع
٧٢	..... نتائج الدراسة
٧٩	..... الفصل الخامس
٧٩	..... مناقشة النتائج
٨٤	..... التوصيات
٨٥	..... المراجع
٩٢	..... الملاحق

## فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
١	أفراد الدراسة موزعين حسب المجموعة والجنس	٩٧
٢	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم " ت " للفروق بين متوسط الأداء القبلي لأفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الدوغماتية لروكيش	١١٠
٣	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم " ت " للفروق بين متوسط الأداء القبلي لأفراد المجموعتين الذكور والإناث على مقياس الدوغماتية لروكيش	١١٢
٤	متوسطات الأداء البعدي ، للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الدوغماتية لروكيش	١١٩
٥	تحليل التباين المشترك الثنائي ( ٢ × ٢ ) بين متغير الجنس والمجموعة في الأداء البعدي على مقياس الدوغماتية لروكيش	١٢٠
٦	متوسطات الأداء البعدي ، للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الدوغماتية لروكيش	١٢٢
٧	تحليل التباين المشترك الثنائي ( ٢ × ٢ ) بين متغير الجنس والمجموعة في الأداء البعدي على مقياس الدوغماتية لروكيش	١٢٣
٨	متوسطات الأداء البعدي ، للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الدوغماتية لروكيش	١٢٤
٩	تحليل التباين المشترك الثنائي ( ٢ × ٢ ) بين متغير الجنس والمجموعة في الأداء البعدي على مقياس الدوغماتية لروكيش	١٢٦



## الملخص

أنت هذه الأطروحة بعنوان أثر برنامج تدريبي يستند إلى إستراتيجية تعديل السلوك المعرفي (مايكنباوم) في تعديل سمة التشدد بالرأي (الدوغماتية) لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية.

### إعداد

سليم "محمد شريف" سليم قاره

### إشراف

الأستاذ الدكتور عبد الرحمن عدس

حيث هدفت إلى استقصاء أثر برنامج تدريبي مستند إلى إستراتيجية تعديل السلوك المعرفي لمايكنباوم في تعديل سمة التشدد بالرأي (الدوغماتية) لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية. ولتحقيق هذا الهدف تم اختيار أفراد الدراسة من طلبة كلية التربية في الجامعة الأردنية، وقد بلغ عدد أفراد الدراسة (٥١) طالباً وطالبة، تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وتم تطبيق البرنامج التدريبي على أفراد المجموعة التجريبية لمدة ستة أسابيع. ولقياس أثر البرنامج التدريبي، تم تطبيق مقياس الدوغماتية لروكيش على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج التدريبي وبعده كاختبار قبلي وبعدي.

وبعد الانتهاء من جمع البيانات حسب المتوسطات والانحرافات المعيارية للأداء القبلي للطلبة على مقياس الدوغماتية لروكيش، هذا وقد تم إيجاد الإحصائي "ت" للعينات المستقلة لاختبار الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة من ناحية، واختبار الفروق بين متوسطي الذكور والإناث من الناحية الأخرى، كما تم إجراء تحليل التباين الثنائي المشترك (٢ × ٢) للتعرف إلى أثر البرنامج التدريبي وأثر الجنس في ذلك، من خلال أدائهم على مقياس الدوغماتية لروكيش، والتعرف أيضاً إلى اثر التفاعل بين المجموعة والجنس.

وقد أظهرت نتائج هذه الدراسة فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) بين متوسط أداء طلبة الجامعة الأردنية الذين تعرضوا للبرنامج التدريبي ومتوسط أداء الطلبة من نفس المستوى والذين لم يتعرضوا للتدريب، وذلك على مقياس الدوغماتية لروكيش، وقد كانت هذه الفروق لصالح أداء المجموعة التجريبية، بمعنى أن انخفاض الدوغماتية عند المجموعة الضابطة كان اقل بشكل ملحوظ مما هو عليه في حالة المجموعة التجريبية.

كما أظهرت نتائج هذه الدراسة فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) بين متوسط أداء الإناث ومتوسط أداء الذكور من طلبة الجامعة الأردنية على مقياس روكيش ، وقد كانت هذه الفروق لصالح أداء الذكور في المجموعة التجريبية .

وأظهرت نتائج الدراسة أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) للتفاعل بين متغيري المجموعة والجنس في أداء المجموعتين على مقياس روكيش .

## **Abstract**

### **The Effectiveness of a Training Program Based on Strategy of Cognitive Behavior Modification (Meichenbaum) on Modifying Dogmatic Trait Personality for a Sample of Students From the University of Jordan.**

**Prepared by:**

**Saleem" Mohammad shaerrf "Qara**

**Supervised by:**

**Professor Abdul – Rahman Adas**

The aim of this study was to investigate the effectiveness of a training program based on strategy of cognitive behavior modification (Meichenbaum) on modifying dogmatic trait personality for a sample of students from the university of Jordan.

To achieve this aim, the sample of the study was selected from the faculty of Education College, university of Jordan.

The number of the selected sample was (51) female and male students who were divided into experimental and controlled groups. The training program was applied to the experimental group for six weeks, and to measure the impact of the training program, Rokeach Test for dogmatism personality was applied to both groups as a pre – and post – test at the beginning and at the end of the implementation of the program.

After the completion of data collection, descriptive statistical techniques were used to obtain means and standard deviations for the pretest performance of students, then a T – test was established for the independent samples in order to test the differences between the experimental and standard samples and the variance between the male and female means. Also, the common bi-variation was analyzed to identify the effect of the experimental program, the effect of gender factor on the test depending on group performance on the dogmatism scale of Rokeach and to identify the effect of interaction between group and gender.

Then, the ANCOVA analysis was used to identify the impact of the training program, Gender and the interaction between group and gender.

The results of the study indicated that there were statistically significant differences at ( $\alpha \geq 0,05$ ) in the performance on Rokeach Test for dogmatism personality and in its three dimensions attributed to the group variable in favor of the experimental group, and attributed to the gender variable in favor of female. Finally there were significant differences attributed to the interaction between group and gender.

The results showed that the mean of the experimental group was significantly low then the mean of the controlled group, which indicates that the program was effective in reducing dogmatism in the behavior of the individuals. Also, the results showed that the program was effective in reducing dogmatism among female students then among male students. The results indicated the interaction between gender and group.

# الفصل الأول

## مقدمة الدراسة

تمهيد

إن التغيير في أنماط السلوك و القناعات والخبرات يعتمد في كل الأحيان على ما تعلمناه ونتعلمه عبر سني الحياة ، فمنذ أن يُخلق الإنسان وهو يتَعَلَّم ويَعْلِم ويبقى كذلك حتى لحظة انتهاء الأجل. وعند محاولة الإنسان توجيه ذاته من نفسه أو من قبل الآخرين تبدأ عملية التعديل والتعلم والنمو تؤثر في شخصيته ، وهي بالمحصلة مخرجات لإستراتيجيات التعلم والتعليم التي يمر بها.

ولا يمكن للإنسان أن يتحرك بأفائه الذهنية إن كان متشدداً بقناعاته ومتعصباً نحوها، ولا يمتلك مهارة المرونة الفكرية ، مما يدفع بالمراقب للقول إن هذا النمط من التشدد والتعصب للرأي والانغلاق الأعمى لرأي أو فكرة معينة والجمود الفكري وعدم الاعتراف بالرأي الآخر والمغالاة في الآراء أو المواقف ( من ثم الوصول إلى كارثة ما بالمجتمع ) إنما هو من أكبر المعوقات في طريق التغيير والسير نحو التقدم ، وهي التي أصبحت مشكلة هامة وخطيرة على مختلف المجالات تزعزع الأمن الفردي والأمن الوطني ، وتهدد في كثير من الأحيان الأمن والسلم الدوليين ، والشواهد على ذلك كثيرة ( منصور والشربيني ، ٢٠٠٣ )

إن الإنسان بطبيعته متعدد الجوانب ، وتباين الشخصيات ما بين المقبول اجتماعياً والمتكيف نفسياً ، وهناك النقيض الذي يؤثر سلباً على نفسه ومجتمعه ، ومن هذه الأنماط المتشدد بالرأي المنغلق بأرائه واتجاهاته ( الدوغماتي ) .

وهناك ميل للاعتقاد بأن الدوغماتية هي أحد بذور العدوان والإجرام والتعصب بأشكاله القسوى وتشكل معوقاً للتنمية الإنسانية بمفهومها الواسع خاصة لدى فئة الطلاب بناء الغد وقادة المستقبل .

ويشير دي بونو ( De Bono,1991 ) إلى أن المرونة الفكرية تلعب دوراً فاعلاً للوصول إلى حلول منطقية في حل المشكلات وتوجيه السلوك نحو ما هو مقبول اجتماعياً .

ويعمل الباحث للاعتقاد بأن معظم من يتبع أسلوب العنف والتطرف بأحكامه يمتلك في عملياته المعرفية النمط الدوغماتي الذي لا يحدد عنه مما قد يسهم في انتشار الجريمة والعنف ، كما أشارت دراسات دوافع الجرائم بالتقرير الإحصائي الجنائي الصادر عن مديرية الأمن العام الأردني (الإحصائي الجنائي ، ٢٠٠٣ ) .

وهذا يدفعنا للسؤال: كيف نتخطى كتربوين ومعلمين وأفراد مجتمع هذه السمة ؟ وما هي المؤثرات التي تأخذ دورها في ترسيخ سمة التشدد بالرأي أحياناً. وكيف السبيل لإعادة المواءمة والتكيف لهذا النمط من الشخصية ليتسنى لها تخطي المعوقات لتحقيق الأهداف المنشودة ؟

إن التنوع الحضاري والثقافي والاجتماعي بين طلبة المرحلة الجامعية له الأثر الملموس في أسلوب حياة وتفكير الطلبة داخل الجامعة ، وهناك نمط فكري من الممكن أن يسود بين صفوف الطلبة ألا وهو التشدد بالرأي أو النمط الدوغماتي والذي يقابله مهارة المرونة الفكرية التي تساهم في تنمية مهارات التفكير بشكل عام ، حيث أورد كوستا (Costa) المرونة الفكرية ضمن عادات العقل المنتجة ، وهي نقيض الدوغماتية ، فالمرونة تنمي مهارة البحث والتفكير والوصول لحل المشكلات من خلال طرح البدائل بفاعلية أكبر ، خاصةً وأن من الاكتشافات المذهلة المتعلقة بالدماغ البشري قدرته على الدمج والتكيف والمرونة ، وقدرته على إعادة التركيب والتغيير . فالشخص المرن هو الذي يتمتع بأكبر قدر من السيطرة ، ولديه الطاقة لتغيير آرائه عندما يتلقى بيانات إضافية ، ويوظف مخرجات وأنشطة متعددة في آن واحد ، وهذا الأمر هو النقيض للدوغماتية (Costa & Kallick,2000).

ويستطيع الناس المرنون مقارنة مشكلة ما من زاوية جديدة مستخدمين أساليب جديدة ، يشير إليها دي بونو (DeBono,1991) على أنها تفكير إبداعي لحل المشكلات (Lateral thinking) ، فهم ينظرون في وجهات نظر بديلة أو يتعاملون مع مصادر متعددة للمعلومات في وقت واحد ، عقولهم منفتحة على التغيير القائم على معلومات إضافية أو بيانات جديدة أو حتى تفكير مغاير لمعتقداتهم ، يعرفون أن لديهم خيارات وبدائل ويستطيعون تطوير غيرها . ويفهمون علاقات الوسائل بالغايات ، ويمكنهم أن يعملوا ضمن القواعد والمعايير والنظم ، كما يمكنهم التنبؤ بعواقب الاستهزاء بها ، ويفهمون ردود الفعل الفورية لكنهم قادرون أيضاً على إدراك الأغراض الكبرى التي تخدمها هذه القيود .

ويرى بياجيه (Piaget) أن الهدف من التربية هو خلق أفراد قادرين على صنع أشياء جديدة ، ولا يكررون ما توصلت إليه الأجيال السابقة ؛ أفراد مبدعين، مبتكرين ، و مكتشفين ، بالإضافة لتدريبها عقولاً قادرة على النقد ، والتحقق ، ولا تقبل كل شيء يعرض عليها .

ويرى بياجيه أيضاً أن المفكرين المرنين يستطيعون التحول بين مواقف إدراكية متعددة عندما يريدون . ومن الأمثلة على ذلك ما سمّاه التمرکز حول الذات Egocentrism . وفي المقابل هناك ما يمكن أن نسميه الغيرية Allocentrism وهو الموقف الذي يدرك ويلاحظ عبر توجه الشخص (الآخر) ( Woolfolk ,1998 ) .

ويذكر قطامي ( ٢٠٠٣ ) أن هناك طلبة جامعات غير قادرين على التعامل مع المختلف عنهم مهما كان مدى صحة أو خطأ خلافهم مع بعض ، والواقع اليومي يتطلب من المربين في جميع المراحل العمرية تنمية مهارة المرونة الفكرية كون الفرد الفاقد لهذه المهارة من الممكن أن ينصرف للنمط الدوغماتي خلال محاولته تنمية مهارات تفكيره بشكل عام .

وعند التعثر وعدم التمكن من الخروج عن التشدد بالرأي ، سيولد في المجتمع قلة من الأفراد الغاضبين المتأثرين بتوجهات وأفكار متطرفة ومتعصبة ، تلغي العقل ووسطية الأديان السماوية ، بعد ما سدت بوجههم أبواب التغيير وسعة أفق الأمل ومرونة التفكير ، فتحوّلت رؤيتهم للسوداوية ، فكمنوا تحت الأرض أو انزواوا عن المجتمع ، معتقدين أن تلك القناعات هي سبيل خلاصهم وتوازنهم النفسي-المفقود .

وقد حثت الرسائل السماوية على الابتعاد عن التطرف والتشدد الفكري المنغلق بمفهومه الازدرائي الدوغماتي، فجاء مضمون الرسائل السماوية بالعهد القديم (التوراة) و في (الإنجيل) العهد الجديد ، و في محكم كتابه القرآن الكريم ، آيات ومعاني عديدة تنهى عن الجمود الفكري والتعصب الأعمى . فورد بالعهد القديم التوراة " ولا تسع بالنميمة بين شعبك، ولا تطالب بدم قريبك: أنا الرب. ولا تبغض أخاك في قلبك ، بل عاتب قريبك عتاباً ، فلا تحمل خطيئة بسببه " ( سفر الأخبار ١٩ ، الآية ١٦-١٧ ) ، وورد في سفر تثنية الاشتراع ( الفصل ٢٣ ، الآية ٨ ) " لا تكره ألدومي ، ولا تكره المصري ، لأنك كنت نزيلاً في أرضه " وورد في الإنجيل العهد الجديد رسالة القديس بولس الرسول إلى أهل قولسي ( الفصل الثالث الآية ١٣ — ١٤ ) "احتملوا بعضكم بعضاً، واصفحوا بعضكم عن بعض إذا كانت لأحد شكوى من الآخر . فكما صفح عنكم الرب ، اصفحوا انتم أيضاً، والبسوا فوق ذلك كله ثوب المحبة فإنها رباط الكمال " ، وورد بالعهد الجديد حسب القديس مرقس ( الفصل ١١ الآية ٢٥ ) " وإذا قمتم للصلاة ، وكان لكم شيء على أحد فاغفروا له لكي يغفر لكم أيضاً أبوكم الذي في السماوات زلاتكم " ، وقال تعالى في محكم كتابه القرآن الكريم " وكذلك جعلناكم أمةً وسطاً لتكونوا شهداء على الناس ويكون الرسول عليكم شهيداً " ( سورة البقرة، آية ١٤٣ ) ، " سأصرفُ عن آياتي الذين يتكبرون في الأرض بغير الحق " ( سورة الأعراف ، آية ١٤٦ ) .

وقد شاءت حكمة الخالق " جل وعلا " أن يتفاوت الأفراد فيما بينهم وان تتنوع قدراتهم وسماتهم ، ونشأ عن ذلك فروق فردية عديدة بينهم ، ومن هذه الفروق ما يلاحظ عند تناولهم لأفكار جديدة تتعارض مع بعض الأفكار والتي كان يعتقد في صحتها ، حيث يقبل بعض الأفراد على دراسة الأفكار الجديدة فإذا وجدوا من الأدلة والبراهين ما يثبت صحتها تقبلوها بيسر وسهولة وتخلوا عن معتقداتهم القديمة التي تتعارض مع هذه الأفكار ، بينما ينظر البعض الآخر إلى هذه الأفكار الجديدة نظرة مختلفة حيث يرفضون كل ما يقدم لهم من أدلة وبراهين تثبت صحة هذه الأفكار ويتشبثون بما لديهم من معتقدات ( مكليفن وغروس ، ٢٠٠٢ ) .

ويشير قطامي ( ٢٠٠٣ ) إلى أن الفرد الواحد قد يكون مؤكداً لذاته في سياق معين ، ولا يكون كذلك في سياق آخر . فالفرد المؤكد لذاته يطرح رأيه سواء اتفق أم اختلف مع آراء غيره بكل سهولة ويُسردون مجارة للآخرين، مدافع عن حقوقه الخاصة دون إنكار حقوق الآخرين ، لديه القدرة على الرفض والطلب بأسلوب لبق، يتقبل النقد من الآخرين ويحاول الاستفادة منه كتغذية راجعة . كما أن الفرد المؤكد لذاته يعتذر إذا أخطأ علناً ، يشكر من يقدم له خدمة ، كثير الاستفسار، يمتاز بالتفاعل الاجتماعي والمبادرة في التعبير، لديه القدرة على اتخاذ القرارات ، يبقى على قنوات الاتصال مع الآخرين مفتوحة لأبعد الحدود . في حين يتصف الفرد غير المؤكد لذاته بالتوتر، وكتيمان الغضب ، ولا يحب أن ينتقد، ولا يطلب تفسيرات عن المواقف الغامضة ، ويصعب عليه إنهاء مقابلة أو شكر من قدم له خدمة ، كثير الأسف والاعتذار، يفتقد الثقة بالنفس ، غير واثق من أعماله وسلوكياته بعيداً عن الإبداع والإنتاجية، ويتصف بالجمود الفكري .

ويرى النشاوي ( ٢٠٠٠ ) أن الشخص الدوغماتي إما أن يقبل الشيء قبولاً مطلقاً أو يرفضه رفضاً مطلقاً ، ونجده يدافع عما يعتقد بخوف وعن وعوان أحياناً ، والمواقف والأشياء والموضوعات عنده إما بيضاء أو سوداء، ولا يوجد ألوان وسطية بينهما ، وهذا يتطابق مع الشخص الذي ليس لديه القدرة على تحمل الغموض ، فهو يرى أيضاً الأشياء إما بيضاء أو سوداء . ويعتبر مفهوم عدم تحمل الغموض أساساً نفسياً هاماً لتفسير التصلب ، حيث ساوى سويف (١٩٧٠) بين مفهومي التطرف و الدوغماتية أو التصلب في بحوثه . كما اعتبر أن مقياس الاستجابات المتطرفة مقياس موضوعي للتصلب في ضوء مفهوم عدم تحمل الغموض ، كما أن المتطرف يتمتع بثقافة غير مكتملة، فنقافته عن نفسه وعن المجتمع مشوهة ومشوشة ، مما يعكس عدم التكيف في الشخصية ، ومن ثم يتسم المتطرف بالتقلب والنفور من الغموض .



ويضيف سوييف (١٩٧٠) أن الشخص الذي لا تتسم استجابته بالتدرج المنطقي ، ويصدر استجابات فجائية دون تمحيص يميل إلى أقصى- اليمين أو أقصى- اليسار هو شخص غير ناضج اجتماعياً . والشخص الذي تستمر استجاباته في أقصى- اليمين أو في أقصى- اليسار، أي يقف عند طرف متصل ، هو شخص متطرف ، وأن تطرف الاستجابة يرتبط ارتباطاً إيجابياً عالياً بالتصلب وبالنفور من الغموض .

ومن سمات المتطرف التعصب، حيث يرى زهران ( ١٩٨٤ ) أن الشخص المتعصب يميل إلى العقاب الجسمي أو حل خلافاته بالطرق المادية ، والانضمام إلى الجماعات المتطرفة الأقرب إلى الفاشية، ويميل إلى صلابة الرأي، والمحافظه، والتسلطية، ويتصف بجمود الفكر وجمود الاتجاهات، وعدم المرونة، ويميل إلى القلق، ويمكن القول إن كل هذه السمات تصف الشخص الذي يتميز بالميل العصبي ، والشخص الذي يسيطر عليه الوسواس القهري .

## أنواع التطرف

اتفق غالبية الباحثين على تحديد عدة أنواع من التطرف وهي : التطرف الديني والتطرف الاجتماعي والتطرف الفكري والتطرف السياسي ، وفيما يلي عرض موجز لكل نوع منها :

### ١- التطرف الديني

أنه مجاوزة حد الاعتدال في السلوك الديني فكراً أو عملاً ( جوهر ويوسف، ١٩٩١) ؛ ( بيومي، ١٩٩٢؛ محمد، ١٩٩٣). كما يقصد به المغالاة في الرأي والعقيدة والسلوك ( العجمي ، ١٩٩٣) .

ويرى إبراهيم (١٩٨٣) أن التطرف الديني يعني الخروج عن المعتاد أو المتعارف عليه في العقيدة والسلوك لدى غالبية الناس في المجتمع المتدين ، وقد لا يشكل تطرفاً سياسياً ما لم ينطو على تحدٍ لسلطة الدولة أو أمن المجتمع، فالتصوف مثلاً يعتبر تطرفاً دينياً بالمعنى الحرفي للكلمة ، لأنه يختلف عما اعتاد عليه غالبية الناس في المجتمع الإسلامي، لكن التصوف ليس تطرفاً سياسياً لأنه لا ينطوي على تحدٍ للسلطة ولأمن المجتمع .

ويشير بيومي (١٩٩٢) أن التطرف الديني له عدة مظاهر يذكرها في :

- التعصب للرأي تعصباً لا يعترف برأي الآخرين .
- التشدد في القيام بالواجبات الدينية، ومحاسبة الناس على النوافل والسنن على أنها فرائض .
- العنف في التعامل والخشونة في الأسلوب والغلظة في الدعوة .

- سوء الظن بالآخرين والنظر إليهم نظرة تشاؤمية.

- استباحة دماء وأموال الآخرين بحجة الخروج عن الإسلام.

## ٢- التطرف الاجتماعي

لا يختلف التطرف الاجتماعي في مفهومه كثيراً عن التطرف الديني، فكلاهما يتجاوز حد الاعتدال في السلوك مع تعصب وتشدد سواءً كان هذا السلوك دينياً أم اجتماعياً، ومن ثم يمكن النظر إلى التطرف الاجتماعي على أنه المغالاة بالإفراط أو التفریط في السلوك والآراء والأفكار الاجتماعية، وأساسه التحيز والتعصب والانغلاق الاجتماعي منهجاً وفكراً وسلوكاً.

والفرد الذي يتسم بالتطرف الاجتماعي يتسم بعدة سمات منها: أنه يشعر بالتمييز، وينظر إلى الآخرين على أنهم أقل في المكانة وحتى في القدرات العقلية، وأن لهم من السمات غير المستحبة والمنفرة الكثير، وينظر إليهم نظرة عداً أينما وحيثما كانوا، وهذه كلها أمور تحمل بين طياتها مفهوم التعصب، مما يدفع المتطرف المتعصب إلى القيام بسلوك لأخلاقي أو مضاد للمجتمع ( زهران، ١٩٨٤ ).

ويرى عبد المجيد (١٩٩٦) أن الآثار السلبية للتطرف الاجتماعي تتمثل في الفرقة والعنصرية بين أبناء المجتمع الواحد من ناحية، وبين المجتمع والمجتمعات الأخرى، كما أنه -أي التطرف- يؤدي إلى تدمير القيم والعادات الاجتماعية التي نشأ عليها أبناء المجتمع والتزموا بها، والمتطرف اجتماعياً لديه عداً للمجتمع، قد تصل درجة عداًه إلى حد الاعتداء بالقتل والتدمير والحرق والسلب والنهب والاعتقالات، وإرهاب المدنيين، وتدمير منشآت المجتمع الحيوية، وتبديد طاقاته والقضاء على مقدراته، وفي النهاية يؤدي إلى زعزعة الأمن الاجتماعي.

وفي العديد من دراسات علم الاجتماع تستخدم كلمة التطرف للدلالة على الدوغماتية (Dogmatism) لتشير إلى حالة الجمود العقائدي، أو الانغلاق الفكري، ومن ثم يكون التطرف بهذا المعنى أسلوباً للتفكير يتسم بعدم القدرة على تقبل أية معتقدات تختلف عن معتقدات الشخص أو الجماعة أو التسامح معها، وينظر هذا النمط من التفكير المنغلق إلى المعتقد على أنه صادق صدقاً أدياً مطلقاً، صالح لكل زمان ومكان، غير قابل للمناقشة أو البحث عن أدلة تؤكده أو تنفيه، وبذلك تكون الجماعة المتطرفة (Dogmatic) تميل إلى إدانة كل اختلاف عن معتقدها، والاستعداد لمواجهة الاختلاف في الرأي - أو حتى في التفسير- بالعنف وفرض المعتقد على الآخرين بالقوة ( أحمد، ١٩٩٠).

يرى علم الاجتماع أن التطرف هو نوع من الجمود والانغلاق الفكري لدى الفرد أو جماعة من جماعات المجتمع خرجت بفكرها عن حد الاعتدال ، وعلى ما اجمع أفراد المجتمع عليه، واعتادوا من طرق التفكير والشعور. وهذه الجماعات تؤمن أيماناً أعمى بصحة معتقداتها وصلاحتها ومستعدة للتضحية في سبيلها ( إبراهيم ، ١٩٨٣ ).

وفي مجال علم النفس يأخذ التطرف اصطلاحاً مختلفاً هو التعصب (Prejudice) ، وإن كان قريباً من حيث المعنى والمفهوم من نظيره في علم الاجتماع ، فالتعصب ميل انفعالي ربما يؤدي بصاحبه إلى أن يفكر ويدرك ويسلك طرائق وأساليب تتفق مع حكم بالتمييز ، أو في الغالب عدم التمييز لشخص آخر أو جماعة خارجية ، أو موضوع يتصل بجماعة أخرى، أو في الغالب الحكم مسبقاً بوجود دليل منطقي مناسب أو من دون أي دليل . وهو غير قابل للتغيير بسهولة بعد توافر الدلائل المعارضة التي تشير إلى عدم صحته لأنه ينطوي على نسق من القوالب النمطية (Stereotype) والتي تقف خلف تكوين واستمرار التوجهات بين الأفراد والجماعات ( عبد الله ، ١٩٨٩).

وقد حظيت دراسات التعصب ضد السود ( anti-black ) ، سواء في الولايات المتحدة وأوروبا أم في جنوب إفريقيا ، بأكبر قدر من الاهتمام على أساس انه يمثل مشكلة نفسية اجتماعية جديرة بالدراسة ( عبد الله ، ١٩٨٩ ) .

#### ٤- التطرف السياسي

قد يكون التطرف واضحاً في المجال السياسي، فقد يكون رجل السياسة متسلطاً لا يقبل الحوار أو الرأي الآخر، أو ترفض جماعة سياسية الحوار مع مخالفيها، أو تتمسك بفكرة أو مجموعة أفكار صماء أو جامدة ، ويرتبط التطرف هنا بمحاولة أقلية جامدة فكرياً أن تفرض رؤيتها وأسلوبها في التفكير على الأغلبية، وهذا التطرف يولد مشاعر متزايدة من الإحباط والكبت السياسي ، وفقدان الثقة بين العاملين في هذا المجال ( رشوان ، ١٩٩٧ ) .

وتشير الخطيب ( ١٩٨٨ ) إلى أن نظرية تعديل السلوك المعرفي تفترض أن الإنسان ليس سلبياً ، فهو لا يستجيب للمثيرات البيئية فحسب، لكنه يتفاعل معها ويكون مفاهيم حولها، وهذه المفاهيم تؤثر في سلوكه، بمعنى أن هناك تفاعلاً متواصلاً بين المؤثرات البيئية والعمليات المعرفية والسلوك .

وتسعى النظرية إلى إمكانية تغيير السلوك من خلال التركيز على كيفية إدراك الفرد للمنبهات البيئية وتفسيره لها ، وليس من خلال تغير الظروف البيئية نفسها بطريقة مباشرة كما هو الحال في منحنى تعديل السلوك التقليدي الذي يقوم على نموذج الإشراف الكلاسيكي والإجرائي اللذين يتجاهلان الفرد نفسه ومشاعره وأفكاره، لذا اهتم معدلو السلوك المعرفيون بتطوير الإجراءات العلاجية التي تشمل مشاركة العميل نفسه في تغيير سلوكه. فالمبدأ الأساسي الذي تقوم عليه برامج تعديل السلوك المعرفي، والتي تتصف بالشمولية والتكامل، هو الاهتمام بتحليل أنماط التفكير الإنساني، وعلى الرغم من تنوع أساليب تعديل السلوك المعرفي، إلا أنها جميعاً تحاول تغيير العمليات المعرفية، وأنماط التفكير الخاطئة ومنها : التحدث الذاتي (self-talk)، والتفكير التلقائي ، والتلفظ الذاتي (self-verbalization) ، وما إلى ذلك (الخطيب، ٢٠٠٣؛ قطامي ، ٢٠٠٤) .

وتنطلق استراتيجيات التعليم الذاتي المعرفي من أهمية طبيعة ومحتوى الحوار الداخلي (الحديث العقلي الصامت)، والذي ينشأ لحظة تفكير المتعلم في شيء ما، أو عند حل مشكلة ما أيضاً، أو عند استرجاعه كتاباً قرأه، أو حديثاً سمعه، أو عند القراءة، أو الكتابة الصامتة، في كل هذه الأحوال فإن الأفراد يفكرون ويتذكرون بمساعدة الكلمات التي يقولونها لأنفسهم. إن هذا الحديث الداخلي لا يعدو كونه حديث المرء مع نفسه، لكن له دور رئيسي- في العمليات المعرفية، حيث يتجلى هذا الحديث على شكل أنماط لفظية أو أوامر وتعليمات للذات أو تفسيرات لفظية للأحاسيس والتصورات (Meichenbaum&Buland, 1979) .

وتُعد استراتيجيات التعليم الذاتي (Self-Instruction) امتداداً لما قدمه فايغوتسكي (Vygotsky) ولوريا (Luria) اللذان أكدا أهمية الحديث الذاتي باعتباره أساس العمليات الذهنية ، حيث يهدف إلى التهيئة لعملية التفكير، ويزود الطفل بمؤشرات تساعد على التوجيه والإرشاد، والانتباه، والتوقف، والتعمق فيما يشاهده، وتقليل ممارسات الحماس والنشاط الزائد في الأداء الحركي تنفيذاً للاندفاعات الذهنية، ومراقبة التدفق الذهني من أجل تخطيط وتنظيم الأداء، أو البدء بممارسة المهمة للوصول إلى الضبط الذاتي، والذي ينعكس بالتالي على التعلم الذاتي فيصبح تعلمه موجهاً ذاتياً، ويصبح الطفل بعد ذلك مستقلاً يصعب ذاتيته على ما يقوم به للوصول إلى التقدم والتطور والتعلم، كما يزيد الحديث الذاتي من وعي الطفل لما يقوم به، حيث ينتقل الطفل من سيطرة الآخرين بما يقدمونه من خبرات ونماذج إلى سيطرة ذاتية ذهنية وأدائية (Meichenbaum&Buland , 1979) .

واعتبر فايغوتسكي (١٩٧٦) أن ظاهرة الحديث الذاتي تنمو وتتطور مع العمر، وهي ضرورية للنمو المعرفي واللغوي، وتختفي في سن (٨-٩) سنوات، وهذا الاختفاء هو تحول من الكلام العلني المسموع من قبل الآخرين إلى كلام خفي ذاتي، وخلال عملية التحول من الكلام العلني المسموع إلى الكلام الخفي يمر الفرد بمرحلة انتقالية تتوسط بينهما تسمى مرحلة التمرکز حول الذات .

ويمكن وصف العملية على النحو التالي : الكلام الاجتماعي أولاً، ثم الكلام المتمركز حول الذات ، ثم الكلام الداخلي. وقد أعطى فايغوتسكي ولوريا أهمية كبيرة للكلام المتمركز حول الذات، بينما أنه يتضاعف في المواقف الصعبة والتي تشكل مشكلة، أو في المواقف التي يرتكبون بها أخطاء، أو عندما لا يعرفون كيف يتقدمون إلى الأمام في حل المشكلات، وفي حالة تعرض الطفل لنفس المواقف بدون عوائق يكون الكلام المتمركز حول الذات أقل، لذا فإن فايغوتسكي ولوريا يؤكدان على أن إدخال بعض العقبات في تأدية بعض الأنشطة هي مثيرات مهمة للكلام المتمركز حول الذات، حيث يكتسب الكلام المتمركز حول الذات وظيفتين هما : التخطيط والتوجيه للأداء المقبل ، والتخلص من الشعور بالوحدة، أو لتحقيق الشعور بالألفة للمجال الذي يوجد فيه منفرداً، وهي حالة يضبط فيها الفرد كلامه وحالاته الذهنية لتحقيق أغراض مختلفة، ويلبي الحديث الذاتي حاجة الطفل ليعبر عنها بنفسه فيما يفكر أو يشعر به، ويختبر أفكاره ويسمع صوته لنفسه ويسليها (قطامي، ٢٠٠٠).

وبناءً على ما سبق فإن الواقع الحياتي اليومي يتطلب أن يسهم التربويون في تنشئة جيل مفكر بيدي المرونة بثقة، ويتسامح إلى حد ما إزاء الفوضى والغموض. وأن يكون مستعداً للتخلي عن النظرة الأحادية في التعامل مع مشكلة ما . واثقاً من قدرته على العمل الخلاق . خاصة وأن المرونة والبعد عن التشدد هي مهد للرعاية والخلق والذخيرة المخترنة . ورغم أن من الممكن أن تنشأ مواقف إدراكية معرفية ( من الماضي أو الحاضر أو التفكير في المستقبل ) فإن العقل المرن هو الذي يعرف كيف ينتقل ويتكيف بين هذه المواقف .

كما أننا نحتاج إلى تنشئة جيل قادر على التعامل مع وجهات نظر بديلة أو التعامل مع أكثر من نظام تصنيف واحد في آن واحد ، بحيث لا يرى فقط إلا طريقتيه في حل المشكلات ويلاحظ المشكلات من وجهة نظره " إمّا طريقتي وإلا فلا " ، مما يبرر إجراء دراسات في مجتمعاتنا العربية لإيجاد العقول المتفتحة المرنة والبعد عن الانغلاق والتشدد في الرأي .

