

مهارات فاعلية الحياة لدى طلبة قسم التاريخ

في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط

م . م حسام خليل علوان

المديرية العامة لتربية واسط / الكلية التربوية المفتوحة



## الملخص :

### يهدف البحث الحالي الى :

- 1 - التعرف على مهارات فاعلية الحياة لدى طلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط .
  - 2 - الفروق في مهارات فاعلية الحياة لدى طلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط تبعاً لمتغير الجنس .
- تحدد البحث الحالي بطلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية / جامعة واسط لجميع المراحل الدراسية للعام الدراسي ( 2022-2023 ) ولتحقيق أهداف البحث اعتمد الباحث المنهج الوصفي المسحي في الكشف عن مستوى مهارات فاعلية الحياة لدى الطلبة عينة البحث ، وتبنى مقياس مهارات فاعلية الحياة المعد من قبل الفيل ( 2019 ) وبعد استخراج الصدق والثبات للمقياس طبق الباحث المقياس على عينة البحث البالغ عددها ( 104 ) طالب وطالبة ، ثم حلل البيانات بالاستعانة بالحقيبة الإحصائية ( SPSS ) وتوصل الى النتائج التالية :
- 1 - امتلاك الطلبة عينة البحث الى مهارات فاعلية الحياة بمستوى جيد .
  - 2 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الجنس عند مستوى دلالة ( 0,05 ) .
- وفي ضوء النتائج قدم الباحث بعض التوصيات والمقترحات .

## الكلمات الافتتاحية

مهارات فاعلية الحياة \_ قسم التاريخ \_ كلية التربية الاساسية

## Summary :

### The current research aims to:

- 1 - Identifying the life effectiveness skills of students of the Department of History in the College of Basic Education, University of Wasit.
- 2 - Differences in life effectiveness skills among students of the History Department at the College of Basic Education at Wasit University,

according to the gender variable.

The current research is determined by the students of the History Department at the College of Basic Education / University of Wasit for all academic levels for the academic year (2022-2023). Before the

Elephant (2019) and after extracting the validity and reliability of the

scale, the researcher applied the scale to the research sample of (104)

male and female students, then analyzed the data using the statistical

bag (SPSS) and reached the following results:

- 1 - Possession of the students in the research sample to life effectiveness skills at a good level.
- 2 - There are no statistically significant differences according to the gender variable at the significance level (0,05).

In light of the results, the researcher made some recommendations and suggestions

## المبحث الاول

### ■ مشكلة البحث

لا بد من الاعتراف بضعف قدرات طلبة الجامعات في العراق على تجاوز المواقف الصعبة التي تواجههم وهذا الضعف يعود لأسباب عدة لعل أهمها ضعف الخبرات التراكمية التي تجمعت لديهم ابتداءً من المرحلة الابتدائية الى المرحلة الجامعية فضلاً عن قصور البرامج التعليمية وأساليب التعليم وهذا القصور جعل أغلب الطلبة يتخرجون ولا يعطوا شيئاً جديداً من ذاتهم فهم لا يعرفون سوى ما أملي عليهم من تعليمات وأوامر وكما إن هذا القصور يعزى الى الظروف الاجتماعية والاقتصادية والسياسية التي يمر بها البلد فضلاً عن ضعف الخبرات المهارية التي يتلقاها الطلبة في حياتهم . ( التميمي ، 2015 : 122 )

وتبرز المشكلة الأساسية لهذا البحث بأن أصبحت هناك حاجة ضرورية عند اعداد معلم القرن الحادي والعشرين أن يكون متسلحاً بمهارات فاعلية الحياتية التي تمكنه أن يكون فاعلاً ومنتجاً وناجحاً في مهنته في المستقبل ، لذا فإن البحث الحالي يسعى للإجابة عن السؤال التالي ما مدى

توفر مهارات فاعلية الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة واسط ؟ وهل توجد فروق ذو دلالة إحصائية بحسب متغير الجنس بين الطلبة ؟

## ■ أهمية البحث

ان كل طالبة في مجتمع العلم يحتاجون الى المهارات الحياتية من أجل رفع الأداء الشخصي  
فأن المهارات الحياتية توفر القدرة على مواجهة مشاكل وتحديات الحياة اليومية فالتحولات  
التكنولوجية والتغيرات في الاقتصاد العالمي انعكست بصورة مباشرة على التعليم ومكان العمل  
وحياتنا بصورة عامة وللتكيف مع هذه التغيرات يحتاج الطلبة الى الكثير من المهارات الحياتية  
(الطويرقي، 2017 : 19) إن إعداد الطلبة لحياتهم المهنية من أهم الاهداف التي تسعى النظم  
التعليمية الى تحقيقها في مراحل التعليم العالي قبل خروج الطلبة الى سوق العمل حيث تسعى هذه  
النظم الى تزويد طلبتها بالمهارات التي تمكنهم من حل المشكلات التي تواجههم ومن هذه المهارات  
مثلاً إدارة الوقت ودافعية الإنجاز والمرونة العقلية والكفاءة الاجتماعية والثقة بالنفس ويطلق عليها  
مهارات فاعلية الحياة . (الفيل : 2019، ص257) ، وتعدّ كليات التربية الأساسية في مقدمة  
المؤسسات التعليمية التي يناط بها ذلك لكونها تسهم في إعداد الأجيال وتدريبهم على وفق الأصول  
الأخلاقية والانسانية، وتنمية قدراتهم المعرفية (الجبوري والسلماني، 2017، ص218) و أهمية  
كلية التربية الأساسية تتضح بتهيئة الطلبة المعلمين من خلال معرفة إن مدارسنا تفنقر الى الأبنية  
الصالحة والتجهيزات الوافية وعدم توفر وسائل الايضاح اللازمة فالمعلم الناجح يستطيع أن يستطيع  
ومن خلال المهارات التي يتمتع بها تعويض الإمكانات المادية الغير متاحة في المدارس لأن  
تطوير المعلم هو تطوير للتعليم لإعداد الأجيال القادمة للحياة فالمعلم القدير هو روح التعليم ولا  
يوجد شيء يغنى عن هذه الروح .(جابر ، 2002 : 9 )

وبعدُ قسم التاريخ من بين أقسامها الأكثر أهمية، حيث يعمل على إعداد مدرسا للتاريخ متزوذا بجميع القيم التاريخية والحضارية والانسانية ليقف أمام طلبته متسلحا بثقافة ذلك القسم الذي زوده بها طيلة مدة الأربع سنوات التي قضاها فيه . (الجبوري والسلماني، 2017، ص218)

وتتلخص أهمية مهارات فاعلية الحياة لدى الطلبة أنها تحقق الثقة بالنفس وتشجع على الاستقلال الذاتي وتكسب الطالب القدرة على التحكم الانفعالي وتتمى التفاعل الاجتماعي والاتصال الجيد مع

الزملاء وتوفير النمو الجيد للشخصية لمواجهة مشكلات الحياة وتنمية المشاعر الإيجابية أتجاه الذات والآخرين. (مصطفى، 2018 : 154 )  
ولذلك يرى الباحث إن لمهارات فاعلية الحياة الأثر الكبير في حياة الطلبة لأنها تساعدهم على التكيف مع كافة الظروف للتغلب على المشكلات والمعوقات التي سوف تواجههم في حياتهم المهنية .

