



عنوان البحث:
فعالية برنامج قائم على مهارات التفكير الإبداعي لتحسين الوعي الذاتي
الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية

الباحثة: ايناس علي اسماعيل السيد رضوان



كلية التربية
قسم علم النفس

فعالية برنامج قائم على مهارات التفكير الإبداعي لتحسين الوعي الذاتي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية

بحث مشتق من رسالة مقدمه استكمالاً للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية
"تخصص صحة نفسية"

إعداد الباحثة
ايناس علي اسماعيل السيد رضوان

إشراف

الأستاذ الدكتور

أحمد ثابت فضل

أستاذ ورئيس قسم علم النفس

ووكيل الكلية للدراسات العليا

كلية التربية – جامعة مدينة السادات

الأستاذ الدكتور

محمد المري محمد إسماعيل

أستاذ علم النفس التربوي

كلية التربية – جامعة الزقازيق

١٤٤٤ هـ – ٢٠٢٣ م

مستخلص البحث

فعالية برنامج قائم على مهارات التفكير الإبداعي لتحسين الوعي الذاتي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية

هدف البحث إلى الكشف عن فعالية برنامج قائم على مهارات التفكير الإبداعي لتحسين الوعي الذاتي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية، و التحقق من استمرار فعاليته، وتكونت عينة البحث من (٣٠) طالب تراوحت أعمارهم ما بين (١٦-١٧) سنة بمتوسط عمري (16.5) سنة وانحراف معياري (6) شهر ممن لديهم انخفاض في مستوى الوعي الذاتي الإنفعالي، وللتحقق من أسئلة البحث تم استخدام المنهج التجريبي. كما تم استخدام مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي، والبرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي من إعداد الباحثة وأسفرت النتائج عن:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (01)، بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي على مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي لصالح التطبيق البعدي، كما أسفرت النتائج عن أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي

كما أوصت الدراسة بضرورة الإهتمام ببناء برامج جديدة تساعد على تنمية الوعي الذاتي الإنفعالي، وكذلك الإهتمام ببناء برامج تقوم على مهارات التفكير الإبداعي على فئات متعددة.

الكلمات المفتاحية: مهارات التفكير الإبداعي- الوعي الذاتي الإنفعالي - طلاب المرحلة الثانوية.

Abstract

The effectiveness of a program based on creative thinking skills to improve emotional self-awareness among secondary school students

The research aims to reveal the effectiveness of a program based on creative thinking skills to improve emotional self-awareness among secondary school students, and to reveal statistically significant differences between the average scores of the experimental sample before and after the program on the two scales of emotional self-awareness to determine the effectiveness of the program, as well as Detecting statistically significant differences between the mean scores of the respondents on the post-test, the follow-up test on the emotional self-awareness scale to verify the effectiveness of the program, and to ensure the continuity of the program's impact over time for the study sample.

The study sample consisted of (30) students their ages ranged between (16-17) years with an average age (16.5) year and a standard deviation (6) months who had a decrease in the level of emotional self-awareness. To verify the study questions, the semi-experimental approach was used.

the emotional self-awareness scale, and the program based on creative thinking skills were used, prepared by the researcher. The results resulted in:

There are statistically significant differences at the level of significance (.01) between the mean scores of the pre and post measurements on the emotional self-awareness scale in favor of the post application. On the flow scale, the emotional self-awareness scale

The study also recommended the importance of building new programs that help develop emotional self-awareness, as well as building programs based on creative thinking skills and on multiple categories.

Keywords: creative thinking skills -emotional self-awareness - secondary school students

مقدمة :

يعتبر الوعي الذاتي الإنفعالي بعداً من الأبعاد الخمسة للذكاء الإنفعالي، والتي ذكرها جولمان في نظريته، وتسهم لغة الذكاء الإنفعالي في هندسة الذات، وتفعيل مسارات حيويتها في التوافق مع الذات والآخرين واستثمار ذلك في تفعيل مسارات الطاقة اللامحدودة في مكوناتها، ويعد الوعي الذاتي الإنفعالي من المكتسبات التي يكتسبها الإنسان في مرحلة الطفولة المبكرة، والوعي الذاتي ينمو بنمو خبرات الإنسان وتوجيهاته، ويتأثر بشكل إيجابي بالتعزيز، وبالبيئة المحيطة، كما يتأثر سلباً بوجود المؤثرات السلبية التي قد تكون من العوامل الضاغطة على الإنسان، ويعبر الوعي الذاتي عن الشخصية الإنسانية التي تتميز بنمو العواطف والأفكار والرغبات، وذلك بطريقة واقعية وعملية، وكذلك معرفة أبرز نقاط القوة والضعف حول خصائصها المميزة (خالد عبد الله الحموري، ٢٠١٩).

وينبغي على المؤسسات التعليمية أن تقوم بتعليم الطلبة المهارات التي توسع قاعدة معلوماتهم، ومعارفهم، وتجعلهم أكثر قدرة على مواجهة حل المشكلات المختلفة، من خلال البرامج التي تنمي التفكير لديهم لتحقيق النمو المتكامل في النواحي العقلية والاجتماعية، لتمكينهم من الاستفادة من قدراتهم، واستعداداتهم، وذلك عن طرق تزويد الطلاب بأفكار وأساليب جديدة تمكنهم من الإبداع والابتكار بعيداً عن الأساليب التقليدية (مها ابراهيم محمد، ٢٠٢١).

ويحتل التفكير الإبداعي مكانة مهمة بالنسبة للفرد والمجتمع فهو يساعد الفرد على الوصول إلى حلول كثيرة، ونواتج أصيلة للمشكلات التي تقابله، ويساعد أيضاً على التوافق والإنسجام مع البيئة التي ينتمي إليها، وهذا الشعور يدفعه إلى الإحساس بقيمته الذاتية داخل المجتمع الذي يعيش فيه، وبالنسبة للمجتمع فإن قدرة أفراد على التفكير الإبداعي تساعده على التقدم والإزدهار، وزيادة الإنتاج وتطوره، والخروج من الأزمات، وحل المشكلات، وقيادة الجماعات (منيرة فهد سعودي، سوزان يوسف السيد، ٢٠٢٢).

مشكلة البحث :

نبعت مشكلة الدراسة الحالية من خلال عمل الباحثة في التدريس لطلاب مرحلة التعليم الثانوي الفني المزوج وما لاحظته من انخفاض مستوى الوعي الذاتي الإنفعالي لدى الطلاب ولكي تتحقق الباحثة من احساسها بوجود المشكلة قامت بتوجيه استطلاع رأي خاص بالوعي الذاتي الإنفعالي موجه إلى (١٠) من المعلمين الذين يعملون في المدارس الثانوية الفنية للتعليم المزوج بمدينة السادات وكانت ٩٠٪ من إجاباتهم تؤكد تندي مستوى الوعي الإنفعالي لدى الطلاب ، كذلك قامت الباحثة بتوجيه استطلاع رأي خاص بالوعي الذاتي الإنفعالي موجهة إلى (٤٠) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية الفنية للتعليم المزوج من المدرسة الثانوية الفنية للتعليم والتدريب المزوج بالمنطقة الحادية عشر، وكانت ٩٥٪ من إجاباتهم تؤكد تندي مستوى الوعي الإنفعالي لديهم، ومن هنا برزت مشكلة البحث التي سعت الباحثة لدراستها وبذلك تكمن مشكلة البحث في الإجابة عن السؤال الرئيس الآتي :

ما فعالية البرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي في تحسين الوعي الذاتي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

وينبثق عن السؤال الرئيس عدة أسئلة فرعية :

- ١- ما دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث التجريبية من طلاب المرحلة الثانوية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي وأبعاده الفرعية؟
- ٢- ما دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث التجريبية من طلاب المرحلة الثانوية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي وأبعاده الفرعية ؟

أهداف البحث :

يستهدف البحث الحالي الكشف عن :

فعالية البرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي لتحسين الوعي الذاتي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية، وذلك من خلال:

- ١- التعرف على دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس الوعي الذاتي الإنفعالي وفي كل بعد من أبعاده.
- ٢- التعرف على دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطات درجتين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية في الدرجة لمقياس الوعي الذاتي الإنفعالي وفي كل بعد من أبعاده.

