

فعالية برنامج قائم على استراتيجية
الخرائط الذهنية في تنمية اليقظة العقلية
عند طفل الروضة

زينب محمد أمين عبدالهادي

معيد بكلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة الزقازيق

أ.د/ صلاح شريف عبدالوهاب

أستاذ علم النفس التربوي - وعميد كلية التربية النوعية

السابق - جامعة الزقازيق

د/ رحاب فتحي عبدالسلام

مدرس بعلم نفس الطفل قسم العلوم النفسية - كلية

التربية للطفولة المبكرة - جامعة الزقازيق



المجلة العلمية المحكمة لدراسات وبحوث التربية النوعية

المجلد العاشر - العدد الثالث - مسلسل العدد (٢٥) - يوليو ٢٠٢٤م

رقم الإيداع بدار الكتب ٢٤٢٧٤ لسنة ٢٠١٦

ISSN-Print: 2356-8690 ISSN-Online: 2974-4423

موقع المجلة عبر بنك المعرفة المصري <https://jsezu.journals.ekb.eg>

JSROSE@foe.zu.edu.eg

E-mail البريد الإلكتروني للمجلة

فعالية برنامج قائم على استراتيجية الخرائط الذهنية في تنمية اليقظة العقلية عند طفل الروضة

أ.د/ صلاح شريف عبدالوهاب / د/ رحاب فتحى عبدالسلام

أستاذ علم النفس التربوي - وعميد كلية التربية مدرس بعلم نفس الطفل قسم العلوم النفسية -
النوعية السابق - جامعة الزقازيق كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة الزقازيق

زينب محمد أمين عبدالهادي

معيد بكلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة الزقازيق

تاريخ الرفع ٢٥-٤-٢٠٢٤ م تاريخ المراجعة ٩-٥-٢٠٢٤ م

تاريخ التحكيم ٨-٥-٢٠٢٤ م تاريخ النشر ٧-٧-٢٠٢٤ م

مستخلص الدراسة :

استهدفت الدراسة الحالية إلى تنمية اليقظة العقلية لأطفال الروضة من خلال إعداد وتطبيق برنامج قائم على الخرائط الذهنية ، واختبار فعالية البرنامج في تحقيق أهدافه، ومدى استمرار أثره بعد انتهائه، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠) طفل وطفلة من أطفال الروضة (المستوي الثاني) والذي تتراوح أعمارهم من (٥-٦) سنوات، وتم تقسيمهم الي مجموعتين متكافئتين ومتساويتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة وتحقيقا لأهداف الدراسة استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو التصميم شبه التجريبي، وكانت الأدوات عبارة عن: اختبار للكفاء (إعداد / لستانفورد بينية)، مقياس اليقظة العقلية المصور (إعداد/ الباحثة)، والبرنامج المقترح القائم على استراتيجية الخرائط الذهنية لتنمية اليقظة العقلية (إعداد/ الباحثة) ، وقد أوضحت النتائج أن استخدام برنامج الأنشطة القائم على استراتيجية الخرائط الذهنية له أثر إيجابي في تنمية اليقظة العقلية لدى طفل الروضة، حيث وجود فروق ذات دلالة احصائية عند ٠.٠١ بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي، ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي بعد مرور (شهر) على مقياس اليقظة العقلية، وكذلك وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى ٠.٠١ بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لصالح أفراد المجموعة التجريبية مما يدل على فعالية البرنامج القائم على الخرائط الذهنية في تنمية اليقظة العقلية لدى أطفال الروضة..

الكلمات المفتاحية: البرنامج- الخرائط الذهنية- اليقظة العقلية- رياض الأطفال.

The effectiveness of a program based on the mental mapping strategy in developing mental alertness among kindergarten children

Abstract:

The aim of the current study was to develop the mental mapping of kindergarten children by preparing and implementing a program based on mental decisions and testing the effectiveness of the program in achieving

its goals and the extent of its continued impact after its completion. The study sample consisted of 30 kindergarten children to the second level, whose work ranges from (5-6) They were divided into two equal and equal groups, one experimental and the other controlled. To achieve the objectives of the study, the researcher used the experimental method with a semi-experimental design. The tools were a zakat test prepared by Stan Ford. Building the Illustrated Mindfulness Scale prepared by the researcher and the proposed program based on the mental mapping strategy for the development of mental alertness prepared by the researcher The results showed that the use of a program of activities based on the mental mapping strategy has a positive effect on the development of mental alertness among kindergarten children. There are statistically significant differences between the pre-and post-measures of the experimental group members in favor of remote measure men There are no statistically significant differences between the average grades of the experimental group in the 0.01distance and tracking measures after one month on the mental alertness scale, as well as a level 0.01 between the control group and the statistically significant differences at experimental group in the post-measurement for the benefit of the experimental group members, which indicates the effectiveness of the program based on mental maps in developing mental alertness among kindergarten children.

Keywords: Program, the mental mapping, mental alertness, kindergarten children.

مقدمة:

تعد مرحلة الطفولة المبكرة مرحلة أساسية وهامة في حياة الإنسان حيث تتشكل فيها الملامح العامة للشخصية وهي الفترة التكوينية في حياة الفرد ، فهي مرحلة وجود مهمة في ذاتها ولذاتها ، ففيها تنمو قدرات الطفل وتتفتح مواهبه وتتزايد قابليته للتأثير والتعلم والتوجيه والتشكيل ، فما يخبره الطفل في السنوات الخمس الأولى من نموه وتسهم في تنمية شخصيته وتحديد سلوكه في جميع المراحل العمرية التالية بصورة قوية وفعالة تعد فترة الطفولة المبكرة ، التي تتبلور وتظهر ملامحها في مراحل حياته المقبلة، لذا فإن المراحل النمائية الأولى في حياة الطفل تعد من أهم مراحل حياته فهي الأساس الذي تؤسس دعائم شخصيته السوية من عدم؛ وذلك لأن ما يحدث فيها من نمو يصعب تعديله أو تغييره فيما بعد.

حيث يمثل الاهتمام بالطفل أحد المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمع ومدى تطوره لأنه اهتمام بمستقبل الأمة كلها ، حيث إن إعداد الأطفال ورعايتهم في كافة الجوانب هو إعداد للأجيال القادمة من أجل تنمية قدرتها على مواجهة التحديات التي تفرضها مقتضيات التطورات السريعة التي تشهدها المجتمعات ولذا تحظى التربية المبكرة وبرامجها وكافة جهودها وأنشطتها ببالغ الاهتمام في مرحلة

الطفولة المبكرة على كافة المستويات المحلية والإقليمية والدولية، حيث تبذل كافة المنظمات والأجهزة التنفيذية بكثير من دول العالمويشكل خاص الدول المتقدمة خلال الأعوام القليلة التي انقضت من هذا القرن جهوداً مكثفة بكل ما يتعلق بهذه المرحلة المبكرة من العمر، وكل ما يخص التربية فيها، جنباً إلى جنب أطفال الروضة وتعد اليقظة العقلية من المفاهيم الحديثة نسبياً في ميدان على النفس الإيجابي وهي استراتيجية تعليمية تربوية لتقديم أطفالاً متعلمين أكثر إبداعاً قادرين على التعايش مع متطلبات الحياة وضغوطها وتلبية احتياجاتهم بشكل أفضل وبمستوى أقل من القلق والتوتر.

كما تحفز الخرائط الذهنية للطفل على تطور مهاراته العقلية في الاستنباط لأسئلة جديدة وتولد أفكار أخرى تشري معارفه كما تساعد الخرائط الذهنية الطفل على سرعة وسهولة التذكر البصري وبالتالي بناء معرفة دائمة ومتنوعة من خلال تنسيق عمل العقل بالربط بين كافة الصور والرموز فيبقى أثر التعلم لمدة أطول وبصورة أسرع وبطريقة محببة له.

ولذلك كل ما سبق يدعو إلى أهمية تنمية اليقظة العقلية لأطفال الروضة من خلال استراتيجية الخرائط الذهنية، ولذلك ستسعى هذه الدراسة إلى بناء برنامج الخرائط الذهنية لتنمية اليقظة العقلية لأطفال الروضة.

مشكلة الدراسة:

تمثلت مشكلة البحث الحالية في ضعف اليقظة العقلية لدى بعض الأطفال داخل روضة مدرسة أم المؤمنين وعبداللطيف حسانين ، مما يتطلب البحث عن طرق تعلم حديثة تساعد في ارتفاع اليقظة العقلية لديهم وعلاج هذه المشكلة وتنمية اليقظة العقلية لدى أطفال روضة أم المؤمنين .

