



فاعلية برنامج تدريبي في تنمية بعض عادات العقل ومستوى الطموح الأكاديمي
لدى طالبات كلية التربية بجامعة القصيم

إعداد

د/ وسيمة عمر محمد زكي

أستاذ علم النفس المساعد كلية التربية - جامعة القصيم

المجلد (٦٨) العدد (الرابع) الجزء (الأول) أكتوبر ٢٠١٧م

ملخص البحث باللغة العربية :

هدفت الدراسة الحالية إلى إعداد برنامج لتنمية بعض عادات العقل (المثابرة، والتفكير ما وراء المعرفي، المرونة العقلية، الاستعداد للتعلم المستمر)، والكشف عن فاعلية هذا البرنامج في تنمية عادات العقل ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة الدراسة . ولتحقيق هذه الأهداف والوصول للإجابة على تساؤلات البحث تم تطبيق الأدوات وهي البرنامج التدريبي لتنمية عادات العقل من إعداد الباحثة ، ومقياس عادات العقل من إعداد يوسف حجيرات، ومقياس مستوى الطموح الأكاديمي من إعداد سناء الجبوري، على عينة البحث التي تكونت من (٣١) طالبة من طالبات قسم علم النفس بكلية التربية جامعة القصيم بالمستوى السابع ، وقد توصلت الدراسة للنتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الأداء القبلي والأداء البعدي في كل من عادات العقل الأربعة لصالح الأداء البعدي . وكذلك وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الأداء القبلي والأداء البعدي في مستوى الطموح الأكاديمي لصالح الأداء البعدي . كما وجدت علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين عادات العقل و مستوى الطموح الأكاديمي . وقد أوصت الدراسة بالتدريب على البرنامج لتنمية عادات العقل ومستوى الطموح الأكاديمي، ووجهت الانتباه لضرورة إدراج برامج تنمية عادات العقل ضمن نظام التعليم الجامعي، وتدريب أعضاء هيئة التدريس على كيفية استخدامها لتنمية عادات العقل لدى طلابهم .

Abstract :**Impact training program in the development of some of the habits of mind and the level of ambition among academic students of the College of Education at the University of Qassim**

The current study aimed to Prepare a program for the development of certain habits of mind (perseverance, and metacognitive thinking , flexible thinking , readiness for continuous learning). Detect the Impact training program in the development of some of the habits of mind and the level of academic ambition among the study sample .To achieve these goals and access to answer questions search , tools were used and the training program to develop the habits of mind which prepared by the researcher, mind habits scale prepared by Yusuf Hujirat and ambition level of academic prepared by Sana Al-juboori, sample research tools applied formed from (31) a student of Psychology Department, Faculty of Education at Qassim University to the seventh level.

The study reached to the following results : Statistical significant differences between averages of before performance and after performance in each of the four mind habits for after performance. Statistical significant differences between averages of before and after performance degrees in academic ambition level for after performance. A correlation significant between the habits of mind and academic ambition level. The study recommended training program to develop the habits of mind and academic ambition level and drew to mind habits development programmes should be included within the system of university education and training faculty members on how to use them to develop habits of mind among their students.

يعتبر موضوع العادات العقلية من المواضيع الحديثة ، فالاهتمام بتنمية عادات التفكير الصحيحة لدى الطلاب أو ما يطلق عليه العادات العقلية ، يساعد الطالب على مواجهة مشكلاته بكل سهولة ويسر، ويساعده أيضاً على تقدمه العلمي وتنمية قدراته العقلية، وتطوير مهارات التفكير لديه ، فالفرد ليس المطلوب منه استخدام تفكيره وقدراته العقلية في موقف محدد فقط ؛ ولكن يجب أن يستخدم تفكيره وقدراته العقلية في كل المواقف وأن تصبح عادة في حياته اليومية؛ حيث يرى (Marzona,2003,31) أن العادات العقلية الضعيفة ستؤدي إلى تعلم ضعيف، ويكون الفرد غير قادر على مواجهة المواقف المختلفة، وأنه إذا لم يُنمَّ لدى المتعلم عادات عقلية قوية يصبح المتعلم غير فاعل . كما يشير (Costa,2001,12) إلى أن إهمال استخدام عادات العقل يسبب الكثير من القصور في نتائج العملية التعليمية، فالعادات العقلية ليست امتلاك المعلومات بل هي معرفة كيفية العمل بها واستخدامها أيضاً، فهي نمط من السلوكيات الذكية تقود المتعلم إلى إنتاج المعرفة وليس استذكارها أو إعادة إنتاجها على نمط سابق.

ومن خلال استعراض الأدبيات التي تناولت موضوع عادات العقل يمكن استشفاف وجود علاقة ما بين متغيري عادات العقل ومستوى الطموح ، حيث يرى محمد بكر نوفل (٢٠١٠ ، ٦٨) أن العادات العقلية هي مجموعة المهارات، والاتجاهات، والقيم، والخبرات السابقة، والميول، التي تمكن الفرد من بناء تفضيلات من السلوكيات الذكية، بناءً على المثيرات التي يتعرض لها .

وفي تصنيف 1998 , Marzano للعادات العقلية المنتجة أوضح أن التنظيم الذاتي مكون من مكونات العادات العقلية . وقد حددت ولاية نيو جيرسي ستة أهداف في مجال العادات العقلية وأبعاد التعلم منها هدف توظيف مهارات الإدارة الذاتية، والقدرة على تطوير مهارات التخطيط للحياة وسوق العمل .

(إبراهيم الحارثي، ٢٠٠٢)

ومما لا شك فيه أن الشخص الطموح يحتاج لمهارات التنظيم والإدارة الذاتية، والقدرة على التخطيط للحياة وسوق العمل . وقد قام (Covey , 2007) بدراسة تاريخية للشخصيات الفاعلة والناجحة والمميزة مستخلصاً أهم السلوكيات الذكية التي تميزوا بها، حيث توصل إلى سبع عادات تؤدي إلى النجاح المستمر والفعال في الحياة . ومن هذه العادات أن يبدأ الفرد العمل وعينه على ما يصبو إلى تحقيقه من أهداف، حيث أن اعتياد الفرد على وضع أهداف يطمح إليها سيقوده إلى تحقيقها بكفاءة ويسر .

و يشير جابر عبد الحميد و علاء الدين كفاي (١٩٩٥، ٢٦) أن مستوى الطموح هو المعيار الذي يضعه الفرد لتحديد أهدافه، حيث أن مستوى الأداء الذي يتطلع الفرد لبلوغه ومستوى الطموح مكون هام من مكونات صورة الفرد عن نفسه، ويعكس تقويمه لذاته فالنجاح يرجع إلى ارتفاع مستوى الطموح ، بينما الفشل يرجع لانخفاضه . كما يؤكد أيمن رمضان زهران (٢٠١٢ ، ١٧٦) أن انخفاض مستوى الطموح يرتبط ببطء التعلم مما ينتج عنه بعض الاضطرابات النفسية الأخرى كانهماض تقدير الذات والقلق، إضافة لانخفاض المستوى الدراسي وتوقعات المعلمين بالنسبة للطالب .

ومن هنا يسعى البحث الحالي إلى تنمية أربعة من عادات العقل هي (المرونة العقلية، المثابرة، التفكير ما وراء المعرفي ، الاستمرار في التعلم) و معرفة أثر ذلك على مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات من خلال برنامج تدريبي يهدف إلى ذلك .

مشكلة البحث

لقد أصبح من الضروري إكساب الطلاب مجموعة من العادات العقلية لمواجهة الجديد والحديث في هذا العصر الذي يتسم بالتغير والانفتاح على الثقافات المختلفة وتنمية قدرتهم على مواجهة المواقف و المشكلات التي ستواجههم في المستقبل، حيث أكدت إيمان عصفور (٢٠٠٨ ، ١٥٦) أن امتلاك الطلاب لأنواع من عادات العقل يسهم في تحقيق حياة منتجة، ومحقة للذات .

ولقد لاحظت الباحثة خلال عملها ضعف استخدام الطالبات لعادات العقل وأيضاً ضعف مستوى طموحهن مما أثار لدى الباحثة الاهتمام بمحاولة تنمية عادات العقل لدى الطالبات من خلال برنامج تدريبي، ومعرفة أثر ذلك على مستوى طموحهن . وبالرغم من اهتمام العديد من الدراسات السابقة بدراسة عادات العقل، إلا أنه لا توجد دراسة - على حد علم الباحثة - اهتمت بتنمية عادات العقل و أثرها على مستوى الطموح الأكاديمي، مما دعى الباحثة لاستخدام برنامج تدريبي يهدف إلى تنمية أربعة من عادات العقل، ومعرفة أثر ذلك على مستوى طموحهن الأكاديمي . ولقد تم اختيار أربعة من عادات العقل التي يحتاجها الإنسان الطموح، وهي (المثابرة، التفكير بمرونة، الاستعداد للتعلم المستمر والتفكير ما وراء المعرفي)، لتدريب الطالبات عليها. حيث أكدت حكمت عبد المنعم (٢٠١٥ ، ١٣) على أن بعض الطلاب ليس لديهم أفكار عن كيفية مواجهة المشكلات، وأغلبهم غير قادرين على شرح كيفية صنع قراراتهم .

وأكدوا (Costa & Kalllic, 2003,1,3 , 29, 39) أن التفكير ما وراء المعرفي هو القدرة على تخطيط منهجيات مطورة في بناء معلومات جديدة و إعادة إنتاجها، وأن يصير المرء أكثر إدراكاً لأفعاله وتأثيرها في الآخرين وفي البيئة . كما أكدوا على ضرورة امتلاك الفرد للعادات العقلية كالمثابرة، والمرونة، والتعلم المستمر، والتفكير ما وراء المعرفي؛ التي ترشده عبر حياته كي يسلك سلوكاً نكياً. مما يجعله أكثر فاعلية ونجاحاً في علاقاته مع الآخرين، لذا يجب اكتساب هذه العادات وتطويرها وإدخالها ضمن العادات الشخصية بصورة أفضل . وترى حكمت عبد المنعم (٢٠١٥ ، ص ١٥) أن عادات العقل هي ألوان من السلوك يحتاجها الفرد بصورة ثابتة ومستمرة كي يتوصل إلى التصرف الذكي المناسب لمشكلة ما لمواجهة مواقف الحياة المختلفة .

ولقد لفت انتباه الباحثة أنه عندما يتم تكليف الطالبات بمهام ضمن أنشطة المقررات التدريسية، فإن بعض الطالبات ينخفض لديهن المثابرة بما تضمنه من صبر وإصرار لإنهاء هذه المهام، بالإضافة إلى افتقارهن للمرونة في التفكير، والقدرة على التعلم المستمر، وكذلك انخفاض استخدامهن لمهارات التفكير ما وراء

المعرفى بما تضمنه من تخطيط، ومراقبة وتقييم . ولذلك تم التركيز على هذه العادات العقلية الأربعة ومحاولة تنميتها من خلال البرنامج التدريبي المقترح . كما لاحظت الباحثة أيضاً انخفاض مستوى الطموح الأكاديمي لديهن وظهر ذلك بوضوح فى طلبهن الدائم للأساتذة بالحذف من المقرر رغبة فى التلخيص من أجل تسهيل حفظ المقررات أو التحديد للأجزاء موضع أسئلة الاختبارات، وفى عدم مذاكرتهن للدروس إلا عند وقت الاختبارات فقط، حيث اقتصر هدفهن على النجاح فى الاختبارات وتحصيل الدرجات دون طموح أكاديمي حقيقى، مما دعى لضرورة تدريبهن على المثابرة، والتخطيط، والمراقبة، والتقييم ومرونة التفكير، والقدرة على التعلم المستمر لمحاولة رفع مستوى الطموح الأكاديمي لديهن .
وتتبلور مشكلة البحث فى التساؤلات الآتية :

- ١- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين الأداء القبلي والأداء البعدى لدى عينة البحث فى عادات العقل ؟
 - ٢- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين الأداء القبلي والأداء البعدى لدى عينة البحث فى مستوى الطموح ؟
 ٣. هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين كل من عادات العقل الأربعة ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة البحث ؟
- أهمية البحث :**

أولاً : الأهمية النظرية وتتمثل فى :

- ١- إلقاء الضوء على أهمية تنمية العادات العقلية التى لها صلة وثيقة بالطموح الأكاديمي سعياً لرفع مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطلاب .
- ٢- أهمية العينة وهى من طالبات كلية التربية قسم علم النفس، لما لطالبات كليات التربية من أهمية خاصة لإعدادهن للعمل فى مجال التربية والتعليم مستقبلاً وتأثيرهن فى أجيال متعاقبة .
- ٣- عدم وجود دراسات سابقة - على حد علم الباحثة - تناولت عادات العقل ومستوى الطموح الأكاديمي معاً .

ثانياً : الأهمية التطبيقية وتمثل فى :

- ٤- مساعدة الطالبات على السلوك بطريقة ذكية فى المواقف الحياتية المختلفة بشكل عام، من خلال تنمية عاداتهن العقلية ومستوى طموحن الأكاديمي.
- ٥- توجيه أنظار القائمين على تطوير برامج كليات التربية بأقسامها المختلفة لضرورة تضمين برنامج لتنمية عادات العقل ضمن هذه البرامج .

أهداف البحث :

يهدف البحث الحالى إلى :

١. إعداد برنامج لتنمية بعض عادات العقل (المثابرة، التفكير ما وراء المعرفى، التفكير بمرونة، الاستعداد للتعلم المستمر) .
٢. الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات الأداء القبلى والأداء البعدى فى عادات العقل (المثابرة و التفكير ما وراء المعرفى، التفكير بمرونة، الاستعداد للتعلم المستمر) لدى عينة الدراسة .
٣. الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات الأداء القبلى والأداء البعدى فى مستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة الدراسة .
٤. الكشف عن العلاقة بين عادات العقل ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة الدراسة .

المصطلحات :

١- عادات العقل : Habits of Mind

عرفا (Costa & Kallic 2004) عادات العقل بأنها نمط من السلوكيات الذكية التي تقود الفرد إلى أفعال منتجة، وتتكون نتيجة استجابة الفرد إلى المشكلات والتساؤلات التي تحتاج إلى حلول وإجابات، وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على فقرات عادات العقل. واقتصرت الدراسة الحالية على أربعة من عادات العقل هي :

أ- المثابرة : Persisting

هى عادة عقلية تعنى التزام الأفراد بالمهمة الموكولة إليهم إلى حين أن تكتمل ولا يستسلمون بسهولة للصعوبات التي تعترض سير عملهم .

ب- التفكير بمرونة : Flexibility Thinking

هو أحد عادات العقل، ويعنى قدرة الأفراد على تغيير آرائهم إذا تلقوا بيانات إضافية، وأداء أنشطة متعددة فى آن واحد، واستخدام أساليب جديدة لحل المشكلات.

ج - التفكير وراء المعرفى Metacognition thinking

هو أحد العادات العقلية، ويعنى قدرة الفرد على التخطيط لمهاراتهم فى التفكير والتأمل فى استراتيجياته وتقييمها . (محمد بكر نوفل ، ٢٠١٠)

كما عرفه فتحى جروان (١٩٩٩) بأنه عمليات تحكم عليا وظيفتها التخطيط والمراقبة والتقييم لأداء الفرد فى حل المشكلة ، وهى مهارات تنفيذية مهمتها توجيه مهارات التفكير المختلفة فى حل المشكلة وإدارة تلك المهارات، وهى أحد مكونات السلوك الذكى ومعالجة المعلومات .

د- الاستعداد المستمر للتعلم Readiness for continue learning

هو أحد عادات العقل ويعنى ميل الأفراد لطرح التساؤلات ، وحب الاستطلاع والانفتاح على التعلم باستمرار (محمد بكر نوفل ، ٢٠١٠)

التعريف الإجرائى لعادات العقل :

تعرف عادات العقل إجرائياً بالدرجة التى تحصل عليها الطالبة فى مقياس عادات العقل المستخدم فى الدراسة الحالية .