## مشكلة الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى تطوير برنامج تدريبي يستند إلى النظرية المعرفية ( استراتيجية ماكينباوم لتعديل السلوك المعرفي ) والتعرف على أثر البرنامج في تعديل سمة التشدد بالرأي (الدوغماتية) لدى عينه من الطلبة في الجامعة الأردنية .

## أسئلة الدراسة :

يتمثل الغرض من هذه الدراسة في الإجابة عن الأسئلة الثلاث التالية:

- ما اثر البرنامج التدريبي المستند إلى النظرية المعرفية ( استراتيجية ماكينباوم لتعديل السلوك المعرفي ) على تعديل سمة التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) لدى طلبة الجامعة الأردنية؟
- هل يختلف أثر البرنامج المستخدم لتعديل سمة التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) لدى طلبة الجامعة الأردنية باختلاف الجنس ؟
- هل هنالك فروق ذات دلالة إحصائية نتيجة استخدام البرنامج التدريبي المستند إلى النظرية المعرفية ( استراتيجية ماكينباوم لتعديل السلوك المعرفي ) على تعديل سمة التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) لدى طلبة الجامعة الأردنية يعزى للتفاعل بين متغيري الدراسة ؟

## فرضيات الدراسة :

تسعى الدراسة الحالية إلى اختبار الفرضيات الثلاثة التالية:

- ١- لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0,05$  ) بين متوسط أداء طلبة المجموعة التجريبية الذين تعرضوا لبرنامج تدريبي مستند إلى النظرية المعرفية ومتوسط أداء المجموعة الضابطة الذين لم يتعرضوا للتدريب وذلك على مقياس الدوغماتية .
- ٢ - لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0,05$  ) بين متوسط أداء الذكور ومتوسط أداء الإناث من طلبة الجامعة على مقياس الدوغماتية يعزى للبرنامج التدريبي .
- ٣ - لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0,05$  ) للتفاعل بين متغيري الدراسة (المجموعة والجنس) في الأداء على مقياس الدوغماتية .

## أهمية الدراسة

تبرز أهمية إجراء هذه الدراسة من خلال ما يلي :

- توجيه نظر القائمين على المؤسسات الإعلامية ومؤسسات رعاية الشباب والتربية والتعليم، والتعليم العالي ، بأهمية التوجه لاستحداث برامج تساعد الشباب على التوجه نحو ( الاعتدال في الرأي ) .
- تطوير برنامج تدريبي مستند إلى النظرية المعرفية ( نظريه تعديل السلوك المعرفي لمايكنباوم ) لتعديل سمة التشدد للرأي (الدوغماتية).
- تطوير مقياس روكيش لتشخيص الدوغماتية وتعديله للبيئة الأردنية سيساعد المرشدين والمهتمين بسمة التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) للتعرف عليهم وبالتالي رسم البرامج التدريبية والتوجيهية والإعلامية التي تلائمهم .
- بما أن الدوغماتية سمة شخصية تؤثر على نمط التعلم والاتجاه نحو التغيير والتعلم، وبما أن أحد أهداف العملية التربوية هي مساعدة الفرد على التكيف ، فإن الدراسة الحالية قد تساهم في إكساب فئة من الأفراد الطابع التكيفي المتمثل بالمرونة الفكرية .
- التعرف على أثر إستراتيجية تعديل السلوك المعرفي لمايكنباوم في تحسين أداء المتعلمين في المواقف الحياتية المختلفة ولا سيما المرونة الفكرية .
- تسليط الضوء على ظاهرة الدوغماتية والتي اعتبرها الأدب السابق أحد العثرات في النمو والتطور والتعلم السليم .
- إن الدوغماتية والتعصب والتطرف والتشدد الفكري والتمييز العنصري وكافة أشكاله هي إحدى معضلات العصر الحالي والمتسببة بكوارث غير محدودة للإنسانية.
- نقص الدراسات العربية في موضوع تعديل السلوك المعرفي وسمة الدوغماتية، مما يعني إنها ستكون بداية لعمل متواصل في مجال البحث العلمي المتخصص في هذا الميدان ومختلف المجالات والمستويات التدريبية والتعليمية .

التعريفات الأجرائية :

البرنامج التدريبي :

مجموع الخطوات والإجراءات التي سيقوم المدرب بتنفيذها لتحقيق أهداف المواقف التدريبية .

الدوغماتية :

يعرف بالدرجة التي ينالها الفرد على مقياس روكيش المعدل للبيئة الأردنية .

محددات الدراسة :

تحدد نتائج هذه الدراسة بالمحددات التالية :

١- البرنامج التدريبي المستند إلى استراتيجية تعديل السلوك المعرفي " ماكنباوم " ودراسة فاعليته في

السلوك الدوغماتي لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية.

٢- الجامعة: حيث تقتصر الدراسة على طلبة كلية التربية بالجامعة الأردنية.

٣ - طبيعة أداة قياس سمة الدوغماتية ( التشدد بالرأي ) ودلالات الصدق والثبات المستخرجة لهذه

الأداة .



## الفصل الثاني الإطار النظري والدراسات السابقة

تمهيد :

يعرض هذا الفصل الإطار النظري الذي استندت إليه الدراسة ، حيث تم تقسيمه إلى ثلاثة محاور رئيسية ، يتناول المحور الأول عرضاً للدوغماتية ، بينما يتناول المحور الثاني عرضاً لأهم نظريات تعديل السلوك المعرفي ، أما المحور الثالث فيتناول الدراسات السابقة التي لها علاقة بالدراسة الحالية .

### الدوغماتية ( Dogmatism )

تناول روكيش ( Rokeach,1960 ) هذه الظاهرة بدراسات عديدة اتخذت نظرية متكاملة أطلق عليها اسم الدوغماتية بكتابه "العقل المنفتح والعقل المغلق" (The Open and the Closed Mind) ، حيث يذكر أن الأفراد منفتحي العقول ( غير الدوغماتيين ) هم الذين يقبلون التخلي عن بعض معتقداتهم إذا ما اقتنعوا بخطئها ويقبلون الأفكار الجديدة إذا ساندتها أدلة أقوى ، أما الأفراد منغلقي العقول ( الدوغماتيين ) فهم الذين يرفضون الأفكار الجديدة مهما كانت قوة الأدلة التي تساندها، ويتشبثون بمعتقداتهم القديمة وان ثبت خطأها .

ويعتبر مصطلح " الدوغماتي " غريباً على أسماع العاملين في مجال علم النفس حتى وقت قريب ، إلا انه كان مألوفاً لدى الفلاسفة ، إذ كانوا يستخدمون كلمتي الدوغماتية (Dogmatism) والدوغماتي (Dogmatic) منذ زمن بعيد . وقد جاء في المعجم الفلسفي لمجمع اللغة العربية ( ١٩٧٩ ) أن الدوغماتية اتجهت إلى إثبات قيمة العقل وقدرته على المعرفة وإمكان الوصول إلى اليقين. لكن هذا المعنى للدوغماتية لم يلبث أن تغير على يد الفيلسوف الألماني ( كانت ) الذي هاجم الدوغماتية بعنف فأصبحت تطلق على الاعتقاد في شيء دون بحث الأسباب ، ويوضح المعجم الفلسفي هذا التطور بقوله " الدوغماتية منذ أيام ( كانت ) هي دلالة لا تخلو من التهكم ، وهي تطلق على التسليم دون التمحيص " و لم يقتصر الأمر على التسليم بصحة شيء دون بحث الأسباب ، بل انه تعدى ذلك إلى محاولة فرض هذا الرأي على الغير ( صليبا ، ١٩٧١ ) .

وقد ورد في " قاموس المورد " أن كلمة الدوغماتية (Dogmatism) تشير إلى الجزمية وتوكيد الرأي أو القطع به وبخاصة بخطرسة أو من غير مبرر كاف ، وهي وجهة نظر أو مجموعة من الأفكار مبنية على مقدمات غير ممحصة تمحيصاً وافياً ، أو الجزم بخطرسة من غير مبرر كافٍ ( البعلبكي ، ٢٠٠٤ . )

وقد أورد الدسوقي ( ١٩٨٨ ) بكتابه " ذخيرة علم النفس " أن الدوغماتية هي صفة للأفراد الذين يسعون إلى فرض آرائهم بالسلطة أو النفوذ أو التعليم الذي يطالب التلاميذ بقبول الأفكار من غير دراسة البراهين ، حيث يشير الدسوقي أن الدوغماتية إنتقلت من الفلسفة إلى علم النفس عن طريق عدة مصطلحات مهدت لهذا الانتقال مثل الفاشية (Fascism) ومعاداة السامية (Anti-Semitism) والنازية (Nazism) .

واهتم بعض الباحثين من أمثال روكيش ( Rokeach,1960 ) بدراسة التسلطية (Italianism) ووضعوا لها مقاييس من أشهرها مقياس ادرنو (Adorno) الذي يقيس المعتقدات الفاشية وسمي مقياس الفاشية حيث يذكر روكيش ، أن ادرنو ورفاقه قد اعتبروا أن مقياس الفاشية لا يقيس التسلطية الفاشية فقط وإنما يقيس الشخصية التسلطية ككل .

وقد وضع روكيش كما ورد في الشرقاوي ( ١٩٨٩ ) مقياساً لظاهرة الدوغماتية باعتبارها تصف التسلطية العامة . وقد وضع تصوره النظري عنها مهتماً بالبنية أكثر من المحتوى ، أي أن الفرد لا يوصف بالدوغماتية أو التسلطية العامة لأنه يحمل مجموعة معينة من الأفكار والمعتقدات وإنما يوصف بذلك طبقاً لأسلوبه وطريقته في تناول واعتناق هذه المعتقدات والأفكار بعقل منفتح أو بعقل منغلق .

ويضيف روكيش بأنه عند بيان حالة الانفتاح أو الانغلاق النسبي للعقل فعادة ما يطرح السؤال التالي : ماذا نعتقد ؟ والذي بدوره يتحتم أن نسأل كيف نعتقد ؟ فالفرد لا يوصف بأنه دوغماتي أو منغلق العقل على أساس إيمانه بمجموعة معينة من المعتقدات ، وإنما على أساس أسلوبه في التعامل مع هذه المعتقدات ، أي هل يتم تناول المعتقدات بعقلية أو نظام عقلي منفتح ؟ أم يتم هذا التناول بعقلية أو نظام عقلي منغلق ؟

ويرى روكيش كما ورد في عبد السلام ( ١٩٧٨ ) أن خصائص الدوغماتية تمتد في الشخصية على متصل (Continuum) ذي قطبين أحدهما الانغلاق في أعلى درجاته ، والآخر هو الانفتاح في أعلى درجاته . وانطلاقاً من المفهوم السابق للدوغماتية صمم روكيش مقياساً عرف باسم Dogmatism.Scale ويهدف إلى قياس الفروق الفردية في درجة انفتاح أو انغلاق نظم معتقدات الأفراد وفي نفس الوقت يصلح لقياس التسلطية وعدم التسامح عندهم . وعندما قدم روكيش للعالم أفكاره عن مفهوم

الدوغماتية أشار إلى أن أسلوب النمط الدوغماتي ينتمي إلى مجموعة من الأساليب حديثة الظهور في مجال علم النفس تسمى الأساليب المعرفية (Cognitive Styles) ، ونظرا لان الدوغماتية تهتم بأسلوب أو شكل تناول ومعالجة المعلومات اكثر من الاهتمام بمحتوى ونوع هذه المعلومات فهي بهذه الخاصية تتطابق مع الأساليب المعرفية .

ويشير سلامة (١٩٨٤) إلى العلاقة بين الدوغماتية ومستوى التعليم والتحصيل الدراسي لدى المراهقين ، حيث تناول هذين القطبين بالتحليل ، فيذكر أن العقل غير المنفتح يكون نظام التفكير فيه جامداً وثابتاً ومقاوماً للتغيير لا يتحمل الغموض أو اللبس والفرد فيه ليست لديه النية لتغيير وجهات نظره مع انه يعرف ما هو حقيقي وما هو زائف وما هو صواب وما هو خطأ . ويعمد أصحاب هذا النظام المعرفي المنغلق إلى تفسير الخبرة كما لو كانت تتطابق دائما مع ما يعتقدون فيه . أما العقل أو الذهن المنفتح فهو - على العكس - نظام تام متطور ، ولا يقتصر- الأمر على أن هناك نزعة عضوية ومستمرة للعناصر المتضمنة فيه لكي تدخل في علاقات جديدة مع بعضها وبالتالي تتغير ، بل إن النظام ككل حساس في استجابته للواقع المتغير، وأشارت الدراسة إلى بعض خصائص الشخصية الدوغماتية منها : الرفض السريع لأي دليل أو مناقشة تتعارض مع معتقدات الفرد ، وعدم الرغبة في اختبار البرهان الجديد إذا ما تكوّن الرأي فعلاً ، ومعاداة أصحاب المعتقدات المخالفة ، والنظر إلى الأمور الجدلية على أنها أبيض وأسود فقط ، فالفرد يعمل ويتصرف تبعا لأفكاره ، وأعماله كلها موجهة بفكره واعتقاداته وتوقعاته ، ومن ثم يتوقف نجاحه على مدى انفتاحه أو انغلاقه العقلي ، ويمكن أن يؤثر هذا الانفتاح أو الانغلاق العقلي على تفكيره ومفهومه لذاته .

ويشير روكيش كما ورد في مكلفين وغروس ( ٢٠٠٢ ) إلى أن الدوغماتية والتي تتمثل في النظرة المتشددة للحياة وعدم التسامح مع ذوي الاعتقادات المعارضة بغض النظر عن موقعهم الاجتماعي أو اتجاهاتهم السياسية ، هي العامل الرئيسي في نشوء التعصب، وبالمثل ذهب أيزنك (Eysenck) إلى أن التعصب ينشأ عن بُعد شخصي- سماه التصلب بالرأي ، ورأى أن الشخص المتصلب في رأيه ينجذب إلى الأيديولوجيات السياسية التي تقع في أقصى اليمين أو في أقصى اليسار .

ويعتقد الباحث بعد الاطلاع على التعريفات السابقة لمفهوم الدوغماتية بأن الهامش بين مفهوم الدوغماتية ومفهوم التعصب هامش بسيط إن لم يكن متداخلاً أصلاً ، فقد عرف ميلنر (Milner,1975) الاتجاه التعصبي بأنه نزعة في الاستجابة نحو الجماعات الأخرى يتميز بعدم المنطقية ، وعدم العدالة وعدم التسامح ، ويصاحب الاتجاه التعصبي أفكار جامدة ، وهي إسناد سمات مفترضة عن جماعة كاملة إلى كل فرد فيها .

ويضيف هاردينغ (Harding,1969) بأن التعصب عجز عن التفكير المنطقي أو عجز عن إصدار أحكام أو عجز انفعالات الفرد نحو أعضاء جماعة عرقية أخرى . ويذكر بانتون (Banton,1967) أن الخاصة الأساسية في التعصب هي طبيعتها الانفعالية وهي تؤدي وظيفة نفسية لأصحابها ، وهي ذات طبيعة جامدة بمعنى أنه إذا حاول أحدهم أن يبين خطأ رأي معين قام به شخص متعصب فإن الأخير يرفض تغيير رأيه الخاطئ .

ويشير منصور والشربيني ( ٢٠٠٣ ) إلى أن التعصب حكم لا أساس له من الصحة ، يتكون بدون توافق دلائل موضوعية أو خبرات فعلية ، يصاحبه مشاعر سلبية أو إيجابية تتسق معه ويترب عليه إتيان أفعال سلوكية تفصح عن تلك المشاعر حيال موضوع التعصب، وهو وفق هذا التصور يعد - في حالات كثيرة - مقدمة للعدوان ، إنه يقدم التبرير المنطقي والشحنة الانفعالية التي تثار داخل الفرد فتؤدي إلى ارتكاب سلوك عدواني أو الشروع فيه .

ويميل الباحث إلى الاعتقاد بأن الإنسان وحسب معايير مجتمعه يمكن أن يكون دوغماتياً لكن ليس متعصباً بالمفهوم الازدرائي إلا أن الشخص المتعصب تتكون سماته الشخصية من عدة محاور إحداها النمط الدوغماتي.

ويشير عدد من الباحثين من أمثال اكرمان وملنر ( Ackerman & Milner ) كما ورد في دكث (٢٠٠٠) أن المتشدد الدوغماتي في ثوابت الحياة من مثل الدين الحنيف الصحيح المعتدل ، والكتب السماوية هو إيجابي ومقبول بصفاته ، وإيجابي في مجتمعه وبعيد عن السلبية ، إلا أن التعصب في أي مفهوم فلسفي أو مادي يعرف عادة بأنه سلبي لأنه يسير دائماً باتجاه خاطئ وغير عادل كونه يستند إلى تعميمات خاطئة أو غير صحيحة . كما أن التعصب اتجاه لا يقوم على خبرة واقعية أو دليل موضوعي إضافة إلى أنه اتجاه غير منطقي .

ويرى الباحث أن الدوغماتية هي الإصرار بالتعالي والعداوة في الرأي أو العقيدة بصورة تجعل قائلها يظهر بمظهر المتعصب الأعمى ( فيقول الشخص في الاجتماع : هذا الأمر لا يتم إلا هكذا!! ) وعادة ما يطرح هذا النمط الفكري بمجال العمل والسياسة .

ومن خلال المفاهيم السابقة للدوغماتية يمكن القول أن معلم الصف الذي لا يقبل تغيير أسلوبه في التعليم لأنه يؤمن بأن هذا الأسلوب هو وحده الصحيح ، من الممكن أن يوصف بالدوغماتي . والطالب الذي تشرب الأخطاء التعليمية والأمط السلوكية الاجتماعية ولا يحيد عنها مع كل محاولات تغييره ، يمكن أن يصنف أيضاً بأنه دوغماتي . ومدير المدرسة المتشدد المسبب للتوتر والتأخير في المسيرة التعليمية بمدرسته يمكن أن نصفه أيضاً بالدوغماتي .

## سمات الشخصية الدغماتية

بعد عرض مختلف تعريفات الدوغماتيه وتلمس خصائصها لدى غالبية الباحثين العاملين في الميدان ، وبعد مناقشة هذه التعريفات ، وعلاقتها ببعض المفاهيم الأخرى وثيقة الصلة . أمكن تحديد بعض سمات الشخصية الدوغماتية على النحو التالي :

١ - سمة التعصب : وهي سمة تحمل في مضمونها كافة خصائص مفهوم التعصب ، ولكن مع فرق أساسي هو أنها تتسم بطابع العمومية النسبية والاستقرار بالمقارنة بالاتجاهات التعصبية النوعية .

٢ - التصلب والتطرف وعدم تحمل الغموض : يشير مفهوم التصلب إلى عجز الفرد عن تغيير سلوكه أو اتجاهاته عندما تتطلب المواقف ذلك ، والتمسك بطرق غير ملائمة للسلوك والشعور . ويتصل بمفهوم التصلب مفهوم عدم تحمل الغموض ، والمقصود به هو رغبة الفرد في التعامل مع كل شيء على أنه أبيض أو أسود . ويبدو أن عدم تحمل الغموض يقلل من قدرة الفرد على إدراك الملامح المتعارضة . ويعتد مفهوم عدم تحمل الغموض أساساً نفسياً هاماً لتفسير التصلب بأنواعه المختلفة ( عبد الله ، ١٩٩٧ ) .

٣ - الجمود والتسلطية : رغم أن مفهوم الجمود يختلف عن مفهوم التصلب إلا أنهما يشتركان في خاصية هامة هي مقاومة التغيير ، ومع ذلك يوجد تمييز بينهما. فالتصلب يشير إلى مقاومة التغيير بالنسبة لمعتقد فردي أو مجموعة من المعتقدات أو العادات ، بينما يشير الجمود إلى ناحية أخرى لمقاومة التغيير بالنسبة للنسق الكلي للمعتقدات ، فالتصلب خاصية افتراضية لمعتقد فردي أو عادة أو مجموعة من العادات التي تعوق صاحبه عن إحداث تغيير لمواجهة المتطلبات الموضوعية ، على حين ينظر إلى الجمود على أنه خاصية للنسق الكلي للمعتقدات تعوق صاحبها عن إحداث التغيير . ويشير مفهوم الجمود طبقاً لروكيش (Rokeach,1960) إلى مجموعة المظاهر السلوكية والمعرفية المتعلقة بالأفكار والمعتقدات المنتظمة في نسق ذهني مغلق نسبياً . ويتميز الجمود بعدة خصائص هي : طريقة منغلقة في التفكير ترتبط بأي أيديولوجية بصرف النظر عن مضمونها ، ونظرة تسلطية في حياة الفرد ، وعدم تحمل الأفراد الذين يختلفون أو يعارضون المعتقدات الخاصة له، التسامح مع الأفراد الذين يعتنقون معتقدات متشابهة .

## التعصب وعلاقته بالدوغماتية :

تعني كلمة التعصب في اللغة الإنجليزية (Prejudice) الحكم المسبق . ومن الجدير بالذكر أنه لا يوجد فرد على وجه المعمورة يخلو من التعصب لبعض الأشياء أو من التعصب ضد الآخرين . وينظر علماء النفس الاجتماعي لمصطلح التعصب على أنه نوع خاص من الاتجاه (Attitude) ، والذي ينظر إليه كميل نفسي- نحو موضوع ، أو كينونة معينة ، ينعكس في تقييم ذلك الموضوع ، أو تلك الكينونة ، والذي يتراوح بين القبول والرفض والإنفتاح والإنغلاق الذهني كسمة دوغماتية ( مكلفن وغروس ، ٢٠٠٢ ) . وهناك عدد من النظريات التي تفسر التعصب والتي من بينها :

### أولاً : نظريات الصراع بين الجماعات

اهتم عدد من الباحثين بدراسة إمكانية ظهور العداء في غياب تضارب المصالح . فقد وجد تاجفل (Tajfel) أن العداء يمكن أن يظهر حتى في غياب التنافس ، فالإنتماء إلى جماعة معينة يمكن أن يكون سبباً كافياً لظهور التعصب والتمييز ضد الجماعة الأخرى الموجودة إلى جانبها ، وتركز نظريات الصراع بين الجماعات اهتمامها على معرفة وفحص متى وكيف تنشأ الاتجاهات التعصبية في مجتمع معين أو ثقافة معينة أو جماعة معينة نتيجة لأشكال الصراع المختلفة التي تنتج عن تفاعل هذه الجماعات مع بعضها البعض ( مكلفن وغروس ، ٢٠٠٢ )

وهذه الفئة من النظريات تؤكد أهمية عوامل البيئة الثقافية ، والتي تعرف أحياناً بنظرية مجارة معايير الجماعة (المسايرة الاجتماعية) . حيث تفترض أن العوامل التي تقود الأفراد إلى تكوين اتجاهات تعصبية ترتبط، بصورة وظيفية بالعملية التي يصبح بمقتضاها الفرد عضواً في جماعة، يتبنى قيمها على أساس أن هذه المعايير هي وسيلته الأساسية في تنظيم خبراته وسلوكه (Orpen, 1972).

ويمكن تلخيص وجهات النظر المتعددة لنظريات الصراع بين الجماعات في النقاط التالية (Sears, 1985):

- ١ - ينشأ التعصب وتزداد حدته كلما كان هناك اختلاف أو تباين بين الجماعات النوعية التي يتكون منها المجتمع .
- ٢ - إن المجتمعات التي تسمح بانتقال الفرد من طبقة اجتماعية إلى أخرى تعمل على توليد نوع من المنافسة حول هذا الانتقال .
- ٣ - يعتبر الاستغلال عاملاً هاماً لنشأة التعصب ، فقد تتعصب جماعة معينة ضد جماعة أخرى ، وتصفها بصفات تبرر لها استغلال هذه الجماعة .

٤ - تلعب المنافسة في ميادين العمل والخوف من الفشل الذي يصاحب المنافسات دورها في نشأة التعصب وزيادته .

٥ - كلما كان التغيير الاجتماعي سريعاً أزداد التعصب .

٦ - إن أفراد جماعة الأغلبية ربما يلجأون إلى التعصب واضطهاد أفراد جماعات الأقليات بقصد توحيد وتقوية العلاقات بينهم ، وخاصة إذا كان هناك أي تهديد من قبل جماعة من جماعات الأقليات .

٧ - ينشأ التعصب نتيجة للجهل وعدم وجود فرص للاتصال بين الجماعات المختلفة في المجتمع الواحد .

### ثانياً : النظريات المعرفية

وهذه النظريات التي تعطي وزناً أساسياً للعمليات المعرفية ، والتي تحدث لدى الفرد ، في نشأة اتجاهات التعصب والدوغماتية وموفاها ، ويمكن تقسيمها إلى قسمين رئيسيين هما :

١ - نظرية السلوك بين الجماعات : وتؤكد هذه النظرية على أهمية الدور الذي تؤديه العمليات المعرفية في تحديد أفكار الأفراد عن الجماعات التي ينتمون إليها وتلك الجماعات التي لا ينتمون إليها . وتهتم هذه النظريات بدور التصورات والمخططات العقلية في توجيه المعلومات عن الأفراد والأحداث والجماعات . كما تهتم بتطبيق أدوات مناهج البحث وبوجه خاص زمن الرجوع والاستدعاء والتعرف على السياق الاجتماعي ، وذلك من أجل البحث عن النتائج الإدراكية والانفعالية لعملية التمييز بين الفئات (Tajfel,1984) .

٢ - نظرية نظام المعتقدات (Belief System) : وتقوم هذه النظرية على أساس مفهوم الجمود الدوغماتي في علاقته بمفهوم تفتح الذهن ومرونته . ويمتد أنساق المعتقدات هذه عبر متصل ثنائي القطب يقع الأفراد منغلقو الذهن في أحد قطبيه والأفراد منفتحو الذهن في القطب الآخر ، وبين هاتين الفئتين المتطرفتين يقع مختلف الأفراد على هذا المتصل الذي يمكن قياسه بدقة . ويرى روكيش (Rokeach,1960) أن هناك ثلاثة جوانب هامة ينبغي وضعها في الحسبان عند تناول هذه النظرية هي : المعرفة والأيدولوجية والانفعالية للفرد ، وأن هذه الجوانب على علاقة ببعضها البعض ، وتستخدم بالتبادل على أساس افتراض أن أي انفعال له مظهر معرفي متطابق معه ، وأن أية معرفة لها مظهر انفعالي متطابق معها .

## ثالثاً : نظريات التعلم

تعالج نظريات التعلم المختلفة التعصب والدوغماتية على أساس أنه اتجاه يتم تعلمه واكتسابه بنفس الطريقة التي تكتسب بها سائر الاتجاهات والقيم النفسية الاجتماعية ، حيث يتم تناقلها بين الأفراد كجزء من المحصلة الكبرى لمعايير الثقافة ( السيد ، ١٩٨٠ ) .

ومن أكثر نظريات التعلم قدرة على تفسير نشأة التعصب والدوغماتية ، نظرية التعلم الاجتماعي، ونظرية الاشتراط الكلاسيكي ، وفيما يلي يتم عرض لهاتين النظريتين على النحو التالي :

أ - نظرية التعلم الاجتماعي : تؤكد هذه النظرية بحسب ما توصل إليه باندورا (Bandura) أن التعلم يحدث من خلال نموذج اجتماعي ومن خلال المحاكاة ، وهو يتم من خلال التعزيز الذاتي بدلاً من التعزيز الخارجي .

ويقوم الوالدان بالدور الأكبر في تعليم الأطفال الاتجاهات التعصبية وسمة الدوغماتية ، فالوالدان ينقلان هذه الاتجاهات دون توجيه مباشر من خلال المحاكاة والنماذج الاجتماعية ، والتي يلاحظها الأطفال في سلوكيات والديهما (قطامي، ٢٠٠٤ السيد ، ١٩٨٠ ) .

ب - نظرية الاشتراط الكلاسيكي : حيث يتم اكتساب الاتجاهات التعصبية من خلال عمليات الترابط والتعزيز . وهو دور يتكامل مع دور التعلم الاجتماعي بشكل يصعب معه الفصل بينهما في أحيان كثيرة ، إلا في مواقف الدراسة المعملية فقط ( عبد الله ، ١٩٩٧ ) .

## رابعاً : النظريات التحليلية النفسية

وهذه النظريات تستند إلى ما توصل إليه فرويد والذي يؤكد على أهمية وجود ديناميات معينة في شخصية الفرد هي التي تمارس تأثيرها في تصرفاته المختلفة . ويشير فرويد إلى أهمية ( ألام شعور ) في فهم مختلف جوانب الشخصية ، بما فيها التعصب الذي يمكن تفسيره ، في ضوء بعض الميكانيزمات مثل ، الإسقاط ، والإزاحة ، والتبرير (Tajfel,1984) .



ومن النظريات التي حظيت بشهرة عريضة في ميدان علم النفس الاجتماعي ، النظريتين التاليتين :

١ - نظرية الشخصية التسلطية : وتنظر هذه النظرية إلى التعصب على أنه اضطراب في الشخصية يماثل تماماً مختلف المخاوف المرضية (phobia) ، ويقوم ذلك على فرض مؤداه " أن مختلف الاعتقادات الخاصة بأحد الأفراد حول الجوانب الاجتماعية والاقتصادية والسياسية تشكل غالباً نمطاً متماسكاً ، وهذا النمط له جذور عميقة في الشخصية تحدد ملامح الشخصية التسلطية ، والتي تتأثر بشكل رئيسي لما تعرض له الأطفال من أساليب التربية المبكرة للأباء المستبدين والأمهات القاسيات ، وحينما يصبح الفرد راشداً ، فإنه يميل إلى تكرار هذه الخبرات .

٢ - نظرية الإحباط - العدوان : وتشير هذه النظرية إلى أن أسلوب التربية المتشدد نحو الطفل يزيد من ميل الطفل إلى أن يتمسك بسلوك ما بصورة عدوانية، ونتيجة لاعتقاد الطفل أنه سوف يعاقب بشدة حينما يسلك سلوكاً عدوانياً نحو أي فرد من جماعته الداخلية ( العائلة ) ، فإنه يحدث لهذا العدوان " إزاحة " من المصدر الأصلي للإحباط إلى أعضاء الجماعات الخارجية ( المجتمع ) وتحدث هذه الإزاحة حينما لا يستطيع الفرد الهجوم على مصدر الإحباط أو الإزعاج بسبب الخوف منه ( Sears, 1985 ) .

### ظهور نظرية تعديل السلوك المعرفي

في أواخر القرن المنصرم أصبح العاملون في ميدان تعديل السلوك يبدون اهتماماً كبيراً بتحليل وتعديل العمليات المعرفية (مثل الإدراك ، والقناعات ، والتخيل، والتفكير، والتحدث الذاتي ) والتي تؤثر بشكل أو بآخر في السلوك الظاهر ، وقد انتهى الدمج بين تعديل السلوك وأساليب العلاج المعرفية بميلاد المجال المعروف باسم مجال تعديل السلوك المعرفي (Cognitive Behavior Modification) أو العلاج المستند إلى التعلم المعرفي (Cognitive Learning Therapies) ( قطامي ، ٢٠٠٤ ) .

ويعد تعديل السلوك المعرفي إضافة تطويرية تغطي جانباً من الجوانب التي لم تضع البرامج التقليدية لتعديل السلوك يدها عليه وهو العمليات المعرفية ، وظهرت نتيجة الانتقادات التي وجهت إلى المدخل السلوكي الذي يركز على السلوك الظاهر دون النظر إلى العمليات المعرفية ، إضافة إلى أن التعديل الذي يحدث انطلاقاً من الذات نفسها يكون أبقى وأكثر استقراراً إذا ما قورن بالتعديل الذي يحدث من خلال آخرين باستخدام معززات خارجية ، علماً أن أحد الانتقادات التي وجهت لتعديل السلوك هي أن السلوك المرغوب فيه يبقى مائلاً حال وجود المعززات ، وقد يرجع السلوك إلى حاله السابق حال اختفاء هذه المعززات . إن التغيير الذي يحدث من خلال الذات يُعد تعزيزاً داخلياً ، والتعزيز الداخلي هو جزء من السلوك وليس خارجاً عنه كما هو الحال بالنسبة للتعزيز الخارجي فضلاً عن أنه أكثر فاعلية منه .

ولذلك إهتم معدلو السلوك المعرفيون بتطوير الإجراءات العلاجية التي تشمل مشاركة المتعالج نفسه في تعديل سلوكه ( الخطيب ، ٢٠٠١ ).

إن كثيراً من الاضطرابات السلوكية هي نتيجة لإدراكات خاطئة ، ويمكن للمدخل المعرفي أن يعدل أو يطفىء السلوك المشكل من خلال تصحيح الإدراك الخاطئ للمثيرات البيئية. حيث يفترض مجال تعديل السلوك المعرفي أن الإنسان ليس سلبياً ، فهو لا يستجيب للمثيرات البيئية فحسب ، ولكنه يتفاعل معها ويكون مفاهيم حولها وهذه المفاهيم تؤثر في سلوكه ، ومعنى آخر فهناك تفاعل متواصل بين المؤثرات البيئية والعمليات المعرفية والسلوك . وبهذا السياق فقد أكدت نظرية التعلم الإجتماعي لباندورا (Bandura) على أهمية هذا التفاعل والذي أطلق عليه " بالاحتمية التبادلية " والذي أعطى وزناً كبيراً للتفاعل الاجتماعي ، الذي يؤكد على أهمية الإنسان المتعلم ضمن ظروف اجتماعية تفاعلية .

واعتبرت نظرية باندورا نظرية شاملة حول التعلم بالملاحظة حيث قام بتوسيعها لتضم تعلم وأداء المهارات المتنوعة والاستراتيجيات والسلوك ، وطبق باندورا مبادئ النظرية المعرفية الاجتماعية ومهارات التنظيم الذاتي (Self-Regulation) بالإضافة إلى تطبيق نظريته على قضايا العنف الاجتماعي والتطور الأخلاقي لدى المتعلم وقيمه الاجتماعية ( قطامي ، ٢٠٠٤ ) .

وقد شهدت بداية هذا المنحى العلاجي المعرفي ظهور ثلاثة نماذج علاجية ارتبط كل منها باسم صاحبه فجاءت هذه النماذج على التوالي : " العلاج المعرفي السلوكي " وارتبط باسم العالم ارون بيك (A. Beck) "والعلاج العقلاني العاطفي" وارتبط باسم ألبرت أليس (A. Ellis) " و استراتيجية تعديل السلوك المعرفي" وارتبط باسم دونالد مايكنباوم (D. Meichenbaum) (محمد ، ٢٠٠٠) .