أهمية البحث :

تكمن أهمية الدراسة الحالية من الناحيتين النظرية والتطبيقية من خلال :

الأهمية النظرية:

- تناول البحث دراسة شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهم طلاب المرحلة الثانوية الفنية بالتعليم المزدوج الذين يعيشون مرحلة المراهقة، والتأهيل لسوق العمل ويحتاجون إلى الدعم والتوعية وزيادة الوعي الذاتي الإنفعالي لديهم.
- تعرف المعلمين والمرشدين في وزارة التربية والتعليم على أهمية مفهوم الوعي الذاتي الإنفعالي وكيفية تنميته لدى الطلاب.
- تعرف المعلمين والمرشدين في وزارة التربية والتعليم على أهمية تعلم مهارات التفكير الإبداعي وتوظيفها لدى الطلاب.

الأهمية التطبيقية :

- توفير أداة قياس يتوفر فيها خصائص سيكومترية جيدة لقياس الوعي الذاتي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالتعليم المزدوج.
- تقديم برنامج قائم على مهارات التفكير الإبداعي لتحسين الوعي الذاتي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالتعليم المزدوج.

مصطلحات البحث:

- **فعالية Effectiveness :**
- تعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: مدى النجاح في تحقيق الأهداف الموضوعية للبرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي.
- **برنامج Program:**
- تعرفه الباحثة إجرائياً بأنه: مجموعة من الإجراءات والتدريبات والممارسات والخبرات المنظمة القائمة على مهارات التفكير الإبداعي لتحسين الوعي الذاتي الإنفعالي لدى الطلاب أفراد المجموعة التجريبية.
- **المهارة :**
- تعرفها الباحثة بأنها : قدرة الشخص وخبرته في أداء مهمة معينة، حيث تأتي هذه القدرة من خلال التعلم الممنهج والممارسة والتمرين المستمرين.
- **الإبداع :** تعرفه الباحثة بأنه : العمليات العقلية التي تؤدي إلى حلول أو أفكار أو أشكال فنية أو نظريات أو إنتاج فريد أو جديد كحل لمشكلة ما أو أداة جديدة أو أثر فني أو أسلوب جديد.

- مهارات التفكير الإبداعي

تعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: مجموعة من المهارات العقلية التي يستخدمها الطالب لإنتاج أفكار جديدة وهادفة، وتتضمن مهارة الطلاقة، مهارة المرونة، والأصالة تستخدم لإنتاج أفكار جديدة وهادفة.

الوعي الذاتي الإنفعالي :

تعرفه الباحثة إجرائياً بأنه: قدرة الطالب على تحديد ووصف انفعالاته الداخلية وإدراكها بدقة، والقدرة على معرفة كيفية الإستجابة لها بالإضافة إلى القدرة على التمييز بين مشاعر الآخرين بما يسمح بالإيفاء بمتطلبات المواقف الحياتية الضاغطة والجديدة، والقدرة على تحمل المسؤولية عن التصرفات المرتبطة بالإنفعالات والمشاعر والتعامل الإيجابي.

المفاهيم النظرية للبحث:

الوعي الذاتي الإنفعالي:

يشير الوعي الذاتي بشكل عام إلى ميل الفرد لتركيز الإنتباه على ذاته كموضوع إجتماعي، وفيما يتصل بالتوكيد بشكل خاص، فإن وعي الفرد بمستوى توكيده وبما به من أوجه قصور سواء في مهارات فرعية يعيشها أم مواقف خاصة تتضمن أشخاص معينين بعد نقطة البداية في التخطيط لعملية التغيير، والشروع في محاولات التنمية التوكيدية وبدونها لن تتم تلك العملية فإن الوعي بالذات يعد خطوة أولى على الطريق الذي ينتهي بأن يصبح الشخص مؤكداً يتبعها خطوات أخرى من قبيل المراقبة الذاتية، والتحليل النقدي، والتقييم، والتي تعتبر بدورها نقاط ارتكاز لغيرها من العمليات اللاحقة المتمثلة في إبتكار أساليب إبداعية تتسم بالمرونة كآليات للتغيير، وتكليف الذات بواجبات معينة، لبلوغ تلك الغاية يعقبها تقديم تدعيم داخلي وخارجي في حالة إنجاز مهام تسهم في الإقتراب منها (طريف فرج، ٢٠٠٢).

- أبعاد الوعي الذاتي الإنفعالي:

النموذج المختلط لجولمان (Golman,1995) في الذكاء الوجداني :

يعتبر نموذج Golman من النماذج المختلطة التي تمزج بين قدرات الذكاء الوجداني مع سمات وخصائص الشخصية متمثلة في خصائص الصحة النفسية والدافعية، ويرى أن كلاً من الذكاء العقلي والذكاء العاطفي ليسا متعارضين، ولكنهما منفصلان، وأن كل فرد لديه مقدار معين في كليهما كما يشير إلى أن الفرد يولد ولديه بعض نسب الذكاء العاطفي، وبالتالي عليه اتخاذ العديد من الخطوات لتطورها وتتميتها لإكتساب المزيد من الكفاءات والمهارات العاطفية التي تجعله منه فرداً فعالاً في المشاركة الإجتماعية، وذلك بغرض الوصول إلى أرقى مستويات الأداء (منار السواح، ٢٠٠٥)

وعرض نموذجه للذكاء الوجداني الذي يتضمن خمسة أبعاد أساسية، وتتكون من خمس وعشرون كفاءة فرعية وهذه الأبعاد الرئيسية هي :

- الوعي بالذات.
- إدارة العواطف
- التعاطف
- الدافعية
- التعاطف.
- المهارات الإجتماعية.

مهارات التفكير الإبداعي:

عرف (جودت سعادة ، ٢٠٠٩) مهارات التفكير بأنها: تلك العمليات العقلية التي يقوم بها الأفراد من أجل جمع المعلومات وحفظها أو تخزينها، من خلال اجراءات التحليل والتخطيط والتقييم والوصول إلى الإستنتاجات وصنع القرارات.

وتضمنت نظرية بناء الفكر Intellectual structural Theory إسهاما في توضيح عملية الإبداع كعملية كلية تتضمن عمليات ومحتويات ونتائج وقد توصل جليفورد من خلالها إلى وجود (١٢٠) مهارة أو قدرة، ومن خلالها يمكن فهم شامل للإبداع، وفيما يلي عرض لمهارات التفكير الإبداعي **الطلاقة (fluency)** : وتعني قدرة الفرد على توليد (استدعاء) عدد كبير من المترادفات، والأفكار الغنية والمتنوعة لمعلومات وخبرات سابقة في فترة زمنية محددة وكذلك السرعة أو السهولة التي يتم بها استدعاء استعمالات وفوائد الأشياء، فالطالب المبدع متفوق من حيث عدد الأفكار في موضوع معين وفي وحدة زمنية محددة ثابتة بالمقارنة مع غيره أي أن الطالب المبدع يمتلك درجة عالية من القدرة على سيولة الأفكار وسهولة توليدها وللطلاقة خمسة أشكال :

الطلاقة اللفظية: وتعني سرعة تفكير الفرد في إعطاء الكلمات وتوليدها في نسق جديد.

طلاقة التداعي: وهو إنتاج أكبر عدد ممكن من الكلمات ذات الدلالة الواحدة.

طلاقة الأفكار: وهي استدعاء عدد كبير من الأفكار في زمن محدد.

طلاقة الأشكال : وتعني تقديم بعض الإضافات أي أشكال معينة لتكوين رسوم حقيقية.

المرونة (Flexibility) : وهي تغيير الحالة الذهنية لدى الفرد بتغيير الموقف أي القدرة على توليد أفكار متنوعة، ومختلفة للمهارة المعطاة كما أنها القدرة على تغيير اتجاهاته الفكرية، وعدم الإصرار على اتجاه بحد ذاته، وهي عكس عملية الجمود الذهني Mental Rigidity والتي يميل الفرد وفقاً له إلى تبني أنماط ذهنية محددة يواجه بها مواقفها الذهنية المتنوعة، والشخص الأكثر إبداعاً يكون الأكثر مرونة، إذ يتمتع بدرجة عالية من القدرة على تغيير حالته الذهنية لكي توافقت مع الموقف الإبداعي، ويتطلب هذا النمط توافر مقدار أكبر من المعلومات أو استخراج هذه المعلومات مما يعطي إلى الشخص تعليمات مع

تأكيد على تباعدية الحل، وتختلف المرونة عن الطلاقة حيث تتحدد الطلاقة بعدد الإستجابات أو سرعة حدوثها أو بهما معاً، في حين أن المرونة تعتمد على الخصائص الكيفية للإستجابات، وتقاس بمقدار تنوع هذه الإستجابات، والمرونة نوعان :

المرونة التلقائية (Spontaneous Flexibility): وهي القدرة السريعة للفرد على إنتاج أكبر عدد ممكن من الأفكار المرتبطة بموقف ما، ويكون الفرد تلقائياً فيما يصدر من أفكار، وتتصف هذه الأفكار بالتنوع، والتنوع أي أنه لكي يتسم تفكير الشخص بالمرونة التلقائية فإن عليه أن يكون قادراً على إعطاء عدد متنوع من الأفكار وأن تُنمي هذه الأفكار في مجالات متعددة ومختلفة.

