

تأثير اسلوب حديث الذات في تنمية البنية المعرفية الاكاديمية

لدى طلبة الجامعة

أ.م.د. نبراس طه خماس

الجامعة المستنصرية/ كلية التربية

dr.nebras@uomustansiriyah.edu.iq

07703455204

مستخلص البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف على تأثير اسلوب حديث الذات في تنمية البنية المعرفية الاكاديمية لدى طلبة الجامعة ، ولتحقيق ذلك قامت الباحثة ببناء مقياس للبنية المعرفية الاكاديمية يتكون من 14 فقرة وبعد استخراج الخصائص السيكمترية للمقياس طبقته على عينة مكونة من 12 طالبا وطالبة من طلبة الجامعة مقسمين على مجموعتين 6 مجموعة تجريبية و 6 مجموعة ضابطة ، واستعملت الباحثة الوسائل الإحصائية المناسبة ، وتم بناء المقياس ، والبرنامج الإرشادي في ضوء نظرية ميكنوم ، وظهرت النتائج وجود تأثير مما يعني ان البرنامج الإرشادي ناجح ومؤثر واسهم في تنمية البنية المعرفية الاكاديمية لدى طلبة الجامعة ، ووضعت الباحثة عددا من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية : الارشاد النفسي ، نظرية الارشاد السلوكي المعرفي ، البنية المعرفية ، حديث الذات

الفصل الأول (التعريف بالبحث)

أولاً - مشكلة البحث : ان المرحلة الجامعية من المراحل الانتقالية في حياة الفرد يواجه الطلاب فيها ظروفًا ومشكلات في مختلف الجوانب الأكاديمية، والنفسية، والاجتماعية، والتربوية، وهم مطالبون بالتوافق مع هذه الظروف والمشكلات فقد يواجه الطلاب فيها بعض الصعوبات والمشكلات كونهم غير مدركين لما يحصل وغير ملمين بالمعلومات وكونهم انتقلوا من المرحلة الإعدادية الى المرحلة الجامعية فقد يتعرضون الى بعض الحالات النفسية ويواجهون صعوبات على الصعيد النفسي والسلوكي يؤدي بهم الى الانطواء والاكتئاب وبدرجة كبيرة من المعاناة الشخصية (الشمري، 2020: 2)، وتكوين أفكار سلبية عن الجامعة وهذا كله يؤثر على البنية المعرفية للطلبة الجامعيين ، والأفكار السلبية هي التي تحدث ومن ثم يظهر التشوه العام في السلوك والتفكير أي أن الأفكار السلبية والتفسيرات غير الواقعية للأفراد هي التي تؤدي الى المشكلات النفسية لديهم وهذا كله يجعل الطلبة متأثرين بعلاقتهم مع الآخرين والمجتمع (Beck,1963: 324)، وهذا ما أحست به الباحثة نتيجة كونها مختصة في مجال الإرشاد النفسي بوجود طلبة يعانون من ضعف البنية المعرفية الاكاديمية في المرحلة الجامعية مما أستوجب التدخل الإرشادي للتعامل مع هذا الضعف والحد منه ، وبظهور العديد من البرامج الإرشادية المتكاملة والمتوازنة والمصممة لمواجهة العديد من المشكلات والقضايا تبنت الباحثة اسلوب حديث الذات وبذلك تحددت مشكلة البحث الحالي بسؤال: ما تأثير اسلوب حديث الذات في تنمية البنية المعرفية الاكاديمية لدى طلبة الجامعة ؟

ثانياً - أهمية البحث:

يتميز الانسان من غيره من الكائنات الحية الاخرى بأن لديه القدرة على التكيف البيولوجي والتوافق النفسي والاجتماعي مع العالم المحيط الذي يحيا فيه بكل متغيراته واحداثه ومعوقاته اذ لديه امكانيات للتغلب على هذه المعوقات والمشكلات التي القت بأعبائها عليه (الحميري وعرعور، 2020: 9) ، فسلوك الفرد وتصرفاته يمكن ان تؤدي في شخصيته كما ان شخصية الفرد تظهر من خلال تصرفاته وسلوكه وتحركاته واسلوبه اثناء تعامله وتفاعله مع المجتمع لاسيما في حياة الفرد الجامعية . وتعد الحياة الجامعية من المراحل الهامة في تكوين شخصية الفرد ، وتحقيق التوافق وتعزيز الصحة النفسية وذلك عن طريق ارتباطها الايجابي بحياة الفرد حتى يتمكن من مواجهة المواقف والمشكلات التي يتعرض لها في حياته الجامعية ، ولان كل فرد يسعى ان يحظى بحياة طيبة وجيدة وتحقيق افضل ما يستطيع بما يتناسب مع قدراته وإمكانياته (عبد العزيز واخرون، 2015: 50) ، وان يكون واعياً لأفكاره ومشاعره وسلوكه ومساعدته على استبدال أفكاره ومشاعره وسلوكه الهادمة للذات بأفكار ومشاعر وسلوك تتعامل مع الحدث وهذا ما يسمى بالبنية المعرفية (بردلي واخرون ، 2012 : 319) ، وتتمثل بـ " الجانب التنظيمي من التفكير الذي يبدو انه يراقب ويوجه الاستراتيجيات (الطريقة) والطريق ، والاختيار للأفكار " (الشناوي ، 1994 : 128) ، والتي حظيت باهتمام العديد من المنظرين والباحثين ومنهم (Kelly,1955) ، و (Beck,1963) ، (Meichenbum,1977) ، (Ausubel et .Al,1978)، و (Hilgard&Boer,1981).

وهذا كله استوجب التداخل الارشادي من قبل المرشدين النفسيين من خلال البرامج الارشادية للنهوض بالعملية الإرشادية والتعليمية داخل الجامعات ، والبرامج الإرشادية من الخدمات الإرشادية التي نمت وتطورت بسرعة هائلة في دول العالم (الدوسري، 1985: 235)، لا سيما البرامج التي تقوم على الارشاد والعلاج المعرفي ، وإن الفكرة الاساسية لهذا الارشاد والعلاج تتمثل بمعالجة وتصحيح المعلومة او إيجاد معنى وتفسير مفهوم لدى الافراد يكون له أثر واضح وكبير في خبرات الافراد السلوكية والانفعالية وهذه الفكرة عن الارشاد والعلاج المعرفي التي تتحدث عن خبرات الانسان لها تاريخ قديم في علوم الفلسفة وكتب الطب النفسي (Clark ,Beck& Alford,1999:5) ، لذا فإن على المرشد النفسي تبادل المعلومات مع المسترشد ويعطي له الحرية الكاملة في عرض مشاكله وكشف افكاره ومشاعره حتى يعمل على وضع خط مناسبة لحل هذه المشكلات ، وتستعمل مختلف الأساليب والفنيات، ومنها اسلوب حديث الذات الذي تبنته الباحثة في البحث الحالي، ويقصد به الانتباه الواعي للسلوك (الشناوي، 1994 ، 427) ويتمثل بالأفكار المتبادلة بين الانسان ونفسه (الفقي ، 2000 ، 14) يعمل فيها على إحداث تغيير في سلوكه عن طريق إحداث تعديلات في العوامل الداخلية أو الخارجية المؤثرة في هذا السلوك (حمدي ، 1992 : 11) ، فيحدد عن طريق الملاحظة الذاتية ما لديه من أحاديث سلبية ذاتية أو تخیلات غير ملائمة ، ويركز على أفكاره وردود أفعاله الفسيولوجية وما يتصل بعلاقاته الشخصية من سلوكيات، ويمثل بدوافع الفرد الداخلية ، وهو عامل من العوامل النفسية المهمة في حياته والمحرك الخفي له ، وأشار دونالد هيربرت ميكنبوم " أن العوامل المعرفية تؤثر في التغيير السلوكي وركز على ان التحدث مع الذات سعياً الى تغييره أو تفهمه إذا كان هذا التغيير في الحديث مع الذات سيؤدي الى تغييرات في التفكير والشعور والسلوك (الشناوي، 1994:

(123) ، وهذا ما دعا الباحثة الى استعماله في تنمية البنية المعرفية الاكاديمية في البحث الحالي ، وتناوله العديد من المنظرين والباحثين منهم (Beck,1946) في أسلوبه الارشاد او العلاج المعرفي ، و (Ellis,1977) في أسلوبه العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي ، و (Meichenbaum,1974)، و (Ausubel et .Al,1978)، و (المعموري، 2010) في دراسته لاثار التنظيم الذاتي والتعليمات الذاتية في تعديل سلوك الشخصية السيكوباتية لدى طلبة جامعة بغداد واطهرت النتائج نجاح البرنامجين الإرشاديين في تعديل السلوك السيكوباتي لدى طلبة عينة البحث ، و (الطار، 2019) في دراسته عن الحديث الذاتي الإيجابي وعلاقته بالتدفق النفسي والهزيمة النفسية لدى طلاب كلية التربية وأظهرت النتائج أن ابعاد الحديث الذاتي الإيجابي لها قدرة تنبؤية بالتدفق النفسي والهزيمة النفسية لدى طلبة عينة البحث ، لذا جاءت هذه الدراسة بوصفها محاولة لدراسة هذين المتغيرين ومعرفة إن كان هناك تأثير لحديث الذات في تنمية البنية المعرفية الاكاديمية لدى طلبة الجامعة ، وتبرز أهمية البحث الحالي بالنقاط الآتية:

