



كلية التربية

كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان جودة التعليم
إدارة: البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية)

=====

أثر برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتحسين بعض مهارات الإقناع الشخصي وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلاب كلية التربية بأسيوط

إعداد

د/ نور الهدى عمر محمد

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية - جامعة أسيوط

أ.د/ حمدي شاكر محمود

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة أسيوط

د/ نهلة عبد الرزاق عبد المجيد [جمال عثمان جمال الدين محمد

للحصول علي درجة الماجستير في

التربية قسم علم النفس تخصص

" صحة نفسية "

مدرس علم النفس التعليمي

كلية التربية - جامعة أسيوط

﴿ المجلد الثاني والثلاثين - العدد الثاني - أبريل ٢٠١٦ م ﴾

http://www.aun.edu.eg/faculty_education/arabic

أ. د/ حمدي شاكر محمود
د / نور الهدي محمد عمر
د/ نهلة عبد الرزاق عبد المجيد
أ/ جمال عثمان جمال الدين

التعريف بالدراسة

أولاً: مقدمة الدراسة:

يعتبر الإقناع هو الركيزة الأساسية التي نحتاجها لكي نتعايش ونتواصل مع الآخرين، وهو يمثل الهدف الرئيسي لمعظم عمليات الاتصال، فالإنسان يتعرض يومياً لعشرات المحاولات الإقناعية أينما وجب وحيثما كان، فهناك دائماً من يحاول تغيير رأيه أو موقفه حول شئ معين، وأصبح امتلاك الفرد لمهارات الإقناع مفتاح يساعد على تحسين توافقه النفسي، ونظراً للأهمية التي اكتسبها الإقناع في المجتمع كعامل أساسي لبلورة الأفكار وجعلها تتماشى وميول ورغبات الأفراد، ازدادت الحاجة إليه مع تطور وتعقد الحياة الاجتماعية وزيادة مطالب الأفراد وتباين أفكارهم، واتجاهاتهم ومصالحهم، وزيادة وتيرة المنافسة بينهم، وألحت الضرورة بذلك على العلماء والباحثين الخوض في هذا المجال بكل قوة.

فالإقناع مهارة تسمو بالإنسان وترفع من قيمته وتحقق له طموحاته وتجعله رقمياً صعباً لا يُستهان به ولا يستغنى عن رأيه، كما يعتبر الإقناع من أهم وسائل نشر الخير والدعوة لأنه يخاطب العقول والقلوب ويحرك الفطرة الإنسانية داخل الإنسان وكذلك هو مهارة قيادية لا يستغنى عنها كل من يود التأثير في الآخرين وقيادتهم .

والإقناع- يحقق فوائد عديدة - إذا التزم القائم به الأسس المنهجية تجاه الأطراف المراد إقناعها من جهة وتجاه نفسه من جهة أخرى وأنه يرتقي بطريقته في التفكير والأداء ويجعله مقبولاً من الآخرين بدرجة أكبر، ويجعل احتمال إقناعهم بأفكاره أكبر أيضاً، كما أنه إذا تحقق في القائم بعملية الإقناع الحوار الهادئ وعدم التعصب والتعامل بالرفق واللين في الحوار لجعل فرص الإقناع والاقتران أوسع وأرحب (خالد حسين، ٢٠٠٥).

والاتصال الإقناعي الفعال من مقومات المناخ النفسي الاجتماعي الصحي فيؤثر المناخ السائد بين الأطراف المشاركة في تلك العملية على دقة إدراكهم للمعلومات والمشاعر والاتجاهات المتبادلة من خلال تكوين حالة إدراكية تميز سلوك الجماعة في تفاعلها في عملية الاتصال الإقناعي. (طلعت منصور، ١٩٨٠).

وتظهر مظاهر عدم التوافق مع انتقال الفرد من مرحلة لمرحلة أخرى أو من بيئة لأخرى ويختلف في درجته، فبعض الأفراد يتكيفون بنجاح لما يحيط بهم من أشياء وأشخاص، والآخر يكتسب عادة سلوكية سيئة تعرقل توافقه وتحول دون إيجاد حلول مرضية لمشكلاتهم، لذا يواجه الناس في حياتهم مشكلات تدفعهم إلي البحث عن التوافق في حياتهم فلا بد للطالب الذي يلتحق بالجامعة من أن يتوافق مع حياته الجديدة بعيداً عن الأب والأم. (سامي هاشم، ٢٠٠٠).

وإذا لم يتمكن الإنسان من نقل أفكاره إلي الآخرين فلن يكون قادراً على مواصلة حياته، كما أكد ريجيو أن الأفراد الذين يجيدون مهارات الاتصال والإقناع كانوا أكثر فاعلية في علاقتهم بالآخرين وأكثر نجاحاً في مختلف نواحي الحياة مقارنة بهؤلاء الذين تنقصهم هذه المهارات. (ممدوحة سلامة، ١٩٩٠).

يعد الإرشاد المعرفي السلوكي واحداً من أكثر الاتجاهات العلاجية استخداماً على مستوى العالم باختلاف الثقافات والمستويات العمرية والاضطرابات النفسية، فالعلاج المعرفي السلوكي نال شهرة واسعة في بداية استخدامه كعلاج مناسب للاكتئاب وتشير نتائج الدراسات في مجال الاضطرابات النفسية إلي صحة هذا الافتراض. (ناصر إبراهيم، ٢٠٠٠، ٦٩).

كما أشارت بعض الدراسات فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي لدى طلاب الجامعة في علاج الكثير من المشكلات.

مثل دراسة رثيفة رجب (٢٠٠٠) ودراسة صبحي عبد الفتاح (٢٠٠٠)، دراسة محمود محمد إبراهيم، (٢٠٠٢)، ودراسة (حسين فائد، ٢٠٠٥)، دراسة فكرى أحمد عسكر (٢٠٠٧)، دراسة قطب عبده (٢٠٠٧)، دراسة عفاف إبراهيم (٢٠١٤) دراسة أماني سمير محمد علي (٢٠١٤) .

وتلعب المرحلة الجامعية دوراً مهماً في إعداد الطلبة بمستوى العصر بتزويدهم بأرقى المعارف والمهارات التي تساعد على تكوين مستقبلهم بروح من الإقدام والتفاعل والتوافق، فتؤدي الجامعة دوراً كبيراً في التوافق السليم وتعديل السلوك. (سهيل الحوري وآخرون، ٢٠٠٠).

أ. د/ حمدي شاكر محمود
د / نور الهدي محمد عمر
د/ نهلة عبد الرزاق عبد المجيد
أ/ جمال عثمان جمال الدين

كما أن المرحلة الجامعية من المراحل الحاسمة في حياة الفرد التعليمية، لأنها نهاية تلقي التعليم الرسمي، إضافة إلي أنها تعد المطالب إلي الخروج للحياة الخارجية بكل أحداثها، وبالتالي فصقل الشباب وتدريبهم وإرشادهم في هذه المرحلة من الأمور خاصة وهم في مفترق الطرق بين إنهاء التعليم والخروج لمعتكك الحياة بأحداثها ومشاقها المتلاحقة والمستمرة والتي قد تقسو تارة وقد تلين تارة أخرى، وفي كل هذا تتطلب شخصية مرنة تمتلك العديد من المهارات اللازمة التي تساعدهم علي تحقيق توافقم النفسي.(نشوة كرم، ٢٠١٠).

