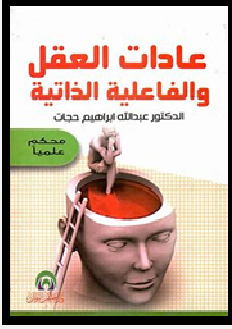


## عادات العقل و الفاعلية الذاتية



maansaleh62@yahoo.com

تأليف: الدكتور عبد الله إبراهيم حجات

عرض وتلخيص: الطالبة / سمية شيخان السقاف

طالبة الدفعة الأولى ماجستير علم النفس التربوي - قسم العلوم النفسية / كلية التربية / جامعة حضرموت

إشراف ومراجعة: عبد الحكيم محمد بن بريك

استاذ علم النفس المشارك - قسم علم النفس - كلية التربية - جامعة حضرموت

مراجعة وتحرير: أ.د. معن عبد الباري قاسم صالح - أستاذ علم النفس السريري (العيادي)

قسم الطب النفسي كلية الطب جامعة الامام عبد الرحمن بن فيصل (الدمام سابقا)

## الكتاب خير جليس

الكتاب خير جليس ، ومتابعة الجديد في حقل الاختصاص هو محور الاهتمام وتأكيد للتحديث المعلوماتي .

في هذا العيز الأسبوعي سنعرض لتكون لنا وقفة مع واحدة من الكتب المرجعية

السيكولوجية (النفسية) في موضوعاتها وبشكل وجيز بقصد تحفيز روح البحث والمثابرة عند زملاء الاختصاص

والمهتمين من القراء بالعلوم السلوكية.

هذا الكتاب من تأليف د. عبدالله إبراهيم حجات، صدرت طبعته الأولى في عام 2010 عن دار

جليس الزمان للنشر والتوزيع، يقع الكتاب في 159 صفحة. وتضمنت محتويات الكتاب خمسة

وحدات توزعت على النحو التالي :

الوحدة	الصفحات
الأولى	من 3 إلى 19
الثانية	من 23 إلى 53
الثالثة	من 57 إلى 76
قائمة بالمراجع:	من 79 إلى 87
الخامسة	من 91 إلى 133

من أبرز الاتجاهات التربوية التي تتطلبها تحديات عصر العولمة، ويمكن تعريفه بأنه اتجاه عقلي لدى الفرد يعطي سمة واضحة لنمط سلوكياته ويقوم على استخدام الفرد لخبراته السابقة وتوظيفها في مواقف مشابهة وتجارب مطابقة عن طريق ممارسات ذهنية معينة كالمثابرة وحل المشكلات وغيرها

○ ذُكرت المراجع في نهاية الكتاب؛ حيث رجع المؤلف إلى (10) مراجع عربية، كان أحدثها:

كتاب عادات العقل والتفكير: النظرية والتطبيق، (2005)، تأليف: يوسف قطامي و أميمة عمور.

وأقدمها كتاب:

العمليات الذهنية ومهارات التفكير، (2001)، تأليف: جهاد جميل

○ و(60) مرجعًا أجنبيًا، كان أحدثها: Self-Efficacy: A Key to Improving the

motivation of struggling, by: Morgolis&McCabe. (2004).

وأقدم مرجع: Problem Solving & Intelligence, by: Rowe. (1985).

## لمحة عامة عن الكتاب:

يتحدث هذا الكتاب عن محورين هما (عادات العقل والفاعلية الذاتية)، وفي حديثنا عن المحور الأول نجد أنه من أبرز الاتجاهات التربوية التي تتطلبها تحديات عصر العولمة، ويمكن تعريفه بأنه اتجاه عقلي لدى الفرد يعطي سمة واضحة لنمط سلوكياته ويقوم على استخدام الفرد لخبراته السابقة وتوظيفها في مواقف مشابهة وتجارب مطابقة عن طريق ممارسات ذهنية معينة كالمثابرة وحل المشكلات وغيرها والاستفادة منها لتحقيق الهدف المطلوب، وأصبحت عادات العقل ضرورة تربوية ملحة وصار لزاماً على التربويين إيلائها الأهمية في العملية التعليمية ولا سيما في المناهج، وتأثيرات عادات العقل ليست فورية وإنما تأخذ وقتاً طويلاً وتنمو بالممارسة والمران والاستمرار لتغدو في نهاية المطاف تلقائية وعفوية، وهذا ما أشار إليه الخبير التربوي هورسمان "عادات العقل تشبه الحبل الذي تُنسج خيوطه كل يوم حتى يصبح سميكاً، ويصعب قطعه". ثم انتقل الكتاب ليحدثنا عن الفاعلية الذاتية وكونها جزءاً من المكونات المحورية للشخصية وهي بناء رئيسي لأداء السلوك؛ لأن العلاقة بين المعرفة والعمل سوف تتوسط بشكل كبير بفكرة الفاعلية الذاتية.

