

## عادات العقل وعلاقتها بجودة الحياة لدى الطالبة المعلمة بقسم رياض الأطفال

### اعداد

أ.م. د/ إيمان زكي محمد أمين<sup>١</sup>

د/ رحاب فتحى عبد السلام<sup>٢</sup>

### مقدمة

يتوقف النجاح المهني لمعلمة رياض الأطفال داخل قاعة النشاط على مدى التأثير البالغ الأهمية لدورها مهنياً وشخصياً في علاقتها بالأطفال، وطريقتها في ضبط النظام في العملية التعليمية، وإجراءاتها في التقويم والقدرة على العمل بفاعلية سعياً للوصول إلى حالة من الرضا والتميز، وهذا يتطلب الحرص على التدريب المستمر لزيادة استثمار طاقاتها العقلية، وتوظيف كل الظروف المحيطة والمواد والأدوات من أجل إعمال الذهن والوصول إلى عادات عقل متقدمة. (يوسف قطامي، أميمة عمور، ٢٠٠٥، ٣٥)

وفي غمرة الاهتمام بتنمية التفكير وبخاصة تنمية مهارات التفكير الناقد، والتفكير الإبداعي، وحل المشكلات، ظهر اتجاه جديد في الفكر التربوي الحديث في أمريكا، وقد ركز أصحاب هذا الاتجاه على ضرورة تنمية عدد من الاستراتيجيات التفكيرية والتي أصبحت فيما بعد تعرف بالعادات العقلية.

(إبراهيم الحراثي، ٢٠٠٢، ٣٥) وتعتبر العادات

العقلية من المتغيرات المهمة التي لها علاقة بالأداء الأكاديمي لدى الأفراد في مراحل التعليم المختلفة، لذلك أكدت العديد من الدراسات أهمية تنمية العادات العقلية وكذلك التفكير فيها وتقديرها، وتقديم التعزيز المناسب للأفراد من أجل تشجيعهم على التمسك بها، حتى تصبح جزءاً من ذواتهم وبنائهم العقلية. (يوسف قطامي، ٢٠٠٧، ٩٨)

ويشير يوسف قطامي وأميمة (٢٠٠٥) إلى أن عادات العقل تمثل رؤية جديدة للذكاء، وتوارد على أن ممارسة الفرد لعادات العقل يسهم في تطوير ذكاء متقدم وناجح في السيطرة على العملية العقلية، كما يؤكد آرثر كوستا

<sup>١</sup>أستاذ مساعد مناهج طفولة كلية البنات - جامعة عين شمس

<sup>٢</sup>مدرس علم النفس كلية الطفولة المبكرة- جامعة الزقازيق

وبينا كاليك(11: 10 , 2003) costa& kellick إلى أن إهمال إمتلاك عادات العقل واستخدامها يُسبب الكثير من القصور في نتائج العملية التعليمية.

ونظراً للاهتمام المتزايد بالعادات العقلية، يجب في الوقت الراهن الاهتمام بتنميتها إذ أصبحت عملية تنمية العادات العقلية من الأهداف المهمة المطلوب تحقيقها، وينبغي تتنميها لدى المتعلم طوال حياته حتى يتعود على ممارستها في المواقف الحياتية والمشكلات المختلفة.(محمد عمران، ٢٠١٤، ١٦)

ولذلك توصي عواطف عبد العزيز(٢٠١٨، ١٦٥) بالاهتمام بتنمية عادات العقل في برامج إعداد المعلمين حتى تصبح عادة لدى الطالبة المعلمة يسهل توظيفها على المدى القريب في التدريب الميداني وعلى المدى البعيد عندما تصبح معلمة. ونجد أن آرثر كوستا وبينا كاليك (11: 10 , 2003) costa& kellick ) حدد ستة عشر عادة عقلية يران ضرورة اكتسابها من قبل المتعلمين خلال العملية التعليمية، وهذا ما أكدته دراسة هيوسنجر (Hu,Husing wen, 2005) وأطلق عليها العادات العقلية وتمثل في المثابرة ، التحكم بالتهور، الإصغاء بتفهم و تعاطف ، التفكير بمرونة ، التفكير في التفكير، الكفاح من أجل الدقة ، التساؤل و طرح المشكلات، تطبيق المعارف الماضية، التفكير و التوصيل بوضوح ودقة، جمع البيانات بإستخدام جميع الحواس ، التصور و الإبتكار و التجديد، الإستجابة بدقة وتساؤل، الإقدام على مخاطر مسئولة، إيجاد الدعابة، التفكير التبادلي أو التشاركي، الإستعداد الدائم للتعلم المستمر وهذا ما أكدته دراسة كلًا من (فتح الله مندور، ٢٠٠٨) ، (رجب عبد الحميد ، جيهان الشافعى، ٢٠٠٩) ، (ريم أحمد ، ٢٠٠٩) حيث أكدوا جميعاً على ضرورة تنمية عادات العقل.

وترى الباحثتان وجود علاقة وثيقة بين عادات العقل وجودة الحياة ، حيث أن إمتلاك المعلمة لعادات العقل والحرص على استخدامها في المواقف الحياتية يؤهلها لأن تمتلك جودة الحياة.

ومصطلح جودة الحياة من المفاهيم التي لاقت اهتماماً كبيراً في العلوم الطبيعية والإنسانية والاجتماعية، حيث إهتم علم النفس بدراسة جودة الحياة، وقد كان له السبق في فهم وتحديد المتغيرات المؤثرة على جودة حياة الإنسان ويرجع ذلك في المقام الأول إلى أن جودة الحياة هي تعبير عن الإدراك الذاتي لتلك الجودة، فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه. والمتتبع للدراسات النفسية الحديثة ، يلاحظ اهتماماً ملحوظاً بمفهوم جودة الحياة بشكل عام، وجودة الحياة لدى الفرد بشكل خاص. (على مهدي و عبد الخالق نجم، ٢٠٠٦)

وتمثل جودة الحياة أهمية كبيرة نظراً لأن حصيلتها سواء بالإيجاب أو السلب لها انعكاساتها الكبيرة على الأداء وعلى العاملين الذين يعملون في ظل منظمة كبيرة وما لذلك من تأثير على أكبر مؤسسات التعليم في أي مجتمع من المجتمعات. ( سيد جاد الرب، ٢٠٠٨، ٢٢٤)

وقد أوصت إيناس سعيد (٢٠١٠) بضرورة مساعدة معلمة رياض الأطفال على بلوغ درجة عالية من الجودة في الأداء بما يتفق مع معطيات هذا العصر، فقد أشارت معظم الدراسات حاجة المعلمة إلى التدريب على مهارات تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته.

ونظراً لأهمية مرحلة رياض الأطفال وخصوصيتها وتأثيرها الواضح على نمو الطفل من جميع الجوانب المعرفية، الاجتماعية، الوجدانية، والانفعالية أصبح من المهم الحصول على معلومات عن مستوى أداء المعلمات والتي يجب أن تتصف بالموضوعية والثبات، حيث يعتبر المعلم حجر الزاوية في العملية التعليمية في مختلف مراحل التعليم، وتزداد نقطة الارتكاز والأهمية على معلمة رياض الأطفال لكونها معلمة وخبرة في تربية مرحلة معينة من مراحل النمو.

كما أن قضية إعداد الكوادر العاملة في رياض الأطفال إعداداً جيداً يعد واحداً من أبرز القضايا التي تركز عليها الأبحاث والدراسات التربوية، وقد حظى موضوع الإعداد الأكاديمي والمهني لمعلمة رياض الأطفال بالاهتمام من قبل القائمين على إعداد الكوادر التربوية على مدى العقود السابقة، فهناك برامج تربوية وأكاديمية لإعداد الكوادر الخاصة بالروضة قبل إتحاقهم والتي تقدم من قبل الجامعات والمؤسسات العلمية المتخصصة. (سوزان خوري، ٢٠٠٢).

وبناء على ذلك فإن محاولة فهم تقدير الطالبة المعلمة لجودة الحياة وإدراكها لها يعد خطوة مهمة في سبيل تحقيق حياة أفضل لها وانعكاسها على حياتها الشخصية والعملية وأدائها في العمل، ولذلك فإن الأمر يستلزم التعرف على أبعاد عادات العقل وعلاقتها بجودة الحياة لدى الطالبة المعلمة بقسم رياض الأطفال.

### مشكلة الدراسة

تكمن مشكلة الدراسة في الإجابة على التساؤل الرئيسي التالي.

ما علاقة عادات العقل بجودة الحياة لدى الطالبة المعلمة بقسم رياض الأطفال؟

ويترعرع من هذا السؤال الرئيسي التساؤلات التالية

- مامستوى استخدام عادات العقل للطلابات المعلمات من وجهة نظرهن؟

- ما درجة ممارسة الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال لكل عادة من عادات العقل؟

- ما مستوى جودة الحياة للطالبات المعلمات من وجهة نظرهن؟

- ما درجة ممارسة جودة الحياة باختلاف مجالاتها الستة لدى الطالبة المعلمة بقسم رياض الأطفال؟

- ما درجة الإرتباط بين عادات العقل وجودة الحياة لدى الطالبة المعلمة تخصص رياض لأطفال؟

**أهداف الدراسة**

- الكشف عن العلاقة بين عادات العقل وجودة الحياة لدى الطالبة المعلمة.
- التعرف على مستوى عادات العقل لدى الطالبة المعلمة.
- تحديد عادات العقل الأكثر شيوعاً لدى الطالبة المعلمة.
- التعرف على مدى توفر جودة الحياة لدى الطالبة المعلمة.

**أهمية الدراسة****(الأهمية النظرية)**

- ندرة الدراسات "في حدود علم الباحثين" التي تناولت علاقة عادات العقل بجودة الحياة لدى الطالبة المعلمة برياض الأطفال.
- مسيرة الاهتمام المتزايد بعادات العقل ودورها في تحسين جودة الحياة لدى الطالبة المعلمة.
- يعتبر مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الهامة في العصر الحالي وخصوصاً عندما يستخدم بشكل صحيح في المؤسسات التعليمية.

**(الأهمية التطبيقية)**

- المساهمة في إكساب الطالبة المعلمة التي تمارس عادات العقل مهارات جودة الحياة.
- توجيه نظر القائمين على العملية التعليمية في رياض الأطفال إلى الاهتمام بتربية واستخدام عادات العقل لدى الطالبة المعلمة.

**حدود الدراسة:**

- الحدود الموضوعية: عادات العقل وعلاقتها بجودة الحياة.
- الحدود البشرية: طالبات الفرقه الرابعة بقسم رياض الأطفال ، بكلية التربية النوعية.
- الحدود المكانية: جامعة الزقازيق / كلية التربية النوعية / قسم رياض الأطفال.
- الحدود الزمنية: أجريت الدراسة في الفصل الدراسي الأول ٢٠١٩ - ٢٠٢٠ .

**الدراسات السابقة:****المحور الأول: دراسات تناولت عادات العقل**

**دراسة نداء الشمرى (٢٠١٠) :** هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن عادات العقل والذكاء الانفعالي وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة الجوف. تكونت العينة من (٦٨) طالباً وطالبة من جامعة الجوف، واستخدمت الدراسة مقاييس لعادات العقل، وأخر للذكاء الانفعالي. أظهرت نتائج الدراسة سيادة جميع عادات

العقل بدرجة كبيرة، باستثناء ما وراء المعرفة فقد كانت بدرجة متوسطة، وظهرت فروق في عادات العقل تعزى للجنس، والتفاعل بين عادات العقل، والتخصص والجنس والمستوى الدراسي.

**دراسة إيمان أحمد (٢٠١٠) :** هدفت الدراسة إلى الكشف عن ممارسة معلمات رياض الأطفال بمكة المكرمة لعادات العقل، ومعرفة الفروق في درجة ممارسات المعلمات لأبعد عادات العقل تبعاً للعمر، المؤهل العلمي، وسنوات الخبرة التعليمية، وعدد الدورات وتم تطبيق مقياس عادات العقل إعداد (Carl Rodgers.2000) وترجمه وطورة الشمرى (٢٠١٠) على ١٢١ معلمة ومن أهم نتائج هذه الدراسة أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية لأبعد عادات العقل تعزى إلى (العمر، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة التعليمية، عدد الدورات التدريبية)، كما أن درجة ممارسة عادات العقل لدى معلمات رياض الأطفال مرتفعة.

**دراسة إلهام فايلق (٢٠١٥) :** هدفت هذه الدراسة التعرف إلى العلاقة بين عادات العقل، ومظاهر السلوك الإيجابي لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق في كل من عادات العقل والسلوك الإيجابي، تكونت العينة من (٥١٥) طالباً وطالبة وقد اختيرت بطريقة عشوائية، وطبقت الدراسة مقياس عادات العقل وإستيانة لقياس السلوك الإيجابي، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى امتلاك طلبة جامعة الأزهر لكل من عادات العقل ومظاهر السلوك الإيجابي جاء مرتفعاً، كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع عادات العقل تبعاً لمستوى تعليم الأب وتعليم الأم ، المعدل التراكمي، والكلية، والمستوى الدراسي لأفراد العينة.

**دراسة سميحة أحمد (٢٠١٥) :** هدفت الدراسة إلى التعرف على عادات العقل لطلبة الرياضيات في الجامعة الأردنية وجامعة البلقاء التطبيقية، وفيما إذا كانت هذه العادات تختلف باختلاف الجنس والمستوى الجامعي والتحصيلي، ومعرفة فيما إذا كان هناك علاقة ارتباطية بين عادات العقل والاتجاه نحو الرياضيات، وتم إعداد إستبيان لقياس عادات العقل، وأخر لقياس اتجاهات الطلبة نحو الرياضيات. و تم استخدام عينة عشوائية مكونة من (438) طالباً تخصص الرياضيات، وأظهرت نتائج الدراسة سيادة بعض عادات العقل وعلى رأسها " تطبيق المعرفة" ، وكان أقلها "سيادة التفكير فوق المعرفي" .

**دراسة إيمان عباس (٢٠١٦) :** هدفت الدراسة إلى التعرف على عادات العقل لدى معلمات رياض الأطفال وفق متغير العمر ومدة الخدمة والحالة الاجتماعية، وتكونت العينة من ١٠٠ معلمة، وتم إعداد مقياس العادات العقلية لدى معلمات رياض الأطفال الذي تكون من ١٦ موقف موزع على ٤ مجالات، وتوصلت الدراسة إلى أن معلمات رياض الأطفال لديهن عادات عقلية، حيث جاءت النتائج بمتوسط حسابي أعلى من

المتوسط الفرضي للمقياس، وأن الفروق في درجات العادات العقلية جاءت حسب متغير العمر ومدة الخدمة، في حين لم يكن هناك فرق في العادات العقلية حسب متغير الحالة الاجتماعية.

**دراسة عواطف عبد العزيز (٢٠١٨):** هدفت الدراسة إلى الكشف عن علاقة عادات العقل لدى الطالبات المعلمات تخصص تربية أسرية بالأداء التدريسي لهن في التدريب الميداني. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتم تطبيق استبيان عادات العقل وبطاقة ملاحظة الأداء التدريسي للطالبة المعلمة من وجهة نظر المشرفين في التدريب الميداني، وبلغ عدد الطالبات ١٩ طالبة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الطالبات المعلمات يستخدمن عادات العقل غالباً، وأن التفكير التبادلي أكثر العادات استخداماً بنسبة ٦٨٪، والأصغاء بتفهم وتعاطف ٦٥.٨٪، التحكم بالتهور وعدم الإندافاع (٦٣.٢٪) وطرح الأسئلة (٤.١٪).

