

فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة^١

د/ محمد أحمد سيد خليل

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة أسوان

مستخلص الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب جامعة أسوان وذلك عن طريق إعداد وتطبيق برنامج للعلاج بالواقع والتأكد من تحقيق هذا الهدف، ومدى استمرار أثره بعد انتهائه وخلال فترة المتابعة. وقد تكونت عينة الدراسة من ٢٠ طالباً من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة أسوان ممن لديهم مستوى مرتفعاً من القابلية للإيحاء مقسمين بالتساوي إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وتم استخدام المنهج التجريبي، وتضمنت أدوات الدراسة مقياس القابلية للإيحاء، وبرنامج العلاج بالواقع. وقد أسفرت نتائج الدراسة عن فعالية برنامج العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب جامعة أسوان، وتم في ضوء تفسير نتائج الدراسة تقديم بعض التوصيات /والمقترحات/.

الكلمات المفتاحية: القابلية للإيحاء - العلاج بالواقع - طلاب الجامعة.

^١ تم استلام البحث في ٨ / ١ / ٢٠٢٠ وتقرر صلاحية النشر في ١٥ / ٢ / ٢٠٢٠

^١ Tel: 01127885778- 0106077762

فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة^٢

د/ محمد أحمد سيد خليل

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة أسوان

مقدمة:

يحتاج الطالب في المرحلة الجامعية الى اهتمام خاص وهذا نظرا لخطورة هذه المرحلة ولما تتميز به من طبيعة خاصة بها العديد من التغيرات العقلية والفكرية والاجتماعية، والتي تعد بمثابة مؤشر على بناء جيل جديد بدأ في الظهور، إضافة إلى إمكانية زيادة معاناة الطلاب الجامعيين في مشكلاتهم وتحدياتهم المتعددة، فلا بد له وأن يواجه تلك المشكلات والتحديات بشكل سليم حتى يتحقق له السلامة النفسية.

ويوضح محمد مسعد (٢٠٠٦) أن ظاهرة القابلية للإيحاء من أهم المشكلات التي تظهر في هذه المرحلة، حيث من الملاحظ تزايد حجمها بوضوح في المجتمع، حيث تضخم خطرهما على أفراد المجتمع بصفة عامة وعلى طلاب الجامعة بصفة خاصة، فهي تعبر عن الميل أو الاستعداد لدى الأفراد بسرعة التصديق والتسليم بأفكار وتوجهات ومعتقدات الآخرين بشكل ينعدم فيه التفكير والرؤية النافذة الثاقبة، وهؤلاء غالبا ما يكونوا ضحية للشائعات والخرافات ووسائل الإعلام وغيرها، إضافة الى أقران السوء الذين لديهم دور في انتشار مثل هذه الظاهرة، وتؤكد ميرفت حشيش (٢٠٠٢، ١١) أن الشخص القابل للإيحاء يتأثر بالعديد من العوامل والأمور أهمها انخفاض الوعي والحاسة النقية إضافة إلى غياب الفهم والتحليل المنطقي السليم.

ولما يتضح من خطورة لهذه الظاهرة تستوجب علاجها أو التخفيف منها، يرى الباحث متفقاً مع جلاسر (٢٠٠٥، ٢٩) Glasser أن العلاج بالواقع يعتبر أحد أنسب التدخلات العلاجية للتخفيف من مستوى القابلية للإيحاء، حيث يعطي أهمية كبيرة لقدرة الإنسان على تحديد مصيره والاختيار بين البدائل، علاوة على أنه امتداد لمجموعة من الأساليب العلاجية التي تهتم بالعلاج الوجودي والأساليب التي تركز على الجانب الذاتي للعملاء من خلال قدرتهم على فهم وإدراك

^٢ تم استلام البحث في ٨/ ١/ ٢٠٢٠ وتقرر صلاحية النشر في ١٥/ ٢/ ٢٠٢٠

^٢ Tel: 01127885778- 0106077762

E-mail: mohemadahmed87@yahoo.com

المحيط الذي يعيشون فيه من وجهة نظرهم، وبالتالي فهو يركز على فهم الافعال التي يقوم بها العملاء والكيفية التي يد/ركون بها الأشياء من أجل تغيير ما يشعرون به

وبالتالي سعى الباحث إلى إعداد وتنفيذ وتطبيق برنامج يحتوى على بعض فنيات العلاج بالواقع والتي تعمل بدورها على التخفيف من مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، وذلك عن طريق مجموعة من الجلسات الإرشادية القائمة على بعض فنيات العلاج بالواقع.

مشكلة الدراسة:

تتبلور مشكلة الدراسة الحالية في ضوء الملاحظة الشخصية لطلاب الفرقة الرابعة نتيجة عمل الباحث منسقاََ للأنشطة الطلابية بالكلية، فلاحظ فيهم تأثرهم بما يسمعه من آراء زملائهم دون تحليل ونقد لما يتم سماعه، ويؤثر هذا بطبيعة الحال على قدرتهم اتخاذ القرار السليم، علاوة على اعتقادهم في مفاهيم التفاؤل والتشاؤم من خلال رؤية بعض الحيوانات والطيور صباحاً، وتأثرهم بشكل كبير بما يتم مشاهدته في التلفزيون ووسائل التواصل الاجتماعي، وبالرجوع إلى الدليل التشخيصي الرابع DSM-IV وجد أن الملاحظات والأعراض السابقة تتدرج تحت ظاهرة القابلية للإيحاء والتي تتمثل في تذبذبهم عند اتخاذ القرارات، وعدم معرفة بعض قدراتهم وامكاناتهم مقارنة بما يطمحون إليه وبالتالي تأثيرهم سلبيا من النواحي الانفعالية والاجتماعية، ومن هنا رأى الباحث أن يقوم بإعداد وتطبيق برنامج يعتمد على بعض فنيات العلاج بالواقع بهدف تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة.

وفي ضوء ما أثارته مشكلة الدراسة من توضيح للملاحظة الخاصة بالباحث، يمكن بلورة المشكلة في السؤال التالي:

"ما فعالية برنامج العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة؟"

هدف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، وذلك عن طريق إعداد وتطبيق برنامج يعتمد على بعض فنيات العلاج بالواقع، ومعرفة مدى استمرار أثره بعد انتهائه وخلال فترة المتابعة

أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة من الناحيتين النظرية والتطبيقية:
أ. أن هذه الدراسة تمس مرحلة عمرية هامة جدا وهي مرحلة المراهقة لما تتصف بها هذه المرحلة من تغيرات نفسية ومشكلات وغيرها.

فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة

- ب. التعرف على ما هبة القابلية للإيحاء وأعراضها، وإيجابياتها وسلبياتها، وعناصرها والعوامل التي تؤدي إلى حدوثها.
- ج. إثارة انتباه القائمين ومراكز الإرشاد النفسي بالكليات والجامعات للتصدي لمثل هذه المشكلات لما لها من تأثير سلبي على طلاب الجامعة وخاصة طلاب الفرقة النهائية المقبلين على العمل والزواج.
- د. إعداد وتصميم وتطبيق برنامج يقوم على بعض فنيات العلاج بالواقع يهدف إلى تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة يمكن للقائمين على العملية التعليمية والتربوية الاستفادة منه.

المفاهيم الإجرائية للدراسة:

أولاً- القابلية للإيحاء:

ترى هبه عاطف (٢٠١٨، ٦) أن القابلية للإيحاء هي القبول والتصديق لكل أو بعض آراء وأفكار الآخرين إضافة إلى اتباع الآخرين في جميع أفعالهم والتطبع بطباعهم والتأثر بحالتهم الوجدانية، كما يعرفها فاندين (٢٠١٥) Vanden في قاموس جمعية علم النفس الأمريكية APA بأنها تبني الفرد بدون تمحيص أو تدقيق لأفكار الآخرين وسلوكياتهم ومعتقداتهم بسهولة، ويعرفها الباحث إجرائياً في دراسته الحالية بأنها تؤثر على طلاب الجامعة بما يتم مشاهدته أو سماعه من قبل زملائهم أو في وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي بل وتصديقه والعمل به، مما يؤثر على اتخاذ القرارات المناسبة لامكاناتهم وقدراتهم.

ثانياً- العلاج بالواقع:

عرفه جلاسر (٢٠٠٥) Glasser بأنه أسلوب إرشادي مباشر يعمل على مساعدة المسترشدين في فهم ذواتهم والوصول إليها بنجاح، إضافة إلى اشباع حاجاتهم وما يتلاءم والواقع المحيط بهم ليحققوا أقصى درجات التوافق مع أنفسهم ومع الآخرين وهذا التعريف هو ما سوف يتبناه الباحث في دراسته الحالية.

ثالثاً- البرنامج العلاجي المستخدم:

هو مجموعة من الأنشطة والمهام المختلفة التي تدخل في إطار برنامج التدخل المستخدم الذي يقوم على استخدام أسلوب العلاج بالواقع في الإرشاد، ويتم تقديمه لمجموعة من طلاب كلية التربية جامعة أسوان الذين توجد لديهم قابلية مرتفعة للإيحاء كما يتضح من درجاتهم في المقياس المستخدم، وذلك خلال فترة زمنية محددة، وتدريبهم عليها خلال عدد معين من الجلسات حتى يمكن أن تقل قابليتهم للإيحاء، ويحد من الآثار السلبية المترتبة على ذلك وهو ما

يساعد ويزيد ويساهم في تحسين مستوى خبرتهم في الحياة.

