

فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في تحسين مستوى أبعاد الكفاءة الذاتية
لدى الطلبة المتفوقين دراسياً في سلطنة عُمان

إعداد

الدكتور/ مصلح مسلم المجالي

أستاذ مساعد بكلية الآداب والعلوم التطبيقية

جامعة ظفار - سلطنة عُمان

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي انتقائي، قائم على فنيات بعض النظريات الإرشادية في تحسين أبعاد الكفاءة الذاتية لدى الطلبة المتفوقين دراسياً في سلطنة عُمان، تم استخدام المنهج شبه التجريبي. تكونت عينة الدراسة التجريبية من (٣٠) طالبة من حصلن على أقل الدرجات على مقياس الكفاءة الذاتية. تم تقسيمهن عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين؛ إحداهما تجريبية والثانية ضابطة، وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية، وتحليل البيانات بالأساليب الإحصائية المتمثلة بالمتوسطات الحسابية والانحراف المعياري والنسب المئوية واختبار مان- ويتني Mann-Whitney test، واختبار ويلكوكسون Wilcoxon-test للحكم على المتوسطات، والتعرف على اتجاهات الفرق قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي، أظهرت النتائج فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠.٠١) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي، على مقياس الكفاءة الذاتية وأبعاده المختلفة، لصالح المجموعة التجريبية، كما ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي، لصالح القياس البعدي؛ وتؤكد هذه النتيجة فاعلية البرنامج الإرشادي في تحسين الكفاءة الذاتية لدى الطلبة المتفوقين دراسياً، كما أظهرت النتائج استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي، من خلال القياس التتبعي (بعد شهر ونصف من انتهاء تطبيق البرنامج) حيث لم تظهر فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي؛ وهذا ما يؤكد استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي.

الكلمات المفتاحية: المتفوقين دراسياً، فاعلية، الإرشاد الانتقائي، الكفاءة الذاتية.

مقدمة الدراسة وإطارها النظري:

في ظل التطور السريع وسباق المعرفة الذي يشهده العالم خلال العقود القليلة الماضية، أصبح تطور الشعوب والأمم ورفيها يقاس بمدى ما توليه من اهتمام ورعاية لفئة الطلبة المتفوقين دراسياً، وتحديد احتياجاتهم ومشكلاتهم بما يُمكنهم من توظيف قدراتهم بأقصى ما يمكن؛ للارتقاء بأنفسهم ومجتمعاتهم، فهم الثروة الحقيقية والقاعدة الأساسية التي تعتمد عليها المجتمعات الإنسانية في مواكبة التغيرات المتسارعة بمختلف المجالات السياسية والاقتصادية والاجتماعية والثقافية، في سعيها نحو التقدم والازدهار، وبناء مجتمع متماسك قائم على ثوابت وأسس مدروسة في الوصول إلى الإبداع والابتكار.

ولعل الاهتمام بالطلبة المتفوقين دراسياً- وكما أشار (Holmes, 2016)- لم يعد محصوراً بحاجاتهم التعليمية والأكاديمية، بل تعدى ذلك إلى تجاوز الاعتقادات الخاطئة التي كان يعتقد بها بعض الباحثين والمهتمين بالتفوق والموهبة: كثيرمان (Terman, 1925)، واوستان ودرابر (Austin & Draper 1981) وهاوكينز (Hawkins, 1995) الذين كانوا يرون بأن التفوق يشكل درعاً واقياً للأفراد من الوقوع في المشكلات، ولديهم توافق انفعالي واجتماعي ونفسي يمكنهم من الاعتماد على أنفسهم كونهم يمتلكون قدرات عالية ومتميزة؛ وبالتالي هم أقل حاجة لخدمات التوجيه والإرشاد، في حين أن أصحاب الاتجاه الآخر مثل (Cleveland & Meranda, 1975) وسيمبسون وكوفمان (Simpson & Kaufman, 1981). يرون بأنهم من أكثر الفئات تعرضاً للمشكلات ولديهم العديد من الحاجات الإرشادية، وهم معرضين للوقوع في كثير من الاضطرابات السلوكية والنفسية والانفعالية، خاصة تلك المتعلقة بالمشكلات الداخلية، المتمثلة بعدم التوازن الانفعالي، والحساسية العالية، وفلسفة الوجود والعزلة، وتعدد الاهتمامات، والسعي نحو الكمال والمثالية، ومشكلات خارجية تتعلق بالضغط الأسرية، وطموحات الوالدين العالية، وضغط الزملاء، وعدم القدرة على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين، وتدني في مستوي تقدير الذات وتوكيدها، مما يؤثر على كفاءتهم الذاتية والاجتماعية والأكاديمية والانفعالية، وهذا ما يؤكد ضرورة الاهتمام

بمحتاجهم النفسية والاجتماعية والانفعالية، لما لها من تأثير كبير في بناء الشخصية المتوازنة والمتوافقة لديهم.

ونظراً لذلك بدأ الاهتمام بدراسة مختلف الأبعاد والمكونات النفسية في شخصية الطالب المتفوق، التي استهدفت الذات كمفهوم عام وما يرتبط بها من مفاهيم فرعية؛ كوعي الذات، وتنظيم الذات، وكفاءة الذات، وتوكيد الذات وغيرها، كونها من المكونات الأساسية التي تساهم بتكوين معتقداتهم، وتشكيل سلوكهم وتصرفاتهم، وتعزيز قدراتهم وتوجيهها نحو إنجاز المهام بفاعلية، والقدرة على التخطيط، وتقييم الأعمال، وضبط الانفعالات والعواطف، وتعزيز مهارات حل المشكلات؛ مما ينعكس بشكل مباشر على مختلف جوانب حياتهم.

فبهذا الصدد أجرى عطية (٢٠١٧) دراسة هدف من خلالها التحقق من فاعلية برنامج سلوكي معرفي لتحسين مهارات تنظيم الذات لدى التلاميذ المتفوقين دراسياً، على عينة من ٤٠ طالباً، قُسموا عشوائياً إلى مجموعتين: ضابطة وتجريبية، استخدم فيها مقياس تنظيم الذات لجمع المعلومات ومقارنة أداء المجموعات على القياس القبلي والبعدي، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مهارات تنظيم الذات لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي.

وأجرت العبيدي وسهيل (٢٠١٢) دراسة هدفت إلى اختبار فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الوعي الذاتي لدى الطلاب المتفوقين دراسياً، تبنى فيه الباحثان مقياس الوعي الذاتي الذي أعده القرة غولي (٢٠١٠)، وإعداد برنامج إرشادي انتقائي، قائم على مجموعة من الفنيات والاستراتيجيات الإرشادية، بلغت عينة البحث (٣٤) طالباً تم تقسيمهم لعينتين: تجريبية وضابطة، أظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي المطبق على العينة التجريبية؛ حيث كانت الفروق لصالح القياس البعدي في العينة التجريبية، مقارنة بالعينة الضابطة التي لم تخضع للمعالجة التجريبية.

كما جاء في دراسة النجار (٢٠١٦) التي هدفت إلى تناول أثر برنامج إرشادي مبني

على نظرية منظور زمن المستقبل لتعديل الذوات المحتملة السالبة لدى المتفوقين، على عينة شملت ٤٠ طالبًا متفوقًا، تم تقسيمهم عشوائيًا إلى عينتين: تجريبية وضابطة، أظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي حيث كانت الفروق في العينة التجريبية للقياسين القبلي والبعدي لصالح البعدي، والفروق بين التجريبية والضابطة لصالح التجريبية التي تعرضت للمعالجة الإرشادية، مما يدل على فاعلية البرنامج، ولم تظهر فروق في القياسين البعدي والتبعية في المجموعة التجريبية؛ وهذا ما يشير إلى استمرارية تأثير البرنامج في القياس التبعي. وفيما يتعلق في الكفاءة الذاتية العامة يشير البهدل (٢٠١٤) إلى أنها أحد المفاهيم النفسية الحديثة التي ظهرت على يد باندورا (Bandura, 1977) في نظريته المعرفية الاجتماعية، والذي أشار فيها بأن معتقدات الأفراد عن ذواتهم، والوصول إلى درجة مناسبة من الكفاءة الذاتية بأبعادها المختلفة يؤثر في العديد من جوانب الشخصية الإنسانية. ونظرًا لأهمية هذا المفهوم فقد تناولته العديد من الدراسات مع العديد من المتغيرات؛ فتناوله (Bandura, 1989) في الكشف عن علاقة بالإنجاز والقدرة على اتخاذ القرارات المعقدة، حيث أسفرت نتائجها بأن الكفاءة الذاتية المرتفعة تزيد من قدرة الأفراد على التعامل مع المشكلات المعقدة والإنجاز.