المرونة التوافقية (Adaptive Flexibility): وتعني قدرة الفرد على تغيير الوجهة الذهنية في مواجهة مشكلة ما وصياغة الحلول المقترحة لها وتغيير استجاباته حسب المواقف التي يتعرض لها، واطهار سلوكاً ناجحاً في مواجهة تلك المشكلات كما تعني أيضاً قدرة الفرد على التعديل المقصود في السلوك ليتفق مع الموقف (جودت سعادة ، ٢٠٠٩).

الأصالة (Originality):

وتعني قدرة الفرد على توليد أفكار غير مألوفة والتميز في التفكير والندرة والقدرة على النفاذ إلى ما وراء المباشر والمألوف من الأفكار، وتعني أيضاً القدرة على الإتيان بفكرة جديدة في مكان وزمان محددين (الجدة والتفرد).

وتعد الفكرة أصيلة إذا كانت فكرة لا تتكرر، وتكون جديدة إذا ما تم الحكم عليها في ضوء الأفكار التي تبرز عند الأشخاص الآخرين، وهي الأفكار التي لا تخضع للأفكار الشائعة، وتتصف بالتميز، والشخص صاحب التفكير الأصيل هو الذي لا يستخدم أفكار متكررة وحلول تقليدية للمشكلات.
دراسات سابقة و فروض البحث :

أولاً دراسات تناولت الوعي الذاتي الإنفعالي:

استهدفت دراسة اباد طالب محمد (٢٠٢٢) التعرف على أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب (خفض الحساسية التدريجي المنظم - التدريب على التحصين ضد الضغوط النفسية) في تنمية الوعي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الإعدادية، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالب وتم توزيعهم على ثلاث مجموعات مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة، وأسفرت النتائج عن فعالية الأساليب الإرشادية (خفض الحساسية التدريجي المنظم - التدريب على التحصين ضد الضغوط النفسية) في تنمية الوعي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

كما هدفت دراسة آية قشاش (٢٠٢٢) التعرف على مستوى التعامل الإيجابي مع مستجدات الحياة، ومستوى الوعي الإنفعالي، وأبعاده لدى أفراد العينة، وتكونت عينة البحث من (١١٥) راشد تراوحت

أعمارهم بين (٢٢ - ٥٠) عاماً. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لإستخلاص النتائج التي أظهرت وجود علاقة ذات دلالة بين التعامل الإيجابي مع مستجدات الحياة والوعي الإنفعالي مع أبعاده، كما أظهرت النتائج أن مستوى كل من التعامل الإيجابي مع مستجدات الحياة والوعي الإنفعالي أعلى من المتوسط .

التعليق على الدراسات السابقة:

استفادت الباحثة من دراسة اياد طالب محمد (٢٠٢٢) و دراسة آية قشاش (٢٠٢٢) في بناء الإطار النظري، و مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي، وبناء جلسات البرنامج .

ثانياً دراسات تناولت مهارات التفكير الإبداعي:

هدفت دراسة منيرة فهد سعود العجمي و سوزان يوسف السيد (٢٠٢٢) الكشف عن دور المدرسة الثانوية العامة بالكويت في تنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى الطلاب، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وكشفت نتائج الدراسة عن أن واقع دور المدرسة الثانوية العامة بالكويت في تنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى الطلاب جاءت جميعها في نطاق متوسط .

و هدفت دراسة أم الخير سليمان و سليمة رداد (٢٠٢٢) التعرف على دور استراتيجية التعلم التعاوني لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي بولاية إدرار حيث استخدم المنهج شبه التجريبي، وتكونت من (١٠) تلاميذ، واستخدم مقياس التفكير الإبداعي وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي في بعد الطلاقة، لا توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي في بعد المرونة ، توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي في بعد الأصالة.

التعليق على الدراسات السابقة:

استفادت الباحثة من دراسة منيرة فهد سعود العجمي و سوزان يوسف السيد (٢٠٢٢)، ودراسة أم الخير سليمان و سليمة رداد (٢٠٢٢) في بناء الإطار النظري، وبناء جلسات البرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي.

فروض الدراسة:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس الوعي الذاتي الإنفعالي، وفي كل بعد من أبعاده.
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية في الدرجة لمقياس الوعي الذاتي الإنفعالي، وفي كل بعد من أبعاده.

محددات البحث:

- الحد الموضوعي: برنامج قائم على مهارات التفكير الإبداعي لتحسين التدفق، والوعي الذاتي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالتعليم المزدوج.
- الحد المنهجي: تتحدد نتائج الدراسة في ضوء المنهج المستخدم، وهو المنهج التجريبي، وعينة البحث، والأدوات المستخدمة في الدراسة والمتمثلة في مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي، والبرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي، وأساليب المعالجة الإحصائية المستخدمة.
- الحد البشري:

أجريت الدراسة على عينة من طلاب التعليم الفني المزدوج تمثلت في :

- ١- عينة حساب الخصائص السيكومترية للأدوات : تكونت العينة من (١٦٠) طالب من طلاب التعليم الفني المزدوج.
- ٢- العينة الأساسية: تكونت العينة الأساسية من (٣٠) طالب من طلاب التعليم المزدوج يمثلون مجموعة واحدة وهي المجموعة التجريبية.
- الحد المكاني: المدرسة الثانوية الفنية للتعليم والتدريب المزدوج بإدارة السادات التعليمية بمحافظة المنوفية.
- الحد الزمني: تم تطبيق أدوات الدراسة الحالية والبرنامج خلال النصف الأول للعام الدراسي

٢٠٢٢ / ٢٠٢٣

منهج وإجراءات البحث :

أولاً منهج البحث :

- انتهجت الدراسة المنهج التجريبي لمجموعة واحدة مع القياس القبلي والبعدي والتتبعي لتلك المجموعة. ثانياً المشاركون في البحث (مجتمع وعينة البحث ووصفها)
- مجتمع البحث :

تكون مجتمع البحث من طلاب التعليم الفني المزدوج بإدارة السادات التعليمية والبالغ عددهم (٥٤٧) طالب.

- عينة البحث :

١- عينة حساب الخصائص السيكومترية للأدوات :

تكونت هذه العينة من (١٦٠) طالب من طلاب التعليم الفني المزدوج تم اختيارهم من طلاب التعليم الفني المزدوج بإدارة السادات التعليمية لتطبيق:

- مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي (إعداد الباحثة)

٢- العينة الأساسية:

تم تطبيق البرنامج على عينة تجريبية قوامها (٣٠) طالب تم اختيارهم من الذين حصلوا على ٢٧٪ وهو الحد الأدنى على مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي ، وذلك بمتوسط عمري (16.5) سنة، وانحراف معياري (6) شهور وذلك لتطبيق البرنامج.

خصائص العينة الأساسية:

تمثلت العينة الأساسية في (٣٠) طالب من طلاب الصف الأول بالمدرسة الثانوية الفنية للتعليم والتدريب المزدوج بالمنطقة الحادية عشر - قسم النسيج .

ثالثاً أدوات البحث :

تم تطبيق الأدوات على عينة البحث للتحقق من فروض الدراسة، وتمثلت تلك الأدوات في :
أولاً: مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي، إعداد الباحثة.

ثانياً: البرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي، إعداد الباحثة.

مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي:

خطوات إعداد مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي:

تم بناء مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي بعد الإطلاع على العديد من النماذج المفسرة للذكاء الوجداني كنموذج (Golman,1995) المقاييس التي تقيس الذكاء الوجداني، والوعي الذاتي الإنفعالي ومنها مقياس (عبد الهادي السيد عبده و فاروق السيد عثمان، ٢٠٠٢) ومقياس (عبد المنعم الدريير، ٢٠٠٤) للذكاء الوجداني، و مقياس (فايز الحسين ، ٢٠٢٢) لقياس الوعي الذاتي الإنفعالي والمكون من (٦٩) عبارة مقسمة على (٧) أبعاد، واستبيان (عبد الرحمن الزهراني، ٢٠١٩) لقياس الوعي الذاتي الإنفعالي، ومقياس (بشرى أحمد العكايشي، ٢٠١٩) لقياس الوعي الذاتي الإنفعالي، وتم تصميمه بإتباع المراحل الآتية:

- ١- تعريف الوعي الذاتي الإنفعالي تعريفاً إجرائياً بأنه : قدرة الطالب على تحديد ووصف انفعالاته الداخلية وادراكها بدقة، والقدرة على معرفة كيفية الإستجابة لها بالإضافة إلى القدرة على التمييز بين مشاعر الآخرين بما يسمح بالإيفاء بمتطلبات المواقف الحياتية الضاغطة والجديدة، والقدرة على تحمل المسؤولية عن التصرفات المرتبطة بالإنفعالات والمشاعر والتعامل الإيجابي معها.
- ٢- استخلاص مجموعة من الأبعاد من خلال التعريف الإجرائي للوعي الذاتي الإنفعالي والمتمثلة في ثمانية أبعاد فرعية وهي:

(فهم الإنفعال . التقييم الدقيق للذات . الثقة بالنفس . تدعيم التفكير . تحمل المسؤولية والمشاركة . تأكيد الذات . تحديد الأهداف . التعامل مع الضغوط)
وتم صياغة التعريف الإجرائي لكل بعد، وكذلك العبارات الخاصة بكل بعد ثم عرضه على المحكمين من المختصين في التربية وعلم النفس ملحق (١) للتحقق من أن الأبعاد تمثل المفهوم المحدد للظاهرة موضوع القياس، وكذلك للتحقق من أن المفردات مناسبة لقياس الأبعاد المختلفة للمقياس، وكانت عبارات كل بعد من التحكيم ٦ عبارات.

وصف مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي :

يتكون مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي في صورته النهائية من (٤٨) عبارة موزعة على ثمانية أبعاد فرعية.

الخصائص السيكومترية لمقياس الوعي الذاتي الانفعالي : قامت الباحثة في الدراسة الحالية بالتحقق من صلاحية المقياس للاستخدام في ضوء صدقه وثباته واتساقه الداخلي ؛ وذلك كما يلي:
أولاً صدق المقياس: اعتمدت الباحثة في حساب صدق المقياس على الصدق العاملي ويمكن تناوله فيما يلي :

- الصدق العاملي: تم إجراء تحليل عاملي استكشافي لبيانات المشاركين في الدراسة البالغ عددهم (١٦٠) على مفردات المقياس البالغ عددها (٤٨) مفردة بطريقة المكونات الرئيسية Principal components مع التدوير المائل بطريقة الفاريماكس Varimax وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي عن ثمانية عوامل فسرت (٥١.٢١٣٪) من التباين الكلي كما هو موضح بالجدول (١) التالي:

جدول (١) تشبعات المفردات على العوامل لمقياس الوعي الذاتي الانفعالي (ن = ١٦٠)

المفردة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس	العامل السابع	العامل الثامن
١	٠.٧٥٢							
٢	٠.٤٤١							
٣	٠.٠٨٥٤							

							٠.٤٠٢	٤
							٠.٥٣٦	٥
							٠.٦٩١	٦
						٠.٥٩٤		٧
						٠.٤٢٤		٨
						٠.٧٩٣		٩
						٠.٨٤٧		١٠
						٠.٦٥٧		١١
						٠.٤١٩		١٢
					٠.٨٤٧			١٣
					٠.٦٨٣			١٤
					٠.٧٠١			١٥
					٠.٤٠٠			١٦
					٠.٧٢٩			١٧
					٠.٥٧٤			١٨
				٠.٤٩١				١٩
				٠.٤٠١				٢٠
				٠.٦٩٨				٢١
				٠.٧٤١				٢٢
				٠.٧٩٦				٢٣
				٠.٨٢٠				٢٤
			٠.٤٠٠					٢٥
			٠.٧٦٩					٢٦
			٠.٦٨٤					٢٧
			٠.٧٣٥					٢٨
			٠.٥٧٢					٢٩

			٠.٨١٢					٣٠
		٠.٧٧٦						٣١
		٠.٦٥٨						٣٢
		٠.٧٩٩						٣٣
		٠.٤١٣						٣٤
		٠.٥٢٤						٣٥
		٠.٦٨٧						٣٦
	٠.٥٧٣							٣٧
	٠.٧٨٥							٣٨
	٠.٦٣٩							٣٩
	٠.٤٠٨							٤٠
	٠.٨٠١							٤١
	٠.٦٨٥							٤٢
٠.٦٩٦								٤٣
٠.٧٢٩								٤٤
٠.٤٠١								٤٥
٠.٦٨٤								٤٦
٠.٥٣٢								٤٧
٠.٧٩١								٤٨
٢.٧٧٤	٢.٧٩٣	٢.٩٣١	٣.٠٠٢	٣.١٠٢	٣.١٩٣	٣.٢٩٦	٣.٤٩١	نسبة التباين
٥.٧٧٩	٥.٨١٩	٦.١٠٦	٦.٢٥٤	٦.٤٦٣	٦.٦٥٢	٦.٨٦٧	٧.٢٧٣	الجزر الكامن

- العامل الأول : تشبع عليه المفردات (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦) يفسر (٧.٢٧٣٪) من التباين الكلي

وتم تسميته فهم الانفعال.

- العامل الثاني : تشبع عليه المفردات (٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢) يفسر (٦.٨٦٧%) من التباين الكلي وتم التقييم الدقيق للذات.
 - العامل الثالث : تشبع عليه المفردات (١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ١٨) يفسر (٦.٦٥٢%) من التباين الكلي وتم تسميته الثقة بالنفس.
 - العامل الرابع : تشبع عليه المفردات (١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٤) يفسر (٦.٤٦٣%) من التباين الكلي وتم تسميته تدعيم التفكير.
 - العامل الخامس : تشبع عليه المفردات (٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠) يفسر (٦.٢٥٤%) من التباين الكلي وتم تسميته تحمل المسؤولية والمشاركة.
 - العامل السادس : تشبع عليه المفردات (٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦) يفسر (٦.١٠٦%) من التباين الكلي وتم تسميته تأكيد الذات.
 - العامل السابع : تشبع عليه المفردات (٣٧، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤١، ٤٢) يفسر (٥.٨١٩%) من التباين الكلي وتم تسميته تحديد الأهداف.
 - العامل الثامن : تشبع عليه المفردات (٤٣، ٤٤، ٤٥، ٤٦، ٤٧، ٤٨) يفسر (٥.٧٧٩%) من التباين الكلي وتم تسميته التعامل مع الضغوط.
- ثانياً ثبات المقياس : قامت الباحثة في البحث الراهن بالتحقق من ثبات المقياس عن طريق نوعين من الثبات هما : الثبات عن طريق ألفا كرونباخ، والثبات عن طريق إعادة المقياس، ويمكن تناولهما فيما يلي:
- طريقة ألفا كرونباخ: تعتمد هذه الطريقة على حساب معامل ألفا للمقياس بعد حذف درجة المفردة، وحساب معامل الفا للمقياس ككل، وجدول (٢) التالي يوضح قيم معاملات ألفا بعد حذف المفردة:
- جدول (٢) قيم معامل ألفا لمقياس الوعي الذاتي الانفعالي (ن=١٦٠)

المفردة	قيمة معامل ألفا	المفردة	قيمة معامل ألفا	المفردة	قيمة معامل ألفا
١	٠.٧٩١	١٧	٠.٨٠٨	٣٣	٠.٧٩٩
٢	٠.٨٠٢	١٨	٠.٨٠٣	٣٤	٠.٨٠٨
٣	٠.٨٠٣	١٩	٠.٧٩٨	٣٥	٠.٨٠٤

