

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
فى ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

---

**فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل  
لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة فى ضوء متطلبات  
اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية**

**اعداد**

**عزة خضرى عبد الحميد**

أستاذ الصحة النفسية المساعد  
كلية التربية  
جامعه حلوان

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
فى ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

---

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

## فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

### مستخلص الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن فاعلية البرنامج التدريبي القائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية ، تكونت عينة الدراسة من ( ٦٠ ) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ المدارس المجتمعية ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين ( ٣٠ ) تجريبية ، ( ٣٠ ) ضابطة ، تراوحت أعمارهم بين ( ٩ - ١١ ) ، وقد استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي ، كما تم الاسعانة بالأدوات التالية :- مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية (إعداد / الباحثة) ، وبرنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية ( إعداد / الباحثة)، وقد أظهرت نتائج الدراسة مايلي :-

وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة في اتجاه القياس البعدي، كما وُجد فروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياسين البعدي على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة ، وذلك في اتجاه المجموعة التجريبية، كما توصلت نتائج الدراسة أيضاً إلى عدم وجود فروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة بين القياسين البعدي والتتبعي .

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن فاعلية البرنامج التدريبي القائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية ، تكونت عينة الدراسة من ( ٦٠ ) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ المدارس المجتمعية ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين ( ٣٠ ) تجريبية ، ( ٣٠ ) ضابطة ، تراوحت أعمارهم بين ( ٩ - ١١ ) ، وقد استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي ، كما تم الاسعانة بالأدوات التالية :- مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية (إعداد / الباحثة) ، وبرنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ  
المدارس المجتمعية ( إعداد / الباحثة)، وقد أظهرت نتائج الدراسة مايلي :-

وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي درجات المجموعة  
التجريبية بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة في اتجاه  
القياس البعدي، كما وُجد فروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة  
الضابطة في القياسين البعدي على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة ، وذلك في اتجاه  
المجموعة التجريبية، كما توصلت نتائج الدراسة أيضاً إلى عدم وجود فروق بين  
متوسطي درجات المجموعة التجريبية على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة بين  
القياسين البعدي والتتبعي .

الكلمات المفتاحية : البرنامج التدريبي - عادات العقل - التوجه الإيجابي نحو  
الحياة - اقتصاديات المعرفة -تلاميذ المدارس المجتمعية .

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
فى ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

## **The Effectiveness of a training Program Based on some Mental Habits to Develop a Positive Attitude Towards Life in Light of the Requirements the Knowledge Economy among Community School Pupils.**

### **Abstract:**

The current study aimed to reveal The Effectiveness of a training Program Based on some Mental Habits to Develop a Positive Attitude Towards Life in Light of the Requirements the Knowledge Economy among Community School Pupils

The study sample consisted of ( 60 )pupils who were divided into two groups (30) experimental and (30) controls, whose ages ranged between (9-11) years, the researcher used the quasi-experimental approach, and the following tools were used: a scale of a Positive Attitude Towards Life prepared by/researcher, training program prepared / researcher

Results of the study: There are statistically significant differences between the mean scores of the pupils

of the experimental group and the mean scores of the control group in the post application of the a Positive Attitude Towards Life scale in the direction of the experimental group.

•There are statistically significant differences between the mean scores of the pupils of the experimental group in the pre and post applications on the a Positive Attitude Towards Life scale in the direction of the post application.

•There are no statistically significant differences between the mean scores of the pupils of the experimental group in the post and follow-up applications on the a Positive Attitude Towards Life scale.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

### Key words:

training Program - Mental Habits - Positive Attitude Towards Life -  
Knowledge Economy – Community School Pupils

### مقدمة

إن تحديات عصر العولمة ، وإعادة هندسة الوظائف والمنافسة الإقليمية ، والعالمية ،  
وسعي المؤسسات إلى تحقيق أهدافها والانفتاح غير المسبوق على كافة الأصعدة ؛ من  
أجل الوصول إلى مكاسب اقتصادية مرتفعة، بالإضافة إلى التغيرات السريعة و المتلاحقة  
في علاقات المؤسسات داخل منظومة الدولة وطبيعتها، فقد أدركت المؤسسات أهمية  
تطوير رأس المال البشري في زيادة التنافسية ، وتطبيق الجودة الشاملة ؛ لذا تزايد  
الاهتمام بكافة المجالات التي تعمل على تطوير رأس المال البشري: كتوفير سبل المعرفة  
، والدعم التكنولوجي لكافة الشرائح البشرية لرفع كفاءتهم.

تلك هي نتائج الطفرة الهائلة في ثورة المعلومات ، والتطور التكنولوجي ، وعصر  
الاقتصاد المعرفي الذي تحولت فيها المعرفة إلى سلعة اقتصادية ، والتي أصبحت أحد  
الركائز الأساسية في تحقيق التنمية الشاملة داخل قطاعات ومؤسسات الدول التي تسعى  
للوصول لأعلى معدلات النمو الاقتصادي ، وتحسين كفاءات أفرادها؛ ليصبحوا قادرين  
على التنافس العالمي ، ورفع مستوى معيشتهم ، وتحقيق الرفاهية على المدى البعيد.

الأمر الذي فرض على كافة المجتمعات ضرورة مسايرة المتغيرات المتتالية  
والمتسارعة في العالم الذي نعيش فيه ، والذي يوصف بأنه مجتمع الثورة التكنولوجية ،  
والمعلوماتية ، والمعرفية ، وآليات سوق العمل التي تتطلب مهارات ، وقدرات ، وخبرات  
، وطموحات، واتجاهات ، وميول جديدة نحو العمل ؛ ولذلك لا تحتاج هذه القوى إلى  
إتقان المهارات المهنية اللازمة لأداء الكفاء في منظمة العمل فحسب ، بل يلزمها  
مهارات اجتماعية ونفسية وإدارية وتوجهات إيجابية تشارك في التكيف مع التطورات  
الجديدة .

(أبو الحسن عبد الموجود، ٢٠٠٥: ٣٧٢)

وعلى هذا أصبح الاستثمار في البشر من أهم المداخل الرئيسة ؛ لضمان تحقيق  
التنمية المنشودة، فهي أساس كل تقدم يمكن أن يُحقق في أي مجتمع من المجتمعات  
البشرية؛ حيث إنه محور مهم في تقدمها وتطورها، ليس فقط على اعتبار أن هؤلاء البشر  
غاية التنمية ووسيلتها ، بل أيضا المحافظة على إنجازاتها، وضمان استمراريتها ، ومن

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

ثم يجب الإيمان باستثمار قدرات الإنسان التي تعد مدخلاً فعالاً ؛ لتحقيق التنمية  
المنشودة بمستوياتها المختلفة مهما كانت هذه القدرات المتاحة لدى الإنسان .

(محمد عرفات عبد الواحد ، ٢٠١٢ : ٧٤٠)

الأمر الذي يتطلب اقتحام عالم المعرفة بتخصصاته المختلفة ، ومن ثم يصبح طلب  
العلم وتوفير التعليم المستمر مدى الحياة فريضة على كل فرد في المجتمع ؛ لتكوين  
مجتمع المعرفة والمجتمع المتعلم .

(حامد عمار ، ٢٠١٠:٢٠٠٣)

حيث لم يعد الهدف النهائي من التعليم الحصول على معلومات ؛ بل أصبح الهدف  
المنشود تقديم تعليم متميز للجميع سواء كان نظامياً، أو غير نظامي؛ لمواجهة الإنتاج  
كثيف المعرفة والمنتج الاقتصادي العالمي ، والعمل على توظيف هذه المعارف .(طلعت  
عبد الحميد ، ٢٠٠٢: ١٩ - ٢٠)

وكما يشير كل من أحمد غنيمي مهنأوي و عفاف محمد توفيق (٢٠٠٤) أن التعليم  
غير النظامي يعتبر من أنسب الصيغ التعليمية غير التقليدية ، والذي يمكننا من معالجة  
نواحي القصور في التعليم النظامي من جهة ، وإتاحة الفرص التعليمية لأكبر عدد ممكن  
من فئات المجتمع من جهة أخرى، وذلك من خلال تحقيقه للحاجات التربوية ؛ حيث إن  
له من الخصائص والمزايا ما يمكنه من مساعدة التعليم النظامي على مواجهة الطلب  
المتزايد على التعليم، وتوفير أنواع مختلفة من التعليم للأفراد في جميع الأعمار، ولجميع  
الطبقات.

وتؤكد منى أحمد حسين (٢٠١٦) في دراستها أن مدارس التعليم المجتمعي هي أحد  
أنواع التعليم غير النظامي الأكثر جذباً لأهالي المناطق المقامة فيها، فهي مجانية لا  
تكلف الدارسين فيها أية مصروفات، أو تكاليف طوال الدراسة فيها ، أو في المراحل  
الأعلى من التعليم ، ويتمتع الدارسون فيها بخدمات التأمين الصحي والوجبات الغذائية  
اليومية والشهرية ، كما يتميز نظام الدراسة بالمرونة ومراعاة ظروف الدارسين .

وفي حقيقة الأمر لم يُعد الذكاء وحده هو المسئول عن نجاح الفرد في حياته ، بل  
لابد وأن يسلك سلوكاً ذكياً يصبح الفرد في ظله متفجراً لقدراته اللانهائية ، وإمكانياته  
اللامحدودة ؛ كي يصل إلى عقل جديد بعادات عقلية أكثر فعالية وإنتاجية وكفاءة ؛ لهذا  
أصبحت دراسة العادات العقلية رؤية جديدة ، وتوجهاً معاصراً نسبياً تحت مظلة بحوث  
الفاعلية البشرية . (منار عبد الحميد السواح، ٢٠١١ : ٥٥)

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

و عادات العقل تساعد المتعلم على اكتساب المعرفة والفهم بصورة أعمق ،  
والمغامرة والإبداع والتفكير بدرجة عالية من المرونة ، وتشكيل أحكام صحيحة عن  
أنفسهم وعن المجتمع ، وتعديل أفكارهم ، وتصوراتهم غير الصحيحة ، واكتساب مهارات  
التفكير التي تسهم في توظيف المعارف .

(صفا أحمد، ٢٠١١: ١١٨)

كما أن لها أدواراً مهمة وفعالة في العملية التربوية؛ حيث إنها تساعد على تنمية  
المهارات العقلية لدى المتعلمين، وإتاحة الفرصة لرؤية مسار تفكيرهم الخاص، وإيجاد  
تعاملهم مع المعلومات من مصادرها المختلفة، وتحمل مسئولية تعلمهم . white &  
(Wood, 2009 : 48-50)

حيث إنها تتيح الفرص أمام المتعلم للإبداع من خلال التعبير عن الأفكار ، وطرح  
الأسئلة والقضايا المرتبطة بحياتهم ومتعلقاتهم الشخصية، فلا يكون اهتمامهم مرتكزا على  
تعدد الإجابات الصحيحة التي يعرفونها، بل على الكيفية التي يتصرفون بها عندما لا  
يعرفون الصواب، وذلك من خلال ملاحظة قدرات التلاميذ على إنتاج المعرفة أكثر من  
قدرتهم على استرجاعها وتذكرها .

(عبد الله إبراهيم محمد، ٢٠٠٨ : ٥)

ومن هنا أصبح التعليم والتدريب المناسب للعادات العقلية حاجة ملحة؛ لأن العالم  
أصبح أكثر تعقيدا لوجود التحديات المتعددة في كافة المجالات، وإن النجاح في مواجهة  
هذه التحديات يعتمد بلا شك على كيفية استخدام المعرفة وكيفية تطبيقها؛ وذلك لإعداد  
جيل قادر على مواجهة المشكلات بمرونة ومثابرة ، وبما يساعده على مواكبة التقدم  
السريع في شتى مجالات الحياة، والواقع التعليمي يشير إلى أن التلاميذ يفتقرون إلى  
استخدام عادات العقل المنتجة في مختلف الأنشطة التعليمية والعلمية.

(إبراهيم أحمد الحارثي، ٢٠٠٢ : ٣١١ )

ويؤكد كل من كوستا وليوري ( Costa & Lowery, 1991 ) أن استخدام العادات  
العقلية ضرورة تربوية قد يصعب استخدامها بصورة تلقائية إذا لم يتم التدريب عليها  
عملي ؛ لذلك فقد أكد مخطوط البرامج ضرورة الاهتمام بعادات العقل المنتجة وتضمينها  
في مناهج المواد الدراسية؛ حيث يشير بيركينز Perkins إلى أن عادات العقل المنتجة  
ليست امتلاك المعلومات، بل هي معرفة كيفية العمل بها والعمل على توظيفها، فهي  
نمط من السلوكيات الذكية يقود المتعلم إلى أفعاله، وتكون نتيجة استجابة الفرد لأنماط

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

معينة من المواقف التي تحتاج إلى تفكير وتأمل. (سعدية شكرى عبد الفتاح، ٢٠١٤ :  
(٢٤

وتلاميذ المدارس المجتمعية أو كما أطلق عليهم سابقا "مدارس الفصل الواحد" هؤلاء  
التلاميذ يعانون كثيرا من المشكلات المختلفة : بداية من انخفاض المستوى المادي،  
وعدم الشعور بالأمن الحالي أو المستقبلي؛ نظرا لظروفهم الخاصة الأمر الذي يتطلب  
التدخل من أجل التأكيد على مكامن القوى في نفوس هؤلاء التلاميذ : كالمأثنية ،  
والشعور بالأمل ، والاستقرار النفسي ، والتقدير الاجتماعي بهدف التغلب على الضغوط  
التي تؤدي بالإنسان إلى كثير من المشكلات ، وهو الهدف الرئيسي لعلم النفس الإيجابي  
([WWW,Vb,elmstion.com/t207682.html](http://WWW,Vb,elmstion.com/t207682.html)).

والتوجه الإيجابي نحو الحياة positive lif orientation هو الأداة التي تمكننا من  
رؤية الجانب المشرق من الأشياء بدلا من الجانب السلبي كما أنه الاتجاه الذي يجعل  
العقل يقبل الأفكار والصور والكلمات التي تبسط كل ما هو معقد بحيث يتوقع الفرد نتائج  
إيجابية تؤدي إلى النجاح فيما يريده أو يفكر فيه في المستقبل أو الحاضر. ( إيمان عبد  
الحميد ، ٢٠١٢ : ٢٦٧-٢٦٩ )

فضلا عن أن التوجه الإيجابي نحو الحياة هو معيار جوهرى يسهم في التنمية  
البشرية المستدامة .

### مشكلة الدراسة

مع كثرة الأعباء وتعاضم التحديات صُعب على كثير من الأفراد مواجهتها، أو الحد  
من الآثار المترتبة عليها؛ لذا توجهت أنظار العلماء والباحثين لتبنى استراتيجيات مواجهة  
إيجابية، وعلى هذا فقد ظهرت في السنوات الأخيرة بعض التوجهات ذات الصبغة  
الإيجابية، ومن بينها التوجه الإيجابي نحو الحياة positive lif orientation ؛ باعتباره  
المعيار الجوهرى في تقييم جهود التنمية البشرية المستدامة فى أى مجتمع من المجتمعات  
، وحظي هذا المفهوم بمصداقية هائلة من خلال ما تحويه مضامينه، وعملياته من  
مفاهيم التنمية البشرية والتعليمية ، والصحية ، والتكنولوجية ، والسياسية، والثقافية ،  
والنمو النفسى، والاقتصادى، وتكوين رأس المال البشرى؛ فإيجابية التوجه تعنى اتجاه  
الإنسان فى أسلوب حياته.

( زقاوة أحمد ، ٢٠١ : ٥٣-٥٤ )

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

فالشخصية ذات التوجه الإيجابي نحو الحياة تصبح قادرة على فهم الذات ،  
وتنظيمها في إطار علاقات اجتماعية محققة للنجاح ، وتصبح قادرة على انتقاء المعارف  
وتوظيفها والاستفادة منها ، مما يحقق تنمية الفرد والمجتمع .

ومن الجدير بالذكر أن المدارس المجتمعية تمثل نسبة كبيرة لا يستهان بها ، حيث  
بلغ أعداد المدارس وفق إحصائية الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء لعام ٢٠١٩  
/ ٢٠٢٠ (خمسة آلاف مدرسة) يرتادها حوالي ( ١٣٣٦٩٢ ) تلميذ وتلميذة ، يتراوح  
أعمارهم ما بين ٦ إلى ١٤ عاماً ملتحقين بها.

وهؤلاء الطلاب يعانون من كثير من المشكلات منها علي سبيل المثال : عدم  
الإقبال على الحياة، وتدنى في مفهوم الذات والتقييم الذاتي ، وبعض المشكلات النفسية  
والسلوكية الكثيرة ( R. , 2016 : 457-478 ) longstaen الذي يتطلب التدخل  
للحد من هذه المشكلات وغيرها ؛ كي يصبحوا قوة إنتاجية وليس حجرا عثرا يعرقل عملية  
التممية .

ويعد ابتكار واكتساب وإنتاج ونشر المعارف الجديدة هو العامل المهم للنمو  
الاقتصادي، وهذا ما أكد عليه الاقتصادي روبرت سولو Robert Solow كما أكد كثير  
من علماء الاقتصاد والخبراء والمحللين أن (٣٤%) من النمو الاقتصادي يُعزى إلى نمو  
معارف جديدة إضافة إلى أن (١٦%) من النمو الاقتصادي هو ناتج عن الاستثمار في  
رأس المال الإنساني في العملية التعليمية وبناء عليه فإن (٥٠%) من النمو الاقتصادي  
متعلق بالمعرفة. ( روبرت سولو ، ٢٠٢١ : ٦٥ - ٩٣ )

وعلى هذا فقد أصبحت التكنولوجيا أداة أساسية للتعليم في القرن الحادي والعشرون ،  
حيث العالم الرقمي الذي يحتاج فيه التلميذ إلى تعلم كيف يتمكن من استخدام الأدوات  
المناسبة للتمكن من مهارات التعلم الأساسية لممارسة حياته اليومية والأنشطة المرتبطة  
بمهنته وإنتاجه في مجال عمله ، وإتقان هذه المهارة يطلق عليها ثقافة تكنولوجيا الاتصال  
والمعلوماتية ، وقدرة الفرد على استخدام التكنولوجيا الرقمية وأدوات الاتصال استخداما  
سليما؛ للوصول إلى المعلومات، وتناولها ، والربط بينها وتقويمها لبناء معلومات جديدة  
ونشرها بين الآخرين بهدف المشاركة الفعالة في المجتمع.

