

The Effect of A Counseling Program Using Cognitive Reconstruction Style for Development Cognitive Flexibility for Secondary School Students

Jabbar Their Jabbar
Diyala University- College of Basic Education
basicpsyc_18tc@uodiyala.edu.iq

Doi: <https://doi.org/10.36473/kxb5kh24>



Copyright (c) 2024 Jabbar.T.Jabbar. This work is licensed under a [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

[Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

How to Cite

The effect of a counseling program using cognitive reconstruction style for development cognitive flexibility among Student sat Preparatory Stage. (n.d.). ALUSTATH JOURNAL FOR HUMAN AND SOCIAL SCIENCES, 63(4).
<https://doi.org/10.36473/kxb5kh24>

Received date: 19/08/2024
review: 09/09/2024
Acceptance date: 08/10/2024
Published date: 15/12/2024

Abstract::

The present research aims to find out the effect of a counseling program using cognitive reconstruction style for development cognitive flexibility among Student in the secondary schools. The researcher built the cognitive flexibility scale consisting of (30) items . The researcher used the quasi-experimental method, and the partial control design, the non-random selection control group design with pre- and post-test; as the scale was applied to the statistical analysis sample of (400) students. Then the researcher extracted the statistical characteristics of the scale. It was concluded that all items of the scale have a statistically significant differences and correlation. The validity and reliability of the scale were approved as the reliability coefficient by the test and retest method was (0.80), and the reliability value by the Cronbach's alpha method was (0.77). The scale consisted of (30) items. The researcher designed an indicative program using cognitive reconstruction style for Meichenbaum and applied on a sample of (10) students as an experimental group. The results revealed that there were statistically significant differences between the experimental and control groups in the post-test in favor of the experimental group. Considering these results, the researcher presented a number of conclusions, recommendations and proposals.

Key words: cognitive reconstruction - cognitive flexibility.

أثر برنامج إرشادي بأسلوب إعادة البنية المعرفية لتنمية المرونة المعرفية

لدى طلاب المرحلة الإعدادية

جبار ثاير جبار

جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية

basicpsyc_18tc@uodiyala.edu.iq

المخلص :

يهدف البحث الحالي إلى معرفة أثر برنامج إرشادي بأسلوب إعادة البنية المعرفية في تنمية المرونة المعرفية لدى طلاب المرحلة الإعدادية، قام الباحث ببناء مقياس المرونة المعرفية وقد تكون من (30) فقرة . استعمل الباحث المنهج شبه التجريبي، والتصميم الضبط الجزئي تصميم المجموعة الضابطة اللاعشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي و البعدي؛ إذ طبق المقياس على عينة التحليل الاحصائي البالغة (400) طالب، ثم استخرج الباحث الخصائص الاحصائية للمقياس، وتبين أن جميع فقرات المقياس تتمتع بتميز وارتباط دال إحصائياً، وتم التأكد من صدق المقياس وثباته، إذ بلغ معامل الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (0.80)، وبلغت قيمة الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (0.77)، واستقر المقياس على (30) فقرة بصورته النهائية، صمم الباحث برنامجاً إرشادياً بأسلوب إعادة البنية المعرفية للعالم Meichenbaum وطبق على عينة مكونة من (10) طلاب بوصفها مجموعة تجريبية؛ إذ توصلت نتائج التجربة إلى أن هناك فروقاً ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية، وفي ضوء تلك النتائج قدم الباحث عدداً من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية : إعادة البنية المعرفية - المرونة المعرفية.

أولاً: مشكلة البحث Research Problem:

انعكس الانفتاح المعرفي و التكنولوجي على ظهور الكثير من المواقف التي تتطلب التفكير بعمق و بطلاقة في شتى الحلول للتوصل إلى أنسبها، لذا فإنَّ ضعف المرونة المعرفية تنعكس على ظهور عدة مشكلات لدى الافراد المتعلمين، كالتبسيط الزائد و التجزئة و عدم القدر على ربط المعارف وعدم القدرة على نقل المعرفة الجديدة إلى المواقف الجديدة ، فالمعرفة تستعمل في سياقات متنوعة يجب أن تقدم بطرائق مغايرة للطرائق التقليدية (عبد العال، 2020، الصفحات 21 - 23) (Abdel Aal, 2020, pp. 21 - 23).

وقد اشارت دراسة (Schaie , Dutta & wills, 1990) إلى أن المرونة المعرفية جزء مهم من أبعاد الشخصية، وهي تتقل التغيير المفاهيمي و المثابرة في اكتساب أنماط جديدة من السلوك ، والتخلي عن أنماط قديمة ربما يقع على طرفيها التصلب المعرفي والجمود الفكري لدى الفرد مما تتولد لديه رغبة في الاعتماد على التبسيط و التسهيل و تجنب تحليل المواقف (schaie, Dutta, & Willis, 1991, p. 373).

وإنَّ عدم تمتع الفرد بالمرونة المعرفية تسبب أيضاً الحصار المعرفي الذي يمد الفرد بمعلومات محدودة عن المهمة، فلا يستطيع الاعتماد على أفكاره الجديدة، وأيضاً يؤدي ضعف المرونة المعرفية إلى عدة سلبيات، كالتضييق المعرفي والمقصود به تمسك الفرد بالقرار بعد أن أثبتت الأدلة خطأ استعمال النشاطات المعرفية نفسها لمواجهة أي مهمة دراسية أو حياتية، أما الانخفاض المعرفي فالمقصود به تدني مستوى العمليات المعرفية العقلية للفرد وعدم قدرته على التفاعل المعرفي مع

الموقف بطريقة مرنة؛ بسبب انخفاض الامكانيات التي تولد القدرة على التغييرات اللازمة للتحويل و التبديل في وجهات النظر (محي و حسن، 2021، صفحة 4) (Muhi & Hassan, 2021, p. 4). وقد هدفت دراسة (Remer & Bversdorf, 2010) إلى معرفة أثر الضغوط النفسية على المرونة المعرفية ؛ إذ بينت أنّ الضغوط لها أثر كبير على ضعف المرونة المعرفية ؛ إذ تؤدي الضغوط إلى تباعد الأحداث وعدم وجود أثر مهمات التذكر الفعال، مما يؤدي إلى صعوبة في مواجهة المهمات التي تحدث عند الفرد (Rnner & Bversdorf, 2010, pp. 293 – 294).

ولما كانت شريحة طلاب المرحلة الاعدادية جزء مهم من فئات المجتمع، ولأهمية هذه المرحلة ، فإنه تحسب بوجود مؤشرات دالة ضعف المرونة المعرفية لدى طلاب المرحلة الاعدادية ، وانطلاقاً من المعلومات التي وضحت في أعلاه عن أثر ضعف المرونة المعرفية ؛ لذا أراد الباحث التحقق من احساسه، وأيضاً من خلال الزيارات الميدانية لمدارس مديرية التربية في أثناء فترة تطبيق طلبة الجامعة للمرحلة الرابعة، فعند تنفيذ النشاطات الإرشادية لاحظت أنّ عدد كبير من طلاب المرحلة الاعدادية يستعملون الطريقة التقليدية في معالجة المعلومات لغرض ايجاد الحلول الملائمة للمواقف الضاغطة التي يتعرضون لها، وعدم قدرتهم على إنتاج طرائق متعددة لحل المشكلات، ولا يمتلكون مخططات معرفية ، وهناك ضعف واضح في مستوى تفكير الطلاب، فهذا يدل على وجود ضعف في المرونة المعرفية لدى الطلاب فمن هنا كانت نقطة انطلاق الباحث وهي الإجابة عن السؤال الآتي : هل للبرنامج الإرشادي بأسلوب إعادة البنية المعرفية أثر في تنمية المرونة المعرفية لدى طلاب المرحلة الاعدادية؟

ثانياً: أهمية البحث Research Important:

إنّ الإرشاد النفسي هو أحد فروع علم النفس التي تعنى بالجانب التطبيقي، إذ يهتم بمساعدة الافراد على حل مشكلاتهم او الوقاية من بعض المشكلات المتوقعة او تنمية المهارات الاساسية في حياتهم اليومية و يكتشف قدراته ليفهم ذاته ، و يتعلم كيفية التعامل مع الحياة بواقعية (الحريري و الامامي، 2011، صفحة 57) (Al- Hariri & AL- Amami, 2011, p. 57).

ويتوقف نجاح العملية الإرشادية على العلاقة الإرشادية بين شخصين أحدهما مؤهل ولديه معلومات و مهارات تدريبية وهو المرشد و الآخر يعاني من مشكلة ويحتاج إلى شخص يساعده على اتخاذ القرار المناسب لحل مشكلته (التميمي، 2023، صفحة 191) (Al- Tamimi, 2023, p. 191).

والجدير بالذكر أن تصميم البرامج الفعالة و اختيار الاسلوب المناسب ، ولا شك أن اختيار الاسلوب المناسب لعملية الإرشاد يجب أن يتم بعناية فائقة لكي تتلاءم مع المشكلة القائمة، وطبيعة المسترشد وبيئة الإرشاد ويجب على المرشد أن يكون مدركاً لهذه العوامل جيداً، ولاسيما المسترشد الذي يحيط به العديد من المؤثرات التي تؤثر في نجاح عملية الإرشاد (ابو اسعد و الازايدة، 2015، صفحة 43) (Abu Asaad & AL-Azaydeh, 2015, p. 43).