ونظراً لإهمية النماذج الثلاثة في إطار هذه الأطروحة سيتم إستعراض هذه النماذج :

## أولاً : العلاج العقلاني العاطفي

يعتبر ألبرت إليس (A. Ellis) هو المؤسس لهذا النموذج في العلاج حيث بدأ به عام ١٩٥٥، وقد أستند إليس في تطوير نموذجه العلاجي على افتراض أن الاضطرابات النفسية إنما هي نتاج للتفكير غير العقلاني الذي يتبناه الإنسان ، وبذلك فالسبيل للتخلص من المعاناة هو التخلص من أنماط التفكير الخاطئة وغير العقلانية ، وهو يرى أن المشكلات النفسية لا تنجم عن الأحداث والظروف بحد ذاتها ، وإنما عن تفسير الإنسان وتقييمه لتلك الأحداث والظروف (الخطيب ، ٢٠٠١).

ويؤكد إليس (Ellis) كما ورد في محمد ( ٢٠٠٠ ) أن نموذجه يعتمد على العناصر الرئيسة التالية في العلاج العقلاني العاطفي :

١- الحدث أو الظاهرة التي تؤثر في الفرد A : Activating Event

٢- الاعتقادات والأفكار الناتجة عن الحدث أو الظاهرة B : Belief Consequence

٣- الانفعالات التي تنجم عن الاعتقادات والأفكار C : Cons quence

٤- محاولات المعالج لتفنيد الاعتقادات والأفكار D : Dispute

٥- التغيير الذي يطرأ على الانفعالات والسلوك بفعل المعالجة E: Effect

وتقوم العملية العلاجية لدى إليس (Ellis) على أربع خطوات ، محمد ( ٢٠٠٠ ) هي :

١- أن يوضح المعالج للمريض أن تفكيره لاعقلاني ، وأن يساعده على فهم كيف ولماذا يصبح كذلك ، مع بيان العلاقة بين الأفكار غير العقلانية والتعاسة والاضطراب الانفعالي .

٢- أن يوضح المعالج للمريض أن استمرار الاضطراب يعد رهناً بالاستمرار الفعلي بالتفكير بنفس الطريقة اللامنطقية ، أي أن التفكير أو الاعتقادات وليس الأحداث السابقة المنشطة تعتبر هي السبب في ذلك.

٣- أن يساعد المريض على ابدال تلك الأفكار اللاعقلانية واللامنطقية بأفكار أخرى تتسم بالعقلانية والمنطقية.

٤- أن يساعد المريض على تبني فلسفة للحياة أكثر عقلانية، بحيث يمكن له أن يتحاشى الوقوع ضحية أفكار أخرى لامنطقية ولاعقلانية.

ويشير قطامي (٢٠٠٤) أن تقنيات المعالجة ضمن هذا الاتجاه تكون على النحو التالي :

- ١- التحليل المنطقي للأفكار اللاعقلانية واللامنطقية.
- ٢- التعليم والتوجيه والنقاش .
- ٣- تنفيذ الاستنتاجات اللاواقعية .
- ٤- وقف الأفكار والإيحاءات والتشتيت المعرفي .
- ٥- التدرج المنطقي للأفكار والاحداث .
- ٦- التقبل اللامشروط للجميل .
- ٧- لعب الدور، ولعب الدور المنعكس .
- ٨- النمذجة وأسلوب الفكاهة والمرح .
- ٩- مهاجمة الشعور بالخجل والدونية، ومهاجمة المشاعر السلبية بشكل عام.
- ١٠- تعزيز الاهتمام بالواجبات المنزلية .
- ١١- أسلوب التعريض ، وقد يكون التعريض تخيلياً أو تعريضاً واقعياً .
- ١٢- أسلوب التدريب على الاسترخاء .

## ثانياً : العلاج المعرفي السلوكي

يقترن العلاج المعرفي السلوكي باسم آرون بيك (Aron Beck) ، ويقوم هذا النموذج العلاجي على فكرة مؤداها أن ما يفكر فيه الفرد وما يقوله حول نفسه وكذلك اتجاهاته وآرائه ومثله تعد جميعاً بمثابة أمور هامة وذات صلة وثيقة بسلوكه التكيفي أو غير التكيفي ، وأن ما يكتسبه الفرد خلال حياته من معلومات ومفاهيم وصيغ للتعامل يستخدمها جميعاً في التعامل مع المشكلات النفسية المختلفة التي تعترض حياته (قطامي ، ٢٠٠٤).

ويعتقد بيك أن الإنسان يشوه المعلومات ويدرك الأشياء بطريقة خاطئة، الأمر الذي يترتب عليه تفكير خاطئ وغير وظيفي ، ويميز بين أربعة أنواع من التفكير الشاذ والتي أوردها عبد الستار (١٩٩٤) وهي :

- ١- التفكير الثنائي (Dichotomous Thinking): ويشمل التفكير بطريقة مطلقة مثل الاعتقاد بأن الإنسان الذي يخطئ لمرة واحدة هو إنسان سيئ لا يفعل إلا الأخطاء ولا يصدر عنه غير ذلك.
- ٢- الإستدلال العشوائي (Arbitrary Inference): ويشمل الخروج باستنتاجات اعتماداً على أدلة غير كافية ، كأن يغضب الإنسان نتيجة كلمة .
- ٣- المبالغة في التعميم (Overgeneralization) : ويشمل تبني اعتقادات وأفكار عامة بناء على خبرات محدودة ، كأن يعتقد الشخص أنه فاشل في كل شيء إذا فشل مرة واحدة .
- ٤- تضخيم الأمور (Magnification) : ويشمل المبالغة في معنى أو أهمية الأحداث أو الخبرات ، كأن يشعر الفرد أن عدم قدرته على تحقيق ما يصبو إليه كارثة .

ويرى بيك أن عملية العلاج يمكن أن تنفذ تبعاً للخطوات التالية ( قطامي ، ٢٠٠٤ ) :

- ١- تدريب الفرد على التعرف على أنماط التفكير التلقائية التي تنم عن فهم خاطئ للأمور والواقع .
- ٢- تدريب الفرد على التعامل مع تلك الأفكار موضوعية ، إذ يتم مساعدته على إدراك الأمور بطرق أخرى.
- ٣- تشجيع الفرد على تصويب الأفكار الخاطئة وغير التكيفية .

ويرى ماكنباوم (Meichenbaum , 2001) أن عملية العلاج السلوكي المعرفي تشتمل على ثلاث مراحل أساسية ، هي :

المرحلة الأولى : أن يدرك الفرد سلوكياته ويصبح واعياً بها.

المرحلة الثانية : استخدام الحديث الداخلي .

المرحلة الثالثة : يكون هناك تغيير في طبيعة الحديث الداخلي لدى الفرد قبل العلاج .

وتحدث في هذه المراحل عملية التوضيح من جانب المدرب عن طريق الانعكاسات والشرح والتأويلات ، وإعطاء المعلومات ، وكذلك عن طريق النمذجة المعرفية ، كما ينخرط الفرد خارج الإرشاد في سلوكيات مواجهة وتعامل يعود ليكررها في الجلسات العلاجية مما ينتج عنها أحاديث ذاتية تؤثر على أبنيتها المعرفية وعلى سلوكياته ، وقد يشتمل الإرشاد أيضاً على استخدام الأساليب المستخدمة في العلاج السلوكي المعرفي ، وفيما يلي وصف للمراحل الثلاث :

المرحلة الأولى : الملاحظة الذاتية Self-Observation

يمكن القول بأن الفرد يكون لديه قبل الإرشاد أحاديث ذاتية سلبية، وتخييلات غير مناسبة، ويحاول المدرب أثناء العلاج أن يزيد من وعي الفرد وانتباهه ليركز على أفكاره ومشاعره وردود الفعل الفيزيولوجية والسلوكيات المتصلة بعلاقاته الشخصية. وتؤدي هذه العملية إلى أبنية معرفية جديدة تسمح للفرد بأن ينظر إلى الأعراض أو المشكلات الخاصة به في صور مختلفة وأن يولد أفكاراً وسلوكيات تتواءم مع المشكلات، وتؤدي عملية إعادة التصور إلى إعادة تعريف المشكلات بطرق تعطي للفرد إحساساً بالفهم وال ضبط والأمل اللازمة لإجراءات التغيير. إن إعادة التصور تعطي معاني جديدة أو مختلفة للأفكار والمشاعر والسلوكيات. وهذه المعاني تختلف في رأي ماكنباوم من مدرسة إرشادية أو علاجية إلى مدرسة أخرى، والمهم أن تكون التصورات على اختلافها فعالة في إحداث التغيير وأن ترتبط بالحياة الواقعية ( Meichenbaum , 2001 ) .

ويؤكد ماكنباوم ( Meichenbaum , 2001 ) أن المعالجين أو المرشدين يختلفون في مدى توجيههم والتأثير الذي يبذل من قبلهم بمحاولة تغيير التصورات التي لدى المسترشدين الذين يعملون معهم، وينبغي عليهم أن يهتموا بالعبارات الذاتية لدى المسترشدين ، ووصفهم وتحديد مشكلاتهم ، وكذلك كيف يعززون هذه المشكلات إلى المصادر المختلفة وتصوراتهم عن عملية الإرشاد ومدى اعتمادهم على المرشد . كما يجب ألا ينصاع المرشدون تلقائياً لوجهات نظر المسترشدين . وتعتبر عملية إعادة التصور عملية مشتركة بين المرشد والمرشد ، كما أن تقبل أو موافقة المرشد عليها تعتبر نتيجة ضمنية للتفاعل الذي يحدث في إطار العلاقة بين المرشد والمرشد .

## المرحلة الثانية : الأفكار والسلوك غير المتلائمة

ويرى ماكينباوم ( Meichenbaum , 2001 ) أن المرحلة الثانية تعتمد على ملاحظة الفرد لنفسه وتتضمن حديثاً داخلياً مضمونه إذا كان سلوك الفرد مطلوباً تغييره فينبغي أن يكون ما يقوله لنفسه أو يتخيله يولد سلسلة سلوكية جديدة غير متوائمة مع سلوكياته غير المتوافقة ، ويجب أن يتضمن الحديث الذاتي الجديد كل الخصائص الوظيفية للحديث الذاتي التي أشرنا إليها من قبل.

## المرحلة الثالثة : تطوير الجوانب المعرفية الخاصة بالتغيير

يقول ماكينباوم أن هذه المرحلة تشتمل على قيام الفرد بسلوكيات التعامل على أساس يومي ، وكذلك الأحاديث الذاتية حول نتائج هذه التجارب الشخصية. ولا يكفي للفرد أن يركز فقط على التدريب على المهارات على النحو الذي يحدث في العلاج السلوكي ، لأن ما يقوله الفرد لنفسه حول السلوكيات الجديدة التي اكتسبها والنتائج المترتبة عليها سيؤثر على ما إذا كانت عملية التغيير في السلوك ستبقى وستعمم إلى مواقف أخرى ، ويتوقف نجاح الإرشاد على مدى التغيير الذي يحدث في السلوك وفي الأحاديث الداخلية ، ومعنى آخر فإن الفرد يكون سلوكه مناسباً لما يقوله لنفسه . وهكذا فإن عملية العلاج أو الإرشاد الفعالة تشتمل على مهارات سلوكية جديدة وأحاديث داخلية وأبنية معرفية جديدة ، وتركز العلاجات أو طرق الإرشاد على واحد أو أكثر من هذه الجوانب الثلاثة (Meichenbaum , 2001).

وفي مجال العلاقة بين الأحاديث الذاتية والآثار الفيزيولوجية ، فقد أوضحت البحوث أن الجوانب المعرفية تؤثر على الجوانب الفيزيولوجية والانفعالية . كما تشير الدراسات إلى أن هناك علاقة بين التقديرات الذاتية والحالة المزاجية. وترتبط الأفكار والمجموعات المعرفية للشخص بالاضطرابات النفسية البدنية (السيكوسوماتية) ، وبذلك يمكن القول بأن هناك أدلة عديدة مستمدة من البحوث بأن التفكير يؤثر على السلوك. إلا أنه علينا أن نتذكر ونذكر أن كثيراً من سلوكيات الناس تكون تلقائية أو نتيجة لعادات ألفوها ، فكثير منا لا يفكر قبل التصرف ، إلا أن ماكينباوم ( Meichenbaum , 2001 ) يرى أننا إذا كنا بصدد إحداث تغيير في السلوك فإن علينا أن نفكر قبل أن نتصرف ، ومثل هذا التفكير - وهو نتيجة الحديث الداخلي - يقلل من تلقائية السلوك غير المتوافق ويعطينا الأساس الذي نبنى عليه سلوكاً جديداً متوافقاً.

وتوصل ماكينباوم من خلال البحوث التي أجراها على الأطفال أن الأحاديث الخاصة (الذاتية) تؤثر على سلوك الأطفال ، وتوصل أيضاً إلى إمكانية استخدام التدريب على التعليمات الذاتية مع الأطفال زائدي النشاط والأطفال الذين لديهم اندفاعية، وقد تبين له أن الأطفال المندفعين قد أظهروا ضبطاً لفظياً أقل مما فعله الأطفال الذين لديهم سلوك التروي ، وأن الأطفال المترؤنين في مواقف اللعب، لا

يقومون بشكل تلقائي بتحليل خبرتهم في صور معرفية (صورة لفظية أو تخيلية) كما أنهم لا يصوغون ولا يستدخلون القواعد التي قد تواجههم في المواقف التعليمية الجديدة ، وقد دفع ذلك مايكنباوم إلى تطوير برنامج لتدريب الأطفال زائدي النشاط والمدفعين ليتحدثوا إلى أنفسهم بشكل متميز بحيث يمكنهم أن يفهموا المهام التي تدخل في المشكلات التي يتعاملوا معها بشكل أفضل ، وأن يطوروا أساليب ووسائل لفظية ويستخدموها في توجيه ومراجعة ومراقبة ضبط سلوكهم ( Meichenbaum , 2001 ) .

### ثالثاً : استراتيجية تعديل السلوك المعرفي

بدأت استراتيجية مايكنباوم أثناء تدريبه بجامعة إيلينوي ، فقد اشتمل هذا التدريب على العمل مع مرضى الفصام وتدريبهم على تنمية نوع من (الحديث الصحي) وذلك باستخدام أساليب الاشراف الإجرائي ، وأثناء التدريب لاحظ مايكنباوم أن بعض المرضى كانوا منخرطين في نوع من الأحاديث الذاتية التلقائية . ونتيجة لهذه الخبرات التي عاشها في تدريبه مع المرضى الفصامين وغيرهم ، بدأ يفكر ملياً فيما إذا كان من الممكن تدريبهم على أن يتحدثوا إلى أنفسهم بطريقة تؤدي إلى تغيير سلوكهم ، وركز مايكنباوم على الحديث الداخلي (Inner - Speech) أو المحادثة الداخلية (Inner - Dialogue) في محاولة لتغييرها ، وكذلك اهتم بالتخيلات على أمل أن يعرف ما إذا كانت مثل هذه التغيرات ستؤدي إلى تغييرات في التفكير وفي الشعور والسلوك ، كما بدأ في تطوير تفسير نظري لوظيفة هذه العوامل في تغيير السلوك ، وقد عرض نتائجه في شكل تقرير ولم يعرضها في صورة نظرية كاملة ، أو مصحوبة بالأدلة والممارسة العملية في العلاج ( Meichenbaum , 2001 ) .

ويعرف هذا الاتجاه بالتحصين ضد الضغوط النفسية (Stress Inoculation)، ويستخدم خلاله تعليمات تجريبية تتمثل في الحديث الذاتي ، حيث يتم إدخال عنصر معرفي في العلاج ، وقد كشف استخدام هذه التعليمات الذاتية من جانب مايكنباوم مع مرضى الفصام والأطفال زائدي النشاط والمدفعين عن حدوث قدر معقول من التحسن، حيث تم تعديل كم كبير من تلك السلوكات ( Meichenbaum , 1996 ) .

ويلاحظ أن هذا الأسلوب ( أي استخدام التعليمات التجريبية ) يمثل ابتعاداً عن الإشراف الإجرائي من حيث أنه قد أدخل عنصراً معرفياً في العلاج ، إذ تشتمل عملية العلاج المبني على إتجاه التعديل السلوكي المعرفي على ثلاث مراحل هي : الملاحظة الذاتية، وتوليد سلوكيات جديدة تتنافر مع السلوكيات القديمة، وتطوير الجوانب المعرفية المتصلة بالتغيير. وفيما يلي عرضاً تفصيلياً لهذه المراحل :



يعمل الفرد خلالها على تحديد ما لديه من أحاديث تخيلية ذاتية، تخيلات غير مناسبة ويركز على أفكاره ومشاعره وردود أفعاله الفسيولوجية، وما يتصل بعلاقاته الشخصية من سلوكيات ، وبذلك يقوم بإعادة تصور المشكلة وتعريفها، مما يساعده على الفهم الدقيق لتلك المشكلة بشكل يعطي معان جديدة للأفكار والمشاعر والسلوكيات.

٢- توليد سلوكيات جديدة تتنافر مع السلوكيات القديمة

يدرك الفرد أن أحاديثه الذاتية يجب أن تعمل على توليد سلوكيات جديدة تتنافر مع سلوكياته غير المتوافقة والمراد تغييرها على أن يؤثر هذا الحديث الذاتي على الانتباه والتقدير والاستجابات الفسيولوجية واستثارة سلوكيات جديدة مما يؤثر على أبنية الفرد المعرفية ويؤدي إلى تغيير سلوكياته غير التكيفية.

٣- تطوير الجوانب المعرفية المتصلة بالتغيير

وتتضمن هذه المرحلة قيام الفرد بسلوكيات المواجهة والأحاديث الذاتية بصفة يومية، ويتم التركيز على المهارات السلوكية والأحاديث الداخلية الجديدة والأبنية المعرفية الجديدة، ومن ثم يحدث تطوير للجوانب المعرفية تتعلق بالتغيير (Meichenbaum, 1996).

ويعتمد تعديل السلوك المعرفي على تهيئة مواقف يتفاعل فيها المتعلم بهدف تطوير خبرات تسهم في تطوير وإعادة البنى المعرفية لديه وكذلك تطوير استراتيجيات التفكير والعمليات الذهنية الموظفة في المواقف الجديدة (قطامي، ٢٠٠٤).

ويوضح مايكناوم (Meichenbaum, 1996) أن العلاج المعرفي السلوكي يركز على كيفية تفسير المريض للأعراض وكيفية التخلص منها ، بحيث يتضمن العلاج المكونات التالية :

(١) تثقيف المريض حول المرض الذي يعاني منه .

(٢) تدريب المريض على كيفية التقليل من الآثار السيكولوجية للمرض من خلال تمارين التنفس من أجل السيطرة على توتر التنفس.

(٣) التقليل من التفسير الخاطئ لأسباب المرض .

(٤) تعريض المريض تدريجياً لنماذج مرضية ايجابية .

(٥) تبني إعادة البناء المعرفي الإدراكي وإستبدال الإجراءات الإدراكية المتبعة .

وتشير نتائج دراسات تعديل السلوك المعرفي أنها حققت نجاحات كبيرة في مواقف عدة ، فقد تناولت الأفراد العاديين وغير العاديين الذين يعانون من مشكلات كالعدوان والانطواء ونقص المهارات الاجتماعية والاكتماب ... إلخ، وخاصة استراتيجية التعليم الذاتي التي تتخذ من التدريب على الحوار الداخلي هدفاً لها للوصول إلى درجة من الوعي تؤهل صاحبها على إدارة الذات وضبطها وتنظيمها وزيادة فاعليتها ومراقبتها، وثبتت فاعلية هذه الاستراتيجية مع مختلف الأعمار، سواء أكانوا أطفالاً أم مراهقين أم راشدين، كما ثبتت فاعليتها في طرق تطبيقها، بشكل فردي وبشكل جماعي، إلا أن مسح الأدب النفسي في هذا المجال قد أشار إلى قلة الدراسات التي استخدمت استراتيجية التعليم الذاتي عند العاديين وفي المواقف الأكاديمية، على الرغم من نجاحها وتميزها في ذلك ( Meichenbaum, 1987 ).

وفي هذا السياق أجرى ماكنباوم (Meichenbaum) دراسات مع زميله جودمان، نشرها بالعام ١٩٧١ في السنوات المبكرة من حياته الأكاديمية وكانت لأطفال مفرطي الحركة حيث تم تدريبهم على التحدث لأنفسهم كطريقة لضبط أنفسهم وكان بذلك من أهم ما ساهم في تأسيس الثورة المعرفية في العلاج النفسي متبنياً الاتجاه البنائي المعرفي والمنحى المعرفي العلاجي التي بلورت مفهوم نظرية ( تعديل السلوك المعرفي Cognitive behavior modification ) ، والذي يهدف بشكل رئيس إلى مساعدة الفرد على تعلم الطرق التي تساهم بمعالجة سلوكه وتعديله، ويتضمن هذا النموذج مجموعة من الإدخالات (Intervention) أو الأحوال التي يتم استدخالها لإحداث تغيرات مرغوبة في السلوك المستهدف ( Meichenbaum , 2001 ) .

وتشير قطامي (١٩٩٢) إلى تعريف الإدخالات على أنها " رد فعل متوقع يصدره المختص النفسي- أو التربوي أو الوالدان لسلوك الطفل غير المناسب أو التعلم غير الناجح " ومن هذه الإدخالات المستخدمة ما يلي :-

- |                                |                             |
|--------------------------------|-----------------------------|
| ١- أساليب ضبط الغضب            | Anger Control Method        |
| ٢- حل المشكلات                 | Problem Solving             |
| ٣- التعليم الذاتي              | Self- Instruction           |
| ٤- المراقبة الذاتية            | Self- Monitoring            |
| ٥- التقويم الذاتي              | Self - E valuation          |
| ٦- الضبط الذاتي                | Self -Control               |
| ٧- أساليب تدريب التعزيز الذاتي | Self Reinforcement Training |
| ٨- التفكير بصوت عال            | Thinking Aloud              |

ويمكن أن يساهم تعديل السلوك المعرفي بفاعلية في تعديل الاداءات الانفعالية والاجتماعية بالإضافة إلى التعديلات المعرفية ، لذلك فإنه يمكن أن يفيد في المجالات التالية : صعوبات الانتباه ، وضبط الغضب ، والسلوك المفرط ، والاستعجال لدى الأطفال ، والاكتئاب ، والمهارات الاجتماعية.

ويضم تعديل السلوك المعرفي كما ورد في ( قطامي ، ٢٠٠٤ ) جوانب سلوكية ، ومعرفية اجتماعية ، ومعرفية خاصة ، لذلك تعتبر الأسس النظرية للبرنامج وفق نموذج ماكنباوم ، هي :

(١) المعالجة القائمة على المعنى Semantic Therapy

(٢) المعالجة الإشرافية الإجرائية Operant Conditioning

(٣) المعالجة القائمة على النمذجة Modeling

وعلى أثر المعالجة بالنمذجة توصل علماء النفس المعرفيون إلى أن الأفراد يستطيعون تعلم العديد من المهارات الجديدة عن طريق ملاحظة أداء الآخرين لها، ومنها انطلقت النظرية المعرفية الاجتماعية Social Cognitive Theory ، وبعد ذلك تطورت النظرية من الاعتماد على فكرة الملاحظة إلى فكرة التركيز على المعرفة الاجتماعية وسمي هذا المنحى بالنظرية المعرفية الاجتماعية بحيث تفترض أن جزءاً كبيراً من التعلم الإنساني يحدث في السياق الاجتماعي فالأفراد يختزنون معرفتهم وقواعدهم ومهاراتهم وإستراتيجياتهم واعتقاداتهم ومواقفهم عن طريق ملاحظة الآخرين ، ويتعلمون من خلال النماذج المختلفة أهمية وفائدة ومناسبة السلوك ، والنتائج المترتبة على ذلك السلوك ، وهم يسلكون بناءً على قدراتهم وقناعتهم والنتائج المترتبة على أدائهم ( Schunk , 2000 ) .

وتتضمن عملية تعليم الأفراد للمهارات والاتجاهات الضرورية للتعایش مع الآخرين بطريقة تبادلية ايجابية ذات مكونات ثلاثة هي :

أولاً : التأهيل المعرفي (Cognitive Rehabilitation) ويقصد بذلك إعادة البناء المعرفي وتصحيح الخطأ المعرفي ، ويتم التعامل في هذه المرحلة مع أبنية فكرية عميقة ومجردة .

ثانياً : بناء المهارات الاجتماعية (Social Skill Building) وهي عمليات التعلم لكل المهارات الاجتماعية ومهارات التفكير الخاصة لتشجيع تحسن النظرة للذات .

ثالثاً : إعادة بناء الثقافة أو الحضارة (Culture Restructuring) وهي العملية التي تهدف لتجذير الثقافة في الأعماق بما فيها من طقوس وشعائر بجدارة وكفاءة ( [www.cognitive](http://www.cognitive) ) .

([http:// bahaviormangement.com](http://bahaviormangement.com)) .

ولذلك طور ماكنباوم وجودمان مجموعة عمليات في برنامج تعديل السلوك المعرفي مؤكدين على المهارات المرتبطة بالاداءات اللازمة للمهمة وهي :

أ - تعريف المشكلة .

ب - تركيز الاهتمام وتوجيه الاستجابة اللذان ينتجان عن استراتيجية التساؤل الذاتي.

ج- التعزيز الذاتي .

د- التقويم الذاتي ، والإحساس بالمعاناة .

وتتضمن نظرية ماكنباوم تعديل السلوك المعرفي استخدام الألعاب والمعضلات لتعليم الطلاب استراتيجيات التعليم الذاتي المعرفي (Cognitive Self- Instruction) لضبط سلوكهم ومساعدتهم على خفض سرعة الأداء وتشجيعهم على استخدام التغذية الراجعة لضبط وتعديل السلوك المتعلم ( Meichenbaum , 2001 ) .

## المرتكزات الأساسية في التعديل السلوكي المعرفي :

تلعب العمليات المعرفية الذهنية دوراً رئيساً في تحديد نمط السلوك الذي سيظهره الفرد بالموقف ،  
فالفرد في التعلم لا يعدّ عنصراً سلبياً بل حيويّاً نشطاً مشاركاً ، وسلوك الفرد ليس استجابة للمثيرات  
البيئية بل يتفاعل مع عناصرها بحيث يبني الفرد مفاهيمه الخاصة حولها ومن ثم تؤثر هذه المفاهيم  
في سلوكه .

ويركز باندورا على التفاعل بين العناصر المكونة للسلوك في الحتمية المتبادلة أو التبادل السببي ،  
والمقصود هو التفاعل الحتمي المتبادل بين الفرد والبيئة على صورة سهمين متعاكسين في الاتجاه ( )  
متفاعلين معاً لظهور السلوك وتشكل أنماط تفكير المتعلم مكوناً مهماً في فهم الاداء . ويتضمن تعديل  
السلوك المعرفي أيضاً تعديل العمليات الذهنية المعرفية وأنماط التفكير الخاطئة (Schunk,2000) .

وتمارس عمليات الحديث مع الذات (self-talk) والتفكير التلقائي دوراً في إحداث التغير المعرفي  
السلوكي . حيث يقوم المتعلم بإعادة بناء الأبنية المعرفية لديه بحيث تقترب العمليات المعرفية للمتعم  
من الواقع الذي يواجهه في الموقف، وبذلك يصبح أداؤه وظيفياً . وتحدد نتائج التعديل بدرجة فاعلية  
المتعلم وقدرته على ممارسة التعلم الذاتي وهذا من أهم الجوانب في العملية . ويستخدم التعلم مبادئ  
التعزيز والتغذية الراجعة والممارسات الادائية الظاهرة ، وتسهم في تطوير العمليات المعرفية ، ويُعدّ  
إدراك الواقع أحد المظاهر المهمة في سير عملية التعديل المعرفي السلوكي ( قطامي ، ٢٠٠٤ ) .

ويؤكد العاملون في مجال التعديل السلوكي المعرفي على أهمية تقويم العمليات المعرفية والتأكيد على  
العمليات المعرفية المناسبة التي تؤدي إلى استيعاب سليم . كما يؤكدون على الأبنية المعرفية وتنظيمها  
وتعديلها وفق ما يتوافر للمتعم من نماذج أداء ( Meichenbaum , 2001 ) .

كذلك يتمثل الهدف الرئيس من تعديل السلوك المعرفي في محاولة الفرد إعادة البناء المعرفي وتنظيم  
المجال الإدراكي أو تغيير الأفكار الخاطئة وغير العقلانية لديه لتخفيف أو إطفاء أنماط السلوك المشكل.  
ومن هنا يستخدم مصطلح إعادة البناء المعرفي للإشارة إلى كل النماذج العلاجية التي تشمل محاولة  
تعديل العوامل المعرفية الداخلية ، والتي تشمل إعادة تنظيم المجال الإدراكي وإعادة تنظيم الأفكار  
المرتبطة بالعلاقات بين الأحداث والمؤثرات البيئية المختلفة (الخطيب، ١٩٩٤) .

ويشير كوري (Cory, 1991) إلى أن ميدان التعديل السلوكي المعرفي قد قدم إسهامات عدة للعلاج السلوكي المعرفي ، فقد تناولت العلاجات السلوكية المعرفية القلق وضبط الغضب والألم والإدمان والاضطرابات الجنسية وإدمان الكحول وعلاج الاكتئاب. وقد تزايدت الأبحاث مؤخراً حول إمكانية تطبيق الإجراءات السلوكية - المعرفية في التعامل مع المشكلات الأكاديمية التقليدية ، مثل تطبيقها في حل مشكلات القراءة والاستيعاب ومشكلات الرياضيات والمشكلات المتعلقة بالإبداع.

## الإستراتيجيات المستخدمة في تعديل السلوك المعرفي

اشار مايكنباوم (Meichenbaum,2001) أنه يمكن استخدام عدد من الإستراتيجيات الخاصة بالتعلم والتعليم من أجل التدريب على المهارات اللازمة في تعديل السلوك المعرفي ، وفيما يلي عرض لأهم هذه الإستراتيجيات :

### أولاً : استراتيجية التعلم الذاتي

يرى مايكنباوم (2001 , Meichenbaum ) أن هذا النمط من التعلم يعتمد على أن يتعلم الفرد بنفسه باستخدام معرفته الخاصة ، حيث تكون المعرفة عادة لدى الفرد على شكل صورة سمعية أو بصرية من خلال التحدث الذاتي (Self-Talk) ، بحيث يتحدث الفرد مع ذاته من خلال سؤاها وتوجيهها والتعايش معها وتصحيحها ، ويعتبر تعزيز السلوك الذاتي إحدى المهارات للتوفيق بين عمليات التعلم الذاتي . فإذا توافرت للفرد نماذج مهمة من الراشدين في حياته وقام بنمذجة أدائهم سواء أكان تعلمه من النوع الواضح أم الضمني ، فلهذه نقطة البداية للقيام بعمليات المعالجة الذهنية التربوية ، لأنه سيصبح أكثر معرفة بكيف، ومتى، وأين، وماذا، ولماذا، وستسهل هذه الإجابات تعلمه. وهذا يزيد من قدرة المتعلم على ممارسة استراتيجية مهارة التعلم الذاتي، وبذلك سيتمكن الطلبة من إكتساب خبرات غنية يتعلمونها ويمارسون المهارات الاجتماعية واللغوية المناسبة، وفي هذه الحالة تعتبر استراتيجيات نمذجة تعليم الذات من المهارات الما وراء معرفية الضرورية لإنجاح الهدف التعليمي الصفي . وقد قام مايكنباوم وجودمان بتطوير هذه الاستراتيجية المستخدمة في تعديل السلوك المعرفي للأطفال مفرطي الحركة وقاما بوصفها بخطوات محددة وهي :

أولاً : تأدية السلوك المستهدف من قبل المعالج وهو يتحدث إلى نفسه بصوت مسموع .

ثانياً : تأدية السلوك المستهدف من قبل المتعلم ويقوم المدرب بتوجيهه وتزويده بالتعليمات اللفظية .

ثالثاً : تأدية السلوك المستهدف من قبل المتعلم وهو يتحدث إلى نفسه بصوت مسموع .

رابعاً : تأدية السلوك المستهدف من قبل المتعلم وهو يتحدث إلى نفسه بصوت منخفض .

خامساً : تأدية السلوك المستهدف من قبل المتعلم مستخدماً التعليمات الذاتية الخفية، دون أي صوت .

ويشير قطامي (٢٠٠٤) أن هذه الاستراتيجية تتضمن نمطاً من الأسئلة التالية: - ماذا يريد

المعلم مني ؟

- ماذا على أن افعل ؟

- متى أتحدث لنفسي بصوت عالٍ ؟

- متى أتحدث لنفسي بصوت منخفض ؟

- متى اعلم نفسي ماذا أريد ؟

وتساعد هذه الاستراتيجية على تنظيم الأبنية المعرفية للفرد ، وبالتالي التفكير المنظم ، والذي ينعكس على السلوك والمهام التي يقوم بها ، إضافة إلى دورها في تنمية السلوك الاستقلالي النابع من الذات ، كما تعمل على تدريب الأفراد على تحمل المسؤولية مما ينعكس على الأداء والمهام الأكاديمية من اختبارات وواجبات ومشاركات صفية والقيام بالمشاريع وفي إثارة الدافعية ، مما ينعكس على الحياة اليومية بشكل عام (Hux & Meredith, 1994).

وتفترض هذه الاستراتيجية أن التدريب على الحوار الذاتي يمكن أن يؤدي إلى تغيير السلوك المستهدف ، على فرض أن الأشياء التي يقولها الناس لأنفسهم تحدد باقي الأشياء التي يفعلونها ، حيث يؤدي إدخال العنصر- المعرفي (الحوار الذاتي) إلى ضبط السلوك الذي ينعكس على ثقة الفرد بنفسه واستقلاليتته ودرجة تحمله للمسؤولية ، كما يساعد الفرد على اتخاذ القرارات وحل المشكلات والقيام باختيار ما يراه مناسباً (العزة وعبد الهادي ، ٢٠٠١) .

ويعتبر التدريب على التعلم الذاتي هو أحد أشكال إعادة التنظيم المعرفي والذي يهدف إلى تدريب الشخص على تعديل أنماط التحدث الذاتي ، أو ما يسمى أيضاً بالاستجابات اللفظية الضابطة ، على افتراض أن ذلك سيؤدي إلى تعديل السلوك ، ويرى ماكنباوم أن التخلص من المشكلة يعني التخلص من التحدث إلى الذات بطريقة انهزامية وسلبية وابداله بالتحدث الذاتي الإيجابي ، والتعود على الاسترخاء في المواقف التي تبعث على القلق وعدم الراحة في نفس الإنسان ، وفي الحقيقة فإن الاستعداد والتهيؤ للتعامل مع المواقف الصعبة يشكلان جزءاً هاماً في عملية التعلم الذاتي ، وتسمى عملية الاستعداد للتعامل مع الظروف الصعبة بعملية التحصين ضد الضغوطات النفسية (الخطيب، ٢٠٠٢).