(سرية عبد الرزاق صدقي، ٢٠١٢ : ٥)

الأمر الذي أدى إلى ظهور مصطلح جديد وهو ما يسمى اقتصاد المعرفة والذي  
عرفه ماهر حسن المحروق (٢٠٠٩) بأنه " دمج للتكنولوجيا الحديثة في عناصر

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

الإنتاج؛ لتسهيل إنتاج السلع ومبادلة الخدمات بشكل أبسط وأسرع، ويعرف أيضا بأنه  
يستخدم لتكوين وتبادل المعرفة كنشاط اقتصادي "المعرفة كسلعة".

لذا اتجهت الدولة في خطتها ( ٢٠٣٠ ) إلى تحويل المدارس المجتمعية إلى مدارس  
ذكية تستفيد من التكنولوجيا الرقمية لتعزيز التعليم والتعلم وتنمية رأس المال البشري .

وبناء مجتمع المعرفة والانتقاء والاختيار الواعي للمعارف الجديدة والمتجددة يتطلب  
بعدين أساسيين : أولهما : تحديد ما نحتاج إليه لتنمية ثروتنا البشرية والضرورات التي  
تفرضها علينا عمليات التنافس في السوق العالمية .

وثانيهما : أن تتم عمليات الاختيار في ضوء خصوصياتنا القومية والثقافية وقيمنا  
الأخلاقية وثوابتنا الدينية . (حامد عمار، ٢٠٠٣ : ٣)

ومن المؤكد أن عادات العقل التي أصبحت ضرورة تربوية قد يصعب استخدامها  
بصورة تلقائية إذا لم يتم التدريب عليها، ولا بد على المتعلم من ممارستها مرارا حتى  
تصبح جزءا من شخصيته وطبيعته ، وأفضل طرق لتنميتها هي تقديمها للمتعلمين  
وممارستهم لها في مهام بسيطة ثم تطبيقها على مواقف أكثر تعقيدا . (ناصر السيد عبد  
الحميد، ٢٠١١ : ١١٨)

حيث أشار كاست(Costa,A(2007 أن بعض التلاميذ يأتون من بيوت، أو صفوف  
،أو مدارس لا قيمة فيها لعادات العقل، وقد يشعر مثل هؤلاء التلاميذ بالفراغ ، وربما  
يقاومون دعوات المعلم لاستخدام تلك العادات، ويمكن تنمية عادات العقل لدى تلاميذ  
المدارس المجتمعية من خلال التركيز على عقول المتعلمين وتحويلها من أوعية للمعرفة  
والمعلومات إلى التركيز على توظيف المعرفة ، وتدريبهم على كيفية استقبالهم للمعلومات  
ومعالجتها وإعادة تنظيمها وتخزينها بطريقة صحيحة؛حتى تتكون لديهم عادات العقل  
السليمة التي تمكنهم من التفكير الجيد .

وهذا يتطلب من المعلم أن يهيئ البيئة الصفية ، والمدرسية التي تشجع على تنمية  
واستخدام عادات العقل من خلال مزج عادات العقل بالأنشطة الدراسية داخل الصف  
الدراسي ، خاصة وإن إكساب التلاميذ عادات العقل أصبح من الأهداف الرئيسية للمدرسة  
الفاعلة في الألفية الثالثة .

(Sizer & Meier,2007: www. essential schools.org.)

و التوجه الإيجابي لدى الفرد هو الذي يجعل من السعي الدءوب، و تحمل المشقة  
شيئا يرفع من قيمة الحياة، و يجعلها تستحق أن تعاش، و هذا يعني أن الإيمان بمعنى

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

الحياة يمد الفرد بالقدرة على العطاء والتسامي على الذات. ( بدر محمد الأنصاري،  
٢٠٠٢: ٢٣ )

من هنا استشعرت الباحثة ضرورة إعداد برنامج قائم على بعض عادات العقل في  
ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة لدى تلاميذ المدارس  
المجتمعية.

**وقد تبلورت مشكلة الدراسة في الإجابة على الأسئلة التالية :**

١- ما فاعلية البرنامج التدريبي القائم على عادات العقل في تنمية الاتجاه  
الإيجابي نحو الحياة في ضوء اقتصاديات المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية ؟

**وللإجابة على التساؤل لابد من الإجابة على الأسئلة الفرعية التالية :-**

أ- هل يوجد اختلاف بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في  
القياس البعدى على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة ؟

ب- هل يوجد اختلاف بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة  
التجريبية على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة ؟

ج- هل يوجد اختلاف بين متوسطي درجات القياسين البعدى والتتبعية للمجموعة  
التجريبية على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة ؟

## **هدف البحث**

**هدف البحث الحالي إلي التعرف على :**

فاعلية البرنامج التدريبي القائم على عادات العقل في تنمية الاتجاه الإيجابي في  
ضوء اقتصاديات المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية . وذلك من خلال الأهداف  
الفرعية التالية :

١- الكشف عن الفروق بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في  
القياس البعدى على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة .

ب- الكشف عن الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدى للمجموعة  
التجريبية على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة .

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

ج- الكشف عن الفروق بين متوسطي درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة  
التجريبية على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة

### أهمية الدراسة

تستمد هذه الدراسة أهميتها من خلال تناولها عدة متغيرات هامة علي الساحة النفسية  
وهي عادات العقل، والتوجه الإيجابي نحو الحياة في ظل اقتصاديات المعرفة لدى فئة  
من تلاميذ المدارس المجتمعية التي لم تتل القدر الكافي من الرعاية والاهتمام والتي  
تتضح فيما يلي :

#### أ- الأهمية النظرية :

- ١- توضيح الدور الحيوي لعادات العقل في تعزيز عمليات التفكير ، وتنمية القدرة  
على حل المشكلات، وتحسين المهارات التي تساعد على التعلم مدى الحياة .
- ٢- إلقاء الضوء على التوجه الإيجابي نحو الحياة كأحد المتغيرات المهمة في  
عصر الاقتصاد المعرفي الذي يتطلب مستويات مرتفعة من التوازن الداخلي.
- ٣- يتفق هذا البحث مع توجهات العصر الحالي نحو الاقتصاد المعرفي كأحد أهم  
دعائم عملية التنمية الاقتصادية والاستثمار البشري ( رأس المال البشري ).
- ٤- إبراز أهمية المدارس المجتمعية كأحد أشكال التعليم غير النظامي الناتجة عن  
المبادئ العالمية التي تنادي بأن التعليم حق للجميع .
- ٥- يتناول هذا البحث تلاميذ المدارس المجتمعية كأحد الفئات التي قل تناولها في  
مجال الصحة النفسية والبحث والدراسة على الرغم من تعرضها للكثير من العقبات  
والضغوط التي تحول دون استمرار مسيرتها في العملية التعليمية أو المهنية .

#### ب- الأهمية التطبيقية :

- ١ - إعداد أداة لقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة.
- ٢- إعداد برنامج يعمل على تنمية الاتجاه الإيجابي نحو الحياة قائم على عادات  
العقل من أجل تنمية وتفعيل إمكانياتهم وقدراتهم لتفعيل دورهم في المجتمع وتنمية  
قدراتهم.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

- ٣- قد تسهم نتائج هذا البحث في لفت أنظار المسؤولين والمهتمين بالعملية التعليمية  
لتطوير استراتيجيات تدريس قائمة على عادات العقل تساعد تلاميذ المدارس المجتمعية  
على تنمية قدراتهم العلمية والمهنية .
- ٤- قد يضيف هذا البحث عدة نتائج جديدة تفيد المهتمين والباحثين في عادات العقل  
وأثارها في رفع الكفاءة الذاتية لمواجهة التحديات؛ وذلك من خلال تنمية التوجه الإيجابي  
نحو الحياة .

### مصطلحات الدراسة

#### البرنامج التدريبي Training Program

ويعرف البرنامج التدريبي في البحث الحالي بأنه :

مجموعة الإجراءات الهادفة التي تعمل على تنمية الاتجاه الإيجابي نحو الحياة ،  
وذلك من خلال الأنشطة والممارسات، والخبرات المخططة والمنظمة والمتراصة القائمة  
على عادات العقل .

#### عادات العقل Mind Hpits

وتعرف عادات العقل في البحث الحالي بأنها " خليط مركب من عدة مهارات عقلية  
التي يحتاج إليها تلاميذ المدارس المجتمعية ؛ للتصرف بذكاء في جميع المواقف الحياتية  
التي يمرون بها وانتقاء الاستجابات السلوكية المناسبة لها وممارستها بصورة مستمرة حتى  
تصبح أنماط سلوكية راسخة لمواجهة مختلف المشكلات والأزمات في شتى مجالات  
حياتهم التعليمية والمهنية في ظل عصر الاقتصاد المعرفي " .

#### التوجه الإيجابي نحو الحياة :- positive life orientation

تعرفه الباحثة بأنه :- هو النظرة الإيجابية للمستقبل مصحوبة بالإقبال على الحياة  
مع الاعتقاد بإمكانية الاستفادة من أوجه القوة واستثمار الفرص المتاحة لمواجهة المواقف  
والأحداث بنجاح .

#### تلاميذ المدارس المجتمعية :

ويعرف تلاميذ المدارس المجتمعية في البحث الحالي بأنهم " هؤلاء التلاميذ الذين  
تتراوح أعمارهم ما بين ( ٩ - ١١ ) سنة الملتحقين بالمدارس المجتمعية للعام  
الدراسي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ " .

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

## الإطار النظري :

### أولاً : عادات العقل Mind Hapits

لم يعد الذكاء وحده هو المسئول عن نجاح الفرد في حياته، بل لابد وأن يسلك سلوكاً ذكياً يصبح الفرد في ظلّه معبراً عن قدراته اللانهائية وإمكانياته اللامحدودة ؛ لذا تعد دراسة عادات العقل رؤية جديدة وتوجيهاً معاصراً نسبياً تحت مظلة بحوث الفاعلية البشرية ؛ كي تمكن الفرد من فكر ، وإدراك ، وسلوك جديد بعادات عقلية أكثر فعالية وإنتاجية وكفاءة.

وكلمة العادة (Habit) تعرف بأنها : نمط من السلوك المتعلم والذي يصبح راسخا يتعود المتعلم على أدائه ، ويعد سلوكيا اعتياديا لديه في التفكير والشعور . (Feather, W., 2008 :67)

وقد عرفتھا إيمان عصفور على أنها : " مجموعة من المهارات الفكرية والاتجاهات والميول والإرادة التي تساعد الفرد على السلوك بطرق ذكية وعلى اختيار أفضل الاستجابات عندما يواجه مشكلات أو مواقف يصعب حلها وهي تشمل العقل والوجدان والسلوك . (إيمان عصفور ، ٢٠٠٨ : ٦٨ )

في حين عرف كوستا وكالليك Costa,A.&Kallick,B عادات العقل بأنها : " مجموعة من المهارات والمواقف والخبرات السابقة التي تهتم بنمط واحد من أنماط الذكاء على حساب الأنماط الأخرى، وبشكل يحدد الطريقة التعامل مع موقف معين ، وتحتاج عادة لمستوى معين من المهارة لتوظيفها والحفاظ على سلوك فعال ، كما تدعو إلى التأمل في أثر استخدامها وتقييمها وتعديلها والمواظبة عليها.(Costa,A. & 2008:31) Kallick,B.,

أما محمد بكر نوفل فقد عرفها على أنها " مجموعة من المهارات والاتجاهات والقيم التي تمكن الفرد من بناء تفضيلات من الأداءات أو السلوكيات الذكية بناء على المثبرات والمنبهات التي يتعرض لها بحيث تقوده في النهاية إلى انتقاء عملية ذهنية ( أداء أو سلوكاً ) من مجموعة خيارات متاحة أمامه؛ لمواجهة مشكلة ما أو قضية، أو تطبيق سلوك بفاعلية، والمداومة على هذا النهج.

(محمد بكر نوفل، ٢٠٠٨ : ٦٨)

بينما عرفها مندور عبد السلام فتح الله على أنها " اتجاهات عقلية وطرق التصرف لدى الفرد التي تعطى سمة واضحة لنمط سلوكياته، وتقوم هذه الاتجاهات على استخدام

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

الفرد للخبرات السابقة والاستفادة منها للوصول إلى تحقيق الهدف المطلوب. (مندور عبد  
السلام فتح الله، ٢٠٠٩: ٩٩)

في حين عرف حسام مازن عادات العقل على أنها " اتجاه عقلي لدى الفرد يعطى  
سمة واضحة لنمط سلوكياته، ويقوم هذا الاتجاه على استخدام الفرد للخبرات السابقة  
والاستفادة منها للوصول إلى تحقيق الهدف المطلوب؛ أي أنها دوام الفرد لاستخدام  
اتجاهاته العلمية إزاء كل المواقف التي تواجهه في حياته .

(حسام مازن، ٢٠١١: ٣٣٦)

بينما أشارت إليها سرية عبد الرزاق صدقي على أنها " مجموعة من ستة عشر عادة  
لتوظيف الذكاء، فالشخص الذكي يعرف كيف يتصرف بذكاء ويميل إلى التصرف بذكاء،  
والفكرة الكامنة وراء عادات العقل تشير إلى السلوك الذكي ليس سمة وراثية ولكنه سلسلة  
من السلوكيات التي يمكن تدريسها .

(سرية عبد الرزاق صدقي، ٢٠١٢: ١٩-٢٠)

أما عبد الرزاق محمود فقد عرف عادات العقل على أنها " مجموعة من المهارات  
العقلية والعمليات التي تساعد الفرد على السلوك بطريقة ذكية وعلى اختيار أفضل  
الاستجابات عند مواجهة خبرة جديدة، أو موقف ما، أو تطبيق سلوك بفاعلية والمداومة  
على هذا النهج، وهي تشمل العقل والوجدان والسلوك . (عبد الرزاق محمود، ٢٠١٢:  
٥٥)

ويتضح للباحثة من خلال التعريفات السابقة بعض أوجه الاتفاق في تناول مفهوم  
عادات العقل وعلى هذا يمكن حصر أوجه الشبه فيما يلي :

- إنها عادات يمكن اكتسابها ومن ثم تصيح أنماطا عقلية .
- إنها تضمن استراتيجيات تسهم في مواجهة المشكلات .
- تمكن الفرد من أداء السلوكيات بصورة أكثر نجاحا ؛ لأنها مصحوبة بفهم  
واتجاهات وميول أكثر عقلانية.

**وعلى هذا تعرفها الباحثة في البحث الحالي بأنها :**

خليط مركب من عدة مهارات عقلية التي يحتاج إليها تلاميذ المدارس المجتمعية  
للتصرف بذكاء في جميع المواقف الحياتية التي يمرون بها وانتقاء الاستجابات السلوكية

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

المناسبة لهم وممارستها بصورة مستمرة حتي تصبح أنماط سلوكية راسخة لمواجهة  
مختلف الأزمات والتحديات في شتى مجالات حياتهم " .

ويرى كوستا وكالليك **Costa,A.&Kallick,B** أن عادات العقل تتكون ستة عشر  
عادة من الفكر والعمل التي تساعد الناس على مواجهة المواقف الصعبة والتصرف  
بطريقة ذكية؛ فهي تساعد الأفراد على مواجهة مشكلاتهم، واتخاذ الإجراءات والحلول  
المناسبة لها عندما يكون الحل غير متوفر لدى الفرد، فهي عادات مدروسة وعمل ذكي  
. (Costa,A.,&Kallick,B,2005: 4).

ويشير محمد بكر نوفل (٢٠١٠) إلي أن عادات العقل تستند إلى وجود ثوابت  
تربوية ينبغي التركيز على تنميتها وتحويلها إلى سلوك متكرر ومنهج ثابت في حياة  
الطلاب والتلاميذ ، ومن هذا المنطلق جاءت دعوات التربية الحديثة لأن تكون العادات  
العقلية هدفا رئيسا في التعليم .

فممارسة عادات العقل أصبحت من متطلبات تحقيق النجاح في القرن الحادي  
والعشرين حيث إن التلاميذ يحتاجوا إلى طلاقة في استخدام مجموعة متنوعة من  
المهارات التكنولوجية؛ لنجاح مدارس القرن الحادي والعشرين، وسوف نتوقع الكفاءة،  
والطلاقة، ومحو الأمية المتعددة الثقافات، وأداء عالي الجودة من قبل التلاميذ في  
مجموعة متنوعة من المجالات . (باست، ٢٠٠٥ : ٧٧)

إلا أن هذا يتطلب مستوى إتقان محدد حتى تسمى عادة، ومستوى عال من المهارة  
لاستخدام السلوكيات بصورة فاعلة وتنفيذها والمحافظة عليها. (حسني هاشم الهاشمي،  
٢٠١١ : ١٩ - ٢٠)

والتدريب على عادات العقل ضرورة تربوية قد يصعب استخدامها بصورة تلقائية إذا  
لم يتدرب عليها، ولا بد على المتعلم من ممارستها مرارا حتى يصبح جزءا من شخصيته  
وطبيعته، وأفضل طرق لتنميتها هي تقديمها للمتعلمين وممارستهم لها في مهام بسيطة  
ثم تطبيقها على مواقف أكثر تعقيدا. في بيئة تعليمية مهيأة تشجع على تنمية واستخدام  
عادات العقل من خلال مزج عادات العقل بالأنشطة الدراسية داخل الصف الدراسي،  
خاصة وأن إكساب الطلاب عادات العقل أصبح من الأهداف الرئيسية للمدرسة الفاعلة  
في الألفية الثالثة .