#### المحور الثاني : دراسات تناولت جودة الحياة

**دراسة إبراهيم محمد وسيدة عبد الرحيم (٢٠٠٦):** تهدف هذه الدراسة إلى معرفة دور الأنشطة الرياضية في تحسين جودة الحياة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. وتكونت عينة الدراسة من ١٢٣ طالباً وطالبة (٦٣) من الذين يمارسون الأنشطة الرياضية، و(٦٠) طالباً وطالبة من الذين لا يمارسون الأنشطة الرياضية. واستخدمت الدراسة عدة أدوات منها مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة بينهم لصالح الطلبة الذين يمارسون الأنشطة الرياضية.

**دراسة على مهدي وعبد الخالق البهادلى (٢٠٠٦):** هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في كل من سلطنة عمان والجماهيرية الليبية، ودور متغير البلد والنوع والتخصص الدراسي في جودة الحياة، وتم تطبيق مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من ٤٠٠ طالب، (١٨٢) من ليبيها، و(٢١٨) من عمان، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعاً في بعدين، مما جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، ومتواصلاً في بعدين، مما جودة الصحة العامة، وجودة شغل وقت الفراغ، ومنخفضاً في بعدين مما جودة الصحة النفسية وجودة الجانب العاطفي.

**دراسة شاهر سليمان (٢٠٠٨):** تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلاب جامعة تبوك وتأثير بعض المتغيرات عليها، وتكونت عينة الدراسة من (٦٤٩) طالباً من جامعة تبوك، وقد استخدمت الدراسة مقياس جودة الحياة النفسية لطلبة الجامعة، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعاً في بعدين: مما جودة الحياة الأسرية، وجودة الحياة النفسية، ومنخفض في بعدين مما: جودة الحياة التعليمية وجودة إدارة الوقت ومتوسط في بعد جودة الصحة العامة. وكذلك وجود تأثير دال إحصائياً في متغير

التخصص على جميع أبعاد جودة الحياة باستثناء بعد جودة إدارة الوقت، وكان التأثير لصالح التخصصات العلمية في أبعد جودة الحياة العامة.

**دراسة دعاء الصاوي و السيد حسن (٢٠٠٩):** هدفت الدراسة إلى قياس مستوى جودة الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة وفقاً لمتغير الجنس والمستوى الاجتماعي والاقتصادي، وتكونت العينة من (٥٢٦) طالب وطالبة بجامعة سوهاج، كما قامت الباحثة بالتطبيق على عينة تجريبية تكونت من (٣٠) طالبة وأخرى ضابطة قوامها (١٥)، واستخدمنا استماره بيانات، مقياس جودة الحياة المدركة، مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي، برنامج إرشادي قائم على مبادئ الإرشاد الوجودي. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس جودة الحياة وأبعاده الفرعية لصالح المجموعة التجريبية.

**دراسة (Singh and Dixit, 2010):** هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة والصحة، ودور العوامل النفسية مثل إدراك الألم وإدراك العواقب الاجتماعية والشخصية والعاطفية والمالية المواكبة للمرضى والدعم الاجتماعي، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين الصحة وجودة الحياة كما أشارت النتائج إلى تأثير العوامل النفسية على جودة الحياة.

**دراسة (Baumann, et al., 2011):** هدفت هذه الدراسة إلى معرفة إرتباط جودة الحياة النفسية بتوظيف المهارات الأكademية بين الطلاب، والمكونة من (٣٥٥) طالباً من طلاب السنة الأولى، وتوصلت النتائج إلى إرتباط جودة الحياة النفسية باكتساب مهارات تزيد فرص العمل لدى الكليات التي تم بدورات مهنية تطبيقية متخصصة، واستخدمت كمؤشرات رئيسية لتعزيز البرامج الموجهة نحو الإرشاد وتحسين البيئة الاجتماعية والخدمات المساعدة في عمل الجامعة وتسهيل إنجاز المشاريع المهنية المستقبلية.

**دراسة رغداء على (٢٠١٢):** هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعتى دمشق وتشرين حسب متغيرات المحافظة، والنوع والتخصص (علوم نظرية ، علوم تطبيقية) للتعرف على جودة الحياة لدى عينة من هاتين الجامعتين، تم استخدام مقياس جودة الحياة. إعداد (منسى، كاظم، ٢٠٠٦) وبلغ عدد أفراد العينة (٣٦٠) طالباً، ومن أهم النتائج وجود مستوى متدنى من جودة الحياة الجامعية لدى طلبة كل من الجامعتين، عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين دخل الأسرة وأبعاد جودة الحياة.

**دراسة أميرة عباس و وفاء رشاد (٢٠١٥)** هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة والكفاءة الذاتية لدى أسر أطفال الروضة ذو الإعاقة العقلية البسيطة وتحديد مستوى جودة الحياة والكفاءة الذاتية المدركة لدى هذه الأسر، واشتملت عينة الدراسة على (٣٠) أسرة وتم تطبيق مقياس جودة الحياة الأسرية،

مقياس الكفاءة الذاتية المدركة، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين جودة الحياة الأسرية والكفاءة الذاتية المدركة لدى أسر أطفال الروضة ذوى الاعاقة العقلية البسيطة.

**دراسة سمر عبد العزيز (٢٠١٩):** هدفت الدراسة التعرف على مستوى جودة الحياة لدى الطلبة ذوى الإعاقة بجامعى الملك عبد العزيز والجامعة الأردنية فى ضوء بعض المتغيرات. تكونت العينة من (١٦٠) طالباً وطالبة، قامت الباحثة بتطوير مقياس جودة الحياة الذى أعده ( منسى وكاظم، ٢٠٠٦)، وأشارت النتائج إلى توسط مستوى جودة الحياة لدى الطلبة ذوى الإعاقة فى جامعة الملك عبد العزيز. بينما كان مستوى جودة الحياة مرتفعاً لدى نفس الطلبة فى الجامعة الأردنية، وأشارت النتائج إلى وجود فروق فى مستوى جودة الحياة لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور، كذلك وجود فروق فى مستوى جودة الحياة لدى أفراد العينة الكلية تعزى لمتغير نوع الإعاقة لصالح الطلبة ذوى الإعاقة البصرية.

#### تعليق على الدراسات السابقة:

يمكن إجمال ما ورد في الدراسات العربية والأجنبية حول عادات العقل بأن الطالبات والطلبة يمتلكون بعض عادات العقل، وأن درجة امتلاكهم لهذه العادات كانت متقاربة بين المرتفعة و المتوسطة والضعيفة، كما في دراسة (نداء الشمرى ٢٠١٠) (إيمان أحمد ٢٠١٥) (سمية أحمد، ٢٠١٥) (إيمان عباس، ٢٠١٦) (عواطف عبد العزيز، ٢٠١٨).

ومن خلال مراجعة الدراسات السابقة في مجال جودة الحياة وجدت الباحثان أن معظم الدراسات السابقة ركزت على جودة الحياة، وتأثير عدد من المتغيرات فيها مثل متغير النوع والتخصص والبلد ، وأن دراسة جودة الحياة من الموضوعات القليلة في الوطن العربي، والسبب في ذلك ربما يعود إلى حداثة المصطلح. وبشكل عام نستطيع القول إن الدراسة الحالية اشتراك في بعض جوانبها مع بعض الدراسات السابقة في مجال التعرف على مستوى جودة الحياة مثل دراسة (على مهدي كاظم وعبد الخالق البهادلي، ٢٠٠٦) ودراسة (رغداء نعيسة ، ٢٠١٢)، ولهذا فإن هذه الدراسة تميز عن غيرها من الدراسات في كونها تبحث في عادات العقل وعلاقتها بجودة الحياة لدى الطالبة المعلمة بقسم رياض الأطفال.

#### الإطار النظري للدراسة

**أولاً: عادات العقل** تعرف أسماء حسين عادات العقل بأنها هي أنماط من السلوك الذكي تدير وتنظم وترتبط العمليات العقلية، والتي تتكون من خلال استجابات الفرد لأنماط معينة من المشكلات تحتاج إلى تفكير وتأمل، هذه الاستجابات تحول إلى عادات بفعل التدريب والتكرار، وتهدي إلى نجاح الفرد في حياته الأكاديمية والعلمية والاجتماعية. (أسماء حسين، ٢٠١٣، ١٩)، كما عرفها أرثر وبينا (٧، ٢٠٠٣) بأنها استعداد الفرد

للتصرف بذكاء عند مواجهة مشكلة ما، عندما تكون إجاباتها غير معلومة لدى الفرد وقد تكون المشكلة على هيئة موقف محير. وقد اعتمدت الدراسة الحالية على تصنيف كوستا وكاليك Costa&Kalick لعادات العقل، إذ يعد هذا التصنيف كما أشار (عبد الله نوبل، ٢٠٠٨) من أكثر التصنيفات إقناعاً في شرح وتفسير وتطبيق العادات العقلية؛ بسبب إعتماده على نتائج دراسات بحثية أكثر من غيره من التصنيفات المتعددة التي سبقته وقد توصل العالمان كوستا وكاليك من خلال دراستهما إلى (١٦) عادة عقلية، وسوف تستعرض الدراسة ١٠ عادات وهي التي سيتم دراستها.

**المثابرة Persisting :** هي القدرة على الإلتزام بمواصلة العمل بالمهمة الموكلة له إلى حين إكمالها، وأن لديه القدرة على تحليل المشكلات بطرق منهجية، ويتضمن هذا معرفة كيف يبدأ، وما هي الخطوات الواجب آداؤها، وما هي البيانات التي يتبعن عليه جمعها واستكمالها (Costa& Kalick,2009: 38).

كما عرفها (محمد عمران، ٢٠١٤) بأنها ما هي إلا رغبة أو حافز داخلي، يدفع بالفرد إلى إتمام حل المشكلة التي تواجهه بطريقة منهجية ومنظمة، بالرغم من جميع المعوقات التي تواجهه.

**التحكم بالتهور Managing Impulsivity:** عرفها كوستا وكاليك بأنها إمتلاك الفرد القدرة على التأني والتفكير والإصغاء للتعليمات وتكوين رؤية مستقبلية أو خطة عمل قبل البدء بالمهمة وفهم التوجيهات وتطوير استراتيجيات التعامل مع المهمة والقدرة على وضع خطة وقبول الإقتراحات وتحسين الأداء والاستماع لوجهات نظر الآخرين. (Costa& Kalick,2007)

**الإصغاء بتفهم وتعاطف Listening with understanding and empathy:** وتعنى أن نحسن الإصغاء للأخرين دون تحيز، وأن نعي صياغة أفكارهم وتصوراتهم لتمثل أحد أعلى أشكال السلوك الذكي (ليلي حسام الدين، ٢٠٠٨)، كما أضاف (أرثر وبينا، ٢٠٠٣) أنه يمكن ممارسة مهارة الإصغاء من خلال عدة طرق وإستراتيجيات منها (طلب إعادة صياغة ما قاله طالب ما، قبل إضافة شيء آخر إلى ما قيل، أو قبل عرض الملاحظات والإستنتاجات).

**التفكير بمرونة Thinking flexibly:** يعد التفكير بمرونة من إحدى القدرات العقلية الهامة المكونة للتفكير الابتكاري، والمرونة بشكل عام هي عكس التصلب الفكري و الرؤية الأحادية للمواقف و الأحداث والمشكلات، ذلك لأنها تختص بإمكانية تغيير الفرد للجوانب الذهنية التي ينظر من خلالها للمواقف والأحداث، بحيث يوجد لها العديد من المداخل و الحلول، بدلاً من الإقصار على بعد أو مدخل واحد فقط ، الأمر الذي يتتيح فرصة وجود عدد كبير من الأفكار و بدائل الحلول، ومن ثم زيادة فرصة و إحتمالية وجود أفكار أصيلة تتصرف بالجدة و الندرة و عدم الشيوع (يوسف أبو المعاطي، ٢٠٠٤، 321).

**الكافح من أجل الدقة:** **Striving for accuracy and precision** هي قدرة الفرد على العمل المتواصل بحرفية وإتقان وتفحص المعلومات للتأكد من صحتها ومراجعة متطلبات المهمة، وتفحص ما تم إنجازه، والتأكد من أن العمل يتحقق مع المعايير، ومراجعة القواعد التي ينبغي الإلتزام بها.

( Costa & kellick, 2008, ٢٥ : ٢٦ )

**التساؤل وطرح المشكلات :** وهي القدرة على طرح الأسئلة لتوليد عدد من البديل لحل المشكلات عندما تعرض عليه من خلال الحصول على معلومات من مصادر متنوعة، والقدرة على اتخاذ القرار لاختيار الحل الأمثل للمشكلات ( يوسف قطامي وفدوى ثابت، ٢٠٠٩ ، ١٦٥ ).

**تطبيق المعارف الماضية على مواقف جديدة:** **Applying past knowledge to new situations**: وهو قدرة الأفراد على الإستفادة مما تعلموه في تجارب سابقة ومحاولة توظيفه وتطبيقه في مواقف جديدة مشابهة، فعندما تواجههم مشكلة جديدة محيرة يلجؤون إلى ماضيهم يستخلصون منه تجاربهم، ويسترجعون مخزونهم من المعارف والتجارب كمصادر بيانات لدعم ما يقولون، أو نظريات تساهمن في الإيضاح، أو عمليات حل كل تحد جديد يوجههم، ويكونون قادرين على استخلاص المعنى من تجربة ما، ومن ثم تطبيقه على أوضاع جديدة . ( Costa& kellick,2008,28)

**إيجاد روح الدعابة الفكاهة:** **Finding Humor**: إن الدعابة هي قدرة الفرد على تقديم نماذج من السلوكيات التي تدعو إلى السرور والمتعة والضحك من خلال التعلم من حالات عدم التطبيق والمقارنات والتغيرات وأمتلاك القدرة على تفهم البهجة والسرور ( أميمة عمور، ٢٠٠٥ ، ٦ )، كما أشارت دراسة ( Smidl,2006 ) إلى أن الفكاهة تعد وسيلة فعالة لإدارة المشاعر وتعد نظام للتعامل مع الضغوط والصراعات التي يواجهها الفرد في حياته اليومية كما أنها آدأ فعالة لمساعدة الأطفال على التعلم، فالأطفال يستطيعون القراءة بسهولة إذا ما وجدوا كتاباً فكاهياً يجعلهم يضحكون و يكونوا أكثر إنتباهاً وتركيزًا ونشاطاً وسعادة.