ويعد أسلوب إعادة البنية المعرفية من الأساليب المعرفية الذي انبثق من خلال فرضيتين هما تتدفق سلوكيات هزيمة الذات، إما من خلال تطوير أفكار الخاطئة أو تفكير غير عقلائي لدى الفرد او العبارات الذاتية الهازمة وبأن التفكير الفرد الخاطيء والعبارات الذاتية الهازمة للذات يمكن تغييرها وذلك بتغيير أفكار الفرد أو وجهات نظرة حول نفسه، وأيضاً يستخدم المرشدون أسلوب إعادة البناء المعرفي مع المسترشد إلى المساعدة في استبدال أفكارهم وتفسيراتهم السلبية بأفكار وأفعال أكثر ايجابية (برادلي، 2012، صفحة 315) (Bradly, 2012, p. 315).

والهدف من أسلوب إعادة البنية المعرفية أن يقوم المرشد على تصحيح المفاهيم والإشارات الذاتية وتركيز على مساعدة الفرد في التغلب على الإدراكات الخاطئة وخداعات الذات والإحكام الخاطئة (ابو اسعد ي.، 2009، صفحة 233) (Abu Asaad Y. , 2009, p. 233).

تعد المرونة المعرفية بمثابة مفتاح الكفاية في الحياة اليومية من حيث تمكن الفرد من ضبط وتكييف سلوكه لمواجهة مطالب التغيير في البيئة المحيطة ، فهي ذات أهمية في حل المشكلات و السلوك الابتكاري وتمكن الفرد من استعمال استراتيجيات التنظيمية لتحقيق الموازنة من متطلبات البيئة المتغيرة (Kloo, Josef, Aichorn, & Schmidhuber, 2010, p. 208).

والجدي بالذكر بأنَّ للمرونة المعرفية أهمية كبيرة أيضا في تمكين الفرد على نقل المعلومات و قدرة الفرد على تغيير زاوية تفكير الفرد في أثناء قيامه بالنشاطات المختلفة إلى درجة السهولة التي يغير بها موقفا ما، وفي أفكاره و التنوع فيها وقدرته على التنقل من فكرة إلى أخرى دون التقيد باطار محدد باطار معين حول الموقف الذي يواجهه الفرد (رشوان و عبد السميع، 2017، صفحة 7) (Rashwan & Abdel Samee, 2017, p. 7)

و تتجلى أهمية الدراسة الحالية من محورين الآتيين:

• الأهمية النظرية:

- إثراء مجال الارشاد بمعلومات حول متغير له أثر على تحسين مستوى تفكير الطلاب لمعالجة المعلومات الجديدة و ربطها بالمعلومات السابقة لتشكيل حقائق ترتبط بتعلم المعرفة الجديدة .
- تفتح هذه الدراسة الأفق أمام الباحثين للبحث لإجراء دراسات في موضوع (المرونة المعرفية) لكونها تتيح الطلاب تغيير زاوية تفكيرهم وبناء مهارات لمواجهة المواقف وتمكنهم من اتخاذ القرار لحل المشكلات التي تواجههم.
- تساعد هذه الدراسة أن نجح البرنامج الإرشادي المرشدين في وزارة التربية لمساعدة طلاب المرحلة الاعدادية على تنمية المرونة المعرفية بوصفها مرتبطة مع طرائق تفكيرهم.

• الأهمية التطبيقية:

- تزود الدراسة الحالية الباحثين والمرشدين بمقياس تم إعداده على وفق نظرية المرونة المعرفية لقياس مستوى المرونة المعرفية.
- تزود المرشدين التربويين ببرنامج إرشادي معتمد على أسلوب إعادة البنية المعرفية لتنمية المرونة المعرفية في حالة نجاح البرنامج.

ثالثاً: هدف البحث Research Objectives:

يهدف البحث الحالي إلى معرفة أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب إعادة البنية المعرفية لتنمية المرونة المعرفية لدى طلاب المرحلة الاعدادية من خلال التحقق من صحة الفرضيات التالية :-

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس المرونة المعرفية.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين رتب درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس المرونة المعرفية.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس المرونة المعرفية

رابعاً: حدود البحث Research Limits:

يتحدد البحث الحالي بطلاب المدارس الاعدادية في قضاء بعقوبة المركز / العام الدراسي (2021-2022) - الدراسة الصباحية.

خامساً : تحديد المصطلحات Definition Terms:

1-الأثر: "بأنه محصلة تغير المرغوب فيه أو غير المرغوب فيه يحدث في المتعلم نتيجة عملية التعليم" (شمل، 2022، صفحة 309) (Shamal, 2022, p. 309)

2-البرنامج الإرشادي : عرفه بوردرز ودراري (Borders &Drury, 1992)

مجموعة من الأنشطة يقوم بها المسترشدون في تفاعل وتعاون بما يعمل على توظيف طاقتهم وإمكاناتهم فيما يتفق مع ميولهم وحاجاتهم واستعداداتهم في جو يسوده الامن والطمأنينة وعلاقة الود بينهم وبين المرشد (Borders & Drury, 1992, p. 461)

- التعريف بالنظري للباحث : تبنى الباحث تعريف (Borders & Drury, 1992) . لأنه ينسجم مع هدف البحث الحالي في بناء البرنامج الإرشادي.

• التعريف الإجرائي : هو مجموعة الأنشطة والفنيات التي يستخدمها الباحث وفق خطوات منظمة (تحديد حاجات المسترشدين - صياغة الاهداف - تحديد الاولويات - تحديد عناصر البرنامج - تحديد النشاطات - تقويم كفاءة البرنامج) وهي تستند إلى إطار نظري لغرض تحقيق هدف البحث الحالي باستعمال اسلوب اعادة البناء المعرفي.

3-أسلوب إعادة البنية المعرفية: عرفه (باترسون ، 1990)

هو اسلوب يستعمل إلى إظهار الشكل المنظم للتفكير يعمل على ضبط المخططات و طريقة اختيار الافكار من خلال الامساك بأصول التفكير ويحدث التعديل من تغيرات البنيوية من خلال الاندماج بين البنية القديمة و الجديدة أو عن طريق الازاحة بينهما (باترسون، 1990، صفحة 122) (Patterson, 1990, p. 122).

التعريف النظري: اعتمد الباحث تعريف (باترسون ، 1990) في هذا البحث لتصميم وتطبيق البرنامج الإرشادي.

• التعريف الاجرائي: هي الفنيات و الاستراتيجيات (تقديم الموضوع - الحوار والمناقشة ، التعليمات الذاتية ، الحوار الداخلي، عزل الافكار ، التعزيز الاجتماعي ، التغذية الراجعة، التدريب البيئي ، التقويم البنائي ، التدريب البيئي)، التي ستفقد في الجلسات.

4-المرونة المعرفية cognitive flexibility:

عرفها (Spiro , 1988)

القدرة على إعادة بناء المعرفة بعدة طرق وبشكل تلقائي و تكييف الاستجابات للمتغيرات المختلفة التي يتطلبها الموقف (Spiro, 1988)

التعريف الإجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطلاب عند إجاباتهم على مقياس المرونة المعرفية الذي اعده الباحث.

أولاً: مفهوم المرونة المعرفية *cognitive flexibility*:

يعد مفهوم المرونة المعرفية من المفاهيم الحديثة نسبياً ، ويطلق عليها مفهوم المرونة العقلية الانتباهية ، وتعتبر المرونة المعرفية من العلامات المميزة للذكاء الانساني إلا أنه لا يوجد اتفاق على المقصود به نظراً لاختلاف وجهات النظر للمرونة المعرفية باختلاف المجالات والاهتمامات (Timarova, & Salaets, 2011, p. 35) . وتشير المرونة المعرفية إلى وعي الفرد بأنه في أي موقف توجد خيارات وبدائل متاحة واستعداده ورغبته في ان يكون مرناً متكيفاً مع ما يمر به من مواقف ، ولديه الكفاءة الذاتية واعتقاد في قدرته على ان يكون مرناً حتى في حالة وعي الفرد ببدائل السلوك في الموقف وقناعته في قدرته على تحقيق السلوك الصحيح (Martin & Anderson, 2011, pp. 275 - 280) .

وقد اشار (Spiro & Jehng, 1990) إلى أن المرونة المعرفية تكمن في قدرة الفرد على اعادة تنظيم بناؤه المعرفي بطرق عديدة لتكييف استجاباته لمواجهة التغيرات الطارئة في متطلبات الموقف التي يتعرض لها ، وهي وظيفة لكل من الطريقة التي يتم بها تمثيل المعلومات و العمليات التي تتم على تلك التمثيلات العقلية (Spiro, & Jehng, 1990). ويتم التركيز على تحليل مرونة العمليات المعرفية كالمرونة في التصنيف و المرونة اللفظية و المرونة التعبيرية و المرونة الاستقرائية ، وتعتبر المرونة في هذه المجالات خاصية للعملية المعرفية ، ويتضح امكانية اعتبار ان المرونة المعرفية جانب عقلي وجانب أدائي و المكون الادائي يختص بصورة اكبر بكيفية الاداء بطريقة غير معتادة ، والذي يعتمد على الجانب العقلي المتمثل وعي الفرد بالبدائل وقدرته على اختيار البديل الصحيح والمناسب للموقف، وفي حالة صعوبة الاختيار وعدم وضوح البدائل فان الفرد يسعى لتكييف سلوكه مع الموقف ويحاول تغيير طرائق تفكيره وصولاً إلى السلوك المناسب (رشوان و عبد السميع، 2017، صفحة 15) (Rashwan & Abdel Samee, 2017, p. 15).