ومن هنا يتضح أهمية وضع برامج علاجية لبعض طلاب الجامعة لتحسين بعض مهارات الإقناع الشخصي لديهم وبالتالي تحسين توافقم النفسي.

ثانياً: مشكلة الدراسة:

لاحظ الباحث من خلال عمله والتعامل مع الأوساط الاجتماعية المختلفة خاصة في مجال التربية والتعليم والحوارات مع الطلاب في مرحل التعليم خاصة طلاب المرحلة الجامعية، لاحظ الباحث أن بعض الطلاب قد يتمسكون برأيهم الشخصي أو التمسك بأراء بعض الصحفيين والكتاب بغض النظر عن مدى موضوعية ما يطرح من آراء وكذلك بالإطلاع على أدبيات الإقناع الشخصي وبعض الدراسات في هذا المجال لاحظ الباحث أن البعض الآخر من الطلاب لديهم قبول للرأي والرأي الآخر الأمر الذي قد يؤثر علي التوافق النفسي، مما حدا بالباحث وضع برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتحسين مهارات الإقناع الشخصي لبعض طلاب الجامعة وعلاقة هذه المهارات بتوافقم النفسي.

أشارت الدراسات أن الكثير من الناس يقعون في العديد من الأخطاء عند إقناع بعضهم البعض، حيث يفترضون أن الطريق للإقناع تكون عن طريق غمر الطريق الآخر بوابل من الأفكار والحقائق والأرقام فقط، وإعطاء الآخر أهدافاً محددة لانجازها، دون الوصول إلي تفاهم مشترك بين الأطراف مما يترتب عليه سوء التوافق النفسي (Desler, 2004, 321).

وقد أشارت العديد من الدراسات إلي ارتباط الإقناع بالتوافق النفسي منها دراسة (Rueter, et al, 1995)، (Hill, 1999)، (Insabella, 2001).

وحيث إن الإرشاد المعرفي السلوكي له أهمية في تفسير الاضطرابات والسلوكيات المضطربة ودور رئيسي في علاجها وإحداث التوافق النفسي لدى طلاب الجامعة من خلال امتلاكهم لمهارات الإقناع والتي بدورها تعمل على تحقيق ذاتهم ويعتبر مساعدتهم في ذلك الأمر يساهم في الشعور بالرغبة في الحياة والسعادة.

ولم يجد الباحث في حدود علمه دراسات عربية تناولت برامج إرشادهم أو علاجية لتحسين مهارات الإقناع الشخصي لدى طلاب الجامعة.

ومن هنا تبرز مشكلة الدراسة من خلال التساؤلات الآتية:

- ١ - هل هناك فروق بين طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس مهارات الإقناع الشخصي؟
- ٢ - هل هناك فروق بين طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس التوافق النفسي؟
- ٣ - هل هناك فروق بين طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس مهارات الإقناع الشخصي تعزي للمتغيرات الديموجرافية (النوع، التخصص الدراسي)؟
- ٤ - هل هناك فروق بين طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس التوافق النفسي تعزي للمتغيرات الديموجرافية (النوع، التخصص الدراسي)؟
- ٥ - هل هناك علاقة بين مهارات الإقناع الشخصي والتوافق النفسي؟
- ٦ - ما فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتحسين بعض مهارات الإقناع الشخصي وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة؟
- ٧ - هل يستمر فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي بعد تطبيق البرنامج بشهرين؟

ثالثاً: أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف الآتية :

- ١ - تحسين بعض مهارات الإقناع الشخصي لدى طلاب الجامعة وتنمية التوافق النفسي لديهم.
- ٢ - مساعدة طالب الجامعة على فهم قدراته وإمكاناته ومدى استفادته منها في تحسين بعض مهارات الإقناع الشخصي لديه.

أ. د/ حمدي شاكر محمود
د / نور الهدي محمد عمر
د/ نهلة عبد الرزاق عبد المجيد
أ/ جمال عثمان جمال الدين

٣ - التعرف على إمكانية تحسين بعض مهارات الإقناع الشخصي وعلاقة ذلك بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة من خلال استخدام البرنامج .

٤ - التعرف على فاعلية استمرارية تأثير البرنامج الإرشادي في تحسين بعض مهارات الإقناع الشخصي بعد تطبيق البرنامج بمدة تتجاوز شهرين.

رابعاً : أهمية الدراسة:

أولاً : الأهمية النظرية:

١ - تعد هذه الدراسة واحدة من سلسلة دراسات سيكولوجية تركز على المفاهيم الإيجابية في علم النفس، كما تركز علي جانبيين من الجوانب وهما الجانب الخاص بالإقناع الشخصي لدى طالب الجامعة، والجانب الخاص بالتوافق النفسي لديه.

٢ - ندرة الدراسات العربية التي تناولت العلاقة بين مهارات الإقناع الشخصي والتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة في حدود اطلاع الباحث.

٣ - تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية المتغيرات موضوع الدراسة وهي تحسين بعض مهارات الإقناع الشخصي وعلاقتها بالتوافق النفسي لدي طلاب الجامعة.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

١ - تقدم الدراسة دليلاً عملياً للمعنيين بالمراهقين متمثلاً في البرنامج الإرشادي.

٢ - تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية المرحلة العمرية التي تتناولها وهي مرحلة المراهقة والتحديات والصعوبات والأزمات التي تلازم هذه المرحلة وحاجة المراهقين في هذه المرحلة إلي التوجيه والإرشاد.

٣ - تسهم الدراسة الحالية في تزويد الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين للتعامل مع الحالات التي تعاني من سوء التوافق النفسي.

خامساً: تعريفات الدراسة:

١ - الإرشاد المعرفي السلوكي:

يعرّف (لويس مليكه ، ١٩٩٠ ، ١٧٤) الإرشاد المعرفي السلوكي بأنه : " منهج إرشادي يحاول تعديل السلوك الظاهر من خلال التأثير في عمليات التفكير لدي العميل ، ومن أساليبه التدريب علي المواجهة ، والتحكم في القلق ، والتحصين ضد الضغوط ، والتدريب علي حل المشكلة ، وأسلوب صورة الذات المثالية ، ووقف الأفكار السلبية ، والتعلم الذاتي .

يعرف (آرون بيك ، ٢٠٠٠ ، ١٧٢) الإرشاد المعرفي السلوكي بأنه : " كل المداخل التي من شأنها أن تخفف الكرب النفسي عن طريق تصحيح المفاهيم الذهنية الخاطئة والإرشادات الذاتية المغلوطة . يعرفه عادل عبد الله (٢٣ ، ٢٠٠٠) بأنه مجموعة من العمليات والإجراءات التي تشترك في افتراض أن العمليات المعرفية تؤثر في السلوك وأن هذه العمليات تتغير من خلال الفنيات المعرفية السلوكية.

