

عادات العقل وعلاقتها بالطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية

م.د. رقية التميمي

وزارة التربية - تربية الكرخ الثانية

الملخص:

أهداف البحث الحالي :

- 1- التعرف على عادات العقل لدى طلبة المرحلة الاعدادية .
- 2- التعرف على الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية .
- 3- التعرف على العلاقة الارتباطية بين عادات العقل والطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية .

يحتوي البحث الحالي على عينة من طلبة الصف الخامس وكلا الجنسين لمدارس الاعدادية (البنين والبنات) للمديريات العامة في محافظة بغداد للعام الدراسي 2016-2017

الإطار النظري: استعرض البحث الحالي النظريات المتبناة في بناء وتفسير النتائج .
إجراءات البحث:

- 1 - قامت الباحثة بتبني مقياس عادات العقل الذي أعده مجموعة من الخبراء في جامعة فيرمونت (Vermont) الأمريكية ، المبني على وفق نظرية كوستا وكاليك (Costa and Kallick) لعادات العقل كما تم تبني مقياس الطمأنينة الانفعالية للباحث (عطوان 2015) بعد أن تم التأكد من صدقهما وثباتهما وأسلوب الإجابة على فقراتهما
- 2- تم تطبيق المقياسين أعلاه على عينة من طلبة المرحلة الاعدادية بلغت (200) طالب وطالبة خلال الفترة من 20 - 29 /12 /2016 وقد استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية في تحليل النتائج . وقد تم التوصل الى النتائج الآتية :-
- 1 - أظهرت نتائج البحث أن طلبة يتمتعون بعادات العقل جيدة قياسا بالمتوسط الفرضي للمقياس .

2- بينت نتائج البحث أن العينة لديها الطمأنينة الانفعالية.

3 - أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة بين عادات العقل والطمأنينة الانفعالية لطلبة الاعدادية. وقد قدمت الباحثة بعض التوصيات والمقترحات

الفصل الاول: التعرف بالبحث

مشكلة البحث:

تعد العادات العقل المنظومة الفكرية التي تحتوي على المعلومات وكيفية استخدامها والتعامل معها ، ونمط من السلوكيات الذكية تقود المتعلم إلى إنتاج المعرفة وليس استنكارها فقط وان إهمال استعمال عادات العقل يسبب الكثير من القصور في نتائج العملية التعليمية (Perkins, D.N &Tishman,S. 1997:26). إذ ان كل ما يعتاد عليه الفرد ويعود اليه مررا وتكرارا حتى يتقنه ويفعله ويقوم به دون جهد او طاقة منه يسمى عادة وجمعها عادات, ومتى ما كررت العملية الذهنية العقلية التي يمارسها بنشاط وحيوية فتصبح آلية سميت بالعادة العقلية (عريان، 2010: 49) فهي تتكون من مهارات وميول ورغبات ومواقف وتجارب سابقة تعطي الأولوية لنمط معين من السلوك يناسب المكان والزمان المعينين وتعتمد هذه العملية على حساسية الفرد لسياق الموقف التي يستقي منه المعلومات اللازمة لاتخاذ القرار. (صبري، 2010 : 18) وعندما يدرك الفرد أن أفكاره غير ملموسة وليس لها علاقة بالواقع بالتالي يصل الى مرحلة تتحول فيها الافكار الى آثار سلبية للتأمل, دون تغيير في عمليات التفكير وردود الافعال العاطفية في جميع المجالات, لذلك فإن الهدف الرئيسي للعمليات العقلية هو مساعدة الافراد على أحداث تغيير في علاقتهم مع أفكارهم ومشاعرهم وأحاسيسهم التي تساهم في الحفاظ على الحالات النفسية (Fabrizio,2009:9-10). وان التعليم يتأثر بمدى استعمال المتعلم (لعادات عقل) منتجة ، وان عكس ذلك يقود الى تعلم ضعيف بغض النظر عن مستوى الطلبة في المهارة والقدرة، فعندما تكون عادات العقل ضعيفة فإنها تعيق قدرات الطالب وإمكاناته للتعلم، وعندما تكون قوية فإنها ترفع وتحسن من مستوى التعلم عند الطالب وقدراته، وإمكاناته للتعلم (قطامي وعمور، 2005، 52 - 109). ولهذا السبب وفقاً للعقل (Mind) من المهم جداً أن يتعلم الافراد كيف يحددون هوياتهم من خلال افكارهم, أن أمكانية تحديد الهوية تعتمد على أفكارنا حيث يجب أن تكون حرة ومستقلة وأكثر تعلقاً بالارتباطات مثل الارتباط المتعلق بالفكر من أجل الفكر كونها تعتمد على المحادثة النفسية المستمرة التي تجري في عقولنا حيث اعتقد الافراد سابقاً أن الحل لجميع المشكلات يمكن أن يأتي فقط من الافكار (Segal, etal, 2002:150) , ولهذا فان عادات العقل قد تؤثر على الراحة النفسية والطمأنينة الانفعالية وغيره من السمات الانسانية لذلك ارتبط البحث الحالي بسمة الطمأنينة الانفعالية التي تعد حجر الزاوية في الشخصية السوية والتي تنشأ هذه الشخصية عن طريق إشباع حاجات الفرد الأساسية من طعام وشراب وملبس وغيرها من الحاجات الأساسية التي تخلف لدى الفرد احساساً بالطمأنينة والثقة

المطلقة في ذاته ، اذ يدرك الفرد نفسه على انه يستحق الرعاية والتقدير ويرى ان البيئة هو المكان الامن والمستقر ويرى من فيها على أنهم معطاءين ويمكنه الوثوق بهم ، ويصبح هذا الإحساس بالطمأنينة قاعدة لنجاح الفرد وزيادة قدرته على تحمل الاحباطات (مخير، 3003: 3) فالطمأنينة الانفعالية هي مؤشر للصحة النفسية للأفراد ومن الدوافع النفسية والاجتماعية التي تحرك السلوك الانساني وتوجهه نحو غايته ،ومن العوامل الاساسية للبناء النفسي، وتحقيق الثبات النفسي والتوافق الانفعالي والقدرة على استعمال المهارات والعادات العقلية من اجل اشباع الحاجات والتواصل مع الاخرين. لهذا يحاول البحث الحالي التعرف على عادات العقل وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

اهمية البحث :

تتبع اهمية البحث من اهمية المجتمع التي تناوله البحث الحالي وهم طلبة المرحلة الإعدادية، وهي من المراحل المهمة والدرجة في حياة الفرد والمتمثلة في فترة المراهقة إذ يواجه الطلبة في هذه المرحلة توتراً وقلقاً أخلاقياً ونضجاً عقلياً وفكرياً ويحاولوا إشباع حاجاتهم على وفق مبدأ الواقع من جهة أولى وعلى وفق قيم المجتمع من جهة أخرى. (الجبوري، 1998: 28). وأنا لإفراد يتباينون في امتلاكهم قدرات ذهنية ومعرفية مختلفة المستويات بحسب الفطرة والظروف البيئية التي يتعرضون لها، وكان الاهتمام بمفهوم العادات العقل وتطورها لديهم أمراً مهماً، إذ يمكن نقل الذكاء الذي يتمتعون به من المستوى النظري إلى المستوى العملي، وتحسين تفكيرهم وتنمية قدراتهم واتجاهاتهم ومهاراتهم وميولهم (كوستا وكاليك، 2003، ج 12). وأكدت دراسة أليسون وإلينوجين (Wilson&Elian&Jean, 2002) أهمية تطوير العادات العقل لدى الطلبة، والاهتمام باتباع عادات العقل والذكاء المتعدداً أثناء التخطيط للتدريس، مما يؤدي إلى تغيير الممارسات والمعتقدات حول عمليات التعليم والتعلم. وإن تطوير العادات العقلية يساعد في تنظيم المخزون المعرفي للمتعلم، وإدارة أفكاره بفاعلية وتدريبه على تنظيم الموجودات بطريقة جديدة، والنظر إلى الأشياء بطريقة غير مألوفة لتنظيم المعارف الموجودة لحل المشكلات (النادي، 2009: 321). ويرى ديونو (Debono 1991) أن عادات العقل ليست شيئاً تحصل عليه ونعده ملكاً لنا، إنما يجب أن تمارس هذه العادات مرارا وتكرار حتى تصبح جزءاً من طبيعة المتعلم دوماً (Debono, 1991: 28). أما وليم جيمس (William James) فقد أظهرت دراسته أن العقل لا يكون ذا مقدرة وكفاية الا عندما يركز انتباهه ويختار ويترك ماعده أي ان تركيز الفرد بتفكيره لتخطي المشكلات (مشرف، 2007، 3) وهذا

ما أكده بيركنز (1995) Perkins في دراسته حول أهمية عادات العقل إذ أظهرت نتائجها إن الأفراد يؤدون أعمالهم والمهام التي يكلفون بها بشكل أفضل بكثير عندما يستخدمون عادات العقل مستكشفين الخيارات بالنظر إلى السلبيات والايجابيات لإنجاز المهام حين يظهرون نوع التفكير المطلوب بسهولة ويسر (التميمي، 2013: 6). وأوضح نوفل (2006) ان عادات العقل تدعو الى الالتزام بتنمية عدد من الاستراتيجيات المعرفية لتصبح شيئاً متكرراً يعتاد عليها الفرد اذ انها تستند الى وجود ثوابت تربوية ينبغي التركيز على تنميتها وتحويلها الى سلوك متكرر ومنهج ثابت في حياة المتعلم (نوفل، 2006: 33). وقد اشارت دراسة الجبوري (2013) الى ان المدرسين والمدرسات يمتلكون عادات عقل كما اكدت دراسة الموسوي (2016) ان عينة البحث وهم مدرسون يمتلكون عادات العقل يتراوح فوق المتوسط والعالي ، وانها لا تأتي فجأة دون مقدمات وانما تدرج وتزرع وتنمي بحيث تشكل خلفية علمية تتفاعل مع ذات الفرد وتقوده الى توليد معرفة ومهارة وخبرة تظهر بأشكال متنوعة الموسوي (2016) . اما لمتغير الطمأنينة الانفعالية فأهميته تأتي من كونه أحد أهم مظاهر الصحة النفسية الايجابية وأول مؤشراتنا، لقد تحدث الكثير من العلماء والمفكرين عن أبرز هذه المؤشرات والتي أهمها الشعور بالأمن والرضا النفسي والاطمئنان والنجاح، فالفرد الناجح قادر على تكوين علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن الانطواء والانفتاح على الآخرين (شقيير، 2005: 1). وقد يتطلب أن يتوافر لهؤلاء الشريحة وهم طلبة الاعدادية قادراً من الاطمئنان الانفعالي ، فالحاجة للأمن مهمة في كل مراحل حياة الفرد سواء أكان طفلاً أو شيخاً، سليماً أو معتلاً ، فبالأمن يصنع الفرد وينتج ويطور ويبدع، وبغير الأمن تبقى الموارد البشرية والطبيعية مجرد خامات أولية غير موظفة لصالح الإنسان والمجتمع، وبما يحقق حياة اجتماعية أفضل للفرد والمجتمع (الطائي، 2006: 17) . ومثلما يؤثر الشعور بالاطمئنان والأمان في المتغيرات النفسية للشخصية، فانه يؤثر أيضاً في متغيراتها المعرفية والعقلية ومنها العادات العقل واليقظة العقلية ،فقد اكدت دراسة عطوان (2015) على ان طلبة الجامعة يمتلكون الطمأنينة الانفعالية ولها علاقة بالادراك الاجتماعي كما اكدت دراسة (عودة 2016) ان المعلمات يتمتعن بالطمأنينة الانفعالية ولها علاقة باليقظة العقلية (الموسوي 2016) ويرى إريكسون أن الاطمئنان والحب والثقة في الآخرين يقابلها حاجات أساسية يؤدي إشباعها خاصة في السنوات المبكرة من الطفولة إلى سيادة الإحساس بالطمأنينة في المراحل العمرية اللاحقة . إن المرحلة الأولى (الثقة مقابل عدم الثقة) والمرحلة السادسة (الود مقابل الانعزال) في تصنيف إريكسون للمراحل الثمان في