• نظرية (Spiro , 1988)المفسرة للمرونة المعرفية:

تعد المرونة المعرفية هي السبب الحقيقي الكامن وراء تفوق الافراد الجيدين؛ وذلك لأنها تعبر المولد الفعلي للحلول و الافكار و البدائل و الفرص المتاحة ، هي فن معالجة معلومات بيعنها على خلاف الطريقة التقليدية ، وقد تضمن نظرية المرونة المعرفية Spiro عدد من المبادئ الاساسية وهي:

- 1- تجنب التبسيط الزائد يقصد بهذا المبدأ تأكيد على التخلص من التشابك و الترابط بين المفاهيم.
 - 2- التأكيد القائم على الحالة يقصد بهذا المبدأ ضرورة تقديم عدد متنوع من الحالات تعمل بمثابة تطبيقات للمعرفة.
 - 3- تقديم المعرفة بطرائق متعددة يقصد بهذا المبدأ تقديم المعرفة بطرق متعددة واعطاء الفرصة للأفراد لكي يقدموا ما فهموه بطريقتهم .
 - 4- تقديم المحتوى بطرائق متعددة لمساعدة الافراد على تكوين المخططات المعرفية و التي تحتوي على معارف واقعية و اجرائية .
 - 5- دعم المعرفة المعتمدة على السياق ضرورة تقديم المعرفة للأفراد من خبراتهم التي يمرون بها ومن واقع حياتهم التي يعيشونها .
 - 6- إسناد المعرفة (الترابط) من خلال الابتعاد عن اكتساب الافراد معارف متجزأة بعيدة عن سياقها ، إذ انهم يحتاجون إلى تعرفهم على التناقضات من خلال تطبيق المعرفة في سياقات مختلفة و بالتالي عرضها من وجهات نظر مختلفة.
- وقد بين Spiro أبعاد المرونة المعرفية من خلال الآتي :

■ المرونة التكيفية : والتي تشير إلى قدرة الفرد في وجهته المعرفية ، وتظهر من خلال مواجهة الفرد مواقف الحياة العملية التي تكون بمثابة مشكلات ، والوصول إلى حلول غير تقليدية لتلك المشكلات.

■ المرونة التلقائية : وتعرف بأنها قدرة الفرد على وضع أكبر عدد من البدائل و الأفكار المتنوعة حول موقف واحد ، والانتقال من فكرة إلى أخرى حول الموقف ، ومدى تنوع الأفكار و الحلول التي ينتجها الفرد دون تعقيد ووضع Spiro نظرية كرد على ظاهرة التحيز في المعلومات التي تنتج من تبسيط الزائد و تجزئة الأفكار المعرفية فالتكرار وحده لا يمكن ان يكون لإفراد اسس معرفية قوية والتي تحتاجونها للنجاح في التعامل مع السياقات البيئية المعقدة ، ويرى Spiro انه لكي ننمي مهارات المعالجة المعرفية المرنة لدى المتعلمين يجب ان نقدم لهم المعرفة بطرق متنوعة مع التأكيد على بناء المعرفة على مستويات التعليم المتقدمة. (Spiro, 1988) ، (المياحي و راضي، 2019، الصفحات 78 – 79) (AL- Mayahy & Radi, 2019, pp. 78 – 79).

● مسوغات اختيار نظرية (Spiro , 1988) :

- اعطت رؤية واضحة وفسرت مفهوم المرونة المعرفية.
- مكنت الباحث من معرفة مجالات تكوين المرونة المعرفية.
- تتناسب مع الاسلوب المعتمد من قبل الباحث ، إذ يعتبران من الاتجاه المعرفي.

ثانياً: اسلوب اعادة البنية المعرفية cognitive reconstruction style :

إن أسلوب إعادة البناء المعرفي أحد أساليب الارشاد المعرفي السلوكي بل يسعى تصحيح و تعديل الأفكار والاتجاهات البنى المعرفية التي فيها تلكؤ وظيفي تؤدي إلى السلوك المضاد، وعدم قدرة الفرد على التعامل لمواجهة خبرات الحياة وتعطل التناغم الداخلي فتنتج عنها ردود فعل انفعالية زائدة ناتج عن خبرات ومعارف خاطئة (باطة، 2003، صفحة 278) (Baza, 2003, p. 278) ويستعمل مصطلح إعادة البنية المعرفية للإشارة إلى النماذج المعرفية التي تشمل محاولة تعديل الأفكار من خلال الحوار الداخلي الايجابي (عبد الرزاق، 2013، صفحة 54) (Abdul Razzaq, 2013, p. 54)

● فنيات أسلوب البنية المعرفية:

1- الحوار الداخلي : توصل Meichenbaum إلى إن الحديث الايجابي مع النفس له دور كبير في عمليات التعلم وجعل يتحدثون إلى أنفسهم ويقومون بتوجيه تعليمات لأنفسهم لكي يغيروا من سلوكياتهم ويشير إلى أن تعديل السلوك يمر بطريق متسلسل في الحديث يبدأ بالحوار الداخلي عند الفرد وبناءاته المعرفية ويرى Meichenbaum بأن حدوث تفاعل بين الحوار الداخلي الجيد عند الفرد وبناءاته المعرفية هو السبب المباشر في عملية تغيير سلوك الفرد ، وهذا يغير في البناء المعرفي بطريقة يسماها Meichenbaum بالدائرة الخيرة (الشمري و التميمي، 2012، صفحة 297) (Al-shammari & Al-Tamimi , 2012, p. 297).

2- عزل الأفكار : هو تعليم أفراد المجموعة الإرشادية التمييز بين الأحداث الواقعية وبين قراءته التأويلية الخاصة به و يسعى المرشد إلى مجادلة المسترشد حول الأفكار للاعقلانية والتي ساهمت في نشأة المشكلات التي يعاني منها والمرشد لا يقوم بذلك لوحده بمعنى أن المسترشد لا يقف موقفا سلبيا في هذه العملية بل أن المرشد يعلم المسترشد كيف يقوم بذلك مستقبلا لوحدة من خلال اكتشاف طرق التفكير والمسلمات والمعتقدات التي يؤمن بها ويبنى عليها أنماط سلوكه (نصار، 2007، صفحة 116) (Nassar, 2007, p. 116)

3- التعليمات الذاتية : إن التعليمات الذاتية والأحداث الذاتية تحدد الطريقة التي يتأثر بها الفرد كما تحدد طريقة تعامله معه، فالقلق يرتبط في مستواه بالتقديرات والأحداث الذاتية المتعلقة بالمواقف ترتبط بالتركيز على الذات وعلى الموقف الخارجي مما ينتج عنه تعامل فعال ومواجهة مثمرة فقد ثبت وجود علاقة بين التعليمات الذاتية والحالة المزاجية ، وهناك أدلة كثيرة تثبت العلاقة بين التفكير والتعليمات الذاتية من جهة وبين السلوك وردود الفعل الجسمية من جهة أخرى (فرهود، 2017، الصفحات 102 – 105) (Farhoud, 2017, pp. 102 – 105).

منهجية البحث وإجراءاته:

أولاً: منهج البحث Research Methodology:

لغرض تحقيق أهداف البحث اتبع الباحث منهج شبه التجريبي وهو مجموعة من الخطوات و القواعد العامة للوصول إلى الحلول المناسبة لمشكلة البحث (العاني، 2014، صفحة 16) (Al-Ani, 2014, p. 16)

ثانياً: التصميم التجريبي Experimental design: يقصد به المخطط علمي يساعد الباحثين في الحصول على اجابات لعدد من الاسئلة ، ووضع الفرضيات فهو الهيكل الاساسي للتجربة (العيسوي، 2000، صفحة 80) (Al-Eiswi, 2000, p. 80)

ومن المعروف ايضاً أن البحوث التجريبية يحدد فيها المتغير المستقل ومحاولة ضبط العوامل المؤثرة في التجربة، وكما يلاحظ تأثير المتغير المستقل في افراد المجموعة التجريبية ، ويعتبر التجريب من أقوى الطرق التي يمكن بواسطتها اكتشاف وتطوير المعارف عن طريق التنبؤ والحكم على الأحداث (ملحم، 2000، صفحة 421) (Malhm, 2000, p. 421)، وبناء على طبيعة البحث استعمل الباحث تصميم الضبط الجزئي تصميم المجموعة الضابطة اللاعشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي و البعدي.

ثالثاً: مجتمع البحث Population of Research:

يتكون مجتمع هذا البحث من (25) مدرسة بلغ عدد الطلاب (7964) / العام الدراسي 2021-2022.

رابعاً: عينة البحث Sample of Research:

اختار الباحث عينة التحليل الاحصائي بالطريقة العشوائية البسيطة والتي بلغت (400) طالبا من مجتمع البحث وكذلك تم اختيار العينة الاساسية لإجراء التجربة بمجموعتين التجريبية والضابطة والتي بلغت (20) طالبا بواقع (10) طلاب في كل مجموعة.