- 1 - أهمية الجامعة ودورها في حياة الفرد والمجتمع .
 - 2- أهمية الارشاد التربوي والبرنامج الإرشادي ودوره في بناء شخصية الطلبة لا سيما في المرحلة الجامعة لكونها مرحلة تربط بين حياة الفرد الدراسية (العلمية) ، وحياته العملية (الوظيفية) .
 - 3 - أهمية متغيرات الدارسة والمتمثلة بـ(اسلوب حديث الذات ، البنية المعرفية الاكاديمية) ، لا سيما بوجود علاقة متبادلة بين المتغيرين والتي اكد عليها ميكنبوم واسماها بالدائرة الخيرة .
- ثالثاً - اهداف البحث :** يستهدف البحث الحالي التعرف على تأثير اسلوب حديث الذات في تنمية البنية المعرفية الاكاديمية لدى طلبة الجامعة ، ولتحقيق هذا الهدف وضعت الباحثة الفرضيات الآتية:
- 1- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات البنية المعرفية الاكاديمية بين المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي والقبلي على مقياس البنية المعرفية الاكاديمية .
 - 2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات البنية المعرفية الاكاديمية بين المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس البنية المعرفية الاكاديمية .
 - 3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات البنية المعرفية الاكاديمية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي على مقياس البنية المعرفية الاكاديمية .
- رابعاً - حدود البحث :** يقتصر البحث الحالي على المرحلة الجامعية للدراسة الصباحية في الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (2019 – 2020) .
- خامساً - تحديد المصطلحات :** سوف تقوم الباحثة بتعريف كل المصطلحات الآتية:

- 1 - اسلوب حديث الذات **Inner- Speech** : عرفة كلاً من:
* **ميكنبوم (Meichenbaum,1974)** : يقصد به التعليمات الذاتية الناتجة عن السلوك غير المتوافق التي تزودنا بالأساس لاكتساب الافراد القدرة على التحكم وضبط السلوك الشخصي عن طريق تعليمات ذاتية صريحة يتحدثون بها لأنفسهم وتتحول فيما بعد إلى تعليمات ضمنية داخلية يمكنها أن تؤدي إلى سلوك جديد متوافق ، ويتمثل بأسلوب ذاتي او داخلي يستعمل في برمجة عقل الشخص وتغيير سلوكه اذ يتعلم الشخص كيف يفكر ويتصرف ويشعر بالأشياء التي يقولها لذاته،

لغرض التأثير في سلوكه عن طريق التعليمات الذاتية، اي الحديث الذاتي الجديد المتوافق لعدد من المرات نفسه ومع الاحداث والمواقف التي تواجهه" (Meichenbaum,1974:75 , 228).
* (Ellis,1977): اسلوب يستعمل لتعليم الافراد إحداث التغيير في سلوكياتهم غير التوافقية، واللامنطقية، ومشاعرهم السلبية وأفكارهم اللاعقلانية، عن طريق إحداث تعديلات خارجية وداخلية في سلوكهم" (Ellis, 1995: 205).

* (Beck,1946): " اسلوب معرفي سلوكي هدفه تنظيم المعلومات وتدريب الاشخاص على تعديل استجاباتهم للسلوك وأنماط التحدث للذات غير المتوافق في الاحداث والمواقف الضاغطة، وإيجاد استجابات اخرى اكثر مناسبة للتعامل مع المواقف حتى تشعر الفرد بالتوافق مع الآخرين ومع نفسه" (Beck, 1998: 72).

* (Taylor,2008): " اسلوب يعتمد على طريقة سمعية ذاتية مكونة من الادراك لاستجابات واعية للعالم الخارجي، تقوم بحفظ المعلومات الجديدة والمتوافقة وترديدها لنفسه عدة مرات، أو قراءة جمل او عبارات دون تلفظها، لتأمين النفس من المخاطر التي تواجهه" (Taylor,2008:5).
وتبنت الباحثة تعريف ميكنبوم (Meichenbum,1974) بوصفه تعريفا لانسجامه مع اهداف البحث.

التعريف الاجرائي: مجموعة من النشاطات والفعاليات المعتمدة على اسلوب حديث الذات المستعملة في جلسات البرنامج الذي يرمي إلى تنمية البنية المعرفية الاكاديمية لدى طلبة الجامعة ويتم التحقق منها من خلال التغيير الحاصل في إجابات طلبة العينة عن فقرات مقياس البنية المعرفية الاكاديمية الذي تم بناؤه لهذا الغرض.

2 - البنية المعرفية : (cognitive structure) عرْفُهُ كُلُّ مَنْ:

*كلي (Kelly,1955): "مفهوم تجريدي يعبر عن التفسيرات المعرفية التي يضعها الفرد على العالم المحيط به" (Kelly,1955:12).

* ميكنبوم (Meichenbum,1977): الجانب التنظيمي من التفكير الذي يوجه الأفكار ويختارها للاستفادة منها في تنفيذ خرائط التفكير وتنطوي على خصائص في ضوء نمط التفاعل بين الخبرات والمعلومات الجديدة منها الحيوية والتفاعل والتغير والنمو (Meichenbum,1977:150 - 177).

* اوزبل واخرين (Ausubel et .Al,1978): "المحتوى الشامل للمعرفة التراكمية للفرد وخواصها التنظيمية المتميزة التي تميز المجال المعرفي للفرد" (Ausubel et .Al,1978:78).

* هيلجار وباور (Hilgard&Boer,1981): "النظم او الأجهزة التي تحلل المعلومات المتاحة لها والتي تؤدي كل الوظائف المعرفية مثل الادراك والترميز والفهم وحل المشكلات والتحكم في الاستجابة النهائية" (Hilgard&Boer,1981:63). وفي ضوء ذلك وانسجاما مع الإطار النظري المتبنى البنية المعرفية الاكاديمية تبنت الباحثة تعريف ميكنبوم (Meichenbum,1977) لانسجامه مع اهداف البحث.

3 - البنية المعرفية الاكاديمية (Academic cognitive structure): عرفته الباحثة في ضوء الاستبيان المفتوح ونظرية الارشاد السلوكي المعرفي لميكنبوم 1977 هو الجانب التنظيمي من تفكير طلبة الجامعة الذي يوجه الأفكار ويختارها للاستفادة منها في تنفيذ خرائط التفكير لديهم وتنطوي على

خصائص في ضوء نمط التفاعل بين الخبرات والمعلومات الجديدة منها الحيوية والتفاعل والتغير والنمو عندهم (Meichenbum,1977:150 - 177).

أما التعريف الإجرائي للبنية المعرفية الأكاديمية فيتمثل: بالدرجة الكلية التي يحصل عليها طلبة المرحلة الجامعية عند اجابته على مقياس البنية المعرفية الأكاديمية الذي بنته الباحثة في البحث الحالي.

الفصل الثاني : الاطار النظري

نظرية الارشاد السلوكي المعرفي لميكنبوم (Cognitive-Behavior Modification Theory- Meichenbum,1977)

اعتمدت الباحثة على نظرية الارشاد السلوكي المعرفي لميكنبوم في بنائها للبرنامج الارشادي بتبنيها اسلوب حديث الذات فضلا عن تفسيرها وبنائها لمقياس البنية المعرفية الأكاديمية في ضوء نفس النظرية ، وستتناول الباحثة هذه النظرية بالتفصيل.