#### ■ أهداف البحث

يهدف البحث الحالي الى : -

- 1 - التعرف على مستوى مهارات فاعلية الحياة لدى طلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط .
- 2 - التعرف على الفرق في مهارات فاعلية الحياة لدى طلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط وفقاً لمتغير الجنس.

#### ■ حدود البحث

- الحدود البشرية : طلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط
- الحدود المكانية : قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط
- الحدود الزمانية : العام الدراسي ( 2022 / 2023 )
- الحدود الموضوعية : مقياس مهارات فاعلية الحياة

#### ■ تحديد المصطلحات

- مهارات فاعلية الحياة

يعرف الفيل مهارات فاعلية الحياة بأنها :

"هي منظومة من المهارات التي تهدف إلى تمكين الفرد من أن يكون إيجابياً ومنتجاً وفعالاً في حياته المهنية والشخصية والاجتماعية محققاً لأهدافه التي يسعى إليها "

(الفيل :2019: 260)

عرفها المرشود (2020) "مجموعة من المهارات التي تساعد الطلبة على النجاح في حياتهم الأكاديمية والاجتماعية وتتمثل في مهارات إدارة الوقت، والكفاءة الاجتماعية، والدافعية للإنجاز، والمرونة العقلية، وقيادة المهمة، والتحكم في الوجدانيات، والثقة في النفس والمبادرة النشطة . (المرشود :2020: 6)

يعرفها الباحث إجرائياً : الدرجة الكلية التي يحصل عليها طلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط علي مقياس فاعلية الحياة الذي تنبأه الباحث لهذا الغرض

### • الطلبة قسم التاريخ

ويقصد بهم البحث الحالي: مجموع طلبة قسم التاريخ المسجلين للعام الدراسي (2022/ 2023) بمختلف مراحلهم الدراسية والتي تتكون من أربعة مراحل لنيل شهادة البكالوريوس .

### • كلية التربية الأساسية

يعرفها الباحث إجرائياً : هي إحدى كليات جامعة واسط يلتحق بها الطلبة بعد اتمام الدراسة الثانوية مدة الدراسة فيها أربع سنوات يعمل خريجوها في مجال التدريس وتقع في قضاء العزيزية شمال محافظة واسط .

### • جامعة واسط

يعرفها الباحث إجرائياً : هي إحدى الجامعات العراقية تقع في مدينة الكوت مركز محافظة واسط في المنطقة الوسطى من العراق تأسست في 10/كانون الثاني /2003 وتضم سبع عشرة كلية .

### المبحث الثاني

## 1 - الخلفية النظرية

### • مهارات فاعلية الحياة :

### مفهوم مهارات فاعلية الحياة

إن نجاح الفرد في حياته يتوقف على ما يمتلكه من مهارات وخبرات حياتية ، أذ أن هذه المهارات تكسبه تقدير الذات ، ويختلف تقدير الفرد لذاته تبعاً لعدة عوامل مؤثرة ، وأهمها العلاقات الشخصية

مع الآخرين ، فإذا كان تقدير المجتمع للفرد إيجابياً فإنه يتولد لديه تقدير عالي لذاته ، أما إذا كان تقدير الآخرين له سلبياً فهذا يولد لديه تقدير متدن لذاته ، أي أن تقدير الفرد لذاته يعتمد بشكل كبير على تقدير الآخرين واحترامهم له . ( الجوالده ، 2013 : 393 )

ومهارات فاعلية الحياة تتمثل بشكل واضح بالامكانيات التي يتمتع بها الطلبة لكي يعيشوا حياتهم بكل كفاءة وفعالية واندفاع لتحقيق غاياتهم واهدافهم ، حيث تؤثر القدرات والمهارات التي يمتلكها الفرد على فاعليته في الحياة، وتعد مهارات فاعلية الحياة جزء من المهارات الاجتماعية والحياتية ، فهي المهارات التي تتمثل في مدى قدرة وفعالية الطالب للوصول إلى أهدافه وغاياته وتحقيق طموحاته في الحياة ، وهي تمثل أيضاً قدرة الطالب على التكيف مع مجتمعه والنمو والازدهار في هذا المجتمع أو أي مجتمع يعيش فيه في المستقبل . ( Betty , 2015 , 17 )

يعد متغير مهارات فاعلية الحياة من المتغيرات الحديثة في مجالات البحث في البيئة العربية وعليه توجد ندرة في محاولات الباحثين والعلماء في تعريف هذا المتغير، وظهرت العديد من المرادفات لمهارات فاعلية الحياة حيث تشير مصطلح Life الى الحياة الاجتماعية أو الحياة الشخصية للأفراد في حين يشير مصطلح Effectiveness الى الفاعلية أو المهارة أو الكفاءة أو الاتقان ( الفيل ، 2019 : 258 )

تشير مهارات فاعلية الحياة الى السلوك والعواطف التي تميز الشخص في المواقف المختلفة وهذه المهارات قابلة للتعلم والتنمية والتحسين لأنها تختلف عن باقي السمات الشخصية التي لا يمكن تنميتها أو التعامل معها تجريبياً ، وكما ينظر الى هذه المهارات على أنها الطريقة التي يفكر ويعمل بها الشخص في المواقف المتنوعة وتشمل أبعاد مهارات فاعلية الحياة إدارة الوقت ، ودافعية الإنجاز ، والكفاءة الاجتماعية ، والمرونة العقلية ، وقيادة المهمة ، والتحكم في الوجدانيات، والمبادرة النشطة ، والثقة بالنفس ، وترتبط هذه المهارات ارتباطاً وثيقاً في النجاح في الحياة . ( Neill , J , 2008: 47 )

### أنواع مهارات فاعلية الحياة

تتمثل مهارات فاعلية الحياة في إدارة الوقت والكفاءة الاجتماعية ودافعية الإنجاز والمرونة العقلية وقيادة المهمة والتحكم في الوجدانيات والمبادرة النشطة والثقة بالنفس ، وفيما يلي شرح مبسط لهذه المهارات :

## 1 - إدارة الوقت Time Management

تعد مهارة إدارة الوقت من مهارات الحياة المعاصرة والرئيسية التي تساعد على زيادة الاستثمار الأمثل للوقت وكما تزيد من التطور والخبرة فهي مهارة سلوكية عقلية منظمة تعمل على اشباع رغبات وحاجات الافراد وارضاء دوافعهم الذاتية نحو النجاح والرفق، وكما تعمل على زيادة قدرة الفرد الذاتية على مساعدة الآخرين على تنظيم وقتهم ( القصري ، 2011 : 118 )