خامساً : اداتا البحث Tools of Research:

- بناء مقياس المرونة المعرفية :
- بناء برنامج ارشادي سيتم توضيحه في الفصل الرابع.
- مقياس المرونة المعرفية : اتبع الباحث خطوات (Allen & Yen, 1979, p. 90) في بناء الاختبارات و المقاييس وهي كالآتي:

■ تحديد مفهوم المرونة المعرفية:

تبنى الباحث تعريف (Spiro , 1988) للمرونة المعرفية بأنها القدرة على اعادة بناء المعرفة بعدة طرق وبشكل تلقائي و تكييف الاستجابات للمتغيرات المختلفة التي يتطلبها الموقف.

■ تحديد مجالات المقياس المرنة المعرفية :

- حددت مجالات مقياس المرونة المعرفية بمجالين في تكوينها للمرونة بحسب ما اشارة لها النظرية وهي كما يلي:-
- المرونة التكيفية : والتي تشير إلى قدرة الفرد في وجهته المعرفية ، وتظهر من خلال مواجهة الفرد مواقف الحياة العملية التي تكون بمثابة مشكلات ، والوصول إلى حلول غير تقليدية لتلك المشكلات.
- ثانياً : المرونة التلقائية : وتعرف بأنها قدرة الفرد على وضع اكبر عدد من البدائل و الافكار المتنوعة حول موقف واحد ، والانتقال من فكرة إلى اخرى حول الموقف ، ومدى تنوع الافكار و الحلول التي ينتجها الفرد دون تعقيد .

■ صياغة فقرات المقياس :

قام الباحث بصياغة (30) فقرة لمقياس المرونة المعرفية ، موزعة على مجالين باعتماد اسلوب المواقف اللفظية ، وقد وضع لكل فقرة ثلاث مواقف لفظية ؛ أي اصبح لكل مجال من مجالات المقياس (15) فقرة صيغت باسلوب المواقف اللفظية.

■ تعليمات المقياس :

أعد الباحث تعليمات المقياس وتضمن مثال يوضح كيفية الإجابة عن فقراته وحث المجيب على الدقة والسرعة في الإجابة على الرغم من أن زمن الإجابة غير محدد ، فضلا عن أن التعليمات تضمنت هدف المقياس بصورة ضمنية.

■ عرض المقياس على مجموعة من المحكمين:

قام الباحث بعرض الاداة بصورتها الاولية على مجموعة من المحكمين في تخصص الارشاد النفسي والتوجيه التربوي و علم النفس و القياس و التقويم لأبداء اراءهم و ملاحظاتهم على صلاحيته كل فقرة ، وحصل الباحث على نسبة اتفاق (80%) فاكثر لصلاحية المواقف مع اجراء بعض التعديلات الطفيفة فأصبح المقياس يتكون من (30) فقرة موزعه على مجالين.

■ التحليل الاحصائي لمقياس المرونة المعرفية:

1- القوة التمييزية:

ان الغرض من التحليل الاحصائي الحصول على بيانات لاجراء التحليل الفقرات المقياس ، وان اعتماد الفقرات التي تتمتع بالتمييز يجعل المقياس اكثر صدقا و ثباتا (النائب، 2023، صفحة 201) (AL- Naab, 2023, p. 201)، لذا قام الباحث بتفريغ البيانات لمقياس المرونة المعرفية من العينة الكلية التي تبلغ (400) طالب بعد جمعها ، وترتيب الدرجات الكلية التي حصل عليها أفراد العينة تنازليا ؛ ثم قام الباحث باختيار الـ(27%) العليا منها، والتي بلغ عدد أفرادها (108) فرداً ؛ وكذلك الـ(27%) الدنيا منها ، استعمل الباحث الاختبار التائي (T-Test) لعينتين مستقلتين لتعرف على دلالة الفروق لكل الفقرات عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (214) ، وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية والبالغة (1.96) اتضح ان جميع الفقرات دالة احصائيا وجدول (1) يبين ذلك.

جدول (1) القوة التمييزية ل فقرات المقياس باستعمال اسلوب المجموعتين المتطرفتين

الدالة المعنوية عند مستوى 0.05	القيمة المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
دالة	8.854	0.74233	1.5185	0.7637	2.4259	1
دالة	8.943	0.55690	1.3704	0.72553	2.1574	2
دالة	9.533	0.47461	1.2130	0.89085	2.1389	3
دالة	12.670	0.60020	1.4352	0.67569	2.5370	4
دالة	9.314	0.67512	1.4537	0.78201	2.3796	5
دالة	9.293	0.62403	1.3889	0.80022	2.2963	6
دالة	6.849	0.66217	1.4722	0.85542	2.1852	7
دالة	9.550	0.50431	1.2685	0.83722	2.1667	8
دالة	7.826	0.63222	1.4537	0.80109	2.2222	9
دالة	11.427	0.51626	1.2963	0.76913	2.3148	10
دالة	8.116	0.66217	1.3611	0.83675	2.1944	11
دالة	8.568	0.49991	1.2593	0.81326	2.0463	12
دالة	7.435	0.61838	1.3611	0.84647	2.1111	13
دالة	8.791	0.58738	1.3611	0.79082	2.1944	14
دالة	5.573	0.66250	1.4815	0.84093	2.0556	15
دالة	6.557	0.75499	1.5093	0.82088	2.2130	16
دالة	7.405	0.74233	1.5185	0.80022	2.2963	17
دالة	7.312	0.75298	1.5556	0.75453	2.3056	18
دالة	4.590	0.74111	1.5463	1.98349	2.4815	19
دالة	10.032	0.73970	1.5648	0.73883	2.5741	20
دالة	7.260	0.76371	1.5741	0.77339	2.3333	21

دالة	5.502	0.71107	1.7130	0.79524	2.2778	22
دالة	9.775	0.70324	1.5278	0.68882	2.4537	23
دالة	7.101	0.75910	1.6759	0.73548	2.3981	24
دالة	6.108	0.86962	1.8611	0.70355	2.5185	25
دالة	7.039	0.78934	1.7778	0.71695	2.5000	26
دالة	10.565	0.71544	1.5463	0.67512	2.5463	27
دالة	7.165	0.75916	1.7222	0.74111	2.4537	28
دالة	7.778	0.78068	1.7685	0.64791	2.5278	29
دالة	6.353	0.78714	1.8148	0.75482	2.4815	30

2- طريقة الاتساق الداخلي:

قام الباحث باستخراج معامل ارتباط بيرسون لمعرفة الاتساق الداخلي، وبعد موازنة معاملات الارتباط المحسوبة بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (0.098)، اظهرت النتائج ان الفقرات جميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (398)، وتم قبول جميع فقرات المقياس والجداول ادناه يبين ذلك:

جدول (2) معاملات الارتباط بين درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط	ت الفقرة	معامل الارتباط	ت الفقرة
0.4385**	16	0.428**	1
0.422**	17	0.476**	2
0.386**	18	0.487**	3
0.312**	19	0.528**	4
0.464**	20	0.470**	5
0.377**	21	0.486**	6
0.357**	22	0.440**	7
0.430**	23	0.468**	8
0.393**	24	0.448**	9
0.365**	25	0.504**	10

0.380**	26	0.433**	11
0.480**	27	0.453**	12
0.407**	28	0.461**	13
0.423**	29	0.466**	14
0.386**	30	0.385	15

جدول (3) معاملات الارتباط لعلاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي ينتمي اليه.

معامل الارتباط	ت الفقرة	المجال	معامل الارتباط	ت الفقرة	المجال
0.360**	1	المرونة التلقائية	0.469**	1	المرونة التكيفية
0.434**	2		0.508**	2	
0.442**	3		0.542**	3	
0.414**	4		0.552**	4	
0.529**	5		0.518**	5	
0.436**	6		0.528**	6	
0.434**	7		0.523**	7	
0.460**	8		0.522**	8	
0.433**	9		0.496**	9	
0.439**	10		0.572**	10	
0.410**	11		0.522**	11	
0.504**	12		0.528**	12	
0.485**	13		0.500**	13	
0.504**	14		0.507**	14	
0.443**	15		0.421**	15	

جدول (4) معاملات الارتباط مصفوفة ارتباط درجة المجال في درجة المجال

المرونة التلقائية	المرونة التكيفية	المجال
0.589**	1	المرونة التكيفية
1	0.589**	المرونة التلقائية

جدول (5) معاملات الارتباط درجة المجالات بالدرجة الكلية للمقياس

الدرجة الكلية	المرونة التلقائية	المرونة التكيفية	المجال
0.899**	0.589**	1	المرونة التكيفية
0.883**	1	0.589	المرونة التلقائية
1	0.883**	0.899**	الدرجة الكلية

■ الخصائص السيكومترية:

1- الصدق:

أ- الصدق الظاهري Face Validity: فقد قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء في مجال التخصص ، لأبداء آراءهم و ملاحظاتهم على صلاحيته كل فقرة مع المجال و المتغير المراد دراسته و إجراء التعديلات اللازمة ان وجدت، وقد اعتمد الباحث نسبة 80% فأكثر كنسبة لاعتماد قبول الفقرات ، وبذلك أصبحت الاداة جاهزة لقياس المتغير المراد قياسه.