وضع العالم الأمريكي دونالد هربرت ميكنبوم نظرية الارشاد السلوكي المعرفي سنة 1977 وتؤكد هذه النظرية على ان ما يقوله الناس لأنفسهم تحدد باقي الاشياء التي يفعلونها وعليه فسلوك الانسان يتأثر بالجوانب المختلفة لأنشطته والتي توجه بتكوينات متنوعة (الزغبى،2003: 77) مثل الاستجابات الفسيولوجية، وردود الفعل الوجدانية، والتفاعلات الاجتماعية (الشناوي،1994: 126) بما فيها تكوين البنية المعرفية في حياة الفرد. وتعد نظرية العلاج السلوكي المعرفي أحد اساليب العلاج النفسي الحديثة نسبياً الناتجة عن ادخال العمليات المعرفية الى حيز واساليب العلاج السلوكي حيث إنه من المؤكد وجود ارتباط بين التفكير والانفعال والسلوك فالفرد حينما يفكر فهو ينفعل ويسلك، وعندما ينفعل فهو يفكر ويسلك في الوقت ذاته وعندما يسلك فهو يفكر وينفعل كذلك ، ويعمل العلاج السلوكي المعرفي على الدمج بين العلاج المعرفي بفنياته المتعددة والعلاج السلوكي بما يتضمنه من فنيات، ويعتمد العلاج المعرفي على اقامة علاقة تعاونية بين المرشد (المعالج) والمسترشد تتحدد في ضوءها المسؤولية الشخصية للمسترشد عن كل ما يعتقد فيه من أفكار متطرفة واعتقادات لاعقلانية مختلة وظيفياً تعد هي المسؤولية في المقام الاول عن بداية الاضطرابات التي يعاني منها المسترشد وما يترتب عليه من ضيق وكرب، وبالمنطق نفسه يتحمل المسترشد مسؤولية شخصية في إحداث التغيير العلاجي(الارشادي) من خلال تصحيح الافكار المتطرفة وتعديلها ، واستبدالها بأفكار اخرى تتسم بالعقلانية، ويعتمد هذا الاتجاه العلاجي على الاقتناع الجدلي التعليمي بما يتضمنه من فنيات عديدة في تقديم منطق العلاج وتوضيحه للمسترشد واقناعه بضرورة الالتزام بالعلاج وقيامه بالدور المناط به وتوضيح العلاقة بين الافكار المتطرفة والاعتقادات اللاعقلانية(محمد،2000، 17) ، ويقوم العلاج المعرفي السلوكي على أساس نظري عقلائي وهو أن الطريقة التي يحدد فيها الافراد أبنية خبراتهم تحدد كيف أنهم يشعرون ، فإذا فسروا موقف ما على انه خطأ فانهم يشعرون نحوه بالحزن والقلق (باطة ، 2002 ، 270). وتفترض النظرية ان سلوك الفرد يتأثر بنشاطات عديدة يقوم بها الافراد تعمم بواسطة الابنية المعرفية المختلفة، والحديث الداخلي للأفراد يخلق الدافعية عند الفرد ويساعده على تصنيف مهاراته وتوجيه تفكيره للقيام بالمهارة المطلوبة، وتؤكد النظرية على كيفية تقييم الفرد لسبب انفعاله والى طريقة غزوه لسبب هذا الانفعال هل هو سببه او الآخرون، ويرى ميكنبوم وجود

هدف وراء تغير الفرد لحواره الداخلي وعليه تحديد حاجة الفرد للشيء الذي يريد ان يحققه والشيء الذي يرغب احداثه في البيئة وتقييم المثبرات ولأي سبب يعزى سلوكه واتجاهاته وتوقعاته عن قدراته الخاصة في معالجة الموقف الضاغطة ، وبذلك ترى النظرية ان ادراك الفرد واتجاهاته يؤثر على فسيولوجيته وسلوكه ومزاجه، والانفعالات الفسيولوجية بحد ذاته ليس هو المعيق الذي يقف في وجه تكيف الفرد الا ان ما يقوله الفرد لنفسه حول المثبر هو المحدد للانفعالات الحالية له ، والتفاعل بين الحديث الداخلي عند الفرد وبناءاته المعرفية يمثل السبب المباشر في عملية تغيير سلوك الفرد واتجاهاته ، و هذا التغيير يتطلب قيام الفرد بعملية اكتساب سلوكيات واتجاهات بديلة جديدة للوصول الى التكامل من خلال ابقاء الفرد لبعض بناءاته المعرفية القديمة الى جانب بناءاته المعرفية الجديدة ، والبناء المعرفي يحدد طبيعة الحوار الداخلي والحوار الخارجي ويسمي ميكنبوم التغير في البناء المعرفي بالدائرة الخيرة (عبد الهادي والعزة، 1999: 151-152) ، والبنية المعرفية تقدم نظاماً من المعاني والمفاهيم التي تزيد من الأحاديث الذاتية ويحدث التعلم أو التغير من غير تغيير في البنية ولكن تعلم مهارة جديدة يتطلب تغييراً في البنية المعرفية والتغييرات البنوية تقع عن طريق الامتصاص والتي فيها تتكامل البنى الجديدة مع القديمة وبوساطة هذا التكامل الذي تستمر فيه أجزاء من البنى القديمة موجودة ضمن بنية جديدة شاملة أو عن طريق الإزاحة والتي تستمر فيها البنى القديمة مع البنى الجديدة، وأن البنى المعرفية تجدد طبيعة الحديث الذاتي للفرد، والحديث الذاتي يغير في البنى المعرفية بالاتجاه الإيجابي وأطلق عليه ميكنبوم الدورة الفعالة أو الدائرة الخيرة (الشناوي، 1994: 128).

وركز " ميكنبوم Meichenbaum -1974 " على أهمية حديث الذات أو الحوار الداخلي عند الإنسان وتأثيره على العمليات الإدراكية ، ويمكن عن طريقه تغيير التفكير والمشاعر والذي يؤدي في النهاية إلى تعديل السلوك غير المرغوب فيه الناتج عن الانفعال، كما انه ركز على أهمية اللغة بوصفها موجهاً للسلوك، وهو مبني على افتراض مؤداه " إن ما يقوله الفرد لنفسه هو العامل الأساس في توجيه سلوكه " (الخطيب ، 1995 : 260).

الفصل الثالث (منهجية البحث واجراءاته)

اولاً: **منهج البحث** : يتمثل بالمنهج التجريبي لانسجامه مع هدف البحث الحالي ، والبحوث التجريبية من البحوث الدقيقة إذ تمكنا من السيطرة على متغيرات البحث خلال التحكم بها وقياس تأثيرها (kexlinger,1979:300) .

ثانياً : **التصميم التجريبي** : يتمثل بتصميم المجموعتين (التجريبية والضابطة) ذات الاختبارين القبلي والبعدي ، مثلما موضح في شكل(1).

الاختبار البعدي	المعالجة حديث الذات	الاختبار القبلي	المجموعة التجريبية	عينة تطبيق البرنامج الإرشادي
	بدون معالجة		المجموعة الضابطة	

شكل (1) التصاميم شبه التجريبي (تصاميم المجموعة الضابطة اللاعشوائية)

ثالثاً : مجتمع البحث : يتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة كليات الجامعة المستنصرية للدراسة الصباحية للعام الدراسي (2020/2019) في مختلف أنواع الاختصاصات العلمية والانسانية، ولتحديد مجتمع البحث قامت الباحثة بزيارة قسم الدراسات والتخطيط والمتابعة / شعبة الاحصاء في رئاسة الجامعة المستنصرية والحصول على نسخة من الاحصاء الجامعي وبناءً عليه تم تحديد مجتمع البحث والذي بلغ (35936) طالباً وطالبة جامعية والذين توزعوا على كليات الجامعة المستنصرية ، وتوزع الطلبة وفق متغير الجنس بواقع (17482) طالباً من الذكور ويمثلون ما نسبته (48,64%) من مجتمع البحث، و (18453) طالبه من الاناث ويمثلن (51,35%)، وكما موضح في الجدول (1).

جدول (1) أعداد طلبة الجامعة المستنصرية موزع على وفق الكلية والجنس والتخصص

المجموع	اعداد الطلبة		الكلية / الجنس	المجموع	اعداد الطلبة		الكلية / الجنس
	إناث	ذكور			إناث	ذكور	
4625	2163	4262	التربية	3255	1930	1395	الطب
714	469	245	القانون	744	501	243	طب أسنان
478	230	248	العلوم السياسية	1374	925	449	الصيدلة
4006	2281	1725	الأداب	3840	1245	2595	الهندسة
823	131	692	التربية الرياضية	2842	1817	1025	العلوم
9127	4937	4190	التربية الأساسية	3385	1548	1837	الإدارة والاقتصاد
المجموع الكلي : (35936) طالباً وطالبة جامعية بواقع (17482) طالب و (18453) طالبة							

*تم الحصول على هذه البيانات من رئاسة الجامعة المستنصرية، شعبة الدراسات والتخطيط، وحدة الإحصاء.

رابعاً: عينات البحث : تمثل العينة مجموعة جزئية من مجتمع البحث ، وتتمثل بالعينات الآتي:

1 - عينة التحليل الإحصائي لمقياس البنية المعرفية الأكاديمية: بلغت 400 طالباً وطالبتاً من كليات الجامعة المستنصرية بواقع 33 طالباً وطالبتاً لكل كلية من كليات الجامعة ما عدا كلية العلوم 37 طالباً وطالبتاً.

2 - عينة وضوح فقرات مقياس البنية المعرفية الأكاديمية: بلغت 30 طالباً وطالبتاً من كلية الآداب .

3 - عينة التطبيق والتجربة: تتمثل بالبحث الحالي بطلبة كلية العلوم الصف الثالث / قسم علوم حياة للدراسة الصباحية، وبلغ عدد عينة التطبيق (100) طالباً وطالبتاً ، وكانت اعمارهم تتراوح بين (21-25) سنة، ومنهم تم اختيار 12 طالباً وطالبتاً ممن حصلوا على ادنا الدرجات على مقياس البنية المعرفية الأكاديمية ، وتم تقسمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة ، وبواقع 3 ذكور و 3 اناث لكل مجموعة ، وبذلك يكون عدد كل مجموعة 6 طالباً وطالبتاً.

