

برنامج في الاقتصاد المنزلي قائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب
لتحسين مهارات التفكير الإيجابي ومستوى تقدير الذات لدي الطالبات
ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية

نهى جمال محمود اسماعيل

أ.د/إيمان على أبو الغيط

أ.م.د/انتصار شبل عبد الصادق

كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الازهر - قسم الاقتصاد المنزلي التربوي



مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية

معرف البحث الرقمي DOI: 10.21608/jedu.2023.197056.1844

المجلد التاسع . العدد 45 . مارس 2023

الترقيم الدولي

E- ISSN: 2735-3346

P-ISSN: 1687-3424

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

<http://jrfse.minia.edu.eg/Hom>

موقع المجلة

العنوان: كلية التربية النوعية . جامعة المنيا . جمهورية مصر العربية



برنامج في الاقتصاد المنزلي قائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب
لتحسين مهارات التفكير الإيجابي ومستوى تقدير الذات لدى الطالبات ذوات
العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية

مستخلص البحث:

هدف البحث الحالى إلى التعرف على أثر برنامج فى الاقتصاد المنزلى قائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب لتحسين مهارات التفكير الإيجابى ومستوى تقدير الذات لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية، ولتحقيق أهداف البحث تم تحديد أسس بناء البرنامج المقترح فى الاقتصاد المنزلى القائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب لتحسين مهارات التفكير الإيجابى ومستوى تقدير الذات لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية وتم إستخدام المنهج الوصفى والمنهج التجريبي القائم على التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة، وتكونت عينة البحث من (60) طالبة من طالبات الصف الأول والثانى الثانوى بمعهد فتيات محلة زياد الثانوى الأزهرى مركز سمنود - محافظة الغربية، واشتملت أدوات البحث على (مقياس العجز المتعلم إعداد (ناديا عاشور، 2014) - اختبار التفكير الإيجابى، مقياس تقدير الذات)، وأسفرت نتائج البحث عن وجود فرق دال احصائيا عند مستوى معنوية (0.05) بين متوسطى درجات الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية بين التطبيقين القبلى والبعدى لاختبار التفكير الإيجابى ككل وكل مهارة من مهاراته الفرعية لصالح التطبيق البعدى، كما أسفرت عن وجود فرق دال احصائيا عند مستوى معنوية (0.05) بين متوسطى درجات الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية فى التطبيقين القبلى والبعدى لمقياس تقدير الذات ككل وكل بعد من أبعاده الفرعية لصالح التطبيق البعدى، وقد أوصى البحث بتوظيف إستراتيجيات وأساليب تدريس حديثة لتنمية مهارات التفكير العليا مثل إستراتيجيات التفكير المتشعب والإهتمام بفئة العجز المتعلم بدراسة المشكلات التى تواجههم والعمل على حلها .

الكلمات المفتاحية: الاقتصاد المنزلى- التفكير المتشعب- التفكير الإيجابى - تقدير الذات - العجز المتعلم.

Summary of the research:

The objective of the current research is to identify the impact of a program in home economics based on divergent thinking strategies to improve positive thinking skills and the level of self-esteem among students with - learned helplessness in the secondary stage, and to achieve the objectives of the research, the descriptive approach and the experimental approach of one group were used, and the research sample consisted of (60 A student from the first and second grades at the Girls Institute of Mahalla Ziyad Secondary Al-Azhari, Samanoud Center - Gharbia Governorate, and the research tools included (a measure of learned helplessness prepared by (Nadia Ashour, 2014) - a test of positive thinking - a measure of self-esteem), and the results of the search revealed that there is a difference Statistically significant at a significant level (0.05) between the mean scores of female students with learned helplessness in the secondary stage between the pre and post applications of the positive thinking test as a whole and its sub-skills in favor of the post application. Learned deficit in the secondary stage between the pre and post applications of the self-esteem scale as a whole and its sub-dimensions in favor of the post application. Modern teaching strategies and methods to develop higher-order thinking skills such as divergent thinking strategies and paying attention to the learned helplessness category by studying the problems they face and working to solve them.

Keywords: Home economic- divergent thinking - positive thinking - self-esteem - learned helplessness.

المقدمة :

يعد إشباع الحاجات النفسية و الاجتماعية للفرد من الحاجات الأساسية التي لا غنى له عنها، لذا إهتم التربويون و النفسيون في العقود الاخيرة بدراسة العوامل التي تؤثر على فعالية و أداء الفرد مع من حوله و الصورة التي يرى بها ذاته لهدف تكوين أفراد قادرين على بذل الجهد اللازم في مجالات الحياه المختلفة للنهوض بمجتمعاتهم و يحتاج ذلك كله إلى تصحيح المسارات السلوكية الخاطئة التي تحول دون قدرة الفرد على الاندماج بمجتمعه و التي تنعكس سلبا على نظرتة لذاته .

ويعد تقدير الذات من الأبعاد المهمة للشخصية بل هو البعد الأكثر تأثيرا في السلوك ومن خلاله يمكن فهم الشخصية و السلوك الإنساني فهما صحيحا وواضحا، ولذا إهتم به كثير من الباحثين في دراستهم للعديد من المتغيرات مثل الاحداث الحياتية وجودة الحياه والتفاؤل والرضا عن الحياه والسعادة النفسية.

(سليمان إبراهيم، 2014: 14)

ووفقا لدراسة كل من (بسماء ادم، ياسر الجاجان، 2014)، (أحمد عبد الخالق، 2017، و(إسماعيل علوى، 2017) فإن تقدير الذات ينبئ بحب الحياة وإنه يكمل إدراك الفرد لجودة حياته وهذا يؤدي إلى التوافق والالتزان النفسي والقدرة على مواجهة المواقف الضاغطة والتفكير بإيجابية فى المواقف المختلفة، فالنجاح والإنجازات الهامة تعتبر من العوامل البارزة في زيادة تقدير الذات، وثقته بنفسه.

(قدوري الحاج، 2016: 20)

ولكى يحقق الإنسان النجاح ويعيش حياة متوازنة يجب أن يشمل التغيير طريقة تفكيره وأسلوب حياته ونظرتة تجاه نفسه والناس والأشياء والمواقف التى تحدث له والسعى الدائم إلى تطوير جميع جوانب حياته، والتفكير الإيجابى نمط من أنماط التفكير التى يرتقى بها الفرد وتساعد على استثمار عقله ومشاعره وسلوكه وقواه الكامنة وذلك من خلال التحكم فيه والسيطرة على طريقه تفكيره وجعلها تسير فى إتجاه إيجابى.

(بدرالانصارى، 2012: 9)

فالتفكير الإيجابي لا يقتصر على الشعور الذى ينتابك عند حدوث أمور طيبة فى حياتك، وإنما يعنى أيضا القدرة على الحفاظ على ذلك الشعور بالامل والحافز أيا كان ما يحدث لك ويختلف ذلك عن الشعور بالسعادة وهو ما قد يتغير وفقا للأحداث التى تعيشها، والتفكير بإيجابية طريقة للعيش وتكمن متعة التفكير الإيجابي فى إنه يتسرب لكل ركن فى الحياة ويجعل الحياة سعيدة ويؤثر على توجه الفرد بشأن كل شئ حدث فى الماضى كما يعنى ان يكون للفرد توجه صحى وواثق من الحاضر ومتفائلا بالمستقبل. (سوهاذفيلد، 2014: 14)

وأشار خبراء فن تنمية الذات إلى أن التفكير الإيجابي بداية الطريق للنجاح فحين يفكر الفرد بإيجابية فإنه يبرمج عقله ليفكر إيجابيا مما يؤدي إلى الأعمال الإيجابية ويسهم فى تحديد نمط معرفة المشكلات التى يواجهها الفرد ونمط التفكير اللازم لحلها أو أسلوب العمل اللازم لتنفيذ هذه الحلول فى الواقع.

(رعد مهدى وجميلة سهيل، 2019: 16-20)

ومن الظواهر النفسية التى ارتبطت بالدراسات الحديثة فى مجالى علم النفس المعرفى وعلم النفس الإيجابى العجز المتعلم والتى تنتشر بين طلاب المرحلة الثانوية إما لفشل متكرر فى الدراسة وإما لظروف أسرية صعبة فيدخل الطلاب الجامعة وهم يحملون أهداف ولا يستطيعون تحقيقها نتيجة للمحاولات الفاشلة المتكررة فى تحقيقها وبالتالي يركز الطالب على ذاته ويعتقد أن الذكاء ثابت وتحبطة مرات الفشل ولا يبذل أى مجهود للوصول إلى هدفه ويؤدى به إلى العجز المتعلم.

(رافع الزغول، رفعة حسن تايه، 2015: 539)

وقد بدأت ظاهرة العجز المتعلم على يد سليجمان بالدراسات المبكرة التى أجراها للكشف عن علاقة التعلم بالخوف لدى بعض الحيوانات حيث وضع سليجمان وماير المعطيات الأولى لنظرية العجز المتعلم وأثبتا ذلك بتطبيق تصميم تجريبى ثلاثى على مجموعة من الكلاب، فبينت النتائج أن المجموعة الأولى استسلمت ولم تحاول الهرب فى المرات اللاحقة حتى عندما كانت الفرصة سانحة لها، والسبب هو إعتقادها بعدم الجدوى من محاولات التخلص من المثير المؤذى، وبقيت تتحمل الصدمات الكهربائية

مدة من الزمن ولهذا استنتج سليجمان أن الكائنات الحية تشعر بعجزها عندما تتعرض لخبرة عدم القدرة على التحكم فى المثيرات المؤذية. Maier, (Seligman,1976:46) - (Dougall,2017:19)

والعجز المتعلم يمثل خطوة بالغة على العملية التعليمية حيث يخلق بيئة نفسية خصبة لإنتاج الأفكار السلبية التى تشعر الطلاب بحالة من الإحباط وقلة الحيلة وإنعدام القدرة على التحكم بالذات وفقدان الدافعية وضعف الثقة بالنفس والإستسلام واللامبالاة وعدم القدرة على تحمل المواقف الضاغطة مما يعيق عملية التعلم وبالتالي وجب ضرورة فهم العجز المتعلم بعمق والإلتفات إلى مصادره ومسبباته الشخصية والبيئية. (رائدة أبو عبيدة، 2021: 323-369)

ومن أكثر الأساليب نجاحا فى تغيير فكرة الفرد عن نفسه هو تعرضه للنجاح واستمراره فيه ويتطلب النجاح تنمية قدراته العقلية وتحسين إستراتيجيات تفكيره بتدريبه على إستراتيجيات تفكير متنوعة تمكنه من إستخدام قدراته وتنوع مهاراته العقلية مما يحقق له النجاح فى المواقف المختلفة فيشعر بالثقة فى قدراته ويرتفع تقديره لذاته، وفى ظل الإهتمام العالمى والاقليمى والقومى بالتعليم وفى ضوء إهتمام الدولة المصرية ببناء الإنسان المصرى لرؤيتها 2023 وفى ظل إهتمام القيادة السياسية فى مصر بالتعليم والبحث العلمى وتطوير المناهج وطرق التدريس التقليدية، لذلك ينبغى توظيف إستراتيجيات تدريسية حديثة تساعد على إعمال الفكر وإنتاج الأفكار الجديدة التى تؤدى إلى الفهم اذ تسعى إلى تفعيل دور الطلاب وحثهم على التفكير بكل أنواعه للوصول إلى إجابات مختلفة عن طريق استنارتهم بالأسئلة المتنوعة وإتاحة الفرص لهم لإبداء الرأى فى جو من الحرية والعمل على إسترسال الأفكار دون توقف مثل إستراتيجيات التفكير المتشعب، وقد زاد الإهتمام بإستراتيجيات التفكير المتشعب كنتيجة طبيعية للدراسات والبحوث التى أجريت حول العقل البشرى اذا كشفت عن أفاق جديدة للتدريس، تعمل على تحرير عقل الطلاب مع تدريبهم على سرعة الإستجابات الفعالة والمناسبة لطبيعة المواقف المختلفة.

(حنان محمد، 2018: 126)

وتساعد إستراتيجيات التفكير المتشعب على استبقاء النشاط الدماغى حيث يمتلك الدماغ البشرى السليم قدرات هائلة على الإبداع ولكى يظهر الدماغ هذه القدرات لا بد من إستعمال إستراتيجيات تدريس تعتمد على الدماغ التى بدورها ترفع كفاءة العقل البشرى وتتعدى مرحلة الإستيعاب إلى مرحلة تدريب العقل على سرعة إصدار إستجابات فعالة ومناسبة للموقف الذى يتفاعل معه، وإستراتيجيات التفكير المتشعب التى قدمها توماس كارديشيليو ويندى فيلد فى بحثهما الذى نشر عام 1997، إستراتيجيات تتميز بقدرتها على تحفيز حدوث وصلات جديدة بين الخلايا العصبية فى شبكة الأعصاب بالمخ كما تساعد على تشعب تفكير الطالب عن طريق فتح مسارات جديدة بالتفكير. (خديجة البلوشية، وآخرون، 2018: 240)

مشكلة البحث:

لقد نبغ الإحساس بالمشكلة من عدة منطلقات منها:

- من خلال ملاحظة الباحثة أثناء التربية العمليه فى مرحلة البكالوريوس فى المدارس الثانوية أثناء تدريس مادة الاقتصاد المنزلى إنخفاض مستوى تقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية، والنظرة التشاؤمية للمستقبل والإحساس بالعجز عن مواجهه الصعاب والمشكلات حاليا ومستقبلا سواء الدراسية أو الحياتية مما أثار لدى الباحثة الفضول للتعرف على أسباب تلك الظواهر النفسية السلبية لدى طالبات المرحلة الثانوية وهن فى عمر صغير ولم يتعرضن للمشكلات التى تجعلهن كذلك، وبدراسة تلك الظواهر والبحث حولها وحول أسبابها أظهرت الدراسات السابقة ضرورة دراسة ظاهرة العجز المتعلم والتعرف على أسبابها واتخاذ الاجراءات اللازمة لعلاجها مثل دراسة (محمود الفرحانى، 2009)، وقد أوصت العديد من الدراسات بأهمية تدريب المعلمين على خفض العجز المتعلم لدى الطلاب من خلال توظيف إستراتيجيات معرفية مناسبة مثل دراسة (صبحي الحارثى، 2020)، (مها نوير، 2021) وأهمية عقد دورات تدريبية للمعلمين عن تجنب المواقف التى يسلكها المعلمين والتى تسهم فى شعور الطلاب بالعجز المتعلم.

