

ملخص كتاب: البرمجة اللغوية العصبية وصعوبات التعلم

د/ أحمد رمضان محمد علي

أستاذ علم النفس التربوي المساعد

كلية التربية- جامعة الوادي الجديد

مقدمة الدراسة:

يحتم علينا واجبنا التربوي والمهني أن نولي اهتماماً مناسباً بالفئات الخاصة، وبالأخص ذوي صعوبات التعلم. ويشير "حمدان فضة & سليمان رجب" (٢٠١٣) إلى أن بحوث صعوبات التعلم؛ اهتم بعضها بصعوبات التعلم ذاتها، من حيث عواملها أو تشخيصها أو علاجها؛ بينما اتجه بعضها الآخر إلى التركيز على خصائص شخصيات ذوي صعوبات التعلم، في شتى جوانب نمو الشخصية.

وتتميز صعوبات التعلم إلى صعوبات تعلم نمائية وأخرى أكاديمية. وأهم ما يميز صعوبات التعلم الأكاديمية أنها تمنح الباحث قناعة بالفروق الفردية. هذه الفروق يلاحظها الباحث في جميع المجالات الأكاديمية.

ويرى الباحث الحالي أن علاج ذوي صعوبات التعلم؛ قد يتم بالتأثير على هذه العوامل المعرفية والثقافية والنفسية. وتعد البرمجة اللغوية العصبية أسلوباً للتحكم في أفكار الفرد المعرفية والثقافية والنفسية.

لذا؛ يقدم الباحث الدراسة الحالية لمعرفة أثر تغيير أفكار الفرد من خلال البرمجة اللغوية العصبية على صعوبات التعلم.

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في:

- أنها أول دراسة تجريبية -على حد علم الباحث- تناولت العلاقة بين البرمجة اللغوية العصبية وصعوبات التعلم.
- توجيه أنظار الباحثين في مجال صعوبات التعلم إلى أن تغيير أفكار الفرد حول هذه الصعوبات؛ يؤثر عليها بالضرورة.
- أنها دراسة تطبيقية للبرمجة اللغوية العصبية؛ التي تعمل على تعزيز التعلم، وتنمية دافعية الطالب، وزيادة التواصل بين الطالب والمعلم.

مصطلحات الدراسة:

البرمجة اللغوية العصبية: يعرف الباحث البرمجة اللغوية العصبية بأنها هي ذلك العلم الذي يكشف العلاقة بين طريقة تفكيرنا (الجانب العصبي) وتواصلنا اللفظي وغير اللفظي (الجانب اللغوي)، ويترجم تلك العلاقة إلى تعديل في الانفعالات والسلوك. أو هي عملية يتم خلالها تكييف معتقدات الفرد وأفكاره وفق احتياجاته.

الإطار النظري للدراسة:

البرمجة اللغوية العصبية: يشير "Karunaratne" (٢٠١٠، ٢٠٣) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية نشأت في أمريكا عام (١٩٧٠) على يد "Richard Bandler" دارس الرياضيات وعلوم الحاسب الآلي و "John Grinder" أستاذ اللغويات

ويضيف "Karunaratne" (٢٠١٠، ٢٠٣) إلى أن "البرمجة" هي الطريقة التي يمكن بها تعديل السلوكيات والأفكار، "اللغوية" تشير إلى حقيقة أن اللغة أساسية لتنظيم الأفكار والاتصال، "العصبية" تدل على أن كل سلوك مستمد من الأعصاب وتجهيز المعلومات عن طريق الحواس الخمس.

ويعرف "محمد عسلي، وأنور البنا" (٢٠١١، ١١٢٥) البرمجة اللغوية العصبية بأنها فن وعلم يساعد الإنسان على التخلص من السلبيات، وإحلال الإيجابيات محلها. ويشير "محمد التكريتي" (٢٠٠٤) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية تشير إلى أن لكل إنسان طريقته الخاصة في التفكير والإدراك، وهذا الاختلاف في التفكير يرجع إلى كيفية حصول الإدراك للعالم الخارجي عن طريق الحواس. ويشير "Pruett" (٢٠٠٢، ٩) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية تصف العلاقات القائمة بين الجهاز العصبي وآلية التفكير والشعور لدينا، ودور هذه العلاقة في سلوكنا، وذلك من خلال استخدام اللغة في أعمالنا.

ويشير "Groen & Hyland-Russell" (٢٠١١) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية توصف بأنها دليل لدمغ الفرد. ومن خلال البرمجة اللغوية العصبية يمكن استبدال البرامج المألوفة بأخرى جديدة وإيجابية. ويشير "Strong" (٢٠٠٦، ٤) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية تدرس كيف يبني كل واحد منا الخريطة الذهنية الخاصة به، ومفاهيمه حول العالم الذي نعيش فيه. ويضيف "أندرو براديري" (٢٠٠٩، ٣٢) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية هي التحكم في طريقة التفكير، والتخلص من المخاوف، والتأثير على الآخرين والانسجام معهم ومعرفة استراتيجيات نجاحهم وتفوقهم وتطبيقها على الذات.

الافتراضات الأساسية للبرمجة اللغوية العصبية:

يشير Overdurf (٢٠١٣، ١١) إلى الافتراضات الأساسية للبرمجة اللغوية العصبية فيما يلي:

- الاتصالات الخاصة بك هي الاستجابة التي تحصل عليها.
- الأفراد لديهم كل الموارد التي يحتاجونها لتحقيق النتائج المرجوة.
- الدافع وراء كل سلوك نية إيجابية.
- مقاومة الآخرين لك؛ دليل على قدرة غير كافية لديك في إقناعهم. (المقاومة تشير إلى ضعف الألفة)
- النتائج هي الإنجازات. -المرونة. - احترام كل شخص في العالم.

ويشير Tosey & Mathison (٢٠٠٣، ٣٧٨) إلى أنه وفقاً لهذه النظرة إلى العالم، تفترض البرمجة اللغوية العصبية أن الأفراد بطبيعتهم مبدعون وقادرون، الاتصال يحدث من خلال القنوات اللفظية وغير اللفظية، سواء بوعي أو غير وعي. الناس ويتصرفون وفقاً لطريقة فهمهم للعالم، وليس وفقاً لطريقة العالم ذاته.

وتبعاً لهذه النظرية، ومن خلال قراءات الباحث يضيف الافتراضات التالية:

- الخريطة هي المهارات والمعتقدات والسلوكيات؛ ليست الواقع.
- أتحكم في عقلي إذن أنا مسئول عن نتائج أفعالي.
- إذا كان أي إنسان قادراً على فعل أي شيء، فمن الممكن لأي إنسان آخر أن يتعلمه ويفعله.

- الشخص الأكثر مرونة يمكنه التحكم بالأمور.