النمو النفسي الاجتماعي تعكس هذه الرؤية فالطفل في السنتين الأولى من عمره إن لم يتحقق له الحب ويشعر بالاطمئنان فقد ثقته في العالم من حوله وطور مشاعراً من عدم الثقة في الآخرين بالإنعزال والابتعاد عنهم وكذلك الحال في بداية سن العشرينات ، ففشل المراهق في تطوير علاقات حميمة مع الآخرين يجعله يميل إلى الوحدة والعزلة (Erikson,1963, p.247) . أما أدلر فيتناول الطمأنينة في بعدها الاجتماعي ، حيث يرى أن الإنسان كائن اجتماعي بطبعه يسعى دوماً لإشباع حاجاته النفسية والاجتماعية من خلال تنمية اهتماماته الاجتماعية وتطوير أسلوب حياة خاص يجعله قادراً على التفاعل مع الآخرين وبالتالي تحقيق الحاجة إلى الأمن النفسي والانتماء والحب (أنجلر, باربرا 1991) . وعليه فان أهمية البحث الحالي قد توضحت من أهمية متغيراته بدءاً بالحديث عن عادات العقل ، والاطمئنان الانفعالي لدى طلبة الاعدادية .

ثالثاً - أهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف على :

1. عادات العقل لدى طلبة المرحلة الاعدادية .
2. الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية.
3. العلاقة بين عادات العقل و الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الاعدادية .

رابعاً. حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة الصف الخامس الاعدادي (العلمي- الأدبي) ومن كلا الجنسين (ذكور وأناث) الملتحقين بالمدارس الاعدادية التابعة للمديرية بغداد الكرخ الثانية.

خامساً : تحديد المصطلحات:

اولاً. عادات العقل (Habits of mind):

ركتس (Ricketts,2004): معرفة كيفية التصرف بذكاء، عندما لا يعرف الشخص الإجابة عن سؤال ما (Ricketts, 2004,33).

الفارو (Alfaro, 2004):مجموعة من السلوكيات الذكية التي تكون إيجابية, تقود في النهاية إلى ممارسة طرق خلاقة لتوظيف التفكير (Alfaro, 2004:39).

كوستا وكاليك (2007):نمط من الأداءات الذكية تؤدي إلى إنتاج الأفكار والابتكار، تتضمن ميولاً واتجاهات وقيماً وبالتالي فإنها تقود الفرد إلى عدد من التفضيلات المختلفة،

ويكون الفرد انتقائياً في تصرفاته العقلية بناءً على ميوله وقيمه واتجاهاته (Costa & Kallick, 2007:28).

كوفي (Covey, 2007): مجموعة من العناصر الرئيسية المسماة المبادئ متمثلة في صور وأشكال عديدة نقوم بها مراراً وتكراراً ولكننا لا ندركها معظم الوقت، فهي تعمل على توجيهنا بصورة تلقائية، وهي قابلة للتغيير بعد التدريب عليها لمدة من الوقت (Covey, 2007: 16).

وتأسيساً على ما سبق فقد تبنت الباحثة تعريف كوستا وكاليك لعام (2007) وذلك لتبنيه تصنيفهما لعادات العقل الستة عشرة (16) في البحث الحالي.

وتعرفه إجرائياً: بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من إجاباته على مقياس عادات العقل الستة عشر في البحث الحالي.

ثانياً : الطمأنينة الانفعالية: Emotional Tranquility عرفها كل من :

ماسلو (Maslow) (1970): "شعور الفرد بأنه محبوب من الآخرين، له مكانه بينهم، يدرك بأن بيئته صديقه، ودوره غير محبط، يشعر فيها بندرة التهديد والخطر والقلق" (Maslow, 1970, 36)

الصنيع (1995): (سكون النفس وطمأنينتها عند تعرضها لازمة تحمل في ثناياها خطر من الأخطار) (الصنيع , 1995 , 33) .

كيرنس (2001Kerns): "شعور الفرد بأنه محبوب ومقبول ومقدر من قبل الآخرين وندرة شعوره بالخطر والتهديد , وإدراكه أن الآخرين ذوي الأهمية النفسية في حياته مستجيبون لحاجاته ومتواجدون معه بدنياً ونفسياً , لرعايته وحمايته ومساندته عند الأزمات" (مخيمر , 2003 , 616)

- **روبن (Rubin, et al, 2013):** (شعور الفرد بالإيجابية تجاه حياته، والقدرة في إدارة بيئته، وتحقيق أهدافه الشخصية وفقاً لقدراته، والاحساس بالمعنى والهدف من الحياة، والاتجاه الايجابي نحو ذاته وتقبلها) (Rubin, et al, 2013, 420).

التعريف النظري: وقد اعتمدت الباحثة تعريف ماسلو تعريفاً نظرياً للطمأنينة الانفعالية كونها اعتمدت مقياس (عطوان 2015) الذي تبني مقياسه.

التعريف الإجرائي للطمأنينة الانفعالية بأنه: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عند استجابته على مقياس الطمأنينة الانفعالية المعتمد لأغراض البحث الحالي .

الاطار النظري:

ستقوم الباحثة بعرض النظريتان المتبناة من قبل الباحثين الذي تبنت مقياسهم (عادات العقل للباحث (فرحان 2013) و الطمأنينة الانفعالية للباحث (عطوان 2015) فضلا عن استعمالها في وتفسير ومناقشة النتائج في الدراسة الحالية.

اولا- النظرية المتبناة في تفسير عادات العقل وهي

نظرية عادات العقل الستة عشرة: (Theory of Sixteen Habits of Mind) لكوستا وكاليك (Costa & Kallick, 2000).

اعتمد كوستا وكاليك (Costa & Kallick, 2000)، في تحديد وجهة نظره والتوصل الى نظرية عادات العقل الستة عشر، إلى نتائج البحوث التي أجراها فيورشتاين (Feuerstein, 1981)، وستيرنبرغ (Sternberg, 1984)، وبارون (Baron, 1991)، وأنيس (Ennis, 1991)، وبيركنز (Perkins, 1991)، وكولمان (Golman, 1995)، التي قادت إلى سلوكيات فعالة أمكن تحديدها والتعرف عليها من خلال عملية البحث والاستقصاء العلمي، إذ تم تحديد السلوكيات الذكية لدى أفراد تميزوا بالنجاح في شتى مناحي الحياة (Costa & Kallick, 2000:65). وقد حدد قائمة بستة عشر من العادات العقل اللازمة للتفكير الفعال، وفيما يأتي وصفاً لعادات العقل الستة عشرة (16):

1- عادة التفكير حول التفكير (فوق المعرفي):

(Habit of Thinking About thinking (metacognition))

يرى كوستا وكاليكان عادة التفكير حول التفكير هم الافراد الذين يمتلكون سمة ما وراء المعرفة لديهم السيطرة على تفكيرهم لانهم يعلمون كيف يفكرون وكيف يضعون الخطط لحل المشكلات, وعندما ينتهون فانهم ينظرون الى الورا للتعلم من خبراتهم في مواجهة مشكلات اخرى وحلها (كوستا وكاليك، 2000، 81) والتفكير فوق المعرفي يعني ان يصبح الفرد اكثر ادراكا لافعاله ولتاثيرها على الاخرين وعلى البيئة وتشكيل اسئلة داخلية اثناء البحث عن المعلومات والمعنى وتطوير خرائط عقلية خاصة بذلك , (السباب، 2012، 40) ويكون واعياً لخطواته، واستراتيجياته أثناء عملية حل المشكلات، وان يتأمل في مدى إنتاجية تفكيره وتقييمه، ومن المكونات الرئيسة للتفكير فوق المعرفي تطوير خطة عمل، والمحافظة عليها في الذهن مدة من الزمن ثم التأمل فيها، وتقييمها عند اكتمالها، ومن طبيعة الناس الأذكياء أنهم يخططون لمهارتهم في التفكير، واستراتيجياتهم، ويتأملون فيها ويقيمون جودتها (كوستا وكاليك، 2003، أ، 26)، لذلك فان كوستا وكاليك لخصا هذه العادة بقولهما: " اعرف ما تفكر فيه " أي أن تفكر في تفكيرك أنت (كوستا وكاليك، 2003، ب، 149).

2 - عادة الاستعداد الدائم للتعلم المستمر:

(Habit of remaining Learning open to continuous learning)

ان الأفراد الذين يمتلكون هذه الصفة يسعون دائماً إلى التحسن والنماء والتعلم وتحسين أنفسهم. وترمز الصور التعبيرية لهذه العادة العقلية إلى الباب المفتوح على العالم الخارجي الذي يشع نوراً، ان الناس الاذكياء يظلون دوماً مستعدين للتعلم المستمر فالثقة التي يتحلون بها مقرونة بحب الاستطلاع لديهم يسمحان لهم بالبحث المتواصل عن طرق احداث وافضل والافراد الذين يمتلكون عادة العقل هذه يكافحون دوماً من اجل التحسين والنمو التعلم والتعديل وتحسين الذات ويلتقطون المشكلات والمواقف والتوترات والنزعات والظروف معتبرين انها فرصة للتعلم (Costa & Kellick, 2000,81-82) كما ان الافراد الذين لديهم هذه العادة يكون ميلهم لطرح الاسئلة الى ان يحصلوا على التغذية الراجعة والبقاء منفتحين ومستعدين دائماً للتعلم المستمر (نوفل، 2008، 90). وقد لخص كوستا وكاليك معنى هذه العادة بقولهما: "اجعل تفكيرك متنامياً" (كوستا وكاليك، 2003، ب، 149).