### **التفكير التبادلي التعاوني:** **Thinking interdependent**

يرى كوستا وكاليلك ( costa& kellick 2003 , 96 ) أنه قدرة الفرد على تبرير الأفكار وإختيار مدى صلاحية إستراتيجيات الحلول وتقبل التغذية الراجعة والتفاعل والتعاون والعمل ضمن مجموعات والمساهمة في المهمة من خلال الأقوال الدالة ( ما أريك في ...لو ساعدتني ) ، كما تعرفها( وضحى العتيبي، ٢٠١٣، ٢١١) بأنها القدرة على العمل والتواصل مع الآخرين في مجموعات، وإختيار مدى صلاحية إستراتيجيات الحلول مع الآخرين، وتطوير استعداد وانفتاح يساعد على تقبل التغذية الراجعة. كما تشير سميرة عطية، ( ٢٠١٠ ، ٥٨ ) أنه يقصد به العمل مع الآخرين، والتعلم منهم بصورة تبادلية من خلال تزايد

القدرة على التفكير بإتساق مع الآخرين، وزيادة التواصل مع الآخرين من خلال زيادة الحساسية تجاه احتياجاتهم.

**الاستعداد الدائم للتعلم:** Learning continuously (ترى) سميلة الصباغ وأخرون، ٢٠٠٦، (٧١٨) بأنه قدرة الفرد على التعلم المستمر وامتلاك الثقة المقرونة بحب الاستطلاع ومواصلة البحث من أجل التحسين والنمو والتعلم والتعديل وتحسين الذات، وإلتقاط المشكلات والمواقف والظروف معتبرين أنها فرص ثمينة للتعلم.

**ثانياً: جودة الحياة :** يعرفها (محمود منسي وعلي كاظم) بأنها شعور الفرد بالسعادة والرضا وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ما يقدم له من خدمات في المجال الاجتماعي والصحي والتعليمي والنفسى وحسن ادارة الوقت. (محمود منسي وعلي كاظم، ٢٠٠٦، ٦٥). وترى (خنساء نوري، ٢٠١١، ٢٤) أن جودة الحياة هي شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على إشباع الحاجات في أبعاد الحياة الذاتية والموضوعية والتي تشمل ( النمو الشخصى، والسعادة البدنية والمادية والاندماج الاجتماعى والحقوق البشرية). كما تعرفها (سناء أحمد ، ٢٠٠٩) بأنها درجة الرضا أو عدم الرضا التي يشعر بها الفرد تجاه المظاهر المختلفة في الحياة، ومدى سعادته بالوجود الإنساني، وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواصفات الحياة، كما أنها تشمل على عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته، وعوامل خارجية كذلك التي تقيس سلوكيات الاتصال الاجتماعي والنشاطات ومدى إنجاز الفرد للمواقف. ويعرف (Bognar,2005:561) جودة الحياة بأنها تمثل للرفاهية الحياتية بالنسبة للإنسان بصفة عامة ، والعوامل المؤثرة في حياته بصفة خاصة ويعرف (محمود عبد الحليم وعلى مهدي، ٢٠٠٦) جودة الحياة بأنها شعور الفرد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والعلمية والنفسية مع حسن إداراته لوقت والاستفادة منه .

ومن خلال التعريفات المتعددة لهذا المفهوم يمكن تمييز ثلاثة أبعاد لجودة الحياة:

- جودة الحياة الموضوعية: وتشمل هذه الفئة الجوانب الاجتماعية لحياة الأفراد والتي يوفرها المجتمع من مستلزمات مادية.

- جودة الحياة الذاتية: ويقصد بها مدى الرضا الشخصي بالحياة ، وشعور الفرد بجودة الحياة.

- جودة الحياة الوجودية: وتتمثل الحد المثالي لإشباع حاجات الفرد، واستطاعته العيش بتواافق روحي ونفسي مع ذاته ومع مجتمعه.(Widar,et al,2003,497:505) (مريم شيخى، ٢٠١٤، ٧٦).

**مصطلحات الدراسة****التعريف الإجرائي**

**عادات العقل:** هي الطريق والأسلوب الذي يعتمد الفرد لاستخدام أنماط معينة من السلوك العقلي عند مواجهة الخبرات والمواصفات الجديدة، بهدف تحقيق أفضل الاستجابات وأكثرها فاعلية، وتقاس بدرجة المفحوص على مقياس عادات العقل المتضمن عشرة عادات عقلية، والمطور من قبل الباحثين.

**جودة الحياة:** هي الحالة التي تشعر فيها الطالبة المعلمة بحسن الحال والرضا عن ذاتها وعن حياتها بشكل عام، وتوافقها مع القيم السائدة في المجتمع، وإحساسها بمعنى السعادة، وتغلب المشاعر الإيجابية لديها على المشاعر السلبية.

**منهج الدراسة**

استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي بوصفه أنساب المناهج الملائمة لأهداف الدراسة، ويعود المنهج الوصفي من أساليب البحث العلمي ويعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة ، ويهم بوصفها وصفاً دقيقاً.

**عينة الدراسة**

تكونت عينة الدراسة من ٣٠٠ طالبة من طالبات الفرقـة الرابـعة تخصص رياض الأطفال، وتم اختيارهن بالطريقة العشوائية العنقودية من مجتمع الدراسة الذي يتكون من الفرقـة الرابـعة طالبات رياض الأطفال، وطبقت الدراسة فى الفصل الدراسي الأول (٢٠١٩ - ٢٠٢٠).

**أدوات الدراسة****أولاً : مقياس عادات العقل:**

لإجابة على أسئلة الدراسة، قامت الباحثين ببناء أداة لقياس عادات العقل، وأخرى لقياس جودة الحياة، وقد تم تطوير الأدوات وفق الخطوات التالية:

- مراجعة أدبيات البحث ذات الصلة بعادات العقل، والدراسات المتعلقة بالموضوع مثل دراسة (عبد الله نوف، 2006)، (Costa & Kallick, 2003;2005) (أميمة عمور، ٢٠٠٥).
- تحديد عادات العقل المتضمنة في المقياس والبنود الفرعية لكل عادة. عرضت الصورة الأولية من مقياس عادات العقل على هيئة تحكيم مكونة من عدد من أعضاء هيئة تدريس بدرجات وخصائص مختلفة في التربية وعلم النفس، وذلك للتأكد من سلامة اللغة العربية من جهة، ومناسبة الفقرات وشموليتها لقياس

عادات العقل، وحذفت الفقرات الأقل وضوحاً في كلا المقياسين. وقد بلغ مجموع الفقرات في مقياس عادات العقل بصورة أولية (١٠٠) فقرة بواقع ١٠ فقرات لكل عادة من العادات العشرة التي تتضمنها المقياس (ملحق-١) وقد ضم المقياس فقرات إيجابية وفقرات سلبية، وقد بنيت الفقرات وفق مقياس ليكرت الثلاثي التالي: (يحدث دائمًا)(٣ درجات)- يحدث أحياناً(درجتان)- لا يحدث(درجة واحدة) وتم عكس تصحيح الفقرات السلبية.

### صدق وثبات مقياس عادات العقل.

**صدق الاتساق الداخلي:** لحساب صدق مقياس عادات العقل قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة ودرجة البعد الذي تنتهي إليه، والجدول التالي تبين ذلك:

**جدول (١) ارتباط درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتهي إليه.**

التساؤل وطرح الاسئلة		التفكير بمرورنة		الإصغاء بتفهم الآخرين		التحكم في التهور		المثابرة	
معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
**٠.١٩٨	١	*٠.١٢٥	١	**٠.٢٦٤	١	**٠.٣٩٦	١	**٠.٦٧٣	١
**٠.٦٢٥	٢	**٠.٧٤١	٢	**٠.٣٦٩	٢	**٠.٢٨٥	٢	**٠.٧٦٥	٢
**٠.١٦٤	٣	**٠.٦٥٤	٣	**٠.٢٦٥	٣	**٠.٢٥٤	٣	**٠.٢٤١	٣
**٠.٥٥١	٤	**٠.٢٧٤	٤	**٠.٤٨٥	٤	*٠.١١٤	٤	**٠.٦٥٤	٤
**٠.٣٥٦	٥	**٠.٣٦٥	٥	**٠.٧٨٦	٥	**٠.٦٣٩	٥	**٠.٧٤٥	٥
**٠.٤٤٢	٦	**٠.٧٦٣	٦	**٠.٣٢٥	٦	**٠.٤١٧	٦	**٠.١٩٥	٦
**٠.٧٥١	٧	**٠.٢٢٥	٧	**٠.٦٣٤	٧	**٠.٣٢١	٧	**٠.٢٣٥	٧
*٠.١١٣	٨	**٠.٤٥٦	٨	**٠.٨٥٦	٨	**٠.٦٥٤	٨	**٠.٣٦٩	٨
**٠.٤٥٥	٩	**٠.٧٨١	٩	**٠.٤٧٥	٩	**٠.٧٨٩	٩	**٠.٢٥٨	٩
**٠.٣٣٦	١٠	**٠.٣٣٢	١٠	**٠.٢١٤	١٠	**٠.٢٤٩	١٠	**٠.٧٤١	١٠

قيمة ر الجدولية (د.ح=٢٩٨) عند مستوى ٠٠٥ = (٠.١١٣) وعند مستوى ١ = (٠.١٤٨) \*دالة عند مستوى ١ - \*دالة عند مستوى ٠٠٥

### جدول (٢) ارتباط درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تتنمي إليه.

الاستعداد الدائم للتعلم		ايجاد الدعاية		التفكير التبادلي		الكافح من أجل الدقة		تطبيق المعرف الماضية على الاوضاع الجديدة	
معامل الإرتباط	رقم الفقرة	معامل الإرتباط	رقم الفقرة	معامل الإرتباط	رقم الفقرة	معامل الإرتباط	رقم الفقرة	معامل الإرتباط	رقم الفقرة
**٠.٣٣٥	١	**٠.٦٥٤	١	**٠.٢٨٨	١	**٠.٣٥٢	١	**٠.٢٣١	١
**٠.٦٥٤	٢	**٠.١٢٣	٢	**٠.٤٤٢	٢	**٠.٦٢٥	٢	**٠.٥٤٦	٢
**٠.٢٦٩	٣	**٠.٦٧٤	٣	**٠.٣٦٩	٣	**٠.٤٩٥	٣	**٠.٧٩٨	٣
*٠.١٤٧	٤	**٠.٤٥٦	٤	**٠.٢٥٨	٤	**٠.٧٥٤	٤	**٠.٣٢١	٤
**٠.٣٢١	٥	**٠.٦٣٢	٥	*٠.١٤٧	٥	**٠.٢١٤	٥	**٠.٦٥٤	٥
**٠.٥٤٦	٦	*٠.١١٨	٦	**٠.١٥٩	٦	**٠.٣٢٥	٦	*٠.١٢٣	٦
**٠.٢٥٨	٧	**٠.٣٣١	٧	**٠.٣٥٧	٧	**٠.٧٤٥	٧	**٠.٤٥٦	٧
**٠.٥٤٦	٨	**٠.٥٦٧	٨	**٠.٢٦٤	٨	**٠.٢٤١	٨	**٠.٧٨٩	٨
**٠.٤٥٦	٩	**٠.٤١٢	٩	**٠.١٦٤	٩	**٠.٣٢١	٩	**٠.٢٥٨	٩
**٠.٧٥٦	١٠	**٠.٦٢٤	١٠	**٠.٧٥٣	١٠	**٠.٦١٢	١٠	**٠.٢٤٥	١٠

قيمة ر الجدولية (د.ج=٢٩٨) عند مستوى  $\alpha = 0.05$  و عند مستوى  $\alpha = 0.01$  (د.ج=١١٣) عند مستوى  $\alpha = 0.001$  دالة عند مستوى  $\alpha = 0.0001$  دالة عند مستوى  $\alpha = 0.00005$  دالة

يتضح من الجدولين السابقين أن قيمة معاملات الإرتباط أعلى من القيمة الجدولية دالة عند مستوى  $\alpha = 0.01$  و تدل على أن المقياس يتسم بدرجة جيدة من الصدق تفي بمتطلبات تطبيق المقياس على أفراد العينة. ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا كرونباخ: تم تقدير ثبات المقياس بحساب معامل ألفا كرونباخ لفقرات المقياس بأبعاده، والجدول التالي يبين ذلك:

**جدول (٣) يبين معاملات الثبات لأبعاد مقياس عادات العقل باستخدام معامل ألفا**

الرقم	أبعاد المقياس	عدد العبارات	قيمة ألفا
.١	المثابرة	١٠	٠.٨٥١
.٢	التحكم في التهور	١٠	٠.٨١٤
.٣	الاصياغء بتفهم الآخرين	١٠	٠.٧٥٦
.٤	التفكير بمرنة	١٠	٠.٧٧٤
.٥	التساؤل وطرح الاسئلة	١٠	٠.٦٥٨
.٦	تطبيق المعرف الماضية على الاوضاع الجديدة	١٠	٠.٨٣١
.٧	الكافح من أجل الدقة	١٠	٠.٧٢١
.٨	التفكير التبادلي	١٠	٠.٧٥٤
.٩	ايجاد الدعاية	١٠	٠.٧٥١
.١٠	الاستعداد الدائم للتعلم	١٠	٠.٨١٤

يتضح من جدول (٣) أن قيم ألفا مرتفعة وتدل على أن المقياس يتسم بدرجة جيدة من الثبات تفي بمتطلبات تطبيق المقياس على أفراد العينة. مما سبق يتضح أن مقياس عادات العقل يتسم بدرجة عالية من الصدق والثبات

### ثانياً : مقياس جودة الحياة

**خطوات إعداد المقياس:** قامت الباحثتين بالاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعدد من المقاييس التي عنيت بقياس مستوى جودة الحياة لدى عينات مختلفة ، مثل مقياس مانشستر المختصر لقياس جودة الحياة اعداد برب ( Priebe ١٩٩ ) وقياس هوثروني ( Hawthorne ) وقياس منسي وكاظم ، ( ٢٠٠٦ ) وقياس الصحة النفسية من إعداد منظمة الصحة العالمية ( WHO QOL ) ( ترجمة، بشري اسماعيل احمد، ٢٠٠٨ ) وتم الاستعانة في الدراسة الحالية بقياس ( محمود منسي، مهدي كاظم ، ٢٠٠٦ ) لجودة الحياة على شباب الجامعة وتم تعديله في الدراسة الحالية، ويكون المقياس من ( ٦٠ ) فقرة ، تتوزع على ستة أبعاد يحتوى كل منها على عشرة بنود كما هو مبين في الجدول (٣).

وأمام كل عبارة ثلاثة بدائل هي: ( يحدث دائماً، يحدث أحياناً، لا يحدث أبداً ) ، ويطلب من المفحوص تحديد البديل الذي ينطبق عليه، وقد وضعت الباحثان أوارناً مختلفة للبدائل الايجابية : ( يحدث دائماً = ٣ ، يحدث أحياناً = ٢ ، لا يحدث أبداً = ١ )، في حين توجد بعض العبارات سلبية معكوسة في التصحيح.

**جدول (٤) يوضح أبعاد المقياس وعدد فقراته**

الرقم	عدد الفقرات	عدد الأبعاد
١٠ - ١	١٠	١ جودة الصحة العامة
٢٠-١١	١٠	٢ جودة الحياة الأسرية والاجتماعية
٣٠ - ٢١	١٠	٣ جودة التعليم والدراسة
٤٠ - ٣١	١٠	٤ جودة العواطف
٥٠ - ٤١	١٠	٥ جودة الصحة النفسية
٦٠-٥١	١٠	٦ جودة شغل الوقت وإداراته

**صدق المقياس:** تم حساب معامل الصدق وذلك بحساب التجانس الداخلي كمؤشر للصدق وذلك للتأكد من صلاحية المقياس، وتم تطبيق المقياس على عينة مكونة من ( ٣٠ ) طالبة معلمة برياض الأطفال من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للعامل المنتمية إليه وذلك من خلال الجدول التالي.

### جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس ابعاد جودة الحياة

شغل الوقت		الصحة النفسية		العواطف		التعليم والدراسة		الحياة الأسرية والاجتماعية		الصحة العامة	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
0.67	٥١	0.75	٤١	0.84	٣١	0.96	٢١	0.62	١١	0.71	١
0.64	٥٢	0.70	٤٢	0.62	٣٢	0.68	٢٢	0.59	١٢	0.65	٢
0.92	٥٣	0.71	٤٣	0.62	٣٣	0.58	٢٣	0.63	١٣	0.69	٣
0.65	٥٤	0.81	٤٤	0.84	٣٤	0.83	٢٤	0.58	١٤	0.61	٤
0.92	٥٥	0.84	٤٥	0.60	٣٥	0.62	٢٥	0.66	١٥	0.71	٥
0.84	٥٦	0.94	٤٦	0.59	٣٦	0.57	٢٦	0.67	١٦	0.63	٦
0.68	٥٧	0.73	٤٧	0.58	٣٧	0.59	٢٧	0.59	١٧	0.58	٧
0.63	٥٨	0.74	٤٨	0.89	٣٨	0.79	٢٨	0.62	١٨	0.75	٨
0.64	٥٩	0.59	٤٩	0.62	٣٩	0.72	٢٩	0.66	١٩	0.90	٩
0.73	٦٠	0.65	٥٠	0.59	٤٠	0.76	٣٠	0.59	٢٠	0.71	١٠

ويتضح من جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس أبعاد جودة الحياة حيث تراوحت معاملات الارتباط ( 0.57 : 0.94 )، وجميعها دالة عند مستويات ( 0.01 & 0.05 ) مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق .

### جدول (٦) معاملات الارتباط بين درجة الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة

الابعد	معامل الارتباط	دالة
١	جودة الصحة العامة 0.88**	دالة عند 0.01
٢	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية 0.55*	دالة عند 0.05
٣	جودة التعليم والدراسة 0.79**	دالة عند 0.01
٤	جودة العواطف 0.75**	دالة عند 0.01
٥	جودة الصحة النفسية 0.63*	دالة عند 0.05
٦	جودة شغل الوقت وإداراته 0.53*	دالة عند 0.05

بالنظر إلى الجدول (٦) يتبيّن وجود ارتباطات دالة إحصائياً بين درجات أبعاد مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت بين ( 0.53 : 0.88 ) وجميعها دالة عند مستويات ( 0.01 & 0.05 ) مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق .

**ثبات المقياس :** قامت الباحثتان في الدراسة الحالية بحساب معامل الثبات بطريقة الإعادة على عينة مكونة من ( ٣٠ ) من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، ثم أعيد تطبيق المقياس للمرة الثانية على العينة نفسها بعد مضي ثلاثة أسابيع من التطبيق الأول، وتم استخراج معاملات الثبات للأبعاد المختلفة بحسب معامل ارتباط Pearson بين التطبيقيين الأول والثاني كما هو موضح في الجدول التالي:

## جدول (٧) يوضح معامل ثبات مقياس جودة الحياة باستخدام معامل بيرسون

معامل الارتباط	البعد	م
0.63*	جودة الصحة العامة	١
0.82*	جودة الحياة الأسرية والأجتماعية	٢
0.73*	جودة التعليم والدراسة	٣
0.65*	جودة العواطف	٤
0.69*	جودة الصحة النفسية	٥
0..71*	جودة شغل الوقت وإداراته	٦

( \* ) دالة عند مستوى 0.5

وبلغ معامل الارتباط للمقياس مابين ( 0.63 ، 0.82 ) وهى قيمة مرتفعة ودالة إحصائياً ، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات .

ومن النتائج السابقة لثبات مقياس جودة الحياة يتضح توافر الشروط السيكومترية لها، كما يتضح صلاحيه وإمكانية استخدامه فى الدراسة الحالية .

### نتائج الدراسة

**السؤال الأول:** مامستوى استخدام عادات العقل للطلابات المعلمات من وجهة نظرهن؟

لتتعرف على مستوى العادات العقلية للطالبات المعلمات، تم من خلال مقارنة متوسط درجات عينة الدراسة (الطالبات المعلمات) البالغة (١٣٣.٨٦) بالمتوسط الفرضي للمقياس (١٨٠)، وباستخدام (T test) (عينة واحدة، أظهرت النتائج أن قيمة (ت)(٧١.٦٢١) أكبر من القيمة الجدولية (١.٩٩) عند مستوى (٠.٠٥) أي أن الفرق دال إحصائياً لصالح المتوسط الفرضي، والجدول (٨) يوضح ذلك.

### جدول (٨)

نتائج اختبار (ت) بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي لمقياس عادات العقل لدى الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال.

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة ت	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد
دالة احصائيًا	٢٩٨	٧١.٦٢	١٨٠	١٧.٤٤	١٣٣.٨٦	٣٠٠

يظهر الجدول (٨) أن الطالبات في مجموعة الدراسة يمتلكون عادات العقل أقل من المتوسط الفرضي، وأن هذا الفرق دال إحصائياً.

**السؤال الثاني:** مادرجة ممارسة الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال لعادات العقل؟

للإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثان باستخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لاستجابات أفراد العينة على مقياس عادات العقل، والجدول التالي يبين ذلك:

## جدول (٩)

**المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لاستجابات أفراد العينة على مقاييس عادات العقل**

مستوى الممارسة	الترتيب	% الوزن النسبي	ع	م	الابعاد	م
متوسطة	1	64.6	0.138	1.94	المثابرة	١
ضعيفة	7	47.6	0.0269	1.43	التحكم في التهور	٢
ضعيفة	5	49.4	0.0224	1.482	الاصغاء بتفهم للاخرين	٣
ضعيفة	10	37.53	0.0221	1.126	التفكير بمرونة	٤
ضعيفة	8	47.03	0.0296	1.411	التساؤل وطرح الأسئلة	٥
ضعيفة	6	48.33	0.0306	1.45	تطبيق المعرف الماضية على الاوضاع الجديدة	٦
متوسطة	3	53.5	0.0328	1.61	الكافح من أجل الدقة	٧
متوسطة	4	53.33	0.0319	1.6	التفكير التبادلي	٨
متوسطة	2	54.2	0.0275	1.627	إيجاد الدعاية	٩
ضعيفة	9	37.6	0.0386	1.13	الاستعداد الدائم للتعلم	١٠

يتضح من الجدول السابق أن عادات العقل لدى أفراد عينة الدراسة من الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال تقع بين (٦٤.٦% - ٣٧.٥%) ، وتأتي عادة المثابرة في أعلى المراتب بوزن نسبي (٦٤.٦%) ، يليها إيجاد الدعاية بوزن نسبي (٤٠.٢%) ويأتي في المرتبة الخامسة عادة الاصغاء بتفهم للاخرين بوزن نسبي (٤٩.٤%) ، وتأتي قيم الوزن النسبي للعادات (٤٧.٦-٤٧.٨-٤٨.٩-٤٩.٠-٤٧.٦-٤٨.٣-٤٧.٦-٤٧.٥-٤٧.٦) مما يشير إلى أن أفراد العينة لديهم مستويات متفاوتة بين متوسطة وضعيفة في عادات العقل. وتنتوافق هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات السابقة وتختلف مع أخرى فمثلاً اتفقت مع ما أظهرته دراسة عواطف عبد العزيز (٢٠١٨) في أن الطالبات المعلمات يستخدمن عادات العقل غالباً، وأن التفكير التبادلي أكثر العادات استخداماً بنسبة ٦٣.٢%، والأصغاء بتفهم وتعاطف ٦٥.٨%، التحكم بالتهور وعدم الإندافاع (٦٨.٤%) وطرح الأسئلة (٦٤.١%). وأتفق مع دراسة ايمان عباس (٢٠١٦) التي توصلت إلى أن معلمات رياض الأطفال لديهن عادات عقلية، حيث جاءت النتائج بمتوسط حسابي أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس، كما اختلفت مع دراسة إلهام فايق (٢٠١٥) والتي توصلت إلى أن مستوى امتلاك طلبة جامعة الأزهر لعادات العقل جاء مرتفعاً، ويمكن تفسير هذه النتيجة بما ورد في الأدب التربوي من أن عملية تشكيل عادات العقل لا تعني أن يمتلك الفرد مهارات التفكير الأساسية، والقدرات التي تعمل على إنجازها فحسب، بل لا بد قبل ذلك من وجود الرغبة لتطبيقها في كل الأوقات، والظروف. (Tishman, 2000). كما تتوافق هذه الدراسة مع ما أظهرته البحوث التربوية من أن الطلبة يختلفون في العادات العقلية، حيث يتوقف على الشروط العامة التي أحاطت باكتساب العادات. (سناء سليمان، ٢٠٠٥)(طارق عامر، ٢٠٠٥).

يوضح جدول (١٠) المتوسطات الحسابية والإإنحرافات المعيارية لكل محور من محاور عادات العقل، وبناء على الوزن النسبي تم إعادة ترتيب المحاور تنازلياً إبتداء من المحور ذو المتوسط الأعلى وإنتها بالمحور ذو المتوسط الأقل.

**جدول (١٠) المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية والترتيب ومستوى الممارسة لمحور المثابرة**

م	١-المثابرة	الدرجة الكلية	١٠٣٨	٥٤.٦	٥٠.٤	درجة التطبيق
١	اعمل بجد ونشاط ولا أستسلم للفشل					متواسطة
٢	أحفز نفسي لأداء ما يسند إلى بصورة جيدة					متواسطة
٣	أستسلم أمام أي صعوبات تواجهني					مرتفعة
٤	اكرر المحاولة مرات عديدة للوصول إلى الحل المناسب					متواسطة
٥	استطيع مواجهة التحديات والعقبات التي تقابلني					متواسطة
٦	اميل إلى التخلص بسرعة عن الأمور الصعبة التي تواجهني					متواسطة
٧	احاول إيجاد طرق بديلة لإنجاز ما أكلب به من مهام					متواسطة
٨	أبذل أقصى ما لدي من جهد لأداء العمل الصعب					متواسطة
٩	اترك المهام الصعبة بسرعة					مرتفعة
١٠	انتهي من أداء المهام المكلفة بها في الوقت المحدد					ضعيفة
	الدرجة الكلية		١.٩٤	٠.١٣٨	٦٤.٦	متواسطة

يلاحظ من الجدول (١٠) أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (المثابرة) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت متواسطة، إذ بلغ المتوسط الحسابي (١.٩٤) والإنحراف المعياري (٠.١٣٨)، وجاءت فقرات هذا المجال بين المرتفعة والمتوسطة والضعيفة إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١.٣٨-٢.٥٣) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٣) التي تنص "أستسلم أمام أي صعوبات تواجهني"، بمتوسط حسابي (٢.٥٣) وإنحراف معياري (٠.٥٨) وبدرجة مرتفعة وهي عبارة سلبية وتقييم العبارات السلبية يكون (يحدث دائمًا- لا يحدث مطلقاً)، وجاءت في الرتبة الأخيرة الفقرة (١٠) التي تنص على "انتهي من أداء المهام المكلفة بها في الوقت المحدد" بمتوسط حسابي (١.٣٨) وإنحراف معياري (٠.٦٥) وبدرجة ضعيفة.

**جدول (١١)****المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية والترتيب ومستوى الممارسة لمحور التحكم في التهور**

م	٢- التحكم في التهور	الدرجة الكلية	١٠٣٨	٥٤.٣	٥٤.٣	مستوى الممارسة	الترتيب	الوزن النسبي %	ع	م
١	احتاج إلى وقت طويل للتفكير قبل أن اتخاذ قرار					ضعيفة	٦		٠.٥٧	١.٦٣
٢	اتسرع في الإجابة بغض النظر صح أم خطأ					متواسطة	١		٠.٧٥	٢.٠٤
٣	احتفظ بهدوئي عند مواجهة المواقف الصعبة					ضعيفة	١٠		٠.٦١	١.٢٢
٤	أشعر ان لدى تحكم لما يحدث أثناء العمل					ضعيفة	٩		٠.٦١	١.٢٥
٥	اراجع اجاباتي في الامتحان بعناية قبل تسليمها					متواسطة	٤		٠.٤٩	١.٧٦
٦	احاول فهم التعليمات والتوجيهات التي توجه الي جيداً					متواسطة	٢		٠.٤٠	١.٨٢
٧	اقيم سلوك الآخرين من الانطباع الاول عنهم					متواسطة	٣		٠.٦٩	١.٨١
٨	افكر جيداً قبل اتخاذ أي قرار لحل المشكلة					متواسطة	٥		٠.٥٢	١.٦٥
٩	احب اختيار الأنشطة التي تمتاز بالسرعة					ضعيفة	٨		٠.٥٩	١.٤١
١٠	اتأنى وأفكر بعمق في المشكلة قبل البدء في حلها					متواسطة	٧		٠.٥٣	١.٥٨
	الدرجة الكلية		١.٤٣	٠.٢٦٩	٤٧.٦	ضعيفة				

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (التحكم في التهور) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت ضعيفة، إذ بلغ المتوسط الحسابي (١.٤٣) وانحراف معياري (٠.٢٦٩)، وجاءت فقرات هذا المجال بين المتوسطة والضعيفة إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١.٢٢-٢.٠٤) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٢) التي تنص "اتسرع في الاجابة بغض النظر صح أم خطأ"، بمتوسط حسابي (٢.٠٤) وانحراف معياري (٠.٧٥) وبدرجة متوسطة وهي عبارة سلبية وتقييم العبارات السلبية يكون (يحدث دائماً - أحياناً - لا يحدث مطلقاً)، وجاءت في الرتبة الاخيرة الفقرة (٣) التي تنص على "احتفظ بهدوي عند مواجهة المواقف الصعبة" بمتوسط حسابي (١.٢٢) وانحراف معياري (٠.٦٠) وبدرجة ضعيفة.