٢ - الإقناع الشخصي:

يعرف (عامر مصباح ، ٢٠٠٥ ، ١٧) الإقناع بأنه "عملية إيصال الأفكار والاتجاهات والقيم والمعلومات، إما إيجاباً أو تصريحاً، عبر مراحل معينة، وفي ظل حضور شروط موضوعية وذاتية مساعدة، وعن طريق عملية الاتصال.

ويرى (حميد الطائي، ٢٠٠٩ ، ١٢١) أن الإقناع هو عمليات فكرية وشكلية يحاول فيها أحد الطرفين التأثير علي الآخر وإخضاعه لفكرة ما.

وتعرفه الدراسة الحالية إجرائياً بأنه مجموعة من المهارات اللازمة التي يقوم بها الفرد لكسب تأييد الأفراد لفكرة أو رأي أو موضوع أو قيم أو خبرات معينة، بما يحقق الاستجابة لدى الأفراد ومن تلك المهارات مهارة الحوار ومهارة السؤال ومهارة الاستماع.

٣ - التوافق النفسي:

ويشير (نبيل حافظ ، ١٩٩٢ ، ٣٧٥) إلي أن التوافق هو حالة من التلاؤم والانسجام بين الفرد والبيئة تبدو في قدرته علي إرضاء أغلب حاجاته وتصرفه مرضياً إزاء مطالب البيئة الاجتماعية والمادية.

كما يُعرف التوافق النفسي بأنه مدى استجابة الفرد بإيجابية وثقة نفسه واعتماده عليها في مواجهة أمور الحياة وميله للواقعية وتحلره من العزلة والانطواء وخلوه من الأعراض المرضية.

تعرفه الدراسة الحالية إجرائياً بأنه: قدرة الفرد على التوائم مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه من مختلف النواحي النفسية والأسرية والدراسية والاجتماعية، ويقاس ذلك من خلال الدرجة التي يحصل عليها في أبعاد مقياس التوافق النفسي المستخدم في الدراسة.

إجراءات الدراسة

أولاً : منهج الدراسة :

يستخدم الباحث المنهج شبه التجريبي لمعرفة مدى فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في تحسين بعض مهارات الإقناع الشخصي وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة .

ثانياً : عينة الدراسة :

انقسمت عينة الدراسة إلى عينة استطلاعية ، وعينة أساسية ، وعينة علاجية تم تطبيق البرنامج الإرشادي عليها .

١ - عينة الدراسة الاستطلاعية : تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (٨٠) طالب وطالبة في الفرقة الثانية (أدبي وعلمي) بكلية التربية بجامعة أسيوط .

٢ - عينة الدراسة الأساسية : تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٦٠) طالب وطالبة في الفرقة الثانية (أدبي وعلمي) بكلية التربية بجامعة أسيوط .

٣ - عينة البرنامج : تكونت عينة البرنامج من مجموعة تجريبية مكونة من ١٥ طالب وطالبة بالفرقة الثانية شعبتي اللغة العربية والرياضيات (٧) من شعبة اللغة العربية و (٨) من شعبة الرياضيات .

ثالثاً : أدوات الدراسة :

- ١ - مقياس مهارات الإقناع الشخصي (إعداد الباحث)
- ٢ - مقياس التوافق النفسي لدى طلاب الجامعة (إعداد الباحث)
- ٣ - البرنامج الإرشادي (إعداد الباحث)

رابعاً : خطوات السير في الدراسة :

- ١ - مراجعة الدراسات والبحوث السابقة في مجالات مهارات الإقناع الشخصي والتوافق النفسي وطبيعة المرحلة العمرية لطلاب الجامعة .
- ٢ - تطبيق أدوات الدراسة (مقياس مهارات الإقناع الشخصي ومقياس التوافق النفسي) على عينة استطلاعية من طلاب الفرقة الثانية للمجموعة الأدبية والعلمية بكلية التربية بجامعة اسيوط بهدف التأكد من كفاءة المقاييس المستخدمة (حساب الثبات والصدق والاتساق الداخلي) .
- ٣ - اختيار العينة الإرشادية للبرنامج وعددها ١٥ طالب وطالبة بالفرقة الثانية بشعبي اللغة العربية والرياضيات بكلية التربية وذلك وفقاً لدرجة القاطع من العينة الأساسية والتي لا تزيد عن ٣٨ درجة بالنسبة لشعبة اللغة العربية ولا تزيد عن ٣٦ درجة بالنسبة لشعبة الرياضيات على مقياس مهارات الإقناع الشخصي .
- ولا تزيد عن ٥٢ درجة لشعبة اللغة العربية ولا تزيد عن ٥٠ درجة بالنسبة لشعبة الرياضيات على مقياس التوافق النفسي .
- ٤ - التطبيق البعدي لمقاييس الدراسة .
- ٥ - التطبيق التتبعي لأدوات الدراسة بعد مرور شهرين من انتهاء البرنامج الإرشادي.
- ٦ - المعالجة الإحصائية للبيانات .
- ٧ - عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها .
- ٨ - تقديم التوصيات والمقترحات .

أ. د/ حمدي شاكر محمود
د / نور الهدي محمد عمر
د/ نهلة عبد الرزاق عبد المجيد
أ/ جمال عثمان جمال الدين

خامساً : الأساليب الإحصائية المستخدمة

تحدد الأسلوب الإحصائي في الدراسة الحالية وفقاً لطبيعة منهج الدراسة المستخدم وفروض الدراسة ، فاستخدم الباحث المعالجات الإحصائية لتحقيق أهداف الدراسة الحالية واستخراج الفروق بين متوسطات الرتب المتمثلة في :

١ - اختبار ويلكوكسون ، من خلال البرنامج الإحصائي SPSS .

٢ - اختبار مان ويتني ، من خلال البرنامج الإحصائي SPSS .

وتم التأكد من الاتساق الداخلي للمقياسين (مهارات الإقناع الشخصي والتوافق النفسي) وذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة المقياس الكلية ، أما لحساب ثبات المقاييس فقد تم استخدام طريقة ألفا كرونباك ، وطريقة إعادة تطبيق الاختبار ، وطريقة التجزئة النصفية (معامل سبيرمان ، وجتمان) .

وللتأكد من صدق المقاييس تم استخدام الصدق المنطقي (صدق المحكمين) .

نتائج الدراسة وتفسيرها

نتائج الفرض الأول وتفسيرها:

الفرض الأول وينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس مهارات الإقناع الشخصي.

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون من خلال البرنامج الإحصائي SPSS، وذلك لمعرفة الفروق بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس مهارات الإقناع الشخصي، وجدول رقم (١٢) يوضح ذلك.

