

فاعلية أسلوب إيقاف التفكير الإرشادي في تعديل الاتجاهات المستقبلية لطلبة الجامعة

د. احمد يونس محمود البجاري
جامعة الموصل / كلية التربية

المؤتمر العلمي السنوي الأول لكلية التربية الأساسية (٢٣-٢٤/أيار/٢٠٠٧)

ملخص البحث :

هدف البحث التعرف على فاعلية أسلوب إيقاف التفكير الإرشادي في تعديل الاتجاهات المستقبلية لطلبة الجامعة ، تكونت عينة البحث من (٢٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الأولى في قسم الفلسفة / كلية الآداب / جامعة الموصل ، والذين لديهم اتجاهات سلبية نحو المستقبل بناءً على درجاتهم على مقياس الاتجاهات المستقبلية ، حيث أعتبرت درجاتهم اختباراً قليباً ، ثم وزعوا عشوائياً الى مجموعتين . المجموعة الأولى تجريبية تلقى أفرادها التدريب على أسلوب إيقاف التفكير من خلال الإرشاد الجمعي وتكون البرنامج الإرشادي من (٧) جلسات إرشادية والمجموعة الثانية الضابطة لم يتلقى أفرادها أي تدريب ، وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مترابطين ومستقلين أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة التجريبية وبدلالة بلغت (٠,٠٥) بعد تلقي أفرادها التدريب على الأسلوب . وفي ضوء نتائج البحث وضعت مجموعة من التوصيات والمقترحات .

The Effect of Thought stopping counseling style in amendment Future Attitudes for student University.

Dr. Ahmed younis Al- Bajjari
University of Mosul - College of Education

Abstract:

This research aims to know the Effect of Thought stopping counseling style in amendment Future Attitudes for student University. The sample consists of (20) first year students at the department of philosophy / college of Arts / University of Mosul. Those students who according to their scores on a measurement, have negative future attitudes.

Their scores on that measurement were considered as apre-test. Then they were divided into two groups. The experimental group was practiced the thought stopping style through seven meetings of counseling. The control group did not practice any style. Using t-Test for two dependent and independent groups, the results show statistical differences between the experimental group and the control one at (0,05) level and for the benefit of the experimental group. In the light of those results, anumber of recommendations and suggestions were given.

مشكلة البحث:

ان الجهل بمضامين التفكير بالمستقبل واتجاهاته لدى طلبة الجامعة ينعكس على الفرد والمجتمع وعلى الحاضر والمستقبل، والاتجاه سمة نفسية مركبة تتطوي على عناصر معرفية وعاطفية ونزوعية نحو موضوع معين، وتظهر في الآراء والمطامح والتوقع والتقبل والرفض والاقدام والإحجام (Karz 1959 : P.423) لذا يعد الاهتمام بالطلبة اهتماماً بمستقبل الأمة ويبدو جلياً في كتابات العلماء والمربين والباحثين (Vander Zanden 1989 : P.370) وقد شعر الباحث بالمشكلة من خلال تطبيقه المقياس الخاص في الاتجاهات المستقبلية على طلبة المرحلة الأولى في بعض أقسام جامعة الموصل وتبين انشغال تفكيرهم بالمستقبل واكد ذلك دراسة كل من (Mc coneghy 1985، ابوزيد ١٩٩٢) على تخوف الطلبة من عدم الحصول على وظيفة بعد التخرج .

وأشار (Debold 1995) الى ان هنالك عوامل تؤثر على نظرة الطالبات الى أنفسهن ودورهن في المجتمع ، فعندما نلاحظ ان النساء لهن مواقع متدنية قياساً بالمواقع والأدوار التي يحتلها الرجال ، فان ذلك يؤدي الى ان تتظر الأنثى الى نفسها ودورها نظرة سلبية وعلى أنها اقل شأنًا مقارنة بالذكور (Debold 1995: p.22-24) نتيجة لكل مايحيط بنا من أخطار تتمثل في عدم الأستقرار النفسي والاجتماعي والذي بدوره يؤدي بالفرد الى عدم الشعور بالأستقرار والأمن النفسي والخوف من المجهول ، ينعكس ذلك على اتجاهاته المستقبلية.