## تلخيص مقدمة الكتاب:

تمحورت المقدمة حول أن الكتاب يحوي معالجة لبعض المفاهيم وموضوعات علم النفس التربوي ذات العلاقة بالتعلم والتعليم في الأوضاع المدرسية، وقد تكون الكتاب من خمس وحدات، شملت الثلاث الأولى منها شرحاً مفصلاً عن عادات العقل، والوحدتين الأخيرتين عن الفاعلية الذاتية.

## الوحدة الأولى: في هذه الوحدة تناول المؤلف المواضيع الآتية:

### مقدمة عن الوحدة (من 3 إلى 4):

تحدثت المقدمة عن أهمية تنمية مهارات التفكير كونها تساعد على بناء شخصية فردية عقلية وناقدة؛ وهذا يُكسب المتعلم الدافعية الذاتية في التحصيل والمعرفة؛ وهذا يظهر الحاجة نحو عادات العقل النشطة التي تركز على العمليات العقلية الداخلية للفرد. ثم انتقل بالحديث عن الفاعلية الذاتية كونها أهم محرك لعمليات الدافعية، وهي كالفروق الفردية باختلاف الناس وبين الفرد الواحد نفسه، وتقاس باعتبارها توقعات محددة ترتبط بسلوك محدد في موقف محدد.

**تعريف عادات العقل (من 5 إلى 6):** تطرق الباحث لعدة تعاريف، كلٌّ منها تمحور في أن العادات العقلية:

- ماهي إلا ترتيب وتنظيم للعمليات العقلية (تعريف كوستا وكالليك).
- نتاج استجابات الفرد نحو مشكلات تتطلب تفكير وبحث (تعريف بيركنز).
- توظيف العمليات والمهارات الذهنية عند مواجهة خبرة جديدة وجعلها عادة بفعل التدريب والتكرار (تعريف جولمان وجلاتورن وبرلين).
- ووضع الكاتب تعريفاً شاملاً لعادات العقل من التعريفات الأنفة الذكر، بأنها: عادات معرفية توجه سلوك الفرد وتحفزه للتعلم ولتحقيق هدف معين وتساعد في التركيز على الأولويات الأهم.

### وصف عادات العقل (من 6 إلى 17):

أن عادات العقل لا تعني امتلاك المعلومات فقط؛ بل والعمل عليها واستخدامها في النشاطات العقلية والعملية، وظهر ذلك من خلال استخدامها في:

- المناهج: كالمنهج الوطني البريطاني المتبنى للعديد من عادات التفكير كا: احترام الأدلة، إرادة

أصبحت عادات العقل ضرورة  
تربوية ملحة وصار لزاماً على  
التربويين إيلائها الأهمية في  
العملية التعليمية ولا سيما في  
المناهج

تأثيرات عادات العقل ليست  
فورية وإنما تأخذ وقتاً طويلاً  
وتنمو بالممارسة والمران  
والاستمرار لتغدو في نهاية  
المطاف تلقائية وعفوية

عادات العقل تشبه الحبل  
الذي تُنسج خيوطه كل يوم  
حتى يصبح سميكاً، ويصعب  
قطعه

التسامح والتفكير الناقد...، أما منهاج نيوجرسي الأمريكية حدد ستة أهداف تربوية في مجال عادات العقل، أهمها: يجب أن يظهر جميع الطلبة قدرة على تطوير مهارات التخطيط للحياة وسوق العمل.