وتؤكد الدراسات التي أجريت عن أهمية إدارة الوقت إن احساسنا بقيمة الوقت ما يزال ضعيفاً فجزء كبير من وقت العمل يضيع هدرًا دون فائدة ومن هنا تأتي أهمية التعامل بأسلوب علمي مع الوقت واستخدامه وإدارته كما تدار الموارد الأخرى ومن ثم تصبح تطبيقات إدارة الوقت من التطبيقات التربوية المهمة ، فعندما نتحدث عن استغلال الوقت فأنا نتحدث عن الاستفادة من الموارد المالية والإدارية والبشرية ضمن هذا الوقت . ( الطراونة ، 1996 : 33 )

لذا فإدارة الوقت تعني كيفية استثمار الوقت بشكل فعال ومحاولة عدم إضاعته دون فائدة فالوقت لا يمكن أن تعويض او يدخر أو يؤجل لذا فإن الاستخدام الأمثل للوقت يستند الى التخطيط والتنظيم والمتابعة فالتخطيط للدرس من اهم الواجبات التي يقوم بها المعلم للحفاظ على وقت الحصة من الضياع وتغطية جميع المفردات والمحاور المطلوبة اثناء الحصة الدراسية وبالتالي تحقيق الخطة السنوية ومن هنا تتضح أهمية إدارة الوقت للطلبة المعلمين في كليات التربية الأساسية ليتحلوا في هذه المهارة في سوق العمل اثناء ممارسة المهنة .

## 2 - الكفاءة الاجتماعية Social Competence

الكفاءة الاجتماعية وليدة العلاقات الديناميكية الصادرة من خلال تفاعل الانسان بمهاراته الاجتماعية وحاجاته وميوله وحوافزه واتجاهاته نحو العمل الاجتماعي مع إمكانيات البيئة التي تؤثر في استعداد الانسان للأنشطة والاعمال الاجتماعية ، وكما تؤثر في استعداد المجتمع للقيام بالأعمال الاجتماعية المهمة فكل مجتمع لكي يشعر بالسعادة يجب أن تكون بيئته صالحة للعمل الاجتماعي وتشجع على التفاعل والأنشطة الاجتماعية ( زيتون ، 2005 : 83 )

وتعد الكفاءة الاجتماعية من العوامل المهمة في تحقيق التفاعل الاجتماعي للفرد في مجالات الحياة المختلفة للحفاظ على علاقات ايجابية مع الآخرين عبر المواقف وقد أثبتت الدراسات إن

التأثير الإيجابي الذي ينتج عن الكفاءة الاجتماعية والعلاقات الايجابية مع الاقران بالإضافة الى التقبل من الاخرين كلها تساهم في المدى البعيد على تطور الفرد بأساليب متفرده.

(Kemple and Ellis , 2009 :6)

ويرى الباحث إن تنمية الكفاءة الاجتماعية لدى الطلبة المعلمون من خريجي كلية التربية الاساسية تجعلهم قادرين على الاتصال وبناء علاقات اجتماعية ناجحة تمكنهم من الحوار ليتفهموا مشاكل طلبتهم في المستقبل مما يعزز من قدرتهم على نقل المعلومات والاعتراف بإنجازات الطلبة ومزاياهم ليتعلموا طرح وجهات النظر دون أي مصادرة لحقوقهم في التعبير .

### 3 - دافعية الإنجاز Achievement Motivation

يمثل دافع الانجاز الرغبة في القيام بعمل جيد و النجاح فيه و التميز، تتميز هذه الرغبة في الطموح والاستمتاع في مواقف المنافسة والقدرة الجامعة في العمل بشكل مستقل ، وفي مواجهة المشكلات وحلها ، و تفصيل المهمات التي تنطوي على المجازفة المتوسطة ، بدل المهمات التي لا تنطوي على مجازفة القليلة أو المجازفة الكبيرة جداً. ( غباري ، 2008 : 136).

إن دافعية الإنجاز في التعليم يعد حالة متميزة من الدافعية العامة وتشير الى حالة داخلية لدى المتعلم تدفعه الى الانتباه للموقف التعليمي والاقبال عليه والاستمرار فيه حتى يتحقق التعلم ، وإن مهمة توفير الدافعية نحو التعلم وزيادة تحقيق الإنجاز لا تلقى على عاتق المؤسسة التعليمية فقط وإنما تشترك فيها المدرسة والمؤسسات الاجتماعية الأخرى فدافعية الإنجاز والتحصيل على علاقة وثيقة بالتنشئة الاجتماعية ، وكما إن الافراد الذين توجد لديهم دافعية مرتفعة يعملون بجدية أكبر من غيرهم ويحققون نجاحات أكثر في حياتهم وفي مواقف متعددة من الحياة فعند مقارنة الافراد الذين لديهم دافعية مرتفعة للإنجاز بمن هم في مستواهم من القدرات العقلية ولكنهم يتمتعون بدافعية منخفضة وجد إن المجموعة الأولى يحصلون على علامات جامعية أفضل ، كما إنهم يحققون تقدماً أكثر وضوحاً في المجتمع. ( الرابغي ، 2015 : 167 )

### 4 - المرونة العقلية Intellectual Flexibility

تعني المرونة العقلية القدرة على الانتقال من حالة ذهنية الى حالة أخرى ومن مسار الى آخر حسب متطلبات الموقف أو المشكلة وترتبط بعمليات التفكير فوق المعرفية وذلك لأنها تخضع للتقويم والمراقبة وتعد من مهارات التفكير المنتج وهي ضرورية وللتكيف مع المستجدات والمتغيرات الاجتماعية وحل المشكلات، وكما إنها ضرورة لمهارات الاتصال والتفاوض وحل النزاعات وخصوصاً وإننا نعيش في عالم متغير بشكل متسارع ( عبدالعزيز ، 2990 : 160 )

وكما إن المرونة العقلية تعد من السمات الضرورية والمهمة لكل انسان ويمكن لكل منا أن يكتسبها فهي تمكن الفرد من توليد الأفكار الجديدة والتكيف مع شروط الواقع واستثمار كافة المصادر النفسية والمادية المتاحة في مواجهة المواقف الحياتية المهنية ، وتعتبر عن قدرة الفرد في توليد أفكار متنوعة وربما تكمن ليست متوقعة وتغير وتوجيه مسار الأفكار مع متطلبات الموقف أو تغير المثير ، فالمرونة هي عكس الجمود الذهني والذي يعني اتباع أنماط ذهنية محددة وغير قابلة للتغير عندما تدعي الحاجة وسمة المرونة العقلية خاصية يتميز بها الفرد عن غيره باعتبارها قدرة تمكنه من تغيير وجهته الذهنية اتجاه المثر الجديد وإنتاج العديد من الأفكار المتنوعة بأقل وقت ممكن للوصول الى حل للمشكلة. ( Mcnulty et al K2010 :207 )

فالمرونة العقلية من المتطلبات الضرورية لدى الفرد لمواجهة المواقف وما يترتب عليها من متغيرات مفاجئة وعليه ان يواجه هذه المواقف بأساليب متباينة تتسجم مع المتغيرات التي تتعلق بها وأن تكون لدى الفرد الليونة والسهولة والقدرة على التنقل من فكرة الى أخرى من دون التقيد بإطار محدد ، وكما إن المرونة العقلية تعد من أهم مكونات القدرة على التفكير الابتكاري والذي هو عكس التصلب ويعني قدرة الفرد على تغيير زاوية تفكيره أثناء قيامه بالنشاطات المختلفة وتشير المرونة الى درجة السهولة التي يغير بها الشخص وجهة عقلية معينة (عبدالوهاب ، 2011 : 21)