جدول (١٢)

متوسط ومجموع الرتب وقيمة Z ومستوى الدلالة لدرجات طلاب المجموعة
التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس مهارات الإقناع الشخصي

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قائمة Z	مستوى الدلالة
الحوار	الموجبة	١٥	٨.٠٠	١٢٠.٠٠	٣.٤١ -	دال عند ٠.٠١
	السالبة	-	٠.٠٠	٠.٠٠		
السؤال	الموجبة	١٥	٨.٠٠	١٢٠.٠٠	٣.٤٢ -	دال عند ٠.٠١
	السالبة	-	٠.٠٠	٠.٠٠		
الاستماع	الموجبة	١٥	٨.٠٠	١٢٠.٠٠	٣.٤١ -	دال عند ٠.٠١
	السالبة	-	٠.٠٠	٠.٠٠		
المجموع	الموجبة	١٥	٨.٠٠	١٢٠.٠٠	٣.٤٠ -	دال عند ٠.٠١
	السالبة	-	٠.٠٠	٠.٠٠		

يتضح من جدول (١٢) أن قيمة "Z" دالة عند مستوى ٠.٠١ للمهارات الفرعية لمقياس الإقناع الشخصي (الحوار، السؤال، الاستماع) والمجموع الكلي لمقياس الإقناع الشخصي، وذلك يدل على وجود فروق جوهرية بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لصالح التطبيق البعدي، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة مارجيتال (Margital, 2001) ودراسة (رشا أبو سيف، ٢٠٠٨) ودراسة (نايفة الشوبكي، نزيه حمدي، ٢٠٠٨) ودراسة (مروان سليمان سالم، ٢٠٠٨) ودراسة (رمضان عبد اللطيف محمد، ٢٠١٢)، ودراسة (محمود فتحي عكاشة وأماني فرحات، ٢٠١٢) ودراسة (عبير صالح، ٢٠١٤) والتي توصلت إلى أنه من الممكن تنمية مهارات التواصل مع الآخرين والإقناع من خلال الإرشاد السلوكي وممارسة بعض التدريبات.

ويفسر الباحث النتيجة السابقة في ضوء عدة محاور:

استخدام البرنامج الإرشادي:

يُرجع الباحث ارتفاع درجات الإقناع الشخصي في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي لدى عينة الدراسة إلى استخدام البرنامج الإرشادي وحضور الطلاب بشكل منتظم لجلسات البرنامج والتي أعدت بشكل علمي ومتخصص، وهذا البرنامج وفر العديد من الدوافع وراء تحسين الإقناع الشخصي لدى عينة الدراسة ومنها:

أ. د/ حمدي شاكر محمود
د / نور الهدي محمد عمر
د/ نهلة عبد الرزاق عبد المجيد
أ/ جمال عثمان جمال الدين

أ - التنوع الكمي والكيفي للفنيات والاستراتيجيات حيث اعتمد البرنامج الإرشادي على مجموعة متنوعة من الفنيات والاستراتيجيات أثناء الجلسات ساهمت بدورها في تحقيق الأهداف المرجوة من العمليات العملية الإرشادية ومن هذه الفنيات:

- فنية لعب الدور والتي ساهمت بشكل واضح في إكساب الطلاب مهارات الإقناع الشخصي، حيث شاهدوا مواقف مختلفة تدل على أهمية هذا السلوك في حياتنا وقاموا بتمثيل هذه المواقف عملياً مما أكسبهم الكثير من المهارات اللازمة للقيام بهذا السلوك، وساعد على ذلك استخدام التغذية الراجعة.

- فنية الواجب المنزلي: وهي من الفنيات التي تساعد المسترشد على ممارسة التدريبات التي مارسها أثناء الجلسة - مرة أخرى أو عدة مرات بعد انتهاء الجلسة مما يؤكد على إتقان هذه المهارات ويساعد على نقلها خارج جلسات البرنامج.

والتحسن في الجلسات التدريبية أثناء البرنامج لا يستمر بشكل واضح إلا إذا تم ممارسة المهارة التي تتناولها الجلسات الإرشادية في مواقف الحياة الاجتماعية، مما يعمل على إتقانها لدى المسترشد، فهذه الممارسة خارج الجلسات التدريبية تمثل ضماناً للتحسن المنشود في سلوك المسترشد.

ب - بيئة مناسبة لتعلم السلوك المرغوب وذلك يرجع إلي طبيعة البرنامج الإرشادي، والذي يعتمد على الإرشاد المعرفي السلوكي، حيث يعمل هذا من النوع من الإرشادي على توفير الجو المناسب والبيئة الملائمة لاكتساب السلوكيات المرغوب فيها.

نتائج الفرض الثاني وتفسيرها:

الفرض الثاني وينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس التوافق النفسي.

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون من خلال البرنامج الإحصائي SPSS، وذلك لمعرفة الفروق بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس التوافق النفسي، وجدول رقم (١٣) يوضح ذلك.

جدول (١٣)

متوسط ومجموع الرتب وقيمة Z ومستوى الدلالة لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس التوافق النفسي

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قائمة Z	مستوى الدلالة
توافق نفسي	الموجبة	١٥	٨.٠٠	١٢٠.٠٠	٣.٤٢ -	دال عند ٠.٠١
	السالبة	-	٠.٠٠	٠.٠٠		
توافق أسري	الموجبة	١٥	٨.٠٠	١٢٠.٠٠	٣.٤١ -	دال عند ٠.٠١
	السالبة	-	٠.٠٠	٠.٠٠		
توافق اجتماعي	الموجبة	١٥	٨.٠٠	١٢٠.٠٠	٣.٤٤ -	دال عند ٠.٠١
	السالبة	-	٠.٠٠	٠.٠٠		
توافق دراسي	الموجبة	١٥	٨.٠٠	١٢٠.٠٠	٣.٤٣ -	دال عند ٠.٠١
	السالبة	-	٠.٠٠	٠.٠٠		
المجموع	الموجبة	١٥	٨.٠٠	١٢٠.٠٠	٣.٤١ -	دال عند ٠.٠١
	السالبة	-	٠.٠٠	٠.٠٠		

يتضح من جدول (١٣) أن قيمة "Z" دالة عند مستوى ٠.٠١ للمهارات الفرعية لمقياس التوافق النفسي (توافق نفسي، توافق أسري، توافق اجتماعي، توافق دراسي) والمجموع الكلي لمقياس التوافق النفسي، وذلك يدل على وجود فروق جوهرية بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لصالح التطبيق البعدي، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (رئيفة رجب، ٢٠٠٠) والتي تؤكد أن للإرشاد المعرفي السلوكي له دور في تخفيف الضغوط النفسية والسلبية لدى المراهقين من الجنسين وهذا بدوره يؤدي إلي تحقيق التوافق النفسي لديهم. وكذلك دراسة (قطب عبده، ٢٠٠٤) التي أشارت إلي دور العلاج المعرفي السلوكي لتخفيف حدة الأرق لدى طلاب وطالبات الجامعة وهذا بدوره يساهم في زيادة التوافق النفسي لديهم. وتتفق مع دراسة (حسين قائد، ٢٠٠٥) التي أكدت على فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في علاج القلق لدى الشباب الجامعي وهذا بدوره يساهم في زيادة التوافق النفسي لديهم. وأيضاً تتفق مع دراسة (فكري أحمد عسكر، ٢٠٠٧) التي أثبتت دور العلاج المعرفي السلوكي في خفض مستوى الغضب لدى طلاب الجامعة مما يساعد على تحسين التوافق النفسي لديهم. كذلك تتفق مع دراسة (فتحي مهدي، ٢٠٠٩) التي أكدت على دور الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض مستوى الاكتئاب وتحسين تقدير الذات لدى الشباب الجامعي وبالتالي تنمية التوافق النفسي لديهم.