محددات الدراسة:

اشتملت الدراسة على مجموعة من المحددات تتمثل في التالي:

١. محددات مكانية: تم تطبيق بعض فنيات العلاج بالواقع بقاعات كلية التربية- جامعة أسوان.
٢. محددات منهجية:

أ. بشرية: بلغت عينة الدراسة النهائية للدراسة ٢٠ طالباً من طلاب السنة النهائية بكلية التربية ممن لديهم مستوى مرتفع من القابلية للإيحاء.

ب. المنهج: اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج التجريبي باعتبارها تجربة تهدف إلى التأكد من فعالية بعض فنيات العلاج بالواقع (متغير مستقل) في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء (متغير تابع) ، كما تعتمد الدراسة على تصميم تجريبي ذي مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

ج. أدوات الدراسة: اشتملت أدوات الدراسة على التالي:

- مقياس القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة من إعداد سامح دراج (٢٠١٩).
 - برنامج يعتمد على بعض فنيات العلاج بالواقع من إعداد الباحث.
 - د. أساليب إحصائية: وتم استخدام عدد من الأساليب الإحصائية اللابارامتريّة والمتمثلة في معامل مان ويتي، ومعامل ويلكوكسون، وقيمة Z.
٣. محددات زمنية: بدأ الباحث تطبيق برنامج العلاج بالواقع في الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ٢٠١٩، وتم الانتهاء من تطبيقه في نوفمبر ٢٠١٩.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

ساعد التطور التكنولوجي الهائل في كافة المجالات إضافة إلى التضخم المعرفي وثورة التكنولوجيا المعلوماتية على سهولة نقل المعلومات وسرعتها من مكان إلى آخر، وبالتالي أصبح الإنسان عرضة لقدر هائل من الأفكار والمعتقدات الموجودة في وسائل الدعاية أو مواقع التواصل الاجتماعي وغيرها، وبالتالي أصبح من الممكن ان يتبنى الفرد هذه الأفكار بعيداً عن جودتها من عدمها، مما أدى إلى انتشار بعض الظواهر النفسية والاجتماعية وبعض المشكلات، ومن تلك الظواهر النفسية ظاهرة القابلية للإيحاء التي أصبحت تمثل خطراً وتهديداً على الفرد والمجتمع.

ولعل طلاب الجامعة من أكثر فئات المجتمع عرضة للإصابة بالعديد من الظواهر النفسية والمشكلات السلوكية الاجتماعية نظراً لما يواجههم من تحديات فكرية وعقلية، إضافة

فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة

إلى أن مرحلة المراهقة من المراحل التي تكثر فيها هذه المشكلات وتعد لتشمل طلاب الجامعة تحديدا لما يتعرضون له من أفكار ومعتقدات وآراء تختلف وإمكاناتهم وبيئتهم وقدراتهم، وهذا ما يجعلهم متذبذبين في قراراتهم دون معرفة ما يناسبهم منها، وهذا ما يتفق ودراسة أحمد عبد الخالق (٢٠١٠) التي أكدت أن القابلية للإيحاء من أكثر الموضوعات المؤثرة في طلاب الجامعة ويعانون منها بالفعل، حيث أصبحت سمة شخصية تعكس اتجاهها عاما لقبول الأفكار والمعتقدات وتعكس التوازن بين معالجة المعلومات دون تقييم، ويؤكد حلمي المليجي (٢٠٠٠، ١٤١) أن الأفراد يتفاوتون في درجات استعدادهم وقابليتهم للإيحاء، مع التأكيد أن القابلية للإيحاء لها منظور إيجابي وليست سلبية على نحو مطلق، فضلا عن أنها تساعد على تبني الأفكار العلمية وتعليم مهارات جديدة أو حتى مناقشتها، كما أن ارتفاع مستوى القابلية للإيحاء له العديد من الآثار السلبية الهدامة والتي تؤثر على سلوكيات الفرد وتغييرها بطريقة إرادية أو غير إرادية، وهذا ما تؤكد دراسة كوتوف (٢٠٠٤) Kotov، وكما يؤكد عادل مصطفى (٢٠٠٧، ٢١) على أن غياب التفكير النقدي يجعل الشباب أن يكونوا أكثر عرضة إلى المؤثرات المحيطة، فيقوموا بتكرار ما يقوم به البعض دون تفكير أو تدقيق أو غيره، وغالبا ما يكونوا أيضا عرضة للشائعات والخرافات والرسائل الموجهة المدمرة، وهذا ما يتفق ودراسة محمد محمد (٢٠١٧)، وفي كل المشاحنات والصراعات والخلافات والاستقطاب من عدة تيارات تأتي ظاهرة القابلية للإيحاء لتلقي بظلالها على المجتمع عامة وعلى المراهقين والشباب بشكل خاص.

ويعد مفهوم القابلية للإيحاء من المفاهيم التي تختلف وفقا للتخصصات والثقافات، لذا اختلف العلماء والباحثون في وضع تعريف موحد لها، فيرى محمد عواد (٢٠١١، ١٩٢) أن القابلية للإيحاء هو تقبل واستعداد الفرد للإيحاء سواء كان ذلك بفضل ظروف حياتية أو حالات يولد بها الانسان، كما يعرفها سمير حجازي (٢٠٠٥، ٢٣٦) أنها سرعة استجابة وتصديق الآخرين علاوة على تقبل الفرد لما ينقل اليه، وهذا ما يتفق ودراسة أنجيلا وآخرين (٢٠٠٤) Angela et al والتي تؤكد أن القابلية للإيحاء هي سرعة تأثر الفرد بمؤثر خارجي، كما يعرف الدليل التشخيصي الخامس للدراسات للاضطرابات النفسية أن القابلية للإيحاء تعني سهولة وسرعة التأثر بالآخرين (DSM, 13)، كما يؤكد كارهارت وآخرون (٢٠١٥) Carhart et al أن القابلية للإيحاء تشير إلى حساسية الفرد أو استجابته للإيحاءات التي من الممكن وأن تؤدي الى حدوث تغييرات في الوعي تستهدف الإدراك والاحساس والانفعال والسلوك أو الجانب المعرفي للفرد، كما ترى لطيفة ماجد وضيء محمد (٢٠١٦) بأن القابلية للإيحاء هي ميل الفرد إلى تقبل الأفكار والآراء والمعتقدات من الآخرين دون مناقشة أو تدقيق، وهذا ما يتفق وتعريف

محمد مسعد (٢٠٠٦) والذي يؤكد أن القابلية للإيحاء هي استعداد الفرد بسرعة التصديق والتسليم وربما الاقتناع بالآراء والأفكار والمعتقدات أو المدركات عموماً التي يخبر بها الشخص في عالمه الشخصي والاجتماعي دون نقد أو تدقيق.

وبتحليل الكتابات النظرية والدراسات السابقة لتعريف القابلية للإيحاء، وجد الباحث أن كل العلماء والباحثين اتفقوا على أن القابلية للإيحاء من الممكن أن تكون مكتسبة من قبل الآخرين أو قد تكون نزعة فطرية، ولكن اتفق الجميع على أنها سرعة تصديق الآخرين لآرائهم وأفكارهم دون نقد أو تحليل منطقي لما يتم قوله أو سماعه منهم.

ويرى بورخارد وآخرون (٢٠١١) Burkhard et al أن القابلية للإيحاء لها مجموعة من الأنواع تتمثل في الإيحاء الفردي مقابل الإيحاء الجماعي، والإيحاء السلوكي في مقابل الإيحاء الكلامي، والإيحاء الموجب في مقابل الإيحاء السالب، والإيحاء الغيري في مقابل الإيحاء الذاتي، كما يرى ليفشيتز وآخرون (٢٠١٧) Lifshitz et al أن الإيحاء له عدة أنواع، يتمثل أولها تبعاً للعلاقة بين الموحى والموحي اليه ويكون إما إيحاء ذاتي أو غيري، أو إيحاء متعمد مباشر أو غير مباشر، أما ثاني الأنواع فيكون تبعاً للمضمون، ويندرج تحته إيحاء عقلي، لفظي، اجتماعي، علاجي، تنويمي، بعد تنويمي، إيجابي، سلبي، مضاد، أولي، وأخيراً إيحاء ثانوي، والقابلية للإيحاء كما عرض الباحث سابقاً لمجموعة من الدراسات لها جانبين أحدهما إيجابي والآخر سلبي، وهذا ما يتفق ودراسة صالح الداهري (٢٠١٤، ١٢٠) التي وضحت أهم فوائد القابلية للإيحاء والتي تظهر في القيادة، والتخلص من الحيرة، والإبداع، والتربية والتعليم، والترابط الاجتماعي، وخفض التوتر، وهذا ما تؤكد دراسات أدلر (٢٠٠٥) Adler، وحلمي المليجي (٢٠٠٠، ١٤١)، في حين يبرز أنجيلي وآخرون (٢٠٠٤) Angele et al الوجه الآخر من القابلية للإيحاء وهو أضرارها والتي تتمثل في التذبذب، ومسايرة الاتزان دون تعقل، وسرعة انتشار الشائعات، وشيوع السلوكيات السلبية، وشيوع العنف، وتعاطي المخدرات، ووجد الباحث ما سبق متفقاً ودراسات علي وادي وإخلاق الجنابي (٢٠١١)، ودراسة محمد إبراهيم (٢٠١٥).