نماذج البرمجة اللغوية العصبية وفتياتها:

يشير Biswal & Prusty (٢٠١١، ٤٢) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية تتضمن

نموذجين:

- نموذج ميتا Model: والذي يتضمن تغيير المعتقدات وطريقة التفكير، والقصد منه مساعدة الشخص في الوصول إلى خيارات جديدة في التفكير والسلوك.

- نموذج ميلتون Milton model: والذي يعد وسيلة للاتصال من خلال أنماط اللغة؛ بغرض الاسترخاء، للوصول إلى المؤثرات الخفية على شخصيتنا.

وتشير ريهام قنديل (٢٠١٢، ٢٤) إلى بعض فنيات البرمجة اللغوية العصبية فيما يلي:

- فنية إعادة التشكيل (التأطير)؛ وفيها يتم البحث عن النية الايجابية وراء كل سلوك.
- فنية تغيير التاريخ؛ يمكن خلالها تغيير مشاعر الفرد حيال الماضي.
- فنية توليد سلوكيات جديدة.

ويضيف عارف سليمان (٢٠١٣) أسلوب تغيير الاعتقاد (مقاومة التعميم والحذف

والتشويه)، لأن السلوك والحماس للعمل يعتمد على المعتقدات التي نعتقد بها.

الأهمية التطبيقية للبرمجة اللغوية العصبية:

تتعدد المجالات التطبيقية للبرمجة اللغوية العصبية، ويعرض الباحث فيما يلي نتائج بعض

الدراسات التجريبية المرتبطة بالمجال التعليمي:

- تشير نتائج دراسة محمد عسلي، وأنور البنا (٢٠١١) إلى فاعلية برنامج في البرمجة اللغوية العصبية في خفض قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الأقصى المنتسبين للتتظيمات بمحافظات غزة.

- تشير نتائج دراسة إسماعيل الهلول (٢٠١١) إلى أثر استخدام البرمجة اللغوية العصبية في تنمية دافعية إنجاز المعلم الفلسطيني.

- تشير نتائج دراسة Davies (٢٠٠٩، ٦١) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية تعمل على زيادة الدافعية من خلال معرفة الفرد بنجاحه ووضعه في المستقبل.
- تشير نتائج دراسة George (٢٠١٣) إلى فعالية تنفيذ تقنيات البرمجة اللغوية العصبية في تعليم اللغة الإنجليزية.
- تشير نتائج دراسة ندى العباجي & ميساء قاسم (٢٠٠٨) إلى فاعلية البرمجة اللغوية العصبية في تكامل الأنماط الإدراكية، أي تعليم الطالبات كيفية استخدام الأنماط الإدراكية الثلاثة (الصورى، السمعى، والحسى) بشكل متكامل.
- تشير نتائج دراسة Kong & Farrell (٢٠١٢، ٢٥٣) إلى تسهيل المعرفة والتعلم من خلال قدرات البرمجة اللغوية العصبية، والبحث عن الاستراتيجيات التي تعزز تطوير القدرات المعرفية والتعلم.
- تشير نتائج دراسة Pishghadam, et al. (٢٠١١) إلى أثر البرمجة اللغوية العصبية في نجاح المعلم في المدارس الثانوية. وتوصلت الدراسة إلى أن البرمجة اللغوية العصبية عند المعلمين تتكون من الأبعاد التالية:
- المرونة، رسوخ المفاهيم، استثارة الطلاب، النمذجة، مراعاة الفروق الفردية، القدرة على القيادة، بناء العلاقات مع الطلاب، التعزيز الإدراكي والعاطفي للطلاب.
- تشير نتائج دراسة Helm (٢٠٠٩) إلى تحسن تعلم اللغة الإنجليزية من خلال البرمجة اللغوية العصبية.
- تشير نتائج دراسة Brown (٢٠٠٤، ٥١٥) إلى البرامج التي تكشف تصورات الطلاب عن جودة الفعالية التعليمية. هذه البرامج هي نموذج لتفضيلات الطلاب، تتم عن طريق البرمجة اللغوية العصبية. فلغة المعلم وسلوكه تتناسب مع تفضيلات بعض الطلاب لهذه اللغة، وهذا السلوك. وهذه البرامج تسمى برامج التعريف *Meta programme preferences* وهذه البرامج هي سبل لمعالجة المعلومات والتواصل، وليست أنواعاً للشخصية.
- ويشير Tosey & Mathison (٢٠١٠، ٣١٧-٣١٩) إلى البرمجة اللغوية العصبية باعتبارها التجديد في مجال التعليم والتدريس؛ فهي تمثل التطبيق العملي المبتكر من خلال تدريب المعلمين عن طريق النمذجة؛ وذلك بالتواصل بين ممارس البرمجة اللغوية العصبية والأوساط الأكاديمية. وذلك بجعل القدرات البشرية المتاحة للآخرين يمكن تعلمها.
- يشير Tosey, et al. (٢٠٠٥، ١٤٠) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية تستخدم في رسم خرائط التعلم التحويلي، وذلك في مجال إدارة التعلم.
- يشير Helm (٢٠٠٠) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية تعمل على تعزيز التعلم للمعاقين بصرياً.
- يشير Craft (٢٠٠١، ١٢٥) إلى استخدام البرمجة اللغوية العصبية في التعليم وتدريب المعلمين وتحسين الأداء.

