

## برنامج مقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي لتنمية الوعي الصحي الوقائي وتقدير الذات للطالبة المعلمة بكلية البنات

د/ إيمان سعيد عبد الباقي سليمان

مدرس المناهج وطرق تدريس العلوم - كلية البنات - جامعة عين شمس

### مستخلص البحث

هدف البحث الحالي إلي دراسة تأثير برنامج مقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي في تنمية الوعي الصحي الوقائي وتقدير الذات لدي الطالبة المعلمة بكلية البنات، وقد تكونت مجموعة البحث من (٩٢) طالبة بالفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية بكلية البنات ، وقد أعدت الباحثة البرنامج المقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي للطالبة المعلمة ، ودليل التدريس، وأدوات البحث ( اختبار التحصيل المعرفي ، ومقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الصحة، ومقياس القدرة على التصرف في المواقف الحياتية، ومقياس تقدير الذات) ( من إعداد الباحثة ) .

وقد اتبع البحث المنهج الوصفي التحليلي والمنهج التجريبي بتصميمه شبه التجريبي، وأظهرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام اختبار ت- dependent Test للعينات المرتبطة وحساب مربع ايتا وحجم التأثير ، أن تدريس البرنامج المقترح ساعد في تنمية الوعي الصحي الوقائي ، وتقدير الذات للطالبة المعلمة ، وقد تمت مناقشة النتائج وتقديم بعض التوصيات المرتبطة بنتائج البحث ومجالاته، كما اقترحت الباحثة إجراء المزيد من الدراسات والبحوث.

**الكلمات المفتاحية :** البرنامج المقترح- التعلم الاجتماعي العاطفي - الوعي الصحي الوقائي- تقدير الذات.

## A Proposed program in the light of emotional social learning for Developing the preventive health awareness and self- esteem for student teacher in women's college

**Abstract** \_ The current research aimed at preparing a proposed program in the light of emotional social Learning for developing the preventive health awareness and self- esteem for Student teacher in women's college. The group of search consisted of (92) Student teacher in women's college, the researcher prepared a proposed program in the light of emotional social Learning ,teaching guide, and study tools (cognitive achievement test–attitude scale toward health Issues – Ability to take a position in life situations- scale of self- esteem).

The research followed the descriptive analytical method and the experimental method with its quasi- experimental one – group design; the results showed by using T-Test for dependent samples and calculated the impact size that the proposed program had a positive effect on developing the preventive health awareness and self- esteem.

Results were discussed and presented recommendations related to the results of the research; the researcher also suggested making further studies and researches.

**KEY WORDS:** The Proposed program, Emotional social learning, Preventive health awareness, Self- esteem

مشكلة الدراسة وأبعادها

مقدمة

يتزايد التقدم العلمي والتكنولوجي باستمرار في مختلف المجالات ، ومنها المجال الطبي، ومع ذلك تتزايد الأزمات والكوارث التي تصيب البشرية، فنجد من حين لآخر ما يهدد صحة الأفراد بظهور أمراض وبائية عبر تاريخ البشرية مثل الجدري، والملاريا، والطاعون، والأنفلونزا الأسبانية، وأنفلونزا الخنازير، وأخيرا فيروس

كورونا ( كوفيد-١٩) وهو من أحدث الأمراض المعدية الوبائية في هذا العصر، والتي أثرت علي جميع نواحي الحياة، وعلي جميع فئات المجتمع.

فالإنسان في مراحل حياته المختلفة يتعرض للعديد من المواقف التي تنطوي علي مخاطر صحية مختلفة يجب أن يكون مدركاً لها، وقادراً علي تلافي أضرارها، فهذه المواقف وغيرها تمثل خطراً يهدد استقرار الإنسان، وتزداد خطراً عندما لا يكون لدي الفرد وعي بها، وبكيفية مواجهتها والوقاية منها.

ومن المطالب الأساسية والتي اهتمت بها منظمة الصحة العالمية World Health Organization صحة الفرد والمحافظة عليها، وتعزيز الصحة من خلال الجهود المجتمعية، وعرفت الصحة العامة علي أنها علم وفن الوقاية من الأمراض، وتهدف أنشطتها وخدماتها إلي توفير الظروف التي تمكن الأفراد من الحفاظ علي صحتهم، أو منع تدهورها، وترتكز علي محاولة الوقاية من الأمراض قبل حدوثها أكثر من محاولة علاجها وطريقة التخلص منها، ومنع انتشارها، لذا تلعب الصحة دوراً رئيساً في حماية صحة أفراد المجتمع العالمي كله وخاصة في ظل فيروس كورونا المستجد (Blanco,et.al.,2021, 2).

ويقع علي عاتق المؤسسات التعليمية تقديم التوعية الصحية السليمة للمتعلمين، ليتمكنوا من الوقاية من الأمراض أو علي الأقل التقليل من ظهورها، والحد من تأثيراتها السلبية، فمن أهم أسباب الأزمات التي لحقت بالمجتمعات في ميادين حياتها المختلفة هو إهمال جانب الوقاية، والتي تعد السبيل لتلافي العديد من الأخطار التي قد تؤدي الي خسائر مادية وبشرية لا تقدر بالأموال.

ولذلك فان تنمية الوعي الصحي الوقائي مهم لجميع المتعلمين، من أجل المحافظة علي صحتهم وصحة الآخرين، ووقايتهم من الأمراض المختلفة، فتقدم الشعوب يقاس بمدي مستوي وعي أفرادها في كل الأمور التي تخص حياتهم وبخاصة الجانب الصحي.

وتعرف ( فوقية رجب، إيناس محمد، ٢٠١٩، ١٨٠) الوعي الصحي الوقائي بأنه مستوى فهم وإدراك الطالب للقضايا الصحية المعاصرة والأمراض المرتبطة بها، وكيفية الوقاية منها، والحد من انتشارها من خلال اتباع الأساليب الصحية الوقائية المناسبة.

وتعد الجامعات من أهم المؤسسات التعليمية التي لها دور كبير في نشر الوعي الصحي الوقائي بين طلابها من خلال بناء عقول الطلاب، وطرق تفكيرهم وفق أسس علمية سليمة، وخاصة كليات التربية فالطالب المعلم اليوم هو معلم المستقبل ، ولذلك فإن اكسابه المعلومات والاتجاهات الصحية الصحيحة ، واتخاذ القرارات الصحية السليمة يعد أمر حيويًا للمحافظة علي حياته ووقايته من الأمراض ، ولكي يصبح قادراً علي اكسابها لتلاميذه.

والوعي الصحي الوقائي من المفاهيم النفسية التي وجدت اهتماماً بالغاً من قبل العلماء والباحثين علي اعتبار أن ارتفاع مستوى الوعي الصحي الوقائي يقلل من احتمالية الإصابة بالأمراض والإضطرابات النفسية لاسيما أمراض العصر الخطيرة، فضلا عن زيادة معدلات إنتاجية الأفراد ، والتقليل من معدلات الإنفاق العلاجي (شاهنדה محمود، ٢٠٢١، ٦٨٧).

وينفق كل من ( ماهر صبري، ٢٠١٦، عبير صديق، ٢٠١٩) علي أهمية الوعي الصحي الوقائي والتي تكمن في الوقاية من الأمراض ، والتقليل من أضرارها، حيث يهتم بمنع حدوث المرض، وتنشيط عدواه، ويكون الوعي الصحي الوقائي أكثر أهمية ،حيث يتناول الاهتمام بالصحة النفسية، والجسدية، والعقلية للفرد ، كما أنه يشكل صمام الأمان، وخط الدفاع ضد كل من شأنه أن يشكل خطراً علي صحة الفرد، كما تكمن أهميته في التأثير النفسي الإيجابي علي الأفراد، وخروج المجتمعات من مسلسل الإحباطات، والقلق الذي ينتاب الجميع.

ولتتمية الوعي الصحي الوقائي لدي الطلاب، بجوانبه الثلاثة - (الجانب المعرفي) والذي يعني المعارف والمعلومات الخاصة بالجوانب الصحية، و(الجانب السلوكي) والذي يعني بسلوكيات الطلاب الصحية في مواقف الحياة المختلفة، و(الجانب الوجداني) والذي يعني بالإتجاهات الإيجابية للمحافظة علي الصحة - فهم في حاجة إلي تعلم يبتعد عن التلقين والحفظ إلي تعلم يؤكد علي بناء المهارات الاجتماعية العاطفية، فكثير من الطلاب ليست لديهم القدرة علي إدارة الذات وحل المشكلات والتوافق مع الآخرين، ومواجهة التحديات اليومية، واتخاذ قرارات مستتيرة، لذا ظهر ما يسمى بالتعلم الاجتماعي العاطفي.

ولقد استخدم مصطلح التعلم الاجتماعي العاطفي Social Emotional Learning (SEL) لسنوات عديدة في علم النفس والصحة العقلية والصحة العامة، لوصف وتنمية المهارات الاجتماعية العاطفية للأطفال والمراهقين والبالغين، ولقد أصبح هذا التعلم فلسفة يستخدمها صانعو السياسات التعليمية لتمكين المتعلمين وبناء قدراتهم الإجماعية العاطفية، حيث قدمت الجمعية الوطنية للتعليم الأكاديمي والإجماعي العاطفي (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning "CASEL", 2021b, 18) الأولوية لتعزيز النمو الاجتماعي العاطفي للمتعلمين ، والأداء الأكاديمي لهم، حيث وصفت المهارات والمكونات الأساسية (SEL) كالآتي:

١. الوعي الذاتي **Self-Awareness** : وتشير الي قدرة المتعلم علي معرفة نقاط قوته ونقاط ضعفه.

٢. الوعي الإجماعي **Social-Awareness** : تشير الي قدرة المتعلم علي التفاهم والتعاطف مع الآخرين.

٣. الإدارة الذاتية **Self-Management** : وتشير إلي قدرة المتعلم علي البقاء مسيطراً، والمثابرة خلال التحديات والمشكلات.

٤. مهارات العلاقات **Relationship Skills**: وتشير إلى قدرة المتعلم علي العمل في فريق ، وحل النزاعات.

٥. اتخاذ قرارات مسؤولة **Responsible Decision- Making** : وتشير إلى قدرة المتعلم علي اتخاذ خيارات أخلاقية وآمنة.

وعرف (Burroughs,2020,2) التعلم الاجتماعي العاطفي بالعملية التي يتعلم من خلالها المتعلمون كيفية التعرف علي المشاعر والتحكم فيها، والاهتمام بالآخرين، واتخاذ قرارات جيدة، والتصرف بشكل أخلاقي وبمسئولية وتنمية العلاقات الإيجابية، وتجنب السلوكيات السلبية.

ويشير كـ مـ و (Adman,Price,2018,Marsh,et.al.,2018,Burroughs,2020) أن معظم المتعلمين ليست لديهم القدرة علي إدارة الذات ، والتوافق مع الآخرين، ومن ثم ظهر ما يسمى بالتنمر، وأن المتعلمين ذوو المهارات الإجتماعية العاطفية مجهزون بشكل أفضل لإدارة التحديات اليومية، وبناء علاقات إيجابية واتخاذ قرارات مستتيرة، والتقدم في الدراسة بشكل خاص وفي الحياة بوجه عام، لذا يجب الإهتمام بمهارات (SEL) والعمل علي استخدامها في المدارس لتساعد المتعلمين علي وعيهم بذواتهم وإدارتها.

ويضيف كل من ( Bond,2019,Knobbe,2021) عن أهمية SEL في التأثير علي التحصيل الدراسي وتحسينه، وعلي معدلات حضور المتعلمين للمدرسة، والاستعداد لسوق العمل ، وإنخفاض مشاكل السلوك، والضغط العاطفي، كما أنها تحد من العنف والتنمر، وتطوير علاقات أفضل مع العائلة والأصدقاء، من خلال التركيز علي سعادة المتعلمين ورفاهيتهم، وبذلك يتضح أن SEL يجعل التعلم ذا معني، حيث لا ينفصل فيه العقل عن العاطفة، لأنها تعتبر من محركات الأنشطة العقلية المعرفية ، سواء تم ذلك من خلال فترة الدراسة أو في الحياة اليومية.

وأكدت العديد من الدراسات ( Caspary,2019, Coskun, 2019, ) و (Heller, 2021) علي أهمية دمج مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي في التعليم الأكاديمي بشكل منهجي خلال الممارسات التدريسية علي كافة مستويات العملية التعليمية، وإنشاء البيئات التي تعززه، وأن SEL قد أصبح عاملاً حاسماً وأمراً حيوياً ؛ مما جعله من الأولويات التربوية علي مستوى الدولة اللازمة لنجاح العملية التعليمية ، وبناء مواطن قادر علي المنافسة العالمية ومواجهة تحديات القرن الحادي والعشرين.

وتري الباحثة أن المهارات التي تهدف برامج التعلم الاجتماعي العاطفي إلي تمتيتها، هي مهارات مهمة وضرورية لنجاح الطلاب في حياتهم ، ومنها تقدير الذات ، وتعرفه ( حميدة السيد، ٢٠٢١، ٣٢٨) بأنه حكم الفرد علي شخصيته سواء بالسلب أو بالإيجاب، ويتضمن ذلك تقدير الفرد لقدراته وإمكاناته، ونجاحه وفشله، ومظهره وكفاءته الشخصية أو الأكاديمية والاجتماعية، وكذلك رؤية الآخرين له من وجهة نظره.

ويشير ( مسعد أبو الديار، ٨، ٢٠٢١) الي أن تقدير الذات قد اقترن بمفاهيم عديدة منها مفهوم الذات، فمفهوم الذات هو الطريقة التي ينظر بها الفرد إلي نفسه، ويشمل كل الطرق التي يقارن بها الأشخاص أنفسهم مع الآخرين، ويشمل المقارنات الجسمية والعقلية والاجتماعية في حين يعتبر تقدير الذات بعد من أبعاد مفهوم الذات، فهو يهتم بالعنصر التقييمي لمفهوم الذات، حيث أن الأفراد يقومون بصياغة وإصدار الأحكام الخاصة بقيمتهم الشخصية كما يرونها.

#### الشعور بمشكلة البحث :

الطالبة المعلمة هي معلمة المستقبل، وكذلك هي الأم والمربية داخل أسرتها المستقبلية، فالمعلمة سوف تنقل خبراتها لتلاميذها، والأم هي مربية أجيال يجب أن

تتمتع بصحة جيدة، وأن تكون علي دراية بطرق الوقاية المختلفة للأمراض لكي تربي جيلاً يتمتع بصحة جيدة .

ولقد نبغ الإحساس بمشكلة البحث مما يلي:

أولاً: ما تفرضه علينا ظروف المجتمع وما يمر به من أزمات صحية:

تعد تنمية الوعي الصحي الوقائي أحد أهم الإجراءات الاحترازية والتي ينبغي تميمتها لدي الطلاب، وخاصة بعد انتشار فيروس كورونا ( كوفيد-١٩)، من أجل المحافظة علي صحتهم وصحة الآخرين ووقايتهم من الأمراض المختلفة، وتحقيق النمو الصحي المتكامل.

ثانياً: نتائج وتوصيات المنظمات العالمية والدراسات السابقة:

نتائج بعض الدراسات ( حنان محمود، ٢٠١٤، فوقية رجب، إيناس محمد، ٢٠١٩، إيمان فتحي، ٢٠٢١، Klemere,et.al.,2017, Ping, et.al., ٢٠٢١، والتي أوضحت تدني مستوى الوعي الصحي والوقائي لدى الطلاب بمراحل التعليم المختلفة، وأوصت بأهمية تنمية الوعي الصحي الوقائي.

نتائج العديد من الدراسات ( مروة محمد، إيناس إبراهيم، ٢٠٢١، مريم رزق، ٢٠٢١، Hinton,2017, Coskun,2019,Proctor,et.al.,2020، [Caspary, 2021, Knobbe, 2021, Pipalia, 2021] والتي أكدت علي ضرورة وأهمية تضمين التعلم الاجتماعي العاطفي في المناهج والمقررات بمراحل التعليم المختلفة.

أوصت المنظمات العالمية [OECD,2015,2018,World Economic Forum,2016,CASEL,2020] بتوجيه المؤسسات التعليمية لقياس وتقييم وتنمية المهارات الاجتماعية العاطفية لدي المتعلمين في مختلف المراحل التعليمية، لتحقيق



التقدم في القرن الحادي والعشرين فهي تزوده بعوامل النجاح في عصر الاقتصاد الرقمي المتطور سريعاً.

نتائج بعض الدراسات (شيماء فكري، ٢٠١٩، أمنية محمد، ٢٠٢٠، رجاء سامي، ٢٠٢٠، Tarigan,2018,Fernandez- Castillo,et.al.,2022) والتي أوضحت تدني مستوى تقدير الذات لدى الطلاب بمراحل التعليم المختلفة وخاصة التعليم الجامعي، وأكدت علي ضرورة تنميته كأحد المخرجات الوجدانية المهمة .

**ثالثاً:** ملاحظة الباحثة لسلوكيات الطالبات بالكلية وخاصة أثناء انتشار جائحة كورونا، لاحظت إنتشار العديد من السلوكيات الصحية الخاطئة ومنها عدم ارتداء الماسك الطبي ، وتزامهن على كافيتيريا الكلية لشراء الوجبات السريعة والإفراط في تناولها، والمشروبات الغازية، وملاحظة الباحثة بأن أجسام الطالبات اتسمت معظمهن بالبدانة، والذي يؤثر بدرجة كبيرة علي صحتهن، وأكدت الباحثة هذه الملاحظات بدراسة استطلاعية للتعرف على مدى الوعي الصحي الوقائي لدى طالبات الفرقة الثالثة تعليم أساسي لغة عربية للعام الدراسي ٢٠٢١ م - ٢٠٢٢م بالفصل الدراسي الأول وكان عددهن (٨٠) طالبة تمت تقسيمهن على أربع مجموعات ، كل مجموعة ( ٢٠ ) طالبة ، وأثناء المقابلة تم توجيه بعض الأسئلة لهن ، ودارت هذه الأسئلة حول ( النظافة الشخصية ، والأمراض الناتجة عن سوء التغذية ، العادات الصحية غير السليمة التي يتبعونها خلال اليوم الدراسي ، والصحة النفسية ومدى التعامل بين الطالبات وتقديرهن لبعضهن البعض) ومن خلال الحوار والمناقشة أظهرت نتيجة المقابلة تدني الوعي الصحي الوقائي ، والسلوكيات الصحية الوقائية لدى الطالبات .

رابعاً: تطبيق مقياس تقدير الذات علي المجموعة السابقة في المحاور الثلاثة ( العقلية، الإجتماعية، الإنفعالية) وتكون من (٢٤) عبارة موزعة علي الجوانب الثلاثة، وأوضحت النتائج تدني مستوى درجات الطالبات علي المقياس حيث لم تتراوح متوسطات الدرجات ٣٥٪ من الدرجة الكلية للمقياس، وفي ضوء ما سبق يمكن

تحديد مشكلة البحث في تدنى مستوى الوعي الصحي الوقائي لدى الطالبة المعلمة بكلية البنات ، ومستوي تقدير الذات لديهن، ولذلك سعي البحث الحالي إلى تقديم برنامج مقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي لتنمية الوعي الصحي الوقائي وتقدير الذات لدي الطالبة المعلمة بكلية البنات .