٢- مستوى الطموح الأكاديمى : Level of Academic ambition

عرفه Frank 1998 بأنه توقعات الشخص وأهدافه ومطالبه المرتبطة بإنجازه المستقبلى .

كما عرفه رحيم عبد الله جبر الزبيدى (٢٠٠٩) بأنه بذل الجهد اللازم من أجل تحقيق المستوى العلمى الذى يطمح له الطالب الجامعى لتحقيقه فى المستقبل .

وعرفته رجاء الخطيب (١٩٩٠ ، ص ١٥٢) بأنه طاقة إيجابية دافعة وموجهة نحو تحقيق الهدف المرغوب .

ويعرف مستوى الطموح الأكاديمى إجرائياً بأنه الدرجة التى تحصل عليها الطالبات من خلال استجاباتهم على مقياس مستوى الطموح الأكاديمى .

التعريف الاجرائى لمستوى الطموح الأكاديمى :

يعرف مستوى الطموح الأكاديمى بالدرجة التى تحصل عليها الطالبة فى مقياس الطموح الأكاديمى المستخدم فى الدراسة الحالية .

الإطار النظرى والدراسات السابقة :

أولاً : عادات العقل :

١- مفهوم العادات العقلية :

يقصد بالعادات العقلية العادات التى تدير وتنظم وترتب العمليات العقلية وتضع نظام الأولويات لهذه العمليات بشكل سليم، فتساعد فى تصحيح مسار الإنسان فى الحياة . فالعادات العقلية هى التى ترتب شئون العمل وأولوياته وتضعها فى مسارها الصحيح . (إبراهيم أحمد مسلم الحارثى ، ٢٠٠٢ ، ١٣)

ويرى يوسف قطامى (٢٠٠٥) أن عادة العقل مهارة يمكن التدريب على أدائها وممارستها إلى أن تصل إلى مرحلة العادة، وهى عبارة عن تفكير منظم يتضمن آليات واستراتيجيات مرتبطة بهدف ثم التخطيط بوعى لتحقيقه .

٢- الأهمية التربوية للعادات العقلية :

تدعو أساليب التربية الحديثة أن تكون العادات العقلية مثل عادات الأكل والشرب والنوم، فينبغى أن يعتاد الفرد استعمال الاستراتيجيات الفكرية قبل أن يقوم بأى عمل من أعماله . حيث أن يعانى كثير من الناس أن استراتيجيات التفكير ومهاراته تختلف عن العمل.(إبراهيم أحمد مسلم الحارثى ، ٢٠٠٢ ، ١٢)

ويؤكد Tishman,2000 أن تعلم العادات العقلية يرجع إلى الأسباب الأربعة

التالية :-

(١) تركز عادات العقل على الشخصية وتؤكد على المواقف والعادات

وصفات الشخصية إضافة إلى المهارات المعرفية .

(٢) تشتمل العادات العقلية على الأدوار المختلفة التى تؤديها العواطف فى

التفكير الجيد.

(٣) تهتم عادات العقل بالحساسية للمشكلات التى تشكل سمة رئيسة من

سمات السلوك الذكي .

٤) تشكل عادات العقل مجموعة من السلوكيات الفكرية التي تدعم الفكر النقدي و الإبداعى ضمن المواضيع المدرسية و عبرها وما بعدها. كما يؤكد Beyer , 2003 أن العادات العقلية يجب أن يمارسها المتعلم مراراً و تكراراً، حتى تصبح جزءاً من طبيعته، وأن أفضل طريقة لاكتساب و تنمية هذه العادات هي تقديمها إلى الطلاب ، و ممارستهم لها في مهمات تمهيدية بسيطة، ثم تطبيقها على مواقف أكثر تعقيداً.

كما أكدت دراسة Tishman& Perkins,1997 فعالية استخدام القصص الحكايات في تشجيع الطلاب على ممارسة العادات العقلية، وأضاف Perkins,1999 أن الطلاب يكتسبون عاداتهم العقلية عندما يوضعون في مواقف تجبرهم على طرح التساؤلات والاستجابة للتحديات، والبحث عن حلول للمشكلات التي تواجههم، وتفسير الأفكار، وتقديم التبريرات المنطقية والبحث عن المعلومات.

٣- العلاقة بين العادات العقلية والذكاء:

أكد إبراهيم أحمد مسلم الحارثي (٢٠٠٢ ، ١٥) أن تنمية العادات العقلية لدى الطلاب يعنى نقل الذكاء من المستوى النظرى إلى المستوى العملى . ويؤكد مركز ديبونو (٢٠١٦) أن عادة العقل هي أداء يستخدم فيه الذكاء لمعالجة المعلومات والخبرات واستعمالها والاستفادة منها في مواقف مختلفة للوصول إلى حالة من الراحة والسرور، فهي عادة يقوم فيها الذهن بتشغيل آلياته للوصول إلى الإيقان . وتعد عادة العقل تفكير منظم، يتضمن آليات واستراتيجيات مرتبطة بهدف معين، ثم يتم التخطيط بوعى لتحقيق هذا الهدف، فالعادة تقود الذكاء باتجاه معين لاستخدام إمكانات الفرد وقدراته للوصول إلى الهدف .

٤- العلاقة بين العادات العقلية والمعرفة :

إن المعرفة تشكل وقود العادة ومادتها ، لذلك فالمعرفة تغذى مادة العقل وتنشطها وتنظمها والعادة تستغل هذا الوقود للوصول إلى :

١. أداء متقدم فى حل المشكلة .
٢. فكرة جديدة .
٣. استعمال غير مألوف
٤. تنظيم وفق نمط جديد .

والمعرفة لا تصلح لأن تبقى مورداً دائماً دائماً للعادة لذلك فهي بحاجة إلى التطوير والتغيير والشحذ للوصول إلى عادة أكثر دقة ومهارة تسمى عادة الخبير . (مركز ديونو لتعليم التفكير ، ٢٠١٦)

٥- خصائص عادات العقل :

١. نامية وقابلة للتطور .
٢. يمكن أن تصل إلى مهارة آلية بوعى وتحكم وتخطيط وتعديل مستمر .
٣. يمكن أن تصل إلى ذلك بالتدريب المناسب ، والاستعداد مع وجود هدف واضح . (مركز ديونو لتعليم التفكير ، ٢٠١٦)

٦- تصنيفات العادات العقلية :

(أ) تصنيف Costa & Kallik , 2000 :

- المثابرة والإصرار على المواصلة .
- إدارة التهور أو الأزمات .
- الاستماع بتفهم وتعاطف .
- التفكير المرن .
- التفكير في التفكير أو معرفة ما وراء التفكير (التفكير ما وراء المعرفي)
- الكفاح من أجل الدقة .
- التساؤل وطرح المشكلات .
- تطبيق المعرفة السابقة في مواقف جديدة .
- التفكير والتواصل بوضوح وضبط .
- جمع المعلومات عن طريق الحواس جميعها .
- الإبداع والتخيل والابتكار .
- الاستجابة مع الإعجاب والرهبة من الله .
- تحمل المسؤولية والمخاطرة .
- الظرف أو المرح أو إيجاد الدعابة .
- التفكير المترابط (التفكير التبادلي) .
- الانفتاح لاستمرارية التعلم (الاستعداد الدائم للتعلم المستمر)

(ب) تصنيف Marzano , 1992

قدم مارزانو تصنيفاً أطلق عليه عادات العقل المنتجة Productive Habits of Mind وهو كالتالي :

(١) تنظيم الذات :

- وعى الفرد بتفكيره .
- التخطيط .
- الوعي بالمصادر الضرورية .
- حساسية الفرد للتغذية الراجعة واستجاباته للآخرين .
- تقويم الفرد لمدى فاعلية أعماله .

(٢) التفكير الناقد :

- أن يكون الفرد متحرياً للدقة .
- الوضوح .
- التفنح العقلي .
- مقاومة الضغوط .
- اتخاذ المواقف والدفاع عنها .
- الإحساس بالآخرين .

(٣) التفكير الإبداعي :

- الاندماج في أداء المهام ، حتى لو كانت الحلول غير واضحة .
- توسيع حدود المعرفة والقدرة الذاتية .
- توليد الثقة والحفاظ على معايير التقويم الذاتية .
- توليد طرق جديدة للتعامل مع المواقف بعيداً عن الطرق التقليدية.

(ج) تصنيف Elias ,et.al.,1997**- الوعي بالذات :**

وتتضمن قدرة الفرد على التعرف على العاطفة الذاتية وتسميتها، والقدرة على فهم واستيعاب الظروف التي جعلته يشعر بتلك العاطفة

- **التنظيم الذاتى للعواطف :**

ويتضمن وصف الفرد لما يشعر به من حالات القلق والإحباط والغضب شفويًا، التحكم فى مشاعر الغضب والنزوات العاطفية، وتعرف الفرد على نقاط قوته وإظهارها .

- **الأداء والانضباط الذاتى :**

يتضمن تركيز المرء على العمل الذى يقوم به، وضع أهداف قصيرة الأمد وأخرى طويلة الأمد، تعديل الأداء فى ضوء التغذية الراجعة، تحريك الدوافع الإيجابية، وتنشيط الأمل والتفاؤل .

- **التعاطف واتخاذ المواقف :**

ويتضمن تطوير آليات زيادة التعاطف، والتعود على التركيز عند الاستماع، زيادة التعاطف والشعور بالآخرين، فهم وجهات نظر الآخرين ومشاعرهم .

- **المهارات الاجتماعية :**

وتتضمن تحكم العواطف فى العلاقات الاجتماعية ، التعبير بوضوح عن العاطفة، ممارسة القيادة والإقناع والحزم ، العمل فى مجموعات متعاونة ، إظهار الحساسية بالقضايا الاجتماعية ، ممارسة مهارات حل المشكلات واتخاذ القرارات ، الاستجابة للعقبات الاجتماعية بطريقة بناءة باستخدام مهارات حل المشكلات .

- **الإدارة الذاتية :**

وتتضمن ضبط النفس، المراقبة الذاتية، التعامل مع الضغوط والاجهاد، المثابرة، التوافق العاطفى، المكافأة الذاتية .

- **حل المشكلات واتخاذ القرارات :**

ويتضمن الإحساس بالمشكلة، الوعى بالمشاعر الذاتية، تبنى وجهة نظر محددة، وضع أهداف واقعية، الوعى بالاستراتيجيات التكيفية، التفكير فى الحلول البديلة، التفكير التتابعى، اتخاذ القرارات، التخطيط، التصرف القانونى .

- الاتصال :

ويتضمن فهم الاتصال غير اللفظي، إرسال الرسائل، استلام الرسائل، التوفيق بين الاتصال والموقف .

د) تصنيف Hyerle,1999

- خرائط عمليات التفكير :

وتتضمن مهارة طرح الأسئلة ، مهارة ما وراء المعرفة ، ومهارات الحواس المتعددة ، والمهارات العاطفية .

- العصف الذهني :

ويتضمن الإبداع ، وحب الاستطلاع، والمرونة، وتوسيع الخبرة .

- منظمات الصور :

وتتضمن المثابرة، والتنظيم، والضبط، والدقة .

هـ) تصنيف Daniels , 1999 :

- الانفتاح العقلي .

- العدالة العقلية .

- الاستقلال العقلي .

- الميل إلى الاستفسار أو الاتجاه النقدي .

٧- مكونات عادات العقل : (مركز ديونو لتعليم التفكير ، ٢٠١٦)

تتكون عادة العقل من :

- القدرة : وتعنى التركيز الذهني .

- الممارسة : يقصد بها القيام بالأداء .

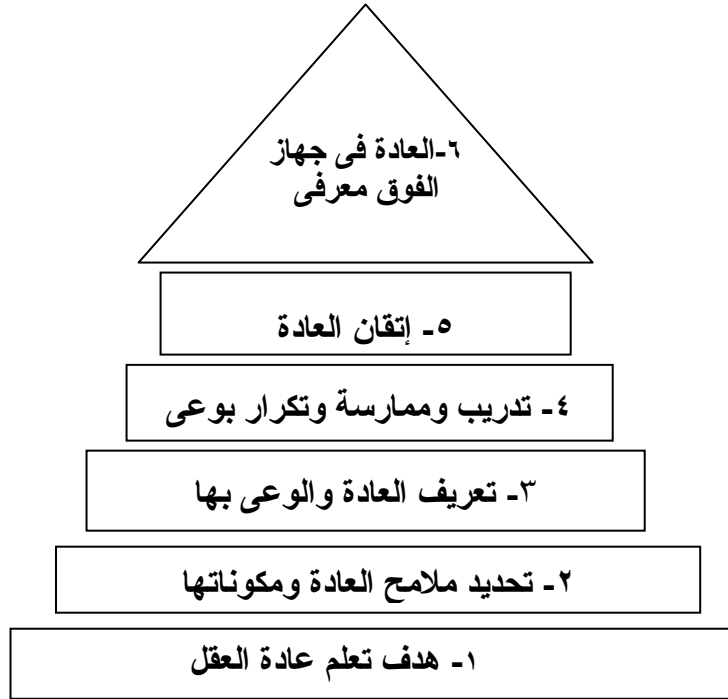
- الإتقان : وهو أعلى درجة من الأداء .

- المهارة : وتعنى الوصول بالعادة إلى درجة المهارة .

٨- هرم تعلم عادات العقل :

الشكل التالي يوضح هرم تعلم عادات العقل، والذي تم مراعاته عند إعداد برنامج

الدراسة الحالية، و جلسات تدريب الطالبات عليه .



شكل يوضح هرم تعلم على عادات العقل

٩- قياس و تقويم العادات العقلية :

يؤكد إبراهيم أحمد مسلم الحارثي (٢٠٠٢ ، ١٧) على أن تقويم نمو الطلاب في العادات العقلية يحتاج إلى مراقبة الطلاب ومشاهدة سلوكهم في أماكن ومواقف مختلفة في الحياة الواقعية اليومية . وأن أساليب الاختبارات والامتحانات لا تفيد في تقويم العادات العقلية .

ويذكر محمد بكر نوفل (٢٠١٠) أن قياس وتقويم العادات العقلية يستخدم الاختبارات الكمية بالإضافة للأدوات الأخرى المتعددة وهي :

- سلم التقدير اللفظي Rubric

وهو سلسلة من الصفات المختصرة التي تبين أداء الفرد في مستويات مختلفة من المهارة أو المهمة التي يتدرب عليها .

- السجلات القصصية Anecdotal Records

هي سجلات بالوقائع الخاصة لسلوك الطالب توفر صورة طويلة عن التغيرات التي حدثت للطالب خلال فترة معينة من حياته توضح تقدم سير المتعلم .

- ملف أعمال الطالب Portfolio

مخصص لرصد وتوثيق تقدم ونمو المتعلم في مختلف عادات العقل والتي تمثل سلوكيات ذكية .

- سلالم التقدير Rating scales

مثال عليها قراءة فقرة أو سؤال ؛ ثم وضع دائرة على أحد التدرجات الرقمية الموجودة على المقياس ومن خلال تطبيق هذا المقياس يمكن للفرد أن يحدد موقعه بالنسبة للسلوكيات الذكية ، وكذلك يكون هذا المقياس مجالاً لتحسين وتطوير عادات العقل للفرد من خلال التغذية الراجعة .

- مشاريع التقويم Projects Evaluation

تتضمن مجموعة من المهمات الفرعية التي يتوقع من الطالب بلوغها وفي نفس الوقت تمكنه من تحديد الخطوات اللازمة لتطوير العادات العقلية والمختلفة .