**Sizer & Meier,2007 essential schools.org** ناصر السيد عبد  
الحميد، ٢٠١١ : ١١٨ )

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

وتعتبر العادات العقلية من المتغيرات الرئيسية التي لها علاقة بالأداء الأكاديمي لدى التلاميذ في مراحل التعليم المختلفة ؛ لذلك أكدت العديد من الدراسات مع بداية القرن الحادي والعشرين أهمية تعليم العادات العقلية، وتقويمها، ومناقشتها مع التلاميذ، والتفكير فيها، وتقويمها، وتقديم التعزيز اللازم للتلاميذ من أجل تشجيعهم على التمسك بها، حتى تصبح جزءا من ذاتهم وبنيتهم العقلية . (يوسف قطامي، ٢٠٠٧ : ٥)

**من خلال ما سبق يتضح أن :** عادات العقل تعد من أبرز المتغيرات المهمة بالنسبة للأفراد من أجل النجاح في شتى مجالات الحياة ، إلا أن ذلك لن يتحقق ألا من خلال توجهات ايجابية تجاه المستقبل .

### ثانيا التوجه الإيجابي نحو الحياة positive life orientation

يؤكد محمد نجيب الصبوة ( ٢٠١٠ ) أن : الرؤية الحالية و المستقبلية لدور علم النفس الإيجابي في التدخلات تبرز أهميتها من خلال مجالات الإرشاد والعلاج النفسي ، حيث إن من بين الأهداف التي يسعى هذا العلم لتحقيقها هو تغيير بؤرة الاهتمام وتحويلها من الاهتمام بالبحث عن الأسباب المؤدية إلى الاضطرابات النفسية إلى البحث عن الأسباب التي تؤدي إلى سلامة التفكير ومواجهة الضغوط والاضطرابات بطريقة إيجابية ، ويعد من ضمن أفضل الطرق العلاجية القوية التي لا تستهدف فحسب تخليص الشخصية من ضغطها أو عاداتها الشاذة، أو من اضطراباتها ، بل سيجعلها شخصية إيجابية وفعالة ومؤثرة ومنتجة حسبما ينبغي أن يكون .

ويعد التوجه الإيجابي نحو الحياة positive life orientation من الموضوعات المهمة التي تناولتها العلوم النفسية كعلم الصحة النفسية بوصفه علامة مهمة تدل على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية السليمة؛ إذ أن التوجه نحو الحياة يعني تحمس الفرد للحياة والإقبال عليها والرغبة الحقيقية في أن يعيشها .

كما أن التوجه الإيجابي نحو الحياة أحد المكونات الأساسية للسعادة، وهو نوع من التقدير الهادئ والمتأصل لحسن سير الأمور ، سواء الآن أو في المستقبل، حيث يشير شاير وكارفر Scheier & Carver إلى أن التوجه الإيجابي نحو الحياة يعني النزعة أو الميل للتفاؤل أو التوقع العام للفرد بحدوث أشياء أو أحداث حسنة بدرجة أكبر من حدوث أشياء أو أحداث سيئة ، وهي سمة مرتبطة ارتباطا أصيلا بالصحة النفسية الجيدة. (من خلال : الأنصاري، ٢٠٠٢)

فهو نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير .

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

وقد شهد مفهوم التوجه الإيجابي نحو الحياة positive life orientation اهتمام العديد من الباحثين في علم النفس والتربية ؛ حيث ينظر إليه بأنه المحك الذي يرتكز عليه الفرد في تفاعله مع المكونات البيئية والمادية في حياته .

وفي هذا الصدد يعرفه كل من شاير وكارفر (Scheier & Carver, 1985) بأنه :  
النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة ، والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل، بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلاً من حدوث الشر أو الجانب السيئ، وهي سمة مرتبطة ارتباطاً قوياً بالصحة النفسية الجيدة .

ويعرف عيد ( ٢٠٠١ ) التوجه الإيجابي نحو الحياة بأنه: القدرة على الاضطلاع بالمسؤولية واتخاذ القرار والمضي به وبالأخريين إن لزم الأمر إلى حيز التنفيذ إشباعاً للحاجات في الواقع، وذلك في مواجهة المواقف الجديدة ودون إضرار بالأخريين.

وتعرف نورس هادي ( ٢٠٠٨ ) التوجه الإيجابي نحو الحياة بأنه: : نظرة استيشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، و ينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح، ويستبعد ما خلا ذلك .

ويعرف مخيمر ( ٢٠٠٩ ) التوجه الإيجابي نحو الحياة بأنه: سمة في الشخصية ترسم بأنها رؤية ذاتية إيجابية واستعداد كامن لدى الفرد، غير محدود بشروط معينة ، وإدراك كل ما هو إيجابي من أمور الحياة الجيدة وغير الجيدة ، وذلك بالنسبة للحاضر الحالي أو المستقبل القادم.

بينما يعرف علي ( ٢٠١٢ ) التوجه الإيجابي نحو الحياة بأنه : تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها ويعتمد هذا التقييم على مقارنة المكافآت والكلف بمستوى الحياة التي يعيشها، والنظرة الإيجابية والاعتقاد بأن جميع الأشياء والأحداث والمواقف والتصرفات تنزع نحو الخير والسعادة والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل؛ بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلاً من حدوث الشر أو الجانب السيئ.

أو هو النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل ، بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلاً من حدوث الشر أو الجانب السيئ، والتفاؤل استعداد يكمن داخل الفرد الواحد للتوقع العام لحدوث الأشياء الجيدة أو الإيجابية؛ أي توقع النتائج الإيجابية للأحداث القادمة. ( زينب شقير، ٢٠١٥ : ٣٧ )

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

### من العرض السابق لتعريفات التوجه الإيجابي نحو الحياة يتضح ما يلي:

- بعض الباحثين أكدوا علي أنه اتجاه نحو أحداث معينة.
- والبعض نظروا إليه علي أنه سمة شخصية.
- وهناك من رآه انه نزعة أو ميل.
- وهناك من نظر إليه نظرة معرفية ، من حيث إنه تقييم لنوعية الحياة .

إلا أن مفهوم التوجه الإيجابي نحو الحياة مفهوم شامل يضم كل جوانب الحياة كما يدركها الأفراد، فهو يتسع ليشمل أبعاد مادية ، وكذلك أبعاد معنوية تحقق التوافق للفرد، ويمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية تقيس القيم المتدفقة وبمؤشرات ذاتية تقيس قدر الإشباع الذي تحقق .

ويختلف التوجه الإيجابي نحو الحياة عن التفكير الإيجابي ؛ فالتفكير الإيجابي يهتم أكثر بتفسير السلوك وتعديله، بينما التوجه الإيجابي نحو الحياة يمثل الفعل أو الأداء للمهام والأدوار المنوطة به سواء في الجانب الشخصي والذاتي أو حتى على المحيط الأسري أو المجتمعي مما ينعكس عليه وعلى المحيطين به بشكل إيجابي . كما يختلف عن كثير من المفاهيم الإيجابية مثل التفاؤل ، الرضا عن الحياة ، السعادة ، التوافق ..... الخ ، فغالبية هذه المصطلحات عادة ما تقيس الحالة لدى الفرد التي تركز على إدارة الذات في الماضي والحاضر ، أما التوجه الإيجابي نحو الحياة فيتعلق بالحاضر والمستقبل .

### والتوجه الإيجابي نحو الحياة كما تعرفه الباحثة :

هو النظرة الإيجابية للمستقبل مصحوبة بالإقبال على الحياة مع الاعتقاد بإمكانية الاستفادة من أوجه القوة واستثمار الفرص المتاحة لمواجهة المواقف والأحداث بنجاح .

### ويُعرف التوجه الإيجابي نحو الحياة إجرائيا :

بأنه الدرجة التي يحصل عليها المشارك بعد تطبيق مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة الذي تم إعداده في هذه الدراسة.

### ثالثا : النظريات والنماذج التي فسرت التوجه نحو الحياة

#### أ ( نظرية السمات Trait Theory

يري كارل يونج Carl Jung أن الأشخاص يمكن تصنيفهم حسب الاهتمامات البارزة لهم ، وأسلوب تعاملهم مع الآخرين إلى نمطين هما : (نمط منبسط) وهو الذي

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

يتجه في حركاته نحو العلاقات الموضوعية ويصرف اهتمامه إلى الحوادث المهمة الخارجية وهو أكثر اتصالاً بحياة الواقع ويكون توجهه إيجابي نحو الحياة ، ويستطيع أن يعبر عن نفسه بسهولة في علاقاته مع الآخرين فيميل الفرد المنبسط إلى إقامة علاقات جيدة، ولا يهتم بالنقد إضافة إلى التفاؤل والقدرة على التعبير بسهولة عما يدور بداخلهم ، وتأخذ توجهاته طابع التفاؤل ، أما النمط الثاني ويطلق عليه النمط المنطوي وهو الذي يتجه نحو العالم الداخلي الذاتي ؛ فالفرد المنطوي يأخذ موقف الدفاع ضد الالتزامات والمطالب الخارجية على حين تركز اهتماماته على حاجاته، ومطالبه الذاتية، ويعتبرها محور نشاطه في الحياة ، ويكون توجهه سلبي نحو الحياة والانطوائي يميل إلى التفكير والتأمل والتخيل وصعوبة التعبير عن ذاته مع الآخرين؛ أي أن الشخص المنطوي يتسم بالخجل، والعزلة ، وشدة الحساسية والشك في الأفراد والقلق على المستقبل مع عدم القدرة على التعبير بسهولة عن عواطفه.

كما يشير البورت **A Ilport** أن النجاح في الحياة يعتمد على التخطيط للمستقبل ، ولتحقيق نضال مناسب فعال ، ويجب وضع أهداف معقولة وذات تركيز محدود ، ومناسب لقدرات الشخص ، وأن يكون للفرد هدف أو أهداف في الحياة يسعى إلى تحقيقها ، وقد تتغير هذه الأهداف مع تغير ظروف حياة الفرد في سلسلة من الأحداث المستقبلية .

وقد افترض **ايزنك Eyzenck** وجود أنواع من الشخصية انبساطي وهو إنسان اجتماعي ، ويكون توجهه إيجابية نحو الحياة ، فهو منفتح سريع في توقعه للأحداث وقادر على تكوين علاقات اجتماعية ، أما الانطوائي ، فعلى العكس من ذلك يكون توجهه سلبي نحو الحياة فهو منعزل وحساس ويحاول تجنب الأحداث والعلاقات الاجتماعية غير الضرورية كما تم تقسيم الشخصيات أيضا إلى شخصيات مستقرة وهي متفائلة تستطيع التعايش مع ضغوط الحياة ولا يمكن إثارتها بسهولة ، وأخرى غير مستقرة فهي دائما متشائمة . ( **Carl Jung & Beatrice ؛ B . Alin , 2010: 718- 724** )

**Scheier & Carver Model** : ( **ب** ) نموذج شاير وكارفر : ( **21- 45, 2013** )

يشير كل من شاير وكارفر **Scheier & Carver** أن الأساس النظري حول نموذجهما في التوجه نحو الحياة هو الضغط السلوكي للذات أو التنظيم في ربطه بالتوقعات المستقبلية لدى الفرد في الأحداث .

( **Strack , et la. , 1987 :583-588** )

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

و يرى شاير وكارفر Scheier & Carver أن النظرة الإيجابية مرتبطة بمدى التوجه نحو تحقيق الأهداف ؛ فالانفعالات الإيجابية ترتبط بالتوجه نحو تحقيق الأهداف والتوقع للنتائج الإيجابية للأحداث، أما النظرة السلبية فترتبط بمدى الابتعاد عن الأهداف التي ترتبط بالتوقع النتائج السلبية للأحداث .

( Scheier , Carver , 1985:17-18 )

ويشير شاير وكارفر Scheier & Carver إلى أن الفرد عندما يقابل ضغوط ومشكلات فيسلك نوعين من السلوك وهما : إما مواصلة الحياة والكفاح ، والنضال ، أو الابتعاد والاستسلام ، وعلى هذا فقد وُجد ارتباط بين التوجه الإيجابي نحو الحياة والمحاولات النشطة من أجل التغلب على ضغوط الحياة والأساليب الواقعة عليه والتي تركز على حل المشكلات ، ولكن عندما يكون التوجه السلبي نحو الحياة هو السائد فإن الفرد ويوظف استراتيجيات معينة ليتخطى المحن والصعوبات دون حلول أو مواجهة.

ويفترض شاير وكارفر Scheier & Carver أن التوجه نحو الحياة ذو نزعة منظمة لتكوين توقعات الفرد المستقبلية والمهمة ، وهذه التوقعات قد تكون جيدة أو غير جيدة ، ويتصف هذا بنتاغم أو ثنائي التوقع فتسيطر على سلوك الأفراد نزعة إلى توقع الشر وسوء الحظ ، وتصيح هذه الحالة تتكرر وتواتر في مواقف معينة من حياة الأفراد ، أو تسيطر عليه نزعة ذات صبغة إيجابية فتجعله يناضل ويكافح من أجل اجتياز المشكلة بنجاح . ( Scheier , Carver , 1985 : 217 - 240 )

### ج ( نظرية التعلم الاجتماعي Social Learning Theory

تنطلق هذه النظرية من افتراضات رئيسة حيث تعتبر أن الإنسان كائن اجتماعي يعيش ضمن مجموعة يؤثر فيها ويتأثر بها ، و يلاحظ سلوكيات الآخرين ويتعلم الكثير من الاتجاهات والخبرات والمعارف وتوقع الأحداث وأنماط السلوك الأخرى؛ وذلك من خلال ملاحظة سلوك الآخرين ، والأفراد الذين يضعون أهدافا معينة ، ويبدلون جهد لتحقيقها يضعون معايير خاصة للحكم على هذه الأهداف، ويتمتعون أيضا برؤية إيجابية نحو الحياة ، وأهم ما يميزهم الحماس وتكثيف الجهود المبذولة لتحقيق المعايير التي يضعونها ، وعلى هذا فإن تحقيق الأهداف يؤدي إلى الإشباع مع حالة من الرضا كما يُوصفوا بأنهم متفائلين في توجههم نحو الحياة؛ الأمر الذي يدفع الأفراد إلى وضع أهداف جديدة والسعي من أجل تحقيقها .

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

ويشير **باندورا (Bandura, 1982)** إلى أن الناس الذين يتصرفون بطرق غير جيدة هم في أغلب الأحيان ليس لديهم فاعلية ذات فهم يعتقدون بأنهم لا يستطيعون النجاح في أداء المهمات التي تتيح لهم التوافق مع الحياة العامة ؛ حيث إن توقعاتهم المنخفضة تقودهم إلى تجنب هذه المواقف التي تسبب لهم تهديد أو تشعروهم بعدم قدرتهم على القيام بأداء المهمات ؛ لذلك نراهم لا ينخرطون في نشاطات نتيجة التوقعات السلبية . ( Bandura , 1982: 122 )

#### رابعا : مصادر التوجه الإيجابي نحو الحياة

التوجه الإيجابي نحو الحياة يتحقق من خلال المصادر التالية و هي على النحو التالي :

أ- القيم الإبداعية **Créative Values** : وتشمل كل ما يستطيع الفرد إنجاز، فقد يكون ذلك الإنجاز عملا فنيا أو اكتشافا علميا.

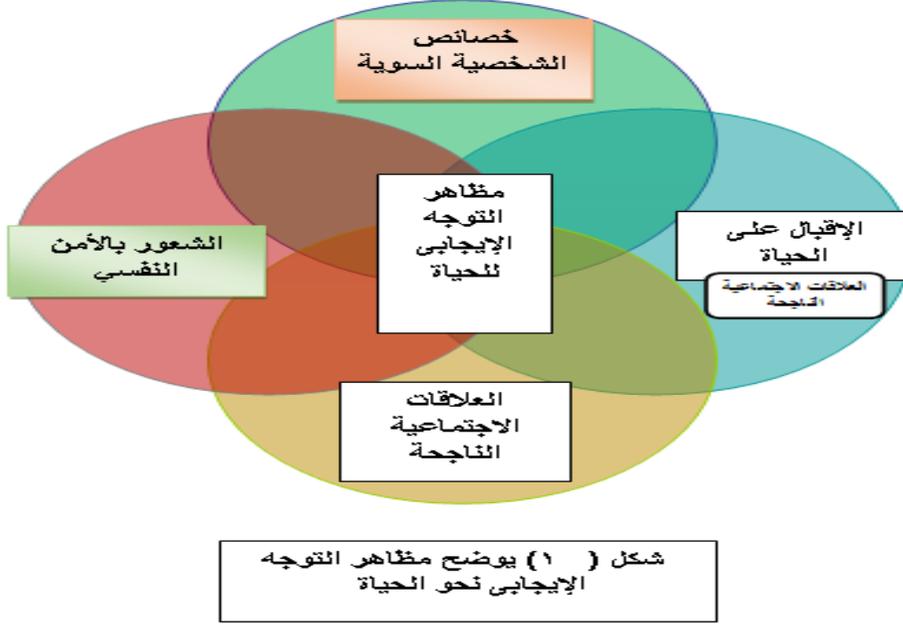
ب- القيم الخبرائية **Expériential Values** : وتتضمن كل ما يمكن أن يحصل عليه الإنسان من خبرات حسية و معنوية، و خاصة من خلال الاستمتاع بالجمال أو محاولات البحث عن الحقيقة، أو الدخول في علاقات إنسانية مشبعة كالحب أو الصداقة.