خامساً: أدوات البحث :

*** مقياس البنية المعرفية الأكاديمية :** تطلب بناء مقياس البنية المعرفية الأكاديمية الأجراء الآتي:

1 - وضع تعريف للبنية المعرفية الأكاديمية (Academic cognitive structure) : في ضوء نظرية الارشاد السلوكي المعرفي لميكنبوم 1977 هو الجانب التنظيمي من تفكير طلبة الجامعة الذي يوجه الأفكار ويختارها للاستفادة منها في تنفيذ خرائط التفكير لديهم وتتطوي على خصائص في ضوء نمط التفاعل بين الخبرات والمعلومات الجديدة منها الحيوية والتفاعل والتغير والنمو عندهم (Meichenbum,1977:150 - 177).

2 - وضع فقرات مقياس البنية المعرفية الأكاديمية : يتمثل بالبحث الحالي بوضع فقرات مقياس البنية المعرفية الأكاديمية بحسب النظرية المتبناة على شكل فقرات تتم الاجابة عليها من خلال اختيار الطالب الجامعي لبديل ينطبق عليه من بين خمسة بدائل يمثل البديل الاول اعلى درجة في المقياس (5)، تليها الدرجات على التوالي (4) ، (3) ، (2) ، (1) ، ويمثل البديل الأخير أدنى درجة بمتوسط (3) درجة ، هذا لجميع فقرات المقياس ، وبالا اعتماد على الاستبيان المفتوح ونظرية الارشاد السلوكي المعرفي لميكنبوم تمكنت الباحثة من صياغة (14) فقرة .

3 - عرض الفقرات على المحكمين لاستخراج الصدق الظاهري للمقياس: تم عرض فقرات المقياس المكون من 14 فقرة على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم 12 محكماً ، وتم الإبقاء على جميع الفقرات اذ كانت القيمة المحسوبة لمربع كاي 6 اعلى من القيمة الجدولية 3.84 عند مستوى 0.05 ودرجة حرية 1 فضلاً عن حصول جميع الفقرات 14 على نسبة اتفاق 100% .

4 - وضوح فقرات المقياس / يتمثل بتوزيع المقياس على عينة عشوائية مكونة من 30 طالباً وطالبات من كلية الآداب، ووجد أن جميع الفقرات واضحة بالنسبة للطلبة والبدائل الموضوعية مناسبة للحصول على الإجابة، وان الوقت الملائم للإجابة هو 20 دقيقة، والذي يمثل متوسط مدى إجابات الطالبات من 10 دقائق إلى 30 دقيقة.

5 - تصحيح المقياس / حدد امام كل فقرة من المقياس خمسة اوزان، ولكل بديل درجته التي يتم من خلالها حساب وزن الفقرة وهي على التوالي (1,2,3,4,5) ، علماً ان جميع فقرات المقياس إيجابية، ووجدت الباحثة ان اعلى درجة يمكن الحصول عليها للمقياس 70 درجة، وأدنى درجة 14 بمتوسط فرضي 42 درجة.

6 - القوة التمييزية / استعملت الباحثة أسلوبين لتحليل الفقرات ، وكالاتي:

أ) أسلوب المجموعتين المتطرفتين / بعد تصحيح استجابة الطلبة على المقياس ، واختيار نسبة قطع 27% للمجموعة العليا وللمجموعة الدنيا ، لكون هذه النسبة تعطي أكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Kelly,1955:172)، وبلغ عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل 108 استمارة ، وكانت حدود درجات المقياس للمجموعة العليا من (55-70) ، وللمجموعة الدنيا (28-50) ، وكما موضح في الجدول (2).

جدول (2) القوة التمييزية لفقرات مقياس البنية المعرفية الأكاديمية باستعمال أسلوب المجموعتين المتطرفتين

القيمة الثانية المحسوبة *	الانحراف المعياري		الوسط الحسابي		ف
	المجموعة العليا	المجموعة الدنيا	المجموعة العليا	المجموعة الدنيا	
40.29	0.78	1.30	4.19	3.24	1
3.18	1.14	1.24	4.29	3.41	2
21.71	0.67	1.19	4.59	3.12	3
139.80	0.41	1.13	4.87	3.83	4
90.65	0.46	1.20	4.81	3.43	5
88.43	0.46	1.19	4.81	3.44	6
4.66	0.90	1.20	4.44	2.96	7
125.52	0.25	1.00	4.95	3.97	8
54.61	0.79	1.34	4.59	2.48	9
4.91	1.16	1.29	4.10	2.49	10
7.33	1.36	1.08	3.47	1.88	11
144.51	0.40	1.42	4.89	3.16	12
24.46	0.79	1.30	4.53	3.17	13
89.87	0.46	1.11	4.81	3.54	14

* القيمة الثانية الجدولية عند مستوى 0.05 ودرجة حرية 198 تساوي 1.98 .

(ب) علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية/ هذا الأسلوب يعطينا مقياساً متجانساً في فقرات (Ferguson&Takane، 1989:203)، ومن المعروف في بناء المقاييس أنه كلما ارتفع ارتباط الفقرة بالمجموع الكلي ارتفع احتمال الحصول على مقياس أكثر تجانساً (Ebel,1972:111)، وكانت جميع فقرات المقياس صادقة ودالة إحصائياً، والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3) علاقة الفقرة بالمجموع الكلي لمقياس البنية المعرفية الأكاديمية

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
0.44	13	0.47	10	0.50	7	0.48	4	0.38	1
0.63	14	0.41	11	0.49	8	0.69	5	0.28	2
		0.49	12	0.56	9	0.69	6	0.56	3

7 - صدق المقياس / تحقق الصدق في مقياس البنية المعرفية الأكاديمية من خلال مؤشرين هما :
أ (الصدق الظاهري / يتمثل بطريقة عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص للحكم على صلاحيتها في قياس ما يراد قياسه (Allen&Yen,1979: 92) ، وتحقق

ذلك من خلال عرض فقرات مقياس البنية المعرفية الأكاديمية 14 فقرة على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص عدد (12) ، والذي بموجبه عدت جميع فقرات المقياس صادقة ، كونها حصلت على نسبة اتفاق 100% وقيمة كاي البالغة 6 ، وهي أعلى من قيمة كاي الجدولية البالغة 3,84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حريه 1 .

ب) صدق البناء / تحليل درجات المقياس في ضوء مؤشر نفسي معين (-Cronbach,1964:120 (121)، وتحقق صدق البناء للمقياس من خلال الاتي :

- **علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:** تم من خلال إيجاد العلاقة بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس البالغ 14 مع الدرجة الكلية له ، وعد المقياس صادقاً بنائياً بحسب هذا المؤشر ، وكما موضح في الجدول (3) المذكور آنفاً.

- **المجموعات المتضادة :** يتمثل باختيار مجموعتين متطرفتين من الطلبة تختلفان في مستوى البنية المعرفية الأكاديمية، وأعطت لهم المقياس، وفي ضوء هذا المؤشر عد المقياس صادقاً بنائياً، والجدول (2) المذكور آنفاً يوضح ذلك.

8 - **مؤشرات الثبات /** يمثل باستقرار إجابات المفحوصين على المقياس (Holt&Irving,1971:60) ، وهناك أكثر من طريقة لتقدير معامل الثبات ، لذلك استعملت الباحثة مؤشرين هما:

أ) **الثبات بطريقة التجانس /** بعد حساب معامل الارتباط لنصفي المقياس (بين الفقرات الفردية والزوجية للمقياس) بوساطة معامل الارتباط والبالغ 0.56 ، ولتصحيح معامل الارتباط لاستخراج معامل الثبات للاختبار ككل استعملت الباحثة المعادلة التصحيحية والذي بلغ 0.71 ، وعدت هذه العلاقة جيدة إذ يشير فورون إن معامل الثبات الجيد ينبغي أن يزيد عن 70% (Foran,1961:85) .

ب) **طريقة الثبات بوساطة معادلة ألفا - كرونباخ أو معامل الاتساق الداخلي /** لاستخراج الثبات تم استعمال ألفا - كرونباخ للاتساق الداخلي، وبلغ معامل الثبات 0.76 ، وتعد هذه النتيجة عالية وتدل على وجود ثبات عالٍ بين مجموع تباين الأجزاء والتباين الكلي (Anastasi,1988:126) .

9 - **الصيغة النهائية لمقياس البنية المعرفية الأكاديمية :** يتألف مقياس البنية المعرفية الأكاديمية بصيغته النهائية من 14 فقرة ، ويتضمن بدائل (اتفق تماماً، أتفق غالباً ، أتفق أحياناً ، أتفق نادراً، لا أتفق أبداً) ، وأعلى درجة نظرياً 70 ، وأقل درجة 14 ، وبمتوسط فرضي 42 ، واتصف المقياس بعدة مؤشرات إحصائية كانت ضمن المدى المطلوب تتمثل بالمتوسط الحسابي 54.60 ، والانحراف المعياري 7.99 ، والالتواء 0.45 ، والتقلطح 0.29 ، وهذا يشير إلى قرب العينة من التوزيع الاعتدالي.