كما يؤكد كل من شيرر ومادوكس (Sherer & Maddux) إلى أنها تعتبر من المتغيرات النفسية الهامة في شخصية الفرد، فمن خلالها يتمكن الأفراد من فهم أنفسهم وتحديد إمكانياتهم وقدراتهم على مواجهة الصعوبات والمشكلات والتحديات التي تواجههم، فبهذا الاتجاه تؤكد (الجمهوريّة والظفري، ٢٠١٨) أنّ معتقدات الأفراد عن كفاءتهم الذاتية العامة، تمثل مركبًا مهمًا جدًا يشمل على تراكم حالات النجاح والفشل التي يعزوها الفرد لذاته، فمعتقدات الكفاءة الذاتية العامة تؤثر على معتقدات الكفاءة الذاتية الخاصة؛ كمعتقدات الكفاءة الأكاديمية والكفاءة الاجتماعية والكفاءة النفسية وغيرها.

وعن علاقتها بالإنجاز والجهد المبذول وأداء المهمات بكفاءة وفاعلية لدى المتفوقين دراسيًا، يرى اليوسف (٢٠١٣) أن الكفاءة الذاتية العامة (self-efficacy) وأبعادها

المختلفة: الاجتماعية والأكاديمية والانفعالية والمعرفية لدى المتفوقين دراسياً، ذات أهمية مركزية في بناء ذواتهم ومعرفتها وفهمها، مما يكون معرفيات عديدة تحتوي على توقعات ذاتية في قدرتهم على التغلب على مختلف المواقف والتحديات التي تواجههم بصورة ناجحة وميسرة، إضافة إلى كونها جزءاً مهماً من إدراك الذات (self-perception) المتمثلة في الصورة التي يطورها الفرد عن نفسه، بما ينعكس إيجاباً أو سلباً على مستوى الجهد المبذول في أداء المهمات وإنجازها، وتكوين مشاعر إيجابية أو سلبية تجاه الذات ومدى قدرتها على الإنجاز والتطور، بما يحقق التفاعل الإيجابي الناجح والناجح مع مختلف المواقف الحياتية والدراسية.

وعن علاقتها بأنماط وأساليب التفكير والسلوك الإيجابي يضيف يعقوب (٢٠١٢) على أنها تؤثر بشكل مباشر على أنماط التفكير من حيث إيجابيتها أو سلبيتها، فكلما تولد لدى الأفراد شعور إيجابي نحو امتلاكهم للكفاءة الذاتية بأبعادها المختلفة، كلما كان لديهم ميل نحو التفكير الإيجابي، وعملوا على توظيف قدراتهم ومعارفهم وخبراتهم توظيفاً إيجابياً، نحو تحليل المشكلات التي تواجههم للتوصل إلى الحلول المنطقية والبناءة؛ في حين إن تولد شعور سلبي نحو كفاءتهم الذاتية يولد سلوكاً وتفكيراً مغايراً؛ مما يجعلهم يشعرون بتدني في كفاءتهم الذاتية، وتشكل لديهم كثير من مشاعر النقص والدونية، وصعوبة في التفاعلات الاجتماعية، وعدم النجاح في بناء علاقات اجتماعية، وتدني في الشعور بالإنجاز؛ مما يجعلهم في حالة عدم استقرار واضطراب دائم عند قيامهم بالمهام الأكاديمية والمعرفية والعاطفية وغيرها.

مما سبق تتضح أهمية الكفاءة الذاتية وأبعادها المختلفة في شخصية الطلبة المتفوقين دراسياً، وارتباطها في العديد من المتغيرات والخصائص النفسية والاجتماعية والأكاديمية والمعرفية، التي تساهم في بناء الشخصية المتكيفة والمتوازنة، وهذا ما يبرر ضرورة استهدافهم في البرامج الإرشادية التي تساهم في تحسينها وتنميتها. ولعل الإرشاد الانتقائي الذي جاء به العالم ثورن (Thorn) أحد أهم الأساليب الإرشادية التي تناسب الطلبة المتفوقين دراسياً؛

كونه يتيح فرصة اختيار الفنيات والاستراتيجيات الإرشادية، من عدد من نظريات الإرشاد النفسي، بما يتوافق مع الخصائص والقدرات والاتجاهات للطلبة المتفوقين دراسياً. حيث يشير سري (٢٠٠٠) بهذا الصدد بأن أهمية الإرشاد الانتقائي التكاملي تبرز من خلال نظريته التكاملية لكل المعرفة النفسية في نسق شامل؛ حيث يقوم على أساس التمييز، والانتقاء، والتجميع بين نظريات وأساليب وإجراءات العلاج النفسي المختلفة بما يتناسب مع المرشد، والمسترشد، والمشكلة، لتنفيذ العملية الإرشادية بنجاح.

ويؤكد على ذلك أبو عراد (٢٠٠٩) من حيث إن الإرشاد الانتقائي أحد الأساليب الإرشادية القائم على إتاحة المجال للأخصائي النفسي باختيار فنياته وأساليبه الإرشادية من عدد من النظريات الإرشادية، بما يتناسب مع الفئة المستهدفة والسلوك المستهدف، بدلاً من تقييد نفسه بنظرية معينة؛ فجاء الإرشاد الانتقائي مؤيداً لفكرة أنه لا يوجد أسلوب إرشادي أو نظرية إرشادية واحدة، يمكن أن تعطي نتائج إيجابية في التعامل مع الجوانب المتعددة لمشكلات المسترشد.

وبناء على ذلك ونظراً لأهمية الفئة المستهدفة، وأهمية السلوك المستهدف وأهمية الأسلوب الإرشادي المستخدم، جاءت هذه الدراسة لتناول فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في تحسين أبعاد الكفاءة الذاتية لدى الطلبة المتفوقين دراسياً في سلطنة عُمان.

مشكلة الدراسة:

شهدت المنظومة التربوية في سلطنة عُمان خلال العقود الأربعة الماضية تطورات وتغيرات جذرية، نالت الاهتمام بعناصر العملية التربوية، مست كل من الطالب والمعلم على حد سواء، وذلك لمواكبة ما يشهده العالم من تطورات في المجالات المختلفة، لذلك بدأ الاهتمام بالطالب كأحد أهم العناصر الرئيسية في العملية التربوية، والاهتمام بكل ما من شأنه الإسهام ببناء شخصيته السوية القادرة على مواكبة هذه التغيرات. كما زاد الاهتمام بفئة الطلبة المتفوقين والمجيدين دراسياً، من خلال توجيه الجهود والإمكانات نحو الاهتمام بهم، كأحد أهم العناصر البشرية في المجتمع التي تحتاج إلى الاهتمام والرعاية بمختلف جوانب

الشخصية العلمية والأكاديمية والنفسية والاجتماعية، فهم من تبنى عليهم المجتمعات الإنسانية الكثير من الرؤى والطموحات المستقبلية.

وتعتبر الذات وبنائها وتطويرها وما يرتبط بها من مصطلحات نفسية؛ كالكفاءة الذاتية والاجتماعية والمعرفية والعاطفية من المصطلحات النفسية الهامة في شخصية الطلبة المتفوقين دراسياً التي تحتاج للتعزيز والتنمية. فعلى الرغم من الجهود المبذولة في الاهتمام بفترة المتفوقين دراسياً، والعمل على تطوير الجوانب المهنية والأكاديمية لديهم؛ إلا أن هناك تقصير في تناول الجوانب النفسية والاجتماعية لهم، والتي هي بطبيعة الحال لا تقل أهمية عن الجوانب الأكاديمية والمعرفية؛ لكونها تساعد على رفع مستوى الإنجاز والأداء بشكل ملحوظ؛ حيث إن انخفاض وعي الطالب المتفوق، بذاته وقدراته الذاتية المتمثلة بالكفاءة الذاتية وأبعادها المختلفة، يقلل من قدرته على مواجهة الصعوبات والمشكلات، ويحد من قدراته الإبداعية والابتكارية، ونظرته الإيجابية للمستقبل وقدرته على العطاء والإنجاز.

فبناء على ذلك زادت الحاجة إلى تبني استراتيجيات إرشادية تستهدف الطلبة المتفوقين دراسياً؛ لتنمية وتعزيز هذه المهارات لديهم، مما يعزز من مهاراتهم العقلية وقدراتهم الابتكارية، واستغلال طاقاتهم الإبداعية، وتوفير فرص التدريب التي من شأنها تعزيز الثقة بالنفس لديهم ورفع سوية كفاءتهم الذاتية.