جدول (١٢)

### المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية والترتيب ومستوى الممارسة لمحور الاصغاء بتفهم للاخرين

مستوى الممارسة	الترتيب	الوزن %	ع	م	٣- الاصغاء بتفهم للاخرين	م
متوسطة	٦	٦١.٣	٠.٤٢٧	١.٥٣	استمتع بمشاركة الآخرين في مشاعرهم وافكارهم	١
متوسطة	٩	٥٥.٦	٠.٥٤١	١.٦٧	اهتم كثيراً بما أقوله للاخرين من خلال تعبيرات الوجه	٢
متوسطة	٧	٥٨.١	٠.٤٦٢	١.٧٤	لدي القدرة على الاستماع الجيد للاخرين والتفكير فيما يقولونه	٣
متوسطة	٥	٦١.٦	٠.٤٢٠	١.٨٤	أحرص دائماً على الاستماع لما يقال وفهمه	٤
ضعيفة	١٠	٤٨.٨	٠.٤٩٨	١.٤٦	لدي القدرة على قراءة وفهم ما بين السطور	٥
متوسطة	٣	٦٣.٩	٠.٣١٤	١.٩١	اتعاطف مع الآخرين وأراعي مشاعرهم عند الحديث	٦
مرتفعة	٢	٨٣.٣	٠.٦٢٤	٢.٥	اهتمام بحديثي فقط لأنه هو الصواب	٧
متوسطة	٨	٥٧.٧	٠.٤٦٨	١.٧٣	استمع جيداً وبكل حواسٍ لمن يتحدث معى	٨
مرتفعة	١	٩٤.٩	٠.٤٧٢	٢.٨٤	أسخر من زميلتي عندما لا تحسن الاجابة	٩
متوسطة	٤	٦٢.٠٢	٠.٤٠٨	١.٨٦	احترم وجهات نظر الآخرين واستمع لهم باهتمام	١٠
ضعيفة		49.4	٠.٢٢٤	١.٤٨٢	الدرجة الكلية	

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (الاصغاء بتفهم للاخرين) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت ضعيفة، إذ بلغ متوسطه الحسابي (١.٤٨٢) وانحراف معياري (٠.٢٤)، وجاءت فقرات هذا المجال بين المرتفعة والمتوسطة والضعيفة إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١.٤٦-٢.٨٤) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٩) التي تنص "أسخر من زميلتي عندما لا تحسن الاجابة" ، بمتوسط حسابي (٢.٨٤). وانحراف معياري (٠.٤٧٢) وبدرجة مرتفعة وهي عبارة سلبية، وجاءت في الرتبة الاخيرة الفقرة (٥) التي تنص على "لدي القدرة على قراءة وفهم ما بين السطور" بمتوسط حسابي (١.٤٦) وانحراف معياري (٠.٤٩٨) وبدرجة ضعيفة.

## جدول (١٣)

## المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية والترتيب ومستوى الممارسة لمحور التفكير بمرونة

مستوى الممارسة	الترتيب	الوزن النسبي %	ع	م	٤- التفكير بمرونة	م
ضعيفة	٩	٤٥.٩	٠.٤٨	١.٣٧	لدي المقدرة على الانتقال بين الحلول المطروحة وايجاد حلول اخرى غير مطروحة	١
متوسطه	٦	٥١	٠.٦٢	١.٥٣	أغير الطريقة التي اذكر بها اذا حصلت على علامة متدنية	٢
متوسطه	٧	٥٠.٨	٠.٥٤	١.٥٢	أتقبل الافكار الجديدة غير المألوفة لدى	٣
مرتفعة	١	٨٩.٦	٠.٥٧	٢.٦٩	أرى أن هناك حل وحيد لأي مشكلة	٤
متوسطه	٣	٧٧	٠.٥٠	٢.٣١	أعتمد على الطرق التقليدية عند حل أي مشكلة	٥
متوسطه	٥	٥١.١٧	٠.٦٠	١.٥٣	أنظر لأي مشكلة من وجهات نظر مختلفة	٦
متوسطه	٤	٦٨	٠.٧٠	٢.٠٤	أتمسك دائماً بأفكارى مهما كانت النتائج	٧
ضعيفة	١٠	٤٣.٨	٠.٦١	١.٣١	أصادق وأتعاطف مع من يوافقنى في أفكارى	٨
ضعيفة	٨	٤٩.٦٣	٠.٥٦	١.٤٨	أتقبل التعليقات على تصرفاتي	٩
مرتفعة	٢	٨٧.٣	٠.٥٧	٢.٦٢	أفرض رأي على الآخرين لأنه الاصلوب	١٠
ضعيفة	37.53		٠.٢٢١	1.126	الدرجة الكلية	

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (التفكير بمرونة) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت ضعيفة، إذ بلغ متوسطه الحسابي (١.١٢٦) وانحراف معياري (٠.٢٢١)، وجاءت فقرات هذا المجال بين المرتفعة والمتوسطة والضعيفة، إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١.٣١-٢.٦٩) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٤) التي تنص "أرى أن هناك حل وحيد لأي مشكلة" ، حيث أجابت العينة بأن ٨٩% لا يحدث أبداً بمتوسط حسابي (٢.٦٩) وانحراف معياري (٠.٥٧) وبدرجة مرتفعة، وجاءت في الرتبة الاخيرة الفقرة (٨) التي تنص على "أصادق وأتعاطف مع من يوافقنى في أفكارى بمتوسط حسابي (١.٣١) وانحراف معياري (٠.٦١) وبدرجة ضعيفة.

جدول (١٤)

## المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية والترتيب ومستوى الممارسة لمحور التساؤل وطرح الأسئلة

مستوى الممارسة	الترتيب	الوزن النسبي %	ع	م	٥- التساؤل وطرح الأسئلة	م
متوسطه	٥	٥١.٧	٠.٥٢	١.٥٥	أطرح أسئلة كثيرة حتى أتمكن من فهم ما يواجهني من الصعوبات	١
متوسطه	٢	٥٥.٨	٠.٤٩	١.٦٧	أحب أن أطرح أسئلة تعبر عن أفكري	٢
ضعيفة	٨	٤٨.٨	٠.٥٨	١.٤٦	أستطيع توجيه أسئلة عديدة (ماذا-لماذا-كيف	٣
متوسطه	٣	٥٢.٥	٠.٥٨	١.٥٧	أقوم باثارة كثير من التساؤلات حول المواقف الغامضة	٤
ضعيفة	١٠	٣٦.٤	٠.٦٢	١.٠٩	أناقش دائماً الزملاء حول موضوع المحاضرة بعد انتهائها	٥
متوسطه	٧	٥٠	٠.٥٨	١.٥	اهتم بالخطيط للأسئلة قبل عرضها للآخرين	٦
متوسطه	٦	٥٠.٤	٠.٦٢	١.٥٤	الجأ إلى سؤال الزملاء عن المعلومات التي لا أفهمها	٧
متوسطه	٤	٥٢.٣	٠.٥٨	١.٥٧	اهتم بالتساؤلات التي يتم عرضها داخل المحاضرة	٨
مرتفعة	١	٧٢.٨	٠.٧٢	٢.١٨	أخجل من طرح الأسئلة حتى لا أتصف بعدم الفهم	٩
ضعيفة	٩	٤٢.٤	٠.٨٥	١.٢٧	أحرص على وضع أسئلة محددة حول أي مشكلة	١٠
ضعيفة		47.03	٠.٢٩٦	1.41	الدرجة الكلية	

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (التساؤل وطرح الأسئلة ) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت ضعيفة، إذ بلغ متوسطه الحسابي(1.41) وانحراف معياري (٠.٢٩٦)، وجاءت فقرات هذا المجال بين المرتفعة والمتوسطة والضعفية إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١.٠٩-٢.١٨٦) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٩) التي تنص "أخجل من طرح الأسئلة حتى لا أتصف بعدم الفهم" ، بمتوسط حسابي(٢.١٨) .وانحراف معياري (٠.٧٢) وبدرجة مرتفعة وهى عبارة سلبية، وجاءت في الرتبة الاخيرة الفقرة (٥) التي تنص على" أناقش دائماً الزملاء حول موضوع المحاضرة بعد انتهائها " بمتوسط حسابي (١.٠٩) وانحراف معياري(٠.٦٢) وبدرجة ضعيفة.

## جدول (١٥)

**المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية والترتيب ومستوى الممارسة لمحور تطبيق المعرف  
الماضية على الأوضاع الجديدة**

م	٦- تطبيق المعرف الماضية على الأوضاع الجديدة	م	ع	الوزن النسبي %	الترتيب	مستوى الممارسة
١	لدي القراءة على تطوير المعلومات والخبرات الحالية اعتماداً على ما تعلنته سابقاً	١.٥٢٤	٠.٥٢	٥٠.٨٤	٧	متوسطة
٢	اعتمد على خبراتي السابقة في حل المشكلات الحالية التي تواجهني	١.٦٣٦	٠.٤٨	٥٤.٥	٦	متوسطة
٣	أجد صعوبة في الربط بين مشكلتين متشابهتين في مواقفين مختلفين	٢.٢١٤	٠.٥٥	٧٣.٨	٢	متوسطة
٤	استطيع الربط بين ما أقوم بدراسته وموافق الحياة اليومية	١.٥٢٤	٠.٥٦	٥٠.٨١	٨	متوسطة
٥	اهتمام بالتجارب الناجحة لآخرين في حياتي	١.٧٤٢	٠.٤٨	٥٨.٠٦	٣	متوسطة
٦	أحرص على تدوين أخطائي حتى أتجنب الوقوع فيها مرة أخرى	١.٣٧	٠.٦٨	٤٥.٦	١٠	ضعيفة
٧	الخبرات السابقة تساعد في فهم الحاضر والتنبؤ بالمستقبل	١.٤	٠.٤٥	٤٦.٦	٩	ضعيفة
٨	لا أهتم بربط المعلومات الواردة في المقرر مع المقررات المشابهة	٢.٥١	٠.٥٨	٨٣.٩	١	مرتفعة
٩	أسترجع ذكرياتي وخبراتي عند مواجهة مواقف أو مشكلات جديدة	١.٦٩	٠.٥١	٥٦.٥	٥	متوسطة
١٠	اربط ما يقوله الدكتور أثناء الشرح بالكتاب الدراسي	١.٧٢	٠.٥٢	٥٧.٢	٤	متوسطة
	الدرجة الكلية	١.٤٥	٠.٣٠٦	٤٨.٣٣		ضعيفة

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (تطبيق المعرف الماضية على الأوضاع الجديدة) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت ضعيفة، إذ بلغ متوسطه الحسابي (١.٤٥) وانحراف معياري (٠.٣٠٦)، وجاءت فقرات هذا المجال بين المرتفعة والمتوسطة والضعفية إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١.٣٧-٢.٥١٧) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٨) التي تنص " لا أهتم بربط المعلومات الواردة في المقرر مع المقررات المشابهة "، بمتوسط حسابي (٢.٥١). وانحراف معياري (٠.٥٨) وبدرجة مرتفعة وهي عبارة سلبية، وجاءت في الرتبة الأخيرة الفقرة (٦) التي تنص على " أحرص على تدوين أخطائي حتى أتجنب الوقوع فيها مرة أخرى " بمتوسط حسابي (١.٣٧) وانحراف معياري (٠.٦٨) وبدرجة ضعيفة.

## جدول (١٦)

## المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والترتيب ومستوى الممارسة لمحور الكفاح من أجل الدقة

مستوى الممارسة	الترتيب	الوزن النسبي	ع	م	٧- الكفاح من أجل الدقة	م
متوسطة	٩	٥٢.٩	٠.٥٧	١.٥٨	أكبر أداء المهمة سعياً لمزيد من التدقيق	١
متوسطة	٣	٦٢.٥٩	٠.٣٩	١.٨٧	أشعر بالراحة والسعادة عندما أنجز أي عمل يوكل إلى باتقان	٢
متوسطة	٥	٥٩.٢	٠.٥٢	١.٧٧	أقرأ أسلمة الاختبار أكثر من مرة حتى اتمكن من الاجابة عليها بدقة	٣
متوسطة	٨	٥٣.٧	٠.٥٧	١.٦١	تجنب تقديم أي عمل غير متقن	٤
متوسطة	٢	٦٣.١	٠.٣٧	١.٨٩	أحرص دائمًا على تحسين أدائي باستمرار	٥
متوسطة	٧	٥٦.٨	٠.٤٥	١.٧٠	أراجع عدة مرات ما أقوم به من أعمال لاتحرى الدقة	٦
متوسطة	٦	٥٩.١	٠.٤٩	١.٧٧	أهتم كثيراً بالعمل الذي أكلف به	٧
متوسطة	٤	٦٠.٤	٠.٤١	١.٨١	أفضل التعامل مع الأفراد الذين يحرصوا على الدقة في أداء أعمالهم	٨
متوسطة	١	٧٥.٢	٠.٧٦	٢.٢٥	أحب إنجاز أعمالي بغض النظر عن تحقق الدقة	٩
ضعيفة	١٠	٣٦.١	٠.٦٨	١.٠٨	أطلب من أحد الزملاء مراجعة ما أقوم به من مهام قبل تسليمها	١٠
متوسطة		53.5	٠.٣٢٨	1.61	الدرجة الكلية	

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (الكفاح من أجل الدقة) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت متوسطة، إذ بلغ متوسطه الحسابي (١.٦١) وانحراف معياري (٠٠.٣٢٨)، وجاءت فقرات هذا المجال بين المتوسطة والضعيفة، إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١.٠٨-٢.٢٥) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٩) التي تنص "أحب إنجاز أعمالي بغض النظر عن تتحقق الدقة" ، بمتوسط حسابي (٢.٢٥) وانحراف معياري (٠.٧٦) وبدرجة متوسطة، وجاءت في الرتبة الأخيرة الفقرة (١٠) التي تنص على "أطلب من أحد الزملاء مراجعة ما أقوم به من مهام قبل تسليمها" بمتوسط حسابي (١.٠٨) وانحراف معياري (٠.٦٨) وبدرجة ضعيفة.

**المتوسطات الحسابية والإحترافات المعيارية والترتيب ومستوى الممارسة لمحور التفكير التبادلي** جدول (١٧)

مستوى الممارسة	الترتيب	الوزن النسبي	ع	م	ـ التفكير التبادلي	م
متوسطة	٤	٥٠.٦	٠.٦٢	١.٥٢	استمتع بالتفكير مع أفراد مجموعتي	١
ضعيفة	٩	٤٠.٨	٠.٦٧	١.٢٢	أفضل الاعمال الفردية عن الاعمال الجماعية	٢
ضعيفة	٨	٤٢.٣٦	٠.٦٢	١.٢٧	أنجز أي عمل بشكل أفضل وسط الفريق	٣
ضعيفة	٥	٤٧.٠٦	٠.٥٩	١.٤١	أتشارك مع زملاني لحل كثير من المشكلات	٤
ضعيفة	١٠	٣٩.٧	٠.٦٦	١.١٩	استمتع بالأنشطة الجماعية أكثر من الانشطة الفردية	٥
متوسطة	٢	٥٦.٨	٠.٥٠	١.٧١	اشارك الآخرين أفكارهم وأتقبل وجهات نظرهم	٦
متوسطة	٣	٥١.٧	٠.٥٤	١.٥٥	أتعلم بشكل أفضل عند المشاركة مع الآخرين	٧
متوسطة	١	٧٠.٩	٠.٦٦	٢.١٣	أشعر بالضيق عندما أعمل بمفردي	٨
ضعيفة	٦	٤٦.٨٣	٠.٦٦	١.٤٠	أفضل الالعب الجماعية عن الالعب الفردية	٩
ضعيفة	٧	٤٦.٦٦	٠.٥٩	١.٤	احب ان افكر بمفردي للوصول الى الحل الصحيح	١٠
متوسطة		53.33	٠.٣١٩	1.6	الدرجة الكلية	

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (التفكير التبادلي من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت متوسطة، إذ بلغ متوسطه الحسابي (١.٦) وانحراف معياري (٠.٣١٩)، وجاءت فقرات هذا المجال بين المتوسطة والضعيفة إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١.١٩-٢.١٣) وجاءت قى الرتبة الأولى الفقرة (٨) التي تنص "أشعر بالضيق عندما أعمل بمفردي" ، بمتوسط حسابي (٢.١٣). وانحراف معياري (٠.٦٦) وبدرجة متوسطة وهى عبارة سلبية، وجاءت في الرتبة الأخيرة الفقرة (٥) التي تنص على "أستمتع بالأنشطة الجماعية أكثر من الأنشطة الفردية " بمتوسط حسابي (١.١٩) وانحراف معياري (٠.٦٦) وبدرجة ضعيفة.