وعليه حاول البحث الإجابة عن السؤال الرئيس التالي:

كيف يمكن بناء برنامج مقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي لتنمية الوعي الصحي الوقائي وتقدير الذات للطالبة المعلمة بكلية البنات؟  
وتفرع عن هذا السؤال الرئيس الأسئلة الآتية:

١. ما الأسس التي يقوم عليها البرنامج المقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي ؟
٢. ما صورة البرنامج المقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي ؟
٣. ما تأثير البرنامج المقترح في تنمية الوعي الصحي الوقائي لدي الطالبة المعلمة بكلية البنات ؟
٤. ما تأثير البرنامج المقترح في تنمية تقدير الذات لدي الطالبة المعلمة بكلية البنات ؟

### أهداف البحث

#### هدف البحث الحالي إلى:

- تقديم برنامج مقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي للطالبة المعلمة بكلية البنات.
- قياس تأثير البرنامج المقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي علي تنمية الوعي الصحي الوقائي لدي الطالبة المعلمة بكلية البنات.
- قياس تأثير البرنامج المقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي علي تنمية تقدير الذات لدي الطالبة المعلمة بكلية البنات.

**أهمية البحث:**

أولاً : الأهمية النظرية: قد يفيد هذا البحث في: التعريف بالتعلم الإجتماعي العاطفي ، وأهدافه ومهاراته ، وأهميته واستراتيجيات تدريسه، والوعي الصحي الوقائي ومجالاته وأهميته ، وتقدير الذات ومظاهره وأبعاده وأهميته.

ثانياً: الأهمية التطبيقية: يمكن أن يفيد هذا البحث في ضوء نتائجه كلاً من:

**الطالبة المعلمة من خلال تنمية:**

- الوعي الصحي الوقائي.
- تقدير الذات.

المسؤولين عن برامج إعداد المعلم من خلال: لفت أنظارهم إلى أهمية وضع مقررات تثقيفية عن الصحة والوقاية من الأمراض المختلفة، والتوجه نحو نظريات التعلم الحديثة مثل التعلم الاجتماعي العاطفي في التخطيط والتدريس .

للباحثين في التربية العلمية: من خلال تقديم برنامج مقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي ، والتعرف على أسسه وأهدافه، وطرق التدريس، والتقييم ؛ ولفتح المجال لإستخدام التعلم الاجتماعي العاطفي في مجالات وتخصصات مختلفة.

**حدود البحث :**

اقتصر البحث الحالي على الحدود الآتية:

**الحدود البشرية :** طالبات الفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية.

**الحدود الزمنية:** تطبيق البرنامج المقترح في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي

(٢٠٢١/٢٠٢٢م).

**الحدود الموضوعية:**

- محاور الوعي الصحي الوقائي ( المعرفية- المهارية - الوجدانية)
- أبعاد تقدير الذات (العقلية، الاجتماعية، الانفعالية).

الحدود المكانية: كلية البنات للآداب والعلوم والتربية- جامعة عين شمس.

مصطلحات البحث:

### البرنامج المقترح Suggested Program

يعرفه (مجدي علي، ٢٠٢٢، ٢٠١٦) بأنه نوع من أنواع التدريب يهدف إلى إعداد الأفراد وتدريبهم في مجال معين وتطوير معارفهم ومهاراتهم واتجاهاتهم ، بما يتفق مع الخبرات التعليمية للمتدربين ونموهم وحاجاتهم لتنمية مهارة ما .  
وتعرفه الباحثة بأنه مخطط منظم لمجموعة من الموضوعات المصممة وما تتضمنه من (أهداف، وإجراءات، وأنشطة، واستراتيجيات تدريس، وأساليب تقييمية) في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي؛ لتنمية الوعي الصحي الوقائي وتقدير الذات لدى الطالبة المعلمة تعليم أساسي لغة عربية بكلية البنات.

### التعلم الاجتماعي العاطفي Emotional Social Learning

يعرفه (Tran,2021,4) بأنه عملية تسهم في تطوير مهارات وكفاءات الطلاب عن طريق التعرف علي عواطفهم وإدارتها، وتطوير الرعاية بهم ، واهتمامهم بالآخرين، وإقامة علاقات إيجابية واتخاذ قرارات مسؤولة، والتعامل مع المواقف الصعبة بشكل بناء.

وتعرفه الباحثة بأنه عملية بنائية إجتماعية نشطة تقوم بها الطالبات معلمات تعليم أساسي لغة عربية بكلية البنات فيما بينهن من خلال إستراتيجيات تدريس نشطة ( العصف الذهني، ومخطط البيت الدائري) لتساعدهن في مساندة نموهن الاجتماعي العاطفي لتنمية الوعي الصحي الوقائي وتقدير الذات لديهن.

### الوعي الصحي الوقائي Protective Health Awareness

تعرفه ( فوقية رجب، إيناس محمد، ٢٠١٩) بأنه مستوي فهم وإدراك الطالب للقضايا الصحية المعاصرة والأمراض المرتبطة بها، وكيفية الوقاية منها والحد من انتشارها من خلال اتباع الأساليب الصحية الوقائية المناسبة.

وتعرفه الباحثة بأنه جملة المعلومات والإتجاهات اللازمة لممارسة السلوكيات الصحية السليمة للوقاية من الأمراض، وسوف يقاس الوعي الصحي الوقائي في هذا البحث بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة المعلمة في (اختبار التحصيل المعرفي ، ومقياس الإتجاه نحو بعض قضايا الصحة ، واختبار التصرف في المواقف الصحية الحياتية ) المعدة من جهة الباحثة فالوعي يمثل حصيلة نتائج الاختبارات الثلاثة.

### تقدير الذات Self-Esteem

يعرفه (علاء السعيد، ٢٠١٣، ٢٥٤) بأنه تقييم عام يصف الفرد لذاته فيما يتعلق بأهميتها وقيمتها، ويتضمن إيجابياتها وسلبياتها، وكذلك معرفة الفرد لحدود إمكانياته ورضاه عنها وثقته بنفسه.

وتعرفه الباحثة بأنه تقييم الطالبة معلمة تعليم أساسي لغة عربية بكلية البنات لذاتها من حيث: "المجال العقلي، المجال الاجتماعي، المجال الانفعالي" ويقاس بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة في مقياس تقدير الذات الذي أعدته الباحثة.

### خطوات البحث وإجراءاته :

للإجابة عن أسئلة البحث اتبع البحث الخطوات الآتية:

١- دراسة نظرية تشمل: الاطلاع على الكتب والمراجع العلمية والدراسات التي تناولت كلا من التعلم الاجتماعي العاطفي، الوعي الصحي الوقائي، وتقدير الذات.

٢- إعداد البرنامج المقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي للطالبة المعلمة بكلية البنات.

٣- قياس تأثير البرنامج المقترح على تنمية الوعي الصحي الوقائي، وتقدير الذات للطالبة المعلمة ، وتم ذلك من خلال إعداد أدوات البحث وفقا للخطوات العلمية لبنائها وتصميمها، والتحقق من صدقها وثباتها وتشمل:

- اختبار التحصيل المعرفي.

- مقياس الإتجاه نحو بعض قضايا الصحة والوقاية.
- اختبار التصرف في المواقف الصحية الحياتية .
- مقياس تقدير الذات.

٤ - منهج البحث والتصميم التجريبي : تم استخدام المنهجين الآتيين :

- المنهج الوصفي التحليلي:** وذلك فيما يتعلق بالدراسة النظرية للتعلم الاجتماعي العاطفي، والوعي الصحي الوقائي، وتقدير الذات، وإعداد البرنامج المقترح .
- المنهج التجريبي التصميم شبه التجريبي ذي المجموعة الواحدة:** لاختبار تأثير البرنامج المقترح على تنمية الوعي الصحي الوقائي ، وتقدير الذات لدي الطالبة المعلمة بكلية البنات، واستخدمت إحدى تصميماته وهو التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة؛ وبذلك اشتمل التصميم التجريبي على المتغيرات التالية:
- المتغير المستقل:** البرنامج المقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي.
- المتغيرات التابعة:** الوعي الصحي الوقائي، وتقدير الذات.
- ٥ - التجريب الميداني وشمل:

- اختيار مجموعة البحث من طالبات الفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية للعام الدراسي (٢٠٢١/٢٠٢٢م) بكلية البنات، جامعة عين شمس.
- التطبيق القبلي لأدوات البحث (اختبار التحصيل المعرفي ، مقياس الإتجاه نحو بعض القضايا الصحية، إختبار التصرف في المواقف الحياتية الصحية ، مقياس تقدير الذات ) على مجموعة البحث .
- تدريس البرنامج المقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي .
- التطبيق البعدي لأدوات البحث على مجموعة البحث .
- ٦- معالجة النتائج في ضوء التطبيقين القبلي والبعدي لأدوات البحث.
- ٧- استخلاص النتائج ومناقشتها وتفسيرها.
- ٨- تقديم التوصيات والمقترحات في ضوء نتائج البحث.

**فروض البحث:**

١ - يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات على اختبار التحصيل المعرفي قبل تدريس البرنامج المقترح القائم على التعلم الاجتماعي العاطفي وبعده لصالح التطبيق البعدي .

٢ - يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات على مقياس الإتجاه نحو بعض قضايا الصحة قبل تدريس البرنامج المقترح القائم على التعلم الاجتماعي العاطفي وبعده لصالح التطبيق البعدي .

٣ - يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات على إختبار التصرف في المواقف الصحية الحياتية قبل تدريس البرنامج المقترح القائم على التعلم الاجتماعي العاطفي وبعده لصالح التطبيق البعدي .

٤ - يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات على مقياس تقدير الذات قبل تدريس البرنامج المقترح القائم على التعلم الاجتماعي العاطفي وبعده لصالح التطبيق البعدي .

**الإطار النظري والدراسات السابقة****المحور الأول : التعلم الاجتماعي العاطفي (ESL) Emotional Social Learning****١. مفهوم التعلم الاجتماعي العاطفي وأهدافه:**

عرفه ( فتحي عبد الرحمن، ١٧٠، ٢٠١٢) بأنه العملية التي من خلالها يكتسب الأفراد المعارف والمهارات والإتجاهات التي يحتاجونها لإدراك وإدارة عواطفهم، وإظهار الإهتمام بالآخرين، وإقامة علاقات إيجابية معهم، واتخاذ قرارات مسئولة، ويتعاملون مع المواقف الصعبة بصورة بناءة.

وعرفه (Tran,2021,9) بأنه عملية تسهم في تطوير مهارات وكفاءات الطلاب عن طريق التعرف علي عواطفهم وإدارتها، وتطوير الرعاية بهم وإهتمامهم

بالآخرين، وإقامة علاقات إيجابية واتخاذ قرارات مسؤولة، والتعامل مع المواقف الصعبة بشكل بناء.

ويضيف (Aidman, Price,2018,27) بأنه الإطار الحيوي الذي يكتسب من خلاله الطلاب المهارات التي تحقق لهم أهدافهم المرجوة، وفهم عواطفهم وإدارتها، ورعاية العلاقات الإيجابية، واتخاذ قرارات سليمة، ويوفر (SEL) للطلاب القدرات المطلوبة للنجاح في الحياة سواء داخل المدرسة أو خارجها.

ويشير (Kinnusi,2021) أن SEL يعزز قدرة الطلاب علي دمج التفكير والعاطفة والسلوك للتعامل بفاعلية مع التحديات الشخصية والاجتماعية اليومية، كما يهدف إلي تطوير الوعي الذاتي والمهارات اللازمة لتحقيق النجاح في الدراسة والحياة بوجه عام، مع إستخدام الوعي الإجتماعي ومهارات التعامل مع الآخرين لتكوين علاقات إيجابية.

ولقد أعلنت مؤسسة (CASEL,2021) العديد من البرامج التعليمية لجميع المراحل الدراسية بدءاً من مرحلة رياض الأطفال وانتهاءً بالمرحلة الجامعية، واحتوت تلك البرامج دليلاً للمعلم ليساعده في التدريس، وتضمن ذلك الدليل مجموعة من الأهداف الخاصة بالتعلم الإجتماعي العاطفي، وهي:

- تحسين اعتقادات الطلاب السلبية حول ذواتهم والآخرين والمدرسة، فالتغيرات في العوامل الفردية يصاحبها تحسين في السلوكيات الجماعية والاجتماعية بصورة إيجابية.
- اكتساب مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي والتي تؤثر علي المناخ المدرسي، بالإضافة إلى تفوق الطلاب في الأداء الأكاديمي والتحصيل الدراسي، وتكوين علاقات طيبة فيما بينهم.
- إتاحة الفرصة أمام الطلاب لاكتساب مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي وممارستها في مختلف المواقف التي يواجهونها سواء داخل الفصل أو خارجه.



وأضاف كل من [ سعد يسي ، ٢٠١٨ ، ٤ ، مينا عبد المسيح ، ٢٠٢٠ ، ٣٣ ، Usakil,Ekici,2018,71,Mckown,2019,211] الأهداف التالية للتعلم الاجتماعي العاطفي:

- مساعدة الطلاب علي فهم أنفسهم من خلال إدراك نقاط القوة، وكيفية استخدامها وتطويرها، ونقاط الضعف وكيفية علاجها وتعديلها.
- جعل الطالب قادراً علي إدارة ذاته، ومراقبة سلوكياته بالتحكم في مشاعره وانفعالاته.
- فهم الآخرين وكيفية الاندماج معهم، وإدراك إنفعالاتهم ومشاعرهم وتأثيرها علي تعلمهم.
- إتاحة جو من القبول والإحترام المتبادل بين المعلم والطلاب ، وبين الطلاب بعضهم البعض، بما يسمح ببناء علاقات إيجابية بينهم.
- الإهتمام بالصحة النفسية للطلاب من خلال تعامل المعلم مع طلابه بأسلوب مطمئن لهم بعيداً عن التوتر والقلق .
- تعويد الطالب علي تحمل المسؤولية للمهام المطلوبه منه، بالإضافة الي الإهتمام بذاته والآخرين، وهذا يقدم نتائج إيجابية في تعلمه وتعلم الآخرين ، ونجاحهم الأكاديمي.

## ٢. مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي:

اتفق العديد من الباحثين [ سعد يسي ، ٢٠١٨ ، مريم رزق، ٢٠٢٢] Coskun,2019,Caspary,2021, Heller,2021 علي مجموعة من المهارات أو المكونات للتعلم الإجمالي العاطفي ، كما يلي:

١. الوعي الذاتي **Self-Awareness** : وتعني قدرة الطالب علي فهم ذاته ومشاعره وانفعالاته كما تحدث في الواقع، وتأثيرها علي الآخرين، ويعد الحفاظ علي مستوى الوعي الذاتي حجر الزاوية في التعلم الاجتماعي العاطفي، مما يسمح للطلاب

بفهم أكبر لكيفية التوصل الي الإجراءات الإيجابية لتحسين الصورة الذاتية، مثل تحديد المشاعر الإيجابية ، والتعرف علي نقاط القوة والضعف، وتطوير عقلية النمو.

٢. **الإدارة الذاتية Self-Management** : وتعني قدرة الطالب علي التحكم في سلوكه وضبطه، ومن ثم التحكم فيما حوله من ضغوط ، واكتساب مهارة المثابرة في مواجهة الصعوبات والعقبات من أجل تحقيق أهدافه، وبالتالي ضبط إنفعالاته الشخصية والتخلص من الانفعالات السلبية وتحويلها الي إنفعالات إيجابية، وتحسين إدارة الذات يمكن أن يعزز التحصيل الأكاديمي، والإدارة الذاتية الإيجابية ترتبط بالتأمل الذاتي وإجراء تقييم واقعي للذات حتي تتمكن من اتخاذ المزيد من الإجراءات بشكل بناء وإيجابي.

٣. **الوعي الاجتماعي Social Awareness** : وتعني قدرة الطالب علي فهم أفكار ومشاعر الآخرين، والاندماج معهم في الأنشطة التعليمية، ومعاملة الآخرين بإنصاف، ومعرفة خصائصهم واقامة علاقات وتفاعلات إجتماعية صحيحة والحفاظ عليها، واحترام آراء الآخرين واختلافهم.

٤. **مهارات العلاقات Relationships Skills** : وهي قدرة الطالب علي بناء علاقات إيجابية مع الآخرين والحفاظ عليها، ومن ثم التواصل مع الآخرين بوضوح، والشعور بالإرتياح أثناء العمل مع الآخرين، وطلب العون والمساعدة منهم كلما احتاج الأمر، بالإضافة الي قدرته علي تقديم المساعدة لهم، وتعتبر مهارات العلاقات مهمة في المدرسة مع الأقران والمعلمين، وفي المجالات المهنية مع الزملاء والرؤساء، فاذا كان لدي الطالب القدرة علي إقامة علاقات إيجابية مع من يتعلم ويعمل مهمة، وكذلك مع معلميه، فهذا يسهم في تشكيل بيئة عمل أكثر إيجابية في المدرسة.

٥. **اتخاذ القرارات المسؤولة Responsible Decision Making** : والذي يشير الي قدرة الطالب علي كيفية اتخاذ قرارات وخيارات أخلاقية وأمنة، وبناءة علي أساس العوامل الفردية والاجتماعية مثل الأهداف الشخصية والأكاديمية والمعايير الأخلاقية

ومخاوف السلامة والأعراف الاجتماعية، لذلك يتطلب من الطالب التفكير في عواقب الإجراءات المحتملة، وفهم نقاط القوة والضعف لديه، ومعرفة متي يطلب المزيد من المساعدة عند الحاجة في اتخاذ بعض القرارات المهمة، وقدرته علي حل النزاعات بين الأقران واتخاذ قرار سليم لحلها.

### ٣. أهمية التعلم الاجتماعي العاطفي:

حدد ( سعد يسي، ٢٠١٨، ٥ ) ثلاث نقاط توضح أهمية ومبررات استخدام التعلم الاجتماعي العاطفي، وهي:

١. نتائج العديد من الأبحاث في مجال علم النفس والتي أوضحت أهمية مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي وتأثيرها الإيجابي علي الطالب في قدرته علي التعلم، والتفاعل الاجتماعي، ومن ثم في تكوين العلاقات الطيبة مع الآخرين.
  ٢. التغيرات المجتمعية وآثارها علي الطالب، نتيجة توافر التكنولوجيا الحديثة من أجهزة الكترونية وهواتف ذكية يمكن استخدامها في الإتصال والتفاعل الاجتماعي مع الأقران ، فضلا عن الضغوط التي تؤثر بها المدرسة علي الطلاب.
  ٣. تغيرات سوق العمل والذي يتطلب توافر مهارات متعددة للنجاح ، أو عند الإلتحاق بالجامعة، كالمشاركة والقدرة علي ابتكار حلول عديدة للمشكلات التي تواجه الطلاب، والتفاعل مع الآخرين ، وإصدار القرارات المسؤولة.
- واتفق كل من ( Caspary,2021,Heller,2021,Kinnusi,2021 ) علي

أهمية التعلم الاجتماعي العاطفي والتي تتمثل في:

- يعد التعلم الاجتماعي العاطفي قاعدة أساسية مهمة لعملية التعلم، والتفاعلات بين المعلم وطلابه، وكذلك بين الطلاب بعضهم البعض.
- مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي تعود بالتأثير الإيجابي علي الأداء الأكاديمي، ومن ثم ينعكس علي التحصيل الدراسي، والسلوك الإجتماعي والصحة العامة.