*** البرنامج الإرشادي : قامت الباحثة بالخطوات الآتية لاختيار عينة تطبيق البرنامج، وكالاتي:**

تطبيق مقياس البنية المعرفية الأكاديمية على طلبة الصف الثالث من قسم علوم حياة في كلية العلوم عدد 100 طالبا وطالبات ثم اختيار الطلبة الذين حصلوا على الربع الأدنى على المقياس بصورة قصدية ، واختيار 12 طالبا وطالبات من الذين حصلوا على أدنى الدرجات على المقياس وتراوحت درجاتهن بين (28-40) درجة، وأخيراً توزيع بشكل عشوائي على مجموعتين (تجريبية وضابطة) بواقع 6 طالبا وطالبات لكل مجموعة.

سادسا : التكافؤ بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة: تم اجراء التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة، بعد توزيع الطلبة على المجموعتين بشكل عشوائي، وتم التكافؤ في المتغيرات الآتية:

1 - الدرجات على مقياس البنية المعرفية الاكاديمية في الاختبار القبلي: للتأكد من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس البنية المعرفية الاكاديمية تم تطبيق البرنامج الإرشادي على وفق فنية اسلوب حديث الذات لميكنوم ، وتم استعمال اختبار مان وتني للعينات متوسطة الحجم ، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 35.17، والانحراف المعياري 4.99، ومجموع الرتب 36.50 ، ومتوسط الرتب 6.08 اما للمجموعة الضابطة فبلغ الوسط الحسابي 36.50 ، والانحراف المعياري 3.73 ، مجموع الرتب 41.50 ، ومتوسط الرتب 6.92 ، وتبين ان القيمة المحسوبة 15.50 أكبر من القيمة الجدولية 2 عند مستوى دلالة 0.05 ، وبذلك لم يظهر فرق دال احصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في هذا المتغير مما يدل على ان المجموعتين متكافئتان على مقياس البنية المعرفية الاكاديمية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي .

2 - تكافؤ العمر: لمعرفة دلالة الفرق بين متوسط اعمار افراد عينة البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة تم استعمال اختبار مان وتني للعينات المتوسطة الحجم ، وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 252.33، والانحراف المعياري 19.00 ، مجموع الرتب 42.00 ، ومتوسط الرتب 7.00 ، اما للمجموعة الضابطة فبلغ الوسط الحسابي 246.50 ، والانحراف المعياري 20.16 ، مجموع الرتب 36.00 ، ومتوسط الرتب 6.00، وتبين ان القيمة المحسوبة 15 اكبر من القيمة الجدولية 2 عند مستوى دلالة 0.05 ، وبذلك لم يظهر فرق دال احصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في هذا المتغير مما يدل على ان المجموعتين متكافئتان على مقياس اتجاهات طلبة الجامعة نحو العمل التطوعي .

سابعاً : الوسائل الإحصائية: تم استعمال الوسائل الاحصائية المناسبة بالاستعانة بالبرنامج الاحصائي Spss.

الفصل الرابع: البرنامج الإرشادي بأسلوب حديث الذات

خطوات بناء البرنامج الإرشادي :

اولاً : عنوان الجلسة: حددت الباحثة عناوين جلسات البرنامج بالاعتماد على جميع فقرات المقياس (14) فقرة، ومن ثم تم عرضها على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال الإرشاد والقياس والتقويم ، واتفق المحكمون على صلاحية عناوين الجلسات وانها تمثل السمة المراد معالجتها ، كما موضح في جدول (4) .

جدول (4) صلاحية عناوين الجلسات

ترتيب الجلسة	الفقرات	عنوان الجلسة
الأولى	الافتتاحية (تهيئة الطلبة للبرنامج الإرشادي)	
الثانية	- اميل الى معرفة القوانين والتعليمات الخاصة بالحرم الجامعي	زيادة

الوعي والتركز في الأفكار والمشاعر والسلوك والعلاقات	الثالثة	- افهم المتطلبات الجامعية الرسمية وغير الرسمية
	الرابعة	- اميل الى فهم السلوك الخاص بالطالب داخل الحرم الجامعي
	الخامسة	- اميل الى فهم العلاقات التي تربط بين الطلبة مع بعضهم ومع الموظفين والأساتذة داخل الاطار الجامعي - مشاعري واضحة ومفهومة من قبلي ومن قبل الآخرين
	السادسة	- اربط المعارف والخبرات مع بعضها البعض واستفاد منها في التفاعل داخل الحرم الجامعي لتصبح ذات معنى
	السابعة	- اميل الى حل مشكلاتي الجامعية بكفاءة بما يضمن الوصول الى التوازن والشعور بالأمان
المواجهة الإيجابية وتنظيم خبرات الفرد وسلوكه ومشاعره وعلاقاته	الثامنة	- تقييمي للاحداث الجامعية يتسم بالمواجهة الإيجابية - اشعر بالحيوية والاثارة عند تعاملي مع الآخرين داخل الحرم الجامعي - اضبط سلوكي بما ينسجم مع تعليمات الحرم الجامعي
	التاسعة	- علاقاتي مع زملائي والموظفين والأساتذة داخل الحرم الجامعي تتسم بالقبول من قبلي ومن قبلهم
	العاشرة	- اتقبل مشاعري الجديدة التي اكتسبتها والتي تتوافق مع تعليمات الحرم الجامعي
	الحادية عشرة	- اتقبل السلوكيات الجديدة ونتائجها التي اكتسبتها والتي تتوافق مع تعليمات الحرم الجامعي
	الثانية عشرة	- اتقبل القرارات التي اتخذها والتي تتوافق مع تعليمات الحرم الجامعي
التقبل للأفكار والمشاعر والسلوك والعلاقات	الثانية عشرة	الختامية (إنهاء البرنامج)

ثانياً : الهدف من البرنامج الارشادي : حيث ينقسم الى قسمين:

أ-الهدف العام من البرنامج الارشادي : يتمثل بتنمية البنية المعرفية الاكاديمية باستعمال أسلوب حديث الذات لدى طلبة المرحلة الجامعية.

ب- الهدف الخاص لكل جلسة ارشادية: حددت الباحثة الهدف الخاص لكل جلسة ارشادية على ضوء موضوع الجلسة الارشادية وأسلوب حديث الذات في نظرية الارشاد السلوكي المعرفي لـ (ميكنبوم) وبما يتلاءم مع طبيعة افراد المجموعة الارشادية ونوع المشكلة على وفق النظرية المتبناة في البحث الحالي، وتساعد الاهداف في تحديد الانشطة والفعاليات التي يمكن استعمالها في تحقيق اهداف الاسلوب الارشادي.

ثالثاً: صدق البرنامج الارشادي: بعد تصميم البرنامج الإرشادي بصيغته الأولية ، قامت الباحثة بعرضه على مجموعة من المحكمين المختصين لمعرفة مدى مناسبة الاسلوب والإجراءات والتقنيات

المستعملة في البرنامج الإرشادي لتحقيق الأهداف والمدة الزمنية المقترحة لكل جلسة إرشادية ، وتم الأخذ بالمقترحات والتعديلات التي أشار إليها السادة الخبراء.

رابعاً: فنيات وأنشطة والفعاليات المستعملة في البرنامج الإرشادي : لتحقيق هدف البحث الحالي استعملت الباحثة أسلوب حديث الذات على وفق نظرية الإرشاد السلوكي المعرفي لـ (ميكنبوم) وتحتوي على عدد من الفنيات والنشاطات والفعاليات، وتتمثل (النمذجة ، التعزيز ، إعادة صياغة ، التخيل ، المدح ، التشجيع الاستحسان ، المناقشة والحوار).

خامساً: تقويم البرنامج: اعتمدت الباحثة في تقويم الأسلوب الإرشادي على ثلاثة أنواع من التقويم تتمثل:

1 – التقويم الأولي او (التمهيدي): تتمثل في عرض البرنامج على الخبراء ، وتوزيع الطلبة على مجاميع البحث وتسمية الحاجات الإرشادية.

2 – التقويم البنائي: يتمثل في تقويم الجلسة الإرشادية بعد اختتامها بطرح أسئلة تدور حول أهداف الجلسة في نهاية كل جلسة إرشادية ، أو في بداية الجلسة الإرشادية اللاحقة.

3 – التقويم النهائي : يتمثل بتقييم الاختبار البعدي لمقياس (البنية المعرفية الأكاديمية) لأعضاء المجموعة التجريبية والضابطة لمعرفة التغيير الذي حدث في المجموعتين.