## جدول (١٨)

## المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية والترتيب ومستوى الممارسة لمحور ايجاد الدعاية

مستوى الممارسة	الترتيب	الوزن النسبي %	ع	م	٩- ايجاد الدعاية	م
متوسطة	٦	٥٨.٠٦	٠.٤٦	١.٧٤	أستمتع بمشاهدة البرامج الكوميديا في التليفزيون	١
متوسطة	٣	٦٠.٨	٠.٤٤	١.٨٢	أؤمن بفاعلية استخدام الاسلوب الفكاهي في التدريس	٢
متوسطة	١	٦٢.٧	٠.٤٢	١.٨٨	أستمتع بالمحاضرة التي فيها روح الفكاهة	٣
متوسطة	١٠	٥١.١٦	٠.٥٦	١.٥٣	اتعايش مع الحياة بحب وأواجه التحديات بروح مرحة	٤
متوسطة	٤	٦٠.٠٦	٠.٦١	١.٨٠	أفضل التعامل بجدية أثناء تفاعلي مع الآخرين	٥
متوسطة	٢	٦٢.٠٣	٠.٤١	١.٨٦	أرى ان الضحك مفيد لصحة الانسان بشكل عام	٦
متوسطة	٧	٥٧.٧	٠.٦٧	١.٧٣	عندما أشعر بالحزن لا استطيع دخال السعادة على نفسى	٧
متوسطة	٥	٦٠.١	٠.٤٢	١.٨٠	أحب دائمًا أن أكون مرحاً	٨
متوسطة	٨	٥٦.٢	٠.٥٥	١.٦٨	أفضل قراءة القصص والتعليقات الفكاهية	٩
متوسطة	٩	٥٢.٧	٠.٥٥	١.٥٨	أضيف جو من المرح عند التواجد وسط الآخرين	١٠
متوسطة		٥٤.٢	٠.٢٧٥	١.٦٢٧	الدرجة الكلية	

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (ايجاد الدعاية) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت متوسطة، إذ بلغ متوسطه الحسابي (١.٦٢٧)، وانحراف معياري (٠.٢٧٥)، وجاءت فقرات هذا المجال متوسطة إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١.٥٣-١.٨٨)، وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٣) التي تنص "أستمتع بالمحاضرة التي فيها روح الفكاهة". بمتوسط حسابي (١.٨٨)، وانحراف معياري (٠.٤٢)، وبدرجة متوسطة، وجاءت في الرتبة الاخيره الفقرة (٤) التي تنص على "اتعايش مع الحياة بحب وأواجه التحديات بروح مرحة" بمتوسط حسابي (١.٥٣) وانحراف معياري (٠.٥٦) وبدرجة متوسطة.

**جدول (١٩)**  
**المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والترتيب ومستوى الممارسة لمحور الاستعداد الدائم للتعلم**

مستوى الممارسة	الترتيب	الوزن النسبي	ع	م	١٠- الاستعداد الدائم للتعلم	م
متوسطة	٣	٥٢.٧	٠.٥٩	١.٥٨	أحب استغلال كل الفرص الممكنة للتعلم	١
متوسطة	٢	٦٠.٨	٠.٤١	١.٨٣	أؤمن بأن التعلم عملية مستمرة لا تتوقف الا بالموت	٢
متوسطة	١	٧٥.٥٦	٠.٦٣	٢.٢٦	لا أهتم بمعرفة الأخبار سواء من التليفزيون أو من الصحف	٣
ضعيفة	٧	٣٩.٣	٠.٦٩	١.١٨١	قراءة الكتب والمجلات هي أكثر الهوايات المحببة لدي	٤
ضعيفة	٨	٣٧.٦	٠.٧١	١.١٣	أحب المكتبة للحصول على معلومات إضافية لأي مقرر	٥
ضعيفة	٩	٣٤.٩	٠.٦٨	١.٠٤	أفضل التكليفات والأنشطة التي تحتاج إلى البحث والتقصي	٦
ضعيفة	٤	٤٦.٧٦	٠.٥٤	١.٤٠	دانماً أكون على دراية بما يجري حولي من أحداث	٧
ضعيفة	٦	٤٤.٦	٠.٥٨	١.٣٤	استطيع تحديد موافق تعلم جديدة أريد معرفتها	٨
ضعيفة	١٠	٣٢.٥	٠.٧٣	٠.٩٧	أحب المشاركة في المسابقات الثقافية	٩
ضعيفة	٥	٤٦.١٣	٠.٦٥	١.٣٨	أفضل مشاهدة البرامج العلمية والاطلاع على كل جديد	١٠
ضعيفة		37.6	٠.٣٨٦	1.13	الدرجة الكلية	

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (الاستعداد الدائم للتعلم) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت ضعيفة، إذ بلغ متوسطه الحسابي (١.١٣) وانحراف معياري (٠.٣٨)، وجاءت فقرات هذا المجال بين المتوسطة والضعفية إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (٠.٩٧٧-٢.٢٦٧) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٣) التي تنص "لا أهتم بمعرفة الأخبار سواء من التليفزيون أو من الصحف" ، بمتوسط حسابي (٢.٢٦). وانحراف معياري (٠.٦٣) وبدرجة مرتفعة وهي عبارة سلبية، وجاءت في الرتبة الأخيرة الفقرة (٩) التي تنص على "أحب المشاركة في المسابقات الثقافية" بمتوسط حسابي (٠.٩٧) وانحراف معياري (٠.٧٣) وبدرجة ضعيفة.

**التساؤل الثالث : مامستوى جودة الحياة للطالبات المعلمات من وجهة نظرهن؟**

لتتعرف على مستوى جودة الحياة للطالبات المعلمات، تم من خلال مقارنة متوسط درجات عينة البحث (الطالبات المعلمات) البالغة (١١٤.٠٨) بالمتوسط الفرضي للمقياس (١٠٨)، وباستخدام الأختبار الثاني لعينة واحدة، أظهرت النتائج أن قيمة ت (١٦٤.٣٨) أكبر من القيمة الجدولية (١.٩٩) عند مستوى (٠.٠٥) أي أن الفرق دال إحصائياً لصالح متوسط درجات عينة البحث (الطالبات المعلمات) ، والجدول التالي يوضح ذلك.

**جدول (٢٠) نتائج اختبار (ت) بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي لمقياس جودة الحياة لدى طلاب المعلمات بقسم رياض الأطفال**

مستوى الدلالة	الفيقيمة الجدولية	درجات الحرية	قيمة ت	المتوسط الفرضي	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد
دالة احصائية	١.٩٩	٢٩٨	١٦٤.٣٨	١٠.٨	٦.٤٧٩	١١٤.٠٨	٣٠٠

يتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين متوسط جودة الحياة للطلاب المعلمات (١١٤.٠٨)، والمتوسط الفرضي (١٠.٨)، وكانت الفروق لصالح متوسط جودة الحياة للعينة، وترى الباحثتان أن جودة الحياة المرتفعة تجعل المعلمة تتعرف على حقيقة قدرتها وإمكاناتها وتعزز مفهومها الإيجابي عن ذاتها وتُبعد عنها القلق والتوتر بما يقوى صحتها النفسيه وثقتها بنفسها، وبالتالي يؤدي إلى رفع المعرف والمهارات والاتجاهات الضرورية لأداء مهام المعلمة وأدوارها والتي تيسر للعملية تحقيق أهدافها في ضوء متغيرات العصر .

**السؤال الرابع: ما درجة ممارسة جودة الحياة باختلاف مجالاتها لدى الطالبة المعلمة؟**  
تم حساب المتوسط والانحراف المعياري لكل بعد من الأبعاد الستة.

**جدول (٢١) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور جودة الحياة مرتبة تنازلياً وفقاً لدرجة تحققها لدى الطالبة/ المعلمة .**

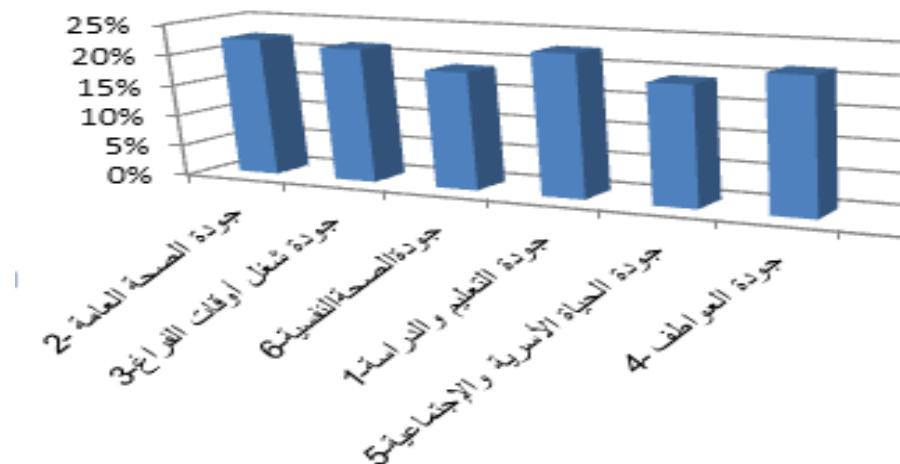
الأبعاد	م
جودة الصحة العامة	١
جودة شغل الوقت وإداراته	٢
جودة الصحة النفسية	٣
جودة التعليم والدراسة	٤
جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	٥
جودة العواطف	٦

ويلاحظ من الجدول السابق تفاوت في مستويات جودة الحياة حسب إجابات أفراد العينة، نجد أن المتوسطات الحسابية تراوحت بين (٢٠٤٨) بعد جودة التعليم والدراسة، (١٧٠٦) جودة الصحة النفسية. ووجد أن جميع هذه المتوسطات أكبر من المتوسط الفرضي وهو (١٥) للعبارة

مما يعني أن جودة الحياة لدى طالبة المعلمة كانت متوسطة. وتنقق هذه النتيجة مع دراسة على مهدي وعبد الخالق البهادلي (٢٠٠٦) إلى أن مستوى جودة الحياة لدى الطالب (من ليبيا، عمان) كان مرتفعاً في بعدين، مما جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، ومتوسطاً في بعدين، مما جودة الصحة العامة، وجودة شغل وقت الفراغ ، ومنخفضاً في بعدين مما جودة الصحة النفسية وجودة الجانب العاطفي. كما تنقق مع دراسة شاهر سليمان (٢٠٠٨) أن مستوى جودة الحياة لدى طلاب جامعة تبوك مرتفعاً في بعدين: مما جودة الحياة

الأسرية، وجودة الحياة النفسية، ومنخفض في بعدين هما: جودة الحياة التعليمية وجودة إدارة الوقت، ومتوسط في بعد جودة الصحة العامة.

والجدائل التالية (٢٣-٢٤-٢٥-٢٦-٢٧) توضح بشكل تفسيري مدى ممارسة الطالبات المعلمات لكل بعد من أبعاد جودة الحياة .



**شكل (٢)**  
استجابات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة

**جدول (٢٢) الترتيب التنازلي لفقرات بعد جودة الصحة العامة لدى الطالبة/المعلمة**

الفقرة	م	المعنى	الوزن النسبي	المتوسط	لا تحدث أبداً	تحدث أحياناً	تحدث دائماً	الترتيب	مستوى الممارسة
١		لدي احساس بالحيوية والنشاط.	٨٠.٨	٢.٤٢	١	٥٥.٦	٤٣.٤	٢	مرتفعة
٢		أشعر ببعض الآلام في جسمي.	٦٣.٦	١.٩١	٥.١	٨١.٨	١٣.١	٩	متوسطة
٣		اضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخية.	٦٠	١.٨٠	٦.١	٦٩.٤	٢٤.٥	١٠	متوسطة
٤		تكرر إصابتي بنزلة برد.	٦٩.٧	٢.٠٩	٢٣.٢	٦٢.٦	١٤.١	٧	متوسطة
٥		أشعر بالغثيان.	٧٤.٧	٢.٢٤	٤١.٤	٤٨.٥	١٠.١	٥	متوسطة
٦		أشعر بالانزعاج نتيجة التأثيرات الجانبية للدواء الذي أتناوله.	٧٠.٤٦	٢.١١	٣٠.٣	٥١.٥	١٨.٢	٦	متوسطة
٧		أنام جيداً.	٧٦.١	٢.٢٨	١٠.١	٥١.٥	٣٨.٤	٤	متوسطة
٨		أعاني من ضعف في الرؤية.	٧٨.٢	٢.٣٥	٥٠.٥	٣٦.١	١٣.٤	٣	متوسطة
٩		نادراً ما أصاب بالأمراض.	٦٨.٩	٢.٠٧	٢١.٢	٦٤.٦	١٤.١	٨	متوسطة
١٠		كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عيناً كبيراً على أسرتي.	٨٣.٥	٢.٥١	٥٩.٢	٢٧.٦	١٣.٣	١	مرتفعة

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (جودة الصحة العامة) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت متوسطة، إذ بلغ المتوسط الحسابي (٢٠٣٩)، وجاءت فقرات هذا المجال بين المتوسطة والمرتفعة، إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١٨٠٢ - ٢٥٠٥) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (١٠) التي تنص "كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عبئاً كبيراً على أسرتي" ، بمتوسط حسابي (٢٥٠٥) وبدرجة مرتفعة وهي عبارة سلبية (حيث سجلت ٥٩.٢ أن العبارة لاتحدث أبداً) ، وجاءت في الرتبة الأخيرة الفقرة (٣) التي تنص على "اضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخيه .." بمتوسط حسابي (١٨٠٢) وبدرجة متوسطة.

### جدول (٢٣) الترتيب التنازلي لفقرات بعد جودة الحياة الأسرية والاجتماعية لدى الطالبة/المعلمة

الفقرة	م	تحدد دائماً	تحدد أحياناً	لا تحدث أبداً	المتوسط	الوزن النسبي	الترتيب	مستوى الممارسة
١	٦٤.٦	٢٢.٢	١٣.١	٨٣.٦	٢.٥١	٨٣.٦	٩	مرتفعة
٢	٨.٢	١٧.٣	٧٣.٥	٨٨.٧	٢.٦٦	٨٨.٧	٦	مرتفعة
٣	٧٨.٦	٧٨.٦	٤.١	٩١.٥	٢.٧٤	٩١.٥	٥	مرتفعة
٤	٨.١	٥٢.٥	٣٩.٤	٧٧	٢.٣١	٧٧	١٠	متوسطة
٥	٨٣.٧	١٥.٣	١	٩٤.٢	٢.٨٢	٩٤.٢	٤	مرتفعة
٦	٦٨.٤	٢١.٤	١٠.٢	٨٦.٠٦	٢.٥٨	٨٦.٠٦	٧	مرتفعة
٧	٢	١٢.٢	٨٥.٧	٩٥.٧	٢.٨٧	٩٥.٧	٣	مرتفعة
٨	٦.١	٣٠.٣	٦٣.٦	٨٥.٤	٢.٥٦	٨٥.٤	٨	مرتفعة
٩	٩٤.٩	٣	٢	٩٧.٥	٢.٩٢	٩٧.٥	١	مرتفعة
١٠	٢	٨.١	٨٩.٩	٩٦.٥٣	٢.٨٩	٩٦.٥٣	٢	لا أجد من أثق فيه من أفراد أسرتي.