ولقد وجدت الباحثة ندرة في الدراسات العربية والأجنبية التي تستخدم استراتيجيات الخرائط الذهنية مع أطفال الروضة ، كما أن المنتبغ للدراسات في مجال اليقظة العقلية يجد أنه متغير حظي بالقليل من الاهتمام في البيئة العربية وخاصة بمرحلة الطفولة المبكرة، لذلك ستسعى هذه الدراسة إلى بناء برنامج الخرائط الذهنية اليقظة العقلية لدى أطفال الروضة.

ومن هنا تحددت مشكلة البحث في السؤال الرئيسي التالي: كيف يمكن إعداد برنامج قائم على الخرائط الذهنية في تنمية اليقظة العقلية لدى أطفال الروضة؟
ويتفرع من السؤال الرئيسي التساؤلات الفرعية التالية:

١. هل يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات أطفال المجموعة الضابطة ودرجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس اليقظة العقلية لدى طفل الروضة؟
٢. هل يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية على مقياس اليقظة العقلية قبل وبعد تطبيق البرنامج؟

٣. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس اليقظة العقلية في القياسين البعدي والتتبعي؟
أهداف الدراسة:

تحدد أهداف الدراسة الحالية فيما يلي:

١. التعرف على فاعلية الخرائط الذهنية في تنمية اليقظة العقلية.
٢. استخدام الخرائط الذهنية في تنمية اليقظة العقلية عند طفل الروضة.
٣. إعداد برنامج قائم على استخدام الخرائط الذهنية لتنمية اليقظة العقلية.
٤. إلقاء الضوء على أهمية مرحلة رياض الأطفال.

أهمية الدراسة:

تحدد أهمية الدراسة الحالية من خلال ما يلي:

(أ) أهمية نظرية، متمثلة في:

- (١) حيث يستمد الموضوع الحالي أهميته من أهمية المتغيرات حيث يمثل متغير (اليقظة العقلية) أحد المفاهيم الخاصة بالصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي التي سوف تساهم في تنمية اليقظة العقلية عند طفل الروضة.
- (٢) أهمية المرحلة العمرية (مرحلة رياض الأطفال) باعتبارها مرحلة حاسمة في الحياة الإنسانية ترسم فيها ملامح الشخصية المستقبلية للطفل.
- (٣) إلقاء الضوء على الخرائط الذهنية كمدخل يمكن استخدامه في تنمية اليقظة العقلية عند طفل الروضة.
- (٤) ندرة الدراسات والبحوث التي تناولت دراسة فاعلية برنامج قائم على الخرائط الذهنية لتنمية اليقظة العقلية لطفل الروضة.

(ب) أهمية تطبيقية؛ متمثلة في:

- (١) قد تساهم الدراسة الحالية في رفع مستوى اليقظة العقلية عند طفل الروضة.
- (٢) قد يستفاد من هذه الدراسة في إمكانية تصميم برامج إرشادية في ضوء نتائج الدراسة للتدريب على اليقظة العقلية.
- (٣) قد تقيد نتائج هذه الدراسة في لغت انتباه المعلمة بما ينمي اليقظة العقلية عند طفل الروضة.
- (٤) استخدام تدريبات الخرائط الذهنية كتنقية إرشادية جديدة في تعلم الأطفال لبعض سلوكيات التنظيم الذاتي.
- (٥) تصميم بطاقة ملاحظة تقيس سلوكيات اليقظة العقلية عند طفل الروضة.

مصطلحات الدراسة الإجرائية : تعرف الباحثة مصطلحات الدراسة الحالية تعريفاً إجرائياً على النحو التالي:

• **برنامج الخرائط الذهنية:** وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنه: " إستراتيجية تدريسية فعالة يستخدمها المعلم و المتعلم بتحويل المفاهيم والمعلومات المعقدة لرسومات ومخططات مبسطة يتم تقديمها لتنظيم البناء المعرفي، وتساعد على فهم المفاهيم من جانب، وتلخيص المعلومات المرتبطة فيه من جانب آخر، وذلك من خلال وضع المفهوم الرئيس أو المركزي في منتصف ورقة بيضاء أو بمنصف شاشة البرنامج، ومن ثم تتفرع منه المفاهيم الفرعية في جميع الاتجاهات وبالإضافة الي استخدام الصور والألوان والرسومات والأشكال؛ وذلك لتحقيق الأهداف المنشودة وهي تنمية اليقظة العقلية لأطفال الروضة وابعادها الفرعية، وتنقسم إلى قسمين الخرائط الذهنية غير الإلكترونية والخرائط الذهنية الإلكترونية".

• **اليقظة العقلية:** وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنها: " هي القدرة على الانتباه وملاحظة الخبرات الداخلية والخارجية وعدم إصدار أحكام على الأفكار والمشاعر والسماح لها أن تأتي وتذهب دون أن تشتت التفكير لدى الطفل أو تقده تركيزه في اللحظة الحاضرة".

• **أطفال الروضة:** وتعرفهم الباحثة إجرائياً بأنهم " هو الطفل في المرحلة العمرية الممتدة من نهاية العام الثالث حتى نهاية العام الخامس أو بداية العام السادس، وله إمكاناته وطاقاته الكامنة وله حاجاته التي تتجاوز البيولوجية والتي يطالب بها، وله قدرات هائلة تمكنوا من المعرفة والإحساس والتعمق مثل الملاحظة والوصف والتصرف بوعي وعدم اصدار احكام وعدم التفاعل".

محددات الدراسة: أقصرت الدراسة الحالية على الحدود الآتية:

• **محددات بشرية:** تتكون عينة الدراسة من (٣٠) طفلاً وطفلة من أطفال روضة عبداللطيف حسانين بمحافظة الشرقية وتقسيم العينة إلى مجموعتين، المجموعة التجريبية قوامها (١٥) طفل والمجموعة الضابطة قوامها (١٥) طفل .

• **محددات موضوعية:** تم اعداد برنامج قائم علي استراتيجيات الخرائط الذهنية، تم إعداد مقياس اليقظة العقلية، أبعاده: (الملاحظة- الوصف- التصرف بوعي- عدم اصدار احكام- عدم التفاعل).

• **محددات مكانية:** تم تطبيق الدراسة الحالية في مدينة الزقازيق (روضة عبداللطيف حسانين ،ام المؤمنين)، محافظة الشرقية.

• **الحدود الزمانية:** تم تطبيق برنامج الخرائط الذهنية لتنمية اليقظة العقلية لدى أطفال الروضة خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي(٢٠٢٣-٢٠٢٤).

إطار نظري للدراسة ودراسات سابقة:

المحور الأول: الخرائط الذهنية:

تعد الخرائط الذهنية أداة تفكير تنظيمية نهائية وهي أسهل طريقة لإدخال المعلومات للدماغ ومن ثم استرجاع هذه المعلومات المخزنة، والخريطة الذهنية طريقة فعّالة وإبداعية لأخذ الملاحظات وتشارك جميع الخرائط الذهنية، في عدة أشياء منها: أنها جميعها تستخدم الألوان ولها تركيب طبيعي واحد، حيث أنها تبدأ بمركز تتفرع منه الخطوط وهي بذلك تشبه شكل الخلية العصبية، وأيضاً تستخدم جميع الخرائط الذهنية الخطوط والرموز، والكلمات بالإضافة إلى الرسومات التخيلية، وبهذا يمكن تحويل الملاحظات والتلخيصات المملة إلى مخطط منظم، وملون وقابل للتذكر يعمل بشكل متلائم ومماثل لكيفية عمل الدماغ (Buzan , 2002).

وتعمل الخرائط الذهنية على ربط جانبي الدماغ الأيمن والأيسر، فيرى بوزان وجود تمايز بين الجانبين الأيمن والأيسر للدماغ، فالجانب الأيمن هو المسئول عن التفكير الإبداعي، والتفكير الفراغي، والذكاء البصري المكاني، والتخيل والألوان، أما الجانب الأيسر فهو يختص بالكلمات والمنطق والأرقام والتفكير الخطي المتتابع والتحليل، وهذا يتطلب البحث عن طريقة تدريس تربط بين الجانبين الأيمن والأيسر؛ لذلك فهي تعتبر من الطرق التي تساعد على تحسين كفاءة الربط بين جانبي الدماغ (ساهر فياض، ٢٠١٥).