وبدراسة المواقف التي تكون فيها ظاهرة القابلية للإيحاء أكثر ظهوراً فإنه غالباً ما يكون هناك مؤثر وم متأثر، وبالنسبة للمتأثر وهو الشخص الموحى إليه فإنه يكون أكثر استعداداً للإيحاء خاصة إذا ما كان في حالة جسمية ضعيفة، وكذلك إن كان يعاني من حالات التعب والانهالك والخمول أو مروره بخبرة نفسية سيئة، وبالتالي تؤكد ميرفت حشيش (٢٠٠٢) أن هناك شروطاً

فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة

لحدوث القابلية للإيحاء تتمثل في التالي:

- الإفتقار لمحتوى عقلي مناسب يساعد على تقييم الأشياء
- امتلاك خلفية معرفية محدودة

وبالتالي فإن الشخص ذوي الميول الإنصياعية عادة ما يثق في الكثير من الناس بسرعة وبدون اختبار نواياهم، وبالتالي يتحول هنا إلى ضحية واستغلال البعض، وبالنسبة للشخص الموحى فيرى أن العلم بالموضوع وقوة الشخصية وارتفاع مستوى الذكاء، كلها عوامل تساعد صاحبها على نقل أفكاره ومعتقداته وتوجيهاته إلى الآخرين، ويحدد محمد مسعد (٢٠٠٦، ٢١) بعض العوامل التي تؤثر في القابلية للإيحاء لدى الأفراد وهي كالتالي:

- الحالة الصحية والجسمية وقوة شخصية الموحى، مقابل الإحساس بالنقص والدونية وضعف الشخصية لدى الموحى إليه
- معاناة الشباب بأزمة الهوية والضياع مع وجود ثقافات هشة بين الأفراد
- وسائل الإعلام والفضائيات، وبعضها تحمل رسائل موجهة للشباب تستهويه وتستميله للفساد وتتضح أهمية القابلية للإيحاء من خلال تفسير بعض النظريات، فترى مدرسة التحليل النفسي ان القابلية للإيحاء هو نزعة فطرية عامة وهذا ما يتفق ورؤية فؤاد أبو حطب وآمال صادق (٢٠٠٠)، ويرى جابر عبد الحميد (١٩٨٦، ٣٠٩) أن نظرية السمات تؤمن بأن النزعة إلى خضوع الذات تؤثر في توجيهات الأفراد وسلوكياتهم حيث أن هناك بعض الموجهات الجماعية التي تؤثر على الأفراد داخل الجماعة، وتعرض فاطيمة (٢٠١٦) Fatimah ظاهرة القابلية للإيحاء من خلال نظريتي ليون فيستينجر Leonn Festinger وماكدوجل Mcdougal، فجاءت نظرية ليون فيستينجر Leonn Festinger وهي نظرية التناظر المعرفي والتي تهدف الى السعي نحو المنطق والإتساق وعدم التناقض، ومن هنا يرى الباحث أن القابلية للإيحاء ظاهرة غير منطقية في جوانبها السلبية وبالتالي تحتاج إلى نوع من الواقع في التعامل مع مثل هذه الظاهرة، أما عن نظرية ماكدوجل Mcdougal وهو من القائمين على نظرية الإيحاء التتويمي فنجد أن القابلية للإيحاء ما هي إلا نزعة فطرية لأفراد الجنس البشري وبالتالي هو يتفق مع النظرية الفرويدية في تحليلها لظاهرة القابلية للإيحاء.

وبتحليل الكتابات والدراسات السابقة استخلص الباحث أن القابلية للإيحاء بشقيها السلبي والإيجابي تظهر بشدة في مرحلة المراهقة، وبالتالي أصبحوا طلاب الجامعة عرضة لها، ومن خلال تعدد سلبياتها من عدم قدرة على اتخاذ القرارات المناسبة، وعدم معرفة الفرد لذاته

وإمكاناته وقدراته، مما يترتب عليه خلل في النواحي النفسية من الممكن وأن تنتطو وتصل إلى حالات الإنطواء والعزلة والإكتئاب، فكان الأمر يتطلب نوعاً من التدخل العلاجي للتقليل من تلك الآثار السلبية التي تلحق بطلاب الجامعة من خلال ظاهرة القابلية للإيحاء.

ومن خلال تعدد الأطر النظرية والكتابات النفسية رأى جلاسر Glasser وهو صاحب نظرية الاختيار والتي وضعها تحت نظرية التحكم Control Theory أن نظرية الاختيار تختلف مع نظرية الضبط الخارجي والتي تعزو السلوكيات لدوافع ومثيرات خارج إرادة الفرد، في حين تعزو نظرية الاختيار سلوكيات الفرد لدوافع تكمن داخل الفرد نفسه، ومن ثم تهدف هذه النظرية إلى تدريب الناس على عدم عزو سلوكياتهم إلى أطر وأسباب خارجية، وهذا ما يتفق ودراسة ماهر عمر (٢٠٠٤)، وبالتالي يرى الباحث أن القابلية للإيحاء لعبت دوراً هاماً في العلاج النفسي، فقد كان المعالجون النفسيون يعتمدون عليها كاستراتيجية علاجية قبل ظهور فرويد، وعلى الرغم من اعتماد الغالبية عليه إلا أن نتائجها عادة ما تكون مؤقتة وأحياناً عكسية، وهذا ما تماشى ودراسة كيرش ولو (٢٠١٣) Kirsch & Low، وبالتالي أصبح لزاماً على المراهقين والشباب أن يتميزوا بالتفكير العقلاني، وهو الذي يهدف إلى نقد وتحليل كل ما يعرض عليهم من أفكار ومعتقدات وغيرها من وسائل الإعلام والتواصل الاجتماعي، وأن يكونوا واقعيين ويدركوا مدى قوتهم وقدرتهم على تحديد مصيرهم عندما تتعدد البدائل والاختيارات، وهذا ما يتفق وما يدعو إليه جلاسر Glasser في أسلوب العلاج بالواقع، فيرى جلاسر (٢٠٠٥، ٢٩) أن السلوك هو محصلة لتفاعل أربعة عناصر وهي الفعل، والتفكير، والشعور، وأخيراً الخبرة الحركية.

ومن ثم يصنف أسلوب العلاج بالواقع ضمن الأساليب السلوكية الإدراكية، حيث أنه يركز على فهم الأفعال التي يقوم بها العملاء والكيفية التي يدركون بها الأشياء من أجل تغيير ما يشعرون به، إضافة إلى الالتزام للوصول إلى المطابقة بين المحيط الواعي والمحيط المدرك الذي يتصوره ويرسم أبعاده بشكل ذاتي، وتؤكد فاطمة أبورمان (٢٠٠٨) أن العلاج بالواقع هو أسلوب يساعد الناس في التحكم الأفضل لحياتهم، ومساعدتهم في تحديد ما يرغبون وما يحتاجونه، بينما يؤكد علي الجميلي (٢٠٠٧، ٢٩) أن العلاج بالواقع هو أسلوب إرشادي استمد مبادئه من النظرية السلوكية المعرفية والذي أثبت فعالية كبيرة في البرامج الإرشادية المختلفة، وذلك لكونه أسلوباً حديثاً يركز على قوى وإمكانيات الفرد التي تقوده إلى التخلص من المشكلات، وعرف بشير صالح (٢٠٠٨) العلاج بالواقع بأنه تلك العملية التي يساعد فيها المرشد المسترشد عن طريق المواجهة الإيجابية للواقع والتكيف معه وإشباع الحاجات في إطار

فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإحياء لدي طلاب الجامعة

وفق مفاهيم المسؤولية، والواقعية والصواب، كما اتفق محمد عبد الرحمن (٢٠١٥) مع فاطمة أبو رمان (٢٠٠٨) في أن العلاج بالواقع يقوم ويتبع نظرية الاختيار، حيث أن لكل فرد قدرة على الاختيار المناسب للسلوك الذي يلائمه ويتوافق معه، وهذا ما يتفق ودراسة جمال شاهين (٢٠١٠) Jamal والتي أكدت على فعالية البرامج التي تعتمد على العلاج بالواقع وفنائه المختلفة.

وتوضح إزرينا (٢٠١٤) Ezrina أن العلاج بالواقع تاريخياً مر بعدة مراحل وهي التركيز على الأفكار الصحية، ومرحلة تحديد مسئولية الفرد، ومرحلة إسهامات العلماء الذين طوروا نظرية جلاسر Glasser، ومرحلة إصلاح المراهقات الجانحات، ومرحلة كتاب العلاج بالواقع والذي نشره جلاسر Glasser والذي حدد فيه ملامح العلاج بالواقع بوضوح موضعاً استراتيجياته وفنائه وأساليبه، ومرحلة خدمة الأفراد والمجتمع وهذه المرحلة تتناول أهمية استخدام استراتيجيات العلاج بالواقع في تشكيل وتحديد هوية الأفراد، وكانت المرحلة السابعة وهي تناول صياغة بناء نظرية شرحت وظيفة العقل إضافة على احتوائها مفاهيم وأسس ومبادئ وعناصر مترابطة مع بعضها البعض، وأخيراً جاءت المرحلة الثامنة والتي هدفت إلى تطبيق العلاج بالواقع في الممارسات الإرشادية.