أ. د/ حمدي شاكر محمود
د / نور الهدي محمد عمر
د/ نهلة عبد الرزاق عبد المجيد
أ/ جمال عثمان جمال الدين

كذلك تتفق مع دراسة (عوشة محمد سعيد، ٢٠١٤) التي أثبتت فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في تحقيق التوافق النفسي لدى الطلاب المراهقين.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء المحورين الآتيين:

اكتساب الطلاب الموهوبين مهارات الإقناع الشخصي:

يرجع الباحث إلي تدريب طلاب المجموعة الإرشادية على مهارات الإقناع الشخصي والمتمثلة في مهارة الحوار ومهارة السؤال ومهارة الاستماع، وهذه المهارات تلعب دوراً هاماً في زيادة التوافق النفسي والثقة بالنفس لما لها من تأثير واضح في زيادة شبكة العلاقات وتوطيدها مع الآخرين وذلك من خلال القدرة على حق الاندماج والانسجام والتعارف والتفاعل مع ضمان استمرارية ذلك من خلال التبادل التلقائي للأفكار والآراء والمشاعر والطموحات وإقناع الآخرين بوجهة نظرهم. فالطلاب الذين يتمتعون بمهارات الإقناع الشخصي يكتسبون ثقة كبيرة في أنفسهم وتقديراً عالياً لذواتهم عندما يعترف المحيطون بهم باستقلالهم ومحاولاتهم لحل المشكلات ونجاحهم وفشلهم واتخاذهم للقرارات وإداراتهم لحياتهم الشخصية هذا التوافق النفسي وهذه الثقة تؤدي إلي مزيد من التواصل مع الآخرين وإقناعهم بطريقة سهلة.

نتائج الفرض الثالث وتفسيرها:

الفرض الخامس وينص على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية علي مقياس التوافق النفسي مهارات الإقناع الشخصي".

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط الرتب لسبيرمان من خلال البرنامج الإحصائي SPSS، وذلك لمعرفة العلاقة بين درجات الطلاب في التوافق النفسي ومهارات الإقناع الشخصي وجدول رقم (١٨) يوضح ذلك.

جدول (١٨)

المتوسط والانحراف المعياري ومعامل سبيرمان ومستوى
الدلالة لرتب درجات المجموعة التجريبية (ن = ١٥)

المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل سبيرمان	مستوى الدلالة
التوافق النفسي	٧٨.٠٦	٢٧.٥٥	٠.٩٦ **	دالة عند ٠.٠١
الإقناع الشخصي	٦٠.٦٠	٢٢.٥٥		

يتضح من جدول (١٨) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في مقياس التوافق النفسي ومهارات الإقناع الشخصي، وذلك يعني أنه كلما زادت مهارات الطلاب في الإقناع الشخصي زاد توافقهم النفسي.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (عبد الرحمن عبد الرؤوف ، ١٩٨٥) ودراسة (سيد عجاج، ١٩٩٥) ، ودراسة (محمد الشيخ ، ١٩٩٥) والتي تؤكد على وجود علاقة إيجابية بين مهارات الاتصال والتوافق النفسي والاجتماعي والأسري والدراسي

كما تتفق مع دراسة (وائل السيد حامد ، ٢٠٠٦) ودراسة (نايفة الشوبكي ونزيه حمدي، ٢٠٠٨) التي أكدت وجود ارتباط موجب بين مهارات الاتصال والتوافق النفسي كما تتفق هذه النتيجة مع دراسة (ليلي محمد ، ٢٠١٤) والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية بين التواصل اللفظي وغير اللفظي والتوافق النفسي .

ويمكن تفسير نتيجة الدراسة الحالية إلى عملية الإقناع والاتصال هي عملية أساسية نشعر ونفهم من خلالها بيئتنا ، بما فيها من أناس ونضفي عليها معان معينة ، ويتأتى تبعاً لذلك أن نكون قادرين على التعامل معهم ، أي نؤثر فيهم وننأثر بهم ، وهذا كله عن طريق عملية الإقناع والاتصال ، ويبقى الفرد المحور الأساسي الذي يدور من حوله وبواسطته كل ما يتم من عمليات إقناعية تتطلب عمليات نفسية مختلفة حتى تتفق مع مكونات شخصية الفرد وتتفق مع طابع الشخصية والمجال النفسي الذي يوجد فيه الفرد والجماعة .

ولإنجاح عملية الإقناع بين أفراد المجتمع لابد من توافر مهارات إقناعية مثل الحوار والسؤال والاستماع بقوة عناصر الإقناع من مرسل ورسالة ومستقبل واستجابة وتأثير والتحامها مع بعضها يعطينا إقناعاً ناجحاً ، وتحقيق التوافق للفرد مع نفسه وبيئته الخارجية

والمجتمع وهذا ما أكدته دراسة (جمال الخطيب ، ٢٠٠٧) أن التأثير في السلوك يحدث عندما يفعل شخص ما أي شيء من شأنه أن يؤثر في سلوك شخص آخر وهو الأمر الذي يحدث في مواقف مختلفة مثل التفاعلات الاجتماعية والعمليات الإقناعية المختلفة وأن هذا السلوك يؤثر في البيئة ويتأثر بها أيضاً والتوافق النفسي للفرد والذي هو أحد محددات بقائه يعتمد عليها طبيعة سلوكه وتأثيرات وسائل الإقناع والاتصال يرتبط أساساً بإدراكنا لأنواع الحاجات لدى الفرد ، والتي يسعى إلى تلبيتها عن طريق استخدامه لمختلف هذه الوسائل ، وما يمكن أن تحققه له هذه الوسائل من حاجة نفسية اجتماعية تصل بدورها إلى تحقيق عملية التوافق لدى الفرد ، وهي العملية التي تبدأ عندما يشعر الفرد بحاجة أو دافع ما ، وتنتهي عندما يشبع هذه الحاجة أو يرضي هذا الدافع .

ولقد صنف أبراهام ماسلو Abraham Maslow هذه الحاجات إلى أربع مستويات ترتبط بالجانب النفسي وتكيف الفرد مع بيئته وحفاظه على صحته النفسية وهي :

١ - الحاجة إلى الأمن : الأمن هو تحرر الفرد من الخوف وهو من شروط الصحة النفسية ويتوفر الأمن النفسي للفرد مع شعوره بأنه قادر على الإبقاء على علاقات مشبعة ومتزنة مع الناس .

٢ - الحاجة إلى التقدير الاجتماعي : إن التقدير الاجتماعي الذي يتمتع به الفرد ذا صلة وثيقة بتأكيد الأمن النفسي لديه ، ويتحقق التقدير الاجتماعي بشعور الفرد بالقبول من طرف الآخرين وبأن ما يقوم به له وزن وقيمة عند الناس فإذا نجح في ذلك تزداد ثقته بنفسه وبعمله ويشعر بتقدير الآخرين له ، وهذا يؤدي إلى أن تكون له مكانة اجتماعية ، والشعور بالانتماء والحب .