- يتحمل الطالب مسؤولية تعلمه واتخاذ القرارات الجماعية من خلال العمل الجماعي ، من أجل الوصول لحلول المشكلات.
  - يحسن من الوعي بالذات والتحكم في الإنفعالات ، وزيادة الدافعية للتعلم.
  - يدعم استمرار العلاقات الاجتماعية، ويمكن الطلاب من فهم وجهات نظر الآخرين والتعامل معها بكفاءة،
  - تكوين اتجاهات إيجابية نحو الذات والآخرين، وامتلاك مهارات عديدة كالمثابرة والالتزام والثقة بالنفس عند القيام بأداء المهام المطلوبة.
- ولأهمية التعلم الاجتماعي العاطفي، فقد استخدمته بعض الدراسات لتنمية نواتج تعلم مهمة ومنها: دراسة ( رشا مهدي، هناء محمد، ٢٠١٧ ) والتي أوضحت فاعلية برنامج قائم علي كفاءات التعلم الاجتماعي العاطفي في تنمية دافعية التعلم، ومهارات التعلم الاجتماعي العاطفي لدي طلاب كلية التربية، ودراسة ( أمل زكي، ٢٠١٨ ) والتي أوضحت فاعلية استخدام التعلم الاجتماعي العاطفي في تحسين النهوض الأكاديمي للمتعثرات أكاديميا بجامعة طيبة بالمدينة المنورة، ودراسة ( مينا عبد المسيح، ٢٠٢٠ ) والتي أوضحت فاعلية نموذج مقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي في تنمية الحس العلمي والدافعية للإنجاز بمادة العلوم لتلاميذ الصف الثاني الاعدادي، ودراسة ( مريم رزق، ٢٠٢٢ ) والتي أوضحت فاعلية وحدة مقترحة في تدريس العلوم قائمة علي التعلم الاجتماعي العاطفي في تنمية الوعي بالمناعة والتفكير الإيجابي لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية، ودراسة ( رشا محمود، دينا صابر، ٢٠٢١ ) والتي أوضحت فاعلية مقرر مقترح قائم علي التعلم الاجتماعي العاطفي للفئات الخاصة في تنمية مهارات التدريس المتميز والاتجاه نحو مهنة التدريس لدي طلبة الدبلوم العام التربوي بكليات التربية.
- بينما سعت دراسة ( مروة محمد، إيناس إبراهيم، ٢٠٢١ ) إلي التعرف علي برامج تنمية مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي لطلاب التعليم العام في كل من

الولايات المتحدة الأمريكية وأستراليا، وتوصلت الي أن برامج التعلم الاجتماعي العاطفي لطلاب التعليم العام في الولايات المتحدة الأمريكية، وأستراليا بينها اختلاف في المفهوم وطرق التنفيذ، حيث أظهرت الولايات المتحدة الأمريكية تركيزا أكبر علي مفهوم التعلم الاجتماعي العاطفي وكفاياته الخمسة ، وهي: الوعي الذاتي، والوعي الاجتماعي، وإدارة الذات، ومهارت إقامة العلاقات، والقدرة علي اتخاذ قرارات مسؤولة، أما أستراليا فكان تركيزها الأكبر علي تحقيق الصحة العقلية، والرفاهية الاجتماعية والعاطفية للطلاب.

### استراتيجيات تدريس التعلم الاجتماعي العاطفي:

أشار كل من ( World Economic Forum,2016, ) أن مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي يمكن تتميتها لدي الطلاب باستخدام استراتيجيات تدريسية تشجع علي خلق بيئة هادئة متعاونة غنية باللغة، تساعد علي التواصل الجيد، وإثراء عقلية الطلاب، وتوجيه الطالب نحو التعلم بالإكتشاف ، وطرح مشكلات مناسبة للطلاب، وإتاحة الفرص لطرح الأفكار والعمل الجماعي في إطار الإحترام المتبادل والتسامح مع الآخرين، ومن هذه الإستراتيجيات مخطط البيت الدائري، والعصف الذهني.

### ١. إستراتيجية مخطط البيت الدائري Roundhouse Diagram Strategy

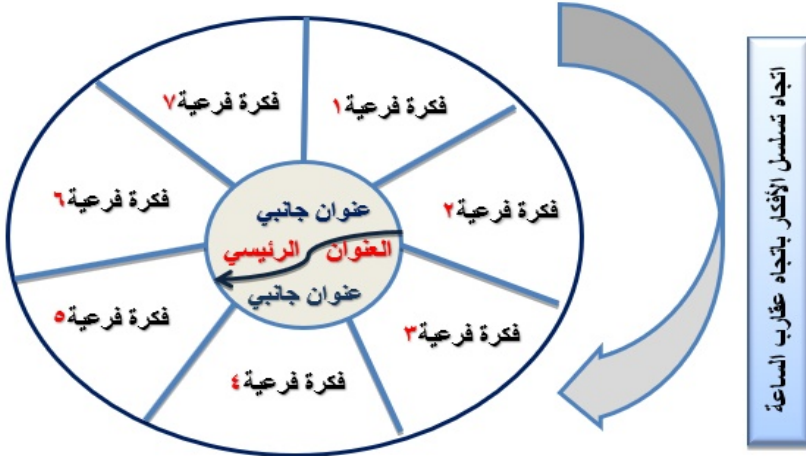
#### مفهوم مخطط البيت الدائري:

قدم (Wandersee,Ward,2002a) استراتيجية مخطط البيت الدائري واستخدمها في تدريس مقررات التربية العلمية بجامعة لويزيانا، وتستند الإستراتيجية علي النظرية البنائية والبنائية الاجتماعية والتعلم ذو المعنى.

ويشير مخطط البيت الدائري إلي رسم هندسي دائري ثنائي البعد، يتكون من دائرة مركزية ، وتمثل الدائرة المركزية الفكرة الرئيسة، وقد تنقسم هذه الفكرة الرئيسة إلى قسمين بخط يقسمها، ويحيط بها سبعة قطاعات تستخدم لتسلسل وتتابع مكونات

الفكرة الرئيسية، أو لتعلم المفاهيم الصعبة، أو لترتيب تسلسل الأحداث، أو لخطوات حل المشكلات، بحيث يبدأ المتعلم بتعبئة هذه القطاعات بدء من الساعة ١٢ وفي إتجاه عقارب الساعة.

وتعرفها ( هالة طه، ٤١، ٢٠١٧ ) بأنها عملية تتكون من ثلاث خطوات وهي: التخطيط، والرسم، والتأمل بحيث يتم التخطيط من خلال تسجيل أهم الأفكار الرئيسية من المحتوى المراد تعلمه، والرسم يتم من خلال وضع الأيقونات والرموز في القطاعات السبعة والتأمل يتم من خلال كتابة المتعلم فقرة؛ لشرح الشكل الدائري ومن خلاله يكتشف المعلم المفاهيم والاعتقادات الخاطئة لدى المتعلم.



شكل (١) مكونات مخطط البيت الدائري

مراحل إستراتيجية مخطط البيت الدائري ودور كل من المعلم والطالب في كل مرحلة:

٢٠١٧، ابتسام سلطان، ٢٠١٨، حنان رجا، ٢٠١٩، كما يلي:

### مرحلة التخطيط Planning Phase

- يقوم المعلم بتوجيه الطلاب إلى تحديد الهدف الذي يسعى إليه من بناء مخطط البيت الدائري؛ ليساعده على تحديد الموضوع الرئيس المراد دراسته وما يتضمنه

من أفكار سواء أكان هذا الموضوع مفهوما أم تجربة عملية يسجل إجراءاتها أو نشاطا له خطوات يتبناها.

- يقوم المعلم بوضع العنوان الرئيس للموضوع داخل القرص الدائري المركزي، وفي حال أن الموضوع الرئيس متشعب إلى موضوعين فرعيين يقوم الطالب بتحديد عنوانين جانبيين في القرص المركزي ويفصل بينهما بخط.
- يوجه المعلم الطلاب إلى تقسيم كل موضوع إلى سبع أفكار فرعية قد تزيد أو تقل عن ذلك ببنتين، ويكتب عبارة لكل فكرة فرعية تلخص مضمونها.

### مرحلة الرسم Diagramming Phase

- يرسم الطالب مخطط البيت الدائري والمتمثل في دائرتين صغيرة داخلية وتمثل القرص المركزي للبيت وتتضمن الموضوع الرئيس، ودائرة أكبر خارجية ومقسمة إلى قطاعات حسب الأفكار الفرعية للموضوع.
- يكتب الطالب الموضوع الرئيس في القرص المركزي، ثم يقوم بتعبئة القطاعات الخارجية مستخدما العناوين القصيرة مبتدئا بالقطاع المشير إلى الساعة ١٢ وباتجاه عقارب الساعة.
- يكتب الطالب ملخصا عن كل فكرة فرعية توضح معناه أو مضمونه.
- يرسم الطالب رسما بيانيا أو رسما تصويريا أو صورة لتوضيح الفكرة أكثر.
- يقدم المعلم التغذية الراجعة المناسبة لما قاموا برسمه.

### ٣. مرحلة التأمل: Reflection Phase

وفي هذه المرحلة يكون الدور الأكبر للطالب ، حيث يقوم بشرح لما قام برسمه، مستخدما كلماته وقدرته التعبيرية الخاصة باستخدام الألفاظ حول معنى الشكل ومضمونه، وكتابة مقالة تحكي قصة هذا الشكل.

## أهمية إستراتيجية مخطط البيت الدائري :

أشارت بعض الدراسات (خلدون أحمد، ٢٠١٧، ناصر أحمد، محمد سعيد، ٢٠١٨ [Wandersee, Ward, 2002] إلي أهمية استخدام هذه الإستراتيجية ، ومنها:

- مساعدة الطلاب على تنظيم المعرفة وفق بنيتهم المعرفية.
  - إثراء حصيلة الطلاب المعرفية بتبادل معارفهم معا.
  - تغيير دور الطالب من متلق سلبي إلى متفاعل نشط إيجابي من خلال تحويل أعماله من بسيطة إلى هادفة ذات معنى.
  - معالجة الطالب للمعلومات بطريقة بصرية إبداعية، باستخدام الرسومات والصور والكلمات البسيطة.
  - الفهم العميق للمعلومات من خلال تلخيص الطالب لها والتعبير عنها بكلمات قصيرة ورسوم.
  - تشجع الطالب على الجمع بين الجانبين النظري والمهاري من خلال تحديد عناصر شكل البيت الدائري ورسم الأيقونات داخل الشكل.
- وتضيف الباحثة أنها توفر بيئة ثرية تشجع التخيل والإبداع الذي يساعد في حل المشكلات والقضايا المختلفة؛ فعندما يتناول الطالب القضايا الصحية باستخدام مخطط البيت الدائري فإنه يستطيع تحليل عناصرها والتعرف على التسلسل الموجود بينها، والتفكير في حلول لها من خلال التخطيط المنظم، كما أنها تنمي القدرة على اتخاذ القرار حيث يقوم الطالب بكتابة تبرير لما قام به؛ وبالتالي فسوف تساعد الطالب على اتخاذ قرارات مناسبة حيال القضايا الصحية؛ مما قد ينمي لديه الوعي الصحي الوقائي؛ وتقدير الذات.



## ٢. استراتيجية العصف الذهني Brainstorming Strategy

يتفق كل من ( بشري سليم، ٢٠٢٠، محمد مصطفى، ٢٠٢٠، عمر إبراهيم، ٢٠٢٢) علي أن استراتيجية العصف الذهني تهدف إلي إنتاج أكبر عدد من الأفكار والآراء الجديدة للطلاب، وذلك من خلال مواقف منظمة ومقصودة، مع توفير جو من الحرية للتفكير، مع إرجاء النقد والتقييم للأفكار المنتجة خلال عملية العصف الذهني إلي ما بعد انتهاء الوقت المحدد لعرض الأفكار، وأن هناك مبادئ أساسية للعصف الذهني وهي:

١. مبدأ إرجاء التقييم: و هو مبدأ مهم وأساسي من مبادئ استراتيجية العصف الذهني، ويقصد به تأجيل تقييم الطلاب وأفكارهم المطروحة أثناء قيامهم بعملية العصف الذهني، كما أن تأخير عملية التقييم يتيح الفرصة لتوليد كمية أكبر للأفكار المحتمل طرحها، والتي تُعنى بالموضوع وكلما زاد عدد الأفكار زادت الفرصة للحصول على أفكار قيمة ومفيدة، وتكمن أهمية هذا المبدأ إلي :

- إتاحة الفرصة لجميع الطلاب بالتعبير عن أفكارهم.
- إزالة حاجز الخوف والقلق لدى الطلبة المشاركين.
- الوصول لعدد أكبر من الأفكار.

٢. مبدأ إطلاق حرية التفكير: إطلاق حرية التفكير من المبادئ الداعمة والخلاقة في استراتيجية العصف الذهني، ويقصد بها عدم وضع القيود والشروط على الطلبة ، وأفكارهم والتي قد تعيق التفكير الخلاق لديهم، مما يتيح الفرصة للطلبة للاستمتاع والإسترخاء أثناء طرح أفكارهم كما يولد لديهم قدرة على طرح أفكار خلاقة ومبدعة وجديدة، ويخفف مشاعر الخوف والتوتر التي ينتاب الطلبة نتيجة لقلّة ثقتهم بأنفسهم وأفكارهم ويمنحهم الفرصة لطرحها، ويشجع الطلبة على طرح أفكارهم الغريبة والفريدة من نوعها وغير التقليدية بسعة ورحابة صدر وثقة أكبر، وتكمن أهمية هذا المبدأ إلي:

- الاسترخاء والإستمتاع الذي يولد أفكار أكثر إبداعية.
- زيادة ثقة الطلاب بأنفسهم.
- تشجيع الأفكار الغير مألوفة والإبداعية.
- تقبل المشاركين لزملائهم واحترام أفكارهم.

٣. **مبدأ الكم قبل الكيف:** يعد هذا المبدأ من مبادئ استراتيجية العصف الذهني التي تهتم بكمية الأفكار المطروحة أثناء عملية العصف الذهني وعددها، بغض النظر عن ترابطها وجودتها وعلاقتها بالموضوع الذي تم طرحه، فيستطيع الطلبة المشاركين الاستفادة من الأفكار المطروحة للوصول لأفكار أكثر عدداً قد تقود لأفكار جديدة ومفيدة تُعنى بالموضوع الذي تم طرحه، و تكمن أهمية هذا المبدأ إلي:

- الحصول على عدد هائل من الأفكار.
- القدرة على التعبير عن الأفكار دون خوف.
- احتواء الأفكار الغريبة والمميزة.
- الاستفادة من الأفكار التقليدية لإبتكار أفكار حديثة ومطورة وإبداعية .

٤. **مبدأ البناء على أفكار الآخرين:** يعتمد على الإستنباط أو الإبتكار من أفكار الآخرين المطروحة مسبقاً والاستفادة منها لإيجاد أفكار جديدة، ويجوز خلال الجلسة تطوير أفكار الآخرين للحصول على أفكار جديدة، كدمج فكرتين معاً، أو التعديل على فكرة تم طرحها بالزيادة عليها، أو الحذف من فكرة ما وتحويلها لفكرة جديدة أو بناء فكرة باستخدام فكرة مطروحة كأساس لها فالأفكار المطروحة ليست حكرًا على أحد ويستطيع الجميع الاستفادة منها، وتكمن أهمية هذا المبدأ إلي:

- التعاون والاستفادة من تجارب وأفكار الآخرين .
- زيادة القدرة على الابتكار .
- الإبداع بتفكيح الأفكار السابقة والتقليدية وتوليد أفكار إبداعية وخلاقة .

## خطوات استراتيجية العصف الذهني:

أشار كل من ( علاء محمود، حسن علي، ٢٠١٩، ٦٧، أسماء سليمان ، إيمان عبد الفتاح، ٢٠١٩، ٦٤٧، Zarif,2013,1090) إلي خطوات العصف الذهني كالتالي:

١- **تحديد المشكلة:** يقوم قائد الجلسة بإعطاء المشاركين الحد الأدنى من المعلومات عن الموضوع أو المشكلة لأن إعطاء المزيد من التفاصيل قد يحد بصورة كبيرة من لوحة تفكيرهم ويحصره في مجالات ضيقة محددة.

٢- **إعادة صياغة الموضوع:** يطلب من المشاركين في هذه المرحلة الخروج من نطاق الموضوع على النحو الذي عرف به وأن يحددوا أبعاده وجوانبه المختلفة من جديد فقد تكون للموضوع جوانب أخرى، وليس المطلوب اقتراح حلول في هذه المرحلة وإنما إعادة صياغة الموضوع وذلك عن طريق طرح الأسئلة المتعلقة بالموضوع ويجب كتابة هذه الأسئلة في مكان واضح للجميع.

٣- **تهيئة جو الإبداع و العصف الذهني:** يحتاج المشاركون في جلسة العصف الذهني إلى تهيئتهم للجو الإبداعي ويستغرق عملية التهيئة حوالي خمس دقائق يتدرب المشاركون على الإجابة عن سؤال أو أكثر يلقيه قائد المشغل.

٤- **العصف الذهني:** يقوم قائد الشغل بكتابة السؤال أو الأسئلة التي وقع عليها الاختيار عن طريق إعادة صياغة الموضوع الذي تم التواصل إليه في المرحلة الثانية ويطلب من المشاركين تقديم أفكارهم بحرية على أن يقوم كاتب الملاحظات بتدوينها بسرعة على السبورة أو لوحة ورقية في مكان بارز للجميع مع ترقية الأفكار حسب تسلسل ورودها ويمكن للقائد بعد ذلك أن يدعو المشاركين إلى التأمل بالأفكار المعروضة وتوليد المزيد منها.

٥- **تحديد أغرب مشكلة:** عندما يوشك معين الأفكار أن ينضب لدى المشاركين يمكن لقائد المشغل أن يدعو المشاركين إلى إختيار أغرب الأفكار المطروحة وأكثرها

بعدا عن الأفكار الواردة وعن الموضوع ويطلب منهم أن يفكروا كيف يمكن تحويل هذه الأفكار إلى فكرة عملية مفيدة وعند انتهاء الجلسة يشكر قائد المشغل المشاركين على مساهماتهم المفيدة

٦- **جلسة التقييم:** الهدف من هذه الجلسة هو تقييم الأفكار وتحديد ما يمكن أخذه منها وفي بعض الأحيان تكوين الأفكار الجيدة بارزة وواضحة للغاية ولكن الغالب تكون الأفكار الجيدة دفيئة يصعب تحديدها ونخشى عادة أن تهمل وسط العشرات من الأفكار الأقل أهمية وعلمية التقييم تحتاج نوعا من التفكير الانكماشى الذي يبدأ بعشرات الأفكار ويلخصها حتى تصل إلى القلة الجيدة.