ويضيف الخطيب ( ٢٠٠١ ) إن التدريب على استراتيجية التعلم الذاتي وفق الخطوات السابقة لا بد من أن يحتوي أربعة أنواع من التعليمات هي :

أ- تحديد المشكلة (موضوع التدريب أو التعليم).

ب- تركيز الانتباه وتوجيه الاستجابة.

ج- تعزيز الذات .

د- تقييم الذات .

يتضح مما سبق أن استراتيجية التعلم الذاتي هي إحدى استراتيجيات تعديل السلوك المعرفي التي ثبتت نجاعتها في المراحل العمرية المختلفة، وفي طرق تطبيقها، وفي تعاملها مع مختلف المجالات ، أكاديمية كانت أم اجتماعية، ونظراً لأهمية هذه الإستراتيجية، فقد تم اعتمادها من أجل تنمية توكيد الأطفال لذواتهم ودافعيتهم للإنجاز.

وقد نجح ماكنباوم ( 2001 , Meichenbaum ) في تعديل سلوكيات الأطفال الذين يعانون من اضطرابات سلوكية مثل الاندفاعية والنشاط الزائد والعدوانية عن طريق استخدام التعليمات الذاتية (Self-Instructions) ، وقد أدى استخدام هذه الطريقة مع طرق الإشراف الإجرائي إلى إعطاء نتائج أفضل ، وقد خلص ماكنباوم من هذه البحوث إلى أن التدريب على التعليمات الذاتية يمكن أن يكون فعالاً في تغيير الأنماط المعرفية، وكذلك الخاصة بعزو السلوك ، ولكنه حذر في نفس الوقت من أن فاعلية هذه الطريقة لم تتأكد بعد.

وأضاف ماكنباوم طريقة جديدة في تدريب حالات الفصام على تعديل سلوكهم، حيث اشتملت

التعليمات اللفظية التي يقولونها لأنفسهم على ما يلي :

١. إعادة صياغة مطالب المهمة أو الواجب.

٢. تعليمات بأداء المهمة ببطء وأن يفكر قبل التصرف.

٣. أسلوب معرفي باستخدام التخيل في البحث عن حل .

٤. عبارات التقدير للذات .

٥. عبارة توضح سبب عدم ملاءمة استجابة ضعيفة أو خاطئة .

٦. عبارة تصف كيفية التعامل مع الفشل، وكيفية الوصول إلى الاستجابة المناسبة.

ويرى مايكنباوم ( Meichenbaum , 2001 ) أن فكرة التدريب على الأحاديث الذاتية أو التعليمات الذاتية تعتمد على فرض مؤداه أن " الأشياء التي يقولها الناس لأنفسهم تساعد على تنفيذ باقي الأشياء التي يفعلونها"، فسلوك الإنسان يتأثر بالجوانب المختلفة لأنشطته، والتي توجه بتكوينات متنوعة مثل الاستجابات الفيزيولوجية ، وردود الفعل الوجدانية ، والمعارف ، والتفاعلات الاجتماعية (الخاصة بالعلاقات مع الآخرين) ، ويعتبر الحديث الداخلي أو المحادثة الداخلية أحد هذه الأنشطة أو التكوينات .

إن فكرة الحديث الذاتي أو التعليمات الذاتية التي تبناها مايكنباوم تبنى على بحوث علماء النفس الروس في مجال اللغة، وخاصة بحوث فايغوتسكي ( Vygotsky ) ، الذي توصل الى أن سلوك الأطفال ينتظم في البداية من خلال تعليمات يعطيها لهم الكبار، ثم بعد ذلك يكتسبون القدرة على ضبط سلوكهم الشخصي من خلال تعليمات صريحة يقولونها لأنفسهم ، وتتحوّل فيما بعد إلى تعليمات داخلية ضمنية ( Meichenbaum , 2001 ) .

ويشير مايكنباوم إلى وجود وظيفة ثانية للحديث الذاتي الذي يتم داخل الفرد ، وهي التأثير وتغيير الأبنية المعرفية (Cognitive Structures)، والبنية المعرفية هي التي تعطي نسق المعاني أو المفاهيم (التصورات) التي تمهد لظهور مجموعة معينة من الجمل أو العبارات الذاتية . ويعتقد مايكنباوم إن الأبنية المعرفية تحدد طبيعة تغير الحديث الداخلي ، ولكن تغييرات المحادثات الداخلية تؤدي أيضاً لتغيرات في الأبنية المعرفية ، الأمر الذي جعل مايكنباوم ينظر لهذه العملية على أنها دائرية .

### ثانياً : إستراتيجية التنظيم الذاتي

تشير عملية التدريب على التنظيم الذاتي إلى مجموعة من الأساليب المعرفية والسلوكية التي توظف بهدف مساعدة الأفراد على التحكم الذاتي بالسلوك الشخصي في العديد من الأماكن والمواقف المختلفة، ويعني ذلك إيجاد أنماط سلوكية جديدة تمكن الفرد من التحكم بنفسه وبالتالي ينصب الاهتمام بالتنظيم الذاتي على مقدمات السلوك والعمليات المعرفية الوسيطة ونواتج السلوك بسبب كونها جميعاً عمليات تتحكم بالسلوك (Grandvold , 1994) .

وتعتبر إستراتيجية التنظيم الذاتي أحد أشكال تعديل السلوك ، حيث تقوم على أساس الافتراض بأن الإنسان يستطيع ممارسة السيطرة على سلوكه ودوافعه، وهذا الافتراض يتعارض مع المبادئ السيكولوجية الأساسية، والتي ترى بأن المحيط هو الذي يفرض السيطرة وليس الفرد نفسه (عبد الستار،

.(١٩٩٤).

وفي استراتيجية تنظيم الذات يتخذ الأفراد قرارات متعلقة بسلوكيات محددة يريدون ضبطها أو تغييرها، بحيث يتمكن الفرد من اكتشاف أن السبب الرئيسي في عدم قدرتهم على تحقيق أهدافهم هو قلة مهارات معينة لديهم. ويستخدم الباحثون عدداً من المصطلحات للإشارة لنفس المفهوم من مثل : الضبط الذاتي (Self-Control)، إدارة وتوجيه الذات (Self-Management) ، (Cormier & Cormier, 1991).

وقد وضعت مجموعة من الأساليب التي تتميز بها استراتيجية تنظيم الذات الفعال من قبل ماري (Mary, 1999) التي تتمثل بما يلي :

١. تكون استراتيجيات تنظيم الذات فعالة أكثر إذا استخدمت مع الأفراد كمجموعة وليس كحالات فردية .

٢. الثبات في استخدام الاستراتيجية أمر أساسي وضروري، فإذا لم تستخدم بشكل نظامي في فترات محددة، فإن فاعليتها ستكون محدودة في إحداث تغييرات هامة.

٣. الإهتمام بوضع أهداف واقعية ، وتقييم الدرجة التي يمكن أن تتحقق بها هذه الأهداف .

٤. استخدام التعزيز الذاتي ، وهو عنصر مهم في تنفيذ استراتيجية تنظيم الذات.

٥. توفير الدعم البيئي للمحافظة على التغييرات الناتجة عن استراتيجية التنظيم الذاتي .

إن عملية التدريب على التنظيم الذاتي تتضمن التدريب على مجموعة من الأساليب المعرفية والسلوكية التي توظف بهدف مساعدة الأفراد على التحكم الذاتي بالسلوك الشخصي— في العديد من المواقف المختلفة ، وهذا ما يسمى باستراتيجية التعميم (Generalization strategy) والتي تمتد إلى إيجاد أنماط سلوكية جديدة بحيث يتحكم الفرد في نفسه وبالتالي ينصب الاهتمام بالتنظيم الذاتي على مقدمات السلوك والعمليات المعرفية الوسيطة ونواتج السلوك بسبب كونها جميعاً عمليات تتحكم بالسلوك (Grandvoid.1994) .

كما تستند أهمية الضبط الذاتي بوصفها وسيلة لتعميم السلوك ؛ إلى حقيقة مفادها أن هناك سلوكيات عدة لا يستطيع أحد مراقبتها أو التحقق منها إلا الفرد نفسه ، وبالرغم من أن الضبط الذاتي قد يبدو غير واقعي ومن الصعب تحقيقه ، إلا أن نتائج البحوث العلمية والتربوية توصلت إلى إمكانية تطبيق هذا الإجراء بفعالية في كثير من الأحيان مع مستويات عمرية مختلفة . وكذلك في معالجة بعض الأنماط السلوكية غير التكيفية ، مثل النشاطات الزائدة والانطواء الاجتماعي ، والعدوان والاندفاع (الخطيب ، ٢٠٠٢) .

وهناك العديد من المفاهيم المرتبطة بعملية تنظيم الذات والتي تؤثر فيها ، وهي :

#### ١- مراقبة الذات Self Monitoring :

تعتبر عملية مراقبة الذات في تنفيذ استراتيجية التنظيم الذاتي ، والتي تبدأ بالشعور بالمشكلة وتنتهي بالحصول على معلومات عن السلوك المستهدف ، وتتضمن كل المحاولات التي تهدف إلى جمع المعلومات حول السلوك المشكل ، بهدف الوصول إلى معلومات دقيقة تساعد على تقييم هذا السلوك بدقة (Kanfer & Goldstein, 1984).

وغالباً ما تبدأ استراتيجية الضبط الذاتي بالمراقبة الذاتية، فالمراقبة الذاتية توضح للفرد طبيعة سلوكه وحجم المشكلة التي يعاني منها، ولقد أوضحت بعض الدراسات أن المراقبة الذاتية قد تؤدي في كثير من الأحيان إلى زيادة السلوك المقبول ، وتقليل السلوك غير المقبول (الخطيب، ٢٠٠٢).

#### ٢- التعزيز الذاتي Self Reinforcement

يشير التعزيز الذاتي إلى التغذية الراجعة للسلوك المرغوب فيه ، يقوم بها الفرد عن طريق تقديم معززات ذاتية بعد قيامه بتحقيق الأهداف المطلوبة منه حسب المعايير المعدة مسبقاً، لتعزز السلوك وتقويته، بحيث ينعكس ذلك على قدرته على ضبط ذاته. أي أن الطفل يعطي المعزز لنفسه ، وهذا الأسلوب يتم استخدامه في المراحل المبكرة لأنه سيكون له آثار إيجابية مستقبلية على التفكير بشكل مستمر وكذلك على السلوك الذي يقوم به الفرد ، ويمكن أن يدمج هذا الأسلوب مع الأسلوب السابق وهو التقييم الذاتي (الخطيب ، ٢٠٠٢).

#### ٣- تقدير الذات Self - esteem

يشير تقدير الذات إلى الحكم الذي يتبناه الفرد عن نفسه في مواقف حياتية عديدة ، حيث يتقبل الفرد هذا الحكم دون اعتراض أو تظلم لأنه من احساساته وانفعالاته تجاه الأحداث ، ويرضى بهذا الحكم ويحاول أن يتباهى بذاته إذا كان هناك نوع من النجاح ، ويحجب نفسه عن الآخرين إذا كان حكمه بالفشل على ذاته، فهو تقييم ذاتي للصفات الذاتية التي تظهر في المواقف الحياتية .

وتؤكد ولفلك ( Woolfolk,1998) أن تقدير الذات المرتفع هو أكثر الأدوات التي يمكن أن يستخدمها الفرد للحصول على حالة التوافق ، فيستطيع أن يقتحم المواقف الجديدة والصعبة دون أن يفقد شجاعته ، كما يمكنه مواجهة الفشل في الحب أو العمل دون أن يشعر بالحزن أو الانهيار لمدة طويلة ، بينما يميل الفرد ذو تقدير الذات المنخفض إلى الشعور بالهزيمة حتى قبل أن يقتحم الموقف الجديد أو الصعب ، حيث أنه يتوقع فقدان الأمل مسبقاً.

## المهام المشتركة في العلاج السلوكي المعرفي :

لقد طور مايكنباوم ( Meichenbaum , 2001 ) سبع مهام يشتمل عليها العلاج السلوكي المعرفي ، وهي :

أولاً : طور علاقة تعاونية مع المريض ثم أتركه يروي قصته ، يعتبر التعاون بين المريض والمعالج ضروري لجميع أشكال العلاج السلوكي . كما أن موقف المعالج المتفهم والمشجع للمريض على شرح وضعه يقوي التعاون بينهما .

ثانياً : ثقف المريض حول المشكلة المرضية التي يعاني منها ، ويتم ذلك من خلال تقديم المعلومات للمريض بعد أن يقوم المعالج بمعرفة الحالة المرضية عن طريق الأسئلة والإختبارات وإجراءات المراقبة للمريض .

ثالثاً : ساعد المريض على إعادة تصور مشكلته بطريقة أكثر تفاعلية، وهنا يساعد المعالج المريض عن طريق تصور المشكلة بطريقة أكثر إيجابية من خلال إعادة البناء المعرفي للمريض وتغيير أفكاره.

رابعاً : تأكد من توفر مهارات التحمل لدى المريض ، يجب تعليم المريض مهارات التحمل التي تلزم في العلاج السلوكي المعرفي وهي : مراقبة الذات ، وتمارين الإسترخاء ، والتعليم الذاتي ، والتدريب التخيلي ، وإعادة البناء المعرفي، والتدريب الحازم ، ومهارات الوقاية من الإنتكاسات .

خامساً : شجع المريض على القيام بالتجارب الشخصية، عندما ينخرط المريض في الحياة العملية بمفرده فإنه يبدأ بالتفكير بشكل صحيح ويعمل على بناء مفهوم ذاتٍ قوي.

سادساً : ساعد المريض على تقبل التغييرات التي حدثت لديه ، من خلال تزويده بالبيانات التي تساعد على معرفة حدوث التغيير ، ويتم التركيز والأهتمام بكيفية حصول مثل هذه التغييرات .

سابعاً : ثقف المريض بكيفية تجنب الإنتكاسات ، إن تثقيف المريض من قبل المعالج حول الإنتكاسات المتوقعة يساعد المريض في المحافظة على المستوى الذي وصل إليه بعد العلاج .

## التدريب على التحصين ضد الضغوط

تشبه هذه الطريقة عملية التحصين البيولوجي ضد الأمراض العامة ، وهي تقوم على أساس مقاومة الضغوط عن طريق برنامج يعلم الفرد أن يواجهه أو يتعامل مع مواقف متدرجة من الضغوط . وهذا الأسلوب متعدد الأوجه نظراً لما يحتاجه من مرونة في مواجهة المواقف المتنوعة للضغوط وكذلك لوجود فروق فردية وثقافية وأيضاً لتنوع أساليب المواجهة .

ويرى " مايكنباوم " ( ١٩٩٧ ) ، وهو واحد ممن أسسوا فن مهارات مجابهة الضغوط ، كما ورد في ماكاي وإيشيلمان وديفيز ( ٢٠٠٥ ) أن رد فعل الخوف يتضمن تفاعلاً بين عنصرين رئيسيين هما : الاستثارة الفسيولوجية للفرد ، والخواطر الخاصة التي تفسر- الموقف على أنه يمثل تهديداً أو يشكل خطورة على الفرد ، وتعزى الاستثارة الفسيولوجية إلى حالة القلق أو الخوف . إن تقييم الخطر والعنوان الذي تضعه لاستجابة الجسد هما القوتان الحقيقيتان اللتان تحددان ماهية رد الفعل العاطفي الذي يشعر به الفرد . وهذا يفسر- لماذا نجد نفس الشخص الذي يهوى "مشاعر الإثارة" التي يحس بها أثناء قفزه بالمظلة من الطائرة ، أنه يقفز من مقعده رعباً وهو يصرخ في فزع عندما يرى فأراً منزلياً يسير على الأرض ، وتنتابه ثورة غضب يوم عيد ميلاده عندما تقدم له خبتيته كعكة الشيكولاتة .

وفي جميع المواقف الثلاثة يخوض هذا الشخص رد فعل القتال أو الهروب . ففي الحالة الأولى يرى القفز من الطائرة بمثابة مغامرة مثيرة ويضع عنواناً لأحاسيسه الجسمانية فيسميها " الإثارة " ، فهي بالفعل تعمل على الارتقاء بما يشعر به من متعة في تجربته تلك.

وفي الحالة الثانية يعتبر الفأر عدوه اللدود نتيجة لوجود بعض المعرفة المسبقة التي أثرت عليه تأثيراً سلبياً ، وهو يفسر استثارته الفيسيولوجية على أنها خوف ، وهو ما يزيد يقينه بأن الموقف خطير .

وفي الحالة الثالثة ، يؤمن بأن خبتيته لا تفكر جيداً لأنه سبق أن قال لها انه يعاني من حساسية تجاه الشيكولاتة ، فاستثارته الفيسيولوجية تثبت له مدى خطأ سلوكه هذا. ومع التدريب على مهارات المجابهة ، يتعلم المرء كيف يسترخي لدى ظهور أولى علامات الشد العصبي لديه فيقاوم خواطر القلق بخواطر مجابهة الضغوط ومكافحتها عندما يواجه موقفاً مشحوناً بالتحدي . وهذا التدريب لا يفترض فيك القدرة على التمكن من السيطرة على القلق أو الغضب بحيث لا يعودان من جديد مطلقاً. وأما يمنحك استراتيجيات فعالة في التعايش مع الضغوط ومجابهتها بحيث تنمو الثقة في قدراتك على التعامل مع أي موقف ، مهما بدا لك مسبباً للضييق في بادئ الأمر .

## استراتيجية التخيل الانفعالي للتحصين ضد الضغوط

لقد أدخل ( ماكسي- مولتسبي ) فكرة التخيل الانفعالي العقلاني في مواجهة الضغوط حيث يرى أن هذه الإستراتيجية من شأنها أن تحصن الفرد من الضغوط وتعديل المشاعر المشحونة بالتوتر لديه ، وتعمل هذه الإستراتيجية على النحو التالي :

١ - تخيل الحدث المشحون بالضغوط ، ولاحظ جميع المشاهد والأصوات والروائح والملابس التي ترتديها والمكان ، وكل ما قيل في هذا الحدث .

٢ - وبينما أنت تتخيل هذا الموقف بوضوح ، دع شعورك بعدم الإرتياح ينتابك . مثل مشاعر الغضب أو الخوف أو القلق أو الخجل ، ولا تحاول تجنب الإنفعالات والمشاعر السلبية .

٣ - بعد تجربة الإنفعالات والمشاعر المشحونة بالضغوط ، إعمل على تغييرها بنفسك . بحيث تعمل على تغيير العاطفة بشكل جذري ، فتستبدل مشاعر القلق والخوف والإحباط والأسف بمشاعر الثقة ، ولو لبضع لحظات .

٤ - بعد أن اتصلت بالمشاعر المثيرة للضغوط ودفعتها بعيداً عنك ، ولو لبرهة وجيزة، يمكنك أن تتفحص الأسلوب الذي اتبعته في القيام بذلك ، وما الذي قلته لنفسك وما هي الأفكار التي كنت تحدث بها نفسك كي تتخلص من تلك المشاعر المثيرة للضغوط .

٥ - وبعد معرفتك للأسلوب الذي غيرت به من الإنفعالات المسببة للتوتر إلى مشاعر وإنفعالات أكثر ملاءمة . يمكنك إحلال معتقدات جديدة ، ومتكيفة في أي وقت تشاء ، وكلما كنت واعياً وعمقاً بعمق مهدى نجاح المعتقدات الجديدة في دفعك بعيداً عن التوتر والشد العصبي وفي توليد مشاعر وإنفعالات بداخلك تكون أكثر قابلية لاحتمال الضغوط (ماكاي وإيشيلمان وديفيز ، ٢٠٠٥) .

ويرى مايكنباوم (2001 , Meichenbaum) أن طريقة التدريب على التحصين ضد الضغوط تشتمل على ثلاث مراحل هي :

١- مرحلة التعليم

في هذه المرحلة يزود الفرد بإطار تصوري لفهم طبيعة ردود الفعل الصادرة عنه تجاه الضغوط ، ويكون ذلك بأسلوب بسيط ، ويكون الهدف من تحديد هذا الإطار هو مساعدة الفرد على أن ينظر للمشكلة بشكل منطقي، وأن يتعاون مع التوجيه المناسب. وبعد ذلك يشجع الفرد على النظر إلى خوفه أو ردود فعل الإنضغاط لديه على أنها تتكون من أربع مراحل بدلاً من كونها تبدو في صورة واحدة، وهذه المراحل هي :

أ - الإعداد للموقف الضاغط .

ب - مواجهة الموقف الضاغط والتعامل معه .

ج - احتمال أن يكون الموقف الضاغط شديداً عليه .

د - تعزيز نفسه على أنه قد تخلص من الموقف الضاغط .

٢- مرحلة التكرار

وفي هذه المرحلة يؤكد ماكنباوم (Meichenbaum , 2001) على ما يقوم به المدرب بتزويد الفرد بأساليب المواجهة والتي تشتمل على إجراءات مباشرة ووسائل مواجهة معرفية يستخدمها في كل من المراحل الأربع. وتشتمل الإجراءات المباشرة على الحصول على معلومات حول الأشياء المخيفة له، والإعداد لطرق الهروب، والتدريب على الاسترخاء. أما المواجهة المعرفية فتشتمل على مساعدة الفرد أن يصبح واعياً بالعبارات السلبية القاهرة للذات واستخدامها كإشارات على تكوين عبارات ذاتية غير مناسبة للمواجهة .

٣- مرحلة التدريب التطبيقي

وفي هذه المرحلة يؤكد ماكنباوم (Meichenbaum , 2001) على قدرة الفرد في استخدام أساليب المواجهة للمريض كأن يعرض له في المختبر سلسلة من الضغوط المهددة للأنا، كما يساعد المدرب بنمذجة استخدام مهارات المواجهة ، كذلك يساعد على التدريب في صور متعددة ، بحيث يشتمل على مجموعة من الأساليب العلاجية والتي تشتمل على الكلام ، والمناقشة، والنمذجة ، وتعليمات للذات وعملية تكرار السلوك وكذلك التعزيز .



## خطوات التدريب على مجابهة الضغوط

يشير مايكنباوم ( ١٩٩٧ ) ، الذي ورد في ماكاي وإيشيلمان و ديفيز ( ٢٠٠٥ ) أن التدريب على مجابهة الضغوط يتضمن خمس خطوات ، هي :

١- مهارات الإسترخاء . تساهم التدريبات على الاسترخاء مثل : التنفس من الحجاب الحاجز، والاسترخاء المطرد والاسترخاء المطرد دون توتر ، والاسترخاء تحت سيطرة التلميحات على إكساب مهارات المجابهة للضغوط المتوقعة .

٢- تسلسل الأهمية للأحداث المشحونة بالضغوط . من أجل تطبيق مهارات المجابهة في المواقف الحياتية ، وبناء تسلسل أو لائحة شخصية ، للمواقف المشحونة بالضغوط ، تبدأ بأقلها تسبباً في الضيق وتنتهي بأكثرها تسبباً .

٣- خواطر المجابهة . يفضل أن تضع قائمتك الخاصة من الخواطر التي تساعدك على مجابهة الضغوط . وسوف تستغل هذه الخواطر في مساعدتك على اجتياز الأوقات التي تشعر فيها بالقلق أو الغضب .

٤- مهارات المجابهة التخيلية. باستعمال الخيال ، يمكنك استدعاء أي موقف مشحون بالضغوط في التسلسل الذي صنعه وتجرىه الشعور بالتوتر والعواطف المسببة للضيق المرتبطة به ، وبعدها طرد التوتر ومقاومة خواطرك المسببة للضغوط بخواطر اخرى تكافحها. هذا التدريب الذي تجربته في مخيلتك يؤهلك لتوجيه رد فعل الضغوط نحو الاتجاه المعاكس عندما تكون في مواجهة النيران في الحياة الواقعية.

٥- مهارات المجابهة الفعلية. بعد أن أتممت الخطوات الأربع الأولى ، ستبدأ في تطبيقها في مواقف التحدي في حياتك اليومية. وفي نهاية الأمر ، تصبح تمرينات الاسترخاء الذاتي وخواطر مجابهة الضغوط آلية في أي موقف مشحون بالضغوط.

## أساليب إعادة البنية المعرفية

ويقصد ما يكتسب ( Meichenbaum , 2001 ) بهذا الأسلوب قدرة المدرب على توفير مجموعة من الطرق العلاجية التي يتم وضعها تحت مسميات العلاج بإعادة البنية المعرفية أو العلاج بالدلالات اللفظية ، حيث تركز هذه الطرق على تعديل تفكير الفرد واستدلالاته وافتراضاته ، والاتجاهات التي تقف وراء الجوانب المعرفية لديه ، وينظر في هذه الحالات إلى المرض العقلي على أنه اختلال في التفكير يشتمل على عمليات تفكير محرفة تؤدي إلى رؤية محرفة للعالم ، وإلى انفعالات غير سارة وصعوبات ومشكلات سلوكية ، وتمثل هذه الطرق ما يعرف باسم العلاج المبني على الاستبصار Insight Oriented Therapy ، وفي هذه المجموعة الواسعة من الطرق فإنها لا تمثل طريقة أو نظرية واحدة للعلاج وإنما علاجات مختلفة ، وفيما يلي بعض التصورات حول الجوانب المعرفية لدى الأفراد:

١- العمليات المعرفية باعتبارها أنظمة تفكير غير عقلائي :

يدخل في هذا التصور ذلك النموذج الذي وصفه ألبرت إيليس الذي يرى أن الأفكار غير العقلانية هي التي تؤدي إلى الاضطراب السلوكي والاضطراب الانفعالي .

٢- العمليات المعرفية باعتبارها أنماط تفكير خاطئ :

ويدخل في هذه المجموعة ذلك النموذج الذي قدمه بيك Beck والذي يركز على أنماط التفكير المشوه أو المحرف الذي يتبناه الفرد أو المريض، وتشتمل التحريفات على استنتاجات خاطئة لا يقوم عليها دليل، وكذلك على مبالغت في أهمية الأحداث ودلالاتها أو خلل معرفي أو نقص في اعتبار عنصر- هام في الموقف أو الاستدلال المنقسم أو رؤية الأشياء على أنها أبيض وأسود ، خير أو شر ، صحيح أو خطأ ، دون وجود نقطة وسط (Cory, 1991) .

٣- الجوانب المعرفية كأدلة على القدرة في حل المشكلات ومهارات التعامل :

إن التركيز على مهارات تكيفية ومعرفية معينة تساعد على تعليم المسترشدين مهارات حل المشكلات ضمن خطوات متسلسلة تتضمن التعرف على المشكلة ، وتوليد البدائل الخاصة بالحلول ، واختيار واحد من هذه الحلول ثم اختبار كفاءة هذا الحل . وفي أسلوب حل المشكلات فإن المسترشدين يتعلمون كيف يواجهون ويحلون مشكلة ما في مواقف مستقبلية بينما في مهارات المواجهة فإنهم يتعلمون من خلال موقف يشكل عقبة أو مشكلة حقيقية ( Meichenbaum , 1996 ) .

## فنيات الإقناع القائم على الحوار

يشير كوري (Cory, 1991) إلى أن فنيات الإقناع القائمة على الحوار هي مكون هام من تلك المكونات التي يتضمنها العلاج المعرفي السلوكي بدءاً من تقديم الأساس المنطقي للعلاج إلى إقناع الفرد بضرورة العلاج و أهمية الالتزام به ، ومن خلال توضيح مسؤولية الفرد الشخصية في حدوث الاضطراب وذلك بسبب ما يعتقدده وما يعتقد فيه من أفكار مشوهة واعتقادات لاعقلانية تلعب الدور الرئيسي في حدوث ذلك الاضطراب و من ثم تصبح عليه مسؤولية شخصية في خفض حدة ذلك الاضطراب أو التخلص منه وذلك من خلال تصحيح و تعديل تلك الأفكار والاعتقادات المختلة وظيفياً وابدالها بأفكار واعتقادات عقلانية أخرى . و في سبيل ذلك يمكن استخدام عدد من الفنيات تعرف بفنيات الإقناع القائم على الحوار ، على النحو التالي :

### ١. الإستجابة الدالة على الشك من جانب المعالج

ويتم من خلال هذه الفنية العمل على تقليل التنافر بين معارف الفرد واعتقاده أو ما يسود لديه من قيم من خلال استخدام أسلوب يدل على الشك أو الإعتقاد اللاعقلاني ( Fennell,1983 ) .

### ٢. تقديم الأساس العقلاني للعلاج :

ويتم من خلال هذه الفنية التي طورها فينيل Fennell تقديم الفرضيات الأساسية في العلاج ، والاعتقادات النظرية المرتبطة بذلك ، والأدلة التجريبية التي تؤيد الإجراءات العلاجية المتبعة وذلك بأسلوب غير فني يتسم بالبساطة والوضوح. و تكمن أهمية ذلك في تبصير الفرد بالأساليب العلاجية التي يمكن اتباعها ودورها في العملية العلاجية مما يعمل على إعداده لتقبل تلك الأساليب وتجنب الأفكار التي تدل على المقاومة ( محمد ، ٢٠٠٠ ) .

### ٣. التحليل و التقييم التجريبي :

ويتم من خلال هذه الفنية إجراء المقارنة بين الملاحظات الواقعية والأدلة التجريبية المرتبطة بمحتوى المعارف ، وهو ما يسمح بتقييم مدى واقعية تلك المعارف . فإذا ما كان الفرد مثلاً يعتبر نفسه فاشلاً لا يؤدي أي شيء بنجاح فإنه يتم الرجوع الى تاريخه السابق وتحديد ما أنجزه من أعمال بنجاح و ما أخفق فيه ، فيتضح أنه قد أنجز بعض المهام التي تم تكليفه بها وهو ما يعني أنه غير فاشل ( الخطيب ، ٢٠٠٣ ) .

#### ٤. التعارض بين المعارف والاعتقادات السائدة :

ويتم من خلال هذه الفنية العمل على تناول موقف معين يتضح من خلاله وجود تعارض بين أفكاره وبين ما لديه من قيم أو اعتقادات ، وهو ما يؤدي به إلى تعديل هذه الفكرة غير العقلانية من خلال التخلص من التنافر الواضح (Cory, 1991) .

#### ٥. تقليل لامعقولية الأفكار :

ومن خلال هذه الفنية يقوم المدرب بافتراض وليد اللحظة بأن الفكرة اللاعقلانية التي يطرحها الفرد تعد صحيحة ومقبولة ، ثم يعمل بمساعدة الفرد على تناولها منطقياً فيبدو على الفور للفرد أنها فكرة لامعقولة ( محمد ، ٢٠٠٠ ) .

#### ٦. التحليل المنطقي والتقييم :

ويتم من خلال هذه الفنية التي طورها فينيل ( Fennell,1983 ) تطبيق أساسيات المنطق بغرض تعديل معارف الفرد وأفكاره اللاعقلانية. ويمكن في هذا الإطار توجيه المناقشة المنطقية إلى أمرين أساسيين هما :

أ- عدم توفر الصدق المنطقي للاعتقادات والأفكار التي يعتقد فيها الفرد و يؤمن بها .

ب- عدم الاتساق بين سلوكه وبين تلك الاعتقادات و الأفكار التي يعتقد فيها الفرد و يؤمن بها.

## الدراسات السابقة :

سيتم استقراء الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة التي تتضمن برنامجاً مبنياً على تعديل السلوك المعرفي وتأثيره على الأنماط السلوكية وتحديدًا التشدد بالرأي (الدوغماتية) ، وذلك في الدوريات العلمية المتوفرة وإطروحات الدكتوراه ورسائل الماجستير والشبكة الإلكترونية وستعرض بعض هذه الدراسات على النحو التالي :

### أولاً: الدراسات التي تناولت تعديل السلوك المعرفي

أجرى شو (Shaw, 1977) دراسة هدفت إلى مقارنة ثلاثة أساليب علاجية في خفض الاكتئاب لدى مجموعة من الطلاب الجامعيين. وزع أفراد العينة إلى أربع مجموعات، تلقت الأولى تدريباً على أسلوب بيك (Beck) في علاج الاكتئاب، وتلقت الثانية تدريباً سلوكياً على أسلوب لوينسون (Lewinsohn)، فيما تلقت المجموعة الثالثة تدريباً على العلاج المتمركز حول الذات، وكانت المجموعة الرابعة عبارة عن مجموعة ضابطة. وقد استمر العلاج لمدة أربع جلسات بواقع ساعتين لكل جلسة، وكان عدد الأفراد في كل مجموعة ٨ أفراد. أظهرت النتائج على مقياس بيك (Beck) للاكتئاب أن العلاج المعرفي أكثر الأساليب فعالية مقارنة مع باقي الأساليب، كما أظهرت فعالية الأساليب الأخرى مقارنة مع المجموعة الضابطة.

كما أجرى رينولد وكوتس (Renold & Cots, 1987) دراسة هدفت إلى مقارنة أثر كل من العلاج السلوكي - المعرفي وأسلوب التدريب على الاسترخاء على كل من الاكتئاب والقلق وتقدير الذات. تكونت العينة من (٣٠) طالباً يعانون من الاكتئاب، تم اختيارهم من مدرسة ثانوية وقسموا إلى ثلاث مجموعات : مجموعة تلقت التدريب على العلاج السلوكي - المعرفي، ومجموعة تلقت التدريب على الاسترخاء، ومجموعة ضابطة. وقد تمت مقابلة الأفراد في المجموعات التجريبية على شكل مجموعات صغيرة لمدة (٥) أسابيع ، وبواقع (٥٠) دقيقة لكل جلسة. وقد تم استخدام كل من مقياس بيك Beck للاكتئاب، ومقياس روزنبرغ Rosenberg لتقدير الذات، ومقياس قلق الحالة - السمة. وقد كان أفراد المجموعتين التجريبيتين متفوقين على أفراد المجموعة الضابطة في خفض أعراض الاكتئاب ، كما دلت عليه المقاييس البعدية، وفترة المتابعة التي استمرت لمدة (٥) أسابيع. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة بين المجموعتين في فعاليتيهما في خفض الاكتئاب، كما أشارت النتائج إلى أن أفراد المجموعتين التجريبيتين أظهرتا تحسناً دالاً في مفهوم الذات، وأظهرتا انخفاضاً دالاً في مستوى القلق .

