

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



كلية التربية
المجلة التربوية

برنامج إثرائي مقترح في ضوء الفلسفة الواقعية لتنمية
اليقظة العقلية، والتفكير القائم على الحكمة لدى الطالب معلم
الفلسفة بكلية التربية جامعة حلوان

إعداد

د/ ولاء محمد صلاح الدين محمد
أستاذ المناهج وطرق تدريس المواد الفلسفية المساعد
كلية التربية - جامعة حلوان

DOI: 10.12816/EDUSOHAG. 2020.

المجلة التربوية - العدد السابع والسبعون - سبتمبر ٢٠٢٠م

Print:(ISSN 1687-2649) Online:(ISSN 2536-9091)

- المستخلص :

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على فاعلية تنفيذ برنامج إثرائي مقترح في ضوء الفلسفة الواقعية لتنمية اليقظة العقلية والتفكير القائم على الحكمة لدى الطالب معلم الفلسفة ، بكلية التربية -جامعة حلوان. ولتحقيق هذا الهدف تم اختيار عينة البحث وقوامها (٧٠) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة ، شعبة فلسفة واجتماع ، واختير التصميم التجريبي ذو المجموعتين الضابطة و التجريبية ليكون واقع العينة في كل مجموعة (٣٥) طالباً ، وقد طبقت أدوات البحث وهما : مقياس اليقظة العقلية ، من إعداد الباحثة ، ومقياس التفكير القائم على الحكمة (مقياس براون ، وترجمة علاء أيوب) على مجموعتي البحث تطبيقاً قبلياً في بداية الفصل الدراسي الاول من العام الجامعي ٢٠١٩ - ٢٠٢٠ م ، وبعد تطبيق البرنامج المقترح في ذات الفصل الدراسي ،تم تطبيق أدوات البحث تطبيقاً بعدياً . وبعد مقارنة نتائج التطبيقين القبلي والبعدي أكدت النتائج : وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية ، في الأدائين القبلي والبعدي لأداتى البحث لصالح الأداء البعدي ، كما أكدت على وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية ، والمجموعة الضابطة في الأداء البعدي لأداتى البحث لصالح طلاب المجموعة التجريبية، كما أكدت على وجود علاقة ارتباطية وذات دلالة إحصائية بين كل من تنمية اليقظة العقلية والتفكير القائم على الحكمة لدى الطالب المعلم بشعبة الفلسفة والاجتماع .

الكلمات المفتاحية :

- الفلسفة الواقعية.
- اليقظة العقلية .
- التفكير القائم على الحكمة.

Abstract of the study

- **Search Title :** *A proposed inductive program in the light of the realistic philosophy for developing Mind Fulness, and thinking Based on Wisdom in the student is a philosophy teacher, at the Faculty of Education - Helwan University*

- **Name of the researcher :** **D. Walaa Mohamed Salah Eldeen Mohamed**
, Assistant professor in Curriculum & Instruction Department

- **Research Department:** Department of Curriculum and Pedagogy - Faculty of Education - Helwan University

- **Abstract:**

Current research aims to identify the effectiveness of implementing a proposed enrich program in light of the realistic philosophy of developing Mind Fulness, and thinking Based on Wisdom in the student philosophy teacher, Faculty of Education, Helwan University. To achieve this objective, the sample and the basis of the research was selected (70) students from the 3rd group, the Division of Philosophy and Social, and the experimental design of the two control and experimental groups was selected to be the reality of the sample in each group (35) students, and the two research tools were applied: Mental vigilance scale, In the early 2019-2020 academic year, following the application of the proposed program in the same semester, the research tools were applied. Mind Fulness **measurment and** thinking Based on Wisdom **measurment** , After comparing the results of the pre-and post-application applications, the results confirmed that there was a statistically Dale difference at the level of (0.01) between the average grades of the experimental group's students, in the tribal and dimensional performance of the two research tools for dimensional performance, and confirmed that there were statistically Dale difference at the level of (0.01). Among the average grades of the experimental group students, the control group in the dimensional performance of the research facilities for the experimental group's students, and confirmed a statistically significant correlation between the development of Mind Fulness, and thinking Based on Wisdom in the teacher's philosophy and meeting division.

Keywords:

- the realistic philosophy.
- Mind Fulness.
- thinking Based on Wisdom .

إن المنظومة التعليمية بأكملها في عالمنا العربي بحاجة ملحة إلى إعادة النظر في أهدافها ومضامينها ووسائلها، لتكون أداة مناسبة ومعينة على تطوير إعداد أبنائها للحياة من أجل مواجهة تحديات عصر العولمة والانفتاح بصوره المتعددة.

وتعد المرحلة الجامعية من أهم المراحل التي يعيشها المتعلمين ؛ حيث يتحدد من خلالها مصيرهم الأكاديمي والمهني. وفي ظل ما يعانيه مجتمعنا الحالي من ضغوط متنوعة سواء على المستوى الاقتصادي أو الثقافي أو الاجتماعي، فإنها تؤثر على أفراد المجتمع وبخاصة الطلاب الجامعيين، فهذه الضغوط تجعله ضعيف الانتباه والتركيز في اللحظة الحالية .

فطالب المرحلة الجامعية لديه رغبة شديدة في تحقيق طموحاته على سرعة وعجالة، وهذه الرغبة تجعله يندفع للحياة دون توقف لملاحظة الكثير، أو إعطاء انتباه أكثر للحظة الحالية ، ويقظة للعالم من حوله، لتساعده على فهم أفضل لنفسه ولكل ما حوله .

وما هو ملاحظ من خلال خبرة الباحثة الميدانية في التدريس الجامعي أن كثير من الطلاب يشكون من الشرود العقلي، وعدم القدرة على التركيز والانتباه لفترة طويلة، وأنهم يعتمدون في تعلمهم على تدوين المحاضرات، وكتابة الملخصات خوفاً من النسيان، وهذا لا يعطى لهم مجالاً للتأمل والتفكير فيما يتم دراسته ، وأجعله مجالاً للنقد والإبداع، أو حتى الفهم والتوظيف في مجال الحياة العملية .

فضلاً عن أن انعدام اليقظة العقلية يولد نظرة أحادية الاتجاه وقطعية للأحداث التي يمر بها الفرد ، مما يؤدي به إلى الركود الفكري وعدم تقبل الرؤى الجديدة سواء كانت إجتماعية أو ممكنة، وهذا يجعله يتسم بالسلوك الآلي والدوران في حلقة مفرغة.(يونس، ٢٠١٥ ، ص٢).

وطالب كلية التربية ،شعبة الفلسفة والاجتماع على وجه الخصوص - لطبيعة تخصصه- يحتاج إلى إعداد وتدريب يتواءم مع طبيعة الفلسفة كتخصص أكاديمي ، حيث أن الفلسفة مادة فكر وتأمل وتدبر، ورؤى فكرية متعددة ومختلفة ، وليست متصارعة بل هادفة الوصول إلى مستوى الحكمة في التفكير والعمل، فهم يؤهلون في هذا التخصص ليكونوا معلمى فلسفة يُعلمون التفلسف ويمارسونه مع طلابهم، وليسوا مرددين لآراء ومذاهب فلسفية لا يحصدون منها سوى الحفظ والتذكر.

فالطلاب اليقظين قادرين على ملاحظة المثيرات الجديدة غير العادية ، فتجعلهم واعين بشكل كامل ببيئتهم، ويعلمون ما يدور حولهم لحظة بلحظة وبدون شroud ذهني ، وذلك لأنها تقوم على الانتباه والوعي والمرونة فيهما، والانفتاح على المعلومات الجديدة ، واتخاذ آفاق جديدة، فإذا ما واجه المتعلم موقف مشكل يصبح عقله نشطاً ، وتتشكل لديه رغبة في تحقيق هدف محدد لا يمكن تحقيقه بأنماط السلوك المعتاد، فيبدأ بتنظيم أفكاره في محاور ويتأمل الموقف ويحلله ويرسم الخطط ويضع الفروض ويختبر الحلول إلى أن يصل إلى النتائج المطلوبة.

واليقظة العقلية هي سمة من سمات الوعي والتي تتيح للفرد الإنتباه إلى السياق العام للموقف، وخلق فئات جديدة من ردود الأفعال للتعامل مع الموقف الحالي، ووفقاً لهوريتز (Horowitz,2002,p116) فإن "اليقظة العقلية تعنى تمركز الوعي على اللحظة الآنية (تلك اللحظة) دون الإنشغال المفرط مع ذكريات الماضي والأوهام حول المستقبل".

من هنا يأتي دور الجامعة المهم في إعداد الطالب إعداداً معرفياً ومتخصصاً في شتى الميادين والمجالات التي يتطلبها المجتمع، على أن يكون طالباً مدركاً وواعياً بها ، ولكل ما حوله لمساعدته على التكيف مع الأوضاع الجديدة، وتعلم مهارات جديدة، وهذا لا يحدث إلا مع الطالب اليقظ عقلياً حيث يكون قادراً على التفكير والتأمل المستمر.

وقد أظهرت العديد من الدراسات والبحوث إمكانية تنمية وتعزيز اليقظة العقلية من خلال التدريب ، مثل بحث (الأخرس ، ٢٠١٦)، والذي هدف إلى إعداد برنامج تدريبي لتنمية اليقظة الذهنية والتعرف على فاعليته في خفض أعراض الوهن النفسي، وبحث (سنارى ، ٢٠١٧) ، والى أكد على إمكانية التنبؤ باليقظة العقلية من خلال المرونة النفسية .وكذلك أوضحت بعض البحوث دور اليقظة المهم في تحقيق مستويات مختلفة من الصحة النفسية ، مثل كل من بحث بارنوفر (Parnhofer et al ,2009) ، وبحث ويليامز (Williaes et al,2008) والذي أشار إلى أن التدريب على اليقظة الذهنية يمكن أن يقلل إلى حد كبير من انتكاسة جديدة من الإكتئاب لدى الأشخاص الذين يعانون من الإكتئاب المزمن.

والطلاب الذين يتسمون باليقظة العقلية أثناء عملية التعلم، يبدون انتباهاً أثناء أداء المهام، ويمتلكون فكر إبداعي أثناء التعلم، أما الطلاب الذين يتسمون بضعف اليقظة العقلية

فيؤدون مهامهم بدون تركيز ووعي، ولايستطيعون نقل ما تعلموه إلى حياتهم العملية ، أو عند تفاعلهم مع المشكلات التي تواجههم (الفرحاني، ٢٠١٧، ص٢٨)

وتوظيف المعلومات ونقل ما يتعلمه الفرد إلى الواقع والعمل به هو ما يصل به إلى مستوى الحكمة فى التفكير، لذا لايمكننا الحديث عن اليقظة العقلية بمعزل عن التفكير القائم على الحكمة، حيث أن اليقظة العقلية تربط الفرد بواقعه والعالم من حوله، وتعزز لديه التأمل والتفكير فى لحظته الحالية.

وليس ثمة من هو أحوج إلى " الفلسفة" و" الحكمة" كمنهج فكرى وتطبيق فى حياتنا اليومية منا نحن أبناء هذه الأمة العربية... فالعشوائية والتخبط والتقدم نحو المجهول الذى ساد عقولنا مئات السنين لن يطويه إلا العقل وحده . وصحيح أننا نملك عشرات بل مئات المتخصصين فى كثير من فروع الفلسفة والمنطق، لكن هذا الإمتياز ليس قادراً وحده على تغيير طبيعة أوضاع الفوضى والضياع الفكرى فى مجتمعاتنا، فالروح الفلسفية/ العقلية مازالت بعيدة عن أن تكون هى الروح السائدة فى حياتنا.(زيدان ، ٢٠٠٦ ، ص ١١)

فالحكمة استكمال النفس الإنسانية بتصور الأمور والتصديق بالحقائق النظرية والعملية على قدر الطاقة البشرية.(ابن سينا ، ١٩٨٠ ، ص١٦)

فالفلسفة تؤدى أساساً إلى " حكمة" وإلى نوع من الإعتقاد المبرهن ، سواء هذا الإعتقاد من طبيعة أخلاقية أو اجتماعية أو ميتافيزيقية (بباجيه، ١٩٩٢ ، ص ٤٨)

والفلسفة ليست رياضة عقلية أو قفزاً فى المجهول، بل طريقاً لإكتساب الحكمة وتدريب العقل، وتربية ملكة النقد الدقيق والحكم السليم.(مباشر، ٢٠٠٥ ، ص٦)

والحكمة تتطلب التفكير التحليلى الذى يتضمن حل المشكلات الحقيقية من خلال عملية التأمل والتفكير العميق فى هذه المشكلات للحصول على أكبر كمية من المعلومات ومعالجتها للوصول إلى القرار الحكيم. (Sternberg, 2001,p34)

إذن الحكمة أكثر عمقاً من مجرد المعرفة ، فهى تتضمن أيضاً المهارات الشخصية والحياتية التى تجعل الفرد قادراً على أداء دوره المجتمعى ومسؤولياته تجاه ذاته وتجاه الآخرين.

فالمقولة بأن " المعرفة ليست فقط ما تعرفه ، ولكن كيف يمكنك استخدامها " ، هى عن جدارة تجسيد لمعنى الحكمة، أو التفكير الحكيم.

والطالب المعلم يوهل ويعد - افتراضاً ولزماً- فى كليات ومعاهد التربية ليكون معلماً ومربياً ، وقدوة لمتعلميه داخل بيئة التعلم وخارجها، وقادراً على أداء مسؤولياته التربوية والأخلاقية تجاه مجتمعه، وهذا يتطلب أن تتضمن برامج إعداد المهارات الشخصية والفكرية والحياتية التى تعينه على أداء هذا الدور، ومن هذه المهارات والسمات (الحوار البناء ، اتزان الشخصية، مهارات التعامل مع الآخرين، وغيرها)

ويشير بارون (Baron,2013, 102) إلى ارتباط الحكمة بالعديد من الخصائص النفسية الإيجابية، مثل قوة الشخصية ، والفهم الاستثنائى، والنزاهة وقوة الأنا والنضج، والحكم الأخلاقى الصحيح ، ومهارات التعامل مع الآخرين، ومواجهة القلق، ويرى الحكمة كمزيج من المعرفة ، وتتضمن (فهم الحياة، والرغبة فى معرفة الحقيقة)، والتأمل (القدرة والاستعداد للنظر فى الظواهر والأحداث من وجهة نظر مختلفة..