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (جودة الحياة الأسرية والاجتماعية) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت متوسطة، إذ بلغ المتوسط الحسابي (١٧١٧)، وجاءت فقرات هذا المجال بين المرتفعة والمتوسطة إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (٢.٣١-٢.٩٢) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٩) التي تنص "أشعر بالفخر لانتهائي لأسرتي" ، بمتوسط حسابي (٢.٩٢). وبدرجة مرتفعة، وجاءت في الرتبة الأخيرة الفقرة (٤) التي تنص على "أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين" بمتوسط حسابي (٢.٣١) وبدرجة متوسطة.

### جدول (٤) الترتيب التنازلي لفقرات بعد جودة التعليم والدراسة لدى الطالبة/المعلمة

الفقرة	م					
مستوى الممارسة	الترتيب	الوزن النسبي	المتوسط	لا تحدث أبداً	تحدث أحياناً	تحدث دائماً
١		٧٧.١	٢.٣١	١٧.٢	٣٤.٣	٤٨.٥
٢		٤٥.١٣	١.٣٥	٥.١	١٩.٢	٧٥.٨
٣		٧١.٨	٢.١٥	١٧.٣	٥٠	٣٢.٧
٤		٨٧.٩	٢.٦٣	٧٦.٥	١٥.٣	٨.٢
٥		٩٥.٣	٢.٨٥	٣	٨.١	٨٨.٩
٦		٩٠.٠٣	٢.٧٠	٧٦.٨	١٨.٢	٥.١
٧		٩٠.٣	٢.٧١	٥.١	١٩.٢	٧٥.٨
٨		٧٨.٥٣	٢.٣٥	٤٤.٤	٤٦.٥	٩.١
٩		٩١.٦	٢.٧٥	٣	١٩.٢	٧٧.٨
١٠		٧٢.٧٦	٢.١٨	٢٤.٢	٦٨.٧	٧.١

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (جودة التعليم والدراسة ) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت متوسطة، إذ بلغ المتوسط الحسابي الكلى (٢٠٤٨) ، وجاءت فقرات هذا المجال بين المرتفعة والمتوسطة والضعيفة إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (٢.٨٥ - ١.٣٥) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٥) التي تنص "أطفالى بالروضة يرحبون بي."، بمتوسط حسابي (٢.٨٥) . وبدرجة مرتفعة ، وجاءت في الرتبة الاخيرة الفقرة (٢) التي تنص على "بعض مهام العمل غير مناسبة لقدرائي. " بمتوسط حسابي (١.٣٥) وبدرجة ضعيفة.

### جدول (٢٥) الترتيب التنازلي لفقرات بعد جودة العواطف لدى الطالبة/المعلمة.

مستوى الممارسة	الترتيب	الوزن النسبي	المتوسط	لا تحدث أبداً	تحدث أحياناً	تحدث دائماً	الفقرة	م
متوسطة	١	٧٦.١٦	٢.٢٨	١٧.٢	٣٧.٤	٤٥.٥	أنا فخوره بهدوء أعصابي.	١
متوسطة	٨	٥٨.٦	١.٧٥	١٠.١	٥٥.٦	٣٤.٣	أشعر بالحزن بدون سبب واضح.	٢
متوسطة	٢	٧٢.٤	٢.١٧	١٤.٣	٥٤.١	٣١.٦	أواجه مواقف الحياة بقوة إرادة وهدوء أعصاب.	٣
متوسطة	٩	٥٧.٨	١.٧٣	١٢.٢	٤٥.٩	٤٠.٨	أشعر بأنني عصبيه.	٤
متوسطة	٥	٦٣.٢	١.٨٩	٢٧.٦	٥٥.١	١٧.٣	لا أخاف من المستقبل.	٥
متوسطة	٤	٦٧.٤	٢.٠٢	٣٠.٩	٤٣.٣	٢٥.٨	أقلق من الموت.	٦
متوسطة	٦	٦٣.١	١.٨٩	٢٤.٧	٦٠.٨	١٤.٤	من الصعب استئثارتي انفعالياً.	٧
متوسطة	٧	٦٣.١	١.٨١	١٩.٤	٤٣.٩	٣٦.٧	أقلق لتدور حالي.	٨
متوسطة	١٠	٥٣.٦	١.٦٠	٤.١	٥٣	٤٢.٩	أمتلك القدرة على اتخاذ أي قرار.	٩
متوسطة	٣	٦٧.٨	٢.٠٣	٢٥.٥	٥٦.١	١٨.٤	أشعر بالوحدة النفسية.	١٠

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات رياض الأطفال لعناصر(جودة العواطف) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت متوسطة، إذ بلغ المتوسط الحسابي الكلى(١.٩٣١)، وجاءت فقرات هذا البعد متوسطة إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١.٦٠-٢.٢٨)، وجاءت فى الرتبة الأولى الفقرة (١) التي تنص " أنا فخوره بهدوء أعصابي" بمتوسط حسابي(٢.٨٥)، وبدرجة متوسطة، وجاءت في الرتبة الاخيرة الفقرة (٩) التي تنص على" أمتلك القدرة على اتخاذ أي قرار" بمتوسط حسابي (١.٦٠) وبدرجة متوسطة.

### جدول (٢٦) الترتيب التنازلي لفقرات محور جودة الصحة النفسية لدى الطالبة/المعلمة

مستوى الممارسة	الترتيب	الوزن النسبي	المتوسط	لا تحدث أبداً	تحدث أحياناً	تحدث دائماً	الفقرة	م
متوسطة	٧	٦٧.١٦	٢.٠١	٧.١	٥٤.٣	٢٨.٦	أشعر بأنني متزنه انفعالياً.	١
متوسطة	٨	٦٦.٦	٢.٠٠	٢٥.٥	٤٦.٩	٢٧.٦	أنا عصبيه جداً.	٢
متوسطة	٤	٧٤.١	٢.٢٢	٦.١	٦٥.٣	٢٨.٦	استطيع ضبط انفعالاتي.	٣
متوسطة	٦	٧٠.٨	٢.١٢	٢٠.٤	٧١.٤	٨.٢	أشعر بالاكتئاب.	٤
مرتفعة	٢	٨٣.٣	٢.٥	٦.١	٣٧.٨	٥٦.١	أشعر بأنني محبوبه من الجميع.	٥
مرتفعة	٣	٨١.٦	٢.٤٤	٥٣.١	٤٠.٨	٦.١	أنا لست شخصا سعيداً.	٦
مرتفعة	١	٨٥.٣٦	٢.٥٦	٤.١	٣٥.٧	٦٠.٢	أشعر بالأمن.	٧
متوسطة	٥	٧٣	٢.٢٠	٣١.٦	٥٩.٢	٩.٢	روحى المعنوية منخفضة.	٨
متوسطة	١٠	٦٤	١.٩٢	١٤	٥٠	٢٦	استطيع الاسترخاء بدون مشكلات.	٩
متوسطة	٩	٦٥.٨	١.٩٧٦	١٤.٤	٧١.١	١٤.٤	أشعر بالقلق.	١٠

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (جودة الصحة النفسية) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت متوسطة، إذ بلغ المتوسط الحسابي الكلى (١٧٠٦) ، وجاءت فقرات هذا البعد متوسطة إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (٢٥٦-١٩٢) وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (٧) التي تنص " اشعر بالأمن " بمتوسط حسابي (٢٥٦) . وبدرجة مرتفعة، وجاءت في الرتبة الأخيرة الفقرة (٩) التي تنص على " استطيع الاسترخاء بدون مشكلات.. " بمتوسط حسابي (١٩٢) وبدرجة متوسطة.

#### جدول (٢٧) الترتيب التنازلى لفقرات بعد جودة شغل أوقات الفراغ

م	الفقرة	حدث دائما	حدث أحياناً	لا تحدث أبداً	المتوسط	الوزن النسبي	التربب	مستوى الممارسة
١	استمتع بمناظرة أنشطة اجتماعية.	٤٠.٨	٤٦.٩	١٢.٢	٤٢.٣	٧٧.٩	١	متوسطة
٢	ليس لدي وقت فراغ	٩.٣	٤٨.٥	٤٢.٣	٢.٣٣	٧٧.٩	١	متوسطة
٣	أقوم بعمل واحد في وقت واحد فقط.	٢٧.١	٤٩	٢٤	١.٩٨	٦٦.٢	٧	متوسطة
٤	أتناول وجبات الطعام بسرعة كبيرة.	١٤.٤	٤٢.٣	٤٣.٣	٢.٣١	٧٧.١	٢	متوسطة
٥	أهتم بتوفير وقت للنشاطات الاجتماعية.	٢٥	٥٢.١	٢٢.٩	٢.٠٢	٦٧.٣	٦	متوسطة
٦	تنظيم الوقت بين العمل والحياة الاجتماعية صعب للغاية.	٢٠.٦	٦٢.٩	١٦.٥	١.٩٥	٦٥.١	٨	متوسطة
٧	لدي الوقت الكافي لتنمية قدراتي ومهاراتي كمعلمة.	٣٨.١	٥١.٥	١٠.٣	٢.٢٧	٦٨.٠٣	٥	متوسطة
٨	ليس لدي وقت للترويح عن النفس.	٦.٢	٥٧.٧	٣٦.١	٢.٣٠	٧٦.٧	٣	متوسطة
٩	أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد.	٤١.٧	٥١	٧.٣	١.٦١	٥٣.٧	١٠	متوسطة
١٠	لا يوجد لدي برنامج منتظم لتناول الوجبات الغذائية.	٤٥.٤	٣٨.١	١٦.٥	١.٧٠	٥٦.٩	٩	متوسطة

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى تطبيق الطالبات المعلمات برياض الأطفال لعناصر (شغل أوقات الفراغ) من وجهة نظر الطالبات المعلمات كانت متوسطة، إذ بلغ المتوسط الحسابي الكلى (١٩٤٩) ، وجاءت فقرات هذا البعد متوسطة إذ تراوحت المتوسطات الحسابية بين (١٦١-٢٣٣) وجاءت فى الرتبة الأولى الفقرة (٢) التي تنص " ليس لدي وقت فراغ " بمتوسط حسابي (٢٣٣) . وبدرجة متوسطة، وجاءت في الرتبة الأخيرة الفقرة (٩) التي تنص على " أنجز المهام التي أقوم بها في الوقت المحدد.. " بمتوسط حسابي (١٦١) وبدرجة متوسطة.

**السؤال الخامس: مادرجه الإرتباط بين عادات العقل وجودة الحياة لدى الطالبات المعلمات تخصص رياض الأطفال ؟**

للحاجة على هذا التساؤل ، تم استخدام اختبار معامل الإرتباط لبيرسون، وذلك لدراسة الإرتباط بين عادات العقل ككل وجودة الحياة ككل.

### جدول (٢٨) معاملات الإرتباط بين أبعاد عادات العقل والدرجة الكلية لجودة الحياة

عادات العقل	جودة الحياة
المثابرة	**٠.٣٥١
التحكم في التهور	**٠.٤٠٦
الاصغاء بتفهم للاخرين	**٠.٦٧٦
التفكير بمرونة	**٠.٣٣٦
التساؤل وطرح الاسئلة	**٠.٣٩٠
تطبيق المعرف الماضية على الاوضاع الجديدة	**٠.٣٦٥
الكافح من أجل الدقة	**٠.٢٦٢
التفكير التبادلي	*٠.١٤٤
ايجاد الدعاية	**٠.١٦١
الاستعداد الدائم للتعلم	**٠.٢٥٢

قيمة ر الجدولية (د.ح=٢٩٨) عند مستوى ٠٠٥ = (٠.١١٣) وعند مستوى ٠٠١ = (٠.١٤٨)

\*دالة عند مستوى ٠٠١ ، \*دالة عند مستوى ٠٠٥

يتضح من الجدول(٢٨) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية لجودة الحياة وأبعاد عادات العقل للطلابات المعلمات بقسم رياض الاطفال. مما يعني أنه كلما كانت جودة حياة الطالبة المعلمة مرتفعة كلما كانت عادات العقل مرتفعة، وجاءت جميعها داله عند مستوى دلاله ٠٠١ . فيما عدا التفكير التبادلي جاء دال عند مستوى ٠٠٥ .

وترى الباحثان أن جودة الصحة العامة، وجودة التعليم والدراسة، وجودة الحياة الاسرية ، وجودة العواطف يمكن أن تؤثر بالإيجاب على عادات العقل، حيث تبين أن المعلمة التي لديها القدرة على ضبط وتنظيم ومعالجة انفعالاتها، والعمل وقت الازمات تحت الضغوط ولديها الاحساس بالحيوية والنشاط يؤثر ذلك على مكونات عادات العقل التي اهتمت بها الدراسة (المثابرة، التحكم في التهور، الاصغاء بتفهم للاخرين، التفكير بمرونة، التساؤل وطرح الاسئلة، تطبيق المعرف الماضية على الاوضاع الجديدة، الكافح من أجل الدقة، التفكير التبادلي، ايجاد الدعاية، الاستعداد الدائم للتعلم) .

### جدول (٢٩) معاملات الإرتباط بين أبعاد عادات العقل ومجالات جودة الحياة

عادات العقل	جودة الصحة العامة	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	جودة التعليم والدراسة	جودة العواطف	جودة الصحة النفسية	جودة شغل الوقت وإدارته
المثابرة	**.١٨٩	**.١٩٥	*.١٢٠	**.١٨٦	**.١٥٦	**.٤١٢
التحكم في التهور	**.٢٠٣	*.١٢٢	**.٢٦٣	**.٣٢٥	**.٢٥٠	**.٣١٥
الاصناعء بتفهم للاخرين	**.١٩٢	**.١٧٥	**.١٩٢	**.٢٠١	**.٢٥٩	**.١٢٨
التفكير بمرونة	**.٢٩٥	**.٢٠٤	**.١٧١	**.١٨٧	**.٢٩٠	**.٢٤٢
التساؤل وطرح الاستئلة	*.١٤١	**.١٥٨	**.١١٨	**.٤٠٥	**.٢١٠	**.٤٠٦
تطبيق المعرف الماضية على الاوضاع الجديدة	**.١٧٧	**.١٣٥	**.١٤٣	**.٢٥٩	*.٢٩٩	*.٣٥٥
الكافح من أجل الدقة	**.١٨٠	*.١٨٠	*.١٧١	*.٣٢٤	*.٢٩٣	*.١٩٣
التفكير التبادلي	*.١٢٤	**.١٢٩	*.١٧٥	*.١٠٢	**.٢١٣	*.١٩٦
ايجاد الدعاية	*.١٥٦	**.١٢٨	**.١٦٨	**.٢٥٠	**.٢٤٤	**.١١٦
الاستعداد الدائم للتعلم	**.١٨٢	**.١٣٢	**.١٦٨	**.١٥١	**.١٥٠	*.٣٠١

قيمة (الجدولية) (د.ح=٢٩٨) عند مستوى = ٠.٠٥ وعند مستوى = ٠.٠١ = \*\*دالة

عند مستوى ٠.٠١ - \*دالة عند مستوى ٠.٠٥

#### الإستنتاجات

- أن الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية جامعة الزقازيق يمتلكون عادات العقل أقل من المتوسط الفرضي، وأن هذا الفرق دال إحصائياً.