٠.٨٠٢	٣٦	٠.٧٩٩	٢٠	٠.٧٩٧	٤
٠.٧٩١	٣٧	٠.٧٩٥	٢١	٠.٧٩٤	٥
٠.٧٩٠	٣٨	٠.٨١١	٢٢	٠.٨٠٩	٦
٠.٨١١١	٣٩	٠.٨٠٩	٢٣	٠.٧٩٤	٧
٠.٨٠٩	٤٠	٠.٧٩٦	٢٤	٠.٨٠٣	٨
٠.٨٠٣	٤١	٠.٨٠٠	٢٥	٠.٨٠٨	٩
٠.٨١٠	٤٢	٠.٧٩٣	٢٦	٠.٧٩٢	١٠
٠.٨١٢	٤٣	٠.٨٠٥	٢٧	٠.٧٨٠	١١
٠.٨٠٤	٤٤	٠.٨١٢	٢٨	٠.٧٨٩	١٢
٠.٨٠٣	٤٥	٠.٨٠٩	٢٩	٠.٨٠١	١٣
٠.٧٩٦	٤٦	٠.٧٩٧	٣٠	٠.٨٠٧	١٤
٠.٧٩٥	٤٧	٠.٧٩٢	٣١	٠.٧٩٤	١٥
٠.٨٠١	٤٨	٠.٨٠١	٣٢	٠.٨٠٠	١٦

وقد بلغت قيمة معامل ألفا للمقياس ككل = ٠.٨١٢

يتضح من جدول (٢) أن قيم معامل ألفا لجميع المفردات تُعبر عن ثباتها، حيث انخفض معامل ألفا بحذف المفردة في معظم المقياس، ولم يتغير وظل ثابتاً في بعض المفردات ولم يتخط معامل ألفا للمقياس ككل، وهذا يُشير إلى أن جميع مفردات المقياس مهمة وحذفها قد يؤثر سلباً عليه، مما يُشير إلى أن مفردات المقياس تتسم بثبات ملائم.

- طريقة الثبات بطريقة إعادة المقياس : قامت الباحثة بحساب معامل ثبات مقياس الوعي الذاتي للانفعالات بطريقة إعادة المقياس على عينة البحث السيكومترية (١٦٠) طالب بالمرحلة الثانوية، بفارق زمني قدره (١٥) يوم، وجدول (٣) التالي يوضح معاملات الارتباط بين درجات التطبيقين:
جدول (٣) ثبات مقياس الوعي الذاتي الانفعالي عن طريق إعادة تطبيق المقياس

معاملات الارتباط	البعد
٠.٨٤١	فهم الانفعال
٠.٦٩٧	التقييم الدقيق للذات
٠.٨٢٠	الثقة بالنفس

٠.٧٣٦	تدعيم التفكير
٠.٨٥٠	تحمل المسؤولية والمشاركة
٠.٧٧٤	تأكيد الذات
٠.٦٩١	تحديد الأهداف
٠.٧١٩	التعامل مع الضغوط
٠.٨٣٦	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٣) أن جميع معاملات الارتباط بين تطبيق المقياس وإعادة تطبيقه بالنسبة لجميع أبعاده والدرجة الكلية للمقياس مقبولة ؛ حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠.٦٩١)، و(٠.٨٥٠) وهي معاملات ثبات مقبولة، ومن ثم يمكن الوثوق بها كمؤشر على ثبات المقياس.

ثالثاً : الاتساق الداخلي : اعتمدت الباحثة في حساب الاتساق الداخلي للمقياس على حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه، ودرجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس ؛ وجدول (٤)، وجدول (٥) التاليين يوضحان ذلك:

جدول (٤) الاتساق الداخلي لمفردات مقياس الوعي الذاتي الانفعالي (ن = ١٦٠)

معامل الارتباط	البعد الرابع	معامل الارتباط	البعد الثالث	معامل الارتباط	البعد الثاني	معامل الارتباط	البعد الأول
٠.٨٠١	٣٧	٠.٧٦٧	٢٥	٠.٨٢٠	١٣	٠.٦٨١	١
٠.٧٢٢	٣٨	٠.٦٨٧	٢٦	٠.٥٧٨	١٤	٠.٧٥٨	٢
٠.٨٢٤	٣٩	٠.٨٢٣	٢٧	٠.٧٦٤	١٥	٠.٦١٧	٣
٠.٦٩٧	٤٠	٠.٧٧٤	٢٨	٠.٧٥٩	١٦	٠.٦٢٧	٤
٠.٧١٥	٤١	٠.٨٠٠	٢٩	٠.٦٩١	١٧	٠.٨٠٣	٥
٠.٦٩٣	٤٢	٠.٧٥٧	٣٠	٠.٦٨٦	١٨	٠.٧٩٤	٦
معامل الارتباط	البعد الثامن	معامل الارتباط	البعد السابع	معامل الارتباط	البعد السادس	معامل الارتباط	البعد الخامس

٠.٦٩٤	٤٣	٠.٧٧٤	٣١	٠.٨٢٤	١٩	٠.٧٧٠	٧
٠.٧٦٣	٤٤	٠.٧٦٣	٣٢	٠.٦٨٧	٢٠	٠.٨٢١	٨
٠.٨٢٧	٤٥	٠.٨٢٧	٣٣	٠.٧١٥	٢١	٠.٦٩٧	٩
٠.٦٩٩	٤٦	٠.٧٤٩	٣٤	٠.٨٠٣	٢٢	٠.٦٩٨	١٠
٠.٧٧١	٤٧	٠.٦٩١	٣٥	٠.٨٧٠	٢٣	٠.٨٠١	١١
٠.٨٠٠	٤٨	٠.٨٠٠	٣٦	٠.٧٠١	٢٤	٠.٧٢٢	١٢

يتبين من جدول (٤) أن جميع مفردات المقياس ترتبط مع درجات الأبعاد التي تنتمي إليها، مما يُشير إلى أن المقياس يتمتع باتساق داخلي مناسب.

جدول (٥) الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الوعي الذاتي الانفعالي (ن = ١٦٠)

معاملات الارتباط	البعد
٠.٦٩٤	فهم الانفعال
٠.٧١٤	التقييم الدقيق للذات
٠.٨٦٣	الثقة بالنفس
٠.٨٠١	تدعيم التفكير
٠.٧٣٦	تحمل المسؤولية والمشاركة
٠.٦٨٩	تأكيد الذات
٠.٧٤١	تحديد الأهداف
٠.٧٦٤	التعامل مع الضغوط

يتبين من جدول (٥) أن جميع أبعاد المقياس ترتبط مع الدرجة الكلية، مما يُشير إلى أن المقياس يتمتع باتساق داخلي مناسب.

مما سبق يتبين تمتع مقياس الوعي الذاتي الانفعالي بمعاملات ثبات وصدق واتساق داخلي عالية ودالة إحصائياً مما يشير إلى صلاحية المقياس وإمكانية تطبيقه على عينة الدراسة الحالية.

ثانياً البرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي لتحسين الوعي الذاتي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

تم تنفيذ البرنامج على مدى شهرين ونصف وعدد جلساته (٢٠) جلسة في (١٠) أسابيع بواقع جلستين أسبوعياً، وتستغرق الجلسة الواحدة (٤٥ دقيقة) في الفترة من ١٥/١٠/٢٠٢٢ إلى ٣١/١٢/٢٠٢٢ خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٢٢ / ٢٠٢٣.

أهداف البرنامج :

يتضمن البرنامج مجموعة من الأهداف العامة والخاصة وتتمثل في الآتي:

الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج الحالي إلى تحسين الوعي الذاتي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية باستخدام مهارات التفكير الإبداعي (الطلاقة - المرونة - الأصالة) وهي المهارات الأكثر شيوعاً واستخداماً في معظم الدراسات.

الأهداف الخاصة للبرنامج :

يهدف البرنامج الحالي إلى تحقيق مجموعة من الأهداف المعرفية، والسلوكية، والوجدانية من خلال:

- ١- أن يعرف الطلاب مهارات التفكير الإبداعي (الطلاقة - المرونة - الأصالة).
- ٢- أن يوظف الطلاب مهارات التفكير الإبداعي للعمل على تحسين الوعي الذاتي الإنفعالي.
- ٣- أن يقدر الطلاب أهمية مهارات التفكير الإبداعي وأهمية توظيفها في مختلف جوانب حياتهم اليومية.