يتضح مما سبق ارتباط هذا النمط من التفكير القائم على الحكمة بطبيعة تخصص الفلسفة، والذي بدى منذ التعريف اللغوى لكلمة " فلسفة" ، والتي تعنى فى أصلها اليونانى "فيلوسوفيا" أى " حب الحكمة"

ولنا فى رؤى الفلاسفة والمفكرين القدامى والمعاصرين أسوة حسنة فى تعليم النشء مبادئ زراعة الحكمة لديهم ، وتنميتها من خلال ما تعلموه من حقائق ومعارف علمية، فعلى سبيل المثال يرى كيس (Case,2013,p26) أن الفلسفة البوذية تركز على تعليم الحكمة وفقاً لثلاثة مبادئ جوهرية هى تنمية البصيرة ، والتأمل، واليقظة العقلية، ويذهب ستيرنبرج (Sternberg,2001,p22) إلى أننا نعلم الطلاب لأن يكونوا أذكىاء وعلى دراية بالحقائق العلمية، لكن ليس من أجل كيفية استخدام ذكائهم ومعارفهم فى حياتهم، فالمدارس بحاجة إلى تعليم الحكمة لطلابها ليس فقط لاستدعاء مستويات من التحليل والتركيب السطحى ، بل لمساعدتهم على استخدام ما تعلموه فى أغراض جديدة.

وفى ضوء ذلك، فإن الدور الحقيقى لمعلم الفلسفة هو دفع طلابه إلى التأمل والتفكير، واكتساب القيم ، أى أنه محرك للفكر ومنمى للقيم وليس ناقلاً للمعرفة الفلسفية.(زيدان ٢٠٠٦، ص٥٢)

واكتساب التفكير القائم على الحكمة عند براون وكيرن (Brown&Green,2016,p17) يأتى من خلال التعلم من الحياة، حيث يتفاعل الناس

ويطبقون الدروس التي اكتسبوها في حياتهم، أما الظروف التي ساعدت على الحكمة بشكل مباشر هي إعداد الشخص للتعلم من خلال الخبرات والتفاعل مع الآخرين.

ويشير سترنبرج وآخرون (Sternberg, Jarvin & Grigorenko, 2009) ، إلى أن الحكمة لا تتطلب إدراك الشخص للمعرفة فحسب، بل عليه أن يدرك فضلاً عن ذلك كيف ومتى يكون استخدام هذه المعرفة ضرورياً ؟ وهذا يشير إلى أن الشخص ينبغي أن يكون لديه القدرة المعرفية ، والرؤى الشخصية للظروف المحيطة بالمشكلة أو الموقف، ودمج المعرفة السابقة بالمعرفة الحالية، وفهم امكانية أن يكون لتطبيق هذه المعرفة تأثيرات على تشكيل المستقبل.

وفي هذا الصدد أشار فلين (Flynn, 1999, p28) أنه رغم أهمية الذكاء فإنه شرط لازم لكنه غير كاف للعملية التعليمية بمنظورها الشمولى، لأن هناك من العوامل غير المعرفية ما هو أكثر أهمية في هذا الجانب، ومنها الحكمة الصريحة **Explicit Wisdom** وليست الحكمة الضمنية **Implicit Wisdom** التي تمتلك من القوة ما تساعد الأفراد المتعلمين على تحديد الأهداف الواضحة لاتخاذ القرارات الصائبة في مجال توظيف المعارف في الواقع الإجتماعى على أساس من المعرفة والخبرة والفهم وما إلى ذلك .

يتضح مما سبق أن الارتباط بالواقع مواقف ومشكلات، والتركيز في مفرداته، وتوظيف المعارف السابقة والحالية في التعامل معه أمراً مهماً لجعل المتعلم يقطاً يتصف بالحكمة، وهذا ما يجسده الفكر التربوى للفلسفة الواقعية، والتي يرى ممثلها (أرسطو) أن العالم من حولنا هو مصدر كافة الحقائق الموجودة فيه ، وأن الحقائق تنبع من عالم الواقع ، ولا تأتي عن طريق الإلهام إنما عن طريق المشاهدة والتجربة الحسية والخبرات، وأن العقل لا يعد مخزناً للحقائق بذاته ، وإنما يحصل عليها من خلال الاحتكاك بالواقع.

كما يرى الواقعيون أن مهمة التربية هي جعل الفرد متوازناً فكرياً متوافقاً مع بيئة المادية والإجتماعية، وتمكينه من أن يحيى حياة ناجحة سعيدة ، ومساعدته على التطور وبلوغ أقصى درجات الكمال.

وفي إطار الإهتمام بالتفكير القائم على الحكمة أجريت العديد من البحوث والدراسات العربية والأجنبية للكشف عن مستواها ، وعن سبل تنميتها لدى المتعلمين ، وعلاقتها بالمتغيرات الأخرى، مثل : بحث (أيوب ، ٢٠١٢م) ، وبحث (شاهين ، ٢٠١٢م) ، وبحث

(أيوب، إبراهيم، ٢٠١٣م) ، وبحث (خليفة، ٢٠١٥)، وبحث (الذيابي، ٢٠١٧م) ، وبحث براون (Brown,2004)، وبحث كان (Khan,2009) وبحث بريزنا (Brezina,2012).
مشكلة البحث:

- من منطلق إهتمام البحوث والدراسات السابقة العربية والأجنبية بدراسة متغيرات البحث الحالي، برزت مشكلة البحث، إذ لاحظت الباحثة في ضوء إطلاعها المتواضع عدم وجود دراسة تناولت إعداد برنامج إثرائي في ضوء الفلسفة الواقعية لطلاب شعبة الفلسفة والإجتماع - بكلية التربية ، لتنمية كلاً من اليقظة العقلية والتفكير القائم على الحكمة لديهم، والكشف عن احتمالية وجود علاقة بين المتغيرين التابعين، لذا من المفترض أن يكون هدف كلية التربية- شعبة الفلسفة والإجتماع ليس تقديم المعرفة فحسب، بل مساعدة الطالب المعلم على إكتساب أساليب وأدوات الحصول عليها، وسبل معالجتها وتوظيفها في الحياة العملية وإعادة تشكيلها أيضاً، من خلال تنمية امكاناتهم العقلية ، لمواجهة المواقف المختلفة في الحياة والتعامل معها بايجابية.

هذا بالإضافة إلى ما أشارت إليه خبرة الباحثة الميدانية - التي سبق الإشارة إليها - بشأن شكوى طلاب شعبة الفلسفة والإجتماع بكلية التربية من الشرود العلى ، وعدم القدرة على التركيز والإنتباه، ولهذا السبب قامت الباحثة بإجراء مقابلات شخصية مع عدد من طلاب الفرقة الثالثة (شعبة فلسفة وإجتماع) بكلية التربية - جامعة حلوان قوامها (٤٠) طالب وطالبة، وطبقت خلالها إستمارة مقابلة ، وأسفر تحليل نتائج بيانات الإستمارة عن ضعف اهتمام مقررات برنامج إعدادهم بكلية التربية بممارسة اليقظة العقلية، والتفكير القائم على الحكمة أثناء عمليات التدريس خاصة مقررات التخصص .

- كما قامت الباحثة بإعداد تجربة استطلاعية طبقت خلالها مقياس اليقظة العقلية ، إعداد : هالة سنارى (٢٠١٧) على عينة من طلاب كلية التربية - شعبة الفلسفة والاجتماع ، الفرقة الثالثة ، قوامها (٥٤) طالب وطالبة ، حيث تبين من التحليل الإحصائي لنتائج تطبيق المقياس، ضعف مستوى اليقظة العقلية لدى الطلاب، فقد حصل أكثر من ٦٥% من الطلاب على أقل من ٥٠% من الدرجة الكلية للمقياس.

في ضوء ما سبق يمكن تحديد مشكلة البحث في ضعف مستوى اليقظة العقلية ، والتفكير القائم على الحكمة لدى طلاب شعبة الفلسفة والإجتماع - بكلية التربية.
تساؤلات البحث :

(١) ما أبعاد اليقظة العقلية الملائم تنميتها لدى الطالب معلم الفلسفة، بكلية التربية جامعة حلوان؟

(٢) ما أبعاد التفكير القائم على الحكمة الملائم تنميتها لدى الطالب معلم الفلسفة، بكلية التربية - جامعة حلوان؟

(٣) ما التصور المقترح لبرنامج إثرائي قائم على الفلسفة الواقعية لتنمية اليقظة العقلية ، والتفكير القائم على الحكمة لدى الطالب معلم الفلسفة ، بكلية التربية ، جامعة حلوان؟

(٤) ما فاعلية البرنامج الإثرائي المقترح في تنمية اليقظة العقلية لدى الطالب معلم الفلسفة، بكلية التربية- جامعة حلوان ؟

(٥) ما فاعلية البرنامج الإثرائي المقترح في تنمية التفكير القائم على الحكمة لدى الطالب معلم الفلسفة، بكلية التربية- جامعة حلوان ؟

(٦) ما العلاقة الارتباطية بين درجات الطلاب المعلمين في مقياس اليقظة العقلية، ودرجاتهم في مقياس التفكير القائم على الحكمة، في التطبيق البعدي لأداتى البحث؟

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى الكشف عن فاعلية برنامج إثرائي مقترح في ضوء الفلسفة الواقعية لتنمية اليقظة العقلية ، والتفكير القائم على الحكمة، لدى طلاب شعبة الفلسفة والإجتماع ، بكلية التربية ، جامعة حلوان، والكشف عن العلاقة الارتباطية بين اليقظة العقلية، والتفكير القائم على الحكمة لدى عينة البحث.

أهمية البحث :

قد يساهم البحث فيما يلي :

(١) توجه نتائج هذا البحث في نظر مُعدى برامج واستراتيجيات التدريس الجامعي، والمشاركين في وضع اللائحة بكلية التربية، نحو تطويرها بما يعزز لدى الطلاب اليقظة العقلية ، والتفكير القائم على الحكمة.

(٢) يقدم البحث الحالى إطاراً نظرياً، ومعلومات مفيدة حول طبيعة اليقظة العقلية، والتفكير القائم على الحكمة لطلاب كلية التربية ، مما قد يساعد في فهم أعمق لذواتهم ولقدراتهم، وما لديهم من مسؤوليات، بالإضافة إلى ما قد يكون له أثر إيجابي على إثراء وإفادة البحوث والدراسات ذات العلاقة بمتغيرى البحث.

٣) يفيد البرنامج المقترح المتضمن في هذا البحث وحدات التدريب، والجودة بكليات التربية، حيث يقدم لهم برنامجاً في التنمية المهنية للطالب المعلم لتطوير مهاراته وقدراته الفكرية والعملية .

٤) يلفت البحث الحالي الأنظار نحو استخدام مقاييس اليقظة العقلية ، والتفكير القائم على الحكمة، وهي من المقاييس الحديثة التي تفيد في مجال فحص الجوانب المعرفية والوجدانية والسلوكية لدى الطلاب .

فروض البحث :

١) توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة في أبعاد مقياس اليقظة العقلية بصفة عامة، وكل بعد على حدة، وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

٢) توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق القبلى والبعدى لمقياس اليقظة العقلية بصفة عامة ، ولكل بعد على حد، وذلك لصالح التطبيق البعدى.

٣) توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة في أبعاد مقياس التفكير القائم على الحكمة الثمانية بصفة عامة، وكل بعد على حدة، وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

٤) توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق القبلى والبعدى لمقياس التفكير القائم على الحكمة بصفة عامة ، ولكل بعد على حدة ، وذلك لصالح التطبيق البعدى.

٥) توجد علاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب المعلمين (المجموعة التجريبية) فى التطبيق البعدى لمقياس اليقظة العقلية ، ودرجاتهم على مقياس التفكير القائم على الحكمة.

حدود البحث :

(١) اقتصر التجريب في هذا البحث على عينة من الطلاب المعلمين، بالفرقة الثالثة، شعبة الفلسفة والإجتماع- بكلية التربية - جامعة حلوان. لكونهم في هذا العام يدرسون عدد لا بأس به من مقررات التخصص الأكاديمي (الفلسفة والاجتماع). وهذا يساعد في توظيف تلك المعرفة الفلسفية في تنفيذ البرنامج .

(٢) اقتصرت أبعاد اليقظة العقلية في هذا البحث على ثلاثة أبعاد (الإنتباه- الوعى بوجهات النظر المتعددة- التمييز اليقظ). لارتباطها بتخصص الفلسفة والاجتماع.

(٣) اقتصرت أبعاد التفكير القائم على الحكمة في هذا البحث على ثمانية أبعاد هي (معرفة الذات - إدارة الانفعالات- الإيثار- المشاركة- إصدار الأحكام- معرفة الحياة- مهارات الحياة- الإستعداد للتعلم). فجميعها من المهارات الملائم تنميتها لدى الطالب معلم الفلسفة.

مصطلحات البحث:

(١) البرنامج The Program :

يعرف إجرائياً في هذا البحث بأنه " الإطار العام المنظم لعمليات التعلم، والأنشطة والمهارات والمعالجات المعرفية المصمم لتنمية اليقظة العقلية، والتفكير القائم على الحكمة لدى الطالب معلم الفلسفة، بكلية التربية.

(٢) الفلسفة الواقعية : Rrealistic Philosophy :

وتعرف في هذا البحث بأنها : تمثيل وتجسيد للمواقف الحياتية المرتبطة بواقع الطلاب التعليمي، لتدريبهم على معاشتها، والتفاعل معها، وإتخاذ القرارات الحكيمة بشأنها.

(٣) اليقظة العقلية: Mindfulness :

يعرفها كارداكيتو ورفاقه (Cardacitito et all,2008) بأنها المراقبة المستمرة للخبرات، والتركيز على الخبرات الحاضرة أكثر من الإنشغال بالخبرات الماضية أو الأحداث المستقبلية، وتقبل الخبرات والتسامح معها، ومواجهة الأحداث بالكامل كما هي في الواقع، وبدون إصدار أحكام تقييمية لها .

ويقصد بها في هذا البحث : " الدرجة التي يحصل عليها الطالب المعلم على مقياس اليقظة العقلية المستخدم في هذا البحث."