بينما أجرى ماننج ( Manning , 1988 ) دراسة استخدم فيها استراتيجية التعلم الذاتي المعرفي لطلبة الصف الأول والثالث وقارن أداءهم بأداء مجموعة ضابطة من نفس الصف فوجد تحسنا في أداء الطلبة وتعديل سلوكهم المعرفي ، ولاحظ المعلمون التحسن في التعلم لديهم كذلك ، كما لاحظ ماننج في دراسته تحسناً في موقع الضبط لأفراد عينة الدراسة حينما يتقدمون في استخدام استراتيجية التعلم الذاتي المعرفي واصبحوا اكثر ضبطا داخليا، وقد ظهر هذا التحسن في مدة قصيرة لم تتجاوز الأربعة أسابيع وتم الطلب فيما بعد من الأمهات لتسجيل أنماط السلوك التي أظهرها هؤلاء الطلبة في البيت ، فسجلت الأمهات ملاحظات تظهر التحسن في الأداء التعليمي والسلوك اليومي .

في حين حاولت دراسة ديورا وسميث (Deborah & Smith, 1988) خفض السلوك الفوضوي بواسطة إجراءات إدارة الذات. تكونت العينة من (٤) طلاب، (٣) طلاب ذوي اضطرابات سلوكية، وطالب واحد ذي صعوبة تعلميه، مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة من طلاب عاديين. تلقت المجموعة التجريبية برنامجاً تدريبياً في الإدارة الذاتية، أما المجموعة الضابطة فلم تتلق أي برنامج. وقد بينت النتائج أن السلوك الفوضوي انخفض عند طلاب غرفة المصادر بشكل ملحوظ بفعل استراتيجية التنظيم الذاتي .

وفي دراسة قام بها راندل وثير (Randul & Thyer, 1998) التي هدفت إلى مقارنة أثر كل من العلاج المعرفي لوحده ، والعلاج المعرفي مع مهارات الاتصال بالإضافة إلى تأكيد الذات . تم استخدام قائمة بيك Beck ، ومقياس العلاقات الاجتماعية لميلر (Miller) ، والذي تم أخذ قياساته على فترات العلاج القبلي والبعدي . ثلاث نساء تلقين العلاج المعرفي لوحده، وثلاث تلقين العلاج المعرفي ممزوجاً بالحوار الموجه. أشارت النتائج إلى انخفاض متوسط درجات الاكتئاب لدى كل النساء، من ناحية ثانية فإن النساء اللواتي تلقين علاجاً من نوع الحوار الموجه (معرفي ومهارات اتصال وتأكيد ذات) قد أظهرن تحسناً أكبر على مقياس العلاقات الاجتماعية مقارنة مع اللواتي تلقين علاجاً معرفياً لوحده، وبصفة غير نهائية فإن هذه النتائج تقترح أن المزج أو الربط بين الأساليب العلاجية مثل الحوار الموجه ربما يكون له نتائج أكثر إيجابية من استخدام الأسلوب لوحده .

وفي دراسة أخرى لماننج ( Manning , 1990 ) كما ورد في ( قطامي، ٢٠٠٤ ) والتي أجريت على طلبة الصف الرابع الابتدائي ممن يعانون مشكلات في صعوبة تركيز الانتباه على مهمات التعلم الصفي ، فقد تم تعليم الطلبة استراتيجية تعليم الذات المعرفي لتحسين عادات التعلم الصفي وتم قياس أدائهم بعد مدة استغرقت أربعة اشهر ، أظهرت النتائج تحسناً كبيراً في قدرتهم على التركيز والانتباه الصفي ، وإنهاء المهمات التي يكلفون بها وزيادة درجة الاستقلال في الأداء لديهم ، وقد تضمنت

استراتيجية التعليم الذاتي ثلاث استراتيجيات فرعية وهي : النمذجة والممارسة والتدريبات والتزويد بأمثلة ( Cueing ) .

وأجرى روبنسون وسميث وميلر وبرونويل (Robinson, Smith, Miller, Brownell, 1991) دراسة هدفت إلى استخدام تعديل السلوك المعرفي لمعالجة العدوانيين والمندفعين وذوي النشاط الزائد، حيث قام الباحثون بمراجعة (٢٣) دراسة تناولت أسلوب تعديل السلوك المعرفي (CBM) وبالتحديد استخدام تعليمات الذات المنطوقة (العنلية)، في خفض السلوك الاندفاعي وذوي النشاط الزائد، وسلوك القلق والخوف والرعب، وكذلك اضطرابات السلوك الاجتماعي، وتوصلت الدراسة من خلال تحليلها للدراسات السابقة إلى أن الطرق السلوكية التقليدية في العلاج فشلت في التنبؤ، وفي تفسير السلوك الإنساني المعقد. وإن أسلوب تعديل السلوك المعرفي في الخمس والثلاثين سنة الماضية أثبت فعاليته في معالجة السلوكيات المعقدة، كالاندفاعية، والعدوانية، والنشاط الزائد، والانطوائية على افتراض أن العمليات المعرفية هي المسؤولة والمحركة للسلوك الظاهر، وبهذا فإن أساليب (CBM) تكون نتائجها أكثر ثباتاً، وعلى العكس من الأساليب السلوكية ذات النتائج المؤقتة، والتي فشلت في تحقيق تغير دائم في السلوك المشكل، وأشارت الدراسة إلى أهمية التعليمات الذاتية المذوتة في عملية ضبط الذات، وفي تنمية الصور الذهنية والتفكير الذي ينعكس على تنظيم السلوك، وأشارت الدراسة إلى أهمية أساليب (CBM) في تعديل السلوك، وأنها ذات مستقبل واعد في تعديل سلوك الأطفال والمراهقين والشباب، وتحديداً في المجال الأكاديمي والاجتماعي.

وقام بريندا (Brenda, 1998) بدراسة هدفت إلى استخدام برنامج إدارة السلوك المعرفي في تعديل السلوك لدى عينة من طلبة المدارس الإعدادية، حيث استخدمت هذه الدراسة إستراتيجية التعليم الذاتي، واستراتيجية مراقبة الذات واستراتيجية التعليم بالملاحظة في داخل غرفة الصف في ولاية ميزوري في الولايات المتحدة الأمريكية. وتوصلت الدراسة إلى أن أساليب تعديل السلوك المعرفي الثلاثة السابقة الذكر (CBM)، تعمل على ضبط الذات ومراقبتها من خلال زيادة الوعي بالعمليات المعرفية تجاه المهمة الموكلة إليهم، وبالتالي ينعكس على السلوك وأداء المهمة داخل غرفة الصف. ويزداد وضوح أهمية هذه الاستراتيجيات عند الطلبة الذين يعانون من مشكلات تعليمية وسلوكية واجتماعية مثل تشتت الانتباه والاندفاعية والانطواء وضعف الدافعية نحو المهمات والواجبات، كما تعمل هذه الاستراتيجيات على كسر حاجز الخوف والوجل لدى الطلبة، وأوصى الباحث بتحديد المعلم للمشكلة المنوي معالجتها أكاديمية كانت أم اجتماعية، وإحضار المواد اللازمة، واستخدام التعزيز بأشكاله المختلفة وإمكانية استخدام هذه الاستراتيجيات بأسلوب جماعي داخل غرفة الصف والذي ينعكس على الجو الدراسي، فيصبح أكثر فاعلية ونشاط، وبالتالي يحقق النجاح الفاعل.

كما أجرى ثومسون وجيرن (Thomson & Gern, 2002) دراسة هدفت إلى مساعدة طلبة الكليات لتجنب الفشل في التحصيل الأكاديمي، وبينت أن الطلبة الذين يخشون من الفشل هم طلاب جدد في الكليات لا يعرفون كيف يجب أن ينظروا لأنفسهم، وكيف يتعلمون، وكيف يفكرون، ولا يضعون استراتيجيات لمراقبة أنفسهم بشكل فاعل أثناء تقدمهم لتحقيق الهدف. ويضيف الباحث إلى أن هناك مسؤولية على المدرس، حيث يجب أن يكون نموذجاً معرفياً بالنسبة للطلبة، حيث يستطيع المدرسون استخدام التعليم الذاتي على جلب انتباه الطلبة ، وبالتالي زيادة الوعي لما يقومون به. وأشارت الدراسة إلى أن الطلبة الذين يتلقون الدروس من مدرسين يطبقون استراتيجيات التعليم الذاتي حققوا تقدماً أكاديمياً أكثر من الطلبة الذين يتلقون الدروس بالطريقة التقليدية.



## ثانياً : الدراسات التي تناولت سمة التشدد بالرأي (الدوغماتية)

اجرى اندرسون (Anderson , 1962) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الذكاء والتصلب ، والتأكد فيما اذا كانت الاناث من ذوات الذكاء المرتفع اكثر تصلبا من نظائرهن الذكور وتم استخدام اختبار للذكاء ومقياس للتصلب ، طبقا على عينة من (٢٩٠) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية وتوصلت نتائجها الى ان الاناث كن اكثر تصلبا من الطلبة الذكور .

كما اجري آفزيل (Afzel,1975) دراسة في كراتشي- الباكستانية بهدف التعرف على العلاقة بين التصلب/المرونة وبين التعلم العرضي (غير المقصود) وتم استخدام اختبار للتصلب واختبار للتعلم العرضي على عينة من طلبة الجامعة بلغت (٤٤) طالبا موزعين على اساس اختبار التصلب الى (٢١) طالباً متصلباً (٢٣) طالبا مرنا ، وقد توصلت الدراسة الى ان الطلبة المرنين كانوا افضل في التعلم العرضي من الطلبة المتصلبين وبدلالة احصائية كما لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التصلب والذكاء .

وفي دراسة الين و وايتلي (Allen & Whiteley ,1969) والتي استخدم فيها الأسلوب المعرفي ( التصلب/المرونة) كعنصر- بناء لتقويم السلوك الملاحظ للمعلم الفعال ، أشارت النتائج إن الأسلوب المعرفي ( التصلب/المرونة) كان اكثر المتغيرات فاعلية إذ تحدد المرونة المعرفية أبعاد التفكير بعقل مفتوح والقدرة على التكيف ، كما أشارت النتائج إلى أن للتدريب أثراً واضحاً على درجة التصلب المعرفي في سلوكيات المعلم ليصبح متقبلاً للمرونة المعرفية ، لان ( المرونة/ والصلابة) المعرفية من سمات الشخصية يمكن تعديلها والتحكم بها عن طريق التعليم والتدريب.

وفي دراسة الأعسر- (١٩٧٥) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين التفاعل الاجتماعي والجمود في الشخصية وذلك باستخدام عينة من (٥٠) طالبة في مستوى المرحلة الجامعية (٣٠) طالبة من القرى و(٢٠) طالبة من القاهرة ، وقد هدفت هذه الدراسة أيضا إلى فحص صحة الفرضية التي تشير إلى إن مستوى الجمود أو التصلب الفكري ينخفض نتيجة للنمو العقلي والفكري الناتج عن التعليم والنضج الزمني والتفاعل الاجتماعي . وقد أشارت النتائج إلى أن مستوى الجمود لدى طالبات الصفوف الأولى أعلى من الجمود لطالبات الصفوف الأخيرة وكذلك فان مستوى الجمود لدى طالبات الريف أعلى من مستوى الجمود لدى طالبات المدينة وبفارق ذو دلالة إحصائية .

وأجرى عثمان ( ١٩٨٧ ) دراسة تناولت مفهوم الذات وعلاقته بالتصلب لدى طلبة الجامعة وفي التخصصات المختلفة ، وبلغت عينة الدراسة (٢٧٠) من طلبة السنة الأولى والرابعة في كلية التربية بجامعة المنصورة ، واستخدم مقياس روكيش (Rokeach) للتصلب ، ومقياس هاربرت و روزلي

(Herbert and Rossie) مفهوم الذات والذي قام عثمان بإعداده للبيئة العربية . وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مفهوم الذات والتصلب عند طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة وان طلبة السنة الرابعة اقل تصلباً من طلبة السنة الأولى ، وان طلبة القسم العلمي والأدبي اقل تصلباً من طلبة القسم الصناعي .

كما أجرى ليكشمي ( Lakshmi,1982) دراسة في أمريكا بهدف معرفة تأثير بعض عوامل الشخصية في التصلب وتم تطبيق مقياس التصلب على عينة من طلبة الجامعة بلغت (٢٠٠) منها (١٦٥) من الذكور و (٣٥) من الإناث وقد أشارت النتائج إلى أن الإناث أكثر تصلباً من الذكور ، وان الطلبة الذين كانت أسرهم اقل تعليماً كانوا أكثر تصلباً وان الطلبة ذوي الدخل المتوسط كانوا أكثر تصلباً من ذوي

كما أجرى كابريرا ( Cabrera,1983) دراسة هدفت إلى تقويم طريقتين إحداهما التركيز على المحتوى والأخرى التركيز على المهارات ، في ضوء نموذجي المناقشة وغير المناقشة ، و دراسة أثر هذه الطرق على العقول المتفتحة والمغلقة (الدوغماتيه) للطلاب، وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (١٤٢) طالباً جامعياً من فصول الدراسات الاجتماعية بمدينة اورجينا ، واستخدمت الدراسة اختبار "روكيش" للدوغماتيه ودرجات تحصيل الطلاب في القراءة، وباستخدام معاملات الارتباط وتحليل التباين ، توصلت الدراسة إلى عدة نتائج كان منها : أن التعليم المركز على المهارات أدى إلى خفض الدوغماتيه عند الطلاب، بينما التعليم المركز على المحتوى ساعد على تنمية التفكير الناقد عند الطلاب منخفضي التحصيل .

كما أجرى مارلي ( Marley, 1988) دراسة هدفت إلى معرفة علاقة مفهوم الذات بالدوغماتيه ، وموقع الضبط لدى عينة من طلاب كلية التربية والمعلمين ، وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (١٢٥) طالباً وطالبة من طلاب السنة النهائية بكلية التربية، ومن المعلمين والمعلمات المشاركين في برنامج تدريب تربوي بجامعة كارولينا الجنوبية South Carolina ، واستخدمت الدراسة عدة أدوات منها : مقياس مفهوم الذات ، مقياس روكيش للدوغماتيه ، مقياس روتر Rotter لموقع الضبط ومقياس التفاعل بين المعلمين والطلاب ، وتوصلت الدراسة أن الأفراد ذوي مفهوم الذات السلبي أكثر دوغماتيه من الأفراد ذوي مفهوم الذات الإيجابي ، كما توصلت الدراسة كذلك أن الأفراد الدوغماتيين يتميزون بموقع الضبط الخارجي ، بينما الأفراد غير الدوغماتيين يتميزون بموقع الضبط الداخلي ، كما توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الدوغماتيه حيث أن الإناث أكثر دوغماتية من الذكور.

أما عن دراسة موسى وبشير (١٩٩١) وكانت بعنوان التطرف الديني لدى الشباب وكيفية مواجهته على عينة مكونة من (٧٨٠) طالباً، وتوصلت الدراسة إلى أن من أسباب التطرف : القوانين الوضعية، البطالة ، الغلاء، الاغتراب، إهمال التربية الإسلامية. وتوصلت أنه يمكن معالجة التطرف عن طريق ؛ استغلال الدين في تعديل الأفكار، الاهتمام بالأسرة، ضرورة الاهتمام بعقول الشباب.

وفي دراسة أخرى بعنوان الأساليب الوقائية الكافية للأفكار اللاعقلانية والاكنتاب قام بها ايليوت (Elliott,1992) حيث هدفت إلى إيجاد تفسيرات جديدة بشأن العلاقة بين الاكنتاب والأفكار اللاعقلانية في ضوء مفهوم الأساليب الوقائية الكافية. وقد خلصت الدراسة إلى أن هناك إشارات ودلائل إحصائية تشير إلى أن الرسائل السلبية الناتجة عن الحديث السلبي المتمثل بالنقد للذات هو المسؤول عن تشكيل بعض أشكال الاكنتاب . ولتجنب ذلك فيجب على الفرد أن يكتسب ويتعلم الأساليب الوقائية الكافية لمنع حدوث مثل هذا التفكير السلبي الناقد للذات . وعندما تفشل هذه الأساليب الوقائية ، فإن النتيجة هي الشعور بالاكنتاب، ومفهوم ذات سلبي .

كما قام هندي (١٩٩١) بدراسة العلاقة بين التدين والتطرف لدى طلاب جامعة أسيوط ، أجريت الدراسة على عينة مكونة من (٧٥٠) طالباً مسلماً، و(٢٥٠) طالباً مسيحياً، وتوصلت الدراسة إلى أن من مظاهر التدين : العبادات والعقائد والمعاملات والآداب والأخلاق ، ومن مظاهر التطرف : الفهم الخاطئ للدين ، ارتكاب المنكرات ، التعصب والعنف إزاء الآخرين .

كما قام بيومي (١٩٩٢) بدراسة هدفت للوقوف على الأبعاد الاجتماعية لظاهرة التطرف في المجتمع المصري، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) فرد، ومن بين النتائج التي توصلت إليها الدراسة : ارتباط التطرف بعدة عوامل منها: السن، المهنة، المستوى التعليمي، التكوين الأسري، المستوى الاقتصادي للأسرة، وأساليب التنشئة الاجتماعية.

كما أجرت عمراني (١٩٩٤) دراستها التي هدفت إلى الوقوف على الأبعاد الاجتماعية والاقتصادية لظاهرة التطرف الديني ، وأجريت الدراسة على (١٠٠) أسرة، وتوصلت إلى أن هناك علاقة بين مستوى السن والمستوى التعليمي والمهني والاقتصادي والموطن الأصلي للمبحوث وإدراكه لأسباب وعوامل التطرف، ومن أسباب التطرف تدني المستوى الاقتصادي والاجتماعي .

أما إسماعيل (١٩٩٦) فقد أجرى دراسة بعنوان "سيكولوجيا التطرف والإرهاب، إطار نظري وتطبيق ميداني" على عينة مكونة من (٣٢٧) من المواطنين الكويتيين ، وتوصلت الدراسة إلى أن المتزوجين أقل تطرفاً من غير المتزوجين ، وأن العمر والمستوى التعليمي ليس لهما أثر في ظاهرة الإرهاب ، والإناث أكثر رفضاً للتطرف من الذكور. وقد تعارضت نتائج هذه الدراسة مع نتائج الدراسات التي أشارت نتائجها إلى أن الإناث الراشدين يعطين استجابات متطرفة أعلى جوهرياً من الذكور الراشدين .

وفي دراسة بعنوان تغيير حالات العقل من أجل حياة أسعد، ناقش ويبر (Webber, 1997) كيف أن الأفكار اللاعقلانية يمكن أن تُفند، وأن يتم إحلال أفكار أكثر عقلانية محلها، وذلك بالتركيز على استراتيجيات نظرية العلاج العقلائي - الانفعالي لتغيير الأفكار الهدامة غير الصحيحة. وقد أظهرت النتائج أن استراتيجيات التنفيذ ساهمت في خلق حالات جديدة من التفكير المنطقي والذي انعكس بدوره على الشعور بالسعادة وخفض الاكتئاب، وكذلك متوسط درجات مفهوم الذات بسبب تغير أنماط التفكير.

وفي دراسة قام بها كل من داني وليندا (Danny & Linda, 1998) بعنوان المنهج العلاجي السلوكي - المعرفي في تنفيذ الأفكار اللاعقلانية : نموذج مرحلتين فقد أظهرت نتائج الدراسات على المسترشدين الذين لديهم أفكار لاعقلانية، أو ما يسمى بالأفكار الآلية، بأنهم لا يفكرون في توليد بدائل وحلول منطقية إضافية ذات علاقة بالأحداث السلبية التي تواجههم. علاوة على ذلك فإن هذه الأفكار الهدامة تعرف وتصنف بمدى واسع من الغموض والتقييم الذاتي والمستقل لكل فرد على حده، مما يجعل مهمة المعالج في تنفيذ تلك الأفكار اللاعقلانية مهمة صعبة. من هنا فقد هدفت هذه الدراسة إلى توظيف استراتيجيتين في تنفيذ تلك الأفكار اللاعقلانية وهما : نموذج التنفيذ الذي يعيد البناء المعرفي للفرد، والآخر هو النموذج الذي يشمل المستوى الحسي (Concrete) وذلك لمعرفة أثرهما على خفض مستوى الاضطرابات الانفعالية المزاجية، ومنها الاكتئاب. أظهرت النتائج أن أسلوب التنفيذ كان أكثر فعالية وقابلية للتطبيق، إضافة إلى تمكين المسترشد من قدرة توليد البدائل والحلول التي تساهم في خفض الاضطرابات الانفعالية، والتي تقود بالنهاية إلى تسهيل الأسلوب العلمي في حل المشكلات، وقد كانت عينة البحث من نوع دراسة الحالة.

كما أجرى شانج وبردويل (Cahng & Bridwell, 1998) دراسة بعنوان الأفكار اللاعقلانية (تفاوتل تشاؤم) وعلاقتها بالضغوط النفسية، هدفت إلى مقارنة أثر الأفكار اللاعقلانية على الاكتئاب، وأعراض القلق، تم تطوير مقياس لمسح الأفكار والمعتقدات. وأظهرت النتائج أن هناك علاقة موجبة بين بناء الأفكار اللاعقلانية والاضطرابات النفسية.

يتضح من الدراسات التي تناولت منهج تعديل السلوك المعرفي ، أن كلاً منها سعت إلى تحقيق هدفها باستخدام منهج تعديل السلوك المعرفي مقارنة مع باقي الأساليب الأخرى، وعلى سبيل المثال هدفت دراسة شو (Shaw, 1977) إلى مقارنة ثلاثة أساليب علاجية في خفض الاكتئاب .

وهدفت دراسة ماننج (Manning , 1988) إلى بيان أهمية استراتيجية التعليم الذاتي في تعديل السلوك المعرفي للطلبة ، وضرورة استخدامها من قبل المدرسين داخل الصف. كما هدفت دراسة مارلي ( Marley , 1998 ) إلى معرفة علاقة الدوغماتية بموقع الضبط لدى طلبة كلية التربية للمعلمين ، كما هدفت دراسة داني ولندا ( Danny & Linda,1998 ) إلى استخدام المنهج العلاجي السلوكي - المعرفي في تنفيذ الأفكار الآلية .

ويظهر من الدراسات السابقة أنها استخدمت عينات مختلفة من طلبة المدارس، والكليات الجامعية، ويتضح من بعض هذه الدراسات أنها استخدمت عينات من صفوف مختلفة ، وأوصت بإمكانية استخدام هذا المنهج مع مختلف الأعمار، مثل دراسة كل من بريندا ( Brenda , 1998 ) ، رينولد وكوتس (Renold & Cots, 1987) ، وباول ( Paul,2002) ، كما يظهر من الدراسات السابقة وخصوصاً الدراسات العربية أنها استخدمت المنهج الوصفي ، كما أن القليل من الدراسات الأجنبية اعتمدت على استخدام المنهج التجريبي في تعديل الدوغماتية لدى عينة من طلبة الجامعة كما هو الحال في هذه الدراسة .

وعليه فإن ندرة الدراسات العربية - حسب علم الباحث - التي تناولت منهج تعديل السلوك المعرفي وأثره على تعديل الدوغماتية لدى عينة من طلبة الجامعة ، يمكن أن يظهر أهمية هذه الدراسة ، التي تميزت ببناء برنامج تدريبي مبني على نظرية تعديل السلوك المعرفي لمايكنباوم (Meichenbaum) ، من خلال مواقف ومشكلات حياتية واقعية ، مستقلة عن المناهج الدراسية لتناسب موضوعات علم النفس التربوي ، إضافة إلى قيام الباحث بتعريب مقياس روكيش للدوغماتية وتطويره للبيئة الأردنية .

## الفصل الثالث الطريقة والإجراءات

يحتوي هذا الفصل على وصف مفصل لأفراد الدراسة التي تم اختيارها لإجراء هذه الدراسة ، كما يشتمل على وصف أداة القياس والبرنامج التدريبي ، كما يتضمن أيضاً إجراءات تطبيق الدراسة ، والمعالجة الإحصائية التي استخدمت للإجابة عن أسئلة الدراسة والتحقق من فروضها .

### أولاً : أفراد الدراسة

لقد تم اختيار أفراد الدراسة بطريقة عشوائية من طلبة كلية التربية في الجامعة الأردنية الملتحقين في الدراسة في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠٠٥ - ٢٠٠٦ وذلك لأسباب إدارية تتعلق بجمع البيانات وبتهيئة تنفيذ البرنامج التدريبي .

ولأغراض البحث والدراسة تم تطبيق مقياس روكيش للدوغماتية على ( ٣١٦ ) طالباً وطالبة من كلية التربية في الجامعة الأردنية تم إختيارهم عشوائياً ، حيث حصل ( ١٤٣ ) طالباً وطالبة على أقل من ( ٨٠ ) درجة على المقياس ، وهي تمثل مستوى منخفض من الدوغماتية ، كما حصل ( ١١٢ ) طالباً وطالبة على ( ٨١ - ١٦٠ ) درجة وهم يمثلون مستوى متوسط من الدوغماتية في حين حصل ( ٦١ ) طالباً وطالبة على ( ١٦١ ) درجة فأكثر على مقياس الدوغماتية لروكيش وهم يمثلون أعلى مستوى من التشدد بالرأي ، وقد تم إختيارهم ليمثلوا أفراد الدراسة .

وبالقرعة تم توزيع الطلبة إلى مجموعتين عشوائيتين :

الأولى : تجريبية وقد بلغ عدد أفرادها ( ٣١ ) طالباً وطالبة .

والثانية : ضابطة وبلغ عدد أفرادها ( ٣٠ ) طالباً وطالبة .

وقد جرى تطبيق البرنامج التدريبي على أفراد المجموعة التجريبية فقط ، وطبق المقياس البعدي على أفراد المجموعتين ، التجريبية والضابطة . وخلال تطبيق البرنامج التدريبي انسحب عدد من الطلبة لأسباب خاصة تتعلق بعدم قدرة هؤلاء الطلاب بالمشاركة في التدريب على البرنامج لظروف خاصة بهم ، كما تغيب عدد اخر من الطلبة عن اداء المقياس البعدي من افراد المجموعة الضابطة .

ويبين الجدول ( ١ ) التوزيع النهائي لأفراد الدراسة حسب المجموعة والجنس .

جدول ( ١ )

أفراد الدراسة موزعين حسب المجموعة والجنس

المجموع	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	المجموعة الجنس
٣٠	١٦	١٤	إناث
٢١	١١	١٠	ذكور
٥١	٢٧	٢٤	المجموع

وبالنظر إلى الجدول السابق يتبين أن عدد أفراد المجموعة التجريبية قد بلغ ( ٢٤ ) طالباً وطالبة ، بينما بلغ عدد أفراد المجموعة الضابطة ( ٢٧ ) طالباً وطالبة . كما بلغ عدد أفراد العينة من الذكور ( ٢١ ) طالباً ، في حين بلغ عدد الإناث ( ٣٠ ) طالبة .

ثانياً : أدوات الدراسة

أ . مقياس الدوغماتية ( ملحق رقم ١ )

وهو من إعداد روكيش ، ويتكون في صورته الأصلية من ( ٤٠ ) فقرة . وقد صمم روكيش هذا المقياس للتعرف على الفروق الفردية المتوقعة في المدى الذي تكون فيه أنساق الإعتقاد منفتحة أو منغلقة لدى الأفراد . وكذلك طبقاً لتعريف العقل المنفتح والعقل المنغلق ، ويعد مقياس الدوغماتية لروكيش مؤشراً للتسلطية العامة وعدم التحمل والتشدد بالرأي ( عبدالله ، ١٩٩٧ ) .

## إجراءات تعريب المقياس

- الحصول على النسخة الأصلية لمقياس الدوغماتية لروكيش باللغة الإنجليزية ، وترجمتها إلى اللغة العربية .

- عرض المقياس بصورته المعربة على متخصص في اللغة العربية للتأكد من سلامة الصياغة اللغوية .

- عرض المقياس على متخصصين باللغة الإنجليزية وعلم النفس التربوي لمقارنة النسخة الأصلية من مقياس روكيش مع النسخة التي تم تعريبها والمعدلة على البيئة الأردنية ، وقد تبين أن هناك تطابقاً بين الصورة الأصلية والصورة التي تم تعريبها للاستخدام في هذه الدراسة .

## صدق الصورة الأصلية للمقياس

يستخدم هذا المقياس لقياس الدوغماتية لدى الأفراد في مختلف الفئات العمرية . كما يطبق بشكل جمعي على جميع الفئات باستثناء الأطفال الذين لا يجيدون الكتابة والقراءة . وتتكون الصورة الأصلية للمقياس من ٤٠ فقرة ، وقد طبق روكيش المقياس على مجموعة من الطلبة في العديد من الدراسات التربوية ، والتي ثبت من خلالها صدق المقياس . وقد تبين صدق المقياس في صورته الأصلية أيضاً من خلال مراجعة المقياس من قبل العديد من الباحثين ، من أمثال هايمن Haiman عام ١٩٦٤ ، وستانلي ومارتن وتبين من خلال هذه الدراسات ، أن المقياس صادق في قدرته على قياس خاصية الدوغماتية ( عبدالله ، ١٩٩٧ ) .

صدق المحتوى : يعتمد صدق المحتوى على تمثيل المقياس للجوانب التي يقيسها ، وبما أن مقياس الدوغماتية لروكيش يقيس خاصية التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) ، وبعد تفحص المقياس من قبل العديد من الباحثين تبين ملاءمة المقياس لقياس خاصية التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) ، ويمكن القول أن صدق المحتوى متوافر لهذا المقياس ( عبدالله ، ١٩٩٧ ) .



## ثبات الاختبار بصورته الأصلية :

لقد تحقق الثبات لمقياس الدووغماتية لروكيش من خلال نتائج الدراسة التي أجراها روكيش عام ( ١٩٦١ ) على عينة مكونة من ( ١١٤ ) طالباً وطالبة يدرسون في جامعة كاليفورنيا بقسم علم النفس التربوي ، وبطريقة إعادة الاختبار على الطلبة بفارق زمني يتراوح بين أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع ، وبحساب معامل الثبات بين درجات الاختبار الأول والثاني ، أشارت معاملات الثبات أن الدرجات الكلية للمفحوصين تتمتع بمعامل ثبات قدره ( ٨٤ و . ) .

وتوفر الثبات للمقياس أيضاً من خلال الدراسة السابقة التي أجراها روكيش على نفس عينة الدراسة ، وذلك عن طريق التجزئة النصفية للمقياس ، حيث أشارت معاملات الثبات أن الدرجات الكلية للمفحوصين تتمتع بمعامل ثبات قدره ( ٧٨ و . ) .

## صدق الصورة الأردنية المعربة لمقياس الدووغماتية

تم عرض المقياس على ( ٧ ) محكمين ( ملحق ٤ ) من ذوي الاختصاص بعلم النفس التربوي من اعضاء هيئة التدريس في جامعة عمان العربية للدراسات العليا والجامعة الاردنية ، وتم الاخذ بارائهم من اجل الوصول الى دلالة صدق المحتوى ، حيث تم اعادة النظر ببعض الفقرات التي اعتبرت غير مناسبة للبيئة الاردنية ، وتم استبدالها بفقرات أخرى ، وقد تم اخذ الموافقة عليها من قبل المحكمين بصورته النهائية .

## ثبات الصورة الأردنية المعربة لمقياس الدووغماتية

طبق المقياس على عينة أولية بلغ عدد أفرادها ( ٣١ ) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة ومن خارج عينة الدراسة لأغراض إيجاد معاملات الثبات ، حيث تم إيجاد معامل الثبات الكلي للمقياس باستخدام طريقة الإعادة ( Test Re Test ) وبفارق زمني في التطبيق بلغ أسبوعين ، حيث أخذت درجاتهم في التطبيق وتم حساب معامل ارتباط " بيرسون " بينهما ، وقد تم إيجاد معامل الثبات للدرجة الكلية له ، باستخدام الإعادة ( Test Re Test ) حيث بلغ ( ٧٤ و . ) وتعتبر قيمة مقبولة إحصائياً .

## تصحيح المقياس

بعد الانتهاء من تطبيق المقياس على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ، تم تصحيح المقياس ورصد الدرجات . حيث يتكون المقياس من ( ٤٠ ) فقرة ، ولكل فقرة ست مستويات ويعتمد التصحيح على صيغة العبارة ، ففي حالة البنود الإيجابية تعطى الدرجة ( ١ ) ل " غير موافق بشدة " ، والدرجة ( ٢ ) ل " غير موافق " ، والدرجة ( ٣ ) ل " غير موافق قليلاً " ، والدرجة ( ٤ ) ل " أوافق قليلاً " ، والدرجة ( ٥ ) ل " أوافق " ، والدرجة ( ٦ ) ل " أوافق بشده " ، وتنعكس الدرجة في حالة البنود السلبية ، حيث تعطى الدرجة ( ٦ ) ل " غير موافق بشدة " ، والدرجة ( ٥ ) ل " غير موافق " ، والدرجة ( ٤ ) ل " غير موافق قليلاً " ، والدرجة ( ٣ ) ل " أوافق قليلاً " ، والدرجة ( ٢ ) ل " أوافق " ، والدرجة ( ١ ) ل " أوافق بشده " .

وللحصول على الدرجة النهائية ، يتم جمع الدرجات التي حصل عليها المفحوص على جميع فقرات المقياس ، حيث تشير الدرجة ( ١٦١ - ٢٤٠ ) على توقعات عالية حول الدوغماتية ، وتشير الدرجة ( ٨١ - ١٦٠ ) على توقعات متوسطة حول الدوغماتية ، بينما تشير الدرجة ( ٤٠ - ٨٠ ) على توقعات منخفضة حول الدوغماتية .

## ب . البرنامج التدريبي ( الملحق رقم ٢ )

الإطار العام للبرنامج التدريبي المستند إلى نظرية تعديل السلوك المعرفي لمايكنباوم :

يتميز البرنامج التدريبي المعد لهذه الدراسة بخصوصية ، هي لفت الانتباه إلى أهمية تعديل السلوك المعرفي ، وأثر ذلك على مرونة التفكير بشكل عام والتشدد بالرأي بوجه خاص وإبراز سلبيات النمط الدوغماتي للشخصية ، بحيث يتم التدريب على ذلك من خلال مواقف حياتية حقيقية تستوجب من المدرب سردها ، وفي هذه اللقاءات فان الطلبة يشجعون على الحرية في التفكير والمناقشة ، ثم تم مناقشتهم بالأفكار السلبية والإيجابية وأثرها على الفرد وعلى الآخرين من حولهم ، ضمن خطوات محددة من قبل المدرب ( الباحث ) ، حيث يتحول النقاش الجماعي إلى نقاش فردي ذاتي بتوجيهات المدرب ، مع استحضار نماذج تتصف بالسلبية التي يفسرها الموقف ونماذج إيجابية تدعم الموقف الإيجابي للنموذج وبعد ذلك يوجه المدرب المشاركين باستخدام استراتيجية الحديث مع الذات مع التركيز على سلبيات الموقف أولاً وتخييل نماذج تتصف بالسلبية ويطلب منهم محاولة الاحساس والشعور بالآثار السلبية الناتجة عن تقمص هذا الدور السلبي وتأنيب الضمير ، وبعد ذلك يوجه المدرب المشاركين

باستحضار نماذج إيجابية والطلب منهم محاولة الاحساس والشعور بالسعادة والنشوة نتيجة تقمص الدور الإيجابي للنموذج ، مع محافظة المدرب على نبرة الصوت الهادىء في كلا النموذجين .