أهمية البحث:

من سمات العصر الذي نعيش فيه التفكير بالمستقبل والبحث فيه والاعداد له ، وقد ازداد بروز هذه الظاهرة في الثمانينات والتسعينات، فكثرت الأدبيات والبحوث نحو المستقبل واحتل مستقبل الشباب وتفكيرهم به واتجاهاتهم نحوه حيزاً هاماً منها (رحمة ١٩٩٨ : ١٣٠) إذ

يرى العلماء ان المرحلة الشبابية حاسمة في النمو وبناء الشخصية وهذا النمو لا يخلو من الأزمات والصراعات ، فهناك ثورة جسدية يتحول فيها الشاب الى شكل رجل ، وهناك ثورة في الغدد الجنسية التي تؤدي بهرموناتها الى مجموعة جديدة من المشاعر والحاجات ، وهناك ثورة التفكير التي ينتقل فيها الفرد من التفكير المحسوس الى التفكير المجرد ، وهناك مشكلة الاندماج الاجتماعي ، فالشاب يرغب ان يدخل عالم الكبار وان يكون له دور في المجتمع (يعقوب ١٩٧٨ : ٥-٦) وقد يعاني بعض الطلبة من مشكلات سلوكية كالانسحاب من المناقشات الصفية، وربما يشعر البعض منهم بنقص في الثقة بالنفس وعندئذ يعتقد ان النجاح يرتبط بالذكاء العالي أكثر من السعي المتواصل ، كذلك يعتقد بأنه لا يمتلك القدرة في النجاح وانه ليس هناك ما يمكن فعله من اجل تغيير الموقف ، ويفتقر الى تحديد الأهداف والسبل التي يمكن ان توصله الى تحقيق الهدف (Steinberg 1996 : p. 28) والانسان هذا الكائن المفكر، لا يرتضي إلا أن يحقق هبة العقل التي تميزه عن الكائنات الأخرى، فتبدوا عليه سمات ويظهر السلوك الذي من خلاله يمكن أن يعرف به على الرغم من انه يشترك مع غيره بسمات وسلوكيات أخرى واذا ما أدرك تميزه صار الى تحقيق ذاته (العلي ٢٠٠٢ : ١) وعليه ينبغي مساعدة الأبناء على اكتساب المهارات المعرفية والاجتماعية التي ترفع من قدراتهم على التوافق مع البيئة المحيطة بهم ، وتمكنهم من أداء أدوارهم بشكل سليم وتساعدهم على الثقة في أنفسهم وعدم السعي الى خلق أوهام (حنورة ١٩٩٧ : ٢٩٢).

ومن هنا تبرز الحاجة الى دراسة الاتجاهات المستقبلية لطلبة الجامعة وتوظيف الأساليب الإرشادية المناسبة لتعديل اتجاهاتهم ليمارسوا أدوارهم في الحياة بشكل سوي ويكونوا عناصر ايجابية في المجتمع.

هدف البحث وفرضياته :

يهدف البحث التعرف على فاعلية أسلوب إيقاف التفكير الإرشادي في تعديل الاتجاهات المستقبلية لطلبة الجامعة .

وفي ضوء ذلك وضعت الفرضيات الآتية :

- ١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الاتجاهات المستقبلية .
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الاتجاهات المستقبلية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي .

حدود البحث :

يقتصر البحث على طلبة جامعة الموصل / كلية الآداب / قسم الفلسفة - المرحلة الأولى للعام الدراسي (٢٠٠٥-٢٠٠٦).

تحديد المصطلحات:

يتضمن البحث تعريفاً للمصطلحات الآتية:

فاعلية Effectiveness

(تعريف مرعي ١٩٨٣) أنها الاستخدام أو التوظيف الماهر للكفاءة بشكل يؤدي الى تحقيق الهدف الذي توظف من اجله (مرعي ١٩٨٣ : ٤٥)

الأسلوب Style

(تعريف عاقل ١٩٨٨) هو طريقة الفرد المميزة في التعامل مع الأشياء لتحقيق أهداف معينه (عاقل ١٩٨٨ : ٣٥)

ايقاف التفكير Thought Stopping

(تعريف الرشيدى ٢٠٠٠) أسلوب ارشادي يقوم على فكرة أن الأفراد يستجيبون ويتفاعلون مع الأشياء والأحداث بناءً على المعاني والصور التي يحملونها عن هذه الأشياء أو الأحداث بغض النظر عما هي عليه في الواقع. (الرشيدى ٢٠٠٠ : ٤٨٧)

(التعريف النظري لايقاف التفكير) هو أسلوب ارشادي تتحدد فيه الأفكار والمعتقدات الخاطئة والتي ينتج عنها سلوك غير مرغوب فيه وإبداله بأفكار ومعتقدات تتماشى مع القيم السائدة في المجتمع

(التعريف الاجرائي لايقاف التفكير) هو مجموعة من الأنشطة والفعاليات تتضمن عدداً من المواقف السلوكية المعرفية من خلال جلسات ارشادية تهدف الى تعديل الاتجاهات المستقبلية وباستخدام الاستراتيجيات الآتية (التعرف على طريقة التفكير - المناقشة الجماعية - ضبط المعتقدات الخاطئة - ايقاف التفكير الخاطيء) والتي أظهرتها درجاتهم على مقياس الاتجاهات المستقبلية .