## 5 - قيادة المهمة Task Leadership

تهتم هذه المهارة بعلاقات الطالب الاجتماعية ، أي علاقته بمجموعة الاشخاص الذين يعيشون معه في نفس البيئة وتكون لديهم مهمة اداء واجب معين ، ومدى قوى ارادة ومشاعر وبصيرة هذا

الطالب وتأثيره في مجموعته واقناعهم بأفكاره ، وقيادتهم للسعي وتحقيق الأهداف المشتركة ، وكما ان الطالب الذي يكون قائد المجموعة يجب ان يتحلى بالصفات التي ينال بها ثقة واهتمام واحترام اصدقائه وزملائه في المجموعة لتجعل منه قائد ناجح ، مثل حسن التصرف مع الآخرين والحماس الكبير للعمل الجماعي و القدرة على التنبؤ بالصعوبات التي سوف ستواجههم ووضع خطط لإيجاد الحلول لهذه المعوقات والمشكلات التي يواجهونها اثناء تأديتهم للمهمة ، كذلك من المهم ان تكون لديه القدرة على اتخاذ القرارات في الاوقات الصعبة التي تتطلب ذلك بالإضافة الى ان على القائد أن يكون حسن المظهر يمتاز اللياقة البدنية ولللباقة وان يتمتع بذكاء اجتماعي وعاطفي . ( منسي وخديجة ، 2010 : 33 )

## 6 - التحكم في الوجدانيات Emotional Control

هذه المهارة تعني قدرة الفرد على السيطرة على انفعالاته ومشاعره والتحكم فيها في المواقف الاجتماعية المحرجة والصعبة والتي تتطلب التحكم بالأعصاب والانفعالات وان تكون ردة الفعل ايجابية وهادئة وتعد هذه المهارة المهمة جزءاً من الذكاء الوجداني الذي يجب ان يتمتع به المعلم لكي يكون تعامله مع تلاميذه الصغار بكل حنان وود واحترام ، لذلك فإن تعزيز هذه المهارة عند الطلبة المعلمين امر مهم جداً. ( Neill , 2008 : 56 ) ويذكر دانييل وجولمان المشار له في الخولي أن إدارة الانفعالات تعني القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وتحويلها إلى انفعالات ايجابية ، وهزيمة الاكتئاب والقلق وممارسة مهارات الحياة المهنية والاجتماعية بفاعلية . ف قدرة الفرد على التحكم في مشاعره تعني ضبط المشاعر وليس منعها، وذلك لأن لكل شعور قيمته ومعناه ، فالحياة بدون مشاعر تصبح بلا روح وبلا معنى ، وكما إن التطرف الوجداني الذي يميل للعنف وباستمرار يؤدي لفقد الاتزان الشخصي ، فلا بد أن تتوازن العواطف الموجبة والسالبة بما يحقق الشعور بحسن الحال على الأقل ( الخولي ، 2010 : 45 ) .

ويرى الباحث إن تنمية مهارة التحكم في الوجدانيات لدى طلبة كلية التربية الاساسية معلمين المستقبل لها من الاهمية ما يجعلها من أهم مهارات المعلم الناجح التي يجب أن يتحلى بها في غرفة الصف ، فعلى المعلم الناجح أن يترك همومه ومشاكله الشخصية خارج الصف حتى لا تؤثر على تأدية واجبه المهني .

## 6 - المبادرة النشطة Active Initiative

تعني المبادرة النشطة قدرة الفرد على القيام بنشاطه باستقلالية وأفكار وإجراءات جديدة في ظل ظروف عمل جديدة ومختلفة ، وكما يتمثل في تطوع الفرد والمشاركة في المواقف الجماعية المختلفة ، وكما أنها تمكن من السيطرة على الحياة الشخصية وتوجيهها. (Neill,J,2008:55)

ويمكن أن تتبلور أهميتها المبادرة النشطة بوضوح في أنها تجعل الطالب الذي يملك هذه المهارة من طالب قليل التواصل مع الآخرين او غير اجتماعي لأسباب مختلفة ، إلى طالب اجتماعي متفاعل ومحبوب وبشكل كبير في المواقف الانسانية والعلاقات الاجتماعية ، حيث تشير الدراسات والبحوث في علم الاجتماع إلى أن الافراد الذين تكون لديهم مبادرات نشطة هم اصحاب مهارات اجتماعية عالية ولديهم القدرة على توجيه اراء الناس إلى الأفكار التي تطابق قناعتهم من خلال معرفة افكار ومشاعر الآخرين بصورة جيدة ، فمهارة المبادرة النشطة تعطي لصاحبها القدرة على تفسير المواقف الاجتماعية بذكاء ، والاستفادة من هذا التفسير في القيام بالأعمال أو ابداء الآراء والأفكار التي تفيد المجموعة أو المجتمع ككل . ( فرج ، 2003 : 17 )

وقد ذهب عبدالعزيز بن رشيد المشار له في محمد ومحمد الى إن أهمية المبادرة النشطة تكمن في :

- المبادرة تطبيق لأوامر الله تعالى وسنة رسوله الكريم ؛ صلى الله عليه وآله وسلم ؛ فالله يأمرنا بالمسارعة والمسابقة " وسارعوا " سابقوا " ؛ وهذه المفاهيم تدل على المبادرة .
- المبادرة المفيدة تساعد في نهضة المجتمع ؛ لأن المبادرة تساهم في التقدم بالمجالات المختلفة ، وبالتالي وتساهم بالتنافس مع الدول الأخرى .
- تسهم المبادرة في تقديم أصحابها كمثال أعلى يحتذى به في مختلف مجالات والعلم والمعرفة.
- تساعد المبادرة النشطة في القضاء على أوقات الفراغ وكما تساعد على زيادة إنتاجية المجتمع.
- تساعد في حل المشكلات من خلال تنمية التفكير الإبداعي .

وهناك توجد مجموعة من المهارات التي يجب أن يتمكن منها المبادر مثل مهارة المقارنة ومهارة جمع البيانات ، مهارة التوقع والتنبؤ ، ومهارة حل المشكلات مهارة صياغة الافكار ، كما أن هناك

عوامل تساعد على طرح المبادرات النشطة تتمثل في الوعي والمعرفة ، والاستعداد للتضحية والعطاء والثقة بالذات ، والفاعلية ، والنشاط .