ج- القيم الاتجاهية **Attitudinal Values** : وتتكون من الموقف الذي يتخذه الإنسان إزاء معاناته، التي لا يمكن أن يتجنبها كالقدر أو المرض أو الموت.

فالتوجه الإيجابي نحو الحياة يتحقق من خلال فهم الفرد لمصادر معنى حياته و هو ما يتخذه الإنسان حيال مواقف الألم و المعاناة التي لا يمكنه تجنبها في رحلته مع الحياة. (علي السيد، ٢٠١٠: ٧٥٤)

#### خامسا : مظاهر التوجه الإيجابي نحو الحياة:

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية



وبلاحظ من خلال الشكل أعلاه أن : مظاهر التوجه الإيجابي نحو الحياة تتجسد في أربع نقاط أساسية، هي خصائص الشخصية السوية، يليها الإقبال على الحياة، ثم الشعور بالأمن النفسي، والعلاقات الاجتماعية الناجحة . وفيما يلي عرض مختصر لهذه المظاهر .

### ١ ) خصائص الشخصية السوية :

تعبّر عن مدى ما يتمتع به الأشخاص من هدوء الأعصاب والتحكم في الانفعالات والتسامح وعدم الإحباط، والصلابة النفسية وقوة التحدي عند المواجهة ولديهم ثقة بالله والنفس .

### ٢ ) الإقبال على الحياة

: يبين كارفر وزملاؤه (Carver, Sheier, Miller, & Fulford, 2009)

أن الفرد الذي يتسم بالنزعة التفاؤلية غالبا يمتلك وسائل للتفاعل مع الموقف الضاغط مقارنة بصاحب النظرة التشاؤمية، كما أن أصحاب النظرة التفاؤلية ليس لديهم أعراض بدنية ونفسية سلبية، فهم أقل مقارنة بالذين يفقدونها، وفي مجال العمل تبرز أهمية الشخصية المتفائلة في الاتجاهات النفسية الإيجابية التي يتبناها الفرد نحو منظمته ونحو العلاقات الاجتماعية فيها ، وبصورة عامة يرى المعنيون بالسلوك البشري أن الاتجاه النفسي

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

الإيجابي من جانب الفرد من شأنه التأثير بصورة إيجابية على عملية المواجهة مع مصادر  
الضغوط المهنية كما أنها أحد الأسباب المهمة في السلامة النفسية والصحية .

**الأمن النفسي** : حالة من السلام النفسي الداخلي، أي التصالح مع الذات ومع  
الآخرين، وكذلك الشعور بالسكينة والهدوء والعيش في مناخ نفسي بيئي ودود، وكذلك الرضا  
عن الحياة والاستمتاع بها؛ مما يضيف على الفرد حالة من السعادة .

### ٣) العلاقات الاجتماعية الناجحة

تتمثل في قدرة الفرد وكفائه في التواصل الجيد مع الآخرين وإظهار المحبة والمودة لهم ومشاركة  
الآخرين في مناسباتهم الاجتماعية وتقديم الخدمات لهم . وهؤلاء الأشخاص يتميزون باتباع  
القوانين والالتزام بالقيم الأخلاقية، والخروج من دائرة الذات إلى دائرة المجتمع الخارجي والتأثير  
فيه والتفكير بطريقة " نحن " وليس " الأنا "، مع الاهتمام بقضايا المجتمع مثل : التعليم والفقر  
والأمية، ومحاولة بذل أي جهد في الإصلاح ، فعلم النفس الإيجابي نحو الحياة هو تجسيد  
لفكرة الاهتمام ببناء القوة .

### من خلال ما سبق يتضح أن :

التوجه الإيجابي نحو الحياة قد أصبح مطلباً ضرورياً في سوق العمل الحالي في  
ظل عصر الاقتصاد المعرفي حيث نجد أن التوجه الإيجابي نحو الحياة يمثل الفعل أو  
الأداء للمهام والأدوار المنوطة بالفرد سواء على الجانب الشخصي أو حتى على المحيط  
الأسري أو المجتمعي مما ينعكس عليه وعلى المحيطين به بشكل إيجابي، وعلى هذا فقد  
سعت المجتمعات لرفع كفاءة أداء أفرادها والوصول بهم إلى الأداء الوظيفي الفعال  
optimal functioning على كافة المستويات كنوع من الاستثمار البشري لقدرات  
ومهارات أفرادها لتأهيلهم للتعامل مع متطلبات العصر لتحسين كفاءتهم الشخصية  
ومهاراتهم الاجتماعية وتزويدهم بالمعرفة التي تمكنهم من حلول المشكلات بالإضافة  
المهارات الأكاديمية خاصة لدى التلاميذ في جميع مراحل التعليم المختلفة النظامي  
وغير النظامي الذي أصبح ضرورة مجتمعية لإتاحة الفرصة لدى من لم يتاح لهم فرص  
التعليم النظامي وهو ما يعرف بالتعليم المجتمعي والذي يقدم خدمة تعليمية عبر المدارس  
المجتمعية والذي سوف يتم عرضه من خلال ما يلي :

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

### ثالثاً: المدارس المجتمعية

يمثل التعليم المجتمعي مفهوماً فلسفياً يخدم المجتمع بأسره؛ لأن يقوم بتوفير كافة الاحتياجات التعليمية لجميع أفراد المجتمع، ويتيح هذا المفهوم استخدام المدرسة المحلية للقيام بدور الحافز الذي يستثمر موارد المجتمع المحلي لحل مشكلاته، وذلك من خلال محاولة لتنمية الشعور الإيجابي لدى الجماعة، وتحسين الأحوال المعيشية للأفراد، وتطوير حركة المجتمع نحو تحقيق الغاية في إثبات الذات.

(Minzey,Jack,D.,Letarl,Clyde, 1994:58)

وتهدف المدرسة المجتمعية إلى تحسين حياة المواطنين من خلال تطوير قدرات الطلاب ومهاراتهم وفق ما تحتاجه البيئة الاجتماعية، وتوفير بدائل للتعليم المفتوح لجميع أفراد المجتمع، وإعطاء فرصة المشاركة للأسرة وأفراد المجتمع المحلي بكافة عناصره (Ediger,M.,2004: 3).

وقد عرفها قاموس التربية بأنها: " مدرسة محلية تتمركز مناهجها حول طبيعة وحاجات المجتمع المحلي الذي تتواجد فيه، وهي تفتح أبوابها بعد ساعات الدوام العادية ليستعملها الأطفال والوالدان وسائر أفراد البيئة المحلية. (محمد علي الخولي، ١٩٨٠: ٧٨)

كما عُرفت المدرسة المجتمعية على أنها: " نموذج لمدرسة تقدم خدمات تعليمية لقطاع من الأطفال من سن (٨ - ١٤) سنة حرّموا أساساً من التعليم؛ نتيجة صعوبة وصول الخدمة التعليمية النظامية إليهم؛ نظراً لوجودهم في مناطق نائية؛ ولذا فإن هذه المدارس تعتبر " طرائق بديلة للتعليم الأساسي ". (ملك زعلوك، ١٩٩٧: ١)

ويمكن تعريف المدرسة المجتمعية أيضاً على أنها " المدرسة التي تهدف إلى تحسين حياة المواطنين من خلال تنمية قدرات الطلاب ومهاراتهم وفق ما تحتاجه البيئة المجتمعية الاقتصادية، وتوفير بدائل للتعليم المفتوح لجميع أفراد المجتمع، وإعطاء فرصة المشاركة للأسرة وأفراد المجتمع المحلي؛ فالمدرسة المجتمعية بهذا المعنى تمثل إحدى التوجهات الحديثة الساعية للانتقال من الدور التقليدي المرتبط بعملية التعلم إلى جعل المدرسة وحدة التغيير والتجديد والتطوير، والوفاء باحتياجات المجتمع ومتطلباته، وبهذا فإن المدرسة المجتمعية كمؤسسة ريادية تسعى إلى خدمة الفرد وتطوير المجتمع المحلي بما يتوافق والمستجدات التي يشهدها عالمنا. (يمني أحمد عتوم، حسين محمد عتوم، ٢٠١٤: ٧١٤)

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

ومن المعروف أن المدارس المجتمعية برامجها التعليمية والتربوية موجهة لاستيفاء احتياجات المجتمع بأسره، وهي تقدم خدماتها لأفراد المجتمع من رجال ونساء، وذكر وإناث، وهي المدرسة التي تستعين بممثلين لكافة طوائف المجتمع في تشكيل سياساتها، وتخطيط برامجها، وتفتح أبوابها طوال فترات الصباح والمساء وبعد الظهيرة لمدة اثني عشر شهرًا سنويًا. (Maguire,Sue,2000:32)

وتستهدف تلك المدارس الممارسة الاجتماعية البيئية ، وتعمل على إيجاد مجتمع متعلم واع عن طريق تعبئة طاقاتهم، وتمكينهم من الحصول على الموارد والطرق التي تتيح لهم التعلم الذاتي ، كما تساعد المدارس المجتمعية المتسربين وغير الملتحقين بالتعليم من إشباع تطلعاتهم وتحقيق أحلامهم، والكشف عن صفاتهم وخصائصهم البدنية والخلفية والفكرية والروحية وتهذيبها.(M.Uemura,2000: 2-7)

وقد أكدت نتائج دراسة منى أحمد حسين (٢٠١٦) أن: تلك المدارس تعد عوامل جذب لأهالي المناطق المقامة فيها، وهي مجانية لا تكلف الدارسين أية مصروفات أو تكاليف طوال الدراسة فيها، أو في المراحل الأعلى من التعليم، ويتميز نظام الدراسة فيها بالمرونة ومراعاة ظروف الدارسين والسماح لهم بالانقطاع والعودة للدراسة، ويتمتع الدارسون فيها بخدمات التأمين الصحي والوجبات الغذائية اليومية والشهرية.

كما أشارت نتائج الدراسة إلى أن المجتمع المحلى يعد شريكاً رئيساً فى إنشاء مدارس التعليم المجتمعي، إلا أنه لا يستمر فى متابعتها .

كما تسهم مؤسسات التعليم المجتمعية فى التنمية الشاملة وإحداث التغيير الاجتماعي ، وذلك من خلال تنمية الطلاب المتعلمين سياسياً، واجتماعياً وتوعيتهم بما لهم من حقوق وما عليهم من واجبات تجاه المجتمع. (أيمن عبد الوهاب، ٢٠٠٨: ٢٦)

بينما أثبتت نتائج دراسة محمد علي علي (٢٠١٧) أن: المدارس المجتمعية تتطلب تفعيل المؤتمرات المحلية والدولية بين الجهات والوزارات المعنية ومنظمات المجتمع المدني؛ لتوضيح أدوارها وشرح أهدافها وتسهيل الضوء على الرسالة التي تقدمها، ولعقد شراكات متعددة لتفعيل هذه المدارس فى مواجهة التسرب الدراسي.

كما تمهد الطريق لظهور ثقافة قومية أصيلة وتحررية تسهم فى تحقيق وعى جديد بالوحدة القومية، وذلك عن طريق تنمية التطلع نحو التحرر من شتى ضروب الجهل والتخلف والانعزال وتنمية الوعي الثقافي والاجتماعي والمهني للمتعلمين الكبار والصغار

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

، وتزويدهم بالمعارف والمعلومات المتعلقة بهذه الجوانب كمتطلبات أساسية في التنمية  
المجتمعية. (Marljlyn,F.,Rasmussen,2010:15-16)

ويعرف تلاميذ المدارس المجتمعية في البحث الحالي بأنهم " هؤلاء التلاميذ الذين  
تتراوح أعمارهم ما بين ( ٩ - ١١ ) سنة الملتحقين بالمدارس المجتمعية للعام  
الدراسي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ بمتوسط حسابي ١٠.٢ وانحراف معياري ١.٢ كما تراوحت  
نسبة ذكاؤهم بين ٩٧ - ١١٠ .

ونظراً لأهمية تلك المتغيرات التي أصبحت في مقدمة العلوم النفسية نتيجة للطفرة  
التكنولوجية في العصر الحالي فقد تم تناولها في العديد من الدراسات والبحوث العربية  
والأجنبية ، وهذا ما سيتم تناوله بالتفصيل فيما يلي:

#### دراسات سابقة :

تم الاستعانة بدراسات وبحوث عربية وأجنبية والتي تتصل بموضوع الدراسة ، وقد  
تم عرضها في محورين مرتبة ترتيباً زمنياً من الأقدم إلى الأحدث ثم التعقيب ،  
والفروض .

#### أولاً: دراسات تناولت البرامج القائمة على عادات العقل

حظيت عادات العقل بمزيد من الاهتمام في الآونة الأخيرة وتناولها العديد من  
العلماء والباحثين بالبحث والدراسة نظراً لدورها البارز في تحقيق النجاح خاصة في مجال  
التعليم منها دراسة بيورجس،جاي. (Burgess, J.(2012) التي سعت للكشف عن  
مدي تأثير تعليم الأطفال الصغار من عمر (٧-١٢سنة) الذين يعانون من  
صعوبات اجتماعية وانفعالية لاستخدام السلوكيات الإيجابية عند مواجهة أي مشكلة، وتم  
جمع البيانات الكمية والنوعية من إحدى المدارس الابتدائية الأسترالية من خلال ورش  
عمل المعلمين والآباء، والمقابلات مع الموظفين والطلاب وأولياء الأمور، وقد توصل  
إلى عدة نتائج مهمة منها : إن تنمية عادات العقل أدى إلى انخفاض عام في المشكلات  
السلوكية، وكانت أبرز التغييرات هي زيادة المثابرة في مهمة معينة، تليها تطبيق المعرفة  
السابقة على مواقف جديدة، والاستماع إلى الآخرين بفهم وتعاطف، والتحسن في السلوك  
الاندفاعي ومرونة التفكير.

بينما قام سيد عبد الله عبد الفتاح (٢٠١٤) بدراسة فاعلية برنامج مقترح قائم على  
بعض عادات العقل في تنمية مهارات اتخاذ القرار لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي،  
وتكونت عينة الدراسة من (٧٠) تلميذا وتلميذة من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي،

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

وطبق عليهم مقياس مهارات اتخاذ القرار، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مهارات اتخاذ القرار في اتجاه المجموعة التجريبية، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لمقياس مهارات اتخاذ القرار في اتجاه القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

في حين اتجه أحمد عبد طوفان ذياب (٢٠١٥) إلى التحقق من أثر برنامج قائم على عادات العقل في تنمية مهارات التفكير الإبداعي وبعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة بدولة الكويت، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وقد تكونت العينة من (٦٠) طالباً بالصف التاسع صفوان بن أمية المتوسطة وقد تراوحت أعمارهم ما بين (١٤-١٦) سنة، وقد تم تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين متساويتين: مجموعة تجريبية قوامها (٣٠) طالباً، ومجموعة ضابطة قوامها (٣٠) طالباً طبق عليهم مقياس عادات العقل (إعداد / الباحث)، ومقياس المهارات الحياتية (إعداد / الباحث)، واختبار تورانس للتفكير الإبداعي الصورة اللفظية (أ-ب) (إعداد / تورانس)، بالإضافة إلى برنامج تدريبي قائم على عادات العقل (إعداد / الباحث)، تم تطبيقه على أفراد المجموعة التجريبية؛ وقد أسفرت النتائج عن فاعلية البرنامج القائم على عادات العقل في تنمية مهارات التفكير الإبداعي وبعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة بدولة الكويت.

أما رمضان علي حسن (٢٠١٦) فقد سعى إلى التحقق من فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل في تنمية التفاؤل لذوي صعوبات التعلم من تلاميذ المرحلة الابتدائية، واستخدم الباحث اختبار المصفوفات المتتابعة تعريب وتقنين (أبو حطب، ١٩٧٧)، واختبار المسح النيورولوجي السريع تعريب وتقنين (كامل، ٢٠٠١)، مقياس التفاؤل (إعداد : الباحث) ، والبرنامج التدريبي إعداد : الباحث ، وتكونت عينة البحث من (٢٠) تلميذاً وتلميذة من ذوي صعوبات التعلم من تلاميذ الصف السادس الابتدائي ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين: إحداهما تجريبية قوامها (١٠) تلاميذ ، وأخرى ضابطة قوامها (١٠) تلاميذ ، وتوصلت النتائج :-

إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ومتوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة الضابطة للقياس البعدي في اتجاه تلاميذ المجموعة التجريبية، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفاؤل بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياس القبلي والقياس

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

البعدي في اتجاه القياس البعدي، كما توصل الباحث أيضا إلى عدم وجود فروق ذات  
دلالة إحصائية في التفاؤل بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياس  
البعدي والقياس التتبعي.

بينما اتجه كل من **علي عبده قوره، فاتن زهران (2017) Faten,A.,Zahran**  
**Aly,A.,Koura &** إلى تحديد تأثير عادات العقل على مهارات الطلاب في الكتابة  
والاستقلال الذاتي، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٣) طالباً من طلاب اللغة الإنجليزية  
كلغة أجنبية، طُبق عليهم أربعة أدوات صممها الباحثون لجمع البيانات، وقد أشارت  
النتائج إلى أن طلاب المجموعة التجريبية تفوقوا على نظرائهم في المجموعة الضابطة  
في اختبار أداء الكتابة ودرجات مقياس الاستقلالية، وكان تأثير استخدام عادات العقل  
على مهارات الكتابة للطلاب والاستقلالية عميقاً ومهماً.