- نتائج الدراسة الاستطلاعية لمقياس العجز المتعلم إعداد (نادية عاشور، 2014) ومقياس تقدير الذات والتفكير الإيجابي (إعداد الباحثة) على عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمعهد فتيات محلة زياد الثانوى الأزهرى بمحلة زياد مركز سمونود محافظة الغربية، والتي أظهرت أن نسبة العجز المتعلم لدى الطالبات 54% وهى نسبة مرتفعة، ونسبة تقدير الذات 38% والتفكير الإيجابي 30% وهى نسبة منخفضة وهو ما أثبتته نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة (ياسمين حداد، 2000)، ودراسة (محمود جاد، 2004)، والتي أثبتت أن العجز المتعلم سببا فى ضعف تقدير الذات، كما أثبتت أن ذوى العجز المتعلم يفكرون تفكيرا سلبيا فى كل ما يحيط بهم.
- الاتجاهات الحديثة التى تدعو إلى الخروج من نطاق إستخدام أساليب التدريس التقليدية التى تعتمد على الحفظ والتلقين إلى إستخدام أساليب حديثة تجعل الطالب هو محور العملية التعليمية وتربط المعلومات بواقع حياته وخبراته السابقة.
- الاطلاع على نتائج الدراسات السابقة مثل الدراسات التى أكدت على أهمية إستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب فى التدريس ودورها فى تنمية العديد من المهارات مثل دراسة كل من (سامية عبد السلام، 2014)، (محمد أحمد، 2016)، (على الشمري، 2021)، (أحمد أحمد، 2022)، (سعادة الدراجى، 2022) الدراسات التى استخدمت التفكير المتشعب فى تدريس الاقتصاد المنزلى مثل دراسة (أرزاق اللوزى، 2012)، (فاطمة منصور، 2014).
- لا توجد دراسة عربية فى حدود علم الباحثة جمعت بين هذه المتغيرات بإستخدام برنامج فى الاقتصاد المنزلى قائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب لتحسين التفكير الإيجابي ومستوى تقدير الذات لدي الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية، ومن هنا ظهرت الحاجة للقيام بالبحث الحالى والذى تتحدد مشكلته فى السؤال الرئيس التالى: ما أثر برنامج فى الاقتصاد المنزلى قائم على إستراتيجيات

التفكير المنتشعب لتحسين مهارات التفكير الإيجابي ومستوى تقدير الذات لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية ؟
ويتفرع من هذا السؤال الرئيس الاسئلة الفرعية التالية:

1- ما مهارات التفكير الإيجابي المراد تحسينها لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية؟

2- ما أبعاد تقدير الذات المراد تحسينها لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية؟

3- ما أسس بناء برنامج فى الاقتصاد المنزلى قائم على إستراتيجيات التفكير المنتشعب لتحسين مهارات التفكير الإيجابي ومستوى تقدير الذات لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية؟

4- ما أثر برنامج فى الاقتصاد المنزلى قائم على إستراتيجيات التفكير المنتشعب على تحسين مهارات التفكير الإيجابي لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية؟

5- ما أثر برنامج فى الاقتصاد المنزلى قائم على إستراتيجيات التفكير المنتشعب على تحسين مستوى تقدير الذات لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية؟

أهداف البحث: هدف البحث الحالى إلى:

معالجة القصور فى مهارات التفكير الإيجابي ومستوى تقدير الذات لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية من خلال برنامج فى الاقتصاد المنزلى قائم على إستراتيجيات التفكير المنتشعب .

حدود البحث: يقتصر البحث الحالى على الحدود التالية:

حدود بشرية: طالبات المرحلة الثانوية الأزهرية (الصف الأول والثانى الثانوى) ذوات العجز المتعلم وعددهن (60) طالبة.

حدود مكانية: معهد فتيات محلة زياد الثانوى الأزهرى التابع لإدارة طنطا التعليمية بمركز سمند - محافظة الغربية.

حدود زمنية: الفصل الدراسى الثانى للعام الدراسى 2021/2022.

حدود موضوعية :

- اختبار التفكير الإيجابي بمهاراته (الشعور العام بالرضا، التوقعات الايجابية نحو المستقبل، الذكاء الوجداني).
- مقياس تقدير الذات بأبعاده (البعد الشخصي، البعد النفسى، البعد الاجتماعى).
- إستراتيجيات التفكير المتشعب وهى (إستراتيجية التفكير الافتراضى، إستراتيجية التفكير العكسى، إستراتيجية التحليل الشبكي، إستراتيجية الأنظمة الرمزية، إستراتيجية التكملة، إستراتيجية تحليل وجهة النظر، إستراتيجية التناظر) وقد تم توظيفها فى تنظيم وتدريب جلسات البرنامج.

أدوات البحث: فى ضوء مشكلة البحث وأهدافه وفروضه تم استخدام الأدوات التالية:

- اختبار التفكير الإيجابي .
(إعداد الباحثة)
- مقياس تقدير الذات.
(إعداد الباحثة)
- مقياس العجز المتعلم.
إعداد (نادية عاشور، 2014)

متغيرات البحث:

المتغير المستقل: برنامج فى الاقتصاد المنزلى القائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب.

المتغير التابع: تقدير الذات ، التفكير الإيجابى.

منهج البحث: استخدم البحث الحالى المنهجين التاليين:

المنهج الوصفى: للاطلاع من خلاله على الادبيات والدراسات السابقة والاستفادة منها فى بناء البرنامج وادوات البحث.

المنهج شبه التجريبي: الذي يعتمد على التصميم التجريبي الذى يقوم على المجموعة الواحدة، لقياس أثر البرنامج فى تحسين مهارات التفكير الإيجابى ومستوى تقدير الذات لدى عينة البحث قبل وبعد تطبيق البرنامج.

فروض البحث:

- يوجد فرق دال احصائيا عند مستوى معنوية (≥ 0.05) بين متوسطى درجات الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية فى التطبيقين القبلى والبعدى لاختبار التفكير الإيجابى ككل وكل مهارة من مهاراته الفرعية لصالح التطبيق البعدى.
- يوجد فرق دال احصائيا عند مستوى معنوية (≥ 0.05) بين متوسطى درجات الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية فى التطبيقين القبلى والبعدى لمقياس تقدير الذات ككل وكل بعد من أبعاده الفرعية لصالح التطبيق البعدى.

مصطلحات البحث:

إستراتيجيات التفكير المتشعب: تعد من إستراتيجيات التدريس الحديثة التى تسهم فى تحقيق متطلبات التعلم الجيد من خلال توسيع الشبكة العصبية للمخ، وما ينتج عنه من تشعب التفكير وفتح مسارات جديدة للتفكير، مما يساعد على إنتاج أفكار جديدة والحصول على المعلومات والبيانات التى تساعد فى التغلب على المشكلات التى تواجه المتعلمين عند التعلم.

التفكير الإيجابى: نمط من أنماط التفكير يزيد من تقييم الفرد إيجابيا لذاته فى ضوء إدراكاته لفاعليته فى حل المشكلات، ويقاس فى هذا البحث بالدرجة التى تحصل عليها الطالبة فى مقياس التفكير الإيجابى المعد للغرض المطلوب.

تقدير الذات: هو ماتعتقه الطالبة عن نفسها وهو التقييم الإيجابى أو السلبى للذات وكيف تشعر حيالها، فهو تقييم الفرد لنفسه وشعوره بالاحترام والقيمة والكفاءة، ويقاس فى هذا البحث بالدرجة التى تحصل عليها الطالبة فى مقياس تقدير الذات المعد للغرض المطلوب.

العجز المتعلم: هو حالة من الإستسلام للفشل نتيجة للإخفاقات المتكررة التى تعرض لها الفرد فى الماضى، واعتقاده انه لايستطيع النجاح فى كل زمان ومكان نتيجة لفشلة سابقا ولعدم ثقته فى قدراته وتفكيره السلبى عن نفسه، فيؤدى به إلى السلبية وفقدان

الثقة بالنفس والاكتماب، ويقاس في هذا البحث بالدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبة نتيجة إجابتها على المقياس الذي استخدمته الباحثة لهذا الغرض.

الإطار النظري للبحث:

المحور الأول: العجز المتعلم (learned- helplessness)

صيغ مفهوم العجز المكتسب في فترة الستينات والسبعينات من القرن العشرين عن طريق مارتن سيلجمان في جامعة بنسلفانيا عام 1965 حيث كان مارتن سيلجمان وزملاؤه يقومون بأبحاث حول الإشرط الكلاسيكي وفي حالة تجربة سيلجمان كان يرن جرساً ثم يعطي صدمة خفيفة للكلب وبعد عدة مرات رد الكلب على الصدمة حتى قبل حدوثها وذلك بمجرد أن سمع الكلب الجرس، كان رد فعله وكأنه قد صدم بالفعل ولكن حدث شيء غير متوقع، حين وضع سيلجمان (Seligman) كل كلب في صندوق كبير تم تقسيمه إلى الأسفل بسياج منخفض فإن الكلب يمكن أن يرى وأن يقفز فوق السياج إذا لزم الأمر و كانت الأرض على جانب واحد من السياج مكهربة ولكن ليس على الجانب الآخر من السياج، ثم وضع سيلجمان الكلب على الجانب المكهرب وأدار صدمة خفيفة، وتوقع أن يقفز الكلب إلى الجانب غير الصادم من السور بدلاً من ذلك، استلقى الكلاب وكان الأمر كما لو إنها تعلمت من الجزء الأول من التجربة إنه لا يوجد شيء يمكنها فعله لتجنب الصدمات، لذلك تخلت عن الجزء الثاني من التجربة وصف سيلجمان حالتها بإنها عجز مكتسب، أو عدم محاولة الخروج من وضع سلبي لأن الماضي علمك أنك عاجز، فبعدما وجد سيلجمان (Seligman) أن الكلاب لم تقفز السياج للهروب من الصدمة، حاول في الجزء الثاني من تجربته على الكلاب التي لم تكن من خلال جزء الإشرط الكلاسيكي للتجربة، حيث قفزت الكلاب التي لم تكن قد تعرضت سابقاً للصدمات بسرعة فوق السياج للهروب من الصدمات هذا ما أخبر سيلجمان (Seligman) أن الكلاب التي ترقد وعملت بلا حيلة قد تعلمت حقيقة العجز من الجزء الأول من تجربته

ومن ذلك نجد أن سيلجمان وجد أن الحيوانات التي تلقت صدمات كهربائية دون أن يكون لها القدرة على تجنبها أو الهروب منها كانت غير قادرة على التصرف في مواقف تالية يمكن تجنبها أو الهروب منها، ولتوسيع دلالة هذه النتائج بالنسبة للبشر وجد سيلجمان ومساعدوه أن دافعية الإنسان للمبادأة بالاستجابة تقل بنقص قدرته على التحكم فيما يحيط به .

مفهوم العجز المتعلم: هو سلوك مكتسب واستجابة شرطية تؤدي إلى إنخفاض في المجالات المعرفية والسلوكية والانفعالية والدافعية، تدعو المتعلم إلى الإنسحاب من الأنشطة وعدم بذل الجهد الكافي للتغلب على المشكلات الحياتية والدراسية وتشعره بالإتكالية وتدنى القيمة. (على الصباحيين، 2015: 89)

ويعرف أيضا بأنه: حالة من الاستسلام للفشل في مواجهة المشكلات وانخفاض المثابرة والتعامل بمستوى أقل مما تسمح به قدرات الأفراد في المواقف المختلفة، وتتكون تلك الحالة من خلال اعتقاد الفرد بضعف قدرته على السيطرة في المواقف المختلفة، وتوقعه الدائم للفشل فتتوقف محاولاته لانجاز المهام، الأمر الذي يؤدي إلى حالة من الشعور بالذنب وتدنى فاعلية الذات. (فدوى على، 2019: 285)

مصادر العجز المتعلم: قد يكون مصدره الظروف الخارجية وخاصةً تلك التي لا يستطيع التغلب عليها فالعجز الذي يقف فيه الفرد حائر أمام قسوة الظروف التي تواجهه يسمى بالموت قبل الموت.

(السيد الفرحاتي، 2010: 73)

وقد يأتي العجز من الآخرين من خلال الثقة بفرد آخر ويتعلق به ويضع فيه ثقته الكاملة ثم يفاجأ بالصدمة وخيبة الأمل التي تؤدي إلى الإحساس بالعجز. (Haral&Vala,2001: p45)

وقد يكون مصدره الذات، وذلك عندما تعجز عن تحقيق ماتريد الوصول إليه، إذا فشل الفرد في تحقيق أهدافه شعر بالتمزق والضياع فالعجز ملازم للإرادة الضعيفة. ويتفق ذلك مع دراسة (على عايد، 2016)، (بتول الناهي، وآية على، 2017).

أعراض العجز المتعلم :

إضطراب دافعي: عندما يتعلم الفرد العجز فإنه يتوقف عن التعلم من خلال حفظ الاستجابة تجاه المواقف الخارجية حيث تتخفف الدافعية لديه لاعتقاده بعدم امتلاكه القدرة على التحكم في نتائج استجابته، فلكل مثير ردة فعل، وهذه تخزن بالذاكرة كتراكيب متعلمة تسبب عجزاً في التعلم، فعندما يتوقع الفرد ان الاستجابة تكون مستقلة عن النتيجة فان الدافع للقيام بالاستجابة ينخفض وتتضاءل الدافعية. (مريم حمودة، شفيقة كحول، 2020: 432-455)

إضطراب معرفي: تضعف قدرة الفرد على التعلم وعدم قدرته الاستفادة من معطيات الوقت الذي يعترض له ليتحكم في النتائج فضلاً عن عدم تمكنه من إستخدام الخبرات السابقة وتوظيف التراكيب المعرفية لديه وتطويعها لتعلمه في المواقف المستقبلية ومن ثم فإنه يتوقع بأن نتائج استجاباته لايمكن التنبؤ بها خاصة إذا حاول استعاده التحكم بنتائج استجاباته وفشل في إعادتها بشكل إيجابي، ويتفق ذلك مع دراسة (حنان قادري، وأحمد قندوز، 2018)، (محمد عبد اللطيف، 2021: 154-186)

إضطراب سلوكي: وتكمن في تصرفات الفرد حيث يبدو عليه طابع الكسل والفتور والاعتمادية الزائدة والسلبية ويعبر عن العجز المتعلم سلوكياً بأنه نقص عدد الاستجابات ومحاولات التغلب على الفشل، فعند تعرض الفرد لحدوث فشل متكرر ولم يستطع فيها التحكم بنتائجه يضطرب سلوكه ويفضل الإنسحاب وعدم بذل الجهد وإستخدام وسائل إستجابة أقل كفاءة وأقل دافعية وعندما يخفق في تحقيق النتائج المرجوة أيضاً تنمو لديه سلوكيات العجز المتعلم وينخفض تقديره لذاته وينقل أثر الإخفاق في المهام المتشابهة مستقبلاً ويتفق ذلك مع دراسة كل من (شيماء السباعي، 2016)، (نجمة الزهراني، وأمانى إبراهيم، 2015)، (بتول الناهي، وآية على، 2017: 71-92)

إضطراب انفعالي: تظهر على الفرد إنفعالات سلبية متمثلة بالقلق والتعصب والاكتئاب فيظهر القلق والغضب كبداية الأعراض على العجز المتعلم عندما لا يستطيع الفرد التحكم في المواقف ثم يتحول إلى إنفعالات أعمق متمثلة بالإكتئاب عندما تتكرر الأحداث التي لا يستطيع السيطرة على نتائجها وعندما يحاول الفرد في بداية حدوث القلق تجاوزه والتغلب عليه محاولا إعادة السيطرة على المهام والمواقف ويكون لجانب القلق اتجاه سالب يؤدي إلى الاكتئاب المؤدي إلى العجز.