وبعد الاطلاع على المحاولات المشابهة والدراسات التي تناولت استخدام تعديل السلوك المعرفي ، تم تحديد الإطار العام للبرنامج التدريبي الذي اشتمل على الأمور التالية :

- إعتماده على الأساس النظري الخاص بنظرية مايكنباوم.

- التعريف بخطوات تعديل السلوك المعرفي المستند إلى نظرية مايكنباوم وفق الخطوات التالية:

أ - تهيئة المشاركين للموقف التدريبي والتفكير فيه بصوت مسموع ، ثم المشاركة في طرح الأفكار المنتجة ومناقشتها مع المشاركين .

ب - يزود المدرب المشاركين ببعض التوجيهات الضرورية والتي تثرى الموقف.

ج - يتأمل المشارك من خلال التخيل نماذج من المجتمع تتعلق بالموقف الذي يتم مناقشته ، مع إعطاء بعض النماذج من قبل المدرب .

د - يتأمل المشارك من خلال التخيل بعض النماذج السلبية ، وهو يتحدث لنفسه بصوت منخفض عن الآثار السلبية التي يعكسها النموذج السلبي في هذا الموقف .

و - يتأمل المشارك من خلال التخيل بعض النماذج الإيجابية ، وهو يتحدث لنفسه بصوت مسموع عن الآثار الإيجابية التي يعكسها النموذج الإيجابي في هذا الموقف ، ويتم إنهاء الموقف بصورته الإيجابية التي وصل إليها المشاركون بالبرنامج التدريبي .

- صمم البرنامج على شكل لقاءات تدريبية في مواقف حياتية ، حتى تكون أكثر ارتباطاً بميدان علم النفس التربوي .

- إتاحة الفرصة أمام الطلاب للتعبير عن خبراتهم وأفكارهم بحرية ، مع بيان أهمية التعبير عن الرأي وتقبل الرأي الآخر .

- يمكن استعمال تعديل السلوك المعرفي لجميع الأعمار ، ولكل المستويات التعليمية .

## أهداف البرنامج التدريبي

يهدف البرنامج التدريبي إلى تعديل أفكار الطلبة وجعلها أكثر مرونة وتقبل لأفكار الآخرين ، وذلك من خلال تدريبات طورت لتساعد الطلبة المتدربين على استثارة ما لديهم من أفكار موجودة واستغلالها إلى أقصى حد ممكن بواسطة مواقف مرتبطة بحياة الأفراد وواقعهم ، والعمل على تعديلها وجعلها أكثر واقعية وعقلانية.

والهدف الأساسي من البرنامج التدريبي هو التعرف على أثر برنامج تدريبي مستند إلى نظرية تعديل السلوك المعرفي لمايكنباوم في تعديل سمة التشدد بالرأي (الدوغماتية ) لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية .

### خطوات بناء البرنامج :

لتحقيق غرض الدراسة الحالي والمتمثل بمعرفة أثر البرنامج التدريبي المستند إلى نظرية تعديل السلوك المعرفي لمايكنباوم في تعديل سمة التشدد بالرأي (الدوغماتية ) لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية . فقد تم تطوير برنامج خاص لهذه الدراسة اعتماداً على الأدب النظري المتعلق بتعديل السلوك المعرفي لمايكنباوم ، وذلك من خلال الخطوات التالية :

١ - تم الاطلاع على الأدب النظري ، المتعلق ببرامج تعديل السلوك المعرفي والدراسات التي تناولت تعريفه وعلاقاته واستخداماته والتدريب عليه ، بالإضافة إلى تصميم البرنامج .

٢ - تم الاطلاع على بعض البرامج التدريبية التي صممها ( مايكنباوم ) في مجال تعديل السلوك المعرفي .

٣ - تم تحديد الهدف العام من البرنامج ، ويتمثل في تدريب طلبة الجامعة الأردنية على تعديل خاصية التشدد بالرأي (الدوغماتية ) لديهم من خلال نظرية مايكنباوم في تعديل السلوك المعرفي .

٤ - صياغة محتوى البرنامج التدريبي الذي يتكون من مجموعة من الجلسات التدريبية والتي بلغ عددها ( ١٢ ) جلسة .

٥ - تم عرض البرنامج على مجموعة من المحكمين المختصين في علم النفس التربوي ، حيث تم الأخذ بملاحظاتهم، وتغيير بعض المواقف والمشكلات التي تناسب المواقف الحياتية ، من أجل التأكد من صدق المحتوى للبرنامج ، المعد لهذه الدراسة.

٦ - تم تجريب البرنامج للمرة الأولى على المجموعة التجريبية لمدة محاضرة واحدة . وقد تم الاطلاع على أسئلة الطلبة والوقت المخصص لكل موقف .

٧ - أصبح البرنامج جاهزاً للتطبيق ، بواقع أربعة أيام في الأسبوع ولمدة ( ٦ ) أسابيع .

وقد تم تقسيم المجموعة التجريبية إلى مجموعتين ، مجموعة يطبق عليها البرنامج التدريبي يومي الأحد والثلاثاء ، والمجموعة الأخرى يطبق عليها البرنامج التدريبي يومي الاثنين والأربعاء وذلك لأسباب تتعلق بظروف الطلبة والتزامهم بمواعيد المحاضرات الدراسية في الجامعة .

### أسلوب التدريب على البرنامج

- الأسلوب المتبع في تنفيذ البرنامج تم من خلال التدريب على الخطوات التي تبناها الباحث . وهي : مناقشة الطلبة بالموقف بشكل عام ، ثم يتم تطبيق الخطوات المستندة على نظرية ماكنابوم من أجل اتخاذ الرأي المناسب في الموقف بعد أن يتم تحديدها مسبقاً ، مع إعطاء حرية التعبير عن آراء الطالب أثناء مناقشة الموقف بما يراه مناسباً .

- يقوم الطلبة بمناقشة أفكارهم مع أفراد المجموعة وبمشاركة المدرب ، مع بيان أهمية نتائج هذه الأفكار سواء كانت سلبية أم إيجابية .

وقد روعي في تنفيذ البرنامج ما يلي

- الإعداد والتحضير اللازم لتنفيذ التدريب مثل : حجز قاعة التدريب وتحديد الوقت الذي يناسب الطلبة .

- إعلام الطلبة عن الموقف المراد مناقشته في بداية اللقاء ، وتوضيح بعض الأمور المتعلقة فيه .

- التأكيد على الطلبة بان الهدف من التدريب هو ممارسة الحرية المطلقة للتعبير عن أفكارهم .

- مناقشة الطلبة بالوصف والتحليل لأفكارهم ، والتأكيد على وجود الأفكار المستقلة والمختلفة لكل طالب .

- إتاحة الفرصة أمام الطلبة للتعليق على أفكار الطلاب الآخرين ، سواء أكانت هذه التعليقات إيجابية أم سلبية .

- تشجيع الطلبة على التعبير عن أفكارهم بحرية ، ومناقشتها دون حرج ، وضرورة المشاركة من قبل المتدربين .

- التأمل من خلال التخيل بالآثار النفسية الناتجة عن هذه الأفكار .

### مكونات البرنامج التدريبي

يتكون البرنامج التدريبي من ( ١١ ) لقاء ، مدة كل لقاء خمسون دقيقة ( محاضرة دراسية واحدة ) ، بالإضافة إلى اللقاءين القبلي والبعدي التي تم فيهما تطبيق مقياس الدوغماتية ، واللقاء التجريبي. وقد تم عقد هذه اللقاءات خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٠٥ / ٢٠٠٦ م . ويحتوي البرنامج على تدريبات متنوعة تركز على الأفكار المتعددة لدى الطلبة والتي تتعلق بمواقف حياتية .

### تحكيم البرنامج

قام الباحث بعرض البرنامج على سبعة محكمين ( الملحق ٣ ) من ذوي الاختصاص ، وتم الأخذ بأرائهم من اجل الوصول إلى دلالة صدق المحتوى ، حيث تم إعادة النظر ببعض المواقف المختارة ، التي اعتبرت غير مناسبة لمستوى الطلبة ، وتم ابدالها بمواقف أخرى . حيث عرض عليهم ( ١٨ ) موقفاً ، تم قبول وتحديد ( ١١ ) موقفاً منها فقط ، لتكون هذه المواقف فقط هي مكونات البرنامج التدريبي ، بينما تم حذف سبعة مواقف . وقد أخذ الباحث الموافقة على هذه التعديلات من قبل المحكمين .

### درجة التكافؤ بين المجموعات

للقوف على درجة التكافؤ بين مجموعات المقارنة ، تم تطبيق مقياس الدوغماتية على عينة استطلاعية تكونت من ( ٣١٦ ) طالباً وطالبة من كلية التربية ، وبعد تحديد ( ٥١ ) طالباً وطالبة ممن حصلوا على درجة ( ١٦١ ) فأكثر ، وتم توزيع عينة الدراسة بالقرعة على المجموعتين التجريبية والضابطة . وقد تم فحص الفروق بين متوسط الأداء القبلي للمجموعة التجريبية ومتوسط الأداء القبلي للمجموعة الضابطة ، وكذلك تم فحص الفروق بين متوسط الأداء القبلي للإناث ومتوسط الأداء القبلي للذكور على مقياس روكيش للدوغماتية ، وكانت النتائج على النحو التالي :

١ - التعرف على درجة التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الأداء على مقياس روكيش ( للدوغماتية ) قبل تطبيق البرنامج التدريبي ، حيث تم إيجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ، للأداء القبلي لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ، كما تم إيجاد قيمة الإحصائي ( ت ) للعينات المستقلة لاختبار الفروق بين المتوسطين عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0.05$  ) والجدول ( ٢ ) يوضح ذلك .

#### جدول ( ٢ )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم ( ت ) للفروق بين متوسط الأداء القبلي لأفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الدوغماتية لروكيش .

الدرجة على المقياس	عدد الطلاب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ( ت )	الدلالة الإحصائية
التجريبية	٢٤	١٧٥, ٨٢	٤, ٩٤	٠, ٢١	٠, ٥٦
الضابطة	٢٧	١٧٦, ٦٥	٦, ١٤		

تبين نتائج الجدول ( ٢ ) وجود بعض الاختلافات الظاهرية بين متوسط أداء المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس روكيش للدوغماتية . حيث كان متوسط أداء أفراد المجموعة التجريبية على المقياس القبلي ( ١٧٥,٨٢ ) في حين كان متوسط المجموعة الضابطة على المقياس القبلي ( ١٧٦, ٦٥ ) ، وعند فحص هذه الفروق بين المتوسطين باستخدام الإحصائي " ت " للعينات المستقلة تبين أن قيمة " ت " قد بلغت ( ٠,٢١ ) وهذه القيمة مرتبطة باحتمال يساوي ( ٠, ٥٦ ) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0.05$  ) أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0.05$  ) في الأداء القبلي بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس روكيش للدوغماتية .

وتشير هذه النتائج إلى تجانس أداء المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي .

٢ - التعرف على درجة التكافؤ بين الذكور والإناث قبل تطبيق البرنامج التدريبي، حيث تم إيجاد المتوسطات الحسابية ، والانحرافات المعيارية بين أداء المجموعتين الذكور والإناث قبل تطبيق البرنامج للأداء القبلي لأفراد المجموعتين الذكور والإناث على مقياس الدوغماتية لروكيش ، كما تم إيجاد قيمة الإحصائي ( ت ) للعينات المستقلة لاختبار الفروق بين المتوسطين عند مستوى  $( \alpha \geq 0,05 )$  والجدول ( ٣ ) يوضح ذلك .

جدول ( ٣ )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم ( ت ) للفروق بين متوسط الأداء القبلي لأفراد المجموعتين الذكور والإناث على مقياس الدوغماتية لروكيش

الدرجة على المقياس	عدد الطلاب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ( ت )	الدلالة الإحصائية
الذكور	٢١	١٧٦, ١١	٦, ٣٤	١, ١٩	٠, ٩٧
الإناث	٣٠	١٧٦, ٦٥	٩, ٥١		

تبين نتائج الجدول ( ٣ ) وجود بعض الاختلافات الطفيفة بين متوسطي أداء المجموعتين الذكور والإناث على مقياس روكيش للدوغماتية . حيث كان متوسط أداء مجموعة الذكور على المقياس القبلي ( ١٧٦,١١ ) في حين كان متوسط أداء مجموعة الإناث على المقياس القبلي ( ١٧٦, ٦٥ ) ، وعند فحص هذه الفروق بين المتوسطين باستخدام الإحصائي " ت " للعينات المستقلة تبين أن قيمة " ت " قد بلغت ( ١,١٩ ) وهذه القيمة مرتبطة باحتمال يساوي ( ٠, ٩٧ ) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة  $( \alpha \geq 0,05 )$  أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $( \alpha \geq 0,05 )$  في الأداء القبلي بين مجموعتي الذكور والإناث على مقياس روكيش للدوغماتية . وتشير هذه النتائج إلى تجانس أداء الذكور والإناث في المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي.



### ثالثاً : تصميم الدراسة

تعتبر الدراسة الحالية دراسة تجريبية اهتمت بالتعرف على أثر برنامج تدريبي مبني على تعديل السلوك المعرفي .

والتصميم المستخدم في هذه الدراسة هو :

المجموعة التجريبية : قياس قبلي - معالجة - قياس بعدي  $O 1 \times O 2$

المجموعة الضابطة : قياس قبلي - لا معالجة - قياس بعدي  $O 1 - O 2$

وتوضيحاً لهذا التصميم التجريبي تم القيام بالخطوات التالية :

١ - إجراء القياس القبلي لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس روكيش للدوغماتية .

٢ - تطبيق البرنامج التدريبي على أفراد المجموعة التجريبية فقط .

٣ - إجراء القياس البعدي بعد ستة أسابيع على المجموعتين التجريبية والضابطة .

### رابعاً : متغيرات الدراسة

تتضمن هذه الدراسة المتغيرات التالية :

أولاً المتغيرات المستقلة

١ - البرنامج التدريبي .

٢ - الجنس : وله مستويان ( ذكر ، أنثى ) .

ثانياً المتغيرات التابعة

- مستوى الدوغماتية ( سمة التشدد بالرأي ) : وسيتم قياسها من خلال الدرجة التي يحصل عليها

الطالب على مقياس روكيش للدوغماتية .

## خامساً : إجراءات الدراسة

قام الباحث بالإجراءات التالية :

- ١- الحصول على الإذن الرسمي من المسؤولين في الجامعة الأردنية من أجل تطبيق الدراسة على طلبتها .
- ٢- إجراء مسح للطلبة من أجل اختيار أفراد الدراسة بمجموعتيهما التجريبية والضابطة .
- ٣ - لقاء المجموعتين التجريبية والضابطة ، وإخبارهم أن المقياس يهدف إلى التعرف على التفكير والأراء بالمواقف الإجتماعية ( وقد هدف الباحث من ذلك تشجيع الطلبة على المشاركة الإيجابية والموضوعية وعدم التخوف من الخوض بمسائل التشدد بالرأي " الدوغماتية" ) . كما تم تزويدهم بالمعلومات الضرورية لتطبيق هذا المقياس ومراعاة الإجابة على جميع فقرات المقياس ، وكيفية طلب المساعدة لمن يحتاجها ، كما تم إبلاغهم بإمكانية عدم المشاركة لمن لا يريد أن يشارك في الإجابة عن المقياس المعد لهذه الدراسة أو المشاركة في البرنامج . وقد تم اتباع تعليمات تطبيق المقياس .
- ٤ - تم لقاء المجموعة التجريبية من الإناث والذكور ، كما تم الإتفاق على زمن ومكان التدريب ، وتم أيضاً توزيع أفراد المجموعة التجريبية إلى مجموعتين ، لكي يتناسب مع مواعيد المحاضرات لهؤلاء الطلبة وبواقع يومين في الأسبوع لكل مجموعة .
- ٥ - تم تحديد أيام تطبيق البرنامج التدريبي ، حيث تم الاتفاق أن تكون أيام التدريب بواقع يومين الأحد والثلاثاء للمجموعة الأولى ، والاثنين والأربعاء للمجموعة الثانية .
- ٦ - وبناءً على رأي المحكمين فقد تم إخبار المجموعة التجريبية أن البرنامج التدريبي المعد لهذه الدراسة يساعد المشاركين على تنمية التفكير والتوصل إلى الأراء التي تساعدهم على فهم الآخريين والتعامل معهم ، ( وقد كان الهدف من ذلك تشجيع الطلبة على المشاركة الإيجابية والموضوعية بالبرنامج ) .
- ٧ - تم تقسيم البرنامج التدريبي إلى ( ١١ ) لقاء مدة كل لقاء محاضرة دراسية واحدة لكل مجموعة من المجموعتين التجريبيتين ، بالإضافة إلى اللقاءات القبلية والبعدية على المجموعتين التجريبية والضابطة .
- ٨ - تطبيق البرنامج التدريبي على المجموعة التجريبية ، بتاريخ ٢٧ / ١١ / ٢٠٠٥ ولغاية تاريخ ٤ / ١ / ٢٠٠٦ م .

## سادساً : المعالجات الإحصائية

للإجابة عن أسئلة الدراسة والتحقق من فروضها تم جمع البيانات ورصدها وإدخالها في الحاسب الآلي ، وإجراء التحليل الإحصائي عليها من خلال استخدام الإحصائي ( ت ) وإجراء تحليل التباين المشترك الثنائي ( ٢ × ٢ ) ANCOVA ، للتعرف على أثر البرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي واثـر الجنس في ذلك ، وكذلك التعرف إلى اثر التفاعل بين المجموعة ( تجريبية ، ضابطة ) والجنس ( ذكر ، أنثى ) ، من خلال أدائهم على مقياس روكيش للدوغماتية .

## الفصل الرابع نتائج الدراسة

يشتمل هذا الفصل على عرض نتائج الدراسة التي تم التوصل إليها من خلال فحص الفرضيات الصفرية الثلاث التالية :

١ - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0,05$ ) بين متوسط أداء طلبة الجامعة الأردنية الذين تعرضوا لبرنامج تدريبي مستند الى استراتيجية تعديل السلوك المعرفي ومتوسط أداء الطلبة من نفس المستوى ، والذين لم يتعرضوا للتدريب على هذا البرنامج .

٢ - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0,05$ ) بين متوسط أداء الإناث ومتوسط أداء الذكور الذين تعرضوا لبرنامج تدريبي مستند الى استراتيجية تعديل السلوك المعرفي .

٣ - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0,05$ ) للتفاعل بين متغيري الدراسة (المجموعة والجنس) وذلك على مقياس الدوغماتية لروكيش .

وتم إجراء تحليل التباين المشترك الثنائي ( $2 \times 2$ ) ANCOVA من اجل التعرف إلى أثر تطبيق البرنامج التدريبي من خلال فحص الفرق بين متوسط الأداء البعدي ، لأفراد المجموعة التجريبية ومتوسط الأداء البعدي لأفراد المجموعة الضابطة على مقياس الدوغماتية لروكيش . والتعرف إلى اثر الجنس في تطبيق البرنامج التدريبي من خلال فحص الفروق بين متوسط الأداء البعدي للإناث ومتوسط الأداء البعدي للذكور ، وذلك على مقياس الدوغماتية لروكيش . وكذلك التعرف إلى أثر التفاعل بين المجموعة ( التجريبية ، والضابطة ) والجنس في تطبيق البرنامج التدريبي ، وفيما يلي نتائج هذا التحليل :

أولاً : النتائج المتعلقة بالسؤال الأول : ما اثر البرنامج التدريبي المستند إلى النظرية المعرفية (استراتيجية مايبكناوم لتعديل السلوك المعرفي ) على تعديل سمة التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) لدى طلبة الجامعة الأردنية؟

وللإجابة عن هذا السؤال تم إيجاد المتوسطات الحسابية للأداء البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الدوغماتية لروكيش كما يظهر في الجدول ( ٤ ) .

الجدول ( ٤ )

متوسطات الأداء البعدي ، للمجموعتين التجريبية والضابطة وذلك على مقياس الدوغماتية لروكيش

متوسطات الأداء الكلي للجنس	متوسطات الضابطة	متوسطات التجريبية	المجموعة الجنس
١٥٧, ٩٥	١٧٧, ٧٥	١٣٨, ١٤	الإناث
١٤٩, ١١	١٧٤, ٨٢	١٢٣, ٤٠	الذكور
-	١٧٦, ٢٩	١٣٠, ٧٧	الأداء الكلي للمجموعة

تشير نتائج الجدول ( ٤ ) إلى وجود اختلاف في متوسطات القياس للمجموعتين التجريبية والضابطة ، حيث كان متوسط الأداء البعدي لأفراد المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج التدريبي ( ٧٧, ١٣٠ ) في حين كان متوسط أداء أفراد المجموعة الضابطة ( ١٧٦, ٢٩ ) .

ويتضح من الجدول ( ٤ ) وجود اختلاف بين متوسطات القياس البعدي بين الذكور والإناث ، حيث كان متوسط الأداء البعدي للإناث ( ١٣٨, ١٤ ) ، في حين أن متوسط الأداء البعدي للذكور كان ( ٤٠, ١٢٣ ) ، بينما كان متوسطات القياس الكلي للإناث ( ١٥٧, ٩٥ ) ، في حين أن متوسطات الأداء الكلي للذكور كان ( ١٤٩, ١١ ) .

والجدول ( ٥ ) يوضح دلالات فحص الفروق بين متوسطي أداء المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الدوغماتية لروكيش سابقة الذكر .

الجدول ( ٥ )

تحليل التباين المشترك الثنائي ( ٢ × ٢ ) بين متغيري الجنس والمجموعة في الأداء البعدي على مقياس الدوغماتية لروكيش

الدالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مصدر التباين
٠, ٠٠٠	١٦٣, ٦٢٣	٢٥٣٤٣, ٣٢٠	١	المجموعة
٠, ٠٢٢	٥, ٦٣٩	٨٧٣, ٤١٤	١	الجنس
٠, ١١٠	٢, ٦٥٥	٤١١, ٢٠٣	١	المجموعة X الجنس
-	-	١٥٤, ٨٨٩	٤٧	الخطأ
-	-	٣٤١٦٨, ٣٥٣	٥٠	الكلي

\* مستوى الدلالة = ٠,٠٥ .

تشير النتائج الواردة في الجدول ( ٥ ) إلى وجود أثر ذي دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (  $\geq \alpha$  ) ( ٠, ٠٥ ) لمتغير البرنامج التدريبي ، حيث بلغت قيمة " ف " الناتجة من تحليل التباين المشترك الثنائي لمتغير المجموعة ( ١٦٣, ٦٢٣ ) ،

وهذه القيمة مرتبطة باحتمال يساوي ( ٠, ٠٠٠ ) ، وهذا يبين أن هناك فرقاً ذا دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (  $\geq \alpha$  , ٠, ٠٥ ) بين متوسط الأداء البعدي لأفراد المجموعة التجريبية، ومتوسط الأداء البعدي لأفراد المجموعة الضابطة على مقياس الدوغماتية لروكيش .

وبالنظر إلى هذه المتوسطات في الجدول ( ٤ ) يلاحظ أن هذا الفرق يدل على ان أفراد المجموعة التجريبية قد انخفض معدل سمة التشدد بالرأي عندهم مقارنة بأفراد العينة الضابطة .

السؤال الثاني : هل يختلف أثر البرنامج المستخدم لتعديل سمة التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) لدى طلبة الجامعة الأردنية باختلاف الجنس ؟

وللإجابة عن هذا السؤال تم إيجاد المتوسطات الحسابية للأداء البعدي للذكور والإناث على مقياس الدوغماتية لروكيش ، كما يظهر في الجدول ( ٦ ) .

الجدول ( ٦ )

متوسطات الأداء البعدي ، للمجموعتين الذكور والإناث وذلك على مقياس الدوغماتية لروكيش

الجنس	متوسطات التجريبية	متوسطات الضابطة	توسطات الأداء الكلي للجنس
الإناث	١٣٨, ١٤	١٧٧, ٧٥	١٥٧, ٩٥
الذكور	١٢٣, ٤٠	١٧٤, ٨٢	١٤٩, ١١
الأداء الكلي للمجموعة	١٣٠, ٧٧	١٧٦, ٢٩	-

تشير نتائج الجدول ( ٦ ) إلى وجود اختلاف بين متوسطات القياس البعدي بين الذكور والإناث ، حيث كان متوسط الأداء البعدي للإناث ( ١٣٨, ١٤ ) ، في حين أن متوسط الأداء البعدي للذكور كان ( ١٢٣, ٤٠ ) ، بينما كان متوسطات القياس الكلي للإناث ( ١٥٧ ,٩٥ ) ، في حين أن متوسطات الأداء الكلي للذكور كان (١٤٩,١١) .

والجدول ( ٧ ) يوضح دلالات فحص الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الدوغماتية لروكيش سابقة الذكر .

الجدول ( ٧ )

تحليل التباين المشترك الثنائي ( ٢ × ٢ ) بين متغيري الجنس والمجموعة في الأداء البعدي على مقياس الدوغماتية

لروكيش

الدلالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مصدر التباين
٠, ٠٠٠	١٦٣, ٦٢٣	٢٥٣٤٣, ٣٢٠	١	المجموعة
٠, ٠٢٢	٥, ٦٣٩	٨٧٣, ٤١٤	١	الجنس
٠, ١١٠	٢, ٦٥٥	٤١١, ٢٠٣	١	المجموعة X الجنس
-	-	١٥٤, ٨٨٩	٤٧	الخطأ
-	-	٣٤١٦٨, ٣٥٣	٥٠	الكلي

\* مستوى الدلالة = ٠,٠٥ .

تشير النتائج الواردة في الجدول ( ٧ ) أنه يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $(\alpha \geq 0.05)$  ، حيث بلغت قيمة " ف " الناتجة من تحليل التباين المشترك الثنائي لمتغير المجموعة ( ٥, ٦٣٩ ) ، وهذه القيمة مرتبطة باحتمال يساوي ( ٠, ٠٢٢ ) ، وهذا يبين أن هناك فرقاً ذا دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $(\alpha \geq 0.05)$  بين متوسط الأداء البعدي للذكور ، ومتوسط الأداء البعدي للإناث على مقياس الدوغماتية لروكيش .  
وبالنظر إلى هذه المتوسطات في الجدول ( ٦ ) يلاحظ أن هذا الفرق لصالح أداء الذكور، بمعنى ان اداء الذكور كان اقل تشددا من اداء الاناث .

السؤال الثالث : هل هنالك فروق ذات دلالة إحصائية نتيجة استخدام البرنامج التدريبي المستند إلى النظرية المعرفية على تعديل سمة التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) لدى طلبة الجامعة الأردنية يعزى للتفاعل بين متغيري الدراسة ؟

وللإجابة عن هذا السؤال من أسئلة الدراسة تم إيجاد المتوسطات الحسابية للأداء البعدي للذكور والإناث على مقياس الدوغماتية لروكيش ، كما يظهر في الجدول ( ٨ ) .

الجدول ( ٨ )

متوسطات الأداء البعدي ، لمجموعات المقارنة المجموعة والجنس والتفاعل بينهما على مقياس الدوغماتية لروكيش

متوسطات الأداء الكلي للجنس	متوسطات الضابطة	متوسطات التجريبية	المجموعة
١٥٧, ٩٥	١٧٧, ٧٥	١٣٨, ١٤	الجنس
١٤٩, ١١	١٧٤, ٨٢	١٢٣, ٤٠	الإناث
-	١٧٦, ٢٩	١٣٠, ٧٧	الذكور
			الأداء الكلي للمجموعة

تشير نتائج الجدول ( ٨ ) إلى وجود اختلاف بين متوسطات القياس البعدي بين الذكور والإناث ، حيث كان متوسط الأداء البعدي للإناث ( ١٣٨, ١٤ ) ، في حين أن متوسط الأداء البعدي للذكور كان ( ١٢٣, ٤٠ ) ، أما عن نتائج التفاعل بين المجموعة والجنس ، تشير نتائج الجدول السابق أن متوسطات القياس الكلي للإناث كان ( ١٥٧, ٩٥ ) ، في حين أن متوسطات الأداء الكلي للذكور كان ( ١٤٩, ١١ ) .



والجدول ( ٩ ) يوضح دلالات فحص الفروق بين متوسطي أداء الذكور والإناث والتفاعل بينهما على مقياس الدوغماتية لروكيش سابقة الذكر .

الجدول ( ٩ )

تحليل التباين المشترك الثنائي ( ٢ × ٢ ) بين متغيري الجنس والمجموعة والتفاعل بينهما على مقياس الدوغماتية لروكيش

الدالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مصدر التباين
٠, ٠٠٠	١٦٣, ٦٢٣	٢٥٣٤٣, ٣٢٠	١	المجموعة
٠, ٠٢٢	٥, ٦٣٩	٨٧٣, ٤١٤	١	الجنس
٠, ١١٠	٢, ٦٥٥	٤١١, ٢٠٣	١	المجموعة X الجنس
-	-	١٥٤, ٨٨٩	٤٧	الخطأ
-	-	٣٤١٦٨, ٣٥٣	٥٠	الكلي

\* مستوى الدلالة = ٠,٥ .

تشير النتائج الواردة في الجدول ( ٩ ) أنه لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $\geq \alpha$  ( ٠, ٠٥ ) للتفاعل بين متغيري الجنس والمجموعة ، حيث بلغت قيمة " ف " الناتجة من تحليل التباين المشترك الثنائي للتفاعل بين الجنس والمجموعة ( ٢, ٦٥٥ ) ، وهذه القيمة مرتبطة باحتمال يساوي ( ٠, ١١٠ ) ، وهذا يبين أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $\geq \alpha$  ( ٠, ٠٥ ) للتفاعل بين الجنس والمجموعة على مقياس الدوغماتية لروكيش .

## ملخص نتائج الدراسة

- ١ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0,0$  ) بين متوسط أداء طلبة كلية التربية بالجامعة الأردنية الذين تعرضوا لبرنامج تدريبي مبني على تعديل السلوك المعرفي ومتوسط أداء الطلبة من نفس المستوى ، والذين لم يتعرضوا للتدريب على هذا البرنامج .
- ٢ - توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0,0$  ) بين متوسط أداء الإناث ومتوسط أداء الذكور الذين تعرضوا لبرنامج تدريبي مبني على تعديل السلوك المعرفي لصالح الذكور .
- ٣ - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0,0$  ) للتفاعل بين متغيري الدراسة ( المجموعة والجنس ) وذلك على مقياس الدوغماتيه لروكيش .

## الفصل الخامس

### مناقشة النتائج

للإجابة عن السؤال الرئيس لهذه الدراسة الذي ينص على ما أثر برنامج تدريبي مستند إلى استراتيجية تعديل السلوك المعرفي (مايكنباوم) في تعديل سمة التشدد بالرأي (الدوغماتية) لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية .

اختار الباحث عينة عشوائية من طلبة كلية التربية في الجامعة الأردنية الذين يجلسون على مقاعد الدراسة في الفصل الأول للعام الدراسي ٢٠٠٥ - ٢٠٠٦ م .

وبعد تحديد المتغيرين المستقل والتابع لهذه الدراسة ، حيث كان المتغير المستقل ، البرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي لمايكنباوم والجنس ، وكان المتغير التابع ؛ خاصية التشدد بالرأي (الدوغماتية) . وبعد تقديم التعريفات الإجرائية لكل المتغيرات التي تضمنها السؤال البحثي لهذه الدراسة ، تم تحديد ما يتطلب قياسه في المتغير التابع للمجموعتين التجريبية والضابطة ، والذي يتمثل في مقياس الدوغماتية لروكيش ، وذلك للكشف عن أثر المتغير المستقل وهو البرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي لمايكنباوم لدى أفراد المجموعة التجريبية .

وبعد قياس المتغير التابع لدى أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة باستخدام مقياس روكيش للدوغماتية ، تم تصحيح استجابات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ، وللإجابة عن أسئلة الدراسة ، تم تحليل النتائج على النحو التالي :

السؤال الأول : ما اثر البرنامج التدريبي المستند إلى النظرية المعرفية ( استراتيجية مايكنباوم ) لتعديل السلوك المعرفي ( على تعديل سمة التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) لدى طلبة الجامعة الأردنية؟ كشفت نتائج تحليل التباين المشترك الثنائي ( ٢ × ٢ ) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0.05$  ) بين متوسط أداء أفراد المجموعة التجريبية والذين طبق عليهم البرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي ومتوسط أداء أفراد المجموعة الضابطة من نفس المستوى والذين لم يطبق عليهم البرنامج التدريبي وذلك على مقياس روكيش للدوغماتية ، وقد كانت هذه النتائج لصالح أفراد المجموعة التجريبية .

وبالنظر إلى هذه النتائج فإنها تؤكد وجود أثر للبرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي لمايكيباوم ، لدى طلبة الجامعة الأردنية ، مما يؤكد أهمية البرنامج التدريبي الذي استخدم في تعديل السلوك الدوغماتي ، لدى الطلبة الذين طبق عليهم البرنامج التدريبي .

وربما تعود أسباب هذه النتائج الإيجابية إلى طبيعة البرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي لمايكيباوم ، ، مما يؤكد أهمية النظرية المعرفية ( لمايكنباوم ) في قدرتها على تعديل الأفكار السلبية إلى أفكار إيجابية . وهذا يتفق مع أشار إليه عبدالله ( ١٩٩٧ ) إلى أن البرامج التي تعتمد على تعديل السلوك المعرفي لها تأثير إيجابي على تغيير اتجاهات الجماعات والأفراد نحو الآخرين وذلك بتعديل الإتجاه السلبي إلى إتجاه إيجابي يسوده التسامح والمودة والحب نحو الآخرين .