- تشير نتائج دراسة Pouyamanesh & Sepideh (٢٠١٢) إلى أهمية التدريب على البرمجة اللغوية العصبية في تنمية رفاهية الطلاب نفسياً.
- كما تتعدد المجالات التطبيقية للبرمجة اللغوية العصبية المرتبطة بالمجال غير التعليمي، يعرض الباحث فيما يلي نتائج بعض الدراسات التجريبية المرتبطة بها:
- تشير نتائج دراسة Tosey & Mathison (٢٠٠٣) إلى استخدام البرمجة اللغوية العصبية في التواصل وتنمية الشخصية.
- تشير نتائج دراسة Tony (٢٠١٣) إلى أهمية البرمجة اللغوية العصبية تنمية القدرة على التفاوض.
- تشير نتائج دراسة Karunaratne (٢٠١٠، ٢٠٠٣) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية هي علاج ناجح للخوف المرضي، فضلاً عن كونها فعالة بشكل خاص في وقت قليل نسبياً. كما أن البرمجة اللغوية العصبية تعد علاجاً للألم المزمن.
- تشير نتائج دراسة Kajbaf, et al. (٢٠١٣) إلى فعالية التدريب على البرمجة اللغوية العصبية في تحقيق التوافق الزوجي بين الأزواج.
- تشير نتائج دراسة Burgess & Millington (٢٠١٣) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية تمنحك مهارات وأدوات للقيام بتغيير ردود الفعل التلقائية غير المرغوب فيها، تعزيز الثقة والمشاعر بقيمة الذات وشعور الفرد بالقدرة على تحقيق ما يريد.
- تشير نتائج دراسة Skinner (٢٠٠٩) إلى الأثر الإيجابي للبرمجة اللغوية العصبية في إقناع المشاركين بأهمية المشاركة في الأعمال التسويقية الخيرية.
- تشير نتائج دراسة Mainwaring & Skinner (٢٠٠٩) ودراسة Nathan & Hallam (٢٠٠٩) ودراسة Marlin, et al. (٢٠٠٩) ودراسة Huehls (٢٠١٠) إلى أهمية البرمجة اللغوية العصبية في تعليم التمثيل الحسي، حيث قامت هذه الدراسات على تدريب المشاركين فيها على التسوق الخيري باستخدام التمثيل الحسي، وذلك من خلال النموذج.
- تشير نتائج دراسة Stock (٢٠١٠) إلى إمكانية أمين المكتبة إلى الوصول سريعاً إلى حالة من الألفة بينه وبين المستعير؛ من خلال التدريب على مهارات البرمجة اللغوية العصبية.
- تشير نتائج دراسة Karunaratne (٢٠١٠، ٢٠٠٧) إلى قدرة البرمجة اللغوية العصبية في تعديل معتقدات الفرد بالرغم من أن العقل الواعي يمكن أن يكون مقاوماً للتغيير.
- ويري الباحث الحالي أن البرمجة اللغوية العصبية تعمل على إقناع العقل الواعي. بحيث نبرمجه وفق ما نريد.
- تشير نتائج دراسة Nasholm & Forrester (٢٠١٢) إلى أن البرمجة اللغوية العصبية لا تعد أداة للكشف عن الكذب.

صعوبات التعلم: يشير محمد عبد الظاهر الطيب (١٩٩٦، ١١٤) إلى أن Kirk أول من استخدم الصعوبات الخاصة في التعلم، ووضح أن الطلاب الذين يعانون من صعوبات تعلم نوعية Specific Learning Disabilities يظهرون اضطراباً واحداً أو أكثر من العمليات النفسية الأساسية المتضمنة في فهم أو استخدام اللغة المنطوقة أو المكتوبة، والتي قد تظهر في شكل اضطراب في الاستماع أو التفكير، أو الكلام، أو القراءة، أو التهجي، أو العمليات الحسابية، أو الإعاقات الإدراكية، أو الخلل الوظيفي للمخ، أو عسر القراءة.

العلاقة بين البرمجة اللغوية العصبية وصعوبات التعلم: (كيفية التأثير على صعوبات التعلم من خلال البرمجة اللغوية العصبية)

تشير دراسة Powell (٢٠١٠) إلى تعاظم أهمية تدريب المعلمين على مهارات البرمجة اللغوية العصبية، وذلك لتنامي أهميتها لأنفسهم وطلابهم. ويشير Khanzode (٢٠٠٩، ٣٧) إلى أهمية عمل برامج للبرمجة اللغوية العصبية للطلاب من خلال السياق الاجتماعي.

ويشير Millrood (٢٠٠٤، ٢٨) إلى استخدام البرمجة اللغوية العصبية لتعليم اللغات، حيث استخدمت المحاكاة في ورش العمل التعليمية لرفع مستوى الوعي لدى معلمي اللغات. ويضيف Thornbury (٢٠٠١، ٣٩٤) أن البرمجة اللغوية العصبية مورداً مهماً من موارد تعزيز تعليم اللغة. فهي تعمل على تحقيق التميز في تعليم اللغات، وتحسين التواصل في الفصول الدراسية، وتحسين المواقف والدوافع لدى المتعلم. ويشير Inozu, et al. (٢٠٠٧، ١٧٥) إلى أن كل طالب لديه وسائل مفضلة لاكتساب المعلومات ومعالجتها.

ويرى الباحث الحالي أنه من الممكن تعديل وسائل اكتساب المعلومات لدى الطلاب وتحسين المواقف الدراسية وتنمية الدافع للتعلم -خلال تعليم اللغات- عن طريق البرمجة اللغوية العصبية. وتشير نتائج أميرة بخش (٢٠١٣) إلى وجود علاقة بين مفهوم الذات وصعوبات التعلم. ومفهوم الذات هو كيفية إدراك الفرد لنفسه، وهذه الإدراكات يتم تشكيلها من خلال خبراته وعلاقاته بالآخرين.

ويرى الباحث الحالي أنه من خلال البرمجة اللغوية العصبية نستطيع تعديل ادراكات الفرد عن نفسه وتشكيلها وفق ما نريد؛ مما يغير من مفهوم صعوبات التعلم لديه.

وفي الجزء التالي يعرض الباحث برنامج للبرمجة اللغوية العصبية لعلاج صعوبات التعلم.

برنامج البرمجة اللغوية العصبية لعلاج صعوبات التعلم

أولاً: الأهداف العامة للبرنامج:

يصنف الباحث أهداف البرنامج إلى:

١- هدف رئيس: دراسة أثر البرمجة اللغوية العصبية على صعوبات التعلم.

٢- أهداف فرعية: وتتضمن ما يلي:

- تدعيم العلاقة المهنية بين الباحث والطلاب، على أساس الألفة والاحترام والثقة.
- مساعدة الطلاب على تعلم بعض خصائص البرمجة اللغوية العصبية التالية:
 - القدرة على فهم الذات
 - القدرة على تحمل المسؤولية
 - القدرة على بناء الألفة مع الآخرين.
- الاهتمام بالطلاب .

٢- أهداف إجرائية: وتتضمن ما يلي:

- التعارف بين الباحث وأعضاء المجموعة التجريبية.
- تقديم معلومات عن إجراءات التدريب وعدد الجلسات وزمن كل جلسة.
- التعارف بين أعضاء المجموعة.
- التطبيق القبلي لاستبيان صعوبات التعلم.
- أن يتعرف الطلاب على مفهوم البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يتعرف الطلاب على تاريخ البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يتعرف الطلاب على أهداف البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يتعرف الطلاب على أهداف البرنامج التدريبي.
- أن يعرف الطلاب مجالات البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يفهم الطلاب مراحل تعلم المهارات.
- أن يتعرف الطلاب على مصادر البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يتعرف الطلاب على أركان البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يتعرف الطلاب على مفهوم النموذج.
- أن يتعرف الطلاب على دور النموذج في تشكيل معتقدات الفرد وأفكاره.
- أن يتعرف الطلاب على الافتراضات التي تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يتعرف الطلاب على الرسائل السلبية والإيجابية للذات.
- أن يتعرف الطلاب على دور الرسائل السلبية والإيجابية في اعتقادات الفرد.
- أن يتعرف الطلاب على أثر الاعتقادات في صياغة أهداف الفرد.
- معرفة اتجاهات الطلاب نحو البرنامج.

