

فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي لخفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في

كلية التربية الأساسية بجامعة بابل في جمهورية العراق

أ.م.د. حوراء عباس كرماش

جامعة بابل/ كلية التربية الأساسية

**The Effectiveness of a Cognitive behavioral Counseling Program to
reduce Knowledge Hoarding among postgraduate students in the
Republic of Iraq**

Asst. Prof. Dr. Hawraa Abbas Kurmash

University of Babylon / College of Basic Education

h_vip84@yahoo.com

Abstract:

The study aimed to prepare a cognitive behavioral counseling program, and to determine its effectiveness in reducing Knowledge hoarding among graduate students in the College of Basic Education at the University of Babylon in the Republic of Iraq, and to identify the differences between the experimental group and the control group in Knowledge hoarding after applying the program. The main sample consisted of (30) male and female postgraduate students in the College of Basic Education, (15) male and female students in the experimental group, and (15) male and female students in the control group. divided equally between the experimental group and the control group. In this study, the researcher used the semi-experimental approach, as well as the following tools: the Knowledge hoarding scale, and the cognitive behavioral counseling program. The results of the study indicated that there were differences between the experimental group and the control group in Knowledge hoarding after applying the program, and these differences were in favor of the experimental group, as the level of Knowledge hoarding decreased among the experimental sample, which indicates the effectiveness of the program. In the light of the results of the study, several recommendations and proposals were made.

Key words: Knowledge hoarding, Cognitive behavioral Counseling Program, students, postgraduate studies

المُلخَص:

هدف البحث الحالي إلى بناء برنامج إرشادي معرفي سلوكي، والتعرف على فاعليته في خفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل في جمهورية العراق، ومعرفة الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في الاكتناز المعرفي بعد تطبيق البرنامج. تكونت عينة البحث من (٣٠) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية، (١٥) طالب وطالبة في المجموعة التجريبية، و(١٥) طالب وطالبة في المجموعة الضابطة. استخدمت الباحثة في هذا البحث المنهج شبه التجريبي والمنهج الوصفي، كما استخدمت الأدوات التالية: مقياس الاكتناز المعرفي، والبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي. أشارت نتائج البحث إلى وجود فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في الاكتناز المعرفي بعد تطبيق البرنامج وكانت هذه الفروق لصالح طلبة المجموعة التجريبية، حيث انخفض مستوى الاكتناز المعرفي لدى طلبة المجموعة التجريبية مما يشير إلى فاعلية البرنامج. وعلى ضوء نتائج البحث وضعت عدة توصيات ومقترحات.

الكلمات المفتاحية: برنامج ارشادي معرفي سلوكي، الاكتناز المعرفي، طلبة الدراسات العليا.

الفصل الأول

تعريف بالبحث

- مشكلة البحث (Problem of the Research):

يتعرض طلبة الدراسات العليا خلال فترة الدراسة في السنة التحضيرية الى مستويات متباينة من الضغوط والمشاكل النفسية والمعرفية والاجتماعية، والتي تؤثر بالسلب على توافقهم النفسي والاجتماعي والعاطفي، وأيضاً على تفاعلهم وعلاقاتهم بعضهم ببعض، وقد يستطيع البعض تخطي هذه الصعاب والبعض الآخر يفشل في تخطيتها، ومن ثم فإنهم يتفاوتون في تبنيهم لأساليب معينة لمواجهةها، إذ تتعدد الأساليب المستخدمة ما بين الإيجابية والسلبية غير إن أبرز الأساليب المستخدمة لمواجهة تلك الضغوط هي الإنغماس بأنشطة بديلة تمكن الطالب من تجنب التفكير بالمشكلات، وقد يتولد نتيجة لهذه الضغوط مدى واسع من المشكلات النفسية الأمر الذي ينعكس على طرائق مواجهة المواقف، كما إنها تُعد سلوكيات تعويضية تساعد طلبة الدراسات العليا على التقليل من تأثير الضغوط والحفاظ على الصحة النفسية والجسدية وقد برز في الوقت الراهن مشكلة الاكتناز المعرفي كتحدي مهم لم يجد له حلاً لمعالجته بشكلٍ دقيقٍ، ويبدو ان شدته تزداد مع تقدم الطالب في العمر، ويُعد الاكتناز المعرفي من المشاكل المعرفية والنفسية والاجتماعية التي يُعاني منها أغلبية طلبة الدراسات العليا، إذ يقوم أغلبية الطلبة بجمع الكتب العلمية وتكديسها والاحتفاظ بها والشعور بالقلق والتوتر والارتباك عند محاولتهم بالتخلي عن الكتب والبحوث غير الضرورية. حيث يحتفظ الطلبة المكتنزون بالمصادر العلمية لأنفسهم فقط وعدم المشاركة بها مع زملاءهم الآخرين، نتيجة لشعورهم بالأمن النفسي والطمأنينة بعد التمسك بمعرفتهم ومعلوماتهم التي تمنحهم شعوراً بالقوة والأهمية بسبب امتلاكهم مصادر علمية حول اختصاصهم لا يمتلكها أي شخص آخر حسب وجهة نظرهم، أي أن الاكتناز المعرفي يوفر لهم شعوراً بالأمن والطمأنينة.

وهذا ما لاحظته الباحثة لدى الطلبة أثناء ممارستها مهنة التدريس مما أثار اهتمامها للبحث عن المشاكل التي يُعاني منها الطلبة في الدراسات العليا، ومن هنا بدأ التفكير في الاجراءات التي يمكن اتخاذها والطرق التي يمكن استخدامها لخفض الاكتناز المعرفي. ويعد البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي من أفضل الطرق لخفض الاكتناز المعرفي. وعلى ضوء ذلك تتلخص مشكلة البحث بالإجابة عن السؤال الآتي:

- ما فاعلية البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي في خفض الاكتناز المعرفي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل؟

- أهمية البحث (The Importance of the Research):

تكمن أهمية البحث الحالي من أهمية البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي الذي يراد إختبار فاعليته كمتغير تجريبي (مستقل) وكذلك من حيث الهدف الذي تسعى إلى تحقيقه، وهو خفض الإكتناز المعرفي، الذي يعاني منه نسبة غير قليلة من طلبة الدراسات العليا، وما لهذا الإكتناز من آثار سلبية على توافق الطلبة فيما بينهم. وعلى وجه التحديد تكمن مبررات البحث في الأهمية النظرية والأهمية التطبيقية.

أ- الأهمية النظرية (Theoretical Significance) تتجلى الأهمية النظرية للبحث في الجوانب الآتية:

- يتناول البحث الحالي دراسة علمية للاكتناز المعرفي من منظور سلوكي ومعرفي، لعله يضيف إلى ما سبق من أدبيات، وخصوصاً في مجتمعنا العربي، لاسيما وأن الدمج بين البرنامج المعرفي السلوكي أصبح ضرورياً ويعد واحداً من الخيارات الناجحة في خفض الاكتناز المعرفي مقارنة بالطرق الأخرى.

- تنبثق أهمية هذا البحث من ندرة البحوث والدراسات الميدانية التي تناولت مفاهيم وموضوع الدراسة في البيئة العراقية.

- قد يرفد هذا البحث المكتبة العربية ويثريها بمصادر حديثة مما يثير انتباه الباحثين لإجراء دراسات اخرى حول الاكتناز المعرفي.

ب- الأهمية التطبيقية (Applied Importance):

تتجلى الأهمية التطبيقية بالنقاط الآتية:

- تصميم برنامج ارشادي معرفي سلوكي لخفض حدة الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا، يستفيد منه الاخصائيين النفسيين والمرشدين والمعالجين النفسيين.

- الوصول إلى نتائج وتوصيات تساعد الاخصائيين التربويين، والباحثين في التعامل مع المكتنزين، كما تحث الباحثين في عمل ابحاث ودراسات وقائية للتنبؤ بالعوامل المؤدية للاكتناز المعرفي.

- الاستفادة من مقياس الاكتناز المعرفي وتطبيقه في دراسات لاحقة.

- أهداف البحث وفرضياته:

يهدف البحث الحالي التعرف إلى:

١- مستوى الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل.

٢- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مستوى الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث).

٣- بناء برنامج ارشادي معرفي سلوكي لخفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل.

٤- فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي لخفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل.

ولتحقيق أهداف البحث تم صياغة الفرضيات البديلة الآتية:

الفرضية الاولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي درجات طلبة الدراسات العليا في المجموعة التجريبية على مقياس الاكتناز المعرفي قبل تطبيق البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي ثم بعد تطبيقه.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي درجات طلبة الدراسات العليا في المجموعة الضابطة على مقياس الاكتناز المعرفي قبل تطبيق البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي ثم بعد تطبيقه.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي درجات طلبة المجموعة التجريبية ودرجات طلبة المجموعة الضابطة على مقياس الاكتناز المعرفي بعد تطبيق البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطلبة في المجموعة التجريبية على مقياس الاكتناز المعرفي في القياسين البعدي والتتبعي.

الفرضية الخامسة: توجد فاعلية للبرنامج الارشادي المعرفي السلوكي في خفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل.

- حدود البحث (Research Limitation):

يتحدد البحث الحالي بدراسة فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل، في العام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠).

- تحديد مصطلحات الدراسة (Definition of the Research):

١- فاعلية (Effectiveness) تعرف الباحثة الفاعلية إجرائياً: بأنها الأثر المنشود والمرغوب والذي ينتج عن البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي الذي يهدف إلى خفض الاكتناز المعرفي.

٢- البرنامج الارشادي (Counseling Program): هو برنامج مخطط منظم في ضوء الأسس العلمية المقدمة للخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فردياً وجماعياً لجميع من تضمهم المؤسسة التعليمية (زهران، ٢٠٠٣: ٤٩٩).

وتعرف الباحثة البرنامج الإرشادي: بأنه مجموعة إجراءات إرشادية مترابطة ومنظمة تتمثل في الفنيات الإرشادية الفردية والجماعية التي يستخدمها المرشد بهدف رفع كفاءة الطلبة والتي تهدف الى خفض الاكتناز المعرفي.

٣- الارشاد المعرفي السلوكي (Behavioral Cognitive Counseling): يعد أحد أساليب العلاج المعرفي الحديثة الذي وضع أسسه أرون بيك Beck ويفترض أن أنماط التفكير الخاطئة تسبب سلوك لاسوي، ويهدف هذا الأسلوب إلى تعديل الاعتقادات غير العقلانية وغير الواقعية وتعليم المسترشد أساليب تفكير أخرى أكثر عقلانية وأكثر إيجابية وواقعية عن طريق الحوار الفلسفي والطرق الأكثر إقناعية (Basant, 2008:146).

وتعرف الباحثة برنامج الإرشاد المعرفي السلوكي في الدراسة الحالية: خطة منظمة ومحددة بوقتٍ مُحددٍ قد تم إعدادها قبل تنفيذها ويتضمن مجموعة من الأنشطة التي تسهم في خفض الاكتناز المعرفي لمجموعة من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل ويتم تطبيقها أثناء جلسات البرنامج وكل جلسة لها أهدافها وأساليبها وفنيتها المستخدمة لخفض الاكتناز المعرفي.

٤- الاكتناز المعرفي:

- تعريف فروست وستكيتي (Steketee & Frost, 2004): بأنه عملية إكتساب وجمع المقتنيات العلمية التي تشمل الكتب والمؤلفات والبحوث والصحف... الخ ويكون المكتنز غير قادر على استخدامها، وصعوبة التخلص منها وتجنب تجاهلها لاعتبارها جزءاً من حياته بغض النظر عن أهميتها (Steketee & Frost, 2004:26). وهو التعريف النظري الذي تبنته الباحثة بوصفه تعريفاً نظرياً للمقياس الذي سيبني في البحث الحالي؛ إذ أن هذا التعريف يتسم بـ :

أ- الشمولية في تعريف الاكتناز المعرفي بأبعاده ومستوياته.

ب- يتيح لنا الامكانية في القياس والتعرف على هذا المفهوم.

ج- يمكن أن ينطبق على عينة البحث الحالي.

- التعريف الإجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات مقياس الاكتناز المعرفي المُعد من قبل الباحثة.

الفصل الثاني

إطار نظري ودراسات سابقة

المحور الأول- إطار نظري

أولاً- الاكتناز المعرفي:

إنَّ أول ما لفت الانتباه للإكتناز المعرفي عام (١٩٦٥)، عندما تمَّ العثور على جثة أخوين في منزلهما بمدينة نيويورك، حيث كان منزلهما مكتظاً بـ(٢٥٠) طناً من الكتب والمؤلفات العلمية والجرائد المختلفة والمتناثرة في جميع أنحاء المنزل، وقد ذكر تقرير الشرطة أن أحد الأخوين توفي نتيجة لسقوط مكتبة الكتب عليه بينما كان يحضر الطعام لإخيه المشلول والذي بدوره توفي نتيجة إحتجازه بالمنزل وعجزه عن طلب المساعدة Grisham et al (2005, 45).

ولابد من التفريق بين الاكتناز المعرفي السوي والمرضي، ففي الاكتناز المعرفي السوي يقوم الأشخاص بتجميع الاغراض العلمية كهواية أو فائدة مثل تجميع الكتب والمؤلفات العلمية والمجلات، وتكون لمعظم هذه الاغراض ذات قيمة فعلية، ويتفق معظم الأشخاص بأن لهذه الأغراض قيمة معينة، كما أن هذه الأغراض تشعر الأشخاص بالرضا النفسي عند استعمالها. بينما نجد أن معظم الاغراض العلمية في الاكتناز المعرفي المرضي تكون غير مفيدة وغير ذات قيمة بالنسبة للشخص وللآخرين، ويرى فرانكس وآخرون (Franks et al, 2005) أن سلوك الاكتناز المعرفي ينتقل من كونه سلوكاً سويماً إلى اضطراباً عندما يؤثر على حياة الشخص أو على بيئته أو على الآخرين ويصبح التدخل الاكلينيكي فيه ضرورياً، ومن الطبيعي وجود رغبة الاكتناز شديدة جداً عند معظم الأشخاص، بل ومواجهتهم لبعض الصعوبات عند التخلص من الاغراض والمحتويات العلمية حتى ولو كانت غير مفيدة، وإنَّ ما يميز الاضطراب هو شدته وخروجه عن السيطرة(David et al,2007,p132).

كما ظهر الاكتناز المعرفي تحت مسميات مختلفة فهناك العديد من الابحاث التي أدرجته تحت مسمى التجميع والتخزين المعرفي مثل دراسة كاترين وآخرون (٢٠١٤)، بينما فرقت دراسة إيزابيث (٢٠١٥) بين التجميع Collectors، وسلوك الاكتناز المعرفي، فالتجميع المعرفي هو جمع الأشياء والمحتويات المعرفية المنظمة وذات قيمة للأشخاص، أما الاكتناز المعرفي فهو جمع وشراء أشياء ومحتويات معرفية كثيرة لا قيمة لها، وموضوعة بدون نظام(Postlethwaitea,2019:22).