## 7 - الثقة بالنفس Self Confidence

تشر الثقة بالنفس الى مدى امتلاك الفرد لتوقعات كبيرة لنجاحه فيما ينسب إليه من مهام فهي تشبه الكفاءة الذاتية فالشخص الذي يمتلك نظر ايجابية عن فاعليته وقدراته يكون أكثر دافعية عندما يواجه الصعوبات التي تقف في طريق تحقيق أهدافه. (60:2008, J, Nell) فالإنسان إذا يريد النجاح في حياته عليه أن يتمتع بمهارة الثقة بالنفس لكي تكون له مكانة في المجتمع ويكون شخصية مستقلة ، فالشخصية الإنسانية لها ركائز ثابتة تركز عليها وتعتبر الثقة من أهم هذه الركائز ، فالطالب إذا فقد الثقة بالنفس يكون قد فقد قيمته في الحياة فلا يستطيع أن يحقق أي أنجاز يطمح في الوصول إليه ، وزيادة على ذلك فالثقة بالنفس تتمحور حولها مفاهيم مهمة في الشخصية الإنسانية مثل الإنجازات الذاتية والتقدير الذاتي والصورة الذاتية الذي يرسمها الطالب عن نفسه. ( الفقي 2010 : 11 )

اهتم العديد من المختصين بموضوع الثقة بالنفس ، فالشخص الذي يتمتع بدرجة عالية من الثقة بالنفس يكون متأكداً من قدراته وامكانياته في كيفية التعامل مع الأشياء وكما انه يمكن أن يحسن التعامل مع المواقف الغير متوقعة ، وكما يمكنه اتخاذ القرار بثبات ولا يظهر توتر أو قلق نحو مستوى أدائه وكما نجده دائماً يتحلى بالثبات والاستقرار وعدم التردد ( علاوي ، 1992 : 474) وعلى العكس من ذلك فإن ضعف الثقة بالنفس هي سلسلة مترابطة تبدأ بانعدام الثقة بالنفس فالاعتقاد بأن الأشخاص الآخرين يرون سلبياته وعيوبه مما يؤدي الى ارتفاع وتيرة القلق من حيال ذلك ، والتخوف من صدور سلوك سلبي وهذا سوف يؤدي الى الإحساس بالخجل وبالتالي الى ضعف الثقة بالنفس . ( بدران ، 1990 : 13)

### الدراسات السابقة

#### 1 - دراسة (Betty 2015)

هدفت دراسة (Betty 2015) إلى التعرف على مهارات فاعلية الحياة لدى الطلاب المعلمين للمرحلة الثانوية ، ومقارنتها تبعاً لـ ( النوع ، والمنطقة السكنية ، والمادة الاختيارية ، ونوع المؤسسة التعليمية ) ، وطبقت هذه الدراسة على عينة مكونة من ( 300 ) معلم من الطلاب المعلمين تم

اختيارهم من مؤسسة تعليم المعلمين في مناطق ولاية كيرالا ، وكشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود فروق ذو دلالة احصائية في فعالية الحياة لدى الطلاب المعلمين تبعاً لـ ( لنوع المؤسسة التعليمية والمنطقة السكنية ) ، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في مهارات فعالية الحياة لدى الطلاب المعلمين تبعاً لـ ( الجنس ، والمادة الاختيارية ) .

## 2 - دراسة المرشود (2020)

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين أبعاد الحكمة واليقظة العقلية ، والتعرف على العلاقة بين أبعاد الحكمة وفعالية الحياة عند طالبات جامعة القصيم ، والكشف عن الفروق في اليقظة العقلية والحكمة ومهارات فعالية الحياة عند الطالبات تبعاً لمتغير التخصص والفرقة الدراسية ، وأيضاً هدفت إلى التنبؤ باليقظة العقلية ومهارات فعالية الحياة عند طالبات جامعة القصيم من خلال درجاتهم في أبعاد الحكمة .

وقد طبقت هذه الدراسة على عينة مكونة من ( 371 ) طالبة بجامعة القصيم بمتوسط عمر ( ٢١,٣٤ ) عام وبانحراف معياري قدره ( ٢,٠٩ ) . واستعملت الباحثة مقياس الحكمة ومقياس اليقظة العقلية ، وكما استخدمت مقياس مهارات فعالية الحياة ( إعداد الفيل ، ٢٠١٩ بعد تعديل الباحثة ) ، واعتمدت الباحثة على معامل ارتباط بيرسون ، وأسلوب تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression ، واستخدمت الانحدار المتعدد التدريجي Stepwise وتوصلت نتائج البحث الى وجود علاقة دالة إحصائياً عند مستوى ( 0.01 ) بين أبعاد الحكمة واليقظة العقلية ، وكذلك وجود علاقة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ( 0.01 ) بين كل من أبعاد الحكمة ومهارات فعالية الحياة عند طالبات جامعة القصيم ، لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ( 0.05 ) في ومهارات فعالية الحياة والحكمة واليقظة العقلية لدى الطالبات تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية ، ولا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ( 0.05 ) في الحكمة لدى الطالبات تبعاً لمتغير التخصص وكما كشفت نتائج البحث عن وجود إسهام نسبي دال إحصائياً عند مستوى دلالة ( 0.01 ) لأبعاد الحكمة في التنبؤ باليقظة العقلية ومهارات فعالية الحياة لدى عينة البحث .

## المبحث الثالث

### 1 - منهجية البحث

لتحقيق أهداف البحث ، اتبع الباحث المنهج الوصفي فهو الأكثر ملائمة لدراسة المجالات الإنسانية، إذ يعد أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف الظاهرة وتصويرها كمياً من خلال جمع البيانات والمعلومات الإحصائية وتصنيفها واخضاعها للدراسة الدقيقة .

(عبد المؤمن، 2008: 287)

## 2 - مجتمع البحث

يعد مجتمع البحث الإطار المرجعي للباحث ليقوم باختيار عينة بحثه، وقد يكون مجتمعاً كبيراً، أو مجتمعاً صغيراً، وبشكل قوائم أسماء أو مدارس أو قرى (عقيل، 1999، ص221) ويتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية جامعة واسط للعام الدراسي (2022 - 2023 ) والبالغ عددهم (145) وقد زار الباحث هذه الكلية بموجب كتاب تسهيل المهمة الصادر من المديرية العامة لتربية واسط (ملحق رقم1)

## 3 - عينة البحث

نظراً لصغر حجم المجتمع اتخذ الباحث طريقة الحصر الشامل وبهذا يكون حجم العينة جميع أفراد مجتمع البحث بعد استبعاد عينة التحليل الإحصائي البالغة (41) طالب وطالبة مقسمين على جميع المراحل لتصبح عينة البحث (104 ) طالباً وطالبة موزعين على المراحل الأربعة لقسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط بواقع ( 45) ذكور و (59) إناث و(الجدول رقم 1) يوضح ذلك .