(سلوى عبد الغنى، وفاء عبد الجواد، 2019: 15-83)

سمات الأشخاص ذوي العجز المكتسب:

• **اللوم الذاتي:** الفرد العاجز يفرط في لوم نفسه عن أى حدث سلبي مهما كان تافها وأى نقد يوجه له يعتبره دليلا على عجزه وعدم قدرته على التحكم في النتائج.

• **قوة الاخرين:** اعتقاد الفرد بأن نجاحه وإنجازه لا يتم إلا بالإعتماد على شخص آخر أقوى منه فيستمد منه القوة وتظهر شخصيته. (Seligman,1998)

• **الحظ:** الاعتقاد في الحظ فيعتبر حسن الحظ هو أساس نجاحه وقدرته على التأثير والتحكم في نتائج استجاباته وبدون الحظ فهو معدوم القدره. (أمانى سالم، 2004: 140-141)

المحور الثاني: مفهوم التفكير المتشعب- (Neural Branching Thinking - NBT)

مجموعة الإجراءات والعمليات العقلية التي يقوم التلميذ من خلالها باستقبال و استيعاب و تنظيم المعرفة ودمجها في البنية المعرفية له والربط بينها وبين خبراته ومعارفه السابقة وتوظيفها بهدف حل موقف جديد بالنسبة له. (ابتسام عبد الفتاح، 2016: 167)

كما يعرف بأنه عملية ذهنية تسمح للمتعلم بالتححرر في اثناء حل المشكلات في اتجاهات متعددة ومنتوعة يستدل عليه من خلال تعدد الرؤى المختلفة وإنتاج أكثر من

حل لأحداث والمشكلات المطروحة من خلال إدراك العلاقات الجديدة والتركيب وإعادة التصنيف. (أحمد خطاب، 2018: 201-305)

سمات التفكير المتشعب: بعد إطلاع الباحثة على العديد من الدراسات منها دراسة (ميرفت آدم، 2008: 98)، (محمد شحاته، 2013: 25) لخصت سمات التفكير المتشعب فيما يلي: تفكير مرن يرتبط بعملية الإبداع، تفكير غير تقليدي، تفكير يعتمد على فلسفة وفكر نظريات الدماغ، تفكير يولد العديد من الأفكار والاستجابات المختلفة للموضوع.

مفهوم إستراتيجيات التفكير المتشعب (**divergent thinking strategies**): من إستراتيجيات التدريس الحديثة التي تسهم في تحقيق متطلبات التعلم الجيد، من خلال توسيع الشبكة العصبية للمخ، وما ينتج عنه من تشعب تفكير الطلاب وفتح مسارات جديدة للتفكير، مما يساعد على إنتاج أفكار جديدة والحصول على البيانات والمعلومات التي تساعد على حل المشكلات التي تواجه الطلاب.

(عبد الواحد

السنوسي، 2021: 973)

إيجابيات إستراتيجيات التفكير المتشعب: بعد الرجوع للعديد من الدراسات والكتابات التي تناولت إستراتيجيات التفكير المتشعب مثل: (حسين عطية، 2010)، (طاهر الحنان، 2013) حددت الباحثة إيجابيات إستراتيجيات التفكير المتشعب فيما يلي: خلق بيئة تعليمية ثرية تشجع التفكير الواسع وغير التقليدي في عملية التعلم، تفعيل دور التلميذ و المشاركة الايجابية له في مواقف التعلم حيث تجعل المتعلم محوراً للعملية التعليمية، تنمية التفكير والابداع حيث تساعد التلميذ على توليد أفكار جديدة تعينه على التكيف مع التغيرات الحادثة حوله ، مساعدة المتعلم على الانتقال من مرحلة اكتساب المعرفة إلى مرحلة توظيفها في استقصاء ومعالجة المشكلات الحقيقية.

دور المتعلم في إستراتيجيات التفكير المتشعب: بعد إطلاع الباحثة على دراسة (طاهر الحنان، 2013: 32-33)، (نورا محمد، 2013: 382) قامت بإيجاز أدوار المتعلم في إستراتيجيات التفكير المتشعب كالتالي: الاستجابة للأسئلة التي يبحثها

المعلم معه للوصول إلى النتائج، المناقشة وتبادل الأفكار للمساعدة على استبقاء المعلومات والمعرفة التي تم تحصيلها وتطبيقها في مواقف جديدة، إدراك الارتباطات والعلاقات بين المفاهيم والمبادئ والنظريات وتبسيطها لتنمية مهارات عقلية جديدة.

دور المعلم عند توظيف إستراتيجيات التفكير المتشعب: بعد الاطلاع على دراسة (أسامة الحنان، 2011)، (أسماء السروجي، 2018)، (أحمد خطاب، 2018)

لخصت دور المعلم عند توظيف إستراتيجيات التفكير المتشعب كالتالي:

التهيئة المناسبة للدرس، التنوع في استخدام الإستراتيجيات بما يناسب الموقف التدريسي، إتاحة الفرصة أمام المتعلمين للتفكير في المشكلة وتشجيعهم على النظر إليها من زوايا متعددة، إتاحة الفرصة أمام المتعلمين على الوصول إلى العديد من الإستجابات من خلال التشعب بتفكيرهم وإدراك العلاقات بين عناصر الموقف الواحد، استخدام الأسئلة التي تثير إهتمام المتعلمين.

إستراتيجيات التفكير المتشعب: حددت دراسة كلا من (ريم عبد العظيم، 2009: 32-112)، (أحمد إبراهيم، 2014: 116-165)، (فاطمة سعيد، 2014: 116)، (عبد الرازق محمود، 2014: 116-165)، (عادل أبو زيد، 2014: 103-154)، (حياة رمضان، 2016: 64) إستراتيجيات التفكير المتشعب فيما يلي:

إستراتيجية التفكير الافتراضي: تعتمد هذه الإستراتيجية على توجيه المعلم مجموعة من الأسئلة الافتراضية للطلاب مع مراعاة تتابع الأسئلة، وتكون هذه الأسئلة حافزا تشجع الطلاب على التفكير بقوة في الأحداث و الأسباب و العواقب والنتائج المترتبة عليها من أمثلة الأسئلة المحققة لهذه الإستراتيجية ما يلي:

- ماذا يحدث إذا ؟

- ما النتائج المترتبة على ظاهرة ؟

إستراتيجية التفكير العكسي (الانقلابي): هذه الإستراتيجية تعتمد على توجيه الطالب للبدء من النهاية، أو عكس الواقع الموجود، أو الخروج عن المؤلف أي بالنظر إلى الموقف أو الحدث بصورة معكوسة، من أمثلة الأسئلة المحققة لهذه الإستراتيجية ما يلي:

- لو عكسنا صفات شخصية معينة في القصة ، هل ستتغير نهاية القصة ؟
- لو حدث الموقف بشكل عكسي ، ماذا يمكن أن يحدث تبعاً لذلك ؟
- إستراتيجية الأنظمة الرمزية المختلفة:** تعتمد هذه الإستراتيجية على إستخدام الأنظمة الرمزية المختلفة بشكل مخالف في مواقف التعلم كرسوم خرائط أو خطوط أو صياغة معادلة توضح العلاقة بين المواقف و الأحداث، حيث أن قدرة الطالب على إستخدام الأنظمة الرمزية المختلفة للتعبير عن الموقف يدل على استيعابه لعناصر الموقف، وإدراك العلاقات بين أجزائه، والتعبير عنها بأسلوبه ،من أمثلة الأسئلة المحققة لهذه الإستراتيجية ما يلي:
- رسم خريطة أو خطوط تعبر عن تسلسل الأحداث والمواقف.
- رسم خريطة مفاهيم توضح العلاقة بين الأفكار الرئيسية والفرعية.
- إستراتيجية التناظر:** تقوم هذه الإستراتيجية على إعمال العقل لبحث وتوضيح العلاقات بين الأشياء والعناصر؛ للتعرف على أوجه التشابه والاختلاف، وتعتبر عملية البحث عن نقاط تناظر و اختلاف بين الأشياء عملية تتطلب إبداعاً عالياً حيث إن الإجابة على هذا النوع من الأسئلة يتطلب رؤية جديدة بين العناصر ، مما يتيح مزيداً من تشعب التفكير،من أمثلة الأسئلة المحققة لهذه الإستراتيجية ما يلي:
- ما أوجه التشابه والاختلاف بين شخصيتين ورد ذكرهما في النص المقروء.
- ما أوجه التشابه والاختلاف بين موقفين ورد ذكرهما في النص المقروء .
- إستراتيجية تحليل وجهة النظر:** من خلال الرجوع إلى الدراسات السابقة مثل دراسة (سامية عبد السلام،2014) وجد أن هذه الإستراتيجية تعتمد على تحليل التلميذ لوجهة نظره وذلك لتعميق التفكير فيها، والتأمل في صحتها ومعقوليتها ومناسبتها للموقف أو لحل مشكلة معينة، وينتج عن عملية التحليل أما قبول وتدعيم وجهة النظر، أو تعديلها، أو رفضها، ومن أمثلة الأسئلة المحققة لهذه الإستراتيجية:
- لو كنت مكان هذه الشخصية، كيف ستتصرف ؟
- ما أسباب رفضك أو قبولك لموقف ما ؟

إستراتيجية التكملة: تعتمد هذه الإستراتيجية على وجود دافع فطري طبيعي لدى الأفراد لإكمال الشيء غير المكتمل ، إن إكمال الأشياء يحث الطالب على التفكير في اتجاهات متعددة (يشعب تفكيره) لمحاولة إيجاد وتحديد علاقات بين العناصر الموجودة ، بحيث تساعده على معرفة العنصر الناقص، أو ايجاد علاقة بين الأحداث تساعده على التنبؤ بما يمكن حدوثه ،من أمثلة الأسئلة المحققة لهذه الإستراتيجية ما يلي:

- يكمل حدثاً أو موقف معين.

- يتوقع نهاية مناسبة لتسلسل أحداث معينة.

إستراتيجية التحليل الشبكي: تعتمد هذه الإستراتيجية على تنمية قدرة الطالب على إكتشاف العلاقات التي تربط بعض الأحداث والظواهر بروابط معقدة ومتشابكة ومتداخلة والتعبير عنها لتصبح أقل تعقيداً، واستنتاج الارتباطات بينها والعمل على تبسيطها، وتحديد طرق التداخل، من أمثلة الأسئلة المحققة لهذه الإستراتيجية ما يلي:

- حدد كيف ترتبط هذه الأحداث داخل النص المقروء ، كيف توصلت لذلك ؟

- ما العلاقة بين ما تعلمته في النص القرائي وبين معلوماتك السابقة ؟

المحور الثالث: التفكير الإيجابي (Positive Thinking)

مفهوم التفكير الإيجابي: هو حالة مزاجية إيجابية ينقلها الفرد عن نفسه للآخرين من حوله بتصرفاته إتجاه الأشخاص والأحداث ونظريته الحسنة للأمور وتفسيرها بطريقة يغلب عليها الجانب الجيد وإغفال الجانب السيئ .

(عفاف دانيال، 2018: 8)

هو نواة الإقتدار المعرفى والأداة الأكثر فاعلية فى التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها والتغلب على منحها وشدائدها، كما إنه ليس مجرد وسيلة أو منهجية بل هو توجه يعبئ الطاقات ويستخرج الامكانيات الحاضرة منها والكامنة من أجل العمل.

(مصطفى حجازى، 2020: 47)

أهمية التفكير الإيجابي :

1. يذهب عن الإنسان الأحاسيس السلبية أو المحبطة ويكون لدى الإنسان وقاية ضد المشاعر السلبية .

2. يساعد الإنسان على إدارة وتنظيم وقته بشكل إيجابي ويمارس هواياته بشكل يشعر معه بالرضا والسعادة الذاتية .

3. يجعل الإنسان متفائلاً و ناشراً للإيجابية والنجاح في الحياة بين الآخرين المحيطين به ،وواتفا بأن المستقبل يأتي بالافضل. (احمد عبدالحق ، 2009 : ١٠٤ - ١٠١)

4. عندما نفكر بإيجابية تتجذب إلينا المواقف الإيجابية والعكس عندما نفكر بطريقة سلبية فستجذب إلينا المواقف السلبية. (حافظ العمرى،2014 : 20)

السمات الشخصية للإيجابيين: أتفق كلا من (J. Connell ، Jackson,2012) (10 - p1، 2004، (رعد رزوقي وجميلة سهيل ،2018: 243)، (JohnKapeleris,2012,p22)، على بعض الخصال أو السمات المميزة للأشخاص الإيجابيين وتتمثل فيما يلي:

التوقع الإيجابي للأحداث والتركيز على الحلول عند مواجهة الصعوبات، زيادة القدرة على تحمل المسؤولية تحت مظلة الرغبة والتفاؤل والعطاء في الحياة، البحث عن الأداء المتكامل ورفض الفشل والهزيمة، التمتع بامتلاك أساليب متطورة مبتكرة تتناسب مع التطور الحاصل وإعطاء حلول ناجحة وحل المشكلات المحيطة به ولغيره وتقدير الحياه ورفض الهزيمة. (Stallad, Paul,2012 ,p12)

مهارات التفكير الايجابي :

حديث الذات: اتفق كلا من (محمود عطية ،2002: 110)، (ولاء خليل، 2012) على مفهوم حديث الذات بانه: حواراتٌ عقليةٌ يجريها الفرد بيئه وبين نفسه، يتناول فيها بعض الأفكار والقناعات التي يحدد من خلالها مكانته وقدرته على حل مشكلةٍ تواجهه، وكذلك توجيهه إلى عمله والتركيز عليه، وأن يصاحب الأفكار الإحساس القوي بمضمونها حتى يقبلها العقل الباطن، وأن تُكرر الأفكار عدة مراتٍ إلى أن تتبرمج تماماً.