أسباب الاكتناز المعرفي

- أسباب جينية(وراثية):إن للعوامل الوراثية دور كبير في وجود الاكتناز المعرفي، حيث أظهرت الأبحاث الجينية وجود ارتباط ايجابي بين سلوك الاكتناز المعرفي والكروموسوم الرابع عشر. كما أوضح (Ozibl, 2019) في دراسته على عينة أن 47 % من حالات الاكتناز المعرفي ترجع إلى عوامل وراثية سببها خلل وظيفي في الفص الجبهي البطني للدماغ مما يساهم في عجز معالجة المعلومات، والمعتقدات الخاطئة عن الذات، وغيرها من قصور القدرة على التصنيف، وصنع القرار، والتخطيط، وصعوبة الذاكرة، والتي يفترض أنها تتداخل مع قدرة الفرد على التنظيم الفعال واتخاذ القرارات بشأن ممتلكاته المعرفية من كتب ومؤلفات علمية، مما يساهم في الميل إلى حفظ جميع الممتلكات المعرفية بدلاً من التخلص منها (Lucinda,el,at,2021:404).

- أسباب بيئية: ترى (Brien et al ; 2018) أن الأفراد الذين يعانون من الاكتناز معرفي كان لديهم فشل دراسي في الماضي، وهو ما يمتد بعد ذلك لحفظ الكتب والمؤلفات التي يكتنزونها، وهذا التعلق والتمسك بالكتب ما هو إلا نوع من ميكانيزيمات الدفاع ضد الشعور بالقلق والفشل الدراسي، وبعضهم نتاج لتجارب قاسية في

مرحلة الطفولة المبكرة أدت بهم إلى فقد الثقة بالنفس، والشعور بالخجل، أو نتاج علاقات غير متزنة في الماضي، وفراغ عاطفي يحاول الفرد ملؤه من خلال البحث عن بدائل ملموسة يضفي عليها معنى ; Brien et al (2018:274).

- أعراض الاكتئاب المعرفي

- تشمل أعراض الاكتئاب على ما يأتي:
- عجز الفرد عن التخلص من محتويات المعلومات التي يحتفظ بها بغض النظر عن قيمتها، وما إذا كان يستخدمها هو أو أحد أفراد الأسرة أو زميله في الدراسة.
- مع تقدم الشخص في العمر، يبدأ عادةً في اقتناء محتويات المعلومات لا حاجة لها أو لا مساحة لها.
- تتطور مشاكل التخزين والتكديس تدريجيًا بمرور الوقت وتميل إلى أن تكون سلوكًا خاصًا. وفي أغلب الأحيان، تكون قد تطورت إلى فوضى كبيرة في الوقت الذي تصل فيه إلى انتباه الآخرين. (الأشول، ٢٠١٦: ٨١).
- الاقتناء الزائد عن الحد لمحتويات المعلومات التي لا حاجة إليها أو التي لا مساحة لها.
- الصعوبة المستمرة في التخلص من محتويات المعلومات أو التخلي عنها، بغض النظر عن قيمتها الفعلية.
- الشعور بالحاجة إلى حفظ هذه المحتويات، والانزعاج من فكرة التخلي عنها.
- تراكم الفوضى إلى الحد الذي تصبح فيه الغرف والمكاتب الخاصة بالأفراد المكتئبين غير قابلة للاستخدام.
- وجود ميل نحو التردد والتجنب والتأجيل ومشاكل التخطيط والتنظيم.
- الأزمات أو المشكلات الكبيرة في تأدية العمل أو الحفاظ على سلامة الفرد المكتئب وسلامة من يعيشون معه بالمنزل.
- الشجار مع الأشخاص الذين يحاولون الاستفادة من محتويات المعلومات التي يكتتبها.
- يشعرون بالأمان والطمأنينة أكثر في وجود محتويات المعلومات المعرفية التي يدخرونها. (حسني، ٢٠١٤: ٥٩).

نظريات فسرت الاكتئاب المعرفي

- **نظرية التحليل النفسي:** أعتقد فرويد أن الاكتئاب المعرفي ذو منشأ نفسي بصورة رئيسية، إذ أفترض أن الشخصية تتألف من تفاعل الـ (Ego) والـ (id) والـ (Superego) وتعمل هذه المكونات تبعاً إلى الطاقة الموجودة في كل مكون من هذه المكونات، ويكون الاكتئاب هو نتيجة الصراع بين الـ (Ego) والـ (id) والـ (Superego) كما جعل القلق والشك وعدم الثقة في الآخرين هو صلب الاكتئاب المعرفي، ثم أضاف إلى ذلك عوامل المحيط والظروف. كما يرجع فرويد الاكتئاب إلى المرحلة الشرجية حيث يتسم الفرد بالمحافظة على النظام والبخل الشديد، والعناد، إذ يرى أن هذه الصفات ناتجة عن فشل تطور الـ (Ego) في المرحلة الشرجية. وأخيراً توصل إلى أن الاكتئاب المعرفي لا ينشأ عن سبب معين واحد بل بضعة عوامل جنسية أولاً وتربوية ومحيطية ثانياً. وعلى وفق هذه النظرية فإن الفرد ذو الاكتئاب المعرفي عادة ما يبني خطة تكيف للحياة على أساس التوجه نحو الكمال والتفوق على الآخرين (Lovibond, 1999:265).

بينما فسّر أدلر الاكتئاب المعرفي على أنه حيلة من حيل الدفاع النفسي غير المباشرة التي تحاول إحداث التوافق النفسي، وحيل الدفاع النفسي هي وسائل وأساليب لا شعورية من جانب الفرد وظيفتها تشويه ومسح الحقيقة لكي يتخلص الفرد من حالة التوتر والقلق الناتجة عن الاحباطات والصراعات التي لم تكن موجودة والتي تهدد أمنه النفسي، وهدهدها وقاية الذات والدفاع عنها والاحتفاظ بالثقة في النفس واحترام الذات وتحقيق الراحة النفسية. وتعد هذه

الحيل بمثابة أسلحة دفاع نفسي تستخدمها الذات ضد الإحباط أو الصراع والتوتر والقلق والحصول على الأمان والسعادة. (محمود، ٢٠١٥: ٤٨).

- النظرية السلوكية: تفسر النظرية السلوكية سلوك الاكتناز المعرفي على أنه استجابة شرطية لمثير وهو الشعور بالقلق عند التخلص من المقتنيات المعرفية الخاصة بالكتب والمؤلفات والبحوث... الخ ومحاولة اتخاذ قرارات تتعلق بها. كما أنه يأتي كاستجابة شرطية معززة تنشأ نتيجة الشعور بالرضا أو الراحة بوجود الكتب والبحوث (Gruisham & Barlow, 2004:47)

- النظرية المعرفية: يفسر ستيكيتي وفروست (Steketee & Frost, 2004) الاكتناز المعرفي على إنه يظهر نتيجة لوجود خلل أو قصور هي:

١- قصور في معالجة المعلومات: حيث يظهر لدى الأفراد المكتنزين معرفياً قصوراً في معالجة المعلومات مما يؤدي الى الارتباك وسوء تفسير القيم الفعلية للكتب والمؤلفات العلمية. ويتضح القصور في أربعة وظائف معرفية عامة ومتداخلة هي: (أ) اتخاذ القرار (ب) التصنيفات والتنظيمات (ج) الذاكرة (د) الانتباه، حيث تتداخل هذه الوظائف المعرفية مع بعضها البعض ويصعب التفريق بينها، وفيما يأتي توضيح لهذه الوظائف المعرفية:

أ- اتخاذ القرار (Decisions Making): يعد التردد وعدم القدرة على اتخاذ القرار سمة أساسية للأفراد المكتنزين معرفياً حيث يواجهون صعوبة كبيرة في اتخاذ القرار بصفة عامة وليس فقط في القرارات المرتبطة في شراء الكتب والمؤلفات.

ب- التصنيفات والتنظيمات: من المشكلات التي تواجه الأفراد المكتنزين معرفياً صعوبة التنظيم والتصنيف، وتتطلب مهارة التنظيم القدرة على تصنيف الكتب والمؤلفات العلمية المتشابهة والنادرة وتخزينها سوياً ويرجع السبب في مواجهتهم صعوبة في التنظيم والتصنيف على اعتبار أن كل كتاب أو مؤلف فريد ولا يمكن استبداله بمؤلف آخر بديل عنه، ويقوم المكتنزين بتضييق مجال التصنيف وينتج عن ذلك ظهور كتب ومؤلفات قليلة يمكن تصنيفها مع بعضها البعض، وبالتالي تظهر الكثير من التصنيفات للأغراض الشخصية.

ج- الذاكرة: لقد اثبتت البحوث التي أجريت على المكتنزين معرفياً أن الخلل يرجع الى انخفاض ثقتهم بذاكرتهم واعتقادهم بأن تذكر او حفظ جميع المعلومات مهم وضروري حيث يقومون مثلاً بتخزين واكتناز جميع الكتب والمؤلفات العلمية والجرائد والمجلات خوفاً من نسيان معلومة قاموا بقراءتها، ففي إحدى الدراسات كان أحد المشتركين يحتفظ بالكتب والصحف والمجلات لأنه كان مقتنع بأنه سوف لن يتذكر المعلومات التي تتضمنها هذه الكتب والصحف والمجلات، ويعتقد بأن الاحتفاظ بالكتب والمجلات العلمية يجعله يشعر بأنه لا يزال يحتفظ بالمعلومات حتى عندما لا يتذكر تلك المعلومات.

د- الانتباه: يواجه المكتنزين معرفياً مشكلات تتعلق بالانتباه، وتظهر المشكلة في عدم قدرتهم على تركيز انتباههم لمدة طويلة عندما يتعاملون مع الكتب والمؤلفات. وقد وجد فروست وآخرون عام (٢٠٠٥) بأن المكتنزين معرفياً يسجلون درجات عالية في مقاييس اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة فضلاً عن ظهور أعراضه لديهم في مرحلة الطفولة. كما إنهم يظهرون قصوراً معرفياً في الإدراك والذاكرة والوظائف الحركية وبالرغم من قدرة بعض المكتنزين على توجيه تركيزهم لمدة قصيرة فقط. إلا إن البعض الآخر يتشتت انتباههم بمجرد تفكيرهم بالمعلومات الموجودة بالكتب والمؤلفات (Antony, et al:2007:47).

٢- مشكلات الارتباط الوجداني بالكتب والمؤلفات: يظهر المكتنزين معرفياً أن بعض الكتب والمؤلفات العلمية التي يحتفظون بها قد تكون لأسباب وجدانية، حيث لاحظت دراسات عديدة أن هناك ارتباطاً وجدانياً بالكتب بطريقة

مختلفة، فيظهرون ارتباطاً وجدانياً بالكتب والمؤلفات ويشعرون بأنها جزء من هويتهم، والتخلص منها يشعروهم كأنهم تخلصوا من جزء مهم من هويتهم، وقد يحتفظون بالكتب والمؤلفات لأنها تشعروهم بالأمان والراحة النفسية، وقد يشعر المكتتزين عند تخلصهم من الكتب بالشعور نفسه عند فقدان عزيز أو صديق (Stekete & Frost, 2007:83).

٣- **المعتقدات حول الكتب والمؤلفات:** يشترك المكتتزين معرفياً في معتقداتهم حول أهمية ومعنى الكتب والمؤلفات العلمية. وتؤدي هذه المعتقدات دوراً كبيراً في تطور هذا الاكتناز، وغالباً ما تنشأ المعتقدات غير الواقعية نتيجةً للإرتباط الوجداني المفرط بالكتب والمؤلفات مما يؤدي الى تجنب او تأجيل اتخاذ القرارات بشأنها وبالتالي عدم التخلص منها. وقد تم تناول هذه المعتقدات وكل معتقد من هذه المعتقدات يرتبط بالتفكير الكارثي (Catastrophe Thinking) أو الخسارة وربما تكون حلقة الوصل بين هذه المعتقدات هو التفكير المشوه بفداحة النتائج المترتبة على عدم اقتناء الكتب وتخزينها (Stekete & Frost, 2007:83). وفيما يأتي توضيح لهذه المعتقدات:-

- **الشعور بالكمالية (Perfectionism):** يهتم معظم الأفراد المكتتزين معرفياً بالكمال، حيث يضعون معايير عالية لأنفسهم ويعتبرون الوصول الى نوع من الكمال الممكن والمطلوب، فرغبتهم في تذكر جميع الفرص المتاحة وتذكر جميع المعلومات التي يقرؤونها في الكتب والمؤلفات مطلب غير واقعي يتمسكون به ويسعون الى تحقيقه، واكتنازهم للكتب يشعروهم بإمكانية إحاطتهم بجميع المعلومات الموجودة في الكتب والمؤلفات العلمية والمجلات.

- **الشعور بالحاجة الى السيطرة (Need for control):** يعتقد الافراد المكتتزين معرفياً إن التحكم بالأمر وضبطها ضروري فيما يتعلق بكتبهم واغراضهم العلمية، ونتيجة لذلك قد يشعرون بالضيق أو التوتر إذا قام احدهم بإستعمالها أو لمسها أو تحريكها، لانهم في الغالب يشعرون بأن هذه الكتب هي إمتداد لهويتهم، ولمس الآخرين لمقتنياتهم يشعروهم بأن في ذلك انتهاكاً شخصياً لهم.

- **معتقد الشعور بالمسؤولية (Responsibility):** يؤدي شعور الافراد المكتتزين معرفياً بالمسؤولية تجاه الكتب والمؤلفات دوراً مهماً في ظهور وتفاقم الاضطراب ويعد الشعور بالمسؤولية تجاه إيجاد الاستعمال المناسب للكتب شعور مشترك بين المكتتزين، حيث يشعرون بضرورة الاحتفاظ بالكتب والمؤلفات إذا وجدوا انها قد تصلح لأي استعمال في البحوث العلمية أو المحاضرات أو الندوات مهما تكن، ومن هذا المنطلق فإن لكل شيء فائدة، وحتى ولو علموا بأنهم لن يستعملوها في المستقبل فإنهم يرون أن بإمكان شخص آخر الاستفادة منه، ويشعرون بأن من مسؤوليتهم الاحتفاظ بالكتب للأشخاص الآخرين حتى ولو لم تكن في نيتهم فعلاً إعطائه إياهم، واعتقاد المكتتزين بأنه قد يستخدم الكتب في موقف معين يدفعه إلى الشعور بضرورة الاحتفاظ بها لوقت الحاجة، ويرتبط بالشعور بالمسؤولية ايضاً بفكرة عدم الإسراف، وأيضاً ضرورة الاستعداد لأي طارئ يمكن حدوثه (Stekete & Frost, 2007:84).

٤- **السلوك التجنبي:** نتيجة للمشكلات المعرفية السابقة يظهر السلوك التجنبي، وهناك العديد من المواقف التي يساعد سلوك الإكتناز المعرفي على تجنبها، فتخزين الكتب والمؤلفات العلمية في أكياس وأكوام يسمح للمكتتزين بتجنب اتخاذ قرارات بشأن الاحتفاظ بها أو ترتيبها أو رميها، كما إن عملية إكتناز المقتنيات العلمية تتيح للمكتتزين تجنب الشعور بالضيق وعدم الراحة عند التخلص من الكتب والمؤلفات العلمية قد يستفيد منها يوماً من الايام أو يستفيد منها الآخرين، فإن المكتتزين الذين يحتفظون بالبحوث العلمية على سبيل المثال يخافون فقدان ليس الورق بحد ذاته أو المعلومات التي قرأوها، ولكن الاحصائيات التي قد تكون فيها، كما إن تجميع وشراء الكتب غير الضرورية حتى وإن عجز عن تدبر قيمتها يسمح للمكتتزين بتجنب التعامل مع المشاعر غير السارة، أو قد يمنعه من الشعور بأنه قد فوت صفقة جيدة (Stekete & Frost, 2007:85).