ب- صدق البناء: قام الباحث بحساب صدق البناء من خلال خطوتين الاولى: القوة التمييزية لفقرات مقياس المرونة المعرفية والجدول (1) يبين ذلك ، و الثانية: الاتساق الداخلي للمقياس والجدول (2) و (3) و (4) و (5) تبين ذلك.

2- الثبات Stability:

استخرج الباحث الثبات بطريقتين هما طريقة الاختبار وإعادة الاختبار و بلغ (0.80) ، والثبات طريقة الفاكرونباخ بلغ (0.77) وهي معامل ثبات جيدة تدل على استقرار النتائج عند تطبيقها في عدة تجارب.

سادسا: تكافؤ المجموعات Group Equivalence:

تم تحديد العوامل المؤثرة على المتغير التابع (المرونة المعرفية) وعلى سلامة التجربة ، وتم إجراء التكافؤ بعدة متغيرات وهي (درجة الاختبار القبلي - العمر - التحصيل الدراسي للاب - التحصيل الدراسي للام - مهنة الاب - مهنة الام - عدد افراد الاسرة) بين المجموعتين ، وبهذا تم التحقق من السلامة الداخلية للبحث او الصدق الداخلي وكانت جميعها متكافئة للمجموعتين .

سابعاً: الوسائل الإحصائية Statistical Tools:

1- الحقيبة الإحصائية (spss).

البرنامج الإرشادي

أولاً : مفهوم البرنامج الإرشادي : هو مجموعة من الخدمات لمساعدة الأفراد، و لا يتم ذلك إلا بعد تحليل حاجاتهم وفق خطة بناءة ومنظمة معتمدة على اسس علمية من اجل تحقيق الصحة النفسية لهم (الخطيب، 2014، صفحة 277) (Al- Kahatib , 2014, p. 277)، فهو عملية مساعدة على تنمية الامكانيات و القدرات لأجل تحديد الاهداف وتحقيقها لتسحين نوعية الحياة في الحاضر قبولاً وقيمة وتجاوز احداث الماضي عن طريق مدربين ومؤهلين لهذه العملية (الكشكي و شعث، 2021، صفحة 5) (El keshky & Shaath, 2020, p. 5)

ثانياً: بناء البرنامج الإرشادي:

لقد اعتمد الباحث في بناء البرنامج الإرشادي الحالي على أساس انموذج (Borders &Drury, 1992) ،حيث يتكون البرنامج على وفق هذا الانموذج من عدة خطوات وهي على النحو الاتي:

1- تحديد حاجات المسترشدين للبرنامج الإرشادي:

قمت بالرجوع إلى تحليل فقرات المقياس والإطار النظري، وحددت حاجات المسترشدين بما يتعلق بالمرونة المعرفية ، من خلال تطبيق المقياس وتحديد الاستمارات التي بلغت اقل من الوسط الفرضي والبالغ (60) وتحويل جميع الفقرات إلى حاجات وعنوانات لجلسات البرنامج .

2- صياغة أهداف البرنامج الإرشادي:

حدد الباحث الهدف العام للبرنامج الإرشادي ككل هو تنمية المرونة المعرفية لدى طلاب المرحلة الاعدادية ، وهدف خاص لكل جلسة ، والاهداف السلوكية، وهي التي تعبر عن نواتج التعلم من معارف ومهارات وتكون قابلة للملاحظة و القياس.

3- اختيار الأولويات الجلسات الارشادية:

حددت الأولويات من خلال ترتيب الجلسات وفق أهمية كل جلسة وعلى وفق حاجات المجموعة الإرشادية ، وبالاعتماد على اراء المحكمين في تخصص الارشاد النفسي و التوجيه التربوي.

4- تحديد الأسس التي يقوم عليها البرنامج الإرشادي:

تعد الاسس التي يقوم عليها البرنامج ارشادي امراً بالغ الاهمية في تطبيق البرنامج الارشادي من طبيعة المشكلة التي يعاني منها المسترشدين، ايضاً و المرشد ودوره في البرنامج و مكان وزمان تنفيذ البرنامج وعينة التجربة والتي تكونت من (20) طالباً بواقع (10) لكل مجموعة.

5- تحديد الأنشطة وفعاليات البرنامج الإرشادي:

استعمل الباحث اسلوب اعادة البنية المعرفية الذي تم التطرق له في الفصل الثاني (الاطار النظري) واتبع الباحث المنهج النمائي في تصميم وتطبيق الجلسات الارشادية ، واعتمد الباحث الإرشاد الجمعي الغير مباشر وفق الحوارات والمناقشات في إدارة الجلسات الإرشادية، وتألّف البرنامج من (12) جلسة إرشادية والوقت المحدد لكل جلسة (45 دقيقة) .

6-تقويم كفاءة البرنامج الإرشادي:

استعمل الباحث التقويم التمهيدي وهو الاجراءات التي قام بها الباحث قبل اجراء التجربة ، وكذلك الاختبار القبلي ، والتقويم البنائي طبق في كل جلسة ، والتقويم النهائي او الختامي ويتمثل في الاختبار البعدي.

ثالثاً: الخطوات التي اتبعها الباحث في تطبيق البرنامج الإرشادي:

قمت باختيار عينة البحث (التجريبية والضابطة)، وتحديد التصميم التجريبي وكما يأتي: تم الالتقاء في جلسة افتتاحية بأفراد المجموعة التجريبية في يوم (الاثنين) الموافق (2022/2/21) للتعرف عليهم وتعريفهم بطبيعة البرنامج الإرشادي ، وتحديد مكان وزمان انعقاد الجلسات ، بأن يكون البرنامج جلستين في الأسبوع وتحديد يوم (الاثنين) الساعة (12:00) ظهراً ويوم (الاربعاء) الساعة (12:00) ظهراً من كل أسبوع ، وقد بلغت عينة اختيار المجموعتين التجريبية والضابطة (20) طالباً ممن حصلوا على درجات اقل من المتوسط الفرضي البالغ (60) درجة ، ويعد هذا بمثابة نتائج اختبار قبلي للمجموعتين، وموعد الاختبار البعدي يوم (الاثنين) الموافق (2022/4/4) والجدول (6) يبين ذلك:

جدول (6) الجلسات الإرشادية حسب اليوم والتاريخ والوقت وعنوان الجلسة والمدة الزمنية

تسلسل الجلسة	اليوم	التاريخ	الوقت	عنوان الجلسة	المدة الزمنية
الأولى	الاثنين	2022/2/21	12:00	الافتتاحية	45 دقيقة
الثانية	الاربعاء	2022/2/23	12:00	الوعي الذاتي	45 دقيقة
الثالثة	الاثنين	2022/2/28	12:00	الكفاءة الذاتية	45 دقيقة
الرابعة	الاربعاء	2022/3/2	12:00	الانتران الانفعالي	45 دقيقة
الخامسة	الاثنين	2022/3/7	12:00	التنظيم الذاتي	45 دقيقة
السادسة	الاربعاء	2022/3/9	12:00	حل المشكلات (أ)	45 دقيقة
السابعة	الاثنين	2022/3/14	12:00	حل المشكلات (ب)	45 دقيقة
الثامنة	الاربعاء	2022/3/16	12:00	تقبل الاخرين	45 دقيقة
		2022/3/21	عطلة		
التاسعة	الاربعاء	2022/3/23	12:00	اتخاذ القرار	45 دقيقة
العاشرة	الاثنين	2022/3/28	12:00	العمل التعاوني	45 دقيقة
الحادية عشر	الاربعاء	2022/3/30	12:00	تحقيق الاهداف	45 دقيقة
الثانية عشر	الاثنين	2022/4/4	12:00	الختامية	45 دقيقة

نموذج لجلسة مع ادارتها وفق أسلوب (اعادة البنية المعرفية) :

مدة الجلسة : 45 دقيقة

الجلسة الثالثة: الكفاءة الذاتية

الموضوع	الكفاءة الذاتية
الحاجات المرتبطة بالموضوع	حاجة المسترشدين إلى الكفاءة الذاتية.
هدف الجلسة	تنمية الكفاءة الذاتية لدى المسترشدين

الاهداف السلوكية	<p>جعل المرشد قادرا على أن :-</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. يعرف معنى الكفاءة الذاتية. 2. يبين اهمية الكفاءة الذاتية في حياته. 3. يعدد فوائد تنمية الكفاءة الذاتية. 4. يكون كفوا في تحقيق اهدافه.
الفنيات و الاستراتيجيات	<p>تقديم الموضوع – الحوار و المناقشة – الحوار الداخلي – عزل الافكار – التغذية الراجعة – التعزيز الاجتماعي.</p>
النشاطات	<ul style="list-style-type: none"> - في بداية الجلسة يستقبل المرشد المسترشدين، واطهار الود والتقبل والسؤال عن احوالهم الدراسية والصحية، وتقديم الشكر للالتزام بالحضور. - يقوم المرشد بمراجعة التدريب البيئي (الوعي الذاتي) مع المرشدين ويشكرا لأفراد الذين أنجزوا التدريب البيئي بشكل الصحيح بالثناء عليهم والمدح عليهم. - يقوم المرشد بتقديم موضوع الجلسة (الكفاءة الذاتية) يناقشه المرشدين. - يبين المرشد اهمية الكفاءة الذاتية للمرشدين. - يوضح المرشد فوائد الكفاءة الذاتية. - يمارس المرشد فنية عزل الافكار حول اراء المرشدين عن الكفاءة الذاتية و اسباب ضعفها. - يطبق المرشد فنية الحوار الداخلي مع المرشدين. - يقدم المرشد التغذية الراجعة - يقوم المرشد بالتعزيز الاجتماعي المرشدين لغرض حثهم و تشجيعهم على الاستمرار بالمشاركة في جلسات البرنامج .
التقويم البنائي	<ul style="list-style-type: none"> - يقوم المرشد بتوجيه الاسئلة الاتية : - ما المقصود بالكفاءة الذاتية ؟ - ما اهمية الكفاءة الذاتية؟ - تلخيص ما دار في الجلسة من سلبيات و ايجابيات.
التدريب البيئي	<ul style="list-style-type: none"> - يطلب المرشد من المرشدين تطبيق ما دار في الجلسة في حياته الدراسية لتطوير قدراتهم المعرفية.