3- عادة التفكير بمرونة (Habit of Thinking flexibility):

وان الافراد الذين لديهم هذه العادة هم اكثر ضبطاً وقدرة على تغيير افكارهم، كذلك باستخدامهم لطرائق غير تقليدية في مواجهة التحديات وحل المشكلات (الجبوري، 2013: 17) وهي القدرة على كسر الأطر الذهنية الجامدة، وقراءة البيانات قراءات متعددة من وجهات مختلفة، وتتطلب امتلاك ملكة الحدس والقدرة على التلاعب بالبدائل، والانفتاح على الآخرين وخبراتهم. وتشمل التفكير بمرونة حسية ومجردة، وبصورة زمانية ومكانية، وبصورة رقمية ولغوية، والعمل ضمن قواعد وأنظمة. ((Costa,A & Kellick,B 2000:80 أن الأفراد المرنين يتميزون بأن لديهم القدرة على تغيير آراءهم عندما يتلقون بيانات إضافية، ويعملون في مخرجات، وأنشطة متعددة في آن واحد، ويعتمدون على ذخيرة مخزونة من استراتيجيات حل المشكلات. ويستطيع الأفراد المرنون مقارنة مشكلة ما من زاوية جديدة مستخدمين طرائق جديدة، ذلك أن مرونة العقل أساسية للعمل في إطار التنوع الاجتماعي الذي يعد سمة أساسية في المجتمعات (قطامي، يوسف وعمور، 2005، 113). وقد لخص كوستا وكاليك معنى هذه العادة بقولهما: "انظر إلى الأمر من ناحية أخرى" (كوستا وبينا كاليك، 2003، ب، 149).

4 - عادة المثابرة (habit of Persisting):

يرى كوستا وكاليك ان النجاح يكون مرتبطاً بالنشاط والفعل، فالافراد الذين يملكون صفة المثابرة لا يقبلون بالهزيمة ابداً، ولا يتراجعون وعندما يخفقون او يفشلون فانهم يعاودون الكرة مرة اخرى (كوستا وكاليك، 2000: 7) وتزداد صفة المثابرة نمواً عندما يزيد الفرد من استخدام استراتيجيات بديلة لحل المشكلات ويتم جمع الأدلة كمؤشر على ان احدى استراتيجيات حل المشكلات هي قيد التشغيل فاذا لم تنجح يتراجعون ويجربون غيرها وعليهم الاستعانة بتشكيلة متنوعة من الموارد يطلبون من اخرين ان يقدموا توضيحات وبيانات ويرجعون الى الكتب والقواميس وقواعد البيانات وتراهم احيانا يتراجعون لتوضيح مهمة ما او ليحلوا التوجيهات وهي مرتبطة بغيرها من عادات العقل مثل تطبيق المعارف السابقة على اوضاع جديدة (كوستا وكاليك، 2003، 22)، وقد لخص كوستا وكاليك معنى هذه العادة بقولهما: "هي التمسك بالمهمة حتى لو كنت تريد الاستسلام" (كوستا وكاليك، 2003، ب، 150).

5 - عادة إيجاد الدعابة (habit of Finding the Humor):

يرى كوستا وكاليك ان الدعابة خاصية يتميز بها الذين يجيدون ويخلقون حلولاً للمشاكل، ويملكون القدرة على التميز بين مواقف الضعف التي تتطلب تعاطفاً وبين المواقف المضحكة (كوستا وكاليك، 2009، 62). وروح الدعابة تحرر الطاقة وتثير مهارات التفكير عالية المستوى مثل التوقع المقرون بالحذر، العثور على علاقات جديدة، التصور البصري، عمل تشابهات. ولدى الافراد ذو المقدره على الانخراط في الدعابة القدرة على ادراك الاوضاع من موقع مناسب واصيل ومثير للاهتمام ومع تقلب المواقف تراهم ينتعشون عند عثورهم على حالات من عدم التطابق وادراكهم للمفارقات. (كوستا وكاليك، 2003، أ، 35). والفرد المتصف بحس الدعابة يتوقع اشياء غير متوقعة ويقوم بقلب الكلمات الى معان غير مألوفه الاستخدام والتلاعب بالافكار والصور لتصبح فكاهية (الجبوري، 2013، 80) وقد لخص كوستا وكاليك معناها بقولهما: "اسمح للمرح والضحك" (كوستا وكاليك، 2003، ب، 150).

6- عادة الكفاح من أجل الدقة (habit of Striving for Accuracy):

يرى كوستا وكاليك انها ايصال العمل الى درجة الكمال عن طريق مواصلة العمل والحصول على اداء افضل حرفية ومهنية عالية وانجاز المهمة باتقان والدقة، وذلك عن طريق تفحص الامور ومراجعة القواعد التي يجب ان يلتزم بها الفرد (كوستا وكاليك، 2003، 25).

أن الأفراد الذين يقدرون الدقة يأخذون وقتاً كافياً بتفحص منتجاتهم، إذ تراهم يراجعون القواعد التي ينبغي عليهم الالتزام بها، ويراجعون النماذج التي عليهم اتباعها، والمعايير التي ينبغي استعمالها ليتأكدوا من أن منتجاتهم النهائية توائم تلك المعايير مواءمة تامة (كوستا وكاليك، 2003، أ، 27). ويمكن تمثيل هذه العادة العقلية بالصورة الرمزية للسهم الذي يصيب الهدف إذ لا يتوقف السهم في المنتصف ولا بالاقتراب الشديد من الهدف، ولكن تريد السهم في قلب الهدف (الجبوري، 2013، 73) وقد لخص كوستا وكاليك معناها بقولهما: " هو العمل من أجل الكمال، والأناقة، والحرفية " (كوستا وكاليك، 2003، ب، 151).
7- عادة الإصغاء بتفهم وتعاطف:

(The habit of Listening with understanding and Empathy)

ان عادة الاصغاء يعني ان تعيش بشكل مؤقت في حياة الاخرين دون تحيز، وتعمل على اعادة صياغة افكارهم بتصورتهم عن طريق حسن الاستماع والاصغاء اليهم (حسام الدين، 2008، 14) ويعد كوستا وكاليك أن حسن الاستماع ، والإصغاء هي صفة من الصفات التي تكون أرقى ما يتصف به الإنسان الذي لديه عادات عقلية، وهي تمثل أحد أشكال السلوك الذكي (كوستا وكاليك، 2003، أ، 23). كما ان الفرد الذي يتصف بهذه العادة يكون متخلي عن سلوكه الشخصي وتكريس الطاقة العقلية للاهتمام بشخص اخر مع التعاطف والتفهم الذي يظهره لافكار الشخص (الكركي، 2007، 29) وقد لخص كوستا وكاليك معنى هذه العادة بقولهما: " تفهم الآخرين " ، فالإصغاء يوفر الفرصة للتعاطف مع الاخرين وفهم وجهة نظرهم (كوستا وكاليك، 2003، ب، 151).

8- عادة جمع البيانات باستخدام جميع الحواس:

(Habit of gathering Data through all senses)

يرى كوستا وكاليك ان الأفراد الذين يملكون هذه العادة العقلية يضعون استراتيجية لحل المشكلة او جمع البيانات، فتضم مجموعة من الحواس (تمثيل قطعة نثرية، والتخيل، والاحساس بلمس الاشياء وغيرها) فانهم يعملون على تشغيل الحواس جميعها من اللمس والتذوق وتجزئة اشياء وإحداث جديدة والإمساك من أجل تحقيق الفهم (كوستا وكاليك ، 2003، 8) وستعمل أصحاب هذا التفكير الصائب طرقاً متعددة للوصول إلى الحقيقة، من خلال استخدام حواس المشاهدة والسمع والذوق واللمس والشم لتعزيز أفكارهم وتوسيع آفاق

التفكير فيما حولهم (Catherine,2006:394). ويشعر الافراد الذين يمتلكون هذه العادة انهم احرار في تشغيل واستكشاف جميع حواسهم وعكس ذلك فان بعضهم يقضون مسيرة حياتهم ودراساتهم غافلين عن طبيعة الاصوات والالوان التي تحيط بهم من كل جانب وفي بعض الاحيان يخشى الاطفال لمس الاشياء او توسيخ ايديهم او لخوفهم مع الاشارة ان هذا السلوك في الغالب متعلم ولكنه يؤدي الى الفهم في اطار ضيق من الاستراتيجيات الحسية لحل المشكلات. (كوستا وكالليك، 2003، أ، 31)، وقد لخص كوستا وكالليك معنى هذه العادة بقولهما: "استخدم مسارات طبيعية" (كوستا وكالليك، 2003، ب، 152).

9- عادة التفكير والتوصيل بوضوح ودقة:

(habit of Thinking and communication with clarity and precision)

يرى كوستا وكالليك ان من يمتلك هذه العادة لها دورا مهما في تعزيز الخرائط المعرفية والقدرة على التفكير النقدي وهم أفراد أذكاء يكافحون من اجل توصيل ما يريدون قوله بدقة مستعملين لغة دقيقة، وتعبيرات محددة، وأسماء وتشبيهات صحيحة، ويكافحون من اجل تجنب الإفراط في التعميم والحذف والتشويه، ويسعون بدلاً من ذلك إلى دعم مقولاتهم بإيضاحات ومقارنات وقياسات كمية وأدلة (Costa & Kallick, 2009:52). وترتبط هذه العادة العقلية بين الفهم والعقل لذلك يجب ان تعبر الكلمات عن الافكار او ما يدور في عقل المتكلم بوضوح وسلاسة وبساطة (الجبوري، 2013، 76). وقد لخص كوستا وكالليك معنى هذه العادة بقولهما: "كن واضحا" ، فالأفراد الذين يظهرون دقة في اللغة والفكر يوصلوا أفكارهم، ومقاصدهم، وأفعالهم إلى الآخرين بوضوح، والتواصل الواضح يبعد الكثير من سوء التفاهم بينما يمكن للدقة في اللغة أن تمنع حدوث نزاعات كثيرة في الصف والملاعب، وصالة الطعام (كوستا وكالليك، 2003، ب، 152).

10- عادة التفكير التبادلي (Habit of Thinking Interdependently):

يتميز من يمتلك هذه العادة بسمات وهي القدرة على التفاعل مع افكار الاخرين يؤدي الى تطوير افكاره وافكارهم كذلك يطور صورة جديدة عن تفكيره الاجتماعي معتبراً التجمع مكافأة ذهنية لتطوير افكاره لذلك يتجنب الوحدة (السباب، 2014، 109-110). ويرى كوستا وكالليك ان العمل في مجموعة يتطلب القدرة على تبرير الأفكار، واختبار مدى صلاحية استراتيجيات الحلول مع الآخرين، وأن الأفراد المتعاونين يدركون أنهم سوية أقوى بكثير فكرياً ومادياً من أي فرد يحيى لوحده، ويتطلب أيضا استعداداً، وانفتاحاً يساعد على تقبل التغذية الراجعة من صديق ناقد، فمن خلال هذا التفاعل يواصل الأفراد عملية النمو الذهني والعقلي

(كوستا وكاليك، 2003، أ، 36). ويبيدي الافراد دلائل على تزايد الاعتماد المتبادل في عمل المجموعات عندما يركزون على التحليل والتركيب والتقييم ونجد في لغتهم رغبة في فهم كيف يفكر الآخرون وفي الاستمرار في استنباط معنى المشكلة المطروحة او النص ويرسلون تفسيرات وفرضيات الى المجموعة وفي الوقت ذاته يبنون فوق افكار الآخرين وقد لخص كوستا وكاليك معنى هذه العادة بقولهما: "اعملوا معاً" (كوستا وكاليك ، 2003، ب، 153).