الاتجاه Attitude

(تعريف روكش 1972 Rokeach) تنظيم لعدد من المعتقدات والأفكار حول موضوع ما يجعل المرء يبرز نحو تفضيل موضوع ما أو يرفضه (Rokeach 1972 : p. 159)

الاتجاهات المستقبلية Future Attitudes

(تعريف ماك كونهي 1985 Mc coneghy) هي الأفكار المبدعة حول أهداف الحياة والاهتمام بالتخطيط المستقبلي. (رحمة ١٩٩٨ : ١٣٢)
(التعريف النظري للاتجاهات المستقبلية) اطمئنان الطلبة لوضعهم الدراسي والمهني والمستقبلي.

(التعريف الاجرائي للاتجاهات المستقبلية) هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال الاجابة على فقرات المقياس الذي اعتمده الباحث .

الدراسات السابقة :

أولاً. الدراسات التي تناولت أسلوب إيقاف التفكير

١- دراسة سليمان ٢٠٠١ (اثر برنامج ارشاد نفسي في خفض قلق الرياضيين قبل بدء المباريات)

هدفت الدراسة التعرف على اثر ارشاد نفسي يخفض قلق الرياضيين قبل بدء المباريات تكونت عينة البحث من (١٢) لاعباً من نادي الطلبة الرياضي لكرة القدم لعام (٢٠٠١) وتم اختيار (٦) لاعبين وبالطريقة العشوائية للمجموعة التجريبية و (٦) لاعبين للمجموعة الضابطة والتي لم تخضع للبرنامج الإرشادي.
أجرى الباحث التكافؤ في متغيرات عديدة وهي (العمر - الخبرة - المستوى الفني - التحصيل الدراسي).

استخدم الباحث قائمة قلق المنافسة الرياضية ، والمتكونة من ثلاثة مقاييس فرعية وهي مقياس القلق المعرفي ، مقياس القلق البدني ، مقياس الثقة بالنفس .
تم بناء البرنامج الإرشادي بالاستناد الى النظريات السلوكية والسلوكية المعرفية والعلاج العقلاني الانفعالي .

أستخدم الباحث أسلوب إيقاف التفكير لخفض القلق لدى اللاعبين قبل بدء المباريات. تكون البرنامج من (١٢) جلسة ارشادية بمعدل (٤٠) دقيقة لكل جلسة . استخدم الباحث اختبار مان وتني للعينات الصغيرة . أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة. (سليمان ٢٠٠١ : ٥)

٢- دراسة الدوري ٢٠٠٣ (فاعلية برنامج علاجي سلوكي معرفي في الصحة النفسية للطلاب الموهوبين)

هدفت الدراسة الى التعرف على فاعلية برنامج علاجي سلوكي معرفي في الصحة النفسية للطلاب الموهوبين .

تكونت عينت الدراسة من (٤٠) طالباً في المرحلة الابتدائية واستخدمت الباحثة العلاج السلوكي المعرفي والذي تضمن أسلوب ايقاف التفكير لتعديل الأفكار الخاطئة لدى الطالب الموهوب وابدالها بأفكار أكثر منطقية وطبق عليهم مقياس اعد من قبل الباحثة في الصحة النفسية وخاص بالطلبة الموهوبين.

استخدمت الباحثة الاختبار التائي، ومعامل مان وتني واختبار ولكوكسن لمعرفة دلالة الفروق. أظهرت النتائج عن تغيرات ايجابية لدى أفراد العينة التجريبية ويعود ذلك الى الأسلوب العلاجي السلوكي المعرفي (الدوري ٢٠٠٣ : ٣)

ثانياً: الدراسات التي تناولت اتجاهات الشباب وطلبة الجامعات نحو مستقبلهم :

١- دراسة أبو زيد ١٩٩٢ (النظرة المستقبلية لدى شباب الجامعة من الجنسين)