التخيل: أن استخدام إستراتيجية التخيل تجعل الفرد يمر بخبرة حلّ الموقف على المستوى التصوري أو الذهني مسبقاً؛ الأمر الذي يقلّل من القلق المصاحب للموقف الاصيلي؛ لأنه كلما زاد تكرار ممارسة التخيل، زادت معه سيطرة الفرد على جوانب الموقف؛ باعتباره خَبْرَهُ أكثر من مرة.

(يوسف العنزى، 2008: 24)

التوقع الإيجابي: هو إعتقاد الفرد بالنجاح في أي عملٍ، الامر الذي يجعله يتمكن من إحداثِ النجاح، وبالرغم من أن هذا الأمر ليس سهلاً، إلا إنه مع التّدريب يستطيع أن يصبح محترفاً في توقّع الافضل والوصول إليه. (عفاف دانيال، 2018: 11)

أبعاد التفكير الإيجابي: بعد اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة مثل دراسة (سليجمان، 2009)، (عبد الستار إبراهيم، 2011)، لخصت أبعاد التفكير الإيجابي كالتالي:

1. التوقعات الإيجابية والتفاؤل، الشعور بالرضا.
2. الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا :وهي مهارات الشخص في توجيه انتباهه، وذكرياته، وقدراته على التخيل في اتجاهات سليمة، ومفيدة تتلاءم مع متطلبات الصحة النفسية.
3. حب التعلم والتفتح المعرفي الصحي :وهو ما يتميز به الفرد من اتجاهات إيجابية نحو إمكانيات التغيير، بما في ذلك من إهتمام بالمعرفة، وحب التعلم، والمعرفة بما هو جديد وملئم لتحقيق الصحة النفسية.
4. التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين :وهو تبني أفكار وسلوكات اجتماعية تدل على تفهم الاختلاف بين الناس كحقيقة، والدعوة إلى تشجيع الاختلاف، والنظر إليه بمنظور إيجابي متفتح .
5. السماحة والأريحية : وتعني تبني أفكار وسلوكات تنظر للماضي الذي عاشه الفرد بتسامح، بصفته أمر مضى وانقضى .

6. الذكاء الوجداني، التقبل غير المشروط للذات، تقبل المسؤولية الشخصية.

المحور الرابع: تقدير الذات (Self-esteem):

مفهوم تقدير الذات: هو تقييم موضوعي يضعه الفرد لنفسه يتضمن الثقة بالنفس والرضا عن الذات وتقبلها ظاهرا وباطنا والاعتزاز بالإنجازات واقتناع الفرد بان لديه القدرة على أن يكون ندا للآخرين.

(أبو بكر دبابي، 2016: 353-365)

العوامل المؤثرة في تقدير الذات :

العوامل الذاتية : وتشمل كلا من:

القدرة العقلية: حيث ينمو موقف الفرد من نفسه وتقييمه لذاته إذا كانت قدراته العقلية تمكنه من أن يقيم خبراته فالإنسان السوي ينمو لديه بصورة أفضل أما الإنسان غير السوي فهو لا يستطيع أن يقيم خبراته.

(حامد زهران، 2003: 293)

صورة الجسم: تتمثل في التطور الفسيولوجي مثل الحجم، سرعة الحركة، حركة التنافس العضلي ويختلف هذا حسب نوع الجنس، والصورة المرغوب فيها. (عبد الفتاح دويدار، 1999: 256)

العوامل الوضعية الشخصية: أما العوامل الوضعية فتتمثل خصوصا في الظروف التي يكون عليها الفرد أثناء قيامه بتقديره لذات، فقد تتضمن هذه الظروف مثلا تنبيهات معينة تجعل الشخص يراجع نفسه ويتفحص تصورات، ويقوم بتعديل اتجاهاته وتقديراته تجاه الآخرين. (طارق صولة، 2009: 65)

مستويات تقدير الذات:

تقدير الذات المرتفع (الإيجابي): يتمثل في الثقة بالنفس واحترام الذات وتقديرها .
تقدير الذات المنخفض (السلبي): يتمثل في إنعدام الثقة بالنفس وانتقاد الذات وعدم تقديرها

(Abed,2014,p126-136)

اعراض تدني تقدير الذات: الخوف من الفشل، النقد اللاذع، عدم الاستقلالية، الخجل.
(مريم سليم، 2003)

إجراءات البحث:

عينة البحث: تكونت عينة البحث الأساسية من طالبات المرحلة الثانوية الأزهرية (الصف الأول والثاني الثانوي) ذوات العجز المتعلم بمعهد فتيات محلة زياد الثانوي الأزهرى التابع لإدارة طنطا التعليمية بمركز سمند - محافظة الغربية، وعددهن (60) طالبة بمتوسط عمر (15,5) سنة ممن يعانون من ظاهرة العجز المتعلم حيث أنهم من نفس العمر وأيضاً في نفس المعهد، وحرصاً من الباحثة على تقديم البرنامج لعدد كبير من الطالبات حيث انها قدمت تهيئة عن البرنامج وأهميته مما زاد من شغف الطالبات للمشاركة فيه.

مبررات اختيار العينة: نتيجة الأطلاع على الدراسات السابقة مثل (نادية عاشور، 2014) أظهرت أن ظاهرة العجز المتعلم تظهر غالباً في المرحلة الثانوية، وهي فئة تحتاج لمن يتبناها ويعالجها نظراً للمشكلات العديدة التي تواجههن وقد حاولت الباحثة تقديم حل قد يساعد هذه الفئة على تحسين مهارات التفكير الإيجابي ومستوى تقدير الذات.

وبعد إطلاع الباحثة على الدراسات السابقة والبحوث في فئة العجز المتعلم تم اختيار مقياس (نادية عاشور، 2014) وكانت تستهدف عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة مثلي حيث استعانت بمقياس فرحاتي السيد محمود وعبد الله جاد محمود ونظرية مارتن سليجمان وتكون المقياس من 41 عبارة يجاب عنها بخمس بدائل (أوافق تماماً، أوافق، لا أوافق، لا أدري، لا أوافق تماماً) و كلما ارتفعت درجة الطالبة عن درجة الوسيط 82 دلت على شدة الخاصية (العجز المتعلم) وكلما قلت عن 82 اتجهت نحو الضعف. وكانت عينة البحث (227) مفردة والتي طبق عليها المقياس وكان المقياس يتمتع بدرجة صدق عالية من خلال التحكيم وكانت 66.6 ودرجة ثبات عالية حيث تبلغ قيمة ألفا كرومباخ 0.90

وقامت الباحثة بالاستعانة بهذا المقياس لأنه مناسب للبحث، وتم تطبيق المقياس على المرحلة الثانوية (الصف الأول والثاني والثالث الثانوي) وعددهن 200 طالبة، وبعد تطبيق المقياس وتصحيحة واستخراج الوسيط من الدرجات وكانت قيمة الوسيط (82)، وتم تحديد الطالبات الحاصلة على الدرجة أعلى من (82) وهن الطالبات ذوات العجز المتعلم، وتم استبعاد المجموعة التي حصلت على درجة أقل من (82) وهن المجموعة التي لاتظهر لديهن ظاهرة العجز المتعلم، وبالتالي أصبحت عينة البحث (60) طالبة من الصف الأول والثاني الثانوي ممن يعانون من العجز المتعلم.

الاعداد لاجراء تجربة البحث ، وتشمل:

اعداد البرنامج المقترح:

يهدف البرنامج بشكل عام الى تحسين مهارات التفكير الايجابي ومستوى تقدير الذات لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية (الصف الاولي والثاني) وفي ضوء ذلك تم ترجمة هذا الهدف العام الى أهداف سلوكية ترتبط بكل جلسة من جلسات البرنامج، بحيث تشتمل على الجوانب المعرفية والمهارية والوجدانية حيث تعد الأهداف العنصر الرئيس الذي يتم في ضوءه اختيار محتوى البرنامج وتحديد الطرق والاستراتيجيات التدريسية والوسائل التعليمية والانشطة وأساليب التقويم المناسبة.

واستند البرنامج إلى مجموعة من الاسس منها:

✓ أبعاد ومكونات تقدير الذات وهى البعد الشخصى، البعد النفسى ، والاجتماعى وأيضا التفكير الايجابي ومهاراته مثل الشعور بالرضا والنظرة الايجابية للمستقبل والذكاء الوجدانى والمنوط بالبرنامج تحسين كلا منهما للطالبات ذوات العجز المتعلم .

✓ استراتيجيات التفكير المتشعب والمتمثلة في استراتيجية التفكير الافتراضى، استراتيجية التفكير العكسى، استراتيجية التناظر، استراتيجية التكملة، استراتيجية الأنظمة الرمزية المختلفة، استراتيجية تحليل وجهات النظر، استراتيجية التحليل الشبكى والتي تساعد على توسيع رؤية ومدارك الطالبات وتشعب تفكيرهن.

✓ مجالات الاقتصاد المنزلى وتنوع موضوعاته الصحية والدينية والاجتماعية والنفسية والترفيهية والحياتية والتي استند إليها البرنامج فى تحسين مهارات التفكير الإيجابى ومستوى تقدير الذات للطالبات ذوات العجز المتعلم.

وقد تم وضع البرنامج فى صورة إحدى عشر جلسة تشمل استراتيجيات التفكير المتشعب والأنشطة والمواقف والوسائل التعليمية التى تساعد فى تحسين مهارات التفكير الإيجابى ومستوى تقدير الذات لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم، بعد تحديد محتوى البرنامج تم صياغته وتنظيمه وتقديمه فى صورة جلسات تعليمية، كل جلسة استغرقت حصتان دراسيتان من الجدول اليومى زمن كل منها (45) دقيقة وتمثلت فى حصة الاقتصاد المنزلى المتاحة للطالبات خلال الفصل الدراسى حيث كان معمل الاقتصاد المنزلى به بعض الوسائل التى ساعدت فى تقديم المحتوى مثل الداتا شو والأدوات التى ساعدت فى تنفيذ بعض الأصناف مثل الأطباق والأجهزة مثل الثلاجة والبوتجاز بالإضافة الى أن المعمل كبير وأمكن فيه تقسيم الطالبات إلى مجموعات وأيضاً جيد التهوية مما ساعد على القيام ببعض أنشطة الاسترخاء أثناء الجلسات، وقد اشتملت كل جلسة على موضوع ينتمى لمجالات الاقتصاد المنزلى فهو علم الحياه وبه من الموضوعات الشيقة التى ساعدت على تقديم

البرنامج والقيام بالكثير من الأنشطة العلمية والحياتية والترفيهية للطلاب والتي ساهمت بالكثير من تنفيذ إستراتيجيات التفكير المتشعب وساعدت أيضا مجالات الاقتصاد المنزلى عن أى مجال آخر على تحسين مهارات التفكير الايجابي ومستوى تقدير الذات لتنوع موضوعاته وارتباطها بحياة الطلاب ذوات العجز المتعلم لتغيير نظرتهم عن الحياة وتوسيع مداركهم وتعميق تفكيرهم، وتم بناء المحتوى واختيار الاستراتيجيات والأنشطة تبعاً لإحتياجات هذه الفئة (العجز المتعلم) لتحسين مهارات التفكير الايجابي ومستوى تقدير الذات لديهن.

(الجدول الزمني لجلسات البرنامج)

عنوان الجلسة	تاريخ التطبيق	الحصص المستغرقة	الزمن
الجلسة الأولى: بداية الرحلة.	2022/2/27	حصتان	90 دقيقة
الجلسة الثانية: العقل مورد بشري.	2022/3/4	حصتان	90 دقيقة
الجلسة الثالثة: التفكير السلبي يحجب الأفكار.	2022/3/11	حصتان	90 دقيقة
الجلسة الرابعة: صحتي ثروتى.	2022/3/18	حصتان	90 دقيقة
الجلسة الخامسة: كيف تصنع أسرة ناجحة.	2022/3/26	حصتان	90 دقيقة
الجلسة السادسة: علم ومهارة	2022/3/30	حصتان	90 دقيقة
الجلسة السابعة: كن كالساعة مستمر.	2022/4/6	حصتان	90 دقيقة
الجلسة الثامنة: أنت وشخصيتك.	2022/4/12	حصتان	90 دقيقة
الجلسة التاسعة: الوقت هو الحياة.	2022/4/19	حصتان	90 دقيقة
الجلسة العاشرة: السعادة قرار.	2022/4/25	حصتان	90 دقيقة
الجلسة الختامية: من الآن..... من فورك.	2022/4/30	حصتان	90 دقيقة

وبعد الانتهاء من إعداد البرنامج تم عرضه على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين فى مجال المناهج وطرق التدريس وعلم النفس بهدف ابداء آرائهم، وقد

تم إجراء التعديلات اللازمة مثل صياغة بعض الأهداف الإجرائية بحيث تصبح أكثر إرتباطا بموضوع الجلسة وخصائص الطالبات ذوات العجز المتعلم، وتعديل بعض الأنشطة بحيث تكون مناسبة للطالبات، وقد تراوحت نسبة اتفاق المحكمين بين (85.6% - 93.4%) وهى نسبة مقبولة وبذلك أصبح الدليل فى صورته النهائية صالح للتطبيق على عينة البحث.