**أهمية استخدام استراتيجية العصف الذهني في التدريس:**

لإستراتيجية العصف الذهني أهمية في التدريس (محمد مصطفى، ٢٠١٩، عمر إبراهيم، ٢٠٢٢) (Irubaie, Daniel, 2014) حيث أن استخدامها يساعد في:

- التفكير والتعبير بحرية وطلاقة في جو بعيد عن النقد.
- تنمية الثقة بالنفس من خلال طرح الطالب لآرائه بحرية دون خوف من نقد الآخرين له.
- توليد أفكار إبداعية لحل المشكلات بسبب استمطار أكبر قدر من الأفكار.
- التشجيع علي العمل الجاد، وإثارة روح المبادرة والتفوق لدي الطلاب.
- المشاركة الفعالة من جميع الطلاب ، وخاصة الطلاب الخجولين .
- تنمية مهارات التحدث والحوار والإستماع لدي الطلاب.
- حل المشكلات بطرق مبتكرة.
- تفهم طبيعة العلم لدي الطلاب، وتدريبهم علي التفكير العلمي والابتكاري.

## المحور الثاني: الوعي الصحي الوقائي **Protective Health Awareness** مفهوم الوعي الصحي الوقائي:

للعوي بصفة عامة أهمية كبيرة في حياة الطلاب ، حيث يساعدهم علي الإنتماء للمجتمع، والمساهمة في حل مشكلاته وقضاياها، والوعي كما عرفته ( ابتسام عبد الواحد،٢٠٢٠) هو حالة عقلية تمكن الطالب من فهم وإدراك جودة أفكاره ومشاعره الخاصة ، وما يدور حوله من أحداث وظواهر ومشكلات في البيئة المحيطة به، أو بمجتمعه وتفاعله معه مما يؤدي الي النزوع لاتخاذ موقف وقرار تجاه هذه الظواهر والمشكلات.

كما حدد كل من ( Agosti,et.al.,2019, 3, Shah, 2021, 47 ) مجموعة من خصائص الوعي، ومنها أنه:

- **نسبي Relative**: يختلف الوعي من طالب لآخر ، ومن مجتمع الي مجتمع حسب طبيعته ومشكلاته، فهو مرتبط بعوامل اجتماعية وأخلاقية وثقافية.
- **مستمر Continuous**: يتقدم وينمو الوعي من خلال مراحل نمو الطالب المختلفة ، ومتغير طبقا للتغيرات التي تطرأ علي المجتمع من تحديات مثل الأمراض والملوثات.
- **مكتسب Acquired**: يكتسب الطالب الوعي من البيئة المحيطة به كالأسرة، والمدرسة، ووسائل الإعلام ، وغيرها.
- **معرفي Cognitive**: يتأسس الوعي علي مدي توافر المعلومات والمعارف العلمية، والتي يبني عليها الطالب إدراكه وفهمه للموضوعات العلمية والمشكلات الصحية التي تواجه مجتمعه.
- **وجداني Affective**: وهو إحساس الطالب بالمشكلات ومدي قناعته بأهمية دراستها، فتكوين اتجاهات إيجابية أو سلبية نحو القضية المطروحة بناء علي المعلومات التي اكتسبها سابقا.

- **سلوكي Behavioral:** وهو تطبيق الطالب لما اكتسبه وترجمه إحساسه بالمشكلة أو القضية، ويظهر ذلك في سلوكه وأداءه.
- أما الوعي الصحي الوقائي فتعرفه ( فوقية رجب، إيناس محمد، ٢٠١٩ ، ١٨٠) بأنه مستوي الفهم وإدراك الطالب للقضايا الصحية المعاصرة والأمراض المرتبطة بها، وكيفية الوقاية منها، والحد من انتشارها من خلال اتباع الأساليب الصحية الوقائية المناسبة.
- وتشير ( إيمان فتحي، ١١، ٢٠٢١) إلي أن الوعي الصحي الوقائي يتطلب إدراك وفهم وإلمام الطلاب للمعارف والمعلومات والاتجاهات الصحية المناسبة اللازمة لممارسة السلوكيات الصحية الوقائية من الأمراض وتجنب الإصابة بها.
- **مجالات الوعي الصحي الوقائي :**
- أشار بعض الباحثين (عمران عبد القادر ، ٢٠١٩، ٦١٠، شاهنדה محمود، ٢٠٢١، ٨٠٧) إلى مجالات الوعي الصحي والوقائي ومنها:
- **الصحة الشخصية Personal Health:** ويشمل البيئة المنزلية الصحية، والنظافة الشخصية.
- **التغذية Nutrition:** ويشمل هذا المجال الموضوعات التي تحقق الوعي الغذائي الصحي للأفراد.
- **التربية الأمنية والاسعافات الأولية Safety and First Aid Education :** ويشمل الموضوعات المتعلقة بالأمن والسلامة وتجنب المخاطر والحوادث في المنزل، والمدرسة، والشارع.
- **التربية الجنسية Sexual Education :** ويشمل هذا المجال الموضوعات المتعلقة بتوعية الفرد حول التكوين التشريحي والوظيفي للجهاز التناسلي في الإنسان، والزواج، والأمومة، والأبوة، ومراحل تكوين الجنين، والمشكلات الجنسية الصحية.

- **صحة البيئة Environmental Health:** ويهتم هذا المجال بغرس المفاهيم الصحية بشأن المحافظة علي أن تكون البيئة التي يعيش فيها الإنسان وبقية الكائنات الحية بيئة صحية.
  - **الصحة العقلية والنفسية Mental and Psychological Health :** حيث يهتم بتحقيق الكفاءة النفسية والعقلية لدي الأفراد بغرض مساعدتهم علي التحكم في انفعالاتهم، وحمايتهم من الإصابة بالأمراض النفسية والعقلية.
  - **العقاقير والكحوليات والتبغ Drugs, Alcohol and Tobacco:** ويشمل الموضوعات التي تبرز الأضرار الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية الناجمة عن سوء استخدام العقاقير وتعاطي الكحوليات والمخدرات.
  - **الأمراض والوقاية منها Diseases Prevention :** ويهدف هذا المجال إلي دراسة الأمراض المعدية وغير المعدية، وأسبابها وطرق الوقاية منها.
  - **صحة المستهلك Consumer Health:** ويهدف هذا المجال إلي المحافظة علي صحة المستهلك وحمايته، وتقييم الحملات الدعائية، وتصويب المعتقدات والبدع والخرافات غير الصحيحة.
- وأشارت دراسة ( فوقية رجب، إيناس محمد، ٢٠٢١ ) إلي مجالات ومحاوير الوعي الصحي الوقائي ( وسائل الوقاية من الأمراض، الوقاية من أمراض العصر، الوقاية من الأمراض المعدية) ، وكذلك دراسة ( إيمان فتحي، ٢٠٢١ ) والتي حددتها في ( الوقاية من الأمراض الفيروسية، والوقاية من الأمراض البكتيرية، الوقاية بالمناعة)، ولقد حددت الباحثة مجالات الوعي الصحي الوقائي في ( الصحة الشخصية، التغذية الصحية والوقاية من أمراض سوء التغذية ، الأمراض الوبائية.. وطرق الوقاية ، المناعة والوقاية من الأمراض ، الصحة النفسية، الصحة الاجتماعية والوقاية من العزلة الاجتماعية)

## أهمية الوعي الصحي الوقائي:

تنمية الوعي الصحي الوقائي أمر مهم وضروري، فالإهتمام بالصحة هو من أكثر الوسائل التي تعمل علي رقي أي دولة، فقد يواجه المجتمع الكثير من التخلف والجهل في مواجهة العديد من الأمراض والأوبئة بسبب قلة الوعي الصحي الوقائي، كما أنه يعد من الأهداف الأساسية التي ينبغي تامينها لدي الطلاب لمساعدتهم علي اتخاذ القرارات الصحية الوقائية السليمة للمحافظة علي حياتهم.

كما أشارت بعض الدراسات [ أمال إبراهيم، ٢٠٢٠، فرج عبده، ٢٠٢١  
Chuang,et.al.,2015, Ping,et.al.,2018] الي أهمية تنمية الوعي

الصحي الوقائي ، لأنه يسهم في:

تحسين مستوى جودة الحياة لدي الأفراد.

الوقاية من حدوث الأمراض والأوبئة الصحية.

ترشيد الانفاق في مجال العلاج بالأدوية والعقارات.

معرفة الأساليب الوقائية المختلفة والخاصة بكل مرض.

التقليل من المشكلات النفسية المترتبة علي الاصابة بالامراض.

ترجمة الوعي إلي سلوك وقائي يهدف الي المحافظة علي صحة الفرد والمجتمع.

ولأهمية تنمية الوعي الصحي الوقائي ، فقد قامت بعض الدراسات باستخدام

برامج واستراتيجيات مختلفة لتنميته ومنها : دراسة (حنان محمود ،٢٠١٤) والتي

أوضحت فاعلية وحدة مقترحة في ضوء الأحداث الجارية في تنمية الوعي الصحي

الوقائي لدي طلاب كلية التربية ، ودراسة (فوقية رجب ، إيناس محمد ،٢٠١٩)

والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح في التربية الصحية قائم علي بعض القضايا

الصحية المعاصرة في تنمية الوعي الصحي الوقائي وتصويب المعتقدات الصحية

الخطأ لدي طلبة الدبلوم العام في التربية، ، ودراسة (إيمان فتحي ،٢٠٢١) والتي

أوضحت فاعلية استخدام نموذج تنبأ- لاحظ- فسر المدعوم بالمنظمات الرسومية في



تنمية الوعي الصحي الوقائي لدى التلاميذ المعاقين سمعياً بالمرحلة الإعدادية، ودراسة (فرج عبده، ٢٠٢١) والتي أوضحت فاعلية انفوجرافيك لتنمية الوعي الصحي الوقائي للوقاية من فيروس كورونا وعلاقته بجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

### التعلم الاجتماعي العاطفي والوعي الصحي الوقائي:

أوضحت العديد من الدراسات (أحمد حسن، ٢٠١٥، Marsh,et.al.,2018,Coskun,2019,Mckown,2019,Knobbe,2021,Tra n,2021 أن التعلم الاجتماعي العاطفي يسهم في تنمية القدرة علي حل المشكلات، كما أنه يقلل العديد من المشكلات مثل البلطجة والعنف والتتمر، كما ينمي المهارات الحياتية، واتخاذ قرارات سليمة، والتواصل الجيد مع الآخرين.

وترى الباحثة أن التعلم الاجتماعي العاطفي بمهاراته المختلفة يوفر للطالب الأدوات اللازمة للنجاح في الحياة بصفة عامة، فهو يعمل علي تنمية العمليات المعرفية، وتنظيم الإستجابات العاطفية، والتفاعل الجيد مع النفس ومع الآخرين، والتعامل بحكمة مع التوتر والتحديات، ومع المشكلات والمواقف المختلفة في الحياة، والثقة في اتخاذ القرارات السليمة، وكل هذه مهارات مهمة لتنمية الوعي الصحي والوقائي بجوانب الثلاثة المعرفية، والمهارية، والوجدانية،

### المحور الثالث: تقدير الذات Self Esteem

#### مفهوم تقدير الذات

يعد تقدير الذات مفهوماً نفسياً يؤثر بشكل مباشر في سلوك الفرد وطريقة تفكيره وقراراته، كما يحدد مدى قدرته على مواجهة الضغوط، ويساعد الفرد على تحقيق النجاح والتكيف الإجتماعي مع الوسط المحيط به.

ويشير (Khan, Fleva, Qazi, 2015,118) إلى أن تقدير الذات من الحاجات الأساسية للإنسان التي أشار إليها المنظرون في علم النفس، ولعل من

أشهرهم "ماسلو Maslow الذي وضع تنظيمًا هرمياً لحاجات الإنسان، ووضع الحاجة لتقدير الذات في قمته، وهي حاجة كل فرد إلى تكوين رأي صائب عن ذاته وعن احترام الآخرين له والشعور بالكفاءة الشخصية وتجنب الرفض.

ويعرفه ( خالد مؤنس، ٢٠١٩، ٤٥٣ ) بأنه استبصار الفرد لجوانب شخصيته، وتقديره لقدراته العامة، وينعكس ذلك علي الأعمال الموكلة له، وفي تقدير الآخرين له وتقديره لهم، وتقبله لنفسه، وميله نحو ذاته، وثقته بنفسه وبقدراته.

بينما يعرفه (Tasousis,2016,23) بأنه إتجاه الفرد الايجابي أو السلبي تجاه نفسه، والذي ينشأ عن التقييم الشامل لأهميته وقيمه.

ويتفق كل من ( بشري كمال، ٢٠١٩، أحمد مبني، ٢٠٢٢ ) علي أنه التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه، ولقيمه الذاتية، والتي يتم التعبير عنها من خلال اتجاهاته نحو ذاته.

كما يؤكد كل من [Tarigan, 2018, Fernandez–Castillo,Chacon– Lopez,Fernandez– Prados, 2022] أن تقدير الذات المرتفع يثير الإنفعالات الإيجابية للفرد ويساعد على تركيز الإنتباه ويزيد المثابرة والجهد في سبيل تحقيق الأهداف والنجاح، مما يمكنه من تخطي الصعاب والوصول إلى مستوى عال من الإنجاز.

#### العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

أشار كل من (إبراهيم عاطف، ٢٠١٩، ١٣، رجاء سامي، ٢٠٢١، ٤٩) الي أن تقدير الذات سواء كان مرتفعا أو منخفضا يعتمد على بعض العوامل أهمها:

#### الأفكار الذاتية:

إن تقديرنا لذاتنا تحدده أفكارنا الذاتية أو صورتنا التي نرسمها لذواتنا، والأفكار الذاتية هي أفكار في عقولنا نقبلها ونسلم بأنها حقيقة، وأفكارنا الذاتية أساس

صورتنا الذاتية التي تؤثر بشكل كبير علي مستوي تقديرنا لذاتنا، فعندما تكون هذه الصورة ايجابية تنمو لدينا الشعور بالكفاءة، وقيمة الذات. **أراء الآخرين:** يتأثر مستوي تقدير الذات بالكيفية التي يعاملنا بها الآخرين، فالافراد الذين تمت معاملتهم باحترام واهتمام من أشخاص مهمين في حياتهم غالبا ما يكون لديهم تقدير مرتفع للذات.

**المظهر:** ان مظهر الفرد عنصر مهم في تحديد مستوي تقدير الذات، وهذا يرجع أساساً إلي حقيقة أن تقييمات أراء الآخرين تكون مبنية علي مظهرنا. **الإنجاز الأكاديمي:** يعتبر الانجاز الأكاديمي مصدراً لتقدير الذات ، فالدرجة الأكاديمية الجيدة تعزز من شعور الفرد بالقيمة ، والكفاءة وتقدير الذات . **التطلعات الشخصية:** مستوي التطلعات الشخصية تؤثر بالفعل علي الشعور بتقدير الذات، فما يمثل نجاحاً لشخص معين قد يكون فشلاً لشخص آخر. **البراعة في المهام والانجازات :** يتأثر تقدير الذات ببراعة الفرد في أداء المهام والانجازات، فالبراعة في أداء المهام تعزز من شعور الفرد بقيمة ذاته، فهي تجعل الفرد يشعر أنه مهم ، وهذا يقوي ومن تقديره لذاته.

### مظاهر تقدير الذات

ينفق كل من [ محمد السائس، ٢٠١٥، منال عثمان، لبنى عبد الرحمن، Lee, Kim,2015 ,Fedorenko,Bykova,2016, Tarigan, ، ٢٠١٨ ، 2018] على أن هناك مجموعة من الخصائص التي تميز ذوي تقدير الذات المرتفع منها:

- الشعور بأنهم علي درجة عالية من الأهمية.
- لهم مكانتهم الإجتماعية بين الآخرين.
- أكثر ثقة بآرائهم وأفكارهم وأحكامهم.
- يتمتعون بالتحدي والقدرة علي تحمل الشدائد.

- يميلون إلى الاستقلال والابتكار.
  - يتقبلون النقد البناء الموجه اليهم.
  - الرضا عن الذات والاعتزاز والثقة بالنفس.
  - أقل عرضة للضغوط النفسية.
  - يتحملون المسؤولية نحو الأفعال دون لوم أي فرد آخر أو اختلاق الأعذار.
  - حديثهم إيجابي وبناء بعيداً عن الإحباط والتشاؤم.
  - يشعرون بالرضا عن إنجازاتهم لإحساسهم بالمسؤولية إزاء النتائج.
- بينما يتصف الأفراد ذوو تقدير الذات المنخفض بما يلي:**
- المبالغة في التباهي بالذات.
  - الحساسية المفرطة للنقد السلبي الموجه اليهم.
  - الشعور بالإحباط، وأنهم أقل نكاه من الآخرين.
  - الاحجام عن التعبير عن أفكارهم..
  - يعانون ضغوطاً نفسية وعصبية قد تؤدي إلى الإكتئاب والقلق.
  - سهولة التأثر بالآخرين والبحث الدائم عن الاستحسان.
  - الميل إلى سحب أو تعديل آرائهم خوفاً من سخريه ورفض الآخرين.

#### أبعاد تقدير الذات

أشار ( Xiang,et.al.,2019,654 ) الي مكونين لتقدير الذات وهما الكفاءة الذاتية: والتي تعني تمتع الفرد بالثقة بالنفس ، وإيمانه بأنه قادر علي التكيف والتعامل مع التحديات الأساسية في الحياة، والمكون الثاني قيمة الذات: وتعني في الأساس قبول الفرد لنفسه، من غير شرط أو قيد، وأن يكون لديه شعوراً بأنه أهل للحياة وجديراً بأن يبلغ السعادة.

بينما يتفق كل من ( سماح فاروق، ٢٠١٨، ٦٨، خالد مؤنس، ٢٠١٩، ٩٤١ ) علي أن أبعاد الذات تتمثل في الجانب العقلي : وهو تقدير الفرد لقدراته

العامة، والبعد الإجتماعي: وهو تقدير الفرد للأفراد الآخرين، وتقدير الآخرين له، والبعد الإنفعالي: وهو تقبل الفرد لنفسه ، وميله نحو ذاته، وثقته بنفسه وبقدراته المختلفة وشعوره بالأهمية.

وتشير ( شيماء فكري، ٢٠٢٠، ٤٨ ) الي أن لتقدير الذات ثلاثة أبعاد أو مكونات لتحقيق تقدير ذات متزن وهي حب الذات، والنظرة الي الذات، والثقة في الذات، بينما أشارت ( حميدة السيد، ٢٠٢١، ٣٢٧ ) الي أربعة أبعاد لتقدير الذات ( البعد الشخصي، والإجتماعي، والأسري، والأكاديمي).

### أهمية تقدير الذات

تقدير الذات ميزة أساسية ومهمة في شخصية الأفراد، لأنه يؤثر علي سلوكهم وأحاسيسهم ، فإدراك الفرد لذاته يعد محدد للسلوك في المستقبل، وهو عامل مهم للنجاح في الحياة، ويمثل تقدير الذات إحدى الخصائص الإنفعالية المهمة التي تلعب دوراً مهماً في حياة الطلاب [ رجاء محمد، ٢٠١٦، محمد دغيم، ٢٠١٦، علوي اسماعيل، ٢٠١٧، سحر عبد الغني، ٢٠١٩، Tarigan,2018 ] وتتجلى أهمية تقدير الذات في عدة مجالات:

- التكيف مع متغيرات العصر الذي نعيشه.
- القدرة علي مواجهة المواقف والمشكلات المختلفة.
- تحسين الحالة النفسية وتحقيق الأهداف في أفضل صورة ممكنة.
- القدرة على الإبتكار والمرونة وحل المشكلات.
- تحقيق التوازن النفسي والشعور بالرضا والتفاؤل.
- ضبط المشاعر والإنفعالات في المواقف المختلفة.