وقد تبنت الباحثة النظرية المعرفية لستيكتي وفروست (Steketee & Frost, 2004) بوصفها النظرية التي ستقوم في ضوءها بناء مقياس البحث وتفسير النتائج.

ثانياً: العلاج الارشادي المعرفي السلوكي

يعد العلاج الارشادي المعرفي السلوكي من أنسب العلاجات النفسية نجاحاً مع الاكتناز المعرفي، حيث يسبب الاكتناز أثراً كبيراً على الأفراد، بما في ذلك من ضعف نوعية الحياة، والأداء الدراسي لديهم ويواجه الأفراد الذين يعانون من الاكتناز صعوبات في الحياة الاجتماعية والدراسية والأسرية واتخاذ القرار والتصنيف والتنظيم والذاكرة، وعلى الرغم من أن منازلهم قد تصبح شبه مستحيلة العيش فيها، فإن معظم الأشخاص الذين يعانون من الاكتناز المعرفي لا يقبلون أن تكون لديهم مشكلة مما يجعل الأفراد المحيطين بهم هم من يطلبون المساعدة لهم (Merictan&Mortan,2019:511).

وقد حدد (Steketee & Frost,2007:344) في نظريته المعرفية أربعة مجالات من الاختلالات ذات الصلة بالاكتناز المعرفي، وتم استعمالها في دراسات عديدة وكما موضح في الآتي:

١- المعتقدات المتعلقة بالكتب: وتشمل شعور الفرد إنها مصدر للأمان النفسي والراحة. وأكد (Wheaton et al,2013) أنه يمكن التنبؤ بسلوك الاكتناز المعرفي من خلال المعتقدات حول الممتلكات المعلوماتية وخاصة الاستحواذ المفرط وصعوبة التخلص (بالإضافة إلى الضيق العام، وأن المعتقدات المختلفة وأنماط السلوك غير التكيفية دور مؤثر على أعراض الاكتناز، وأن الأفراد الذين يكتنزون يحملون معتقدات مختلفة حول معنى وأهمية ممتلكاتهم المعرفية، ونتيجة لهذه المعتقدات فإن التخلص من الممتلكات أمر بالغ الصعوبة، مما يؤدي بهم إلى اللجوء إلى نمط السلوك التجنبي (Wheaton et al,2013:781).

٢- السلوك التجنبي: يشمل هذا السلوك تأجيل الفرز، واتخاذ القرار بشأن التخلص من الأشياء والمحتويات المعرفية. وقام (Ayers el at, 2014) بدراسة على عينة مكونة من (88) طالباً لمعرفة العلاقة بين السلوك التجنبي وأعراض الاكتناز من السيطرة والقلق، ووجد أن السلوك التجنبي منبأ فيما بعد بصعوبة التخلص من الأشياء والمحتويات المعرفية، وبالتالي ينبأ بسلوك القوضى لدى الأفراد، وأن نتائج الدراسة تدعم أهمية السلوك التجنبي في النموذج المعرفي السلوكي للاكتناز المعرفي (Ayers el at, 2014:410).

٣ - صعوبة معالجة المعلومات: ويشمل صعوبة في التنظيم، والذاكرة، والتصنيف. أكد كل من (Kalogeraki&Michopoulos, 2017) أن المكتنزين معرفياً لديهم قصور في معالجة المعلومات وذلك نتيجة عوامل وراثية جينية، وعوامل بيئية ترجع إلى ضعف في سمات الشخصية، والتعرض المبكر للصدمة، وأحداث الحياة الضاغطة، ويظهر هذا القصور المعرفي في أربعة وظائف معرفية متداخلة وهي: اتخاذ القرار، التنظيم والتصنيف، الانتباه، الذاكرة.

٤- التعلق العاطفي بالممتلكات المعرفية: ويشمل عكس الذات على الممتلكات، وإضفاء عليها المشاعر التي يفتقدها. وقد اوضح كل من (Yap & Grisham, 2020) في بحثهما التجريبي على عينة قوامها (٩٣) فرداً أن مشاعر الارتباط والتعلق بالكتب والمؤلفات العلمية سمة طبيعية لدى الأفراد، ولكن الأفراد المكتنزين لديهم تعلق وارتباط مبالغ فيه بممتلكاتهم العلمية، وذلك عندما تم اجراء برنامج تجريبي على عينة ضابطة وأخرى تجريبية ممن يحبون اقتناء الكتب العلمية والاحتفاظ بها، فوجدا أن كلاً من المجموعتين الضابطة والتجريبية أبدوا مشاعر تعاطف وتعلق بممتلكاتهم من الكتب العلمية، ولكن عندما بدأوا في التفكير في التخلص من تلك الكتب العلمية اظهر الأفراد

المكتئزين صعوبة بالغة في التخلص منها مع وجود مشاعر قلق، وغضب، مقارنةً بالمجموعة الضابطة كانت أكثر استرخاءً. (Yap & Grisham, 2020:101)

وأظهر (Muroff et al, 2014) في دراسته على عينة مكونة من (٣٧) فرداً تم تطبيق عليهم البرنامج المعرفي السلوكي المكون من ١٦ جلسة علاجية، واستناداً إلى النموذج المعرفي السلوكي للاكتئاب المعرفي الذي يفترض القصور في معالجة المعلومات، والمعتقدات المتعلقة بالكتب والشعور بالضيق والتجنب، واستجابة التعلق العاطفي بالكتب انخفاضاً كبيراً في أعراض الاكتئاب المعرفي. (Muroff et al, 2014:966). وأوضح Tolin et al, (2015) انخفاض شدة أعراض الاكتئاب المعرفي بشكل كبير، بعد تطبيق استراتيجيات العلاج المعرفي السلوكي، والابعاد الأكثر تأثيراً هو صعوبة التخلص من الممتلكات المعرفية، تليها الفوضى والافتقار، بينما أظهر القصور في معالجة المعلومات تأثيراً أقل (Tolin et al, 2015:161). وأكد (Rodgers et al, 2021) أن للعلاج المعرفي السلوكي في فنياته المختلفة دور فعال ومؤثر في خفض شدة الاكتئاب المعرفي (Rodgers et al, 2021:130).

الفنيات المستخدمة في البرنامج المعرفي السلوكي مع الاكتئاب المعرفي

البرنامج: عملية منظمة هادفة تنشأ بين المرشد والمسترشد تتصف بالدفع، والود، والتقبل، والتعاون، والمشاركة الوجدانية، وأن يقوم المرشد بتدريب المسترشد وتعليمه كيفية التعرف على مشكلته وحلها، وعلى مكوناتها الأساسية وأسبابها وعلاقتها بالاكتئاب (عبدالله، ٢٠٠٠: ٤٦)

الفنيات المستخدمة في البرنامج:

- **فنية التدريب على الاسترخاء والتنفس:** تهدف هذه الفنية إلى تدريب المسترشد على الاسترخاء والتنفس لأنها الطريقة الوحيدة التي تقلل بها الأعراض الفسيولوجية وهناك أكثر من طريقة وتتفاوت طريقة الاسترخاء العضلي من حيث الطول وهذا يستند إلى خبرة الفرد ونجاحه في ممارسة التدريبات (عوض، ٢٠٠٨: ١١٤).

- **الاستبصار:** هي عملية إدراك المسترشد بوضوح لسلوكه وقدرته على التحكم في هذا السلوك، ويؤدي الاستبصار إلى تحقيق تعلم جديد يتعدل سلوكه على أساسه.

- **فنية الواجبات المنزلية:** هي أحد الفنيات المهمة التي يتسم بها البرنامج المعرفي السلوكي؛ حيث يعمل على تثبيت وتأكيد ما اكتسبه المسترشد أثناء جلسات البرنامج وذلك من خلال الممارسة العملية والتدريب على ما اكتسبه في الجلسات الإرشادية.

- **فنية إعادة البناء المعرفي:** هي إعادة البناء المعرفي للمسترشد وتعديل الأفكار الخاطئة ويتضمن البناء المعرفي تحديد المعتقدات والأفكار السلبية لدى المسترشد ومناقشة هذه الأفكار وتوليد أو إيجاد نماذج أو أفكار معرفية ايجابية (المحارب، ٢٠٠٠: ١١٨).

- **فنية المراقبة الذاتية:** يقصد بها قيام المسترشد بتسجيل كل ما يقوم به في مدونة، نماذج يقوم بإعدادها المرشد حسب طبيعة مشكلة المسترشد. يؤكد المرشد على بدء استخدام المراقبة الذاتية بشكل سريع، أثناء عملية التقويم؛ لكي يستطيع التعرف على مشكلة المسترشد وصياغة مشكلته والاستمرار في استخدامها؛ من أجل متابعة العملية الإرشادية. وبالإضافة إلى ذلك فالمراقبة الذاتية تؤدي في الغالب إلى انخفاض معدل تكرار السلوكيات غير المرغوب فيها لدى المسترشد وتقدم أدلة تحد من ميل المسترشد إلى تذكر فشله بدلاً من تذكر نجاحاته.

- **فنية صرف الانتباه:** هي من فنيات البرنامج المعرفي السلوكي التي تستخدم للأهداف المحددة والقصيرة المدى، وفيها يطلب من المسترشد قيامه بصرف الانتباه عن أعراض يشعر بها، لأن تركيز على هذه الأعراض يجعلها تزداد سوءاً. ويفضل استخدامها في بداية الجلسات الإرشادية فقط؛ بحيث تساعد المسترشد على إدراك أن باستطاعته

التحكم في الأعراض التي يشكو منها، وهذه خطوة مهمة جداً في البرنامج ومن الممكن استخدام أساليب صرف الانتباه لتوضيح النموذج المعرفي السلوكي للمسترشد. ويتضمن أسلوب صرف الانتباه ما يأتي: أ- التركيز على شيء معين. ب- الوعي الحسي. ج- التمرينات العقلية. د- الذكريات والخيالات السارة. (المحارب، ٢٠٠٠: ١٢٠).

المحور الثاني- دراسات سابقة:

- دراسة موروف وآخرون (Muroff, et al,2014) فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في الاكتناز المعرفي. هدفت الدراسة الكشف عن فاعلية البرنامج السلوكي المعرفي في خفض الاكتناز المعرفي، تكون البرنامج من (١٦) جلسة، طُبّق على عينة الدراسة المتكونة من (٣٨) طالب وطالبة من جامعة بوسطن في الولايات المتحدة الأمريكية، تمّ التحكم ببعض المتغيرات لدى العينة وهي: الجنس، التخصص الدراسي، المستوى الاقتصادي والاجتماعي. وتم تطبيق عدة أدوات في هذه الدراسة منها مقياس التعلق العاطفي بالامتلاكات. وقد أسفرت نتائج الدراسة على تحقيق جميع فرضيات البحث، حيث أظهرت النتائج وجود فروق بين الذكور والاناث لصالح الذكور، ووجود فروق بين التخصصات الدراسية، وعدم وجود فروق في المستوى الاقتصادي والاجتماعي، كما أظهرت النتائج أثر البرنامج المعرفي السلوكي واستمرار أثره في انخفاض كبير في مستوى الاكتناز المعرفي لدى عينة الدراسة Muroff, et al,2014:965).

- دراسة تولين وآخرون (Tolin, et al ,2015) أثر البرنامج المعرفي السلوكي في الاكتناز المعرفي وتحسين حالة (الاكتئاب والقلق).

هدفت الدراسة الى التعرف على فاعلية البرنامج السلوكي المعرفي في الاكتناز المعرفي وتحليل الحالة المزاجية (الاكتئاب والقلق) لدى طلبة جامعة بيل في الولايات المتحدة الأمريكية. تكونت العينة من (٤٤) طالب وطالبة. استغرق البرنامج (١٢) جلسة ارشادية، أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق بين الذكور والاناث لصالح الذكور في انخفاض الاكتناز المعرفي، كما توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الاكتناز المعرفي قبل تطبيق البرنامج وبعده لصالح التطبيق البعدي، حيث أظهر البرنامج المعرفي السلوكي، فاعليته في خفض الاكتناز المعرفي، وأيضاً في تحسن حالة الاكتئاب والقلق لدى طلبة الجامعة (Tolin, et al ,2015:159).

- دراسة ويليام (Williams ,2016) فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في خفض الاكتناز.

هدفت الدراسة الى تعرف على فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في خفض الاكتناز لدى طلبة جامعة لوزيفيل الأمريكية. والتعرف على الاختلاف بين كل من الذكور والإناث من طلبة الجامعة والتدريب على الاسترخاء العضلي- السيطرة على الأفكار السلبية - استبدال الأفكار السلبية بأفكار إيجابية - ودرجته الكلية بعد تطبيق البرنامج. والتعرف على مدى استمرارية فعالية البرنامج في خفض الاكتناز لدى عينة الدراسة بعد تطبيقه بفترة زمنية (شهر ونصف). وقد طُبّق مقياس الاكتناز المعرفي على عينة (٢٨) طالب وطالبة عينة البحث التجريبية. توصلت نتائج الدراسة إلى تمتع البرنامج العلاجي المعرفي السلوكي المستخدم في الدراسة الحالية بفعالية كبيرة في خفض مستوى الاكتناز المعرفي لدى عينة الدراسة المستهدفة وهو ما يبرزه وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة على أبعاد مقياس الاكتناز المعرفي وذلك في القياس البعدي لصالح أفراد المجموعة التجريبية (Williams ,2016:95).

- دراسة ياب وجريشام (Yap & Grisham, 2020) فاعلية برنامج تجريبي على الافراد المكتئبين

هدفت الدراسة الكشف على فاعلية البرنامج التجريبي على الافراد المكتئبين. تكونت عينة الدراسة على (٩٣) من طلبة الجامعة الكاثوليكية الاسترالية. اوضحت الدراسة التجريبية على أن مشاعر الارتباط والتعلق بالأشياء سمة طبيعية لدى الأفراد، ولكن الأفراد المكتئبين لديهم تعلق وارتباط مبالغ فيه بملكاتهم، وذلك عندما تم إجراء برنامج تجريبي على عينة ضابطة وأخرى تجريبية ممن يحبون اقتناء الكتب والبحوث والاحتفاظ بها، ووجد الباحثان أن كلاً من المجموعتين الضابطة والتجريبية أبدوا مشاعر تعاطف وتعلق بملكاتهم من الكتب والبحوث، ولكن عندما بدأوا في التفكير في التخلص من تلك الكتب اظهر الطلبة المكتئبين صعوبة بالغة في التخلص منها مع وجود مشاعر قلق، وغضب، مقارنةً بالمجموعة التجريبية كانت أكثر استرخاءً (Yap & Grisham, 2020:2).

- جوانب الإفادة من الدراسات السابقة:

في ضوء ما استعرض من دراسات سابقة ، يمكن إيجاز ما أُفيد منها في الآتي:

- ١- توضيح بلورة مشكلة البحث وتحديد أبعادها ومجالاتها.
- ٢- ساعدت الدراسات السابقة الباحثة في تحديد الاطار النظري لمتغيرات دراستها ومناقشة النتائج.
- ٣- تمكن الباحثة من خلال اطلاعها على الدراسات السابقة من بناء مقياس الاكتناز المعرفي، وإعداد برنامج ارشادي معرفي سلوكي.
- ٤- شُاعد الباحثة على الاطلاع على عدد من المصادر التي يمكن الرجوع إليها والإفادة منها في كتابة بحثها.
- ٥- كشفت الدراسات السابقة عن أهمية دراسة متغير الاكتناز المعرفي.
- ٦- مكنت الدراسات السابقة الباحثة من التعرف إلى الإجراءات وطبيعة المنهج الذي اتبعه الباحثين الآخرين في دراساتهم؛ مما وفر لها فرصة جيدة للسير في خطوات بحثها والوصول إلى نتائج بحثها ومن ثم عرضها وتفسيرها.
- ٧- وفرت الدراسات السابقة للباحثة اختيار الوسائل الاحصائية التي تلائم بحثها.