٤) التفكير القائم على الحكمة: Thinking passed on Wisdom:

ويقصد به في هذا البحث: " نمط التفكير الذى يمكن الفرد من فهم ذاته ، وإدارة انفعالاته، والإستخدام النشط للمعارف، والقدرة على المشاركة فى الحياة، وإصدار الأحكام، إلى جانب الرغبة فى التعلم." إجراءات البحث :

اتبع فى هذا البحث المنهج التجريبي القائم على تصميم مجموعتين البحث (الضابطة والتجريبية)، وسار وفق الإجراءات التالية :
أولا : الإطار النظرى للبحث:

تم استقراء وتحليل الأدبيات والدراسات ذات العلاقة بالموضوع ؛ لتوصيف متغيرات البحث ، واستنتاج أسس البرنامج، وبناءه فى صورته النهائية، وإعداد الأدوات التجريبية. ثانياً: بناء البرنامج المقترح فى ضوء الفلسفة الواقعية .

ثالثاً : أدوات البحث ، وهما :

(١) مقياس اليقظة العقلية :إعداد الباحثة.

(٢) تطوير مقياس التفكير القائم على الحكمة، مقياس براون (Brown&Green,2006) ،
والذى قام بترجمته وتقنينه على البيئة العربية (أيوب، ٢٠١٢).
رابعاً: تجربة البحث الميدانية:

• تم اختيار عينة البحث من طلاب الفرقة الثالثة ، شعبة فلسفة وإجتماع ، بكلية التربية ، جامعة حلوان، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بواقع (٣٥) طالب وطالبة فى كل مجموعة.

- التطبيق القبلى لأداتى البحث على مجموعتى البحث الضابطة والتجريبية .
- تطبيق البرنامج المقترح فى ضوء الفلسفة الواقعية مع المجموعة التجريبية.
- التطبيق البعدى لأداتى البحث على مجموعتى البحث الضابطة والتجريبية.

خامساً : رصد النتائج وتحليلها وتفسيرها في ضوء الفروض.

سادساً : التوصيات والبحوث المقترحة.

وفيما يلي عرض تفصيلي لهذه الإجراءات:

أولاً : الإطار النظري للبحث:

يهدف البحث من هذا الإطار النظري التوصل إلى تحديد أبعاد اليقظة العقلية ، وأبعاد

التفكير القائم على الحكمة ، وأسس إعداد البرنامج المقترحة ، لذا تمثل في المحورين

التاليين :

المحور الأول: اليقظة العقلية .

المحور الثاني: التفكير القائم على الحكمة.

وفيمايلي عرض تفصيلي لهذين المحورين:

المحور الأول: اليقظة العقلية: Mindfulness

(1) تعريف اليقظة العقلية ومكوناتها (أبعادها) :

ترى لانجر (Langer&Moldevean,2000,p30) أن اليقظة العقلية تعنى القدرة

على النظر في الأشياء بطريقة جديدة ومدروسة لعرض عالمنا بطريقة لا جدال فيه، مما

يؤدي إلى ردود تلقائية قد تعمل على جعلنا قادرين على إتخاذ خيارات.

ووفقاً لهورتييز (Horowitz,2002,p116) أن اليقظة تعنى تركز الوعي على

اللحظات الآنية(تلك اللحظة)، دون الإنشغال المفرط مع ذكريات الماضي أو الأوهام حول

المستقبل.

ويذهب ألين (Allen et al,2006,p288) إلى أن اليقظة هي تركيز الانتباه في

اللحظة الحاضرة عن قصد دون إصدار أحكام على الأفكار أو المشاعر أو الخبرات الشخصية،

مما يسمح لنا التخلص من مركزية الأفكار ، وإعتبارها أحداث عقلية مؤقتة لا تمثل الواقع

،الأمرالذي ينعكس على بصيرتنا لمواقف الحياة.

وتأسيساً على ما سبق، فإن اليقظة العقلية تشير إلى الانتباه والتفكير المستمرين في

اللحظة الآنية باعتماد الفرد على خبراته، مما يزيد فرص التفاعل مع الواقع المعاش

بتفاصيله، والإنصراف عن خبرات الماضي ،أو الإندفاع نحو المستقبل، لذا فهي تعد أحد وأهم

أساليب تحسين الذاكرة.

هذا وقد تعددت وجهات نظر الباحثين الذين تناولوا مكونات اليقظة العقلية وفقاً لتوجهاتهم النظرية، فقد ذكرت لانجر أربع مكونات مترابطة لليقظة العقلية وهي: الدراسة عن الجديد، والارتباط، وتقديم الجديد ، والمرونة.

أما شبيرو وكارلسون، وواستن، وفريدمان (Shapiro, Carlson, Astin, Freedman, 2006) فقد اعتبروا أن اليقظة العقلية لها أربع مكونات هي : تنظيم الذات ، وإدارة الذات، وتوضيح القيم، والإكتشاف، بينما أوضح براون (Brown, 2011) أن لليقظة العقلية مكونين اثنين، الأول: حالة الوعي كما هي في اللحظة الحالية مع الشعور الهادف، ويعنى ذلك التركيز الموجه، أما الثانى: فيتمثل في المعالجات المعرفية لليقظة العقلية، ويمكن تفسيره على أنه الملاحظة المحايدة دون إصدار أحكام على المنبهات.

(٢) فوائد اليقظة العقلية:

يرى دوير (Duerr , 2008, p15) أن لليقظة العقلية فوائد نفسية تتمثل فى خفض الضغوط، والتقليل من أعراض الإكتئاب، والقلق، والخوف، إضافة إلى تحسين الذاكرة، كما أن لها فوائد فسيولوجية مثل : خفض الألم المزمن، ورفع الكفاءة المناعية، وتحسين قدرة الفرد على النوم.

هذا ويمكن أن نحدد فوائد اليقظة العقلية فى النقاط التالية:

- الاستمتاع بما تنقله لنا حواسنا من خبرات سواء كان طعام ،أو رياضة، أو فن ،..... وذلك لأننا نتحرر خلالها من الضغوط ، ونجلب وعينا الجسدى والذهنى الكامل إلى حواسنا.
 - تركيز الإنتباه يحسن أداءنا فى العمل، أو المدرسة، أو الحياة الإجتماعية عامة.
 - الإدراك الواعى والسريع لأى تغيرات تحدث فى مشاعرنا الحقيقية، وهذا ما يعطينا قدرة أكبر على التعامل مع هذه المشاعر بشكل واع وإيجابى.
 - إن اليقظة تجاه مشاعرنا تساعدنا أيضاً على تفهم أنفسنا أفضل وتحريرها من سيطرة العادات العاطفية المؤذية.
 - تهدئة الذهن خاصة بالنسبة للأفراد الذين يقلقون ويفكرون كثيراً.
- بالإضافة ألى ما سبق فإن ممارسة اليقظة العقلية تساعد الفرد على إدراك الواقع بشكل أكثر وضوحاً، وتمكن الطلاب من فهم ذواتهم، فالذين يتمتعون باليقظة العقلية يظهرون على

المدى البعيد العديد من الصفات الإيجابية مثل : الرحمة والتعاطف، والتسامح، كما تشمل الأهداف قصيرة الأجل على تعزيز مشاركة الطلاب، وإرتفاع الأداء الأكاديمي، وتحسين المناخ الإجتماعي في المدرسة... (Albrecht&cohen,2012,p14)
٣) تنمية اليقظة العقلية:

هناك تدريبات لليقظة العقلية التي تنمي الوعي أثناء اليوم، وذلك باستعمال منبهات البيئة المعينة، الهدف منها هو جعل الفرد في حالة من اليقظة، وهذه مثل دقائق ساعة من الساعات ، والمشي الواعي، وتناول وجبة بشكل واعى، والإنتباه للأضواء الحمراء عند تقاطعات المرور، واليقظة الذهنية في هذه الممارسة تمثل تجربة واعية لتهيئة نشاط العقل على ممارسة الوعي. (Langer,2007,p5)

ومن الفنيات والاستراتيجيات المساعدة على تنمية اليقظة العقلية:

أ- التركيز : من الناحية المثالية " مشاهدة التنفس عن طريق التركيز على فتحتى الأنف أو حركة البطن، يمكنك أيضاً محاولة عد كل نفس حتى يصل للعشرة، ثم تكرر ذلك من البداية.

ب- إعادة التركيز: هناك العديد من الخيارات المتاحة لإعادة التركيز عندما يتجول عقلك للخارج، والذي سوف تقوم به عدة مرات لمدة دقيقة واحدة فى معظم الحالات، الجزء الأكثر أهمية هو أن تختار أسلوب إعادة التركيز إلى تذكرك مع التحلى بالصبر.

ج- وضعية الجسم : عموماً يعتبر أفضل من الجلوس فى وضع مستقيم وضع الاسترخاء على حافة كرسي أو وسادة.

د- العيون : يمكنك غلق عينيك أو فتحهما قليلاً مع نظرة لينة على بعد بضعة أقدام للأمام، ه- التوقيت : غالباً ما تكون مفيدة جداً ومحفزة عند تحديد الوقت للمارستك اليقظة العقلية ، يمكنك استخدام جهاز التوقيت الذى على هاتفك الجوال مثلاً.

و- البيئة: قد يكون من الأسهل فى بداية التأمل أن يكون فى مكان هادىء، ولكن ليس من الضروري. (سنارى، ٢٠١٧، ص ص ٣٠٠ - ٣٠١)

ولنظراً للأهمية الكبيرة لممارسة اليقظة العقلية فى تنمية العديد من السلوكيات الإيجابية، وعلاج بعض الإضطرابات والمشكلات المختلفة، أوصى مالو (Malow&Austin,2016) بضرورة دمج أنشطة اليقظة العقلية فى المناهج التعليمية اليومية للطلاب.

لذا حاول البرنامج المقترح تضمينه لعدد من مواقف التأمل التي تتيح للطالب المعلم مجالاً للإنتباه ودقة التركيز في الموقف الراهن، بهدف إدراك تفاصيله وتحديد العلاقات الكائنة بين أبعاده أو بينه وبين المواقف المشابهة.

المحور الثاني: التفكير القائم على الحكمة: Thinking based on Wisdom

١- تعريف التفكير القائم على الحكمة، وأبعاده:

يقول الله سبحانه وتعالى في كتابه العزيز ﴿يؤتى الحكمة من يشاء ومن يؤت الحكمة فقد أوتي خيراً كثيراً ، وما يذكر إلا أولوا الأبواب.﴾ البقرة، الآية (٢٦٩). فقد وردت كلمة (حكمة) في مواضع عديدة من الكتاب العزيز، وذهب مفسرون إلى تفسير معناها في كل موضع بحسب السياق الذي وردت فيه، فتارة تفسر بالسنة، وتارة بالموعظة ، وتارة بالقرآن، وتتجاوز الحكمة المعلومات الجزئية إلى المفاهيم الكلية مع نوع من التطابق بين معارف الحكيم والمواقف العملية له، ومن ثم قيل أن الحكمة تعنى وضع الشيء في موضعه.(الذيابي،٢٠١٧، ص٥٧)

وفي مجال التعريف اللغوي للكلمة أيضاً ، عرفها الأصفهاني (دت، ص١٢٧) " بأنها إصابة الحق بالعلم والعقل." ، وعرفها (ابن منظور، ٢٧٠) بأنها معرفة أفضل الأشياء بأفضل العلوم" ، وعرفها ابن القيم بأنها " معرفة الحق والعمل به، والإصابة في القول والعمل، وهذا لا يكون إلا بفهم القرآن ، والفقهاء في شرائع الإسلام وحقائق الإيمان." (العمر،١٤١٢ هـ ، ص٢٤)

وقد اختلف المفكرون والباحثون في تعريف مصطلح الحكمة، وذلك لإختلاف زوايا النظر إليها، ومصادر المعلومات التي يعتمدون عليها، وكذلك لطبيعة الإختلاف في الفكر والأيدولوجية.

فقد عرفها براون ، وكارين (Brown&Greene,2006) بأنها مفهوم متعدد الأبعاد يتضمن أبعاداً إجتماعية وإنفعالية وهي : المعرفة الذاتية ، وإدارة الإنفعالات، والإيثار ، والمشاركة الملهمة، وإصدار الأحكام، ومعرفة الحياة، ومهارات الحياة، والإستعداد للتعلم.

وعرفها ستيرنبرج وآخرون (Sternberg, Jarvin&Grigorenko,2009) بأنها كل ما يؤدي إلى تحسين إدراك الشخص لما يلائمه في الحياة.

وذهب ستودنجر (Staudinger,2011) إلى أن الحكمة هي المعرفة بأحوال الناس والحياة، وكيفية التصرف في إطار غموضها وتعقيداتها. كما عرفت بأنها "قدرة الشخص على إظهار التوازن بين إمكاناته المعرفية والوجدانية، وإظهار ذلك في مجالات الحياة كافة، ولاسيما المواقف الصعبة للمشكلة، والخروج بالأفضل". (العبيدي، ٢٠١٥، ص ١٣)

وجملة التعريفات تبين أن في الحكمة جانباً إيجابياً يتمثل في العمل بالعلم ، والإصابة في معرفة الأشياء والحقائق على ما هي عليه، والإصابة في القول والفعل ، والعمل بمقتضاها، وإتقان الأمور والإعداد لكل أمر عدته، وتوخي القصد والإعتدال ما أمكن، والتصرف في الأمور بتأن وروية وتبصر مع إدراك العلل والأسباب والنهايات.. (محجوب، ٢٠٠٤، ص ٢٤). في ضوء ما سبق يتضح الاختلاف حول تعريف الحكمة، الأمر الذي نتج عنه تعدد أبعاد الحكمة ووجوهها، مع دعم هذه الأبعاد بعضها بعضاً.

وفي مجال العلوم التربوية، يعد مفهوم الحكمة مفهوماً معقداً متعدد الأبعاد يمتد تأثيره إلى مختلف أنشطة الحياة، لذا تعددت النماذج والنظريات التي حاولت تفسير هذا المصطلح، مثل : نموذج آرديلت (Ardelt,2004) ، ونموذج براون (Brown,2002)، ونموذج ستيرنبرج (Sternberg,2005) ، ونموذج بالتز، وسميث (Baltes&Smith,2008)، وقد تبنت الباحثة نموذج براون في تحديده لأبعاد التفكير القائم على الحكمة، المتضمن ثمانية أبعاد للحكمة، والتي سبق الإشارة إليها.