ثانيا: أهمية البرنامج:

- يقدم البرنامج جلسات عملية للبرمجة اللغوية العصبية.

ثالثا: جوانب البرنامج:

البرنامج يتكون من ثلاث جوانب رئيسية:

أولا: الجانب المعرفي: ويتضمن الجزء النظري للبرمجة اللغوية العصبية.
ثانيا: الجانب الوجداني: ويتضمن هذا الجانب التعاون بين أفراد المجموعة التجريبية من خلال البيئة الاجتماعية. وهذا الجانب يتضمن انخراط الطلاب مع النموذج.
ثالثا: الجانب المهاري: ويتضمن مهارات البرمجة اللغوية العصبية، وهذه المهارات يتم اكتسابها من خلال جلسات البرنامج.

رابعا: وصف البرنامج

قام الباحث بتصميم البرنامج، بحيث يتكون البرنامج من (١١) جلسة، مدة كل جلسة (٦٠) دقيقة، وتتضمن كل جلسة مجموعة من النشاطات المتعلقة بالبرمجة اللغوية العصبية. والجدول التالي يوضح شكل الجلسات:

عدد الجلسات	عنوان الجلسة
١	الجلسة التمهيدية
١	مفهوم البرمجة اللغوية العصبية وتاريخها
١	مجالات البرمجة اللغوية العصبية، ومراحل تعلم المهارات
١	مصادر البرمجة اللغوية العصبية
١	النموذج
٢	الافتراضات التي تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية
١	الرسائل السلبية والإيجابية للذات
١	دور الرسائل السلبية والإيجابية في اعتقادات الفرد
١	أثر الاعتقادات في صياغة أهداف الفرد
١	الجلسة الختامية
١١	المجموع

خامسا: الافتراضات التي يقوم عليها البرنامج

يقوم البرنامج على مجموعة من الافتراضات. وهي الافتراضات تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية؛ يوضحها الباحث في الجلستين السادسة والسابعة للبرنامج.

سادسا: الفنيات المستخدمة في البرنامج

- المناقشات الجماعية، بهدف ترسيخ المفاهيم الجديدة.
- التعاون.
- النمذجة: ويقوم فيها الباحث بدور النموذج، ثم يستخدمها المتدربون.

- التغذية المرتدة: وتؤدي هذه التغذية الراجعة إلى ترسيخ المفاهيم الجديدة.
 - الواجب المنزلي: ويهدف إلى ترسيخ الجوانب التي استفاد منها المتدرب أثناء التدريب.
 - ويعد الواجب المنزلي وسيلة للتأكد من ممارستهم الفعلية لما تم تدريبهم عليه.
 - سرد القصص:
 - المجموعات الصغيرة أثناء النقاش:
 - التعزيز:
 - العصف الذهني.
 - فنية إعادة التشكيل (التأطير)؛ وفيها يتم البحث عن النية الإيجابية وراء كل سلوك.
 - فنية تغيير التاريخ؛ يمكن خلالها تغيير مشاعر الفرد حيال الماضي.
 - فنية توليد سلوكيات جديدة.
 - فنية تغيير الاعتقاد (مقاومة التعميم والحذف والتشويه)
 - فنية تحويل المعنى؛ بحيث يفكر الطالب في الجانب الإيجابي للشيء.
- سابعاً: تقويم البرنامج:**

- ويتضمن هذا التقويم ما يلي:
- التقويم المبدئي، حيث يتابع الباحث مستوى التقدم في البرنامج بطريقة مبدئية في الجلسات.
 - التقويم البنائي (المرحلي) ويتم أثناء الجلسات، حيث يتم من خلال مناقشة الواجب المنزلي للجلسة السابقة. ويحاول الباحث خلال هذا التقويم معالجة جوانب القصور أولاً بأول.
 - ويتضمن هذا التقويم تقييماً ذاتياً من الطلاب أنفسهم، حيث يحكمون على أدائهم، كما يتضمن تقويماً من الباحث خلال هذه المناقشات.
 - التقويم النهائي، ويتم من خلال:
 - إعادة تطبيق استبيان صعوبات التعلم، ومقارنة أداء المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج، وذلك لمعرفة أثر البرنامج على الاستبيان.
 - معرفة مدى رضا الطلاب المشاركين عن البرنامج من خلال آرائهم حول البرنامج ومدى الاستفادة منه في حياتهم العلمية والعملية.

ثامناً: جلسات البرنامج التدريبي للبرمجة اللغوية العصبية الجلسة الأولى (الجلسة التمهيدية)

أهداف الجلسة:

- التعارف بين الباحث وأعضاء المجموعة.
- تقديم معلومات عن إجراءات التدريب وعدد الجلسات وزمن كل جلسة.
- التعارف بين أعضاء المجموعة.

• تقديم أهداف البرنامج.

• تحديد الواجبات.

إجراءات الجلسة:

- يبدأ الباحث بالترحيب بالطلاب المشاركين في البرنامج.
- يطلب الباحث من الطلاب أن يقوم كل واحد منهم بتعريف نفسه (اسمه - معلومات شخصية يرغب في نكرها - خبراته - كيف جاء إلى السعودية للدراسة) وبلاده التي جاء منها (موقعها الجغرافي - عدد سكانها - مساحتها - حدودها - نظام الحكم فيها - الديانات المتعددة فيها)
- يعرف الباحث نفسه وبلده.
- يؤكد الباحث على مبدأ الاحترام المتبادل بين أعضاء المجموعة.
- التركيز على أهمية المهارات التي تساعد في بناء علاقة إيجابية يسودها جو من الألفة والتفاعل بين الباحث والطلاب من ناحية، وبين الطلاب بعضهم البعض من ناحية أخرى.
- توضيح طبيعة اللقاءات، ومكان انعقادها، وأهمية الالتزام بمواعيدها، والمواظبة على حضورها.
- يوضح الباحث ضوابط حضور الجلسات، ويؤكد على أهمية الالتزام بالحضور وضرورة الإصغاء الجيد.
- يوضح الباحث عدد الجلسات وفترة كل جلسة.
- شرح أهمية تنفيذ أهمية ما يتم الاتفاق عليه من واجبات.
- يقوم الباحث بتوضيح أهداف البرنامج وأهميته وما يمكن تحقيقه من خلال هذا البرنامج، ودور كل من الباحث والطلاب.

الجلسة الثانية (مفهوم البرمجة اللغوية العصبية وتاريخها وأهدافها)

أهداف الجلسة:

- أن يتعرف الطلاب على مفهوم البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يتعرف الطلاب على تاريخ البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يتعرف الطلاب على أهداف البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يتعرف الطلاب على أهداف البرنامج التدريبي.