11- عادة الخلق - التصور - الابتكار (التجديد):

(habit of ,Innovating Creating , Imagining)

التصور يعد عملية عقلية عليا يتم عن طريقها او من خلالها بناء الموقف بشكل مختلف او جديدة وتكون ذات معنى وخصائص وصفات لم يكن لها وجود في السابق (المغازي، 2002، 44). ويعتقد كوستا وكاليك أن الأفراد الذين يمتلكون هذه العادة يمتازون بعدة سلوكيات منها القدرة على توسيع حدودهم المدركة، ويحاولون تصور حلول للمشكلات بطريقة جديدة مبتكرة مختلفة من خلال تفحصها من عدة زوايا، وإنهم متفتحون على النقد، ويقدموا تغذية راجعة لمبدعيها الذين يبذلون جهداً ممكناً لتهديب أساليبهم والارتقاء بها (كوستا وكاليك، 2003، أ، 32). وقد لخص كوستا وكاليك معنى هذه العادة بقولهما: "انظر إلى الأشياء نظرات متعددة" ، وان الافراد يسعون وراء حلول بديلة لقضايا تخص المشكلات التي تواجههم أثناء اليوم الدراسي (كوستا وكاليك، 2003، ب، 153).

12- عادة الاستجابة بدهشة ورهبة:

(Habit of responding with astonishment and eeriness)

من يمتلك هذه العادة العقلية نلاحظ عليه الاهتمام بالبيئة وحمائيتها ولديه فهم واحترام لادوار الآخرين وقيمهم يقيس العلاقات مع كل شيء واي شخص يواجهه، فنجده لا ينظر للمشكلة غير المتوقعه بانها لعنة بل لتكون لهم مصدرا للمتعة والفرح، وأشبه ما نكون بنزهة ذهنية مصحوبة بالغرابة والصعوبة والتعصيد (الجبوري، 2013، 79) ويعتقد كوستا وكاليك أن الأفراد الذين يمتلكون هذه العادة لديهم حب كبير للاستطلاع، والتواصل مع العالم من حولهم، ويتأملون في تشكيلاته المدهشة، ولا يكتفون بتبني موقف (أنا استطع حل المشكلة) بل يضيفون إليه موقف (أنا استمتع بحلها) ، وتبلغ متعتهم ذروتها حين يسعون وراء المعضلات والأحاجي التي قد تكون لدى الآخرين ويستمتعون بإيجاد حل لها (كوستا وكاليك، 2003، أ، 33). ان الافراد الذين يتسمون بهذه العادة لديهم الاحساس بالبساطة المنطقية للترتيب الرياضي والشعور بالمحبة والحماسة تجاه التعلم والالتقان والنقصي

(قطامي، 2005، 111). وقد لخص كوستا وكاليك معنى هذه العادة بقولهما: "استمتع وأنت تحلها"، ويرون في المشكلات فرصاً لتعزيز مهارات التفكير لديهم (كوستا وكاليك، 2003 ب، 154).

13- عادة تطبيق المعارف الماضية على أوضاع جديدة:

(Habit of Applying past knowledge to new situation)

يتسم الافراد الذين يمتلكون هذه العادة العقلية بانه يتعلم من التجربة والمعاناة، والرجوع الى الماضي لكي يقوم بفحص خبراته حتى يصل الى معالجة جديدة، فعندما تواجههم مشكلة ما جديدة او محيرة نراهم يلجأون الى ماضيهم يستخلصون منه تجاربهم واسترجاع مخزونهم من المعارف والتجارب كمصدر للبيانات لدعم مايفكرون به ويقولونه وتسهم في تقديم الايضاحات وانه ينفذ ويتقدم للامام (البطوش، 2007، 24). يرى كوستا وكاليك أن توظيف المعرفة والاستفادة منها، يعد شكلاً متقدماً من أشكال الذكاء المرتبط بعبادات العقل، فالأفراد الأذكياء يتعلمون من تجاربهم، وعندما تواجههم مشكلات جديدة محيرة، تراهم يلجأون إلى ماضيهم ليستخلصوا منه تجاربهم وكأنهم يفسروه، والسير بها قدماً ومن ثم تطبيقه على أوضاع جديدة (Costa & Kallic, 2009:101). فالمفكر الفعال يستخدم خبراته والمعرفة الموجودة لمساعدة نفسه على فهم افكار او مفاهيم جديدة من خلال ملاحظة التشابه وعمل اتصال او تواصل، فيقولون اشياء مثل لا هذا يذكرني عندما او هذا الموديل يشبه كثيرا او هذا الحديث مشابه (كوستا وكاليك، 2000، 81). وقد لخص كوستا وكاليك معنى هذه العادة بقولهما: "استخدم ما تتعلمه" (كوستا وكاليك، 2003 ب : 154).

14- عادة التساؤل وطرح المشكلات :

(Habit of Questioning and posing problems):

يرى كوستا وكاليك طرح السؤال والاستفسار عن المشكلة يعد أكثر أهمية من حلها ذلك لان الحل قد يكون مجرد مهارة رياضية أو تجربة، فالقدرة على طرح الأسئلة بشكل جديد فهو يتطلب خيالاً خلاقاً، ويبشر بتقدم حقيقي في المهارات العقلية، ويسأل الأفراد أسئلة من شأنها أن تملأ الفجوات القائمة بين ما يعرفون وما لا يعرفون، أنهم يوضحون ما يفعلون حالياً كمقارنتها بتجارب مشابهة مرت بهم في الماضي. (كوستا وكاليك، 2003 ب، 155). ومن مميزات هذه العادة وشعارها هو السؤال ويعد مفتاح العقل والمعرفة كذلك القدرة على طرح الاسئلة وتوليد البدائل لحل المشكلة، وبعد معرفة ما السبب وما النتيجة تكون القدرة على

اتخاذ القرار (السباب، 2014، 103) وقد لخص كوستا وكاليك معنى هذه العادة بقولهما:
"حلّ المشكلة" (كوستا وكاليك، 2003 ب، 155)

15- عادة التحكم بالتهور (habit of Controlling Impulsivity):

وهم الافراد الذين يستمعون لوجهات النظر الاخرى كذلك ابتعادهم عن التهور والردود التلقائية وعن الاحكام الفورية والقفز الى النتائج، وعندما يتناقض التهور لدى الافراد نلاحظ ان الاهداف تكون واضحة وبذلك تقل الحاجة الى التجربة ومن الخطأ منهم ان يخططوا لاستراتيجية لحل المشكلة او انجاز العمل او المهمة الموكلة اليهم (الجبوري، 2013، 70) يرى كوستا وكاليك أن الأفراد هؤلاء يمتلكون هذه العادة يتميزون بأنهم متأنون، ويفكرون قبل أن يقدموا على عمل ما، وبالتالي فهم يؤسسون رؤية لمنتج ما أو خطة عمل أو هدف أو اتجاه قبل أن يبدأوا، ويصورون استراتيجياته للتعامل مع المشكلة، مؤجلين إعطاء حكم فوري حول فكرة معينة إلى أن يفهموها تماماً، وبهذا فإنهم يقللون من حاجتهم للتجربة والخطأ عن طريق جمع المعلومات (كوستا وكاليك، 2003 أ، 25). وهؤلاء الافراد تجدهم دائماً يكررون الاقوال (دقيقة من فضلك، دعني افكر، لاتتسرع، خذ وقتا قبل اصدار الحكم وغيرها، قطامي، 2005، 217) وقد لخص كوستا وكاليك معناها بقولهما: "هي التفكير قبل الفعل"

16 - عادة الإقدام على مخاطر مسؤولة (habit of Taking responsible risks):

ان الافراد الذين يمتلكون عادة الاقدام على مخاطر مسؤولة انه لا يخاف من الفشل ويفكر في النجاح المرتبط بالجهد، ويعد المخاطرة والفشل هما اللذان يساعدان على معرفة الحكمة والصواب ودائماً يكون مرحباً بالمغامرة الذهنية اذ يجبر نفسه ذهنياً على اقتحام المشكلة المعقدة (البطوش، 2007 : 38) ويتميز الأفراد الذين يمتلكون هذه العادة بأنهم يتحكمون بتهورهم ويبدأون في الوقت نفسه بإظهار دلائل على المخاطرة في عملهم أكثر من السابق، وذلك من اجل تجريب استراتيجيات أو أسلوب تفكيري جديد لأول مرة، وأنهم على استعداد للقيام باختبار فرضية جديدة حتى لو كان الشك ينتابهم، وكأنهم مجبورون على وضع أنفسهم في مواقف لا يعرفون بعد ذلك النتائج التي ستتمخض عنها (كوستا وكاليك، 2003 : 39). وان تجريب استراتيجية او اسلوب تفكير جديد للمرة الاولى يقود الفرد الى لمخاطرة في العمل واختبار فرضية جديدة حتى لو انتابهم الشك في ذلك (جاني، 2012:

(36). وقد لخص كوستا وكاليك معناها بقولهما: " ابحث عن المغامرة بمسؤولية " (كوستا وكاليك، 2003 ب , 157).

مما تقدم من الممكن أيجاز وجهة نظر عادات العقل لكوستا وكاليك بما يأتي : -

1- اكدت نظرية عادات العقل ان العقل البشري يمتلك طاقة كامنة ويمكن تهيئتها وتحويلها الى سلوك متكرر يمارسها الفرد بدون جهد.

2- ان العادات العقل قوة تساعدنا وتوجهنا نحو سلوك منسجم متكامل وتكون اطاراً لأجوبة غير واضحة، ومهارة نستعملها في حياتنا.

3- اكدت انه لا بد امتلاك لمهارات التفكير ووجود دافع لان يكون الافراد مبدعين وبارعين ومفكرين بمعنى مغامرة عقلية وأخلاقية مشروعة لتحقيق انجازاً للطبيعة الانسانية.

4- ركزت النظرية على الاستكشاف وحب الاستطلاع وتلك واعتبرتها هي فكرة تعلم وامتلاك عادات عقل . لذا فإن البحث الحالي يتبناها من حيث التنظير والتفسير .