أجريت الدراسة في كليات جامعة القاهرة ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب وطالبة واستخدمت المقابلة الشخصية لأستطلاع آراء الطلبة بالمستقبل وعلاقتها بالجنس والتحصيل الدراسي والتخصص والمستوى الاقتصادي . وتوصلت الدراسة الى النتائج الآتية :

١. هناك نسبة تتراوح بين ٨٥-٨٩ % من العينة يرغبون العمل بعد التخرج
٢. يشعر ٦٤ % من العينة ان البطالة هي المشكلة الرئيسية التي ستواجههم
٣. لم يظهر التحليل الاحصائي فروق ذات دلالة في اجابات العينة تعزى الى متغيرات الجنس أو التخصص. (أبو زيد ١٩٩٢ : ٤٨)

٢- دراسة رحمة ١٩٩٨ (اتجاهات طلبة جامعة الكويت نحو مستقبلهم في مجالات الدراسة والعمل والدخل)

هدف البحث الى التعرف على اتجاهات طلبة جامعة الكويت نحو مستقبلهم في مجالات الدراسة والعمل والدخل والمشاعر نحو المستقبل. لتحقيق ذلك اختيرت عينة من طلاب جامعة الكويت عددها (٦٣٠) طالب وطالبة. وتكونت أداة البحث من استبانة مؤلفة من (٤٤) فقرة وبعد التأكد من صدقها وثباتها طبقت على أفراد العينة ، وتوصلت الدراسة الى النتائج الآتية :

١. وجود اتجاهات مشتركة لدى معظم أفراد العينة
٢. تفضيل أفراد العينة لمتابعة الدراسة الجامعية (رحمة ١٩٩٨ : ١٢٩)
- ٣- دراسة دامورين **Damorin 1990** (توقعات عينة من طلبة البكالوريوس في البرازيل وبلجيكا حول أول عمل سيحصلون عليه بعد تخرجهم)
تألفت عينة الدراسة من (٣٤٢) من البرازيل و(٢٧٣) من بلجيكا ، توصلت الدراسة الى النتائج الآتية :
 ١. كان البرازيليون أكثر تفاؤلاً في الحصول على عمل مناسب، وتوقع الطالبات إنهن سيحصلن على عمل ذي أهمية ومركز اجتماعي وأنهن سينجنن فيه
 ٢. أما البلجيكيون فقد ظهروا متشائمين من أول عمل سيحصلون عليه ومتخوفين من أن متطلباته ستكون صعبة
 ٣. من العوامل المؤثرة في توقعات الطلبة نحو العمل كانت الخلفية الثقافية للطلبة وخبراتهم السابقة بالعمل (Damorin 1990 ,P.14)
- ٤- دراسة كودارد **Goddard 1992** (مقارنة الاتجاهات نحو العمل المستقبلي لدى طلبة الماجستير في ادارة الأعمال)
تكونت عينة البحث من عينتين وهما:
الأولى : ألمانية وعددها (١١٤) طالباً وطالبة.
الثانية : أمريكية وعددها (٨٤) طالباً وطالبة من جامعات جنوب شرق الولايات المتحدة الأمريكية.
توصلت الدراسة الى النتائج الآتية :
 ١. اغلب الطلبة الألمان لا يرغبون بأقامة مشروعات عمل خاصة لهم
 ٢. نسبة ٥٧% من الطلبة الامريكين قالوا : ان اقامة مشروعات عمل خاصة لهم احتمال وارد
 ٣. كلا المجموعتان لديهم تخوف من هذا النوع من العمل الخاص(Goddard . 1992, P. 25)

أجراءات البحث :

١. مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث من طلبة جامعة الموصل / المرحلة الأولى حيث بلغ عددهم (٦٥٩٧) طالب وطالبة.

٢. عينة البحث:

تكونت عينة البحث من (٢٠) طالب وطالبة، بواقع (١٠) للمجموعة التجريبية مقسمة بالتساوي طلاب وطالبات، كذلك (١٠) من الطلبة للمجموعة الضابطة. تم اختيارهم بالأسلوب العشوائي من طلاب كلية الآداب / قسم الفلسفة - المرحلة الأولى .