وللوقوف على مشكلة الدراسة في مجتمع البحث، تم إجراء دراسة استطلاعية في الفصل الدراسي الثاني من العام الأكاديمي (٢٠١٧/٢٠١٨) خلال فترة الإشراف على طلبة التدريب الميداني لطلبة الماجستير في الإرشاد النفسي، حيث تم تطبيق مقياس الكفاءة الذاتية العامة على عينة عشوائية من الطالبات المتفوقات دراسياً في مدرسة النور للتعليم ما بعد الأساسي بمحافظة ظفار بسلطنة عُمان، وعددهن (٣٠) طالبة، أظهرت النتائج أن متوسط الاستجابة على بنود المقياس، بأبعاده الخمسة: الكفاءة الاجتماعية، والأكاديمية، والانفعالية، والمعرفية والعاطفية كان متوسطاً، حيث بلغ (٢.٧)، وهذا ما يؤكد الحاجة إلى إعداد برنامج

إرشادي لتزويدهم بالمهارات اللازمة لتحسين مستوى كفاءتهم الذاتية. من هنا تتحدد مشكلة الدراسة (بالمستوى المتوسط لأبعاد الكفاءة الذاتية التي أظهرته الدراسة الاستطلاعية على عينة من الطالبات المتفوقات دراسياً، والعمل على تحسينها من خلال إعداد وتطبيق برنامج إرشادي قائم على فنيات عدد من النظريات الإرشادية، من خلال الإجابة عن السؤال الرئيسي التالي:

السؤال الرئيس: ما مكونات البرنامج الإرشادي الانتقائي لتحسين مستوى أبعاد الكفاءة الذاتية العامة لدى الطلبة المتفوقين دراسياً بسلطنة عُمان؟
وتتفرع عنه التساؤلات التالية:

١- ما فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في تحسين مستوى أبعاد الكفاءة الذاتية العامة لدى الطلبة المتفوقين دراسياً بسلطنة عُمان؟
٢- هل ستستمر فاعلية البرنامج الإرشادي الانتقائي في المحافظة على مستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية العامة للطلبة المتفوقين دراسياً في سلطنة عُمان بعد فترة زمنية (شهر ونصف) من انتهاء تطبيق البرنامج الإرشادي؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى ما يلي:

١- تصميم برنامج إرشادي قائم على الإرشاد الانتقائي، بالاعتماد على عدد من فنيات النظريات الإرشادية ذات الارتباط المباشر بمشكلة الدراسة، وتطبيقه على العينة التجريبية لتحسين أبعاد الكفاءة الذاتية.
٢- التعرف على فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد الانتقائي في تحسين أبعاد الكفاءة الذاتية لدى الطلبة المتفوقين دراسياً بسلطنة عُمان.
٣- التعرف على استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي في تحسين أبعاد الكفاءة الذاتية لدى الطلبة المتفوقين دراسياً بسلطنة عُمان.

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة الحالية بوجه عام من أهمية الفئة المستهدفة في الدراسة (المتفوقين دراسياً)، والاهتمام بهم على المستوى العالمي؛ حيث شهدت بداية القرن الحادي والعشرين سباقاً عالمياً في مجال رعاية المتفوقين والمبدعين؛ نتيجة للسباق بين القوى العظمى في مجالات التكنولوجيا الرقمية، وحرب النجوم، وغزو الفضاء، واحتمالية العودة إلى الحرب الباردة، إضافة إلى ما يشهده هذا العالم من تغيرات متسارعة بمختلف الجوانب السياسية والاقتصادية والاجتماعية والمهنية؛ فظهرت العديد من الدراسات والمؤتمرات والمشاريع التربوية والمنظمات على المستوى الدولي والعربي بشكل عام، ودول الخليج العربي بوجه خاص، والتي تدعو إلى الاهتمام بهم. وبناء عليه تظهر أهمية الدراسة من خلال:

الأهمية النظرية: وتتمثل في الآتي:

- إلقاء الضوء على الأطر النظرية لمشكلات المتفوقين دراسياً وحاجاتهم الإرشادية، والاستفادة من البرنامج الإرشادي المعد لهذه الدراسة، وتوظيفه في التعامل مع هذه المشكلات.

- إلقاء الضوء على الأطر النظرية لأحد المفاهيم النفسية الهامة في الشخصية الإنسانية بشكل عام، وشخصية الطالب المتفوق بشكل خاص، وهو الكفاءة الذاتية بأبعادها (الأكاديمية والاجتماعية والمعرفية والانفعالية والعاطفية)، وإظهار أهميتها في شخصية الطلبة المتفوقين، وانعكاسها على الدافع للإنجاز، ودورها في الاستفادة من الجوانب المهنية والابتكارية لديهم، بما يخدم المجتمعات الإنسانية ويساهم في تطورها ورفقيها.

- تعد هذه الدراسة إضافة نوعية إلى الدراسات النظرية والتجريبية التي تناولت فئة الطلبة المتفوقين دراسياً، وتعتبر من الدراسات النادرة بمحدود علم الباحث، التي تناولت الكفاءة الذاتية بأبعادها الخمسة (الأكاديمية والاجتماعية والمعرفية والانفعالية والعاطفية).

الأهمية التطبيقية: وتتمثل في:

- أهميتها في الميدان التربوي في سلطنة عُمان؛ حيث إنه ومن خلال إجراء مسح

الدراسات في المجتمع العماني تبين شح واضح في الدراسات التي تناولت الطلبة المتفوقين دراسياً بشكل خاص.

- أهميتها للأخصائين النفسيين العاملين في مدارس التعليم العام والجامعات، من خلال الاستفادة من إجراءاتها التطبيقية.

- سيساهم البرنامج الإرشادي، القائمين على العملية التربوية والجهات المهتمة بفتحة الطلبة المتفوقين دراسياً، والأخصائين النفسيين وأولياء أمور الطلبة الاستفادة من الاستراتيجيات والأساليب والفنيات الإرشادية المستخدمة - في رفع سوية العديد من الخصائص النفسية لدى الطلبة المتفوقين.

- أهميتها في تصميم وإعداد مقياس (أبعاد الكفاءة الذاتية)، والتحقق من خصائصه السيكومترية، مما يساعد على استخدامه من قبل باحثين آخرين في دراسات أخرى، وتطبيقه على عينات مماثلة وفي مجتمعات أخرى.

حدود الدراسة:

١- الحدود الموضوعية: اقتصرت الدراسة على استخدام عدد من الفنيات التي جاءت بها بعض النظريات النفسية: مثل النظرية المعرفية، والنظرية الاجتماعية، والنظرية العقلانية الانفعالية السلوكية، ونظرية الذات، ونظرية الإرشاد بالواقع، في إعداد برنامج إرشادي انتقائي للاستفادة منه في تحسين مستوى الكفاءة الذاتية العامة لدى الطلبة المتفوقين دراسياً بأبعادها الخمسة (الاجتماعية، الأكاديمية، الانفعالية، المعرفية، العاطفية).

٢- الحد الزمني: الفصل الدراسي الأول للعام الأكاديمي (٢٠١٨ / ٢٠١٩).

٣- الحد البشري: الطالبات الإناث المتفوقات دراسياً والمسجلات ضمن قوائم الطالبات الحاصلات على معدلات تزيد عن ٨٥%، بناء على نتائج نهاية العام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨ للصفوف الثامن والتاسع والعاشر في مدرسة النور للتعليم ما بعد الأساسي في ولاية صلالة بمحافظة ظفار بسلطنة عُمان.

٤- الحد المكاني: عينة من مدارس التعليم العام للإناث بمحافظة ظفار بسلطنة

عُمان.

مصطلحات الدراسة:

الكفاءة الذاتية اصطلاحاً: يعرفها كارل روجرز بأنها كل منظم ومنسق تشتمل على قدرة الفرد على إدراك مجموعة الخصائص المكونة للأنا، وعلاقتها بالجوانب الحياتية المتنوعة؛ كنتيجة للتفاعل مع البيئة التي يعيش فيها الفرد، مما يولد ثقة الفرد بقدراته خلال المواقف الجديدة التي تتطلب مطالب كثيرة، ومهام غير مألوفة. (العتيبي، ٢٠٠٨).

الكفاءة الذاتية إجرائياً: وتتمثل بمدى قدرة الطالب المتفوق على القيام بمختلف المهام المطلوبة منه، بدرجة أداء عالية، بما يساعده على التكيف مع بيئته المدرسية والشخصية والأسرية، وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة المتفوقة على مقياس الكفاءة الذاتية العامة وأبعاده المختلفة المطبق بهذه الدراسة.

البرنامج الإرشادي: Counseling Program

يعرف اصطلاحاً بأنه "مجموعة من الإجراءات المخططة والمنظمة في ضوء أطر نظرية وقواعد محددة، بهدف تقديم الخدمات الإرشادية الوقائية، والعلاجية، والنمائية، وفق الأساليب العلمية لدراسة السلوك الإنساني؛ لتنمية وتعزيز المهارات الإيجابية في الشخصية الإنسانية، بما يساعدهم بالوصول إلى درجة مناسبة من التكيف والصحة النفسية". (عبد الله، وخوجة، ٢٠١٤، ٤٥).

ويعرف إجرائياً: في الدراسة الحالية بأنه مجموعة من الجلسات الإرشادية القائمة على عدد من الفنيات الإرشادية، وفق أسلوب الإرشاد الانتقائي من عدد من النظريات الإرشادية بما يتوافق مع تحقيق البرنامج لأهدافه، في تحسين مستوى الكفاءة الذاتية العامة بأبعادها (الاجتماعية والأكاديمية والمعرفية والانفعالية والعاطفية) للطلبات المتفوقات دراسياً في سلطنة عُمان.