وهذا النموذج تم صياغته في نطاق التربية والتعليم ، إلا أنه في الوقت نفسه يمكن تعميقه على الأشخاص خارج نظم التربية والتعليم التقليدية. (فهد، ٢٠١٦، ص ٢٢)، وفيما يلي استعراض موجز للأبعاد الثمانية:

- المعرفة الذاتية: **Self-Knowledg** ، وتعنى قدرة الشخص على إدراك ميواه واهتماماته، ونقاط القوة والضعف في شخصيته، وكذلك القيم التي يؤمن بها ، ويمتثلها في سلوكياته خلال المواقف المختلفة، كما تتمثل في الرضا الداخلي عن علاقات الفرد مع الآخرين وأهدافه.

- إدارة الإنفعالات : **Emotional Management** : وتتمثل في القدرة على مواجهة المواقف الصعبة، والسيطرة على الإنفعالات المختلفة سواء الحزينة أو المفرحة، بالإضافة إلى العواطف الذاتية.
 - الإيثار **Altrusim** : ويقصد به تصرف الشخص بفعل أخلاقي، بهدف أن يعم الخير والفائدة على غيره من الأشخاص وليس عليه، دون انتظار مقابل ، فالشخص هنا يفضل المصلحة العامة على المصلحة الخاصة.
 - إصدار الأحكام: **Judgment** : ويشير إلى إدراك الفرد أن هناك طرق متعددة للنظر إلى المسألة الواحدة ، خاصة عند إتخاذ القرارات المهمة، وأن عليه الأخذ في الإعتبار وجهات النظر المتعددة في الماضي والحاضر ، بالإضافة إلى خلفية الفرد التي تؤثر على إصداره للأحكام.
 - المشاركة الملهمة: **Inspirational Engagement** وتشير إلى الإهتمام بالآخرين، والتعامل بحميمية، واحترام معهم، بالإضافة إلى فهم مشاعرهم وتصوراتهم.
 - معرفة الحياة: **Life Knowledg** : وهي تشير إلى قدرة الفرد على إدراك الأمور الجوهرية في الحياة، وتدبر المعاني والأسئلة الصعبة فيها ، فضلاً عن إدراك عدم يقينية هذه الحقائق طول العمر.
 - مهارات الحياة: **Life Skills** : وتشير إلى قدرة الفرد على أداء أدواره ومسئلياته بشكل فعال في النواحي العملية، كما تتمثل في قدرته على توقع المشكلات، وإملاك الأساليب والاستراتيجيات التي تستخدم في المواقف الحياتية المختلفة.
 - الاستعداد للتعلم **Willingness to learn**: وتشير إلى الرغبة المستمرة لدى الفرد في التعلم والاستزادة بالمعارف وعدم الإكتفاء بما لديه.
- وهكذا تم الإجابة عن التساؤل الثاني من تساؤلات البحث وهو : ما أبعاد التفكير القائم على الحكمة الملائم تنميتها لدى الطالب معلم الفلسفة، بكلية التربية - جامعة حلوان؟
- ٢- تنمية التفكير القائم على الحكمة ..كيف؟
- يعد استرنبرج **Sternberg** أول من درس الحكمة في العصر الحديث، حيث أشار إلى ضرورة تدريس الحكمة، وذلك من خلال نظريته " المنهج المتوازن للحكمة" **Balanced Curriculum** ، والتي أشار فيها إلى أن الحكمة يجب أن تكون عنصراً من المنهج الدراسي للطلاب ، لأنها جزء مهم لإزدهار الإنسان على المستوى الفردي والجماعي، كما يرى

أن المعرفة بمفردها غير كافية لتعلم الحكمة، والتعليم ينبغي أن يشتمل على مهارات ذات صلة بالحكمة، أي أنه معنى بالمهارات المعرفية بإعتبارها سوابق لتعلم الحكمة، أما مبادئ تدريب الحكمة من وجهة نظره فتقوم على المعلمين الذين يعطون مساحة الطلاب للتفكير في الذات، والمجتمع والاهتمامات الخاصة والعامة، وأن إلتزام المعلمين بهذه المبادئ سوف ينتج عنها تعلم جيد للحكمة(العاسمي، ٢٠١٥، ص ٣٥)

وقد اقترح استرنبرج وآخرون (Sternberg,et all,2009) أن تنمية الحكمة تتم من خلال تعليم مهارات وطرائق التفكير حول مكونات الحكمة التي تعد جزءاً من المناهج التعليمية، وتشمل مثل هذه المناهج على سبيل المثال : القراءة الكلاسيكية لأدب الحكمة، وممارسة التفكير الجدلي، وتشجيع الطلاب على التفكير ومناقشة القيم الخاصة بهم . واكتساب التفكير القائم على الحكمة عند براون وكيرين (Brown&Green,2006) يأتي من خلال التعلم من الحياة حيث يتفاعل الناس ويطبّقون الدروس التي اكتسبوها في حياتهم.

وقد أشار (أيوب، ٢٠١٢، ص ٦٨) إلى عدة شروط تيسر تنمية الحكمة وهي :

- التوجه نحو التعلم : ويقصد به اتجاه مشاركة الشخص ومستوى قدرته على اكتساب المعرفة عندما يواجه الآخرين ، والأنشطة، وهذا يشمل توجه الشخص نحو الحياة وفقاً للمجالات والمواقف المختلفة، فضلاً عن ماضى الشخص كما يبدو في أى تفاعلات جديدة.
 - الخبرات : تتضمن أى نشاط منظم أو غير منظم، ويتضمن التفاعلات مع الآخرين، وجميع الخبرات العامة مع الآخرين، والتجارب مع الناس المختلفين عن الشخص مثل : العلاقات مع الأهل والأصدقاء وذوى النفوذ والسلطة.
 - البيئة :ويقصد بها المحيط العام الذى يوفر السياق والفرص لتفاعل الفرد مع الآخرين، والخبرات المتنوعة فى توليفات متنوعة لإنتاج الحكمة.
- يتضح من ذلك أن تصميم مواقف تعليمية تفاعلية فى بيئة التعلم أمر مهم وضرورى لمساعدة المتعلم على اكتساب الحكمة فى قراراته ومعاملاته، معتمداً على خبراته الخاصة، ومستفيداً أيضاً من خبرات الآخرين المتنوعة على أن تكون هذه المواقف دافعة للتعلم

واكتساب المعرفة إلى جانب ربطها بواقع المتعلم من أجل توظيفها والعمل بها وهذا ما يوضح أهم أسس البرنامج المقترح لتنمية اليقظة العقلية والتفكير القائم على الحكمة.

وحسب رأى بالتز وسميث (Baltes&Smith,1990,p28) فإن الحكمة تنمو من خلال الخبرات والتعرض لنموذج من السلوكيات الحكيمة لأفراد العائلة، ويمكن لوعى الأبوين لأبعاها وتطبيقها في سلوكياتهم اليومية مع أطفالهم أن يسهم في نقلها إليهم.

لذا فإن الأحداث اليومية والممارسات الحكيمة، والانفتاح على مختلف الخبرات إما في العمل ، أو في الحياة العملية قد تساعد على اكتساب الحكمة ، لأنها تمثل مجالاً خصباً بما تتضمنه من خبرات ونماذج حكيمة وقدوة من شأنها أن تكون تدريباً على ممارسة أنماطاً من التفكير المتنوعة التي لها علاقة وموئاه في النهاية إلى نمط آخر راقى من التفكير وهو التفكير القائم على الحكمة.

ووفقاً لرأى سترنبرج (Sternberg, Jarven&Grigorenko,2009)، يرتبط التفكير القائم على الحكمة بثلاثة أنواع من التفكير هي : التفكير التأملى، والتفكير القائم على الحوار، والتفكير الجدلى.

إذن إذا نجح المعلم في تصميم مواقف اشكالية تتحدى تفكير الطالب، فإنه من أجل حل هذا الموقف المشكل يمارس التفكير التأملى، واليقظة العقلية التي تعينه على التدقيق في تفاصيل الموقف لكشف الغموض، أو لحل المشكلة المتضمنة فيه، تلك اليقظة التي تتمثل في وعيه بالواقع الحالى ، ومعايشته وعدم القفز للمستقبل قبل حل ألغازه والكشف عن تفصيلاته، وفى إمكان التفكير التأملى أن يعزز التفكير القائم على الحكمة ؛لأن الطالب يحتاج عند حل المشكلة إلى منهج واستراتيجية يتبعها ، كما يحتاج إلى متابعة مدى نجاح هذه الاستراتيجية، وتعديلها إذا ثبت عدم نجاحها، أو إيجاد استراتيجيات أخرى أكثر ملاءمة لحل المشكلة التي هو بصدد حلها.

وأما عن علاقة التفكير الجدلى بالتفكير القائم على الحكمة، فتتضح من خلال كونه أفضل أنماط التفكير التي تعد مراناً على التأنى، وعدم التسرع في حل المشكلة قبل دراسة وتمحيص وجهات النظر المتعارضة لاتخاذ موقف أو قرار محدد، وتقديم البراهين المنطقية له.

وعندما يمارس الطلاب الحوار فإنهم يكونوا بصدد وجهات النظر المختلفة للإختيار من بينها ما يناسب حل المشكلة، وقد يتضح لهم على المدى الطويل أن ما اعتبروه الحل المناسب للمشكلة في البداية هو في الحقيقة الإختيار الخاطيء.

وفي ضوء ما سبق يمكن تحديد عدة إجراءات يمكن أن يتبعها المعلم في تعليم التفكير القائم على الحكمة على النحو التالي :

أ- أن يقرأ الطالب الكتابات والأدبيات الكلاسيكية في الأدب والفلسفة لمعرفة التأمل وانعكاساته في حكمة الحكماء والفلاسفة.

ب- إتاحة فرصة للطلاب لمناقشة الكتابات والأعمال والمقالات التي قرأوها، واستنتاج الدروس والقيم المتعلقة بها ، وتلقى إقتراحاتهم في كيفية تطبيق ما تعلموه في حياتهم العملية، وهنا سوف يتم التركيز على التفكير الحوارى والجدلى ، ويتضمن التفكير الحوارى فهم المشكلات والقضايا من وجهات نظر متعددة، وفهم كيفية إدراك الآخرين لها بطريقة مختلفة تماماً.

وما يفتح مجال الحوار والمناقشة في الدرس الفلسفى، هو التساؤل ، " ومن المعلوم أن السؤال هو جوهر الفلسفة، وتظل المجتمعات بخير طالما بقيت متمسكة بالسؤال، وأفضل المقالات هي التي تجمع بين الأسئلة المفتوحة والأسئلة المقفولة.." (زيدان، ٢٠١٠ ، ص ٦٤)

"ومدرس الفلسفة الماهر هو الذى يستطيع صياغة الأسئلة المتدرجة اللازمة لموضوع الحوار بمهارة وعناية، ويعرف كيف يسأل، ومتى يسأل، ولماذا يسأل. أى أن يتصف بالمرونة، بحيث يستطيع أن يغير من الأسئلة ويصوغ غيرها حسبما يتطلبه الموقف التعليمى." (زيدان، ١٩٩٨ ، ص ١٠٢)

ج- تشجيع الطلاب على تأمل وتطوير قيمهم الخاصة بطريقة موضوعية.

د- إتاحة مجال للتفكير الناقد البناء، وعملية الإبداع فى كل ما هو مجال للدراسة والتعلم.

هـ- الإعتتماد على الطريقة السقراطية فى التدريس ، فمراحله الثلاثة تعطى مجالاً واسعاً للتأنى فى التفكير، والوصول إلى القرارات السليمة بناء على الإقناع.

و- تدريب الطلاب على أن يكون لكل واحد منهم رؤية ووجهة نظر خاصة به.

ى- تدريب الطلاب على رصد الأحداث المهمة في حياتهم، والعمليات الفكرية لخاصة حول هذه الأحداث.

في النهاية يمكننا القول إن تعليم التفكير القائم على الحكمة لا يمكن تحقيقه من خلال الأسلوب التقليدي للمعلومات، ولكن الطلاب يحتاجون لخبرات نشطة في مختلف الجوانب المعرفية والمهارية والوجدانية، والتي تمثل مجالاً لتدريبهم على إتخاذ القرار الحكيم. (٣ معوقات تنمية (تدريس الحكمة):

على الرغم من الإهتمام بتدريس الحكمة وتنميتها إلا أن هناك بعض المعوقات التي تحول دون تحقيق هذا الهدف الراقى منها : (العاسمي، ٢٠١٥، ص٣٧) :

- الأنظمة التعليمية التقليدية والتي من الصعب تغييرها، ومن الصعب إدخال مفاهيم جديدة على المنهج غير التي اعتادت عليها ، مثل مفهوم الحكمة، وحجتهم أن الحكمة مفهوم معقد وبعيد المنال، وبالتالي من الصعب تدريسه ضمن المقرر الدراسي.

- إن كثير من الناس لا يدركون قيمة التعليم إلا من خلال رفع درجات الإختبارات التقليدية ، وتدريس الحكمة قد يتعارض مع رفع درجات الإختبارات التقليدية.

- إن الحكمة أكثر صعوبة لتطوير نوع من التحصيل يمكن إختباره بسهولة عن طريق إختبارات متعددة الإختيار.

- المعلمون في المدرسة لا يرغبون في التخلي عن سلطتهم التقليدية في أثناء قيامهم بعملية التدريس النمطية، وتقديم نماذج حديثة في التدريس يمكن أن تضعف من سلطتهم، كما أن كثير من المعلمين ليس لديهم دراية وخبرة بتعليم الحكمة، وهذا يقلل من فاعليتها فيما لو قام به معلمون قليلوا الكفاءة والخبرة.