تطبيق الأسلوب الإرشادي / تم تطبيق الأسلوب الإرشادي وفق الخطوات الآتية :

1 - توزيع أفراد عينة التطبيق على مجموعتين (تجريبية وضابطة) بالطريقة العشوائية ، وتطبيق أسلوب حديث الذات على المجموعة التجريبية وتركبة المجموعة الضابطة من دون تطبيق، واستغرق تطبيق البرنامج (شهرًا) ، ويتمثل 12 جلسة إرشادية ، ابتداءً من يوم الأحد الموافق (2019/10/20) وإلى يوم الأربعاء الموافق (2019/11/27) ، ومدة الجلسة 45 دقيقة في المختبر (1) لقسم علوم الحياة ، وتطلب تطبيق البرنامج إجراء مقابلات مع طلبة المجموعة التجريبية لتعريفهم بطبيعة العمل الإرشادي وواجباتهم وحقوقهم في البرنامج الإرشادي ، وإجراء هذه الجلسات بشكل جيد وفعال، وتم تحديد الأيام (الأحد، الأربعاء)، من كل أسبوع في تمام الساعة 12:30 ظهراً لمدة 45 لكل جلسة ، وتم تحديد يوم الخميس الموافق (2019/10/17) موعداً لإجراء الاختبار القبلي ، ويوم الأحد الموافق (2019/ 12 /1) موعداً للاختبار البعدي ، والجدول (5) يوضح ذلك .

جدول (5) الجلسات الإرشادية لأسلوب حديث الذات للمجموعة التجريبية ومواعيد انعقادها والزمن المستغرق

ت	عنوان الجلسة	الفنيات والنشاطات المساعدة	تاريخ ومدة انعقادها
1	الافتتاحية	المناقشة وحوار ، التشجيع	الأحد 2019/10/20 12:30 ظ لمدة 45 د
2	زيادة الوعي والتركز في الأفكار والمشاعر والسلوك	النمذجة ، التشجيع ، التعزيز ، إعادة صياغة	الأربعاء 2019/10/23 12:30 ظ لمدة 45 د
3		التعزيز ، التخيل ، التشجيع	الأحد 2019/10/27 12:30 ظ لمدة 45 د

4	والعلاقات	إعادة الصياغة ، المدح ، التخيل	الاربعاء 2019/10/30 12:30 ظ لمدة 45 د
5		التخيل ، التشجيع ، التعزيز	الاحد 2019/11/3 12:30 ظ لمدة 45 د
6	المواجهة الإيجابية وتنظيم خبرات الفرد وسلوكه ومشاعره وعلاقاته	المدح ، إعادة صياغة ، التخيل ، التعزيز	الاربعاء 2019/11/6 12:30 ظ لمدة 45 د
7		الاستحسان ، التخيل ، التشجيع	الاحد 2019/11/10 12:30 ظ لمدة 45 د
8		التشجيع ، التعزيز ، النمذجة	الاربعاء 2019/10/13 12:30 ظ لمدة 45 د
9	التقبل للأفكار والمشاعر والسلوك والعلاقات	النمذجة ، الاستحسان ، إعادة الصياغة ، التشجيع	الاحد 2019/11/17 12:30 ظ لمدة 45 د
10		التعزيز ، التخيل ، التشجيع	الاربعاء 2019/10/20 12:30 ظ لمدة 45 د
11		إعادة صياغة ، النمذجة ، الاستحسان	الاحد 2019/11/24 12:30 ظ لمدة 45 د
12	الختامية	المناقشة والحوار	الاربعاء 2019/11/27 12:30 ظ لمدة 45 د

تطبيق الجلسات : تم تطبيق البرنامج الإرشادي كما موضح في الجدول (5) على وفق أسلوب حديث الذات بواقع 12 جلسة ، وفيما يأتي استعراض مفصل لأحدى جلسات البرنامج الإرشادي والمتمثل بالجلسة الثانية :

الجلسة الثانية : عنوان الجلسة/ زيادة الوعي والتركز في الأفكار والمشاعر والسلوك والعلاقات /
مدة الجلسة 45 دقيقة : تاريخ الجلسة : الاربعاء 2019/10/23

الاهداف	الفنيات	النشاط المقدم	التقويم البنائي	التدريب البيتي
-تنمية الوعي والتركز في الأفكار والمشاعر والسلوك والعلاقات لدى الطلبة .	- النمذجة - التشجيع - التعزيز - إعادة صياغة	- متابعة التدريب البيتي مع الطالبات . - تقوم الباحثة بالطلب من الطالبات بذكر عبارات مثل (لا استطيع القيام بأي شيء بمفردي) و (لا استطيع حل الواجبات المدرسية دون مساعدة من والدتي) اكثر من مرة وبصوت عال بحيث تصل بهم إلى مرحلة التضايق من	- تسأل الباحثة المجموعة الإرشادية عن اهمية الاستقلالية	- تطلب الباحثة من الطالبات التكلم عن

تدريب الطلبة على زيادة الوعي والتركز في الأفكار والمشاعر والسلوك والعلاقات .	حالتهم هذه بعدها تبدأ الباحثة باستعمال الأنشطة الأخرى. - تعرف الباحثة بمعنى الاستقلالية. - تقوم الباحثة بتشجيع الطالبات على الاستقلالية الذاتية. - لعب دور مناقض للعلاج الصحيح من قبل الطالبات. - تخيل وتقبل حالات مرضية من قبل الطالبات. - تشجيع الطالبات بالاستقلالية الجديدة التي يحتملها عليهم البرنامج الحالي.	وكيفية السيطرة على الأمور. - تقف الباحثة على السلبيات والإيجابيات في الجلسة الإرشادية.	بعض المواقف التي مرت بهن وما التصرف الصحيح لهذه المواقف.
---	--	--	--

كيفية إدارة الجلسة الثانية:

- استقبال الطالبات في تمام الساعة 12:30 ظهرا يوم الاربعاء الموافق 23 / 10 / 2019.
- تقدم الباحثة موضوع تعليمات انضباط الطلبة والسلوكيات الخاصة بالطالب الجامعي .
- توضح الباحثة أهمية الالتزام بتعليمات الجامعات والاخلاقيات الملائمة للحرم الجامعي ودورها في حياة الطالب الجامعي .
- سؤال الباحثة للمجموعة الإرشادية أسئلة تطلق العنان لهم للتحدث عن كل شي يتعلق بالجامعة من أفكار ومشاعر واحداث ومواقف، يخطر على بالهم.
- تقوم الباحثة بتوزيع فولدر متضمن تعليمات انضباط الطلبة وفولدر اخر عن نماذج لأخلاقيات الطالب الجامعي.
- مساعدة الطلبة على تخيل بعض الموقف يتعامل فيها الطلبة وفق تعليمات انضباط الطلبة ، مع استعمال الباحثة عبارات التعزيز للطلبة في حالة كون السلوك مناسب مثل احسنت اما في حالة كون السلوك غير مناسب هنا استعملت الباحثة عبارة كن موضوعياً ، وعبارة قف وفكر في هذا السلوك ، وعبارة قم بواجبك .
- تقوم الباحثة بحث الطلبة على المناقشة وتشجيعهم على إبداء آرائهم حول السلوكيات المناسبة للطالب الجامعي.
- إجراء مناقشة حول أهم ما دار في الجلسة ، يتم من خلالها تشخيص السلبيات ، والإيجابيات في الجلسة.
- تودع الباحثة الطلبة ، مع تذكيرهم بموعد الجلسة الإرشادية التالية في تمام الساعة 12:30 ظهرا يوم الاحد الموافق 27 / 10 / 2019 .

الفصل الخامس: (عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها)

أولاً : عرض النتائج : يستهدف البحث الحالي التعرف على تأثير أسلوب حديث الذات في تنمية البنية المعرفية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة فبعد تطبيق البرنامج الإرشادي على عينة البحث بواقع 12 جلسة تم التحقق من معرفة تأثير البرنامج الإرشادي من خلال اختبار الفرضيات الصفرية الاتية :

1 - الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رتب درجات البنية المعرفية الأكاديمية (للمجموعة التجريبية) في الاختبارين القبلي والبعدي، وتم التحقق من صحة هذه الفرضية باستعمال اختبار ولكوكسن ، لعينتين مترابطتين، وبعد هذا الاختبار من الاختبارات التي تتمتع بالدقة، واستعملت الباحثة هذا الاختبار لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي، لأفراد المجموعة التجريبية إذا تبين أن قيمة ولكوكسن المحسوبة (صفر) أصغر من القيمة الجدولية والبالغة (2) عند مستوى الدلالة (0.05) وهي داله احصائيا ، ومعنى ذلك رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة والتي تؤكد على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات تطبيق الاختبارين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية لصالح الاختبار البعدي ، والجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (5) الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية باستعمال (ولكوكسن)

المجموعة المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة ولكوكسن		مستوى الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	6	35.17	4.99	صفر	صفر	صفر	2	دالة
		63.50	2.74	21.00	3.50			

2 - الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس البنية المعرفية الأكاديمية ، وقامت الباحثة باستعمال اختبار ولكوكسن لاختبار صحة هذه الفرضية لمعرفة دلالة الفروق بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وتبين أن القيمة المحسوبة تساوي (2.22) غير داله احصائيا عند مقارنة القيمة الجدولية البالغة (2) عند مستوى دلالة (0.05)، لذا تقبل الفرضية الصفرية ، إذا لا توجد فروق بين درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6) الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة باستعمال (ولكوكسن)