١٠- تنمية عادات العقل :

تناولت العديد من الدراسات السابقة موضوع تنمية عادات العقل، ومن هذه الدراسات ما يلي :

قامت إيمان عباس على الخفاف (٢٠١٦) بدراسة عادات العقل لدى معلمات رياض الأطفال بالعراق، على عينة (١٠٠) معلمة، طبقت عليهن مقياس عادات العقل المكون من (١٦) موقف ، وأكدت النتائج أن المعلمات لديهن عادات عقلية حيث جاء المتوسط الحسابي أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس، كما وجدت فروق دالة عند مستوى ٠,٠٥ في العادات العقلية حسب متغيري العمر ومدة الخدمة .

وتناولت دراسة نهلة عبد المعطى صادق جاد الحق (٢٠١٥) تنمية بعض مهارات التفكير المعرفية وعادات العقل باستخدام شبكات التفكير البصرى لتدريس العلوم، على عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية عددهم (٧٣) بالصف الأول، وباستخدام أدوات البحث المتمثلة فى اختبار مهارات التفكير المعرفية، ومقياس عادات العقل، أظهرت النتائج أن شبكات التفكير البصرى لها تأثيراً كبيراً فى تنمية مهارات التفكير المعرفية وعادات العقل ومنها عادة المثابرة .

كما قامت حكمت حسين محمد عبد المنعم (٢٠١٥) بدراسة هدفت لاستخدام الخرائط الذهنية لتنمية بعض عادات العقل (التفكير فوق المعرفى، وتطبيق المعارف السابقة على أوضاع جديدة ، والتساؤل وطرح المشكلات) وبعض مهارات القراءة الإبداعية لدى طلاب الصف الأول الاعدادى، وتوصلت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية التى تستخدم الخرائط الذهنية الحاسوبية فى القياس القبلى والبعدى لعادات العقل، وتراوحت قيم حجم التأثير ما بين 0.21 : 0.59

وفى دراسة زهرة موسى جعفر، وحسين هادى على التيمى (٢٠١٥) لفاعلية برنامج تعليمى وفق نظرية فلافل فى تنمية التفكير ما وراء المعرفى لدى طلاب المرحلة المتوسطة، وباستخدام مقياس مهارات التفكير ما وراء المعرفى على عينة (٤٠) طالباً من محافظة ديالى، أظهرت النتائج فعالية البرنامج التعليمى فى تنمية مهارات التفكير ما وراء المعرفى .

كما قام حسن محمد حويل خليفة (٢٠١٥) بدراسة عن فاعلية استخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو فى تنمية بعض عادات العقل، وباستخدام مقياس عادات العقل من إعداد الباحث، على عينة (٧٦) طالباً بالصف الأول الثانوى الصناعى، توصلت النتائج إلى فاعلية النموذج فى تنمية بعض عادات العقل (المثابرة، التفكير بمرونة، التحكم فى التهور، التساؤل وطرح المشكلات، تطبيق المعارف السابقة فى مواقف جديدة، التفكير التبادلى) لدى الطلاب .

وتناولت دراسة سمر محمد رضا (٢٠١٥) فاعلية برنامج قائم على التدريس التشاركى فى تدريس الرياضيات لتنمية بعض عادات العقل، على عينة تكونت من

(٤٣) طالباً من طلاب الصف الثانى الإعدادى بمحافظة دمياط ، استخدمت بطاقة ملاحظة أداء الطالب فى بعض عادات العقل، وأظهرت النتائج فاعلية البرنامج فى تنمية عادات المثابرة، والتفكير بمرونة، والتفكير التبادلى، والاستعداد الدائم للتعلم المستمر .

كما قامت إيمان صابر عبد القادر العزب (٢٠١٤) بدراسة فعالية استخدام نموذج بابي البنائى فى تنمية بعض عادات العقل لدى طلاب الشعب العلمية بكلية التربية، على عينة (٢٠) طالباً بالفرقة الثالثة، واستخدمت مقياس عادات العقل (المثابرة، التساؤل وطرح المشكلات، التفكير فى التفكير، تحرى الدقة، التفكير التبادلى أو الجماعى، تطبيق المعارف السابقة فى مواقف جديدة، التحكم فى الاندفاع، تحمل مسؤولية المخاطرة، جمع البيانات باستخدام جميع الحواس)، واستخدمت بطاقة تقدير عادات العقل، وتوصلت النتائج إلى تحسن فى استخدام عادات العقل .

وتناولت دراسة سامية عبد العزيز عبد السلام السيد (٢٠١٤) برنامج قائم على التفكير المتشعب فى تنمية بعض عادات العقل لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، عددهم (٤١) تلميذاً، طبقت عليهم اختبار عادات العقل من إعداد الباحثة، وتوصلت إلى وجود فروق لصالح التطبيق البعدى فى عادات التفكير بمرونة فى الرياضيات، والتفكير ما وراء المعرفى فى الرياضيات

وقامت مروة محمد محمد الباز (٢٠١٤) بدراسة بعنوان أثر استخدام التدريس المتمايز فى تنمية التحصيل وبعض عادات العقل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية عددهم (٦٧) تلميذاً من تلاميذ الصف الرابع الابتدائى، أظهرت النتائج فروقاً دالة احصائياً فى عادات العقل لصالح المجموعة التجريبية التى درست باستخدام التدريس المتمايز .

وفى دراسة نادية محمود شريف وآخرون (٢٠١٤) للفروق بين أطفال تعرضوا لبرنامج أنشطة متكاملة وأطفال لبرنامج تقليدية فى بعض عادات العقل وهى (المثابرة، التساؤل وحل المشكلات، جمع البيانات باستخدام جميع الحواس)، على عينة من أطفال الروضة بمحافظة الجيزة بمصر، عددهم (٦٦) طفلاً أعمارهم (٥ - ٦ سنوات)، واستخدمت اختبار عادات العقل إعداد منار السواح ٢٠١١، حيث وجدت

فروق دالة فى عادات العقل لصالح الأطفال الذين تعرضوا لبرنامج الأنشطة المتكاملة.

وهدفت دراسة على مصطفى العليمات (٢٠١٣) إلى التعرف على أثر برنامج قائم على الذكاءات المتعددة فى تنمية عادات العقل عند طفل الروضة، وتكونت عينة البحث من (٦٠) طفلاً، وتم جمع المعلومات باستخدام مقياس عادات العق ، وكشفت النتائج عن وجود فروق دالة لصالح المجموعة التجريبية فى عادات العقل.

كما هدفت دراسة (Calic et al. (2013 إلى قياس عادات العقل العلمية لدى الطلاب المعلمين عند مناقشة القضايا الاجتماعية العلمية، ومقارنة ذلك بالأداء الأكاديمي ونوع البرنامج الذى درسه على عينة تكونت من (١٦٠٠) طالب معلم من تخصصات مختلفة بجامعة تركيا، وأشارت النتائج إلى أن برنامج إعداد المعلم فى حاجة إلى تطوير لمساعدة الطلاب على تنمية عادات العقل بشكل أفضل .

وقامت فضيلة جابر الفضلى (٢٠١٣) بدراسة عادات العقل الأكثر استخداماً لدى طلبة الصف الثانى عشر بدولة الكويت وعلاقتها بمتغيرات ديموغرافية، على عينة عددها (٣٨٣) طالباً وطالبة من التخصصين العلمي والأدبي، وباستخدام مقياس عادات العقل الذى أعدته الباحثة ، أظهرت النتائج ارتفاع استخدام الطلبة لعادات العقل، وجاءت عادة المثابرة من ضمن العادات الأكثر استخداماً ، بينما كانت عادات التفكير بمرونة والتفكير ما وراء المعرفى، والاستعداد الدائم للتعلم المستمر من العادات التى تستخدم بدرجة متوسطة، وتميز طلاب الأدبي فى عادة المثابرة، كما وجدت انخفاض العادات العقلية ككل لدى ذوى المستوى التحصيلى المنخفض .

كما تناولت دراسة وضحي حباب عبد الله العتيبي (٢٠١٣) فاعلية خرائط التفكير فى تنمية عادات العقل ومفهوم الذات الأكاديمي لدى طالبات قسم الأحياء بكلية التربية، وتكونت العينة من (٩٠) طالبة بالأقسام العلمية بكلية التربية، واستخدمت مقياس عادات العقل الذى اقتصر على عادات (المثابرة، التفكير بمرونة، والتفكير حول التفكير، التفكير التبادلي، والكفاح من أجل الدقة)، ومقياس مفهوم الذات الأكاديمي ، وتوصلت النتائج إلى تحسن كل من عادات العقل، ومفهوم الذات

الأكاديمي لدى الطالبات بعد التدريب، كما أكدت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين عادات العقل ومفهوم الذات الأكاديمي .

وتناول خالد خلف خابور الثامر (٢٠١٣) عادات العقل لدى الطلبة المتفوقين والعاديين، على عينة (١٢٠) طالباً وطالبة بالصف السادس الابتدائي، والأول الثانوي، وباستخدام مقياس عادات العقل الذي يقيس (٦) عادات هي : المثابرة، والتفكير بمرونة، والتساؤل وطرح المشكلات، وجمع البيانات باستخدام الحواس الخمس، والاستعداد الدائم المستمر للتعلم، والتفكير ما وراء المعرفي ، كشفت نتائج الدراسة عن تبايناً في عادات العقل السائدة لدى الطلبة، وجاءت عادة التساؤل وطرح المشكلات في المرتبة الأولى، تلاها عادة المثابرة، ثم التفكير بمرونة، وجاءت عادة الاستعداد الدائم للتعلم المستمر في المرتبة الأخيرة .

وتناولت دراسة ناجي محمود النواب، ومحمد إبراهيم حسين (٢٠١٣) عادات العقل والتفكير عالي الرتبة وعلاقتها بالفاعلية الذاتية، على عينة (٤٠٠) طالباً وطالبة من كلية التربية بجامعة ديالى، وباستخدام مقياس عادات العقل ، أظهرت النتائج امتلاك العينة لعادات العقل بدرجات ضعيفة، حيث جاءت عادة المثابرة في المرتبة الأولى، بينما جاءت عادة الاستعداد الدائم للتعلم المستمر في المرتبة السادسة، وعادة التفكير ما وراء المعرفي في المرتبة التاسعة، والتفكير بمرونة في المرتبة العاشرة، كما أظهرت عدم تأثير جنس الطالب أو تخصصه العلمي أو الأدبي في عادات العقل، وأظهرت إسهاماً لعادات العقل في الفاعلية الذاتية .

كما اهتمت دراسة Burgess (2012) بتأثير تدريب الأطفال (٧ - ١٢ سنة) ذوى المشكلات الاجتماعية والانفعالية على استخدام عادات العقل عندما تواجههم مشكلة، وأشارت النتائج إلى نمو عادات العقل لديهم مع انخفاض مشكلاتهم السلوكية، وأن أبرز التغييرات كانت في عادتي المثابرة والتفكير بمرونة .

وهدفت دراسة محمد كاظم جاسم الجيزاني، و شفاء حسين وارد (٢٠١٢) إلى تطوير برنامج تدريبي قائم على عادات العقل في مواقف حياتية واستقصاء أثره في تنمية مهارات ما وراء المعرفة لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي، وتكونت العينة من (٤٠) تلميذاً، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارات ما

وراء المعرفة بين متوسط أداء المجموعة التجريبية الذين دربوا باستخدام البرنامج التدريبي القائم على عادات العقل، ومتوسط أداء المجموعة الضابطة الذين لم يتلقوا أى تدريب لصالح المجموعة التجريبية .

وفى دراسة أسماء عطا الله محمود إبراهيم حسين (٢٠١٢) بهدف التعرف على فعالية برنامج تدريبي في تنمية بعض عادات العقل المتمثلة في (الدافع المعرفي - تطبيق المعارف الماضية علي أوضاع جديدة - التواصل اللغوي التساؤل وطرح المشكلات) لدي عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية بقنا، تكونت عينة البحث من (٦٠) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ المرحلة الإعدادية ، واشتملت أدوات البحث علي مقياس عادات العقل المتمثلة في (الدافع المعرفي و تطبيق المعارف الماضية علي مواقف جديدة- التواصل اللغوي - التساؤل وطرح المشكلات)، وبرنامج تدريبي لتنمية بعض عادات العقل وتوصل البحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الأداء علي مقياس عادات العقل الأربع لصالح المجموعة التجريبية، وتوصلت أيضاً إلي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في الأداء علي مقياس عادات العقل الأربع في القياسين البعدي والتتبعي بعد مرور ثلاثة أشهر من تطبيق البرنامج.

وهدفت دراسة محمود فتحى عكاشة، و إيمان صلاح محمد ضحا (٢٠١٢) إلى تنمية مهارات ما وراء المعرفة لدى عينة من طالبات الصف الأول الثانوى، عددهم (٢١ طالبة) تم تدريبهم على البرنامج الذى أعدته الباحثة ، حيث وجدت فروق دالة فى مهارات ما وراء المعرفة لصالح المجموعة التجريبية .

وقام حيدر عبد الرضا طراد (٢٠١٢) بدراسة أثر برنامج كوستا وكاليك فى تنمية التفكير الإبداعى باستخدام عادات العقل لدى طلبة المرحلة الثالثة فى كلية التربية الرياضية ، عددهم (٦٠) طالباً وطالبة، وطبق برنامج يتكون من (١٦) عادة عقلية، مدة كل منها (٦٠) دقيقة ، لمدة عشرة أسابيع، وتوصل إلى وجود أثر إيجابى فى تعليم وتنمية التفكير الإبداعى باستخدام عادات العقل : المثابرة، والتحكم بالتهور، والإصغاء بتفهم وتعاطف، والتفكير بمرونة، وتطبيق المعارف الماضية فى أوضاع

جديدة، والتفكير بدقة ووضوح جمع البيانات باستخدام الحواس، الابتكار، الاستجابة بدهشة، الإقدام على المخاطر المسئولة، الدعاية، التفكير التبادلي، الاستعداد المستمر للتعلم

وفي دراسة منال فاروق سطوحى (٢٠١٢) استخدمت نماذج إخبارية بوسائل الإعلام لأحداث جارية فى تنمية بعض عادات العقل على طلاب الصف الأول الإعدادى بشبرا بالقاهرة، طبقت عليهم مقياس عادات العقل ووجدت فروق دالة لصالح المجموعة التجريبية فى عادات العقل (الملاحظة وإدراك التفاصيل ذهنياً، التصور ذهنى، صياغة التساؤلات والفروض ذهنياً، التخطيط ذهنياً، والإصرار والمحاولة) .

وفى دراسة محمد نايف عياصرة (٢٠١٢) عن عادات العقل الشائعة لدى طالبات كلية إربد الجامعية ، على عينة بلغ عددهن (٢٢٠) طالبة ، تناولت الدراسة بعض عادات العقل وهى (المثابرة ، التفكير بمرونة ، التساؤل وطرح المشكلات، جمع البيانات باستخدام الحواس، الاستعداد الدائم المستمر للتعلم ، التفكير ما وراء المعرفى)، واستخدمت المقابلة كأداة لجمع المعلومات، وأظهرت النتائج مستوى عالى لدى الطالبات بالنسبة لعادات : المثابرة، والتفكير بمرونة ، والتساؤل وطرح المشكلات، بينما أظهرن مستوى متوسط فى عادات : جمع البيانات باستخدام الحواس، الاستعداد الدائم المستمر للتعلم ، فى حين لم تظهر لديهن عادة التفكير ما وراء المعرفى . وأظهرت النتائج تأثيراً للمستوى الدراسى على عادات العقل ككل ما عدا عادة التفكير بمرونة، كما وجدت تأثيراً للتحصيل الدراسى على عادات العقل ككل فيما عدا عادة جمع البيانات باستخدام الحواس .

وتناولت دراسة يوسف محمد حجيرات (٢٠١٢) الذكاءات المتعددة وعلاقتها بعادات العقل لدى الطلبة الموهوبين على عينة (٣٦٠) طالب وطالبة بالصف السابع والعاشر بمدارس الأردن، وباستخدام مقياس عادات العقل توصلت النتائج إلى أن أعلى عادات العقل استخداماً هى عادة التعلم المستمر تلاها عادة التفكير بمرونة، بينما جاءت عادة المثابرة فى المرتبة السابعة .