الإرشاد الانتقائي: يعرفه (gallant & zhao, 2011) نظرياً بأنه: ممارسة إرشادية منظمة ومخططة قائمة على الأسلوب الإرشادي الانتقائي التكاملي في التعامل مع المشكلات السلوكية، بحيث تكون الممارسة الإرشادية قائمة على اختيار الفنيات والأساليب

من أكثر من نظرية إرشادية، وبما يتوافق مع طبيعة وخصائص ومرحلة الفئة المستهدفة. **الإرشاد الانتقائي إجرائياً:** يعرف بأنه اختيار مجموعة من الفنيات والاستراتيجيات الإرشادية، المستمدة من عدد من نظريات الإرشاد النفسي (المعرفية والاجتماعية، والعقلانية الانفعالية السلوكية، والذات، ونظرية الإرشاد بالواقع) لبناء جلسات البرنامج الإرشادي الذي يناسب عينة الدراسة من الطالبات المتفوقات دراسياً، التي تتراوح أعمارهم ما بين ١٤-١٦ سنة والسلوك المستهدف المتمثل في أبعاد الكفاءة الذاتية (الأكاديمية والاجتماعية والمعرفية والانفعالية والعاطفية).

المتفوقون دراسياً نظرياً: تبنت الدراسة تعريف مكتب التربية الأمريكي حيث يعرفهم: بأنهم الأفراد الذين يظهرون تميزاً وتفوقاً وإنجازاً، بمستويات مرتفعة وملحوظة عند مقارنتهم بالآخرين، من خلال استغلال القدرات الكامنة لديهم، بحيث يظهر هذا التميز في القدرات العقلية، والإبداعية، والابتكارية، والأدائية، والتحصيلية، مما يجعلهم بحاجة إلى رعاية خاصة من المؤسسات التعليمية والمجتمعية، لتقديم برامج اثرائية وخدمات وأنشطة خاصة متميزة بما يتناسب وهذه القدرات والمهارات، وبما يساهم في استغلال قدراتهم وتميزهم في المجالات الحياتية المختلفة. (Gargiulo,2015).

المتفوقون دراسياً إجرائياً لغاية هذه الدراسة: الطالبات الحاصلات على معدلات تزيد عن ٨٥%، بناء على نتائج الفصل الدراسي الثاني ٢٠١٧/٢٠١٨ في مدارس الحلقة الثانية من التعليم العام في محافظة ظفار بسلطنة عُمان.

فرضيات الدراسة:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0,01 بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الكفاءة الذاتية العامة وأبعادها، (الاجتماعية والأكاديمية والمعرفية والانفعالية والعاطفية) باتجاه المجموعة التجريبية.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,01 بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس الكفاءة الذاتية العامة وأبعادها

(الاجتماعية والأكاديمية والمعرفية والانفعالية والعاطفية) باتجاه القياس البعدي.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0,01 بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتبعي (بعد شهر ونصف من انتهاء تطبيق البرنامج) على مقياس الكفاءة الذاتية العامة وأبعاده (الاجتماعية والأكاديمية والمعرفية والانفعالية والعاطفية).

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

أولاً: منهج الدراسة:

تمثل منهج الدراسة في المنهج شبه التجريبي؛ للتحقق من صحة الفروض؛ وذلك من خلال اختبار فاعلية العلاقة بين متغيرين؛ أحدهما المتغير المستقل؛ وهو البرنامج الإرشادي الانتقائي وتأثيره على المتغير التابع وهو الكفاءة الذاتية العامة وأبعاده المتمثلة بالكفاءة (الاجتماعية والأكاديمية، والانفعالية، والمعرفية والعاطفية).

ثانياً: مجتمع الدراسة:

تكوّن مجتمع الدراسة من الطالبات المتفوقات دراسياً في مرحلة ما بعد التعليم الأساسي بمحافظة ظفار، والحاصلات على معدلات تزيد عن ٨٥% بناء على نتائج الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٧ / ٢٠١٨.

ثالثاً: عينة الدراسة:

أ- العينة الاستطلاعية:

تمثلت العينة الاستطلاعية في (٢٥) طالبة من الطالبات المتفوقات دراسياً، ومن حصلن على معدلات تحصيلية تزيد عن ٨٥% في نهاية الفصل الدراسي الأول ٢٠١٧/٢٠١٨، وفي مدرسة عائشة بنت أبي بكر بولاية صلالة بمحافظة ظفار من الصفوف السابع والثامن والتاسع، تم اختيارهن عشوائياً بغرض التحقق من الخصائص السيكرومترية لمقياس دراسة الكفاءة الذاتية العامة، وتم استبعادهم من العينة الأساسية.

ب- العينة الأساسية:

تمّ اعتبار جميع الطالبات المتفوقات دراسياً من الصفوف السابع والثامن والتاسع والحاصلات على معدلات تزيد عن ٨٥%، بناء على نتائج الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨، في مدرسة النور للتعليم ما بعد الأساسي عينة للدراسة، حيث تم تطبيق مقياس الكفاءة الذاتية العامة عليهن. تم اختيار (٣٠) منهن عشوائياً، من الحاصلات على درجات متدنية على مقياس الكفاءة الذاتية العامة، ووافقن على الانضمام للبرنامج الإرشادي. قسموا عشوائياً لمجموعتين متكافئتين (تجريبية وضابطة) (١٥) لكل مجموعة؛ تمهيداً لتطبيق البرنامج الإرشادي.

وبناء على ذلك تم التحقق من تكافؤ وتجانس المجموعتين (التجريبية والضابطة) قبل تطبيق البرنامج الإرشادي، وذلك من خلال احتساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الكفاءة الذاتية العامة وأبعاده الفرعية، وكانت النتائج كما في جدول (١):

جدول (١) دلالة الفروق بين متوسطي رتب المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي

للکفاءة الذاتية العامة

البعده	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة W	قيمة Z	مستوى الدلالة
الكفاءة الأكاديمية	الضابطة	١٤.٦٨	٢٣٤.٥٠	١٠٨.٥٠	٢٢٨.٥٠		٠.٨٩٨
	التجريبية	١٤.٢٨	٢٢٨.٥٠			٠.١٢٥-	
الكفاءة الاجتماعية	الضابطة	١٤.٢١	٢٢٧.٥٠	١٠٧.٥٠	٢٢٧.٥٠		٠.٨٦٤
	التجريبية	١٤.٧٥	٢٣٥.٥٠			٠.١٦٨-	
الكفاءة المعرفية	الضابطة	١٣.٤٨	٢١٦.٥٠	٩٦.٥٠	٢١٦.٥٠		٠.٥١٩
	التجريبية	١٥.٤٨	٢٤٦.٥٠			٠.٦٤٠-	
الكفاءة الانفعالية	الضابطة	١٣.٥٨	٢١٨.٠٠	٩٨.٠٠	٢١٧.٠٠		٠.٥٦٦
	التجريبية	١٥.٣٨	٢٤٥.٠٠			٠.٥٦٩-	
الكفاءة العاطفية	الضابطة	١٣.٠١	٢٠٩.٥٠	٨٩.٥٠	٢٠٩.٥٠		٠.٣٥٣
	التجريبية	١٥.٩٥	٢٥٣.٥٠			٠.٩٢٤-	

الدرجة الكلية	الضابطة	١٣.٨٨	٢٢٢.٥٠	١٠٢.٥٠	٢٢٢.٥٠	٠.٧٠٦
التجريبية		١٥.٠٩	٢٤٠.٥٠			٠.٣٧٤-

يلاحظ من الجدول (١) بأن هنالك فروق غير دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات طالبات المجموعتين (الضابطة والتجريبية) على مقياس الكفاءة الذاتية والأبعاد الفرعية للمقياس، وهذا يشير إلى أن المجموعتين (الضابطة والتجريبية) متكافئتان ومتجانستان قبل تطبيق البرنامج الإرشادي.

كما تم ضبط التجانس في العمر الزمني بين المجموعتين من خلال احتساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب الأعمار الزمنية للمجموعتين التجريبية والضابطة؛ كما هو في الجدول التالي:

جدول (٢) دلالة الفروق بين متوسطي رتب الأعمار الزمنية للمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغير	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
العمر	الضابطة	١٤.٠٠	٢٣٨.٠٠	١٠٣.٠٠٠	٢٢٣.٠٠٠	٠.٣٩٠ -	٠.٧٧٣
الزمني	التجريبية	١٥.٠٠	٢٢٣.٠٠				

يشير جدول (٢) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب الأعمار الزمنية للمجموعتين (الضابطة والتجريبية)، مما يدل على التجانس والتطابق بين المجموعتين.

رابعاً: أدوات الدراسة:

أ- مقياس الكفاءة الذاتية العامة:

تم إعداد المقياس بعد الاطلاع على الأطر النظرية الخاصة بالكفاءة الذاتية العامة وأبعادها، والاستفادة من عدد من المقاييس ذات العلاقة بالكفاءة الذاتية العامة، والدراسات ذات العلاقة؛ كدراسة موسى (٢٠٠٥) دليل مقياس الكفاءة الذاتية الاجتماعية، ومقياس معتقدات الكفاءة الذاتية (الأكاديمية، والاجتماعية، والانفعالية) ASEES الذي أعدّه

موريس (Muris, 2002)، ودراسة (السواط، ٢٠١٥)، ودراسة (Larose, et all,) (2006)، ودراسة (نصيرة، ٢٠١٧)، ودراسة (الصقية، ٢٠١٧)، و(النويران، ٢٠١٤) - وجميعها من الدراسات التي تناولت الكفاءة الذاتية العامة وأبعادها المختلفة. حيث تم إعداده بصورته الأولى من (٤٣) عبارة موزعة على خمسة أبعاد فرعية وهي: (الكفاءة الأكاديمية، والاجتماعية، والمعرفية، والانفعالية والعاطفية)، وبعد عرضه على ستة من الزملاء المتخصصين في الإرشاد النفسي، والقياس النفسي؛ للتحقق من مدى ملائمة تلك العبارات لقياس أبعاد الكفاءة الذاتية، تم اعتماد العبارات التي حصلت على اتفاق بنسبة (٨٠%) فأكثر، وتعديل بعض العبارات وحذف عبارة واحدة، ليصبح المقياس بصورته النهائية (٤٢) عبارة موزعة على (٥) أبعاد المقياس الخمسة.