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

أولاً- منهج البحث: يستخدم البحث الحالي المنهج الوصفي، الذي يهتم بوصف الظاهرة، والمنهج شبه التجريبي الذي يعتمد على مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة، وذلك على عينة قوامها (٣٠) من طلبة الدراسات العليا الحاصلين على أعلى الدرجات في مقياس الاكتناز المعرفي وقد تم إجراء التكافؤ بينهما.

ثانياً- مجتمع البحث: تألف مجتمع البحث الحالي بطلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) والبالغ عددهم (٢٦٤) طالب وطالبة، بواقع (١٤٦) طالب و(١١٨) طالبة. وبواقع (٢٢٩) طالب وطالبة في دراسة الماجستير، و(٣٥) طالب وطالبة في دراسة الدكتوراه. والجدول الآتي يوضح أفراد مجتمع البحث.

^١ تم الحصول على هذه البيانات من شعبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل في يوم الأحد (٢٠٢٠/٠١/٠٢).

جدول (١) مجتمع البحث موزعاً بحسب الجنس (ذكور , اناث) والشهادة (ماجستير, دكتوراه) للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠)

الشهادة	الاختصاص	عدد افراد المجتمع				المجموع	%
		ذكور	%	اناث	%		
الماجستير	طرائق تدريس اللغة العربية	٢٦	%٩,٨٥	٢٠	%٧,٦	٤٦	%١٧,٤٢
	طرائق تدريس اللغة الانكليزية	٢٦	%٩,٨٥	٢١	%٧,٩٥	٤٧	%١٧,٨
	التربية الخاصة	٢٤	%٩,١	١٨	%٦,٨	٤٢	%١٥,٩
	طرائق تدريس الاجتماعيات	٢٤	%٩,١	٢٠	%٧,٦	٤٤	%١٦,٧
	طرائق تدريس العلوم	٢٨	%١٠,٦	٢٢	%٨,٣	٥٠	%١٨,٩
الدكتوراه	طرائق تدريس العلوم العامة	١٨	%٦,٨٢	١٧	%٦,٤٤	٣٥	%١٣,٢٦
	المجموع الكلي	١٤٦	٥٥,٣٢	١١٨	٤٤,٦٩	٢٦٤	%١٠٠

ثالثاً- عينات البحث (The Research Sample) تتكون عينات البحث مما يأتي:

- ١- العينة الاستطلاعية: اشتملت العينة الاستطلاعية على (٤٠) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بواقع (٢٠) طالب، و(٢٠) طالبة.
- ٢- عينة التقنين (التحليل الإحصائي): اشتملت عينة التقنين على (٢٠٠) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بواقع (١٠٠) طالب، و(١٠٠) طالبة.
- ٣- عينة تطبيق مقياس الاكتناز المعرفي: اشتملت عينة تطبيق المقياس على (٢٠٠) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا (ماجستير/ طرائق تدريس اللغة العربية، طرائق تدريس اللغة الانكليزية، طرائق تدريس الاجتماعيات، طرائق تدريس العلوم، التربية الخاصة، الدكتوراه/ طرائق تدريس العلوم العامة) في كلية التربية الأساسية بواقع (١٠٠) طالب، و(١٠٠) طالبة لغرض تحديد وفرز الطلبة ذوي الاكتناز المعرفي. والجدول (٢) يوضح عينة تطبيق مقياس الاكتناز المعرفي.

جدول (٢) عينة البحث لتطبيق مقياس الاكتناز المعرفي موزعةً بحسب الجنس (ذكور , اناث) والشهادة الدراسية (ماجستير, دكتوراه) للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠)

الشهادة	الاختصاص	عدد افراد العينة				المجموع	%
		ذكور	%	اناث	%		
الماجستير	طرائق تدريس اللغة العربية	٢٠	%١٠	١٧	%٨,٥	٣٧	%١٨,٥
	طرائق تدريس اللغة الانكليزية	١٦	%٨	٢٠	%١٠	٣٦	%١٨
	التربية الخاصة	١٧	%٨,٥	١١	%٥,٥	٢٨	%١٤
	طرائق تدريس الاجتماعيات	١٩	%٩,٥	٢١	%١٠,٥	٤٠	%٢٠
	طرائق تدريس العلوم	١٧	%٨,٥	٢٢	%١١	٣٩	%١٩,٥
الدكتوراه	طرائق تدريس العلوم العامة	١١	%٥,٥	٩	%٤,٥	٢٠	%١٠
	المجموع الكلي	١٠٠	٥٠	١٠٠	٥٠	٢٠٠	%١٠٠

٤- عينة تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي: اشتملت عينة تطبيق البرنامج الإرشادي على (٣٠) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية الحاصلين على أعلى الدرجات على مقياس الاكتناز المعرفي، وبعدها تم تقسيم الطلبة عشوائياً إلى مجموعتين، مجموعة تجريبية تعرضت للبرنامج الإرشادي تتكون من (١٥) طالب وطالبة، ومجموعة ضابطة لم تتعرض لأي برنامج تكونت من (١٥) طالب وطالبة. والجدول التالي يوضح عدد أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة.

جدول (٣) عيني البحث التجريبية والضابطة موزعةً بحسب الجنس (ذكور , اناث)^١ للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠)

المجموعة	الاختصاص	عدد افراد العينة				المجموع	%
		ذكور	%	اناث	%		
التجريبية	طرائق تدريس اللغة العربية	٣	%١٠	٢	%٦,٧	٥	%١٦,٧
	التربية الخاصة	٢	%٦,٧	٣	%١٠	٥	%١٦,٧
	طرائق تدريس الاجتماعيات	٢	%٦,٧	٣	%١٠	٥	%١٦,٧
المجموع الكلي للمجموعة التجريبية							
الضابطة	طرائق تدريس اللغة العربية	٧	%٢٣,٤	٨	%٢٦,٧	١٥	%٥٠
	التربية الخاصة	٢	%٦,٧	٣	%١٠	٥	%١٦,٧
	طرائق تدريس الاجتماعيات	٣	%١٠	٢	%٦,٧	٥	%٦,٧
المجموع الكلي للمجموعة الضابطة							
المجموع الكلي							
		١٥	%٥٠	١٥	%٥٠	٣٠	%١٠٠

رابعاً- أدوات البحث (Research Scales):

الأداة الأولى- مقياس الاكتناز المعرفي: بعد الاطلاع على الدراسات السابقة ومراجعة الادبيات النفسية التي تناولت الاكتناز المعرفي، لم تجد الباحثة مقياساً حديثاً في البيئة التعليمية العراقية يتناسب مع عينة البحث الحالي وأهدافه، لذا كان لابد من بناء مقياس للاكتناز المعرفي، وذلك بتحديد المنطلقات النظرية والاحتياجات الأساسية التي يستند إليها في بناء المقياس، أذ يشير "كرونباخ Cronbach" الى ضرورة البدء بتحديد المفاهيم البنائية التي يستند إليها أو تنطلق منها إجراءات اعداد المقاييس النفسية قبل البدء بإجراءات البناء (الكبيسي، ٢٠١٠: ٢٦٣). وعليه حددت الباحثة المنطلقات النظرية الاتية:

- اعتماد التعريف النظري لفروست وستكي (Steketee & Frost, 2004) للاكتناز المعرفي.
- اعتماد النظرية المعرفية لفروست وستكي (Steketee & Frost, 2004) التي فسرت الاكتناز المعرفي.
- الاعتماد على الاستبانة المفتوحة التي قدمتها الباحثة إلى (٤٠) طالباً وطالبة من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية.

وعلى ضوء ذلك تم صياغة المقياس في صورته الأولى من (٢٨) فقرة وروعي أن تكون هذه الفقرات مناسبة للبيئة العراقية وعينة البحث الحالي، وموزعة على أربعة أبعاد فرعية، البعد الأول هو بُعد القصور في معالجة المعلومات ومكون من (٧) فقرات، والبعد الثاني هو بُعد مشكلات الارتباط الوجداني ومكون من (٧) فقرات، والبعد الثالث هو

^١ - تم استبعاد طلبة دراسة الدكتوراه من المجموعتين التجريبية والضابطة لأنه لم يحصل أي منهم على درجة مرتفعة على مقياس الاكتناز المعرفي مقارنة بدرجات طلبة دراسة الماجستير.

المعتقدات حول الكتب ومكون من (٧) فقرات، والبعد الرابع هو بُعد السلوك التجنبي ومكون من (٧) فقرات، ويصحح المقياس وفقاً لتدرج خماسي (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ نادراً، لا تنطبق عليّ أبداً)، وقد أعطيت الأوزان الآتية (١,٢,٣,٤,٥) للفقرات الإيجابية وعكسها للفقرات السلبية، ثم تجمع درجات الفقرات لتمثل الدرجة الكلية للمقياس، وإنّ أعلى درجة هي (١٤٠) وأقل درجة هي (٢٨)، والمتوسط الفرضي للمقياس يبلغ (٨٤). ملحق (١)

- التحليل المنطقي للفقرات (صلاحية الفقرات) لمعرفة الصدق الظاهري: تمّ عرض مقياس الاكتناز المعرفي المكون من (٢٨) فقرة على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة في العلوم التربوية والنفسية بلغ عددهم (٣٠) مختص، وبعد بيان آراءهم وتحليلها باستعمال (مربع كاي) لمعرفة دلالة الفروق بينهم من حيث تأييدهم صلاحيتها أو رفضها، وفي ضوء هذا الإجراء تمّ الإبقاء على جميع فقرات المقياس إذ كانت الفروق بين الموافقين وغير الموافقين لها دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (١) ولصالح الذين أبدوا صلاحيتها، وقد حظيت جميع فقرات المقياس بموافقة المحكمين حيث كان الاتفاق بنسبة (٩٨%).

- وضوح فقرات المقياس وتعليماته وحساب وقت الإجابة: بعد أن تمّ توزيع الفقرات (٢٨) فقرة، والتي بقيت جميعها حسب دلالتها الاحصائية في ضوء آراء المختصين وموافقته على تعليمات المقياس وبدائله طبقته الباحثة على العينة الاستطلاعية المكونة من (٤٠) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بواقع (٢٠) طالب، و(٢٠) طالبة. لمعرفة مدى وضوح فقرات المقياس وتعليماته وحساب الوقت المناسب للإجابة عليه، ووجدت الباحثة أن جميع الفقرات واضحة ومفهومة للطلبة وبدائل مناسبة للحصول على الإجابة، وأن الوقت الملائم للإجابة على المقياس هو (١٥) دقيقة، والذي يُمثل متوسط مدى إجابات للطلبة من (١٠) دقيقة إلى (٢٠) دقيقة.

- التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الاكتناز المعرفي:

أ- القوة التمييزية للفقرات (المجموعتين الطرفيتين): تعني القوة التمييزية للفقرة مدى قدرتها على التمييز بين المفحوصين ذوي الدرجات أو القدرات العالية في الصفة أو الخاصية المراد قياسها والمفحوصين ذوي الدرجات أو القدرات المتدنية، والهدف من هذه الخطوة هو الإبقاء على الفقرات ذات التمييز العالي والجيدة فقط، ويجب أن لا يفهم هنا أن المفحوصين ذوي المستوى المتدني لا يؤدون أو لا يجيبون عن هذه الفقرة، بل إن نسبة من أجابوا عنها من الجيدين (المجموعة العليا) أعلى من الضعاف في (المجموعة الدنيا)، وذلك لأن الفقرة التي لا يجيب عنها جميع المفحوصين على اختلاف مستوياتهم لا قيمة لها لأنها لا تستطيع التمييز بينهم (المحاسنة وعبء الحكيم، ٢٠١٣:٢٠٦). لذلك وبعد تطبيق المقياس على أفراد عينة التحليل الإحصائي تمّ تحليل البيانات على وفق الخطوات الآتية:

١- تمّ تحليل إجابات (٢٠٠) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بواقع (١٠٠) طالب، و(١٠٠) طالبة. وهي تمثل عينة التحليل الإحصائي، وذلك بوضع درجة أمام كل فقرة من فقرات مقياس الاكتناز المعرفي وفقاً للبدل الذي تمّ إختياره من قبل المُستجيب.

٢- رُتبت الدرجات الكلية لأفراد العينة ترتيباً تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة.

٣- إختير منها (٢٧%) من الدرجات العليا، و(٢٧%) من الدرجات الدنيا، وبلغت نسبة (٢٧%) في كل مجموعة (٥٤) استجابة.

٤- إستخراج معامل التمييز بإستعمال إختبار (T-test) لعينتين مُستقلتين لإختبار الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا، ولكل فقرة من فقرات المقياس، وقُورنت القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة بالقيمة التائية الجدولية البالغة

(١,٩٨) إذ كانت جميع فقرات مقياس الاكتناز المعرفي دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٠٦) وبذلك تُعد جميع الفقرات مميزة، والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤) يوضح القوة التمييزية لفقرات مقياس الاكتناز المعرفي بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

مستوى الدلالة (٠,٠٥)	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		رقم الفقرة
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
دال	٦,٣٨	٠,٨٨	١,٨٨	٠,٤٧	٢,٧٦	١
دال	٨,١١	٠,٨٧	١,٧٤	٠,٤٦	٢,٨٣	٢
دال	٧,٥٧	٠,٨٣	١,٧٠	٠,٥٥	٢,٧٤	٣
دال	٧,٤٣	٠,٨٩	١,٧٤	٠,٥٠	٢,٧٨	٤
دال	٦,٥٢	٠,٩٤	١,٨٣	٠,٥٢	٢,٨٠	٥
دال	٧,٠٠	٠,٩٣	١,٧٦	٠,٤٠	٢,٧٤	٦
دال	٦,٢١	٠,٨٨	١,٨١	٠,٥٢	٢,٧٢	٧
دال	٦,٦٨	٠,٩٣	١,٨٧	٠,٤٠	٢,٨٠	٨
دال	٩,٨٢	٠,٨٤	١,٦٩	٠,٣١	٢,٨٩	٩
دال	٥,٥١	٠,٩٣	١,٨٧	٠,٦٠	٢,٧٠	١٠
دال	٧,٢٦	٠,٩٥	١,٨٠	٠,٤٢	٢,٨٣	١١
دال	٦,٧٦	٠,٩٣	١,٨١	٠,٤٥	٢,٨٠	١٢
دال	٧,٤٩	٠,٩٢	١,٧٨	٠,٣٧	٢,٨٧	١٣
دال	٩,١٦	٠,٨٢	١,٦٥	٠,٤٦	٢,٨٣	١٤
دال	٨,٤٠	٠,٨٨	١,٧٦	٠,٣٩	٢,٨٧	١٥
دال	٨,٦٣	٠,٨١	١,٧٠	٠,٤٧	٢,٨١	١٦
دال	٨,٥٢	٠,٨٨	١,٧٨	٠,٣٧	٢,٨٩	١٧
دال	٦,٧٩	٠,٩١	١,٨١	٠,٥٠	٢,٧٨	١٨
دال	٨,٠٠	٠,٩١	١,٧٤	٠,٤٥	٢,٨٥	١٩
دال	٦,٣٢	٠,٨٩	١,٨١	٠,٥٦	٢,٧٢	٢٠
دال	٨,٢٤	٠,٨٣	١,٧٠	٠,٤٦	٢,٧٨	٢١
دال	٨,٨٧	٠,٨٤	١,٦٧	٠,٤٦	٢,٨٣	٢٢
دال	٧,٦٧	٠,٨٥	١,٧٢	٠,٥٣	٢,٧٨	٢٣
دال	٧,٨٩	٠,٨٧	١,٧٤	٠,٤٥	٢,٨٠	٢٤
دال	٦,٦٣	٠,٩١	١,٨١	٠,٥١	٢,٧٦	٢٥

٢٦	٢,٧٢	٠,٦٢	١,٧٢	٠,٨٧	٦,٨١	دال
٢٧	٢,٨٧	٠,٤٧	١,٧٦	٠,٨٨	٨,٠٩	دال
٢٨	٢,٨٣	٠,٤٢	١,٧٢	٠,٨١	٨,٩٢	دال

معامل الاتساق الداخلي Internal Consistency:

- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس Internal Consistency Method: تمّ استعمال معامل ارتباط بيرسون لإستخراج قوة العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس بعد تطبيقه على عينة التحليل الاحصائي البالغة (٢٠٠) من طلبة الدراسات العليا، وعند مقارنة قيم الارتباط بالقيمة الحرجة البالغة (٢,٠٠) وبمستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) إتضح إن القيم جميعها دالة إحصائياً لمقياس الاكتناز المعرفي، كما موضح في الجدول (٥).