وتوصل العلماء إلى أن الدماغ تتكون من ملايين الخلايا العصبية التي تعمل على تخزين المعلومات والبيانات، وقد تم الكشف عن شكل هذه الخلايا فهي تتكون من مركز رئيس تتشعب منه روابط فرعية على شكل انحناءات متدرجة الشدة تتضاءل كلما ابتعدت عن المركز واثبت العلم أنه كلما أراد الدماغ تخزين معلومة جديدة فإن تلك الخلايا تنتج رابطاً جديداً، ويتم وصلة مع الموضوع الأساسي التي ترتبط معه تلك المعلومة، أو يتم ربط المعلومات الجديدة مع المعرفة السابقة المخزنة مسبقاً في الدماغ (Christodoulou , 2010).

ومن خلال ما تم عرضه للخرائط الذهنية الذي أوضح أهمية التفكير ومهاراته فإننا يجب ألا نتعامل مع عقول الأطفال على أنها سلة نضع فيها ما نريد من معلومات وخبرات ولكن الحل الوحيد هو تعليم الطفل كيف يفكر وهذا ما دفع الباحثة لمحاولة إقامة برنامج يعتمد على استراتيجية الخريطة الذهنية بهدف تنمية بعض مهارات التفكير لدى الأطفال لما لهذه المرحلة من أهمية مميزة في حياة الإنسان حيث يتوقف عليها باقي مراحل النمو فإذا تعلم الطفل كيف يفكر ويتعلم ويقوم بمعالجة المعلومات فإن ذلك بمثابة مقدمة للابتكار والإبداع.

تعريف الخرائط الذهنية:

وتعرف الخرائط الذهنية بأنها تقنية رسومية بصرية وغير خطية ، حيث يتبلور الموضوع الرئيسي في صورة مركزية وتشع الأفكار الأساسية من الصور المركزية علي هيئة فروع تتضمن صورة او كلمه مفتاحية مطبوعة علي الخطوط التي تربطها ، او الموضوعات او الأفكار الأقل أهمية تمثل علي هيئة فروع ملحقة بالفروع ذات المستوي الأعلى ، وتستخدم فيها الألوان ، الرمز ، الرسوم ثلاثية الابعاد ، ثلاثية الابعاد ، مما يساعد علي الاستمتاع ومساعدة الذاكرة علي الاسترجاع وتحريض الدافعية والتعبير (Malone ,2004 , 18)

وعرفتها خلود العسيلي (٢٠١٨): مجموعة إجراءات تتضمن أنشطة وسلوكيات ووسائل يمارسها الطالب بداخل الغرف الصفية تستند لرسم خريطة أو شكل يمثل قراءة ذهنية بمعنى توضيحاً لموضوع وفق خارطة مرسومة لتنمية التفكير والتحصيل الدراسي .

بينما تعرفها (امل خلف ،٢٠١٧) بأنها طريقه تعليم وتعلم توظفها المعلمة اثناء تقديم المحتوى التعليمي للأطفال في شكل تخطيطي منظم ومرتب بصورة شيقة وجذابة ، مستخدمه الصور والرسوم والنماذج والألوان مما يساعد علي تحفيز نصفي المخ للعمل معا اثناء عملية التعلم ، وتيسر علي الأطفال استقبال المعلومات وتخزينها في الذاكرة ومعالجتها واسترجعها بسهولة فضلا عن تدفق الأفكار لديهم.

في حين عرفها كل من (خير شواهين وزاد صالح ، ٢٠١٠ ، ٣٢) الخريطة الذهنية بأنها " وسيلة تساعد علي التخطيط والتعلم والتفكير البناء وهي تعتمد علي رسم وكتابة ما تريده علي ورقه واحدة بطريقة مرتبة تساعد علي التركيز والتذكر بحيث تجمع فيها بين الجانب الكتابي المختصر بكلمات معدودة مع الجانب الرئيسي مما يساعد علي ربط الشيء المراد تذكره برسمة معينة.

ومن خلال ما تم عرضه من التعريفات السابقة للخرائط الذهنية تعرفها الباحثة اجرائيا بانها: إستراتيجية تدريسية فعالة يستخدمها المعلم و المتعلم بتحويل المفاهيم والمعلومات المعقدة لرسومات ومخططات مبسطة يتم تقديمها لتنظيم البناء المعرفي، وتساعد على فهم المفاهيم من جانب، وتلخيص المعلومات المرتبطة فيه من جانب آخر، وذلك من خلال وضع المفهوم الرئيس أو المركزي في منتصف ورقة بيضاء أو بمنتصف شاشة البرنامج، ومن ثم تتفرع منه المفاهيم الفرعية في جميع الاتجاهات وبالإضافة الي استخدام الصور والألوان والرسومات والأشكال؛ وذلك لتحقيق الأهداف المنشودة، وتنقسم إلى قسمين الخرائط الذهنية غير الإلكترونية والخرائط الذهنية الإلكترونية.

أهمية الخرائط الذهنية:

- كما ذكر (بوزان وباري، ٢٠١٠) ، (Elisia , 2010) أهمية الخرائط الذهنية في أنها:
١. تعمل على إثارة انتباه المتعلمين وتشويقهم لكونها غير تقليدية كما أنها أكثر اقتصاداً للوقت والجهد، وتعرض عناصر الدرس في صورة كلمات وأفكار تساعد المتعلمين على استيعاب وفهم المعلومات بسهولة، كما تظهر العلاقات بين الفكرة المركزية والأفكار الفرعية في صورة بصرية.
 ٢. تبث روح التشويق لدى المتعلمين، وتعالج صعوبات التعلم، وتجعل التعلم أكثر متعة وإبداعاً.
 ٣. تقلل من الكتابة الخطية لأنها تختصر الموضوع المراد في قليل من الكلمات والصور.
 ٤. تصنع لغة توافق كيفية تعلم المخ، وتجعل التعلم أقل استهلاكاً للوقت وأكثر متعة ومعنى، وتدفع المتعلم إلى المشاركة بحيث ينمي كل متعلم الخريطة العقلية الخاصة به.
 ٥. تعطي المتعلم فكرة متكاملة عن الموضوع الذي يدرسه.
 ٦. تقوم على إشراك شقي المخ مما يجعلها تحفز التفكير بمبدأ المضاعفة، فالطريقة التي ترسم بها الخريطة الذهنية تشجع على ابتكار مزيد من الأفكار.
- حيث ان هناك عدة فوائد للخرائط الذهنية منها مراعاة الفروق الفردية، وتنمية مهارات التفكير، كما أنها تحفز على الإبداع وتنشيط الذهن، وتشوق الطالب للمادة التعليمية لأنها تضيف عليها المتعة ، وتشجعه على توليد الأفكار والآراء الجديدة، وتنمي قدرته على توظيف مهارة الرسم ، والإخراج بشكل جيد، وهذه الفوائد كلها تساعد الطالب على تذكر الأفكار المهمة وتزيد من ثقته بذاته وبالتالي ترفع المستوي التحصيلي للمتعلم كما أن استخدامها يؤدي إلى حفظ المعلومات لمدة أطول وتذكر جميع المعلومات المهمة، وتوجه المتعلمين الى ضرورة استكمال النقص في المعلومات إن وجد. (حنين سمير، ٢٠١١ ، ٢١).
- وتضيف الباحثة أن استخدام الخرائط الذهنية غير الإلكترونية لها أهمية عديدة بالنسبة لطفل الروضة منها:

١. تنمي القدرة على التركيز الذي يساعد الدماغ على العمل والإبداع.
٢. تنمي مهارة الفهم لدي الطفل.
٣. تنمي القدرة على تنظيم المعلومات وتصنيفها والاستنتاج.
٤. تساعد على حفظ المعلومات بطريقة اسرع واسهل.
٥. تحويل المادة اللفظية إلى رسوم ورموز وصور.
٦. توفر الوقت والجهد بتلخيص الدروس بشكل مبسط.

المحور الثاني: اليقظة العقلية:

حيث تناول العديد من الباحثين موضوع اليقظة العقلية mindfulness سواء من حيث الوصف والتحليل أو من حيث التدخلات العلاجية المترتبة عليها ، وتشير اليقظة الذهنية إلى التواجد في الوقت المناسب عن طريق تركيز الانتباه بطريقة محددة ، مقصودة في اللحظة الراهنة وبدون إصدار أحكام ، وبالتالي فإن اليقظة الذهنية تدور حول ملاحظة ما نفعله ونفكر فيه ونعيشه ونقوله في لحظة معينة من الزمن ، أي أنه وعي ذاتي بالحاضر بدلاً من التركيز على الماضي أو المستقبل ، وبدلاً من التركيز على المخاوف ، أو على الأشياء التي تجعلنا نشعر بالقلق والخوف ، وبالتالي فإن اليقظة الذهنية تشجع على التركيز في اللحظة الراهنة (McDonough & Lemon, 2018) .