٣- طريقة تطبيق وتصحيح المقياس:

تمت الإجابة عن المقياس من خلال خمس خيارات "ليكرت الخماسي" هي: (دائمًا، غالبًا، أحيانًا، نادرًا، أبدًا)، ويعطى الخيار "دائمًا" ٥ درجات، و"غالبًا" ٤ درجات، و"أحيانًا" ٣ درجات، و"نادرًا" درجتان، و"أبدًا" درجة واحدة، مع ملاحظة اختلاف اتجاهات التقدير لبعض العبارات السلبية وهي: (٥، ٨، ١١، ١٣، ١٩، ٣٤، ٣٧، ٣٩)، وبذلك تتراوح درجات المقياس بين (٤٢-٢١٠) درجة.

٤- الخصائص السيكومترية للمقياس:

أ- صدق المقياس:

١- صدق المحتوى:

تم عرض المقياس على (٦) من المحكمين من ذوي الاختصاص بالإرشاد النفسي؛ للتحقق من مدى مناسبة عبارات المقياس وانتماء العبارات للمحاور الفرعية. تم تعديل بعض العبارات وحذف بعضها بناء على ما ورد من مقترحات، والإبقاء على العبارات التي حصلت على نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر.

٢- صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب دلالة الفروق بين أعلى (27%) من الطالبات، وأدنى (27%) من الطالبات على مقياس الكفاءة الذاتية العامة وأبعاده الفرعية، باستخدام اختبار "مان ويتني" Man-Whitney-Test. وكما هو في جدول التالي:

جدول (3) دلالة الفروق بين الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى على مقياس الكفاءة الذاتية العامة

مستوى الدلالة	قيمة (Z)	قيمة (W)	قيمة (U)	مجموع الرتب	متوسط الرتب	المجموعة	البعد
005,0	387-,3	00,38	00,0	00,99	49,13	الأعلى الأرباعي	الكفاءة الأكاديمية
004,0	911-,2	000,42	000,0	00,33	48,0	الأرباعي الأدنى	الكفاءة الاجتماعية
000,0	398-,3	00,38	00,0	00,95	90,12	الأرباعي الأعلى	الكفاءة المعرفية
011,0	608-,2	00,46	00,7	00,42	34,4	الأرباعي الأدنى	الكفاءة الانفعالية
040,0	145-,2	00,50	00,11	00,102	46,11	الأرباعي الأعلى	الكفاءة العاطفية
00,0	356-,3	00,34	00,0	00,38	56,4	الأرباعي الأدنى	الدرجة الكلية
				00,94	48,10	الأرباعي الأعلى	
				00,43	88,0	الأرباعي الأدنى	
				00,86	67,11	الأرباعي الأعلى	
				00,47	88,0	الأرباعي الأدنى	
				00,102	78,11	الأرباعي الأعلى	
				00,38	55,0	الأرباعي الأدنى	

يتضح مما سبق وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات المتفوقات دراسياً من الأرباعي الأعلى، والطالبات المتفوقات دراسياً من الأرباعي الأدنى على الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده الفرعية؛ مما يشير إلى أن المقياس لديه القدرة على التمييز بين المستويات المختلفة، ويتمتع بدرجة مناسبة من الصدق، وهذا يشير إلى صلاحية المقياس للتطبيق على أفراد عينة الدراسة.

ب- ثبات أداة الدراسة:

١- التجزئة النصفية:

تمّ تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية وعددهن (٢٥) طالبة من الطالبات المتفوقات دراسياً. تم حساب معامل الارتباط بين نصفي الاختبار، باستخدام معامل "جوتمان" Guttman، وبلغ معامل ثبات الدرجة الكلية لأبعاد المقياس (٠.٧٩) بين نصفي الاختبار، وبلغ معامل ثبات جوتمان (٠.٨٨)، كما هو موضح في الجدول التالي، وهذا مؤشر على درجة مناسبة من الثبات:

جدول (٤) معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية

م	الأبعاد والدرجة الكلية	معامل الارتباط بين نصفي الاختبار	معامل ثبات جوتمان
١	الكفاءة الأكاديمية	٠,٧٦	٠.٨٦
٢	الكفاءة الاجتماعية	٠,٦٧	٠.٨٠
٣	الكفاءة المعرفية	٠,٥٩	٠.٧٤
٤	الكفاءة الانفعالية	٠.٨١	٠.٨٩
٥	الكفاءة العاطفية	٠,٧١	٠.٨٣
٦	الدرجة الكلية	٠,٧٩	٠.٨٨

٢- معامل ثبات "ألفا لكرونباخ":

تم استخدام معامل "ألفا لكرونباخ" (Alpha Cronbach) لحساب الثبات، وبعد احتساب قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس الخمسة بطريقة ألفا لكرونباخ Cronbach's Alpha حيث تراوحت بين: (٠.٧٦-٠.٨٩) وكان معامل "ألفا" للدرجة الكلية للمقياس (٠.٨٢)؛ وهذا ما يعطي مؤشراً على تمتع المقياس بدرجة مناسبة من الثبات.

البرنامج الإرشادي:

تم إعداد البرنامج الإرشادي لتحقيق أهداف الدراسة المتمثلة في تحسين مستوى

الكفاءة الذاتية العامة للطالبات المتفوقات دراسياً بأبعادها الأكاديمية والاجتماعية والمعرفية والانفعالية والعاطفية، من خلال الاعتماد على عدد من الفنيات الإرشادية لعدد من النظريات الإرشادية كالنظرية المعرفية الاجتماعية، والمعرفية السلوكية، والعقلانية الانفعالية، والواقعية، بحيث تم توظيف بعض من فنيات هذه النظريات بما يتناسب والهدف المراد تحقيقه من الجلسة الإرشادية للسلوك المراد تحسينه؛ كالمحاضرة والمناقشة الجماعية، التغذية الراجعة، العصف الذهني، الواجبات المنزلية، التعزيز الإيجابي، الاسترخاء، التخيل، لعب الأدوار، الأسلوب القصصي، ونموذج ABCDEF للنظرية العقلانية الانفعالية، التحليل العقلائي للموقف، تنفيذ الأفكار، الأحاديث الذاتية، التحصين التدريجي، التعاقد والتعهد، الأسئلة الذكية، لا للأعداء، مسؤولية السلوك الموجه، التخطيط للسلوك الواقعي المسئول، تقييم المسترشد لسلوكه.

وتم الاستفادة في إعداد البرنامج من العديد من البرامج الإرشادية المشابهة التي استهدفت الكفاءة الذاتية بأنواعها المختلفة، حيث تم صياغته بصورته النهائية من (١٢) جلسة إرشادية، مع جلسة متابعة بعد شهر ونصف من انتهاء البرنامج، بعد أن تم عرضه على (٦) من المحكمين من أساتذة الإرشاد النفسي وتعديله في ضوء آرائهم ومقترحاتهم.

وفيما يلي ملخص محتوى البرنامج كما في الجدول التالي:

جدول (٥) ملخص محتوى جلسات البرنامج الإرشادي

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الفنيات المطبقة في الجلسة
الأولى	التعارف والتمهيد	- التعارف وبناء العلاقة المهنية مع المسترشدات. - التعريف بالبرنامج الإرشادي وأهميته ومراحله. - الاتفاق مع المسترشدات على موعد تنفيذ البرنامج الإرشادي. - التأكيد على مبدأ السرية.	المحاضرة والمناقشة الجماعية، التعاقد، التغذية الراجعة، تلخيص الجلسة والواجب المنزلي.