إعداد أدوات البحث وضبطها: قامت الباحثة بإعداد أدوات البحث المتمثلة فى:
أولاً: إعداد اختبار مهارات التفكير الإيجابي: قامت الباحثة بإعداد اختبار كأداة من أدوات تقويم البرنامج صممت كوسيلة شاملة لقياس التفكير الإيجابي لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بأبعاده الثلاثة (الشعور العام بالرضا، التوقعات الايجابية نحو المستقبل، الذكاء الوجدانى) وقد مر إعداد الاختبار بالخطوات الآتية:

- **تحديد الهدف من الاختبار:** يهدف الاختبار إلى قياس التفكير الإيجابي لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بأبعاده الثلاثة (الشعور العام بالرضا، التوقعات الايجابية نحو المستقبل، الذكاء الوجدانى).
- **إعداد الصورة الأولية للاختبار:** وتشمل مايلى:

تحديد أبعاد الاختبار: تم تحديد أبعاد الاختبار من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة مثل مقياس (عبد الستار إبراهيم، 2008)، (على القریشى، 2012)، (منصورالسلمى، 2014)، (عفاف دانيال، 2018)، (إيمان أبو الغيط، 2020)، (ياسر الدليمى، 2021)، (مازن المطرفى، 2023) وقد قامت الباحثة بتعريفها اجرائيا كمايلى:

أولاً: الشعور العام بالرضا: شعور الفرد برضاه التام عن نفسه وشعوره بسعادة بتحقيق أهدافه وتعليمه وانجازها، وهو تقييم الفرد لنوعية الحياة التى يعيشها طبقا لافكاره ومعتقداته وقيمه والتى من خلالها يقارن الفرد ظروف حياته بالمستوى الامثل الذى يعتقده ويشمل الانجاز والانفتاح على الخبرة والتطلع نحو المستقبل.

ثانياً: التوقعات الايجابية نحو المستقبل: تلك التوقعات البناءة التى تستهدف تحقيق مكاسب فى مختلف جوانب حياة الشخص الاجتماعية والمهنية فى المستقبل.

ثالثا: الذكاء الوجدانى: ويعكس القدرة على التحكم بالانفعالات السلبية وكسب الوقت للتحكم فيها وتحويلها إلى انفعالات ايجابية وهزيمة القلق والاكتئاب وممارسة مهارات الحياة الاجتماعية بفعالية، والقدرة على فهم كيف يتفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة، والقدرة على الضبط الشخصى للمشاعر والافكار السلبية عند مواجهة مختلف التوترات وضغوط الحياة.

وقد تكون الاختبار فى صورته المبدئية من (32) سؤال موزعة على جميع الأبعاد وهى (11) للشعور العام بالرضا و(10) للتوقعات الايجابية فى المستقبل و(12) للذكاء الوجدانى.

تصحيح الاختبار: تم وضع مفتاح تصحيح لأسئلة الاختبار حيث تعطى (درجة) واحدة لكل اجابة صحيحة وتعطى (صفر) عند الاجابة الخطأ وبذلك تكون الدرجة الكلية للاختبار فى صورته الأولية هى (32) .

تعليمات الاختبار: قامت الباحثة بإعداد صفحة فى مقدمة الاختبار تتناول التعليمات الموجهة إلى الطالبة واستهدفت توضيح طبيعة الاختبار وطريقة الاجابة عليه وعلى الطالبة قراءة السؤال جيدا واختيار احدى الاجابات الثلاثة التى ترى إنها تنطبق عليها وبذلك يكون الاختبار جاهزا فى صورته النهائية وصالحا للتطبيق على العينة الأساسية للبحث.

ضبط الاختبار:

أولا: صدق الاختبار: يعرف الصدق بأنه قدرة الاختبار على قياس ماوضع لقياسة وقد تم حساب صدق المقياس كالتالى:

- **صدق المحكمين وصدق المحتوى للاوشى:** حيث تم عرض الاختبار فى صورته الأولية بعد صياغة الأسئلة والاجابات والتى بلغ عدد الأسئلة (32) سؤال على مجموعة من المتخصصين فى مجال المناهج وطرق التدريس وعلم النفس لابداء الرأى حول صلاحية الاختبار وقدرته على قياس ماوضع لقياسه، وقد أشار السادة المحكمون بحذف "أربع" أسئلة من الاختبار (1) من الشعور العام بالرضا و(2) من التوقعات الايجابية نحو المستقبل و(2) من الذكاء الوجدانى لعدم مناسبتهم

للهدف بالاضافة إلى تعديل بعض الأسئلة الاخرى من حيث الصياغة اللغوية مثل
(اذا وجدت معلومة اثرائية فى درس: إهتم بقراءتها، أتجاهلها، أطلع عليها).
واعتمدت الباحثة على معادلة لوشى (CVR) لحساب صدق كل سؤال من أسئلة
الاختبار:

$$\frac{ن و - 2/ن}{2/ن} = CVR$$

(Pear,c.et)

al,2018,p62

حيث أن (ن و) عدد المحكمين الذين وافقوا ، (ن) عدد المحكمين ككل.
وتم حساب نسبة اتفاق المحكمين على كل سؤال وذلك بإستخدام المعادلة الآتية:

$$\text{نسبة الاتفاق} = \frac{\text{عدد مرات الاتفاق}}{\text{عدد مرات الاتفاق} + \text{عدد مرات الاختلاف}} \times 100$$

(على خطاب،2000،ص

(465

وبالتالى كانت نسبة الاتفاق الكلية(95,30%)، وبلغ متوسط نسبة صدق المحتوى
لأوشى(3,5) وهى نسبة اتفاق مناسبة تدل على صدق المقياس.

- الصدق التميزى (صدق المقارنة الطرفية): تم حساب معامل الصدق التميزى
بطريقة المقارنة الطرفية بين متوسط درجات أعلى (27%) ومتوسط درجات أقل
(27%) من استجابات الطالبات على الاختبار وكانت النتائج كمايلى:

جدول (1)

حساب معامل الصدق التمييزي بطريقة المقارنة الطرفية بين متوسط درجات أعلى (27%) ومتوسط درجات أقل (27%) من استجابات الطالبات على اختبار مهارات التفكير الإيجابي

المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
مج. الدنيا	5	62.4	5.1	6.72	0.01
مج. العليا	5	82.5	4.6		

يتضح من الجدول السابق وجود فرق دال احصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطي درجات أفراد الفئة العليا والدنيا حيث كانت قيمة ت = (6.72) عند مستوى دلالة (0.01) وبذلك يكون المقياس مميزاً بين أفراد الفئة العليا والدنيا لصالح الفئة العليا مما يدل على أن المقياس صادق.

ثانياً: حساب ثبات الاختبار: تم حساب الثبات بطرق مختلفة منها:

- طريقة اعادة التطبيق: تم تطبيق الاختبار على عينة استطلاعية مكونة من (25) طالبة من طالبات الصف الأول والثاني الثانوي (2022/2021) ثم اعادة التطبيق بفاصل زمني أسبوعين من التطبيق الأول وحساب معامل الارتباط بينهما ويوضح الجدول التالي تلك النتائج:

جدول (2)

معاملات الارتباط بين التطبيق البعدي للاختبار واعداد التطبيق

البيان	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الشعور العام بالرضا	0.85	0.01
التوقعات الايجابية نحو المستقبل	0.95	0.01
الذكاء الوجداني	0.88	0.01
المجموع الكلي	0.89	

يتضح من الجدول السابق وجود ارتباط قوى بين درجات الطالبات على التطبيقين حيث بلغ معامل الارتباط بينهما (0.89) وهو معامل ارتباط دال عند مستوى معنوية (0.01) يدل على أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

• حساب الاتساق الداخلى للاختبار:

1. الاتساق الداخلى لمفردات الاختبار: تم التأكد من الاتساق الداخلى لمفردات

الاختبار وذلك بحساب الارتباط بين درجة كل عبارة فى البعد الفرعى والدرجة

الكلية لهذا البعد والجدول التالى يوضح ذلك:

جدول(3)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة فى البعد الفرعى والدرجة الكلية لهذا البعد

الذكاء الوجدانى		التوقعات الايجابية نحو المستقبل		الشعور العام بالرضا	
معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة
0.73	23	0.67	12	0.73	1
0.66	24	0.87	13	0.88	2
0.87	25	0.69	14	0.87	3
0.83	26	0.68	15	0.89	4
0.88	27	0.78	16	0.87	5
0.77	28	0.66	17	0.77	6
		0.85	18	0.67	7
		0.76	19	0.87	8
		0.86	20	0.66	9
		0.85	21	0.85	10
		0.89	22	0.87	11

2. الاتساق الداخلى للاختبار ككل:

جدول(4)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للاختبار.

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	البعد
دال عند 0.01	0.75	الشعور العام بالرضا
دال عند 0.01	0.83	التوقعات الايجابية نحو المستقبل
دال عند 0.01	0.93	الذكاء الوجدانى

وبناء على نتيجة الاتساق الداخلى لمفردات الاختبار فى الجدول السابق يتضح أن جميع مفردات الاختبار حصلت على معامل ارتباط دال عند مستوى دلالة (0.01) تراوحت بين (0.75 - 0.93) وبناء عليه لم يتم استبعاد أى من المفردات وبناء عليه فان الاختبار يتمتع بالاتساق الداخلى المناسب للتطبيق.

الصورة النهائية للاختبار: فى ضوء نتائج الصدق والثبات للاختبار أصبح الاختبار فى صورته النهائية ويتكون من بيانات الطالبة ثم تعليمات الاختبار يليها صفحات أسئلة الاختبار وعددها (28) سؤال وثلاث بدائل وعلى الطالبة أن تختار من بينها البديل الذى تراه مناسب.

ثانيا: مقياس تقدير الذات: (إعداد الباحثة)

مر إعداد المقياس بالخطوات الآتية:

- **تحديد الهدف من المقياس:** يهدف المقياس إلى قياس تقدير الذات لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية.
- **إعداد الصورة الأولية للمقياس:** لإعداد الصورة المبدئية للمقياس قامت الباحثة بالاجراءات التالية:

تحديد أبعاد المقياس: تم تحديد أبعاد المقياس من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة مثل دراسة (سايح زليخة، 2015)، (ايمان أبو الغيط، سوزان حجازى، 2018) وقد حددت الباحثة أبعاد تقدير الذات فى ثلاث أبعاد وهى: (البعد الشخصى، البعد النفسى، البعد الاجتماعى) وقد قامت الباحثة بتعريفها اجرائيا على النحو التالى:

أولاً: البعد الشخصى: ويعكس مدى شعور الفرد بقيمته الشخصية كإنسان وبجدارته فى أن يكون هو فلان وبكفاءته الشخصية بعيدا عن علاقته بالآخرين أو بأى شى آخر وتظهر فى مدى ثقة الفرد فى نفسه وشعوره باحترامه لذاته وتقبله لها وشعوره بالسعادة والتفاؤل والقدرة على أن يصل إلى ما يريد.

ثانيا: البعد النفسى: ويعكس كفاءة الفرد النفسية والشخصية وتتمثل فى قدرته على تحصيل المعرفة والاستفادة من الخبرة ورأيه فى نفسه كفرد ورضاه عن هذه النفس فتتمو ثقته بنفسه وقدراته وامكانياته.

ثالثاً: البعد الاجتماعي: ويعكس هذا البعد مدى تقييم الفرد وكفاءته فيما يتعلق بعلاقاته مع الآخرين من حيث قدرته على إقامة العلاقات وتنميتها والتوازنات الاجتماعية والحضور الاجتماعي والشعور بالمكانه والاحترام من قبل الآخرين. وقد تكون المقياس في صورته المبدئية من (50) عبارة موزعة على جميع الأبعاد وهي (17) للبعد الشخصي و(17) للبعد النفسى و(16) للبعد الاجتماعى.

نظام تدرج المقياس وتصحيحه: اتبعت الباحثة فى تقدير درجات المقياس نموذج ليكرت الثلاثى حيث تم تدرج المقياس على النحو التالى (تنطبق على - تنطبق على إلى حد ما - لا تنطبق على اطلاقاً) بحيث تدرج فى الاجابة من الأعلى إلى الأدنى حيث أن درجة العبارة الموجبة (3- 2- 1) والعبارة السالبة (1- 2- 3).

تعليمات المقياس: قامت الباحثة بإعداد صفحة فى مقدمة المقياس تتناول التعليمات الموجهة للطالبة واستهدفت توضيح طبيعة المقياس وطريقة الاجابة عنه وعلى الطالبة قراءة العبارة جيداً واختيار احدى تلك الاجابات الثلاثة التى ترى إنها تتفق معها وتأكدت الباحثة من خلال التطبيق على العينة الاستطلاعية أن تعليمات المقياس واضحة وبذلك يكون المقياس جاهزاً فى صورته النهائية وصالحاً للتطبيق على العينة الأساسية للبحث.

ضبط المقياس:

أولاً : صدق المقياس: يعرف الصدق بأنه قدرة المقياس على قياس ماوضع لقياسه وتم حساب صدق المقياس كالتالى:

• **صدق المحكمين وصدق المحتوى للاوشى:** حيث تم عرض المقياس فى صورته الأولية بعد صياغة جميع عباراته والتى بلغ عددها (50) عبارة على مجموعة من الأساتذة فى مجال المناهج وطرق التدريس وأصول التربية وعلم النفس لابداء الرأى حول صلاحية المقياس وقدرته على قياس ماوضع لقياسه .

وتم تجميع آراء السادة المحكمون على مقياس تقدير الذات للتعرف على مدى صلاحية مفرداته وقد أشار السادة المحكمون بحذف "خمس" عبارات من عبارات المقياس ثلاثة منهم من البعد الاجتماعى وواحدة من البعد الشخصى وواحدة من البعد النفسى

بالإضافة إلى تعديل بعض العبارات الأخرى من حيث الصياغة اللغوية مثل (من الصعب جدا أن أظن كما أن) وتعديلها إلى لدى قناعة بأننى شخص جدير بالاحترام. والعبارات التي حصلت على نسبة اتفاق أقل من 70% تم حذفها وأن العبارات مافوق 70% وأقل من 80% تم قبولها وتعديلها وأكثر من 80% تم قبولها وبالتالي تم تعديل العبارات وحذفها تبعا لأراء المحكمين، وبلغت نسبة الاتفاق الكلية (89,20) وهى نسبة مناسبة، أما نسبة صدق المحتوى لأوشى (2,1) وهى نسبة عالية.

- **الصدق التمييزى (صدق المقارنة الطرفية):** تم حساب معامل الصدق التمييزى بطريقة المقارنة الطرفية بين متوسط درجات أعلى (27%) ومتوسط درجات أقل (27%) من استجابات الطالبات على المقياس وكانت النتائج كمايلى:

جدول(5)

حساب معامل الصدق التمييزى بطريقة المقارنة الطرفية بين متوسط درجات أعلى (27%)

ومتوسط درجات أقل (27%) من استجابات الطالبات على مقياس تقدير الذات

المجموعات	العدد	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
مج. الدنيا	5	65.3	4.1	5.64	0.01
مج. العليا	5	84.2	3.9		

ينتضح من الجدول السابق وجود فرق دال احصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطى درجات أفراد الفئة العليا والدنيا حيث كانت قيمة ت = (5.64) عند مستوى دلالة (0.01) وبذلك يكون المقياس مميذا بين أفراد الفئة العليا والدنيا لصالح الفئة العليا مما يدل على أن المقياس صادق.