إجراءات الجلسة:

- يقدم الباحث المعاني التالية:
- النجاح في الحياة.
- فهم النفس البشرية.
- معرفة لغة العقل مع النفس.
- حسن الاتصال بالآخرين.

- التأثير على الحالة النفسية للآخرين.
 - التأثير على الحالة العقلية للآخرين.
 - يطلب الباحث من الطلاب أن يخمنوا اسماً للعلم الذي يحمل الوظائف السابقة.
 - يعرف الباحث مفهوم البرمجة اللغوية العصبية.
 - يتأكد الباحث أن الطلاب ليس لديهم معرفة بهذا المفهوم، ولم يتدربوا عليه من قبل.
 - يوضح الباحث المفاهيم التالية:
 - البرمجة: هي القدرة على فهم البرامج العقلية الموجودة في عقولنا وتعديلها وفق مصلحتنا.
 - اللغوية: هي القدرة على استخدام اللغة في فهم النفس والآخرين.
 - العصبية: تشير إلى دور الجهاز العصبي في نقل وتحويل المعلومات والاعتقادات والأفكار من الحواس الخمسة إلى العقل والعكس.
 - يذكر الباحث مقدمة عن تاريخ البرمجة اللغوية العصبية.
 - يوضح الباحث فوائد البرمجة اللغوية العصبية.
 - يشرح الباحث ما وصلت إليه بحوث البرمجة اللغوية العصبية من نتائج.
 - يطلب الباحث من الطلاب صياغة تعريف للبرمجة اللغوية العصبية.
 - يقدم الباحث التعريف الإجرائي التالي للبرمجة اللغوية العصبية.
 - " البرمجة اللغوية العصبية هي ذلك العلم الذي يكشف العلاقة بين طريقة تفكيرنا (الجانب العصبي) وتواصلنا اللفظي وغير اللفظي (الجانب اللغوي) ويترجم تلك العلاقة إلى تعديل في الانفعالات والسلوك.
 - يطلب الباحث من الطلاب صياغة أهداف البرمجة اللغوية العصبية.
 - يناقش الباحث مع الطلاب هذه الأهداف.
 - يضيف الباحث إلى هذه الأهداف ويحذف غير الملائم منها.
 - يطلب الباحث من الطلاب صياغة أهداف البرنامج التدريبي في ضوء أهداف البرمجة اللغوية العصبية.
 - يتفق الباحث مع الطلاب على صياغة موحدة لأهداف البرنامج التدريبي.
- الواجب المنزلي:
- أعط تعريفاً للبرمجة اللغوية العصبية.
 - في ضوء معرفتك بمفهوم البرمجة اللغوية العصبية، ما هي مجالات استخدامها؟
- التقويم: ما هي أهداف البرمجة اللغوية العصبية بشكل عام؟ وأهداف البرنامج بشكل خاص؟

الجلسة الثالثة (مجالات البرمجة اللغوية العصبية ومراحل تعلم المهارات)

أهداف الجلسة:

- أن يعرف الطالب مجالات البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يفهم الطالب مراحل تعلم المهارات.

إجراءات الجلسة:

- يناقش الباحث مع الطلاب الواجب المنزلي السابق؛ والذي يتعلق بمجالات استخدام البرمجة اللغوية العصبية.
- يحدد الباحث مع الطلاب مجالات البرمجة اللغوية العصبية.
- يعرض الباحث القصة التالية:

تعلم مهارة القيادة

ذهب أحمد ليتدرب في مدرسة قيادة السيارات لاستخراج الرخصة. في بداية الأمر أحس بصعوبة بالغة؛ خاصةً بعد رؤية المدرب يدور بالسيارة إلى الخلف بشكل دائري ليرسم دائرة كاملة. وبدأ يفكر... كيف يمكن للمدرب أن يفكر بهذه السرعة؟ وكيف يتحكم بمقود السيارة بتلك الدقة البالغة؟ وكيف وصل لهذه المهارة؟ وهل وصل المدرب إلى تلك المهارة على مراحل؟ وهل يمكن لأحمد أن يصل إلى تلك المهارة؟ وكيف؟

- يطلب الباحث من الطلاب إجابات للأسئلة السابقة في قصة تعلم مهارة القيادة.
- يناقش الباحث مع الطلاب إجاباتهم.
- يوضح الباحث مراحل تعلم المهارة:

مرحلة اللاوعي بعدم القدرة (ظن الفرد في البداية سهولة المهارة دون تجربتها)

مرحلة الوعي بعدم القدرة (يتأكد الفرد عدم قدرته على المهارة)

مرحلة الوعي بالقدرة (يفهم الفرد المهارة ويعدل من سلوكه حتى يتقنها)

مرحلة اللاوعي بالقدرة (تحول هذه المهارة إلى عادة مع تكرارها).

- يطلب الباحث من الطلاب تطبيق مراحل تعلم المهارة على قصة أحمد السابقة.
- يعرض الباحث مهارات تعلم اللغة العربية، وهي مهارة الكتابة، ومهارة القراءة، ومهارة التحدث، ومهارة الاستماع.
- يسأل الباحث الطلاب السؤال التالي:

كيف يمكن إسقاط مراحل تعلم المهارة على المهارات السابقة؟

الواجب المنزلي: في ضوء ما درست عن البرمجة اللغوية العصبية؛ ما هي القنوات أو المصادر التي تؤثر على سلوكك وأفكارك؟

التقويم:

- اذكر مثلاً لمهارة يمكن تعلمها بالمرحلات السابقة ذكرها مع توضيح كل مرحلة.

- ما هي مجالات البرمجة اللغوية العصبية التي يمكن تطبيقها في بلدك؟

الجلسة الرابعة (مصادر وأركان البرمجة اللغوية العصبية)

أهداف الجلسة:

- أن يتعرف الطلاب على مصادر البرمجة اللغوية العصبية.
- أن يتعرف الطلاب على أركان البرمجة اللغوية العصبية.