ثانياً : بناء البرنامج المقترح في ضوء الفلسفة الواقعية :

للإجابة عن السؤال الأول من تساؤلات البحث وهو : ما التصور المقترح لبرنامج إثرائي قائم على الفلسفة الواقعية لتنمية اليقظة العقلية ، والتفكير القائم على الحكمة لدى الطالب معلم الفلسفة ، بكلية التربية ، جامعة حلوان؟ تم تحديد النقاط التالية:

(١) فلسفة البرنامج المقترح:

يقدم البحث الحالي برنامجاً إثرائياً مقترحاً في ضوء الفلسفة الواقعية للطالب معلم الفلسفة، بكلية التربية ، جامعة حلوان ، لتنمية اليقظة العقلية لديه، والتفكير القائم على الحكمة، ويستند البرنامج الإثرائي إلى فكر الفلسفة الواقعية ورؤيتها التربوية من حيث ضرورة

التعلم من الحياة ولأجل الحياة التي يعيشها الإنسان باستخدام العقل وحكمته، وخبرات الفرد، والإستفادة كذلك من الخبرات المتنوعة للآخرين، وعدم التفوق في عالم المثل، والإلتفات إلى الحياة المعاشة بمشكلاتها ومواقفها، وأن الحياة مصدر معارف الإنسان، لذا على الإنسان أن يحيا واقعه ليدير حقائقه، ويمارس اليقظة العقلية من أجل إدراك تفصيلاتها. وهناك إجماع بين الواقعيين على أن الأهداف التربوية العامة هي تنمية شخصية الإنسان من جميع جوانبها العقلية، والجسدية، والنفسية، والأخلاقية، والإجتماعية، والإقتصادية وذلك بتزويده بالمعارف المتكاملة التي يحتاجها للحياة، وتنمية المهارات الضرورية للعيش في الحياة، وكذلك إكسابه الاتجاهات والقيم وأنماط السلوك التي تمكنه من التكيف مع بيئته (الحجاج، ٢٠١٤، ص٩٨). لذلك يجب التوجه إلى تعليم الأطفال احترام البيئة ودقة الملاحظة والمشاهدة، والتفكير الاستنتاجي وخطوات المنهج العلمي والحقائق المعروفة وقوانين الطبيعة (الخوالدة، ٢٠١٣، ص٧٤).

(٢) أسس البرنامج المقترح:

في ضوء تحليل الأدبيات والدراسات السابقة في مجالات الفلسفة الواقعية، واليقظة العقلية، والتفكير القائم على الحكمة، أمكن تحديد مجموعة من أسس البرنامج المقترح على النحو التالي:

- أ- أهمية تنمية اليقظة العقلية، والتفكير القائم على الحكمة من خلال تدريب الطالب معلم الفلسفة على أبعاد كل منهما بالتتابع والتكامل بين الجانب النظري والجانب التطبيقي .
- ب- الفلسفة الواقعية تنطلق من الإيمان بدور التربية في جعل الفرد متوازناً فكرياً متوافقاً مع بيئته الماديو والإجتماعية، وتمكينه من بلوغ أقصى درجات الكمال، وأن المؤسسة التعليمية تعد تدريباً على الحياة العملية ، حتى لا ينتقل إليها المتعلم بشكل مفاجئ.ع.
- ج- تطبيق الفلسفة الواقعية في التدريس يرتبط بصورة مباشرة بأبعاد اليقظة العقلية، والتفكير القائم على الحكمة من خلال تصميم مواقف متنوعة ترتبط بواقع المتعلم ومشكلاته، وتستدعي الوعي العقلي ، واليقظة التامة بمكونات وأبعاد الموقف ، والتفكير المتأني قبل إصدار الأحكام أو إتخاذ القرارات أو إختيار الحلول لمشكلاته.

د- ضرورة الربط بي كل من اليقظة العقلية والتفكير القائم على الحكمة بتخصص الفلسفة، بكلية التربية، لكونها تخصص يتطلب برنامجاً تدريب الطالب المعلم على اكتساب خصائص ومهارات التفلسف، والحكمة هي أحد وأهم خصائص التفكير الفلسفي، فهو تفكير

يستدعى القول والفعل معاً، واليقظة العقلية مطلب مهم وضرورى لتخطيط جيد للدرس الفلسفى، ليكون الطالب المعلم ملماً بمختلف جوانب الموقف التعليمى، وتوقع مشكلاته، والتفكير فيها.

(٣) الهدف العام للبرنامج :

يهدف البرنامج إلى تنمية اليقظة العقلية ، و التفكير القائم على الحكمة لدى الطالب معلم الفلسفة والإجتماع ، بكلية التربية ، جامعة حلوان من خلال تصميم برنامج إثرائى فى ضوء الفلسفة الواقعية.

(٤) الأهداف الإجرائية للبرنامج :

وقد أمكن توصيف الأهداف الإجرائية للبرنامج حيث يكون الطالب معلم الفلسفة بنهاية البرنامج قادراً على ما يلى :

- تعرف مفهوم اليقظة العقلية.
 - تطبيق أبعاد اليقظة العقلية.
 - استنتاج فوائد اليقظة العقلية فى العملية التعليمية.
 - تعرف طرق ووسائل تنمية اليقظة العقلية.
 - تعرف مصطلح التفكير القائم على الحكمة.
 - تحديد أبعاد التفكير القائم على الحكمة.
 - ممارسة التفكير القائم على الحكمة خلال المواقف التعليمية.
 - ممارسة التطبيقات التربوية للفلسفة الواقعية خلال البرنامج الإثرائى.
- (٥) وصف البرنامج المقترح:

يتكون البرنامج الإثرائى من (٤) وحدات موزعة على (٨) حلقات ، تتضمن كل جلسة تعلم محتوى تعليمى معين، وأداء أنشطته وتكليفاته، ويبلغ زمن كل حلقة (ساعتين)، بواقع حلقة واحدة كل أسبوع وذلك لمدة شهر، وجدول (١) يوضح عنوان كل وحدة، وعدد الحلقات، والأهداف الخاصة بكل وحدة.

جدول (١)
وحدات وحلقات البرنامج الإثرائي

الوحدات	عدد الحلقات	الأهداف
-التعريف بالبرنامج وأهدافه.	١	• تعريف الطلاب المعلمين بالبرنامج ، وفلسفته ، وأسسها وأهدافه، والتطبيقات التربوية للفلسفة الواقعية.
-الإطار النظري للبرنامج.	٢	• تزويد الطلاب المعلمين بخلفية نظرية عن اليقظة العقلية،:تعريفها، مكوناتها، فوائدها، وكيفية التدريب عليها وتميمتها. • تزويد الطلاب المعلمين بخلفية نظرية عن التفكير القائم على الحكمة: تعريفه، وأبعاده، وكيفية تميمته، ومعارفاته.
-تدريبات ومواقف على اليقظة العقلية.	٢	• حث الطلاب المعلمين على التركيز في تفصيلات الموقف أو المشكلة ، وتحديد أبعاده. • إعطاء الطلاب المعلمين فإلاصة ليراقبوا ويحددوا ما يمرون به من أحداث ومشكلات ومواقف خلال فترة تنفيذ البرنامج الإثرائي. • تشجيع الطلاب المعلمين على تحديد وصياغة ما يمرون به من مواقف ومشكلات يومية خلال فترة تطبيق البرنامج الإثرائي.
-التفكير القائم على الحكمة.	٣	• تدريب الطلاب المعلمين على تحديد مدى الارتباط بين معلوماتهم ومعارفهم الفلسفية، وبين أفعالهم وتصرفاتهم خلال تعاملاتهم في الحياة الواقعية. • تعويد الطلاب المعلمين على تقدير واحترام وجهات النظر المتعددة خلال دراستهم الفلسفية للمذاهب والآراء الفلسفية المختلفة تجاه القضايا والإشكالات المتعددة. • تدريب الطلاب المعلمين على صياغة الأسئلة الصعبة التي يمكن توجيهها أثناء دراستهم للقضايا الفلسفية، والتي تتطلب التفكير المتأنى قبل الإجابة عنها. • تدريب الطلاب المعلمين على أداء دورهم ومسؤولياتهم كمعلمين في المستقبل. • تدريب الطلاب المعلمين على توقع المشكلات من قبل الطلاب خلال فترة التدريب الميداني، وتحديد الأساليب والاستراتيجيات التي تسهم في حلها. • تحفيز الطلاب المعلمين على الإستزادة من المعارف والمعلومات الفلسفية من مصادر متنوعة.

(٦) صدق البرنامج:

للتأكد من صدق البناء النظرى والعملى للبرنامج، ومدى تحقيق الأنشطة والتدريبات المتضمنة للهدف العام للبرنامج، والأهداف الإجرائية، تم عرض البرنامج على مجموعة من المحكمين المتخصصين فى مجال المناهج وطرق التدريس، وتم إجراء التعديلات وفقاً لآرائهم وتم صياغة البرنامج فى صورته النهائية.

ثالثاً : أداتا البحث :

(١) مقياس اليقظة العقلية : إعداد الباحثة.

فى ضوء إطلاع الباحثة على عدد من مقاييس اليقظة العقلية ، والتي اختلفت فيما بينها حول تحديد أبعاد اليقظة العقلية، مثل : مقياس (تورنتو) لليقظة العقلية ، والذي قام بإعداده ليو وببشوب وآخرون (Lau MA,Bishop SR,2006) ، و يتكون من (٣) مجالات (أبعاد) لليقظة العقلية هى : (الإنباه- اليقظة -الوعى العقلى)، والذي ترجمه إلى العربية رياض العاسمى (الراشد، ٢٠١١، ص ١) ، ومقياس كينتاكى لمهارات اليقظة العقلية ، والذي أعده بير وآخرون (Bear,Smith&Allen,2006) ، و يتألف من خمسة أبعاد لليقظة العقلية هى : (الملاحظة- الوصف-التفاعل الواعى- عدم الحكم وتقييم الخبرة، عدم التفاعل مع الخبرة الداخلية) ومقياس فيلاديفيا لليقظة الذهنية، والذي أعده كارديكتو (Cardaciottto , etal,2008) ، ومقياس ايرسمان و رومير (ERisman&Roener,2012)، قامت الباحثة بتطوير مقياس فى اليقظة العقلية ، ليشتمل على (٣) أبعاد لليقظة العقلية هى (الإنباه- الوعى بوجهات النظر المتعددة-التمييز اليقظ)، وهكذا تم الإجابة عن السؤال الأول من تساؤلات البحث ، وقد تضمن المقياس (٣٨) عبارة، أمام كل عبارة خمسة بدائل يختار منها الطالب المعلم الإستجابة التى تتفق مع سلوكه، وهى (تنطبق على دائماً- تنطبق على غالباً- تنطبق على أحياناً- تنطبق على نادراً- لا تنطبق أبداً)، وقد وضعت لهذه الإستجابات أوزان نسبية متدرجة هى (١،٢،٣،٤،٥) على الترتيب للعبارة الإيجابية، والعبارة السلبية تأخذ أوزان متدرجة هى (٥،٤،٣،٢،١) .

أ- صدق المقياس:

- صدق المحكمين (الصدق المنطقي):

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس التربوي ، والمناهج وطرق التدريس(٥ محكمين) بهدف التأكد من صدق محتواه، ومدى ارتباط كل عبارة بالبعد الذي تنتمي إليه، وأيضاً من ناحية الصياغة اللغوية، وقد أبدى بعض المحكمين عدة ملاحظات ارتبطت في معظمها بارتباط العبارات بالبعد الذي تنتمي إليه ، وبعضها الآخر بحذف أو تعديل بعض العبارات الأخرى، وتم التعديل في ضوء تلك الملاحظات، وأصبح المقياس في صورته النهائية.

ب- ثبات المقياس:

تم حساب معامل ثبات المقياس بطريقة الاتساق الداخلي، وذلك بحساب معامل ألفا كرونباخ، حيث بلغت قيمته ٠,٨٣ للمقياس ككل ، و ٠,٨١ لبعد الإنتباه، و ٠,٨٤ لبعد الوعي بوجهات النظر المتعددة، و ٠,٨٣ لبعد التمييز اليقظ، والجدول التالي يوضح معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس الثلاثة.

جدول (٢)

معاملات كرونباخ لأبعاد مقياس اليقظة العقلية

م	أبعاد اليقظة العقلية	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
١-	الإنتباه	١٥	٠,٨١
٢-	الوعي بوجهات النظر المتعددة.	١٢	٠,٨٤
٣-	التمييز اليقظ.	١١	٠,٨٣

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات ألفا كرونباخ تعد قيماً مقبولة، مما يشير إلى

ثبات مفردات المقياس، وصلاحيته للتطبيق على العينة المحددة.

- طريقة إعادة تطبيق المقياس : Test.Retest:

تم تطبيق المقياس ، وإعادة تطبيقه على العينة الاستطلاعية(٢٥) طالباً وطالبة، وبفارق زمني قدره (خمسة عشر يوماً)، واستخدم معامل ارتباط برسون لإيجاد الارتباط بين الدرجات في التطبيقين، حيث بلغ ٠,٨٦ للمقياس ككل ، و ٠,٨٤ لبعد الإنتباه، و ٠,٨١ لبعد الوعي بوجهات النظر المتعددة، و ٠,٨٧ لبعد التمييز اليقظ .

٢) مقياس التفكير القائم على الحكمة، مقياس براون (Brown&Green,2006) :
والذي قام بترجمته وتقنيته على البيئة العربية (علاء أيوب ، ٢٠١٢)، وقد حصلت
الباحثة على هذا المقياس من دراسة (قصى عجاج، ٢٠١٧ ، ٥١١) ، ويتكون المقياس من
(٦٤) عبارة ، وكل عبارة أمامها (٥) بدائل ، وهي : (أوافق بدرجة كبيرة جداً (٥ درجات) ،
وأوافق بدرجة كبيرة (٤ درجات) ، إلى حد ما (٣ درجات) ، ولا أوافق بدرجة كبيرة جداً
(درجتين) ، و لا أوافق على الإطلاق (درجة واحدة)) ، وهذه العبارات موزعة على (٨) أبعاد
هي : (المعرفة الذاتية ، وتقيسها (٤) عبارات، وإدارة الإنفعالات، وتقيسها (٥) عبارات ،
والإيثار ، وتقيسه (١٢) عبارة ، والمشاركة الملهمة ، وتقيسها(١٠) عبارات ، وإصدار
الأحكام ، وتقيسه(٧) عبارات، ومعرفة الحياة ، وتقيسها (١١) عبارة، ومهارات الحياة ،
وتقيسها (١٠) عبارات ، والرغبة في التعلم ، وتقيسها (٥) عبارات .

وتشير عدد من الدراسات إلى تمتع المقياس بخصائص قياسية جيدة ، مما يجعله ملائماً
للتطبيق في الدراسة الحالية وهذه الدراسات مثل :دراسة (Brown&Green,2006)،
ودراسة (فهد، ٢٠١٦) ، ودراسة (الذيابي، ٢٠١٧).
أ- صدق المقياس :

تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في
مجال المناهج وطرق التدريس ، وعلم النفس التربوي، للإدلاء بآرائهم وملاحظاتهم، وتقدير
مدى صلاحيته لما أعد لقياسه، وبناء على آراء المحكمين تم الإتفاق على قبول عبارات
المقياس البالغة (٦٤) عبارة ، بعد إجراء التعديلات في صياغة العبارات بما يتلاءم مع
مستوى الطلاب المعلمين بشعبة الفلسفة والإجتماع، بكلية التربية - جامعة حلوان، إذ كان
المقياس في صورته الأصلية موجه للطلاب الموهوبين في المرحلة الثانوية، وقد حصلت
عبارات المقياس على نسبة إتفاق جيدة، وهي موافقة (٨٤%) فأكثر ، والجدول التالي يوضح
ذلك.