وقد ذكر ماهر عمر (٢٠٠٤، ٣٢-٣٦)، وجمال شاهين (٢٠١٠) Jamal ان العلاج بالواقع له عدة عناصر تتمثل في كونه أولاً عملية إرشادية، أي أنه ليس حدثاً عارضاً يحدث في حياة المسترشد بلا وفقة قصيرة، ولكن مفهوم العملية ينصف بالاستمرارية، وثاني هذه العناصر كونها تعليمية، حيث أن الاتجاهات الإرشادية تعليمية وليست تعليمية، إلا أن العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني والعلاج بالواقع يؤكدون على ضرورة تعليم المسترشد الاستراتيجيات التابعة له، وثالث هذه العناصر تحديد الحاجات والتي تتمثل في الحاجات الفسيولوجية، والحاجة إلى الإنتماء، والحاجة إلى القوة، والحرية والمرح، ورابع هذه العناصر هو الصورة الذهنية والتي تعبر عن ما يراه الفرد ويريد من تحقيق لرغبات أو اشباع حاجات، فإذا ما توافقت الصور الذهنية مع احتياجاته وإمكاناته كان الإنسان متزناً ومتوافقاً مع نفسه، وإذا ما كان العكس فبالتالي سوف يعاني من إحباطات مستمرة، ويعتبر الاختيار خامس هذه العناصر وهو أهمها على الإطلاق حيث يمكن المسترشد من الاختيار السليم، وأخيراً استخدام استراتيجيات العلاج بالواقع يعتبر العنصر السادس والأخير الذي يوضح كيفية الاستخدام السليم لاستراتيجيات العلاج بالواقع لتحقيق الأهداف المرجوة، وعرض مارتن وريتشارد (٢٠٠٣) Martin & Richard لبعض مبادئ العلاج بالواقع والتي تتمثل في المسؤولية، وإمكانية التغيير، والسلوك المدفوع، فيما

ذكر ماهر عمر (٢٠٠٤، ٧٦-٨٨) بعض خصائص العلاج بالواقع والتي تتمثل في رفض مفهوم المرض العقلي، ورفض خبرات الماضي، ورفض مفهوم الطرح، ورفض مفهوم اللاشعور، ورفض العقاب، والتأكيد على المسؤولية، والتأكيد على التقييم.

ونتيجة لما تم عرضه من خصائص ومبادئ وفوائد العلاج بالواقع، تعددت فنياته والتي وصفها جلاسر Glasser بأنها مجموعة من المحادثات والحوارات التي تهدف إلى مساعدة العملاء على تحديد احتياجاتهم ورغباتهم ومن ثم يستطيع مساعدته في اختيار السلوك الأكثر ملاءمة له، وقد استعان الباحث ببعض فنيات العلاج بالواقع والتي تتناسب لتحقيق الهدف المنشود للدراسة وهو تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، وهي فنيات استخدام الأسئلة، وعمل ما هو غير متوقع، والعلاج بالقراءة، ودمج النشاط البدني والتأمل، واستخدام الفكاهة، والواجب المنزلي، وأخيراً النمذجة.

ومما سبق يتضح أهمية العلاج بالواقع في الممارسات الإرشادية، فيوضح الباحث دور العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، حيث أن استخدام الباحث لبعض الفنيات مثل العلاج بالقراءة ودمج النشاط البدني والتأمل واستخدام الفكاهة التي كان لها دور واضح في تحسين أفكار الطلاب لما يتم عرضه عليهم من آراء وأفكار ومعتقدات تحالف إمكاناتهم وقدراتهم، وكان التدريب أيضاً على فنية عمل ما هو غير متوقع له دور ايجابي وبسيط مما أوضح لطلاب الجامعة سهولة ووضوح إمكاناتهم وقدراتهم وبالتالي اختيار ما يتناسب من أفكار وآراء ومعتقدات مع هذه الإمكانيات والقدرات، وكل ما سبق يأتي في إطار تأكيد بعض الدراسات السابقة لفعالية العلاج بالواقع وفنياته المختلفة في علاج معظم مشكلات المراهقين والشباب، ومن خلال عرض الدراسات السابقة والأطر والكتابات النظرية يتضح دور العلاج بالواقع في حل بعض المشكلات الخاصة بالمراهقين ومنها ظاهرة القابلية للإيحاء بأن يقوم الباحث عن طريق فنيات العلاج بالواقع تقديم مجموعة من الأفكار والتوجيهات للشباب والمراهقين بأن يتحروا الدقة لما يعرض عليهم من آراء وأفكار مشوهة من الإعلام أو وسائل التواصل الاجتماعي ليتم اختيار ما يتناسب وإمكاناتهم وقدراتهم.

وأخيراً يرى الباحث مستخلصاً من الدراسات السابقة أن ظاهرة القابلية للإيحاء تظهر بوضوح في مرحلة الشباب والمراهقة وخاصة المرحلة الجامعية كما يرى محمد مسعد (٢٠٠٦)، ومن ثم تعددت تعريفات القابلية للإيحاء والتي أكدت جميعها على أنها قبول وتصديق بعض أفكار وآراء الآخرين والتأثر بحالتهم الوجدانية مما يؤثر سلباً على اتخاذهم القرارات التي

فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة

تناسب إمكاناتهم وقدراتهم كما ترى هبة عاطف (٢٠١٨)، وفاندن (٢٠١٥) Vanden، وتظهر من خلال الدراسات السابقة إيجابيات وسلبيات القابلية للإيحاء كما في دراسة صالح الداهري (٢٠١٤). ثم رأى الباحث وفقاً للدراسات السابقة أن العلاج بالواقع يعد أنسب التدخلات العلاجية التي تعمل على تقصي الحقائق ومعرفة ما يتناسب وإمكانات وقدرات الفرد، والتأكد من صحة الشائعات والخرافات وتأثير وسائل التواصل والدعاية والإعلام على أفكار الشباب والمراهقين، فيركز أسلوب العلاج بالواقع وفتياته المختلفة على فهم الأفعال التي يقوم بها العملاء والكيفية التي يدركون بها الأشياء، فهو أسلوب يساعد الناس في التحكم الأفضل لحياتهم وتحديد ما يرغبون وهذا ما تؤكد دراسات فاطمة أبو رمان (٢٠٠٨)، وعلي الجميلي (٢٠٠٧).

وبالتالي رأى الباحث أن يقوم بإعداد وتنفيذ وتطبيق برنامج للعلاج بالواقع يهدف إلى:

- تدريب طلاب الجامعة على كيفية التدقيق فيما يدور حولهم من أفكار وآراء واختيار ما يتناسب وإمكاناتهم وقدراتهم
- التقليل تدريجياً من مستوى القابلية للإيحاء للعينة المستهدفة

فروض الدراسة:

تحدد فروض الدراسة في التالي:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة لصالح المجموعة التجريبية (في الإتجاه الأفضل).
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة لصالح القياس البعدي (في الإتجاه الأفضل).
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي لمستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة.

منهجية الدراسة:

أولاً- منهج الدراسة:

تعتمد الدراسة الحالية على المنهج التجريبي باعتبارها تجربة تهدف إلى التأكد من فعالية العلاج بالواقع (متغير مستقل) في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء (متغير تابع) لدى طلاب الجامعة، كما تعتمد الدراسة على تصميم تجريبي ذي مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى

ضابطة.

ثانياً- عينة الدراسة:

قام الباحث في سبيل انتقاء العينة بعدة خطوات، حيث قام بتطبيق مقياس القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة على عينة بلغ قوامها ١٠٠ طالب من طلاب السنة النهائية لكلية التربية بأسوان، وقام باستبعاد الطلاب الذين حصلوا على درجة منخفضة في المقياس والذين بلغ عددهم حوالي ٤٠ طالباً وطالبة، وتم استبعاد من لم يقوموا بإجابة بعض بنود المقياس وبلغ عددهم ٤٠ طالباً وطالبة، وأخيراً بلغت عينة الدراسة النهائية للدراسة ٢٠ طالب، ومن ثم فإنها تعتبر عينة قصدية، إلا أن الباحث قام بتصنيفهم إلى مجموعتين عشوائياً فكانت إحداهما تجريبية ضمت ١٠ طلاب والأخرى ضابطة ضمت نفس العدد.

وتم إجراء التكافؤ بين المجموعتين في مستوى القابلية للإيحاء فضلاً عن التطبيق القبلي للمقياس، وكانت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (١)

قيم u , w , z ودالاتها للفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة والتجريبية في مستوى القابلية للإيحاء ($n=2=1$)

المتغير	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	W	Z	الدالة
القابلية للإيحاء	الضابطة	١١.٣	١١٣	٤٢	٩٧	-٠.٦٢٤	غير دالة
	التجريبية	٩.٧	٩٧				

ثالثاً- أدوات الدراسة:

اشتملت أدوات الدراسة على التالي:

أ. مقياس القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة من إعداد سامح دراج (٢٠١٩).

ب. برنامج العلاج بالواقع من إعداد الباحث.

أ- مقياس القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة (سامح دراج، ٢٠١٩):

ويتكون هذا المقياس من ٢٦ عبارة مقسمين ضمنا على أربع ابعاد، بينهم ٢١ عبارة إيجابية و ٥ عبارات سلبية، وتتراوح درجة المقياس بين ٢٦ - ٧٨ على مقياس تقدير ثلاثي تتراوح درجاته (٣، ٢، ١)، بحيث تشير الدرجة المنخفضة الى مستوى منخفض من القابلية للإيحاء بينما تشير الدرجة المرتفعة الى مستوى مرتفع من القابلية للإيحاء، وبلغت نسبة ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ ٠.٦٤٨، وبطريقة التجزئة النصفية ٠.٦٣١، وتم استخدام صدق

فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة

المحكمين كنوع من أنواع الصدق كما تمت الاستعانة بالصدق المرتبط بالمشك وبمبلغ معامل ارتباط بيرسون ٠.٥٨٤ وهي نسبة دالة عند ٠.٠٠١ .