إجراءات الجلسة:

- يناقش الباحث مع الطلاب الواجب المنزلي السابق؛ والذي يتعلق بمصادر البرمجة اللغوية العصبية.
- يشرح الباحث للطلاب مصادر البرمجة اللغوية العصبية التالية: الأسرة- المدرسة- الأصدقاء- وسائل الإعلام- الشخص نفسه
- ورقة عمل
- قم بالأنشطة التالية من خلال الاستعانة بالجدول التالي:

رقم النشاط	النشاط	أفكارك في هذا النشاط
١	ما هو دور الأسرة في التأثير على أفكار ومعتقدات الفرد؟
٢	ما هو دور المدرسة في التأثير على أفكار ومعتقدات الفرد؟
٣	ما هو دور الأصدقاء في التأثير على أفكار ومعتقدات الفرد؟
٤	ما هو دور وسائل الإعلام في التأثير على أفكار ومعتقدات الفرد؟
٥	ما هو دور الفرد نفسه في التأثير على أفكاره ومعتقداته؟

- يسأل الباحث الطلاب حول مرشحات أو فلاتر للشخص؛ يستخدمها للتحكم في هذه المصادر.
- يوضح الباحث هذه المرشحات وهي حواس الفرد ولغته ومعتقداته وأفكاره.
- يطلب الباحث من الطلاب أن يخمنوا أركان ودعائم البرمجة اللغوية العصبية.
- يشرح الباحث للطلاب أركان البرمجة اللغوية العصبية التالية:
 - تحديد الهدف؛ مع تحديد حالة نفسية شعورية تجاه الهدف؛ فيتصور الشخص الهدف الصعب، ويعتقد بإمكانية تحقيقه.
 - إرهاف الحواس: وذلك لجمع كل المعلومات المتعلقة الهدف، وكيف يمكن تحويله إلى سلوك.
 - المبادرة لفعل السلوك.
 - المرونة لتحقيق الهدف.
- ورقة عمل إذا طلب منك أن تلقي كلمة باللغة العربية في احتفال بالجامعة بدون قراءة من أوراق. قم بالنشاط التالي:

أركان البرمجة اللغوية العصبية	كيفية تنفيذ ذلك الركن لتحقيق الهدف " أن تلقي كلمة باللغة العربية في احتفال بالجامعة بدون قراءة من أوراق "
تحديد الهدف
إرهاف الحواس
المبادرة لفعل السلوك
المرونة لتحقيق الهدف

الواجب المنزلي:

- حدد قوتك في حياتك. وهل لها دور في تشكيل معتقداتك وأفكارك؟
- التقويم: ما هو دور وسائل الإعلام في بلدك في تشكيل معتقداتك وأفكارك؟

الجلسة الخامسة (النموذج)

أهداف الجلسة:

- أن يتعرف الطلاب على مفهوم النموذج.

- أن يتعرف الطلاب على دور النموذج في تشكيل معتقدات الفرد وأفكاره.

إجراءات الجلسة:

- يناقش الباحث مع الطلاب الواجب المنزلي السابق؛ والذي يتعلق بدور القدوة في تشكيل معتقدات الفرد وأفكاره.
- يطلب الباحث من الطلاب أن يختاروا شخصيات مشهورة يقدرونها.
- يناقش الباحث الطلاب في سبب اختيار كل منهم.
- ورقة عمل: قم بالأنشطة التالية من خلال الاستعانة بالجدول التالي:

رقم النشاط	النشاط	أفكارك في هذا النشاط
١	اختر شخصية من الشخصيات التي تود أن يقتدي بها
٢	ما هو سبب اختيارك؟
٣	هل تستطيع أنت أن تصل إلى ما وصل إليه هذا النموذج (القدوة)؟
٤	هل تعرف نموذجاً (قدوةً) لك؛ مر بالمرحلة التي تمر أنت بها الآن؟
٥	هل تعتقد أن قصة النموذج تقيّدك عندما تتذكرها؟ ولماذا؟
٦	هل البرمجة اللغوية العصبية لها دور في الاعتقاد بإمكانية الوصول إلى ما وصل إليه النموذج؟ كيف؟

- يذكر الباحث للطلاب قصة نموذج لطلاب تركي غير ناطق بالعربية. حصل على منحة من المملكة العربية السعودية، والتحق بمعهد اللغة تعليم اللغة العربية للناطقين بغيرها. أتم دراسته

بالمعهد وحصل على الدبلوم، ثم الماجستير والدكتوراه. عين مدرساً ثم أستاذاً بجامعة استانبول بتركيا.

- يسأل الباحث الطلاب عن هذا النموذج، وإمكانية الوصول إلى ما وصل إليه النموذج، مع التعليل.

الواجب المنزلي: في ضوء ما عرفت عن البرمجة اللغوية العصبية؛ ما هي الافتراضات التي تقوم عليها؟

التقويم: ما هو دور البرمجة اللغوية العصبية في تشكيل النموذج لدى الفرد؟

الجلسة السادسة (الافتراضات التي تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية)

هدف الجلسة:

- أن يتعرف الطلاب على الافتراضات التي تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية.

إجراءات الجلسة:

- يناقش الباحث مع الطلاب الواجب المنزلي السابق؛ والذي يتعلق بالافتراضات التي تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية.

- ورقة عمل: قم بالأنشطة التالية من خلال الاستعانة بالجدول التالي:

رقم الفكرة	الفكرة	وجهة نظرك حول الفكرة
١	من الممكن لأي شخص أن يفعل ما يفعله الآخرون
٢	الشخص الأكثر مرونة هو الشخص الأكثر تحكماً.
٣	لا يوجد فشل. بل توجد تجارب وخبرات نمر بها ونستفيد منها.
٤	أنت مسئول عن النتائج التي تصل إليها.

- يناقش الباحث مع الطلاب الأفكار السابقة ووجهة نظر كل طالب، وعلاقة هذه الأفكار بالبرمجة اللغوية العصبية.

- ورقة عمل: قم بالأنشطة التالية من خلال الاستعانة بالجدول التالي:

م	فرضيات البرمجة اللغوية العصبية	أفكارك حول الفرضية
١	الخريطة (الصورة التي يرسمها الشخص معتمداً على

م	فرضيات البرمجة اللغوية العصبية	أفكارك حول الفرضية
	معتقداته وأفكاره (ليست هي الواقع أو الحقيقة.
٢	الشخص الأكثر مرونة يستطيع التحكم في الأمور.
٣	أنا مسئول عن أفعالي؛ لأنني أنا الذي أتحكم في عقلي.
٤	كل إنسان يمتلك ما يؤهله للتغيير الإيجابي في حياته.
٥	وراء كل سلوك دوافع واستعدادات تساعده لعمل هذا السلوك
٦	ليس هناك فشل بل هناك خبرات وتجارب.
٧	هناك علاقة تأثير وتأثر بين الأفكار والمشاعر والسلوك.

- يناقش الباحث مع الطلاب الافتراضات السابقة ووجهة نظر كل طالب فيها، وعلاقة هذه الافتراضات بالبرمجة اللغوية العصبية.

الواجب المنزلي: إذا كانت الافتراضات السابقة هي بعض افتراضات البرمجة اللغوية العصبية. فماذا تتوقع أن يكون ضمن هذه الافتراضات؟

التقويم: اذكر خبرة أو قصة توضح معني أي من الافتراضات السابقة للبرمجة اللغوية العصبية؟

الجلسة السابعة (تابع الافتراضات التي تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية)

هدف الجلسة:

- أن يتعرف الطلاب على الافتراضات التي تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية.