وقد انققت العديد من الدراسات انه على الرغم من أن ممارسات اليقظة العقلية قد يبدو أنها تصلح للمراهقين أو البالغين فقط ، إلا أن هناك العديد من الدراسات التي أشارت إلى أن الأطفال الصغار قد استفادوا من التدريب على يقظة العقل ، حيث تبين أن الأطفال الصغار لديهم القدرة المعرفية والوعي للانخراط والتفاعل مع أنشطة اليقظة العقلية .

تعريف الخرائط الذهنية:

عرف (Kettler , 2013) اليقظة العقلية (mindfulness) بأنها ذلك الأسلوب أو الطريقة في التفكير التي تؤكد على أهمية الانتباه إلى البيئة التي يعمل فيها الفرد وأحاسيسه الداخلية من غير إصدار الأحكام الإيجابية أو السلبية ، كذلك فإن الفرد عندما يقوم بالامتثال عن إصدار الحكم على خبرة ما بأنها إيجابية أو سلبية ، فإنه يستطيع القيام بعرضه بشكل أكثر واقعية وتحقيق استجابة التكيف.

أما (قاموس أكسفورد ، ٢٠١٤) عرف اليقظة العقلية (mindfulness) بأنها الحالة النفسية التي تحققت من خلال التركيز على الوعي في الوقت الحاضر ، في حين الاعتراف بهدوء ، وقبول المشاعر ، والأفكار ، والأحاسيس الجسدية.

وعرفها كل من ما رلت وكريست ولور (Marlette et Kristelle) بأنها الوعي بالمدى الكلي للخبرات الموجودة هنا والانتباه للخبرة الحالية وتقبلها دون إصدار أحكام سواء كانت سارة أو غير سارة وتقبل جميع التجارب الشخصية كالأفكار والمشاعر والأحداث تماماً كما في اللحظة الراهنة. (Marlette et Kristelle, 1999, 68)

واتفق معه (Davis & Hayes, 2011, 198) على أنها عبارة عن : عملية الوعي بالخبرات لحظة بلحظة بدون إصدار أحكام ، وهي حالة وليست سمة ، ويمكن تمييزها ، مثل التأمل من خلال الممارسات ، والأنشطة ، والتدريبات .

بينما يرى (Dicharvy, 2016) أنها : حالة عابرة من الوعي الحسي ، تتميز بأنها صورة مختلفة وفعالة ، وتحدث عندما يكون الانتباه مستقراً وحاضراً ، بدون أي ارتباط استثنائي نحو الآراء ، ويتحقق ذلك من خلال التأمل .

ومن التعريفات السابقة يمكن أن نستخلص إلى أن اليقظة العقلية تركز على الخبرات الحاضرة ، وتهمل الماضية أو الخبرات التي لم تحدث بعد ، كما أنه تسهم بالمرونة من خلال التقليل والتسامح مع تلك الخبرات دون اللجوء إلى إصدار أحكام عليها ، إضافة إلى أنه يمكن النظر إليها من خلال الوعي الناتج عن توجيه الانتباه للحظة الراهنة وذلك بمراقبة الأفكار والمشاعر والانفعالات مما يجعل الفرد يعيش حالة من الإحساس بالهدوء والسكينة التي هي أعلى درجات الاطمئنان ، كما أن هناك مجموعة من الباحثين من ذهب إلى أن اليقظة ليست مجرد خبرة بل هي محصلة مجموعة من المهارات المتعلمة ويتم ممارستها من أجل تحسين الصحة النفسية.

المحور الثالث: أطفال الروضة:

طفل الروضة: هو الطفل في المرحلة العمرية الممتدة من نهاية العام الثالث حتى نهاية العام الخامس أو بداية العام السادس، وقد أطلق البعض على هذه المرحلة مسمى الطفولة المبكرة (سعدية بهادر، ١٩٩٦)

هو شخص له إمكاناته وطاقاته الكامنة وله حاجاته التي تتجاوز البيولوجية والتي يطالب بها، وله قدرات هائلة تمكنوا من المعرفة والإحساس والتعمق. (فتيحة ككروش، ٢٠٠٨، ١٦)

ومن خصائص الأطفال الذين يتصفون باليقظة العقلية:

- ١- يرى الطفل المتيقظ عقلياً الأشياء كما لو أنه رآها لأول مرة ويركز انتباهه عليها.
- ٢- لا يقوم الطفل بتقويم الأشياء التي يلاحظها في اللحظة الحاضرة.
- ٣- يكون لديه ثقة بنفسه وبالأشخاص المحيطين به وبانفعالاته.
- ٤- فهم الطفل للحاضر وتقبله وهي لا تعني السلبية بل يكون أكثر فاعلية في الاستجابة.
- ٥- يتصف الطفل المتيقظ بالحب والحنان والتسامح.

خصائص نمو طفل الروضة:

أن طفل مرحلة الروضة هو الطفل في المرحلة العمرية الممتدة من نهاية عامه الثاني وحتى نهاية عامه الخامس أو بداية عامه السادس، وتعرف هذه المرحلة بـ "مرحلة الطفولة المبكرة" ويؤكد (محمد الخوالدة، ٢٠٠٣) على أن شخصية الطفل تبدأ في التشكل في هذه المرحلة حيث ٥٠% من قدراته اللغوية والذهنية يكون قد اكتمل في هذه المرحلة، وتبدأ لديه مرحلة تكون المفاهيم المعرفية، الاجتماعية، والأخلاقية، كما تبدأ سماته الشخصية في الظهور. طفل

الروضة يلتحق بها ما بين عمر ٤ - ٦ سنوات، حيث يتم خلالها تنمية المفاهيم والمهارات المختلفة لديه لتحقيق التنمية الشاملة والمتكاملة له بما يتماشى مع خصائص نموه في تلك المرحلة.

فروض الدراسة:

١. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية على مقياس اليقظة العقلية ودرجته الكلية في القياس القبلي والبعدي لصالح درجات القياس البعدي.

٢. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس اليقظة العقلية ودرجته الكلية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

٣. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية على مقياس اليقظة العقلية ودرجته الكلية في القياسين البعدي والتتبعي.

إجراءات الدراسة الميدانية:

(١) مقياس اليقظة العقلية لأطفال الروضة:

الهدف من المقياس: تم إعداد مقياس اليقظة العقلية من قبل الباحثة لكي يستخدم مع أطفال الروضة، حيث يهدف البحث الحالي إلى تحسين اليقظة العقلية لدى عينة من أطفال الروضة. الخصائص السيكومترية لمقياس اليقظة العقلية:

في سبيل التأكد من صلاحية المقياس للتطبيق في الدراسة الحالية، قد تم تطبيق مقياس الدراسة في صورته الأولية على عينة المكونة من (٣٠) طفل وطفلة، وبعد تقدير الدرجات ورصدها تم إدخالها لبرنامج (Spss) الإحصائي، تم حساب الثبات والصدق والاتساق الداخلي على عينة الدراسة الحالية كما يلي:

أولاً: حساب الاتساق الداخلي

(أ) الاتساق الداخلي لمفردات المقياس

ولحساب الاتساق الداخلي قامت الباحثة بإجراء تحليل مفردات أبعاد مقياس اليقظة العقلية عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه لكل بعد على حدة، وذلك لمعرفة المفردات التي لا ترتبط بالبعد واستبعادها، ويتضح ذلك من الجدول الآتي:

(أ) اتساق الأبعاد مع الدرجة الكلية

تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس اليقظة العقلية ككل عن طريق حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس والجدول (١١) التالي يوضح ذلك:

جدول (١) معاملات الارتباط بين درجات مفردات مقياس اليقظة العقلية ودرجات الأبعاد الفرعية للمقياس (ن = ٣٠)

اليقظة العقلية		
الأبعاد	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	مستوى الدلالة
مهارة الملاحظة	٠,٨٠٩	٠,٠١
مهارة الوصف	٠,٧١٥	٠,٠١
مهارة التصرف بوعي	٠,٧٤٥	٠,٠١
مهارة عدم اصدار احكام	٠,٧٢٩	٠,٠١
مهارة عدم التفاعل	٠,٦٦٤	٠,٠١

اتضح من الجدول (١): أن جميع معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً، مما يدل على اتساق جميع مفردات مقياس اليقظة العقلية ككل وجميع أبعاده الفرعية (مهارة الملاحظة-الوصف-التصرف بوعي-عدم اصدار احكام-عدم التفاعل).