خطوات إجراء البحث:

مر البحث الحالي بمجموعة من الخطوات والمراحل حتى تصل إلى صورتها النهائية وتتمثل هذه

الخطوات في الآتي :

- الإطلاع على التراث النفسي والدراسات السابقة ذات الإهتمام بموضوع الوعي الذاتي الإنفعالي، وكذلك البرامج القائمة على مهارات التفكير الإبداعي.
- إعداد أدوات الدراسة وتصميمها وهي مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي، والبرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي وعرضها على عدد من المحكمين من أهل الإختصاص و الخبرة.
- تطبيق أدوات الدراسة على عينة الخصائص السيكومترية للتأكد من صدق وثبات الأدوات المستخدمة في الدراسة الحالية.

- اختيار العينة الفعلية بشكل عشوائي بحيث تكون ممثلة لجميع مجتمع الدراسة بشكل كامل، وذلك بتطبيق المقياس القبلي لمقياس الوعي الذاتي الإنفعالي، ومن خلال تحليل البيانات تم استخراج العينة التجريبية، والتي تمثل الطلاب الحاصلين على أقل الدرجات على مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي.
- تطبيق جلسات البرنامج على العينة التجريبية.
- تطبيق المقياس البعدي على العينة التجريبية للتأكد من فعالية البرنامج.
- إجراء التحليلات الإحصائية اللازمة، واستخلاص النتائج ومن ثم تفسيرها وتحليلها والتعرف على مدى فعالية البرنامج.
- القيام بتطبيق المقياس التتبعي بعد شهرين من نهاية تطبيق البرنامج على العينة التجريبية للتأكد من فعالية البرنامج على المدى البعيد.
- إجراء التحليلات الإحصائية اللازمة، واستخلاص النتائج النهائية.
- صياغة التوصيات والبحوث المقترحة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث :

- تم تحليل البيانات وإجراء المعاملات الإحصائية باستخدام برنامج Spss لإستخراج النتائج وفيما يلي بعض الأساليب الإحصائية المستخدمة :
- ١- الصدق العملي والصدق المرتبط بالمحك للتأكد من صدق المقاييس.
 - ٢- معامل ألفا كرونباخ وطريقة إعادة المقياس للتأكد من ثبات المقاييس.
- اختبار T- test لقياس دلالة الفروق لعينتين مرتبطتين. لإختبار صحة الفروض

نتائج البحث وتفسيرها:

١- الفرض الأول ونتائجه:

ينص الفرض الأول على أنه : " توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 05. بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس الوعي الذاتي الإنفعالي وفي كل بعد من أبعاده لصالح القياس البعدي". ولاختبار صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار النسبة التائية للعينات المرتبطة، وتم حساب حجم الأثر، وجدول (٦) يوضح نتيجة هذا الإجراء :

جدول (٦) دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس الوعي الذاتي الانفعالي وأبعاده الفرعية

مستوى دلالة حجم الأثر	حجم الأثر	مستوى الدلالة	قيمة ت	المجموعة التجريبية في القياس البعدي (ن=٣٠)		المجموعة التجريبية في القياس القبلي (ن=٣٠)		مقياس الوعي الذاتي الانفعالي
				ع	م	ع	م	
مرتفع	٠.٧٢	٠.٠١	٣٦.٢٦	١.٤٣	٢٧.١٣	١.٠٠	١٥.٦٣	فهم الانفعال
مرتفع	٠.٧٩	٠.٠١	٤٨.٣٣	١.٢٤	٢٧.٢٠٠	١.٠٤	١٤.٨٧	التقييم الدقيق
مرتفع	٠.٨٣	٠.٠١	٥٩.٢٨	١.٠٦	٢٧.٣٣	١.٢٥	١٠.٤٣	الثقة بالنفس
مرتفع	٠.٧٥	٠.٠١	٣٩.٥٧	١.٥١	٢٦.٨٣	١.٢٠	١١.٧٣	تدعيم التفكير
مرتفع	٠.٧٠	٠.٠١	٣٣.٩٨	١.٤٢	٢٦.٩٠	١.٠٨	١٥.٠٠	تحمل المسؤولية والمشاركة
مرتفع	٠.٧١	٠.٠١	٣٤.٦٣	٠.٩٥	٢٧.٠٠	١.٤٧	١٤.٦٣	تأكيد الذات
مرتفع	٠.٦٩	٠.٠١	٣٢.٦٨	١.٢١	٢٦.٨٣	١.٦٨	١٤.١٧	تحديد الأهداف
مرتفع	٠.٧٨	٠.٠١	٤٤.٨٨	٠.٩٤	٢٧.١٣	١.٤٣	١٢.٢٧	التعامل مع الضغوط
مرتفع	٠.٩١	٠.٠١	١٣٩.٠٩	٣.١٣	٢١٦.٣٧	٣.٠٧	١٠٨.٧٣	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٦) وجود فروق داله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في جميع أبعاد مقياس الوعي الذاتي الانفعالي والدرجة الكلية للمقياس لصالح القياس البعدي، كما يتضح من الجدول السابق وجود حجم أثر للبرنامج على الوعي الذاتي الانفعالي ، وذلك الأثر مرتفع ؛ حيث تراوح حجم الأثر ما بين (٠.٦٩ - ٩١) ، وحيث أن جميع القيم أكثر من (٠.٢٠) فإن البرنامج المستخدم في تنمية الوعي الذاتي الانفعالي ذو كفاءة معقولة. ويمكن تفسير ذلك في ضوء مهارات التفكير الإبداعي (الطلاقة - المرونة - الأصالة) ، والتي تسهم في تعليم المتعلمين كيفية التعامل مع الضغوط، والثقة بالنفس، وتأكيد الذات، والقدرة على تحديد الأهداف،

وكذلك القدرة على المشاركة وتحمل المسؤولية، والتي إذا استطاع الفرد تحقيقها فإنه يكون أكثر قدرة على بناء وتوجيه الطالب للسلوك نحو ذاته، وأكثر قدرة على إعادة تقييم ذاته بشكل يضمن له السعادة والإستقرار، ولذا صمم هذا البرنامج لمساعدة الطلاب ليكونوا أكثر قدرة على الحفاظ على البنية الداخلية الخاصة بهم، حيث يستطيع الطالب التعبير عن ما يدور بداخله من أفكار ومعتقدات، واتجاهات ومشاعر وسلوك، مما يؤدي إلى زيادة ثقته بنفسه، والاندماج الذاتي والقدرة على إتخاذ القرار وحل المشكلات، وبذلك يفهم الطالب ذاته ويعي مشاعره وانفعالاته، ويراقبها في المواقف التي تحدث له، وكذلك معرفة الطالب لسماته وصفاته الخاصة به واستبصار الطالب وفهمه لسلوكه وواقعه الخاص به، ومعرفته العلاقة بين أفكاره، ومشاعره، وكذلك معرفة العلاقة بين الأفكار والمشاعر، والإتفاعلات، واتخاذ القرارات الشخصية، ورصد الأفعال والتعرف على عواقبها، وتحديد ما الذي يحكم قراره الفكر أم المشاعر.

وهو ما تم التوصل إليه من خلال البرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي الذي قامت به الباحثة حيث عملت على ممارسة مهارات (الطلاقة - المرونة - الأصالة) مما يساعد الطالب على القدرة على توليد أكبر عدد من الأفكار الغنية والمتنوعة لمعلومات وخبرات سابقة في فترة زمنية محددة، مما يجعل الطالب أكثر قدرة على مواجهة المشكلات، ولديه قدر جيد من الثقة بالنفس، كذلك يستطيع الطالب تغيير حالته الذهنية بتغيير الموقف، وعدم تبني أنماط ذهنية محددة مما يمنحه قدر عال من المرونة تمكنه من مواجهة المواقف المختلفة، مما يمكنه من تحديد أهدافه، وتدعيم أفكاره بشكل إيجابي، مما يجعل الطالب أكثر قدرة على المشاركة وتحمل المسؤولية، ونظراً لما يشعر به الطلاب من الإعتياد على نمطية التفكير، فإن البرنامج يساعده على التميز في إنتاج أفكار جديدة غير مألوفة من خلال التميز في طريقة التفكير، والبحث عن كل ما هو غير شائع وتقليدي، مما يساعد الطالب في حل المشكلات بصورة غير تقليدية، كذلك يستطيع الطالب تحديد جوانب القوة لديه، وتعزيزها، وتحديد نقاط الضعف والعمل على تحسينها من خلال تقييمه الدقيق لذاته، وقدرته على ربط إنفعالاته بمشاعره وتفكيره، وأفعاله مما يعمل على فهمه لذاته بصورة جيدة.