٣ - الحاجة إلى الانتماء : الإنسان دائماً في حاجة إلى جماعة قوية ينتمي إليها ويتوحد معها حتى يتخلص من التوتر النفسي والقلق ويحقق التوافق النفسي ، ومن شروط إشباع الحاجة إلى الانتماء أن يقبل الفرد جماعته التي ينتمي إليها ، وأن تتقبله هذه الجماعة ، والدافع إلى الانتماء قد يدفع إلى المسابرة والتوافق معها أو قبول ما انفقت عليه من معايير وأنماط سلوكية .

٤ - الحاجة إلى التعبير عن الذات وتوكيدها : هي الحاجة التي تدفع الفرد إلى الإفصاح عن ذاته ، سواء كان هذا في عمل أو موقف ، والتعبير عن شخصيته وتوكيدها وإظهار ما لديه من إمكانيات (عباس محمود عوض ، ١٩٨٧ ، ٧٨ - ٨١) .

نستنتج مما سبق أن للإنسان مجموعة من الحاجات التي لا بد من تحقيقها من خلال تفاعله مع الآخرين ، وضمن أنماط إقناعية معينة .

نتائج الفرض الرابع وتفسيرها:

الفرض السادس وينص على " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس مهارات الإقناع الشخصي".

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون من خلال البرنامج الإحصائي SPSS، وذلك لمعرفة الفروق بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتتبعي لمقياس مهارات الإقناع الشخصي، وجدول رقم (١٩) يوضح ذلك.

جدول (١٩)

متوسط ومجموع الرتب وقيمة Z ومستوى الدلالة لدرجات طلاب المجموعة التجريبية طبقاً للتخصص الدراسي في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس مهارات الإقناع الشخصي

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قائمة Z	مستوى الدلالة
الحوار	الموجبة	٨	٧.٠٠	٥٦.٠٠	٠.٢٥	غير دال عند ٠.٠١
	السالبة	٧	٩.١٤	٦٤.٠٠		
السؤال	الموجبة	٨	٨.٥٠	٥١.٠٠	١.٢٥	غير دال عند ٠.٠١
	السالبة	٧	٧.٨٨	٧٠.٩٢		
الاستماع	الموجبة	٨	٧.٥٠	٥٢.٥٠	٠.٤٧	غير دال عند ٠.٠١
	السالبة	٧	٨.٤٤	٦٧.٥٠		
المجموع	الموجبة	٨	٧.٤٠	٣٧.٠٠	١.٣١	غير دال عند ٠.٠١
	السالبة	٧	٨.٣٠	٨٣.٠٠		

يتضح من جدول (١٩) أن قيمة "Z" غير دالة عند مستوى ٠.٠١ للمهارات الفرعية لمقياس الإقناع الشخصي (الحوار، السؤال، الاستماع) والمجموع الكلي لمقياس الإقناع الشخصي، وذلك يدل على عدم وجود فروق جوهرية بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (عبير صالح، ٢٠١٤) ودراسة (إيلي محمد، ٢٠١٤) ودراسة (أماني سمير، ٢٠١٤).

حيث أشارت هذه النتائج إلى عدم وجود فروق بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاتصال في القياسين البعدي والتتبعي وتؤكد هذه النتائج صحة الفرض السابق، وتدل هذه النتيجة على كفاءة وفعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي للدراسة الحالية ومدى استيعاب طلاب الجامعة - أعضاء المجموعة الإرشادية التجريبية عينة البرنامج - للفنيات والوسائل الإرشادية المختلفة والمتنوعة التي تضمنها البرنامج وتم تطبيقها عليهم، وكذا مدى الاستفادة التي عادت إليهم من ممارسة هذه الفنيات الإرشادية ووسائلها المتعددة التي احتوت عليها الأنشطة المختلفة التي احتوى عليها برنامج الدراسة، كما ساهمت هذه الفنيات والوسائل الإرشادية في تنمية وتحسين مهارات الإقناع الشخصي وهي مهارة الحوار ومهارة السؤال ومهارة الاستماع والتي تساعدهم في مواقف الحياة اليومية المختلفة التي يمرون بها.

كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مهارات الإقناع الشخصي لدى أفراد المجموعة الإرشادية عينة البرنامج في التطبيقين البعدي والتتبعي وذلك بعد مرور شهرين من انتهاء تطبيق البرنامج الإرشادي للدراسة يدل على استمرارية البرنامج وفعاليتها وكفاءته، كما أنه يُعد بمثابة مؤشر قوي وفعال على مدى تمسك أعضاء الجماعة الإرشادية عينة البرنامج بما جاء في جلسات البرنامج من فنيات ووسائل إرشادية متعددة ومختلفة، كذلك ثبات موقفهم في التحرر من عدم إقناعهم لفنون مهارة الحوار ومهارة السؤال ومهارة الاستماع قبل تنفيذ البرنامج الإرشادي عليهم، مما يشير إلى فعالية البرنامج الخاص بالدراسة ومدى استيعاب عينة البرنامج لفنياته باستمرار ووضوح ذلك عند تطبيق الاختبار التتبعي عليهم.

نتائج الفرض الخامس وتفسيرها:

الفرض السابع وينص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس التوافق النفسي".

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون من خلال البرنامج الإحصائي SPSS، وذلك لمعرفة الفروق بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتتبعي لمقياس التوافق النفسي، وجدول رقم (٢٠) يوضح ذلك.

جدول (٢٠)

متوسط ومجموع الرتب وقيمة Z ومستوى الدلالة لدرجات طلاب المجموعة التجريبية طبقاً للتخصص الدراسي في التطبيق البعدي لمقياس مهارات التوافق النفسي

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قائمة z	مستوى الدلالة
توافق نفسي	الموجبة	٧	٦.٠٠	٤٢.٠٠	٠.٢٥	غير دال عند ٠.٠١
	السالبة	٨	٩.١٤	٧٣.١٢		
توافق أسري	الموجبة	٦	٨.٥٠	٥١.٠٠	١.٢٥	غير دال عند ٠.٠١
	السالبة	٩	٧.٥٠	٥٧.٥٠		
توافق اجتماعي	الموجبة	٧	٧.٥٠	٥٢.٥٠	٠.٤٧	غير دال عند ٠.٠١
	السالبة	٨	٨.٥٠	٦٨.٠٠		
توافق دراسي	الموجبة	٥	٧.٤٠	٣٧.٠٠	١.٣١	غير دال عند ٠.٠١
	السالبة	١٠	٨.٣٠	٨٣.٠٠		
المجموع	الموجبة	٩	٧.٤٠	٦٦.٦	١.٥٦	غير دال عند ٠.٠١
	السالبة	٦	٨.٣٠	٤٩.٨		

أ. د/ حمدي شاكر محمود
د / نور الهدي محمد عمر
د/ نهلة عبد الرزاق عبد المجيد
أ/ جمال عثمان جمال الدين

يتضح من جدول (٢٠) أن قيمة "Z" غير دالة عند مستوى ٠.٠١ للمهارات الفرعية لمقياس التوافق النفسي (توافق نفسي، توافق أسري، توافق اجتماعي، توافق دراسي) والمجموع الكلي لمقياس التوافق النفسي، وذلك يدل على عدم وجود فروق جوهرية بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج عدة دراسات مثل دراسة (روحية على ، ١٩٨٨) ودراسة (وحيد مصطفى ، ٢٠٠٥) ودراسة (سناء حامد زهران ، وسحر زيدان ، ٢٠٠٩) ودراسة (هدى شعبان ، ٢٠١٠) ودراسة (أحمد العتيق وآخرون ، ٢٠١٣) .