جدول (٣)
النسب المئوية لآراء المحكمين (الموافقين وغير الموافقين) على صلاحية عبارات مقياس التفكير
القائم على الحكمة وفقاً لأبعاده

النسبة المئوية	آراء المحكمين		عدد العبارات	أرقام العبارات	البعد	م
	غير الموافقين	الموافقون				
٨٧,٥%	١	٧	٤	٤,٣,٢,١	المعرفة الذاتية	-١
١٠٠%	-	٨	٥	٩,٨,٧,٦,٥	إدارة الإنفعالات	-٢
١٠٠%	-	٨	٩	١٣,١٢,١٠,١٤,١٥,١٧,١٩,٢٠	الإيثار.	-٣
٧٥%	٢	٦	٣	٢١,١٦,١١		
٨٧,٥%	١	٧	٦	٢٤,٢٣,٢٢,٢٥,٢٩,٣١	المشاركة الملهمة.	-٤
١٠٠%	-	٨	٤	٢٨,٢٧,٢٦,٣٠		
١٠٠%	-	٨	٧	٣٤,٣٣,٣٢,٣٥,٣٦,٣٧,٣٨	إصدار الأحكام	-٥
٨٧,٥%	١	٧	٧	٤٣,٤١,٤٠,٤٥,٤٦,٤٧,٤٨	معرفة الحياة.	-٦
١٠٠%	-	٨	٣	٤٤,٤٢,٣٩		
١٠٠%	-	٨	٨	٥٤,٥١,٥٠,٥٥,٥٦,٥٧,٥٨,٥٩	مهارات الحياة.	-٧
٧٥%	٢	٦	٢	٥٣,٥٢		
١٠٠%	-	٨	٤	٦١,٦٣,٦٠,٦٤	الإستعداد للتعلم	-٨
١٠٠%	-	٨	١	٦٢		

هذا وقد جاءت ملاحظات السادة المحكمين على النحو التالي :

- استبدال كلمة " إلتزاماتي" بكلمة " واجباتي" فى العبارة (٥٨).
- استبدال كلمة (افهم) ، بكلمة (استنتج) فى العبارة رقم (٣٦).
- حذف الضمير (أنا) من العبارات (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٢٢ ، ٣٢ ، ٣٣ ، ٣٨ ، ٦٠) ، واستبدالها بكلمة (لى) مع تغيير الصياغة الملائمة لذلك.
- تعديل صياغة بدائل الاستجابات لتكون على النحو التالى : (تنطبق علىّ بدرجة كبيرة جداً، تنطبق علىّ بدرجة كبيرة ، تنطبق علىّ بدرجة متوسطة ، تنطبق علىّ بدرجة قليلة، لا تنطبق علىّ).

ب- ثبات المقياس :

تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتين هما :

- طريقة إعادة تطبيق المقياس: Retest Method

حيث تم تطبيق المقياس على عينة التجربة الإستطلاعية (٢٠) طالباً وطالبة، وأعيد تطبيق المقياس مرة أخرى على نفس العينة بفارق زمنى (١٥) يوماً، وبعد الإنتهاء من التطبيقين تم حساب ثبات المقياس عن طريق حساب درجات أفراد العينة فى التطبيقين الأول والثانى، واستخراج معامل ارتباط برسون بين درجات التطبيقين، وجاءت قيمة معامل الثبات كما هو موضح فى الجدول التالى :

جدول (٤)

قيم معاملات الثبات لمقياس التفكير القائم على الحكمة وفق طريقة إعادة الإختبار

م	البعد	قيمة معامل الثبات
١-	المعرفة الذاتية.	٠,٨٨
٢-	إدارة الإنفعالات	٠,٧٩
٣-	الإيثار.	٠,٨٣
٤-	المشاركة الملهمة.	٠,٨٩
٥-	إصدار الأحكام.	٠,٨٦
٦-	معرفة الحياة.	٠,٨٤
٧-	مهارات الحياة.	٠,٨٤
٨-	الإستعداد للتعلم.	٠,٨٩

- استخدام معامل ألفا كرونباخ Alpha Cronbach:

تم حساب معامل ثبات المقياس بطريقة الإتساق الداخلى، وذلك بحساب معامل ألفا كرونباخ، حيث جاءت معاملات الثبات لأبعاد مقياس التفكير القائم على الحكمة على النحو التالى:

جدول (٥)

قيم معاملات الثبات لمقياس التفكير القائم على الحكمة وفق معادلة كرونباخ

م	البعد	قيمة معامل الثبات
١-	المعرفة الذاتية.	٠,٨٣
٢-	إدارة الإنفعالات	٠,٨١
٣-	الإيثار.	٠,٨٠
٤-	المشاركة الملهمة.	٠,٧٨
٥-	إصدار الأحكام.	٠,٨٥
٦-	معرفة الحياة.	٠,٨٣
٧-	مهارات الحياة.	٠,٨٢
٨-	الإستعداد للتعلم.	٠,٨٦

بذلك تعد قيمة معامل الثبات لمقياس التفكير القائم على الحكمة وفق طريقتى إعادة تطبيق الاختبار ، ومعادلة ألفا كرونباخ مقبولة.

ج- زمن المقياس:

يهدف التعرف على الزمن المناسب للإجابة على المقياس ، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (٢٠) طالباً وطالبة، بالفرقة الثالثة، شعبة الفلسفة والإجتماع، بكلية التربية- جامعة حلوان، وذلك بحساب مجموع الأزمنة التى استغرقها الطلاب فى أداء المقياس (١٥٩٤) دقيقة، ثم قسمتها على مجموعهم (٢٠) طالباً وطالبة، فكان المتوسط (٧٩,٧) دقيقة، أى أن متوسط الزمن الذى اعتبرته الباحثة هو الزمن الحقيقى، والمناسب لأداء المقياس على العينة الأساسية هو (٨٠) دقيقة تقريباً.

د- طريقة تصحيح المقياس :

- يتضمن المقياس (٦٤) عبارة موزعة على (٨) أبعاد، أمام كل عبارة (٥) بدائل، وهى : (تنطبق علىّ بدرجة كبيرة جداً، تنطبق علىّ بدرجة كبيرة، تنطبق علىّ بدرجة متوسطة، تنطبق علىّ بدرجة قليلة، لا تنطبق علىّ)، وتأخذ البدائل الدرجات التالية على التوالى (٥، ٤، ٣، ٢، ١) ، وبذلك يكون تصحيح المقياس كما هو موضح فى الجدول التالى :

جدول (٦)

تصحيح مقياس التفكير القائم على الحكمة حسب أبعاده

م	البعد	أعلى درجة	أقل درجة
١-	المعرفة الذاتية.	٢٠	٤
٢-	إدارة الإنفعالات	٢٥	٥
٣-	الإيثار.	٦٠	١٢
٤-	المشاركة الملهمة.	٥٠	١٠
٥-	إصدار الأحكام.	٣٥	٧
٦-	معرفة الحياة.	٥٥	١١
٧-	مهارات الحياة.	٥٠	١٠
٨-	الإستعداد للتعلم.	٢٥	٥
	المقياس ككل	٣٢٠	٦٤

رابعاً : الدراسة الميدانية : وتتضمن:

١- اختيار عينة البحث:

تكونت عينة البحث من (٧٠) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة - شعبة الفلسفة والإجتماع ، بكلية التربية ، جامعة حلوان، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين ، ضابطة ، بواقع (٣٥) طالباً وطالبة في كل مجموعة، وقد تم إختيار العينة بطريقة عشوائية، وقد كان عدد الطلاب في البداية (٣٧) طالباً في كل مجموعة، وقد تم استبعاد (٤) طلاب من المجموعتين نظراً للغياب المتكرر وعدم الانتظام في حضور حلقات البرنامج ، ليصبح عدد الطلاب في كل مجموعة (٣٥) طالباً وطالبة في كل مجموعة.

٢- التطبيق القبلي لأداتى البحث :

تم تطبيق مقياس اليقظة العقلية ، ومقياس التفكير القائم على الحكمة قبلياً على عينة البحث الأساسية كمرحلة أولى ، وذلك في الأسبوع الأول من الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠١٩-٢٠٢٠م.

٣- تطبيق البرنامج:

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج أثناء الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي الجامعي ٢٠١٩- ٢٠٢٠م على طلاب المجموعة التجريبية فقط ، وذلك من خلال تنسيق مواعيد جلسات البرنامج بقاعات الدراسة بكلية التربية - جامعة حلوان مع مكتب سير الدراسة، وذلك لمدة شهر خلال يومى الإثنين والأربعاء من كل أسبوع ، ابتداءً من يوم الأربعاء الموافق ١٢/٢/٢٠٢٠ م ، لينتهى يوم الإثنين ٩/٣/٢٠٢٠ م.

٤- التطبيق البعدى لأداتى البحث:

تم تطبيق أداتي البحث بعدياً - بعد الإنتهاء من تنفيذ البرنامج- خلال يومى الأربعاء الموافق ٢٠٢٠/٣/١١ م ، وذلك بحضور الباحثة، حيث قامت بعدها بتصحيح المقياسين في ضوء مفاتيح التصحيح المعدة لذلك، وتجهيز الدرجات الخام تمهيداً للتحليل الإحصائى لها، ورصد النتائج وتفسيرها فى ضوء فروض البحث. خامساً : رصد النتائج وتحليلها وتفسيرها.

١) النتائج المتعلقة بالفرض الأول والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة فى أبعاد مقياس اليقظة العقلية بصفة عامة، وكل بعد على حدة، وذلك لصالح المجموعة التجريبية." وإختبار صحة هذا الفرض تم استخدام إختبار (T.Test) لقياس دلالة الفروق بين المتوسطات، وجدول (٧) يتضمن البيانات الأساسية التى تم التوصل إليها.

جدول(٧)

قيمة "ت" بين متوسطى درجات طلاب المجموعتين (الضابطة والتجريبية) فى التطبيق البعدى لمقياس اليقظة العقلية

م	البعد	المجموعة	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعيارى	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
١	الإنتباه	الضابطة	١٢,٤٣	١,٩٢	٥,٥	٠,٠١
		التجريبية	١٤,٧٨	١,٥٧		
٢	الوعى بوجهات النظر المتعددة	الضابطة	١٠,٣٢	٢,١٨	٧,٤٧	٠,٠١
		التجريبية	١٣,٧٥	١,٥٥		
٣	التمييز اليقظ	الضابطة	٩,٨٣	١,٥٣	٨,٢	٠,٠١
		التجريبية	١٢,٧٤	١,٣٧		
	الدرجة الكلية	الضابطة	٣٢,٥٨	٣,٨٣	٨,٧٦	٠,٠١
		التجريبية	٤١,٢٧	٤,٣٣		

فى ضوء ما سبق يتضح إبتفاع قيمة الأوساط الحسابية لدرجات المجموعة التجريبية فى كل بعد من أبعاد المقياس ، فقد بلغ (١٤,٧٨) لبعد الإنتباه، و(١٣,٧٥) لبعد الوعى بوجهات النظر المتعددة، و(١٢,٧٤) لبعد التمييز اليقظ ، و(٤١,٢٧) للدرجة الكلية للمقياس، وبإستقراء قيمة "ت" تبين أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطى درجات طلاب المجموعتين الضابطة والتجريبية فى أبعاد اليقظة العقلية (الإنتباه- الوعى بوجهات النظر المتعددة، التمييز اليقظ) بصفة عامة، وكل بعد على حدة، وذلك لصالح طلاب المجموعة التجريبية، مما يشير إلى قبول الفرض الأول، والإجابة

عن السؤال الثالث من أسئلة البحث ، وهو: ما فاعلية البرنامج الإثرائي المقترح في تنمية اليقظة العقلية لدى الطالب معلم الفلسفة، بكلية التربية- جامعة حلوان ؟

٢) النتائج المتعلقة بالفرض الثاني والذي ينص على : "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيق القبلى والبعدى لمقياس اليقظة العقلية بصفة عامة ، ولكل بعد على حد، وذلك لصالح التطبيق البعدى".

ولإختبار صحة هذا الفرض تم استخدام إختبار (T.Test) لقياس دلالة الفروق بين المتوسطات، وجدول (٨) يتضمن البيانات الأساسية التى تم التوصل إليها.

جدول(٨)

قيمة "ت" بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيقين القبلى والبعدى لمقياس اليقظة العقلية

م	البعد	المجموعة	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
١	الإنتباه	قبلى	١٢,٧٦	١,٨٦	٤,٩	٠,٠١
		بعدى	١٤,٧٨	١,٥٢		
٢	الوعى بوجهات النظر المتعددة	قبلى	١١,٦٤	١,٩٦	٥,٧	٠,٠١
		بعدى	١٣,٧٥	١,٤٣		
٣	التمييز اليقظ	قبلى	١٠,٦٦	١,٣٣	٦,٧	٠,٠١
		بعدى	١٢,٧٤	١,٢٢		
	الدرجة الكلية	قبلى	٣٥,٠٦	٣,٤١	٦,٧	٠,٠١
		بعدى	٤١,٢٧	٤,١٨		

تشير النتائج السابق ذكرها فى الجدول السابق إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيقين القبلى والبعدى على كل بعد من أبعاد المقياس على حده، وكذلك على الدرجة الكلية للمقياس، حيث بلغ المتوسط الحسابى لبعد الإنتباه (١٤,٨٠) ، و(١٣,٩٨) لبعد الوعى بوجهات النظر المتعددة، و(١٢,٩٣) لبعد التمييز اليقظ ، و(٤١,٧١) للمقياس ككل، وهذا يشير إلى قبول الفرض الثانى، وكذلك يشير إلى أن للبرنامج الإثرائى أثراً إيجابياً على تحسين اليقظة العقلية لدى طلاب شعبة الفلسفة والإجتماع، بكلية التربية، جامعة حلوان المشاركين فى البرنامج.