٣. التصميم التجريبي :

بما ان هدف البحث هو معرفة فاعلية أسلوب ايقاف التفكير الارشادي في تعديل الاتجاهات المستقبلية لطلبة الجامعة ، يمكن تمثيل البحث بالتصميم الآتي :

المجموعة	اختبار قبلي	البرنامج الارشادي	اختبار بعدي
التجريبية	مقياس الاتجاهات المستقبلية	أسلوب ايقاف التفكير	مقياس الاتجاهات المستقبلية
الضابطة	مقياس الاتجاهات المستقبلية	-----	مقياس الاتجاهات المستقبلية

٤. أدوات البحث:

- مقياس الاتجاهات المستقبلية:

استخدم في البحث مقياس الاتجاهات المستقبلية الذي أعده أنطوان رحمة (١٩٩٨) يتكون المقياس من (٤٤) فقرة ، إذ تم صياغة الفقرات لاستطلاع اتجاهات الطلبة نحو مستقبلهم وعليه فقد أعطي للبدائل الخمس الأوزان الآتية : غير موافق ابداً (١) غير موافق (٢) متردد (٣) موافق (٤) موافق جداً (٥) . لذا تكون أعلى درجة على المقياس (٢٢٠) وتعني ان الاتجاه المستقبلي ايجابي، وأدنى درجة (٤٤) وتعني ان الاتجاه المستقبلي سلبي، علماً ان المتوسط الفرضي للمقياس هو (١٣٢) .

صدق المقياس :

للتأكد من صدق مقياس الاتجاهات المستقبلية تم عرضه على عدد من الخبراء من ذوي الخبرة والاختصاص * وقد اجمع الخبراء على صلاحية المقياس وانه يقيس ما وضع لأجله بعد اجراء بعض التعديلات .

ثبات المقياس :

قام الباحث باستخراج معامل الثبات باستخدام معادلة الفا كرونباخ مسحوبة من العينة التي طبق عليها المقياس وتكونت من (٣٠) طالب وطالبة حيث بلغت قيمة الثبات (٠,٨٤) وهو معامل ثبات جيد.

- لبرنامج الإرشادي باستخدام أسلوب إيقاف التفكير

بما ان هدف البحث هو معرفة فاعلية أسلوب إيقاف التفكير في تعديل اتجاهات طلبة الجامعة ، لذا ينبغي بناء برنامج إرشادي يتلائم مع طبيعة البحث ، وأهدافه الخاصة، ولتحديد الاستراتيجيات الإرشادية التي يعتمد عليها البرنامج قام الباحث بالإجراءات الآتية :

أ- الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة التي تبحث موضوع الاتجاهات المستقبلية والدراسات التي اعتمدت أسلوب إيقاف التفكير مع متغيرات أخرى .

ب- عرض مخطط البرنامج بصيغته الأولية على عدد من الخبراء والمتخصصين في ميدان علم النفس والإرشاد النفسي* للتأكد من الأهداف والاستراتيجيات التي استخدمت فيه فضلا عن عدد الجلسات الإرشادية ، والمدة الزمنية اللازمة لتحقيق أهداف البرنامج .

ج- بعد اطلاع الخبراء على مخطط البرنامج ، واجراء التعديلات اللازمة أصبح البرنامج الإرشادي جاهز للتطبيق النهائي. إذ تكون البرنامج من (٧) جلسات إرشادية بدأ الباحث بتطبيقها على أفراد المجموعة التجريبية يوم الثلاثاء / ٤ / ٤ / ٢٠٠٦ وأنتهت يوم الثلاثاء / ١٦ / ٥ / ٢٠٠٦،

تضمنت الجلسة الأولى (التعارف) بين الباحث وأفراد المجموعة من خلال الترحيب بهم وتعريفهم بالأسلوب الإرشادي المقترح وأهدافه وشرح خطوات تنفيذه في ضوء الاستراتيجيات المستخدمة في البرنامج والتي من شأنها مساعدة المسترشد على اتقان محتوى الجلسة الإرشادية، بعد تحديد الحاجات الأساسية والتي تعد موضوعات الجلسات الإرشادية والتي تم الاعتماد عليها بعد تطبيق المقياس بوصفها مؤشرات لاحتياجات الطلبة ذوي الاتجاه السلبي على مقياس الاتجاهات المستقبلية، وتم ترتيب الجلسات الإرشادية كالآتي:

* لجنة الخبراء

- | | |
|--------------------------|-----------------------------|
| ١- أ د محمد ياسين وهيب | جامعة الموصل / كلية التربية |
| ٢- أ م د فاتح أبلحد فتوح | جامعة الموصل / كلية التربية |
| ٣- م د قيس محمد علي | جامعة الموصل / كلية التربية |
| ٤- م د علي عليج خضر | جامعة الموصل / كلية التربية |
| ٥- م د هادي صالح رمضان | جامعة الموصل / كلية التربية |

- ١- الافتتاحية ٢- تغير اختصاصي ٣- كثرة الخريجين ٤- الواسطة ٥- الهجرة والتغرب
٦- المستقبل الغامض ٧- الختامية .