جدول (٥) علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الاكتناز المعرفي

مقياس الاكتناز المعرفي							
بُعد معالجة المعلومات		بُعد الارتباط الوجداني		بُعد المعتقدات		بُعد السلوك التجنبي	
ت	معامل ارتباط الكلية للمقياس بالدرجة	ت	معامل ارتباط الكلية للمقياس بالدرجة	ت	معامل ارتباط الكلية للمقياس بالدرجة	ت	معامل ارتباط الكلية للمقياس بالدرجة
١	٠,٤٢٧	٨	٠,٣٤٩	١٥	٠,٤٨٤	٢٢	٠,٤٢١
٢	٠,٤٨٧	٩	٠,٤٦٢	١٦	٠,٥٨١	٢٣	٠,٢٣١
٣	٠,٤٤٢	١٠	٠,٥٧٥	١٧	٠,٤٥١	٢٤	٠,٤١٣
٤	٠,٤٧٤	١١	٠,٥٩٦	١٨	٠,٤٤٩	٢٥	٠,٤٨٠
٥	٠,٤٥١	١٢	٠,٥٤٨	١٩	٠,٥٥١	٢٦	٠,٦٤٥
٦	٠,٤٨٩	١٣	٠,٤٨٢	٢٠	٠,٢٨٤	٢٧	٠,٤٦٢
٧	٠,٤٦١	١٤	٠,٥٢٠	٢١	٠,٥٢٥	٢٨	٠,٤٤٦

- علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي إليه: يعبر ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه الفقرة في المقياس عن مدى قوة العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة ودرجة المجال، وعادةً يتم الحصول على هذا النوع من الارتباط عن طريق استعمال معامل ارتباط (بيرسون) والمعيار الذي اعتمده الباحث في تحديدها لقبول الفقرة من عدمها هي القيمة الجدولية كما تم ذكره سابقاً، ولم تحذف اي فقرة عند تطبيق المقياس، كما موضح في الجدول (٦).

جدول (٦) علاقة درجة الفقرة بدرجة البُعد الذي تنتمي إليه في مقياس الاكتناز المعرفي

مقياس الاكتناز المعرفي							
بُعد معالجة المعلومات		بُعد الارتباط الوجداني		بُعد المعتقدات		بُعد السلوك التجنبي	
ت	معامل ارتباط	ت	معامل ارتباط	ت	معامل ارتباط	ت	معامل ارتباط
الذي تنتمي اليه	الفقرة بالمجال	الذي تنتمي اليه	الفقرة بالمجال	الذي تنتمي اليه	الفقرة بالمجال	الذي تنتمي اليه	الفقرة بالمجال
١	٠,٦٠١	٨	٠,٥٤٢	١٥	٠,٣٦٧	٢٢	٠,٧٥٨
٢	٠,٣٢٣	٩	٠,٥٦١	١٦	٠,٣٢٩	٢٣	٠,٥٣٨
٣	٠,٤٣٧	١٠	٠,٣٨٢	١٧	٠,٧٠٧	٢٤	٠,٤٠٩
٤	٠,٥١٣	١١	٠,٥٠١	١٨	٠,٤٢٦	٢٥	٠,٣٩٦
٥	٠,٦٠٤	١٢	٠,٤٩٣	١٩	٠,٧٢٨	٢٦	٠,٣٧٩
٦	٠,٣٧٥	١٣	٠,٦٥٣	٢٠	٠,٤٢١	٢٧	٠,٥٣٢
٧	٠,٤٧٥	١٤	٠,٤١١	٢١	٠,٤٠٢	٢٨	٠,٤٣١

علاقة درجة المجال بدرجة المجالات الأخرى للمقياس: لغرض الحصول على علاقة درجة المجال بدرجة المجالات الأخرى للمقياس تمّ جمع البيانات ووضعها بالحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) الاصدار (٢٥)، وتوصلت الباحثة إلى علاقة درجة كل بُعد بالأبعاد الأخرى للمقياس كما مبين في الجدول (٧).

جدول (٧) علاقة درجة البُعد بدرجة الأبعاد الأخرى لمقياس الاكتناز المعرفي

تسلسل البُعد	البُعد الأول	البُعد الثاني	البُعد الثالث	البُعد الرابع
البُعد الأول	-	٠,٥٤	٠,٦٣	٠,٥٠
البُعد الثاني	٠,٥٤	-	٠,٥٤	٠,٥٨
البُعد الثالث	٠,٦٣	٠,٥٤	-	٠,٥٨
البُعد الرابع	٠,٥٠	٠,٥٨	٠,٥٨	-

- الخصائص السايكومترية لمقياس الاكتناز المعرفي:

أولاً- الصدق (Validity): تمّ التحقق من صدق المقياس بواسطة الإجراءات المتعلقة بالصدق الظاهري والاجراءات المتعلقة بصدق البناء، وكما يأتي:

أ- الصدق الظاهري (Face Validity): قامت الباحثة بالتحقق من الصدق الظاهري لمقياس الاكتناز المعرفي بصيغته الأولى من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (٣٠) محكماً للتعرف على مدى صلاحية الفقرات التي تقيس الظاهرة النفسية المدروسة ومدى وضوح الفقرات، ومدى ملائمة كل فقرة للبُعد الذي تنتمي اليه، وما يلاحظونه مناسباً من التعديلات للفقرات أو حذفها. وبعد

جمع آراء المحكمين وتحليلها باستعمال مربع كاي، تبين أن قيم مربع كاي المحسوبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) لجميع الفقرات، حيث أن قيم مربع كاي المحسوبة كانت أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٣,٨٤) ودرجة حرية (١)، وقد حظيت أغلب فقرات المقياس بموافقة المحكمين حيث كان الاتفاق بنسبة (٩٨%).

ب- **صدق البناء (Construction Sincerity):** إنَّ صدق البناء قائم على فكرة مدى مناسبة المقياس للصفة المراد قياسها ووضوح بنوده ومدى العلاقة بالقدرة أو السمة أو البعد الذي يقيسه المقياس، والاخذ بالاعتبار تعليمات تطبيق هذا المقياس والزمن المحدد له. (عبد الرحمن، ٢٠٠٨: ١٩٩)، وإنَّ التأكد من هذا النوع من الصدق يتم عن طريق ما يأتي:

- ١- المجموعتين الطرفيتين (القوة التمييزية) التي وضحت في جدول (٤) من عينة التحليل الاحصائي.
- ٢- حساب معاملات الارتباط بين كل مما يأتي:

- درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس كما موضح في جدول (٥) من عينة التحليل الاحصائي.
 - درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه التي تم توضيحها جدول (٦) من عينة التحليل الاحصائي.
 - درجة المجال بالمجالات الاخرى التي وضحت في جدول رقم (٧) من عينة التحليل الاحصائي.
- ثانياً- **الثبات (Reliability):** تمَّ التحقق من ثبات مقياس الاكتناز المعرفي بالطرق الآتية:

أ- معامل ثبات ألفا كرونباخ (**Alfa Coefficient for Internal Consistency**): تعد من أكثر طرق الثبات شيوعاً وأكثر ملائمة للمقاييس ذات الميزان المتدرج، إذ تعتمد هذه الطريقة على مدى ارتباط الفقرات مع بعضها البعض داخل المقياس وكذلك ارتباط كل فقرة مع المقياس ككل. إذ ان معدل الارتباط الداخلي بين الفقرات هو الذي يحدد معامل ألفا، ونظراً لان "معامل ألفا" له تطبيقات أكثر اتساعاً فإنه أصبح الطريقة الاحصائية المفضلة لتقدير الاتساق الداخلي. (رينولدز، وليفنجستون، ٢٠١٣: ١٧٥). وقد تم تطبيق معامل ألفا كرونباخ على جزء من عينة التحليل الاحصائي والبالغة (٨٠) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا، وقد بلغت قيمة الثبات بهذا المعامل (٠,٨٧)، وتعد هذه القيمة مقبولة لأغراض البحث العلمي ويمكن الركون إليها. (وولفولك، ٢٠١٠: ١١٢٦).

ب- **طريقة إعادة الاختبار (Retest Method):**

تتطلب هذه الطريقة إعادة تطبيق الاختبار أو المقياس مرة أخرى على أفراد المجموعة نفسها بعد فترة زمنية ملائمة ثم يحسب بعد ذلك معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في المرة الأولى والثانية ويسمى معامل الارتباط المستخرج بهذه الطريقة بمعامل استقرار نتائج الاختبار خلال الفترة بين التطبيقين للاختبار أو المقياس. (العجيلي وآخرون، ٢٠٠١: ١٤٤-١٤٥) ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة فقد قامت الباحثة بإعادة الاختبار بعد مرور (١٥) يوماً على عينة مؤلفة من (٤٠) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا من نفس عينة التحليل الاحصائي، وقد بلغت قيمة الثبات بهذه الطريقة (٠,٨٤) وهو معامل ثبات جيد ومقبول، والجدول (٨) يبين قيم معاملات الثبات.

جدول (٨) قيم معاملات الثبات لمقياس الاكتناز المعرفي

ت	معامل الثبات	قيمة معامل الثبات
١	ألفا كرونباخ	٠,٨٧
٢	اعادة الاختبار	٠,٨٤

الأداة الثانية- برنامج ارشادي معرفي سلوكي لخفض الاكتناز المعرفي.

تعريف البرنامج الارشادي: هو برنامج مُخطط ومُنظم يتضمن تقديم خدمات ارشادية لطلبة الدراسات العليا بهدف خفض حدة الاكتناز المعرفي، من خلال فنيات العلاج المعرفي السلوكي، كالمحاضرة، والمناقشة، وأسلوب مراقبة الذات، وإعادة البناء المعرفي، وصرف الانتباه، الاستبصار، والاسترخاء النفسي، والواجبات المنزلية. ويتم البرنامج بعد تعريغ نتائج المقياس الذي طبق على العينة تمّ تحديد أهم المشكلات التي تؤدي الى الاكتناز المعرفي، إذ تم اعتماد الفقرة الحائزة على متوسط (٣) درجات فما دون هي مشكلات تكيفية وفي ضوء ذلك تم تحديد الحاجات، بعدها عرض البرنامج المعرفي والسلوكي على مجموعة من المختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية للتأكد من مدى مناسبة الأهداف والأنشطة المستخدمة والزمن المطلوب لتحقيق الأهداف الرامية إلى خفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية، ورتبت الفقرات التي تعبر عن حاجات الطلبة حسب أهميتها وأولويتها إن هناك (١٠) مشكلات رتبت تنازلياً، ومن ثم تمّ تطبيق أسلوب الإرشاد الجمعي من خلال تحقيق (١٢) جلسة ينظر بواقع جلستين أسبوعياً زمن كل منها (٤٥-٦٠) دقيقة ولليام الأحد والثلاثاء. واستخدمت الباحثة في البرنامج عدة أنشطة تمثلت في الحوار والمناقشة والواجبات المنزلية وعرض نماذج أفلام، وفي ضوء ذلك تم بناء البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي الذي طبق على المجموعة التجريبية بعد أن تمّ تبليغ الطلبة عن مكان وزمان الجلسات الإرشادية فضلاً عن المحافظة عن سرية ما يدور خلال هذه الجلسات. ولإستخدام هذا التصميم لابد من القيام بالإجراءات الآتية:

- ١- تطبيق مقياس الاكتناز المعرفي الذي تمّ بناؤه من قبل الباحثة على أفراد عينة البحث الأساسية وهم طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية لمعرفة من منهم يعاني من الاكتناز المعرفي.
- ٢- سحب من تمّ تشخيصهم في ضوء المقياس، وانتقاء (٣٠) طالب وطالبة بصورة عشوائية والحاصلين على أعلى الدرجات، ومن ثم تقسيمهم عشوائياً أيضاً على مجموعتين، مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة.
- ٣- تعريض أفراد المجموعة التجريبية للمتغير المستقل جلسات البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي وبالمقابل ترك المجموعة الضابطة دون تعريضها للمتغير المستقل، أو أي نوع من أنواع جلسات البرنامج.
- ٤- تطبيق مقياس الاكتناز المعرفي على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة كاختبار بعدي، ثم المقارنة ما بين الاختبارين القبلي والبعدي وذلك لمعرفة مدى تأثير المتغير المستقل الذي هو (البرنامج في المتغير التابع).
- **الاختبار القبلي:** تمّ إجراء الاختبار القبلي في تمام الساعة العاشرة والنصف من صباح يوم الاحد الموافق (٢٠٢٠/٠٢/١٦) على طلبة الدراسات العليا في قاعة الصف الذكي في قسم التربية الخاصة بكلية التربية الأساسية.