( جدول رقم 1 ) عينة البحث

| ت | المرحلة | عدد الذكور | عدد الإناث | المجموع |
|---|---------|------------|------------|---------|
| 1 | الأولى  | 12         | 14         | 26      |
| 2 | الثانية | 8          | 13         | 21      |
| 3 | الثالثة | 16         | 14         | 30      |
| 4 | الرابعة | 9          | 18         | 27      |
|   | المجموع | 45         | 59         | 104     |

## 4 - أداة البحث

يهدف البحث الحالي الى قياس مهارات فاعلية الحياة لدى الطلبة عينة البحث وبعد المراجعة والاطلاع على بعض المقاييس التي استخدمت لقياس مهارات فاعلية الحياة موضوع البحث ( إدارة الوقت، والكفاءة الاجتماعية، والدافعية للإنجاز، والمرونة العقلية، وقيادة المهمة، والتحكم في الوجدانيات، والثقة في النفس والمبادرة النشطة ) وتحقيقاً لأهداف البحث تبنى الباحث مقياس الفيل (2019) ، ويتكون مقياس مهارات فاعلية الحياة من (40) فقرة موزعة على ثمانية مهارات ، وبلغ عدد الفقرات المخصصة لكل مهارة ( 5 ) فقرات وهو عبارة عن استبانة على نمط عبارات تمثل سمات معينة يتطلب من الطلبة الإجابة عليها ، ومن أجل أن يكون المقياس مناسب لتطبيقه على عينة البحث الحالي والتعرف فيما إذا كان بحاجة الى إجراء تعديلات إستخرج الباحث له الخصائصه القياسية (السيكومترية ) وعلى النحو التالي :

### صدق الظاهري

يدل الصدق الظاهري على الصورة الخارجية أو المظهر العام للاختبار من حيث نوع المفردات وكيفية صياغتها وكما يدل على مناسبة الفقرات لقياس السمة المراد قياسها ويتم حساب هذا الصدق من خلال عرض فقرات المقياس قبل تطبيقه على مجموعة من الخبراء المختصين ممن لديهم الخبرة والدراية التي تمكنهم من إصدار الحكم على صلاحية فقرات المقياس في قياس السمة المراد قياسها ، ويشكل اتفاقهم بنسبة (80% ) درجة عالية من الصدق يمكن الاطمئنان معها في الاخذ بالنتائج ( الكبيسي ، 2010 : 265 ) وقد تم عرض فقرات المقياس التي بلغت (40) فقرة مع تعريفاً نظرياً لمهارات فاعلية الحياة على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في التاريخ وطرائق تدريسه والقياس والتقويم والبالغ عددهم (10) لبيان مدى صلاحية فقراته لقياس ما وضعت لأجله ، ومدى ملاءمتها للمهارة المنتمية إليها وكذلك للتأكد من صحة كل فقرة علمياً ولغوياً وبعد تسلم إجابات المحكمين حصل مقياس مهارات فاعلية الحياة على أجماع آراء الخبراء على صدق الأداة وملائمتها لعينة البحث وأهدافه وكانت نسبة الاتفاق (89% ) لذلك لم تحذف أي فقرة ويعتبر ذلك مؤشراً جيداً جداً للصدق الظاهري .

### ثبات الأداة

المقصود بثبات الأداة هو إعطاء النتائج نفسها أو مقاربة إذا ما أعيد تطبيق الأداة مرة أخرى على العينة نفسها في الظروف نفسها ( الروسان وآخرون ، 1995 : 93 ) ، قام الباحث بحساب الثبات

بطريقة إعادة الاختبار، فقد قام بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث ثم إعادة تطبيقه على نفس العينة بفاصل زمني أسبوعين حيث بلغت قيمة معامل الثبات (0.83) وهو معامل ارتباط جيد إذ يرى كرونباخ إنه إذا كان معامل الارتباط (0.70) فأكثر فإن ذلك يعد مؤشراً جيداً لثبات الاختبار ( عيسوي، 1985 : 58 ) ، وكما قام الباحث بحساب الثبات لمقياس مهارات فاعلية الحياة بطريقة ألفا كرونباخ وهذه الطريقة تناسب الاختبارات التي تتطلب إجابتها الاختيار من بين البدائل المتعددة وتكون درجاتها متدرجة من (1 الى 5) مثلاً . ( علام، 2014 : 100 )

وقد بلغت معامل الثبات بهذه الطريقة (0.80) وبعد حساب درجة ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ وطريقة إعادة التطبيق تبين من خلال النتائج إن المقياس يتمتع بثبات مقبول ويمكن استخدامه في البحث الحالي والاعتماد في النتائج التي تتمخض عنه .

#### • . تعليمات التصحيح

تم تصحيح إجابات الطلبة على المقياس وفقاً لتدرج ليكرت الخماسي و(الجدول رقم 2) يوضح طريقة تصحيح المقياس والدرجات المستحقة .

(جدول رقم 2)

يوضح طريقة تصحيح مقياس مهارات فاعلية الحياة

| المتغيرات              |  |  |  |  | خيارات الإجابة |
|------------------------|--|--|--|--|----------------|
|                        |  |  |  |  | دائماً         |
|                        |  |  |  |  | غالباً         |
|                        |  |  |  |  | أحياناً        |
|                        |  |  |  |  | نادراً         |
|                        |  |  |  |  | أبداً          |
| الفقرات                |  |  |  |  | 4              |
|                        |  |  |  |  | 3              |
|                        |  |  |  |  | 2              |
|                        |  |  |  |  | 1              |
|                        |  |  |  |  | صفر            |
| النهاية الصغرى للمقياس |  |  |  |  | صفر            |
|                        |  |  |  |  | 160            |

#### • التطبيق النهائي

قام الباحث بتطبيق مقياس مهارات فاعلية الحياة على عينة البحث التي بلغت (104) طالب وطالبة بواقع (45) طالب و (59) طالبة ، وذلك من خلال زيارة كلية التربية الأساسية في يوم الاربعاء المصادف 4 / 1 / 2023 بموجب كتاب تسهيل المهمة المرقم (49284) في

11 / 10 / 2022 الصادر من المديرية العامة لتربية واسط - شعبة البحوث والدراسات (ملحق رقم 1)

### • الوسائل الإحصائية :

التحقيق نتائج البحث استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية ( SPSS ) لمعالجة البيانات سواء في التحقق من الخصائص السايكومترية لأداة البحث ، واستخراج النتائج وكالتالي .

1- معامل ارتباط بيرسون ، وقد استعمل في إيجاد علاقة الفقرة بالدرجة الكلية وعلاقة درجة الفقرة في المجال الذي تنتمي إليه

2- معامل ارتباط ألفا \_ كرونباخ للاتساق الداخلي لإستخراج الثبات .

3- الاختبار التائي ( t-test ) لعينتين مستقلتين .

4- الاختبار التائي ( t-test ) لعينة واحدة .

### المبحث الرابع

### عرض النتائج وتفسيرها

### الهدف الأول

التعرف على مستوى مهارات فاعلية الحياة لدى طلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط . قام الباحث بتطبيق مقياس مهارات فاعلية الحياة على الطلبة عينة البحث والبالغ عددها (104) طالب وطالبة وتم إيجاد المتوسط الحسابي الذي بلغ ( 120,88 ) وبأنحراف معياري (18,23) وتم حساب المتوسط الفرضي للمقياس وقد بلغ ( 80 ) درجة ، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ( t-test ) ظهر إن القيمة التائية المحسوبة ( 67,64 ) وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية ( 1,96 ) عند مستوى دلالة ( 0,05 ) ودرجة حرية ( 103 ) فقد تشير النتائج الى إن القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية و(الجدول رقم 3 ) يوضح ذلك .