إدارة الجلسة الثالثة الكفاءة الذاتية

- في بداية الجلسة يستقبل المرشد المسترشدين، وإظهار الود والتقبل والسؤال عن أحوالهم الدراسية والصحية، وتقديم الشكر للالتزام بالحضور.
- يقوم المرشد بمراجعة التدريب البيئي (الوعي الذاتي) مع المرشدين ويشكر الأفراد الذين أنجزوا التدريب البيئي بالشكل الصحيح بالثناء عليهم والمدح عليهم .
- يقوم المرشد بتقديم موضوع الجلسة (الكفاءة الذاتية) والتي تعني: هي ثقة الفرد في قدراته عبر المواقف الجديدة او مواقف ذات مطالب كبيرة وغير مألوفة ، وهي تصور الفرد حول قوة شخصيته مع التركيز على الكفاءة في توضيح السلوك.
- يناقش المرشد التعريف مع المرشدين، ويقدم التعزيز اللفظي للذين شاركوا.

- يبين المرشد أهمية الكفاءة الذاتية من خلال أن الكفاءة الذاتية تعزز الإنجاز البشري مما تحقق الرفاهية الشخصية ، فقد يرى الشخص ذو الكفاءة الذاتية إلى المواقف التي يمر بها على أنها أشياء من المفترض أن يتقنها وهو قادر على تجاوزها من خلال ايجاد أكثر من حل ، ولا يعدها تهديدات يجب تجنبها ، مما يجعل الفرد يمتلك التعافي من الفشل ، ويعززون الفشل إلى قلة الجهد.
- يقوم المرشد بتوضيح فوائد الكفاءة الذاتية للفرد:
 1. تساعد على اكتشاف الفرد لذاته، وتشعر الشخص بتميزه.
 2. تمكن الإنسان من الاطلاع على جوانب قوته وضعفه، وبالتالي فإنها تساعد على معرفة قدراته.
 3. تساعد على اختيار القدوة المناسبة للإنسان، مما يساعد على النجاح والتفوق.
 4. تجعل الإنسان قادراً على معرفة أهدافه، وتعطيه الدافع لتحقيقها.
- يقوم المرشد بعزل الأفكار مناقشتها من خلال الاستماع إلى آرائهم ومعتقداتهم وأفكارهم السلبية ويوضح المرشد الأسباب التي تؤدي إلى انخفاض الكفاءة الذاتية منها.
 - تشتت الانتباه .
 - الدرجات المتدنية في الاختبارات التحصيلية.
 - نسيان الواجبات وإهمال حلها .
 - التمسك بالانفعالات السلبية.
 - تصورات الفرد ومعتقداته عن نفسه .
 - تدني المثابرة في الاستمرار عمل لواجب موكل إليه .
 - يطبق المرشد فنية الحوار الداخلي لترسيخ الفائدة من الكفاءة الذاتية و التخلص من الافكار السلبية التي تضعفها.
 - يقوم المرشد بتوجيه السؤال إلى المسترشدين لأغراض التغذية الراجعة من أجل معرفة مدى تحقق الاهداف السلوكية.
 - يقوم المرشد بتقديم التعزيز الاجتماعي بعبارة (أحسنتم) (بارك الله فيكم) إلى المسترشدين من اجل حثهم و تشجيعهم على المشاركة في جلسات البرنامج الارشادي.
 - يقوم المرشد بتوجيه الاسئلة الآتية:
 - 1- ما المقصود بالكفاءة الذاتية.
 - 2- ما اهمية الكفاءة الذاتية.
 - 3- تلخيص ما دار في الجلسة من ايجابيات وسلبيات.
 - يطلب المرشد من المسترشدين تطبيق ما دار في الجلسة في حياته الدراسية لتطوير قدراتهم المعرفية.

عرض النتائج و تفسيرها Presentation, and discussion of results

أولاً: عرض النتائج :

- تحقيقاً لهدف البحث الحالي المتمثل بعرفة أثر اسلوب اعادة البنية المعرفية في تنمية المرونة المعرفية لدى طلاب المرحلة الاعدادية ، من خلال اختبار الفرضيات الآتية:
1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05). بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس المرونة المعرفية :

لاختبار صحة هذه الفرضية استعمل اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين)؛ لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ؛ إذ تبين أنَّ القيمة المحسوبة (0) دالة إحصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (8) عند مستوى (0.05)، وهذا يعني قبول الفرضية البديلة ؛ أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده ، والجدول (7) يبين ذلك:

جدول (7) قيمة اختبار (W) المحسوبة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي والقيمة الجدولية.

ت	المجموعة التجريبية		درجات الفرق	رتبة الفروق	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	قيمة W		مستوى الدلالة	دلالة الفروق
	درجات الاختبار القبلي	درجات الاختبار البعدي					الجدولية	المحسوبة		
1	47	74	-27	5.5		5.5			0.05	دال
2	44	71	-27	5.5		5.5			0.05	دال
3	45	73	-28	8		8			0.05	دال
4	56	79	-23	2		2			0.05	دال
5	41	72	-31	9.5		9.5			0.05	دال
6	52	76	-24	3		3			0.05	دال
7	55	75	-20	1		1			0.05	دال
8	43	70	-27	5.5		5.5			0.05	دال
9	37	68	-31	9.5		9.5			0.05	دال
10	48	75	-27	5.5		5.5			0.05	دال
مجموع					0					

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس المرونة المعرفية:

لاختبار صحة هذه الفرضية استعمل اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين)؛ لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ؛ إذ تبين أنَّ القيمة المحسوبة (23.5) غير دالة إحصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (8) عند مستوى

(0.05)، وهذا يعني القبول بالفرضية الصفرية ؛ أي لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج وبعده ، والجدول (8) يبين ذلك:

جدول (8) قيمة اختبار (W) المحسوبة للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي والقيمة الجدولية.

دلالة الفروق	مستوى الدلالة	قيمة W		الرتب السالبة	الرتب الموجبة	رتبة الفروق	درجات الفرق	المجموعة الضابطة		ت
		المحسوبة	الجدولية					درجات الاختبار البعدي	درجات الاختبار القبلي	
غير دال	0.05	8	23.5	8.5		8.5	-7	58	51	1
				2		2	-2	57	55	2
					2	2	2	55	57	3
				10		10	-9	59	50	4
				5.5		5.5	-5	48	43	5
					8.5	8.5	7	41	48	6
					4	4	3	30	33	7
					7	7	6	43	49	8
					2	2	2	38	40	9
				5.5		5.5	-5	57	52	10
				31.5	23.5					مجموع

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية

ورتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس المرونة المعرفية.

ولاختبار صحة هذه الفرضية استعمل اختبار (مان وتتي) لعينات متوسطة الحجم لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة ؛ إذ تبين أن القيمة المحسوبة (0) وهي دالة إحصائية عند موازنتها بالقيمة الجدولية (23) عند مستوى (0.05)، وهذا يعني قبول الفرضية البديلة ؛ أي توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي ولصالح المجموعة التجريبية ، والجدول (9) يبين ذلك:

جدول (9) قيمة اختبار (U) المحسوبة للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي والقيمة الجدولية.

ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة U		مستوى الدلالة	دلالة الفرق
	الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	المحسوبة	الجدولية		
1	74	16	58	9	0	23	0.05	دال
2	71	13	57	7.5				
3	73	15	55	6				
4	79	20	59	10				
5	72	14	48	5				
6	76	19	41	3				
7	75	17.5	30	1				
8	70	12	43	4				
9	68	11	38	2				
10	75	17.5	57	7.5				
مجموع		155	55					

ثانياً: تفسير النتائج:

من خلال عرض النتائج ظهرت فروقا ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي، في حين لم تظهر فروقا ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين ، وهذا يتفق مع ما جاء به Meichenbaum بأن الحوار الداخلي لتحليل الاحداث للأفراد يعمل على تحديد سلوكيات والتصرفات التي يقومون بها، والسلوك يتأثر بالتفاعل الاجتماعي المتبادل ، وايضا من خلال الأنشطة والتعليمات الذاتية التي تشتمل على إعادة تحليل المطالب والبحث عن حل للموقف (علام، 2012، صفحة 12) (Allam, 2012, p. 12)، كما ووضح Meichenbaum أن السلوك يتأثر بمظاهر متنوعة من النشاطات الشخصية المبنية بافتراضات متعددة وتشمل الاستجابات و ردود الافعال و المعارف و التفاعل الداخلي المتبادل بين الاشخاص فالحديث او الحوار الداخلي يعتبر احد هذه النشاطات و الافتراضات (باترسون، 1990، الصفحات 122 - 124) (Patterson, 1990, pp. 122 - 124).