٣) النتائج المتعلقة بالفرض الثالث، والذي ينص على "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة فى أبعاد مقياس التفكير

القائم على الحكمة الثمانية بصفة عامة، وكل بعد على حدة، وذلك لصالح المجموعة التجريبية".

ولإختبار صحة هذا الفرض تم استخدام إختبار (T.Test) لقياس دلالة الفروق بين المتوسطات، وجدول (٩) يتضمن البيانات الأساسية التي تم التوصل إليها.

جدول (٩)

قيمة "ت" بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس التفكير القائم على الحكمة

م	البعد	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
١-	المعرفة الذاتية.	الضابطة	٢٨,٧٦	٢,٩٨	٥,٩٤	٠,٠١
		التجريبية	٣٢,٩٤	٢,٨٢		
٢-	إدارة الإنفعالات.	الضابطة	٢٥,٨٨	٢,٨٦	٥,٦	٠,٠١
		التجريبية	٢٩,٦٦	٢,٦٧		
٣-	الإيثار.	الضابطة	٢٨,٩٣	٣,١١	٣,٤٦	٠,٠١
		التجريبية	٣١,٤٨	٢,٩٦		
٤-	المشاركة الملهمة.	الضابطة	٣٠,٥٩	٢,٧٨	٦,٣	٠,٠١
		التجريبية	٣٤,٩٢	٢,٦٤		
٥-	إصدار الأحكام.	الضابطة	٣١,٢٣	٣,١٥	٣,٥	٠,٠١
		التجريبية	٣٣,٨٣	٢,٩٤		
٦-	معرفة الحياة.	الضابطة	٣٤,٦١	٤,٣١	٣,٤٩	٠,٠١
		التجريبية	٣٨,١٣	٣,٩٨		
٧-	مهارات الحياة.	الضابطة	٣٣,١٨	٤,٦١	٤,٣	٠,٠١
		التجريبية	٣٧,٨٤	٤,٣٢		
٨-	الإستعداد للتعلم.	الضابطة	٢٧,٦٥	٤,٩٦	٢,٩	٠,٠١
		التجريبية	٣١,١٢	٤,٧٣		
	الدرجة الكلية	الضابطة	٢٤٠,٨٣	٥,٦٢	٢١,٤	٠,٠١
		التجريبية	٢٦٩,٩٢	٥,٥٨		

في ضوء ما سبق يتضح إرتفاع قيمة الأوساط الحسابية لدرجات المجموعة التجريبية، في كل بعد من أبعاد المقياس على حده، وفي الدرجة الكلية للمقياس بصفة عامة، وذلك مقارنة بالأوساط الحسابية لدرجات المجموعة الضابطة، حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي لبعد المعرفة الذاتية (٣٢,٩٤)، وبإدارة الإنفعالات (٢٩,٦٦)، وبإصدار الأحكام (٣٣,٨٣)، وبمشاركة الملهمة (٣٤,٩٢)، وبمعرفة الحياة (٣٨,١٣)، وبمهارات الحياة (٣٧,٨٤)، وبالإستعداد للتعلم (٣١,١٢)،

وللدرجة الكلية للمقياس (٢٦٩,٩٢) ، وذلك لصالح المجموعة التجريبية، مما يشير إلى قبول الفرض الثالث، والإجابة عن السؤال الرابع من تساؤلات البحث وهو : ما فاعلية البرنامج الإثرائي المقترح في تنمية التفكير القائم على الحكمة لدى الطالب معلم الفلسفة، بكلية التربية- جامعة حلوان ؟

٤) النتائج المتعلقة بالفرض الرابع ، والذي ينص على : " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيق القبلى والبعدى لمقياس التفكير القائم على الحكمة بصفة عامة ، ولكل بعد على حدة ، وذلك لصالح التطبيق البعدى." وإختبار صحة هذا الفرض تم استخدام إختبار (T.Test) لقياس دلالة الفروق بين المتوسطات، وجدول رقم (١٠) يتضمن البيانات الأساسية التى تم التوصل إليها.

جدول رقم (١٠)

قيمة "ت" بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيقين القبلى والبعدى لمقياس التفكير القائم على الحكمة

م	البعد	المجموعة	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
١-	المعرفة الذاتية.	قبلى	٢٩,١٤	٢,٣٨	٦,٩	٠,٠١
		بعدى	٣٢,٩٤	٢,١٦		
٢-	إدارة الإنفعالات.	قبلى	٢٦,١٨	١,٩٣	٨,٧	٠,٠١
		بعدى	٢٩,٦٦	١,٦١		
٣-	الإيثار.	قبلى	٢٨,٩٤	١,٩٤	٥,٥	٠,٠١
		بعدى	٣١,٤٨	١,٨٦		
٤-	المشاركة المهمة.	قبلى	٣٢,١٦	١,٨٩	٦,٢	٠,٠١
		بعدى	٣٤,٩٢	١,٧٧		
٥-	إصدار الأحكام.	قبلى	٢٨,٧٨	١,٥٤	١٣,٨	٠,٠١
		بعدى	٣٣,٨٣	١,٤٦		
٦-	معرفة الحياة.	قبلى	٣٥,٧٤	٣,٤٤	٢,٩	٠,٠١
		بعدى	٣٨,١٣	٣,٢٨		
٧-	مهارات الحياة.	قبلى	٣٥,٢٤	٣,٣٦	٣,٣	٠,٠١
		بعدى	٣٧,٨٤	٣,١٣		
٨-	الإستعداد للتعلم.	قبلى	٢٨,٩٣	٢,٨٤	٣,٢	٠,٠١
		بعدى	٣١,١٢	٢,٧٨		
	الدرجة الكلية	قبلى	٢٤٥,١١	٥,٦٩	١٨,١٦	٠,٠١
		بعدى	٢٦٩,٩٢	٥,٥٨		

تشير النتائج في الجدول السابق إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي على كل بعد من أبعاد المقياس على حدة، وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس، حيث بلغ المتوسط الحسابي لبعد المعرفة الذاتية (٣٢,٩٨)، ولبعد إدارة الإنفعالات (٢٩,٩١) ، ولبعد الإيثار (٣١,٥٦) ، ولبعد المشاركة الملهمة (٣٤,٩٩) ، ولبعد إصدار الأحكام (٣٣,٨٦) ، ولبعد معرفة الحياة (٣٨,١٩) ، ولبعد مهارات الحياة (٣٧,٩٨) ، ولبعد الاستعداد للتعلم (٣١,١٢)، وللدرجة الكلية للمقياس (٢٧٠,٥٩)، وهذا يشير إلى قبول الفرض الرابع، وكذلك يشير إلى أن للبرنامج الإثرائي أثراً إيجابياً على تحسين مستوى التفكير القائم على الحكمة لدى طلاب شعبة الفلسفة والإجتماع، بكلية التربية ، جامعة حلوان المشاركين في البرنامج.

٥) النتائج المتعلقة بالفرض الخامس والذي ينص على : " توجد علاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب المعلمين (المجموعة التجريبية) في التطبيق البعدي لمقياس اليقظة العقلية ، ودرجاتهم على مقياس التفكير القائم على الحكمة.

ولإختبار صحة الفرض السابق تم حساب معامل الإرتباط في المعالجة الإحصائية بين المتغيرين، وكانت قيمة "ر" المحسوبة تساوى ٠,٢٨ ، وهذه القيمة تدل على وجود إرتباط موجب بين درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس اليقظة العقلية، ودرجاتهم على مقياس التفكير القائم على الحكمة، ولكن ليست له دلالة إحصائية، حيث أن قيمة "ر" المحسوبة أقل من قيمة "ر" الجدولية لمستوى (٠,٠٥)، والتي تساوى ٠,٣٦ ، ولمستوى (٠,٠١) ، والتي تساوى ٠,٥٧، وهذا يؤدي إلى قبول الفرض الخامس، كما أنه يجيب عن السؤال الخامس من تساؤلات البحث وهو : ما العلاقة الارتباطية بين درجات الطلاب المعلمين في مقياس اليقظة العقلية، ودرجاتهم في مقياس التفكير القائم على الحكمة، في التطبيق البعدي لأداتى البحث؟

ملخص عام لنتائج البحث وتفسيرها:

- هناك فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة في أبعاد مقياس اليقظة العقلية بصفة عامة، وكل بعد على حدة، وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

- هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيق القبلى والبعدى لمقياس اليقظة العقلية بصفة عامة ، ولكل بعد على حد، وذلك لصالح التطبيق البعدى.
- هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة فى أبعاد مقياس التفكير القائم على الحكمة الثمانية بصفة عامة، وكل بعد على حدة، وذلك لصالح المجموعة التجريبية.
- هناك فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية فى التطبيق القبلى والبعدى لمقياس التفكير القائم على الحكمة بصفة عامة ، ولكل بعد على حدة ، وذلك لصالح التطبيق البعدى.
- هناك علاقة إرتباطية بين إنماء اليقظة العقلية لدى طلاب المجموعة التجريبية، وتنمية التفكير القائم على الحكمة لديهم.

وتشير النتائج السابق عرضها إلى مجموعة من الحقائق يمكن أن نوجزها فيما يلى:

- ✓ إن طلاب المجموعة التجريبية المشاركين فى البرنامج الإثرائي المقترح قد حققوا نمواً فى أبعاد اليقظة العقلية الثلاثة (الانتباه- الوعى بوجهات النظر المتعددة- التمييز اليقظ)، وكذلك فى أبعاد التفكير القائم على الحكمة الثمانية(المعرفة الذاتية - إدارة الإنفعالات- الإيثار- المشاركة المهمة- إصدار الأحكام- معرفة الأحكام- معرفة الحياة- مهارات الحياة- الإستعداد للتعلم) ، بمعدلات أعلى مما حققه زملائهم من طلاب المجموعة الضابطة ، وتعزو الباحثة ذلك إلى أن مواجهة الطالب المعلم واقحامه فى مواقف اشكالية ، وقضايا جدلية حفز لديه الإنتباه، والتفكير بعمق فى تفاصيل الموقف، مما أدى إلى تنمية اليقظة العقلية لديه، والتي ينبغى توظيفها بشكل أثر فاعلية فى عملية التعلم، حيث أن اليقظة العقلية من المفاهيم التى يمكن تنميتها والتدريب عليها، وهذا ما أكدته عدد من البحوث والدراسات السابقة مثل : بحث ويليامز وآخرون (Williams,et all,2008)،، وبحث (الأخرس،٢٠١٦)، وبحث (الفرحاني،٢٠١٧)، وبحث (الشلوى، ٢٠١٨).

- ✓ وبمعنى آخر قد أسفرت نتائج الدراسة الحالية عن تحقق جميع فروض البحث، وأظهرت النتائج فعالية البرنامج الإثرائي المقترح فى نمو اليقظة العقلية ، والتفكير القائم على الحكمة لدى الطلاب المعلمين المشاركين فى البرنامج ، بشعبة الفلسفة والإجتماع، الفرقة الثالثة،

كلية التربية، جامعة حلوان. كما تؤكد النتائج على العلاقة الإيجابية بين أنماط اليقظة العقلية، وإنماء التفكير القائم على الحكمة.

✓ وتفسر هذه النتائج ، بأنه نظراً لأن البحث الحالي قد اعتمد على تصميم وتطبيق برنامج إثرائي قائم على الفلسفة الواقعية، والتي اعتمدت على تجسيد الواقع وشواهد وقضاياه، ومعايشة المتعلمين لتفصيلاته بدرجة من الإلتباه واليقظة والوعي العقلي للحظات الآتية، من أجل إدراك الروابط بين الخبرات سواء على المستوى الشخصي أو على مستوى الأفراد، كل هذا من شأنه إعطاء الطالب المعلم مجالاً للتفكير المتأنى والتدبر عند عملية إتخاذ القرار ،أو الإختيار من بين الحلول المفترضة للمشكلات الحياتية أو التعليمية. كما أن البرنامج قد ساعد الطلاب المعلمين من خلال الأنشطة والتدريبات التي تضمنها على استغراق الوقت الكاف للنظر إلى إيجابيات وسلبيات القرار الناجم عن التفكير الحكيم، والوصول إلى قناعة بأن الفكرة الأولى التي تتبادر إلى ذهن الفرد ليست بالضرورة هي الصحيحة، وأنه مع التركيز و التأنى يمكن أن تتأتى أفكاراً أكثر صحة ومنطقية.

✓ تتفق نتائج البحث الحالي مع ما توصلت إليه نتائج عدد من البحوث والدراسات السابقة ، والتي أكدت على إمكانية تطور (تنمية) التفكير القائم على الحكمة، وتأثره وتأثيره على عدد من العوامل أو المتغيرات الأخرى ، مثل: بحث براون (Brown,2004) ، ودراسة (علاء أيوب،2012)، وبحث (أيوب، وأسامة، 2013) ، وبحث (الشريفة ، وآخرون، 2013) ، وبحث كاس (Case,2013) ، وبحث (العاسمي، 2015)، وبحث بارون، (Barone,2013) .

✓ كما تفسر النتائج بأن اليقظة العقلية تتطلب الإلتباه والوعي بأحداث الواقع وتفصيلاته، وهذا ما قام عليه البرنامج الإثرائي القائم على الفلسفة الواقعية، وأكدته نتائج بعض البحوث والدراسات السابقة مثل : بحث (الطوطو، 2018) ، والذي أثبت علاقة إيجابية بين اليقظة العقلية ، والتفكير التأملى، فإذا ما واجه المتعلم موقف مشكل يصبح عقله نشطاً، وتتشكل لديه الرغبة فى تحقيق هدف محدد، ويصبح أكثر قدرة على توجيه حياته، وأقل انسياقاً للآخرين.

✓ يتضح مما سبق أن لليقظة العقلية تأثير على جوانب أخرى من شخصية الفرد، وأن هناك ارتباط بين اليقظة العقلية، والتفكير القائم على الحكمة، وهذا يثبت العلاقة التبادلية بين

هذين المتغيرين، مما يدل على أنه كلما إزدادت اليقظة العقلية زاد مستوى التفكير القائم على الحكمة، وهكذا فإن التدريب على اليقظة العقلية يعمل على تحسين قدرة الفرد على التفكير الحكيم، وتتفق هذه النتائج مع بحث(الشلوى، ٢٠١٨) ، والتي أثبتت وجود علاقة بين اليقظة العقلية والكفاءة الذاتية، وبحث (الأخرس، ٢٠١٦)، والذي أثبت تأثير اليقظة الذهنية فى خفض أعراض الوهن النفسى، وبحث(الطوطو، ٢٠١٨) ، والتي أثبتت أن اليقظة العقلية تتطلب الإلتباه والوعى بأحداث الواقع.