أما **مروة صادق أحمد (٢٠١٨)** فقد هدفت من دراستها إلى التحقق من فاعلية  
برنامج قائم على بعض عادات العقل في خفض مستوى العنف المدرسي لدى تلاميذ  
المرحلة الابتدائية، وتكونت مجموعتي الدراسة من (٢٠) تلميذاً من تلاميذ الصف الرابع  
الابتدائي، تم تقسيمهم إلى : مجموعة تجريبية قوامها (١٠) تلاميذ ، و مجموعة ضابطة  
قوامها (١٠) تلاميذ ، وطبقت الباحثة عليهم مقياس عادات العقل، ومقياس العنف  
المدرسي، والبرنامج التدريبي القائم على بعض عادات العقل (إعداد الباحثة)، وقد  
توصلت النتائج:-

إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة  
التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي للعنف المدرسي في اتجاه المجموعة  
التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة  
التجريبية في العنف المدرسي في اتجاه القياس البعدي، ولا توجد فروق ذات دلالة  
إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي والقياس  
التتبعي للعنف نحو المعلمين والعنف نحو ممتلكات المدرسة، كما توصلت الدراسة إلى  
انخفاض دال إحصائياً في متوسط رتب درجات العنف نحو الزملاء في القياس التتبعي  
عن القياس البعدي. وقد أرجعت الباحثة تلك النتيجة إلى الحاجة إلى استمرارية البرنامج  
مع التجديد في الأنشطة والمهام.

وفي دراسة أجراها كل من **علا سيد عبد الساتر، منى حسن السيد بدوي، عاصم  
عبد المجيد كامل (٢٠٢١)** بعنوان أثر برنامج قائم على عادات العقل في تحسين  
جودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

على عينة بلغت ( ٤٠ ) تلميذاً وقد تحددت أدوات الدراسة في استخدام مقياس جودة الحياة، والبرنامج المعد للتحقق من فروض الدراسة وقد توصل الباحثون إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس جودة الحياة .

كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس جودة الحياة في اتجاه المجموعة التجريبية . وقد أوصت الدراسة بتطوير المزيد من البرامج التدريبية التي تسعى إلى تنمية التوجهات المستقبلية الإيجابية لدى الطلبة، والتي تمكنهم من معرفة أهمية التفكير في قضايا المستقبل والتنبؤ بالسيناريوهات المحتملة، من خلال منهجية تدريبية منظمة الممارسة والتدريب، تعدهم بشكل جيد للنجاح والتكيف مع التحديات المستقبلية .

#### تعقيب :

من خلال العرض السابق للدراسات التي تناولت البرامج القائمة على عادات العقل :

١- إن تنمية عادات العقل لها تأثير إيجابي مزدوج في تعليم الأطفال الصغار ذوي المشكلات الاجتماعية والانفعالية ؛ حيث تعمل على إكسابهم السلوكيات الإيجابية وخفض المشكلات السلوكية في ذات الوقت، وقد أوضحت نتائج دراسة بيورجس، جاي. (2012). [Burgess, J.](#) أن عادات العقل التي أحدثت تلك التغيرات على الترتيب هي المثابرة في مهمة معينة، تليها تطبيق المعرفة السابقة على مواقف جديدة، والاستماع إلى الآخرين بفهم وتعاطف، والتحسين في السلوك الاندفاعي ومرونة التفكير .

٢- وجود تأثير دال إحصائياً لبعض عادات العقل في تنمية مهارات اتخاذ القرار لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي، كما أثبتت نتائج دراسة سيد عبد الله عبد الفتاح (٢٠١٤).

٣- إن التدريب على بعض عادات العقل ساعد على تنمية التفاؤل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم ، هذا ما أسفرت عنه نتائج دراسة رمضان علي حسن (٢٠١٦)، كما توصلت أيضاً إلى استمرارية أثر التدريب بعد انتهاء التدريب خلال فترة المتابعة.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

وفى دراسة كل من علي عبده قوره، فاتن زهران (2017) Faten,A.,Zahran و Aly,A.,Koura كان تأثير استخدام عادات العقل على مهارات الكتابة للطلاب وقدرتهم على الاستقلالية مرتفعا ، هذا ما أشارت إليه نتائج الدراسة حيث تفوق طلاب المجموعة التجريبية في اختبار أداء الكتابة ودرجات مقياس الاستقلالية على طلاب المجموعة الضابطة.

كما اتضح التأثير الإيجابي لبعض عادات العقل في الحد من بعض السلوكيات السلبية داخل المدارس في مرحلة التعليم الأساسي، حيث أثبتت نتائج دراسة مروة صادق أحمد (٢٠١٨) فاعلية برنامج قائم على بعض عادات العقل في خفض مستوى العنف المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

كما ظهر أثر البرنامج القائم على عادات العقل في تحسين جودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية.

#### ثانيا دراسات تناولت التوجه الإيجابي نحو الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات :

هدفت دراسة مايلز (Myles,2014) إلى تقديم برنامج قائم على مهارات التفكير الإيجابي لتنمية قيمة التفاؤل والسعادة النفسية وأثر ذلك على التعلم الاجتماعي والانفعالي للأطفال، وتم تطبيق البرنامج عن طريق المعلمين كجزء من المنهج وتم تطويره للوقاية من الاكتئاب والقلق، ويشمل التطبيق عشر مدارس للأطفال الصغار في غرب استراليا، وتم تقييم الأطفال على اثنين من المقاييس الفرعية وهما: الإسناد العاطفي والعلاقات الاجتماعية. وأسفرت النتائج ومن خلال تطبيق القياس القبلي والبعدي عن زيادة القدرة على التحكم العاطفين، وغياب الانفعالات التعيسة، وانخفاض العديد من الصعوبات الاجتماعية التي يعانيها الأطفال.

وفى دراسة قامت بها عوشة محمد بها (٢٠١٤) هدفت إلى تحديد العلاقة بين التكيف النفسي والتوجه المستقبلي السليم وأجريت الدراسة على (٢٤) تلميذاً تم تقسيمهم إلي مجموعتين : تجريبية قوامها (١٢) تلميذاً ، وضابطة قوامها (١٢) تلميذاً ، واعتمدت الدراسة على مقياس للتوافق النفسي والتوجه المستقبلي، وتوصلت الدراسة إلى فعالية البرنامج المعرفي السلوكي لتعزيز التكيف النفسي لدى عينة الدراسة وتأثير هذا التعزيز على التوجه نحو المستقبل، كما أوصت نتائج الدراسة بضرورة إجراء المزيد من الدراسات .

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

وفي دراسة أجراها كل من **شاو بينغ وزملائه (Shaobing & etal.,2017)** للتحقق من وجود علاقة ارتباطية دالة بين التوجه الإيجابي نحو المستقبل والمساندة الاجتماعية والتوافق النفسي ، وكذلك الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات الأطفال الذين يقدم لهم الدعم الاجتماعي ، والأطفال الذين لم يتلقوا دعماً اجتماعياً، وقد أجريت الدراسة الطولية على عينة من الأطفال بلغت ( ٨٩٧ ) طفل ، وقد أظهرت النتائج أن الأطفال الذين لم يتلقوا مساندة اجتماعية حصلوا على مستويات أقل في الرضا عن الحياة، والرضا عن المدرسة، والسعادة، بالإضافة إلى درجات مرتفعة على بعد الشعور بالوحدة ، والأطفال الذين تلقوا المساندة الاجتماعية حصلوا على درجات مرتفعة في التوجه الإيجابي المستقبلي ، وخاصة التوقعات المستقبلية، كما أن درجاتهم أعلى على مقياس التوافق النفسي كما أنهم كانوا أكثر رضا عن المدرسة ، وعن الحياة .

أما دراسة **كيم وفيرلونج ودودي Kim, E.K., Furlong, M.J., Dowdy (E.,2019)** والتي أجريت للكشف عن العلاقة بين السمات الشخصية للمراهقين والتوجه الإيجابي والرضا عن الحياة، وقد تكونت العينة من ( ٨٨ ) طالبا من طلاب المدرسة الثانوية وقد طبق عليهم مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية، ومقياس الرضا عن الحياة متعدد الأبعاد، ومقياس الترابط المدرسي ، ومقياس التوجهات الإيجابية النفسية، وقد كشفت النتائج عن وجود علاقة دالة بين التوجه الإيجابي والرضا عن الحياة ، والترابط المدرسي، والانفتاح على التجربة .

كما هدفت دراسة **نشوة كرم وحنان حسن (٢٠٢٠)** إلي : تحديد فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تنمية التوجه الإيجابي نحو المستقبل وأبعاده الفرعية: التفاؤل والتوقعات الإيجابية، الإدراك الموضوعي للحاضر، التخطيط للمستقبل، الثقة بالنفس، كمدخل لتحسين المرونة الأكاديمية، واعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي، وتم استخدام مقياس التوجه الإيجابي نحو المستقبل إعداد الباحثين، ومقياس المرونة الأكاديمية: إعداد Cassidy, 2016 ترجمة الباحثين، وبرنامج إرشادي لتنمية التوجه الإيجابي نحو المستقبل قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي، ، وتم اختيار (٣٤) طالبة من منخفضي التوجه الإيجابي نحو المستقبل والمرونة الأكاديمية، وصنفوا عشوائياً إلى مجموعتين: تجريبية و ضابطة، **وتوصلت النتائج** إلى وجود فروق دالة بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياسي التوجه نحو المستقبل والمرونة الأكاديمية في القياسين القبلي والبعدي في اتجاه القياس البعدي؛ ووجدت فروق دالة بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياسي التوجه نحو المستقبل والمرونة الأكاديمية في اتجاه المجموعة التجريبية؛ في حين لم توجد فروق دالة بين

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياسي التوجه نحو المستقبل والمرونة  
الأكاديمية بين القياسين البعدي والتتبعي. واختتمت الدراسة بمجموعة من التوصيات من  
شأنها تنمية التوجه الإيجابية نحو المستقبل، وزيادة المرونة الأكاديمية.

#### تعقيب :

من خلال العرض السابق للدراسات تبين ما يلي

- ١- أن التدخل أسهم بالتحكم في الانفعالات وأدى الى خفض بعض الاضطرابات  
كالقلق والاكتئاب .
- ٢- أن هناك علاقة بين التوافق النفسي والتوجه نحو المستقبل كما في دراسة عوشة  
محمد (٢٠١٤).
- ٣- أن الدعم الاجتماعي والتدخل يحقق نتائج مرتفعة نحو التوجه الإيجابي  
للمستقبل كما يزيد من الرضا عن الحياة وعن العملية التعليمية كما في دراسة  
كيم وآخرون 2019, kim and etal. .
- ٤- أن التوجه الإيجابي نحو المستقبل يسهم في المرونة الأكاديمية .

توصيات العديد من الدراسات بضرورة التدخل الإجرائي لتنمية التوجه الإيجابي  
نحو المستقبل لما له من تأثير واضح على الشخصية ، وهذا كان دافعا قويا لإجراء  
البحث الحالي ، كما ساعدت نتائج الدراسات السابقة على صياغة فروض الدراسة.

#### فروض الدراسة

يمكن صياغة فروض الدراسة كما يلي: -

- ١- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات كل من المجموعة التجريبية  
والضابطة في القياس البعدي على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة .
- ٢- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس  
القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة .
- ٣- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات القياسين البعدي والتتبعي  
للمجموعة التجريبية على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

## المنهج وإجراءات الدراسة

### ١- منهج الدراسة :

اتبعت الدراسة الحالية المنهج التجريبي القائم على التصميم شبه التجريبي ذي المجموعتين ( الضابطة والتجريبية ) لملاءمته لطبيعة الدراسة ، وذلك للتعرف على فاعلية برنامج إرشادي قائم على عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة في ضوء اقتصاديات المعرفة لدى تلاميذ مدارس المشاركة المجتمعية .

### ٢- عينة الدراسة : وقد تكونت من :-

#### أ- عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية لأدوات الدراسة :

حيث تكونت من (٢٠٠) تلميذ وتلميذة من تلاميذ المدارس المجتمعية المقيدين في إدارة المعصرة التعليمية، مصر القديمة ، المطرية ، المقطم .

#### ب- عينة الدراسة الأساسية :

وهي تلك العينة التي تم تطبيق أدوات الدراسة عليها ،والتي اشتمت منها عينة الدراسة التجريبية فقد تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة قوامها ( ٢٤٣ ) تلميذ وتلميذة وقد حصلت الباحثة على الإرباعي الأدنى على مقياس الدراسة - وهم المشاركون الحاصلون على أقل درجات على مقياس الدراسة ،حيث تم تقسيم العينة النهائية إلى مجموعتين : ضابطة وتجريبية ؛ للتحقق من صحة فروض الدراسة، وتفسير النتائج ، ومناقشتها في ضوءها ، والتي بلغت (٦٠) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ مدارس المشاركة المجتمعية، تم تقسيمهم إلى مجموعتين : مجموعة تجريبية ( ٣٠ ) تلميذاً ومجموعة ضابطة ( ٣٠ ) تلميذاً وقد تراوحت أعمارهم ما بين ( ٩ - ١١ ) سنة بمتوسط عمرى (١٠.٢) وانحراف معياري ١.٢ . كما روعي التكافؤ بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في درجاتهم على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة . وجدول ( ١ ) التالي يوضح الفروق بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لمقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

### جدول ( ١ )

الفروق بين متوسطى درجات المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس القبلى لمقياس التوجه  
الإيجابي نحو الحياة ن = ( ٦٠ )

المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
التجريبية	٣٠	٥١.٤٢	٦.٥٨	١.٨٣	غير دالة
الضابطة	٣٠	٥٢.٣٨	٤.٧٩		

يتضح من جدول ( ١ ) السابق أن: قيمة ( ت ) غير دالة ، وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي على الدرجة الكلية لمقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة مما يؤكد تكافؤ المجموعتين في مستوى التوجه نحو الحياة فى القياس القبلي .

### ٣ - أدوات الدراسة :

أ - مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة :-

تم تصميم المقياس بناء على ما يلى :-

\* مراجعة التراث السيكولوجي والتربوي الخاص بمتغير الدراسة .

\* الاطلاع على بعض الدراسات العربية والأجنبية والمقاييس التي توافرت للباحثة للاستفادة منها مثل مقياس التوجه نحو الحياة orientation towards life لكل من شاير وكارفر (Scheier&Carver,1985) ، والذي يتكون من ٤٨ عبارة موزع على أربعة أبعاد .

\* تحديد أبعاد المقياس وتعريفاتها الإجرائية ومن ثم وضع عباراته وعرضه على المحكمين المتخصصين .

\* تحديد بدائل الاستجابة ( دائما / أحيانا / نادرا ) ويسير مفتاح التصحيح للعبارات الإيجابية ( ٣ / ٢ / ١ ) والعبارات السلبية ( ١ / ٢ / ٣ ) ، تم تطبيق المقياس على عينة قوامها ( ٢٠٠ ) مشارك؛ للتحقق من الكفاءة السيكمترية .

التحقق من الكفاءة السيكمترية للمقياس :-

أولاً: صدق المحتوى :

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

تم عرض المقياس في صورته الأولية المكونة ( ٤٣ ) عبارة على مجموعة أساتذة من علم النفس والصحة النفسية ؛ لإبداء الرأي حول مدى ملائمة الأبعاد والعبارات ، ومناسبتها للهدف التي أعدت من أجله ، والتأكد من صحة صياغة عباراتها وبعد الأخذ بملاحظاتهم ومقترحاتهم تم تعديل العبارات التي أجمع السادة المحكمين على إعادة صياغتها ، وتم استبعاد العبارات التي قرر المحكمون عدم صلاحيتها والإبقاء على العبارات التي قرر ٨٠ % فأكثر من المحكمين صلاحيتها لتصبح الصورة النهائية للمقياس ( ٤٠ ) عبارة موزعة على أربعة أبعاد

### ثانيا الصدق العاملي :

وقد تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية component principle ، والتي وضعها هويتلنج " Hottelling " حيث إنها تؤدي إلى تشبعات دقيقة ، وقد تم إجراء التحليل العامل على عينة قوامها ( ٢٠٠ ) مشارك .

وقد أستخدم محك كايزر في تقدير العامل المستخلص كمؤشر للتوقف أو الاستمرار في استخلاص العوامل التي تمثل البناء الأساسي، ثم تم التدوير بطريقة التدوير المتعامد ، وأسفرت نتائج التحليل العاملي لعبارات المقياس عن وجود أربعة عوامل ، جذرها الكامن أكبر من الواحد الصحيح ، وفسرت هذه العوامل (٤٤.٣٨١) من التباين الكلي ، ويوضح جدول ( ٢ ) التالي كل من : العوامل المستخرجة ، والجذر الكامن ، ونسبة التباين لكل عامل ، والنسبة التراكمية للتباين.

### جدول (٢)

يوضح العوامل المستخرجة والجذر الكامن ونسبة التباين لكل عامل والنسبة التراكمية للتباين لمقياس الاتجاه الإيجابي نحو الحياة

العوامل	الجذر الكامن	نسبة التباين	نسبة التباين التراكمية
العامل الأول	٦.٣٨٦	١٦.٩٢٠	١٦.٧٦٠
العامل الثاني	٥.٣٥٢	١٣.٨٩٥	٣٠.٦٥٥
العامل الثالث	٦.٩٠٦	٢.٤٨٣	٣٧.٥٦١
العامل الرابع	٢.٤٥٤	٦.٨٢٠	٤٤.٣٨١

وتم حذف جميع التشبعات التي تقل عن ٠.٠٣ ، وفيما يلي تفسير العوامل سيكولوجيا بعد تدوير المحاور.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

**العامل الأول:** تتراوح تشبعات عبارات هذا العامل بين (٠.٨٧٩ - ٠.٩٧٨)، وقد استحوذ علي(١٦.٧٦٠) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير"، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (٦.٣٨٦)، ويتكون هذا العامل من (٨) مفردات، وتم ترتيب هذه العبارات من أعلى التشبعات إلى أقلها، وجدول ( ٣ ) يوضح قيم تشبعات المفردات علي العامل.