- **تكافؤ مجموعتي البحث:** أجرت الباحثة تكافؤاً احصائياً بين مجموعتي البحث قبل الشروع بالتجربة في بعض المتغيرات التي قد تؤثر على نتائج التجربة (العمر الزمني للطلبة محسوباً بالسنوات، مستوى الذكاء)، وقد أظهرت نتائج التكافؤ بين مجموعتي البحث بأنهما متكافئتان بالمتغيرات وكالاتي:

- ١- **العمر الزمني:** كافأت الباحثة في متغير العمر الزمني للطلبة وللمجموعتين التجريبية والضابطة باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩) التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير العمر الزمني

المجموعة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية			
					المحسوبة	الجدولية (٠,٠٥)	الجدولية (٠,٠١)	الجدولية (٠,٠٠١)
التجريبية	١٥	٢٠١,٠٧	١٣,٦٢	٢٨	٠,٠٧٨٦	٢,٠٤٨	٢,٧٦٣	٣,٦٧٤
الضابطة	١٥	١٩٧,٦٧	٩,٧٥					

بما إن عينتي البحث من طلبة دراسة الماجستير وقد يكونوا بنفس العمر لكن من أجل الدراسة قد يكون هناك طلبة أكبر عمراً لذا توجب على الباحثة تكافؤ المجموعتين بالعمر ومن خلال توزيع الطلبة على المجموعتين بصورة متوازنة في العمر، حيث أظهرت إن النتائج إن الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية هو (٢٠١,٠٧) بانحراف معياري مقداره (١٣,٦٢)، أما الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة فهو (١٩٧,٦٧) بانحراف معياري مقداره (٩,٧٥) ولمعرفة معنوية الفروق بين الأوساط الحسابية فقد تم احتساب القيمة التائية لعينتين مستقلتين حيث بلغت قيمتها المحسوبة (٠,٠٧٨) وهي أصغر من الجدولية البالغة (٢,٧٦) عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا يشير إلى وجود فروق عشوائية بين المجموعتين في العمر مما يدل على تكافؤهما.

٢- الذكاء: على الرغم من أن طلبة المجموعتين التجريبية والضابطة اختبروا عشوائياً، وبما أن الاختيار العشوائي يحقق قدراً جيداً من التكافؤ بين أفراد العينات المبحوثة، إلا أن الباحثة إرتأت وبغيت تحقيق أعلى مستوى من التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة، وبما أن المتغير المدروس (الاكتزاز المعرفي) هو عقلي إدراكي تم تكافؤ أفراد العينتين بمتغير الذكاء لإرتباطه بالجوانب العقلية، تم تطبيق إختبار الذكاء للـ(النهان، ٢٠١٩) (ملحق ٢) والمقنن على طلبة الجامعات العراقية والذي يتكون من (٤٠) فقرة، وبعد أن تم عرض الاختبار على مجموعة من الخبراء في القياس والتقويم وعلم النفس لبيان صلاحية هذا الاختبار لتقييم نسبة الذكاء لدى طلبة مجموعتي البحث، حصلت موافقة الخبراء على صلاحية الاختبار وبنسبة (١٠٠%)، وبذلك تم زودت الباحثة الطلبة بكراسات الاختبار مع ورقة الاجابة، وبعد الاجابة تم تصحيح اجابات الطلبة والحصول على نتائج الاختبار، والجدول (١٠) يوضح ذلك (١٠).

جدول (١٠) التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار الذكاء

المجموعة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية			
					المحسوبة	الجدولية (٠,٠٥)	الجدولية (٠,٠١)	الجدولية (٠,٠٠١)
التجريبية	١٥	٣٥,٨٦	٣,١٠	٢٨	١,١٩	٢,٠٤٨	٢,٧٦٣	٣,٦٧٤
الضابطة	١٥	٣٤,٦٦	٢,٣٥					

أظهرت النتائج إن الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية هو (٣٥,٨٦) بانحراف معياري مقداره (٣,١٠) إما الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة فقد بلغ (٣٤,٦٦) بانحراف معياري مقداره (٢,٣٥) ولمعرفة معنوية الفروق بين الأوساط الحسابية فقد تم احتساب القيمة التائية لعينتين مستقلتين حيث بلغت قيمتها المحسوبة (١,١٩) وهي أصغر من قيمتها الجدولية البالغة (٢,٧٦) عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا يشير إلى وجود فروق عشوائية بين المجموعتين في مستوى الذكاء مما يدل على تكافؤهما.

- أهداف البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي:

١- تبصير طلبة الدراسات العليا بخطورة مشكلة الاكتناز المعرفي التي يعانون منها.

٢- مساعدتهم على إدراك المشكلة، والقدرة على التعامل معها وحلها.

- الاعتبارات التي أخذت في البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي:

١- وضوح وسهولة أسلوب الحوار والمناقشة.

٢- تدعيم العلاقة الايجابية بين الباحثة والطلبة المفحوصين.

٣- مراعاة وجود روح الدعابة والمرح طوال جلسات البرنامج.

- الجلسات الإرشادية:

قامت الباحثة بإعداد (١٢) جلسة إرشادية فردية - وجماعية لطلبة الدراسات العليا (ذكور - إناث) واستغرقت شهر ونصف بواقع جلستين أسبوعياً، وتراوحت مدة الجلسة الواحدة بين (٤٠ - ٦٥) دقيقة.

- صدق البرنامج:

بعد قيام الباحثة ببناء البرنامج؛ تمّ عرضه على مجموعة من المختصين في العلوم التربوية والنفسية، وذلك من خلال كل مما يأتي:

- تقديم استبانة بأبعاد الاكتناز المعرفي؛ من أجل تضمينه في بناء البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، واستهداف تخفيض حدته فيه.

- تقديم استبانة تفصيلية بشأن الجانب النظري الخاص بجلسات البرنامج المعرفي السلوكي و فقرات كل جلسة فيه. وللتحقق من ملاءمة جلسات البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي وأسئلته؛ عرضت الباحثة جلسات البرنامج وما تضمنته من أسئلة على المحكمين المختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (٣٠) محكماً، للتعرف على مدى صلاحيته وما يلاحظونه مناسباً من التعديلات للجلسات أو حذفها. وبعد جمع آراء المحكمين وتحليلها باستعمال مربع كاي، تبين أن قيم مربع كاي المحسوبة لجميع أسئلة جلسات البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١)، وقد حظيت أغلب أسئلة جلسات البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي بموافقة المحكمين حيث كان الاتفاق بنسبة (٩٨%)، مما أدى إلى الإبقاء على جميع أسئلة البرنامج.

- تطبيق البرنامج: تمّ تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي على (٣٠) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل، في الفصل الدراسي الثاني من السنة التحضيرية للعام الدراسي (٢٠١٩ - ٢٠٢٠). والجدول (١١) يوضح جلسات البرنامج.

جدول (١١) جلسات البرنامج، وأهدافه، والأساليب الإرشادية والفنيات المستخدمة.

الجلسة	عنوان الجلسة وتاريخها	أهداف الجلسة	الأساليب والفنيات الإرشادية المستخدمة
الأولى	مرحلة البدء (٢٠٢٠/٠٣/٠١)	<ul style="list-style-type: none"> - التعرف المتبادل بين الباحثة والطلبة. - زيادة ثقة الطلبة في أنفسهم وزيادة احترامهم لذاتهم. - زيادة ثقة الطلبة في الباحثة. 	الحوار والمناقشة، وتقديم الذات.
الثانية	التهيئة للبرنامج المعرفي السلوكي.(مرحلة التهيئة) (٢٠٢٠/٠٣/٠٣)	<ul style="list-style-type: none"> - أن يتشجع المشاركون على المشاركة في البرنامج والإفصاح عما بداخلهم بحرية. 	المحاضرة والمناقشة، والحوار الجماعي، الدعابة والمرح (الإحماء الجمعي)
الثالثة و الرابعة	-التدريب على مهارة التنظيم والفرز. - التحدث عن الكتب والبحوث العلمية المحببة لدى كل طالب، ودرجة التعلق بها. (٢٠٢٠/٠٣/٠٨)و(٢٠٢٠/٠٣/١٠)	<ul style="list-style-type: none"> - أن يعي المشاركون الفرق بين تجميع الكتب والبحوث ذات القيمة العلمية، والاحتفاظ بالكتب والبحوث عديمة القيمة. - أن يميز المشاركون بين الاقتناء، والتجميع. 	الحوار والمناقشة، المحاضرة الواجبات المنزلية، صرف الانتباه
الخامسة	محاولة التخلص التدريجي من المشاعر السلبية المتعلقة بالفقد للكتب والبحوث العلمية. (مرحلة الحدث والفعل). (٢٠٢٠/٠٣/١٥)	<ul style="list-style-type: none"> - أن يدرك الطلبة المشاركون الأفكار والمعتقدات المتعلقة بالكتب والبحوث المخزنة. - أن يكتسب المشاركون القدرة على تعديل هذه الأفكار الخاطئة، ومحاولة التخلص منها بشكل تدريجي. 	إعادة البناء المعرفي، التعزيز، الاستبصار المراقبة الذاتية، الواجبات المنزلية.
السادسة	-الحث على التغيير، والعناية بالذات، ومراقبة أنفسهم باستمرار. (٢٠٢٠/٠٣/١٧)	<ul style="list-style-type: none"> - أن يعي المشاركون بخطورة الاكتناز المعرفي على الطالب وعلى زملائه الطلبة. - أن يشعر المشاركون بأهمية المشاركة الاجتماعية بينهم. 	صرف الانتباه، ومراقبة الذات، والواجبات المنزلية.
السابعة	- تنمية الاحساس بالأمان. (٢٠٢٠/٠٣/٢٢)	<ul style="list-style-type: none"> - أن يكتسب الطلبة المشاركون الثقة بالنفس. 	إعادة البناء المعرفي، و صرف الانتباه، ومراقبة الذات، والواجبات المنزلية.
الثامنة و التاسعة	- الحث على النشاط والتجديد. - الحد من العزلة وزيادة المشاركة الاجتماعية. (٢٠٢٠/٠٣/٢٤)و(٢٠٢٠/٠٣/٢٩)	<ul style="list-style-type: none"> -أن يمارس المشاركون الأنشطة المعرفية. - أن يدرك المشاركون أهمية التطوير والتغيير. 	إعادة البناء المعرفي، و صرف الانتباه، واجبات منزلية.

العاشرة	تنمية روح الايثار، وفعل الخير لدى الآخرين. (٢٠٢٠/٠٣/٣١)	- أن يكتسب المشاركون القدرة على فعل الخير وتقديم الكتب والبحوث العلمية للطلبة الآخرين.	لوم الذات، وصرف الانتباه، وإعادة البناء المعرفي، النمذجة.
الحادية عشر	اكتساب مهارة اتخاذ القرار (مرحلة المناقشة). (٢٠٢٠/٠٤/٠٥)	- أن يشعر المشاركون بالتحسن عقب الانتهاء من البرنامج. - أن يعبر المشاركون عن أنفسهم بحرية وبدون خجل.	الحوار، والمناقشة، الدعابة، والمرح، إدراك الذات
الثانية عشر	الختامي (مرحلة الاغلاق). (٢٠٢٠/٠٤/١٢)	التأكد من نتائج البرنامج ومناقشة المفحوصين والتعبير عن أنفسهم بحرية، والتوصية بمراقبة الذات باستمرار.	المحاضرة والمناقشة، والتعزيز الموجب، المراقبة الذاتية.

- الاختبار البعدي: بعد إنتهاء فترة تنفيذ البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي الذي بدأ بتاريخ (٢٠٢٠/٠٣/٠١) على المجموعة التجريبية ولغاية تاريخ (٢٠٢٠/٠٤/١٢) طبق الاختبار البعدي على المجموعتين التجريبية والضابطة.

- الوسائل الإحصائية: تم معالجة البيانات إحصائياً باستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في الحاسوب الآلي الاصدار (٢٥)، وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: الاختبار التائي، ومعادلة ألفا لكرونباخ، ومعادلة ويلكوكسون Wilcoxon، ومعادلة مان - وتي Mann - Whitney.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها:

أولاً- مستوى الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل. أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن الوسط الحسابي لدرجات جميع أفراد عينة البحث على مقياس الاكتناز المعرفي بلغ (٨٥,٣١) درجة وبانحراف معياري قدره (٦,١٢) درجة. وبلغ الوسط الفرضي للمقياس (٨٤) درجة، وباستعمال معادلة الاختبار (T-test) لعينة واحدة، تبين أن قيمة (T) المحسوبة بلغت (٣,٠٤٦) درجة وهي أكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦) عند مستوى (٠,٠٥). والجدول (١٢) يوضح ذلك.

جدول (١٢) قيمة (T) المحسوبة والجدولية للاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية

عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (T)		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
٢٠٠	٨٥,٣١	٨٤	٦,١٢	١٩٩	٣,٠٤٦	١,٩٦	٠,٠٥

إن نتائج التحليل الإحصائي التي يوضحها الجدول (١٢) تشير إلى أن عينة البحث لديهم مستوى مرتفع من الاكتناز المعرفي لأن الوسط الحسابي أكبر من الوسط الفرضي، وقيمة (T) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند درجة حرية (١٩٩) ومستوى دلالة (٠,٠٥)، تشير النتيجة اعلاه الى اتسام عينة البحث بالاكتناز المعرفي، والتي يمكن تفسيرها على وفق المنطلق النظري لستيكتي وفروست Steketee & Frost: (2004) إذ إن إتسام طلبة الدراسات العليا بالاكتناز المعرفي يعود إلى اشتراكهم في المعتقدات حول أهمية وضرة

ومعنى الكتب والمؤلفات العلمية، وتؤدي هذه المعتقدات دوراً كبيراً في تطور هذا الاكتناز، وغالباً ما تنشأ المعتقدات غير الواقعية نتيجةً للإرتباط الوجداني المفرط بالكتب والمؤلفات مما يؤدي الى تجنب أو تأجيل اتخاذ القرارات بشأنها وبالتالي عدم التخلص منها، كما أن الاكتناز لدى طلبة الدراسات العليا ناتج عن رغبتهم في الوصول الى نوع من الكمال الممكن والمطلوب، فرغبتهم في تذكر جميع المعلومات التي يقرؤونها في الكتب والمؤلفات مطلب يتمسكون به ويسعون الى تحقيقه، واكتنازهم للكتب يشعرهم بإمكانية إحاطتهم بجميع المعلومات الموجودة في الكتب والمؤلفات العلمية والمجلات.

ثانياً- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مستوى الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث).

لتحقيق هذا الهدف استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مُستقلتين. والجدول (١٣) يوضح ذلك.

جدول (١٣) القيمة التائية المحسوبة لقياس مُستوى الاكتناز المعرفي جامعة بابل، تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث)

الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (T)		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	١٠٠	٤٢,٧٤	٣,١٥	٠,٥٤	١,٩٩	٠,٠٥
اناث	١٠٠	٤٢,٥٧	٢,١٢			

لقد أظهرت نتائج التحليل الإحصائي إن المتوسط الحسابي لدرجات مستوى الاكتناز المعرفي لدى الطلاب الذكور (٤٢,٧٤) درجة وانحراف معياري قدره (٣,١٥) درجة. بينما كان المتوسط الحسابي لدرجات مستوى الاكتناز المعرفي لدى الطالبات الإناث هو (٤٢,٥٧) درجة وانحراف معياري قدره (٢,١٢) درجة. وبعد استعمال معادلة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين. تبين أن القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (٠,٥٤) درجة وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٩) عند درجة حرية (١٩٨) وهي ليست ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥). وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات.

قد يرجع سبب عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الجنس عن كونهم أغلبية الطلبة بنفس المرحلة العمرية ومن ثم فعملية الوعي والإدراك متوافرة إلى حدٍ ما بينهما علاوة على محاولة كلا الجنسين إنجاز الأعمال الموكلة إليهم من البحوث والتقارير اليومية والمحاضرات بدقة، كما أنه كلما تقدم الطلبة في السلم التعليمي أصبحوا أكثر وعياً لرغبتهم وطموحاتهم العلمية حيث أنهم يبحثون عن التنافس مع الآخرين. تختلف نتيجة البحث مع نتائج دراستي (Tolin, et al, 2015) (Muroff, et al, 2014).