كما هدفت دراسة إيمان عبد الحكيم الصافورى، وزيزى حسن عمر (٢٠١١) إلى عمل برنامج لتنمية بعض العادات العقلية عند الطلاب من خلال تدريس مادة التربية الأسرية، على عينة من طالبات الصف الأول الثانوى بالقاهرة والاسكندرية بلغ عددهم (١٢٠) طالبة، طبقت عليهم مقياس عادات العقل المكون من (٦) عادات عقلية هي : المثابرة، والسعى من أجل الدقة والتساؤل وطرح المشكلات، وتطبيق المعرفة فى مواقف جديدة، والتصور والإبداع والتفكير التبادلى، وأظهرت النتائج تحسن فى أداء المجموعة التجريبية فى عادات العقل .

وقامت منار السواح (٢٠١١) بدراسة فاعلية برنامج تدريبي لتنمية بعض عادات العقل المنتجة لدى مجموعة من الطالبات المعلمات برياض الأطفال، عددهن (٣٦) طالبة، طبقت عليهن مقياس عادات العقل الذى يشمل ست عادات هي : المثابرة، الكفاح من أجل الدقة، التفكير بمرونة، مواجهة المخاطر، التحكم بالتهور، الاستماع العقلانى. حيث توصلت الدراسة إلى تحقق فاعلية البرنامج فى تنمية عادات العقل موضع الدراسة .

وفى دراسة مندور عبد السلام فتح الله (٢٠١١) بهدف التعرف على فاعلية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو فى تنمية بعض عادات العقل لدى تلاميذ الصف السادس الإبتدائى بالمملكة العربية السعودية، على عينة (٧١) تلميذاً، وقد أكدت النتائج فاعلية النموذج .

وفى دراسة Gordon , 2011 بعنوان عادات العقل الرياضية : زيادة التفكير لدى الطلاب، على عينة (٢١٠) من طلاب المرحلة الثانوية بالولايات المتحدة الأمريكية، وباستخدام إستبيان عادات العقل المطور من إعداد الباحث، وتوصلت النتائج على أن مستوى عادات العقل لدى الطلاب منخفضاً، وأن أفضل استراتيجية لتحسين عادات العقل هي المناقشة .

وقام Wyer & Jing, 2010 بدراسة عن دور التنظيم العقلى والسلوكى فى نشاط الفرد وتكوين عاداته وممارستها بشكل مستمر، حيث أثبتت الدراسة أن التنظيم العقلى مؤثر بشكل مستمر على الاستراتيجيات الذهنية المستخدمة للوصول إلى العادات التى يتم ممارستها بشكل لا إرادى وأن مكونات العادة تتضافر معاً فى

تنظيم عقلي وسلوكي يظهر على شكل أداءات تسهم عناصرها في تطوير العادات وفعاليتها .

كما قام كل من إسماعيل سلامة البرصان، و إيمان رسمي عيد (٢٠١٠) بدراسة عادات العقل لدى طلبة الصف العاشر الأساسى وإسهامها فى القدرة على حل المشكلة الرياضية فى مدينة عمان، على عينة (٢٩٩) طالباً، وأظهرت النتائج تدنى مستوى عادات العقل الأربعة محور الدراسة، وهى : المثابرة، والتحكم بالتهور، والكفاح من أجل الدقة ، والتفكير حول التفكير أو التفكير فوق المعرفى لدى الطلبة . واستهدفت دراسة Mentors , et.al, 2010 تنمية عادات العقل لدى الطلاب المعلمين، واعتمد على أنشطة حل المشكلات فى الجبر، وقام بإعداد مقياس عادات العقل (١٦) عادة عقلية، وأكدت النتائج أن لكل عادة عقلية متطلبات تحتاج للتدريب لفترات طويلة .

يتضح من الدراسات السابقة ما يلى :

- ١- معظم البرامج التى استخدمت لتنمية العادات العقلية اعتمدت على المقررات الدراسية فى العلوم والرياضيات.
- ٢- اختلفت نتائج الدراسات السابقة فى العادات العقلية الشائعة وفى ترتيب العادات العقلية السائدة .
- ٣- تم الاطلاع على البرامج التى أعدت لتنمية عادات العقل فى الدراسات السابقة ، وفى ضوءها تم تصميم برنامج الدراسة الحالية، حيث تم تطوير وإضافة بعض الفقرات والأنشطة التى تناسب العادات الأربعة موضوع الدراسة الحالية وأيضاً تناسب عينة الدراسة، ووضعها فى شكل مواقف حياتية عامة وتمارين وأنشطة لتدريب الطالبات عليها .

ثانياً : مستوى الطموح الأكاديمى :

١- مفهوم مستوى الطموح الأكاديمى

مفهوم كلمة الطموح Aspiration جاءت فى قاموس علم النفس والتربية بمعنى التطلع وهى رغبة ملحة لدى الفرد تدفعه إلى تحقيق مستوى أفضل مما هو فيه .

(جمع اللغة العربية ، ١٩٨٤ ، ١٦) . كما جاءت نفس الكلمة فى قاموس اكسفورد

بمعنى رغبة الفرد القوية للقيام بشئ ما أو الحصول على شئ ما .

حدد ألبورت وهيرلوك وروزون (فى السيد إبراهيم السمدونى ، ١٩٩٠ ، ٣٣٤)

ثلاثة جوانب أساسية للطموح هى :

- **الأداء** : أى نوع الأداء الذى يعتبره الفرد هاماً ويرغب فى القيام به فى

عمل ما .

- **التوقع** : أى توقع الفرد لأدائه لهذا العمل أو ذلك .

- **الأهمية** : أى إلى أى حد يعتبر هذا الأداء هاماً بالنسبة للفرد .

كما حددت كامليا عبد الفتاح (٢٠٠٧ ، ص ١٢-١٣) الطموح على النحو التالى:

- **الطموح كاستعداد نفسى** :

بعض الناس لديهم الميل إلى تحديد أهدافهم فى الحياة وتقديرها، إما بالطموح الزائد

أو بالطموح المنخفض، وفى كلتا الحالتين يتأثر هذا التحديد بما لدى الفرد من عوامل

ذاتية ، وعوامل التدريب والتربية والتنشئة .

- **الطموح فى إطار تقدير وتقويم الموقف** :

يتكون هذا الإطار من عاملين، الأول التجارب الشخصية التى يمر بها الفرد؛

ومن خلالها يكون أسس للحكم على مختلف المواقف والأهداف، والثانى الظروف

والقيم والعادات واتجاهات الجماعة فى تكوين مستوى طموح الفرد .

- **الطموح كسمة** :

السمة هى ما يميز الأفراد فى كيفية تصرفهم وسلوكهم، ولذلك تتعدد استجابات

الأفراد تجاه الموقف الواحد . وهذه السمة ثابتة نسبياً، ولهذا يتأثر مستوى الطموح

بالاستعدادات الفطرية والمكتسبة والاتجاهات، والعادات والتقاليد، حيث تتفاعل هذه

العوامل بشكل مستمر مع مستوى طموح الفرد .

وتؤكد آمال على (٢٠٠٢ ، ص ٦) على أن الطموح موجود لدى كل الناس،

ولكن بدرجات متفاوتة فى الشدة والنوع . وهو يعبر عن التطلع لتحقيق أهداف

مستقبلية قريبة أو بعيدة؛ وعلى هذا فإن الطموح سمة ثابتة نسبياً تتغير طبقاً للتفاعل

المستمر بين التكوين النفسى للفرد وتجاربه الذاتية وإطاره المرجعى .

٢- الأهمية التربوية لدراسة مستوى الطموح الأكاديمي :

تعد دراسة مستوى الطموح من الدراسات الحديثة التي تعتمد أساساً على الملاحظة والتجريب بحيث يصبح مستوى الطموح من العوامل الرئيسية التي تساعد في التشخيص والتنبؤ بما سيكون عليه سلوك الفرد (صالح الداھرى ، ٢٠٠١ ، ٣٠) وتكمن أهمية دراسة مستوى الطموح فيما يلى :

- أن معرفة الأفراد بطبيعة طموحهم ، وبعض العوامل المؤثرة فيه ، يجعلهم يحاولون موازنة قدراتهم وإمكاناتهم مع هذه الطموحات، مما يترتب عليه عدم شعورهم بالإحباط والفشل .

- إن دراسة مستوى الطموح وما تسفر عنه من نتائج قد تساعد على تطوير العملية التعليمية ، حيث تقدم للمسؤولين من واضعى الخطط التعليمية إطاراً تجريبياً عما يؤثر فى مستوى الطموح من عوامل، وبناءً عليه يحاولون تطوير وتعديل المناهج وطرق التدريس بما يتماشى مع تلك النتائج (سيد عبد الوهاب ، ١٩٩٢ ، ٣٢)

٣- سمات الشخصية الطموحة :

حدد سرحان نظمية (١٩٩٣، ص ١١٤) بعض سمات الشخصية الطموحة وهى :

- التطلع دائماً لتحسين وضعها .
- لا تترك الأمور للظروف تتحكم فيها، ولا تخشى الفشل .
- مغامرة، وتحمل المسؤولية، وتميل إلى المنافسة .
- متفائلة، ومكافحة، ومثابرة، وتعتمد على نفسها .
- تميل إلى التخطيط وتحديد الأهداف .

وتستج الباحثة من هذه السمات وجود علاقة نظرية بين الطموح وعادات العقل الأربعة (المثابرة، والمرونة الفكرية، والتفكير ما وراء المعرفى، والاستعداد الدائم للتعلم المستمر) .

٤- النظريات المفسرة لمستوى الطموح :

أ) نظرية المجال :

وهى تعد أول نظرية فسرت مستوى الطموح وعلاقته بالسلوك الإنسانى، حيث يرى كيت ليفن (فى صفوت أحمد عبد ربه ، ١٩٩٥ ، ٤٨) أن هناك عدة قوى

تعتبر دافعة وتؤثر فى مستوى الطموح منها عامل النضج، والقدرة العقلية، ونظرة الفرد إلى المستقبل، والنجاح وال فشل.

ب) نظرية القيمة الذاتية للهدف :

ترى اسكالونا (فى كامليا عبد الفتاح ، ٢٠٠٧ ، ٥٩-٦٤) أنه على أساس القيمة الذاتية للهدف يتقرر الاختيار، والاختيار لا يعتمد على أساس قوة أو قيمة الهدف الذاتية كما هى فحسب، ولكن يعتمد على القيمة الذاتية بالإضافة لاحتمالات النجاح أو الفشل المتوقعة ، أى أن القيمة الذاتية للنجاح أو وزن النجاح تعتبر نتيجة للقيمة ذاتها واحتمالات النجاح .

وتحاول هذه النظرية أن تفسر ثلاث حقائق هى :

- (١) هناك ميل لدى الأفراد ل يبحثوا عن مستوى طموح مرتفع نسبياً .
- (٢) كما أن لديهم ميلاً لجعل مستوى الطموح يصل إلى حدود معينة .
- (٣) الميل لوضع مستوى الطموح بعيداً عن المنطقة الصعبة جداً أو السهلة جداً .

وأشارت إلى أن هناك عوامل تقرر الاحتمالات الذاتية للنجاح أو الفشل فى المستقبل أهمها : الخبرة السابقة، ورغبة الفرد وخوفه وتوقعاته، والواقعية، والاستعداد للمخاطر، وردود فعل الأفراد إزاء تحصيل مستوى الطموح أو عدم تحصيله .

ج) نظرية ألفريد أدلر :

ينتمى ألفريد أدلر للمدرسة التحليلية، وهو يؤمن بفكرة كفاح الفرد للوصول إلى السمو تعويضاً عن مشاعر النقص، وهى الفكرة التى أصبحت من نظريات الشخصية الجديدة فكرة الكفاح أو السعى وراء الشعور بالأمان وقد أكد أدلر على أهمية الذات، والعلاقات الاجتماعية ، حيث يعتبر أدلر الإنسان كائناً اجتماعياً تحركه الحوافز الاجتماعية وأهدافه الحياتية، وهو يشعر بأسباب سلوكه وبالأهداف التى يحاول بلوغها، ولديه القدرة على التخطيط لأعماله وتوجيهها. وقد اهتم أدلر بمفهوم الذات الخلاقة التى تمثل نظاماً شخصياً وذاتياً للغاية يبحث عن الخبرات التى تساعد على تحقيق أسلوبه

الشخصى الفريد . ويعتبر أدلر مبدأ الكفاح من أجل التفوق فطرياً، وأن دافع
توكيد الذات هو الذى يجعل الفرد فى اندفاع دائم نحو التفوق أو على الأقل
ضد النقص . (توفيق شوبير ، ٢٠٠٥ ، ٣٣)

٥- الطموح والبيئة التعليمية :

أكدت آمال أحمد يعقوب (١٩٨٤ ، ٩٣) على أهمية البيئة التعليمية التربوية
التي تتيح المجال لتدريب الطلاب على ممارسة التفكير بحرية فى اختيار ما يروونه
مناسباً لهم من خبرات . كما أكد كمال الدسوقي (١٩٨٤،٣٤٥) على أهمية الموازنة
بين المقررات الدراسية، وقدرات الطلاب وبين مستوى طموحهم . وأضافت سلوى
عثمان الصديقى، وهناء حافظ بدوى ، (١٩٩٩، ١٩١) أن جماعة الرفاق فى البيئة
الدراسية لها تأثير فى تكوين اتجاهات الطلاب ودرجة طموحهم .

٦- قابلية مستوى الطموح للنمو :

يرى توفيق محمد شبير (٢٠٠٥ ، ٣٢) أن نمو مستوى الطموح يسير جنباً إلى
جنب مع النمو العقلى والاجتماعى والعاطفى، إذا ما توفرت الظروف المناسبة
المشجعة . ولذلك مستوى الطموح لا يقف عند حد معين بل هو دائم النمو بنمو
الإنسان، ولكن قد يبقى الطموح كامناً فى أعماق النفس ولا يستغله الإنسان . كما
يؤكد عبد الله الصافى (٢٠٠١) أن المناخ النفسى السائد فى حجرة الدراسة يؤثر فى
تنمية مستوى طموح الطلاب .

ومن الدراسات التى تناولت مستوى الطموح الأكاديمى وتنميته ، تستعرض الباحثة
ما يلى :

تناولت دراسة باحمد جويده (٢٠١٥) علاقة مستوى الطموح بالتحصيل الدراسى
لدى التلاميذ المتمدرسين بمركز التعليم عن بعد بولاية تيزى وزو، على عينة تكونت
من (٢٠٢) طالباً وطالبة، فى المستويات التعليمية الثانوى، والمتوسط من تخصصات
مختلفة، وطبق عليهم مقياس الطموح ، حيث أظهرت النتائج أن ٧٨% من أفراد
العينة يتمتعون بمستوى عالى من الطموح، ولم تجد الدراسة علاقة دالة بين المثابرة
والتحصيل الأكاديمى .

وهدفت دراسة أسعد فاخر حبيب (٢٠١٤) إلى التعرف على مستوى الطموح على عينة من طلبة جامعة البصرة عددهم (١٠٠) طالب وطالبة، واستخدم مقياس مستوى الطموح إعداد الحياوى ٢٠٠٧، حيث وجد ارتفاع في مستوى طموح العينة. وتناولت دراسة سمية حسام أبو بكر (٢٠١٣) الاتجاه نحو التغيير الإيجابي وعلاقته بمستوى الطموح لدى الأطفال، وتكونت العينة من (١٦٠) طفل وطفلة تراوحت أعمارهم من ١٠ : ١٢ عام ، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الاتجاه نحو التغيير ومستوى الطموح ، ويقصد بالتغيير الإيجابي استعداد الطفل ورغبته في تطوير أسلوب حياته، وتنمية طريقة تفكيره وأسلوب تعامله مع مكونات البيئة المادية والاجتماعية المحيطة به .