وأوضحت بعض الدراسات أن تقدير الذات المرتفع يؤثر في أساليب التفكير التي يتبعها الطالب (أحمد حسانين، ٢٠١٦، حنان عبد العزيز، ٢٠١٦ ) ، والتفكير الايجابي ( شيماء فكري، ٢٠١٩ )، والمسئولية الاجتماعية ( منال عثمان، لبني

عبد الرحمن، ٢٠١٨)، وجودة الحياة ( الزهراء مصطفى، ٢٠١٨)، والشعور بالأمن النفسي (مصطفى علي، حسن محمد، ٢٠٢١)، والابتكار الانفعالي ( خالد مؤنس، ٢٠١٨) ، كما أن تقدير الذات المرتفع منبئ للتحصيل الدراسي والإنجاز المعرفي (محمد السائيس، ٢٠١٥، علي سعد، ٢٠١٦)، والدافعية للإنجاز ( نجلاء فتحي، ٢٠١٩، ناهد محمود ، ٢٠٢٢ ) ، والاتجاه نحو التعلم (وفاء صلاح الدين، ٢٠١٥) ، ومستوى الطموح (زينب هدار، جميلة سليمان، ٢٠١٦، فتيحة يعقوب، ٢٠١٦، صالح محمد، ٢٠١٦) ، كما أنه منبئ للأهداف المستقبلية لطلبة الجامعة (فوزية فهد، محمد سليمان، ٢٠١٦).

ولأهمية تقدير الذات كعامل يؤثر في العديد من المتغيرات النفسية والأكاديمية؛ فقد سعت بعض الدراسات لاستخدام إستراتيجيات مختلفة لتنميته ومنها: دراسة ( سماح فاروق، ٢٠١٨) والتي أوضحت فاعلية استخدام نموذج نيدهام البنائي في تنمية تقدير الذات لدي تلاميذ الصف الثالث الاعدادي، ودراسة (شعبان عبد العظيم، ٢٠١٩) والتي أوضحت فاعلية استخدام استراتيجيات نظرية العبء المعرفي في تدريس علم النفس لتنمية تقدير الذات لدى الطلاب ذوي الاعاقة البصرية بالمرحلة الثانوية، ودراسة (أمنية محمد ، ٢٠٢٠) والتي أوضحت فاعلية استخدام إستراتيجية التعاقد في تدريس الأشغال الفنية لتنمية تقدير الذات لتلاميذ المرحلة الإعدادية، ودراسة (ريهام صلاح ، ٢٠٢٠) والتي أوضحت فاعلية استخدام استراتيجية الإبداء لا الإفصاح في تنمية تقدير الذات لدي طلاب الفرقة الثالثة قسم اللغة الانجليزية.

### التعلم الاجتماعي العاطفي وتقدير الذات

يعد الحفاظ علي مستوى الوعي الذاتي حجر الزاوية في التعلم الاجتماعي العاطفي، بما يسمح للطلاب بفهم أكبر لكيفية التوصل الي الإجراءات الإيجابية لتحسين الصورة الذاتية، مثل تحديد المشاعر الإيجابية ، والتعرف علي نقاط القوة

والضعف، وتطوير عقلية النمو، وفهم ذاته ومشاعره وانفعالاته كما تحدث في الواقع، وتأثيرها علي الآخرين.

وترى الباحثة أن التدريس باستخدام التعلم الاجتماعي العاطفي وعمل الطلاب في مجموعات قد يوفر لهم بيئة آمنة للتعبير عن أفكارهم وتصوراتهم بحرية ودون خوف، وقد يحاول كل طالب في المجموعة الاهتمام بالعمل والمشاركة في أداء المهام والأنشطة؛ لكي يصل بمجموعته لأعلى مستوى بين المجموعات الأخرى؛ ولذلك يجب أن يتوفر لديه تقدير لذاته من حيث قدراته العقلية ومن حيث دوره في المجموعة، والانتماء لها، وأن يكون على ثقة بقدرته على تكوين علاقات إيجابية مع مجموعته، وأن يكتسب تقديرهم واحترامهم، وكذلك عليه أن يقدر أفراد مجموعته ويعطي لكل منهم تقديره وأهميته وأن يكون هناك تبادل إيجابي في الأفكار والأدوار داخل المجموعة؛ مما قد ينمي لديه تقدير الذات.

**إجراءات البحث:**

**للإجابة عن أسئلة البحث والتحقق من صحة فروضه تم اتباع الخطوات التالية:**

**أولاً: إعداد البرنامج المقترح:**

١- أسس بناء البرنامج: في ضوء الدراسة النظرية لمحاور البحث ، ودراسة الأدبيات المرتبطة؛ تم استخلاص عدد من الأسس لبناء البرنامج المقترح؛ وهي:

**أ - حاجات وطبيعة المجتمع في الوقت الحالى:**

أصدرت منظمة التعاون الإقتصادي والتنمية (OECD) رؤيتها لمستقبل أنظمة التعليم لعام ٢٠٣٠، وأوضحت أن الأطفال الذين سيلتحقون بالمدرسة عام ٢٠١٨م يحتاجون إلي العيش في دول توفر لهم الازدهار والرخاء وتساعدهم علي أن يكونوا مسؤولين عنها في المستقبل، ويكونوا قادرين علي التنبؤ بالتحديات المستقبلية، والحياة في حقبة تتميز بانفجار جديد في المعرفة العلمية ومجموعة متنامية من

المشكلات المجتمعية المعقدة، وذلك من خلال معلم معد إعداداً جيداً قبل الخدمة، يساعد طلابه على مواجهة المجتمع بفاعلية.

**ب - متطلبات إعداد المعلم :** إن الغاية من إعداد المعلم لمراحل التعليم العام يمكن أن توجه إلى مساعدته على : ( أحمد النجدي وآخرون، ١١٣، ٢٠٠٢ )

- اكتساب المفاهيم الأساسية في مجال تخصصه وتوظيفها.
- اكتساب مهارات التعلم الذاتي.
- اكتساب الثقافة العامة وتنمية الثقافة العلمية .
- اكتساب المعلومات والمهارات والإتجاهات والميول والقيم التي تمكنه من المشاركة بإيجابية في المجتمع والإعداد للمستقبل.

#### ج - الوعي الصحي الوقائي:

مع انتشار الأمراض والأوبئة، مثل وباء فيروس كورونا المستجد ( كوفيد-١٩) والذي ظهر مؤخراً وأثر على جميع مناحي الحياة، مما دفع دول العالم الي العديد من الإجراءات الاحترازية والوقائية لتقليل نسب الإصابة، منها التباعد الاجتماعي، وتطبيق استراتيجيات الإغلاق، وزيادة الوعي الصحية للأفراد، والوعي الصحي الوقائي أحد أهم الإجراءات الاحترازية التي ينبغي تنميتها لدي الفرد من أجل المحافظة علي صحته وصحة الآخرين ووقايتهم من الأمراض المختلفة، وتحقيق النمو الصحي المتكامل، فالوعي الصحي الوقائي وسيلة فعالة ومهمة تقوم علي أسس علمية وعملية، لما لها من دور مهم في تحسن مستوي الصحة العامة لدي أفراد المجتمع.

#### د - التعلم الاجتماعي العاطفي:

يرجع التعلم الاجتماعي العاطفي (SEL) إلي كتابات العالم الفيلسوف أفلاطون، وفي كتابه " الجمهورية" اقترح أن تكون تنمية الفرد شاملة لجميع الجوانب النفسية والعقلية والاجتماعية، ليصبح مواطناً صالحاً، كما تأثر بكتابات رواد التربية مثل



جون ديوي وماريا منتسوري ، الذين أكدوا علي المنهج الشمولي في تربية الأفراد، واتسع مفهوم (SEL) في التوسع عندما تم نشر أول كتاب عن الذكاء العاطفي لديفيد ١٩٩٥م، وبعد ترجمة الكتاب للعديد من اللغات زاد الوعي بأهمية تزويد الطلاب بمهارات التعلم الإجماعي العاطفي ، حيث تكونت منظمتي (CASEL, WALLACE) بالولايات المتحدة الأمريكية ، وقد قدمت برامج لتنمية مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي في مراحل التعليم الأولي ثم امتدت الي المراحل الأخرى من التعليم ( سعد زكي، ٢٠١٨، ٦، مينا عبد المسيح، ٢٠٢٠، ٣٣ ) وبذلك تكون الإجابة قد تمت عن السؤال الفرعي الأول من أسئلة البحث.

## ٢ . أهداف البرنامج العامة والإجرائية:

تمثل الهدف العام للبرنامج في تقديم برنامج مقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي، وقياس تأثيره على تنمية الوعي الصحي الوقائي وتقدير الذات، وتمثلت أهداف البرنامج العامة في:

- تعريف الطالبة بالمعارف العلمية المرتبطة ببعض القضايا الصحية والتي تمكنها من مسايرة كل جديد مرتبط بالصحة عن طريق التعلم الاجتماعي العاطفي.
- تنمية مهارات التعلم الذاتي لدى الطالبة المعلمة لتتمكن من مسايرة كل ما هو جديد في مجال الصحة والوقاية .
- تدريب الطالبات على الحوار والمناقشة ، من خلال مخططات البيت الدائري والعصف الذهني.
- تنمية الإتجاهات الإيجابية لدى الطالبة المعلمة تجاه بعض قضايا الصحة والوقاية .
- تنمية قدرة الطالبة المعلمة على اتخاذ القرارات الصحية السليمة في مواقف الحياة المختلفة .
- تنمية تقدير الذات لدي الطالبة المعلمة.

- تقدير جهود العلماء في البحث العلمي والكشف عن كل ما هو جديد في علاج الأمراض .
  - تقدير قدرة الله في توفير اللوقاية والعلاج للأمراض المختلفة و تنوعه .
- أما أهداف البرنامج الإجرائية فقد تم توضيحها بالتفصيل في دليل التدريس ، وفي بداية كل موضوع من موضوعات البرنامج المقترح للطالبة المعلمة.

### ٣- تحديد محتوى البرنامج المقترح :

**تحديد محتوى البرنامج :** قامت الباحثة بالإطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة المرتبطة بكل من التعلم الاجتماعي العاطفي والوعي الصحي الوقائي، وتقدير الذات، بهدف التعرف على أهم الموضوعات التي ستضمن في البرنامج ، وكذلك طرق تدريسها في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي ، كما يلي:

أ- إعداد استبانة مفتوحة\* لتحديد القضايا والموضوعات الصحية ، والتي تهم الطالبة المعلمة في الوقت الحالي ، وكذلك في المستقبل ، تم عرضها على مجموعة من الأساتذة في مجالي التربية والصحة ، وكذلك على طالبات الفرقة الثالثة تعليم أساسي لغة عربية للعام الدراسي ٢٠٢١م - ٢٠٢٢م بالفصل الدراسي الأول ، وكان عددهن (٨٠) طالبة ، لابداء الرأي حول الموضوعات التي تود دراستها ، ومن القضايا والموضوعات التي تم اقتراحها ( الصحة الشخصية، الصحة النفسية، الصحة الاجتماعية والتوافق الاجتماعي، التغذية الصحية، الأمراض الوبائية، المناعة، الصحة الإيجابية، التربية الأمنية، التربية الجنسية، صحة المستهلك، اللياقة البدنية)

وعليه تم عمل استبيان مغلق\*\*تضمن الموضوعات والقضايا التي تم تحديدها ، وذلك لتحديد موضوعات البرنامج في صورتها النهائية ، وتم عرضه على مجموعة من الأساتذة في مجالي التربية والصحة لتوضيح مدى أهمية دراستها للطالبة المعلمة، وتم اختيار الموضوعات التي بلغت أهميتها ٩٥% فأكثر ، وهي ( الصحة الشخصية،

## الصحة النفسية، الصحة الاجتماعية والتوافق الاجتماعي، التغذية الصحية، الأمراض الوبائية، المناعة)

١\* ملحق (١): الاستبيان المفتوح. ملحق (٢) : الاستبيان المغلق.

ب- تنظيم المحتوى وطريقة عرضه : تم تنظيم المحتوى في صورة موضوعات، وهي:

- الموضوع الأول : الصحة الشخصية .
- الموضوع الثاني : التغذية الصحية والوقاية من أمراض سوء التغذية.
- الموضوع الثالث: الأمراض الوبائية.. وطرق الوقاية.
- الموضوع الرابع : المناعة والوقاية من الأمراض.
- الموضوع الخامس : الصحة النفسية.
- الموضوع السادس : الصحة الاجتماعية والوقاية من العزلة الاجتماعية.

٤- الإستراتيجيات والأنشطة التعليمية للبرنامج المقترح: تنوعت إستراتيجيات التدريس والتي اعتمدت المناقشات الفردية والجماعية، والعمل في مجموعات، ومنها ( مخطط البيت الدائري، العصف الذهني) ، وتقديم الأنشطة الخاصة بكل مجموعة ومناقشتها، وتنوعت الوسائط التعليمية من جهاز الكمبيوتر وشاشة العرض؛ لعرض شرائح العروض التقديمية ( PPT)، وصور ورسوم توضيحية .

١- أساليب تقويم البرنامج المقترح: تنوعت أساليب التقويم؛ فشملت التقويم المبدئي حيث شمل تطبيق اختبار التحصيل المعرفي لمحتوى البرنامج المقترح ، ومقياس الاتجاه نحو بعض القضايا الصحية والوقاية منها، اختبار التصرف في المواقف الحياتية، ومقياس تقدير الذات).

\*ملحق(٣): كراسة أنشطة الطالبة للبرنامج المقترح. \*\*ملحق (٤) : دليل  
التدريس .

٢- **التقويم البنائي:** تم التقويم البنائي في أثناء التدريس من خلال تقويم الطالبات في أثناء مناقشتهم أثناء المحاضرة، وأداء الأنشطة والمهام المتضمنة ، ثم **التقويم النهائي؛** ويتم في نهاية كل محاضرة؛ لتعرف مدى اكتساب الطالبات للخبرات المتضمنة بها، وفي نهاية البرنامج المقترح تم تطبيق اختبار التحصيل المعرفي لمحتوى البرنامج المقترح ، ومقياس الاتجاه نحو بعض القضايا الصحية والوقاية منها، واختبار التصرف في المواقف الحياتية، ومقياس تقدير الذات.

**ضبط البرنامج :** تم ضبط البرنامج من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين في تخصص المناهج وطرق التدريس ، لتحديد مدى صحة المعلومات الواردة به ، ومدى مناسبتها للتطبيق على الطالبات المعلمات ، وقد تم أخذ آراء المحكمين في الاعتبار عند إعداد الصورة النهائية للبرنامج المقترح .

و بذلك تكون الإجابة قد تمت عن السؤال الفرعي الثاني من أسئلة البحث.

**ثانياً: إعداد كراسة أنشطة الطالبة للبرنامج المقترح:**

تم إعداد كراسة نشاط الطالبات لموضوعات البرنامج المقترح\* وقد اشتملت علي الأهداف الإجرائية لكل موضوع، والأنشطة المصاحبة لموضوعات البرنامج في ضوء استراتيجيتي مخطط البيت الدائري والعصف الذهني، والتقويم لكل موضوع.

**ثالثاً: إعداد دليل تدريس البرنامج المقترح:**

تم إعداد دليل لتدريس البرنامج المقترح\*\* وقد تضمن: مقدمة الدليل، مجموعة من الإرشادات والتوجيهات لتنفيذ البرنامج ، الأهداف العامة للبرنامج المقترح، والأهداف الإجرائية لكل موضوع، والجدول الزمني للتدريس، مراحل تنفيذ الموضوعات باستخدام استراتيجيتي العصف الذهني ، ومخطط البيت الدائري، والتقويم البنائي والنهائي لكل موضوع من موضوعات البرنامج.

رابعاً: إعداد أدوات البحث:

في ضوء أهداف البحث أعدت الباحثة الأدوات الآتية:

(١) اختبار التحصيل المعرفي :

الهدف من الاختبار:

هو قياس تحصيل الجانب المعرفي لمحتوى البرنامج المقترح ، وقد تم صياغة مفردات الاختبار اختيار من متعدد وقد تم مراعاة شروط هذه النوع من الأسئلة، وتوزيع مفردات الاختبار بحيث تغطي جميع موضوعات البرنامج ، كما تم وضع تعليمات واضحة للاختبار.

صدق الاختبار :

للتأكد من صدق الاختبار قامت الباحثة بعرضه في صورته الأولية المتكونة من (٦٣) سؤالاً على نفس مجموعة من المحكمين المتخصصين\*، لإبداء الرأي حول مدى سلامة وصحة الاختبار من حيث الصياغة والمضمون العلمي، ومدى ارتباط العبارات بالموضوعات، وتم تعديل الاختبار في ضوء الآراء، وقد أبدى المحكمون بعض التعديلات التي أخذتها الباحثة في الاعتبار عند إعداد الصورة النهائية للاختبار، حيث تم حذف ثلاث عبارات لتقارب المعني مع عبارات أخرى.

التجربة الاستطلاعية للاختبار:

طبق الاختبار في صورته الأولية على (٥٥) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية ، للأغراض التالية:

حساب زمن الاختبار: تبين من خلال التجريب الإستطلاعي للاختبار أن الزمن المناسب لانتهاج جميع الطالبات من الإجابة عن جميع أسئلة الاختبار هو (٧٠) دقيقة.

**حساب ثبات الاختبار:** تم حساب ثبات الاختبار بإعادة التطبيق للاختبار، بفارق زمني قدره أسبوعان ، وكانت قيمة الثبات تساوي (٠,٨٥) وهذا يشير إلى أن الاختبار يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات، ويصلح كأداة للقياس .

### الصورة النهائية للاختبار:

بلغ عدد مفردات الاختبار في صورته النهائية (٦٠) مفردة؛ وجدول (٢) يوضح مواصفات اختبار التحصيل المعرفي لمحتوى البرنامج المقترح، كما تم تصحيح الاختبار بناء على مفتاح التصحيح الذي أعدته الباحثة ؛ وتم تقدير درجة واحدة لكل إجابة صحيحة، وصفر للإجابة الخاطئة؛ وبذلك تصبح الدرجة النهائية\* للاختبار (٦٠) درجة، والدرجة الصغرى (صفر)؛ وجدول (١) يوضح مواصفات اختبار التحصيل المعرفي لمحتوى البرنامج<sup>٢</sup>.

### جدول (١)

#### مواصفات اختبار التحصيل المعرفي

الموضوع	أرقام الاسئلة		النسبة
	تذكر	فهم	
الصحة الشخصية	٢، ١٦، ٣٠، ٤٩	٣، ٢٢، ٣٧	١٠
التغذية الصحية والوقاية من أمراض سوء التغذية	٦، ٢٣، ٤٠، ٥٢	٤، ٣١، ٤٧، ٥٠	١٢
الأمراض الوبائية وطرق الوقاية	٩، ٢٦، ٤٥، ٥٣	٥، ١٨، ٣٨	١٠

\* ملحق (٥) : أسماء السادة المحكمين. ملحق (٦) : اختبار التحصيل المعرفي.