ثانيا: حساب ثبات المقياس:

تم حساب الثبات بطرق مختلفة منها:

- **طريقة اعادة التطبيق:** تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (25) طالبة من طالبات الصف الأول والثانى الثانوى (2022/2021) ثم اعادة التطبيق بفاصل زمنى أسبوعين من التطبيق الأول وحساب معامل الارتباط بينهما ويوضح الجدول التالى تلك النتائج.

جدول (6)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للمقياس

البيان	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الشخصي	0.9	0.01
البعد النفسى	0.85	0.01
البعد الاجتماعى	0.77	0.01
المجموع الكلى	0.87	

يتضح من الجدول السابق وجود ارتباط دال احصائيا عند مستوى معنوية (0.01) بين درجات الطالبات على التطبيقين الأول والثانى حيث بلغ معامل الارتباط بينهما (0.87) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

• حساب الاتساق الداخلى:

1. حساب الاتساق الداخلى لمفردات المقياس: تم التأكد من الاتساق الداخلى لمفردات المقياس وذلك بحساب الارتباط بين درجة كل عبارة فى البعد والدرجة الكلية لهذا البعد والجدول التالى يوضح ذلك:

جدول (7)

معاملات الاتساق الداخلى لمفردات مقياس تقدير الذات

البعد الاجتماعى		البعد النفسى		البعد الشخصى	
معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة
0.88	33	0.66	17	0.63	1
0.87	34	0.65	18	0.84	2
0.79	35	0.88	19	0.73	3
0.80	36	0.69	20	0.87	4
0.87	37	0.89	21	0.90	5
0.85	38	0.90	22	0.86	6
0.65	39	0.87	23	0.82	7
0.73	40	0.85	24	0.84	8
0.83	41	0.72	25	0.65	9

0.67	42	0.75	26	0.87	10
0.90	43	0.75	27	0.76	11
0.89	44	0.78	28	0.90	12
0.88	45	0.65	29	0.89	13
0.78	46	0.85	30	0.88	14
		0.87	31	0.86	15
		0.89	32	0.73	16

2. الاتساق الداخلي للمقياس ككل:

جدول (8)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات

البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الشخصي	0.85	دال عند 0.01
البعد النفسي	0.93	دال عند 0.01
البعد الاجتماعي	0.76	دال عند 0.01

وبناء على نتيجة الاتساق الداخلي لمفردات المقياس في الجدول السابق يتضح أن جميع مفردات المقياس حصلت على معامل ارتباط قوى مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق .

تصحيح المقياس: يتبع هذا المقياس في الاستجابة على عباراته تدرج ليكرت الثلاثي حيث تقدر الاستجابة من ثلاث نقاط تعطى تقديرات من ثلاث نقاط لكل عبارة (3 - 1) ويعطى المقياس درجة كلية من (46 - 138) وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى تقدير الذات لدى الطالبة بدرجة كبيرة بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض مستوى تقدير الذات لدى الطالبة.

الصورة النهائية للمقياس: في ضوء نتائج الصدق والثبات للمقياس أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من بيانات الطالبة ثم تعليمات المقياس يليها صفحات عبارات المقياس وعددها (46) عبارة موزعة على ثلاث استجابات وعلى الطالبة أن تختار من بينها الاستجابة التي تنطبق عليها بوضع علامة (√) تحت الخانة التي تنطبق عليها.

نتائج البحث:

التحقق من صحة الفرض الأول: ينص الفرض الأول على إنه: يوجد فرق دال احصائياً عند مستوى معنوية (≥ 0.05) بين متوسطى درجات الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية فى التطبيقين القبلى والبعدى لاختبار التفكير الإيجابى ككل وكل مهارة من مهاراته الفرعية لصالح التطبيق البعدى. ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (T-test) للمتوسطين المرتبطين لحساب ومعرفة دلالة الفرق بين التطبيقين القبلى والبعدى للاختبار ككل وكل مهارة من مهاراته الفرعية ، ويتضح ذلك من الجدول التالى:

جدول (9)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفرق بين متوسطى درجات الطالبات ذوات العجز المتعلم فى التطبيقين القبلى و البعدى لاختبار التفكير الإيجابى ككل ومهاراته الفرعية ن=60

مستوى الدلالة	قيمة ت	درجات الحرية ن-1	التطبيق البعدى		التطبيق القبلى		البيان المهارات
			الانحراف المعيارى	المتوسط	الانحراف المعيارى	المتوسط	
0.05	33.753	59	0.220	8.033	1.054	1.800	الشعور العام بالرضا
0.05	29.078	59	0.986	6.900	1.158	1.250	التوقعات الايجابية نحو المستقبل
0.05	40.453	59	0.965	8.316	1.065	1.316	الذكاء الوجدانى
0.05	39.049	59	1.766	25.616	2.571	10.383	الدرجة الكلية للاختبار

يتضح من الجدول السابق وجود فرق دال احصائياً بين متوسطى درجات التطبيقين القبلى والبعدى للطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية على اختبار مهارات التفكير الإيجابى ككل وكل مهارة من مهاراته الفرعية قبل وبعد تطبيق البرنامج حيث

كانت قيمة (ت) دالة احصائيا عند مستوى معنوية (0.05) وهذا الفرق دال لصالح التطبيق البعدي.

وللتأكد من فاعلية البرنامج قامت الباحثة بحساب قوة تأثير البرنامج (ايتا2) على المتغير التابع (التفكير الإيجابي) وذلك بعد التأكد من وجود فروق دالة احصائيا بين التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التفكير الإيجابي وجدول (18) التالي يوضح قوة تأثير البرنامج في تحسين مهارات التفكير الإيجابي للطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية (عينة البحث).

جدول (10)

قوة تأثير البرنامج في تحسين مهارات التفكير الإيجابي.

الأبعاد	درجات الحرية ن-1	قيمة "ت" الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة مربع إي (² n)	%	قوة التأثير) دلالة حجم التأثير
الشعور العام بالرضا	59	33.753	0.05	0.95	95%	كبيرة
التوقعات الاجيابة نحو المستقبل	59	29.078	0.05	0.93	93%	كبيرة
الذكاء الوجداني	59	40.453	0.05	0.96	96%	كبيرة
الاختبار ككل	59	39.049	0.05	0.96	96%	كبيرة

يتضح من الجدول أن قيمة حجم الأثر الناتج عن استخدام البرنامج تراوحت بين (7.3 - 9.7) وبمقارنة هذه القيم بالجدول المرجعي لتحديد مستوى حجم التأثير حيث أن (2ضعيف، 5متوسط، 8 فأكثر كبير). (رضا عسر، 2003: 672) نجد أن تأثير البرنامج في تحسين مهارات التفكير الإيجابي ذو تأثير كبير.

تفسير ومناقشة النتائج الخاصة باختبار مهارات التفكير الإيجابي: أظهرت النتائج أن البرنامج القائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب له أثر دال احصائيا في تحسين مهارات التفكير الإيجابي للطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية، كما أظهرت

قوة تأثير البرنامج بالنسبة لكل بعد من أبعاد التفكير الإيجابي (الشعور العام بالرضا - التوقعات الايجابية نحو المستقبل - الذكاء الوجداني).
وتفسر الباحثة هذه النتائج بالأتي:

1. طبيعة إستراتيجيات التفكير المتشعب والأساليب والأنشطة التي اتبعت في تنفيذ جلسات البرنامج ،حيث تم التركيز في الجلسات على الحوار والمناقشة والعصف الذهني وتحليل وجهات نظر الطالبات وإستخدام عمليات المقارنة وإيجاد أوجه التشابه والاختلاف وغيرها من إستراتيجيات التفكير المتشعب فضلا عن طريقة عرض وإستخدام الإستراتيجيات فهي تساعد الطالبات على تشعب تفكيرهن وأرائهن في الموضوعات المختلفة بالاضافة إلى بعض الأمور التي تم مراعاتها وقد تكون لها أثر واضح في الوصول لتلك النتائج وهي:

2. أسلوب عرض وتقديم الموضوعات داخل البرنامج تميز بالوضوح والبساطة فضلا عن تعلقها بمشكلات واقعية مما ساعد في اقبال الطالبات وزيادة دافعيتهن للتعرف على موضوعات البرنامج .

3. عرض أسئلة التفكير المتشعب في صورة مشكلات ساعد الطالبات على ايجاد حلول وهذا جعلهن يفكرن بشكل مختلف عن أنفسهن كما في إستراتيجية التفكير الافتراضى التي تجعلت الطالبات يتخيلن أنفسهن في المواقف وبالتالي وصلن إلى حلول مختلفة ايجابية بالاضافة إلى حديث الذات كما في إستراتيجية التفكير العكسى والتي يتم فيها عكس الموقف على الطالبة وبالتالي تحدث نفسها عن الموقف بشكل متكرر وإيجابي.

4. موضوعات البرنامج المختلفة والتي هن بحاجة اليها جعلت تفكيرهن يتجه من السلبى إلى الإيجابي وقيامهن بالانشطة المختلفة من مجالات الاقتصاد المنزلى ساعدهن على الخروج بتفكيرهن إلى المجتمع من حولهن.

5. ربط الموضوعات بالجانب الدينى والصحى والاجتماعى والنفسى والفكرى ساعد على أن يكون البرنامج مؤثرا في الطالبات لتناوله جميع احتياجات الطالبات.

6. خطوات وطريقة عرض إستراتيجيات التفكير المتشعب ساعدت الطالبات على التفكير بشكل ايجابي من خلال عرض بعض المشكلات السلبية وايجاد حلول لها كما في استراتيجية التكملة والتحليل الشبكي.

7. ساعدت إستراتيجيات التفكير المتشعب وخاصة رسم بعض المخططات في توضيح آرائهن ساعدهن على التعبير بحرية عن أفكارهن وبشكل ايجابي كما في إستراتيجية الأنظمة الرمزية المختلفة.

التحقق من صحة الفرض الثاني: ينص الفرض الثاني على:

يوجد فرق دال احصائيا عند مستوى معنوية ($0.05 \geq$) بين متوسطى درجات الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية فى التطبيقين القبلى والبعدى لمقياس تقدير الذات ككل وكل بعد من أبعاده الفرعية لصالح التطبيق البعدى .
ولاختبار صحة هذا الفرض تم إستخدام اختبار (T-test) للمتوسطين المرتبطين لحساب ومعرفة دلالة الفرق بين التطبيقين القبلى والبعدى للمقياس ككل وأبعاده الفرعية ، ويتضح ذلك من الجدول التالى:

جدول(11)

اختبار(ت) لدلالة الفرق بين متوسطى درجات الطالبات ذوات العجز المتعلم فى التطبيقين القبلى و البعدى لمقياس تقدير الذات ككل وأبعاده الفرعية.

مستوى الدلالة	قيمة ت	درجات الحرية ن-1	التطبيق البعدى		التطبيق القبلى		الابعاد
			الانحراف المعيارى	المتوسط	الانحراف المعيارى	المتوسط	
0.05	42.185	59	4.522	42.483	5.478	24.55	الشخصى
0.05	24.751	59	4.758	42.116	5.763	26.266	النفسى
0.05	29.647	59	4.879	36.016	5.036	23.70	الاجتماعى
0.05	19.964	59	14.242	93.533	22.703	67.38	الدرجة الكلية للمقياس

يتضح من الجدول السابق وجود فرق دال احصائيا بين متوسطى درجات التطبيقين القبلى والبعدى للطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية على مقياس تقدير الذات ككل وكل بعد من أبعاده الفرعية قبل وبعد تطبيق البرنامج حيث كانت قيمة (ت) دالة احصائيا عند مستوى معنوية (0.05) وهذا الفرق دال لصالح التطبيق البعدي.

وللتأكد من فاعلية البرنامج قامت الباحثة بحساب قوة تأثير البرنامج (ايتا2) على المتغير التابع (تقدير الذات) وذلك بعد التأكد من وجود فروق دالة احصائيا بين التطبيقين القبلى والبعدى لمقياس تقدير الذات وجدول (20) التالى يوضح قوة تأثير البرنامج فى تحسين تقدير الذات للطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية (عينة البحث).

جدول (12)

قوة تأثير البرنامج فى تحسين تقدير الذات.

الأبعاد	درجات الحرية ن - 1	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	قيمة مربع اى (² n%)	قوة التأثير (d)	دلالة حجم التأثير
البعد الشخصى	59	42.185	0.05	0.96	96%	كبيرة
البعد النفسى	59	24.751	0.05	0.91	92%	كبيرة
البعد الاجتماعى	59	29.647	0.05	0.93	95%	كبيرة
المقياس ككل	59	19.964	0.05	0.90	94%	كبيرة

يتضح من الجدول السابق أن قيمة حجم الأثر الناتج عن استخدام البرنامج تراوحت بين (8.1 - 9.7) وبمقارنة هذه القيم بالجدول المرجعى لتحديد مستوى حجم التأثير حيث أن (2ضعيف، 5متوسط، 8 فأكثر كبير)، (رضا عسر، 2003: 672) نجد أن البرنامج فى تحسين مستوى تقدير الذات ذو تأثير كبير.

تفسير ومناقشة النتائج الخاصة بمقياس تقدير الذات: أظهرت النتائج أن البرنامج القائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب له أثر ايجابى فى تحسين مستوى تقدير الذات للطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية، أظهرت النتائج قوة تأثير

البرنامج بالنسبة لكل بعد من أبعاد تقدير الذات (البعد الشخصي- البعد النفسى - البعد الاجتماعى).

وتفسر الباحثة هذه النتائج بالآتى:

1. محتوى البرنامج تميز بتناولة للموضوعات الواقعية والمشكلات التى ساعدت الطالبات على مناقشة وابداء آرائهن فى حلها وتحليل هذه المشكلات وعرض وجهات نظرهن فيها مما ساعد على ايجاد حلول فعالة للمشكلات وبالتالي رفع مستوى تقدير الذات لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم.

2. تنظيم المحتوى وتدریسة بإستراتيجيات التفكير المتشعب وإستخدام الأنظمة الرمزية المختلفة ساعد الطالبات على توضیح آرائهن وكتابتها والتعمق فى التفكير فيها وتشعب تفكيرهن إلى المجتمع ايضا.