ب- برنامج العلاج بالواقع (من إعداد الباحث):

وهو مجموعة من الجلسات القائمة على بعض فنيات العلاج بالواقع الملائمة والمناسبة، بهدف تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب كلية التربية جامعة أسوان، وسوف يتم تناول البرنامج كالتالي:

• الفئة المستهدفة من البرنامج: صُمم هذا البرنامج ليُطبق على عينة من طلاب الفرقة النهائية من كلية التربية جامعة أسوان لتخفيف مستوى القابلية للإيحاء لديهم .

• أهداف البرنامج : للبرنامج أهداف عديدة نستعرضها فيما يلي :-

أ- الهدف العام: وهو تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة.

ب- الأهداف الخاصة: وتتضمن هذه الأهداف على:

- هدف إنمائي : ويتمثل في العمل على تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة.
- هدف وقائي : ويتمثل في إكساب طلاب الفرقة النهائية من كلية التربية بعض الفنيات والمهارات التي تساعدهم على تقصي الحقائق وعدم الانصياع وراء آراء البعض إلا بعد التدقيق الجيد لما يتم قوله والذي يساعدهم على تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لديهم مما يجعل لديهم قدرة على اتخاذ القرار.

- هدف إجرائي: وقد تم تحقيق الأهداف الرئيسية للبرنامج من خلال الأهداف الإجرائية الآتية :

- أن يعرف أفراد العينة ماهية القابلية للإيحاء وفوائده وأضراره وأنواعه.

- أن يكتسب أفراد العينة بعض فنيات العلاج بالواقع والتي تمكنهم من تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لديهم.

• أهمية البرنامج : تكمن أهمية هذا البرنامج في النقاط التالية :

١- أنه يتناول عينة من طلاب الجامعة وهي المرحلة الحرجة أو مرحلة المراهقة التي يعاني طلابها من مشكلات واضطرابات ، فهو موجه إلى الطلاب الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس القابلية للإيحاء.

٢- أنه يساعد أفراد العينة على التخلص من الآثار السلبية للقابلية للإيحاء وتنمية بعض مهاراتهم عن طريق بعض فنيات العلاج بالواقع لتمكينهم من تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لديهم.

- ٣- أنه يقدم عدداً من المعارف والخبرات اللازمة لتخفيف مستوى القابلية للإيحاء لديه.
- ٤- أنه يساهم في إثراء المكتبة السيكولوجية بالبرامج الإرشادية التي تهتم بمرحلة المراهقة ومشكلاتها.

• أسس بناء البرنامج، يعتمد بناء البرنامج على عدة أسس نُجملها فيما يلي :-

- ١- الحرص على إقامة علاقة إرشادية يسودها الثقة والألفة والتعاون بين المرشد والمسترشدين
- ٢- العمر الزمني للأفراد المشاركين والخصائص النمائية للمرحلة العمرية التي يمرون بها ومطالبها النمائية، حيث إن البرنامج الذي يصلح للأطفال لا يصلح مع المراهقين، وذلك لاختلاف العمر والخصائص النمائية.

٣- مراعاة الخصائص النفسية والانفعالية للمسترشدين

٤- الأخذ بعين الاعتبار نوع المشكلة وطبيعتها.

٥- واقعية البرنامج وإمكانية تطبيقه وتعميم الفائدة منه.

٦- مرونة السلوك الإنساني وقابليته للتعديل والتغيير.

٧- أن البرنامج يتم تعديله تبعاً لسرعة تعلم المتدربين واحتياجاتهم.

• مصادر بناء البرنامج : أُشتق الإطار العام لبرنامج العلاج بالواقع، ومادته العلمية والفنيات المتضمنة فيه عبر المصادر الآتية :

١-الإطار النظري الذي استهل منه الباحث المادة العلمية حول الموضوع .

٢- الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة .

٣- المقاييس والأدوات المستخدمة في هذه الدراسة.

٤- تحليل محتوى البرامج التي تناولت العلاج بالواقع وفنياته المختلفة التي تتفق وطبيعة المشكلة والمرحلة العمرية لأفراد العينة، ومن ثم تدريب أفراد العينة من الطلاب على تنمية بعض مهاراتهم الفكرية والعقلية لتساعدهم على اختيار الصائب من القرارات والأفكار وعدم الانسياق وراء إيحاءات وأفكار البعض بدون تدقيق أو نقد أو تحليل، إضافة إلى بعض فننيات العلاج بالواقع وذلك بهدف تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، مع الأخذ بعين الاعتبار أن محتوى البرامج الإرشادية يختلف باختلاف المشكلة والأهداف والعمر الزمني لأفراد العينة.

• خطوات إعداد وتنفيذ البرنامج:

- **محتوى البرنامج:** يحتوي البرنامج على مجموعة من الجلسات الإرشادية مقسمة الى ثلاث مراحل: اولهم وهو مرحلة الإعداد والتهيئة وفيها يتم التعارف وتكوين العلاقة الإرشادية الناجحة بين الباحث وأفراد العينة، وثاني هذه المراحل وهي مرحلة التدريب وفيها يتم

===== فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة =====

تدريب أفراد العينة على استخدام بعض فنيات العلاج بالواقع على النقد والتحليل لكل ما يتم عرضه على أفراد العينة، وآخر هذه المراحل وهي مرحلة إعادة التدريب لماتم التدريب عليه، وهذا بهدف تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة.

- **الفنيات والأساليب المستخدمة في البرنامج:** يمكننا توضيح الفنيات التي اعتمد عليها البرنامج فيما يلي:

- استخدام الأسئلة : يرى ووبولدينج (2011) Wobbling أنها تعد بمثابة الأساس في تطبيق العلاج بالواقع وذلك لمساعدة الأفراد في المجموعة العلاجية، ومن الأسئلة التي يسألها المرشد في محور العلاج بالواقع هي مالذي تريد الحصول عليه؟، ومالذي لا تريد الحصول عليه؟ .

- عمل ما هو غير متوقع : يؤكد ووبولدينج (٢٠٠٠) Wubbolding ان نقص التوقع سمة يستطيع بها المعالج أو المرشد النفسي تعزيز بيئة العلاج النفسي بزيادة طرق واستراتيجيات الافراد العلاجية للتفكير بشأن انفسهم والعالم من حولهم وبذلك يكون فعل المتوقع سهلاً أو بسيطاً كالتركيز على النجاحات وإمكانيات العميل.

- العلاج بالقراءة: يؤكد جلاسر (٢٠٠٥) Glasser أن العلاج بالقراءة من أهم فنيات العلاج بالواقع، وهذا بغرض تعليم الأفراد مبادئ نظرية التحكم، وأيضاً لتشجيع الأفراد على القراءة والحصول على المعلومات الصادقة والتأكد من المصادر الأساسية للمعلومة

- استخدام الفكاهة : أكدت دراسة كوري وجيرالد (٢٠٠١) Cory & Gerald أن الحس الفكاهي والنكتة من أهم الصفات التي لا بد وأن يتمتع بها الفرد ذو الأداء المتكامل وأن يكون إيجابى، وبالتالي يستطيع المرشد استخدام الدعابة في الجلسات العلاجية مع الأخذ في الاعتبار اختيار الوقت المناسب.

- دمج النشاط البدني والتأمل: يؤكد جلاسر (٢٠٠٥) Glasser، و حسن منسي (٢٠٠٤)، و جلال ضمرة (٢٠٠٧) أن ممارسة الأنشطة الرياضية كالمشي وغيرها بجانب التأمل يشكلان عنصراً إيجابياً لدى العميل، فتولد له حالة شبيهة بالنشوة وتسمح بزيادة الطاقة والإبداع، ولأن الوصول إلى هذه النتائج يتطلب وقت وجهد ومثابرة مستمرة، لذلك يجب على المرشدين تعليم وتدريب الأفراد هذه الممارسات العلاجية ودمجها في استراتيجيات العلاج وهذا ما يتفق ودراسة محمد عبد الرحمن (٢٠١٥، ٣٥٤).

- الواجبات المنزلية: وهى واجبات يطلبها الباحث من أفراد المجموعة الإرشادية، تتمثل فى القيام ببعض السلوكيات فى الحياة اليومية ، لتطبيق ما تعلموه فى جلسات التدريب أى القيام بعدد من السلوكيات التي تعمل على تنمية استراتيجيات وفنيات العلاج بالواقع.

- فنية التعزيز الإيجابى: يعنى إثابة الفرد على السلوك مما يعززه ويدعمه ويدفعه لتكرار نفس السلوك إذا ما تكرر الموقف ، ومن أشكاله التعزيز المادى والمعنوى ، وهو يؤدي إلى شعور الفرد بالرضا عندما يقوم بالسلوك المرغوب ، وكلما كان التعزيز قوياً ومرغوباً كلما أدى ذلك إلى سرعة تعديل وثبات السلوك من أجل الحصول عليه ، ومن العوامل التي تزيد من سرعة التعزيز الحاجة إليه وسرعة تقديمه بقدر معقول.

- النمذجة: وفيها يقوم الباحث بعرض التوجيهات والإرشادات الخاصة للبرنامج عن طريق اختيار نموذج أو قذوة وغالبا ما يكون شخصية مرموقة علمياً، ويكون هذا أمام افراد المجموعة التجريبية بشكل مباشر فيستمعون إليها ثم القيام بتكرار أو تقليد السلوك.