جدول ( ٣ )

يوضح معاملات تشبع بنود العامل الأول

رقم المفردة	العبارات	درجة التشبع
١	أتوقع لي مكانة كبيرة مستقبلا	٠.٩٩٤
٢	أشعر أن كل يوم يحمل لي مصائب كثيرة ( سلبية )	٠.٩٦٨
٣	حظي في الدنيا قليل ( سلبية )	٠.٩٤٩
٤	مستقبلا سيكون لي مكانة عظيمة في المجتمع	٠.٩٤٣
٥	الحزن والألم طريق الضعفاء	٠.٩٤٣
٦	لدي ثقة كبيرة في نجاحي	٠.٩٣٤
٧	الحياة كئيبة ومملة ( سلبية )	٠.٩٢٠
٨	أنا أتعس البشر ( سلبية )	٠.٨٧٩

وتعكس بنود هذا العامل قدرة الفرد على أن ينظر إلى المستقبل بكل خير وأن يتسم تفكيره بالأمل ويصبح توجهاته نحو المستقبل ذات صبغة إيجابية ، ولهذا يطلق على هذا العامل "التفاؤل".

**العامل الثاني :** تتراوح تشبعات عبارات هذا العامل بين (٠.٧٩٩ - ٠.٩٤٠)، وقد استحوذ علي (٣٠,٦٥٥) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير"، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (٥.٣٥٢)، ويتكون هذا العامل من (١٢) مفردة، وقد تم ترتيب هذه العبارات من أعلى التشبعات إلى أقلها ، وجدول ( ٤ ) يوضح قيم تشبعات المفردات على العامل

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

جدول ( ٤ )

يوضح معاملات تشيع بنود العامل الثاني

رقم المفردة	العبارات	درجة التشيع
١	إذا اتخاقت زميلي معي فأني أعاتبه	٠.٩٣٩
٢	الشخص القوي ما يزعش حد	٠.٩٣٣
٣	أتأثر بمشاكل المحيطين بي ( سلبية )	٠.٩٢٨
٤	أتحكم في غضبي أثناء التعامل مع الناس اللي أساءوا لي	٠.٩٢١
٥	أرتبك إذا انتقدني أحد ( سلبية )	٠.٨٩٧
٦	أشعر بالقلق عندما أواجه مشكلة ( سلبية )	٠.٩٤٠
٧	أجد صعوبة في اتخاذ قرار ( سلبية )	٠.٩٣٣
٨	زملائي يتنمرون على ( سلبية )	٠.٩٢٨
٩	أغضب بشدة إذا عارضني أحد ( سلبية )	٠.٩١٥
١٠	أشعر بالضيق عند الاستيقاظ صباحا ( سلبية )	٠.٨٩٧
١١	أشعر أني شخص هادئ	٠.٩٤٠
١٢	اهتماماتي تتغير وفق الظروف	٠.٩٣٣

ويعكس بنود هذا العامل قدرة الفرد على التحكم والسيطرة على الانفعالات والتعامل  
بمرونة مع المواقف والأحداث الجارية والجديدة مما يزيد من قدرة الفرد على قيادة  
المواقف والأزمات بفاعلية ولهذا يطلق على هذا العامل "لاتزان الانفعالي".

**العامل الثالث :** تتراوح تشيعات عبارات هذا العامل بين (٠.٥٨٨-٠.٧٩٤)، وقد  
استحوذ علي (٣٧.٥٦١) من التباين العملي الكلي "بعد التدوير"، وبلغ الجذر الكامن لهذا  
العامل (٢.٤٨٣)، ويتكون هذا العامل من (١٠) عبارات، وتم ترتيب هذه العبارات من  
أعلى التشيعات إلى أقلها، وجدول ( ٥ ) يوضح قيم تشيعات المفردات علي العامل.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

### جدول ( ٥ )

#### يوضح معاملات تشبع بنود العامل الثالث

رقم المفردة	العبارات	درجة التشبع
١	لا أنسي الإساءة ( سلبية )	٠.٧٨٩
٢	اللى يؤذيك ابعده عنه	٠.٧٤٣
٣	لو شخص زعل منى اعتذر له فوراً	٠.٧١٣
٤	أسامح الأشخاص اللى ظلمونى	٠.٦٩٩
٥	أشعر بالضيق لما أفكر فى سوء معاملة الناس لى	٠.٦٨٠
٦	أخطط لمعاقبة من ظلمنى ( سلبية )	٠.٦٤٢
٧	اللى يضربك قلم رد له اثنين ( سلبية )	٠.٦٣١
٨	إذا تشاجر معى أحد لازم أخذ حقى	٠.٦١١
٩	التسامح والعفو هما القوة	٠.٥٩٠
١٠	أشعر بالفرح والسعادة عندما أنسى الإساءة	٠.٥٨٨

وتعكس بنود هذا العامل ويقصد به نبذ المشاعر والأفكار ، والسلوكيات السلبية تجاه من أساءوا إلينا، واستبدالها بمشاعر وأفكار وسلوكيات إيجابية مع إنهاء الصراعات الداخلية والتحلى بشعور الطمأنينة ، والسلام الداخلي ، ولهذا يطلق على هذا العامل "العفو والتسامح" .

**العامل الرابع :** تتراوح تشبعات عبارات هذا العامل بين (٠.٥٩٦-٠.٧٨٤)، وقد استحوذ علي (٤٤.٣٨١) من التباين العملي الكلي "بعد التدوير"، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (٢.٤٥٤)، ويتكون هذا العامل من (١٠) عبارات، وتم ترتيب هذه العبارات من أعلى التشبعات إلى أقلها ، وجدول ( ٦ ) يوضح قيم تشبعات المفردات علي العامل.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

### جدول ( ٦ )

يوضح معاملات تشيع بنود العامل الرابع

رقم المفردة	العبارات	درجة التشيع
١	أجمل عندما أتحدث إلى أشخاص لا أعرفهم ( سلبية )	٠.٧٨٤
٢	بمساعدة الأصدقاء أستطيع تجاوز المشكلات	٠.٠٧٨
٣	أحب الخروج مع أصحابي	٠.٧٦٨
٤	أنا محبوب من أصحابي	٠.٧٤٩
٥	يتعمد زملائي مضايقتي ( سلبية )	٠.٧٢٥
٦	أبادل مع أقاربي الزيارات	٠.٦٩١
٧	أشعر بالضيق وسط أصحابي ( سلبية )	٠.٦٧٨
٨	أستمع بوقتي أكثر مع أصحابي	٠.٦٤٨
٩	أن يكون لديك صديق هو أهم شيء	٠.٦٢٩
١٠	أستطيع أن أكون صداقة بسهولة	٠.٥٩٦

وتعكس هذه البنود قدرة الفرد على تقديم الدعم والمساندة وإقامة علاقات  
وصداقات طيبة والاحتفاظ بها وعلى هذا أطلق على هذا العامل "العلاقات الاجتماعية  
الجيدة".

### ثالثا ثبات المقياس :

وللتحقق من ثبات المقياس تم استخدام إعادة التطبيق بفواصل زمني ( ١٥ ) يوما  
على عينة تكونت من ( ٣٧ ) تلميذا وتلميذة وتم حساب الثبات بأكثر من طريقة.  
وجداول ( ٧ ) التالي يوضح قيم معاملات الثبات لمقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة.

### جدول (٧)

قيم معاملات الثبات لمقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة

مقياس التوجه نحو الحياة	معامل ارتباط براون	معامل ارتباط بيرسون	معامل جوتمان
الدرجة الكلية	٠.٨١	٠.٧٩	٠.٨٥

جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى ٠.٠١

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

ومن خلال النتائج السابقة لصدق وثبات المقياس يتضح أن : توافر الشروط  
السيكومترية لمقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة لتلاميذ المدارس المجتمعية ؛  
مما يدل على صلاحية استخدامه في الدراسة الحالية .

**ب- البرنامج المستخدم :**

**١- الهدف من البرنامج**

يهدف هذا البرنامج القائم على بعض عادات العقل إلى تنمية التوجه الإيجابي نحو  
الحياة في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية ، وذلك وفق  
مجموعة من الأهداف الإجرائية .

**٢- بناء البرنامج**

استند البرنامج في بنائه إلى مجموعة من الاعتبارات النظرية والتطبيقية تم مراعاتها  
أثناء الإعداد ومنها :

- أسس بناء البرنامج الجيد ( الفروق الفردية - احتياجات الطفل وفقا للمرحلة  
العمرية - تنوع الأنشطة - الاستعانة بالمستحدثات التكنولوجية - الأنشطة  
الفردية والجماعية - تقديم التغذية الراجعة)

**٣- فلسفة بناء البرنامج**

اعتمد البرنامج على تنمية أربعة جوانب ( المعرفي لتنمية المعارف والمفاهيم  
والأفكار الجيدة ، المهاري لتنمية بعض السمات والخصائص الجيدة ، الوجداني لتعزيز  
القيم والأفكار والمعتقدات الإيجابية ، الفني للتعبير عن ما يدور بداخلهم ودعم الأهداف  
الخاصة بالبرنامج ).

**٤- محتوى البرنامج**

تم إعداد المحتوى في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة العربية والأجنبية وقد  
اعتمدت الباحثة على عدة أدوات في تنفيذ جلسات البرنامج وهي : بطاقات مصورة ،  
أقلام سبورة ، أوراق بيضاء ، أقلام جاف ، حلوى. لاب توب ، جهاز كمبيوتر ، ملصقات ،  
ميداليات ، سبورة وبرية ، مادة لاصقة ، ورق مقوي ، كروت ، كلمات متقاطعة ، ورق أبيض ،  
بازل قصة مصورة ، بوروينت ، منضدة ، صندوق ، شيكولاتة ، مسرح عرائس ، عرائس  
قفازية ، حجر نرد ، حافظات أوراق ، مشابك ، لافتة ، C.D تعليمي ، مسدس شمع ، ألوان ،

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

مقص ، كراسي، زينة ، بالونات ، كاميرا ، C.D أغاني، تفاح ، خيوط،أكواب بلاستيك ،  
أواني فارغة، قطع إسفنج ، ألوان ماء ، ألوان وجه ، طراطير ، هدايا ، حلوى .

كما اعتمدت الباحثة على عدة فنيات أساسية لتحقيق الهدف الرئيسي للبرنامج ،  
وهي: المناقشة والحوار النمذجة، ولعب الدور، والتعزيز، والتشكيل، والتكرار، والتغذية  
الراجعة، العصف الذهني، والواجبات المنزلية.

وبعد الانتهاء من إعدادها ، قامت الباحثة من التحقق من صلاحيته للتطبيق وذلك  
عن طريق :

صدق المحتوي : حيث قامت الباحثة بعرض البرنامج على السادة الأساتذة من  
الصحة النفسية وعلم النفس ؛ لإبداء آراءهم حول مدى:

- ملائمة أنشطة جلسات البرنامج لتلاميذ المدارس المجتمعية.
- مناسبة الفنيات المستخدمة لطبيعة أنشطة جلسات البرنامج .
- ملائمة الأنشطة لتحقيق الأهداف الإجرائية لجلسات البرنامج .
- ملائمة الأدوات المستخدمة في أنشطة جلسات البرنامج لخصائص نمو  
تلاميذ المدارس المجتمعية ومتطلباتها .
- ملائمة الأساليب المستخدمة في تقويم أنشطة جلسات البرنامج.

٥- **زمن تطبيق جلسات البرنامج:** استغرق تطبيق جلسات البرنامج مدة ( شهرين  
ونصف تقريبا ) من فبراير ٢٠٢١ إلى إبريل ٢٠٢١ لمدة ( ٩ ) أسبوعًا.

٦ - **زمن تطبيق الجلسة:** تراوحت زمن تطبيق الجلسة ما بين (٥٠ : ٩٠) دقيقة  
حسب طبيعة كل جلسة والهدف منها.

٧ - **عدد جلسات البرنامج :** يتكون البرنامج من (٢٦) جلسة بمعدل ( ٣ )  
جلسات أسبوعيا.

٨ - **تقويم البرنامج :** قامت الباحثة بتطبيق البرنامج على عدة مراحل كالآتي:

( أ ) **التقويم البنائي:** قامت الباحثة بإجراء تقويم بنائي أثناء تطبيق جلسات  
البرنامج، بحيث لا يتم الانتقال من نشاط إلى آخر إلا بعد التأكد من إتقان التلميذ للمهمة  
كاملة، مما يتيح فرصة متابعة مدى تقدم التلميذ في إتقان المهام أولا بأول.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
فى ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

**( ب ) التقييم النهائي (البعدي):** قامت الباحثة بإجراء تقييم نهائي وذلك بتطبيق مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة على تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة، وذلك للتعرف على مدى فعالية البرنامج في تنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة لدى تلاميذ المجموعة التجريبية ممن طبق عليهم جلسات البرنامج.

**( ج ) التقييم التبعي:** قامت الباحثة بتتبع مدى استمرارية فاعلية البرنامج بإجراء تقييم تتبعي بعد انتهاء زمن تطبيقه وذلك بتطبيق مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة على تلاميذ المجموعة التجريبية ممن طبق عليهم جلسات البرنامج ، وذلك للتعرف على مدى بقاء أثر فعالية البرنامج لدى تلاميذ المجموعة التجريبية.

### **نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها :**

#### **نتيجة الفرض الأول وتفسيره والذي ينص على :**

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات كل من المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدي على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة فى اتجاه المجموعة التجريبية ، وجدول ( ٨ ) التالي يوضح الفروق بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى القياس البعدي على مقياس التوجه الإيجابي بأبعاده

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
فى ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

جدول ( ٨ )

الفروق بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى القياس البعدى على  
مقياس التوجه الإيجابي بأبعاده .

الدلالة	قيمة (ت)	درجات الحرية	عدد العينة	الانحراف المعياري	المتوسط	الأبعاد	مجموعات المقارنة
٠.٠١	١٠.٣٥	٥٨	٣٠	١.٩٩	١٩.٢٧	التفاوت	تجريبي
				٣.٥٧	١٢.٠٣		بعدى
٠.٠١	١٠.٣١	٥٨	٣٠	٥.٨١	٢٩.٢٣	الاتزان الانفعالي	تجريبي
				٢.٣٤	١٥.٥٧		بعدى
٠.٠١	١٣.٦٦	٥٨	٣٠	١.٨٣	٢٥.٤٧	العفو والتسامح	تجريبي
				٣.٤٧	١٣.٩٧		بعدى
٠.٠١	١٠.٧٨	٥٨	٣٠	٢.٢٣	٢٣.٨٣	العلاقات الاجتماعية الجيدة	تجريبي
				١.٧٥	١٤.٠٤		بعدى
٠.٠١	١٦.١٨	٥٨	٣٠	٩.٧٤	٩٤.٧٧	الدرجة الكلية	تجريبي
				٦.٥٧	٥١.٤٠		بعدى

يتضح من جدول ( ٨ ) السابق :

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

وجود فروق دالة إحصائياً عند ٠.٠١ بين متوسطي درجات كل من المجموعة  
التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس التوجه الإيجابي للحياة  
وأبعاده وهم التفاؤل ، الاتزان الانفعالي ، العفو والتسامح ، العلاقات الاجتماعية الجيدة  
في اتجاه المجموعة التجريبية.

### نتيجة الفرض الثاني وتفسيره والذي ينص على :

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة  
التجريبية على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة بأبعاده.

#### جدول ( ٩ )

الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوجه  
الإيجابي نحو الحياة بأبعاده

الدالة	قيمة (ت)	درجات الحرية	عدد العينة	الانحراف المعياري	المتوسط	الأبعاد	مجموعات المقارنة
٠.٠١	٩.٦٢	٢٩	٣٠	١.٩٩	١٩.٢٧	التفاؤل	تجريبى بعدي
				٣.٥٧	١٢.٠٣		تجريبى قبلي
٠.٠١	١٣.٨٠	٢٩	٣٠	٥.٨١	٢٩.٢٣	الاتزان الانفعالي	تجريبى بعدي
				٢.٣٤	١٥.٥٧		تجريبى قبلي
٠.٠١	١٦.٥١	٢٩	٣٠	١.٨٣	٢٥.٤٧	العفو والتسامح	تجريبى بعدي
				٣.٤٧	١٣.٩٧		تجريبى قبلي
٠.٠١	٢٥.٠٨	٢٩	٣٠	٢.٢٣	٢٣.٨٣	العلاقات الاجتماعية الجيدة	تجريبى بعدي
				١.٧٥	١٤.٠٤		تجريبى قبلي
٠.٠١	٢٠.٢٢	٢٩	٣٠	٩.٦٥	٩٤.٨١	الدرجة الكلية	تجريبى بعدي
				٦.٥٧	٥١.٤٠		تجريبى قبلي

يتضح من جدول ( ٩ ) السابق : وجود فروق دالة إحصائياً عند ٠.٠١ بين  
متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس  
الاتجاه الإيجابي نحو الحياة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية وأبعاده في اتجاه القياس  
البعدي.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

### نتيجة الفرض الثالث وتفسيره والذي ينص على :

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب القياسين البعدى والتتبعى للمجموعة  
التجريبية على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية .

#### جدول ( ١٠ )

يوضح الفروق بين متوسطي رتب القياسين البعدى والتتبعى للمجموعة التجريبية على مقياس التوجه  
الإيجابي نحو الحياة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

مجموعات المقارنة	المتوسط	الانحراف المعياري	عدد العينة	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدالة
تجريبي بعدى	٩٤.٨١	٩.٦٥	٣٠	٢٩	١.٠٧	غير دال
تجريبي تتبعى	٩٧.٦٦	٨.٩٣				

يتضح من الجدول ( ١٠ ) السابق أنه : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين  
متوسطي درجات المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى لمقياس الاتجاه  
الإيجابي نحو الحياة؛ حيث إن قيمة ( ت ) = ١.٠٧ وهى قيمة غير دالة إحصائياً  
مما يدل على استمرار فعالية البرنامج .