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الغيات المطبقة في الجلسة
الثنائية	التعريف بالكفاءة الذاتية العامة	<ul style="list-style-type: none"> - التعريف بمفهوم الكفاءة الذاتية العامة وخصائصها وأهم العوامل التي تؤثر فيها. - تطبيق تدريب في تنمية الكفاءة الذاتية من خلال لعب الأدوار. - نشاط: إيجابيات وسلبيات الكفاءة الذاتية. 	المحاضرة والمناقشة، التعزيز الإيجابي، لعب الأدوار، التغذية الراجعة، الواجب المنزلي.
الثالثة	أهمية الكفاءة الذاتية وأبعادها ومصادرها.	<ul style="list-style-type: none"> - التعرف على أبعاد الكفاءة الذاتية العامة (الأكاديمية والاجتماعية والمعرفية والانفعالية والعاطفية، ومصادرها المتمثلة في الإنجازات الأدائية)، الخبرات البديلة، الإقناع اللفظي، الاستشارة الانفعالية وتوضيح الآثار الإيجابية للكفاءة الذاتية المتمثلة في الجهد المبذول والإصرار، التعلم والإنجاز، اختيار النشاطات والمهام والآثار السلبية لنقص الكفاءة الذاتية. 	المحاضرة، عرض بعض النماذج المرئية الاسترخاء، التخيل، الأحاديث الذاتية، التحليل العقلائي للموقف، الواجب المنزلي
الرابعة	كيف أفكر إيجابياً لتحقيق هوية النجاح، وتجنب هوية الفشل؟	<ul style="list-style-type: none"> - التعرف على الاعتقادات النفسية السلبية عن قدراتهن واستبدالها باعتقادات إيجابية. - إكساب المسترشدات اتجاهات إيجابية نحو إنجاز المهام الأكاديمية. 	المحاضرة والمناقشة الجماعية، تنفيذ الأفكار، التحليل العقلائي، الأسلوب القصصي، التغذية الراجعة، الواجب المنزلي.
الخامسة	تحفيز وتعزيز الذات	<ul style="list-style-type: none"> - أهمية تعزيز الذات على الإنجاز. - التعرف على بعض الاستراتيجيات المحفزة للذات، والتي تساعد في القيام بالمهام الأكاديمية. 	المحاضرة والمناقشة الجماعية، الاسترخاء والتأمل، التخيل، التعزيز المستمر.

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الغيات المطبقة في الجلسة
		- تعزيز الشعور بالقيمة الذاتية وتوظيفها بالحياة الاجتماعية من خلال مجموعة من الأنشطة ولعب الأدوار.	
السادسة	الترغبات والاتجاهات	- مساعدة أفراد المجموعة في الكشف عن الحاجات والاتجاهات نحو الكفاءة الذاتية وأبعادها المختلفة. - التعرف بمعلومات عن الحاجات النفسية للفرد (حاجة المرح والدعابة، حاجة الحرية، حاجة القوة، أهمية توليد الحاجات، الاتجاهات نحو العمل وأساليب إشباعها وتحقيقها).	المحاضرة والمناقشة، المسؤولية، التعزيز، المسؤولية، الصواب والخطأ، العصف الذهني، الواجب المنزلي، التغذية الراجعة.
السابعة	التقييم والتخطيط الذاتي	- مساعدة أفراد المجموعة في الكشف عن أساليب التقييم الذاتي. - التخطيط نحو الكفاءة الذاتية الأكاديمية والاجتماعية والمعرفية والعاطفية.	الأسئلة الذكية، الواجب المنزلي، التغذية الراجعة.
الثامنة	السلوك (الواقعي، الصائب، المسئول)	- تعريف المسترشدات باستراتيجية الإرشاد الواقعي 3Rs وهي (الواقع Reality) ويعبر عن سلوك الفرد الحالي والابتعاد عن السلوك الماضي (المسئولة Responsibility) ويتضمن السعي إلى إشباع حاجاتهم من خلال وسائل لا تتعارض مع سعي الآخرين لإشباع حاجاتهم (الصواب والخطأ Right)، ويتمثل في قدرة الفرد على عمل الصواب وتجنب الخطأ، حسب ما يملكه عليه الدين والعادات والتقاليد والنظم والأعراف المجتمعية. - تعريف المسترشدات بالمسئولية، وأبعادها وأهميتها للفرد.	الأسئلة الذكية، التخطيط للسلوك الواقعي المسئول، التغذية الراجعة، تقييم السلوك.
التاسعة	الضبط والاتزان	- التعرف بمفهوم الاتزان الانفعالي وأهميته في الحياة اليومية. - أنواع الانفعالات وفتيات ضبطها.	المحاضرة والمناقشة، العصف الذهني، التدريب على

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الفيئات المطبقة في الجلسة
	الانفعالي، والتفكير العقلاني بالأحداث والمثيرات	- كيف يحدث الانفعال؟ - أهمية التفكير العقلاني المنطقي.	استراتيجية ABCDEF للإرشاد العقلاني الانفعالي، الواجب المنزلي، التغذية الراجعة.
العاشرة	الاندماج مع الآخرين	- تعريف مفهوم الاندماج لأعضاء المجموعة الإرشادية. - تعليم أعضاء المجموعة الإرشادية على ضرورة الاختلاط مع الآخرين. - التعرف على مفهوم تقبل الذات. - مهارة اكتشاف تقبل الذات.	التخطيط، التعاقد، رفض الأعداء، الواجب المنزلي، التعهد، التشجيع، التعزيز.
الحادية عشر	إدارة العواطف	- أهمية العواطف في الشخصية الإنسانية. - عرض لبعض فنيات واستراتيجيات إدارة العواطف بشكل إيجابي. - ضبط العواطف في المواقف المختلفة.	المحاضرة والمناقشة، الواجب المنزلي، التغذية الراجعة، التعزيز الإيجابي، التحليل المنطقي للسلوك.
الثانية عشر	الجلسة الختامية والإثناء	- تقييم المجموعة الإرشادية للبرنامج الإرشادي. - يذكر أفراد المجموعة الإرشادية سلوكيات تم تعلمها. - الطلب من المجموعة الإرشادية ذكر أفكار تغيرت لديهم. - إجراء القياس البعدي. - شكرهم وتعزيزهم على الحضور والمناقشة.	المحاضرة والمناقشة، الأسئلة الذكية، التغذية الراجعة.
الثالثة عشر	متابعة	- التعرف على استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي. - تطبيق المقياس التبعي.	المناقشة والتعزيز للمحافظة على المهارات التي تم تعلمها من البرنامج،

فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في تحسين مستوى أبعاد الكفاءة الذاتية لدى الطلبة المتفوقين دراسياً في سلطنة عُمان

د. مصلح مسلم المجالي

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الغيات المطبقة في الجلسة
			وتوظيفها في المجالات الحياتية المختلفة، التغذية الراجعة.

نتائج الدراسة:

للتأكد من صحة الفرض الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين (التجريبية والضابطة) في القياس البعدي، في أبعاد الكفاءة الذاتية العامة لمقياس الدراسة لصالح المجموعة التجريبية. تم استخدام اختبار مان وتني "Mann-Whitney test" لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات مجموعتين غير مرتبطتين؛ كما ورد في جدول (٦):

دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس

البعدي على الكفاءة الذاتية العامة وأبعاده

البعدي	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة W	قيمة Z	مستوى الدلالة
الكفاءة الأكاديمية	الضابطة	٨,١٢	١٢١,٤٠	١,٥٠٠	١٢٣,٥٠٠	٤,٦١٢-	٠,٠٠٠
	التجريبية	٢١,٨٨	٣٣٤,٥٠				
الكفاءة الاجتماعية	الضابطة	٨,٨٧	١٣٣,٠٠	١٣,٠٠٠	١٣٢,٤٣	٤,٠٨٨-	٠,٠٠٠
	التجريبية	٢٣,٠٣	١٣٢,٠٠				
الكفاءة المعرفية	الضابطة	٩,٠٥	١٢٠,٥٠	٠,٥٠٠	١٢٣,٤٥	٤,٧٦٩-	٠,٠٠٠
	التجريبية	٢٣,٩٠	٣٤٤,٥				
الكفاءة الانفعالية	الضابطة	٨,١٣	١٢٠,٠٠	٠,٠٠٠	١٢٢,٠٠٠	٤,٧٠٤-	٠,٠٠٠
	التجريبية	٢٢,٢٤	٣٤٥,٠٠				

البعد	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة W	قيمة Z	مستوى الدلالة
الكفاءة	الضابطة	٩,٣٨	١٢٦,٥٠	٦,٥٠٠	١٢٦,٥٠٠	٤,٣٣٩-	٠,٠٠٠
العاطفية	التجريبية	٢١,٥٦	٣٣٨,٥٠				
الدرجة	الضابطة	٩,٠٠	١٢٠,٠٠	٠,٠٠٠	١١٨,٠٠٠	٤,٦٦٧-	٠,٠٠٠
الكلية	التجريبية	٢٤,٠٠	٣٤٥,٠٠				

يتضح من جدول (٨) فروق دالة إحصائية بين متوسط رتب درجات طالبات المجموعة التجريبية، ومتوسط رتب درجات طالبات المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الكفاءة الذاتية وأبعاده الفرعية (الكفاءة الأكاديمية، والاجتماعية، والمعرفية، والانفعالية والعاطفية) عند مستوى (٠,٠١)، كما يلاحظ أن متوسط رتب درجات طالبات المجموعة التجريبية لجميع الأبعاد أعلى من متوسط رتب درجات طالبات المجموعة الضابطة، حيث بلغت الدرجة الكلية للمجموعة الضابطة (٩,٠٠) في حين كانت للمجموعة التجريبية ٢٤,٠٠؛ مما يشير إلى ارتفاع مستوى الكفاءة الذاتية العامة لدى طالبات المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي مقارنة بطالبات المجموعة الضابطة؛ وهذا ما يحدد اتجاه الفروق لصالح المجموعة التجريبية، وتفسر هذه النتيجة إلى الأثر الإيجابي للبرنامج الإرشادي، وما تضمنه من فنيات وأنشطة ساهمت في توعية أعضاء المجموعة التجريبية، بالكفاءة الذاتية وأبعادها، وسبل اكتسابها وممارستها في التفاعلات الاجتماعية، وتوظيفها في مختلف الجوانب الحياتية، إضافة إلى مجموعة من العوامل:

أولها: أن الفئة المستهدفة في البرنامج من الطالبات المتفوقات دراسياً، وطبيعة الإناث عادة ما يبرز لديهن النزعة نحو الإصرار على التفوق والمثابرة والمنافسة، ولديهن الدافعية العالية والرغبة الحقيقية في التطوير، حيث يؤكد (السواط، ٢٠١٥) بهذا الصدد أن الكفاءة الذاتية وأبعادها المختلفة لدى الأفراد تتأثر بدافعية المتعلمين، ومعتقداتهم حول مدى قدرتهم على التخطيط، ووضع الأهداف والسعي لتحقيقها، ومستوى طموحهم العالي، والسعي نحو الكمال. ولعل هذه الخصائص من أهم الخصائص التي تميز الطلبة المتفوقين دراسياً.