3. توفير بيئة تعليمية يسودها الأمن النفسى وتوفير فرص متعددة لابداء الرأى والمشاركة أثناء الجلسات أضفى على البرنامج المرونة وجعل الطالبات فى نشاط مستمر لابداء الرأى وعرض المقترحات المناسبة لحل المشكلات مما ساعدهم على التحليل الكلى للمشكلات وتزويد ثقتهم بأنفسهن.

4. تنوع الأنشطة المختلفة الرياضية وبعض تمارين اليوغا ساعد الطالبات على الانطلاق والتواصل مع بعضهن البعض . بالاضافة إلى عمل بعض الاصناف الغذائية والعناية بالصحة ساعد الطالبات على ادراك الجوانب الصحية والجمالية داخلهن وبالتالي يزيد من تقدير الذات.

5. تنوع أساليب التقويم مابين الأسئلة الشفهية والتحريرية ساعد على عمل تغذية راجعة للطالبات والتنافس فيما بينهن وزيادة انتباههن .بالاضافة إلى أساليب التعزيز المختلفة والتي من أهميتها تزيد دافعية الطالبات نحو الجلسات وزيادة ثقتهم بأنفسهن.

6. طبيعة إستراتيجيات التفكير المتشعب وما يرتبط به من حرية الإجابة واصدار العديد من الاستجابات والاستثارة الدائمة للطالبات ، حيث لوحظ شغف الطالبات لها واقبالهن على التفاعل معها خاصة الإستراتيجيات التي توجههن إلى التفكير

الافتراضي والخروج عن الاطار الواقعي والتفكير في عكس المؤلف أو الموجود، هذا بدوره منح الطالبات التفكير الحر المنطلق والبعد عن القيود والاستظهار للمعرفة، وكذلك الإستراتيجيات المتعلقة بالتعبير عن وجهات النظر وتحليل أفكارهن وتحديد العلاقات بين عناصر الموضوع، وابتكار علاقات جديدة وتحديد نقاط التشابه والاختلاف بين عناصر الموضوع.

وتتفق نتائج البحث الحالي مع نتائج أبحاث ودراسات أخرى اثبتت فاعلية إستراتيجيات التفكير المتشعب في تنمية وتحسين متغيرات أخرى مثل دراسة (lee,2004)، (تهانى سليمان،2014)، (أحمد عبد المجيد،2015)، (محمد أحمد،2016)، (حياة رمضان،2016)، (وجدان عيسى،2017)، (جهاد خليفة،2018)، (صبرى الجيزاوى،2019)، (نوفل كريم،2021)، (على الشمري،2021)، (أحمد أحمد،2022)، (سعادة الدراجى،2022) .

تعليق عام على نتائج البحث: أظهرت النتائج أن البرنامج القائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب له أثر ايجابي فى تحسين مهارات التفكير الإيجابي للطالبات بالمرحلة الثانوية نوات العجز المتعلم بعد تطبيق البرنامج للاختبار ككل وأبعادة الفرعية (الشعور العام بالرضا، التوقعات الايجابية نحو المستقبل، الذكاء الوجدانى) لصالح التطبيق البعدى.

أظهرت النتائج أن البرنامج القائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب له أثر ايجابي فى تحسين مستوى تقدير الذات لدى الطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الثانوية بعد تطبيق البرنامج للمقياس ككل وأبعادة الفرعية (البعد الشخصى، البعد النفسى، البعد الاجتماعى) لصالح التطبيق البعدى.

توصيات البحث: فى ضوء النتائج التى أسفر عنها البحث الحالى يمكن تقديم مجموعة من التوصيات:

- ضرورة إهتمام المشرفين التربويين بخلق بيئات تعلم نشطة للطلبة من خلال حث المعلمين على إستخدام إستراتيجيات تعليم حديثة تزيد من تفاعلهم ومشاركتهم وتشعب تفكيرهم كإستراتيجيات التفكير المتشعب.

- اصدار قرار وزارى من وزارة التربية والتعليم بتطبيق مقياس العجز المتعلم على الطلاب بجميع المراحل فى بداية كل هام دراسى وذلك لمعرفة الطلاب الذين يمتلكون عجزا والحاقهم ببرامج تربوية تستهدف خفض حدة العجز المتعلم لديهم.
- إلقاء مزيد من الضوء على موضوع العجز المتعلم كونه من الموضوعات التي تؤثر على الحياة النفسية للفرد بشكل عام وما يتبعه من نتائج تؤثر على التحصيل الأكاديمي لدى الطلبة بشكل خاص.

البحوث المقترحة: فى ضوء نتائج البحث الحالى يمكن التوصية بمزيد من الدراسات والبحوث المستقبلية التالية:

- إجراء دراسات تبحث فاعلية إستراتيجيات التفكير المتشعب في تحسين متغيرات أخرى، كالتحصيل، التفكير بأنواعه، انتقال أثر التعلم، التعلم العميق لبيان أثرها على هذه المتغيرات.
- إجراء دراسات مقارنة بين فاعلية إستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب وغيرها من طرائق التدريس الحديثة.
- برنامج قائم على نظرية تريبز لتنمية الثقة بالنفس لدى الطلاب ذو العجز المتعلم.
- إستخدام التعليم المستند للدماغ فى تنمية متغيرات مثل التحصيل وحل المشكلات والتفكير الابداعى والتفكير المتشعب.
- إستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب مع بعض المتغيرات النفسية الاخرى مثل الثقة بالنفس والضعوط الحياتية.
- فاعلية إستراتيجية تسلق الهضبة فى تدريس الاقتصاد المنزلى على تنمية القدرة على حل المشكلات لطالبات المرحلة الإعدادية نوات العجز المتعلم.

المراجع:

- إبتسام عز الدين عبد الفتاح (2016 م):فاعلية إستخدام است ا رتيجية الخ ا رط الذهنية لتدريس الرياضيات في تنمية مها ا رت التفكير المتشعب لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية . مجلة تربويات الرياضيات - مصر،ع(2)،مج(19)،147- 193.

- إبراهيم خضارى عوض (2017): تأثير إستخدام الالعاب التعليمية الالكترونية فى تدريس التاريخ لتنمية مهارات التفكير المتشعب والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية البنات للاداب،جامعة عين شمس.
- أبوبكر دبابى (2016) 0مستوى تقدير الذات لدى معلمي المرحلة الابتدائية،" مجلة العلوم النفسية والتربوية، م(3)، ع(2)، 365-353.
- أحمد سمير عبد الحق (2009):دراسة إستراتيجية المواجهة وعلاقتها بكل من الذكاء الوجداني وبعض سمات الشخصية ، جامعة الزقازيق ، كلية التربية ، قسم علم النفس التربوي ، مصر.
- أحمد سيد إبراهيم، عبد الرازق مختار محمود، فاطمة محمد محمد سعيد (2014) :فاعلية برنامج قائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب لتنمية مهارات الفهم القرائي الابداعي وبعض عادات العقل المنتج لدى طلاب الصف الأول الثانوي . مجلة كلية التربية بأسيوط - مصر ، ع(4)، مج(30)، 116-165.
- أحمد عبد المجيد (2015 م) :أثر إستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب في تدريس التفاضل والتكامل على مهارات التعلم المنظم ذاتياً وتقدير القيم الرياضية لدى الطلاب -المعلمين بكلية التربية . المجلة التربوية - الكويت ، مج(30)ع(117) ، ص 481-561.
- أحمد على خطاب(2018):أثر إستخدام مدخل التدريس المتمايز فى تدريس الرياضيات على تنمية مهارات التفكير المتشعب والمهارات الإجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ،بحوث ومقالات، الجمعية المصرية لتربويات الرياضيات ،مج21، ع2، ص ص 201-305.
- أحمد محمد عبد الخالق (مارس 2017) :السعادة وتقدير الذات بوصفهما منبئات بحب الحياة لدى عينة من المراهقين، مجلة الطفولة العربية المجلد 18 ، العدد 70 ، ص 29-42.

- أحمد وهبى حسين أحمد(2022):فعالية برنامج تدريبي قائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب لتنمية المهارات المهنية لطلاب الخدمة الاجتماعية،دكتوراه مجالات الخدمة الاجتماعية،مجلة القاهرة للخدمة الاجتماعية،العدد37.
- أرزاق محمد اللوزى(2012) :فعالية تدريس الاقتصاد المنزلى بإستخدام كل من استراتيجيتى التفكير المتشعب وخرائط التفكير فى تنمية عادات العقل والتوافق مع مشكلات الحياة اليومية لطالبات المرحلة الإعدادية ،رسالة دكتوراه غير منشورة،كلية الاقتصاد المنزلى ،جامعة حلوان.
- أسامة محمود الحنان(2011):فاعلية إستخدام التفكير المتشعب لتدريس الرياضيات فى تنمية مهارات البرهان الرياضى والاتجاه نحو التعلم التعاونى لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ،رسالة ماجستير،غير منشورة،كلية التربية،جامعة أسيوط.
- أسماء سامى السروجى(2018):فاعلية إستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تنمية حل المشكلات الرياضية الحياتية والاتجاه نحو المادة لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ،المؤتمر العلمى السنوى السادس عشر ،تطوير تعليم وتعلم الرياضيات لتحقيق ثقافة الجودة ،الجمعية المصرية لتربويات الرياضيات،ص 561-569.
- أمانى سعيدة سالم (2004): أثر برنامج لتنمية مكونات ماوراء التعلم على دافعية المثابرة و التحصيل لدى الطالبات ذوات العجز المكتسب عن التعلم ، مجلة دراسات عربية ، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، المجلد 3، العدد 2،ابريل ، ص ص107-178.
- إيمان على أبو الغيط (2020):برنامج تعليمى مقترح قائم على الدمج بين إستراتيجية التخييل الموجه والتعليم الالكترونى وأثره فى تنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلى،مجلة بحوث عربية فى مجالات التربية النوعية،العدد 20.

- إيمان على أبو الغيط، سوزان السيد حجازى(2018): فعالية برنامج مقترح قائم على مدخل التحليل الأخلاقي لتدريس مقرر التدوق الملبسى فى تحسين القدرة على اتخاذ القرار الأخلاقي فى الملبس وتقدير الذات لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلى، المجلة العلمية لكلية التربية النوعية،جامعة المنوفية،العدد16.
- بايلس وسيلجمان(2009):قوة التفكير الإيجابي،(ترجمة: هند رشدي)، القاهرة: كنوز للنشر والتوزيع.
- بتول غالب الناهى،أيه عبد الامير على(2017):العجز المتعلم لدى طلبة الجامعة.مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية،5(42).71-92.
- بدر محمد الانصارى،مهدي كاظم على(2012):قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة، دراسة ثقافية مقارنة بين الكويتيين والعمانيين،مجلة العلوم التربوية والنفسية،جامعة البحرين،المجلد9،العدد4، 107-131.
- بسماء ادم، ياسر الجاجان (2014):جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، مجلد 36 ، العدد5.
- تهانى محمد سليمان(2014): برنامج تدريبي قائم على إستراتيجيات التفكير الشعبى لتنمية الأداء التدريسي المنمى للتفكير لدى معلمى العلوم والتفكير التوليدى لدى تلاميذهم،المجلة المصرية للتربية العلمية،مصر،17(2)،47-87.
- جهاد فريد اسماعيل فتح الله خليفة،سعاد محمد فتحى،سعدية شكرى على عبد الفتاح(2018): فاعلية إستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تدريس مادة علم النفس فى تنمية التحصيل الدراسى والوعى بمفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية،مجلة البحث العلمى فى التربية،كلية البنات للآداب والعلوم والتربية،جامعة عين شمس،(19)،498-534.

- حافظ العمرى(2014) التفكير الإيجابي ومصادر التأثير. مجمة مسارات معرفية. (20-24).
- حسين على عطية(2010):إستراتيجيات ما وراء المعرفة في فهم المقروءة . (د.ط). عمان : دار المناهج للنشر والتوزيع.
- حنان قادري،أحمد قندوز(2018):مستوى العجز المكتسب لدى التلاميذ المعيدين في السنة الثالثة الثانوى :دراسة استكشافية فى بعض ثانويات دائرة الحجيرة.مجلة الباحث فى العلوم الإنسانية والاجتماعية،387،34-396.
- حنان محمود محمد(2018):فعالية إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تدريس الاحياء لتنمية مهارات التفكير التأملى والتنظيم الذاتى للتعلم لدى طلاب المرحلة الثانوية ،مجلة البحث بالعلمى فى التربية ،العدد(19).
- حياة على رمضان(2016م):فاعلية إستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تنمية التحصيل والحس العلمى وانتقال أثر التعلم فى مادة العلوم لدى تلاميذ المرحلة، الابتدائية . مجلة التربية العلمية - مصر ،ع(1)، (مج19)،63-114.
- خديجة البلوشية،وأخرون(2018):أثر تدريس العلوم بالإستراتيجيات المحفزة للتشعب العصبى فى أداء طلبة الصف الثامن الاساسى فى متغيرى سعة الذاكرة العاملة البصرية المكانية والعاملة اللفظية،المجلة الاردنية فى العلوم التربوية،المجلد(14) ،العدد(3)،239-252.
- رافع الزغول، رفعة حسن تايه.(2015):العجز المتعلم وعلاقته بالتوجهات الهدفية والنظرية الضمنية للذكاء.المجلة الاردنية فى العلوم التربوية ،11(4)،539-554.
- رائدة عطية أبو عبيدة .(2021):تقدير الذات كمتغير وسيط فى العلاقة بين أنماط العزو السببى للنجاح والفشل والعجز المتعلم لدى طلبة المرحلة الاساسية العليا فى محافظة رفح.المجلة التربوية،35(139).369-323.

- رضا مسعد عسر (2003): حجم الأثر "أساليب احصائية لقياس الأهمية العلمية لنتائج البحوث التربوية، المؤتمر العلمى الخامس عشر، مناهج التعليم والإعداد للحياة المعاصرة، 21-22 يوليو 2003، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، المجلد الثانى، ص ص 645-674.
- رعد مهدى رزوقى، استبرق مجيد على لطيف، (2018): التفكير وأنماطه (1)، دار الكتب العلمية، بيروت، لبنان.
- ريم أحمد عبد العظيم (2009م): فاعلية برنامج قائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب في تنمية مهارات الكتابة الإبداعية وبعض عادات العقل لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية . مجلة القراءة والمعرفة - مصر ، ع(94)، 122-32.
- سامية عبد العزيز عبد السلام (2014): برنامج قائم على إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تدريس الرياضيات لتنمية القوة الرياضياتية وبعض عادات العقل لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ،رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- سعادة حمدى سويدان الدراجى (2022): فاعلية إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تحصيل مادة الاجتماعات عند طالبات الصف الثانى المتوسط، جامعة الأنبار، مجلة الأداب، المجلد 3، العدد 141.
- سلوى حسن محمد بصل (2018): فاعلية إستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تنمية مهارات القراءة الناقدة لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، كلية التربية، جامعة عين شمس، (206)، 221-271.
- سلوى عبد السلام عبد الغنى، وفاء رشاد عبدالجواد (2019): العجز المتعلم كمنبئ لدى أطفال الروضة العاديين ، مجلة الطفولة و التربية ، كلية رياض الأطفال، المجلد 11 ، العدد 40 ، الجزء 3، أكتوبر، ص ص 15 - 83 .
- سليمان عبد الواحد إبراهيم (2014).المهارات الحياتية :مدخل للتعامل الناجح مع مواقف الحياة اليومية . القاهرة:مركز الكتاب للنشر.