إجراءات الجلسة:

- يناقش الباحث مع الطلاب الواجب المنزلي السابق؛ والذي يتعلق بتوقع الطالب لبقية

افتراضات البرمجة اللغوية العصبية.

- ورقة عمل: قم بالأنشطة التالية من خلال الاستعانة بالجدول التالي:

م	فرضيات البرمجة اللغوية العصبية	أفكارك حول الفرضية
١	إذا كنت أنت من يضع المقدمات فأنت تتحكم في النتيجة.
٢	تستطيع أن تقدي بشخصية ما، وتستطيع أن تنجز ما أنجزت تلك الشخصية.
٣	لكل إنسان نوعين من الاتصال هما الاتصال الواعي واللاواعي، لكل منهما أهميته
٤	هناك علاقة مستمرة بين العقل الواعي واللاواعي
٥	إذا كنت تفعل ما تفعله دائماً، فأنت تحصل على ما تحصل عليه دائماً.
٦	كل الناس يمكن أن يحققوا ما حققه الآخرون.
٧	يجب الاتصال بالآخرين والتعامل معهم.
٨	يجب احترام وتقبل الآخرين.

- يناقش الباحث مع الطلاب الافتراضات السابقة ووجهة نظر كل طالب فيها، وعلاقة هذه الافتراضات بالبرمجة اللغوية العصبية.
- يعرض الباحث القصة التالية:

ظهرت نتيجة الثانوية العامة. ولم يحصل محمد على المجموع الذي يريد، ولم يدخل كلية الصيدلة التي كان يرغب في الوصول إليها. التحق محمد بكلية العلوم، واجتهد فيها، حتى تم تعيينه معيدا، وأصبح يدرس لطلاب كلية الصيدلة. فكتب قصاصة على باب مكتبه "رفضتني الصيدلة طالبا، فرفضت نفسي عليها مدرسا"

- يناقش الباحث مع الطلاب القصة السابقة في ضوء الافتراضات التي تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية.

الواجب المنزلي:

أي من الافتراضات السابقة للبرمجة اللغوية العصبية يؤدي إلى رسائل إيجابية للذات؟
التقويم: اذكر خبرة أو قصة توضح معني أي من الافتراضات السابقة للبرمجة اللغوية العصبية؟

الجلسة الثامنة (الرسائل السلبية والإيجابية للذات)

هدف الجلسة:

• أن يتعرف الطلاب على الرسائل السلبية والإيجابية للذات.

إجراءات الجلسة:

- يناقش الباحث مع الطلاب الواجب المنزلي السابق؛ والذي يتعلق بالرسائل الإيجابية للذات.
- يعرض الباحث الفكرة التالية:
- (عند نومك تقوض أمرك لله، رغبة ورهبة إليه، لأنه لا ملجأ ولا منجأ من الله إلا إليه)
- يناقش الباحث مع الطلاب الحديث السابق في ضوء الافتراضات التي تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية.
- يطرح الباحث السؤال التالي: لماذا يطلب نقوم بتكرار هذه الفكرة؟ ولماذا يطلب تكرارها يومياً قبل النوم؟
- يوضح الباحث أن تكرار هذه الكلمات تعمل على برمجة الفرد لحياته؛ بحيث يعي ما يلي:
- معني التوكل على الله.
 - الإيمان به سبحانه وبرسوله صلي الله عليه وسلم.
 - مفهوم الاعتماد على الله.
 - عدم الخوف من المستقبل؛ لأن الله تعالى يملكه.
- يعرض الباحث مفهوم تكرار الرسائل التي نريد تحقيقها قبل النوم.
-
- يناقش الباحث مع الطلاب الفكرة السابقة في ضوء الافتراضات التي تقوم عليها البرمجة اللغوية العصبية.
- يطرح الباحث السؤال التالي: لماذا نقوم بتكرار كلمات معينة قبل النوم؟ ولماذا يتم تكرارها يومياً بعد النوم؟
- يوضح الباحث أن تكرار هذه الكلمات تعمل على برمجة الفرد لحياته بحيث يعي ما يلي:
- الإنسان يموت موتاً أصغراً خلال نومه.

- أما التوقيت قبل النوم وبعده فقد اكتشف علماء البرمجة اللغوية العصبية أن فترات قبل النوم وبعده يكون الفرد مهيباً لتلقي معلومات تبرمج عقله.
- يطرح الباحث السؤال التالي: هل يمكن لك أن تبرمج عقلك ببعض الرسائل الإيجابية؟
- يطلب منهم صياغة هذه الرسائل الإيجابية.
- يشرح الباحث معني الرسائل السلبية.
- ورقة عمل
- قم بالأنشطة التالية من خلال الاستعانة بالجدول التالي:

رقم النشاط	النشاط	المطلوب خلال النشاط
١	اكتب ثلاثة رسائل سلبية مثل "لن أكمل دراستي بالجامعة"	الشطب على هذه الرسائل. وبرمجة الذات أن هذه الرسائل لا قيمة لها.
٢	اكتب ثلاثة رسائل إيجابية مثل "سأكمل دراستي بالجامعة"	تدعيم الرسائل من خلال ما يلي: - كن هادئاً. - خذ نفساً عميقاً. - كرر هذه الرسائل عشر مرات. - تخيل نفسك تحقق هذه الرسائل.

- يناقش الباحث مع الطلاب علاقة هذه الأنشطة بالبرمجة اللغوية العصبية.
الواجب المنزلي:

هل الرسائل السلبية والإيجابية للذات لها دور في تغيير أفكار واعتقادات الفرد؟
التقويم: اكتب ثلاثة رسائل إيجابية.

الجلسة التاسعة (دور الرسائل السلبية والإيجابية في اعتقادات الفرد)

هدف الجلسة:

- أن يتعرف الطلاب على دور الرسائل السلبية والإيجابية في اعتقادات الفرد.

إجراءات الجلسة:

- يناقش الباحث مع الطلاب الواجب المنزلي السابق؛ والذي يتعلق بدور الرسائل السلبية والإيجابية في اعتقادات الفرد.
- يعرض الباحث أهمية الرسائل الإيجابية لدى الفرد في الوصول إلى اعتقاد إيجابي.
- يعرض الباحث أهمية الرسائل السلبية لدى الفرد في الوصول إلى اعتقاد سلبي.
- يطلب الباحث من الطلاب أن يغمض كل واحد منهم عينييه، ويسترخى، ويتنفس بهدوء.
- يعرض الباحث دور الاعتقاد في التأثير على مشاعرنا وأفكارنا، وكيف يسيطر الاعتقاد السلبي والإيجابي -بمساعدة هذه الأفكار والمشاعر- على سلوكنا.