- المشاريع التربوية: مشروع 2061 في العلوم والرياضيات والتكنولوجيا.
- اهتمام وتركيز علماء النفس المعرفي، من خلال أبحاث ودراسات قام بها عدد من الباحثين، مثلما اقترح (إلياس) عددًا من عادات العقل في المجال الاجتماعي، إضافة لعدد من المهارات الحياتية التي اعتمدها برنامج تجريبي في مدرسة نيوهافن، وهي: (الإدارة الذاتية، حل المشكلات واتخاذ القرارات، الاتصال)، أما القيم التي ينبغي تنميتها للطلبة فهي قيم متعلقة ب: (الذات، الآخرين، والواجبات).
- ثم أورد المؤلف بعض التقسيمات لعادات العقل، كالآتي:
- تقسيم هايرل إلى ثلاثة أقسام رئيسية يتفرع منها أقسام فرعية.
- تقسيم دانيالز قسم عادات العقل إلى أربعة أقسام.
- تقسيم مارزانو الذي اعتبر عادات العقل كأحد أبعاد نماذج التعليم الخمسة

### العلاقة بين الذكاء وعادات العقل والتفكير (من 17 إلى 19):

يوضح المؤلف هنا أن كل من (كوستا وكاليك) قدما نظرة نقدية مغايرة للصورة الكلاسيكية السائدة عن ماهية الذكاء ومقاييسه، مبينين أن تصنيفات ومقاييس الذكاء تحاصر العقل والتفكير عند الإنسان وتأطره بحدود معينة لا يمكن تجاوزها؛ كونها تحدد مفهوم محدد حول إمكانية الذكاء (أي أنها تركز على الكم وليس الكيف)، مستدلين بذلك إلى:

- العلاقة الترابطية الجوهرية بين عادات العقل والإمكانات اللامتناهية لتطوير الذكاء الإنساني التي تجعل الفرد يبحر في عالم الإبداع عند الثقة بذكاء الأطفال وقدراتهم.
- إمكانية تعلم الذكاء كون الدماغ يطور نفسه وفق البيئة الخارجية وتعتمد خلاياه إلى مزيد من الارتباطات.

- أنه من الأجدى النظر للذكاء من خلال السلوك الذي يسلكه الطالب عند عدم معرفته الإجابة الصحيحة وليس النظر إلى معلومات الطالب كما ترى الممارسات الكلاسيكية التربوية ذلك. ويمكن إيصال عقل إلى منتهى الإبداع والعطاء؛ بأن نجعله يترس على ست عشرة عادة عقلية تمكنه من النهوض إلى أعلى المستويات.

### الوحدة الثانية: في هذه الوحدة تناول المؤلف المواضيع الآتية:

عادات العقل (من 23 إلى 35): استعرض عادات العقل الست عشرة، وهي كالآتي:

المثابرة: أي القدرة على بناء منهجيات واستراتيجيات عديدة ومتنوعة في مواجهة مختلف الاهتمامات.

التحكم بالتهور: أي التأمي ومعاودة النظر مرارًا عديدة قبل الوصول إلى حكم نهائي أو إجابة متسعة

الإصغاء بتفهم وتعاطف: فالإصغاء فعل نقدي تأملي وعمل ذهني معقد، ومثلما قال كوستا وكاليك: "تريد أن يتعلم الطلبة تعليق قيمهم وأحكامهم وآرائهم وانحيازاتهم ليتمكنوا من الإصغاء النقدي للآخر والتفكير المحكم فيما يقولون".

التفكير بمرونة: وتعني القدرة على استخدام طرق غير تقليدية في حل المشكلات ومواجهة التحديات.

التفكير في التفكير (فوق المعرفي): ويعني أن يصحح المرء أكثر إدراكًا لأفعاله ولتأثيرها على الآخرين وعلى البيئة

الكفاح من أجل الدقة: وهنا يؤكد على دور التربية في تمكينها للنشء من عادات العمل المستر

أهمية تنمية مهارات التفكير  
كونها تساعد على بناء شخصية  
فردية عقلية وناقدة؛ وهذا  
يُكسب المتعلم الدافعية  
الذاتية في التحصيل والمعرفة

أن عادات العقل لا تعني  
امتلاك المعلومات فقط؛ بل  
والعمل عليها واستخدامها في  
النشاطات العقلية والعملية

العلاقة الترابطية الجوهرية بين  
عادات العقل والإمكانات  
اللامتناهية لتطوير الذكاء  
الإنساني التي تجعل الفرد يبحر  
في عالم الإبداع عند الثقة  
بذكاء الأطفال وقدراتهم

من أجل الوصول إلى معرفة محكمة تتصف بالدقة والرصانة بعيداً عن التهور .