وقد تعود هذه النتائج أيضاً إلى طبيعة الموضوعات التي تناولها البرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي لعدد من المواقف الحياتية التي يمر بها الطلبة ، والتي تقع ضمن إهتماماتهم ، بالإضافة إلى تخيل ما سيكون عليه المستقبل ، والتأمل في هذه المواقف ، بالإضافة إلى القدرة على التعامل مع السلبيات والإيجابيات ومعرفة أثر ذلك على المشارك وعلى الآخرين الذين يتعرضون لمثل هذه المواقف . ومعايشة الطلبة لهذه السلبيات أولاً ثم الإحساس بالإيجابيات ، وممارسة الطلبة لخطوات التعديل السلوكي المعرفي التي أشار إليها ماكنباوم مما عمل على تحسين قدراتهم على التعامل مع المواقف من جميع جوانبه ، وتنظيم أفكارهم ، وزيادة حب الاستطلاع لديهم والتواصل مع العالم من حولهم ، مما زاد من قدرتهم على توليد الأفكار وتنوع الحلول والتعبير عنها بطرق واقعية وموضوعية وبعيداً عن المصلحة الشخصية .

وقد يعود السبب أيضاً إلى طبيعة خصائص أفراد الدراسة الذين طبق عليهم البرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي ، والذين يشعرون بأنهم أصحاب القرار في صنع المستقبل ، مما زاد من دافعيتهم بالمشاركة في التعبير عن أفكارهم ومحاكمتها بطرق عقلانية .

كما أن تعليمات تطبيق البرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي ، ساهم إلى حد كبير في إثارة دافعية أفراد الدراسة أثناء تنفيذ البرنامج التدريبي مما أدى إلى توفير حرية التفكير والتعبير عن أفكارهم وتخييلاتهم للمواقف وأثارها السلبية والإيجابية ، مع ضرورة احترام الفروق والاختلافات بين الطلبة في هذه الأفكار وتنوعها ، وضرورة الانفتاح من قبل المشاركين على الخبرات الجديدة والتي قد ساهمت في المرونة الفكرية المشاركين في البرنامج التدريبي .

وقد تعود أسباب هذه النتائج الإيجابية أيضاً إلى مساهمة البرنامج التدريبي في تنمية فاعلية ومشاركة الطلبة في الأنشطة المختلفة التي وفرها البرنامج ، وفي النقاشات التي كانت تدور بعد كل تدريب على الموقف ، كما انعكس ذلك على دافعية المشاركين بشكل إيجابي مع البرنامج ، وهذا ما أكده العديد منهم من خلال تعليقاتهم وملاحظاتهم على البرنامج التدريبي .

"حيث تقول إحدى الطالبات : أن هذا البرنامج رائع جداً وينمي التفكير ويساعد في إتخاذ القرار وينمي الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية . وتقول طالبة أخرى : أنني تعلمت أشياء كثيرة من خلال المشاركة في هذا البرنامج ، وأجمل ما تعلمته تلك المواضيع الواقعية والمهمة في حياتي والتي يحتاج كل فرد من المجتمع لكي يناقشها في حياته اليومية والإجتماعية . وتشير طالبة أخرى إلى أهمية البرنامج فتقول : أن مشاركتي في هذا البرنامج أكسبني تجربة جديدة وحديثة وتحمل أفكاراً عصرية ، وقد كانت هذه التجربة ممتعة وتساعد على بناء الذات والقدرة على إتخاذ القرار . وتقول أخرى : أن البرنامج من وجهة نظري رائع جداً وممتع ويشجع الفرد على إستغلال قدراته ومعرفة ما لديه والقدرة على إتخاذ القرار المناسب في المواقف ، وتقترح أن يعلم هذا البرنامج ضمن مساقات علم النفس أو مساقات الإرشاد في الجامعة الأردنية .

وتعبر أخرى عن المتعة التي شعرت بها من خلال مشاركتها في البرنامج ، كما أنها تشكر القائمين على هذا البرنامج لأنه أفادها في الحياة العملية . ويقول أحد الطلاب الذكور المشاركين في البرنامج ، أن هذا البرنامج يتناول المواضيع بطريقة جديدة ومرنة ومريحة ، حيث يشعر الفرد بالإرتياح أثناء مناقشة المواضيع وقد كان الأسلوب المتبع في المناقشة ناجح ، وأدى بالخروج بنتائج إيجابية ، ويضيف هذا الطالب " بأنه لأول مرة يستمتع في مناقشة مع دكتور " . ويضيف طالب آخر ، أن هذا البرنامج جيد جداً في تعليم طريقة التفكير الصحيح ، ويقول : لقد إستمتعت في المشاركة في هذا البرنامج الرائع والمفيد "

وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع النتائج التي توصلت إليها الدراسة التي أجراها رينولد وكوتس (Renold & Cots, 1987) ، ومع الدراسة التي أجراها روبنسون وسميث وميلر وبرونويل (Robinson, Smith, Miller, Brownell, 1991) ، ومع الدراسة التي قام بريندا (Brenda, 1998) ، كما إتفقت هذه الدراسة مع نتائج الدراسة التي أجراها مارلي (Marley, 1988) والتي هدفت إلى معرفة علاقة مفهوم الذات بالدوغماتية ، وموقع الضبط لدى الطلاب المعلمين . ولم يتم العثور على دراسات سابقة لا تتفق نتائجها مع النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة ، حيث أجمعت جميع الدراسات على الأثر الإيجابي للبرامج التي تعتمد على تعديل السلوك المعرفي وعلاقته الإيجابية على تحسين التشدد بالرأي (الدوغماتية) .

السؤال الثاني : هل يختلف أثر البرنامج المستخدم لتعديل سمة التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) لدى طلبة الجامعة الأردنية باختلاف الجنس ؟

لقد أظهرت نتائج تحليل التباين المشترك الثنائي ( ٢ × ٢ ) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0.05$  ) بين متوسط أداء الذكور ومتوسط أداء الإناث من طلبة الجامعة الأردنية على مقياس الدوغماتية لروكيش ، وقد كانت هذه النتائج لصالح مجموعة الذكور . وقد يعود سبب ذلك إلى عدد من العوامل التي أدت للوصول إلى مثل هذه النتيجة والتي من بينها :

إن العادات والتقاليد تؤثر بشكل سلبي على تشدد الأنثى برأيها ، بسبب عدم إعطائها حرية التعبير عن رأيها في الكثير من القضايا التي تؤثر عليها بشكل كبير، أو بسبب الكبت والضغط الأسري الذي يمارس على الأنثى من قبل أفراد الأسرة والذي يحد من حريتها على التفكير أو بالأخذ بوجهة نظرها ، مما جعلها تشعر بالإحباط مما يؤثر على تشدها بالرأي ( الدوغماتية ) . وربما ساهم ذلك إلى حد كبير في إيجاد فروق جوهرية بين الذكور والإناث ، وهذا ما يشير إليه الأدب التربوي .

وقد يعود سبب ذلك أيضاً إلى حرية التعبير عن الأفكار التي يتمتع بها الذكور وتفاعلهم الإيجابي مع البرنامج التدريبي بشكل أفضل وأكثر دافعية ومرونة ودون قيود من الإناث الذين طبق عليهم البرنامج ، حيث يشعر الإناث أن عليهن التنازل والتضحية من أجل الأقارب الذكور خوفاً من خسارة العائلة في الكثير من القضايا مما يكون له أثر سلبي على مرونة التفكير وخصوصاً فيما يتعلق بالعائلة .

وقد اتفقت نتائج هذه النتيجة مع النتائج التي توصلت إليها الدراسة التي أجراها مارلي Marley ( 1988 ) والتي هدفت إلى معرفة علاقة مفهوم الذات بالدوغماتية ، كما إتفقت مع نتائج دراسة اندرسون ( Anderson , 1962 ) ، كما إتفقت مع دراسة ليكشمي ( lakshmi, 1982 ) .

ولم تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج الدراسة الوحيدة التي أجراها إسماعيل ( ١٩٩٦ ) والتي لم تتفق مع الأدب النظري الذي يشير إلى أن الإناث أكثر تطرفاً من الذكور .

السؤال الثالث : هل هنالك فروق ذات دلالة إحصائية نتيجة استخدام البرنامج التدريبي  
المستند إلى النظرية المعرفية على تعديل سمة التشدد بالرأي ( الدوغماتية ) لدى طلبة  
الجامعة الأردنية يعزى للتفاعل بين متغيري الدراسة ؟

لقد توصلت نتائج تحليل التباين المشترك الثنائي ( ٢ × ٢ ) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية  
عند مستوى الدلالة (  $\alpha \geq 0.05$  ) للتفاعل بين متغيري الجنس والمجموعة التجريبية في الأداء على  
مقياس روكيش للدوغماتية .

وقد بينت هذه النتيجة وجود تحسن في أداء متوسطات القياس البعدي للإناث والذكور ، ووجود  
تحسن في أداء المجموعة التجريبية نتيجة تطبيق البرنامج التدريبي ، مقارنة بأداء متوسطات القياس  
البعدي للمجموعة الضابطة .

في حين كانت درجات المجموعتين التجريبية والضابطة متقاربة ، قبل تطبيق البرنامج التدريبي ، حيث  
كانت هذه الفروق غير دالة إحصائياً قبل تطبيق البرنامج التدريبي عليهم . أي أن متغير البرنامج  
التدريبي أدى إلى تحسن أداء الذكور والإناث ، كما أدى إلى تحسن أداء المجموعة التجريبية .

وربما يعود سبب ذلك إلى طبيعة البرنامج التدريبي المبني على تعديل السلوك المعرفي لمايكنباوم ،  
حيث تؤكد هذه النظرية أن تطبيق البرنامج المبني على تعديل السلوك المعرفي له تأثير إيجابي نحو تغيير  
أفكار الأفراد السلبية والمتشدة، وتحويلها إلى أفكار إيجابية أكثر مرونة وعقلانية وتتسم بالحب  
والتسامح مع الآخرين بغض النظر عن الجنس أو العرق ، فكلا الطرفين الذكور والإناث من الذين طبق  
عليهم البرنامج التدريبي إستفاد من البرنامج . وهذا يؤكد أن برامج تعديل السلوك المعرفي تساعد في  
تعديل سلوك الفئة المستهدفة بغض النظر كون الفئة من الذكور أو الإناث .

## التوصيات

على ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج، يمكن وضع التوصيات على النحو التالي:

١. تطبيق البرنامج على كليات واعداد ومستويات اخرى.
٢. تطوير برامج تعديل سلوك على المستوى الوطني من أجل تعديل أنماط سلوكية غير مرغوب فيها.
٣. إشراك الطلبة بمشاريع وأعمال تربوية مختلفة وفي المخيمات الشبابية والبرامج الوطنية لوزارة الشباب مستندة إلى برامج تعديل السلوك ، مما قد يساعد على تحسين تقدير الذات والميل إلى الزملاء وإحترام الرأي والرأي الآخر.
٤. بناء برامج تدريبية قائمة على التعديل السلوكي المعرفي تناسب المستويات العمرية والثقافية المختلفة لتساعد على خلق المرونة الفكرية لديهم والبعد عن التطرف والتصلب في الرأي .
٥. الاهتمام بتوظيف مثل هذه البرامج ضمن مساقات الجامعات، لما له من أثر إيجابي على تعديل سلوك العديد من الطلبة، وتنمية وتجويد أفكارهم.
٦. العمل على توعية الأهل باستخدام أساليب في تنشئة الأطفال تسمح لهم بالتعبير عن المشاعر العدائية بوجه خاص ، فقد يساعد على الحد من التعصب بإزالة الحاجة إلى تفرغ تلك المشاعر على الجماعة الأخرى أو غير ذلك .



## المراجع

\* القرآن الكريم .

- الإنجيل المقدس / العهد القديم .
- الإنجيل المقدس / العهد الجديد.
- أحمد ، سمير نعيم ( ١٩٩٠ ) . المحددات الإقتصادية والإجتماعية للتطرف الديني : حالة مصر - - المستقبل العربي . عدد ١٣١٥ .
- الأعرس - ، صفاء (١٩٧٥) . العلاقة بين التفاعل الأتماعي والجمود في الشخصية . الكتاب السنوي ، إصدار الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، القاهرة : الهيئة المصرية للكتاب .
- ابراهيم ، سعد الدين ( ١٩٩٣ ) : مصر تراجع نفسها الطبعة الاولى ، دار المستقبل العربي ، القاهرة.
- اسماعيل ، عزت سيد ( ١٩٩٦ ) . سيكولوجيا التطرف والارهاب - اطار نظري وتطبيق ميداني - حولية كلية الآداب ، ١٦٤ ، الكويت : جامعة الكويت ، مجلس النشر العلمي .
- إدارة المعلومات الجنائية (٢٠٠٣)، التقرير الإحصائي الجنائي ، مديرية الأمن العام ، المملكة الأردنية الهاشمية .
- البعلبكي ، منير ( ٢٠٠٤ ) ، المورد ، الطبعة الثامنة والثلاثون ، بيروت ، دار العلم للملايين .
- بيومي ، محمد أحمد ( ١٩٩٢ ) . ظاهرة التطرف - الأسباب والعلاج . الاسكندرية : دار المعرفة الجامعية .
- بيومي ، محمد أحمد ( ١٩٩٣ ) . علم الإجتماع بين الوعي الإسلامي والوعي الغربي . الإسكندرية .
- الخطيب ، جمال (٢٠٠٣) ، تعديل السلوك الإنساني ، العين ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع .
- الخطيب ، جمال ( ٢٠٠١ ) . تعديل السلوك الإنساني . الكويت : مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع .
- الخطيب ، جمال (١٩٩٤) ، تعديل السلوك الإنساني، الطبعة الثالثة .
- الخطيب ، جهاد (١٩٨٨) ، الشخصية بين التدعيم وعدمه : برنامج في تعديل السلوك ، قسم الارشاد التربوي والصحة النفسية ، وزارة التربية والتعليم .
- الدسوقي ، كمال (١٩٨٨) . ذخيرة علوم النفس ، المجلد الأول . القاهرة : الدار الدولية للنشر والتوزيع.

- دكت ، جون (٢٠٠٠) . علم النفس الاجتماعي و التعصب . تعريب صفوت، عبد الحميد ، الطبعة الأولى ، القاهرة : دار الفكر العربي .
- رشوان ، حسين عبدالحميد (١٩٩٧) . التطرف والإرهاب من منظور علم الاجتماع . دار المعرفة الجامعية .
- زهران ، حامد عبدالسلام (١٩٨٤) . علم النفس الاجتماعي . (ط٥) القاهرة : عالم الكتب .
- سلامة ، محمد (١٩٨٤) . علاقة الدوغماتيه بمستوى التعليم والتحصيل الدراسي لدى المراهقين القطريين . قطر .
- السيد ، عبد الحليم محمود ( ١٩٨٠ ) . الأسرة وإبداع الأبناء . القاهرة : دار المعارف .
- سويف ، مصطفى ( ١٩٧٠ ) . استجابات التطرف والإعتدال وعدم الإكتراث، دراسة حضارية مقارنة . قراءات في علم النفس الاجتماعي في البلاد العربية . المجلد الثاني، الهيئة المصرية العامة للكتاب .
- الشراوي ، أنور (١٩٨٩) . الأساليب المعرفية في علم النفس . العدد الحادي عشر ، مجلة علم النفس.
- صليبا ، جمال (١٩٧١) . المعجم الفلسفي . المجلد الثاني ، بيروت : دار الكتاب اللبناني .
- عبدالله ، معتز سيد (١٩٨٩) . الاتجاهات التعصبية . سلسلة عالم المعرفة عدد ١٣٧٥ ، الكويت : المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- عبدالله ، معتز سيد (١٩٩٧) . التعصب دراسة نفسية اجتماعية . ط٢، القاهرة : دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع .
- عبد الستار ، إبراهيم ( ١٩٩٤ ) ، العلاج النفسي- السلوكي المعرفي الحديث ، أساليبه وميادين تطبيقه . القاهرة .
- عبد السلام ، فاروق (١٩٧٨) . التنظيم المعرفي للشخصية عند روكيش . الكتاب السنوي في التربية وعلم النفس ، المجلد الخامس ، القاهرة : دار الثقافة للطباعة والنشر .
- عبدالمجيد السيد محمد (١٩٩٦) . دراسة لإتجاهات طلاب الجامعة نحو التطرف الديني والاجتماعي "بحوث ودراسات المؤتمر السنوي الثاني لقسم علم النفس التربوي " رؤية نفسية تربوية لمشكلات المجتمع المعاصر. جامعة المنصورة، كلية التربية - قسم علم النفس التربوي .

- العجمي ، محمد حسين (١٩٩٣) . التربية الإسلامية في مواجهة ظاهرة التطرف لدى بعض الشباب المصري ضرورة حتمية لماذا؟ وكيف؟ مؤتمّر أصول التربية العاشر، بكلية التربية جامعة المنصورة .
- العزة ، سعيد ؛ وعبد الهادي ، جودت(٢٠٠١)٠ تعديل السلوك الإنساني دليل الأباء والمرشدين التربويين في القضايا التعليمية والنفسية والاجتماعية . (ط١٠)، عمان : الدار العلمية الدولية والثقافة للنشر والتوزيع .
- عمراني ، عفاف علي ( ١٩٩٤ ) . الأبعاد الإجتماعية والإقتصادية لظاهرة التطرف الديني. دراسات تربوية ، المجلد التاسع، ج٦٣، القاهرة: رابطة التربية الحديثة ، ٢٦٠-٣٠١.
- عثمان ، فاروق السيد (١٩٨٧) . ملخص دراسة مفهوم الذات وعلاقته بالدوقماتية لدى طلاب الجامعة في التخصصات الدراسية المختلفة. مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة : العدد التاسع، الجزء الاول .
- قطامي ، يوسف (٢٠٠٤) . النظرية المعرفية الاجتماعية وتطبيقاتها . ط١ ، عمان : دار الفكر.
- قطامي ، يوسف و قطامي، نايفة (١٩٩٨) . نماذج التدريس الصفي . عمان : دار الشروق .
- قطامي ، نايفة (٢٠٠٣) . تعليم التفكير للأطفال . عمان : دار الفكر.
- قطامي، نايفة (١٩٩٢) . أساسيات علم النفس المدرسي . عمان : دار الشروق .
- قطامي ، يوسف و قطامي ، نايفة (٢٠٠٠) . سيكولوجية التعلم الصفي . عمان: دار الشروق .
- فيجوتسكي ، ل (١٩٧٦) . التفكير واللغة . تقديم لوريا ليونيفف، برونر، ترجمة طلعت منصور ، القاهرة : مكتبة ألا نجلو المصرية ٠
- ماكاي ، ماثيو ؛ وايشلمان ،اليزابيث روبنز ؛ وديفيز، مارثا (٢٠٠٥) . كتاب تدريبات الاسترخاء والتحرر من التوتر . ط٥ ، ترجمة مكتبة جرير ٠
- محمد ،عادل عبد الله (٢٠٠٠) . العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقات. القاهرة : دار الرشاد .
- مجمع اللغة العربية (١٩٧٩) . المعجم الفلسفي، القاهرة . الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية.
- محمد ، أنور(١٩٩٣) . الإسلام والمسيحية في مواجهة التطرف والإرهاب . القاهرة : دار إيه ام للنشر- والتوزيع .
- مكليفن ،روبرت ؛ وغروس ، رتشارد (٢٠٠٢) ٠ مدخل الى علم النفس الاجتماعي ، ترجمة د٠ ياسمين حداد ، د٠ موفق الحمداني ، د٠ فارس حلمي ،دار وائل للنشر، عمان ، الأردن ٠

- منصور، عبد المجيد ؛ والشربيني ، زكريا احمد (٢٠٠٣) . سلوك الإنسان بين الجريمة - العدوان - الإرهاب . ط١ ، القاهرة : دار الفكر العربي .
- موسى ، عادل ؛ وبشير ، أحمد (١٩٩١) . التطرف الديني لدى الشباب - كيفية مواجهته من منظور الخدمة الإجتماعية . حولية كلية البنات، ج٢، ع١٦٤، ٢١-١
- النشاوي ، كمال احمد الإمام (٢٠٠٠)، دراسة لأبعاد ظاهرة التطرف لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية بالمنصور، العدد الرابع والاربعون .
- هندي ، عبد المعين سعد الدين (١٩٩١) . التدين والتطرف لدى طلاب جامعة أسيوط - دراسة ميدانية . المجلة التربوية، ع٦، كلية التربية بسوهاج، ١٥-١.

- Afzal L.(1975) . "Rigidity – Flexibility and Incident Learning  
**"Psychological Abstracts"** Vol. 54, No. 4.
- Allen, T. & Whitley(1969) . **A Study of Teacher Effectiveness:** The Translation OF Cognitive Flexibility Theory into Observable Human Behavior; Incoallaboration with Norman A . Spirnthal. Harvard University CHARLES E. MERRILL PUBLISHING CO. COLUMBUS, OHIO A. Bell & Howell Company .
- Anderson, C. C.(1962) . " A Development Study of Dogmatism During Adolescence With Refrence To Sex Differences " , " **Journal of Abnormal and Social Psychology** " , No.2 .
- Ray J. ( 1970 ) The Development and Validation Of A Balanced Dogmatism Scale , **Australian Journal of Psychology** Vol. 22, No. 3, pp. 253-260 .
- Banton, M.(1967).**Race Relations.** London: Tailstock.
- Brenda D., (1998). Implementing a Cognitive Behavior Management Program, **Intervention in School & Clinic**, 33,4,235.
- Cabrera, Q.A. (1983): "**Evaluating The Teaching Of Critical Thinking In Content Areas**", Diss.Abs.Inter.Vol.43.
- Changw, E. & Bridwell, W. (1998). Irrational Beliefs, Optimism, Pessimism and Psychology and Distress : a Preliminary Examination of Depression. Journal of Clinical Psychology, 54,(2),137.
- Cormier, W.H. & Cormier, L. S. (1991). Interviewing Strategies for Helpers: Fundamental Skills and Cognitive Behavioral Interventions. (2<sup>nd</sup> ed). Monterey cal : Brooks/Cole.
- Cory, G. (1991), **Therapy and Practice of Counseling and Psychotherapy.** Brooks / Cole Publishing.
- Costa. Arthure & Kallick . Bena (2000). **Habits of Mind**, A Development Series , Discovering and Exploring . Association For Supervision and Curriculum Development, Alexandria , Virginia. USA .
- Danny, L. & Linda, C. (1998). **Cognitive Behavior Therapy Approach to Disputing Automatic Thoughts** : a Two –Stage Model. Journal of Advanced Nursing\_ 27,(6). 1143.
- De Bono.E.(1991).**The Cort Thinking Program . In A. Costa (ED) . Developing Minds : Programs For Teaching Thinking** (Rev,ed.vol.2,pp.27-32) Alexandria,VA: ASSOCIATION For Supervision and Curriculum Development .

- Deborah, J. & Smith (1988) .Problem- Solving and Behavior Modification . **Journal of Abnormal Psychology**, VOL .78.
- Elliott, J. E. (1992). Compensatory Byffers. Depression , and Irrational Beliefs. **Journal of Cognitive Psychotherapy : an International Quarterly**, **6(3)**.
- Harding, J., Proshansky, H., Kutner, B., & Chein, I. (1969). **Prejudice And Ethnic Relations**. Ing . Lindsey & E.Aronson (Eds) , The Handbook of Social Psychology .Vol .5 (PP.1-76). Reading, Massachusetts: Addison –Wesley.
  - Lakshmi, K. S .(1982). "Personal Factors in Rigidity" "**Psychological Abstracts**". Vol. 68, No. 3, pp. 644, 1982.
- Marley, M.D. (1988): “The Relationship Between Self-Concept Of Teacher-Trainers- And Dogmatism-Student Interaction Effectiveness ”, **Diss.Abs.Inter.Vol.35. N.10 (A)**.
- Mary.E.McConnell. (1999).Self- Monitoring, Cueing, Recording, and Managing Teaching Students to Manage Their Own Behavior, The Council for Exceptional Children. Dec.
- Meichenbaum, D. & Turk, D. ( 1987 ) : **Facilitating Treatment Adherence , A Practitioner’s Guidebook** , PLENIUM PRESS.NEW YORK AND LONDON .
- Meichenbaum, D. and Buland, S.(1979) **Cognitive Behavior Modification With Children**, School Psychology Review.
- Meichenbaum. Donald (1996): **Mixed Anxiety And Depression** . New York .New Bridge Communications .
- Meichenbaum. Donald (2001): **Treatment of Individuals With Anger-Control Problems and Aggressive Behaviors: A Clinical Hand Book**. Institute Press. Clearwater, Florida.
- Milner, D. (1975): **Children And Race**. Harmondsworth, England: Penguin.
- Orpen, C ( 1972 ): Across-Cultural Investigation of the Relationship Between Conservatism and Personality , **J.Psychology**,**81** .
- Paul W.(2000) .A Randomized Controlled Trail of Efficacy of a Cognitive-Behavioral Anger Management Group for Clients With Learning Disabilities. **Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities** 15(3) P.12-224.
- Randull, E. J. & Thyer, B. A. (1998). Combining Guided Dialog With Cognitive Therapy for Depressed Women : Six Single-case Studies, **Journal of Cognitive Psychotherapy : and International Quarterly** , 12,(4).435-450.

- Renolds, W. & Coats, K. (1987). Comparison of Cognitive for Treatment of Depression in Adolescents. **The Dissertation Abstract International**, 74,(3).221.
- Richard, A. & Daheimr R. (1989). The Power of Negative Thinking : a New Perspective on "Irrational" Cognitions, **Journal of Cognitive Psychotherapy : An International Quarterly**,\_3,(1).675.
- Robinson T. Rowand& Stephen W& Smith, M. David Miller, & Mary T . Brownell (1991).**Cognitive Behavior Modification of Hyperactivity-Impulsivity and Aggression** : A Meta-analysis of School-Based Studies, Journal of Education Psychology.
- Rokeach .M. (1960): **The Open And Closed Mind**, New York: Basic Books .
- Schunk, D.(2000) .**Learning Theories**>New Jersey, Mervin.
- Sears, D.et al., ( 1985 ). **Social Psychology** , London: Prentice-Hall, Inc.,5 th ed.
- Shaw, B. (1977). Comparison of Cognitive Therapy And Behavior Therapy In The Treatment Of Depression. **Journal, of Consulting & Clinical Psychology**. 45,(1).543-551.
- Tajfel,H. ( 1984 ) .**The Social Dimensions** , Cambridge University Press .
- Thompson, Barry R. & Geren, Peggy Ruth (2002). Classroom Strategies for Identifying and Helping College Students At Risk For Academic Failure, **College Students Journal**, 36,3,389.
- Webber, J. (1997). Mind-Sets foe Happier Life. **The Eric Database** : 560601.
- Wool folk , Anita. E. (1998) **Educational Psychology**. 7<sup>th</sup>. Ed. Boston, Allyn & Bacon. (P.P 130-145).

## الملحق رقم ( ١ )

### مقياس الدوغماتية

أخي الطالب / أختي الطالبة :

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته :

هذه أداة لقياس الدوغماتية لروكيش ، وتتكون هذه الأداة من جزأين : يتناول الجزء الأول منها توفير بعض المعلومات الشخصية ، ويتكون الجزء الثاني مجموعة من الفقرات . يرجى منك أن تبدي درجة موافقتك على كل فقرة ، بوضع إشارة × تحت العمود المناسب ، علماً أن العمود " أوافق بشدة " يعني أعلى درجة والعمود " غير موافق بشدة " يعني أقل درجة .

### الجزء الأول : معلومات شخصية

الجزء الأول : معلومات شخصية

١- الجنس

أنثى

٢- المستوى الدراسي

الجزء الثاني



غير موافق بشده	غير موافق	غير موافق قليلاً	أوافق قليلاً	أوافق	أوافق بشده	الرقم	الفقرة
						١	لا يوجد أي شيء مشترك تماماً بين العرب والغرب
						٢-	الديمقراطية أرقى شكل لأية حكومة، وأرقى الديمقراطيات تلك التي يديرها أذكى الناس •
						٣-	بالرغم من أن حرية الرأي لكل الجماعات هدف نبيل ، ألا انه ولسوء الحظ ينبغي تقييد حرية جماعات سياسية معينة •
						٤ -	من الطبيعي أن يكون للشخص إلمام ومعرفة بالأفكار التي يؤمن بها أكثر من معرفته بالأفكار التي يعارضها
						٥ -	الإنسان بمفرده مخلوق بائس و ضعيف •
						٦ -	بشكل أساسي ، العالم الذي نعيش فيه مكان موحش جداً•
						٧ -	اغلب الناس لا يكتثون على الإطلاق بالآخرين •
						٨ -	أكون راضيا لو وجدت شخصاً يرشديني إلى كيفية حل مشكلاتي الشخصية •
						٩ -	من الطبيعي أن يخاف الفرد من المستقبل •
						١٠ -	توجد الكثير من الأعمال تتطلب الإنجاز ولا يوجد إلا وقت قليل لإنجازها •
						١١ -	عندما أبدا في مناقشة الأمور الساخنة لا أستطيع التوقف عن النقاش •
						١٢ -	في النقاش أجد نفسي مضطراً لتكرار ما أقوله عدة مرات لتأكد أن الآخرين فهموا ما قلته •
						١٣ -	في النقاش الساخن غالباً ما أجد نفسي منغمساً فيما سأقوله بحيث أنني اغفل عن الإصغاء لما يقوله الآخرون
						١٤ -	أن يكون المرء بطلاً ميثاً أفضل من أن يعيش جباناً •
						١٥ -	طموحي السري أن أكون عظيماً مثل ابن خلدون أو ابن سينا أو المتنبي بالرغم من أنني لا اعترف بذلك حتى لنفسي •
						١٦ -	الشيء الرئيسي في حياة الفرد أن يكون لديه الرغبة بعمل شيء مهم •
						١٧ -	لو سنحت لي الفرصة لفعلت شيئاً ينفع العالم نفعاً عظيماً

١٨ -	ربما لم يكن في تاريخ البشرية سوى القلة من المفكرين العظام •
١٩ -	هناك عدد من الأشخاص الذين أصبحت أكرههم بسبب ما يحملون من معتقدات يدافعون عنها •
٢٠ -	الإنسان الذي لا يؤمن بقضية عظيمة فإنه لم يعيش حقاً
٢١ -	الحياة ذات معنى فقط عندما يكرس المرء نفسه لقضية أو فكره •
٢٢ -	من بين كل الفلسفات الموجودة في العالم قد تكون هناك واحدة فقط صحيحة •
٢٣ -	الشخص الذي يتحمس لقضايا كثيرة يميل إلى أن يصبح حاملاً ضعيف العزم وهشاً فقط •
٢٤ -	الوصول إلى تفاهم وحل وسط مع خصومنا السياسيين هو خطر لأنه يقودنا غالباً لخدلان الذين يؤيدوننا •
٢٥ -	عندما يؤول الأمر إلى اختلاف الرأي في الأمور الدينية ، يجب أن نحذر المساومة مع الذين يحملون معتقدات تختلف عنا •
٢٦ -	في هذه الأيام يجب أن يكون الشخص أنانياً إن كان معنياً بسعادته الشخصية •
٢٧ -	أسوء جريمة يقترفها الإنسان هي التهجم علناً على أولئك الذين يؤمنون بنفس الأشياء التي يؤمن بها هو •
٢٨ -	في مثل هذه الأيام من الضروري أن يحرض الشخص على الأفكار التي تصدر عن الأشخاص أو المجموعات الحليفة له أكثر من حرصه على الأفكار التي تصدر عن المعسكر الآخر المقابل
٢٩ -	الجماعة التي تتسامح مع الاختلاف في الرأي بين أعضائها لا تستطيع الصمود طويلاً •
٣٠ -	هناك نوعان من الناس بالعالم : أولئك الذين يقفون مع الحقيقة وأولئك الذين يعادونها •
٣١ -	اغضب بشدة ودمي يغلي عندما يرفض شخص ما وبعناد شديد الاعتراف بأنه مخطئ •
٣٢ -	الشخص الذي يفكر بسعادته الخاصة قبل كل شيء ، شخص غير جدير بالاحترام والتقدير •
٣٣ -	اغلب الأفكار التي تطبع وتنشر هذه الأيام لا تستحق الورق الذي تطبع عليه •
٣٤ -	في عالمنا المعقد هذا، الطريقة الوحيدة لمعرفة ما يجري هو الاعتماد على القادة أو أصحاب الخبرة الذين يمكن الوثوق بهم •
٣٥ -	من الأجدي تأجيل إصدار حكمنا على ما يجري حتى تسنح لنا الفرصة للاستماع لرأي أولئك الذين نحترمهم •
٣٦ -	على المدى البعيد ، فإن أفضل طريقة للعيش هي اختيار الأصدقاء والمقربين الذين لهم نفس اعتقادنا وأذواقنا •

						الحاضر غالباً ما يكون مليئاً بالتعاسة ، والمستقبل هو الذي يستحق الاهتمام فقط . - ٣٧
						إذا أراد الفرد أن يحقق أهدافه بالحياة فالأفضل له أن يقامر بحيث يربح كل شيء أو يخسر كل شيء - ٣٨
						لسوء الحظ ، فإن عدداً كبيراً من الأشخاص الطيبين الذين ناقشت معهم المشكلات الاجتماعية و الأخلاقية الهامة لا يعون حتماً ما يدور حولهم - ٣٩
						لا يعرف اغلب الناس مصلحتهم . - ٤٠

## الملحق رقم ( ٢ )

### البرنامج التدريبي

#### الموقف التدريبي الأول

الموضوع : الثقة بالنفس

الوقت : ٥٠ دقيقة

المكان : الجامعة الأردنية

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يتعرف المتدرب على سمات الفرد الذي يثق بنفسه .
- ٢- أن يستخلص المتدرب سمات الفرد الواثق بنفسه مستعيناً بتوجيهات المدرب .
- ٣- أن يؤكد المتدرب على أهم الخصائص التي يجب توفرها في الفرد الواثق بنفسه ، بمصاحبة تعليمات ذاتية .
- ٤- أن يعطي المتدرب أمثلة على عدد من الأفراد الذين يعتقد أنهم واثقون من أنفسهم ، وأمثلة أخرى لأفراد يمتازون بالغرور .
- ٥- أن يؤكد المتدرب على أهمية توفر مجموعة من الخصائص في الفرد الواثق من نفسه .