- ورقة عمل: قم بالنشاط التالي من خلال الاستعانة بالجدول التالي:

النشاط
اكتب ثلاثة رسائل سلبية صاحبك لفترة طويلة حتي ظننت أنها معتقدات راسخة إليك. ١-..... ٢-..... ٣-.....

- يناقش الباحث مع الطلاب هذه الرسائل السلبية.
- يطلب من كل طالب إيجاد بديل إيجابي لهذه الرسائل السلبية.
- يوضح الباحث كيف يكون الاعتقاد الإيجابي بديلاً للاعتقاد السلبي.
- ورقة عمل: قم بالأنشطة التالية من خلال الاستعانة بالجدول التالي:

م	النشاط	أفكارك خلال النشاط
١	ما هو تأثير معتقداتك على أفكارك ومشاعرك وسلوكك؟
٢	- اكتب ثلاثة رسائل إيجابية بديلة للرسائل السلبية
٣	ما هي فوائد الاعتقاد الإيجابي؟
٤	ما الذي يحول بينك وبين الاعتقاد الإيجابي؟
٥	تخيل انك أصبحت معتقداً ذلك الاعتقاد الإيجابي. ما الذي تتوقعه من نجاح بسبب هذا الاعتقاد؟
٦	ما الذي يحول بينك وتكرار رسالة هذا الاعتقاد ليصبح اعتقاداً راسخاً لديك؟

م	النشاط	أفكارك خلال النشاط
٧	- كن هادئاً. - تنفس بهدوء - أغمض عينيك - خذ نفساً عميقاً. كرر هذه الرسائل الإيجابية عشر مرات.
٨	حدد أهدافاً لهذه الاعتقادات الإيجابية.

- يناقش الباحث مع الطلاب علاقة هذه الأنشطة بالبرمجة اللغوية العصبية.

الواجب المنزلي:

- ما هي أهمية الاعتقادات الإيجابية في التأثير على مشاعر الفرد وأفكاره وسلوكه؟

- ما هو أثر الاعتقادات في صياغة أهداف الفرد؟

التقويم:

- ما هو دور الرسائل-سلبية أو إيجابية- في تكوين اعتقادات الفرد؟

- كيف يمكنك القضاء على الاعتقاد السلبي؟

- كيف يمكنك تدعيم الاعتقاد الإيجابي؟

الجلسة العاشرة (أثر الاعتقادات في صياغة أهداف الفرد)

هدف الجلسة:

• أن يتعرف الطلاب على أثر الاعتقادات في صياغة أهداف الفرد.

إجراءات الجلسة:

- يناقش الباحث مع الطلاب الواجب المنزلي السابق؛ والذي يتعلق بأثر الاعتقادات في

صياغة أهداف الفرد.

- يعرض الباحث تنوع أهداف الطلاب؛ منهم من يرغب أن يكون مترجماً أو معلماً ومنهم من

يتطلع إلى الحصول على التعليم فوق الجامعي ليكون مدرساً بالجامعة.

- يشرح الباحث للطلاب مفهوم صعوبات التعلم.

- ورقة عمل: قم بالأنشطة التالية من خلال الاستعانة بالجدول التالي:

م	النشاط	أفكارك خلال النشاط
١	هل اعتقادك في قدرتك على إتقان اللغة العربية لها دور في أهدافك؟
٢	- كن هادئاً.

م	النشاط	أفكارك خلال النشاط
	- تنفس بهدوء - أغمض عينيك - خذ نفساً عميقاً. - كرر هذه الرسائل الإيجابية عشر مرات.
٣	حدد الاعتقادات التي لها دور في صياغة أهدافك.
٤	اختر مشكلة مررت بها من قبل بسبب اعتقاداتك السلبية عن شيء ما
٥	ما الذي تكلفته من وقت وجهد وضيق وهم وغم وتعب ونصب جسماني ونفسي بسبب هذا الاعتقاد؟
٦	تخيل أنك في الماضي كررت رسالة إيجابية لحل مشكلتك؛ حتى تغير اعتقادك إلى اعتقاد إيجابي يساعدك في صياغة أهداف أكثر مرونة وواقعية.
٧	ما الذي تكسبه من تغيير الاعتقادات؟
٨	ما الذي تكسبه من البرمجة الإيجابية؟
٩	ما الذي تخسره من البرمجة السلبية؟
١٠	في ضوء فهمك لصعوبات تعلم اللغة العربية؛ هل تساهم البرمجة اللغوية العصبية في التأثير على صعوبات التعلم.

- يناقش الباحث مع الطلاب إجاباتهم في الأنشطة السابقة.

الواجب المنزلي:

هل استقدت من برنامج البرمجة اللغوية العصبية في حياتك؟

التقويم:

- ما هي خطوات البرمجة اللغوية العصبية لتكوين اعتقادات إيجابية؟

- كيف تؤثر البرمجة اللغوية العصبية على مشاعرك وأفكارك وسلوكك؟؟

الجلسة الحادية عشرة (الجلسة الختامية)

أهداف الجلسة:

- ختام البرنامج.
- معرفة اتجاهات الطلاب نحو البرنامج.

إجراءات الجلسة:

- يبدأ الباحث بمناقشة الواجب المنزلي السابق.
- يقدم الباحث للطلاب مجموعة من الأسئلة تتضمن ما يلي:
 - هل استقدت من البرنامج في حياتك؟
 - هل استقدت من البرنامج في التعلم؟
 - هل شعرت بالضيق والملل أثناء الجلسات؟
 - ما مدى استفادتك من البرمجة اللغوية العصبية؟
 - ما الجوانب السلبية في البرنامج؟
 - ما هي المشكلات التي اعترضتك أثناء تطبيق البرنامج؟
 - في ضوء فهمك لمفهوم البرمجة اللغوية العصبية، هل تشعر أن البرنامج يسهم في تنمية مهارات البرمجة اللغوية العصبية؟
 - ما الذي أعجبك في البرنامج؟
 - ما هي رؤيتك حول أهداف البرنامج وجلساته؟
 - هل لديك مقترحات لتطوير البرنامج؟
 - ما الجوانب الإيجابية في البرنامج؟ هل لديك مقترحات لتنميتها؟
 - كيف يمكن للواجب المنزلي أن ينمي البرمجة اللغوية العصبية لديك؟
 - اكتب خمسة أنشطة تعلمت منها دروساً.

وأرجو أن يساعد هذا الكتاب (تم نشر الكتاب بمكتبة نور للنشر، سنة النشر: ٢٠١٥، وهي مكتبة دولية، عدد المراجع العربية (١٤) مرجعاً، وعدد المراجع الأجنبية (٣٣) مرجعاً) في الإفادة منه في علاج ذوي صعوبات التعلم بصفة عامة.