المجموعة المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة ولكوكسن		مستوى الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
الضابطة	6	36.50	3.72	5.00	2.50	2.22	2	غير دالة
		36.50	3.72	5.00	2.50			

3 - الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رتب درجات البنية المعرفية الأكاديمية (التجريبية والضابطة) بعد تطبيق البرنامج البعدي، ولاختبار صحة هذه الفرضية لجات الباحثة

لاختبار (مان وتني) للعينات المتوسطة، لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لمقياس (البنية المعرفية الاكاديمية) اذ ظهر ان القيمة المحسوبة والتي تساوي (صفر) وهي دالة احصائيا عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (2) عند مستوى دلالة (0.05) ، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة اي انها توجد فروق معنوية بين درجات افراد المجموعة التجريبية ودرجات افراد المجموعة الضابطة ولصالح المجموعة الضابطة التي بقيت درجاتهم بعد تطبيق البرنامج الارشاد والجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7) اختبار (مان وتني) للعينات المتوسطة

المتغير	المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة مان ويتني U		مستوى الدلالة 0.05
							المحسوبة	الجدولية	
البنية المعرفية الاكاديمية	التجريبية	6	63.50	2.74	57.00	9.50	صفر	2	دالة
	الضابطة	6	36.50	3.72	21.00	3.50			

ثانيا: تفسير النتائج ومناقشتها:

من خلال استعراض النتائج التي توصل اليها البحث الحالي، تبين وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي على مقياس البنية المعرفية الاكاديمية للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المستعمل في البحث الحالي ، ولصالح الاختبار البعدي بسبب ارتفاع متوسطات البعدي ، بينما اظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بالنسبة لدرجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس البنية المعرفية الاكاديمية ، وهذا يدل على تأثير البرنامج الإرشادي (وفق أسلوب حديث الذات) .

ويمكن تفسير هذه النتيجة وفق نظرية الارشاد والعلاج السلوكي والمعرفي لميكنبوم ان سلوك طلبة الجامعة يتأثر بنشاطات عديدة يقوم بها تعمم بواسطة الابنية المعرفية المختلفة، والحديث الداخلي لطلبة الجامعة يخلق الدافعية عندهم ويساعدهم على تصنيف مهاراتهم وتوجيه تفكيرهم للقيام بالمهارة المطلوبة، وتقييم الطالب لسبب انفعاله والى طريقة عزوه لسبب هذا الانفعال هل هو سببه او الآخرون ، وبوجود هدف وراء تغير الطالب الجامعي لحواره الداخلي وعليه تحديد حاجة طلبة الجامعة للشيء الذي يريد ان يحققه والشيء الذي يرغب احداثه في البيئة وتقييم المثيرات ولأي سبب يعزى سلوكه واتجاهاته وتوقعاته عن قدراته الخاصة في معالجة الموقف الضاغطة ، وادراك الطالب لاتجاهاته يؤثر على فسيولوجيته وسلوكه ومزاجه، والانفعالات الفسيولوجية بحد ذاته ليس هو المعيق الذي يقف في وجه تكيف الفرد الا ان ما يقوله الطالب لنفسه حول المثير وهو المحدد للانفعالات الحالية له ، والتفاعل بين الحديث الداخلي عند الطالب الجامعي وبناءاته المعرفية يمثل السبب المباشر في عملية تغيير سلوكه واتجاهاته ، وهذا التغيير يتطلب قيام الطالب الجامعي بعملية اكتساب سلوكيات واتجاهات بديلة جديدة للوصول الى التكامل من خلال ابقاء الطالب لبعض بناءاته المعرفية القديمة الى جانب بناءاته المعرفية الجديدة ، والبناء المعرفي يحدد طبيعة الحوار الداخلي والحوار الخارجي .

ثالثاً: الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات:

- *الاستنتاجات :** في ضوء نتائج البحث الحالي تستنتج الباحثة بما يأتي:
- ان مشكلة انخفاض البنية المعرفية الاكاديمية مشكلة قائمة في الوقت الحالي لدى طلبة المرحلة الجامعية.
 - هناك فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج الإرشادي بأسلوب حديث الذات لخفض البنية المعرفية الاكاديمية .
 - تتباين العوامل المؤثرة على البنية المعرفية الاكاديمية ، فمنها عوامل تتعلق بالطلبة انفسهم (إمكانيتها وقدراتها ، وسماتها الشخصية) ، ومنها عوامل خارجي تتعلق بالمحيط الخارجي الذي يعيشون فيه ، وهذا ما وجدته الباحثة من خلال الجلسات الإرشادية للبرنامج الإرشادي .
 - تأثير أسلوب (حديث الذات) في تنمية البنية المعرفية الاكاديمية لدى طلبة المرحلة الجامعية .
 - ان تفاعل افراد المجموعتين الإرشادية مع المرشدة النفسي المسؤولة عن تنفيذ البرنامج الإرشادي ساهم مساهمة فاعلة في انجاح جلسات البرنامج الإرشادي.
- *التوصيات :** في ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثة ما يأتي:
- ضرورة اطلاع المرشدين النفسيين على الدراسات الحديثة للبرامج الإرشادية واعتمادها في الجامعات للاستفادة منها في معالجة بعض السلوكيات.
 - الإفادة من مقياس البنية المعرفية الاكاديمية الذي بنته الباحثة في الكشف عن البنية المعرفية الاكاديمية لدى طلبة الجامعة .
 - الإفادة من البرنامج الذي تم بناؤه في تنمية البنية المعرفية الاكاديمية لدى الطلبة من قبل المرشدين النفسيين العاملين في الجامعات .
 - الاهتمام بالإرشاد النفسي في جميع المؤسسات الحكومية لما له من اهمية في تقديم الخدمات الإرشادية من خلال البرامج في التصدي لكثير من المشكلات المهنية والاسرية والاجتماعية.
- *المقترحات :** يمكن اقتراح بعض الدراسات لتكون مكملة للبحث الحالي منها :
- القيام بدراسات اخرى باستعمال أسلوب حديث الذات في معالجة مشكلات أخرى كالإدمان والخوف والقلق.
 - القيام بدراسات للتعرف على أثر استعمال أساليب إرشادية أخرى في تنمية البنية المعرفية الاكاديمية كاستعمال أساليب النظرية السلوكية .
 - اجراء دراسة مقارنة لتنمية البنية المعرفية الاكاديمية بين طلبة الجامعة والطلبة المغتربين .

المصادر والمراجع

- باترسون(1990):نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ط1، ج 2، ترجمة :حامد عبد العزيز الفقي، الكويت.
- باظة ، آمال عبد السميع مليحي (2002):الصحة النفسية والعلاج النفسي، الطبعة الثانية ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- برادلي، وآخرون (2012):35 أسلوباً على كل مرشد معرفتها، ترجمة :هالة فاروق المسعود، دار الراية للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

- الدوسري ، صالح جاسم (1985) : الاتجاهات العلمية في تخطيط برنامج التوجيه والإرشاد ، مجلة رسالة الخليج العربي ، مكتب التربية العربي بدول الخليج العدد (15) ، السنة الخامسة ، الرياض .
- الشناوي، محمد محروس(1994) : نظريات الارشاد والعلاج النفسي، دار غريب للطباعة والنشر، عمان .
- حمدي ، نزيه (1992) : فاعلية الضبط الذاتي في خفض سلوك التدخين ، مجلة دراسات الجامعة الأردنية ، المجلد التاسع عشر (أ) العدد 2 ، عمان .
- الحميري، عبده فرحان وعرعور ، عبد الحميد امين (2020): مستوى اكتساب المهارات الحياتية وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية العلوم والآداب بشرونة ، مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية ، جامعة ذمار ، العدد(7).
- الخطيب، جمال (1995) : تعديل السلوك الإنساني (ط3) ، مكتبة الفلاح ، بيروت.
- الزغبى ، احمد محمد (2003) : التوجيه والإرشاد النفسي ، (ط1) ، دار الفكر للطباعة والتوزيع والنشر ، دمشق.
- عبد العزيز، اسماء فتحي احمد (2015): العمليات الاسرية وعلاقتها بالكمالية التكيفية واللاتكيفية لدى الطلاب الجامعيين ، مجلة كلية التربية ، جامعه الاسكندرية.
- عبد الهادي ، جودة عزت والعزة ، سعيد حسني (1999): نظريات الارشاد والعلاج النفسي ، دار العلم والثقافة للنشر والتوزيع ، القاهرة .
- العطار ، محمود مغازي علي(2019) : الحديث الذاتي الإيجابي وعلاقته بالتدفق النفسي والهزيمة النفسية لدى طلاب كلية التربية، المجلة المصرية للدراسات النفسية ،المجلد (29) ،العدد (102)، جامعة كفر الشيخ.
- الفقي ، إبراهيم (2000) : قوة التحكم بالذات ، دار منار للطباعة ، دمشق .
- محمد عادل عبد الله (2000): العلاج السلوكي المعرفي أسس وتطبيقات ، دار الرشاد ، القاهرة ، مصر.
- المعموري ، شاكراً عبد السادة عريبي(2010) : اثر التنظيم الذاتي والتعليمات الذاتية في تعديل سلوك الشخصية السيكوباتية لدى طلبة جامعة بغداد ، أطروحة دكتوراه منشورة جامعة سانت كلمنتس العالمية.
- Kelly . G (1955) : The Psychology of Personal Constructs, Google Books .
- Abramson ،L.; Seligman ,M. ،and Teasdale ،I. (1978): Learned helplessness in Humans. Critique and Reformulation .
- Allen,M.J.&Yen,W.M,(1979):Introduction to measurement Theory ، California.
- Anastasi ،A (1988) :Psychological Testing .New York: Maccmillan Publishing Company.