ثانياً: الصدق

(١) صدق المحكمين

عرض المقياس في صورته الأولية التي تشمل على (٤٠) عبارة على المحكمين من أساتذة الجامعات والمختصين في ميادين علم النفس، والصحة النفسية وعلم النفس التربوي وذلك لإبداء الرأي من حيث:

- إضافة أي عبارات جديدة بالمقياس.
 - مدى مناسبة العبارات للعمر الزمني للعينة موضوع الدراسة.
 - تعديل الصياغة اللغوية للعبارات.
 - مدى ارتباط الأبعاد بمفهوم اليقظة العقلية.
 - تحديد ما إن كانت العبارات تنتمي للبعد أم لا.
- وتم حساب التقدير الكمي والكيفي للاستجابات بعد تفرغ آراء السادة المحكمين، وكانت

كالتالي:

أ- **التقدير الكمي:** تم حساب نسبة الاتفاق لكل عبارة حتى يمكن حذف العبارات التي تقل عن نسبة اتفاق (٨٠%)، وفي ضوء آراء وتعديلات السادة المحكمين لم تحذف أي عبارة فكانت نسبة الاتفاق على العبارات بنسبة (٩٠%).

ب- **التقدير الكيفي:** تم إجراء التعديلات، وصياغة بعض العبارات بناء على آراء المحكمين، وقد أسفرت عن بعض التعديلات في بعض العبارات

(٢) صدق المفردات

تم حساب صدق المفردات بحساب معاملات الارتباط بين درجات المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له (محذوفاً منها درجة المفردة) باعتبار مجموع درجات بقيت المفردات محكاً للمفردة وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجات المفردات والأبعاد (محذوفاً منها درجة المفردة) لمقياس اليقظة العقلية (ن = ٣٠)

اليقظة العقلية								
مهارة التصرف بوعي			مهارة الوصف			مهارة الملاحظة		
مستوى الدلالة	معامل صدق المفردة	رقم المفردة	مستوى الدلالة	معامل صدق المفردة	رقم المفردة	مستوى الدلالة	معامل صدق المفردة	رقم المفردة
٠,٠١	٠,٧٧٥	١٩	٠,٠١	٠,٦٣٥	١٠	٠,٠١	٠,٧٤٤	١
٠,٠١	٠,٦٨٢	٢٠	٠,٠١	٠,٥٤٠	١١	٠,٠١	٠,٧٠٤	٢
٠,٠١	٠,٥٦٣	٢١	٠,٠١	٠,٥١٥	١٢	٠,٠١	٠,٧٠٣	٣
٠,٠١	٠,٧٦٥	٢٢	٠,٠١	٠,٦١٨	١٣	٠,٠١	٠,٧٤٢	٤
٠,٠١	٠,٨١٥	٢٣	٠,٠١	٠,٨٣٥	١٤	٠,٠١	٠,٧٣٦	٥
٠,٠١	٠,٧٦١	٢٤	٠,٠١	٠,٤٥٧	١٥	٠,٠١	٠,٦٢٢	٦
٠,٠١	٠,٦٢٧	٢٥	٠,٠١	٦٣١١	١٦	٠,٠١	٠,٥٢٤	٧
٠,٠١	٠,٦٥٢	٢٦	٠,٠١	٠,٦٢٥	١٧	٠,٠١	٠,٤٥٥	٨
٠,٠١	٠,٦٧٣	٢٧	٠,٠١	٠,٤٨٢	١٨	٠,٠١	٠,٤٢٣	٩
			مهارة عدم التفاعل			مهارة عدم اصدار احكام		
			مستوى الدلالة	معامل صدق المفردة	رقم المفردة	مستوى الدلالة	معامل صدق المفردة	رقم المفردة
			٠,٠١	٠,٥٦٣	٣٧	٠,٠١	٠,٤٦٠	٢٨
			٠,٠١	٠,٦٤٤	٣٨	٠,٠١	٠,٧٥٠	٢٩
			٠,٠١	٠,٦٧٥	٣٩	٠,٠١	٠,٦٧١	٣٠
			٠,٠١	٠,٧٤٤	٤٠	٠,٠١	٠,٨٧٠	٣١
						٠,٠١	٠,٨٦٧	٣٢

	٠,٠١	٠,٧٨٩	٣٣
	٠,٠١	٠,٧٧٧	٣٤
	٠,٠١	٠,٨٧٥	٣٥
	٠,٠١	٠,٦٤٥	٣٦

اتضح من الجدول (٢): أن جميع معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات البعد الذي تنتمي له كل مفردة (محدوفاً منه درجة المفردة) دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١).

ثالثاً: حساب الثبات

تم تطبيق المقياس على عينة الخصائص السيكومترية المكونة من (٣٠) طفل وطفلة من أطفال الروضة، وتم حساب الثبات كما يلي:

(أ) معامل ألفا لـ"كرونباخ"

تم حساب معامل الثبات لمقياس اليقظة العقلية وأبعاده الفرعية باستخدام معامل ألفا لـ"كرونباخ" Cronbach's Alpha لمفردات كل بعد فرعي على حدة وذلك في حالة (حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة) والجدول (٤) يوضح ذلك: جدول (٣) معاملات ألفا كرونباخ لثبات مقياس اليقظة العقلية وأبعاده الفرعية

اليقظة العقلية								
مهارة التصرف بوعي			مهارة الوصف			مهارة الملاحظة		
معامل ألفا كرونباخ=٠,٩١٧			معامل ألفا كرونباخ=٠,٨٥٣			معامل ألفا كرونباخ=٠,٨٦٨		
الحالة	معامل ألفا كرونباخ عند حذف المفردة	رقم المفردة	الحالة	معامل ألفا كرونباخ عند حذف المفردة	رقم المفردة	الحالة	معامل ألفا كرونباخ عند حذف المفردة	رقم المفردة
	٠,٨٩٠	١٩		٠,٨٥٤	١٠		٠,٨٤٦	١
	٠,٩٠٥	٢٠		٠,٨٥٣	١١		٠,٨٥٧	٢
	٠,٩١٣	٢١		٠,٨٥٨	١٢		٠,٨٥٥	٣
	٠,٩٠١	٢٢		٠,٨٤٩	١٣		٠,٨٧٥	٤
	٠,٨٩٢	٢٣		٠,٨٢٢	١٤		٠,٨٥٣	٥
	٠,٩٠٢	٢٤		٠,٨٦٤	١٥		٠,٨٦٤	٦
	٠,٩١١	٢٥		٠,٨٤٣	١٦		٠,٨٧٢	٧
	٠,٩٠٧	٢٦		٠,٨٤٩	١٧		٠,٨٧٩	٨
	٠,٩٠٩	٢٧		٠,٨٦٢	١٨		٠,٨٧٥	٩
			مهارة عدم التفاعل			مهارة عدم اصدار احكام		
			معامل ألفا كرونباخ=٠,٩٠٥			معامل ألفا كرونباخ=٠,٩٣٤		

رقم المفردة	معامل ألف كرونباخ عند حذف المفردة	الحالة	رقم المفردة	معامل ألف كرونباخ عند حذف المفردة	الحالة
٢٨	٠,٩٤٠		٣٧	٠,٩٠٩	
٢٩	٠,٩٢٢		٣٨	٠,٩٠٣	
٣٠	٠,٩٣٨		٣٩	٠,٩٠٨	
٣١	٠,٩١٩		٤٠	٠,٨٨٦	
٣٢	٠,٩٢٦				
٣٣	٠,٩١١				
٣٤	,٩٢٢				
٣٥	٠,٩١٧				
٣٦	٠,٩٢٨				

اتضح من الجدول (٣): أن معامل ألفا للمقياس في حالة حذف درجة كل مفردة أقل من أو يساوي معامل ألفا للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، أي أن جميع المفردات ثابتة، حيث أن تدخل المفردة لا يؤدي إلى خفض معامل الثبات الكلي للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة، ومن ثم تم الإبقاء على جميع مفردات المقياس.