واتفقت نتائج الدراسة الحالية ونتائج دراسة اياد طالب محمد (٢٠٢٢) والتي أشارت نتائجها إلى فعالية الأساليب الإرشادية (خفض الحساسية التدريجي المنظم - التدريب على التحصين ضد الضغوط النفسية) في تنمية الوعي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الإعدادية، وهو نفس ما أكدته دراسة إيمان محمود عبد العزيز البديري (٢٠١٩)، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين وسيطي المجموعتين التجريبية والضابطة في الإختبار البعدي لمقياس الوعي الذاتي والدافعية لصالح أفراد المجموعة المجموعة. وفي نفس السياق جاءت نتائج دراسة شيما نصيف عناد وجمانة ناظم ياسر (٢٠١٩)، وأظهرت النتائج تغيرات إيجابية على الطالبات المشاركات في البرنامج التدريبي إذ تفوقت المجموعة التجريبية على

المجموعة الضابطة بفروق دالة إحصائياً مما يدل على أن للبرنامج التدريبي تأثيراً كبيراً في تنمية الوعي الذاتي.

واتفقت أيضاً ونتائج دراسة سعيد يوسف سليم (٢٠١٩) وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وسيطي المجموعتين التجريبية والضابطة في الإختبار البعدي لمقياس الوعي الذاتي مما يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي.

كما اتفقت نتائج الدراسة الحالية ونتائج دراسة دعاء محمد عبد المنعم (٢٠١٨) ودلت النتائج على أن برنامج التفكير ينمي الوعي الذاتي للطالبات، ومن ثم تحسين مستوى الأداء الفني لطالبات الفرقة الأولى.

وفي نفس السياق أكدت نتائج دراسة زينو سواري عزيز (٢٠١٨) ودلت النتائج أن هناك فروقاً دالة في متوسط رتب الوعي الإنفعالي، وأبعاده لدى المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي، ولصالح المجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق دالة في متوسط رتب الوعي الإنفعالي وأبعاده لدى المجموعة التجريبية في القياس البعدي.

وهو ما اتفق مع نتائج دراسة فاطمة الزهراء صالح وعبد الفتاح مولود (٢٠٢١) ودلت النتائج على أن متوسط درجات الوعي الإنفعالي للمجموعة التجريبية أعلى من المجموعة الضابطة، وفي نفس السياق أكدت نتائج دراسة سعيد كمال عبد الحميد (٢٠١٨) بعنوان : فعالية برنامج تدخل مبكر لتحسين جودة الحياة لأسر الأطفال التوحديين وأثره على الوعي الذاتي لأطفالهم في عمر ما قبل المدرسة و أسفرت نتائج الدراسة عن تحسين جودة الحياة لأسر الأطفال التوحديين وتحسين الوعي الذاتي لأطفالهم، ولستمر الأثر الإيجابي للبرنامج على المجموعة التجريبية خلال فترة المتابعة.

٣- الفرض الثاني ونتائجه :

ينص الفرض الثاني على أنه : " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس الوعي الذاتي الانفعالي وفي كل بعد من أبعاده".

ولاختبار صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار النسبة التائية للعينات المرتبطة ، وجدول (٧) يوضح نتيجة هذا الإجراء :

جدول (٧) دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لمقياس الوعي الذاتي الانفعالي

مستوى الدلالة	قيمة ت	المجموعة التجريبية في القياس التتبعي (ن=٣٠)		المجموعة التجريبية في القياس البعدي (ن=٣٠)		مقياس الوعي الذاتي الانفعالي
		ع	م	ع	م	
غير دالة	١.٣٦	١.٣٣	٢٧.٢٣	١.٤٣	٢٧.١٣	فهم الانفعال
غير دالة	١.٦٨	١.٣٠	٢٧.٠٧	١.٢٤	٢٧.٢٠٠	التقييم الدقيق للذات
غير دالة	١.٤٤	١.٠٤	٢٧.٤٠	١.٠٦	٢٧.٣٣	الثقة بالنفس
غير دالة	٠.٨١	١.٥٧	٢٦.٧٧	١.٥١	٢٦.٨٣	تدعيم التفكير
غير دالة	١.٠٠	١.٤٤	٢٦.٩٣	١.٤٢	٢٦.٩٠	تحمل المسؤولية والمشاركة
غير دالة	١.٨٠	٠.٩٦	٢٧.١٠	٠.٩٥	٢٧.٠٠	تأكيد الذات
غير دالة	١.٨٠	١.٢٣	٢٦.٩٣	١.٢١	٢٦.٨٣	تحديد الأهداف
غير دالة	١.٠٠	١.٠٥	٢٧.٠٧	٠.٩٤	٢٧.١٣	التعامل مع الضغوط
غير دالة	١.٤٤	٣.٠٤	٢١٦.٥٧	٣.١٣	٢١٦.٣٧	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٧) عدم وجود فروق داله إحصائياً بين متوسطات درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية في جميع أبعاد مقياس الوعي الذاتي الانفعالي والدرجة الكلية للمقياس. وللتأكد من استمرار أثر البرنامج فقد لزم على الباحثة تتبع أثره بعد فترة زمنية (شهرين) للتأكد من ذلك، وأشارت النتائج إلى فعالية البرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي في تحسين التدفق والوعي الذاتي الإنفعالي لدى عينة الدراسة من الطلاب في المجموعة التجريبية حيث تحسن آدائهم على مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج. ويعزي ذلك إلى أن الخبرات التي تعلمها طلاب المجموعة التجريبية كانت مرتبطة بصورة أساسية بتحقيق الوعي الذاتي الإنفعالي عن طريق التأكيد على مهارات التفكير الإبداعي (الطلاقة - المرونة - الأصالة).

كما أتاح البرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي، وتنوع أنشطته والتي ساعدت الطلاب على التقييم الدقيق للذات، وتدعيم التفكير ، وكذلك الثقة بالنفس، والقدرة على تحديد الأهداف والتعامل مع الضغوط ، والمشاركة و تحمل المسؤولية حيث التزم الطلاب عينة الدراسة من المجموعة التجريبية بتقسيم المهام بين أفراد المجموعة التجريبية ثلاث مجموعات. مجموعة الإدارة العامة: وهي التي تكون مسؤولة عن الجلسة من حيث ترتيب المكان، النزاه المشاركين بميثاق الشرف، الحفاظ على المكان والأدوات المستخدمة في البرنامج .

ومجموعة التوثيق: وهي المسؤولة عن توثيق الأنشطة التي يتم تنفيذها كل جلسة، على أن يتم ذكرها في الجلسة القادمة، ومجموعة المرايا: وهي التي ستقوم بعرض السلبيات والإيجابيات التي تمت خلال الجلسة في الجلسة التي تليها، حيث أكدت الباحثة على عينة الدراسة ضرورة توزيع المهام بإتباع نفس الخطوات التي تم تنفيذها في جلسات البرنامج، كل هذا أدى إلى تنمية روح العمل الجماعي، والثقة بالنفس، والمشاركة وتحمل المسؤولية عند الطلاب، ذلك عن طريق استخدام مهارات التفكير الإبداعي مع طلاب المجموعة التجريبية بعد انتهاء جلسات البرنامج، وخلال فترة المتابعة للتأكد من استمرار الطلاب في الإلتزام بتطبيق مهارات التفكير الإبداعي ومنها (الطلاقة - المرونة - الأصالة) وهو ما اتفق ونتائج العديد من الدراسات ومنها . دراسة رضوى أحمد العيادي (٢٠١٠) والتي أكدت على وجود أثر لمهارات التفكير الإبداعي في تطوير الإستيعاب القرائي لدى طالبات الصف العاشر الأساسي. وفي نفس السياق جاءت نتائج دراسة أحمد البلولة والشفاء عبد القادر (٢٠١٥) وقد أظهرت النتائج وجود أثر لاستراتيجية تعليم مهارات التفكير على تنمية التفكير الإبداعي في اللغة العربية. واتفقت أيضاً ونتائج دراسة نانسي محمد جميل (٢٠١٨) وقد أظهرت النتائج وجود أثر لإستخدام مهارات التفكير الإبداعي في تحصيل طلبة الصف الثالث الأساسي، والإحفاظ بالمعلومة في تدريس مادة العلوم. وهو ما اتفق ونتائج دراسة هناء إبراهيم أمين (٢٠٢١) بعنوان : دور مهارات التفكير الإبداعي في تحقيق الأداء المتميز . دراسة استطلاعية لأراء عينة من القيادات الإدارية في عدد من كليات جامعة دهوك، حيث أثبتت النتائج وجود علاقة ارتباط، وأثر معنوي لمهارات التفكير الإبداعي في تحقيق الأداء المتميز.