ثانيا : النظرية المتبناة في تفسير الطمأنينة الانفعالية وهي

نظرية إبراهيم ماسلو (1970 Abraham Maslow Theory):

يعد إبراهيم ماسلو من منظري علم النفس الإنساني والذي يعتقد أن الإنسان بطبعه خير وأنه يمتلك إرادة في اتخاذ القرار وأن الحاجات ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالدوافع، وأن أي نقص في الحاجات سواء كانت مادية أو اجتماعية أو نفسية، يؤدي إلى تحرك السلوك وقيامه بنشاط معين لإشباع هذه الحاجات (الزهار، 1998، 98-99). وأشار (ماسلو) إلى أن الحاجات الأساسية هي حاجات كفاية، فالجائع ينقصه شيء لا بد من تحقيقه قبل أن تتاح له فرصة الاهتمام بالحاجات الفوقية، إما الحاجات الفوقية فتعد حاجات نمو وتسهيل فإذا أشبعت يتطور الإنسان تطوراً كاملاً ويصل إلى تحقيق الذات. وإذا لم تشبع الحاجات الفوقية التي يراها (ماسلو) أصيلة في النوع الإنساني وحالت دون إشباعها العوائق، يعاني الشخص من الغربة والضيق والتوتر، أي أن دافع تحقيق الذات هو دافع فطري لا بد وأن يترك عدم إشباعه أثراً سلبية على الشخصية كما يحدث عندما لا يشبع أي دافع فطري آخر. (الوقفي، 1998، 600). ويستمد الإنسان احساسه بإنسانيته من خلال اتصاله بالآخرين ، ووجوده ضروري في وسط مادي اجتماعي وحضاري وهو لا يستطيع ان يكون في عزلة ، فحرمان الفرد من الحديث مع الاخرين ومشاركتهم في الحياة تجرده من انسانيته ويفتقد الشعور بالرضا والأمن والحب والصدقة ، فهو بحاجة الى احترام الذات والتقدير والحب والنجاح وهي حاجات تؤدي أدواراً مهمة في تكوين الجماعات وبقائها عن طريق

التفاعل بين افراد الجماعة الواحدة او بين الجماعات المختلفة ، وبهذا المعنى يقول ماسلو (Maslow) أن الحاجات لا يمكن ان تتحقق الا من خلال التفاعل والاتصال بالآخرين فالانسان يحتاج الى رعاية الآخرين وعطفهم كما يحتاج الى تعاونهم معه لتحقيق اهداف وقد يعجز عن تحقيقها بمفرده (حمد ، 2004 : 10-11). ويعبر هرم ماسلو للحاجات (Maslow Hierarchy of Needs) عن الحاجات الفسيولوجية، والحاجة للأمن، والحاجة للحب والانتماء، والحاجة لتقدير الذات، والحاجة لتحقيق الذات وأكثر الحاجات إلحاحاً وسيطرة على الشعور هي الحاجات الفسيولوجية، فهي تحرك الفرد نحو الطريق المناسب لإشباعها، أما الحاجات المشبعة فنقل أهميتها وقد تهمل، ولكن عندما تشبع حاجة معينة تظهر الحاجة التي تليها لتأخذ دور سابقتها في تنظيم السلوك، لذلك نجد أن الفرد لا يسعى لإشباع حاجات الحب والانتماء مثلاً إلا بعد إشباع الحاجات الفسيولوجية وحاجات الأمن والطمأنينة، وإذا حصل تعارض بين الحاجات الدنيا والحاجات العليا بالقوة نفسها فنجد ان الحاجات الدنيا هي التي تسيطر وتظهر حتى يتم اشباعها (الرقاص، والرافعي، 2010: 141) يؤكد ماسلو أن انعدام الأمن والطمأنينة عند الفرد يأتي من عدم اشباع الحاجات وأن هذا الاشباع يكون في البيئة، فالبيئة التي تسمح في اشباع حاجات الفرد الاساسية تعد مصدر اسناد للفرد فيشعر بالطمأنينة النفسية، بعكس البيئة التي لا تشبع حاجات الفرد فتكون مصدر تهديد لأمنه ، ويربط ماسلو بين احباط الحاجة الى الامن واضطراب الصحة النفسية (Ryckman, 1997: 330). ويرى ماسلو بأن هناك شروطاً ومتطلبات أساسية لتحقيق الذات أحدهما هو التحرر من التقيدات التي تفرضها الثقافة أو الفرد على نفسه، والشرط الثاني هو أن الفرد يجب أن لا تلهيه الاهتمامات بالطعام مثلاً، كما يجب أن يكون آمناً مطمئناً في تصوره عن ذاته، وعن عائلته ومع الجماعات الأخرى، ويجب أن يحب ويُحب من قبل الآخرين، كذلك يجب على الفرد أن يعرف حقيقة نقاط القوة والضعف الموجودة فيه (عيوبه، رذائله، مهاراته وقدراته) (شلتز، 1983: 296) . تعد الطمأنينة الانفعالية أحد مظاهر الصحة النفسية الايجابية ومن أبرز مؤشراتنا هي الشعور بالطمأنينة ومقدرة الفرد على تحدي الاحباطات والصعوبات التي يتعرض لها أي قدرته على التوافق الشخصي، فالطمأنينة الانفعالية هي حالة نفسية وعقلية والتي من خلالها تتحدد علاقة الفرد بالمجتمع بشكل يضمن له التوافق (سعد ، 1999 : 15). ولاقت نظرية ماسلو في التنظيم الهرمي للحاجات قبولاً واسعاً ، موقفاً بين المدرسة الوظيفية النفسية والمدرسة الكلية وكذلك مدرسة التحليل النفسي عند فرويد وادلر كما استفاد من الحركة الظاهرية ومن نظريتي موراي والبرت

في الشخصية، وقد افترض ماسلو أن عملية انتظام الحاجات بشكل هرمي يتم على أساس أسبقية الإشباع وضرورته ودرجة إلحاحه وسيطرة تلك الحاجات على السلوك حيث يبدأ تأثيرها بشكل تصاعدي ابتداءً من قاعدة الهرم (الخراعي، 2002: 25). قسم ماسلو الحاجات الانسانية الى عدة مستويات: الحاجات الفسيولوجية، الحاجة الى الأمن والطمأنينة، الحاجة الى الحب والانتماء، الحاجة الى تقدير الذات، والحاجة الى تحقيق الذات. وداخل هذا التقسيم كان لماسلو تقسيم آخر للحاجات وهو: حاجات النقص والقصور، حاجات النمو والحاجات العليا. وتكشف لنا نظرية ماسلو عن الفروق الجوهرية بين هذين المستويين اذ تبرز الحاجات الدنيا من حيث القوة، وأولوية الاشباع عن الحاجات العليا، والحاجات الدنيا هي حاجات البقاء، واشباعها يعني البقاء، أما الفشل في اشباعها لا يعني إلا العجز والقصور، وأضاف مستويين آخرين لهذه الحاجات هما حاجتا المعرفة والفهم (عبد الرحمن، 1998: 483). وأشار ماسلو (Maslow) الى ان الطمأنينة الانفعالية عند ماسلو تعني الشعور بالطمأنينة والحماية والقانون والنظام، والاستقرار، وتجنب الألم، والتحرر من الخوف والقلق والاعتماد على الأشخاص القادرين على تحقيق المتطلبات الحيوية (صالح، 1987: 12). ويذهب ماسلو إلى أن الطمأنينة شعور مركب يتضمن ثلاثة أبعاد أولية أساسية وتترتب على هذه الأبعاد الأساسية مجموعة أخرى من الأعراض تبلغ أحد عشر عرضاً (الموسوي، 2002: 44). وتتمثل الأبعاد الأساسية للطمأنينة وعدم الطمأنينة التي حددها ماسلو فيما يأتي :

الشعور بالطمأنينة عدم الشعور بالطمأنينة

- | | |
|---|---|
| 1 - الشعور بالمحبة ، أي أن يشعر الفرد بأنه مقبول وانه يعامل بحرارة وود. | 1 -الشعور بالنبذ وعدم المحبة ، المشاعر ، وان يشعر بأنه مكروه ومهمل. |
| 2 - الشعور بالألفة والانتماء إلى عالمه | 2 - الشعور بالوحدة والعزلة عن عالمه. |
| 3 - الشعور بالأمن وندرة الشعور بالتهديد والخطر والقلق. | 3 - الشعور الدائم بالتهديد والخطر والقلق. |

كما أكد على ضرورة النظر إلى الإنسان ككل مركب ، وأن السلوك الإنساني متعدد الدوافع ، وأن أي سلوك مدفوع يصدر عنه يمكن أن يشبع حاجات كثيرة في الوقت نفسه (الموسوي ، 2002 : 42) .

وحدد ماسلو Maslow الحاجات الإنسانية في سبعة مستويات مرتبة على شكل تنظيم هرمي وهي :

المستوى الأول : الحاجات الفسيولوجية Physiological needs وهي الحاجات التي ترتبط ارتباطاً مباشراً ببقاء الفرد، في السعي إلى الحصول على الهواء والماء والطعام والدفع وغيرها ، وإذا لم تشبع هذه الحاجات فإنها تبقى مسيطرة سيطرة تامة على حياة الفرد (ربيع، 2013 : 292)

المستوى الثاني : حاجات الأمن Saftey needs : تتمثل بالحاجة إلى الوقاية والابتعاد عن المخاطر. والتحرر من الشعور بفقدان الأمن والبحث عن الحماية والاستقرار والشعور بالاطمئنان (إبراهيم، 1987: 390).

المستوى الثالث : حاجات الحب والانتماء Love and Belonging needs : مثل الحاجة إلى العلاقات مع الناس والحاجة إلى الانتماء للجماعة والحاجة إلى التقدير والعطف والمحبة. والحاجة إلى بيئة أو إطار إجتماعي يحس فيه الإنسان بالالفة مثل العائلة أو الحي أو الأشكال المختلفة من الانظمة والنشاطات الاجتماعية (-maslow, 1970, 43) (45)

المستوى الرابع : حاجات التقدير والاحترام Esteem needs : هو شعور الفرد بقيمته وقوته وعندما يشعر الناس بأنهم محبوبون ويمتلكون شعوراً بالانتماء تنشأ عندهم الحاجة إلى الاحترام، وإن إشباع هذه الحاجة تجعل الفرد يشعر بالثقة بقوته وقيمته وبكفاءته، أما إذا افتقر الفرد لاحترام الذات فإن هذا يجعله يشعر بالضالة والعجز وتعوزه الثقة الكافية لمواجهة المشكلات (شلتز، 1983، 294-295).

المستوى الخامس : حاجات المعرفة والفهم To Know and Understand : needs وهي قد لا تكون عند الناس جميعهم، إذ تتباين من فرد لآخر، مثل حب الاستطلاع واكتساب المعلومات والحاجة إلى الإرشاد والتنظيم والبحث.

المستوى السادس : الحاجات الجمالية Aesthetic needs : وهي الحاجات التي تتمثل في البحث عن صيغ الجمال والارتياح للأشياء الجميلة . (الازيرجاوي، 1991 ، 57) .