الإجراءات : ولتحقيق هذه الأهداف الخاصة ، سوف يقوم المدرب والمتدربون بمجموعة من المهمات

والتي تدور حول الموقف التدريبي على النحو التالي :

المهمة	دور المدرب	دور المتدربين
همة الاولى	<p>١-يقدم المدرب الموقف التالي : أجمع فريق الكلية بكرة السلة على اختيار حسن ليكون قائداً للفريق ، ولكن أحمد رفض ذلك ، معتقداً أنه أفضل منه. وبعد ذلك يطلب المدرب من المتدربين تحديد المعتقدات التي يتبناها أحمد حول هذا الموقف .</p> <p>٢- يطلب المدرب من المتدربين تحديد أهم الصفات المميزة لمفهومي الثقة بالنفس ، والغرور وتحديد تعريف لهما .</p>	<p>١- يناقش المتدربون موقف أحمد مع المدرب ومع باقي المتدربين ثم بعد ذلك يتم تحديد أسباب رفض أحمد لفكرة اختيار حسن لقيادة الفريق .</p>
٢- المهمة الثانية " تركيز الانتباه "	<p>٣- يطلب المدرب من المتدربين تحديد خصائص المفهومين السابقين من خلال الحديث مع الذات .</p> <p>٤- يطلب المدرب من المتدربين استحضار نماذج تمتاز بالثقة بالنفس وأخرى تمتاز بالغرور والمقارنة بينهما . كما يطلب منهم تخيل معاقبة الذات عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه " الغرور " .</p> <p>٥- يطلب المدرب من المتدربين أن يتخيلوا المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .</p>	<p>٢- يركز المتدربون على الخصائص المميزة لكل من المفهومين السابقين مع التوصل إلى التعريف التالي لهما : الثقة بالنفس وتعني معرفة الفرد الحقيقية لقدراته وإمكاناته المتوفرة لديه . بينما مفهوم الغرور يعني اعتقاد الفرد بأنه يمتلك العديد من الصفات التي لا يمتلكها غيره .</p>
٣- المهمة الثالثة " التوجيه الذاتي "	<p>٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .</p> <p>٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .</p>	<p>٣- يراجع المتدرب هذه الخصائص من خلال تعليمات يصدرها من نفسه .</p>
٤- المهمة الرابعة " المعاناة الذاتية "	<p>٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .</p>	<p>٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .</p>
٥- المهمة الخامسة " التعزيز الذاتي "	<p>٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .</p>	<p>٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .</p>

## الموقف التدريبي الثاني

الموضوع : تحديد الهوية

المكان : الجامعة الأردنية

الوقت : ٥٠ دقيقة

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يحدد المتدرب أهم الأمور التي تساعد الفرد على إدراك ذاته .
- ٢- أن يميز المتدرب بين إدراكه لنفسه وإدراكه للآخرين مستعيناً بتوجيهات المدرب .
- ٣- أن يؤكد المتدرب أهمية الخبرات المنفتحة لفهم الذات بمصاحبة تعليمات ذاتية.
- ٤- أن يعطي المتدرب أمثلة على بعض المواقف التي تساعد على فهم الذات .
- ٥- أن يؤكد المتدرب أهمية توفر مجموعة من السمات للفرد القادر على فهم ذاته

الإجراءات :

ولتحقيق هذه الأهداف الخاصة ، سوف يقوم المدرب والمتدربون بمجموعة من المهمات والتي تدور حول الموقف التدريبي على النحو التالي :

المهمة	دور المدرب	دور المتدربين
١- المهمة الأولى "المشكلة"	١- يطلب المدرب من المتدربين أن يؤدوا النشاط التالي : أن يتخيل كل فرد المهنة التي يرغب في الحصول عليها وتخييل العقبات التي تصادفه . ثم يطلب المدرب من المتدربين تحديد إمكانية تحقيق ذلك أم لا ، وتحديد المشكلات التي سوف تصادفه.	١- يؤدي المتدربون التخييل بحرية تامة . كما يذكر المتدربون العقبات المتوقعة لتحقيق وظيفة المستقبل ، وتحديد المشكلات المتوقعة حدوثها ، وتحديد إمكانية تحقيق ذلك أم لا . ٢- يركز المتدربون على أهم الصفات التي تميزه عن غيره من الزملاء . يذكر المتدربون بعض الصفات الإيجابية والسلبية التي يتصف بها الأفراد بحسب ما يعتقد .
٢- المهمة الثانية " الانتباه "	٢- يطلب المدرب من المتدربين تحديد أهم الصفات التي تميزه عن غيره من الزملاء ؟ كما يطلب منهم تحديد الصفات الإيجابية والسلبية التي يتصف بها كل متدرب من وجهة نظره ؟	٣- يراجع المتدرب هذه الخصائص من خلال تعليمات يصدرها من نفسه .
٣- المهمة الثالثة " التوجيه الذاتي "	٣- يطلب المدرب من المتدربين تحديد السمات والخصائص المميز للفرد والتي تحدد مفهوم الذات بالنسبة إليه . من خلال حديثه مع نفسه .	٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .
٤- المهمة الرابعة " المعاناة الذاتية "	٤- يطلب المدرب من المتدربين استحضار نماذج تمتاز بتقدير مرتفع للذات وأخرى بتقدير منخفض للذات . كما يطلب منهم تخيل معاقبة الذات عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .	٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .
٥- المهمة الخامسة " التعزيز الذاتي "	٥- يطلب المدرب من المتدربين أن يتخيلوا المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .	

## الموقف التدريبي الثالث

الموضوع : حقوق الميراث

الوقت : ٥٠ دقيقة

المكان : الجامعة الأردنية

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يحدد المتدرب أهم الأمور التي تساعد الفرد على معرفة حقوقه الشرعية في الميراث.
- ٢- أن يميز المتدرب بين الحقوق الشرعية للذكور وبين الحقوق الشرعية للإناث في الميراث مستعيناً بتوجيهات المدرب.
- ٣- أن يؤكد المتدرب على أهمية المعرفة والخبرات المنفتحة لفهم الحقوق الشرعية للأفراد في الميراث بمصاحبة تعليمات ذاتية.
- ٤- أن يعطي المتدرب أمثلة على بعض المواقف التي حدث فيها ضياع لحقوق الأفراد في الميراث.
- ٥- أن يؤكد المتدرب على أهمية توفر العدالة عند توزيع الميراث بحسب الشريعة.

الإجراءات :

ولتحقيق هذه الأهداف الخاصة ، سوف يقوم المدرب والمتدربون بمجموعة من المهمات والتي تدور حول الموقف التدريبي على النحو التالي :



المهمة	دور المدرب	دور المتدربين
١- المهمة الأولى " تحديد المشكلة "	١- يقدم المدرب الموقف التالي : توفي رجل ولديه سبعة أولاد وأربع بنات ، فقرر الأولاد عند توزيع التركة ، الاحتفاظ بأرض أبيهم دون توزيعها على البنات حتى لا تذهب الأرض لزوج البنات في المستقبل . وبعد ذلك يطلب منهم تحديد موقفهم من ذلك وتدعيم موقفهم بالحجج والبراهين	١- يناقش المتدربون مشكلات الإرث من خلال خبراتهم . ثم يحدد كل فرد موقفه من الموقف السابق ذكراً للحجج والبراهين التي تدعم هذا الموقف .
٢- المهمة الثانية " تركيز الانتباه "	٢- يطلب المدرب من المتدربين إجراء مقارنة بين المواقف المعارضة وبين المواقف المؤيدة لتوزيع الإرث على جميع أفراد الأسرة بالعدل .	٢- يركز المتدربون على إبراز المواقف المعارضة والمواقف المؤيدة في توزيع الإرث على الورثة بالعدل ودون تحيز . ثم يجري المتدربون مقارنة بين هذه المواقف ، وتحديد أهم الأفكار المعارضة وأهم الأفكار المؤيدة للتوزيع العادل للإرث .
٣- المهمة الثالثة " التوجيه الذاتي "	٣- يطلب المدرب من المتدربين تحديد الأفكار الصائبة والأفكار الخاطئة من خلال حديثه مع نفسه .	٣- يراجع المتدرب هذه الأفكار من خلال تعليمات يصدرها من نفسه .
٤- المهمة الرابعة " المعاناة الذاتية "	٤- يطلب المدرب من المتدربين استحضار نماذج من المجتمع تميزت بالعدل في توزيع الإرث ومقارنتها بنماذج غير عادلة . كما يطلب منهم تخيل معاينة الذات عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .	٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .
٥- المهمة الخامسة " التعزيز الذاتي "	٥- يطلب المدرب من المتدربين أن يتخيلوا المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها عند تأديتهم للسلوك المرغوب فيه " العدل في توزيع الإرث " .	٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .

## الموقف التدريبي الرابع

الموضوع : الانحلال الخلقي

الوقت: ٥٠ دقيقة

المكان : الجامعة الأردنية

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يحدد المتدرب أهم الأمور التي تساعد الفرد على التحلي بالأخلاق الكريمة .
- ٢- أن يميز المتدرب بين الأخلاق السوية وبين الأخلاق غير السوية مستعيناً بتوجيهات المدرب .
- ٣- أن يؤكد المتدرب على أهمية التحلي بالأخلاق المرغوبة اجتماعياً بمصاحبة تعليمات ذاتية .
- ٤- أن يعطي المتدرب أمثلة على بعض الأخلاق السوية وأخرى غير سوية بناءً على حكم المجتمع .
- ٥- أن يستنتج المتدرب أهمية توفر الأخلاق الفاضلة بين أبناء المجتمع .

الإجراءات :

ولتحقيق هذه الأهداف الخاصة ، سوف يقوم المدرب والمتدربون بمجموعة من المهمات والتي تدور حول الموقف التدريبي على النحو التالي :

المهمة	دور المدرب	دور المتدربين
المهمة الأولى " تحديد المشكلة "	١- يقدم المدرب الموقف التالي : أتفق عدد من الشبان التعبير عن حرياتهم الشخصية بالذهاب إلى التسوق من معرض رمضان للتسوق " للعائلات فقط " وهم يرتدون الشورتات وفانيلات شَباح . ثم يطلب المدرب من المتدربين تحديد المعتقدات والأفكار التي يتبناها هؤلاء الشبان عن الحرية الشخصية . ٢- يطلب المدرب من المتدربين تحديد الفروق بين الحرية الشخصية وبين التحلي بالأخلاق الكريمة .	١- يناقش المتدربون الأفكار والمعتقدات التي يؤمن بها هؤلاء الشبان عن الحرية الشخصية .
المهمة الثانية " تركيز الانتباه "	٣- يطلب المدرب من المتدربين تحديد خصائص المفهومين السابقين من خلال حديثه مع نفسه .	٢- يركز المتدربون على الخصائص المميزة لكل من المفهومين السابقين مع التوصل إلى أهم الفروق بين اعتقاد الفرد بممارسة الحرية الشخصية ، وبين الالتزام بقواعد الأخلاق والسلوك المقبول اجتماعياً
المهمة الثالثة " التوجيه الذاتي "	٤- يطلب المدرب من المتدربين استحضار نماذج من خبراته السابقة تمارس حريتها الشخصية مع التزامها بقواعد السلوك المقبول اجتماعياً . ثم يطلب منهم تخيل معاقبة الذات عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه اجتماعياً .	٣- يراجع المتدرب هذه الخصائص من خلال تعليمات يصدرها من نفسه .
المهمة الرابعة " المعاناة الذاتية "	٥- يطلب المدرب من المتدربين أن يتخيلوا المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه اجتماعياً .	٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .
المهمة الخامسة " التعزيز الذاتي "		٥- يطبق كل متدرب التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .

## الموقف التدريبي الخامس

الموضوع : الحداثة والتغيير

الوقت : ٥٠ دقيقة

المكان : الجامعة الأردنية

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يحدد المتدرب أهم الأمور التي تساعد الفرد على قبول الحداثة والتغيير وترك القديم.
- ٢- أن يميز المتدرب بين حسنات الأخذ بالحداثة والتغيير وبين سلبياته ، مستعيناً بتوجيهات المدرب.
- ٣- أن يؤكد المتدرب على أهمية الحداثة والتغيير نحو الأفضل ، بمصاحبة تعليمات ذاتية .
- ٤- أن يعطي المتدرب أمثلة على بعض الإيجابيات والسلبيات التي تظهر نتيجة الأخذ بالحداثة والتغيير.
- ٥- أن يستنتج المتدرب أهمية الأخذ بالحداثة والتغيير ومواكبة التقدم المناسبة لمجتمعنا.

الإجراءات :

ولتحقيق هذه الأهداف الخاصة ، سوف يقوم المدرب والمتدربون بمجموعة من المهمات والتي تدور حول الموقف التدريبي على النحو التالي :

المهمة	دور المدرب	دور المتدربين
١- المهمة الأولى " تحديد المشكلة "	١- يقدم المدرب الموقف التالي : اشترى العريس خالد لأبيه الفلاح بدلة وربطة عنق لكي يلبسها يوم زفافه ، فقال له أبوه من سابع المستحيلات أن البس مثل هذه الملابس . وبعد ذلك يطلب المدرب من المتدربين تحديد المعتقدات والأفكار التي يتبناها والد خالد عن رفضه لتغيير الملابس التي اعتاد عليها .	١- يناقش المتدربون موقف والد خالد من رفض تغيير ارتداء ملابس لم يعتد عليها مع باقي المتدربين . ثم بعد ذلك يحدد المتدربون أهم الأفكار والمعتقدات التي يتبناها الأب والرافض للحادثة والتغيير .
٢- المهمة الثانية " تركيز الانتباه "	٢- يطلب المدرب من المتدربين تحديد أهم الصفات التي يمتاز بها الأفراد الراضين للحادثة والتغيير .	٢- يحدد المتدربون أهم الصفات المميزة للأفراد الراضين للحادثة والتغيير ومنها : التصلب بالرأي ، الخوف من تجريب الجديد ، رفض المناقشة ، قبول القديم على علاته .
٣- المهمة الثالثة " التوجيه الذاتي "	٣- يطلب المدرب من المتدربين تحديد الصفات التي توصلوا إليها من خلال حديثه مع ذاته .	٣- يراجع المدرب هذه الصفات من خلال تعليمات يصدرها من ذاته .
٤- المهمة الرابعة " المعاينة الذاتية "	٤- يطلب المدرب من المتدربين استحضار نماذج من المجتمع ومن خلال خبراته السابقة بعضهم يتصف بالمحافظين على القديم والبعض الآخر يتصف بالمتجددين والمحبين للتغيير . كما يطلب منهم تخيل معاينة الذات عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .	٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .
٥- المهمة الخامسة " التعزيز الذاتي "	٥- يطلب المدرب من المتدربين أن يتخيلوا المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها عند تأديتهم للسلوك المرغوب فيه اجتماعياً .	٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .

## الموقف التدريبي السادس

الموضوع : التشدد بالرأي " الدغماتية "

الوقت : ٥٠ دقيقة

المكان : الجامعة الأردنية

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يحدد المتدرب بعض الأمور التي تساهم في تشدد الفرد بالرأي وعدم قبول الرأي الآخر .
- ٢- أن يميز المتدرب بين الأخذ بالرأي الصواب وبين التصلب برأي واحد فقط مستعيناً بتوجيهات المدرب .
- ٣- أن يؤكد المتدرب على أهمية التحلي بهرونة التفكير والأخذ بالرأي الآخر بمصاحبة تعليمات ذاتية .
- ٤- أن يعطي المتدرب أمثلة توضح أثر الأفكار المتشددة وأمثلة توضح أثر الأفكار المتشددة .
- ٥- أن يستنتج المتدرب أهمية التحاور بين أبناء المجتمع ، وتبادل الأفكار فيما بينهم .

الإجراءات :

ولتحقيق هذه الأهداف الخاصة ، سوف يقوم المدرب والمتدربون بمجموعة من المهمات والتي تدور حول الموقف التدريبي على النحو التالي :

المهمة	دور المدرب	دور المتدربين
١- المهمة الأولى " تحديد المشكلة "	١- يقدم المدرب الموقف التالي : اتفقت أسرة سعيد على الانتقال من المنزل الحالي إلى منزل آخر أكبر منه وأجمل ويلبي احتياجات الأسرة ، ولكن الأب رفض الفكرة في آخر لحظة واخبرهم أن الأمر غير قابل للنقاش . يطلب المدرب من المتدربين تحديد أسباب رفض الأب لفكرة الانتقال من المنزل .	١- يناقش المتدربون موقف الأب من فكرة الانتقال من المنزل . يحدد المتدربون أسباب رفض الأب لفكرة الانتقال ورفضه كذلك إلى مناقشة الأمر ، والتي أهمها أن الأب يتصف بـ " الدغماتية " .
٢- المهمة الثانية " تركيز الانتباه "	٢- يطلب المدرب من المتدربين تحديد أهم الصفات المميزة للفرد المتشدد بالرأي " الدغماتي " وتحديد تعريف له .	٢- يركز المتدربون على الصفات التي تميز الفرد المتشدد بالرأي " الدغماتية " عن غيره من باقي أفراد المجتمع . يحدد المتدربون تعريفاً " للدغماتية " .
٣- المهمة الثالثة " التوجيه الذاتي "	٣- يطلب المدرب من المتدربين تحديد خصائص الفرد المتشدد بالرأي " الدغماتية " من خلال حديثه مع نفسه .	٣- يراجع المتدرب هذه الخصائص من خلال تعليمات يصدرها من نفسه .
٤- المهمة الرابعة " المعاناة الذاتية "	٤- يطلب المدرب من المتدربين استحضار نماذج تمتاز بالتشدد بالرأي " الدغماتية " ونماذج أخرى تمتاز بالمرونة الفكرية والمقارنة بينهما . كما يطلب منهم تخيل معاقبة الذات عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .	٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .
٥- المهمة الخامسة " التعزيز الذاتي "	٥- يطلب المدرب من المتدربين أن يتخيلوا المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها عند تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .	٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .

## الموقف التدريبي السابع

الموضوع : العصبية القبلية

الزمن : ٥٠ دقيقة

المكان : الجامعة الأردنية

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يوضح المتدرب بعض الأمور التي تساهم في تنمية الانتماء الأسري بين القبيلة الواحدة .
- ٢- أن يميز المتدرب بين الانتماء للأسرة وللقبيلة وبين التعصب الأعمى ، مستعيناً بتوجيهات المدرب .
- ٣- أن يؤكد المتدرب على أهمية الانتماء للقبيلة دون مبالغة وتعصب ، بمصاحبة تعليمات ذاتية .
- ٤- أن يعطي المتدرب أمثلة توضح إيجابيات الانتماء للقبيلة وأمثلة توضح سلبيات التعصب الأعمى لها .
- ٥- أن يستنتج المتدرب أهمية التكافل والانتماء بين أبناء القبيلة الواحدة وبين أبناء المجتمع الواحد .

الإجراءات :

ولتحقيق هذه الأهداف الخاصة ، سوف يقوم المدرب والمتدربون بمجموعة من المهمات والتي تدور حول الموقف التدريبي على النحو التالي :



المهمة	دور المدرب	دور المتدربين
١- المهمة الأولى " تحديد المشكلة "	١- يقدم المدرب الموقف التالي : شجع المهندس علي صديقه الدكتور عمر على ترشيح نفسه للانتخابات النيابية ، وبعد أن تقدم الدكتور عمر للانتخابات ، طلب من صديقه علي الدعم والمساعدة . لكن علي فاجأه بأنه لا يستطيع ذلك بسبب دعمه لشيخ قبيلته الذي تقدم للانتخابات أيضاً . وبعد ذلك يطلب المدرب من المتدربين تحديد المعتقدات التي يتبناها المهندس علي حول هذا الموقف .	١- يناقش المتدربون موقف علي مع المدرب ومع باقي المتدربين ثم بعد ذلك يتم تحديد أسباب رفض علي دعم صديقه الدكتور عمر في الانتخابات ، رغم قناعته بأفضليته على قريبه .
٢- المهمة الثانية " تركيز الانتباه "	٢- يطلب المدرب من المتدربين تحديد أهم الأفكار والمعتقدات التي أثرت على قرار المهندس علي في تبديل رأيه بعدم دعم صديقه الدكتور عمر في الانتخابات النيابية ودعم شيخ قبيلتهم .	٢- يركز المتدربون على أهم الأفكار التي تبناها المهندس علي في تبديل رأيه بعدم دعم صديقه الدكتور عمر في الانتخابات النيابية ، ودعم شيخ قبيلتهم .
٣- المهمة الثالثة " التوجيه الذاتي "	٣- يطلب المدرب من المتدربين تحديد الأفكار المتناقضة التي يتبناها المهندس علي حول هذا الموقف من خلال حديثه مع نفسه .	٣- يراجع المتدرب هذه الأفكار المتناقضة من خلال تعليمات يصدرها من نفسه .
٤- المهمة الرابعة " المعاينة الذاتية "	٤- يطلب المدرب من المتدربين استحضار نماذج تمتاز بالتعصب للقبيلة وأخرى تمتاز بالمرونة عند اختيار الأفضل . كما يطلب منهم تخيل معاينة الذات عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .	٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .
٥- المهمة الخامسة " التعزيز الذاتي "	٥- يطلب المدرب من المتدربين أن يتخيلوا المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها عند تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .	٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .

## الموقف التدريبي الثامن

الموضوع : الجندر

الوقت : ٥٠ دقيقة

المكان : الجامعة الأردنية

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يتعرف المتدرب على الفروق الموجودة بين أدوار الذكور والإناث .
- ٢- أن يستخلص المتدرب اختلاف الرأي بين فرد وآخر حول هذه الفروق في الأدوار الموجودة بين الذكور والإناث مستعيناً بتوجيهات المدرب الجهرية .
- ٣- أن يؤكد المتدرب على ضرورة المساواة في التعامل بين الذكور والإناث ، بمصاحبة تعليمات ذاتية .
- ٤- أن يعطي المتدرب أمثلة على بعض الأضرار الناجمة نتيجة التفرقة في التعامل بين الذكور والإناث .
- ٥- أن يؤكد المتدرب على أهمية المساواة في التعامل ما بين الذكور والإناث .

الإجراءات :

ولتحقيق هذه الأهداف الخاصة ، سوف يقوم المدرب والمتدربون بمجموعة من المهمات والتي تدور حول الموقف التدريبي على النحو التالي :

المهمة	دور المدرب	دور المتدربين
١- المهمة الأولى " تحديد المشكلة "	١- يقدم المدرب الموقف التالي : ذهب يوسف إلى العمل نشيطاً كعادته ، وعند وصوله للعمل أخبره زميله في المكتب أن مدير الشركة استقال من عمله ، وان إدارة الشركة عينت السيدة نجاح عوضاً عنه . فقال إبراهيم أن كان هذا الكلام صحيحاً فسوف أتقدم بطلب نقل من هذه الشركة . وبعد ذلك يطلب المدرب من المتدربين تحديد المعتقدات والأفكار التي يتبناها يوسف حول هذا الموقف .	١- يناقش المتدربون موقف يوسف من تعيين سيدة مديرة لشركة تكون مسئولة عليه . ثم بعد ذلك يتم تحديد أسباب رفض يوسف لفكرة اختيار سيدة مديرة في العمل .
٢- المهمة الثانية " تركيز الانتباه "	٢- يطلب المدرب من المتدربين تحديد أهم الخصائص والسمات التي ينبغي الأخذ بها عند اختيار مسئول في العمل .	٢- يركز المتدربون على الخصائص والسمات المميزة للقائد المسئول والتي يجب الأخذ بها عند الاختيار .
٣- المهمة الثالثة " التوجيه الذاتي "	٣- يطلب المدرب من المتدربين تحديد الخصائص والسمات التي يجب توفرها في المسئول ، من خلال حديثه مع نفسه .	٣- يراجع المتدرب هذه الخصائص والسمات من خلال تعليمات يصدرها من نفسه .
٤- المهمة الرابعة " المعاناة الذاتية "	٤- يطلب المدرب من المتدربين استحضار نماذج تمتاز بالمرونة في تقبل الجنس الآخر وأخرى تمتاز برفض الجنس الآخر دون وجود أسباب حقيقية . كما يطلب منهم تخيل معاقبة الذات عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .	٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .
٥- المهمة الخامسة " التعزيز الذاتي "	٥- يطلب المدرب من المتدربين أن يتخيلوا المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها عند تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .	٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .

## الموقف التدريبي التاسع

الموضوع : الحرية الشخصية

الوقت : ٥٠ دقيقة

المكان : الجامعة الأردنية

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يحدد المتدرب أهم الأمور التي تساعد الفرد للوصول إلى الحرية الفردية الخاصة .
- ٢- أن يميز المتدرب بين الحرية الخاصة وبين الحرية العامة مستعيناً بتوجيهات المدرب .
- ٣- أن يؤكد المتدرب على أهمية الخبرات المنفتحة لفهم العلاقة بين حريته وحرية الآخرين
- ٤- أن يعطي المتدرب أمثلة على بعض الحريات الشخصية التي تؤثر سلباً على حرية الآخرين .
- ٥- أن يؤكد المتدرب على أهمية توفر مجموعة من الشروط الواجب توفرها لممارسة الحرية الشخصية .

## الإجراءات :

ولتحقيق هذه الأهداف الخاصة ، سوف يقوم المدرب والمتدربون بمجموعة من المهمات والتي تدور

حول الموقف التدريبي على النحو التالي :

المهمة	دور المدرب	دور المتدربين
١- المهمة الأولى " تحديد المشكلة "	١- يقدم المدرب الموقف التالي : أجمعت أسرة السيد خليل على السفر لقضاء إجازة الصيف إلى إحدى الدول التي تطل على البحر الأبيض المتوسط مثل : مصر ، سوريا ، لبنان . وتم مناقشة اختيار دولة من هذه الدول فأراد الأولاد من الأب أن يختار لهم ، ولكنه أخبرهم انه لا يمانع أن يذهب إلى أي دولة من هذه الدول وعليهم هم الاختيار لان الاختيار صعب . وبعد ذلك يطلب المدرب من المتدربين تحديد معتقدات الأب وأفكاره من اتخاذ القرار .	١- يناقش المتدربون موقف الأب مع المدرب ومع باقي المتدربين ثم بعد ذلك يتم تحديد أسباب رفض الأب لفكرة اتخاذ القرار . كما يحدد المتدربون أهم المعتقدات والأفكار التي يتبناها الأب عند اتخاذ القرار.
٢- المهمة الثانية " تركيز الانتباه "	٢- يطلب المدرب من المتدربين تحديد أهم السمات التي يتصف بها الأفراد القادرين على اتخاذ القرارات	٢- يذكر المتدربون أهم السمات التي يتميز بها الأفراد القادرين على اتخاذ القرارات .
٣- المهمة الثالثة " التوجيه الذاتي "	٣- يطلب المدرب من المتدربين تحديد سمات الأفراد القادرين على اتخاذ القرارات من خلال حديثه مع نفسه .	٣- يراجع المتدرب هذه السمات من خلال تعليمات يصدرها من نفسه .
٤- المهمة الرابعة " المعاناة الذاتية "	٤- يطلب المدرب من المتدربين استحضار نماذج من خلال خبراته قادرة على اتخاذ القرار وأخرى مترددة في اختيار القرار . كما يطلب منهم تخيل معاينة الذات عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .	٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .
٥- المهمة الخامسة " التعزيز الذاتي "	٥- يطلب المدرب من المتدربين أن يتخيلوا المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها عند تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .	٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .

## الموقف التدريبي العاشر

الموضوع : الانتخابات

الوقت : ٥٠ دقيقة

المكان : الجامعة الأردنية

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يحدد المدرب أهم الأمور التي تساعد الفرد على انتخاب الرجل المناسب .
- ٢- أن يوضح المدرب أهم الصفات التي يجب أن تتوفر في المرشح الذي يجب انتخابه ، مستعيناً بتوجيهات المدرب .
- ٣- أن يؤكد المدرب على أهمية انتخاب الرجل المناسب بغض النظر عن الصلة التي ترتبط به ، بمصاحبة تعليمات ذاتية .
- ٤- أن يعطي المدرب أمثلة توضح إيجابيات اختيار الرجل المناسب ، وأمثلة أخرى توضح السلبيات .
- ٥- أن يستنتج المدرب أهمية التعامل بموضوعية عند اختيار المرشح .

الإجراءات :

ولتحقيق هذه الأهداف الخاصة ، سوف يقوم المدرب والمتدربون بمجموعة من المهام والتي تدور حول الموقف التدريبي على النحو التالي :

المهمة	دور المدرب	دور المتدربين
١- المهمة الأولى " تحديد المشكلة "	١- يقدم المدرب الموقف التالي : ترشح للانتخابات في دائرتك الانتخابية السيد حمزة رجل علم والسيد توفيق رجل دين والسيد سيف رجل أعمال والشيخ خليل شيخ قبيلة . وبعد ذلك يطلب المدرب من المتدربين تحديد المرشح الأفضل من بين هؤلاء . مع توضيح سبب الاختيار .	١- يناقش المتدربون جميع الآراء التي تم فيها اختيار كل مرشح من المرشحين عن دائرته الانتخابية . يذكر المتدربون أسباب نجاح المرشح في الانتخابات النيابية بحسب اعتقاده الشخصي .
٢- المهمة الثانية " تركيز الانتباه "	٢- يطلب المدرب من المتدربين تحديد أهم الصفات التي يجب أن تتوفر في المرشح الجيد للانتخابات النيابية .	٢- يركز المتدربون على ذكر وتوضيح أهم الصفات التي يجب أن تتوفر في المرشح للانتخابات النيابية .
٣- المهمة الثالثة " التوجيه الذاتي "	٣- يطلب المدرب من المتدربين تحديد السمات التي يعتقد أنها ضرورية في المرشح للانتخابات النيابية ، من خلال حديثه مع نفسه .	٣- يراجع المدرب هذه السمات من خلال تعليمات يصدرها من نفسه .
٤- المهمة الرابعة " المعاناة الذاتية "	٤- يطلب المدرب من المتدربين استحضار نماذج من الذين رشحوا أنفسهم للانتخابات النيابية السابقة . وذكر الأسباب التي أدت إلى نجاح البعض والأسباب التي أدت إلى فشل البعض الآخر بالوصول إلى مجلس البرلمان . كما يطلب منهم تخيل معاقبة الذات عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .	٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه ، وهو الاختيار الخاطئ للمرشح النيابي .
٥- المهمة الخامسة " التعزيز الذاتي "	٥- يطلب المدرب من المتدربين أن يتخيلوا المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها عند تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .	٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .

## الموقف التدريبي الحادي عشر

الموضوع : اتخاذ القرار

الوقت : ٥٠ دقيقة

المكان : الجامعة الأردنية

الأهداف الخاصة :

- ١- أن يحدد المتدرب أهم الأمور التي تساعد الفرد على اتخاذ القرار .
- ٢- أن يميز المتدرب العلاقة بين اتخاذ القرار وبن التشاور ، مستعيناً بتوجيهات المدرب .
- ٣- أن يؤكد المتدرب على أهمية اتخاذ القرار وفق أسس ومعايير سليمة ، بمصاحبة تعليمات ذاتية .
- ٤- أن يعطي المتدرب أمثلة توضح إيجابيات اتخاذ القرار في الوقت المناسب .
- ٥- أن يستنتج المتدرب العواقب التي تؤدي نتيجة لتأجيل اتخاذ القرار بوقته المناسب .

الإجراءات :

ولتحقيق هذه الأهداف الخاصة ، سوف يقوم المدرب والمتدربون بمجموعة من المهمات والتي تدور حول الموقف التدريبي على النحو التالي :



المهمة	دور المدرب	دور المتدربين
١- المهمة الأولى " تحديد المشكلة "	١- يقدم المدرب الموقف التالي : تقدم المعلم محمد والمهندس أنس في نفس اليوم لخطبة الأنسة ليلى ، ثم طلبت منها والدتها أن تفكر بالأمر وتختار من يناسبها ، فقالت ليلى من تجدوه مناسباً لي أقبل به . وبعد ذلك يطلب المدرب من المتدربين توضيح الأسباب التي منعت ليلى من اختيار ما يناسبها من بين الرجلين .	١- يناقش المتدربون موقف ليلى مع المدرب ومع باقي المتدربين ثم بعد ذلك يتم تحديد الأسباب التي منعت ليلى من اتخاذ القرار المناسب .
٢- المهمة الثانية " تركيز الانتباه "	٢- يطلب المدرب من المتدربين تحديد أهم الصفات والقدرات التي تتوفر لدى الفرد والتي تساعد على اتخاذ القرار المناسب .	٢- يذكر المتدربون أهم الصفات والقدرات التي يجب توفرها لدى الفرد حتى يتمكن من اتخاذ القرار المناسب .
٣- المهمة الثالثة " التوجيه الذاتي "	٣- يطلب المدرب من المتدربين تحديد الصفات الواجب توافرها لدى الفرد القادر على اتخاذ القرار السليم ، من خلال حديثه مع نفسه .	٣- يراجع المتدرب هذه الصفات والقدرات من خلال تعليمات يصدرها من نفسه .
٤- المهمة الرابعة " المعاناة الذاتية "	٤- يطلب المدرب من المتدربين استحضار نماذج تمتاز بالقدرة على اتخاذ القرار المناسب ، ونماذج أخرى غير قادرة على اتخاذ القرار السليم . كما يطلب منهم تخيل معاقبة الذات عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه	٤- يقارن المتدربون بين النماذج المتعددة من خلال الحديث مع الذات ، كما يتخيل المتدربون حدوث العقاب عند القيام بالسلوك غير المرغوب فيه .
٥- المهمة الخامسة " التعزيز الذاتي "	٥- يطلب المدرب من المتدربين أن يتخيلوا المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها عند تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .	٥- يطبق المتدربون التعزيز الذاتي من خلال تخيل المعززات التي يرغبوا في الحصول عليها بعد تأديتهم للسلوك المرغوب فيه .

( ملحق رقم ٣ )

قائمة بأسماء محكمي البرنامج التدريبي

١. الأستاذ الدكتور موفق الحمداني / جامعة عمان العربية للدراسات العليا
٢. الأستاذ الدكتور يوسف قطامي / الجامعة الأردنية
٣. الأستاذ الدكتور محمد الرймаوي / الجامعة الأردنية
٤. الأستاذ الدكتور محمد وليد البطش / الجامعة الأردنية
٥. الدكتور محمد صالح الإمام / جامعة عمان العربية للدراسات العليا
٦. الدكتور حسين محمد أبو رياش / جامعة الإسراء
٧. الدكتور عبد الحكيم محمود الصافي / وكالة الغوث

( ملحق رقم ٤ )

قائمة بأسماء محكمي مقياس الدوغماتية

- ١- الاستاذ الدكتور موفق الحمداني / جامعة عمان العربية للدراسات العليا
- ٢ - الأستاذ الدكتور عبد الرحمن عدس / جامعة عمان العربية للدراسات العليا
- ٣ - الأستاذ الدكتور محمد الريماوي / الجامعة الأردنية
- ٤ - الأستاذ الدكتور محمد وليد البطش / الجامعة الأردنية
- ٥ - الدكتور محمد صالح الإمام / جامعة عمان العربية للدراسات العليا
- ٦ - الدكتور حسين محمد أبو رياش / جامعة الإسراء
- ٧ - الدكتور عبد الحكيم محمود الصافي / وكالة الغوث