المناعة والوقاية من الأمراض	٧، ٢٩، ٤١، ٥٤	١٠، ٢٤، ٣٢	١٧، ٣٥	١٠	١٦,٦٦ %
الصحة النفسية	١، ٢٧، ٤٦، ٥٦	١٢، ٢٠، ٣٣	١٩، ٤٤	٩	١٥ %
الصحة الاجتماعية	٨، ٢٨، ٤٨، ٥٥	١٥، ٢٥، ٣٩	٢١، ٣٦	٩	١٥ %
الاختبار ككل	٢٧	١٩	١٤	٦٠	١٠٠ %

## (٢) مقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الصحة :

**الهدف من المقياس :** يهدف إلى قياس مقدار النمو في اتجاهات الطالبات نحو قضايا البرنامج المقترح.

**طريقة اعداد المقياس :**

تم استخدام طريقة ليكرت Likert ذات الإستجابات الخمسة (أوافق بشدة- أوافق - محايد- لا أوافق - لا أوافق بشدة) ويتضمن المقياس عبارات موجبة وأخرى سالبة ، ويتم تحويل استجابة الطالبة الى أوزان تقديرية تتراوح بين (٥-١) في حالة بدائل الاستجابات الخمسة .

**صدق المقياس:**

للتأكد من صدق المقياس تم عرضه في صورته الأولية متضمنا ( ٦٨ ) عبارة على نفس مجموعة محكمي البحث المشار إليها سابقا، وذلك للحكم على مدى وضوح تعليمات المقياس ، ومدى ارتباط العبارات بقضايا المقياس، وقد أسفرت نتائج التحكيم عن تعديل صياغة بعض العبارات التي تبدأ بالنفي ، إلى جانب حذف لبعض العبارات لتكرار معناها مع عبارات أخرى.

❖ **التجربة الاستطلاعية للمقياس:**

طبق المقياس في صورته الأولية على نفس العينة السابقة بغرض : حساب زمن المقياس : تبين من خلال التجريب الاستطلاعي للاختبار أن الزمن المناسب لانتهاء جميع الطالبات من الإجابة عن مفردات الاختبار هو (٤٠) دقيقة.

**حساب ثبات المقياس:** تم حساب ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا كرونباك حيث تستخدم لاجاد ثبات المقاييس المترجة من النوع الخماسي أو الثلاثي ، وبلغت قيمته (٨١)، مما يدل على أن المقياس يتسم بدرجة مقبولة من الثبات.

### الصورة النهائية للمقياس :

بلغ عدد مفردات المقياس في صورته النهائية \* (٦٠) عبارة موزعة على مقياس خماسي متدرج (أوافق بشدة- أوافق- محايد- لا أوافق - لا أوافق بشدة)، وتم تقدير الدرجات بأن يعطى للطالبة درجات ( ٥-٤-٣-٢-١ ) على الترتيب في حالة العبارات الموجبة، وتعطى درجات ( ١-٢-٣-٤-٥) على الترتيب في حالة العبارات السالبة، وبذلك تكون أقصى درجة تحصل عليها الطالبة (٣٠٠) درجة وأقل درجة تحصل عليها الطالبة (٦٠) درجة، ويوضح جدول (٢) مواصفات مقياس الاتجاه نحو بعض القضايا المتعلقة بالصحة والوقاية .

### جدول ( ٢ )

مواصفات مقياس الاتجاه نحو بعض القضايا الصحية الوقائية .

أبعاد الاختبار	العبارات الموجبة	العبارات السالبة	المجموع	النسبة المئوية
الصحة الشخصية	٣٨،٤٣،١٩،٨،١	٤٥،٦،١١،٣١،٥١	١٠	٪١٦،٦٦
التغذية الصحية والوقاية من أمراض سوء التغذية	٤٤،٢٤،٣٢،٣،١٤	٢١،٣٥،١٢،٥٠،٥٧،٦٠	١٢	٪٢٠
الأمراض الوبائية وطرق الوقاية	٤٢،٢٠،٣٦،٩،٤	٣٣،٢٥،١٥،٥٦	١٠	٪١٦،٦٦

\* ملحق (٧) : مقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الصحة .



المناعة والوقاية من الأمراض	٢، ١٣، ٣٩، ٢٢، ٥٣	٢٨، ١٧، ٤٠، ٥٥، ١٠	١٦، ٦٦، %
الصحة النفسية	٧، ٣٠، ١٠، ٤٧، ٥٤	١٦، ٢٩، ٤١، ٥٨	١٥، %
الصحة الاجتماعية	٢٣، ٥، ٢٧، ٤٦، ٣٧	٢٦، ١٨، ٣٤، ٤٩	١٥، %
المجموع	٣٢	٢٨	٦٠، %١٠٠

### ٣- اختبار التصرف في المواقف الحياتية :

**الهدف من الاختبار :** يهدف هذا الاختبار الى التعرف على مستوى قدرة الطالبة على استخدام ما اكتسبته من معارف ومهارات واتجاهات في تنمية مهارة اتخاذ القرار المناسب للتصرف في المواقف الحياتية المختلفة والمتعلقة بقضايا البرنامج ، و تمت صياغة مفردات الاختبار على شكل مواقف ومشكلات تواجه الفرد في حياته اليومية ، وأمام كل موقف أربعة بدائل ، وقد تمت صياغة مواقف متصلة بالموضوعات المقترحة بالبرنامج ، وتكون الاختبار في صورته الأولية من ( ٣٢ ) موقف، من نوع الاختيار من متعدد ، وتدور حول موضوعات البرنامج.

**صدق الاختبار:** للتأكد من صدق المقياس تم عرضه في صورته الأولية على نفس مجموعة المحكمين المشار إليها سابقا، وذلك للحكم على مدى وضوح تعليمات الاختبار ، ومدى ارتباط العبارات بقضايا الاختبار، وقد أسفرت نتائج التحكيم عن تعديل صياغة بعض العبارات ، وحذف البعض لتكرار بعض المواقف أو تشابهها لنفس القضية.

**التجربة الاستطلاعية للاختبار:** طبق الاختبار في صورته الأولية على نفس العينة السابقة المشار إليها بغرض :. **حساب زمن الاختبار :** تبين من خلال التجريب الاستطلاعي للاختبار أن الزمن المناسب لانتهاه جميع الطالبات من الإجابة عن مفردات الاختبار هو (٤٠) دقيقة.

حساب ثبات الاختبار: تم حساب ثبات الاختبار باستخدام معادلة كيودر ريتشاردسون الصيغة ٢١، وبلغ معامل الثبات قيمته (٠,٧٩)، مما يدل على أن الاختبار يتسم بدرجة مقبولة من الثبات.

الصورة النهائية للاختبار : بلغ عدد مفردات الاختبار في صورته النهائية \* (٣٠) موقفاً، وقد أعطي لكل موقف درجة واحدة إذا اختارت الطالبة الإجابة التي تعبر عن التصرف السليم ، وصفرًا إذا اختارت الطالبة إحدى الإجابات التي تعبر عن التصرف غير السليم، وبهذا تكون الدرجة الكلية لاختبار التصرف في المواقف ( ٣٠ درجة ) ، والدرجة الصغرى ( صفر )، ويوضح جدول (٣) مواصفات اختبار التصرف في المواقف الحياتية.

### جدول (٣)

مواصفات اختبار التصرف في المواقف الحياتية.

أبعاد الاختبار	أرقام المواقف	عدد المواقف	النسبة المئوية
الصحة الشخصية	١، ٨، ١٥، ٢٢	٤	١٣.٣٣%
التغذية الصحية والوقاية من أمراض سوء التغذية	٧، ١١، ١٨، ٢٤، ٢٨	٦	٢٠%
الأمراض الوبائية وطرق الوقاية	٣، ١٤، ١٦، ٢٠، ٢٦، ٣٠	٦	٢٠%
المناعة والوقاية من الأمراض	٢، ١٢، ١٩، ٢٧	٥	١٦.٦٧%
الصحة النفسية	٥، ١٣، ٢١، ٢٩	٤	١٣.٣٣%
الصحة الاجتماعية	٤، ١٠، ١٦، ٢٣، ٢٥	٥	١٦.٦٧%
المجموع	٣٠	٣٠	١٠٠%

\* ملحق (٨) : اختبار التصرف في المواقف الحياتية .

**(٤) إعداد مقياس تقدير الذات:**

▪ **الهدف من المقياس:** التعرف على درجة تقييم الطالبة لذاتها (مجموعة البحث)، وذلك من خلال استجاباتهم من حيث القبول أو الرفض للعبارات التي يتضمنها المقياس.

▪ **تحديد أبعاد المقياس:**

تم تحديد أبعاد المقياس في ضوء مراجعة بعض مقاييس تقدير الذات مثل مقياس كوبر سميث، ومقياس روزنبرج، وكذلك بعض الدراسات التي اهتمت بقياس وتنمية تقدير الذات (شعبان عبد العظيم، ٢٠١٩، أمينة محمد، ٢٠٢٠، ريهام صلاح، ٢٠٢٠)؛ وقد تم تحديد ثلاثة أبعاد للمقياس وهي: المجال العقلي، المجال الاجتماعي، المجال الإنفعالي.

• **المجال العقلي:** وتعني تقدير الطالبة لقدراتها العامة كما تنعكس في الجانب الأكاديمي.

• **المجال الاجتماعي:** وتعني تقدير الطالبة المعلمة لعلاقتها بالآخرين، ومدى تقدير الآخرين له

• **المجال الانفعالي:** وتعني ميل الطالبة المعلمة نحو ذاتها، وثقتها بنفسها، ومدى إحساسها بالأهمية.

▪ **صياغة عبارات المقياس**

تم صياغة عبارات المقياس في الأبعاد الثلاثة، وقد درجت الإجابة عن عبارات المقياس تدريجاً خماسياً طبقاً لنموذج ليكرت ذي المستويات الخمسة (أوافق بشدة - أوافق - محايد - لا أوافق - لا أوافق بشدة)، وتكون المقياس من (٥٠) عبارة موزعة غلي الأبعاد الثلاثة.

### ▪ صدق المقياس

تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة محكمي البحث السابقة؛ بهدف التعرف على مدى تمثيل العبارات للبعد الذي تقيسه، ومدى وضوح العبارات ودقة صياغتها وملاءمتها للطالب معلم العلوم ، وقد أسفر ذلك عن إجراء بعض التعديلات شملت تعديل صياغة بعض العبارات.

### ▪ التجربة الاستطلاعية للمقياس

طبق المقياس في صورته الأولية على نفس المجموعة المشار إليها، للأغراض التالية:

- حساب زمن المقياس: تبين من خلال التجريب الاستطلاعي للمقياس أن الزمن المناسب لانتهاء جميع التلاميذ من الإجابة عن جميع أسئلة المقياس هو (٤٠) دقيقة.
- حساب ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بتطبيق معادلة سبيرمان وبراون، وكانت قيمة الثبات تساوي (٨٣)، وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات، ويمكن الاعتماد عليه كأداة للقياس.

### ▪ الصورة النهائية للمقياس

بلغ عدد مفردات المقياس في صورته النهائية (٤٥) مفردة؛ وتم تصحيح المقياس بناء على مفتاح التصحيح الذي أعدته الباحثة؛ وقد أعطيت العبارة الموجبة (٥) درجات أوافق بشدة، (٤) درجات أوافق، (٣) درجات محايد، (٢) لا أوافق، (١) لا أوافق بشدة، والعكس في حالة العبارات السالبة، وبذلك تكون الدرجة النهائية للمقياس \* (٢٢٥) درجة، والدرجة الصغرى (٤٥)؛ وجدول (٤) يوضح مواصفات مقياس تقدير الذات.<sup>٣</sup>

<sup>٣</sup> \* ملحق (٩) : مقياس تقدير الذات .

## جدول (٤)

## مواصفات مقياس تقدير الذات

أبعاد المقياس	العبارات الموجبة	العبارات السالبة	عدد الأسئلة	النسبة المئوية
المجال العقلي	١، ٥، ١٥، ٢١، ٢٤، ٣١	٤، ٧، ١٢، ٣٩، ٢٦، ١٩، ٣٤	١٥	٣٣، ٣٣%
المجال الاجتماعي	١٠، ٢، ١٦، ٢٨، ١٨، ٣٣	٢٢، ١٤، ٨، ٢٥، ٣٠، ٣٥، ٤١	١٥	٣٣، ٣٣%
المجال الانفعالي	٣، ٦، ١١، ١٧، ٣٢، ٢٣	٩، ٢٠، ١٣، ٢٩، ٢٧، ٤٤، ٣٦	١٥	٣٣، ٣٤%
المجموع	٢٤	٢١	٤٥	١٠٠%

رابعاً: التصميم التجريبي وإجراءات البحث:

اتبع البحث المنهج التجريبي التصميم شبه التجريبي وكانت الخطوات المتبعة كالتالي:

**متغيرات البحث:** المتغير المستقل: المعالجة التدريبية (البرنامج المقترح في ضوء التعلم الاجتماعي العاطفي) والمتغير التابع ( الوعي الصحي الوقائي : التحصيل المعرفي، والاتجاه نحو بعض القضايا الصحية، والتصرف في المواقف الحياتية، وتقدير الذات ).

**اختيار مجموعة البحث:** شملت مجموعة البحث طالبات الفرقة الرابعة تعليم أساسي لغة عربية ، وقد تكونت من (٩٢) طالبة .

**التطبيق القبلي لأدوات البحث:**

تم تطبيق أدوات الدراسة (اختبار التحصيل المعرفي ، مقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الصحة والوقاية ، والتصرف في المواقف الحياتية، ومقياس تقدير الذات) على مجموعة البحث، في بداية الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي

(٢٠٢٢/٢٠٢١م) ؛ وذلك للحصول على المعلومات القبلية التي تساعد في العمليات الإحصائية الخاصة بنتائج البحث.

**خامسا: تطبيق البرنامج المقترح:** قامت الباحثة بتطبيق البرنامج المقترح بالفصل الدراسي الثاني للعام ٢٠٢١-٢٠٢١م، بواقع محاضرة أسبوعيا ( ساعتين)، واستمر لمدة (٦) أسابيع.

**سادسا : التطبيق البعدي لأدوات البحث :** عقب الانتهاء من تدريس البرنامج المقترح لمجموعة البحث، أعيد تطبيق أدوات البحث: اختبار التحصيل المعرفي، مقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الصحة والوقاية ، والتصرف في المواقف الحياتية، ومقياس تقدير الذات في أيام ٤، ٥ أبريل ٢٠٢٢م.

**انطباعات وتعليقات الطالبات عن تجربة البحث:**

▪ عند تطبيق أدوات البحث قبلياً، أظهرت الطالبات نوعاً من التوتر والضيقة لعدم معرفتهن بمحتوي الاختبارات، ولكن ومع شرح الهدف منها بأسلوب بسيط والأهمية التي ستعود عليهن من دراسة البرنامج المقترح، وأنه لا علاقة له بتقديرتهن ، أظهرن نوعاً من الرضا والهدوء والاستعداد لدراسة البرنامج المقترح.

▪ أثناء تطبيق البرنامج أظهرت الطالبات نوعاً من الاستمتاع بدراسة موضوعات البرنامج وخاصة أنها موضوعات حيوية ومهمة وحتمية تمس حياتهن بصورة مباشرة، وأظهرت الطالبات زيادة في مستوى الوعي الصحي الوقائي لديهن ، وظهر ذلك من خلال ردود أفعالهن نحو المواقف والمشكلات الصحية المختلفة والتي تضمنها البرنامج المقترح.

▪ تواصلت مجموعة الطالبات عن طريق وسائل اتصال مختلفة ومتعددة مثل الواتس اب الخاص بكل منهن؛ حيث أنشأوا مجموعة علي الواتس اب بعنوان " الوعي الصحي الوقائي"، لمتابعة العمل بينهن؛ وأوضحن أنهن سيستمرون في التواصل مع بعضهن بعضاً؛ لحل أي مشكلة تقابلهم في القيام بالأنشطة.

▪ أبدت الطالبات نوعاً من تقدير الذات أثناء دراسة البرنامج وظهر ذلك من خلال إقبالهن على المشاركة في الأنشطة والمشروعات المطلوبة منهن ، والتي ساعدت في تغيير الكثير من عاداتهن الصحية الخاطئة .

▪ أشارت بعض الطالبات أنهن قد استفدن من التعلم في المجموعات الصغيرة ،حيث استفادت كل طالبة من خبرات الأخريات، كما أن العمل في مجموعات ولد لديهن الحافز على التفوق على المجموعات الأخرى من حيث حل الأنشطة والمهام المطلوبة .

▪ استفادت الباحثة شخصياً من خبرات الطالبات ، وكذلك من مراجعتهن وأبحاثهن التي قدمنها عن كل موضوع وعرض خبراتهن الشخصية ، وأبدت الباحثة سعادة كبيرة في تعاملها مع الطالبات، والمناقشات التي كانت تقام حول كل موضوع ؛ لأنهن طاقة إبداع كبيرة ، ولكنها تحتاج إلى من يدعمها ويوجهها التوجيه الصحيح.

**سابعا : المعالجة الإحصائية:** بعد الانتهاء من كل من التطبيقين القبلي والبعدي لكل من أدوات البحث؛ قامت الباحثة برصد الدرجات الخاصة بمجموعة البحث، والمعالجة الإحصائية للنتائج باستخدام برنامج SPSS وتم الاستعانة باختبار  $T - Test$  للمجموعات المرتبطة .

**ثامناً: نتائج البحث ومناقشتها:** فيما يلي عرض للنتائج التي تم التوصل إليها للإجابة عن أسئلة البحث، والتحقق من صحة الفروض المرتبطة بها.

#### ١. النتائج المتعلقة باختبار التحصيل المعرفي:

**للإجابة عن السؤال الفرعي الثالث للبحث " ما تأثير البرنامج المقترح في تنمية الوعي الصحي الوقائي لدي الطالبة المعلمة بكلية البنات ؟"**، تم حساب التالي:

١. حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار التحصيل المعرفي، وحساب قيمة (ت)

ودلالاتها، كما يوضحها جدول (٥) ؛ للكشف عن دلالة الفروق قبل وبعد تطبيق البرنامج، وجدول (٥) يوضح نتائج ذلك .

### جدول (٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيم (ت) ودلالاتها؛ وحجم

التأثير ودلالته لنتائج التطبيق القبلي والبعدي

لاختبار التحصيل المعرفي لطالبات مجموعة البحث (ن = ٩٢)

أبعاد الاختبار	الدرجة العظمى	التطبيق القبلي		التطبيق البعدي		قيمة "ت" * حجم التأثير **
		١ م	١ ع	٢ م	٢ ع	
الصحة الشخصية التغذية	١٠	٢.١٩	١.٢١	٧.٧٣	١.١٢	*١٣.٥١ كبير ***٣.٤٠
الصحية والوقاية من أمراض سوء التغذية	١٢	٣.٢٦	١.١٣	٩.٦٣	١.٠٩	*١٤.٣٩ كبير ***٣.٥٢
الأمراض الوبائية وطرق الوقاية	١٠	٢.٣٩	١.٧٦	٦.٧٩	٠.٩٤	*١٧.٢٢ كبير ***٤.٢٧
المناعة والوقاية من الأمراض	١٠	٣.٠٨	١.٣٥	٦.١٩	١.١٦	*٢١.٠٤ كبير ***٢.٩٤
الصحة النفسية	٩	٢.٤٠	١.١٩	٤.٩٨	٠.٩٨	*١٦.٥٤ كبير ***٣.٣٢
الصحة	٩	٢.٥٣	١.٢٦	٥.٥٨	٠.٩٦	*١٥.١٦ كبير ***٤.٣٥



الاجتماعية	كبير	كبير	كبير	كبير	كبير	كبير	كبير	كبير	كبير
الاختبار	الاختبار	الاختبار	الاختبار	الاختبار	الاختبار	الاختبار	الاختبار	الاختبار	الاختبار
٦٠	١٥.٨٥	١.٩٢	٤٠.٩٠	٣.٧٦	١٣.٥٢	٣.٢٣	٣.٢٣	٣.٢٣	٣.٢٣
ككل	ككل	ككل	ككل	ككل	ككل	ككل	ككل	ككل	ككل

يتضح من نتائج جدول (٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار التحصيل المعرفي لمحتوى البرنامج المقترح في اتجاه التطبيق البعدي ، وهذا يؤكد صحة الفرض الأول ، وبذلك يقبل الفرض الأول للبحث، ويدل على أن دراسة البرنامج المقترح ساهم في تنمية التحصيل المعرفي لمحتوى البرنامج المقترح.