المستوى السابع : حاجات تحقيق الذات Self – Actualization needs : إن مفهوم تحقيق الذات مفهوم نمائي، حيث أن الأفراد يتحركون نحو هذا المفهوم إذا أشبعوا حاجاتهم الأساسية، أنه تحرك نحو الصحة الجسمية والنفسية، إن ذات الفرد هي نتاج الخبرات التي يمر بها، وأن تقييم الفرد لذاته يتولد تدريجياً منذ الصغر مع الرغبة في تحقيق الذات المثالية التي يحلم بها، وغالباً ما يسعى الإنسان إلى تحقيق ذات واقعية تتلاءم مع إمكانياته وخبراته ودرجة تكيفه مع بيئته بدلاً من السعي لتحقيق ذات مثالية غير واقعية (غباري، أبو شعيرة، 2010، 253-254). وتشير هذه الأبعاد الأساسية إلى أن الشخص المطمئن يشعر بالحب والانتماء والأمن ، أما الشخص غير المطمئن فإنه يشعر بالنزب والعزلة والتهديد . ويؤكد ماسلو أن هذه الأبعاد الأساسية عوامل سببية ينتج عنها احد عشر عرضاً ثانوياً تتمثل فيما يأتي:

ت	الشعور بالأمن والطمأنينة	ت	عدم الشعور بالأمن والطمأنينة
1	تصور الفرد بان العالم ودود وسار ودافئ ويميل فيه الناس إلى العيش معاً أخوة .	1	تصور الفرد بان العالم الذي يعيش فيه خطير ومظلم وعدائي ويهدده باستمرار كالغابة التي تكون فيها يد الفرد مرفوعة ضد الفرد الأخر .
2	التصور بان الجنس البشري بجوهره ودود وسار وخير .	2	التصور بان الجنس البشري بجوهره شرير وأنانى وعدواني .
3	الشعور بالود والثقة نحو الآخرين بمعنى أن يشعر الفرد بالتسامح والتعاطف .	3	الشعور بعدم الثقة والحسد والغيرة نحو الآخرين بمعنى أن يشعر الفرد بكثير من العداوة والتعصب .
4	الميل إلى توقع الأفضل والى التفاؤل بصورة عامة .	4	الميل إلى توقع الأسوأ والى التشاؤم بصورة عامة .
5	الميل إلى السعادة والرضا .	5	الميل إلى الحزن وعدم الرضا .
6	الشعور بالهدوء والراحة ، أي أن يشعر الفرد بالاستقرار العاطفي .	6	الشعور بالتوتر والضغط أو الصراع النفسي وما ينتج عنه من عصبية وإرهاق وإثارة واضطراب في المعدة وغيرها وما يصاحبها من أحلام مزعجة وانفعالات وتردد وتشكك وتقلب
7	الميل إلى الانطلاق ، وقدرة الفرد على التنبه إلى العال من حوله	7	الميل إلى الاستبطان القهري والاستمرار باختبار الذات والوعي الحاد بها .

		والتركيز على مشكلاته بدلاً من التركيز على الذات .	
8	8	تقبل الذات والتسامح معها .	الشعور بالذنب والخجل والشعور بالخطيئة والميل إلى الانتحار ومقلة العزيمة
9	9	الرغبة في القوة من أجل حل المشكلات بدلاً من الرغبة في السيطرة على الآخرين	السلوك الذي ينتج عن الاضطرابات المتعلقة بمختلف جوانب غرور الذات مثل التهاك على القوة والمركز والميل إلى العدوانية والتعطش للمال وحب العظمة والاستئثار والغيرة من أصحاب السلطة.
10	10	خلو الفرد نسبياً من الاضطرابات العصبية أو الذهانية ، وتجاوبه مع الواقع.	الكفاح المستمر من أجل الحصول على الطمأنينة ، والاتجاهات العصبية المختلفة والموانع الباطنية لحرية العمل والمبالغة في الدفاع عن النفس.
11	11	أبداء الفرد اهتماماً اجتماعياً تعاونياً وتعاطفاً مع الآخرين .	أبداء الفرد اتجاهات أنانية وميول ذاتية.

مما تقدم من الممكن أيجاز وجهة نظر ماسلو بما يأتي : -

- 1 - أكد ابراهام ماسلو ان البيئة التي تسمح للفرد إشباع حاجاته الأساسية تكون مصدر إسناد ودافع له نحو النمو باتجاه تحقيق الذات .
 - 2- أن الانسان يولد وهو مجهز لتحقيق حاجاته الاساسية وعلى شكل هرمي بدءاً بالحاجات الفسيولوجية كالجوع ومروراً بالحاجة الى الأمن والطمأنينة ثم الحاجة الى الانتماء والتقبل من المجموعة وصولاً الى الحاجة الى اعتبار واحترام الذات في قمة الهرم.
 - 3 - كما أكد ان الفرد يركز جهوده على إرضاء حاجاته الأساسية و اعطى أهمية كبيرة للحاجات النفسية .
 - 4 - يرى ماسلو أن الطبيعة الإنسانية خيرة محتشمة وعطوفه ، وتعد الحاجات بأشكالها المتعددة من أبرز العوامل الموجهة للسلوك الإنساني ومتعدد الدوافع لتحقيق حاجاته.
- لذا فإن البحث الحالي يتبناها من حيث التنظير والتفسير .

منهجية وأجراءات البحث

يتضمن هذا الفصل تحديد مجتمع البحث وإختيار عينة ممثلة منه، كما يتضمن أداتي البحث والإجراءات المتبعة لتحقيق ذلك، إضافة الى الوسائل الإحصائية التي أستعملت

في معالجة البيانات، وهذه الإجراءات هي الجوانب الأساسية التي تفضي الى تحقيق أهداف البحث.

أولاً : مجتمع البحث: يتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة المرحلة الاعدادية ومن كلا الجنسين في مدارس مدينة بغداد للعام الدراسي 2016-2017
ثانياً : عينة البحث :تتألف عينة البحث الحالي من طلبة المرحلة الاعدادية ومن كلا الجنسين (ذكور - اناث) في تربية بغداد الكرخ الثانية وقد تم سحب عينة بالطريقة العشوائية البسيطة من مجموع المجتمع الاصلي إذ بلغت العينة (200) طالب و طالبة.

المدارس	الذكور	الاناث	المجموع
اعدادية البصرة للبنات	-	100	100
اعدادية المجد للبنين	100	-	100
المجموع	100	100	200

ثالثاً: أدوات البحث:

تحقيقاً لأهداف البحث كان لا بد من استخدام أداة لقياس مستوى عادات العقل وأداة أخرى للتعرف على المستوى الطمأنينة الانفعالية للطلبة الاعدادية وفيما يأتي الإجراءات التي اتبعتها الباحثة لإعداد هذين المقياسين فقد تبنت الباحثة مقياس عادات العقل الذي أعده مجموعة من الخبراء في جامعة فيرمونت (Vermont) الأمريكية ، المبني على وفق نظرية كوستا وكالليك (Costa and Kallick) لعادات العقل بعد التأكد من صدقه وثباته وسوف تذكر الخطوات المتبعة في ذلك بينما الأداة التي المراد استعمالها لقياس الطمأنينة الانفعالية فقد تبنت الباحثة مقياس (عطوان 2015) عن اطروحته (الإدراك الاجتماعي والأحكام الأخلاقية وعلاقتها بالطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة) بعد تكييفه وتعديله بشكل مناسب على عينة البحث والتأكد من صدقه وثباته متبعة الباحثة الخطوات الآتية من اجل التأكد من صلاحية المقياسين :

3- وصف المقياسين بصيغتهما الأصلية :

يتكون مقياس عادات العقل الذي تبنته الباحثة بصيغته النهائية من (49) فقرة تتوزع على (16) عادة عقل هي : التفكير حول التفكير, الاستعداد الدائم للتعلم المستمر , التفكير بمرونة , المثابرة , إيجاد الدعابة, الكفاح من اجل الدقة , الإصغاء بفهم وتعاطف , جمع البيانات باستخدام جميع الحواس , التفكير والتواصل بوضوح ودقة , التفكير التبادلي, الخلق

- التصور - والابتكار , الاستجابة بدهشة ورهبة , تطبيق المعارف الماضية على أوضاع جديدة , التساؤل وطرح المشكلات , التحكم بالتهور , الإقدام على مخاطر مسؤولة. وبواقع (3) فقرات لكل عادة عقلية ما عدا عاداتي التفكير التبادلي و التحكم بالتهور فقد تكونت من (4) فقرات وإعادة جمع بيانات بأستخدام جميع الحواس (2) فقرتين , وامام كل فقرة ثلاث بدائل (دائماً ، أحياناً ، نادراً) وأعطيت اوزانا (1,2,3) على التتابع , وتحسب درجة المفحوص الكلية على مقياس عادات العقل عن طريق جمع درجات عادات العقل الكلية فتكون أكبر درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص في المقاييس بشكل كلي هي (147) درجة وأقل درجة (49) درجة بمتوسط فرضي (73,5) درجة , بينما مقياس الطمأنينة الانفعالية يتكون من (32) فقرة منها (18) فقرة ايجابية و(14) فقرة سلبية كما وضعت الباحثة أمام كل فقرة (4) بدائل للاستجابة، تدرجت من (دائماً ، أحياناً ، نادراً ، لا) وتم تصحيح استمارات المقياس على أساس إعطاء الدرجات (0 ، 1 ، 2 ، 3) للفقرات الايجابية وبالعكس للفقرات السلبية تتراوح الدرجات النظرية(المدى) للمقياس الطمأنينة الانفعالية بين (0 - 96) ودرجة متوسطه النظري(الفرضي) مقداره (48) واستخرجت صدق المقياسين بطريقة الصدق الظاهري , أما ثباته فقد استخرج بطريقة معامل ألفا-كرونباخ وطريقة إعادة اختبار .

ولأجل تطبيق المقياسين (عادات العقل - الطمأنينة الانفعالية) قامت الباحثة بإجراءات الآتية :-

مؤشرات صدق وثبات مقياسي عادات العقل - الطمأنينة الانفعالية.