والتي أشارت نتائجها إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الرتب لدرجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لمقياس التوافق النفسي ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء تحسين بعض مهارات الإقناع الشخصي وهي مهارة الحوار ومهارة السؤال ومهارة الاستماع من قبل الطلاب الأمر الذي أدى إلى شعورهم بالتوافق النفسي بشكل مستمر ، فقد أتاحت لهم اكتساب بعض مهارات الإقناع الشخصي فرصة إقامة قنوات اتصال مع الآخرين مكنهم من فهم أعمق للتقاليد وقيم المجتمع وعاداته وقبول أكثر لهذه القيم والتقاليد والعادات التي ربما كانوا يرفضونها من قبل ، مما أدى إلى تعزيز شعورهم بالارتباط والانتماء لمجتمعهم المتمثل في الأسرة والجامعة والمجتمع الخارجي ككل .

كما يفسر الباحث النتيجة السابقة في ظل تطور السلوك الاجتماعي لهؤلاء الطلاب وذلك في ظل الاستمرار في تحسن مهارات الإقناع الشخصي وهذا التطور الاجتماعي تسبب في زيادة شبكة علاقات الطلاب الاجتماعية مما تبعه الكثير من العوامل التي ساهمت في تحسين مستوى التوافق النفسي لديهم ، ومن هذه العوامل :

١ - إشباع الحاجة لتكوين علاقات حميمة : فهناك حاجة ملحة من حاجات الإنسان الاجتماعية وهي الحاجة إلى تكوين علاقات حميمة مع الآخرين ، وهذه العلاقات تؤثر بشكل كبير وإيجابي على التوافق النفسي .

وهذه الرغبة في العلاقات الحميمة تكون على مستويات مختلفة بين الوالدين وأبنائهم ، وبين الأصدقاء بعضهم البعض ، وبين الزوج والزوجة ، وبين المعلم والطلاب ويعبر عن ذلك خلال مراحل مختلفة من الحياة بمشاعر الثقة والتقارب والتوافق . (Margalit, 2010, 9) .

٢ - زيادة المساندة الاجتماعية : ويتم ذلك من خلال توسيع شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد وامتلاك العديد من المهارات التي تسهم بشكل أو بآخر في تكوين علاقات حميمة مع الآخرين ، وهذا ما توفر بالفعل لهؤلاء الطلاب أثناء البرنامج وبعد تطبيقه .

كما يفسر الباحث النتيجة السابقة في ضوء إسهام البرنامج في توفير بدائل عملية وحلول واقعية لإحداث التوافق النفسي ، والمقصود بهذه البدائل مهارات الإقناع الشخصي والذي يمثل اكتسابها إستراتيجية هامة للتوافق النفسي ، والتي تمثل مشكلة مؤرقة للمتخصصين في الجوانب النفسية والانفعالية وكذلك للأسرة والمدرسة والمجتمع ككل ، ولولا توفير هذه البدائل لازداد سوء التوافق وعمل على زيادته عدة عوامل منها خصائص المرحلة العمرية الحرجة التي يمر بها هؤلاء الطلاب ، حيث يعانون من اضطرابات نفسية شديدة تجعلهم يعيشون في صراع نفسي مستمر يحد من أنشطتهم الاجتماعية وعلاقتهم مع أقرانهم ، وهذا يتوافق مع ما أشارت إليه (إيناس خليفة ، ٢٠٠٥ ، ٧٤) .

من أن مرحلة المراهقة تمثل أخطر مراحل الحياة حيث يمر الفرد فيها بكثير من الصعوبات والمشكلات ويُعاني فيها من العديد من الصراعات والقلق وإذا لم يجد المراهق في هذا السن من يأخذ بيده ويعاونه في تخطي هذه الصعوبات والعقبات ويوجهه للتعامل مع هذه الصراعات فمن الممكن أن ينجرف إلى سلوكيات غير مرغوبة.

ثانياً : توصيات الدراسة

- ١ - الاهتمام بإعداد المزيد من البرامج الإرشادية لتوجيه وإرشاد طلاب الجامعة لتنمية مهارات الإقناع والاتصال لديهم.
- ٢ - ضرورة التوسع في إنشاء وحدات للإرشاد النفسي في الأندية والساحات الشعبية يتردد عليها طلاب الجامعة وذلك بهدف دعم جوانب الصحة النفسية لديهم.
- ٣ - قراءة سير العظماء والمؤثرين في كافة المجتمعات من أجل استخلاص أهم نقاط القوة لدى شخصياتهم قراءة تحليلية والتي أفرزت جمهور متأثر بهم، وبالتالي انعكس عملهم الإيجابي على تنمية مجتمعاتهم وتطورها.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

١. أحمد العتيق، هالة عوض وآخرون (٢٠١٣): دراسة استطلاعية لبرنامج معرفي سلوكي لتحسين التوافق النفسي والاجتماعي لدى مرض التهاب الكبد سي معهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس، القاهرة.
٢. أرون بيك (٢٠٠٠): العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية، ترجمة: عادل مصطفى سيد، الطبعة الأولى، القاهرة، دار الأفاق العربية للنشر والتوزيع.
٣. أماني سمير محمد علي (٢٠١٤): فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتنمية مهارات التواصل وخفض العنف لدى عينة من المراهقين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
٤. إيناس خليفة (٢٠٠٥): مراحل النمو وتطوره ورعايته ، عمان : دار مجدلاوي للنشر.
٥. حسين قائد محمد المقطري (٢٠٠٥): فاعلية برنامج العلاج المعرفي السلوكي في علاج القلق لدى الشباب الجامعي، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة أسيوط.
٦. خالد حسين حمدان (٢٠٠٥): الإقناع أسسه وأهدافه في ضوء أسلوب القرآن الكريم، دراسة وصفية تحليلية، مؤتمر الدعوة الإسلامية ومتغيرات العصر، كلية أصول الدين، الجامعة الإسلامية، غزة.
٧. رثيفة رجب عوض (٢٠٠٠): فاعلية برنامج علاجي سلوكي معرفي في تخفيف الضغوط النفسية والسلبية لدى المراهقين من الجنسين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة طنطا.