نتائج الدراسة:

كشفت نتائج الدراسة الحالية عن الآتي :

- ١- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (01,) بين متوسطات درجات القياسين القبلي، والبعدي على مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي لصالح التطبيق البعدي.
- ٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس الوعي الذاتي الإنفعالي.

مما يشير إلى مدى فعالية البرنامج القائم على مهارات التفكير الإبداعي لتحسين التدفق لدى طلاب المرحلة الثانوية

توصيات الدراسة :

- بناء على النتائج، وما توصلت إليه الدراسة توصي الباحثة بالآتي:
- الإهتمام ببناء برامج تستند إلى أنواع التفكير المختلفة والمتنوعة تساعد على تنمية الوعي الذاتي الإنفعالي لدى الطلاب.
- الإهتمام بتدريس مهارات التفكير الإبداعي للطلاب من خلال البرامج المختلفة لتأهيل الطلاب لمواجهة تحديات الحياة المختلفة.
- تنفيذ برامج متخصصة لتحسين الوعي الذاتي الإنفعالي لدى الطلاب في جميع المراحل التعليمية للنهوض بمستوى الصحة النفسية لدى الطلاب في المراحل التعليمية المختلفة.

الدراسات والبحوث المقترحة:

استكمالاً للجهود البحثي الحالي توصي الباحثة بإجراء مزيد من الدراسات والبحوث في المجالات التالية:

- 1- فعالية برامج لتنمية الوعي الذاتي الإنفعالي لدى المعلمين.
- 2- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول مجال الوعي الذاتي الإنفعالي على فئات متنوعة من المجتمع نظراً لحدائته على البيئة المصرية والعربية.
- 3- إجراء برامج تهتم بتنمية مهارات التفكير الإبداعي على فئات عمرية مختلفة.
- 4- إجراء برامج أخرى لتنمية الوعي الذاتي الإنفعالي باستخدام نظريات التفكير الإيجابي .
- 5- إجراء برامج أخرى لتنمية الوعي الذاتي الإنفعالي باستخدام نظريات التفكير الناقد.
- 6- فعالية برامج لتنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى المعلمين.

المراجع

أولاً المراجع باللغة العربية :

- أحمد البلولة إزريق والشفاء عبد القادر علي (٢٠١٥). استراتيجية تعليم مهارات التفكير وأثرها في تنمية التفكير الإبداعي في اللغة العربية. **مجلة العلوم التربوية**. (١). ٦٥ - ٨٧.
- أم الخير سليمان و سليمة رداد (٢٠٢٢). دور التعلم التعاوني في تنمية مهارات التفكير الإبداعي . إلى التعرف على دور استراتيجية التعلم التعاوني لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي بولاية إدرار . **ماجستير**. كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية والإسلامية. جامعة العقيد أحمد دراية أدرار .
- اياذ طالب محمود(٢٠٢٢). أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب (خفض الحساسية التدريجي المنظم - التدريب على التحسين ضد الضغوط النفسية) في تنمية الوعي الإنفعالي لدى طلاب المرحلة الإعدادية . **مجلة ديالي للبحوث الإنسانية**. كلية التربية للعلوم الإنسانية.(٩١). ١ - ٢٢.
- ايمان محمود عبد العزيز البدري (٢٠١٩). فاعلية برنامج إرشادي تدريبي للمعلم متعدد المداخل لتحسين الدافعية والوعي بالذات لأطفال المرحلة الابتدائية من ذوي الإصابة بالديسكسيا. **مجلة البحث العلمي في التربية**. (٢٠) ٦٦٢ - ٦٧٩ .
- آيه قشاش (٢٠٢٢). التعامل الإيجابي مع مستجدات الحياة وعلاقته بالوعي الإنفعالي لدى عينة من الراشدين . **مجلة جامعة حماه**. ٥ (٨) ١٥٣ - ١٦٤.
- جودت سعادة (٢٠١٥). **مهارات التفكير والتعلم**. الأردن. دار الشروق للنشر والتوزيع .
- خالد عبد الله الحموري (٢٠١٩). مستوى التسامح لدى الطلبة الموهوبين وعلاقته بالوعي الذاتي. **مجلة البحوث التربوية والنفسية**. كلية التربية. جامعة الملك خالد. ٦٤ (١٧) ١٤٥ - ١٦٢ .
- روضة أحمد العيدي (٢٠١٠). أثر استخدام مهارات التفكير الإبداعي في تطوير الإستيعاب القرائي لدى طالبات الصف العاشر الأساسي في مديرية تربية المزار الجنوبي . **ماجستير**. جامعة مؤتة.
- زينو سواري عزيز (٢٠١٨). فاعلية القصة في تنمية الوعي الإنفعالي لدى الأطفال من عمر (٩- ١١) سنة في مرحلة الأساس. **مجلة الطفولة العربية** (٨٠). ٤٣ - ٦٨ .
- سعيد كمال عبد الحميد (٢٠١٨). فعالية برنامج تدخل مبكر لتحسين جودة الحياة لأسر الأطفال التوحديين وأثره على الوعي الذاتي لأطفالهم في عمر ما قبل المدرسة. **مجلة كلية التربية**. أسبوط. ٣٤ (٦) ١ - ٤٢ .

سعيد يوسف سليم (٢٠١٩). فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكدوراما في تحسين الوعي الذاتي
وخفض مستوى التوتر لدى طلبة الصف العاشر في مدينة قلقيلية. **مجلة العلوم التربوية
والنفسية**. ٣(١٨). ١٤٩ - ١٦٦.

شيماء نصيف عناد و جمانة ناظم ياسر (٢٠١٩). أثر برنامج تدريب مستند إلى نموذج جولمان لتنمية
الوعي الذاتي لدى طالبات المرحلة الإعدادية. **مجلة كلية التربية**. جامعة واسط. ٢٥(١) ١٢٠١ - ١٢٣٥.
طريف فرج (٢٠٠٢). **توكيد الذات**. القاهرة. دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
فاطمة الزهراء صالحى و عبد الفتاح أبى مولود (٢٠٢١). تقييم أثر برنامج تدريبي وقائي للذكاء الإنفعالي
على تنمية مهارة الوعي بالإنفعالات لدى أطفال الأسر المطلقة. **مجلة الباحث في العلوم الإنسانية
والإجتماعية** ١٣(١) ٤١٩ - ٤٣٠.

منار السواح (٢٠٠٥). فعالية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من الأطفال في مرحلة الطفولة
المتأخرة : دراسة تجريبية. **دكتوراه غير منشورة**. كلية الآداب والعلوم. قسم تربية الطفل. جامعة عين
شمس.

منيرة فهد سعودي و سوزان يوسف السيد (٢٠٢٢). واقع دور المدرسة الثانوية العامة بالكويت في تنمية
مهارات التفكير الإبداعي لدى الطلاب. **مجلة العلوم التربوية**. كلية التربية. ٥٣(٣٥) ٢١٩ - ٢٦٧.
مها ابراهيم محمد (٢٠٢١). فاعلية استراتيجية المتمركز حول المشكلات البيئية في تنمية مهارات التفكير
الإبداعي لدى طالبات المرحلة الثانوية. **مجلة العلوم الإنسانية والإدارية**. ٢٢(٢٢). ١٣١ - ١٥٤.

نانسي محمد جميل (٢٠١٨). أثر استخدام بعض مهارات التفكير الإبداعي في تحصيل طلبة الصف
الثالث الأساسي والإحتفاظ بالمعلومة في تدريس مادة العلوم في المدارس الخاصة في العاصمة عمان.
ماجستير. كلية العلوم التربوية . جامعة الشرق الأوسط.

هناء إبراهيم أمين (٢٠٢١). دور مهارات التفكير الإبداعي في تحقيق الأداء المتميز. دراسة استطلاعية
لآراء عينة من القيادات الإدارية في عدد من كليات جامعة دهوك. **المجلة الأكاديمية العالمية للإقتصاد
والعلوم الإدارية**. ٣(١). ٢٣٠ - ٢٨٠.