#### تفسير النتائج الخاصة بتأثير البرنامج المقترح على التحصيل المعرفي :

أوضحت نتائج اختبار الفرض الأول تنمية التحصيل المعرفي لمحتوى البرنامج المقترح ؛ ودل على ذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار التحصيل المعرفي لمحتوى البرنامج المقترح في اتجاه التطبيق البعدي ، كما دل حجم التأثير الكبير على الاختبار، تأثير البرنامج المقترح في تنمية التحصيل المعرفي لمحتوى البرنامج المقترح.

وترى الباحثة أن تأثير البرنامج المقترح في تنمية التحصيل المعرفي قد يرجع

إلى:

- ما قدمه البرنامج من خلفية نظرية مفصلة عن موضوعات البرنامج.
- المناقشة المتبادلة بين الباحثة والطالبات ، وبين مجموعات الطالبات أنفسهن ساعد على توضيح العديد من جوانب الموضوعات واستفادت كل طالبة من خبرات الأخريات.

- تقديم محتوى البرنامج بطريقة بسيطة وشيقة شجع الطالبات على القراءة والبحث؛ للوصول إلى أكثر قدر من المعرفة حول الموضوعات، ومشاركتها مع باقي المجموعة عبر مجموعتهن " الوعي الصحي الوقائي " عبر الواتس اب.
- التنوع في أساليب التدريس بين المناقشة والحوار والعصف الذهني ، ومخطط البيت الدائري ساعد في زيادة فهمهن لموضوعات البرنامج.
- اقتناع الطالب بأهمية الوعي الصحي الوقائي شجعهن علي المشاركة الفعالة والايجابية، مما مكنهن من اكتساب المحتوى المعرفي لموضوعات البرنامج.
- الحرص علي تعريف الطالبات بالنواتج المعرفية لتعلم كل جلسة ساعدهم علي تحديد المتوقع منهن، وبذل الجهد المطلوب لتحقيقه.

وبهذا تتفق نتائج اختبار الفرض الأول مع ما توصلت إليه الدراسات التالية التي اهتمت بتنمية التحصيل المعرفي للوعي:

دراسة (فوقية رجب ، إيناس محمد ، ٢٠١٩) والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح في التربية الصحية قائم علي بعض القضايا الصحية المعاصرة في تنمية الجانب المعرفي للوعي الصحي الوقائي لدي طلبة الدبلوم العام في التربية ، ودراسة ( مريم رزق، ٢٠٢٢) والتي أوضحت فاعلية وحدة مقترحة في تدريس العلوم قائمة علي التعلم الاجتماعي والعاطفي في تنمية الجانب المعرفي للوعي بالمناعة لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية.

ثانياً: نتائج تطبيق مقياس الاتجاه نحو بعض قضايا الصحة والوقاية :

٢. حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه ، وحساب قيمة (ت) ودلالاتها، كما يوضحها جدول (٦).

## جدول ( ٦ )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيم (ت)، ودلالاتها وحجم التأثير ودلالاته لنتائج

التطبيقات القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه للطالبات مجموعة البحث (ن = ٩٢)

حجم	قيمة "ت" *	التطبيق البعدي		التطبيق القبلي		الدرجة	أبعاد المقياس
		٢ع	٢م	١ع	١م		
	*١٢.٦١					٥٠	الصحة الشخصية
كبير	**٣.٦٢	١.٣٢	٣٩.٢٥	١.٦١	١٩.٩٢		
	*١٣.٦٩					٦٠	التغذية الصحية
كبير	**٣.٨٤	١.٠٤	٤٦.٨٣	١.٤٣	٢٤.٧٦		والوقاية من أمراض سوء التغذية
	* ٢١.٢٠					٥٠	الأمراض الوبائية
كبير	**٤.٧٤	١.٣٤	٣٨.٧١	١.٢٦	٢٥.٣٧		وطرق الوقاية
	*١٩.٠٤					٥٠	المناعة والوقاية من الأمراض
كبير	**٣.٨٤	١.٢١	٣٩.١٩	١.٥٥	٢٤.٩٨		
	*١٨.٥٤					٤٥	الصحة النفسية
كبير	**٤.٥٤	١.٠٨	٣٢.٨٨	١.٠٩	٢٣.٥٠		
	*١٩.٣٠					٤٥	الصحة الاجتماعية
كبير	**٤.٣٩	١.٩٢	٣٣.٠٨	١.٦٣	٢١.٤٣		
	*١٦.٥٢					٣٠٠	المقياس ككل
كبير	**٥.٣٠	١.١٦	٢٢٩.٩٤	٢.٩٢	١٢٩.٩٦		

يتضح من نتائج جدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه في اتجاه التطبيق البعدي ، وهذا يؤكد صحة الفرض الثاني ، وبذلك يقبل الفرض الثاني للبحث، ويدل على أن دراسة البرنامج المقترح ساهم في تنمية الاتجاه لدي الطالبات. وترى الباحثة أن تأثير البرنامج المقترح في تنمية الاتجاه نحة قضايا الصحة

والوقاية قد يرجع إلى:

- ماوفره البرنامج من أنشطة متنوعة وشاملة لجميع الخبرات والممارسات المتعلقة بالوعي الصحي الوقائي، وتشجيع الطالبات علي توظيف هذه المهارات والممارسات الصحية في حياتهن.
  - شكلت طرق التدريس وخاصة التي اعتمدت علي التعاون والمناقشة والحوار، وتبادل الخبرات فيما بينهن فضلا عن التنافس حول الأداء الجيد عنصرا مهما في تحسين اتجاهاتهن نحو القضايا الصحية.
- وتتفق هذه النتيجة مع الدراسات التي سعت إلى تنمية الاتجاه نحو القضايا الصحية ومنها: دراسة دراسة (فوقية رجب ، إيناس محمد ، ٢٠١٩) والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح في التربية الصحية قائم علي بعض القضايا الصحية المعاصرة في تنمية الاتجاه لدي طلبة الدبلوم العام في التربية ، ودراسة ( مريم رزق، ٢٠٢٢) والتي أوضحت فاعلية وحدة مقترحة في تدريس العلوم قائمة علي التعلم الاجتماعي والعاطفي في تنمية الاتجاه كمكون للوعي بالمناعة لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية.

ثالثا: نتائج تطبيق اختبار القدرة على التصرف في المواقف الحياتية :

٣. حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار التصرف في المواقف الحياتية ، وحساب قيمة (ت) ودالاتها، كما يوضحها جدول (٧).

## جدول (٧)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيم (ت)، ودلالاتها وحجم التأثير ودلالاته، لنتائج التطبيق القبلي والبعدي لاختبار التصرف في المواقف الحياتية لطالبات مجموعة البحث (ن = ٧٠).

أبعاد المقياس	الدرجة العظمى	التطبيق القبلي			
		٢ع	٢م	١ع	١م
الصحة الشخصية	٤	١.٠٢	٢.٧٥	١.٢١	١.٢٩
قيمة "ت" * التأثير ** حجم					
					٨.٢١ * ٣,٨١ ** كبير
التغذية الصحية والوقاية من أمراض سوء التغذية	٦	١.٠١	٤.٦٣	١.٤٥	٢.٧٦
قيمة "ت" * التأثير ** حجم					
					٨.١٩ * ٣.٦٢ ** كبير
الأمراض الوبائية وطرق الوقاية	٦	١.٣٤	٤.٧١	١.٤٦	٢.٣٧
قيمة "ت" * التأثير ** حجم					
					٩.٢٠ * ٤.٢٧ ** كبير
المناعة والوقاية من الأمراض	٥	١.١٦	٣.٦٩	١.٨٢	٢.٤٨
قيمة "ت" * التأثير ** حجم					
					٩.٣٤ * ٣.٥٤ ** كبير
الصحة النفسية	٤	١.٥٨	٢.١٨	١.٥٩	٢.٥٠
قيمة "ت" * التأثير ** حجم					
					٨.٢٤ * ٤.١٤ ** كبير
الصحة الاجتماعية	٥	١.٢٦	٢.٧٩	١.٣٥	٢.٣٢
قيمة "ت" * التأثير ** حجم					
					٩.٣٣ * ٣.٢٤ ** كبير
الاختبار ككل	٣٠	١.٧٦	٢٠.٧٥	١.٤٢	١٣.٧٢
قيمة "ت" * التأثير ** حجم					
					٧.٣٦ * ٤.٥٠ ** كبير

يتضح من نتائج جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسط درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار التصرف في المواقف الحياتية لصالح التطبيق البعدي؛ وهذا يؤكد صحة الفرض الثالث ، ويدل على أن دراسة طالبات مجموعة البحث البرنامج المقترح ساهم في تنمية القدرة على التصرف في الموقف الحياتية المتعلقة ببعض قضايا الصحة .

وترى الباحثة أن تأثير البرنامج المقترح في تنمية الاتجاه نحة قضايا الصحة

والوقاية قد يرجع إلى:

- المواقف والمشكلات التي يحتويها البرنامج ساعدت الطالبات علي التفكير وتقديم الأراء، واتخاذ قرارات صحية سليمة نحو هذه المواقف.
- طرق التدريس المتعددة مثل العصف الذهني ومخطط البيت الدائري ساعدت الطالبات علي كيفية التفكير في اتخاذ القرار، والثقة بأنهن قادرات علي اتخاذ القرارات الصحية السليمة.
- المناقشات المستمرة بين الباحثة والطالبات ساهم في تنمية اتخاذ القرارات الصحية السليمة نحو المواقف المختلفة ايماناً منهن بأهمية الصحة لهن ولمجتمعهن.
- البحث على الانترنت والمشاركة في إجراء الأنشطة المختلفة أتاح لديهن مدى واسع من المعرفة الصحية السليمة والتي ترتب عليها اتخاذ قرارات صحية سليمة في المواقف المختلفة.

وتتفق هذه النتيجة مع الدراسات التي سعت إلى تنمية القدرة علي التصرف في المواقف الحياتية ومنها: دراسة دراسة (سماح فاروق، ٢٠١٥) والتي أوضحت فاعلية برنامج مقترح في ضوء التعلم المدمج في تنمية التصرف في المواقف الحياتية المتعلقة بالغذاء لدي الطالبة المعلمة بكلية البنات ، ودراسة ( مريم رزق، ٢٠٢٢) والتي أوضحت فاعلية وحدة مقترحة في تدريس العلوم قائمة علي التعلم الاجتماعي

والعاطفي في تنمية التصرف في المواقف الحياتية كمكون للوعي بالمناعة لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية.

نتائج تطبيق مقياس تقدير الذات :

ولإجابة عن السؤال الفرعي الرابع للبحث " ما تأثير البرنامج المقترح في تنمية تقدير الذات لدي الطالبة المعلمة بكلية البنات؟"، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيم (ت)، ودلالاتها لنتائج التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس تقدير الذات لطالبات مجموعة البحث.

### جدول ( ٨ )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيم (ت)، ودلالاتها وحجم التأثير ودلالاته لنتائج التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس تقدير الذات للطالبات مجموعة البحث (ن = ٩٢).

أبعاد المقياس	الدرجة العظمى	التطبيق البعدي		التطبيق القبلي		قيمة "ت" * التأثير**	حجم
		م ١	ع ١	م ٢	ع ٢		
المجال العقلي	٧٥	٥٧.١٨	١.٧١	٣٤.٦١	١.٧٤	*١٠.٠٧	كبير
المجال الاجتماعي	٧٥	٥٢.٠٩	١.٤٦	٣٢.١٨	١.٠٩	*١١.٤٣	كبير
المجال الانفعالي	٧٥	٥٦.٦٨	١.٦٥	٣١.٣٩	١.٠٦	*١٣.٧١	كبير
المقياس ككل	٢٢٥	١٦٥.٩٥	١.٩٢	٩٨.١٨	١.٧٦	*١٢.٨٢	كبير

يتضح من نتائج جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسط درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس تقدير الذات لصالح التطبيق البعدي؛ وهذا يؤكد صحة الفرض الرابع ، ويدل على أن دراسة طالبات مجموعة البحث البرنامج المقترح ساهم في تنمية تقدير الذات لديهن .

### تفسير النتائج الخاصة بتأثير البرنامج المقترح على تقدير الذات :

أوضحت نتائج اختبار الفرض الرابع تنمية تقدير الذات ؛ ودل على ذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة البحث في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس تقدير الذات في اتجاه التطبيق البعدي ، كما دل حجم التأثير الكبير على المقياس، تأثير البرنامج المقترح في تنمية تقدير الذات لدى مجموعة البحث. وترى الباحثة أن تأثير البرنامج المقترح في تنمية تقدير الذات قد يرجع إلى :

- مشاركة كل طالبة في المناقشة واتخاذ القرار في مجموعتها نمت لديها اتجاهها ايجابيا نحو مفهوم ذاتها وتقديرها وزادت ثقتها في قدرتها العقلية على تحقيق الأهداف.
- انجاز المهام داخل المجموعة والاستفادة من خبرات الطالبات بعضهن البعض، جعل الطالبة تقدر أهمية العلاقات الإجتماعية مع زملائها.
- التعاون بين طالبات المجموعة الواحدة وشعور كل طالبة بأنه مسؤولة عن المهمة ساعد في تحملها المسؤولية نحو الالتزام بمهامها وأدائها على أكمل وجه مما نمت لديها الجانب الانفعالي لتقدير الذات.
- تنمية القدرة على الحديث ومشاركة الآخريات الحوار والمناقشة وتقبل أفكارهن واحترامها، وبناء اعتماد ايجابي متبادل بينهن، ساعد على تقدير الجاني الاجتماعي.



وبهذا تتفق نتائج اختبار هذا الفرض مع ما توصلت إليه دراسات أخرى مثل: دراسة ( سماح فاروق، ٢٠١٨ ) والتي أوضحت فاعلية استخدام نموذج "نيدهام البنائي" في تدريس العلوم في تنمية تقدير الذات لدى تلاميذ الصف الثالث الإعدادي، ودراسة ( أمنية محمد، ٢٠٢٠ ) والتي أوضحت فاعلية استخدام استراتيجية التعاقد في تدريس الأشغال الفنية في تنمية تقدير الذات لتلاميذ المرحلة الإعدادية.

### التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية، توصي الباحثة بما يلي:

- تضمين برامج إعداد المعلم في كليات التربية برامج لتنمية مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي.
- التأكيد علي تزويد الطلاب المعلمين من خلال المقررات التربوية، وبرنامج التدريب العملي بخبرات ومواقف تساعدهم علي تقدير الذات.
- تزويد الطلاب المعلمين بمقررات تثقيفية صحية لتنمية الوعي الصحي الوقائي.
- استخدام مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي في مختلف مراحل التعليم.

### البحوث المقترحة:

تقترح الباحثة عددا من البحوث المستقبلية استكمالاً واستمراراً للبحث الحالي وذلك كما يلي:

- استخدام التعلم الاجتماعي العاطفي في تنمية مهارات التفكير الناقد والرضا عن التعلم لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- وحدة مقترحة قائمة علي التعلم الاجتماعي العاطفي لتنمية المسؤولية الاجتماعية والتفكير الايجابي للطالب المعلم بكليات التربية.
- برنامج مقترح لتنمية مهارات وكفاءات التعلم الاجتماعي العاطفي لدي طلاب مراحل التعليم العام.

- استخدام نماذج واستراتيجيات تعلم نشطة لتنمية تقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- استخدام استراتيجية مخطط البيت الدائري لتنمية مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
- استخدام استراتيجية العصف الذهني في تدريس العلوم لتنمية الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الإعدادية.

### المراجع:

#### أولاً: المراجع العربية:

- ابتسام سلطان عبد الحميد أحمد (٢٠١٨): فاعلية استراتيجية البيت الدائري في تنمية بعض مفاهيم التربية الغذائية لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، ٣٤(١)، ٣٤٧-٤٠٥.
- إبراهيم عاطف إبراهيم سويلم (٢٠١٩): فاعلية برنامج مقترح في تحسين تقدير الذات وأثره علي خفض بعض المشكلات السلوكية لدي عينة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في دولة قطر، المجلة العربية للنشر العلمي، ١٠(٨)، ٢-٢٨.
- أحمد حسن الليثي (٢٠١٥): نموذج مقترح للتعلم الاجتماعي الوجداني لخفض ظاهرة العنف المدرسي لدي تلاميذ التعليم الأساسي، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، ٢١(٤)، ٨٤٩-٨٦٠.
- أحمد حسنين أحمد حسن (٢٠١٦): أساليب التفكير لستيرنبرج وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في ضوء متغير الجنس، مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات، جامعة عين شمس، ١٧(٢)، ٤٤١-٤٧٠.
- أحمد مبني خالد (٢٠٢٢): فاعلية برنامج إرشادي قائم علي المنحي المعرفي السلوكي في خفض شدة الاكتئاب وتحسين الشعور بتقدير الذات عند عينة من المراهقين في

لواء البادية الشمالية الغربية، مجلة جامعة النجاح للأبحاث ( العلوم الإنسانية)،  
٣٦(٩)، ١٧٨٧-١٨٢٤.

أسماء سليمان عطا الله، إيمان عبد الفتاح عبابنة (٢٠١٩): أثر استخدام العصف  
الذهني في تنمية مهارات التعبير الكتابي الإبداعي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي  
في الأردن، دراسات، العلوم التربوية، الأردن، ٤٦(٢)، ٦٤٤-٦٥٥.

أمال إبراهيم الفقي (٢٠٢٠): المشكلات النفسية المترتبة علي جائحة كورونا المستجد  
، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، ٧٤(٦)، ٢٣-٧٦.

أمنية محمد إبراهيم أحمد (٢٠٢٠): استخدام استراتيجية التعاقد في تدريس الأشغال  
الفنية لاكساب بعض مهارات التفكير المنظومي وتنمية تقدير الذات لتلاميذ المرحلة  
الإعدادية، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، ٨١(٨١)، ٣٣٥-٣٧٩.

إيمان فتحي جلال جاد(٢٠٢١): استخدام نموذج تنبأ- لاحظ- فسر المدعوم  
بالمنظمات الرسومية في تكوين البنية المفاهيمية في العلوم وتنمية الوعي الصحي  
الوقائي لدى التلاميذ المعاقين سمعياً بالمرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية ، جامعة  
أسيوط ، ٣٧(٩) ، ٢-٥٠.

بشري كمال كامل (٢٠١٩): معنى الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة المرحلة  
الإعدادية ، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، كلية التربية للعلوم الإنسانية ،  
جامعة تكريت، ٢٦(٧)، ٥٦٣-٥٧٧.