كما قامت آمال إبراهيم الفقى (٢٠١٣) بدراسة عن التنظيم الذاتى وعلاقته بمستوى الطموح وقلق المستقبل لدى طلاب الثانوية العامة ، (١٦٠) طالب وطالبة، ووجدت علاقة ارتباطية موجبة بين التنظيم الذاتى ومستوى الطموح ، وتمكنت من التنبؤ بالتنظيم الذاتى من خلال مستوى الطموح وقلق المستقبل .

وتناولت دراسة هبة الله محمد الحسن سالم، و آخرون (٢٠١٢) علاقة دافعية الإنجاز بموضع الضبط ومستوى الطموح والتحصيل الدراسى لدى الطلبة الجامعيين بالسودان على عينة عددها (٢٣٥) ، وباستخدام مقياس مستوى الطموح لكامليا عبد الفتاح ، توصلت لوجود علاقة ارتباطية دالة بين مستوى الطموح ودافع الانجاز .

وفى دراسة محمد رشدى أبو شامة (٢٠١٢) لفاعلية التدريس باستخدام استراتيجية التمركز حول المشكلة فى تنمية الاستدلال الحسى ومستوى الطموح، على عينة (٧٥) طالب وطالبة بالصف الرابع الإبتدائى، والاستراتيجية قائمة على مساعدة المتعلمين على بناء المعنى بأنفسهم من خلال تقديم مشكلات مرتبطة باهتماماتهم وبواقع حياتهم، ويمارسون الاستقصاء فى مجموعات متعاونة مستثمرين معارفهم السابقة لإيجاد حل لهذه المشكلة، وتوصلت النتائج إلى تحسن مستوى الطموح فى الأداء البعدى .

وهدفت دراسة السيد خالد إبراهيم مطحنة (٢٠١١) إلى التعرف على مدى فعالية برنامج مقترح بناءً على استراتيجيات ما وراء المعرفة فى زيادة الوعي

باستراتيجيات ما وراء المعرفة، وتغيير أساليب التفكير، ورفع مستوى التحصيل الدراسي، وزيادة مستوى الطموح لدى عينة من طلاب الجامعة عددهم (٢٠) طالباً، واستخدم الباحث اختبار لقياس استراتيجيات ما وراء المعرفة، واختبار مستوى الطموح، واختبار أساليب التفكير، وتوصلت النتائج إلى أن للبرنامج تأثير فعال في زيادة مستوى الطموح حيث كانت الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدى دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ لصالح المجموعة التجريبية .

كما قام صالح سلامة محمود البركات (٢٠١٠) بدراسة العلاقة بين التفاعل الاجتماعي ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة إربد، على عينة (٤٨٣) طالب وطالبة وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الطموح والتفاعل الاجتماعي .

ومن خلال استعراض الدراسات السابقة يتضح ما يلي :

- ١- لم تتناول الدراسات السابقة متغيري العادات العقلية ومستوى الطموح الأكاديمي معاً بشكل مباشر .
- ٢- اتفقت الدراسات السابقة على إمكانية تنمية كل من العادات العقلية، و مستوى الطموح الأكاديمي من خلال البرامج والأنشطة المختلفة .

ثالثاً : العلاقة بين عادات العقل و مستوى الطموح :

من خلال الاطلاع على الأدبيات الخاصة بكل من مستوى الطموح وعادات العقل تستنتج الباحثة أن هناك علاقة تربط بينهما، ففي تعريف دعاء أبو عاصي فيصل (٢٠١٢ ، ١٧٩) لمستوى الطموح، عرفته بأنه سمة ثابتة نسبياً تميز الأفراد وتفرق بينهم في الوصول إلى مستوى معين يتحدد وفق الاطار المرجعي الذي يتبناه الفرد ويتأثر بخبراته السابقة، ويتميز الشخص الطموح بالسعي الجاد لتحقيق الهدف، والمثابرة، والتخطيط المستقبلي . ويتضح في هذا التعريف احتوائه لعادتين عقليتين هما المثابرة والتخطيط المستقبلي التي هي مكون من مكونات عادة التفكير ما وراء المعرفي .

كما جاء في تعريف Enriksen,2006:17 لمستوى الطموح أنه الهدف الذي يضعه الفرد لنفسه ليحقق من خلاله السعادة في مختلف مجالات الحياة ويحاول الوصول إليه بجد ومثابرة في حدود قدراته وإمكاناته والبيئة المحيطة به . ويؤكد توفيق شوبير (٢٠٠٥ ، ١٥) على أن الإنسان صاحب الطموح المرتفع، هو القادر على تحديد قدراته وإمكاناته، وبالتالي التصرف في ضوءها، وهو الأقدر على مواصلة طريقه؛ ومواجهة الصعاب التي تعترضه، مما يدل على أن الطموح يرتبط ارتباطاً مباشراً بالعقل .

وأكدت نتائج دراسة Blau & Horton,2006 أن الطلاب الذين يمتلكون عادات عقلية يفضلون الأسلوب المنظم، ويميلون إلى التنظيم وتحديد المهام بشكل واضح، والحرص على الاستمرار في العمل حتى إنجازه . وكل هذه السمات من متطلبات الطموح الأكاديمي .
فروض الدراسة :

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأداء القبلي والأداء البعدي لدى عينة البحث في عادات العقل .
- ٢- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأداء القبلي والأداء البعدي لدى عينة البحث في مستوى الطموح الأكاديمي .
- ٣- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين كل من عادات العقل ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة البحث.

منهج الدراسة وإجراءاتها :

أولاً: عينة الدراسة الأساسية :

تكونت عينة الدراسة من (٣١) طالبة من طالبات قسم علم النفس بكلية التربية جامعة القصيم ، بالمستوى السابع، للفصل الدراسي الأول ١٤٣٦ - ١٤٣٧ هـ ، تم اختيارهن بطريقة عشوائية، وتراوح أعمارهم بين (٢٠ - ٢٢ عاماً) بمتوسط عمر زمني (٢١.٠٣)، وانحراف معياري (٠.٦٠٤).

ثانياً : أدوات البحث :

١- مقياس عادات العقل :

أعد المقياس يوسف حجيرات (٢٠١٢) ، و قد تم اختيار الفقرات الخاصة بقياس الأربع عادات موضع الدراسة فقط وهي (التفكير بمرونة ، المثابرة ، التفكير ما وراء المعرفي، الاستعداد للتعلم المستمر) وأصبح المقياس يتكون من أربعة أبعاد كل بعد يقيس عادة من عادات العقل (التفكير بمرونة، المثابرة، التفكير ما وراء المعرفي، الاستعداد المستمر للتعلم) ويتكون كل بعد من خمس عبارات، وتكون الدرجة الكلية لكل عادة (٢٥) ، وكانت أعلى درجة يمكن أن تحصل عليها الطالبة في كل عبارة من عبارات المقياس هي (٥) في حالة الإجابة بأوافق بشدة، و أقلها درجة واحدة في حالة الإجابة بلا أوافق بشدة .

الخصائص السيكومترية لمقياس عادات العقل :

تم تقنين أدوات الدراسة على عينة استطلاعية عددها (42 طالبة) من طالبات كلية التربية قسم علم النفس

أ- الاتساق الداخلي :

جدول (١) يوضح معاملات الارتباط بين درجة المفردة والبعد الذي تنتمي إليه على

مقياس عادات العقل

التعلم المستمر		التفكير ما وراء المعرفي		المثابرة		التفكير بمرونة	
معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة
٠.٦٩٦	١	٠.٧٥٠	١	٠.٧٠٦	١	٠.٥٧١	١
٠.٥٩٦	٢	٠.٧٤١	٢	٠.٥٤٤	٢	٠.٦٥٢	٢
٠.٧٥٠	٣	٠.٧٥٤	٣	٠.٧٠٤	٣	٠.٤٧٠	٣
٠.٦٤٣	٤	٠.٧٥٤	٤	٠.٨٦٦	٤	٠.٥٣١	٤
٠.٧١٥	٥	٠.٥٥١	٥	٠.٧٦٦	٥	٠.٦٩٠	٥

يتضح من الجدول (١) أن هناك اتساق بين مفردات المقياس و المجموع الكلي

للبعد الذي تنتمي إليه مما يدل على صدق وثبات المقياس .

ب - الثبات :

معامل ثبات ألفا كرونباخ

جاءت قيمة ألفا بالنسبة لعادة التفكير بمرونة ٠.٧٢٣ وبالنسبة لعادة المثابرة ٠.٧٨٦ وبالنسبة لعادة التفكير فوق المعرفي ٠.٧٨١ وبالنسبة لعادة التعلم المستمر ٠.٧٦٨ ، وجميعها قيم مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس .

ج - الصدق:

تم عرض المقياس على (٨) من المحكمين من قسم علم النفس بكلية التربية جامعة القصيم (تخصصات علم نفس تربوي، وصحة نفسية)، للتعرف على ما إذا كانت العبارات تتناسب مع العادات العقلية المحددة، وكذلك مدى مناسبتها لطالبات العينة، وقد تم الأخذ بنسبة اتفاق ٨٥% من المحكمين، وتم الاعتماد على اتفاق (٦) محكمين للحكم على صلاحية الفقرة لتبقى ضمن المقياس، وقد تم اختيار (٤٢) طالبة من خارج عينة الدراسة للتأكد من وضوح فقرات المقياس بالنسبة لهن . وتم الإبقاء على جميع عبارات المقياس (٢٠ عبارة) بعد التأكد من صلاحيتها.

ثانياً : مقياس الطموح الأكاديمي :

أعدت المقياس سناء لطيف حسون الجبوري (٢٠٠٢)، و يتكون المقياس من (٢٢) عبارة (١٤ موجبة ، ٨ سالبة)، ويقوم المفحوص اختيار ما ينطبق عليه من خمس درجات موافقة .

الخصائص السيكومترية لمقياس الطموح الأكاديمي :

أ- الاتساق الداخلي :

جدول (٢) يوضح معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية لمقياس

الطموح الأكاديمي

معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة
٠.٨٠٦	١٩	٠.٧٠٧	١٣	٠.٧١٠	٧	٠.٧٦٥	١
٠.٢٧٦	٢٠	٠.٧٢١	١٤	٠.٥١٠	٨	٠.٣٣٩	٢
٠.٥١٨	٢١	٠.٣٣٨	١٥	٠.٧٠٥	٩	٠.٤٧١	٣
٠.٧٠٥	٢٢	٠.٤٤٨	١٦	٠.٧٢٠	١٠	٠.٦٦٤	٤
		٠.٦٢٨	١٧	٠.٥٠٧	١١	٠.٥٣٢	٥
		٠.٤٣٠	١٨	٠.٦٩٤	١٢	٠.٦١٤	٦

يتضح من الجدول (٢) أن هناك اتساق بين مفردات المقياس و المجموع الكلي

مما يدل على صدق وثبات المقياس .

ب - الصدق:

تم عرض المقياس على (٨) من المحكمين من قسم علم النفس بكلية التربية جامعة القصيم (تخصصات علم نفس تربوي ، وصحة نفسية) ، للتعرف على ما إذا كانت العبارات تتناسب مع العادات العقلية المحددة ، وكذلك مدى مناسبتها لطالبات العينة ، وقد تم الأخذ بنسبة اتفاق ٨٥% من المحكمين ، وتم الاعتماد على اتفاق (٦) محكمين للحكم على صلاحية الفقرة لتبقى ضمن المقياس ، وقد تم اختيار (٤٢) طالبة من خارج عينة الدراسة للتأكد من وضوح فقرات المقياس بالنسبة لهن . وتم الإبقاء على جميع عبارات المقياس (٢٢ عبارة) بعد التأكد من صلاحيتها.

ج - الثبات :**معامل ثبات ألفا كرونباخ:**

جاءت قيمة ألفا لمقياس الطموح الأكاديمي ٠.٧٤٧ ، وهي قيمة مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس .

الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية

جدول (٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لدرجات مقياس

الطموح الأكاديمي

مستوى الدلالة	معامل الارتباط سبيرمان	النصف الثاني ن=١١		النصف الأول ن=١١		مقياس الطموح الأكاديمي
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
٠.٠١	٠.٨٩٢	٦.٦٣٢	٤١.٦٨٨	٦.٣٣٩	٤٢.٦٨٨	

يتضح من الجدول (٣) أن معامل الارتباط سبيرمان بين نصفي الاختبار دال عند مستوى ٠.٠١ مما يدل على ثبات المقياس .

البرنامج التدريبي على عادات العقل :**أهداف البرنامج :**

يهدف البرنامج إلى تنمية عادات العقل الأربعة موضع الدراسة (المثابرة ، والتفكير ما وراء المعرفي ، والمرونة ، والاستمرار في التعلم) والمطلوب في نهاية البرنامج أن تتمكن طالبة من :

- ١- استخدام المرونة فى حل المشكلات والمواقف المختلفة .
- ٢- استخدام عادة المثابرة فى ممارسة الأنشطة والمهام المختلفة .
- ٣- استخدام مهارات التفكير ما وراء المعرفى فى المشكلات والمواقف المختلفة .
- ٤- استخدام عادة التعلم المستمر فى مواقف الحياة المختلفة .
ويتحقق ذلك من خلال الأهداف التالية :
- ١- تحديد عادة العقل وفهمها .
- ٢- تحديد صفات تحقق عادة العقل .
- ٣- تحديد المؤثرات النوعية لعادة العقل .
- ٤- ممارسة عادة العقل ونجاح تأديتها وفق المعيار والمؤشر .
- ٥- نقل استخدام العادة من موقف لآخر .

خطوات إعداد البرنامج :

مر البرنامج بالخطوات التالية أثناء إعداده :

- ١- الاطلاع على الأدبيات والبرامج التى أعدت من قبل لتنمية عادات العقل .
- ٢- تحديد الأنشطة المناسبة التى سيتم تقديمها فى جلسات البرنامج لكل عادة من عادات العقل الأربعة.
- ٣- توزيع الأنشطة بشكل مناسب على جلسات البرنامج .
- ٤- إعداد مجموعة من أوراق العمل الخاصة بكافة الجلسات تدون فيها الطالبة أفكارها وإجاباتها على الأنشطة المختلفة التى تكلف بها أثناء الجلسة ، كما يوجد أوراق أخرى للأنشطة المنزلية التى تقوم بها الطالبة فى المنزل بعد التدريب على كل عادة من عادات العقل لتأكيد التدريب عليها .
- ٥- تجهيز الأنشطة للعرض ، و إعداد الوسائل والأجهزة المستخدمة فى التنفيذ (اللاب توب ، البروجيكتور، الفلاب شيت والأفلام)
- ٦- وضع تصور زمنى مبدأى للجلسات على حسب محتواها والأنشطة الموجودة بها .

٧- عرض البرنامج على المختصين لإبداء الرأى فى صلاحيته للتنفيذ من حيث محتوى الأنشطة ، والزمن المخصص لكل جلسة ، والأساليب والوسائل المستخدمة .

٨- تعديل البرنامج فى ضوء آراء المحكمين .

الصورة النهائية للبرنامج :

تكون البرنامج من ١٦ جلسة ، مدة كل جلسة ساعة ونصف ، بواقع أربع جلسات لكل عادة عقلية .