ثالثاً- بناء برنامج ارشادي معرفي سلوكي لخفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل. تحقق هذا الهدف في الخطوات المذكورة سابقاً.

رابعاً- فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي لخفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل. يتحقق هذا الهدف من خلال الفرضيات البديلة الآتية:

الفرضية الأولى: لا يوجد فرق دال احصائياً بين درجات المجموعة التجريبية في مقياس الاكتناز المعرفي قبل تطبيق البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي وبعده.

للتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة بالمقارنة بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي، ودرجات نفس المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي ن = ١٥ في القياس البعدي على مقياس الاكتناز المعرفي، باستخدام اختبار رتب اشارات المجموعات وهو اختبار بديل لاختبار " ت " للكشف عن

درجات عينتين (Z) للأزواج المترابطة (ويلكوكسون) للكشف عن الفروق بين مرتبطين للعينات الصغيرة، وتبين أن الفرق دال احصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) إذ بلغت القيمة المحسوبة (٣,٤١١) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (٢٠) بما إن القيمة المحسوبة أقل من الجدولية دل ذلك على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي، لذا تُرفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة، والجدول (١٤) يوضح ذلك.

الجدول (١٤) نتائج اختبار ويلكوكسن (Wilcoxon Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية وقيمة (Z) في القياسين القبلي والبعدي.

المجموعة	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
التجريبية	الرتب السالبة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠	-٣,٤١١	٠,٠٥
	الرتب الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠		

يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن البرنامج الإرشادي المستخدم في البحث الحالي يتضمن أهم الأساليب الإرشادية الفعّالة في حالة الاكتناز المعرفي (الاسترخاء، صرف الانتباه، مراقبة الذات) فأسلوب الاسترخاء كان له الأثر الفعال على إكساب عينة البحث الراحة النفسية الكبيرة كلما اشتدت عليه حدة الاكتناز المعرفي وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Yap & Grisham, 2020) الذي اثبتت نتائج دراستهما إن الطلبة المكتنزين معرفياً في المجموعة التجريبية كانوا أكثر استرخاءً من الطلبة المكتنزين في المجموعة الضابطة.

كما كان لأسلوب صرف الانتباه الأثر الكبير في خفض حدة الاكتناز المعرفي عند الطلبة، حيث تمّ استعراض مواقف الاكتناز المعرفي من البداية مروراً بأصعب المواقف التي يتعرض لها المكتنزون، وكان ذلك بالتوازي مع حالة الاسترخاء التي تعود عليه الطلبة، حيث بدأ انخفاض حدة الاكتناز المعرفي لديهم.

ويمكن عزو هذه النتيجة إلى استخدام الباحثة الأساليب الترفيهية في برنامجها، حيث اعتمدت على إخراج الطلبة من الجو الضاغط والمتوتر، وإستبداله بجوٍ من الهدوء والمُتسم بالسكينة لكي تساعد الطلبة على التعاون فيما بينهم والتخلص من اكتناز الكتب والمؤلفات والبحوث العلمية.

كذلك تضمن البرنامج الإرشادي إكتساب مهارات وهي: (مهارة اتخاذ القرار، مهارة التنظيم، مهارة التعامل مع الكتب والمؤلفات العلمية الزائدة)، والتي تهدف إلى خفض الاكتناز المعرفي، كذلك تضمن البرنامج الإرشادي أساليب إدارة الوقت لتحضير وكتابة التقارير العلمية المطلوبة أثناء المحاضرات في السنة التحضيرية، كما تمّ استخدام التقنيات الخاصة بالبنية المعرفية الفكرية المعتمدة في البحث استخدام وسائل التثقيف النفسي والفائمة على توفير الكتب والمؤلفات الخاصة باختصاص الطلبة المفحوصين.

وهكذا ترى الباحثة أن هذه النتيجة متوافقة مع سير البرنامج الإرشادي، وكما تعتقد أيضاً أن التعاقد الذي تمّ بينها وبين طلبة المجموعة التجريبية عند بداية تنفيذ البرنامج الإرشادي والتزام الطلبة به، يفسر أيضاً حدوث ترشيد وخفض الاكتناز المعرفي لديهم.

الفرضية الثانية: لا يوجد فرق دال احصائياً بين درجات المجموعة الضابطة في مقياس الاكتناز المعرفي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده.

لغرض التحقق من هذه الفرضية تمّ استخدام اختبار ولكوكسن (Wilcoxon) للأزواج المترابطة، اتضح عدم وجود فروق ذات دلالة احصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) إذ بلغت أقل قيمة (٠,٢٦٠) وهي أكبر من مستوى الدلالة وبذلك يكون الفرق غير دال احصائياً لذا تقبل الفرضية الصفرية. والجدول (١٥) يوضح ذلك.

الجدول (١٥) نتائج اختبار ويلكوكسن (Wilcoxon Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة وقيمة (Z) في القياسين القبلي والبعدي.

المجموعة	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	أقل قيمة للدلالة
الضابطة	الرتب السالبة	٧	٧,٦٩	٦١,٥٠	-١,١٢٧	٠,٢٦٠
	الرتب الموجبة	٨	٥,٩٠	٢٩,٥٠		

الفرضية الثالثة: لا يوجد فرق دال احصائياً بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس الاكتناز المعرفي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار مان ويتني (Mann Whitney- Test) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لمقياس الاكتناز المعرفي والجدول رقم (١٦) يوضح ذلك.

الجدول (١٦) نتائج اختبار مان وتني (U) "Mann Whitney" للمقارنة بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة

المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
التجريبية	١٥	٤,٨٦	٤٦,٠٠	١٠,٠٠	-٢,٠٨٣	٠,٠٥
الضابطة	١٥	٩,٦٥	٧٤,٠٠			

يتبين من الجدول (١٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة حيث يتضح الانخفاض في متوسطات رتب المجموعة التجريبية حيث بلغت قيمة (U) (١٠,٠٠) وهي قيمة ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يؤكد وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج الإرشادي وبين طلبة المجموعة الضابطة التي لم يتعرضوا لهذا البرنامج، لذا ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة، إذ ان درجات المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي كانت أقل من درجات المجموعة الضابطة التي لم تتعرض للبرنامج الإرشادي. وتفسر الباحثة وجود الفروق في هذه النتيجة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي لدى المجموعة التجريبية، حيث تم استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي من خلال تطبيق جلسات البرنامج، واشتملت على الحوار المتبادل بين طلبة الدراسات العليا، واستخدام فنيات الاسترخاء وإعادة البناء المعرفي.

الفرضية الرابعة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطلبة في المجموعة التجريبية على مقياس الاكتناز المعرفي.

للتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار ويلكوكسن (Wilcoxon test) بين متوسطات درجات الطلبة في المجموعة التجريبية على مقياس الاكتناز المعرفي في القياسين البعدي والتبعي. والجدول (١٧) يوضح ذلك.

الجدول (١٧) نتائج اختبار ويلكوكسن (Wilcoxon Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية وقيمة (Z) في القياسين القبلي والبعدي.

المجموعة	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	أقل قيمة للدلالة
التجريبية	الرتب السالبة البعدي	٨	٤,٨٣	٢٩,٠٠	-٠,٧٨٠	٠,٤٣٥
	الرتب الموجبة التبعي	٧	٥,٣٣	١٦,٠٠		

يتضح من جدول (١٧) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلبة المجموعة التجريبية على مقياس الاكتناز المعرفي في القياسين البعدي والتتبعي، وهذا يؤكد صحة النتائج التي حصلت عليها الباحثة عند استخدام اختبار ويلكوكسن حيث بلغت متوسط الرتب السالبة (٤,٨٣) ومجموع الرتب (٢٩,٠٠) بينما بلغت متوسط الرتب الموجبة (٥,٣٣) ومجموع الرتب (١٦,٠٠) كما بلغت قيمة Z (-٠,٧٨٠) وهي قيمة غير دالة. وهذا يشير إلى إستقرار أثر البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة المجموعة التجريبية، وهذا يؤكد إن التحسن الذي حققه طلبة المجموعة التجريبية حافظ عليه حتى بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج بشهر ونصف، يعنى ثبات تأثير البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي واستمرار هذا التأثير مع هؤلاء الطلبة بشكلٍ ايجابي. الفرضية الخامسة: "توجد فاعلية للبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية الأساسية.

للتحقق من صحة الفرض الخامس الذي يتعرض "لمدى فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض الاكتناز المعرفي ولتحديد حجم الأثر قامت الباحثة بحساب حجم التأثير باستخدام مربع إيتا وكما موضح في الجدول (١٧).

جدول (١٧) يوضح حجم الأثر للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في خفض الاكتناز المعرفي

حجم التأثير	مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجموعة
		الجدولية	المحسوبة				
٠,٩٧	٠,٠٥	٢,٧٦	١٨,٦٥٨-	٢٨	٣,٥٠	٤١,٨٦٦	التجريبية قبلي
					١,٩٥	٢٢,٥٣٣	التجريبية بعدي

يتضح من الجدول اعلاه وجود فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الاكتناز المعرفي ولصالح التطبيق البعدي، كما بلغ معامل التأثير (٠,٩٧) وهو تأثيراً عالياً جداً، وقد أشار المختصين في القياس أن معامل إيتا اذا بلغ (٠,٢) يعد التأثير ضعيفاً وإذا بلغ (٠,٥) يعد التأثير متوسطاً، أما اذا بلغ التأثير (٠,٨) فما فوق فإن التأثير كبير (أبوعلام، ٢٠٠٢:١٠١) وبما أن معامل التأثير بلغ (٠,٩٧) فإن البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي المُعد في هذا البحث له تأثيراً كبيراً جداً على خفض الاكتناز المعرفي لدى عينة البحث المجموعة التجريبية وبناءً على ذلك يمكن أن نرجع التحسن الذي ظهر على افراد المجموعة التجريبية إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي وتأثيره؛ أي أن البرنامج المستخدم في هذا البحث مع المجموعة التجريبية قد أثبت فائدته في تخفيض مستوى الاكتناز المعرفي.

مناقشة النتائج:

أسفرت نتائج البحث أن طلبة المجموعة الذين تعرضوا للبرنامج الإرشادي قد انخفض مستوى الاكتناز المعرفي لديهم بدلالة احصائية مقارنة بالطلبة الذين لم يتعرضوا للبرنامج الإرشادي وفقاً لنتائج الفرضيات الاحصائية، التي أظهرت تغييراً واضحاً في خفض مستوى الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا في المجموعة التجريبية بينما لم يتغير الاكتناز المعرفي لدى المجموعة الضابطة وفقاً للقيم المحسوبة لإختبار ولكوكسن ومان وتني التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، ويمكن

تفسير هذه النتائج من خلال خصائص العينة التي استخدمت، وأسلوب تنفيذ اللقاءات الجماعية، واستخدام فنيات متنوعة في البرنامج الإرشادي، كما يمكن تفسير النتائج من خلال ما يأتي:

١- ملائمة مدة تطبيق البرنامج وزمن الجلسات واللقاءات الجماعية فضلاً عما أبدته المجموعة التجريبية من تفهم حقيقة ما يشعرون به وضرورة تغييره أو تعديله، مما كان له الأثر في مساعدتهم على تجاوز الكثير من الصعوبات والمواقف الاجتماعية التي تثير لديهم اكتناز الكتب والمؤلفات العلمية الذي كانوا يعانون منه أثناء فترة الدراسة، وبما يتفق مع النتيجة الإيجابية للبرنامج الإرشادي التي توصلت له الدراسة.

٢- إن وضع الخطة الإرشادية من قبل الباحثة بشكل يتناسب مع الحاجات الإرشادية لطلبة الدراسات العليا إضافة إلى قيامها في تطبيق البرنامج الإرشادي الذي اعتمدته في بناء استراتيجياته على أسس علمية تضمن محاضرات وأنشطة وفعاليات، فضلاً عن النماذج الاجتماعية التي تم عرضها لطلبة المجموعة التجريبية وما تضمنه البرنامج الإرشادي من تقنيات معرفية سلوكية كتقنية الاسترخاء وإعادة البناء المعرفي وصرف الانتباه والمراقبة الذاتية، وهي تقنيات مناسبة جداً أثبتت فاعليتها في خفض الاكتناز المعرفي. كما إن تحديد مدة الجلسات الإرشادية والفترة الزمنية للتطبيق ومدى استيعاب الطلبة لمفردات الجلسات الإرشادية وتأثيرها في نفوسهم، ساعد في التخفيف من الاكتناز بعد إصدار أحكامهم التقويمية على مواضيع الجلسات بشكل مباشر ومنطقي.

٣- إن الأسلوب المستخدم في إدارة الجلسات الإرشادية الذي اعتمد على حسن الاستماع من قبل الباحثة وإعطاء الحرية لطلبة المجموعة التجريبية في المناقشات الموضوعية والحرية مما شجع الطلبة على إعطاء آراءهم دون تردد وهذا منحهم الثقة بأنفسهم من خلال الاهتمام بالآراء التي تطرح وتقبلها واحترامها من قبل طلبة المجموعة التجريبية أضاف على الجلسات الإرشادية جو من المودة والتآلف.

٤- إن استخدام أسلوب الإرشاد الجماعي والمناقشة العلمية وإعطاء الواجب البيتي له أثر واضح في نجاح البرنامج الإرشادي وفعال في خفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا، وله أهمية اجتماعية كبيرة في اكتساب مهارات التعامل مع الجماعة واكتساب أساليب اجتماعية مقبولة.

٥- أهمية اتباع النظريات النفسية والمعرفية ومضامينها، وأساليبها مما كان له الأثر الواضح في نجاح العملية الإرشادية والبرنامج الإرشادي، واعتماد الباحثة نظرية لستيكتي وفروست (Steketee & Frost: 2004) ولما لهذه النظرية الأثر الواضح في خفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا.

وبذلك يتضح أن البرنامج كان ناجحاً في تحقيق الأهداف المحددة، ومهماً بالنسبة لطلبة المجموعة التجريبية وهذا ما تبين من خلال إقتراحاتهم المتمثلة في تكرار البرنامج مرة أخرى واستمراره طوال السنة الدراسية. وبناءً على ذلك يمكن أن نرجع التحسن الذي ظهر على طلبة المجموعة التجريبية إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي وتأثيره، واستخدامه أساليب إرشادية متنوعة؛ أي أن البرنامج المستخدم في هذا البحث مع المجموعة التجريبية قد أثبت فائدته في تخفيض مستوى الاكتناز المعرفي.

وهذا يعني أنه مهما اختلفت الفنيات والأساليب الإرشادية التي تستخدم بهدف تخفيض مستوى الاكتناز المعرفي، إلا أنها أثبتت فاعليتها في علاج مشكلة الاكتناز المعرفي. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة كل من (Muroff, et al, 2014)، (Tolin, et al, 2015)، (Williams, 2016)، (Yap & Grisham, 2020) التي أشارت نتائج دراساتهم إلى أن المجموعة التجريبية التي شاركت في البرنامج الإرشادي أظهرت تغييراً ملحوظاً في خفض الاكتناز المعرفي.