1- الصدق :

يُعد الصدق من اهم الشروط التي يجب توفرها في بناء المقاييس والاختبارات النفسية, ويرتبط بصحة صلاحية المقياس لقياس ما يجب ان يقيسه (عبد الهادي 2001 ، 353) ، ويعرف الصدق بلغة الإحصاء بأنه نسبة التباين الحقيقي الى التباين الكلي وتبعاً لذلك اعتمدت الباحثة مؤشر الصدق الظاهري:

الصدق الظاهري :

يعد الصدق خاصية قياسية تكشف عن مدى تأدية الأداة للغرض الذي أعدت من اجله (إبراهيم وآخرون , 1989, ص18) , وللتأكد من صدق المقياس اعتمد الباحث الصدق الظاهري , وهو ما أشار إليه Ebel,1972 بان يعرض المقياس على عدد من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس لتقدير مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت من اجله

(Ebel, 1972, p. 555) وإذا كان معيار بلوم (Bloom) الذي التزم به الباحث يشير إلى البقاء على الفقرات أو التي تحصل على نسبة اتفاق المحكمين على (80%) فأعلى وحذف ما دونها (بلوم، 1983:126). ولإيجاد مؤشرات صدق مقياس عادات العقل والطمأنينة الانفعالية وتعليماتهما وتحقق هذا النوع من الصدق في المقياسين الحاليين عندما عرضت فقراتهما على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس والبالغ عددهم (10) وقد نالت موافقة السادة المحكمين ويشير إلى مدى صلة فقرات المقياسين بالمتغيرين المراد قياسهما

2- الثبات: يعد الثبات أهم مؤشرات التحقق من دقة المقياس واتساق فقراته في قياس ما يجب قياسه (Aiken, 1988P125) والثبات يشير إلى درجة استقرار المقياس والتناسق بين اجزائه (9, 1984, marrant) وهذا ما يؤكد (ابو حطب واخرون 1987) بأن الثبات هو دقة وعدم تناقضه مع نفسه واتساقه وأطراده فيما يزودنا به من معلومات عن سلوك المفحوص (ابو حطب واخرون 1987، 101) وقد تم حساب الثبات بالطرق الآتية:

1- طريقة إعادة الاختبار:

لحساب معامل الثبات تم اختيار عينة عشوائية وعددها (50) طالباً وطالبة من عينة التطبيق، حيث تم تطبيق المقياسين على أفراد العينة، وبعد مرور مدة أسبوعين على التطبيق الأول، فقد أعيد تطبيق المقياسين من قبل الباحثة مرة أخرى على نفس العينة، ثم صحت إجاباتهم، وباستعمال معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات التطبيقين (1) و(2)، وقد بلغ معامل الثبات لمقياس عادات العقل بلغ (0,77)، في حين بلغ معامل الثبات لمقياس الطمأنينة الانفعالية (0,81) وتعد هذه القيم مقبولة

2 - طريقة ألفا كرونباخ (Alpha cronbach):

تعتمد هذه الطريقة على حساب الارتباطات بين درجات فقرات المقياس جميعها على أساس ان الفقرة عبارة عن مقياس قائم بذاته، ويؤثر معامل الارتباط اتساق أداء الفرد أي التجانس بين فقرات المقياس، ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة طبقت معادلة ألفا كرونباك على درجات الطلبة من أفراد عينة التطبيق البالغ عددها (50) طالباً وطالبة، وقد بلغ معامل الثبات لمقياس عادات العقل بلغ (0,82). بينما بلغ الثبات لمقياس الطمأنينة الانفعالية (0,85) وهذه الطريقة تعتمد على اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى. ،

التطبيق النهائي:

بعد استكمال اجراءات المقياسين والتأكد من صدقهما وثباتهما. قامت الباحثة بتطبيقهما في آن واحد بصورتها النهائية على عينة البحث وبلغت (200) طالب وطالبة موزعين بحسب

الجنس من مديرية تربية بغداد الكرخ الثانية وقد شرحت الباحثة لأفراد العينة تعليمات المقياسين وطريقة الإجابة عليهما وقد بلغت فترة الاستجابة على المقياسين (30) دقيقة 0 الوسائل الاحصائية: استعملت الباحثة الحقيبة الاحصائية (spss).

الفصل الرابع عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج وتفسيرها ، بناءً على بيانات البحث الحالي وعلى وفق اهداف البحث .

الهدف الاول : التعرف على عادات العقل لدى طلبة المرحلة الاعدادية :
 اظهرت النتائج ان متوسط درجات مقياس عادات العقل لدى طلبة المرحلة الاعدادية المشمولين في البحث الحالي هو (93,42) درجة وانحراف معياري قدره (17,64) درجة ، كما أحتسب المتوسط النظري لمقياس السلوك الفوضوي فكان مقداره (73,5) درجة ، واختبر الفرق بين المتوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة وقد تبين ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (15,94) في حين ان القيمة التائية الجدولية تساوي (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (199) ، وبما ان القيمة المحسوبة اكبر من الجدولية فهذا يدل على ان الفرق ذو دلالة احصائية ، والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

القيم التائية المحسوبة والجدولية لمقياس عادات العقل لدى طلبة المرحلة الاعدادية

عدد الافراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القيمة المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
200	93,42	17,64	73,5	15,94	1,96	0.05
					دالة	

يتضح من الجدول اعلاه ان الطلبة المرحلة الاعدادية يتمتعون بعادات عقلية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (199) ، وتفسر هذه النتيجة بان طلبة المرحلة الاعدادية يفكرون بطريقة ايجابية والمثابرة ومرونة التفكير والسعي من اجل الدقة والتصور والإبداع والتفكير التبادلي والإصغاء بتفهم وتعاطف والتساؤل وطرح المشكلات وتطبيق المعرفة السابقة والتفكير والتفاهم بوضوح وجمع البيانات باستعمال الحواس والاستجابة بدهشة ورهبة والاقدام على المخاطر المسؤولة والبحث عن الدعاية ايجابيا في نفسية الفرد التي تحمل السرور والمتعة بحيث تكون واضحة في أفعاله واقواله التحكم الذاتي وعدم التهور

والاستعداد الدائم للتعلم والتعامل مع الحياة ومخاطرها وهذا يدل وتؤثر روح الدعابة ايجابيا في نفسية الفرد التي تحمل السرور والمتعة بحيث تكون واضحة في أفعاله واقواله، وترى الباحثة ان طلبة الاعدادية تعودوا على استخدام عادات العقل بعدها جزءا مهما من سلوكياتهم والتي تمارس بوضوح وتغدو أكثر تكرارا وأفضل فاعلية بمرور الزمن، وهذا ما أشار اليه (كوستا وكاليك) على أن عادات العقل تأتي من الخبرة والممارسة والتدريب والانتقان والأداء بحيث تجعل الفرد التمسك بهذه العادات من اجل تحقيق اهدافه واغراضه والتعامل مع المحيط الذي يعيش فيه وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (فرحان 2013)

الهدف الثاني : التعرف على الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية :

اظهرت نتائج البحث ان متوسط درجات مقياس الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية المشمولين في البحث الحالي هو (71,62) درجة ، وبانحراف معياري قدره (12,48) درجة ، كما حسب المتوسط النظري لدرجات مقياس الفشل المعرفي فكان مقداره (48) درجة ، واختبر الفرق بين المتوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة اتضح ان القيمة التائية المحسوبة (26,84) اكبر من القيمة التائية الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (199) ما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية والجدول (2) يوضح ذلك .

جدول (2)

القيم التائية المحسوبة والجدولية لمقياس الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
200	71,62	12,48	48	26,84	1,96	0,05

تدل هذه النتيجة على ارتفاع مستوى الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (199). وقد يعود السبب هذه النتيجة وذلك وجسمي والثقافي وطريقة التعامل مع الاحداث الضاغطة ومستواهم الفكري، واستعمالهم لاستراتيجيات لأشباع حاجتهم التي يحصلون عليها في المدرسة وتتفق هذه النتيجة مع وجهة نظر ابراهام ماسلو حيث ينظر إلى الإنسان نظرة إيجابية متفائلة إذ يؤكد أن للإنسان طبيعة جوهرية طيبة أو محايدة ، ويرفض ماسلو الفكرة القائلة أن الطبيعة الإنسانية مدمرة .

الهدف الثالث : - كشف العلاقة الارتباطية بين عادات العقل و الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

للتعرف على طبيعة العلاقة بين عادات العقل والطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية قامت الباحثة باستخراج معاملات ارتباط (بيرسون) بين عادات العقل و الطمأنينة الانفعالية, كما استخدم الاختبار التائي للتعرف على دلالة معامل الارتباط والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3)

يوضح الارتباط للمتغيرين عادات العقل والطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الاعدادية

العينه	القيمة التائية		قيمة معامل الارتباط عادات العقل والطمأنينة الانفعالية
	الجدولية	المحسوبة	
200	1,96	7,86	0,48
	دالة		الدالة 0,05

وتشير بيانات الجدول المذكور إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين عادات العقل و الطمأنينة الانفعالية لدى الطلبة وهي نتيجة تدل على ان الطلبة كلما استعملوا العادات العقلية بصورة صحيحة زادت الطمأنينة الانفعالية عندهم وقد تعود للتقارب الكبير بينهم في النضج العقلي والانفعالي الى حد كبير خاصة وهم في هذه المرحلة من حياتهم.

الاستنتاجات : في ضوء نتائج البحث الحالي تستنتج الباحثة ما يأتي :-

1- بما إن عادات العقل منظومة فكرية يتم استعمالها في اداء سلوكيات تؤدي به الاستعداد نحو التعلم والتفاعل مع الآخرين وعدم التهور والضبط الذاتي , اظهرت النتائج دور المؤسسة التربوية والمتمثلة بالمدرسة إضافة وأساليب التنشئة الاجتماعية شجعت الطلبة استعمال العادات العقلية بشكل منظم وذات ابعاد متوازنة .

2- اظهرت نتائج البحث الحالي ارتفاع في مستوى الطمأنينة الانفعالية لدى الطلبة وقد يعود السبب في ذلك النضج والقدرة على استعمال الاستراتيجيات الايجابية من اجل الالتزام والانضباط والاتزان الانفعالي .

التوصيات : في ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثة ما يأتي :-

1 - ضرورة قيام المؤسسات التربوية ومنها وزارة التربية ببرامج تدريبية وورش تعليمية لتفعيل متغير عادات العقل وأستخدامه كطريقة للتدريس المراحل الدراسية كافة في تطوير قابليات الطلبة .

2 - دراسة أمكانية الاستفادة من عادات العقل بمختلف مؤشراتها في البرامج الارشادية التي توضع للطلبة .

3- ضرورة عناية المؤسسات التربوية بتهيئة الاجواء المطمئنة الهادئة في مدارسنا وجامعاتنا , وجعل البيئة الدراسية قادرة على تاهيل الطالب للابداع المختبئ في طيات عقله ومخيلته، دون توتر وقلق من الظروف المحيطة به في مكان دراسته وسكنه وعمله.

المقترحات: تقترح الباحثة ما يأتي :-

- 1- أجراء دراسة مقارنة في مستوى عادات العقل بين طلبة المدارس الاعدادية العاديين والمدارس الاعدادية المتميزين .
- 2- أجراء دراسة تستهدف الكشف عن علاقة مستوى عادات العقل والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.
- 3- بناء برنامج إرشادي لتنمية الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة المرحلة الابتدائية.
- 4- أجراء دراسات مماثلة تشمل جامعات أعداديات من مناطق أخرى من العراق مثل محافظة الانبار، محافظة الموصل ، محافظة البصرة.