سادساً : التوصيات والبحوث المقترحة:

- ١) إعداد ورش عمل ودورات تدريبية للتعريف باليقظة العقلية ، وكيفية التدريب عليها، وأهميتها فى العملية التعليمية.
- ٢) إعداد برامج تدريبية قائمة على مبادئ اليقظة العقلية فى الجامعات موجهة للطلاب ، وأعضاء هيئة التدريس بهدف رفع كفاءة العمل الأكاديمى ، والإرشادى فى الجامعات.
- ٣) الإهتمام بالأنشطة والتكليفات التى تسهم فى تنمية اليقظة العقلية داخل الجامعة وخارجها.
- ٤) توجيه أنظار مخططى المناهج والبرامج الجامعية بتضمين مهارات التفكير القائم على الحكمة ضمن مقررات البرنامج التعليمى.
- ٥) توجيه أنظار القائمين على العملية التعليمية بالجامعات إلى تصميم بيئات تعلم تفاعلية حافزة لنشاط المتعلم ومشاركته فى الموقف التعليمى من خلال البحث عن المعلومات، وتحليلها وتجريبها وتطبيقها على الحياة العملية.
- ٦) تشجيع الطلاب على مناقشة المشكلات والقضايا الخاصة والعامّة باستخدام التفكير القائم على الحوار والتفكير الجدلى.
- ٧) يجب أن تهيب الجامعات بيئات ميسرة لنمو علاقات جديدة، وتقديم الدعم من خلال التفاعلات، والندوات، وقد يكون ذلك من خلال عقد بروتوكولات تعاون بين الجامعة، وبين هيئات ومؤسسات إجتماعية، يمكن أن تمثل بيئات وواقع عملى لتطبيق المعارف والمهارات التى يكتسبها الطالب المعلم من البرنامج التعليمى الجامعى.

كما تقترح الباحثة إجراء البحوث التالية :

- ١) برنامج إثرائي مقترح في ضوء الفلسفة الواقعية لتنمية استراتيجيات مواجهة المشكلات لدى طلاب كلية التربية.
 - ٢) فاعلية برنامج تدريبي قائم على الحكمة لتنمية التفكير الأخلاقي لدى طلاب كلية التربية.
 - ٣) التفكير القائم على الحكمة وعلاقته بمهارات إدارة الإنفعالات.
 - ٤) اليقظة العقلية وعلاقتها بالمرونة العقلية لدى طلاب الجامعة .
 - ٥) تصميم برنامج إرشادي لتنمية اليقظة العقلية لدى طلاب الجامعة.
 - ٦) التفكير القائم على الحكمة وعلاقته بالسمات الشخصية لدى طلاب كلية التربية.
 - ٧) اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التنشئة الأسرية لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- خاتمة البحث :

استهدف البحث الحالي : بيان فاعلية برنامج مقترح في ضوء الفلسفة الواقعية لتنمية اليقظة العقلية ، والتفكير القائم على الحكمة لدى طلاب شعبة الفلسفة والاجتماع بكلية التربية جامعة حلوان.

وكان مبعث الاهتمام بهذا الموضوع هو تردى حالة الطلاب المعلمين بشعبة الفلسفة والاجتماع .. كلية التربية جامعة حلوان في ممارسة اليقظة العقلية ، والتفكير القائم على الحكمة من خلال دراساتهم ببرنامج إعدادهم بكلية التربية ، جامعة حلوان بما لا يتماشى مع طبيعة تخصصهم الأكاديمي وثيق الصلة بهذين المتغيرين . وقد يكون السبب في هذا القصور هو عدم تضمين البرنامج الحالي لمواقف وممارسات تسمح بممارسة متغيرات البحث، واعتمادها على الشق النظري لتخصصات وفروع الفلسفة المختلفة بعيداً عن الممارسات العملية لمهارات التفلسف ومضمونه .

وقد أثبتت نتائج البحث الحالي فاعلية البرنامج المقترح في تنمية اليقظة العقلية ، والتفكير القائم على الحكمة لدى طلاب شعبة الفلسفة والاجتماع بكلية التربية جامعة حلوان . ولازالت التوصية واجبة تجاه ضرورة تنمية أبعاد اليقظة العقلية والتفكير القائم على الحكمة لدى طلاب شعبة الفلسفة والاجتماع ، لوثيق الصلة بين هذين المتغيرين وطبيعة التخصص الأكاديمي لهم.

أولاً : المراجع العربية:

- القرآن الكريم.
- ابن سينا (١٩٨٠) ، عيون الحكمة.، بيروت - لبنان : دار القلم، الطبعة الثانية.
- ابن منظور(دت) ، لسان العرب، ج ٣
- أخرس ، نائل محمد عبد الرحمن (٢٠١٦). " أثر برنامج اليقظة الذهنية في خفض أعراض الوهن النفسى لدى عينة من جامعة الجوف." تم الاسترجاع من موقع " Int.J.Res.Edu,Psy.4,No.bh.October.2010,http//;Journals.uob.edu.bh
- الأصفهاني ، الراغب (دت) . المفردات في غريب القرآن - مادة حكم .
- الحجاج ، أحمد (٢٠١٤) . في فلسفة التربية نظرياً وتطبيقاً. عمان: دار المناهج للنشر والتوزيع ، ط١ .
- الخوالدة ، محمد (٢٠١٣) . فلسفات التربية التقليدية والحديثة والمعاصرة. عمان. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط١.
- الذيابي ، قصي عجاج سعود(٢٠١٧) . " التفكير القائم على الحكمة لدى طلاب الدراسات العليا في كلية التربية."، مجلة الأستاذ، ٠ مج الأول.(٢٢٤)
- الراشد ، غادة (٢٠١١) . مقياس تورنتو لليقظة العقلية المعرب من قبل رياض نائل العاسمي/ أكاديمية علم النفس، تم الاسترجاع من موقع <http://www.acofps.com/vb/showthread.php?t=7421>
- الشريدة، محمد خليفة ناصر (٢٠١٥). " مستوى التفكير ماوراء المعرفى والحكمة لدى عينة من طلاب الجامعة والعلاقة بينهما."، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، مج ١١ (٤ع).
- الشلوى، علي محمد (٢٠١٨) . " اليقظة العقلية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى عينة من طلاب كلية التربية بالدوادمي." مجلة البحث العلمي في التربية ، (١٩٤).
- الطوطو، رانية موفق(٢٠١٨) . " اليقظة العقلية وعلاقتها بالتفكير التأملى لدى طلاب جامعة دمشق." مجلة جامعة البعث، مج ٤ ، ع (٤).
- العاسمي، رياض نايل(٢٠١٥). دور التربية في تنمية الحكمة في المنهج المدرسى، مجلة نقد وتنوير ، (٣٤)، ديسمبر.
- العبيدي، عفراء خليل إبراهيم (٢٠١٥) . " الحكمة وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة بغداد" ، المجلة العربية لتطوير الموهبة، مج السادس، (١٠٤).
- العمر ، ناصر بن سليمان (١٤١٢هـ) . الحكمة.الرياض: دار الوطن للنشر، ط الأولى.

- الفرحاني ، محمود (٢٠١٧) . " فاعلية تدريب معلمى العلوم والرياضيات على التعليم الدامج للتفكير النشط فى سياق إجتماعى TASC وخرائط التفكير فى تنمية قدرات الاستدلال ، واليقظة العقلية ودافعية التعلم والمسؤولية المعرفية لإختبار TiMss " . المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية (٤٤).
- أيوب ، علاء (٢٠١٢). " أثر برنامج تدريبي لتنمية التفكير القائم على الحكمة فى تحسين استراتيجيات المواجهة لحل المشكلات الضاغطة لدى طلاب الجامعة . " المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٢(٧٧).
- أيوب ، علاء و إبراهيم ، أسامة (٢٠١٣). " تطور الحكمة لدى طلاب الجامعة بدول الخليج العربى(دراسة عبر ثقافية). "، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٣(٧٩).
- بياجيه ، جان (١٩٩٢) . علم النفس وفن التربية. ترجمة محمد بردوزى، الدار البيضاء، دار توبقال للنشر ، ط ٥ .
- زيدان ، محمد سعيد أحمد (١٩٩٨) .تعليم التفلسف دراسات نظرية ونماذج تطبيقية. القاهرة: سفير للإعلام والنشر، ط١ .
- زيدان ، محمد سعيد أحمد (٢٠٠٦) . القيم الفلسفية فى الأمثال الشعبية .. تقديم كمال نجيب الجندى.القاهرة، سفير للإعلام والنشر.. من التقديم.
- زيدان ، محمد سعيد أحمد (٢٠٠٦) . القيم الفلسفية فى الأمثال الشعبية. (مرجع سابق).
- زيدان ، محمد سعيد أحمد (٢٠١٠) . المقال الصحفى مدخل لتعليم التفلسف -مقالات حليم تادروس نموذجاً.القاهرة: سفير للإعلام والنشر، ط١
- سنارى ، هالة خير (٢٠١٧). " المرونة النفسية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية(دراسة تنبؤية). مجلة الإرشاد النفسى، جزء (١)، (٥٠ع) إبريل.
- شاهين ، هيام صابر (٢٠١٢)، "إسهام كل من الذكاء الإجتماعى وأحداث الحياة الضاغطة فى التنبؤ بالحكمة لدى معلمى مدارس التربية الفكرية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، مج ١٣(٣٤) ، سبتمبر .
- فهد ، عبد الرحمن ظاهر (٢٠١٦) . " التفكير القائم على الحكمة كمتنبىء بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى الموهوبين فى المرحلة الثانوية." رسالة ماجستير، قسم التربية الخاصة، جامعة الملك فيصل.
- مباشر، عبده (٢٠٠٥) . على شاطئء الفلسفة، القاهرة: الهيئة المصرية للكتاب.
- محجوب ، عباس (٢٠٠٤) . الحكمة والحوار علاقة تبادلية . الخرطوم.: المعمورة للنشر.

- يونس ، أسمهان عباس (٢٠١٥). "اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التعلم لدى طلاب المرحلة الإعدادية.". رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية، جامعة واسط.

- ثانياً المراجع الأجنبية:

- Albrecht,N.,Albrecht,P.&cohen,M.(2012) *mindfulness teaching in the classroom;Aliterature* review.Australian Journal of teacher education,37(12).
- Allen,N.B.,Blaskki,G.&Gullon,E.(2006) *Mindfulness based psychotherapies:areview of conceptual foundation*.Empirical evidence and practical considerations.the Australian and zealand Journal of Psychiatry,40(4).
- Baltes &Smith,(1990), *toward psychology of Wisdom*. -
- Barnhofer, T.,Crane,C.,Hargus,E.,Amrasinghe,M.,Winder,R.and Williames,J.M.G.(2009)*Mindfulness-based cognitive Therapy as atreatment for chronic depression:apreliminary study Behaviour Research and therapy*,47.
- Baron,c.el.(2013).late life Identity:An Examination of the relation between Wisdom and Ethics of care Enactments in late life,PHD,the George washington university,proquest Dissertations Publishing 3548102.
- Bear,R.A,Smith,G.T.,T,Hopkins,J,Krietemeyer,J.,&Tony,L.(2006)using self-Report assessment method to explore facets of mindfulness.assessment,Vol.(13).
- Brown&Green,(2006),*the Wisdom development scale,transating the can ceptual to con ccrete,Journal college stuent,development*.
- Brown,S.C.(2004).*learning across campus:how college facilitates the development of Wisdom.Journal of college students development*,45.
- Brown,P.(2011).*teaching mindfulness to individuals with schizophrenia unpublished Doctoral Dissertation the university of Montana,Missoula.Mt*.
- Brezina,1.,&Qudenhoven,J.(2012),do National cultures or religion shape conception of Wisdom?study psychology,54(4).
- Cardaciotto,K.A,Herbert,T.D.,Forman,E.M.,Moitra,E.&Farrow,V.(2008) the assessment of presentmoment awareness and acceptance:the philadelphia Mindfulness scale assessment.15.
- Case,P.(2013)cultivation of Wisdom in the theravada Buddhist Tradition: implications for contem porary leadership and organization.in:Kpers,W.and Pauleen,D.,eds.A Handbook of practiced Wisdom.London:Gower.
- Deurr,M.(2008) the use of meditatiam andmindfulness practice to support military care providers:aprospectus.Report prepared to center for contemplative mind in society northampton,MA.
- Flynn,J.R.(1999).IQ gains over time :toward finding the causes.in u.Neisser (Ed),the rising curve:long-term gains in IQ and related measures washington,DC:American psychological Association.

- Horowitz,MJ.(2002)Self-and relational observation,Journal of Psychotherapy integration,12.
- Khan,A.(2009)Wisdom and Cultural identity in pakistan,unpublished thesis,university of toronto,USA.
- Langer,E.J.&Moldoveanu,M(2000).the construct of Mindfulness in perspective,consciousness and cognition,1.
- Langer,E.(2007):Role of mind fulness in the perception of deviance,Journal of personality and social psychology.
- Lau MA,Bishop SR,Segal ZV,Buis T,Anderson ND,Carlson L,Shapiro S,Carmody J,Abbey S,Devins G.(2006) "the toronto Minfulness scale:development and validation", J Clin Bychol. Dec;62(12):1445-67.
- Malow,M,& Austin,V.(2016)mindfulness for students classified with emotional/behavioral disorder.insights into learning Disabilities,13(1).
- Staudinger,M.(2011).psychological Wisdom research;commonalities and differences in agrowing field.Annual review of psychology,62
- Sternberg,R.(2001),why schools shoud teach for Wisdom:the balance theory of Wisdom in educational settings.educational psychologist,36(4).
- Sternberg,R.J.,Jarvin,L.F Grigoremko,E.L.(2009) teaching for Wisdom intelligence,creative ,and success thousand oaks,CA corwin.
- Williams,J.M,Alatiq,Y.,Crane,C.,Barnhofer,T.,Fennell,M.j.,Duggan,D.s.,et al(2008).Mindfulness-based cognitive therapy(MBCt)in bipolar dis order.preliminary evaluation of immediate effects on between-episode functioning.Journal of Affective Disorders,107.