### مناقشة النتائج

تشير النتائج إلى فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم والقائم على نظرية العقل في  
تنمية الاتجاه الإيجابي نحو الحياة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية لدى أفراد المجموعة  
التجريبية فى القياس البعدى مقارنة بالمجموعة الضابطة ، والتأكد من استمرار فعالية  
البرنامج فى القياس التتبعى للمجموعة التجريبية، وهو ما يتفق مع نتائج دراسة  
مارجسون Margeson ، حيث أكد على أن الاعتماد والاستعانة بعادات العقل لها أثر  
مباشر على التعامل مع الضغوط، وإنها تسهم بقدر كبير فى تحقيق التوافق الاجتماعى  
والنفسى أما على المستوى الأكاديمي تساهم فى القضاء على ظاهرة التسرب  
الأكاديمي .

كما أن عادات العقل يمكن أن تسهم فى اكتساب مجموعة من المهارات المتنوعة  
وتوظيفها فى مواقف متباينة؛ من أجل إنتاج عدد أكبر من الحلول المبتكرة ، وزيادة  
التركيز والإقبال على التعميم، والبناء على أفكار الآخرين، واحترام آرائهم، وهو ما يمثل  
الدافعية العقلية؛ حيث تشير الدافعية العقلية إلى حالة تؤهل صاحبها إلى التعامل مع

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

المواقف المتباينة وقيامه بمهامه على الرغم من التحديات والظروف الصعبة المحيطة به،  
كما أنها تتضمن قدرة الفرد على التكيف الفعال مع الموقف؛ مما يتيح له القدرة على  
توليد الأفكار والاستراتيجيات المناسبة التي تساعده في التغلب على أية عقبات تواجهه  
بكفاءة ومقدرة .

وتسهم في إكساب التلميذ الدقة في جمع البيانات والمثابرة والكفاح في البحث عن  
درجة من المعقولة في الحلول للمشكلات ، وإطفاء جو من المتعة على التعلم؛ حيث إن  
لكل متعلم الحق أن يفكر بطريقته الخاصة مهما كانت غريبة وغير مألوفاً لدى الآخرين؛  
بالإضافة إلى مشاركة باقي التلاميذ في الإستراتيجية التي استخدمها لإنهاء مهمته،  
وتدريب الشخص على تحمل المسؤولية ، كما تساعد على تنمية السلوكيات الذكية عند  
بناء المعرفة، والفهم بصورة أعمق، والمغامرة والإبداع والتفكير بدرجة عالية من المرونة،  
وتنمية عادات العقل لدى الأطفال تساعدهم في اكتساب المعرفة، وتشكيل أحكام  
صحيحة عن أنفسهم، وتعديل أفكارهم، وتصوراتهم غير الصحيحة واكتساب مهارات  
التفكير الجيد الأمر الذي يسهم في تبنى وجهات نظر إيجابية . (صفا أحمد ، ٢٠١١ ،  
: ١١٨)

فإذا اكتسب الطفل المرونة بشكل صحيح يستطيع أن يولد أفكار متنوعة، ودائماً ما  
يكون محفزاً لزملائه في جلسات العمل الجماعي لإضافة أفكار جديدة، وحين تزداد  
مرونته في التفكير تجده يهتم بالدقة والتفاصيل والتقدم المنظم، حيث يقوم بالتركيز على  
الأشياء، ويتفحص الأجزاء الصغيرة التي ينتج عنها الكل، ويعرف كيف ينتقل بين  
المواقف، لأنه يستخدم طرق غير تقليدية في حل المشكلات التي تواجهه، فهو ينظر إلى  
وجهات نظر بديلة ويتعامل مع مصادر متعددة للمعلومات في وقت واحد، وعقل منفتح  
على التغيير القائم على معلومات إضافية جديدة للتفكير . (خالد محمد الرايغي، ٢٠٠٥ :  
٢٨)

وهذا الذي جعل الباحثة تحاول أن تتعامل مع مجموعة عمل كبيرة إلى حد ما حتى  
يحدث تواصل فعال بين التلاميذ. وكما يشير الراسبي ( ٢٠٠٦ : ٢٣ ) أن :  
إيجابية حياة الإنسان هي حُسن توظيف إمكانياته العقلية والإبداعية، والشخصية  
الإيجابية هي التي تتمتع بالعلاقات الإيجابية الآمنة والقادرة على فهم الذات وتنظيمها  
وتوجيهها في إطار علاقات اجتماعية محققة للسعادة، فالإيجابية هي انعكاس للمستوى  
النفسي ونوعيته، ويمكن تصور التوجه الإيجابي نحو المستقبل على أنه مفهوم إدراكي،  
وصورة يتخيلها أو يتوقعها الفرد عن ذاته المستقبلية بناء على وعيه بالأهداف التي

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

عاشها في الماضي، أو يعاصرها في الحاضر، وهذه النظرة خاصة بالفرد حيث يُنظر  
إلى التوجه نحو المستقبل على أنه:

طريقة معقدة للتنظيم الذاتي لإدراك الفرد وتقييماته وسلوكه فيما يتعلق بالمستقبل،  
عن الذات في المستقبل، وذلك فيما يتعلق بالعالم الاجتماعي، كما يرتبط التوجه نحو  
المستقبل بالاعتقاد إلى أي مدى يمكن تحقيق الأهداف المستقبلية المرغوبة.  
(النجار، ٢٠١٧ : ٣١)

ومن يأتي دور استراتيجيات نظرية العقل ، فمع أن التوجه الإيجابي نحو المستقبل  
يكون متركزاً بالأساس على مجالات الدراسة، والعمل، والحياة العامة إلا أنه يلعب دوراً  
مهما في التأثير على التوافق؛ فعندما يتمتع الإنسان بمستوى عالٍ من التوجه الإيجابي  
نحو المستقبل يكون أكثر ميلاً نحو تبني عادات يومية صحية، كما تزداد أهمية التوجه  
نحو المستقبل في هذا الجانب تحديداً في مرحلة المراهقة فضلاً عن هذا فإن كون الوعي  
بالتوجه نحو المستقبل، مع العمل على استشراف آفاقه، وفهم تحدياته، فإنه يعد فرصة  
من المقومات الأساسية لصناعة النجاح، سواء كان على الصعيد الشخصي، أو  
الاجتماعي. ( Johnson et al., 2014 : 10 )

وهو ما حاولت الباحثة تبنيه والتأكيد عليه سواء من خلال القصص مثل (مأسحة  
الأحذية ، الرجل الذي أنقذ الملاكمة ، الأرنب الكسلان) ، أو من خلال عرضها لنماذج  
استطاعت النجاح بالتحدي والصمود ( جلسة فرسان الإرادة ، وقوة الإرادة ) ، وكذلك  
التكامل بين المرونة والالتزان الانفعالي ، والتفكير المتأني مثل (فيديوهات ردة فعل طفلة  
أكلت أمها كل الحلوى) ، والذي يؤدي إلى بذل الجهد من أجل الوصول إلى الدقة بشيء  
من المثابرة والرغبة في استمرار التعلم بروح تتحلى بالتقاؤل والدعابة قادرة على إقامة  
علاقات جيدة ملئها التسامح والعمو الأمر الذي أسهم في تحقق أهداف البرنامج.

وتأكيداً على ما سبق يوضح باندورا Bandura أن المثابرة تؤدي الى النجاح و  
تؤدي إلى المزيد من رفع فاعلية الذات في حين أن انخفاض فاعلية الذات يؤدي إلى  
انخفاض الجهود، وذلك يزيد من احتمالات الفشل . ( Alin , 2010 ,,532,534 )

وهو الأمر الذي يشير إلى استمرار فاعلية البرنامج في القياس التتبعي، فالمثابرة  
وهي إحدى إستراتيجية نظرية العقل تسهم في زيادة ورفع توقعات النجاح مستقبلاً مما  
يؤدي إلى التقاؤل واستمرار العمل ، كما أن هناك علاقة تبادلية بين التفكير الإيجابي  
والتقاؤل والسعادة وبين ضبط الانفعالات والمرونة كما أشار مايلز (Mylesm2014) ،  
وتؤكد على النتائج السابقة (عوشة محمد، ٢٠١٤) أن العمل الاجتماعي والتدخل يسهم

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

بشكل واضح في زيادة التوجه نحو المستقبل ، كما أن عادات العقل تكسب الأفراد  
الخصائص التالية :

أ- **التقييم Value**: ويتمثل في اختيار نمط السلوك الفكري المناسب والأكثر  
ملاءمة للتطبيق دون غيره من الأنماط الفكرية الأقل إنتاجا .

ب- **الرغبة Inclination**: الشعور بالميل لتطبيق أنماط السلوك الفكرية المتنوعة.

ج- **الحساسية Sensitivity**: ويُقصد بها إدراك وجود الفرص والمواقف الملائمة  
للتفكير، واختيار الأوقات المناسبة للتطبيق .

د- **المقدرة Capability**: وتعني امتلاك المهارات الأساسية والقدرات التي يمكن  
عن طريقها تطبيق أنماط السلوك الفكري المتعددة .

هـ- **الالتزام Commitment**: ويتم ذلك عن طريق العمل على تطوير الأداء  
الخاص بأنماط السلوك المختلفة التي تدعم عملية التفكير ذاتها.

و- **السياسة Policy**: ويقصد بها الاندماج بعقلانية في جميع الأعمال والقرارات  
والممارسات ورفع مستواها ، وجعل ذلك سياسة عامة للمدرسة لا ينبغي تخطيها .

فهذه الخصائص تعمل سوية ولا يمكن فصل إحداها عن الأخرى تسهم في إيجاد  
نظرة تقاؤل للمستقبل وكذلك درجة مرتفعة من الاتزان الانفعالي مصحوبا بعلاقات  
اجتماعية جيدة مصحوبة بتفوق في المجال الأكاديمي.

(Costa,A.&Kallick,B.,2003,9:17)

وهو ما يتفق مع ما قام به (Peetsma & Vav Der Veen, 2011) بدراسة  
هدفت إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين التوجه الإيجابي نحو المستقبل  
والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم المهني بهولندا ، وبلغت عينة الدراسة ( ٥٨٤ )  
تلميذ وتلميذة ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى:

وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيا بين التوجه نحو المستقبل والتحصيل  
الدراسي.

كما بينت دراسة آدماء (Admire, 2011) العلاقة بين توجهات الطلاب واستجابة  
الجهاز المناعي لديهم، على عينة مكونة من (١٢٤) طالب من طلاب جامعة  
كنتاكي، وتوصلت الدراسة إلى أن الطلاب المتفائلين ذوي التوجهات الإيجابية كانت لديهم  
استجابات مناعية أقوى من الطلاب ذوي التوجهات السلبية.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

وقد توصل **رمضان علي حسن (٢٠١٦)** إلى التحقق من فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل في تنمية النفاؤل لذوي صعوبات التعلم من تلاميذ المرحلة الابتدائية، من خلال النتائج التالية :

وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في النفاؤل بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ومتوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة الضابطة للقياس البعدي في اتجاه تلاميذ المجموعة التجريبية، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النفاؤل بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياس القبلي والقياس البعدي في اتجاه القياس البعدي، كما توصل الباحث أيضا إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النفاؤل بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياس البعدي والقياس التتبعي.

وفي دراسة أجراها كل من **علا سيد عبدالساتر، منى حسن السيد بدوي، عاصم عبد المجيد كامل (٢٠٢١)** بعنوان أثر برنامج قائم على عادات العقل في تحسين جودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية على عينة بلغت (٤٠) تلميذا ، قد توصل الباحثون إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس جودة الحياة. كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس جودة الحياة في اتجاه المجموعة التجريبية . وقد أوصت الدراسة بتطوير المزيد من البرامج التدريبية التي تسعى إلى تنمية التوجهات المستقبلية الإيجابية لدى الطلبة، والتي تمكنهم من معرفة أهمية التفكير في قضايا المستقبل والتنبؤ بالسيناريوهات المحتملة، من خلال منهجية تدريبية منظمة الممارسة والتدريب، تعدهم بشكل جيد للنجاح والتكيف مع التحديات المستقبلية .

### توصيات الدراسة

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية تم تقديم بعض التوصيات كما يلي :

- ضرورة تضمين عادات العقل في المناهج الدراسية للمراحل التعليمية المختلفة وتدريبهم على ممارستها باستمرار .

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

- توجيه مزيد من الاهتمام لتلاميذ المدارس المجتمعية وتقديم كافة سبل الدعم اللازم لهم لرفع كفاءتهم النفسية والاجتماعية مما يساعدهم على مواصلة مسيرتهم التعليمية .
- عقد ورش عمل داخل المدارس المجتمعية لتنمية قدرة أفرادها سواء تلاميذ ومعلمين لتوعيتهم بكل ما هو جديد في مجال المعرفة التكنولوجية والاستفادة منها في مجال التعلم الذاتي .
- تدريب تلاميذ المدارس المجتمعية على كيفية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في زيادة الكفاءة المعرفية للحصول على المعلومات من مصادرها مختلفة.
- ضرورة مشاركة تلاميذ المدارس المجتمعية في عمل مشروعات بحثية تساعدهم على العمل ضمن فريق بحثي مما يساعدهم على رفع قدرتهم على اتخاذ القرار وحل المشكلات.
- تأهيل تلاميذ المدارس المجتمعية للحصول على فرص عمل في ظل اقتصاد المعرفة داخل المؤسسات التي تتعامل مع تكنولوجيا المعلومات داخل القطاعات المختلفة.

### بحوث مقترحة :

- ١- فاعلية برنامج قائم على بعض عادات العقل لتنظيم الذات لدى طلاب المدارس المجتمعية .
- ٢- فاعلية برنامج قائم على بعض عادات العقل لخفض الضغوط النفسية لدى طلاب المدارس المجتمعية .
- ٣- دراسة تتبعية لتأثير العم النفسي على مستوى التحصيل الدراسي لطلاب المدارس المجتمعية
- ٤- فاعلية برنامج قائم على بعض عادات العقل للتمكين الاجتماعي لدى فتيات مدارس الفصل الواحد .
- ٦- فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الكفاءة الأدائية لدى معلمي المدارس المجتمعية .

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

## المراجع

### أولاً : المراجع العربية

- إبراهيم التونسي السيد (٢٠١٦) . فاعلية برنامج قائم على عادات العقل في تعلم الرياضيات لتنمية مهارات الحل الإبداعي للمشكلات الرياضية لدى تلاميذ الصف الأول الإعدادي، رسالة دكتوراه كلية التربية، جامعة بنها.
- إبراهيم أحمد الحارثي ( ٢٠٠٢ ) . العادات العقلية وتنميتها لدى التلاميذ، الرياض، مكتبة الشقري.
- أبو الحسن عبد الموجود(٢٠٠٥) . إدراك الأخصائيين لنظام الجودة الشاملة في المؤسسات التعليمية مع تصور لبرنامج تدريبي، المؤتمر العلمي الثامن عشر، كلية الخدمة الاجتماعية جامعة حلوان.
- أحمد إسماعيل حجي (١٩٩٨). الإدارة التعليمية والإدارة المدرسية، القاهرة : دار الفكر العربي.
- أحمد جميل عايش(٢٠٠٨). تطبيقات في الإشراف التربوي، عمان: دار المسيرة.
- احمد زقاوة (٢٠١٤). محددات النجاح الدراسي : مقارنة سوسيو- سيكولوجية ، مجلة دراسات نفسية وتربوية،ع(١٢) ص٤٢- ٧٨ .
- أحمد عبد طوفان نياب (٢٠١٥) . أثر برنامج تدريبي قائم على عادات العقل في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة المتوسطة بدولة الكويت، المؤسسة العربية للاستشارات العلمية وتنمية الموارد البشرية.٢٠٤-٢٤٥.
- أحمد غنيمي مهنوي، عفاف محمد توفيق(٢٠٠٤) . دراسة تحليلية لأهم الاتجاهات الحديثة في صيغ التعليم الموازي "مدرسة المجتمع ومدرسة الفصل الواحد ، كلية الدراسات العليا، جامعة القاهرة،١٢(٢)، ٣٩ - ٧٨.
- أحمد محمد فالح (٢٠١٧).أثر أنماط الشخصية لدى الوالدين على مستوى الكفاءة الشخصية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الكويت. مجلة الرواق، المركز الجامعي غليزان، مخبر الدراسات الاجتماعية والنفسية والانثروبولوجية،(٩)،٧-٣٠.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

- .....
- المعتز بالله ، زين الدين محمد (٢٠١٨). فاعلية التدريس الاستقصائي المرتكز حول  
المشكلة العلمية في تنمية مهارات اتخاذ القرار والكفاءة البحثية لدى تلاميذ  
المرحلة الإعدادية، الجمعية المصرية للتربية العملية. ٢١ (٨)، ١-٣٩.
- إيمان عصفور (٢٠٠٨). برنامج مقترح لتنمية بعض عادات العقل والوعي بها  
للطالبات المعلمات شعبة الفلسفة والاجتماع، مجلة الجمعية التربوية للدراسات  
الاجتماعية، (١٥)، ١٥٥-٢١٠.
- إيمان عبد الحميد (٢٠١٢) . برنامج إرشادي قائم على استراتيجيات التفكير الإيجابي  
لخفض بعض المشكلات السلوكية لدى أطفال المؤسسات الإيوائية ،مجلة  
الطفولة والتربية ، (١٢)١ ص ٢٦٧ - ٢٦٨ .
- باسيت (٢٠٠٥) . إعادة هندسة المدارس في القرن ٢١، (ترجمة:محمد نبيل)، القاهرة:  
الدار المصرية اللبنانية.
- بدر محمد الأنصاري ( ٢٠٠٢ ) . قياس التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها ببعض متغيرات  
الشخصية، لدى طلاب  
جامعة الكويت، مجلة حوليات كلية الآداب والعلوم الاجتماعية، الحولية ٢٣ ، جامعة  
الكويت.
- بهيرة شفيق إبراهيم (٢٠١٦). فاعلية برنامج قائم على عادات العقل لتنمية مهارات  
التفكير التأملي والتواصل الرياضياتي لدى تلاميذ الصف السادس  
الابتدائي،مجلة تربويات الرياضيات، الجمعية المصرية لتربويات  
الرياضيات،(٨)١٩، ١٥٨-٣٤١ .
- توفيق أحمد مرعي ومحمد بكر نوفل(٢٠٠٨) ، ثاني حسين الشمري (٢٠١٤) ،  
محمد عمي العسيري(٢٠١٦). (موجودة في ملف عادات العقل) .
- حامد عمار (٢٠٠٣).تعليم الكبار في سياق الموجة الحضارية الثالثة، مجلة أفاق  
جديدة لتعليم الكبار، س١، ع ١٤ ،مركز تعليم الكبار ، جامعة عين شمس،  
القاهرة .
- حسام مازن(٢٠١١). عادات العقل واستراتيجيات تفعيلها،المجلة  
التربوية،(٢٨)، ٣٣١-٣٥٤.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