(أ) الثبات الكلي لمقياس اليقظة العقلية:

تم حساب ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس اليقظة العقلية، وذلك بطريقة معامل ألفا لـ"كرونباخ" فكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٤) معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس اليقظة العقلية

اليقظة العقلية		
م	أبعاد مقياس اليقظة العقلية	معامل الثبات ألفا لـ"كرونباخ"
١	مهارة الملاحظة	٠,٨٥٣
٢	مهارة الوصف	٠,٨٢٥
٣	مهارة التصرف بوعي	٠,٨٨٥
٤	مهارة عدم اصدار احكام	٠,٨٨٩
٥	مهارة عدم التفاعل	٠,٧٩٣
الثبات الكلي للمقياس		٠,٨٢٥

اتضح من الجدول (٤): أن معاملات ثبات الأبعاد الفرعية لمقياس اليقظة العقلية والثبات الكلي له مرتفعة؛ مما يدل على ثبات جميع الأبعاد الفرعية لمقياس اليقظة العقلية، وكذلك المقياس ككل.

ومن الإجراءات السابقة: تم التأكد من صدق وثبات مقياس اليقظة العقلية والاتساق الداخلي له وصلاحيته لقياس اليقظة العقلية لدى أطفال الروضة، حيث يتكون المقياس في صورته النهائية من (٤٠) مفردة موزعة على الأبعاد الفرعية الخمسة والجدول (١٠) يوضح نتائج البحث ومناقشتها:

اختبار صحة الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي لمقياس اليقظة العقلية لصالح أفراد المجموعة التجريبية".

لاختبار هذا الفرض، تم استخدام الأساليب الإحصائية اللابارامترية اختبار مان ويتني Mann-Whitney (U)، لحساب قيمة (Z)، وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة (عينتين مستقلتين) في القياس البعدي على مقياس اليقظة العقلية ويوضح الجدول التالي ذلك:

جدول (٥) قيمة (Z) ودلالاتها للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اليقظة العقلية

أبعاد مقياس اليقظة العقلية	المجموعات	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	معامل "U"	"Z"	مستوى الدلالة
مهارة الملاحظة	الضابطة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠	,٠٠٠	٤,٧٠٥	دالة إحصائية**
	التجريبية	١٥	٢٣,٠٠	٣٤٥,٠٠			
مهارة الوصف	الضابطة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠	,٠٠٠	٤,٧٠١	دالة إحصائية**
	التجريبية	١٥	٢٣,٠٠	٣٤٥,٠٠			
مهارة التصرف بوعي	الضابطة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠	,٠٠٠	٤,٦٩٨	دالة إحصائية**
	التجريبية	١٥	٢٣,٠٠	٣٤٥,٠٠			
مهارة عدم اصدار احكام	الضابطة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠	,٠٠٠	٤,٦٩٠	دالة إحصائية**
	التجريبية	١٥	٢٣,٠٠	٣٤٥,٠٠			
مهارة عدم التفاعل	الضابطة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠	,٠٠٠	٤,٦٩٧	دالة إحصائية**
	التجريبية	١٥	٢٣,٠٠	٣٤٥,٠٠			
الدرجة الكلية لليقظة العقلية	الضابطة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠	,٠٠٠	٤,٦٨١	دالة إحصائية**
	التجريبية	١٥	٢٣,٠٠	٣٤٥,٠٠			

** دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١)

اتضح من الجدول (٥): انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس اليقظة

العقلية وأبعاده الفرعية (مهارة الملاحظة-الوصف-التصرف بوعي-عدم اصدار احكام-عدم التفاعل) لصالح أفراد المجموعة التجريبية .

تفسير نتائج الفرض الأول:

تفوق المجموعة التجريبية في القياس البعدي على القياس القبلي يرجع للأثر الإيجابي والفعال لبرنامج الخرائط الذهنية، حيث أن الاعتماد على استراتيجيات الخرائط الذهنية في التعليم تجعل الأطفال يندمجون في الأنشطة مما يدفعهم نحو التفكير وبالتالي تنمية اليقظة العقلية لديهم، فكانوا الأطفال يستجيبون للأنشطة ويتسابقون في تفاعلاتهم، فمن خلال الخرائط الذهنية يكتسب الطفل العديد من المهارات والخبرات والمعارف المختلفة، وهذا يتفق مع ما أكدته كما ذكر (بوزان وباري، Elisia، ، ٢٠١٠) أهمية الخرائط الذهنية في أنها تعمل على إثارة انتباه المتعلمين وتشويقهم لكونها غير تقليدية كما أنها أكثر اقتصاداً للوقت والجهد ان استراتيجيات التعلم النشط ترفع من قدرات الأطفال على اكتساب المفاهيم والمعارف والقيم مما تجعل العملية التعليمية تمثل مشاركة مجتمعية بين الأطفال والمعلمة، كما يوضح الخرائط(توني بوزان ، ٢٠٠٦ ، ٧٣) تعمل مباشرة على مركز التذكر بالمخ وتسعى لتقوية ورسم صورة ذهنية للمعلومات .

وتفوق المجموعة التجريبية يعود إلى استراتيجيات الخرائط الذهنية المستخدمة في البرنامج حيث ساعد هذه الاستراتيجيات على دمج الأطفال ومشاركتهم الايجابية في الأنشطة واستثارة عقولهم وإبداء آرائهم لما كان لها أثر إيجابي في تنمية اليقظة العقلية لدى طفل الروضة، فكانت استراتيجية (الخرائط الذهنية) تستثير أفكارهم بشكل كبير وتجعلهم يقترحون الكثير من الأفكار والحلول للموضوعات والمشكلات التي تطرح أمامهم، وكذلك كما أن العديد من الدراسات أكدت نتائجها على أهمية استراتيجيات الخرائط الذهنية في اكساب الطفل القيم والمفاهيم المختلفة وقدراته الابتكارية مثل دراسة كلا من دراسة الجاسر(٢٠١٧) Aljaser دراسة داغستان (٢٠١٦)Daghistan دراسه (٢٠٠٧) Maria Birbili دراسة (2010) Rosario Merida عن اثر خرائط المفاهيم في تنمية قدرات الأطفال على التعلم حيث قامت التجربة على أطفال الروضة في سن خمس سنوات وأيضاً دراسة ناهد علي (٢٠١٩) و دراسة ضحي عادل (٢٠١٨) و دراسة امل خلف (٢٠١٧) و أوضحت نتائجهم تنمية بعض المفاهيم المختلفة بالاعتماد على استراتيجية الخرائط الذهنية، وبعض النتائج أكدت على فاعلية استخدام استراتيجيات الخرائط الذهنية في تنمية بعض المهارات المختلفة كما في دراسة احمد فرحات واخرون (٢٠١٥) ودراسة وفاء سليمان (٢٠١٣) ودراسة شيخة سعيد (٢٠١١) ودراسة بولت واخرون (2017) Polat, O; Yavuz, E, A, & Tunc,A,B,O. ودراسة (٢٠٠٣) Sparks .Linfield and others

جدول (٦) البيانات الوصفية للمجموعة التجريبية والضابطة لمقياس اليقظة العقلية

المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		ابعاد اليقظة العقلية
الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
١,٨٠	١٨,٨٦	١,٣٨	١٢,٢٦	مهارة الملاحظة
٢,٠٧	١٨,٢٠	١,٣٧	١٢,٨٠	مهارة الوصف
١,٦٨	١٨,٦٠	١,٢٤	١٢,٥٣	مهارة التصرف بوعي
١,٥٠	١٨,٦٠	١,٤٧	١٣,٢٠	مهارة عدم اصدار احكام
١,٧٩	١٨,٩٣	١,٥٠	١٢,٤٦	مهارة عدم التفاعل
٢,٨٥	٩٣,٢٠	٢,٧١	٦٣,٢٦	الدرجة الكلية

اختبار صحة الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على انه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس اليقظة العقلية لصالح القياس البعدي".