أدناه الاستراتيجيات المستخدمة في التدريب على أسلوب إيقاف التفكير وهي:

- ١- الهدف من أسلوب إيقاف التفكير
تدريب المسترشد للتعرف على المعتقدات الخاطئة ومواجهتها لضبط الأفكار غير المنطقية وتبصيره بعدم واقعيته للتخلص منها .
- ٢- التعرف على طريقة التفكير
من خلال التصورات، والاعتقادات، والأفكار نستدل على سلوك المسترشد
- ٣- المناقشة الجماعية
مساعدة المسترشد على التقويم الذاتي والاحساس بردود الأفعال الايجابية والسلبية من خلال تفاعله مع المجموعة (صبحي ١٩٨٧ : ٦٥)
- ٤- ضبط المعتقدات الخاطئة
عدم قدرة المسترشد على التعامل مع الأشياء والأحداث بشكل منطقي
- ٥- إيقاف التفكير الخاطئ
تغلب المسترشد على تفكيره السلبي وعدم تكراره والتركيز على الأفكار والمعتقدات والمشاعر الحقيقية.
- ٦- التقويم البنائي
يتحقق من خلال التدريب وممارسة الآتي :
- درب نفسك على إيقاف التفكير
 - التفكير وتخيل المشكلة
 - مارس أسلوب إيقاف التفكير
 - تجنب المعتقدات الخاطئة
- ٧- خطوات تنفيذ أسلوب إيقاف التفكير
- ١- مناقشة الأفكار غير العقلانية والخاطئة لدى المسترشد وتبصيره بها
 - ٢- يطلب من المسترشد التركيز ومتابعة الأفكار غير العقلانية
 - ٣- أثناء استغراق المسترشد في أفكاره غير المنطقية ، يصرخ المرشد عليه فجأة (توقف)
Stop ان هذا التدخل المفاجئ يحدث نوعاً من قطع تسلسل الأفكار غير المنطقية مما يجعل المسترشد يواجه صعوبة في استكمال التفكير فيها .

- ٤- يتم تكرار الخطوتين الثانية والثالثة حتى يتم الاقتران بدرجة كافية بين التوقف بطريقة إجبارية عن التفكير بهذه الطريقة وبين الأفكار الخاطئة .
- ٥- توجيه نظر المسترشد الى أهمية ان يقول لنفسه (توقف) Stop. إذا أتت إليه الأفكار غير المنطقية بعد ذلك (الرشيدي ٢٠٠٠ : ٤٨٨)

وفيما يلي نموذج لجلسة ارشادية موضحاً فيها استراتيجيات أسلوب لعب الدور :

الجلسة الثانية مدتها: ٤٥ دقيقة	
الموضوع	تغيير اختصاصي
الحاجات المرتبطة بالموضوع	عدم قناعتني باختصاصي
الأهداف المرتبطة بالموضوع	ان يتعرف أفراد المجموعة على دور وأهمية اختصاصهم
الاستراتيجيات والنشاطات الارشادية	التعرف على طريقة التفكير المناقشة الجماعية ضبط المعتقدات الخاطئة إيقاف التفكير الخاطئ (Stop)
التقويم البنائي	توجيه سؤال الى أفراد المجموعة للتعرف على طريقة تفكيرهم حول اختصاصهم

((محتوى الجلسة))

- يقوم المرشد بالتحدث ومناقشة أفراد المجموعة حول اختصاصهم وأهميته ودوره في المستقبل وعدم إصدار أحكامهم المتسرعة ، وفسح المجال لأفراد المجموعة بأبداء آرائهم في الموضوع . ومن خلال أسلوب إيقاف التفكير واستراتيجياته يشارك المرشد ويصحح المعتقدات الخاطئة لدى المسترشد

المسترشد / انا غير مقتنع باختصاصي

المرشد / توقف (Stop)

المسترشد / استمراري في تخصصي مضيعة للوقت

المرشد / توقف (Stop)

المسترشد / لو كنت محظوظاً لحصلت على تخصص آخر

يتوقف ؟ (كون كلامه غير منطقي) لقد برز من تخصصي كثير من الفلاسفة

والعلماء وأناروا العقول والقلوب وغيروا واقع الشعوب .