يمكن تفسير هذه النتائج الفروق التي ظهرت لدى افراد المجموعة التجريبية ، وذلك من خلال الاعتماد على الاسس العلمية المتسلسلة التي اتبعها الباحث ، ، وتتفق نتيجة نجاح اسلوب عادة البنية المعرفية مع دراسة (فرهود، 2017) (Farhoud, 2017)؛ إذ اظهرت نتائج الدراسة أثراً لأسلوب إعادة البناء المعرفية لتنمية الدافع المعرفي لدى طلاب

المرحلة الاعدادية ، وكذلك دراسة (جعفر ، 2023) (Jaafar, 2023)؛ إذ اظهرت نتائج الدراسة أنَّ لأسلوب إعادة البنية المعرفية أثراً في خفض انفعالات التعلم السلبية لدى طالبات المرحلة الاعدادية ، وكذلك يعزو الباحث النتائج الايجابية التي توصل اليها إلى الآتي:

- 1- إن موضوعات جلسات البرنامج الإرشادي كانت متناسقة مع هدف البرنامج الإرشادي ، وهي تتفق مع طبيعة المشكلة ، وتم تحديدها حسب حاجات الطلاب بالاعتماد على تحليل مواقف مقياس، والاستعانة بآراء الخبراء والمحكمين.
- 2- إن أسلوب إعادة البنية المعرفية كان له الأثر الايجابي في تنمية المرونة المعرفية لدى الطلاب الاعدادية، والذي يقوم المرشد بدور مساعده المسترشد في عزل الافكار والمعتقدات غير المنطقية والتي تؤثر في تفسير المواقف وتحديد العوامل المؤثرة على السلوك الفرد وتفكيره وبالتالي يكون على وعي بالحديث الداخلي، ويحدد الافكار التي يقرها بنفسه (بلان، 2011، صفحة 145) (Balan, 2011, p. 145).
- 3- إن استعمال الباحث فنيات أسلوب إعادة البنية المعرفية و المتمثلة بالحوار الداخلي وعزل الافكار والمناقشة والتعزيز الاجتماعي والتقويم البنائي وإعطاء و متابعة التدريب البيئي أثناء الجلسات الإرشادية كان له أثر واضح في نجاح البرنامج الإرشادي.

ثالثاً: الاستنتاجات Conclusions:

- 1- إنَّ المرونة المعرفية من الخصائص الشاهدة على التفكير، وتعني قدرة الطالب على اجراء التغييرات في فهم المعاني أو التفسيرات أو حل و استيعاب المشكلات بعدة طرق.
- 2- تعد المرونة المعرفية لها ارتباط بقدرة الطالب على إعادة تكوين المعرفة بطرائق مختلفة بالاعتماد على المتطلبات الظرفية التعليمية المحيطة به.
- 3- إنَّ الطالب الذي يدرك المواقف لصعبة ويتصورها ويتم ضبطها ويتحكم بها في أثناء عملية التعلم فإنها ستؤثر ايجابيا على تحصيله الدراسي.
- 4- عند ارتفاع مستوى المرونة المعرفية لدى الطلاب يكونوا أكثر تكيفا مع المواقف الجديدة.

رابعاً: التوصيات Recommendations:

- 1- يوصي الباحث لمديرية تربية ديالى الابعاز إلى إدارات المدارس وشعبة الارشاد لحث المرشدين التربويين على استعمال البرنامج الإرشادي الحالي لتنمية المرونة المعرفية لدى الطلاب.
- 2- الإفادة من المقياس المعد من قبل الباحث في تشخيص الطلاب الذين لديهم مستوى منخفض في المرونة المعرفية لغرض مساعدتهم وتشجيعهم للدخول ببرامج ارشادية إثرائية.
- 3- يوصي الباحث لمديرية تربية ديالى الابعاز إلى ادارات المدارس لتأكيد الاهتمام بالجانب المعرفي من قبل الهيئة التعليمية من خلال النشاطات التي تتضمن مواقف التفكير و ليس الاعتماد على التعليم التقليدي.
- 4- إشراك الهيئة التعليمية في دورات تنمية مهارات التدريس الفعال بوصفها مهارات مهمة في تنمية المرونة المعرفية.

خامساً: المقترحات Suggestions :

- 1- إجراء دراسة مماثلة باستعمال البرنامج الإرشادي الحالي على مراحل دراسية أخرى (متوسطة - جامعي).
- 2- إجراء دراسة ارتباطية حول المرونة المعرفية وعلاقتها بأساليب التفكير تبعا لمتغير الجنس (ذكور - اناث).
- 3- إجراء دراسة ارتباطية حول المرونة المعرفية وعلاقتها بمتغيرات أخرى (حل المشكلات - عادات العقل - التنظيم الذاتي).

• : المراجع باللغة العربية

- احمد عبد اللطيف ابو اسعد، و رياض الازيدة. (2015). الاساليب الحديثة في الارشاد النفسي و التربوي (المجلدات الجزء الاول - ط1). عمان، الاردن: مركز دبيونو لتعليم التفكير.
- ارفورد برادلي. (2012). 35 اسلوبا يجب على كل مرشد معرفتها (المجلد ط 1). عمان، الاردن: دار الراهة للنشر و التوزيع.
- امال عبد السميع باظة. (2003). الصحة النفسية و العلاج النفسي (المجلد ط 2). القاهرة، مصر: مكتبة الانجلو مصرية.
- اية فاخر النائب. (2023, 6 15). الارشاد الالكتروني وعلاقته بدافعية العمل التطوعي لدى طلبة المرحلة المتوسطة. مجلة الاستاذ للعلوم الانسانية والاجتماعية.، المجلد (62) العدد(2)، الصفحات 192 - 218.
- ايمان ناظم المياحي، و افراح طعمة راضي. (2019, 9 12). المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الاعدادية. مجلة علوم الميناء للبحوث، العدد (2) مجلد (1)، الصفحات 75 - 92.
- رافد الحريري، و سمير الامامي. (2011). الارشاد التربوي و النفسي في المؤسسات التعليمية (المجلد 1). عمان، الاردن: دار المسيرة للنشر و التوزيع.
- ربيع رشوان، و محمد عبد السميع. (June, 2017 6). بيئة التعلم المدركة و المرونة المعرفية كمنبئات بفاعلية الذات الابداعية لدى طلاب كلية التربية بقنا. مجلة البحث في التربية و علم النفس، العدد (1) المجلد (30)، الصفحات 120 - 195.
- رفل رياض جعفر. (2023). أثر برنامج ارشادي باسلوب اعادة البنية المعرفية في خفض انفعالات التعلم السلبية لدى طالبات المرحلة الاعدادية. كلية التربية للعلوم الانسانية، العلوم التربوية و النفسية. ديالى: كلية التربية للعلوم الانسانية.
- زينة سالم محي، و علي فرحان حسن. (2021, 2 27). المرونة المعرفية عند المتعلم (دراسة نظرية). كلية التربية للعلوم الانسانية - كلية التربية - بن رشد، صفحة 21.
- س ه باترسون. (1990). نظريات الارشاد و العلاج النفسي (المجلد جزء 2). الكويت، الكويت: دار القلم.
- سامي محمد ملحم. (2000). القياس و التقويم في التربية و علم النفس. عمان، الاردن: دار المسيرة للنشر و التوزيع.
- سلمان جودة الشمري، و محمود كاظم التميمي. (2012). الاساليب و البرامج الارشادية (انموذجات تطبيقية في برامج الارشاد النفسي). بغداد، العراق - مؤسسة مصر مرتضى للكتاب.
- شيماء عباس شمل. (2022, 9 15). أثر برنامج ارشادي تكاملي لتنمية التفكير الايجابي في الكفاءة الذاتية المدركة و التوجه المستقبلي لدى طلبة المرحلة الاعدادية. مجلة الاستاذ للعلوم الانسانية و الاجتماعية، المجلد (16) العدد (3)، الصفحات 306 - 330.
- صالح احمد الخطيب. (2014). الارشاد النفسي في المدرسة اسسه ونظرياته وتطبيقاته. العين، دار الامارات العربية المتحدة: دار الكتاب الجامعي.