بشري موسى سالم الطلحي(٢٠٢٠): فاعلية استراتيجية العصف الذهني في تدريس  
مادة الأدب في تنمية مهارات التذوق الأدبي لدى طالبات المرحلة الثانوية، مجلة  
كلية التربية، جامعة المنصورة، ١١٠(٤)، ١٢٤٣-١٢٧٨.

حميدة السيد العربي السيد (٢٠٢١): فعالية برنامج إرشادي جمعي قائم علي نظرية  
التعلم الاجتماعي في خفض سلوك المتنمر وأثره علي تقدير الذات لدي الأطفال ذوي

قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية  
والنفسية، ١٥(٤)، ٣١٨-٤٢٠.

حنان رجاء عبد السلام رضا (٢٠١٩): تصور مقترح لتطوير استراتيجية البيت  
الدائري وفاعليته في تنمية التفكير التحليلي والوعي بالمشكلات البيئية لدى طالبات  
كلية التربية، المجلة المصرية للتربية العلمية، الجمعية المصرية للتربية العلمية،  
٢٢(٩)، ٧٣-١٢٦.

حنان عبد العزيز محمد (٢٠١٦): أنماط التفكير وعلاقتها بتقدير الذات: دراسة  
ميدانية، مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية، ١٦(١)، ١١٩-١٣٤.

حنان محمود محمد (٢٠١٤): فاعلية وحدة مقترحة لتنمية الوعي الصحي الوقائي  
لدى طلاب كلية التربية في ضوء الأحداث الجارية، المجلة المصرية للتربية  
العلمية، ١٧(٦)، ٨٩-١١١.

خالد مؤنس (٢٠١٩): تقدير الذات و علاقته بالابتكار الانفعالي لدى معلمي المرحلة  
الأساسية الأولى في قطاع غزة، مجلة جامعة النجاح للأبحاث بالعلوم الإنسانية،  
٣٣(٦)، ٩٣٣-٩٦٢.

خلدون أحمد فالح الشلول (٢٠١٧): فاعلية توظيف استراتيجية البيت الدائري  
واستراتيجية K.W.L في اكتساب المفاهيم الكيميائية واتخاذ القرار لدى طلبة المرحلة  
الأساسية العليا، دكتوراه، كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن.

رجاء سامي رشدي سامي (٢٠٢١): الانهاك النفسي وعلاقته بالمساندة الاجتماعية  
وتقدير الذات لدى معلمي المرحلة الإعدادية في شمال غزة، ماجستير، كلية التربية،  
الجامعة الإسلامية بغزة.

رشا محمود بدوي عبد العال، دينا صابر عبد الحليم (٢٠٢١): مقرر مقترح قائم  
علي التعلم الاجتماعي العاطفي للفئات الخاصة لتنمية مهارات التدريس المتمايز

والاتجاه نحو مهنة التدريس لدي طلبة الدبلوم العام التربوي بكليات التربية، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٤٥(٣)، ٨٠-١٧٤.

ريهام صلاح الدين أحمد نجيب (٢٠٢٠): استخدام استراتيجية الإبداء لا الإفصاح لتنمية مهارات الكتابة الابداعية وتقدير الذات لدي طلاب الفرقة الثالثة قسم اللغة الانجليزية، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، ٣٥(٤)، ٢١٣-٢٢٣.

زينب هدار، جميلة سليمان(٢٠١٦):تقدير الذات وعلاقته بمستوى الطموح لدي عينة من طلبة الجامعة بغردية في ضوء بعض المتغيرات، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، ٤(٨)، ٢٣-٨.

سحر عبد الغني عبود (٢٠١٩): فاعلية برنامج إرشادي لتنمية تقدير الذات لدي عينة من طلاب المرحلة الاعدادية ممن يعانون الرفض الوالدي كما يدركه الأبناء، مجلة الارشاد النفسي، ٥٨(٤)، ٣٧٢-٤٤٨.

سعد يسي زكي(٢٠١٨): التربية العلمية والتعلم الاجتماعي العاطفي، المؤتمر العلمي العشرون " الثقافة البيئية العلمية أفاق - تحديات"، دار المشاة- كوبري القبة، القاهرة، ٢٠-٢٦ يونيو، ١-١٠.

سماح فاروق المرسي الأشقر (٢٠١٨): استخدام نموذج نيدهام البنائي في تدريس العلوم لتنمية التفكير التحليلي وتقدير الذات لدي تلاميذ الصف الثالث الاعدادي، مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، ٣٤(٣)، ٤٨-٨٩.

شاهنده محمود محمود بدير (٢٠٢١): مستوى الوعي الصحي عن الأمراض الوبائية في ضوء فيروس كورونا المستجد كوفيد-١٩ لدي تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي (الابتدائي- الإعدادي) في بعض المحافظات المصرية، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، ٩٠(١٩)، ٨٠٠-٨٦٥.

شعبان عبد العظيم أحمد سيد (٢٠١٩): استخدام استراتيجيات نظرية العبء المعرفي في تدريس علم النفس لتنمية مهارات التفكير التأملي و الاحتفاظ بها و تقدير الذات

لدى الطلاب ذوى الاعاقة البصرية بالمرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية، جامعة  
أسيوط، ٣٤(٥)، ٤٠-١٠٧.

شيماء فكري أمين إمام (٢٠١٩): العلاقة بين كل من التفكير الايجابي وتقدير الذات  
لدى طلاب المرحلة الثانوية، دكتوراه، كلية التربية، جامعة حلوان.

صالح محمد حسين (٢٠١٦): الذكاء الاجتماعي لدى المراهقين وعلاقته بتقدير  
الذات ومستوى الطموح الأكاديمي، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر -  
غزة.

عبير صديق أمين (٢٠١٩): برنامج قائم علي أنشطة الوعي الجسمي لتنمية الوعي  
الوقائي لطفل الروضة، مجلة الطفولة، كلية الطفولة المبكرة، جامعة القاهرة، ٣١(١).

علاء السعيد النجار (٢٠١٣): النموذج البنائي للعلاقة بين كل من الذكاء الوجداني  
وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالأمن النفسي لدى طلبة  
الجامعة، مجلة كلية التربية بينها، ٩٤(٢)، ص ٢٥١ - ٢٨٥.

علاء محمود علي، حسن علي ناجي (٢٠١٩): أثر استخدام استراتيجيتي العصف  
الذهني وخرائط التفكير على تنمية التفكير الإبداعي والتحصيل في مادة الكيمياء لدى  
طلاب الصف الأول ثانوي في مديرية تربية قسبة اربد، ماجستير، كلية الدراسات  
العليا، جامعة مؤتة،الأردن.

عمران عبد القادر محمد (٢٠١٩): مستوى الوعي الصحي لدى طلبة جامعة مؤتة،  
دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، عمادة البحث العلمي، ٤٦(١)، ٦٠٣ -  
٦١٩.

علي سعد الغامدي (٢٠١٦): تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة قسم  
التربية البدنية بجامعة أم القرى، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، ٥(٢)، ص ص  
١٦-١.

عمر إبراهيم محمد (٢٠٢٢): أثر العصف الذهني في تفعيل التدقيق المشترك: دراسة تحليلية لآراء عينة من مراقبي الحسابات والأكاديميين في إقليم كردستان - العراق، مجلة تكريت للعلوم الإدارية والاقتصادية، كلية الإدارة والاقتصاد، جامعة تكريت، ١٨(٥٧)، ٤٦-٦١.

فتحي عبد الرحمن جروان (٢٠١٢): الذكاء العاطفي والتعلم الاجتماعي العاطفي، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان-الأردن.

فتيحة يعقوب (٢٠١٦): تقدير الذات وعلاقته بمستوى الطموح لدى التلاميذ غير المتوافقين والمتوافقين دراسيا بمرحلة التعليم الثانوي، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، ٢١(١)، ص ص ٢٤٧ - ٢٦٨.

فرج عبده فرج أحمد (٢٠٢١): فاعلية انفوجرافيك لتنمية الوعي الصحي الوقائي للوقاية من فيروس كورونا وعلاقته بجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، سلسلة دراسات وبحوث محكمة، الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم، ٣١(٦)، ١٨٥-٢٢٥.

فوزية فهد الشبيلي، محمد سليمان الوطبان (٢٠١٦): أهداف الانجاز وتقدير الذات والمثابرة كمنبئات بالأهداف المستقبلية لدى طلاب جامعة القصيم، مجلة العلوم التربوية، ٢٨(١)، ص ص ٤٣ - ٦٨

فوقية رجب عبد العزيز، إيناس محمد لطفي(٢٠١٩): برنامج مقترح في التربية الصحية قائم علي بعض القضايا الصحية المعاصرة لتنمية الوعي الصحي الوقائي وتصويب المعتقدات الصحية الخاطأ لدي طلبة الدبلوم العام في التربية، المجلة المصرية للتربية العلمية، ٢٢(٤)، ١-٤٥.

ماهر صبري إسماعيل(٢٠١٦): الثقافة الصحية مدخل للتربية الوقائية، سلسلة الكتاب الجامعي، رابطة التربويين العرب، القاهرة.

محمد الساييس الشايب (٢٠١٥): تقدير الذات (الرفاعي والمدرسي والعائلي) وعلاقته بمستوى التحصيل لدى تلاميذ التعليم المتوسط، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ١٨، ١٩٥-١٨٣

محمد مصطفى أحمد الزراري(٢٠١٩): أهمية العصف الذهني في دعم وظيفة التدقيق الداخلي: دراسة استطلاعية لآراء عدد من المدققين الداخليين في إقليم كردستان ، مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع، ٤٢(١)، ١٣٨-١٤٩.

مجدى علي زامل(٢٠١٦): من هو معلم القرن الحادي والعشرين؟، دنيا الوطن، كلية التربية، جامعة القدس المفتوحة.

مروة محمد علي الحربي، إيناس إبراهيم حويل(٢٠٢١): برامج تنمية مهارات التعلم الاجتماعي العاطفي لدي طلاب التعليم العام في الولايات المتحدة الأمريكية وأستراليا - دراسة مقارنة ، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، ١٥(٢٢)، ٤٠٧-٤٣٤ .  
مريم رزق سليمان سلامة (٢٠٢٢): فاعلية وحدة مقترحة في تدريس العلوم قائمة علي التعلم الاجتماعي العاطفي SEL في تنمية الوعي بالمناعة والتفكير الايجابي لدي تلاميذ المرحلة الاعدادية، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، ٩٦(٤)، ج٢، ٧٦٦-٨٣٩.

مسعد أبو الديار(٢٠٢١): التعاطف وتقدير الذات وعلاقتهما بالانتمى الإلكتروني لدي عينة من المراهقين ، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣١(١١٠)، ١-٣٢ .  
منال عثمان الصمادي، لبنى عبد الرحمن (٢٠١٨): تقدير الذات وعلاقته بالمسئولية الاجتماعية لدي عينة من طالبات

كلية الأميرة عالية الجامعية، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٤٢(٢)، ٢٤٧-٢٩٠.

مينا عبد المسيح



ناصر أحمد أنيس العابد، محمد سعيد حسني الصابريني (٢٠١٨): أثر استخدام استراتيجية البيت الدائري في التحصيل وتعديل التصورات البديلة في العلوم الحياتية لدي طالبات الصف التاسع الأساسي بالأردن، *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، ٢٦(١)، ٥٣٦ - ٥٦٠.

هالة طه نجش (٢٠١٧): فاعلية استراتيجية شكل البيت الدائري في تنمية مهارات التفكير التأملي لدي طالبات الصف الأول متوسط بجدة، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ٣(١)، ٣٧ - ٥٩.

هنادي عبد الله أحمد الزهراني (٢٠١٧): فاعلية استخدام استراتيجية البيت الدائري في الاستيعاب المفاهيمي لدي طالبات الصف السادس الابتدائي في مادة العلوم، *مجلة البحث العلمي في التربية*، ١٩ كلية البنات، جامعة عين شمس، ٨(٨)، ١٥٧ - ١٧٨.

وفاء صلاح الدين الدسوقي (٢٠١٥): أثر التدريس باستخدام الفصل الافتراضي المتزامن في تقدير الذات والاتجاه نحو التعلم من خلاله لدى طلاب الدبلوم الخاص، *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ٨٦، ص ص ١٢٣ - ١٤٨

ياسر سيد حسن مهدي (٢٠١٧): برمجية هاتف نقال في العلوم قائمة على التصميم الشامل لتنمية القدرات المعرفية وتقدير الذات والتحصيل العلمي لدى تلاميذ الفصول متعددة المستويات بالمملكة العربية السعودية، *المجلة المصرية للتربية العلمية*، الجمعية المصرية للتربية العلمية، ٢٠(١)، ص ص ٥١ - ١١٠.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Adman , B., Price, P. (2018): Social and emotional learning at the middle level: One school's journey, **Middle School Journal**, 49(3), 26-35.

Agosti,M.,Anderson,I.,Bringsen,A.,Janloy,C.(2019): The importance of awareness, support and inner strength to balance everyday life” - a qualitative study about women's experiences of workplace health promotion program in human servicem, Organizations in Swede, **BMC Womens Health**,7(19),1-11.

- Blanco,M., Mejía, C., Montoya, B.(2021).Coronavirus awareness, confinement stress, and mental health: Evidence from Honduras, Chile, Costa Rica, Mexico and Spain, **Social Science & Medicine**, 277(1),1- 10.
- Bond,Z.(2019): High School Students' Experiences with Social Emotional Learning in a School Model, Capella University ProQuest Dissertations Publishing, 22624594
- Burroughs, L. (2020): Middle school principals' perspective on the impact of the social emotional programs in their respective schools, Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (2519035736). 33.
- Caspary, C. (2021). Teachers' experiences of social emotional learning (SEL) programs' influence on their SEL competencies, Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (2572540873).
- Chuang, Y. C., Huang, Y. L., Tseng, K. C., Yen, C. H., & Yang, L. H. (2015): Social capital and health-protective behavior intentions in an influenza pandemic, **PloS one**, 10 (4),1-14.
- Collaborative for Academic, Social, Emotional, and Learning (CASEL) (2021b): (What is SEL. retrieved from <https://casel.org/what-is-sel/>
- Coskun, K. (2019): Evaluation of the socio emotional learning (SEL) activities on self-regulation skills among primary school children, **The Qualitative Report**, 24(4), 764–780.
- Fedorenko, M., Bykova,S. (2016): Work of the psychologist on correction of senior preschool children self – esteem , **International Journal of Environment and Science Education** , 11(9) , 273-283.
- Fernandez-Castillo,A.,Chacon- Lopez, H., Fernandez-Prados.M.( 2022): Self-Esteem and Resilience in Students of Teaching: Evolution Associated with Academic Progress, **Education Research International**,1(1),1-9.
- Heller, M. (2021): The preparedness preservice educators feel to address the social-emotional learning needs of their future

students, (Order No. 28412269). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (2539545587). 51.

Hinton, K. (2017): Apertured Education. The 5 strategic pillars of successful district-wide SEL initiatives. Retrieved from <http://www.apertureed.com/helpful-ideas/social-emotionallearning-the-basics/52>.

Irubaie, F., Daniel, E. (2014): Revisiting the Cognitive process of the Brainstorming Technique: Theoretical Considerations from a Synthesis of Piaget, Vygotsky and SIAM for Learning Science, **International Journal of Thesis Projects and Dissertations (IJTPD)**, 2 (3), 44-57.

Khan, A., Fleva, E., Qazi, T. (2015): Role of Self-Esteem and General Self-Efficacy in Teachers' Efficacy in Primary Schools. **Psychology**, 6, 117-125.

kinnusi, I.(2021): Understanding principals' perceptions of leadership for implementation of social-emotional learning (SEL) programs (Order No. 28499464). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global; Publicly Available Content Database. (2544037318).

Knobbe, J. (2021): The impact of the social and emotional curriculum, second Step0RW1S34RfeSDcfkexd09rT3®1RW1S34RfeSDcfkexd09r T3, and teacher engagement and perceptions affecting fifth grade student behavior (Order No. 28773462). Available from ProQuest Dissertations , Theses Global. (2597502467).

Lee,S.,Kim,E.(2015): The Effects of creative science activities on scientific attitude, self esteem and self efficacy of children low income family , **Journal of the Korean Society of Earth Science Education** , 8(2) , pp. 139- 151.

Marsh,A., McKibben, S., Hough, J., Hall, M., Allbright, N., Matewos, M., Siqueira, C. (2018): Enacting social-emotional learning: practices and supports employed in CORE districts and schools. Policy Analysis for California Education.

Mckown, C. (2019). Challenges and opportunities in the applied assessment of student social and emotional learning. **Educational Psychologist**, 54 (3), 205-221

OECD (2015), Skills for Social Progress: The Power of Social and Emotional Skills, OECD Skills Studies, OECD Publishing, Paris. <http://dx.doi.org/10.1787/9789264226159>

O'Leary, Q. (2021): Examining the social and emotional competencies of

iowa teachers and their beliefs about social and emotional learning

(Order No. 28647031). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global.

Ping, W., Cao, W., Tan, H., Guo, C., Dou, Z., Yang, J. (2018): Health protective behavior scale: Development and psychometric evaluation, **PloS one**,13 (1), 1-12.

Pipalia, J. (2021): Effect of universal social emotional learning (SEL) programs on state test scores in georgia (Order No. 28720108). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (2583945180)

Proctor, R., Guell, C., Wyatt, K., &Williams, A.(2020).What is the evidence base for integrating health and environmental approaches in the school context to nurture healthier and more environmentally aware young people? A systematic scoping review of global

evidence. **Health & Place**, 64,102356.

Shah,S.(2021):Analysis of change in knowledge, attitude, and practices about COVID-19 following and awareness session in rural population of Western India, . **International Journal of Applied Science**, 2 (3), 46-49.

Tarigan,S.(2018): Teacher's Role in Developing Primary Students' Self-esteem in Disruption Era , In Proceedings of the 1st Unimed International Conference on Economics Education and Social Science (UNICEES 2018), , 300-305

Tran, L. (2021): Teachers' social emotional learning implementation, stress, and teaching level (Order No. 28495059). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (2536367703).1-21.

Usakli,H.,Ekici,k.(2018): Schools, social emotional learning, **European Journal of Education Studies**,4(1),69-80.

World Economic Forum (2016): New vision for education fostering social and emotional learning through technology, Industry Agenda the Boston Consulting Group, Retrieved

Wandersee,J.,Ward,R.(2002b): Students perceptions of roundhouse diagram: a middle viewpoint , **International Journal of Science Education**,24(2), 205-225.

Xiang, Z., Tan, S., Kang, Q., Zhang, B., Zhu, L. (2019): Longitudinal effects of examination stress on psychological well-being and a possible mediating role of self-esteem in Chinese high school students. **Journal of Happiness Studies**, 61, (1), 623-312

Yoder,N.,Gurke,D.(2017): Social and Emotional learning coaching toolkit , Washington, DC: American Institute for Research , Retrieved from :[http:// www.air.org/sites\\_Vision\\_for\\_Education.pdf](http://www.air.org/sites/Vision_for_Education.pdf).

Zarif, T. (2013): Role of using brainstorming on student learning outcomes during teaching of studies at middle level. Interdisciplinary, **Journal Of Contemporary Research In Business**, 4 (9), 1089-1097.