المرشد / أشرك ، هذا هو التفكير المنطقي والمطلوب منك.

عرض النتائج ومناقشتها :

هدف البحث الى تحديد فاعلية أسلوب ايقاف التفكير الارشادي في تعديل اتجاهات طلبة الجامعة، ولمعرفة دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، سيتم عرض لنتائج فرضيات البحث :

- **الفرضية الاولى** : لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الاتجاهات المستقبلية.

تم التحقق من صحة هذه الفرضية باستخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات الأفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق أسلوب ايقاف التفكير وبعد التطبيق، واتضح ان متوسط درجات أفراد المجموعة قبل تطبيق الأسلوب (١٢٢,٥٠٠) والانحراف المعياري (٤,٤٠) ومتوسط درجات أفراد المجموعة بعد تطبيق الأسلوب (١٦٣,٠٠) والانحراف المعياري (٨,٢٨) ولمعرفة دلالة الفروق استخدم الاختبار التائي (t.Test) لعينتين مترابطتين، أظهرت نتيجة الاختبار ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (١٢,٢٤) وهي اكبر من القيمة الجدولية التي تساوي (٢,٢٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق اسلوب ايقاف التفكير، والجدول (٢) يوضح ذلك، وهذا يعني ان الاستراتيجيات الارشادية المستخدمة في أسلوب ايقاف التفكير فعالة في معرفة المسترشدين لأنفسهم وتبصيرهم بواقعهم، فضلاً عن تنمية تفكيرهم في فهم المعتقدات والسلوك المرغوب فيه وبطريقة مقبولة اجتماعياً في إطار الواقع.

الجدول (١)

القيمة التائية للفروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق أسلوب ايقاف التفكير وبعد التطبيق

الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	متوسط الفروق	الانحراف المعياري	قيمة (ت) الجدولية
القبلي	١٠	١٢٢.٥٠٠	٤٠.٥	٣.٨٨	*١٢.٢٤
البعدي		١٦٣.٠٠			

* قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٩) ومستوى دلالة $\geq (٠.٠٥)$ = ٢.٢٦

- **الفرضية الثانية** : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الاتجاهات المستقبلية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

تم التحقق من صحة هذه الفرضية باستخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق أسلوب إيقاف التفكير ، واتضح ان متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية (١٦٣,٠٠) والانحراف المعياري (٨,٢٨) ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة (١٢٢,٥٠٠) والانحراف المعياري (٣,٩٧) ولمعرفة دلالة الفروق بينهما استخدم الاختبار التائي (t.Test) لعينتين مستقلتين ، أظهرت نتيجة الاختبار ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (١٣,٩٣) وهي اكبر من القيمة الجدولية التي تساوي (٢,١٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٨) وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق أسلوب إيقاف التفكير، والجدول (٣) يوضح ذلك. وهذا مؤشر على فعالية أسلوب إيقاف التفكير في تعديل الاتجاهات المستقبلية لطلبة الجامعة ، لان وضع الخطة الإرشادية من الباحث جاء بشكل يتناسب مع حاجات المسترشدين والمرحلة العمرية، إذ ان استيعاب المسترشدين لمفردات الجلسة الإرشادية ساعد وبشكل منظم في حل مشكلاتهم الخاصة بالاتجاهات المستقبلية واصدار أحكامهم على معتقداتهم الخاطئة وابدال السلوك غير المرغوب بسلوك مرغوب يتماشى مع القيم السائدة في المحيط الذي يعيشون فيه. ويعزي الباحث فعالية أسلوب إيقاف التفكير الى انه يعمل على تدريب المسترشدين على قراءة الواقع بطريقة صحيحة دون مبالغة وتشويه، مثلما يؤدي الى تحليل البيانات التي تجمع بشكل يطابق الواقع ويخرج باستنتاجات منطقية تعمل على فحص كل فكرة غير منطقية بطريقة تعزز اعادة بناء معارفه وأفكاره بشكل منطقي.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج أكدت على فاعلية أسلوب إيقاف التفكير كدراسة (الدوري ٢٠٠٣).

الجدول (٢)

القيمة التائية للفروق بين متوسط درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق

أسلوب إيقاف التفكير

الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) الجدولية
الضابطة	١٠	١٢٢.٥٠٠	٣.٩٧	١٣.٩٣ *
التجريبية	١٠	١٦٣.٠٠	٨.٢٨	

* قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (١٨) ومستوى دلالة $\geq (٠.٠٥) = ٢.٢٦$

التوصيات :

- ١- توظيف مناهج دراسية تساعد الطلبة في اختيار التخصص والمهنة وتكوين الاتجاهات الواقعية نحوها.
- ٢- توفير فرص عمل للخريجين وذلك للقضاء على البطالة وتجاوز القلق المستقبلي لديهم.
- ٣- الاستفادة من نتائج البحث في سياسة القبول المركزي.