الاستنتاجات :

- في ضوء ما توصل له البحث من نتائج، تبلورت الاستنتاجات الآتية:
- ١- أنّ طلبة الدراسات العليا لديهم مستوى عالٍ في الاكتناز المعرفي.
 - ٢- عدم وجود فروق في مستوى الاكتناز المعرفي بين الطلاب والطالبات وذلك قد يرجع لكونهم بنفس المرحلة العمرية ويطمحون لإنجاز الاعمال الموكلة اليهم من قبل اساتذتهم.
 - ٣- البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي أثبت فاعليته في خفض الاكتناز المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا (مع المجموعة التجريبية فقط) في كلية التربية الأساسية بجامعة بابل.
 - ٤- طلبة المجموعة الضابطة لم تتلقى اي تغيير أو تعديل في سلوكياتها وخاصة سلوك الاكتناز المعرفي لأنها لم تشارك في جلسات البرنامج الارشادي.

التوصيات (Recommendations) على ضوء نتائج البحث الحالي، توصي الباحثة بما يأتي:

- الافادة من مقياس الاكتناز المعرفي الذي أعدته الباحثة في الكشف عنه ومحاولة معالجته.
- استخدام البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي المستخدم في البحث الحالي، كأداة يمكن بواسطتها خفض أعراض الاكتناز المعرفي التي يعاني منها بعض الطلبة الجامعيين، ومن خلال إقامة المراكز الإرشادية في الجامعات، وبإشراف متدربين متخصصين في الإرشاد التربوي والنفسي.
- الحرص على عقد دورات تدريبية إرشادية وعلاجية في العلاج المعرفي السلوكي وبرامجه وتقنياته.
- ضرورة حث الباحثين على إجراء المزيد من الابحاث والدراسات على طلبة الدراسات العليا من خلال الاهتمام بحاجاتهم ومحاولة اشباعها ولا سيما الحاجات العلمية والنفسية.

المقترحات (Suggestions) يمكن اقتراح بعض الدراسات والابحاث منها:

- إعداد برنامج إرشادي لاستكشاف فاعلية العلاج المعرفي السلوكي لخفض الاكتناز المعرفي لدى الطلبة المتفوقين.
- إجراء دراسات أخرى لخفض الاكتناز المعرفي باستخدام برنامج إرشادي آخر، مثل استخدام العلاج العقلاني الانفعالي- العلاج السلوكي على جِدّة لاختبارها في محيطنا الثقافي.

المصادر:

١. أبو علام، رجاء محمود(٢٠٠٢) التحليل الاحصائي للبيانات باستخدام برنامج SPSS، دار النشر للجامعات المصرية، القاهرة، مصر.
٢. أحمد، مصطفى(٢٠١٥) تعديل سلوك الانسان، دار سينا، مصر.
٣. الأشول، عدنان(٢٠١٦) علم النفس المعرفي، ط٢، دار صفاء، الاردن.
٤. حسني، مأمون (٢٠١٤) الاكتناز مفهومه ، اسسه، علاجه، دار الزهراء، لبنان.
٥. رضوان، محمد نصر الدين (٢٠٠٦)، المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
٦. رينولدز، جيزل، وليفنجستون، رونالد(٢٠١٣): إتقان القياس النفسي الحديث- النظريات والطرق، ترجمة: صلاح الدين محمود علام، دار الفكر، عمان، الأردن.
٧. -عبد الله، عادل (٢٠٠٠) العلاج المعرفي السلوكي: أسس وتطبيقات، دار الرشد، القاهرة، مصر.
٨. عبد الرحمن، سعد (٢٠٠٨). القياس النفسي النظرية والتطبيق. دار هبة النيل للنشر والتوزيع، الجيزة، مصر.

٩. العجيلي، صباح حسين ، الطريحي، فاهم حسين ، حمادي، حسين ربيع (٢٠٠١). مبادئ القياس والتقويم التربوي، دار الدباغ للطباعة والنشر، بغداد - العراق.
١٠. عدنان، موسى(٢٠١٧) الصحة النفسية، دار الرضوان، الاردن.
١١. علاوي، محمد حسن، ورضوان، محمد نصر الدين(٢٠٠٨)، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة ، مصر.
١٢. عودة، أحمد سليمان، والخليلي، خليل يوسف (٢٠٠٠) الإحصاء للباحث في التربية والعلوم الإنسانية، ط٢، دار الأمل، أربد، الأردن.
١٣. -عوض، حسني(٢٠٠٨) نظرية العلاج المعرفي السلوكي، قسم التعليم المستمر وتنمية المجتمع غزة، فلسطين.
١٤. عيسى، رزاق (٢٠١٧) علم النفس المعرفي، دار صفاء، عمان.
١٥. فرج، صفوت (١٩٨٠) القياس النفسي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
١٦. فرج، صفوت (١٩٩٦) الإحصاء في علم النفس، الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.
١٧. الكبيسي، وهيب مجيد(٢٠١٠) الإحصاء التطبيقي في العلوم الإجتماعية، ط١، العالمية للنشر والتوزيع، بيروت، لبنان.
١٨. المحارب، ناصر (٢٠٠٠)، المرشد في العلاج الاستعرافي السلوكي، دار الزهراء، الرياض، السعودية.
١٩. المحاسنة، إبراهيم محمد ، عبد الحكيم، علي مهيدات (٢٠١٣). القياس والتقويم الوصفي، ط١، جريز للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
٢٠. محمود، عز الدين(٢٠١٥) اسس تعديل السلوك، دار الزهراء، لبنان.
٢١. مصطفى، موسى أحمد(٢٠١٨) أساسيات سلوك الاكتناز، دار الافاق، لبنان.
٢٢. ملحم، سامي محمد (٢٠٠٢) مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط٢، دار المسيرة، الاردن.
٢٣. النبهان، مسلم محمد جاسم (٢٠١٩) اختبارات الذكاء، دار نيبور للطباعة والنشر والتوزيع، العراق.
٢٤. وولفولك، أنيتا (٢٠١٠): علم النفس التربوي، ترجمة: صلاح الدين محمود علام، دار الفكر، عمان، الأردن.
٢٥. يونس، عز الدين (٢٠١٧) الصحة النفسية، ط٣، دار الفكر، لبنان.
1. Abu Allam, Rajaa Mahmoud (2002) Statistical analysis of data using the SPSS program, Egyptian Universities Publishing House, Cairo, Egypt.
 2. Ahmed, Mostafa (2015) Modifying Human Behavior, Dar Sina, Egypt.
 3. Al-Ashwal, Adnan (2016) Cognitive Psychology, 2nd Edition, Dar Safaa, Jordan.
 4. Hosni, Mamoun (2014) Hoarding is its concept, foundations, and treatment, Dar Al-Zahraa, Lebanon.
 5. Radwan, Mohamed Nasr El-Din (2006), Introduction to Measurement in Physical Education and Sports, Al-Kitab Publishing Center, Cairo, Egypt.
 6. Reynolds, Geisel, and Livingstone, Ronald (2013): Mastering Modern Psychometrics - Theories and Methods, translated by: Salah El-Din Mahmoud Allam, Dar Al-Fikr, Amman, Jordan.
 7. - Abdullah, Adel (2000) Cognitive Behavioral Therapy: Foundations and Applications, Dar Al Rashad, Cairo, Egypt.
 8. Abdul Rahman, Saad (2008). Psychometric theory and practice. Dar Heba El Nil for Publishing and Distribution, Giza, Egypt.

9. Al-Ajili, Sabah Hussein, Al-Turaihi, Fahim Hussein, Hammadi, Hussein Rabie (2001). Principles of educational measurement and evaluation, Dar al-Dabbagh for printing and publishing, Baghdad - Iraq.
10. Adnan, Musa (2017) Mental Health, Dar Al-Radwan, Jordan.
11. Allawi, Mohamed Hassan, and Radwan, Mohamed Nasr El-Din (2008), Measurement in Physical Education and Sports Psychology, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.
12. Odeh, Ahmed Suleiman, and Al-Khalili, Khalil Youssef (2000) Statistics for Researcher in Education and Human Sciences, 2nd edition, Dar Al-Amal, Irbid, Jordan.
13. Awad, Hosni (2008) Cognitive Behavioral Therapy Theory, Department of Continuing Education and Community Development, Gaza, Palestine.
14. Issa, Razak (2017) Cognitive Psychology, Dar Safaa, Amman.
15. Faraj, Safwat (1980) Psychometrics, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.
16. Farag, Safwat (1996) Statistics in Psychology, Anglo-Egyptian, Cairo, Egypt.
17. Al-Kubaisi, Waheeb Majeed (2010) Applied Statistics in the Social Sciences, 1st Edition, Al-Alamiya for Publishing and Distribution, Beirut, Lebanon.
18. Al-Muhareb, Nasser (2000), Counselor in Cognitive Behavioral Therapy, Dar Al-Zahraa, Riyadh, Saudi Arabia.
19. Al-Mahasneh, Ibrahim Muhammad, Abdul-Hakim, Ali Muhaidat (2013). Descriptive Measurement and Evaluation, 1st edition, Jarir for printing, publishing and distribution, Amman, Jordan.
20. Mahmoud, Ezz El-Din (2015) The Foundations of Behavior Modification, Dar Al-Zahraa, Lebanon.
21. Mustafa, Musa Ahmed (2018) The Basics of Hoarding Behavior, Dar Al Afaq, Lebanon.
22. Melhem, Sami Muhammad (2002) Research Methods in Education and Psychology, 2nd Edition, Dar Al Masirah, Jordan.
23. Al-Nabhan, Muslim Muhammad Jassim (2019) Intelligence Tests, Dar Nippur for Printing, Publishing and Distribution, Iraq.
24. Woolfolk, Anita (2010): Educational Psychology, translated by: Salah El-Din Mahmoud Allam, Dar Al-Fikr, Amman, Jordan.
26. Younes, Ezz El-Din (2017) Mental Health, 3rd Edition, Dar Al-Fikr, Lebanon.
27. Anastasi, A(1990) Psychology Testing. Macmillan publishing company, New York.
28. -Ayers, R.C., Castriotta, N., Dozier, M.E., Espejo, E. (2014). Behavioral and experiential avoidance in patients with hoarding. Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 45(3): 408-414. DOI:10.1016/j.jbtep.2014.04.005.
29. -Beck, R (2018). Cognitive therapy. New York: Guilford Press.
30. Bentall RP, Taylor JL (2006) Psychological processes and Paranoid. Implications for forensic behavioural science. Behavioral Sciences and The Law; 24: 94-277.
31. Brien, C., O'Connor, J., & Russell-Carroll, D. (2018). "Meaningless carrying-on": A psychoanalytically-oriented qualitative study of hoarding. Psychoanalytic Psychology, 35(2), 270–279.
32. Cranach, L.J.(1970). Essential of Psychological testing, Harper and Paw, New York.
33. -David, F., Frost, R. O & Steketee, G. (2007). Buried in treasure: Help for compulsive Acquiring, saving and hoarding. New York, Oxford University Pres.
34. David E. Tulin (2018), Introduction to Clinical Psychology, New York.

35. Grisham, J.,R., Frost, R.O, Steketee,G., Kim,H.,& Hood,S.(2005). Age of onset in hoarding. *Journal of Anxiety*, 20.
36. Freeman, D. (2014). "Psychological investigation of the structure of paranoid in a non-clinical population". *The British Journal of Psychiatry. The Royal College of Psychiatrists*. 186 (5): 427–435.
37. -Frost, R. O., & Hartl, T. L. (1996). A cognitive-behavioral model of hoarding. *Behaviour research and therapy*, 34(4), 341–350.
38. Grisham, J. & Barlow, D. (2004) .*Compulsive hoarding current Research and Therapy*, 27, 45-52.
39. Gunderson, J. & Phillips, K. (1995) *Personality*. In: Kaplan, H & Sadock, B. (Eds.); *Comprehensive Textbook of Psychiatry*. Vol. 2, 6th ed. Baltimore: Williams & Wilkins. pp.1425-1461.
40. -Joel M. Evans, Michael G. Hendron, James B. Oldroyd (2014), : The Individual- and Unit-Level Performance Effects of Self-Reported and Perceived Knowledge Hoarding, *Journal of ORGANIZATION SCIENCE*, Vol. 26, Issue 2, March-April 2015.
41. -Kasper, D.L., et al., eds (2015). *Harrison's Principles of Internal Medicine*, 19th Ed. United States: McGraw-Hill Education.
42. Lee, H., Kim, J.W. and Hackney, R. (2011), “Knowledge hoarding and user acceptance of online discussion board systems in eLearning: A case study”, *Computers in Human Behavior*, Vol. 27 No. 4, pp. 1431-1437.
43. Lovibond SH, (1999). *Manual for the depression anxiety stress scales*. 2nd. Ed ,Psychology Foundation: Sydney, Australia.
44. -Lucinda J., Victoria , Helena D , Juliana O (2021) Information processing in hoarding: A systematic review of the evidence. *Journal of Affective Disorders Reports* 3 (2021) 100039.
45. Rodgers, N., McDonald, S., & Wootton, B. M. (2021). Cognitive behavioral therapy for hoarding: An updated meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 290, 128–135. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.04.067>.
46. Steketee,G. Frost,R(2003) Hoarding, current status of Research, *Clinical Psychology Review*.,60(9).
47. Steketee, G. & Frost, R(2007) *hoarding and acquiring: Workbook*, Oxford University Press, New York .
48. -Sumner, J.M., Noack, C.G., Filoteo, J.V., Maddox, W.T., Saxena, S.(2016). Neurocognitive performance in unmedicated patients with hoarding. *Neuropsychology*, 30(2):157-168. DOI: 10.1037/neu0000234. PMID: 26301774; PMCID: PMC4766061.
49. Trusson, C., Hislop, D. and Doherty, N.F. (2017), "The rhetoric of “knowledge hoarding”: a research-based critique", *Journal of Knowledge Management*, Vol. 21 No. 6, pp. 1540- 1558 <https://doi.org/10.1108/JKM-04-2017-0146>.
50. Tolin, D. F., Frost, R. O., Steketee, G., & Muroff, J. (2015). Cognitive behavioral therapy for knowledge hoarding: a meta-analysis *Depression and anxiety*, 32(3), 158–166. <https://doi.org/10.1002/da.22327>.
51. Mírian Oliveira, Carla Curado, Plínio Silva de Garcia (2020) Knowledge hiding and knowledge hoarding: A systematic literature review, *RESEARCH ARTICLE*, Received: 23 August, DOI: 10.1002/kpm.1671.
52. Merictan and Mortan (2019) .*Cognitive Behavioral Therapy for Hoarding :A Systematic Review .Current Approaches in Psychiatry* .1 (4):506-518 doi: 10.18863/pgy.538142.

53. Muroff, J., Steketee, G., Frost, R. O., & Tolin, D. F. (2014). The effectiveness of the cognitive-behavioral program on knowledge hoarding: follow-up findings and predictors of outcome. *Depression and anxiety*, 31(12), 964–971. <https://doi.org/10.1002/da.22222>.
54. Wheaton, M.G., Fabricant, L.E., Berman, N.C. et al. (2013) Experiential Avoidance in Individuals with Hoarding. *Cogn Ther Res*, (37), 779–785. <https://doi.org/10.1007/s10608-012-9511-2>.
55. Williams M, Viscusi JA (2016) Hoarding and a systematic review of treatment with cognitive behavioral therapy. *Cogn Behav Ther*, 45:93-110 doi: 10.1080/16506073.2015.1133697.
56. Yap, K., & Grisham, J. R. (2020). Object attachment and emotions in hoarding. *Comprehensive psychiatry*, 100, 152179. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152179>.