

الإجابة النموذجية لامتحان السداسي الثاني الدورة العادية في مقياس بناء البرامج الإرشادية

التمرين الأول: (07 نقاط)

- (1) تتعلق الأهداف المعرفية بتغيير البنية المعرفية (الأفكار، والآراء والمعتقدات والاتجاهات) (1ن).
- (2) أن يتمكن المسترشد من إدارة غضبه يعد هدفا سلوكيا خاصا. (1ن)
- (3) يصنف التمويل الذي المنظمات الدولية التي تهتم بالصحة النفسية والتعليم إلى التمويل المعتمد على المنح والدعم الخارجي (1ن)
- (4) تصنف الخدمات الإرشادية المتعلقة بتنظيم الوقت واتخاذ القرار وحل المشكلات ضمن خدمات تطوير المهارات الحياتية (1ن)
- (5) من العناصر الأساسية للتصميم التجريبي المجموعتين الضابطة والتجريبية (1ن).
- (6) يستخدم المنهج شبه التجريبي عندما لا يستطيع الباحث التعيين العشوائي للمشاركين، وهو الأكثر شيوعا في التربية والإرشاد. (1ن)
- (7) يشير السؤال: هل حافظ الطلبة على مهارات إدارة الغضب بعد شهر من انتهاء الجلسات؟ إلى التقويم التبعي (1ن).

التمرين الثاني: (13 نقطة)

- (1) تتمثل أهمية البرامج الإرشادية بالنسبة لعمل المرشد في منع الارتجال والعشوائية لأنها تحدد أهدافا واضحة وخطوات منظمة للتنفيذ، مع معايير للتقييم، بما يضمن اتخاذ قرارات مدروسة بدل التصرف العفوي، ويوحد الجهود ويجعل النتائج أكثر فاعلية واستقرارا (1.5ن).
- (2) يعد العلم والخبرة أساسا أخلاقيا في الممارسة الإرشادية، فالعلم يمنح المرشد معرفة دقيقة تمنعه من إلحاق الضرر بالمسترشد، ويضمن استخدام أساليب مناسبة تحافظ على كرامته وحقوقه، مما يعكس الأمانة والعدالة والاحترام في التوجيه، أما الخبرة فهي تزيد من قدرة المرشد على التعامل بحكمة مع المواقف المختلفة، مثل تهدئة مسترشد غاضب أو دعم مسترشد حزين، فتجسد قيم الرحمة والصبر والوعي بالآخر، وكلها عناصر جوهرية للممارسة الإرشادية المسؤولة التي تضع مصلحة المسترشد وثقته في قلب العمل (2ن).
- (3) وفق نظرية الإرشاد الواقعي لوليام جلاسر، الصحة النفسية تتولد من السلوك المسؤول وليس العكس؛ فالاختيار الواعي لتصرفاتنا، بما في ذلك التحكم بانفعالاتنا، يخلق شعورا بالرضا والسيطرة على النفس. فالمرهق الذي يغضب من نقد معلمه ويختار ضبط نفسه بدل الانفجار، يحافظ على هدوئه ويشعر بالارتياح النفسي، بينما الانفجار يزيد التوتر. كذلك، المراهق الذي يسرق أو يكذب نتيجة تهيج أو رغبة في المكسب السريع، يعاني شعورا بالذنب والخوف، بينما اختيار الصدق والالتزام بالقيم يؤدي إلى شعور بالثقة والطمأنينة. بهذا يتضح أن السلوك المسؤول والانضباط الانفعالي هما أساس الصحة النفسية (2ن).
- (4) اختر فكرة من الأفكار العقلانية التي جاء بها ألبرت اليس مثبتا عدم منطقيتها، واستبدلها بفكرة عقلانية أخرى؟

رقم	(1ن) الفكرة غير العقلانية	(1ن) اسبب عدم منطقيتها	(0.5ن) الفكرة العقلانية البديلة
1	يجب أن أكون محبوبا من الجميع	مستحيل واقعيًا - ربط القيمة بالآخرين	من الجيد أن أقبل، لكن قيمتي لا تعتمد على الجميع
2	يجب أن أكون كامل الكفاءة دائما	الكمال غير إنساني	أسعى للإتقان والخطأ جزء من التعلم
3	السيئون يجب أن يُعاقبوا بشدة	تعميم أخلاقي - يغذي الغضب	نقيم السلوك لا الشخص
4	فشل الأمور كما أريد كارثة	تهويل غير واقعي	مزج نعم، كارثي لا
5	تعاستي سببها الآخرون	إنكار دور التفكير	أفكاري عن الأحداث هي ما يؤثر في
6	يجب أن أقلق كثر رامن الأخطار	القلق لا يمنع الخطر	أستعد وأخطط دون هلع

رقم	(1ن)الفكرة غير العقلانية	(1ن)اسبب عدم منطقيتها	(0.5ن)الفكرة العقلانية البديلة
7	التجنب أسهل من المواجهة	التجنب يزيد المشكلة	المواجهة تقلل المعاناة
8	يجب أن أعتمد على الأقوى	يضعف الاستقلال	أطلب دعماً دون اتكالية
9	الماضي يحدد حاضري	حتمية نفسية خاطئة	أتعلم من الماضي ولا أسجن فيه
10	يجب أن أنزعج لمشاكل الآخرين	استنزاف عاطفي	أتعاطف دون تدمير ذاتي
11	لكل مشكلة حل واحد مثالي	تفكير أبيض/أسود	الحل الجيد كافٍ
12	يجب أن أكون سعيداً دائماً	إنكار المشاعر الطبيعية	كل المشاعر إنسانية والسعادة مسار

(5) المرحلة الثالثة من مراحل تنفيذ البرنامج الإرشادي هي مرحلة إعداد محتوى الجلسات وفيها يبدأ المرشد في صياغة الجلسات، بحيث تتضمن كل جلسة: تمهيدا مهيئا ، نشاطا تفاعليا، مادة معرفية أو تدريبية، تطبيقا عمليا، خلاصة أو واجبا بسيطا (1.5 ن).

(6) أ) أسئلة "ذات مستوى عميق" هي الأسئلة التي: تدفع الانسان للتفكير فيما وراء الجواب، تكشف الأسباب والدوافع لا النتائج فقط، تربط بين الفكرة والحياة الواقعية، تفتح أفقا جديدا لم يكن يفكر فيه. هذه الأسئلة تغير المعنى داخل العقل (1ن).

ب) في البرامج الإرشادية: الأسئلة العميقة تستخدم لكشف المشاعر المخفية، اكتشاف أسباب السلوك، تعديل التفكير ، بناء الدافعية، فهم المعنى الحقيقي (1ن).

(7) تتمثل أهمية إعلان الهدف الإرشادي للجلسة في تمكين المشاركين من فهم الغاية من الأنشطة، تعزيز دافعيتهم للمشاركة. كما أن تحديد الهدف يساهم في توجيه مسار الجلسة وتنسيق جهود الإرشاد، و يساعد في ضبط تركيز المشاركين وضمان توجيه النقاشات نحو موضوع الجلسة دون تشتت (1.5 ن).

إسم ولقب الأستاذ

أ.د وسيلة زروالي

بالتوقيع