المصادر :

- بلوم، بنيامين وآخرون،(1983): تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة محمد أمين المفتي وآخرون، الطبعة العربية، دار ماكيدهيل، القاهرة.
- الجبوري، جلال عبد زيد (2013): عادات العقل وعلاقتها بالكفايات الاجتماعية والمهنية لدى المدرسين والمدرسات، (اطروحة دكتوراه غير منشورة) ، جامعة بغداد ، كلية تربية ابن رشد.
- الجبوري، عبد الله (1998): مصطلح الأخلاق في التراث الإسلامي، مجلة جامعة صدام للعلوم الإصلاحية، العدد (6) لسنة 1998.
- حسين ، محمود عطا(1987) : مفهوم الذات وعلاقته بمستويات الطمأنينة الانفعالية ، مجلة العلوم الاجتماعية ، العدد3 ، الكويت .
- الخزاعي ، حيدر صكر (2002) : الأمن النفسي وعلاقته بمركز السيطرة لدى أعضاء الهيئات التعليمية ، (رسالة ماجستير غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة القادسية .
- ربيع، محمد شحاتة (2013) : علم نفس الشخصية، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن.
- الرقاص ، خالد ناهس ، الرافعي ، يحيى عبد الله (2010) الطمأنينة النفسية في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب جامعة الملك خالد ، دراسات تربوية ونفسية ، مجلة كلية التربية بالزقازيق ، مصر العدد (66) ، ص (173-135) <https://groups.google.com/d/topic/abohabibas/YQ51MgoT-4g>
- الزهار ، نبيل (1998) علم النفس العام، القاهرة ، مكتبة عين شمس.
- سعد ، علي ، (1998) : مستويات الأمن النفسي والتفوق التحصيلي ، بحث ميداني على الطلبة المتفوقين مقارنة بغير المتفوقين ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد14 ، العدد3 ، سوريا .
- شقير، زينب محمود(2005) : مقياس الامن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) كراسة التعليمات، ط1، مكتبة النهضة المصرية.
- صالح ، قاسم حسين (1987) : الإنسان من هو ؟ وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، كلية الآداب ، جامعة بغداد .

- الصنيع ، صالح (1995) : دراسات في التأصيل الإسلامي لعلم النفس ، دار عالم الكتب ، الرياض .
- الطائي ، إيمان محمد (2006) : الشعور بالأمن ودوره في التنمية المستدامة ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، جامعة بغداد .
- ابراهيم ، عبد الستار (1987) : أسس علم النفس ، دار المريخ للنشر ، الرياض .
- الازيرجاوي،فاضل محسن (1991) : أسس علم النفس التربوي ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، العراق .
- أنجر ، باربرا (1991) : مدخل إلى نظريات الشخصية ، ترجمة فهد عبد الله الدليم ، دار الحارثي ، الطائف البطوش، محمد وليد (2007): مناهج البحث تصميم البحث والتحليل الاحصائي ، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط 1، عمان ، الاردن.
- التميمي، نور فيصل عدنان (2013): عادات العقل وعلاقتها بمستوى الاداء المهني لدى معلمات رياض الاطفال، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة المستنصرية ، كلية التربية الاساسية.
- حسام الدين، ليلي عبدالله (2008): فاعلية استراتيجية البداية الاستجابة - التقويم - في تنمية التحصيل وعادات العقل لدى طلبة الصف الاول الابتدائي في مادة العلوم ، المؤتمر العلمي الثاني عشر ، الجمعية المصرية للتربية العلمية، القاهرة.
- السباب، ازهار محمد مجيد نصيف (2014): اثر استراتيجيات الابداع الحياذ في تنمية عادات العقل لدى الطالبات الموزعات وفقاً لأنماط السيادة الدماغية، (اطروحة دكتوراه) ، كلية تربية للعلوم الانسانية ، جامعة بغداد.
- شلتز، داو (1983): نظريات الشخصية، بغداد، ترجمة: حمد دلي الكربولي، عبد الرحمن القيسي ، مطبعة جامعة بغداد.
- صبري، رانية حسين محمد (2010): اثر استخدام استراتيجية تدريس قائمة على تفعيل عادات العقل في اكتساب طلبة الصف العاشر في فلسطين للمعرفة الغذائية.
- عبد الرحمن، محمد السيد (1998): نظريات الشخصية، القاهرة ، دار اليبقاء .
- عريان، سميرة عطية (2010): عادات العقل ومهارات الذكاء الاجتماعي المطلوبة لمعلم الفلسفة والاجتماع في القرن الحادي والعشرين، دراسات في مناهج وطرائق التدريس ، العدد 155 .
- عطوان، احمد علي (2015): الإدراك الاجتماعي والأحكام الأخلاقية وعلاقتها بالطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة(اطروحة دكتوراه) ، جامعة بغداد - كلية التربية ابن الهيثم
- عودة ، فاطمة (2002) : المناخ النفسي والاجتماعي وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية وقوة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة ، (رسالة ماجستير غير منشورة)، مكتبة الجامعة الإسلامية غزة ، فلسطين .
- غباري ، ثائر احمد، وابو شعيرة ، خالد محمد (2010) سايكولوجية النمو الانساني بين الطفولة والمراهقة ، وكتبة المجتمع العربي ، عمان ، الاردن.

- قطامي، يوسف (2005): 30 عادة عقل، دار دبيونو للنشر والتوزيع ، ط 1، عمان ، الاردن.
- قطامي، يوسف وعمور، اميمة (2005): عادات العقل والتفكير النظرية والتطبيق، دار الفكر ، ط 1، عمان ، الاردن.
- الكركي، وجدان خليل (2007): فاعلية برنامج تدريبي مستند الى عادات العقل في تنمية التفكير الناقد لدى طلبة الجامعة، (اطروحة دكتوراه) ، جامعة عمان العربية.
- كوستا، ارثر (2000): تفعيل واشغال عادات العقل، ترجمة مدارس الظهران الاهلية ، دار الكتاب التربوي ، ط 1، الدمام.
- كوستا، ارثر و كالك، بينا (2000): عادات العقل سلسلة تنموية، ترجمة مدارس ظهران الاهلية، دار الكتاب التربوي للنشر، الدمام.
- كوستا، ارثر وكالك، بينا (2003): استكشاف وتقصي عادات العقل، دار الكتاب التربوي للنشر والتوزيع الدمام، المملكة العربية السعودية ، ترجمة مدارس الظهران الاهلية ، السعودية ، ط 1.
- كوستا ، ارثر وبينا كالك (2003) : عادات العقل والمحافظة عليها ، ترجمة مدارس الظهران الاهلية ، دار الكتاب التربوي للنشر والتوزيع ، الدمام ، المملكة العربية السعودية .
- كوستا، ارثر، وكالك، بينا .(2003ب). تفعيل وإشغال عادات العقل، ترجمة مدارس الظهران، المملكة العربية السعودية: دار الكتاب التربوي للنشر والتوزيع.
- كوستا، ارثر، وكالك، بينا .(2003ج). تكامل عادات العقل والمحافظة عليها، ترجمة مدارس الظهران، المملكة العربية السعودية: دار الكتاب التربوي للنشر والتوزيع .
- كوستا، ارثر، وكالك، بينا.(2003 أ). استكشاف وتقصي عادات العقل، ترجمة مدارس الظهران، المملكة العربية السعودية: دار الكتاب التربوي للنشر والتوزيع.
- مخيمر ، عماد محمد احمد (2003) : إدراك الأطفال للأمن النفسي من الوالدين وعلاقته بالقلق واليأس ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد 13 ، العدد 4 ، القاهرة ، مصر .
- مشرف، احمد (2007): *النكاء والتفكير*، <http://WWW.HUARALLSEMA.COM>النادي، عزة محمد.(2009). اثر التفاعل بين تنوع استراتيجيات التدريس وأنماط التعلم على تنمية بعض عادات العقل لدى طالبات المرحلة الإعدادية الأردن، دراسة منشورة بمجلة دراسات تربوية واجتماعية، مج (15)، ع (3) ..
- المغازي، ابراهيم محمد (2002): كيف تكون مبدعا، مكتبة الايمان ، ط 1، المنصورة ، مصر.
- الموسوي ، عباس نوح سليمان (2002) : السلوك الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالذات والأمن النفسي لدى طلبة جامعة الموصل ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الموصل .
- نوفل، محمد بكر (2006) : عادات العقل الشائعة لدى طلبة المرحلة الاساسية العليا في مدارس وكالة الغوث الدولية في الاردن، مجلة المعلم الطالب، اليوسكو، عمان - الاردن، ع 1-2.

- نوفل، محمد بكر (2008): تطبيقات عملية في تنمية التفكير باستخدام عادات العقل، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط 1، عمان، الاردن.
- الوقفي، راضي (1998). مقدمة في علم النفس، ط3، عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- Costa , A & Kellick, B. . (2009). Habits of mind Across the curriculum practical and creative strategic for teachers, USA: Alexandria ,Virginia,
- Costa , A & Kellick, B. (2000). Assessing & Reporting on Habits of mind-Association for supervision and curriculum development, USA: Alexandria Victoria.
- Covey , Stephan, R. (2007). The Seven Habits of Highly effective People, by Franklin covey " TM" Simon & Schuster, New York: Basic Books.
- De Bone, E. (1991) : The Cort Thinking Program, in A. Costa, (eds), Developing mind Programs for Teaching (rev, ed, vol. 2 pp.27-32, Alexandria VA : Association For Supervision and Curriculum Development.
- Erikson ,E.H , (1963) Childhood and Society , New York. Norton
- Fabrizio P, (2009) : The Evolutionarily Conserved Core Design of the Catalytic Activation Step of the Yeast Spliceosome.
- Maslow, A. H, . (1970) , Towards Psychology of Being , New York , D. Van.
- Nostrand C
- Perkins , D.N & Tishman ,S .(1997). Beyond abilities :A dispositional theory of thinking: The Merrill-Palmer Quarterly, USA: Basic Books.
- Rubin, R. S., & Dierdorff, E. C. (2013) : Building a better MBA: From a decade of critique toward a decennium of creation. Academy of Management Learning & Education.
- Ryckman , R.M .(1997) : theories of personality , D van nostrand com .N.Y.
- Segal, Z. V., Williams, M. G., & Teasdale, J. D. (2002) : Mindfulness-based cognitive therapy for depression: A new approach to preventing relapse. New York: Guilford Press.

Habits of mind and Emotional Tranquility for Preparatory stage students

Abstract :

the research objectives are conducted to the following :

- 1- To know the level of Habits of the mind with the high school students.
- 2- To know the level of the Emotional Tranquility with the high school students.
- 3-To know the relationship between Habits of the mind and the Emotional Tranquility with the high school students.

The current research contained a sample of the high school students mostly from the fifth stage within (scientific and literary) for both males and females in the city of Baghdad (morning studies) for 2016-2017.

Theoretical frame :

This research viewed a several adopted theories in constructing and explaining results.

The research measures :

1-The researcher has been Adopted the Habits of the mind scale which was prepared by a group of professional researchers in the university of Vermont (Costa and Kallick) and she also adopted the Emotional Tranquility scale (Atwan2015) after assuring its credibility and stability and the manner of answering each paragraph.

2-The two mentioned measures were applied on a sample averaged between (200) student for both males and females students during 20 - 29/12/2016 ,the researcher has been used the following Data for analyzing results with the help of the statistic programs for social sciences in data process(SPSS)

As a result, it had been reached to the results that are listed below

1- The research results showed that the high school students were adopted Habits of the mind.

2- the results revealed that the sample have the Emotional Tranquility

3-the Results showed that there is a positive connection or relationship

between Habits of mind and Emotional Tranquility in the students

The researcher has been submitted some of the recommendations and suggestions