- أن عادات العقل لدى أفراد عينة الدراسة من الطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال تقع بين ٦٤.٦% و٣٧.٥٣%، وتأتي عادة "المثابرة" في أعلى المراتب بوزن نسبي (٦٤.٦%) ، يليها "ايجاد الدعاية" بوزن نسبي (٤٠.٢%) ويأتي في المرتبة الخامسة عادة "الاصناعء بتفهم للاخرين" بوزن نسبي (٤٩.٤%)، وتأتي عادة "الإعداد الدائم للتعلم" في المرتبة التاسعة بوزن نسبي (٣٧.٦%)، وجاءت في المرتبة الأخيرة عادة "التفكير بمرنة" بوزن نسب (٣٧.٥%)، مما يشير إلى أن أفراد العينة لديهم مستويات متفاوتة بين متوسطة وضعيفة في عادات العقل.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين متوسط جودة الحياة للطالبات المعلمات (١١٤.٠٨)، والمتوسط الفرضي (١٠٨)، وكانت الفروق لصالح متوسط جودة الحياة للعينة.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية لجودة الحياة وأبعاد عادات العقل للطالبات المعلمات بقسم رياض الأطفال.

**توصيات الدراسة**

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج أمكن التوصية بما يلي:

- دمج عادات العقل في المقررات الدراسية الجامعية، باعتبارها هدفاً تربوياً تسعى التربية الحديثة لتحقيقه.
- تدريب أعضاء هيئة التدريس على أساليب التربية الحديثة والتي من شأنها تنمية عادات العقل لدى طلاب.
- إعداد ندوات، ودورات تدريبية، وبرامج تتناول عادات العقل وجودة الحياة.
- إجراء بحوث علمية تهدف إلى تنمية عادات العقل لأنها تمثل بيئة خصبة للنهوض بالأجيال القادمة.

**بحوث مقترحة**

تقترح الباحثتان اجراء بعض الدراسات المستقبلية التالية

- علاقة عادات العقل بالرضا الوظيفي لدى معلمات رياض الأطفال
- فاعلية برنامج حركي في تنمية بعض عادات العقل لدى أطفال الروضة.
- فاعلية برنامج متكامل في تنمية مفهوم جودة الحياة لدى اطفال الروضة.
- برنامج مقترن لتنمية بعض عادات العقل لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم.
- فاعلية أنشطة إثرائية قائمة على عادات العقل في تنمية الذكاء الوجданى لدى طفل الروضة .

## المراجع

- إبراهيم الحارثي(٢٠٠٢): العادات العقلية وتنميتها لدى التلاميذ ، مكتبة الشقيري ، الرياض .
- إبراهيم محمد عبد الله، سيدة عبد الرحيم(٢٠٠٦): دور الأنشطة الرياضية في جودة الحياة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، ١٧-١٩ ديسمبر ٢٠٠٦ .
- أسماء حسين(٢٠١٣): فاعلية برنامج تدريسي في تنمية بعض عادات العقل لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية بقنا، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة قنا.
- إلهام فايق سليمان بربخ(٢٠١٥): عادات العقل وعلاقتها بمظاهر السلوك الإيجابي لدى طلبة جامعة الأزهر ، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
- أميرة عباس ، وفاء رشاد(٢٠١٥): جودة الحياة من منظور أسر أطفال الروضة ذوي الاعاقات العقلية البسيطة كمدخل تنبؤي بالكفاءة الذاتية المدركة للأسرة ، بحث مقدم في المؤتمر الدولي الثاني لكلية رياض الأطفال ، جامعة المنيا .
- أميمة عمور(٢٠٠٥): أثر برنامج تدريسي قائم على عادات العقل في تنمية مهارات التفكير الابداعي لدى طلبة المرحلة الاساسية، رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا ، الاردن.
- ايمان أحمد عبد الله اللقماني(٢٠١٠): عادات العقل لدى معلمات رياض الأطفال بمكة المكرمة وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، كلية التربية ، جامعة أم القرى.
- ايمان عباس على الخفاف(٢٠١٦): عادات العقل لدى معلمات رياض الأطفال وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة العلوم النفسية والتربوية، العدد (١).
- ايناس سعيد الشتيحي(٢٠١٠): التنمية المهنية لمعلمات رياض الاطفال عبر الانترنت" الندوة الاولى في تطبيقات تقنية المعلومات والاتصال في التعليم والتدريب "الفترة ٢٧ - ٢٩ أبريل ، كلية التربية، جامعة الملك سعود .
- حسن مصطفى عبد المعطي (٢٠٠٥): الارشاد النفسي وجودة الحياة في المجتمع المعاصر ، ورقة عمل منشورة في المؤتمر العلمي الثالث للانتماء النفسي والتربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة ، جامعة الزقازيق ص ١٣ : ٣٢ .
- خنساء نوري الكرخي(٢٠١١): جودة الحياة لدى المرشدين التربويين وعلاقتها بالذكاء الانفعالي ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الاساسية ، جامعة ديالى.

- دعاء الصاوي والسيد حسن (٢٠٠٩) : جودة الحياة المدركة لدى عينة من طلاب الجامعة ومدى فاعليه برنامج إرشادي في تتميتها ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة سوهاج.
- رجب عبد الحميد الميهي ، جيهان محمود الشافعي (٢٠٠٩) : فاعليه تصميم مقترن لبيئة تعلم مادة الكيمياء في تنمية عادات العقل والتحصيل لدى طلاب المرحلة الثانوية ، مجلة كلية التربية ، جامعة طلوان ، العدد (١)، المجلد ١٥ ، ص ٣٥١ - ٣٥٥ ، القاهرة.
- رغداء علي نعيسة (٢٠١٢) : جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد ٢٨ ، العدد (١) ص ١٤٥ - ١٨١ .
- ريم أحمد عبد العظيم (٢٠٠٩) : فاعليه برنامج قائم على استراتيجيات التفكير المتشعب في تنمية مهارات الكتابة الابداعية وبعض عادات العقل لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية ، مجلة القراءة والمعرفة ٥٩ ، القاهرة.
- سمر عبد العزيز الغوله (٢٠١٩) : مستوى جودة الحياة لدى الطلبة ذوى الإعاقة بجامعتي عبد العزيز والجامعة الأردنية في ضوء بعض المتغيرات.مجلة جامعة القدس للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية.المجلد (١٠) ع (٢٨).
- سميرة عطية عريان ( ٢٠١٠ ) : عادات العقل ومهارات الذكاء الاجتماعي المطلوبة لمعلم الفلسفة والاجتماع في القرن الحادى والعشرين ، كلية البناء ، جامعة عين شمس .
- سميلاة أحمد الصباغ ( ٢٠١٥ ) : عادات العقل لدى طلبة تخصص الرياضيات في الجامعات الأردنية وعلاقتها بكل من جنس الطلبة والمستوى الجامعي والتحصيلي لهم واتجاهاتهم نحو الرياضيات. مؤنة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد الثلاثون، العدد الخامس .
- سميلاة الصباغ ، نجاة بنتن ، نورة الجعيد ( ٢٠٠٦ ) : دراسة مقارنة لعادات العقل لدى الطلبة المتفوقيين فى المملكة العربية السعودية ونظرائهم فى الأردن ، المؤتمر العلمى الإقليمى للموهبة ، محافظة جدة ، منطقة مكة المكرمة ، المملكة العربية السعودية .
- سناء أحمد جسام ( ٢٠٠٩ ) : فاعليه برنامج ارشادي عقلاني إنفعالي لتحسين جودة الحياة وبعض المتغيرات المرتبطة بها لدى عينة من المسنين ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية
- سناء محمد سليمان( ٢٠٠٥ ) : عادات الاستذكار ومهاراته الدراسية السليمة، ط١ ، عالم الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة.

- سوزان خوري (٢٠٠٢) : الاحتياجات التربوية للعاملات في رياض الأطفال في الأردن ،  
ماجستير ، الجامعة الهاشمية ، الزرقاء ، الأردن .
- سيد جاد الرب (٢٠٠٨) : جودة الحياة الوظيفية في منظمات الأعمال العصرية ، دار النهضة  
العربية ، القاهرة .
- شاهر خالد سليمان (٢٠٠٨) : قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تبوك بالمملكة العربية  
السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها ، مجلة رسالة الخليج العربي ، العدد ١١٧ .
- طارق عبد الرؤوف عامر (٢٠٠٥) : التعلم الذاتي ، مفاهيميه ، أنسه ، أساليبه ، الأهرام ، الدار العالمية  
للنشر والتوزيع ، القاهرة .
- عبدالله نوفل الربيعة (٢٠١٠) : فاعلية برنامج إرشادي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ  
المرحلة الابتدائية المعاقين بصرياً كلياً والمعاقين جزئياً بالمملكة العربية السعودية ، رسالة دكتوراه  
غير منشورة ، معهد الدرا رسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة .
- علي مهدي كاظم و عبد الخالق البهادلي (٢٠٠٦) : مستوى جودة الحياة لدى طلبة الجامعة ، ندوة علم  
النفس وجودة الحياة ، جامعة السلطان قابوس ، مسقط ١٧: ١٩ ديسمبر ، سلطنة عمان .
- علي مهدي كاظم و عبد الخالق البهادلي (٢٠٠٦) : جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين  
دراسة ثقافية مقارنة ، دورية علمية محكمة نصف سنوية .
- عواطف عبد العزيز لبني (٢٠١٨) : عادات العقل لدى طالبات المعلمات تخصص تربية أسرية  
وعلاقتها بأدائهن التدريسي في التدريب لميداني ، مجلة بحوث عربية في مجالات التربية النوعية –  
رابطة التربويين العرب – مصر ، ٢٠١٨ ، ١٠ ، ١٦٣-١٩١ .
- فتح الله مندور (٢٠٠٨) : فاعلية نموذج أبعد التعلم لمارازنو في تنمية الاستيعاب المفاهيمي في  
العلوم وعادات العقل لدى تلاميذ الصف السادس من التعليم الأساسي بالمملكة العربية السعودية ،  
مجلة التربية ، العدد (١٢)، المجلد (٢)، القاهرة .
- كوستا أثر و بينا كاليك (٢٠٠٣) : تفعيل وإشغال عادات العقل ، ترجمة مدارس الزهران الاهلية  
بالمملكة العربية السعودية ، دار الكتاب التربوي للنشر والتوزيع ، الدمام .
- ليلى حسام الدين (٢٠٠٨) : فاعلية إستراتيجية (البداية، الاستجابة، التقويم) في تنمية التحصيل وعادات  
العقل لدى طلاب الصف الاول الاعدادي في مادة العلوم ، المؤتمر العلمي الثاني عشر ، التربية العملية  
والواقع المجتمعي ، الجمعية المصرية للتربية العملية ، جامعة عين شمس ، القاهرة ص ٤٠ : ١ .

- محمد بكر نوبل ( ٢٠٠٦ ) : عادات العقل الشائعة لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في مدارس وكالة الغوث الدولية في الأردن. مجلة المعلم الطالب، الأونروا اليونسكو، العدد الأول والثاني /قانون الأول.
- محمد عمران كامل ( ٢٠١٤ ) : عادات العقل وعلاقتها ب استراتيجيات حل المشكلات " دراسة مقارنة " بين الطلبة المتفوقين والعاديين بجامعة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر.
- محمود عبد الحليم منسي، علي مهدي كاظم( ٢٠٠٦ ) : مقاييس جودة الحياة لطلبة الجامعة ، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس ( ١٧ - ١٩ ) ديسمبر، ص ٦٣ - ٧٨ ، سلطنة عمان.
- مريم شيخي( ٢٠١٤ ): طبيعة العمل وعلاقته بجودة الحياة ، دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات ، رسالة ماجستير ، كلية العلوم الإنسانية ولاجتماعية ، جامعة تلمسان ، الجزائر.
- نداء الشمرى( ٢٠١٠ ). عادات العقل والذكاء الانفعالي وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة الجوف في المملكة العربية السعودية ، إطروحة دكتوراه غير منشورة . جامعة اليرموك، الأردن.
- وضحي العتيبي( ٢٠١٣ ): فاعلية خرائط التفكير في تنمية عادات العقل ومفهوم الذات الأكاديمي لدى طالبات قسم الأحياء بكلية التربية، مركز التميز البحثي في تطوير تعليم العلوم والرياضيات، جامعة الملك سعود.
- يوسف القطامي وأميمة عمور ( ٢٠٠٥ ): عادات العقل والتفكير" النظرية والتطبيق، دار الفكر" ، عمان.
- يوسف أبو المعاطى( ٢٠٠٤ ): مدى فاعلية مجموعات التعلم التعاوني في تنمية القدرة على الإستدلال الرمزى واللفظى وبعض العادات العقلية لدى طلاب المرحلة المتوسطة، القاهرة، مجلة كلية التربية ، العدد ٥٦، المنصورة.
- يوسف القطامي ، فدوى ثابت( ٢٠٠٩ ): عادات العقل لطفل الروضة بين النظرية والتطبيق، ديبونو للطباعة والنشر ، عمان.
- يوسف القطامي( ٢٠٠٧ ): ثلاثون عادة عقل، دار ديبونو للنشر والتوزيع، عمان .
- Baumann, Michèle, Ion Ionescu, and Nearkasen Chau. "Psychological quality of life and its association with academic employability skills among newly-registered students from three European faculties." *BMC psychiatry* 11.1 (2011): 63.

- Bognar, Greg. "The concept of quality of life." *Social theory and practice* 31.4 (2005): 561-580. Bognar, Greg. "The concept of quality of life." *Social theory and practice* 31.4 (2005): 561-580.
- Costa, Arthur L., and Bena Kallick. "Describing 16 habits of mind." *Habits of Mind: A Developmental Series*. Alexandria, VA: ASCD (2000).
- Costa, Arthur L., and Bena Kallick, eds. *Learning and leading with habits of mind: 16 essential characteristics for success*. ASCD, 2008. Costa, Arthur L., and Bena Kallick, eds. *Learning and leading with habits of mind: 16 essential characteristics for success*. ASCD, 2008.
- Costa, Arthur L., and Bena Kallick. Habits of mind across the curriculum: Practical and creative strategies for teachers. ASCD, 2009
- Hu, Hsing-Wen. Developing siblings and peer tutors to assist native Taiwanese children in learning habits of mind for math success. University of Massachusetts Amherst, 2005
- Singh, Rajbala, and Shikha Dixit. "Health-related quality of life and health management." *Journal of Health Management* 12.2 (2010): 153-172.
- Smidl, Sarah Lynn. Portraits of laughter in "kid" ergarten children: The giggles and guffaws that support teaching, learning, and relationships. Diss. Virginia Tech, 2006.
- Tishman, S. "Why teach habits of mind? N Costa, A. & Kallick, B.(Eds.). Discovering & Exploring habits of mind. Association for Supervision and Curriculum Development. Alexandria." Victoria USA (2000).
- Widar, Marita, Gerd Ahlström, and Anna-Christina Ek. "Health-related quality of life in persons with long-term pain after a stroke." *Journal of clinical nursing* 13.4 (2004): 497-505.