المقترحات :

- ١- إقامة برامج ارشادية جامعية تلبي حاجات الطلبة والمجتمع.
- ٢- إجراء بحوث علمية عن الاتجاهات المستقبلية لسياسة الدولة في التعليم العالي.
- ٣- دراسة فاعلية أسلوب إيقاف التفكير بمتغيرات أخرى كالنمو الخلفي - القلق - التفوق - موقع الضبط - الاتزان الانفعالي - تحقيق الذات .

المصادر :

١. ابو زيد، نبيله (١٩٩٢) النظرة المستقبلية لدى شباب الجامعة من الجنسين، دراسة استطلاعية، مجلة علم النفس، العدد (٢٤) القاهرة، الهيئة العامة للكتاب.
٢. يعقوب، غسان (١٩٧٨) أزمة المراهقة والشباب، بيروت، المؤسسة العربية للطباعة والنشر.
٣. العلي، ماجدة هليل (٢٠٠٢) اثر اسلوبين ارشاديين في خفض مستوى الشعور بالاغتراب لدى طلاب المرحلة الاعدادية (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
٤. الدوري، وصال محمد جابر (٢٠٠٣) فاعلية برنامج علاجي سلوكي معرفي في الصحة النفسية للطلبة الموهوبين (اطروحة دكتوراه غير منشورة) كلية التربية (ابن رشد) جامعة بغداد.
٥. سليمان، عباس سليمان (٢٠٠١) اثر برنامج ارشاد نفسي لخفض قلق الرياضيين قبل بدء المباريات (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية (ابن رشد) جامعة بغداد.
٦. حنورة، مصري عبد الحميد (١٩٩٧) الرعاية النفسية وتنمية الابداع : برنامج تطبيقي على التلاميذ المتفوقين في المرحلتين الابتدائية والمتوسطة من خلال تجربة النادي الصيفي، مؤتمر الخدمة النفسية في دولة الكويت في ٦-٨ ابريل ١٩٩٧، كلية الاداب، جامعة الكويت.
٧. مرعي، توفيق واحمد بلقيس (١٩٨٣) الميسر في علم النفس الاجتماعية، عمان، الاردن، ط٢، دار الفرقان.

٨. عاقل، فاخر (١٩٨٨) **معجم العلوم النفسية** ، لبنان، بيروت، دار الرائد العربي.
٩. الرشيدى، تيسير وراشد علي السهل (٢٠٠٠) **مقدمة في الإرشاد النفسي**، الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع .
١٠. رحمة، انطوان (١٩٩٨) اتجاهات طلبة جامعة الكويت نحو مستقبلهم في مجالات الدراسة والعمل والدخل، **مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس**، المجلد (١)، العدد (٢).
11. karz , N . and stotland , p . A (1959) **preliminary statement to a Theory of Attitude structure and change** . in s . koch (ed) **psychology : A study of science** , vol , 3 , New York , Mc Grow – Hill , pp . 423 – 475 .
12. vander zanden , J (1989) **Human development** , (4th ed .) Alfred A . Knopf , inc , New York .
13. Mc coneghy , Janet L (1985) **An An alysis of life Goils and occupational Aspirations of college students in 1978 and 1983 in the United states** . I (66th , chicago , II . March 31- April 4 , 1985) .
14. Steinberg , l (1996) Ethnicity and adolescent achievement , **American Educator** , Vol . 20 , No . 2 , pp . 28-35 .
15. Debold , E (1995) Helping girls survive the middle grades **principal** 74 , (3January) pp . 22-24 .
16. Rokeach , M (1972) **Beliefs and Attitudes** , San Fran cisco , p. 159.
17. DAmorin , Maria , A (1990) **Work Expectation in Brazilian and Undergraduates** , Research presented at the Annual convention of the in ternational council psychologists (48th) Japan : Tokyo , July 14-18 , 1990 .
18. Goddard , Robert D . and Weihe , Herman J (1992) **Attitudes of MBA students Toward Entrepreneur ship : Across cultural study**, Research presented at the Annual Eastern Michigan University conference (11th, Ypsilanti, March 25-28, 1992).