- الأدوات والوسائل المستخدمة في البرنامج: استعان الباحث بجهاز عرض الشرائح (داتا شو) والكمبيوتر، إضافة إلى استخدام الفنيات والتقنيات السابقة كأدوات يمكن الاستعانة بها في البرنامج.

- مدة البرنامج: يحتوي البرنامج على ٢٥ جلسة لتدريب أفراد العينة على بعض المهارات التي تمكنهم من التعامل السليم والصحيح مع كل مايحيط بهم من أفكار و آراء ووسائل تكنولوجية حديثة، مقسمة على ثلاث جلسات أسبوعياً، ومدة الجلسة الواحدة ٩٠ دقيقة، ولقد كانت مدة تطبيق البرنامج مايقارب ٩ أسابيع أي شهرين تقريبا في الفترة من أواخر سبتمبر ٢٠١٩ وحتى أوائل ديسمبر ٢٠١٩.

- مكان تطبيق البرنامج: تم تطبيق البرنامج بقاعات كلية التربية جامعة أسوان.

- تقويم البرنامج: حرص الباحث في هذا البرنامج على تقييم كل جلسة فور الانتهاء منها، حتي يمكن الانتقال بسهولة ويسر إلى الجلسة التي تليها، وفي نهاية البرنامج تم تقييمه ككل وهذا من خلال تطبيق مقياس القابلية للإيحاء على أفراد المجموعة التجريبية فور انتهاء تطبيق البرنامج، وللتأكد من استمرار أثر البرنامج بعد انتهاء تطبيقه تم إجراء الاختبار التنبعي للقابلية للإيحاء.

- وقائع البرنامج: يتضمن برنامج العلاج بالواقع الحالي عدداً من الفنيات التي يجب التدريب

فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة

عليها حتى يمكن تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، وتكون البرنامج من ثلاث مراحل، وجاءت المرحلة الأولى وهي مرحلة التهيئة وشملت الجلسات الخمس الأولى، وكان الهدف منها التعرف وإقامة علاقة مودة وثقة بين الباحث وأفراد المجموعة التجريبية، وجاءت المرحلة الثانية والتي بلغ عدد جلساتها ١٣ جلسة وهي مرحلة التدريب والتي جاءت بهدف التدريب على مجموعة من المهارات اللازمة للطلاب لكيفية تعديل بعض آرائهم وأفكارهم حتى تناسب وإمكاناتهم وقدراتهم، علاوة على تدريبهم على طرق التدقيق والتمحيص لما يتم عرضه عليهم من آراء وأفكار ومعلومات ويختار ما يتناسب وإمكانات الفرد وقدراته، أما المرحلة الأخيرة وهي مرحلة إعادة التدريب وكانت على مدار ٧ جلسات كان الهدف منها التأكيد على استمرار أثر التدريب ونتائجه، وهو ما يفيد الفرض التنبئي بكافة الأشكال.

- جلسات البرنامج :

جدول (٢) يوضح مراحل برنامج العلاج بالواقع والجلسات التي اشتمل عليها ومحتواها

رقم الجلسة	الجلسات ومحتواها	مراحل البرنامج
٥ - ١	اقامة علاقة مودة وثقة متبادلة بين الباحث والطلاب	المرحلة الأولى تعارف وألفة وتهيئة
١٨ - ٦	<ul style="list-style-type: none"> - تقييم الطلاب لأنفسهم - توضيح القابلية للإيحاء وفوائدها وأضرارها - العوامل الخارجية والتي من الممكن ان تساعد على القابلية للإيحاء لديهم - منطقية الأفكار وعقلانيتها بالنسبة للطلاب - دور العلاج بالقراءة في الوصول إلى مصدر المعلومات المناسب والصحيح - الاهتمام بأنشطة المشي والتأمل - دور كل من التواصل الاجتماعي والاعلام في القابلية للإيحاء 	المرحلة الثانية (مرحلة التدريب)
٢٥ - ١٩	إعادة التدريب على كل المهارات السابقة	المرحلة الثالثة (مرحلة إعادة التدريب)

خطوات الدراسة وإجراءاتها:

مرت الدراسة الراهنة بمجموعة من الخطوات كالتالي:

١. تحديد الأدوات والمقاييس المستخدمة للدراسة، ومن ثم القيام بإعدادها وتجهيزها.
٢. تطبيق هذه المقاييس واختيار عينة عشوائية منها، إضافة إلى اختيار أفراد العينة من بين طلاب السنة النهائية من كلية التربية.

٣. تطبيق مقياس القابلية للإيحاء على طلاب الفرقة النهائية بكلية التربية.
٤. إعطاء درجة للاستجابات الخاصة بالقابلية للإيحاء وجدولة الدرجات وإجراء العمليات الإحصائية المناسبة.
٥. استخلاص النتائج وتفسيرها.
٦. صياغة بعض التوصيات التي نبعت مما أسفرت عنه نتائج الدراسة الراهنة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

استعان الباحث في دراسته الحالية بمجموعة من الأساليب الإحصائية اللابارامترية والمتمثلة في التالي:

١. معامل مان ويتني U

٢. معامل ويلكوسون W

٣. قيمة Z

نتائج الدراسة:

أولاً: اختبار صحة الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة لصالح المجموعة التجريبية (في الإتجاه الأفضل)"، واختبار صحة نتائج هذا الفرض تم اتباع عدد من الاساليب اللابارامترية المتمثلة في اختبار مان ويتني (U)، واختبار ويلكوسون (W)، وقيمة Z ، وجدول (٣) التالي يوضح نتائج الفرض الأول:

جدول (٣)

قيم u , w , z ودالاتها للفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي في مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة (ن=١٠)

(ن=٢=١٠)

المتغير	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	W	Z	الدلالة
القابلية للإيحاء	الضابطة	١٥.٥	١٥٥	صفر	٥٥	٣.٨١٣	٠.٠١
	التجريبية	٥.٥	٥٥				

ويتضح من نتائج الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لصالح

فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة

المجموعة التجريبية أي لصالح متوسطات الرتب الأقل.

ولحساب حجم التأثير Effect size بالنسبة للبرنامج استخدم الباحث قيمة ق U الدالة على معامل الارتباط الثنائي للرتب والذي يحسب بضغف الفرق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة مقسوما على عدد أفرادهما، فإذا تراوحت قيمة ق U بين ٠.٢٠ - ٠.٣٩ كان حجم التأثير ضعيفاً، وإذا تراوحت بين ٠.٤٠ - ٠.٦٩ كان حجم التأثير متوسطاً، وإذا تراوحت بين ٠.٧٠ - ٠.٨٩ كان حجم التأثير قوياً، أما إذا زادت قيمة ق U عن ٠.٩٠ فهنا يكون حجم التأثير قوي جداً (عبد المنعم الدردير، ٢٠٠٦، ١٥٠ - ١٩١).

جدول (٤) قيم ق U الدالة على حجم تأثير برنامج العلاج بالواقع على طلاب الجامعة

المتغير	متوسط رتب افراد المجموعة الضابطة	متوسط رتب أفراد المجموعة التجريبية	قيمة ق U	حجم التأثير
القابلية للإيحاء	١٥.٥	٥.٥	١	قوي جدا

ثانياً: اختبار صحة الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة لصالح القياس البعدي (في الإتجاه الأفضل)". وللتحقق من صحة هذا الفرض استعان الباحث بقيمة (Z) والتي توضح معامل ويلكوكسون (W)، وهذا ما يوضحه جدول (٥) التالي:

جدول (٥)

قيم W, Z ودالاتها للفروق بين متوسطي رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة (ن = ١ = ٢ = ١٠)

المتغير	القياس	متوسط الرتب	مجموع الرتب	W	Z	الدلالة
المساعدة الاجتماعية	القبلي	١٥.٥	١٥٥	٥٥	٣.٨١١	٠.٠١
	البعدي	٥.٥	٥٥			

ينتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي وذلك عند مستوى دلالة ٠.٠١، وهذه الفروق جاءت لصالح القياس البعدي اي لمتوسطات الرتب الأقل.

ثالثاً: اختبار صحة الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب

درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لمستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة". وللتحقق من صحة هذا الفرض استعان الباحث بقيمة (Z) والتي توضح معامل ويلكوكسون (W)، وهذا ما يوضحه جدول (٦) التالي:

جدول (٦)

قيم Z, W ودلالاتها للفروق بين متوسطي رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة (ن = ٢ = ١٠)

المتغير	القياس	متوسط الرتب	مجموع الرتب	W	Z	الدلالة
المساندة الاجتماعية	البعدي	١٠٠.٤	١٠٤	١٠٤	-٠.٠٧٨	غير دالة
	التتبعي	١٠٠.٦	١٠٦			

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في مستوى القابلية للإيحاء لدى عينة الدراسة التجريبية عند اي مستوى من مستويات الدلالة.

أ- ملخص النتائج:

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على فعالية بعض فنيات العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، واستمرار أثر البرنامج بعد الانتهاء من تطبيقه وخلال فترة المتابعة، وتوصل الباحث إلى النتائج التالية:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠٠١ بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي في مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة لصالح المجموعة التجريبية.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠٠١ بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة لصالح القياس البعدي.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند أي مستوى من مستويات الدلالة بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة.
٤. كان حجم تأثير العلاج بالواقع قوياً جداً على مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة.