وثانيها: بأن الكفاءة الذاتية وأبعادها من الأبنية المعرفية والخصائص النفسية التي يمكن تطويرها وتغييرها من خلال التدريب، حيث يشير (المحسن، وأحمد، ٢٠١٦) بأن التدريب والبرامج الإرشادية المنظمة والقائمة على الأسس العلمية والفنيات الإرشادية المتنوعة، تساهم بتزويد الأفراد بمهارات التواصل الاجتماعي وتعزيز الشعور بالإنجاز الأكاديمي وتقدير الذات العالي لديهم، وتحسين قدراتهم على الضبط والالتزان الانفعالي، وحسن التصرف في المواقف الاجتماعية والعاطفية، مما يساهم بتوظيف هذه المهارات في الممارسات السلوكية في المجالات الحياتية المختلفة، كما أنها ترتبط بشكل كبير بما لدى الفرد من مرونة معرفية واجتماعية وعاطفية، وهذه عادة ما تكون من الخصائص العامة التي يتصف بها الطلبة المتفوقون، وهذا ما ساهم في تحسين مستوى الاستفادة من البرنامج الإرشادي لدى المجموعة التجريبية التي خضعت للتدريب والمعالجة الإرشادية.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسات التي استخدمت المنهج التجريبي والبرامج الإرشادية؛ كدراسة عطية (٢٠١٧) التي هدفت للتحقق من فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تحسين مهارات تنظيم الذات لدى التلاميذ المتفوقين دراسياً، ودراسة العبيدي وسهيل (٢٠١٢) التي هدفت إلى اختبار فاعلية أثر برنامج إرشادي مقترح في تنمية الوعي الذاتي لدى الطلاب المتفوقين دراسياً؛ حيث أظهرتا أن القياس البعدي كان لصالح مجموعة التجريب، وهذا ما يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي الانتقائي المطبق في الدراسة على المجموعة التجريبية.

نتائج الفرضية الثانية وتفسيرها:

نصت الفرضية على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الكفاءة الذاتية وأبعاده الفرعية (الكفاءة الأكاديمية، والاجتماعية، والمعرفية، والانفعالية والعاطفية) لصالح القياس البعدي. وللتأكد من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون

"Welcoxon test" لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات مجموعتين مرتبطتين؛ والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٧) دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الكفاءة الذاتية

البعده	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة اتجاه الإشارة	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
الكفاءة الأكاديمية	قبلي	٠,٠٠	٠,٠٠	٠(-)	٣,٤٢٢-	٠,٠٠١
	بعدي	٧,٠٠	١٢٢,٤٩	١٢(+)		
الكفاءة الاجتماعية	قبلي	٧,٠٠	٧,٠٠	١(-)	٣,٠١٣-	٠,٠٠٣
	بعدي	٩,٠٧	١١١,٠٠	١١(+)		
الكفاءة المعرفية	قبلي	٠,٠٠	٠,٠٠	٠(-)	٣,٣٣٤-	٠,٠٠١
	بعدي	٨,٤٨	١٠٨,٠٠	١٣(+)		
الكفاءة الانفعالية	قبلي	٠,٠٠	٠,٠٠	٠(-)	٣,٤٠٠-	٠,٠٠١
	بعدي	٧,٠٠	١١٩,٠٠	١٤(+)		
الكفاءة العاطفية	قبلي	٠,٠٠	٠,٠٠	٠(-)	٣,٤١٩-	٠,٠٠١
	بعدي	٩,٠٠	١١٧,٠٠	١٤(+)		
الدرجة الكلية	قبلي	٠,٠٠	٠,٠٠	٠(-)	٣,٤١٦-	٠,٠٠١
الكلية	بعدي	٧,٠٠	١١٩,٠٠	١٦(+)		

يتضح من الجدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الطالبات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الكفاءة الذاتية، وأبعاده الفرعية (الكفاءة الأكاديمية، والاجتماعية، والمعرفية، والانفعالية والعاطفية) عند مستوى دلالة (٠,٠١) باتجاه القياس البعدي. كما يلاحظ أن متوسط رتب الإشارات السالبة أقل من متوسط رتب الإشارات الموجبة، وهذا ما يدل على أن متوسط درجات الكفاءة الذاتية العامة لدى المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج أعلى من متوسط درجات الكفاءة الذاتية العامة قبل تطبيق البرنامج، وهذا ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين

القبلي والبعدى باتجاه القياس البعدى, وبهذا تحقق الفرض الثاني، وهذا ما يؤكد أيضاً أن التحسن الحاصل للمجموعة التجريبية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي، يعود لمجموعة الفنيات والمثيرات والإجراءات التي تم استخدامها أثناء تطبيق الجلسات الإرشادية على العينة التجريبية.

النتائج المتعلقة بالفرض الثالث ومناقشتها وتفسيرها:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدى والتبعي (بعد شهر ونصف من انتهاء تطبيق البرنامج) على مقياس الكفاءة الذاتية وأبعاده الفرعية (الكفاءة الأكاديمية، والاجتماعية، والمعرفية، والانفعالية والعاطفية). ولتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون "Wilcoxon test" لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات بين مجموعتين مترابطتين، والجدول (٨) يوضح ذلك:

جدول (٨) دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين

البعدى والتبعي على مقياس الكفاءة الذاتية العامة

البعد	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة اتجاه الإشارة	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
الكفاءة الأكاديمية	بعدى	٠,٠٠	٠,٠٠	٠(+)	١,٣٤٢ -	٠,١٨٠
	تبعي	١,٥٠	٣,٠٠	٢(-)		
الكفاءة الاجتماعية	بعدى	٠,٠٠	٠,٠٠	٠(+)	١,٤١٤	٠,١٥٧
	تبعي	١,٥٠	٣,٠٠	٢(-)		
الكفاءة المعرفية	بعدى	٠,٠٠	٠,٠٠	٠(+)	٠,٠٠٠	١,٠٠٠
	تبعي	٠,٠٠	٠,٠٠	٠(-)		
الكفاءة الانفعالية	بعدى	٠,٠٠	٠,٠٠	٠(+)	٠,٠٠٠	١,٠٠٠
	تبعي	٠,٠٠	٠,٠٠	٠(-)		

			٤(+)	١٠,٠٠	٢,٥٠	بعدي	
٠,٠٦٦	١,٨٤١ -		٠(-)	٠,٠٠	٠,٠٠	تبعي	الكفاءة العاطفية
			٣(+)	١٠,٠٠	٢,٥٠	بعدي	الدرجة
٠,٩١٦	٠,١٠٥ -		٦(-)	١١,٠٠	٥,٥٠	تبعي	الكلية

يتضح من جدول (٨) فروق غير دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي على مقياس الكفاءة الذاتية العامة الكلي وأبعاده الفرعية (الكفاءة الأكاديمية، والاجتماعية، والمعرفية، والانفعالية والعاطفية). وبهذه النتيجة يكون قد تحقق الفرض الثالث من فروض الدراسة.

وتفسر هذه النتيجة المتعلقة باستمرارية تأثير البرنامج الإرشادي الذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية، وما تضمنه من مهارات وفتيات إرشادية متنوعة، قائمة على عدد من النظريات الإرشادية، مما كان لها الأثر الكبير في التأثير على الممارسات السلوكية المتعلقة بأبعاد الكفاءة الذاتية التي استهدفت بهذه الدراسة. وتؤكد هذه النتيجة على أهمية الإرشاد الانتقائي في البرامج الإرشادية ودورها في تحقيق الأهداف المرجوة منها، سواءً أكانت مستهدفة في تحسين وتعزيز سلوكيات معينة، أو خفض ممارسات سلوكية لدي الفئات المستهدفة، أو تشكيل سلوكيات جديدة. ولعل استمرارية حالة التحسن في أبعاد الكفاءة الذاتية التي استهدفتها البرنامج الانتقائي، وعدم حدوث تراجع لدى المجموعة التجريبية - خير دليل على فاعلية البرنامج وتحقيق أهداف الدراسة الحالية.