(جدول رقم 3)

الانحراف المعياري والمتوسط الحسابي و القيمة التائية لمقياس فاعلية الحياة

| القيمة التائية |  |  |  |  |  |  |
|----------------|--|--|--|--|--|--|
|----------------|--|--|--|--|--|--|

| حجم العينة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الفرضي | المحسوبة | الجدولية | مستوى الدلالة | درجة الحرية |
|------------|-----------------|-------------------|----------------|----------|----------|---------------|-------------|
| 104        | 120.88          | 18.23             | 80             | 67.64    | 2        | 0.05          | 103         |

**تفسير النتيجة ومناقشتها:** يشير في أعلاه الى إن طلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط يتمتعون بمهارات فاعلية الحياة بمستوى جيد وهذا يعني إن مهارات فاعلية الحياة كانت هدفاً تعمل الجامعة على تحقيقه ربما يكون مدمجاً مع المساق التعليمي أو هدفاً أساسياً ومطلب ضروري لنجاح الطلبة في حياتهم المهنية في المستقبل فالتعليم مهنة اجتماعية تتطلب مد جسور التواصل مع مؤسسات المجتمع لا سيما الاسرة ، ويمكن أن نفسر ذلك على وفق نظرية باندورا للتعليم الاجتماعي المعرفي، فقد وضع البرت باندورا أسس نظريته على التعلم بالقدوة أو الاقتداء النموذجي وسماه التعلم بالحاكاة أي إن جانباً كبيراً من التعلم يحدث من خلال ملاحظة الافراد لسلوك غيرهم من الاقران ويعتبر مثل هؤلاء نماذج للتعلم ، ويرى أصحاب هذه النظرية إن التعلم بالملاحظة هو المصدر الرئيسي للتعلم بالثقافات المعاصرة وغالباً ما يكون من الأفضل أن يتعلم الانسان عن طريق النموذج . ( محمد ، 2007 : 233 ) ، وإن المؤسسات تصبح مصدراً لمهارات فاعلية الحياة ، بتشجيعها للطلبة على تنمية هذه المهارات التي تحثهم الى النجاح أو استخدامها لتحقيق النجاح في الحياة المهنية خاصة والاجتماعية بصورة عامة . ( جولمان ، 2000 : 60 ) .

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة (Betty 2015) حيث أشارت الى تمتع الطلبة المعلمين للمرحلة الثانوية بمهارات فاعلية الحياة .

## الهدف الثاني

التعرف على الفرق في مهارات فاعلية الحياة لدى طلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط وفقاً لمتغير الجنس يتضح من (الجدول رقم 4 ) انه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية في مقياس مهارات فاعلية الحياة على وفق متغير الجنس لدى عينة البحث ، إذ بلغ متوسط درجات الذكور (124,73) وبانحراف المعياري قدره (17,89) ، فيما بلغ متوسط درجات الاناث (117,95) والانحراف المعياري (18,08) وكانت القيمة التائية المحسوبة ( 1,91 ) وهي

أصغر من القيمة التائية الجدولية ( 2 ) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية ( 102 ) والجدول ادناه يوضح ذلك .

( جدول رقم 4 )

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس مهارات فاعلية الحياة حسب متغير الجنس

| الجنس | حجم العينة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الفرضي | القيمة التائية |          | مستوى الدلالة | درجة الحرية |
|-------|------------|-----------------|-------------------|----------------|----------------|----------|---------------|-------------|
|       |            |                 |                   |                | المحسوبة       | الجدولية |               |             |
| ذكور  | 45         | 124.73          | 17.89             | 80             | 1,91           | 2        | 0.05          | 102         |
| أناث  | 59         | 117.95          | 18.08             |                |                |          | 0.05          |             |

ويمكن أن نفسر النتيجة في ضوء الآتي:

اتفقت النتيجة مع دراسة (Betty 2015) حيث أشارت الى عدم وجود فروق ذو دلالة إحصائية بين طلبة قسم التاريخ عينة البحث بحسب متغير الجنس ، ويمكن أن نفسر ذلك التعادل الى إن البيئة الجامعية لا تميز بين الذكور والاناث فهي تحرص على أن يتلقى الطلبة نفس الدروس وتوفير برامج تعليمية تستعمل داخل القاعات الدراسية تجعل التقارب ممكن في المهارات التي يمتلكها كلا الجنسين ، ونضيف الى ذلك تعامل الأساتذة مع طلبتهم بمهنية وحيادية تجعل العدالة قائمة في التعامل مع الجنسين دون تفریق ، وكذلك إن هذه المهارات يمكن تنميتها من خلال التدريب والمران وبما إن الجنسين قد خضعوا لنفس البرامج التعليمية فالنتائج كانت متساوية بين الجنسين .

## المبحث الخامس

### الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث توصل الباحث الى مجموعة من الاستنتاجات : -

- 1 - إن المساقات التعليمية التي تعرض لها طلبة قسم التاريخ عينة البحث عملت على تنمية مهارات فاعلية الحياة لديهم .
- 2 - تساوي الفرص بين كلا الجنسين فقد تعرضوا لنفس البرامج التعليمية مما أدى الى عدم وجود فرق بين الجنسين في مهارات فاعلية الحياة .

### التوصيات :

## 1 - اخضاع المتقدمين للعمل الحكومي لاسيما قطاع التربية والتعليم لمقياس مهارات فاعلية الحياة

من قبل لجان التوظيف في القطاع العام .

## 2 - إقامة دورات في وزارة التربية والتعليم العالي لتعريف كوادرها بمهارات فاعلية الحياة وأهميتها في سوق العمل .

### المقترحات :

## 1 - عمل دراسات مماثلة على أقسام وكليات تربوية أخرى .

## 2 - عمل دراسات مماثلة لدراسة مهارات فاعلية الحياة حسب متغيرات أخرى مثل المرحلة الدراسية

والاقسام العلمية المناظرة .

### المراجع العربية

❖ بدران ، عمرو حسن . (1990) . كيف تبني ثقتك بنفسك ، القاهرة : مكتبة جزيرة الورد

❖ زيتون ، منى ابوبكر . (2005) . اختلاط المراهقين في التعليم وأثاره في مهاراتهم الاجتماعية ، القاهرة ، مصر : دار الكتاب الجامعي

❖ التميمي ، أسماء فوزي حسن . (2015) . مهارات التفكير العليا ( التفكير الإبداعي ، التفكير الناقد ) ط1 ، الأردن : مركز ديبونو لتعليم التفكير .

❖ جابر ، وليد احمد . (2002) . تدريس اللغة العربية مفاهيم نظرية وتطبيقات علمية ، (ط1) . دار الفكر للنشر والتوزيع : الأردن .

❖ الجبوري، ايمان عبدالكريم ، والسلماني ، فرح عبدالحسين . (2017) . تقييم برنامج أعداد مدرس التاريخ وفق معايير الجودة الشاملة من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية ، مجلة الدراسات التربوية والعلمية \_ كلية التربية الجامعة العراقية ، العدد (9) (علم النفس) 215-265.