ب- مناقشة النتائج:

أصبحت القابلية للإيحاء سمة شخصية لطلاب الجامعة نظراً للتطور التكنولوجي الهائل، وعصر المعلوماتية التي يعيش فيه الشباب والمراهقين وتأثرهم بما يحيط بهم من إشاعات، خرافات، أفكار، وسائل إعلام ودعاية، ووسائل التواصل الاجتماعي إضافة إلى وجود رفاء السوء وعدم توافر النموذج والقوة لهذه الفئة، مما يجعلهم أحياناً لا تكون لديهم قدرة على اتخاذ القرارات السليمة المتعلقة بالتعليم، العمل فيما بعد الجامعة، الزواج.

وجاءت نتائج الفرض الأول للدراسة لتؤكد على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، هذا وإن دل فإنما يدل على فعالية الفنيات المستخدمة في برنامج العلاج بالواقع وتحقيق الضبط التجريبي المطلوب حسب منهج الدراسة وشروط تصميمها التجريبي، ولعل الفنيات المستخدمة والتزام عينة الدراسة التجريبية بالواجبات المنزلية وكان لها عظيم الأثر في فعالية البرنامج وتحقيق الهدف المنشود وهو تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، فكانت فنية العلاج بالقراءة لها الدور الفعال والأكبر التي عملت وساعدت المسترشدين على تصحيح بعض الأفكار والمعلومات والنظر بواقعية لما يعرض عليهم، إضافة إلى نقد وتحليل كل ما يعرض عليهم وهذا ما يتفق ودراسة علاء صادق (٢٠١٥) وAlaa والتي تؤكد على فعالية فنية العلاج بالقراءة في العلاج بالواقع، وجاءت مرونة الباحث في تطبيقه للبرنامج كونه يتعامل مع طلاب جامعة في مرحلة الشباب والمراهقة ولهم سيكولوجية خاصة في التعامل، إضافة إلى التزام الباحث وأعضاء المجموعة التجريبية بمراحل البرنامج وهما مرحلتي التدريب وإعادة التدريب، وإعطاء كل مهارة الوقت المناسب للتدريب عليها واختيار الفنيات التي تناسبها تماماً، بالإضافة إلى مواعيد الجلسات علاوة على علاقة الود والاحترام والمودة بين الباحث وأفراد العينة التجريبية والتي أكد عليها الباحث في المرحلة الأولى من البرنامج، وكل ما سبق يتفق ودراسات علي الجميلي (٢٠٠٧)، وأحمد الصمادي وفايز الزغبي (٢٠٠٧)، وإسماعيل حنانز (٢٠٠٥)، ووبولدينج (٢٠٠٠) Wubbolding والتي أكدت جميعها على فعالية برامج العلاج بالواقع فيما نسب إليها من تحقيق لأهدافها وخاصة مع مرحلة الشباب والمراهقين.

وجاءت نتيجة الفرض الثاني متفقة مع نتائج الفرض الأول والتي تؤكد على فعالية برنامج العلاج بالواقع وفنياته المستخدمة في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، ومما يؤكد على هذا أن أفراد المجموعة الضابطة والتي لم تتلق أي جلسة من جلسات

البرنامج لم يطرأ أو يلاحظ عليها الباحث أي تحسن تماما، إضافة الى اختيار فنيات العلاج بالواقع بما يتناسب والهدف المراد تحقيقه، فجاءت فنية استخدام الاسئلة لتحديث نوعا من التنفيس الانفعالي لدى أفراد العينة التجريبية وتفتح مجالاً للحوار والمناقشة بين الباحث وبين أفراد العينة التجريبية فيما هو منطقي او غير منطقي، في حين جاءت فنية العلاج بالقراءة والتي وضع الباحث سابقا دورها في العلاج بالواقع في تعديل أفكار الطلاب والوصول إلى المعلومات الصحيحة من مصادرها الرئيسية الأساسية وهذا ما يتفق ودراسة علاء صادق (٢٠١٥) Alaa ، وقد غلبت على بعض الجلسات استخدام الفكاهة والدعابة والذي يعمل على تخفيف القلق والتوتر والضغوط التي يعاني منها أفراد العينة التجريبية والتي أتت بثمارها وفعاليتها في تحقيق الهدف المنشود متفقا ودراسات هوارد (٢٠٠٨) Howard، ولامبيا و ناجزيمي (٢٠٠٨) Lambie & Nagzzimbi، وأحمد الصمادي (٢٠٠٦)، وعلي الجميلي (٢٠٠٧)، و كوري وجرالد (٢٠٠١) Cory & Gerald، فيما جاءت فنية دمج النشاط البدني والتأمل لتحقيق الهدف المطلوب منها، فكان الباحث يخصص جلسات يخرج فيها ماثيا متريضا مع أفراد المجموعة التجريبية و يبحث معهم سبل الاقناع السليم وتغيير ما هو غير منطقي الى ما هو منطقي، والتأكيد على أنهم قادة المستقبل ولا يجب أن ينساقوا وراء الشائعات والأفكار التي تضلل هويتهم ولا تتفق وامكاناتهم وقدراتهم، وكان هذا متفقا ودراسات جلال ضمرة (٢٠٠٧)، و جلاسر (٢٠٠٥) Glasser، وبيرون (٢٠٠٥) Byron, D، إضافة الى استخدام فنية عمل ما هو غير متوقع والتي حظيت باستثارة جميع أفراد العينة وكانت استجاباتهم فيها رائعة، فترك الباحث لهم فرصة للتأمل في الواقع المحيط والقيام بأدوار من الصعب القيام بها وبالتالي أصبح عليهم بعد النقد والتحليل لما يعرض عليهم أن يقوموا بالمتاح وهذا ما يتفق ودراسة ووبولدينج (٢٠١١) Wubbolding ، كما أن استخدام الباحث لفنية التعزيز والواجبات المنزلية أتى بدوره الفعال افراد العينة والباحث وهذا ما تؤكده دراسة جلال الجزائري (٢٠١١) حيث ان استخدام الفنيات السلوكية كالتعزيز واساليب تدعيمية مناسبة والتدريب على استراتيجياته أثر كبير في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة.

وجاءت نتيجة الفرض الثالث والتي اكدت على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات افراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة، ويرجعه الباحث الى المرحلة الاخيرة في البرنامج وهي مرحلة اعادة التدريب والتي تصممت اعادة تدريب افراد العينة التجريبية على كيفية التعامل السليم مع الأفكار والآراء التي تعرض عليهم، والقدرة على التدقيق والتمحيص من المعلومات

فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدي طلاب الجامعة

التي حصلوا عليها من قبل وسائل التواصل الاجتماعي والإعلام والدعاية، وذلك مما ساهم وبشكل كبير في استمرار اثر التدريب الى ما بعد انتهائه وخلال فترة المتابعة وعدم حدوث انتكاسة بعد انتهائه، وهذا يتفق ورؤية عادل عبد الله (٢٠٠٠، ١٣٥)، وفي هذا المجال اشار اسماعيل بدر (٢٠٠٢) الى اهمية ودور مرحلة المتابعة في البرامج بصفة عامة، واهميتها في تحقيق الاستفادة القصوى للعينة المستهدفة، ويتفق ما سبق مع دراسات جمال الخطيب (٢٠٠٣) ورياض العاسمي (٢٠٠٨).

وأخيرا انتهت الدراسة إلى ضرورة إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول القابلية للإيحاء خاصة في وقتنا الحالي مع تقدم الثورة التكنولوجية والمعلوماتية الهائلة لتتوافق مع مجريات ومتطلبات العصر الحالي، كذلك الاهتمام بفتيات العلاج بالواقع واعتبارها مدخل هام في علاج بعض المشكلات والمظاهر السلوكية السلبية التي يعاني منها الشباب، والاستفادة منها في برامج للتدخل المبكر كبرامج وقائية قبل الوقوع في المشاكل، إضافة الى اجراء المزيد من البحوث والدراسات حول العلاج بالواقع وفتياته كاجراء وقائي يمد به أسر هؤلاء الشباب حتى لايعانوا مستقبلا من بعض المشكلات النفسية والاضطرابات التي تعوق تقدمهم الفكري ومستوى تحصيلهم الاكاديمي وتقديرهم لذواتهم.

الإستنتاجات:

توصل الباحث من دراسته الحالية إلى مجموعة من الإستنتاجات:

١. القابلية للإيحاء هي مشكلة تؤرق المجتمع بأكمله وخاصة المراهقين وشباب الجامعات.
٢. من الممكن الاستفادة من جميع فنيات العلاج بالواقع في التخفيف من مشكلات الشباب والمراهقين واعتبارها برامج تدخل تقي الشباب من ما يمكن ان يتعرضوا اليه.
٣. يظهر دور العلاج بالواقع بوضوح في التعامل مع الفئات العمرية الحرجة مثل مرحلة المراهقة بمشكلاتها المتعددة والمتشعبة.

المراجع:

أحمد الصمادي (٢٠٠٦). فعالية العلاج الواقعي في تنمية المهارات الاجتماعية وتعديل مركز الضبط لدى الأطفال المعرضين للخطر. *دراسات العلوم التربوية*، ٣٣ (١)، ١٣٤ - ١٤٦.

أحمد الصمادي، وفايز الزعبي (٢٠٠٧). أثر الإرشاد الجمعي بطريقة العلاج الواقعي في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى عينة خاصة من الطلبة الأيتام. *مجلة العلوم التربوية*

أحمد محمد عبد الخالق (٢٠١٠). الفروق في القابلية للإيحاء بين الأسوياء ومرضى القلق
والفصامين. *مجلة العلوم الاجتماعية*، ٣٨ (٤)، ١٤-٣٢.