- عبد الرحمن العيسوي. (2000). *مناهج البحث في علم النفس* (المجلد ط 1). الاسكندرية، مصر: دار الراتب الجامعية.
- عبد القهار داود العاني. (2014). *منهج البحث و التحقيق في الدراسات العلمية و الانسانية* (المجلد ط 1). دمشق، سوريا: دار وحي القلم.
- عماد خالد فرهود. (2017). *أثر برنامج ارشادي بأسلوب اعادة البناء المعرفي في تنمية الدافع المعرفي لدى طلاب المرحلة الاعدادية*. كلية التربية للعلوم الانسانية، العلوم التربوية و النفسية. ديالى: كلية التربية للعلوم الانسانية.
- فاطمة كريم التيمي. (2023, 12 15). *مهاره القيادة وعلاقتها بالانحياز النقاؤلي لدى المرشدين التربويين*. مجلة الاستاذ للعلوم الانسانية و الاجتماعية، مجلد (62) العدد (4)، الصفحات 190 - 212.
- كريستن نصار. (2007). *اتجاهات معاصرة في العلاج النفسي*. بيروت، لبنان: شركة المطبوعات للنشر و التوزيع.
- كمال يوسف بلان. (2011). *نظريات الارشاد النفسي*. دمشق، سوريا: كلية التربية - جامعة دمشق.
- مجده السيد علي الكشكي، و وسام حسن شعث. (1 3, 2021). *فاعلية برنامج ارشادي انتقائي لتخفيض قلق المستقبل مدخلا لتحسين الاستمتاع بالحياة لى عينة من امهات ذوي الاحتياجات الخاصة*. مجلة الاستاذ للعلوم الانسانية و الاجتماعية، 1 60، الصفحات 1 - 24.
- محمد قاسم عبد الله. (2012). *نظريات الارشاد و العلاج النفسي*. عمان، الاردن: دار الفكر ناشرون و موزعون.
- منتصر علام. (2012). *الارشاد النفسي العقلاني الانفعالي السلوكي (النظرية و التطبيق)*. القاهرة، مصر: دار الجامعي الحديث.
- هبة محمود محمد عبد العال. (15 يوليو، 2020). *برنامج ارشادي قائم على نظرية المرونة المعرفية و فاعليته في تنمية مهارات تدريس التفكير الرياضي*. مجلة كلية التربية - جامعة عين الشمس، العدد 44 - الجزء 3، الصفحات 15 - 78.
- هيثم قاسم عبد الرزاق. (2013). *تأثير برنامج ارشادي سلوكي معرفي في تنمية اتخاذ القرار لدى طلاب المرحلة الاعدادية*. كلية التربية الاساسية، الارشاد النفسي و التوجيه التربوي. ديالى: كلية التربية الاساسية.
- يوسف ابو اسعد. (2009). *الثقة بالنفس* (المجلد ط 1). القاهرة، مصر: دار النهضة للنشر و الطباعة.

• References :

- Abdle Qahar Dawood Al-Ani .(2014): *Research and investigation Methodology in scientific and Hunam Studies* 1st ed .(Damascus ،Syria: Wahi al- Qalam.
- Abdle Rahman Al- Eiswi .(2000) .*Research Methods in psychology* 1st ed .(Al-Eskandrea: Al- Rateb University.
- Ahmed Abdel latif Abu Asaad و ،Riyadh AL-Azaydeh .(2015): *Modern method in psychological and education counsiling* part one 1st ed .(Amman ،Jordan: Debo center for teaching thinking.
- Amal Abdle samee Baza .(2003) : *Mental Health and Psychotherapy* 1st ed .(Cairo ،Egypt : Anglo Egyptian Library.
- AL- Naab, A. F. (2023, 6 15). Electronic Guidance and its erlationship to the motivation of volunteer work among intermediate school syudents. *Al- ustath Journal of Humanities and Social Sciences, volum (62) issu (2)*, pp. 192 - 218.
- Al- Tamimi, f. k. (2023, 12 15). Leadership skill and its relationship to optimism bais among educational counsellers. *AL- Ustath Journal of Humanities and Social Sciences, Volume (62) Issue 4*, pp. 190 - 212.
- El keshky, M. A., & Shaath, W. H. (2020, 3 1). The effectiveness of an echctic counseling program for reducing future anxiety as an approach to improve the enjoyment of life for a sample of mothers with special needs. *Al- austath Journal of Humanities and Social Sciences, 60 1*, pp. 1 - 24.
- Haithem qasim Abdul Razzaq(2013): *the effect of cognitive begavioral guidance program in developing decision among middle school students* . diyala ،Iraq: college of basic education.
- Heba Mohamed Mahmood Abdel Aal.15 July,(2020):Aproposed program based on the theory of cognitive flexibiliy and its effectiveness in developing the skill of teaching mathematical thinking and decision-making among mathematics teachers .*journal of the faculty of education*,pp 15 -78.
- Imad Khaled Farhoud(2017) .*The effect of the counseling program using the cognitive reconstruction method in developing cognitive montivation among middle school students* . diyala: college of education for humanities.
- Iman Nazim AL- Mayahy و ،Afrah Taama Radi .12 September, 2019 .(cognitive flexibility among middle school students .*Mina sciences journal for research* ،V(2) Issue (1), pp75-92.
- Kamal Youssef Balan.(2011) .*Theories of psychological counseling* .Damascus ،Syria: college of Faculty.
- Kristen Nassar.(2007) .(*Contemporary trends in psychotherapy* . Beirut ،Lebanon: Al- matbout company for publishing and distribution.
- Montaser Allam .(2012) .*Rational - Emotional - Behavioral psychological counseling (Theory and Application* .(Cairo ،Egypt: Al - Jamaay modren.
- Muhamad kasim Abdallh .(2012) .*Theories of Counseling and Psychotherapy* .Amman ، Jordan: Al Fikr Publishers and Distributors.
- Orford Bradly.(2012) .*35 Methods every counslor should know* 1st ed .(Amman ،Jordan: AL-Rayah for publishing and distribution.
- Rabie Rashwan و ،Mohamed Abdel Samee .6 June, (2017) : perceived learning environment and cognitive flexibility as predictors of creative self-efficacy among students of the faculty of education in Qena . *journal of research in education and psychology* ، V (30) ISSUe (1) part, pp 120 - 190.
- Rafal Riyad Jaafar(2023) .*The effect of counseling program using cognitive restructuring method in reducing negative learning Emotions among middle school female students* . Diyala ،Iraq: college of education for Human sciences.

- Rafid Al- Hariri و Samir AL- Amami.(2011) .*educational and psychological counseling in education institution* 1 st ed .(Amman ،Jordan: AL-Masirah for publishing and distribution.
 - S H Patterson(1990) .*Theories of counseling and psychotherapy* 2st ed .(Kuwait ،Kuwait: Al- Qalam.
 - Shamal, S. A. (2022, 9 15). The impact of an integrated counseling program for the Development of positive thinking on the perceived self-Efficacy and future orientation of Middle school students. *AL- ustath Journal of Humanities and Social Sciences, Volume (61) Issue 3*, pp. 306 - 330.
 - Saleh Ahmed Al- Kahatib (2014) *psychological counseling in school Foundations , Theories and Applications*1st ed .(Al-Ain ،The United Arab Emirates: AL- Kitab.
 - Salman joda Al-shammari و Mahmoud Kazem Al-Tamimi (2012) .*Guidance Methods and Programs (Applid models in psychological guidance programs)*،Baghdad, Iraq - Misr Mortada Foundation for Books.
 - Sami Muhammad Malhm .(2000) .*Measurement and Evaluation in Education and Psychology* 1st ed .(Amman ،Jordan: Al-Masirah for publishing and distribution.
 - Yousef Abu Asaad .(2009) .*Self - confidence*1st ed .(Cairo ،Egypt: Al- Nahda for publishing and printing.
 - Zeina Salem Muhi ،& Ali Farhan Hassan.27 February, (2021) .cognitive flexibility in the learner (a theoretical study) *college of education for humanities - ibn rushd*,p:21
-
- Daniela Kloo ،perner Josef ،markus Aichorn و nicola Schmidhuber .16 July, 2010 .(Perspective tasking and cognitive flexibility in the dimensional change card sorting (DCCS) task .*American psychology Assocation*, pp 208-217.
 - Katherine Rnner ،David Beversdorf.18 february, (2010) .(Effrct of naturalistic stressors on cognitive flexibility and working memory task performance .*psychology press V(6) , pp 293 - 300*.
 - L.O Borders و S.M Drury .(1992) .*Comprehensive school counseling programs , Are view for policy markers and parctitioners* .USA: American assosation for counsiling and development morch.
 - M, J. Allen و W, M Yen .(1979) .*Introduction to Measurement Theory* .California: Waveland Press.
 - Matthew Martin و Carolyn Anderson .18 July, (2011): The relationships between cognitive Flexibility with Dogmatism , intellectual flexibility , prefernce for consistency , and self-compassion .*communication Research Reports*، pp 275 - 280.
 - R.J Spiro و J,C Jehng.,14 January, (1990):Cognitive flexibility and hypertext: Theory and technology for the nonlinear and multidimensional traversal of complex subject matter . *International reading assosation*, pp163-205.
 - Rand J Spiro .5 january, (1988) .Cognitive Flexibility theory : Advanced knowledge acquisition in Ill-structured Domains .*Urbana - champaign Library*, pp 1-20.

- S, Timarova ،& H Salaets.,19 January, (2011) .Learning styles, motivation and cognitive flexibility in interpreter training: self-selection and aptitude. Interpreting. An International Journal of Research and Practice in Interpreting .*Interpreting International Journal of Research and Practice in Interpreting*, pp 31-52.
- Warner schaie ،Ranjana Dutta و ،Sherry Willis12 september,(1991) Relationship between rigidity- flexibility and cognitive abilities in adulthood .*American psychological Association*, pp 371 - 383