ولاختبار هذا الفرض، تم استخدام الأساليب الإحصائية اللابارامترية، اختبار ويلكوكسون Wilcoxon (W) وقيمة (Z)، وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية (عينة مترابطة) على مقياس اليقظة العقلية ويوضح الجدول (٧) التالي ذلك:

جدول (٧) نتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon (W) وقيمة (Z)، ودلالاتها للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس اليقظة العقلية

أبعاد مقياس اليقظة العقلية	اتجاه الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
مهارة الملاحظة	الرتب السالبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٤١٥	دالة احصائياً**
	الرتب الموجبة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠		
	الرتب المتعادلة	٠				
	الإجمالي	١٥				
مهارة الوصف	الرتب السالبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٤١٣	دالة احصائياً**
	الرتب الموجبة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠		
	الرتب المتعادلة	٠				
	الإجمالي	١٥				
مهارة التصرف بوعي	الرتب السالبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٤٢٦	دالة احصائياً*
	الرتب الموجبة	١٥	٨,٠٠	١٢٠,٠٠		
	الرتب المتعادلة	٠				

				١٥	الإجمالي	
دالة احصائياً*	٣,٤٢١		,٠٠	,٠٠	٠	الرتب السالبة
			١٢٠,٠٠	٨,٠٠	١٥	الرتب الموجبة
					٠	الرتب المتعادلة
					١٥	الإجمالي
دالة احصائياً**	٣,٤٢٢		,٠٠	,٠٠	٠	الرتب السالبة
			١٢٠,٠٠	٨,٠٠	١٥	الرتب الموجبة
					٠	الرتب المتعادلة
					١٥	الإجمالي
دالة احصائياً**	٣,٤١٧		,٠٠	,٠٠	٠	الرتب السالبة
			١٢٠,٠٠	٨,٠٠	١٥	الرتب الموجبة
					٠	الرتب المتعادلة
					١٥	الإجمالي

** دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)

اتضح من الجدول (٧): أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١)، بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على الأبعاد الفرعية (مهارة الملاحظة- مهارة الوصف- مهارة التصرف بوعي- مهارة عدم اصدار احكام- مهارة عدم التفاعل) لمقياس اليقظة العقلية لصالح القياس البعدي؛ مما يعبر عن ارتفاع مستوى اليقظة العقلية لدى أطفال الروضة ارتفاعاً دالاً إحصائياً في التطبيق البعدي بالمقارنة بدرجاتهم في التطبيق القبلي.

تفسير نتائج الفرض الثاني:

يرجع تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في القياس البعدي إلى إعداد الباحثة لمحتوى البرنامج وتخطيطه بشكل يتناسب مع طفل الروضة؛ مما يثير من دافعية الأطفال وحرصهم على مشاركتهم في الأنشطة، كما قامت الباحثة باختيار الموضوعات المرتبطة باليقظة العقلية وتقديمها للطفل بشكل مبسط يثير تساؤلاتهم، مع تركيزها على طرح المشكلات والتساؤلات على الأطفال؛ لتنمية مهارات الملاحظة والوصف والتصرف بوعي وعدم اصدار احكام وعدم التفاعل، وهذا ما أكدت عليه دراسة تبين للباحثة من نتائج الدراسات السابقة تنمية اليقظة العقلية في دراسة (Menges & Caltabiano 2019): معرفة تأثير اليقظة العقلية على فاعلية الذات الأكاديمية ودراسة (Menges & Caltabiano 2019): ارتبطت كل من الزيادة في اليقظة العقلية والرفاهية النفسية بشكل كبير مع الزيادة في فاعلية الذات الأكاديمية، كما اشارت دراسة (Biegel, et al., 2009) أشارت النتائج إلى انخفاض ملحوظ في القلق

والاكتئاب وتحسن مستوى الانتباه وزيادة الثقة بالنفس، دراسة محمد حماد (٢٠١٨): أظهرت النتائج تحسناً دالاً إحصائياً في اليقظة العقلية، وتنظيم الذات، ومستوى الانتباه لدى عينة الدراسة التجريبية بعد تطبيق البرنامج وبعد فترة المتابعة.

كما يرجع التفوق في القياس البعدي إلى الفنيات والأنشطة المستخدمة في البرنامج والتي تتمثل في أنشطة قصصية، وأنشطة فنية، وأنشطة غنائية، وأنشطة قائمة على استخدام خامات من البيئة، وأنشطة قائمة على الحوار والمناقشة، مع ترك مساحة للأطفال لعرض أفكاره، وأيضاً استخدام الباحثة للعديد من الوسائل والأدوات المختلفة؛ كالصور والرسومات والفيديوهات والمجسمات أدى إلى فاعلية البرنامج المستخدم مع المجموعة التجريبية في تنمية اليقظة العقلية لدى الأطفال، حيث يشير دراسة (Maynard, Solis, Miller & Brendle, 2017): أثر التدريبات القائمة على اليقظة العقلية في العمليات والمهارات الاجتماعية والسلوكية والأكاديمية في دراسات متتالية على تلاميذ ما قبل المدرسة.

ويرجع تنمية اليقظة العقلية لدى أطفال المجموعة التجريبية إلى اعتماد الباحثة على استمرارية التقييم أثناء وبعد تنفيذ البرنامج، وملاحظة استجاباتهم وسلوكياتهم بعد تطبيق أنشطة البرنامج.

اختبار صحة الفرض الثالث

جدول (٨) البيانات الوصفية للقياس القبلي والبعدي لمقياس اليقظة العقلية

بعدي		قبلي		ابعاد اليقظة العقلية
الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
١,٨٠	١٨,٨٦	١,١٨	٩,٤٠	مهارة الملاحظة
٢,٠٧	١٨,٢٠	١,٠٣	8,73	مهارة الوصف
١,٦٨	١٨,٦٠	١,٠١	9,20	مهارة التصرف بوعي
١,٥٠	١٨,٦٠	١,٢٢	9,06	مهارة عدم اصدار احكام
١,٧٩	١٨,٩٣	١,٠٦	9,13	مهارة عدم التفاعل
٢,٨٥	٩٣,٢٠	١,٥٥	٤٥,٥٣	الدرجة الكلية

اختبار صحة الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي بعد مرور (شهر) على مقياس اليقظة العقلية لأطفال الروضة.

ولاختبار هذا الفرض، تم استخدام الأساليب الإحصائية اللابارامترية، اختبار ويلكوكسون Wilcoxon (W) وقيمة (Z)، وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات القياسين

البعدي والتتبعي لأفراد المجموعة التجريبية (عينة مترابطة) على مقياس اليقظة العقلية ويوضح الجدول (٩) التالي ذلك:

جدول (٩) نتائج اختبار ويلكوكسون Wilcoxon (W) وقيمة (Z)، ودالاتها للفرق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس اليقظة العقلية

مستوى الدلالة	قيمة "Z"	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	اتجاه الرتب	أبعاد مقياس اليقظة العقلية
غير دالة	١,٦٩٨	٣,٠٠	٣,٠٠	٣	الرتب السالبة	مهارة الملاحظة
		١٢٠,٠٠	٨,٠٠	١١	الرتب الموجبة	
				١	الرتب المتعادلة	
				١٥	الإجمالي	
غير دالة	١,٦٩٨	٢٨,٠٠	٩,٣٣	٣	الرتب السالبة	مهارة الوصف
		٧٧,٠٠	٧,٠٠	١١	الرتب الموجبة	
				١	الرتب المتعادلة	
				١٥	الإجمالي	
غير دالة	,٠٠٠	٦٠,٠٠	٨,٥٧	٧	الرتب السالبة	مهارة التصرف بوعي
		٦٠,٠٠	٧,٥٠	٨	الرتب الموجبة	
				٠	الرتب المتعادلة	
				١٥	الإجمالي	
غير دالة	١,٨٠٧	٣٢,٠٠	٨,٠٠	٤	الرتب السالبة	مهارة عدم اصدار احكام
		٨٨,٠٠	٨,٠٠	١١	الرتب الموجبة	
				٠	الرتب المتعادلة	
				١٥	الإجمالي	
غير دالة	١,٨٠٧	٣٢,٠٠	٨,٠٠	٤	الرتب السالبة	مهارة عدم التفاعل
		٨٨,٠٠	٨,٠٠	١١	الرتب الموجبة	
				٠	الرتب المتعادلة	
				١٥	الإجمالي	
غير دالة	٢,٧١٥	٧,٠٠	٣,٥٠	٢	الرتب السالبة	الدرجة الكلية
		٨٤,٠٠	٧,٦٤	١١	الرتب الموجبة	
				٢	الرتب المتعادلة	
				١٥	الإجمالي	

اتضح من الجدول (٩): انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس اليقظة العقلية لأطفال

الروضة وجميع أبعاده الفرعية (مهارة الملاحظة- مهارة الوصف- مهارة التصرف بوعي- مهارة عدم اصدار احكام- مهارة عدم التفاعل) والدرجة الكلية.