ملخص الجلسات :

الجلسات من (الأولى حتى الرابعة) : " التفكير بمرونة "

التمهيد :

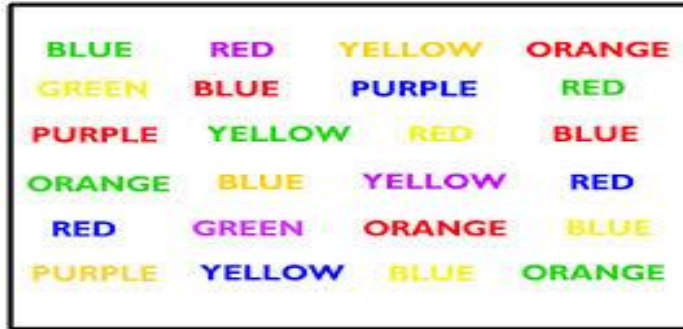
- أطلب من الطالبات تدوين معنى التفكير بمرونة من وجهة نظرهن .
- ثم عرض ما كتبوه على بعضهن ومناقشته .
- الوصول لتعريف واضح ومحدد للتفكير بمرونة .
- الوصول إلى خصائص التفكير بمرونة .

الأنشطة

١- تخيلى ماذا يحدث لو أن الحيوانات تقرأ وتكتب وتتخاطب بلغتنا ؟ حررى عقلك واطلقى العنان لتفكيرك وتخيلى أترك للطالبات وقت للتفكير وتدوين إجاباتهن بشكل فردى، ثم عرض ما كتبوه ومناقشته بشكل جماعى .

٢- أعرض على الطالبات (كل طالبة على حدا) الصورة التالية ثم أطلب منهن

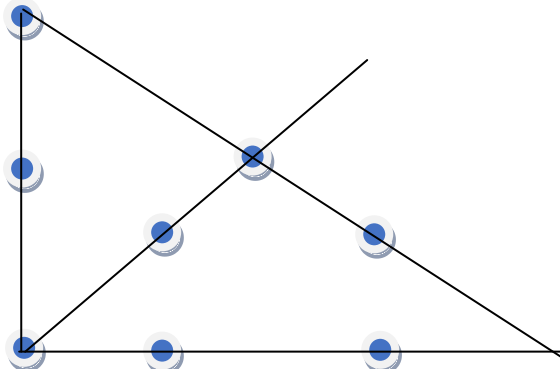
قراءة الكلمات حسب لونها وليس حسب حروفها مرة بالترتيب وأخرى عشوائى .



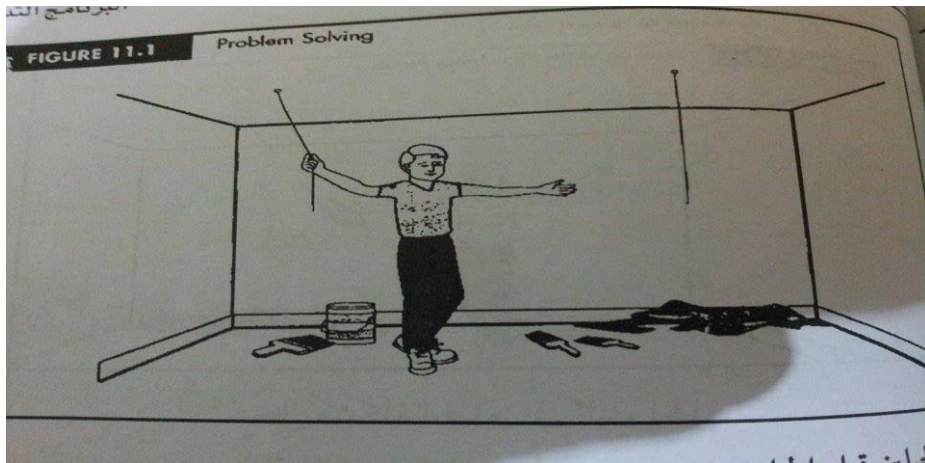
٣- أطلب من الطالبات وضع كلمة بدلاً من الحرف لتكوين جملة منطقية ، مثال
٣٦٥ = ي في س ، الحل ٣٦٥ يوم في السنة .

٣٦٥ = ي في س ، ٥ = أ ل ، ١١٤ = س في ق ، ١٢ = ش في س ،
٣٠ = ي في ش ، ٦٠ = ث في د ، ١٠٠٠ = ج في ك ،
١٠٠ = هـ في ر س ، ٤ = أ في ش ، ٢٤ = س في ي ،
٢٩ = ي في ف س ك ، ١١ = ل في ف ك ق ،
٣ = ر في ص م ، ٢٨ = ح في أ

٥- أقوم برسم تسع نقاط بشكل متواز ثم أطلب من الطالبات توصيل النقاط
لرسم الشكل التالي دون تكرار الخط في أربع خطوات فقط ، ودون ترك
أى نقطة



٥- أعرض على الطالبات الصورة التالية وأطلب منهن التفكير في طرق مختلفة كي
يصل الشخص طرفي الحبل دون أن يتحرك من مكانه ، باستخدام الأدوات المتاحة .



٦- اختارى العدد المناسب ، ثم ضعيه في المربع كي يصبح الناتج ٣٠

٢٢٢

+ =

١٣ ، ١١ ، ٩ ، ٧ ، ٥ ، ٣ ، ١

٧- أطلب من الطالبات تلخيص المبادئ الخاصة بالتفكير بمرونة والتي مرت عليهن في الجلستين وتدوينها على الفلاب شيت .

٨- أطلب من الطالبات تذكر مواقف حدثت في حياتهن وتصرفن فيها بمرونة .

٩- أوزع على الطالبات جدول يقمن فيه بمراقبة أنفسهن في الأيام المقبلة ، وتدوين المواقف التي مرت بهن وتصرفن فيها بمرونة ، والمواقف الأخرى التي مرت بهن ولم يتصرفن فيها بمرونة .

الجلسات من الخامسة حتى الثامنة : " المثابرة "

التمهيد :

- أطلب من الطالبات تدوين معنى المثابرة من وجهة نظرهن .
- ثم عرض ما كتبوه على بعضهن ومناقشته .
- الوصول لتعريف واضح ومحدد للمثابرة .
- الوصول إلى خصائص الشخص المثابر .

الأنشطة :

- ١- عرض قصص لشخصيات مثابرة .
- ٢- تدوين مرادفات لكلمة المثابرة .
- ٣- تدوين بعض المواقف والسلوكيات الدالة على المثابرة .
- ٤- تذكرى مواقف واجهتك في حياتك وتعاملت معها بمثابرة .
- ٥- دونى الأشياء التي تمنعك من المثابرة .
- ٦- دونى الأسئلة التي تدور بذهنك حول المثابرة .
- ٧- ما الأشياء التي تنقصك كي تكونى مثابرة .
- ٨- عرض الإجابات ومناقشتها بشكل جماعى .

٩- حاولى الوصول إلى عشر وجوه بالصورة التالية :



١٠- تأملى النص التالى ثم أجيبى عن التساؤلات : " تشكو كثير من البلدان العربية من ارتفاع نسبة البطالة، ولعل ذلك يرجع إلى غياب التخطيط الاقتصادى الواعى، ونقص الموارد الطبيعية، أو قلة وعى فى توزيع هذه الموارد، وارتباك فى السياسات التعليمية والاقتصادية والاجتماعية، وشيوع الوساطة فى التعيين، وعدم وضع الشخص المناسب فى المكان المناسب، وفى سبيل التخفيف من حدة هذه المشكلة لجأت الحكومات إلى بناء الخطط الخمسية كاستراتيجية من الاستراتيجيات التى يمكن أن تحد من هذه المشكلة، وعملت على التنقيب عن مصادر طبيعية أخرى، ووضعت معايير معلنة للتعين "

- باعتقادك ما الأسباب التى أسهمت فى تفاقم مشكلة البطالة فى بعض الدول العربية ؟
- وضحي ثلاث من الاستراتيجيات التى يمكن ان تلجأ لها هذه الدول فى سبيل حل مشكلة البطالة ؟
- فى حالة فشل هذه الاستراتيجيات التى تم اقتراحها ، ما الذى يمكن القيام به لمواجهة هذه المشكلة ؟

- من خصائص الأفراد المثابرين قدرتهم على تطوير نظام لمواجهة المشكلات ، ما النظام الذى تقترحينه لمواجهة هذه المشكلة ؟

- هل يمكن رفض طريقة مقترحة لحل هذه المشكلة ؟ فى حالة الإجابة بنعم ، ما البديل المقترح ؟

- ما هى نقطة البدء لحل هذه المشكلة ؟

- ما هى البيانات التى تحتاجها للتصدى لهذه المشكلة ؟

١١- أوزع على الطالبات جدول يقمن فيه بمراقبة أنفسهن فى الأيام المقبلة ، وتدوين المواقف التى مرت بهن وتصرفن فيها بمثابرة، والمواقف الأخرى التى مرت بهن ولم يتصرفن فيها بمثابرة .

الجلسات من التاسعة حتى الثانية عشر : " التفكير ما وراء المعرفى "

التمهيد :

- أطلب من الطالبات تدوين معنى التفكير ما وراء المعرفى من وجهة نظرهن .

- ثم عرض ما كتبوه على بعضهن ومناقشته .

- الوصول لتعريف واضح ومحدد للتفكير ما وراء المعرفى .

- الوصول إلى خصائص التفكير ما وراء المعرفى .

الأنشطة :

١- أعرض على الطالبات مجموعة من المواقف وأطلب منها أن تتخيل نفسها فى كل موقف ثم تجيب عن الأسئلة الخاصة بالتخطيط ، والمراقبة والتقويم ، عقب كل موقف على حدا .

الموقف الأول : " أنت مدرسة بالجامعة، ومسجل لديك الطالبات هدى ، ومنى، ومها ، وكان درجة كل منهن ٦٠ فى المقرر الذى تدرسينه ، حيث أن هدى ومنى مهددتان

بطى قيدهما لانخفاض معدلها وهما بحاجة أن تصبح درجتها ٨٠ كى لا يفصلا، بينما مها تحتاج لدرجة ٨٥ كى تصل لتقدير ممتاز، أثناء تفكيرك فى المشكلة دخلت عليك زميلتك لتخبرك أن طالبة هدى كانت تدرس عندها بالفصل الماضى، وأنها أخطأت فى جمع درجاتها بعشرة درجات، وقد وعدتها أن تزيدها إياها فى مقرر " ٢- الموقف الثانى : " لك صديقة من أسرة غنية جداً، وهى منحرفة أخلاقياً، اقترضت منها مبلغاً من المال، حتى باتت تقدم لك كل ما تريدين دون أن تطلبى منها ذلك، مقابل أن توقعى لها على بعض الأوراق لضمان حقها إلى أن وصل المبلغ إلى ٥٠٠٠٠ ريال ، وذات يوم سألك أخوكى الوحيد عن رأيك فيها لأنه ينوى خطبتها " .

٣- الموقف الثالث : " جاءتك أختك سعاد التى تعمل عاملة نظافة فى الجامعة، وكان قد توفى زوجها وترك لها توأمتين، وقد رفضت الزواج ممن تقدم لخطبتها بحجة تربية طفلتيها، كبر الطفلتين ودرستا فى الجامعة، ومع استمرار عمل والدتهما فى الجامعة أخذتا ينكران أنها والدتهما أمام زميلاتهم، وطلبا من والدتهما أن لا تتحدث معهما جانباً حين تراهما فى الجامعة، وأن لا تقول أنها أمهما . وفى الليل سمعت الأم ابنتيهما تتحدثان عن مصيرهما بعد تخرجهما وزواجهما ، وقد اتفقتا أن ترسلا أمهما مستقبلاً إلى دور رعاية المسنين "

٤- الموقف الرابع : " أنت الأخت الكبرى لكل من رنا ومريم وفهد، حيث مريم أكبر من فهد بثمان سنوات، أما رنا أكبر منه بخمس سنوات . مريم ورنا معلمتان قمن بتحمل نفقات دراسة فهد فى الجامعة ، واشترين له سيارة، مرضت مريم مرضاً شديداً، إلا أن فهد لم يكن يزورها أبداً، وأثناء احتضارها طلبت رؤيته، وبعد عدة اتصالات حضر إلى المشفى ووقف عند رجليها دقائق، ثم قال أعتذر على الذهاب مع أصدقائى فى رحلة، وبعد خروجه بدقائق فارقت مريم الحياة "

أولاً : أسئلة التخطيط :

- ما الهدف الذى أسعى لتحقيقه ؟
- ما خطتى فى التعامل مع هذا الموقف ؟
- هل أستطيع المبادرة فى طرح وتقديم الأفكار عن هذا الموقف ؟

- ما الأفكار والأسئلة التي تخطر ببالي أثناء قراءة الموقف ؟ وما أكثرها أهمية ؟
- ما فرضياتي التي سأنتقل منها ؟
- هل لدى قدرة على تسمية الأفعال او الأحداث باسمائها كأن أقول هذا السلوك يسمى سرقة ؟
- هل أستطيع نقد الموقف ؟
- هل سمعت بموقف ذى صلة بالموقف الحالى ؟
- ما الخطوات الواجب اتباعها ؟
- ما الذى يجب على أن أعرفه للتعامل مع الموقف ؟
- ما المعرفة السابقة التى يمكن أن تساعدنى فى هذه المهمة ؟
- أكتبى سؤالين يمكن أن يجيب عليهما الموقف ؟
- ما الخطوات الواجب اتباعها ؟
- ما الذى يجب على أن أعرفه للتعامل مع الموقف ؟
- ما المعرفة السابقة التى يمكن أن تساعدنى فى هذه المهمة ؟
- أكتب سؤالين يمكن أن يجيب عليهما الموقف ؟

ثانياً : أسئلة المراقبة :

- هل فكرت بجوانب الموقف المختلفة وبجميع عواقبه ؟
- ما أبرز جوانب الموقف ؟
- ما أكثر النقاط إثارة لاهتمامك فى الموقف ؟ أظهرها بأسلوبك الخاص ودافعى عنها؟
- هل أنا بحاجة لمعلومات إضافية تتعلق بالموقف لأدعم بها أرائى ؟
- ما المحكات التى أستخدمها للحكم على الصواب والخطأ فى الموقف ؟
- ما مواطن القوة والضعف فى تفكيرى من خلال تأمل خططى ؟ وهل هى بحاجة إلى إعادة نظر لاختيار غيرها ؟
- كيف أجعل نهاية الموقف سعيدة ؟
- هل المعلومات التى كتبتها مناسبة للتعامل مع الموقف ؟

- هل أستطيع إثبات صحة أفكارى ؟
 - أكتبى فكرة يمكن استبعادها من النص ولماذا ؟
 - أكتبى فكرة تريد إضاقتها للنص ؟
 - أكتبى فكرة أحببتها فى النص ولماذا ؟
 - هل أستطيع تحديد مكان الأخطاء التى قد أقع فيها وأنا أفكر بالموقف ؟
- ثالثاً : أسئلة التقويم :

- هل المشكلة عموماً لها مغزى ؟ وما هو ؟
 - هل طريقتى فى التفكير تخدمنى فى التعامل مع مشكلات أخرى مشابهة لهذه المشكلة ؟ أم أننى بحاجة إلى تعديل أسلوب تفكيرى ؟ وأين كان الخطأ ؟
 - ما أكثر الحلول عدلاً لهذه المشكلة ؟ ولماذا ؟
 - هل تحقق الهدف ، ووصلت إلى ما أريده تماماً ؟
 - اقترحى عنواناً للموقف ؟
- ٥- أطلب من الطالبات تلخيص مبادئ عادة التفكير ما وراء المعرفى .
- ٦- أوزع على الطالبات جدول يقمن فيه بمراقبة أنفسهن فى الأيام المقبلة ، وتدوين المواقف التى مرت بهن وتصرفن فيها بالتفكير ما وراء المعرفى (التخطيط - المراقبة - التقويم) ، والمواقف الأخرى التى مرت بهن ولم يتصرفن فيها بالتفكير ما وراء المعرفى .

الجلسات من الثالثة عشر حتى السادسة عشر : " الاستعداد للتعلم المستمر "

التمهيد :

- أطلب من الطالبات تدوين معنى الاستعداد للتعلم المستمر من وجهة نظرهن .
- ثم عرض ما كتبوه على بعضهن ومناقشته .
- الوصول لتعريف واضح ومحدد للاستعداد للتعلم المستمر .