- ❖ الجوالدة ، فؤاد عيد .(2013) . فاعلية برنامج تربوي قائم على نظرية العقل في تحسين جودة الحياة للأطفال ذوي الاعاقات التطورية والفكرية ، مجلة العلوم التربوية ، المجلد 40 ، ملحق رقم 1 : الأردن .
- ❖ جوليان ، دانيل .(2000) . الذكاء العاطفي ، ترجمة ليلى الجبالي ، سلسلة عالم المعرفة ، الكويت : مطبعة الوطن.
- ❖ الخفاجي، رائد ادريس والعتابي ، عبدالله مجيد .(2015) . الوسائل الإحصائية في البحوث التربوية والنفسية (ط1). عمان : دار دجلة للنشر والتوزيع .
- ❖ الخولي هشام عبدالرحمن . (2010) . فاعلية برنامج ارشادي في تنمية الذكاء الوجداني لخفض حدة السلوك العدواني لدى طلاب المدارس الثانوية ، أطروحة دكتوراه غير مطبوعة جامعة الزقازيق ، مصر : كلية التربية .
- ❖ الرباعي ، خالد بن محمد (2015) : عادات العقل ودافعية الإنجاز، (ط1) . الأردن : مركز دبيونو لتعليم التفكير .
- ❖ الروسان ، سليم سلامة وآخرون. (1995) . مبادئ القياس والتقييم وتطبيقاته التربوية الإنسانية ، عمان : جمعية عمال المطابع التعاونية .
- ❖ الطويرقي ، نسيم ونس .(2017) . تدريس مهارات الحياة ، (ط1) . إنجلترا :شركة الكتب الالكترونية EKutub- Ltd .
- ❖ عبدالعزيز ، سعيد .( 2009 ) . تعليم التفكير ومهاراته تدريبات وتطبيقات علمية ، الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- ❖ عبد المؤمن، علي معمر .(2008). البحث في العلوم الاجتماعية الاساسيات والتقنيات والاساليب . (ط1). بنغازي: دار الكتب الوطنية.
- ❖ عبد الوهاب ، صلاح شريف .(2011) . المرونة العقلية وعلاقتها بكل من منظور زمن المستقبل واهداف الإنجاز لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة ، مصر: مجلة بحوث التربية النوعية .
- ❖ علام ، صلاح الدين محمود . (2014) . الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية، (ط4) . عمان :دار الفكر .
- ❖ علاوي ، محمد حسن .(1992). سيكولوجية التدريب والمنافسات ، (ط 7) . القاهرة

دار المعارف .

❖ عيسوي ، عبدالرحمن محمد . (1985) . القياس والتجريب في علم النفس والتربية ، مصر: دار المعرفة الجامعية .

❖ غباري ، ثائر احمد .(2008) . الدافعية- النظرية والتطبيق ، ( ط 1 ) . عمان ، الأردن: دار المسيرة للطباعة والنشر .

❖ فرج ، طريف شوقي محمد .(2003) . المهارات الاجتماعية والاتصالية – دراسات وبحوث نفسية ،( ط 1 ) . مصر : دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

❖ الفقي ، إبراهيم . (2020) . قوة الثقة بالنفس ، مصر : دار الراهية للنشر والتوزيع

❖ الفيل، حلمي.(2019) . متغيرات تربوية حديثة على البيئة العربية (تأصيل وتوطين) ، ( ط 1 ) . القاهرة . الانجلو مصرية .

❖ القصري ، يوسف أبو الحجاج . (2011) . تعلم كيف تنجز أكثر في وقت أقل ، القاهرة ، مصر : مكتبة جزيرة الورد ،.

❖ الكبسي ، وهيب مجيد .(2010). القياس النفسي بين النظرية والتطبيق ، ( ط 1 ) . بيروت لبنان العالمية المتحدة .

❖ محمد ، محمد جاسم محمد .(2007) . نظريات التعلم، ( ط 1 ) . عمان : دار الثقافة .

❖ محمد ومحمد ، فريدة فؤاد محمد ومحمد، شيماء سمير .(2023) . أنشطة التوكاتسو وتنمية مهارات فاعلية الحياة لتلاميذ المدارس المصرية اليابانية ، مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية ، المجلد التاسع ، العدد 44 ، كلية التربية النوعية ، مصر : جامعة المينا .

❖ المرشود ، جوهرة صالح .(2020) . الاسهام النسبي لأبعاد الحكمة في التنبؤ باليقظة العقلية ومهارات فاعلية الحياة لدى طالبات جامعة القصيم، المملكة العربية السعودية: مجلة جامعة الملك عبدالعزيز- :الآداب والعلوم الإنسانية ، مجلد28، العدد9، من 1 – 45 .

❖ مصطفى ، أسامة فاروق .(2018) . تعديل وبناء السلوك الإنساني للعاديين وذوي الاحتياجات الخاصة ، القاهرة : مكتبة الانجلو مصرية.

❖ منسي وخديجة ، محمود عبدالحليم وخديجة احمد بخيت . ( 2010 ) . مهارات الحياة  
تعليمها وتعلمها ، دار الزهراء للنشر والتوزيع ، السعودية .

## المراجع الأجنبية

- Betty. P. (2015), An Investigation about Life effectiveness Of Student Teacher at Secondary Level, International Journal of Education and Psychological Research (IJEPR),4(2),pp.17-19
- Kemple, Kristen and Ellis, Stacy (2009) Peer-Related Social Competence in Early Childhood: Supporting Interaction and Relationships, Informing Our Practice Useful Research on Young Children's Development. *National Association for the Education of Young Children*. Washington, DC.
- Mcnulty , H , Mccann , A , Moor , A , Hoey , L , Molloy , A & Rigby , J , (2010) . Socioeconomic deprivation and risk of age-related cognitive dysfunction: results from the TUDA Ageing Cohort Study . elfast : Centre for Ageing Research and Development in Ireland.
- Neill, J. (2008). Resilience and outdoor education. Keynote presentation to the 1st Singapore Outdoor Education Conference, Dairy Fair Adventure Centre, Singapore, November 5-6. Singapore.

الملاحق :

ملحق رقم (1)

كتاب تسهيل المهمة

THE REPUBLIC OF IRAQ  
WASIT PROVINCE

الجمهورية العراقية  
محافظة واسط

المديرية العامة للتربية واسط  
القسم / الإعداد والتدريب  
الشعبة / البحوث والدراسات

العدد : ٤٩٢٨٢  
التاريخ : ٢٠٢٢/١٠/١١

إلى / جامعة واسط / كلية التربية الأساسية

م / تسهيل مهمة

تهديكم أطيب التحايا...

بناءً على الطلب المقدم من قبل الباحث م.م (حسام خليل علوان) والمؤرخ في ٢٠٢٢/١٠/١١ يرجى تسهيل مهمته وذلك لاستكمال بحثه الموسوم (مهارات فاعلية الحياة لدى طلبة قسم التاريخ في كلية التربية الأساسية بجامعة واسط) .

مع التقدير...

صالح حسن حمد الله  
المعاون الفني / وكالة  
٢٠٢٢/١٠/١١

تسليمه منه السيد  
مكتب معاون الفني / للتفضل بالاطلاع .. مع التقدير  
م.م الإعداد والتدريب / شعبة البحوث والدراسات .. مع التقدير