وتتفق هذه النتائج مع العديد من الدراسات التي استخدمت البرامج الإرشادية الانتقائية، ودورها في تحسين الخصائص النفسية لدى الفئات المستهدفة. كما تتفق مع الأطر النظرية التي جاء بها العالم ثورن (Thorn) رائد أسلوب الإرشاد الانتقائي من حيث إنه أحد أهم الأساليب الإرشادية التي تناسب الطلبة المتفوقين دراسياً، كونه يتيح فرصة اختيار الفتيات والاستراتيجيات الإرشادية، بما يتوافق مع الخصائص والقدرات والاتجاهات للطلبة المتفوقين دراسياً. كما أكد (سري، ٢٠٠٠) على أهمية الإرشاد الانتقائي التكاملي في تناوله

لأبعاد المعالجة الإرشادية بشكل تكاملي، وتقديم المعرفة النفسية بشمولية؛ مما يساهم في التأثير المباشر على تحقيق الهدف المراد الوصول إليه من تطبيق البرنامج، واختيار الفنية الإرشادية المناسبة، وهذا ما أكده أبو عراد (٢٠٠٩) من حيث إن الإرشاد الانتقائي أحد الأساليب الإرشادية القائم على إتاحة المجال للأخصائي النفسي باختيار فنياته وأسابيه الإرشادية من عدد من النظريات الإرشادية، بما يتناسب مع الفئة المستهدفة والسلوك المستهدف، بدلاً من تقييد نفسه بنظرية معينة.

التوصيات:

- ١- تبني البرنامج الإرشادي الحالي من قبل الأخصائيين النفسيين في المدارس، والاستفادة منه في عملهم الإرشادي مع فئات الطلبة المتفوقين والموهوبين.
- ٢- توجيه الباحثين وطلبة الدراسات العليا باتجاه الدراسات ذات المنهج التجريبي، التي تتناول الطلبة الموهوبين والمتفوقين؛ حيث لوحظ شح في هذه الدراسات التجريبية مقارنة بالدراسات المسحية والارتباطية.
- ٣- ضرورة استهداف العديد من المتغيرات السلوكية والنفسية الأخرى لدى الطلبة الموهوبين والمتفوقين، للمراحل التعليمية المختلفة من خلال برامج إرشادية منظمة ومدروسة.
- ٤- ضرورة الاهتمام بتقديم الخدمات الإرشادية الوقائية والنمائية والعلاجية لفئات الطلبة الموهوبين والمتفوقين، من خلال تحديد ومسح الاحتياجات الإرشادية له بما يتوافق مع التغيرات التكنولوجية والاجتماعية والسلوكية والمهنية والاقتصادية.
- ٦- تبني البرنامج الإرشادي الانتقائي الحالي وتطبيقه على عينات من الطلبة الموهوبين والمتفوقين من فئة الذكور.

قائمة المراجع

المراجع باللغة العربية:

- الجهورية، فاطمة والظفيري، سعيد (٢٠١٧)، *علاقة الكفاءة الذاتية الأكاديمية بالتوافق النفسي لدى طلبة الصفوف من ٧-١٢ في سلطنة عُمان*، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، ٦٢ (١)، ١٦٣-١٧٨.
- يعقوب، نافذ (٢٠١٢)، *الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب كليات امعة الملك خالد ببيشه- المملكة العربية السعودية*، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٣ (٣)، ٧١-٩٨.
- اليوسف، رامي (٢٠١٣)، *المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة والتحصيل الدراسي العام لدى عينة طلبة المرحلة المتوسطة في منطقة حائل بالمملكة العربية السعودية*، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢١ (١)، ٣٢٧-٣٦٥.
- بازياد، تركي (٢٠١٣)، *فعالية برنامج إرشادي في تنمية فعالية الذات لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك عبد العزيز، جدة.
- أبو حلاوة، محمد (٢٠٠٨)، *تعريف مقياس الكفاءة الاجتماعية: مراجعة لأدبيات المجال*، جامعة الإسكندرية، مصر.
- الددا، مروان (٢٠٠٨)، *فعالية برنامج مقترح لزيادة الكفاءة الاجتماعية للطلاب الحجولين في مرحلة التعليم الأساسي*، ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية غزة.
- أبو غالي، عطف (٢٠١٤)، *فاعلية برنامج تدريبي في تحسين الكفاءة لدى التلميذات المساء إليهن في مرحلة الطفولة المتأخرة*، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ١٠ (٣)، ٢٧٥-٢٩١.

-
- البادري، سعود بن مبارك (٢٠١٦)، *المراهقة: مطالبها، خصائصها، نظرياتها*، عُمان، دار وائل للنشر.
- حسين، طه عبد العظيم (٢٠١٣)، *الإرشاد النفسي: النظرية، التطبيق، التكنولوجيا*. عُمان، دار الفكر.
- العزة، سعيد وعبد الهادي، جودت (٢٠١٥)، *نظريات الإرشاد والعلاج النفسي*، عُمان، دار الثقافة.
- محمود، جيهان (٢٠٠٨)، *الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الجامعة، جامعة طيبة*.
- صيرة، دبي (٢٠١٧)، *الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتكيف المدرسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوية جابر بن حيان ببلدية المسيلة*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد بوضياف، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر.
- النويران، فرحان لافي وحدي، محمد نزيه (٢٠١٤)، *فاعلية برنامج إرشادي مستند للكفاءة الانفعالية في خفض سلوك العدوان وتحسين تقدير الذات لدى طلاب الصفوف الثامن والتاسع والعاشر في مدرسة الحلابات الغربي بالأردن*، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، (٣٤)، ٢٥١-٢٧٤.
- جولمان، دانيال (٢٠٠٠)، *الذكاء الانفعالي*، ترجمة ليلي الحبابي، الكويت، عالم المعرفة.
- الصقية، الجوهرة بنت إبراهيم (٢٠١٦)، *الكفاءة العاطفية وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدى أطفال ما قبل المدرسة*، مجلة العلوم التربوية، كلية التربية، جامعة الملك سعود، ٢٨ (٣)، ٣٥٣-٣٧٧.
- البهدل، دخيل محمد (٢٠١٤)، *الفاعلية الذاتية وعلاقتها بعوامل الشخصية لدى المرشدين الطلابيين الملتحقين بدبلوم الإرشاد والتوجيه ببعض الجامعات السعودية*، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٥ (١)، ١٣٩-١٧٧.
-

- سعادة، جودت (٢٠٠٣)، *تدريس مهارات التفكير*، عُمان، دار الشروق للنشر والطباعة.
- السواط، وصل الله بن عبد الله حمدان (٢٠١٥)، *فعالية برنامج تدريبي قائم على نظرية التعلم المستند إلى الدماغ في تنمية الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة وبعض عادات العقل لدى طلاب الجامعة*، مجلة كلية الآداب، جامعة بنها، مصر، ٤٠ (٣): ١، ١٥٢٠-١٥١٥.
- حرارة، نعمات عدنان عاطف (٢٠١٦)، *مقياس الخصائص السلوكية في القيادة للطلبة الموهوبين والمتفوقين في عينة أردنية*، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة العلوم الإسلامية العالمية، الأردن.

المراجع الانجليزية:

- Denham, S, Bassett, H & Zinsler, K (2012). Computerizing Social emotional Assessment for School Readiness : First Steps toward an Assessment Battery for Early Childhood Settings, *Journal of Applied Research on children* , 3(2) 77-89.
- Gargiulo, R. (2015). *Special Education In Contemporary society: An Introduction To Exceptionality*. (2 ed.), Thomson Wadsworth, Canada. Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (2006). *Toward a Psychology of Human Agency*. *Perspectives on Psychological Science*, 1(2), 164- 180.
- Gallant, D, J & Zhao, J, (2011), *high school student's perceptions of school counseling services awareness, use and satisfaction, counseling outcome research and evaluation*, 2 (1), p87-100

-
-
- Goroshit, M & Hen, m. (2014). Does Emotional Self- Efficacy Predict Teachers Self Efficacy and Empathy Journal of Training Studies,2(3), 26-32.
 - Holmes, E. (2016). Sources of Self- Efficacy Informationfor Writing: A Qualitative Inquiry. Master Dissertation, university of Nebraska.
 - Krishnan, V, (2011). Does Six of Children Matter in Developmental Outcomes, Teachers, Assessment of preschoolers, Social and Emotional Competence ,79 ,1622- 1632.
 - Muris, P. (2002). Self-Efficacy Questionnaire for Children. Journal of sychology and Behavioral Assessment,23, 145.
 - Shunk, H. (2003). Self- Efficacy for Reading and Writing: Influence of odeling, Goal Setting, and Self Evaluation. Reading and Writing Quarterly, 19,159- 172.
 - Wang, C. & Neihrat, M. (2015). Academic Self- Concepttand Academic Self- Efficacy: Self Beliefs Enable Academic Achievement of Twice- Exception Students, 37, 63- 73.