- الوصول إلى خصائص الاستعداد للتعلم المستمر .

الأنشطة :

- ١- أعرض على الطالبات قائمة بمرادفات الاستعداد للتعلم المستمر، وأطلب منهن تخزينها في الذاكرة طويلة المدى .
 - أعمل على تحقيق ذاتي
 - لدى فضول وحب استطلاع
 - لدى القدرة على تعديل معرفتي ذاتياً
 - أحب التدقيق في ..
 - أميل على اتقان ...
 - أهتم بالعثور على مشكلات
 - أرغب في مواجهة الصعوبات
 - أفوم بالتغذية الراجعة حول ...
 - لدى مهارة في توليد الأسئلة حول ..
 - لا أخجل من الاعتراف بعدم معرفتي للإجابة عرف الإجابة المتعلقة ب..
- ٢- أعرض على الطالبات أمثلة على عادة الاستعداد للتعلم المستمر .
 - في المجال الطبي تستجد أمراض خطيرة تواجه البشرية ، مما جعل المشتغلين في هذا المجال على استعداد للتعامل مع هذه الأمراض، والتصدي لها من خلال البحث والاستقصاء عن أدوية وأمصال فعالة لهذه الأمراض .
 - المؤتمرات العلمية التي تقوم بها الجامعات في المجالات المختلفة أحد مصادر المعرفة العلمية التي تتيح الفرص للباحثين والعلماء لنشر إنتاجهم العلمي، ولاكتساب وتبادل العلم والمعرفة ، من خلال تعديل معرفتهم السابقة أو العمل على إثرائها أو لطرح تساؤلاتهم عما يطرح من قضايا فكرية .

- انتشار استخدام شبكة الانترنت العالمية فى البحث والاستقصاء فى كافة العلوم والمجالات، والعمل على تحديث المواقع وتعديلها باستمرار لتقديم الخدمة الأحدث .

- نشاطات نشر وتأليف الكتب ، ووجود المتصفح الالكترونى على مواقع متخصصة، وقد نجد أن الكتاب الواحد وصل للطبعة السابعة، ويرجع ذلك للاستعداد الدائم للتعلم لدى المؤلفين لهذه الكتب . مما يعمل على مراجعتها وإثرائها وتنقيحها بعد تلقيهم تغذية راجعة ذاتية .

٣- ثم أطلب منهن الإجابة على التساؤلات الآتية :

- هل يمكنك إضافة بعض السلوكيات للقائمة السابقة ؟

- اطرحى أسئلة حول السلوكيات السابقة .

- عصف ذهنى حول الأسئلة المطروحة .

- الآن استرخى واغمضى عينيك وحاولى تذكر أكبر عدد من السلوكيات الدالة على عادة التعلم المستمر .

٤- استحضرى مثال أو موقف ، تعرضت فيه لمشكلة ، وتمكنت من حلها ، من خلال تذكرك لحلول مشكلة أخرى تشابهها ؟

(أ) المشكلة الجديدة التى تعرضت لها

(ب) المشكلة الماضية التى تمكنت من استحضارها ذهنياً

(ج) كيفية الربط بين المشكلتين

٥- تلخيص مبادئ عادة التعلم المستمر .

٦- أوزع على الطالبات جدول يقمن فيه بمراقبة أنفسهن فى الأيام المقبلة ، وتدوين المواقف التى مرت بهن وتصرفن فيها باستخدام الاستعداد للتعلم المستمر (حلول مشابهة لمواقف سابقة) ، والمواقف الأخرى التى مرت بهن ولم يتصرفن فيها بالاستعداد للتعلم المستمر .

منهج البحث :

يعتمد البحث الحالي على المنهج شبه التجريبي ، حيث تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة البحث قبل وبعد البرنامج التدريبي .
نتائج الدراسة وتفسيراتها :

الفرض الأول : ينص الفرض الأول على " توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات الأداء القبلي والأداء البعدي لدى عينة البحث في عادات العقل "

وللتأكد من صحة هذا الفرض تم حساب الفروق بين متوسطات درجات الطالبات قبل وبعد التدريب على البرنامج في عادات العقل الأربعة ، باستخدام اختبار (ت) للعينات المرتبطة ، والجدول (٤) يوضح قيم "ت" ودلالاتها
جدول (٤) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي على مقياس عادات العقل

$$n = 31$$

مستوى الدلالة	قيمة " ت "	القياس البعدي		القياس القبلي		مقياس عادات العقل
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
٠.٠١	٣.٨٤٩	١.٦٢٩	٢١.٥٤٨	١.٩٢٢	١٩.٨٠٦	التفكير بمرونة
٠.٠١	٢.٩٦٠	١.٩٢٩	٢٢.٤٨٣	٢.٤٩٥	٢٠.٨٠٦	المثابرة
٠.٠١	٢.٥٣١	٢.١٠٤	٢١.٨٠٦	٢.٩٤٥	٢٠.١٦١	التفكير مـا وراء المعرفي
٠.٠١	١.٨٦٦	١.٩٦٢	٢٢.٥٨٠	٢.٢٤٧	٢١.٥٨٠	الاستمرار في التعلم

يتضح من الجدول (٤) أن جميع قيم "ت" جاءت دالة عند مستوى ٠.٠١ مما يدل على صحة الفرض ، ونجاح البرنامج في تنمية عادات العقل الأربعة لدى الطالبات ، وقد يرجع ذلك إلى :

- أن أنشطة البرنامج شجعت الطالبات على ممارسة المثابرة، والتفكير بمرونة، والاستعداد المستمر للتعلم، والتفكير ما وراء المعرفي من خلال عرض مشكلات في مواقف اجتماعية تتطلب البحث عن حلول .
- إيجابية الطالبات وقيامهن بالأنشطة الخاصة بالبرنامج والتي اعتمدت على المناقشة وإبداء الرأي والتعاون مما وفر بيئة تعليمية مناسبة لتنمية عادات العقل .

- استخدم البرنامج طرقاً متنوعة تحث الطالبة على استخدام عادات العقل .

وتتفق هذا التفسير مع نتائج دراسة (Gordon 2011)

الفرض الثاني: ينص الفرض الثاني على " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الأداء القبلي و متوسطات درجات الأداء البعدي لدى عينة البحث في مستوى الطموح الأكاديمي "

وللتأكد من صحة هذا الفرض تم حساب الفروق بين متوسطات درجات الطالبات قبل وبعد التدريب على البرنامج في مستوى الطموح الأكاديمي ، باستخدام اختبار (ت) للعينات المرتبطة ، والجدول (٥) يوضح قيم "ت" ودلالاتها :

جدول (٥) دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدي على مقياس الطموح الأكاديمي ن

= ٣١

مستوى الدلالة	قيمة " ت "	القياس البعدي		القياس القبلي		مقياس الطموح الأكاديمي
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
٠.٠١	٣.٢٧٣	٧.٠٨٧	٩٢.٠٣٢	٨.٥٢٣	٨٥.٥١٦	

يتضح من الجدول (٥) أن قيمة "ت" جاءت دالة عند مستوى ٠.٠١ مما يدل على صحة الفرض الرابع ، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن مستوى الطموح الأكاديمي يتطلب المرونة في التفكير وكذلك التخطيط والمراقبة والمتابعة كما في التفكير ما وراء المعرفي كما يتطلب الاستعداد الدائم للتعلم المستمر وأيضاً يحتاج للمثابرة، وبالتالي فإن تنمية عادات العقل الأربعة أدى إلى نمو مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات، وقد يرجع تحسن مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات إلى ما وفرته أنشطة البرنامج من تفاعل إجتماعي بين أفراد العينة، وتتفق هذا التفسير مع نتيجة دراسة صالح البركات، وعمر ياسين (٢٠١٠) التي أكدت وجود ارتباط موجب دال بين التفاعل الاجتماعي ومستوى الطموح الأكاديمي ، كما تتفق مع نتائج دراسة السيد خالد مطحنة (٢٠١١) التي أكدت على ارتفاع مستوى الطموح باستخدام استراتيجيات ما وراء المعرفة ، وقد يرجع ذلك أيضاً إلى أن البرنامج استخدم مشكلات مرتبطة

باهتمامات الطالبات وواقع حياتهم ، مما شجعهن على الإقبال على البرنامج والتفاعل بإيجابية في أداء التدريبات .

الفرض الثالث : وينص على " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين كل من عادات العقل ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة الدراسة "

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الطالبات في كل عادة من عادات العقل الأربعة وبين درجاتهن في مستوى الطموح ، والجدول (٦) يوضح قيم معاملات الارتباط ودلالاتها :

جدول (٦) قيم معاملات الارتباط بين عادات العقل ومستوى الطموح الأكاديمي

ودلالاتها

مستوى الدلالة	قيم معاملات الارتباط بيرسون "	عادات العقل / مستوى الطموح الأكاديمي
٠,٠١	٠,٥٤٧	المثابرة
٠,٠١	٠,٥٢١	التفكير بمرونة
٠,٠٥	٠,٣٥١	التفكير ما وراء المعرفي
٠,٠١	٠,٤٢٥	الاستعداد للتعلم المستمر

يتضح من الجدول (٦) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً مما يؤكد صحة الفرض الخامس، وقد يرجع تفسير هذه النتيجة إلى أن مستوح الطموح الأكاديمي يتطلب المثابرة لتحقيق الأهداف، كما يتطلب المرونة في التفكير لتعديل مسار الأهداف وإعادة المحاولة وصولاً لتحقيق الهدف، فضلاً عن تطلبه أيضاً للاستعداد الدائم للتعلم المستمر والاستفادة من الخبرات القديمة في المواقف الجديدة، كما أن مستوى الطموح الأكاديمي يعتمد على التخطيط الجيد ومراقبة الأداء أثناء السعي لتحقيق الأهداف، وكذلك المتابعة للتأكد من نجاح التخطيط في الأداء وتحقيق الأهداف وهو ما تشمله عادة التفكير ما وراء المعرفي، وبذلك تعد نتيجة الفرض منطقية وتتفق مع الإطار النظري السابق عرضه عن العلاقة بين عادات العقل ومستوى الطموح الأكاديمي .

التوصيات :

من خلال ما توصلت إليه الدراسة من نتائج يوصى بالآتى :

- ١- ضرورة توفير بيئة صفية تناسب تطبيق عادات العقل .
- ٢- تدريب أعضاء هيئة التدريس على كيفية تنمية عادات العقل ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طلابهم .
- ٣- تصميم البرامج والمقررات الجامعية بحيث تتضمن تدريبات على عادات العقل .
- ٤- تعميم تدريب الطلاب على استخدام وممارسة عادات العقل وعلى تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم من خلال عمل ورش تدريبية على برنامج تنمية عادات العقل .

البحوث المقترحة :

- ١- دراسة مقارنة بين الذكور والإناث فى عادات العقل ومستوى الطموح الأكاديمي فى المرحلة الجامعية .
- ٢- دراسة إمكانية التنبؤ بمستوى الطموح الأكاديمي من خلال عادات العقل .
- ٣- دراسة العلاقة بين باقى العادات العقلية ومستوى الطموح الأكاديمي لدى الطلاب .
- ٤- برنامج مقترح لتنمية عادات عقلية أخرى والوعى بها لدى كل من الطلبة وأعضاء هيئة التدريس .

المراجع العربية

١. إبراهيم أحمد مسلم الحارثي (٢٠٠٢) : العادات العقلية وتنميتها لدى التلاميذ ، الرياض : مكتبة الشفري.
٢. أسعد فاخر حبيب (٢٠١٤) : قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة البصرة ، مجلة أبحاث البصرة (العلوم الإنسانية) ، م (٣٩) ، ع (٤) ، ص ٣٠٣ - ٣٢٨
٣. أسماء عطا الله محمود إبراهيم حسين (٢٠١٢) : فعالية برنامج تدريبي في تنمية بعض عادات العقل لدي عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية بقنا ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، جامعة جنوب الوادي ، كلية التربية بقنا .
٤. إسماعيل سلامة البرصان ، وإيمان رسمي عبد (٢٠١٠) : عادات العقل لدى طلبة الصف العاشر الأساسى وإسهامها فى القدرة على حل المشكلة الرياضية ، مجلة رسالة الخليج العربى ع (١٢٧) ، ص ١٦١ - ١٩٢
٥. السيد إبراهيم السمدونى (١٩٩٠) . السمات الانفعالية وعلاقتها بمستوى الطموح والتخصص الدراسى لدى عينة من طلبة الجامعة ، مجلة كلية التربية ، جامعة عين شمس ، ع (١٤) ، ص ٣٢٩-٣٥٢
٦. السيد خالد إبراهيم مطحنة (٢٠١١) : أثر برنامج لاستراتيجيات ما وراء المعرفة على أساليب التفكير والتحصيل الدراسى ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب الجامعة ، مجلة البحث العلمى فى التربية ، ع (١٢) ، ص ص ٤٠٥ - ٤٣٨
٧. آمال إبراهيم الفقى (٢٠١٣) : التنظيم الذاتى وعلاقته بمستوى الطموح وقلق المستقبل لدى طلاب الثانوية العامة ، مجلة دراسات عربية فى التربية وعلم النفس ، ع (٣٨) ، ج (٢) ، ص ١٠ - ٥٦ .
٨. آمال أحمد يعقوب (١٩٨٩) : علم النفس الاجتماعى . بغداد : المكتبة الوطنية .
٩. آمال على (٢٠٠٢) : الاتزان الانفعالى وعلاقته بمستوى الطموح ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة عين شمس .
١٠. إيمان صابر عبد القادر العزب (٢٠١٤) : فاعلية استخدام نموذج بايبي البنائى فى تنمية بعض عادات العقل لدى طلاب الشعب العلمية بكلية التربية ، مجلة كلية التربية ببها ، ع (٩٧) ، ج (١) ، ص ٣٩١ - ٤١٨
١١. إيمان عباس على الخفاف (٢٠١٦) : عادات العقل لدى معلمات رياض الأطفال وعلاقتها ببعض المتغيرات ، مجلة العلوم النفسية والتربوية ، ع (٢) ، ج (١) ، ص ٣٠١ - ٣٢٨
١٢. إيمان عبد الحكيم الصافورى ، و زيزى حسن عمر (٢٠١١) : تنمية عادات العقل والتحصيل لدى طالبات المرحلة الثانوية من خلال تدريس مادة التربية الأسرية ، المؤتمر السنوى العربى

- السادس ، الدولي الثالث ، تطوير برامج التعليم العالى النوعى فى مصر والوطن العربى فى ضوء متطلبات عصر المعرفة (١٣- ١٤ أبريل ٢٠١١) ، ص ١٦٤٦ - ١٦٦٩ .
١٣. أيمن رمضان زهران (٢٠١٢) : فاعلية برنامج مقترح قائم على العلاج بالمعنى فى تحسين مستوى الطموح لدى عينة من التلاميذ بطبئى التعلم ، دراسات عربية فى التربية وعلم النفس ، ع (٥) ، ج (١) ، مايو ٢٠١٢ ، ص ١٦١-١٧٨
١٤. باحمد جويده (٢٠١٥) : علاقة مستوى الطموح بالتحصيل الدراسى لدى التلاميذ المتمدرسين بمركز التعليم والتكوين عن بعد بولاية تيزى وزو ، رسالة ماجستير ، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، قسم علم النفس ، جامعة مولود معمري تيزى وزو
١٥. توفيق محمد توفيق شبير (٢٠٠٥) : دراسة لمستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات فى ضوء الثقافة السائدة لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، قسم علم النفس ، الجامعة الإسلامية بغزة .
١٦. جابر عبد الحميد ، و علاء الدين كفافى (١٩٩٥) : موسوعة علم النفس ، ج (٥) ، القاهرة : دار النهضة .
١٧. حكمت عبد المنعم (٢٠١٥) : استخدام الخرائط الذهنية لتنمية بعض عادات العقل وبعض مهارات القراءة الإبداعية لدى طلاب الصف الأول الإعدادى ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة الإسكندرية .
١٨. حيدر عبد الرضا طراد (٢٠١٢) : أثر برنامج كوستا وكاليك فى تنمية التفكير الإبداعى باستخدام عادات العقل لدى طلبة المرحلة الثالثة فى كلية التربية الرياضية ، مجلة علوم التربية الرياضية ، ع (١) ، م (٥) ، ص ٢٢٥ - ٢٦٤
١٩. حسن محمد حويل خليفة (٢٠١٥) : فاعلية استخدام نموذج أبعاد التعلم لمارزانو لتدريس أساسيات الهندسة الكهربائية فى تنمية التحصيل وبعض عادات العقل لدى طلاب المرحلة الثانوية الصناعية ، المجلة العلمية لكلية التربية ، جامعة أسيوط ، م (٣١) ، ع (٣) ، ج (٢) ، ص ٤٢٤ - ٤٦١ .
٢٠. خالد خلف خابور الثامر (٢٠١٣) : عادات العقل لدى الطلبة المتفوقين والعاديين باعتبار متغير الصف والجنس فى منطقة الجوف فى المملكة العربية السعودية ، المؤتمر العلمى العربى العاشر لرعاية الموهوبين والمتفوقين (١٦- ١٧ نوفمبر ٢٠١٣) ، المجلس العربى للموهوبين والمتفوقين ، ص ١١٠-١٢٨
٢١. دعاء أبو عاصى فيصل (٢٠١٢) : إدارة الوقت لدى الموهوبين اكااديمياً وعلاقتها بمستوى الطموح ، كلية التربية بالعريش ، قسم الصحة النفسية ، جامعة قناة السويس .