ألفرد أدلر (٢٠٠٥). *الطبيعة البشرية*. ترجمة: عادل بشرى. القاهرة: المركز القومي للترجمة.
إسماعيل إبراهيم بدر (٢٠٠٢). *الاتجاهات المعاصرة في إعداد برامج علاجية لمشكلة التأخر
الدراسي*. متاح على الشبكة الدولية بتاريخ ٢٠٠٤/٢/١٩ من موقع:

<http://www.gulfkids.com>

إسماعيل حنانز (٢٠٠٥). فاعلية العلاج بالواقع في تحسين مفهوم الذات لدى المراهقين. *رسالة
ماجستير غير منشورة*، جامعة البرموك.

بشير صالح الرشدي (٢٠٠٨). *الإرشاد النفسي وفق نظرية العلاج الواقعي*. الكويت: إنجاز
للنشر والتوزيع.

جابر عبد الحميد جابر (١٩٨٦). *نظريات الشخصية: البناء، الديناميات، النمو، طرق البحث،
التقويم*. القاهرة: دار النهضة العربية.

جلال ضمرة (٢٠٠٧). *الاتجاهات النظرية في الإرشاد*. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
جلال على الجزازي (٢٠١١). *إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة وأسره*. القاهرة: المنهل
للنشر والتوزيع.

جمال محمد سعيد الخطيب (٢٠٠٣). *تعديل السلوك الإنساني*. الكويت: مكتبة الفلاح.
حسن منسي (٢٠٠٤). *التوجيه والإرشاد والعلاج النفسي*. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
حلمي المليجي (٢٠٠٠). *علم النفس المعاصر (ط٨)*. بيروت: دار النهضة العربية.

رياض نايل العاسمي (٢٠٠٨). *برامج الإرشاد النفسي في تحقيق تفاعل الأدوار وتكاملها بين
العاملين في معاهد الإعاقة العقلية وذوي المعوقين*. متاح على الشبكة الدولية
بتاريخ ٢٠٠٩/١/٤ من موقع:

<http://www.gulfkids.com>

===== فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة =====

سامح عبد الحميد إبراهيم دراج (٢٠١٩). القابلية للإيحاء وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلاب الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

سمير سعيد حجازي (٢٠٠٥). معجم المصطلحات الحديثة في علم النفس ونظرية المعرفة. بيروت: دار الكتب العلمية.

صالح حسن الداھري (٢٠١٤). سيكولوجية الإبداع والشخصية (ط٢). عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

عادل عبد الله محمد (٢٠٠٠). العلاج المعرفي السلوكي: أسس وتطبيقات. القاهرة: دار الرشاد.

عادل مصطفى (٢٠٠٧). المغالطات المنطقية طبيعتنا الثانية وخبزنا القومي: فصول في المنطق غير السوري. القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.

عبد المنعم الدردير (٢٠٠٦). الإحصاء البارامترى واللابارامترى في اختبار فروض البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية. القاهرة: عالم الكتب.

علي أحمد وادي، وإخلاق أحمد الجنابي (٢٠١١). أساسيات علم النفس الفسيولوجي. عمان: دار جرير للنشر والتوزيع.

علي عليخ خضر الجميلي (٢٠٠٧). أثر العلاج الواقعي في خفض قلق الإمتحان لدى طلاب كلية التربية. مجلة أبحاث كلية التربية بالموصل، ٥ (٢)، ٢٠٥ - ٢٢٥.

فاطمة أبو رمان (٢٠٠٨). أثر برنامج إرشادي مستند إلى نظرية الاختيار في الكفاءة الاجتماعية والكفاءة الذاتية المدركة لدى الأحداث الجانحين في الأردن. رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة عمان العربية.

فؤاد أبو حطب، آمال صادق (٢٠٠٠). علم النفس التربوي (ط٦). القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

لطيفة ماجد محمود، وضيء إبراهيم محمد (٢٠١٦). المهارات الحياتية وعلاقتها بالقابلية للإستهواء لدى طلبة الجامعة. مجلة الفتح، ٦٦ (٥)، ٢٣٤ - ٢٧٠.

ماهر محمود عمر (٢٠٠٤). *العلاج الواقعي "رؤية تحليلية لمدرسة وليم جلاسر الإرشادية"*. القاهرة: دار الكتب.

محمد السيد عبد الرحمن (٢٠١٥). *نظريات الإرشاد والعلاج النفسي*. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.

محمد إبراهيم محمد (٢٠١٧). *التطرف الفكري وعلاقته بالعدائية والقابلية للإستهواء والبلادة الإنفعالية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية بطنطا، ٢٧ (٢)، ٥٩٢-٦٤٤*.

محمد عواد (٢٠١١). *معجم الطب النفسي*. عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.

محمد عبد الله إبراهيم (٢٠١٥). *القابلية للإيحاء وعلاقتها بتصديق الأشياء وتريدها لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. مجلة البحوث الأمنية السعودية، ٢٤ (٦١)، ١٤٣-١٩٤*.

محمد مسعد عبد الواحد (٢٠٠٦). *المشكلات السلوكية لدى التلاميذ مرتفعي ومنخفضي القابلية للإستهواء. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الفيوم*.

ميرفت محمد أنور حشيش (٢٠٠٢). *أثر برنامج مقترح لتعديل بعض الخصائص السلوكية المرتبطة بالقابلية للإيحاء والأفكار غير المنطقية في ضوء النموذج الكلي لوظائف المخ. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا*.

هبة عاطف محمد حلمي (٢٠١٨). *القابلية للإستهواء في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من المعاقين عقلياً "القابلين للتعلم". رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بنها*.

Alaa, S. (2015). Effectiveness of A Counseling Program Based on the Choice Theory in Increasing Social Responsibility and Reducing Behavioral Problems of Basic High Stage Students. **International Journal of Research in Education and Psychology**,4 (3), 36-60.

American psychiatric association. (2013). **Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)**. Fifth edition: New school library.

Angela, M. & Matthew, H. (2004). Individual and development differences in suggestibility. **Cognitive Psychology**, 18 (4), 941- 945.

- Byron, D..(2005). The effects of reality therapy/choice theory principles on high school students' perception of needs satisfaction and behavioral change. **International Journal of Reality Therapy**, 25(1), 5-9.
- Burkhard, P.& Maria, H. (2011). Hypnotic suggestibility and adult attachment. **Contemporary Hypnosis And Integrative Therapy**, 28 (3), 171- 186.
- Carhart, M. & Richardson, G. (2015). A study in the relationship between interrrogative suggestibility, compliance and social desirability in institutionalized adolescents. **Personality And Individual Differences**, 36 (2), 485- 494.
- Cory, L. & Gerald, N. (2001). **Theory and practice of counseling and psychotherapy**. New York: Publication company.
- Ezrina, L. (2014). Choice theory and reality therapy: An overview. **International Journal Of Choice Therapy And Reality Therapy**, 2 (32), 1- 5.
- Fatimah, H. (2016). Suggestibility and source monitoring deficits in hallucination: cross- culture studies of the relationship between dissociation, inner speech qualities and hallucinatory experiences. **Un published doctoral thesis**, University of Liverpool.
- Glasser, W. (2005). **Defining mental health as a public health issue**. Los Anglos: William Glasser Inc.
- Howard, W. (2001). The evolution of reality therapy to choice theory. **International Journal Of Reality Therapy**, 21(1), 2- 11.
- Jamal, S. (2010). Effect of counseling program in reality therapy style to rising the ethical judgment level for secondary stage students. **Un published doctoral thesis**, Clement University.
- Kirsch, L. & Low, C. (2013). Suggestion in treatment of depression. **American Journal Of Clinical Hypnosis**, 55 (3), 221- 229.
- Kotov, R. (2004). **Multidimensional low suggestibility scale**. Retrieved from <http://stonybrook.edu>, on 22 April 2003.
- Lambie, M. & Ngazimbe, E. (2008). A choice theory counseling group succeed with middle school students who displayed disciplinary problems. **Middle School Journal**, 40(2), 111- 118.

- Lifshitz, M. & Olson, J. (2017). Suggestibility and placebo: A follow- up study. **American Journal Of Clinical Hypnosis**, 59 (4), 385-392.
- Martin, L. & Richard, F. (2003). **Child development**. New York: Bycon publication.□
- Vanden, G. (2015). **APA dictionary of psychology (second edition)**. American Psychological Association.
- Wubbolding, R. (2000). **Reality therapy for the 21 century**. Pa: Brunner publication.
- Wubbolding, R. (2011). Choice theory and reality therapy. **International Journal Of Reality Therapy**, 2 (34), 1- 28.

The Effectiveness of Reality Therapy in reducing the level of Suggestibility for University students³

Mohamed Ahmed Sayed Khalil

Lecturer of Mental Health

Faculty of Education- Aswan University

Abstract

The current study aims to reduce the level of suggestibility for students at Aswan University by preparing and implementing a program for treatment in reality and making sure to achieve this goal, and the extent of its impact after its completion and during the follow-up period. The study sample consisted of 20 students from the fourth year students at the Faculty of Education, Aswan University who have a high level of suggestibility divided equally into two equal groups, one is experimental and the other is control. The results of the study resulted in the effectiveness of the reality therapy program in reducing the level of suggestibility among students of Aswan University.

Key words: suggestibility - reality therapy - university students.

³ Tel: 01127885778- 0106077762
E-mail: mohemadahmed87@yahoo.com