تفسير نتائج الفرض الثالث:

ويرجع عدم وجود فروق دالة احصائيا بين أطفال المجموعة التجريبية على القياسيين البعدي والتتبعي إلي استمرارية أثر البرنامج على الأطفال، ويشير ذلك إلى نجاح البرنامج التدريبي المقدم للأطفال؛ نظرا لاستخدام استراتيجيات الخرائط الذهنية والفنيات التي استخدمتها الباحثة في البرنامج، حيث لاحظت الباحثة تفاعل الأطفال مع أنشطة البرنامج أثناء التطبيق، وترحيبهم الشديد للباحثة واستقبالهم لها بكل حب، كما اتضح ذلك أيضاً من مناقشات المعلمات بالروضة حول موضوعات وفنيات البرنامج لما كان له أثر واضح في تغيير معارف واهتمامات الأطفال أفراد العينة.

ومما سبق اتضح أن البرنامج التدريبي القائم على استراتيجية الخرائط الذهنية له فعالية في تنمية اليقظة العقلية لدى طفل الروضة، واستمرار أثره بعد الانتهاء من تطبيقه.

جدول (١٠) البيانات الوصفية للقياس البعدي والتتبعي لمقياس اليقظة العقلية

تتبعي		بعدي		ابعاد اليقظة العقلية
الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
١,٩١٤	١٩,٣٣٣	١,٥٣٨	١٨,٨٦٦	مهارة الملاحظة
١,٥٨٨	١٨,٦٦٦	٢,٩٢٠	١٨,٢٠٠	مهارة الوصف
١,٥٠٢	١٨,٣٤٣	١,٥٢٧	١٨,٦٠٠	مهارة التصرف بوعي
,٩٦١	١٩,٠٦٦	١,٤٢٧	١٨,٦٠٠	مهارة عدم اصدار احكام
١,٢٩٨	١٩,٤٠٠	١,٠٣٤	١٨,٩٣٣	مهارة عدم التفاعل
٣,٤١١	٩٥,٠٦٦	٢,٨٥٨	٩٣,٢٠٠	الدرجة الكلية

ثالثاً: توصيات الدراسة:

- في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية تقدم الباحثة مجموعة من التوصيات التي تتعلق باستراتيجية الخرائط الذهنية واليقظة العقلية لأطفال الروضة منها ما يلي:
١. ضرورة توظيف استراتيجية الخرائط الذهنية من قبل معلمات الروضة في الأنشطة المقدمة للأطفال داخل الروضة.
 ٢. عقد دورات تدريبية لمعلمات رياض الأطفال في كيفية توظيف استراتيجية الخرائط الذهنية وتوضيح دورها في تنمية اليقظة العقلية لدى طفل الروضة.
 ٣. ضرورة التكامل بين الأسرة والروضة في تنمية اليقظة العقلية لدى الطفل وتفعيل المشاركة المجتمعية لتحقيق ذلك.

رابعاً: الدراسات المقترحة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية، تقترح الباحثة بعض الدراسات التي يمكن إجراؤها كما يلي:

١. فاعلية برنامج قائم على استخدام الخرائط الذهنية الالكترونية في تنمية اليقظة العقلية لدى طفل الروضة.
٢. فاعلية برنامج قائم على استخدام مسرح العرائس لتنمية اليقظة العقلية لدى طفل الروضة.
٣. فاعلية برنامج قائم على استخدام استراتيجية الخرائط الذهنية لتنمية بعض المفاهيم العلمية لدى طفل الروضة.
٤. فاعلية برنامج قائم على استخدام اليقظة العقلية لتنمية بعض المهارات الحياتية لدى طفل الروضة

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- أحمد رمضان فرحات، وخالد محمد فرج، ومحمد عبد السلام غنيم(٢٠١٥): انماط الدعم باستخدام الخرائط الذهنية التفاعلية، وأثرها على التفكير البصري مجله دراسات تربوية واجتماعية، ٢١(٣)، ٧٨٣-٨٣٨.
- أمل السيد خلف (٢٠١٨) : فاعلية برنامج قائم على الخريطة الذهنية في تنمية بعض المفاهيم البيولوجية ومهارات التفكير التوليدي لدى أطفال الروضة ، كلية البنات ، جامعة عين شمس ، مجلة الطفولة العربية ، العدد الخامس والسبعون .
- توني بوزان (٢٠١٠) :خريطة العقل(ط٦) ،المملكة العربية السعودية ،مكتبة جرير للنشر والتوزيع .
- حنين سمير حوراني (٢٠١١) : أثر استخدام استراتيجية الخرائط الذهنية في تحصيل طلبة الصف التاسع في مادة العلوم في اتجاهاتهم نحو العلوم في المدارس الحكومية في مدينة قلقيلية ، جامعة النجاح الوطنية .
- خلود العسيلي (٢٠١٨): اثر استراتيجية خرائط العقل في تدريس التربية الإسلامية علي التحصيل المباشر والمؤجل لدي طالبات الصف العاشر الأساسي بحافظة العقبة في الأردن .مجلة العلوم التربوية والنفسية ،٢(٢٣)، ٣٧-٥٧.
- خير سليمان شواهين، وزاد صالح (٢٠١٠): التفكير وما وراء التفكير، استخدام خرائط الذهنية والمنظمات البيانية لمنهجية التفكير، الأردن ،دار المسيرة.

- ساهر فياض (٢٠١٥): أثر إستراتيجية المحطات العلمية والخرائط الذهنية في تنمية المفاهيم الفيزيائية ومهارات التفكير البصري في مادة العلوم لدى طلبة الصف الرابع الأساسي بغزة، كلية التربية الجامعة الإسلامية، غزة.
- سعدية محمد بهادر (١٩٩٦): المرجع في برامج تربية أطفال ما قبل المدرسة، ط٢، عمان: دار المسيرة.
- شيخة محمد سعيد (٢٠١١): فاعلية الخرائط الذهنية في تنميته الاستعداد القرائي للأطفال المتفوقين عقليا ذوي صعوبات التعلم في دولة الامارات العربية المتحدة، رساله دكتوراه. كلية رياض الأطفال. جامعه الأزهر.
- ضحى محمود عادل (٢٠١٨): أثر الخرائط الذهنية في تنمية بعض المفاهيم العلمية للأطفال الرياض. دراسات عربية في التربية وعلم النفس. (٩٤)، ٢٩٧-٣١٦.
- فتيحة كركوش (٢٠٠٨): سيكولوجية طفل ما قبل المدرسة، نمو مشكلات مناهج وواقع، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- محمد محمود الخوالدة (٢٠٠٣): مقدمة في التربية، عمان: دار المسيرة، الأردن.
- ناهد محمد علي (٢٠١٩): فعالية الخرائط الذهنية في تنمية بعض المفاهيم الاجتماعية لدى طفل الروضة كلية التربية جامعة
- وفاء سليمان (٢٠١٣): أثر تصميم ودراسة فاعلية برنامج تعليمي باستخدام الخرائط الذهنية في تنمية مهارات الأداء المعرفي في مساق تربية الطفل في الإسلام لدى طالبات كلية الأميرة عالية الجامعية، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، المجلد (٢)، العدد (٦)، كلية التربية - جامعة القصيم، السعودية. كفر الشيخ مجلة الطفولة والتربية العدد الأربعون.

ثانيا: المراجع الأجنبية:

- Aljaser, M.(2017).the Effectiveness of Electronic mind maps in Developing Achievement and the Attitude Towards learning English among primary school. International Education studies; 10(12),80-95.
- Christoper, m. & Gilbert, A. (2010) . measuring the ability of mind fullness components to predict life satisfaction and self-esteem in middle school students unpublished Ph.D. Dissertation, Wayne state university.
- Daghistan, B.L.(2016). Mind maps to modify lack of Attention among Saudi kindergarten children . International Educacion studies, 9(4),245-256.

- Davis ,D ,Hayes ,J(2011).what are the banes fits of mindfulness? A practice review of psychology related research, psychotherapy.
- Dicharry ,c .R.(2016).meditation and mindfulness: combatting Negative mindsets and mental Healthy Afflictions While promoting positives such as confidence and General well-Being.
- Elicia,p.(2010).meeting the Demands of confessional Education :a study of mind mapping in professional doctoral physical therapy education program, “Capella University”.
- Malone, S.,(2004). Better exam results :A guide for accountancy and business students. Elsevier, publisher, [http:books. Google. Com ,books?](http://books.google.com/books/)
- Polat, O.Yavuz, E.& Tunnc, A,B, O.(2017). The Effect of using mind maps on the Development of maths and science skills. Cypriot Journal of Educational sciences ,12(5), 32-45.