٢٢. رجاء الخطيب (١٩٩٠) : الطموح المهني والطموح الأكاديمي لطلبة جامعة الأزهر والجامعات الأخرى - دراسة مقارنة ، مجلة علم النفس ، السن (٤) ، ع (١٦) ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة ، ص ١٥٠ - ١٦٠ .
٢٣. رحيم عبد الله جبر الزبيدي (٢٠٠٩) : أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بمستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة الجامعة ، مجلة كلية التربية ، ع (٥) ، ص ٧٩ - ١١٩ .
٢٤. زهرة موسى جعفر ، و حسين هادي على التميمي (٢٠١٥) : فاعلية برنامج تعليمي وفق نظرية فلافل في تنمية مهارات التفكير ما وراء المعرفي لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، مجلة ديالى ، ع (٦٦) ، ص ٢٢٩ - ٢٥٣ .
٢٥. سامية عبد العزيز عبد السلام السيد (٢٠١٤) : برنامج قائم على استراتيجيات التفكير المتشعب في تدريس الرياضيات لتنمية القوة الرياضياتية وبعض عادات العقل لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ، مجلة تربويات الرياضيات ، م (١٧) ، ع (٧) ، ج (٢) ، ص ٢٤٥ - ٢٥٥
٢٦. سرحان نظمية (١٩٩٣) : العلاقة بين مستوى الطموح والرضا المهني للأخصائيين الاجتماعيين . مجلة علم النفس ، السنة السابعة ، ع (٢٨) .
٢٧. سلوى عثمان الصديقي ، و هناء حافظ بدوي (١٩٩٩) : أبعاد العملية الاتصالية ، الاسكندرية ، المكتب الجامعي الحديث .
٢٨. سمر محمد رضا محمد مرجان (٢٠١٥) : فاعلية برنامج قائم على التدريس التشاركي في تدريس الرياضيات لتنمية بعض عادات العقل لدى طلاب المرحلة الإعدادية ، مجلة تربويات الرياضيات ، م (١٨) ، ع (١) ، ج (١) ، ص ٢١٩ - ٢٢٦
٢٩. سميرة حسام أبو بكر الصديق (٢٠١٣) : الاتجاه نحو التغيير الإيجابي وعلاقته بمستوى الطموح لدى الأطفال ، المجلة العربية للدراسات التربوية والاجتماعية ، ع (٤) ، ص ٧ - ٢١ .
٣٠. سناء لطيف الجبوري (٢٠٠٢) : مستوى الطموح وعلاقته بقوة تحمل الشخصية لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، جامعة المستنصرية ، بغداد .
٣١. سيد عبد العظيم عبد الوهاب (١٩٩٢) . دراسة لمستوى الطموح وعلاقته ببعض القدرات العقلية والسمات الانفعالية للشخصية خلال بعض مراحل النمو ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة المنيا .
٣٢. صالح حسن الداھري (٢٠٠١) . العلاقة بين مستوى الطموح والتوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة العين ، المجلة العراقية للعلوم التربوية والنفسية وعلم الاجتماع ، م (١) ، ع (١) .

٣٣. صالح سلامة البركات ، و عمر صالح ياسين (٢٠١٠) : العلاقة بين التفاعل الاجتماعي ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة إربد ، مجلة الدراسات البيئية ، ع (٣) ، ص ١٠٩-١٢٠
٣٤. صفوت أحمد عبد ربه (١٩٩٥) . دراسة مقارنة لمستوى الطموح وعلاقته بالإنجاز الأكاديمي لدى عينة من طلبة الثانوية ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، جامعة عين شمس .
٣٥. على مصطفى العليمات (٢٠١٣) : أثر برنامج قائم على الذكاءات المتعددة في تنمية عادات العقل عند طفل الروضة ، مجلة دراسات الطفولة ، مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعليمية ، الجزائر ، ع (٤) ، ص ٥٥ - ٩٨ .
٣٦. فتحى عبد الرحمن جروان (٢٠٠٧) : تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات ، ط (٣) ، عمان ، دار الفكر .
٣٧. فضيلة جابر فضلى (٢٠١٣) : عادات العقل الأكثر استخداماً لدى طلبة الصف الثانى عشر بدولة الكويت وعلاقتها بمتغيرات ديموغرافية ، عالم التربية ، مصر ، س (١٤) ، ع (٤٢) ، ص ١٥ - ٥٣ .
٣٨. كمال دسوقي (١٩٨٤) : علم النفس ودراسة التوافق ، بيروت : دار النهضة العربية .
٣٩. كامليا عبد الفتاح (٢٠٠٧) . مستوى الطموح والشخصية ، ط ٤ ، الرياض : دار الزهراء للنشر والتوزيع
٤٠. محمد بكر نوفل (٢٠٠٦) : عادات العقل الشائعة لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في مدارس وكالة الغوث الدولية في الأردن ، مجلة المعلم الطالب ، الأنروا اليونيسكو ، ع (١) ، (٢) .
٤١. محمد بكر نوفل (٢٠١٠) : تطبيقات عملية في تنمية التفكير باستخدام عادات العقل ، ط ٢ ، عمان، دار المسيرة .
٤٢. محمد رشدى أبو شامة (٢٠١٢) : فاعلية التدريس باستخدام استراتيجيات التعلم المتمركز حول المشكلة في تنمية التحصيل ومهارات التفكير الاستدلالي الحسى ومستوى الطموح لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في مادة العلوم ، مجلة التربية العلمية ، ع (٣) ، م (١٥) ، ص ١٤٧ - ١٩٧ .
٤٣. محمد كاظم جاسم الجيزانى ، شفاء حسين واردة (٢٠١٢) : أثر برنامج تدريبي قائم على عادات العقل في تنمية مهارات ما وراء المعرفة لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي ، مجلة أبحاث ميسان ، م (٩) ، ع (١٧) ، ص ٤٦ - ١١٤
٤٤. محمد نايف عياصرة (٢٠١٢) : عادات العقل الشائعة لدى طالبات كلية أربد الجامعية ، مجلة العلوم التربوية ، جامعة البلقاء التطبيقية ، الأردن ، ع (٣) ، ص ٢٩٤ - ٣١٢

٤٥. محمود فتحى عكاشة ، و إيمان صلاح محمد ضحا (٢٠١٢) : فاعلية برنامج تدريبي فى تنمية مهارات ما وراء المعرفة فى سياق تعاونى على سلوك حل المشكلة لدى عينة من طلاب الصف الأول الثانوى ، المجلة العربية لتطوير التفوق ، ع (٥) ، م (٣) ، ص ١٠٨ - ١٥٠ .
٤٦. مجمع اللغة العربية (١٩٨٤) . معجم علم النفس والتربية ، الجزء الأول ، القاهرة : الهيئة العامة لشئون المطابع الأميرية .

٤٧. مركز دبيونو : مادة تدريبيه بعنوان عادات العقل ، مركز دبيونو لتعليم التفكير

<http://www.noonbooks.com/%D8%B9%D8%A7%D8%AF%D8%A7%D8%AA%D8%A7%D9%84%D8%B9%D9%82%D9%84.html>

available on 22/9/2016

٤٨. مروة محمد محمد الباز (٢٠١٤) : أثر استخدام التدريس المتمايز فى تنمية التحصيل وبعض عادات العقل لدى تلاميذ المرحلى الابتدائية متباينى التحصيل فى مادة العلوم ، مجلة التربية العلمية ، ع (٩) ، م (١٧) ، ص ١ - ٤٥

٤٩. منار السواح (٢٠١١) : فاعلية برنامج تدريبي لتنمية بعض عادات العقل المنتجة لدى مجموعة من الطالبات المعلمات برياض الأطفال ، مجلة العلوم التربوية ، ع (٣) ، ص ٥٥ - ٩٧

٥٠. منال فاروق سطوحى (٢٠١٢) : استخدام نماذج إخبارية بوسائل الإعلام لأحداث جارية مع المنظمات البيانية فى تدريس الإحصاء لتنمية الحس الإحصائى وبعض عادات العقل والدافعية للإنجاز لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، دراسات فى المناهج وطرق التدريس ، ع (١٧٨) ، ص ١٤٧ - ٢٠٠

٥١. مندور عبد السلام فتح الله (٢٠١١) : فعالية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو فى تنمية الاستيعاب المفاهيمى فى العلوم وعادات العقل لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائى بمدينة عنيزة بالمملكة العربية السعودية ، المجلة التربوية - الكويت ، م (٢٥) ، ع (٩٨) ، ص ١٤٥ - ١٩٩ .

٥٢. ناجى محمود النواب ، و محمد إبراهيم حسين (٢٠١٣) : عادات العقل والتفكير عالى الرتبة وعلاقتها بالفاعلية الذاتية لدى طلبة كلية التربية ، مجلة العلوم الإنسانية ، عدد خاص بالمؤتمر العلمى الرابع بكلية التربية للعلوم الإنسانية ، ص ١٤٩ - ١٧٢ .

٥٣. نادية محمود شريف ، و أمانى حسن سيد مصطفى ، و سميرة السيد عبد العال (٢٠١٤) : الفروق بين أطفال تعرضوا لبرنامج أنشطة متكاملة وأطفال فى البرامج التقليدية فى بعض عادات العقل (المثابرة ، التساؤل وحل المشكلات ، جمع البيانات باستخدام جميع الحواس) ، العلوم التربوية ، ع (٢) ، ج (١) ، ص ٥٧٣ - ٥٩٢ .

٥٤. نهلة عبد المعطى صادق جاد الحق (٢٠١٥) : تنمية بعض مهارات التفكير المعرفى وعادات العقل باستخدام شبكات التفكير البصرى لتدريس العلوم لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ، دراسات عربية فى التربية وعلم النفس (ASEP) ، ع (٢٧) ، ص ١٢٧ - ١٧٠ .
٥٥. هبة الله محمد الحسن سالم ، و كيشور كوكو قمبيل ، و عمر هارون الخليفة (٢٠١٢) : علاقة دافعية الإنجاز بموضع الضبط ومستوى الطموح والتحصيل الدراسى لدى طلاب مؤسسات التعليم العالى بالسودان ، المجلة العربية لتطوير التفوق ، م (٣) ع (٤) ، ص ٨١ - ٩٦ .
٥٦. وضى حباب محمد العتيبي (٢٠١٣) : فاعلية خرائط التفكير فى تنمية عادات العقل ومفهوم الذات الأكاديمى لدى طالبات قسم الأحياء بكلية التربية ، مجلة جامعة أم القرى ، م (٥) ، ع (١) ، ص ١٨٨ - ٢٥٠ .
٥٧. يوسف محمد حجيرات (٢٠١٢) : الذكاءات المتعددة وعلاقتها بعادات العقل لدى الطلبة الموهوبين ، رسالة ماجستير ، كلية العلوم التربوية والنفسية ، جامعة عمان العربية.
٥٨. يوسف قطامى (٢٠٠٥) : عادات العقل والتفكير النظرية والتطبيق . عمان : دار الفكر.

المراجع الأجنبية

59. Beyer, B. (2003): Improving student thinking. The Vlearing House, 71 (5), 262- 267.
60. Burgess, Jill (2012): “The Impact of Teaching Thinking Skills as Habits of Mind to Young Children with Challenging 87. Behaviours”, Emotional & Behavioural Difficulties, Vol. 17, No. 1, pp 47-63.
61. Blau , S. & Horton , L.(2006) : Per formative Literacy : The habit of mind of highly literate readers voices from the middle , 7(3),28- 42
62. Çalik, Muammer, Turan, Burçin & Coll, Richard Kevin (2013): A Cross-Age Study of Elementary Student Teachers' Scientific Habits of Mind Concerning Socioscientific Issues”. International Journal of Science and Mathematics Education.
63. Costa, A., & Kallick, B.(2000) : Activating and engaging habits of mind. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development
64. Costa, A. & Kallick, B. (2003). What are Habits of Mind ? Retrieved, (6/4/2015), From: [http://www. Habits of mind net/whatare.htm](http://www.Habits of mind net/whatare.htm) .
65. Costa , A. & Kallick , B. (2004). Habits of Mind . Retrieved From: <http://www.Habits-of-mind.net/whatare.html>.
66. Costa, A.(2001): Developing minds: A resource book for teaching thinking. 3rd ed. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
67. Covey , S. (2007) . The seven habits of highly effective people perspective . retrieved February 2 , 2007 . from : <http://www.Jobsclub->

- Jo.com 68. Daniels (1999) : Literature circles : voice & choice classroom , New York , Teahouse publisher
69. Elias , M. , et.al. (1997) : Promoting social and emotional learning . ASCD . Alexandria , Victoria USA .
70. Enriksen,L.(2006) . Ambition and Anxiety , Rodopi , New York
71. Frank (1998) : Individual differences in certain aspects of the level of admiration : American Journal Psychology , Vol.11
72. Gordon, M. (2011). Mathematical habits of mind: Promoting students' thoughtful considerations. Journal of Curriculum Studies; Aug2011, Vol. 43 ,Issue 4, p457-469, 13p, 1 Graph. United.
73. Hyerle (1999) : Visual tools and technologies , New York, Design for thinking
74. Marzano , et.al. (1992) : Habits of mind North Centered Educational Laboratory Learning Point Associate [on line] available www.ncrel.or
75. Marzano,R.J.(1998) . Different kind of classroom : Teaching with dimension of learning . Alexandria , VA: Association for supervision and curriculum development .
76. Mentors, R., Magiera, M., Moyer,J., Van den Kieboom (2010). Pre-service Teachers' Algebraic Habits of Mind, School Science and Mathematics, vol 32(4), Pp (59-65).
77. Perkins, D. (1999). The many faces , Educational leadership, Association for supervision and curriculum development , 6 – 11
78. Tishman, S. & Perkins, D. (1997). The language of thinking. Kappan, 78, 5, 368-374.
79. Tishman, S. (2000). Why teach habits of mind? In Costa, A. & Kallick, B. (Eds.) Discovering and Exploring Habits of Mind. ASCD. 41-52.
80. Wyer ,R. & Jing, A. (2010) : The role of behavioral mind sets in goal directed activity : Conceptual underpinnings and empirical evidence , Journal of consumer psychology , vol 20 , issue 1 , p. 107-125