- 
- حسن أبو رياش، زهرية عبد الحق (٢٠٠٧). علم النفس التربوي (للطالب الجامعي والمعلم الممارس)، عمان، دار المسيرة.
- حسني هاشم الهاشمي (٢٠١١). تطوير منهج علم الاجتماع في ضوء نموذج هنكز لتنمية عادات العقل ومهارة إتخاذ القرار لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة دكتوراه، كلية التربية جامعة حلوان.
- الحميدى محمد الضيدان ( ٢٠١٩ ). التوجه الإيجابي نحو المستقبل وعلاقته بالإنجاز الأكاديمي لدى طلاب جامعة المجمع ، مجلة الدراسات الاجتماعية السعودية ، ٢٤ ، ص ٨٩-١١٢
- خالد محمد الربيعي (٢٠٠٥). أثر استخدام برنامج تدريبي قائم على عادات العقل وفق نظرية وستا في التفكير على دافعية الإنجاز لدى طلاب الصف الأول الثانوي بالمملكة العربية السعودية ، رسالة ماجستير، جامعة البلقاء التطبيقية بالمملكة الأردنية الهاشمية.
- رضا موسى عبد الله (٢٠١٩). فعالية برنامج تدريبي قائم على عادات العقل في تنمية المهارات اللغوية وأثره على الثقة بالنفس لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة بني سويف.
- رمضان علي حسن (٢٠١٦) فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل في تنمية التفاؤل لدي ذوي صعوبات التعلم من تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٢٧ (١٠٧)، ٣٠٣ - ٣٦٧.
- رندا رضا العراقي (٢٠١٧). تنمية مهارات التفكير الإيجابي كمدخل لتحسين الكفاءة الاجتماعية والاكاديمية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، رسالة دكتوراه، كلية البنات للآداب والعلوم، جامعة عين شمس.
- روبرت صولو ( ٢٠٢١ ) . نظرية النمو ، " ترجمة ليلي عبود " ، ط٢، المنظمة العربية للترجمة .
- زينب محمود شقير ( ٢٠١٥ ) . بطارية تشخيص الخصائص الإيجابية في الشخصية ، القاهرة ، الأنجلو المصرية .
- سرية عبد الرزاق صدقي (٢٠١٢). الاستراتيجيات والأدوات الحديثة لتنمية ثقافة التفكير، بحث غير منشور، كلية التربية الفنية، جامعة حلوان ، القاهرة .

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

- سعدية شكري عبد الفتاح ( ٢٠١٤ ). نحو تعليم أفضل مهارات دراسية وعادات عقلية  
وذكاء وجداني،

القاهرة، المكتبة العصرية للنشر والتوزيع.

- سيد عبد الله عبد الفتاح (٢٠١٤) . فاعلية برنامج مقترح قائم على بعض عادات  
العقل المنتجة في تنمية مهارات اتخاذ القرار لدى تلاميذ الصف الخامس  
الابتدائي، مجلة تربويات الرياضيات، ١٧(١٤)، أبريل، ١٦٥-٢٢٠.

- صفا أحمد (٢٠١١). تصور مقترح لمنهج الدراسات الاجتماعية في ضوء نموذج  
الفورمات وأثره على تحصيل المفاهيم وتنمية العادات العقلية والحس الوطني  
لدى تلاميذ الصف الأول الإعدادي، مجلة الجمعية التربوية للدراسات  
الاجتماعية، (٣٥)، ١٦٦-٢٠٠.

- طلعت عبد الحميد (٢٠٠٢). العولمة ودور التربية في الحفاظ على القيم العربية  
الأصلية وتنمية المهارات الحياتية، تونس، المنظمة العربية للتربية والثقافة  
والعلوم، إدارة التربية.

- عادل ريان (٢٠١٠). دلالة التمايز في مستويات التفكير التأملي لدى طلبة الصف  
العاشر الأساسي في ضوء فاعلية الذات الرياضية ، مجلة جامعة القدس  
المفتوحة للأبحاث والدراسات، (٢٠)، ٤٩-٧٩.

- عبد الرازق محمود (٢٠١٢). برنامج قائم على معايير التدريس الحقيقي لتنمية مهارات  
معلمي اللغة العربية الإبداعية وعادات العقل المنتج لدى تلاميذهم، المجلة  
العلمية لكلية التربية، جامعة أسيوط، ٢٨(١)، ٥١٦-٦١١.

- عبد الله إبراهيم محمد (٢٠٠٨). عادات العقل والفاعلية الذاتية لدى طلبة الصفين  
السابع والعاشر في الأردن وارتباطهما ببعض المتغيرات الديمغرافية، رسالة  
دكتوراه، كلية الدراسات التربوية والنفسية العليا، جامعة عمان العربية للدراسات  
العليا.

- على أسعد وطفة (٢٠٠٧). عادات العقل، WWW.Watfa.net.

- علا سيد عبدالساتر، منى حسن السيد بدوي، عاصم عبدالمجيد كامل، ( ٢٠٢١ ).  
أثر برنامج قائم على عادات العقل في تحسين جودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة  
الابتدائية ذوي صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية، المجلة الدولية للعلوم

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

التربوية والنفسية المؤسسة العربية للبحث العلمي والتنمية البشرية ، ع ٦٦ ، مج  
٤٨ ، ص ١٢-٥١ .

- عوشة محمد سعيد مديرج (٢٠١٤) . برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتحسين التوافق  
النفسي وأثره على التوجه نحو المستقبل لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية  
بدولة الإمارات، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس .

- فوقية عبدالفتاح (٢٠٠١) . أثر برنامج لتنمية التوجه الدافعي الداخلي على تحسين  
الكفاءة الأكاديمية والأدائية لدى الطالب المعلم ، مجلة التربية، جامعة  
الأزهر، (١٠١)، ١٧٧-٢٣١ .

- ليلي عبد الله حسام الدين (٢٠٠٨) . فاعلية إستراتيجية (البداية/الاستجابة/التقويم) في  
تنمية التحصيل وعادات العقل لدى تلاميذ الصف الأول الإعدادي في مادة  
العلوم، المؤتمر العلمي الثاني عشر للتربية العملية، التربية العملية والواقع  
المجتمعي، جمهورية مصر العربية، ص ١-٤٠ .

- ماهر حسن المحروق (٢٠٠٩) . دور اقتصاد المعرفة في تعزيز القدرات التنافسية  
للمرأة العربية ، ورقة عمل مقدمة إلى ورشة العمل القومية تنمية المهارات  
المهنية والقدرات التنافسية للمرأة العربية التي تعقدها منظمة العمل العربية  
في دمشق ، الجمهورية العربية السورية ٦ - ٨ / ٧ / ٢٠٠٩ ، ص ٩ .

- محمد أحمد الدريج (٢٠٠٦) . الكفايات في التعليم: من أجل تأسيس علمي للمنهج  
المندمج، مجلة جامعة دمشق، ٢٦ (٣) .

- محمد بكر نوفل (٢٠٠٨) . تطبيقات عملية في تنمية التفكير باستخدام عادات  
العقل، عمان ، دار المسيرة .

- محمد بكر نوفل (٢٠١٠) . تطبيقات عملية في تنمية التفكير باستخدام عادات  
العقل، ط٢، عمان ، دار المسيرة . ص ٦٥ (ملحوظ نشوف الصفحات من كام  
لكام

- محمد عرفات عبد الواحد (٢٠١٢) . متطلبات تحقيق الشفافية في المنظمات غير  
الحكومية العاملة مع الشباب دراسة من منظور تنظيم المجتمع . مجلة دراسات  
في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة  
حلوآن .

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

- 
- محمد علي الخولي (١٩٨٠). قاموس التربية، لبنان، دار العلم للملايين.
- محمد علي علي (٢٠١٧). جهود طريقة تنظيم المجتمع في تفعيل مدارس التعليم المجتمعي لمواجهة التسرب الدراسي ، مجلة الخدمة الاجتماعية، ١٠(٥٨)، ١٧-٣٧.
- محمد نجيب الصبوة (٢٠١٠). دور علم النفس الإيجابي في تفعيل إجراءات الوقاية والعلاج النفسي ، مجلة دراسات عربية في علم النفس ٩(١) ، ٢٥ - ١ .
- محمد نسيم علي(٢٠١٦). التوأمان الكفاءة والفاعلية.القاهرة، دار جوانا للنشر والتوزيع.
- مروة صادق أحمد (٢٠١٨).أثر برنامج تدريبي قائم على عادات العقل في خفض العنف المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس ، (٥٦) ٢٤٦-١٩٩ .
- مطلق عيد هذال (٢٠٠٤).أثر طريقة التعلم بمساعدة الحاسوب في زيادة كفاءة الأداء في التلاوة، وأحكام التجويد، والتفسير لدى طلبة الصف الرابع المتوسط ، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليج العربي، البحرين.
- ملك زعلوك(١٩٩٧). مدارس المجتمع - طرائق بديلة للتعليم الأساسي ، ترجمة ؛ فاروق حرار، القاهرة، اليونوسيف .
- منار عبد الحميد السواح (٢٠١١).فاعلية برنامج تدريبي لتنمية ببعض عادات العقل المنتجة لدى مجموعة من الطالبات المعلمات برياض الأطفال ، مجلة العلوم التربوية،معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة،١٩(٣)،٥٣-٩٧ .
- مندور عبد السلام فتح الله (٢٠٠٩).فاعلية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو في تنمية الاستيعاب المفاهيمي في العلوم وعادات العقل لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي بالمملكة العربية السعودية، الجمعية المصرية للتربية العملية،مجلة التربية العملية،١٢(٢)،٨٣-١٢٥ .
- منى أحمد حسين (٢٠١٦).تطوير التعليم المجتمعي في مصر في ضوء المعايير العالمية ، رسالة ماجستير،كلية التربية ، جامعة أسيوط .
- ناديا هائل السرور(٢٠٠٥). تعليم التفكير في المنهج المدرسي،عمان، دار وائل للنشر.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

-----  
- ناصر السيد عبد الحميد (٢٠١١). استخدام أستوديو التفكير في تدريس الرياضيات  
لتنمية عادات العقل المنتج ومستويات التفكير التأملي لدى التلاميذ الصف  
الأول الإعدادي، مجلة دراسات في المناهج وطرق التدريس، (١٧٣)، ١٠٣-  
١٤٧.

- نشرة الجهاز المركزي للتعبئة العامة و الإحصاء للتعليم قبل الجامعي . ٢٠١٩ /  
٢٠٢٠

- نشوة كرم عمار ابو بكر وحنان حسين محمود ( ٢٠٢٠ ). فاعلية برنامج إرشادي  
لتنمية التوجه الإيجابي نحو المستقبل كمدخل لتحسين المرونة الأكاديمية لدى  
عينة من طالبات جامعة القصيم ، جامعة الإسكندرية ، كلية الآداب ، ص ١-  
٣٦ .

يمني أحمد عتوم، حسين محمد عتوم(٢٠١٤). درجة تطبيق المدرسة المجتمعية ومعوقات  
ذلك من وجهة نظر مديري ومديرات المدارس الحكومية في محافظة جرش،  
مجلة جامعة النجاح للأبحاث- العلوم الإنسانية، جامعة النجاح  
الوطنية، ٢٨(٤)، ٧٠٧-٧٤٠.

يوسف قطامي(٢٠٠٧). ثلاثون عادة عقل، عمان، دار ديبونو .

### المراجع الأجنبية:

- Admire. (2011). How a positive your Immune System,  
www.Psycholog.about.com
- Bissell-Harvan, J. & Loken, E. (2009). The role of friends in early  
adolescents' academic self-competence and intrinsic value for  
math and English, Journal Youth Adolescence,38,41-50.
- Burgess,J(2012). The impact of teaching thinking skills as habits of  
mind to young  
children with challenging behaviours.Journal Emotional and Behavioural  
Difficulties,17, Issue 1,47-63.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

Cite as: Koura, A. A., & Zahran, F. A. (2017). Using Habits of Mind to Develop EFL Writing Skills and Autonomy, Arab World English Journal, 8 (4).

- Carl jung & BeatriceM.Hinkle (2013 ) Introvert and Extrovert Personality Traits: Two Classic Studies in Psychology , Libros Caribe 20- 45

-Costa,A.& Kallick,B.(2000). Discovering and Exploring Habits of Mind,Association for supervision and Curriculum Development. Alexandria, Victoria, USA.

-Costa,A., & Kallick, B. (2003).Activating and engaging habits of mind, Alexandria, VA: Association supervision and curriculum development.

-Costa,A., & Kallick, B.(2005). Describing (16) Habits of Mind.Alexandria,VA:  
Association for Supervision and Curriculum Development.

-Costa, A. (2007). Building a More Thoughtful LearningCommunity with Habits of Mind, (On-Line). Available, www. Habits of Mind.

- Costa, A. & Kallick, B. (2008). Learning and Leading with Habits of Mind : 16

Essential Characteristics for Success, Association for Supervision and Curriculum

Development, Alexandria, VA, USA.

Costa, A. & Lowery, L (1991): Techniques for Teaching Thinking. Pacific –

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
في ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

- .....
- Ediger,M.(2004). Evaluation of Community School Concept College,  
Academic  
journal article from College Student Journal,1(38).3-9.
- Feather,W.(2008).Infusing habits of mind in to lessons,(on line).  
Retrieved on July 20, 2012,WWW.eastzone comath.moe.edu.sg.
- Gall,S.(2006). Peer acceptance and black children's help-seeking in  
school,The  
Negro Educational Review,75,(1-2). 5-15.
- Kim, E.K., Furlong, M.J., Dowdy, E.(2019 ). Adolescents' Personality  
Traits  
and Positive Psychological Orientations: Relations with  
Emotional Distress and Life Satisfaction Mediated by School  
Connectedness(2019). Child Indicators  
Research, 12 (6). pp. 1951-1969.
- Langsten , R. ( 2016 ). Community based education in Egypt : is it  
achieving its stated goals ? ,Compare: Ajournal of Comparative  
and International,46 (3) . 457 – 478
- M.Uemura (2009). Community participation in Education: What do we  
know?, Washington,DC, the World Baik.
- Maguire,Sue(2000). Community school. Education leadership,57(6).18-  
21.
- Marlilyn,F.,Råsmussen (2010).Mixed- Age Groups in after-school and  
out – of school time programs,Cooperative Extension  
service,Soth University, USA, Succes .DAI –A 80/ 04 (E ). ISBN  
978-0-438-7399-2 P 142.
- Minzey,Jack,D.,Letarl,Clyde,E. Ltarl(1994).Reforming public schools  
through community education,Dubuque,Lowa.

- .....
- Myles,P.; Hassan,S.; Rooney,R.;Kane,R.& Mohd, Z.(2014 ). The efficacy of the enhanced Aussie Optimism positive Thinking Skills Program in improving social and emotional learning in middle childhood, *Frontiers in Psychology*, 5,1:11.
- Peetsma, Thea & van der Veen, Ineke. (2011). Relations between - ,the development of future timeperspective in three life domains investment in learning, and academic achievement, *Learning and Instruction journal*, 21 (3). 481–494.
- Raj,K.(2009).Mathematics anxiety,mathematics performance and academic hardiness in high school students,*Journal of education science*,1(1).330-377.
- Ryff, CD., Dienberg Love, G., Urry., H.L., Muller, D., Rosenkranz, M.A., Friedman, E.M., Davidson,R.J., Singer, B.(2006). Psychological well –being & ill – being ; do they have distinct or mirrored biological corre;ates ?, *psychotherapy & psychosomatics*, 75, 85-95.
- Robert Solow,1988 Solow, Robert (1988). *Economic Growth Theory: An Exposition*, Oxford University Press
- Shaobing Su, Xiaoming Li, Danhua Lin, & Maoling Zhu. (2017). Future Orientation, Social Support, and Psychological Adjustment among Left-behind Children in Rural China: A Longitudinal. ORIGINAL RESEARCH article *Front. Psychol*, 02 August 2017 , <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01309>.
- Sizer & Meier(2007).Habits of mind, (On Line).Retrieved on December,20.www.essential schools.org.

فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة  
فى ضوء متطلبات اقتصاد المعرفة لدى تلاميذ المدارس المجتمعية

- 
- Scheier ,M,F , & Carver ,C,S (1987) :Optimism ,coping and health Assessment and implications of generalizied outcome expectancies Health Psychoiogy , 4 ,219\_247.
  - White, A. & Wood, C. (2009). Apractical guide to Implementing Costa and Kallick' Habits of mind into any Educational Institute, Paper presented at the 14th International Conference on Thinking. Malaysia. 47-62.
  - Zisimpoulos,D. & Galanki,E (2009). Academic intrinsic motivation and perceived academic competence in Greek elementary students with and without learning disabilities, Learning Disabilities Research & Practice, 24(1). 3-43. WWW,Vb,elmstion .com/ t207682.
- Grove CA: Critical Thinking Press and Software..