أ. د/ حمدي شاكر محمود
د / نور الهدي محمد عمر
د/ نهلة عبد الرزاق عبد المجيد
أ/ جمال عثمان جمال الدين

٨. رشا أبو ستيت (٢٠٠٨): فاعلية برنامج للتدريب على الإفصاح الذاتي في خفض الاكتئاب لدى المراهقين . رسالة ماجستير . جامعة القاهرة ، معهد الدراسات التربوية.
٩. رمضان عبد اللطيف محمد (٢٠١٢): الإفصاح عن الذات وعلاقته بالاكتئاب وفاعلية برنامج للتدريب على الإفصاح عن الذات في خفض الاكتئاب لدى الأزواج. مجلة كلية التربية - جامعة سوهاج . العدد ٣٢ ، يوليو ٢٠١٢ . ص ص ٣٢٠ - ٣٥٩ .
١٠. روحية على حسين (١٩٩٨): دراسة تجريبية لأثر برنامج إرشادي في تحسين الأطفال المكفوفين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
١١. سامي موسى هاشم (٢٠٠٠): دراسة لبعض العوامل المحددة للتوافق مع الإعاقة لدى المعوقين جسدياً، مجلة كلية التربية بالإسماعيلية، العدد الأول (يناير)، ص ص ٧٥ - ١١٤، جامعة قناة السويس.
١٢. سناء حامد زهران وسحر زيدان (٢٠٠٩): فاعلية برنامج إرشادي في خفض حدة العنف الأسري وتحسين مستوى التوافق لدى عينة من الطالبات المتزوجات بجامعة الملك فيصل، مجلة كلية التربية، المجلد ١٩، العدد الثاني (ب) جامعة الإسكندرية.
١٣. سهيل الحوري، مثني طه، سعاد مجيد (٢٠٠٠): قياس قدرة طلبة الكليات الأهلية على التوافق الاجتماعي، مجلة كلية المأمون الجامعة ببغداد، العدد الثاني.
١٤. سيد أحمد عبده عجاج (١٩٩٥): مدى فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التفاعل الأسري وانعكاس ذلك علي التوافق النفسي لدى الأطفال، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

١٥. صبحي عبد الفتاح الكفوري (٢٠٠٠): فاعلية برنامج علاجي سلوكي معرفي في إدارة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب كلية التربية، مجلة البحوث النفسية والتربوية، العدد ٣، ص ص (٩٦ - ١٦٠).
١٦. طلعت منصور غبريال (١٩٨٠): سيكولوجية الاتصال، سلسلة عالم الفكر، المجلد ١١، العدد الثاني، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.
١٧. عادل عبد الله (٢٠٠٠): العلاج المعرفي السلوكي، أسس وتطبيقات، القاهرة: دار الرشاد للنشر.
١٨. عباس محمود عوض (١٩٨٧) : علم النفس العام ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية.
١٩. عبد الرحمن عبد الرؤوف (١٩٨٥): قياس المناخ الأسري كمحدد لتوافق الفصل الدراسي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
٢٠. عبير صالح عبد الله الهدان (٢٠١٤): فاعلية برنامج إرشادي بلغة الجسد في تحسين التواصل الاجتماعي والكفاءة المهنية لدى عينة من الطلاب المستجدين بأكاديمية سعد العبد الله للعلوم الأمنية، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس.
٢١. عفاف إبراهيم إبراهيم (٢٠١٤): فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في خفض حدة فقدان الشهية العصبي لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، المجلد (٢٥)، العدد (٩٧) يناير.
٢٢. فتحي مهدي محمد نصر (٢٠٠٩): فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى الاكتئاب وتحسين تقدير الذات لدى الشباب الجامعي، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس.
٢٣. فكري أحمد عسكر (٢٠٠٧): فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في خفض مستويات الغضب لدى طلاب الجامعة.

أ. د/ حمدي شاکر محمود
د / نور الهدي محمد عمر
د/ نهلة عبد الرزاق عبد المجيد
أ/ جمال عثمان جمال الدين

٢٤. قطب عبده خليل (٢٠٠٤): فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف حدق الأرق لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة طنطا.

٢٥. ليلى محمد عارف (٢٠١٤): برنامج تكاملي لتنمية مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي بين الزوجين حديثي الزواج كمدخل لتحسين التوافق الزوجي، رسالة دكتوراه، كلية البنات، جامعة عين شمس.

٢٦. محمد الشيخ (١٩٩٥): وحدة تكامل المعاملة الأسرية وعلاقتها بالتوافق النفسي للأبناء، صحيفة التربية، العدد الرابع، جامعة الأزهر، القاهرة.

٢٧. محمود فتحي عكاشة، أماني فرحات عبد المجيد (٢٠١٢): تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال الموهوبين ذوي المشكلات السلوكية المدرسية. *المجلة العربية لتطوير التفوق*، العدد ٤، المجلد ٣، ص ص ١١٦ - ١٤٧.

٢٨. مروان سليمان سالم (٢٠٠٨): فاعلية برنامج مقترح لزيادة الكفاءة الاجتماعية للطلاب الخجولين في مرحلة التعليم الأساسي، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

٢٩. ممدوحة محمد سلامه (١٩٩٠): عرض كتاب الكاريزمية والقدرة على التأثير على الآخرين، من تأليف رونالد ريجيو، مجلة علم النفس، العدد ١، القاهرة.

٣٠. نايفة الشوبكي ونزيه حمدي (٢٠٠٨): فاعلية برنامج لتدريب الوالدين على مهارات الاتصال في خفض الضغوطات النفسية وتحسين مستوى التكيف لدى الآباء وأبنائهم، مجلة البصائر، المجلد ١٢، العدد ١، الأردن.

٣١. نبيل حافظ (١٩٩٢): دراسة للعلاقة بين استخدام أسلوب التجويف لضبط سلوك الطفل والتوافق الشخصي والاجتماعي للأباء، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ص ٩٥ - ١١٠.
٣٢. نشوة كرم (٢٠١٠): فاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
٣٣. هدى شعبان محمد (٢٠١٠): فاعلية برنامج إرشادي في تنمية القدرة على التمييز الانفعالي لدى الأطفال الصم في ضوء نظرية العقل، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية بأسيوط.
٣٤. وائل السيد حامد (٢٠٠٦): علاقة التوافق النفسي والاجتماعي بمهارات الاتصال لدى الطلاب المقيمين بالمدن الجامعية بجامعة قناة السويس، مجلة كلية التربية، الإسماعيلية، جامعة قناة السويس، العدد ٧٦.
٣٥. وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٥): فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق النفسي لدى الأمهات المسينات لأطفالهن المعاقين عقلياً، مجلة الدراسات النفسية، العدد ٢، كلية التربية، جامعة الزقازيق، ج ١٥.

أ. د/ حمدي شاکر محمود
د / نور الهدي محمد عمر
د/ نهلة عبد الرزاق عبد المجيد
أ/ جمال عثمان جمال الدين

أثر برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتحسين

ثانياً : المراجع الأجنبية :

36. Dessler, Gary, Management principles and practices for tomorrow's leaders, New Jersey: Florida international university, 2004.
37. Hill, Nicole, R. (1999): Dual Career families, A family therapy perspective Eric - No:Ed 435891.
38. Insabella, G.M. (2000): Parental Negatiation of Autonomy and Related ness and Its Direct and influences on Adolescent sexual. Behavior Diss. Abs. Ml. Vol. 16 (B) PP - 3279.
39. Margalit, M. (2010): Lonely children and Adolescents (Self-perception, social exclusion and Hope). New York: Springer books.
40. Rueter, Martha, A. And conger, Rand, D. (1995): Antecedents of parent - Adolescent Disagreents, journal of marriage and family 57, Pp 435 - 448.