- Beck, A. T. (1963): A systematic investigation of depression Comprehensive psychiatry.
- Crombach, L. I. (1964): Essential of Psychological Testing, New York Harper Brothers.
- Eble, R. L. (1972): Essential of Education Measurement prentice – Hill, New York.
- Ellis, A. (1977): Rational-emotive therapy: Research data that supports the clinical and personality hypotheses of RET and other modes of cognitive-behavior therapy. The Counseling Psychologist, 7(1).
- Ellis, N. C. (1995): The psychology of foreign language vocabulary acquisition: Implications for CALL, Computer Assisted Language Learning, 8(2-3).
- Fincham, D. S., Hokoda, A., & Sanders, F. (1989): Learned helplessness, test anxiety, and academic achievement: A longitudinal analysis. Child Development, 60.
- Foran, J. G. (1961): A note on Methods of Measuring Reliability, Journal of Educational Psychology, Vol. 22, No. 4.
- Henry, P. C. (2005): Life Stress, Explanatory Style Helplessness and Occupational Stress. International Journal of stress Manag.
- Holt, R. & Irving, L. (1971): Assessing personality, New York, London.
- Kelly, G. A. (1955): The Psychology of Personal constructs, New York, Norton Press.
- Kexlinger, P. (1979): psychometric and psychology, London, Academic press.
- Meichenbaum (1974): cognitive – behavior modification Morristown, N. J. general learning Press, A unit in University Programs Modular studies series.
- Meichenbaum, Donald (1977): Cognitive-behavior modification : an integrative approach. New York: Plenum Press. ISBN 0-306-31013-9. OCLC 2894019
- Meichenbaum, Donald (1994): A clinical handbook/practical therapist manual : for assessing and treating adults with post-traumatic stress disorder (PTSD). Waterloo, Ont., Canada: Institute Press. ISBN 0-9698840-0-1. OCLC 31809208.

- Nunnally, G. (1967): **psychometric theory**. New York: McGraw-Hill company.
- Taylor, E. W. (2008) : **Transformative learning theory**, Special Issue: Third Update on Adult Learning Theory, Volume 2008, Issue 119 .
المصادر العربي المترجمة للإنكليزية
- Patterson (1990): **Theories of Counseling and Psychotherapy, 1st Edition**, Part 2, translated by: Hamed Abdel Aziz Al-Feki, Kuwait.
- Baza, Amal Abdel-Sami' Melehi (2002): **Mental Health and Psychotherapy**, Second Edition, Anglo-Egyptian Library, Cairo.
- Bradley, and others (2012): **35 methods that every guide should know**, translated by: Hala Farouk Al-Masoud, Dar Al-Raya for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
- Al-Dosari, Saleh Jassim (1985): **Scientific trends in planning the guidance and counseling program**, The Arabian Gulf Message Journal, the Arab Bureau of Education in the Gulf States, issue (15), fifth year, Riyadh.
- Al-Shennawi, Muhammad Mahrous (1994): **Counseling and Psychotherapy Theories**, Gharib House for Printing and Publishing, Amman.
- Hamdi, Nazih (1992): **The Effectiveness of Self-Control in Reducing Smoking Behaviour**, Journal of Jordan University Studies, Volume Nineteen (A), Issue 2, Amman.
- Al-Humairi, Abdo Farhan and Arour, Abdul Hamid Amin (2020): **The level of acquiring life skills and its relationship to academic achievement among students of the College of Science and Arts in Sharurah**, Journal of Arts for Psychological and Educational Studies, Dhamar University, Issue (7).
- Al-Khatib, Jamal (1995): **Modifying Human Behavior** , (3rd Edition), Al-Falah Library, Beirut.
- Al-Zoghbi, Ahmed Muhammad (2003): **Psychological guidance and counseling**, (1st edition), Dar Al-Fikr for printing, distribution and publishing, Damascus.
- Abdel Aziz, Asmaa Fathi Ahmed (2015): **Family processes and their relationship to adaptive and maladaptive perfectionism among**

university students, Journal of the Faculty of Education, University of Alexandria.

- Abdel-Hadi, Gouda Ezzat and El-Azza, Saeed Hosni (1999): **Counseling and Psychotherapy Theories**, House of Science and Culture for Publishing and Distribution, Cairo.
- Al-Attar, Mahmoud Maghazi Ali (2019): **Positive self-talk and its relationship to psychological flow and psychological defeat among students of the Faculty of Education, The Egyptian**, Journal of Psychological Studies, Volume (29), Issue (102), Kafr El-Sheikh University.
- Al-Fiqi, Ibrahim (2000): **The Power of Self-Control**, Manar Publishing House, Damascus.
- Mohamed Adel Abdullah (2000): **Cognitive Behavioral Therapy**, Foundations and Applications, Dar Al-Rashad, Cairo, Egypt.
- Al-Mamouri, Shaker Abdul-Sada Oraibi (2010): **The effect of self-regulation and self-instructions in modifying the psychopathic personality behavior of Baghdad University students**, a doctoral thesis published by St. Clements International University.

الملحق (1) مقياس البنية المعرفية الاكاديمية بصيغته النهائية

عزیزی الطالب.....

عزیزتی الطالبہ.....

تحية طيبة...

نضع بين يديك مجموعة من الفقرات يرجى تعاونك معنا في الإجابة على كل فقرة من فقرات المقياس بكل دقة وموضوعية بوضع أشاره (✓) تحت احد البدائل الخمسة التي تنطبق عليك وتعبر عن رغبتك الحقيقية فيها ، علماً انه لا يوجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وعليك إن لا تترك أي فقرة دون إجابة ، وأعلموا طلبتنا الاعزاء أن الإجابة تستعمل لأغراض البحث العلمي ولن يطلع عليها احد سوى الباحثة .

القسم :

الكلية :

الصف الدراسي :

العمر:

وتقبلوا فائق شكر الباحثة وتقديرها

مقياس البنية المعرفية الاكاديمية (Academic cognitive structure)

ت	الفقرة	أتفق تماماً	أتفق غالباً	أتفق احياناً	أتفق نادراً	لا أتفق ابداً
1	علاقاتي مع زملائي والموظفين والأساتذة داخل الحرم الجامعي تتسم بالقبول من قبلي ومن قبلهم					
2	تقييمي للاحداث الجامعية يتسم بالمواجهة الايجابية					
3	اميل الى حل مشكلاتي الجامعية بكفاءة بما يضمن الوصول الى التوازن والشعور بالأمان					
4	افهم المتطلبات الجامعية الرسمية وغير الرسمية					
5	اميل الى فهم العلاقات التي تربط بين الطلبة مع بعضهم ومع الموظفين والأساتذة داخل الاطار الجامعي					
6	مشاعري واضحة ومفهومة من قبلي ومن قبل الآخرين					
7	اضبط سلوكي بما ينسجم مع تعليمات الحرم الجامعي					
8	اميل الى معرفة القوانين والتعليمات الخاصة بالحرم الجامعي					
9	اتقبل مشاعري الجديدة التي اكتسبتها والتي تتوافق مع تعليمات الحرم الجامعي					
10	اتقبل السلوكيات الجديدة ونتائجها التي اكتسبتها والتي تتوافق مع تعليمات الحرم الجامعي					
11	اتقبل القرارات التي اتخذها والتي تتوافق مع تعليمات الحرم الجامعي					
12	اربط المعارف والخبرات مع بعضها البعض واستفاد منها في التفاعل داخل الحرم الجامعي لتصبح ذات معنى					
13	اشعر بالحيوية والاثارة عند تعاملي مع الآخرين داخل الحرم الجامعي					
14	اميل الى فهم السلوك الخاص بالطالب داخل الحرم الجامعي					

The effect of Inner- Speech in developing the academic knowledge structure of university students

Asst. Prof. Dr.Nebras Taha khammas.

Al-Mustansiriyah University/College of Education

Abstract:

The current research aims to identify the effect of the Inner- Speech method in developing the academic knowledge structure of university students. Two groups ‘6 experimental group and 6 control group ‘and the researcher used the appropriate statistical means ‘and the scale and the indicative program were built in the light of Meichenbaum’s theory ‘and the results showed that there is an effect ‘which means that the indicative program is successful and effective and contributed to the development of the academic knowledge structure of university students ‘and the researcher developed a number of recommendations and suggestions.

key words :Psychological counseling ‘cognitive behavioral counseling theory ‘cognitive structure ‘self-talk