- سوهاد فيلد (2014): التفكير الإيجابي الرائع غير نظرتك للحياة وواجه المستقبل بثقة وتفاؤل، مترجم إلى العربية، مكتبة جرير، الرياض - المملكة العربية السعودية.
- السيد محمود الفرحاتي (2009): العجز المتعلم سياقاته وقضايا التربية والاجتماعية. مكتبة الأنجلو المصرية: القاهرة.
- شيما أحمد السباعي (2016) : العجز المتعلم و علاقته بتقدير الذات و تحمل الغموض و الطموح لدى عينه من المراهقين المكفوفين ، مجلة التربية الخاصة و التأهيل ، مؤسسة التربية الخاصة و التأهيل، المجلد 4، العدد 14 ، سبتمبر ، ص ص 72 - 102.
- صبحى بن سعيد الحارثي (2020) : العجز المتعلم وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى ذوى صعوبات التعلم بالمرحلة الابتدائية ، مجلة الدراسات التربوية و النفسية ، جامعة السلطان قابوس ، المجلد 14 ، العدد 2، ابريل ، ص ص 289 - 306.
- صبرى إبراهيم عبد العال الجيزاوى، عبد الرحمن محمد عبد الرحمن مسعود (2019): فاعلية وحدة تعليمية قائمة على إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تدريس التاريخ لتنمية التفكير الابداعى والحكمة لدى طلاب الصف الثانى الثانوى، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، 30(120)، 89-136.
- طارق صولة (2009): تقدير الذات وعلاقته بظهور قلق السمة لدى لاعبي النخبة ذوي الاحتياجات الخاصة، رسالة ماجستير، الجزائر: جامعة بسكرة.
- طاهر محمود الحنان (2013م): وحدة مقترحة لتدريس التاريخ بإستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب في تنمية مهارات اتخاذ القرار والوعي التاريخي بتاريخ القدس لدى تلاميذ الصف الثاني الإعدادي . مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية - مصر، ع(48)، 75-13.
- عادل حسين أبو زيد (2014): فاعلية التدريس بإستخدام التفكير المتشعب فى تنمية تحصيل الخرسانة وحساب الانشاءات وبعض عادات العقل والاتجاه

- نحو المادة لدى طلاب المدارس الثانوية الصناعية المعمارية. دراسات عربية في التربية وعلم النفس - السعودية.
- عبد الستار إبراهيم (2011): العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث: أساليبه وميادين تطبيقه، القاهرة، مصر: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- عبد الفتاح دويدار (1999): سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات، لبنان: دار النهضة العربي.
- عبد الواحد ميلاد السنوسي، زيد سليمان العدوان (2021)فاعلية إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تنمية مهارات الذكاء الاجتماعى لدى طلبة الصف الثامن الإعدادى فى مادة الجغرافيا فى ليبيا ،مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 29(2)، 970-991.
- عفاف عبد الفادى دانيل (2018): اختبار مهارات التفكير الإيجابي للأطفال من (9-12) سنة (دليل المقياس) ،مكتبة الأنجلو المصرية : القاهرة.
- علاء عبد الصادق الشعراوى (2019): إستخدام الخرائط الذهنية فى تدريس التاريخ لتنمية التفكير المتشعب والوعى التاريخى لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،جامعة بنها.
- على بن عيسى بن على الشمري (2021):فاعلية التدريس بإستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تنمية كفايات فهم المقروء لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائى ،مجلة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية، 13(1)، 155-195.
- على تركى نافل القريشى (2012):التفكير الإيجابى وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة،مجلة القادسية للعلوم الإنسانية،المجلد الخامس عشر،العدد الثانى.
- على حسين عايد (2016):العنف الرمزى المدرك وعلاقته بالعجز المتعلم لدى طلبة الجامعة.مجلة مركز دراسات الكوفة، 41، 377-337.

- على ماهر خطاب(2000):القياس والتقويم فى العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية ،الطبعة الثانية،مكتبة الأنجلو المصرية ،القاهرة.
- على موسى الصباحيين (2015) : برنامج إرشادى مقترح قائم على النظرية السلوكية المعرفية لخفض درجة العجز المتعلم لدى الطلاب ذوى صعوبات التعلم ، المجلة التربوية الدولية المتخصصة ، مجلد 4 ، العدد 5، ص ص 87 – 111.
- فاطمة محمد منصور(2014):فاعلية المدخل الدرامى فى تدريس الاقتصاد المنزلى لتنمية مهارات التفكير المتشعب والاتجاه نحو المادة لدى طالبات النمرحلة الإعدادية ،رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية الاقتصاد المنزلى ،جامعة حلوان.
- فدوى أنور على (2019) : فاعلية برنامج العلاج المعرفى السلوكى فى خفض حدة العجز المكتسب و تحسن فاعلية الذات لدى عينة من طلاب الجامعة المعاقين حركياً، مجلة البحث العلمى فى التربية ، كلية البنات للآداب و العلوم و التربية ،جامعة عين شمس ، العدد 20 ، الجزء 14 ، ص ص 281 – 330.
- فؤاد أبو حطب وأمال صادق(1991):مناهج البحث وطرق التحليل الاحصائية فى العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية ،القاهرة،مكتبة الأنجلو المصرية.
- قدوري الحاج (سبتمبر 2016) :تقدير الذات لدى التلاميذ المعيّدين للمستوى النهائي من التعليم الثانوي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد26.
- مازن حامد الطرفى(2023):الخصائص السيكومترية لصورة عربية لمقياس التفكير الإيجابى،المجلة العربية للقياس والتقويم،المجلد4،العدد7،ص16.
- محمد سيد عبد اللطيف(2021):فاعلية برنامج تدريبي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابى فى خفض العجز المكتسب وتنمية التدفق النفسى لطلاب

- الجامعة المتأخرين دراسيا، المجلة العربية للعلوم ونشر الابحاث - مجلة العلوم التربوية والنفسية، 5(14).154-186.
- محمد صلاح أحمد (2016): أثر إستخدام إستراتيجية قائمة على الدمج بين التفكير المتشعب والخرائط الذهنية فى تنمية مهارات التفكير الرياضى والمشاعر الاكاديمية نحو الرياضيات لدى طلاب المرحلة الثانوية ،رسالة دكتوراه غير منشورة،كلية التربية ،جامعة بنها.
- محمد عبد المنعم شحاتة (2013 م):فاعلية برنامج مقترح قائم على بعض إستراتيجيات التفكير المتشعب في تنمية مهارات التواصل الرياضى لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. دراسات عربية في التربية وعلم النفس - السعودية ، ع(39) ، ج(3)، 12-55.
- محمود السيد الفرحاني(2010):العجز المتعلم سياقاته وقضاياه التربوية والاجتماعية، مكتبة الانجلو المصرية: القاهرة.
- محمود عبد الله جاد(2004):بعض المحددات النفسية للعجز المتعلم ،مجلة البحوث التربوية النوعية ،العدد(4)،جامعة المنصورة،مصر.
- محمود محمد إبراهيم عطية(2003):مدى فاعلية تنمية مهارات المواجهة الايجابية للضغوط في تحسين مستوى التوافق لدى عينة من الطلاب، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات والبحوث التربوية، القاهرة.
- مريم حمودة،شفيقة كحول(2020):العزو السببى وعلاقته بسلوك العجز المتعلم فى ضوء متغير التحصيل دراسة ميدانية على تلاميذ المرحلة الثانوية،مجلة دراسات نفسية وتربوية،13(1).432-455.
- مريم سليم (2003):تقدير الذات والثقة بالنفس دليل المعلمين ، دار النهضة العربية ، القاهرة.
- مصطفى حجازى(2020):اطلاق طاقات الحياة من منظور علم النفس الإيجابى ،المركز الثقافى العربى،الدار البيضاء-المغرب.

- منصور مفرح السلمى(2014):جودة الحياة وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى طلاب جامعة أم القرى،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،جامعة أم القرى،مكة المكرمة.
- منى السيد ونجمة الزهرانى وأمانى إبراهيم (2015) : العلاقة بين عزو العجز المتعلم و الإنهاك النفسى لدى عينة من طالبات جامعة الطائف ، مجلة العلوم التربوية، كلية الدراسات العليا للتربية ، جامعة القاهرة ، المجلد 23 ، العدد 3، يوليو ، ص ص 575 – 609.
- مها فتح الله بدير نوير(2021): فاعلية توظيف إستراتيجية البناتجرام فى تدريس الاقتصاد المنزلى لتنمية التفكير التصميمى وتحقيق الازدهار النفسى للطالبات ذوات العجز المتعلم بالمرحلة الإعدادية،مجلة البحوث فى مجالات التربية النوعية،كلية الاقتصاد المنزلى،جامعة حلوان،المجلد السابع،العدد34،مايو 2021،ص4-79.
- مى محمد المغنى(2019):برنامج قائم على التعليم المتميز بالحاسوب لتنمية مهارات التفكير المتشعب والتحصيل لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوى أنماط التعلم المختلفة فى مادة الدراسات الاجتماعية ،رسالة دكتوراة غير منشورة ،كلية التربية ،جامعة المنصورة.
- ميرفت محمد ادم (2008 م):أثر إستخدام است ا رتيجيات التفكير المتشعب فى تنمية القدرة على حل المشكلات الرياضية والاتجاه نحو الرياضيات لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية مختلفي المستويات التحصيلية . مجلة تربويات الرياضيات - مصر ، مج(11)،82- 139.
- نادية عاشور(2014):العجز المتعلم وعلاقته بالرسوب الدراسى ،دراسة ميدانية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية بمدينة متلبلى، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية ،قسم علم النفس وعلوم التربية ،جامعة قاصدى مرياح ورقلة.122-124.

- نورا محسن محمد(2013):فاعلية إستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تنمية الذكاء البصرى والتحصيل فى الهندسة لدى تلاميذ الصف الأول الإعدادى ،رسالة ماجستير ،معهد الدراسات التربوية ،جامعة القاهرة.
- نوفل عباس كريم(2021):فاعلية إستراتيجيات التفكير المتشعب فى التحصيل ومهارات التفكير التوليدى لدى طلاب الصف الخامس الأديبى ،مجلة أكاديمية شمال أوربا المحكمة للدراسات والبحوث،أكاديمية شمال أوربا للعلوم والبحث العلمى،3(10)،3-31.
- نيرة فاروق فرج(2018):أثر برنامج مقترح قائم على عادات العقل فى تدريس علم النفس على تنمية مهارات التفكير المتشعب والذكاء الوجدانى لدى طالبات المرحلة الثانوية ،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،جامعة أسيوط.
- وجدان رمضان عيسى(2017):أثر إستخدام إستراتيجيات التفكير المتشعب فى تنمية مهارات الفهم القرائى لدى تلميذات الصف الرابع الأساس ،رسالة ماجستير،كلية التربية،الجامعة الاسلامية بغزة.
- ولاء حسين حسن خليل(2012):الخصائص المعرفية والنفسية الفارقة للطلاب المراهقين ذوي التفكير الايجابى والتفكير السلبي، رسالة ماجستير، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
- ياسر محفوظ الدليمى،محمد ايد المولى(2021): التفكير الإيجابى لدى طلبة الموصل (بناء وتطبيق)،كلية التربية للعلوم الإنسانية ،قسم العلوم التربوية والنفسية،المجلد32،العدد4،ص377-382.
- ياسمين حداد (2000):عجز المتعلم والاكنتاب فى التنبؤ بالأداء الأكاديمى للذكور والإناث بع الحصول على نتائج أولية غير مرضية ،مجلة الدراسات ،كلية التربية ،جامعة أم القرى ،السعودية.
- يوسف محيلان سلطان العنزى(2007) :أثر التدريب على التفكير الإيجابى وإستراتيجيات التعلم فى علاج التأخر الدراسى لدى تلاميذ الصف الرابع

الابتدائي في دولة الكويت ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الأساسية ، جامعة الكويت.

- Seligman, M (1998). Learned optimism. Pocket Book, New York
- Boyd, Natalie. (2015). How Seligman's Learned Helplessness Theory Applies to Human Depression and Stress, Psychology 104. Social Psychology/Psychology Courses. 11/3/2017
- John Kapeleris (2012)."Thoughts on innovation,Personal development and inspiration".John Kapolei's Journal.At:<http://Joknka>,p22
- Abed,M.(2014).Self-esteem:Enhancing Good Practices and overcoming Barriers.Life Science Journal,11,10,126-136.
- Maier,S. & Seligman,M. (1976). Learned Helplessness: Theory and Evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*. 105(1). 3-46.
- Connell,J.(2004)."Stress news,person center counseled in working with stress problems ".Vol.(16),part(1),ppl-10.
- Jackson,p.(2012)."What is positive thinking? Integrated energy works".Healing the scars of life Journal,Retrieved October,2013.At:<http://integratedenergyworks.com>.
- Lee, Young Ju., (2004). Effects of Divergent Thinking Training/Instructions on Torrance Tests of Creative Thinking and Creative Performance. (PhD diss) , University of Tennessee
- Bray,N,&Sweatt,W,(2018):The Usability of the Websites of Alabama s Community Colleges, *Journal of Research and Practice*,Vol42,(10),pp744-750.
- Valas,H.(2001).Learned Helplessness and Psychological Adjustment: Effects of Age,Gender and Academic Achievement .*Scandinavian Journal of Educational Research*,45(1),71-90.
- Swanson, J. & Dougall ,A.(2017). Learned Helplessness. Reference Module in Neuroscience and Biobehavioral Psychology.
- Stallard,paml(2002)."Thinkgood-fedgood". England:Wiley,p12.At:www.successconsciousness.com.