التساؤل وطرح المشكلات: يجب تعليم الاطفال فن التساؤل وطرح المشكلات وإعادة بنائها.

تطبيق المعارف الماضية على أوضاع جديدة: من خلال توظيف المعرفة والاستفادة منها.

التفكير والتواصل والوضوح بدقة: تركز هذه العادة على التواصل اللغوي، حيث أن اللغة دور مهم

في تعزيز الخرائط المعرفية وقدرات التفكير النقدي.

جمع البيانات باستخدام جميع الحواس: حيث أن بعض الطلبة يعملون في إطار ضيق من

الاستراتيجيات الحسية لحل المشكلات؛ بهذا أتى التأكيد على أهمية توظيف الحواس وتنمية القدرات

الحسية للمرء في عملية بناء المعرفة.

الإبداع والخيال والتجديد: أن الإبداع عادة ذهنية وعقلية مرهونة بالوسط الذي يعيش فيه الطفل.

الاستجابة بدهشة ورهبة: ومثلما تقول العبارة أن أجمل تجربة في العالم هي التجربة التي يكتنفها

الغموض، فالحاجة هنا إلى اكساب الطلاب حب الاستطلاع والتواصل مع العالم من حولهم.

المسؤولية والإقدام على مخاطرها: أورد المؤلف أن تعلم المسؤولية والإقدام على الأعمال يكون من

الصغر؛ وهذا ما يخلق أجيالاً خلاقاً ببناءة لا تخشى الفشل ولا ترهب من فعل المغامرة.

التفكير التبادلي: أكد المؤلف على ضرورة التفكير بالاتساق مع الآخرين والعمل في مجموعات.

الاستعداد الدائم للتعلم: والرغبة الملحة في الاستمرار بالتعلم، وهذا أمر يمكن تأصيله في العقل.

إيجاد الدعاية: مقدر الفرد على تقديم نماذج من السلوك تدعو إلى السرور والمتعة.

ثم أوضح المؤلف وفق أنموذج كوستا لتبيان العلاقة بين عادات العقل والعمليات المعرفية ومهارات

التفكير، بأن اكتساب وممارسة مهارات التفكير الأساسية مثل التذكر، الاستدلال، التقييم... يتم ضمن

عمليات معرفية مثل حل المشكلات وصنع القرارات التي تستند بدورها إلى امتلاك عادات العقل.

**خصائص عادات العقل (من 35 إلى 46):**

وأفردا المؤلف وفقاً لكوستا كالاتي: (القيمة، وجود الرغبة أو الميل، الحساسية، امتلاك القدرة، الالتزام

أو التعهد، السياسية). وذكر كوستا وكالك أربع سمات لعادات العقل وهي: (احترام العواطف، احترام

الميول الخاصة والفروق الفردية، مراعاة الحساسية الفكرية، النظرة التكاملية للمعرفة). ثم استطرده المؤلف

للمذكر أن عادات العقل ترتبط بعدد من البرامج ومنها برامج أبعاد التعليم، حيث صنف مارزانو التعلم إلى

خمس أبعاد، كالتالي:

(1) اتجاهات وإدراكات إيجابية عن التعلم: يرى مارزانو أن اتجاهات الفرد وإدراكاته هي التي تكون كل

خبرة من خبراته، حيث يعتقد سميث أن اتجاهاتنا وإدراكاتنا هي أساس كل إدراكات العالم وفهمه، وهو

أساس جميع أنواع التعلم ومصدر كل الآمال والمخاوف والدوافع.

(2) تكامل المعرفة: قدم كل من رومهارت ونورمان ثلاثة نماذج للتعلم، النموذجان الأولان هما

اكتساب المعرفة وتراكمها وجعلها متلاحقة ومتناغمة، أما النموذج الثالث هو إعادة البناء تعميق المعرفة

وصقلها: يعتقد مارزانو أن التعليم الجيد ليس ملء العقل بالمعلومات والمهارات وإنما يقتضي إثارة

التساؤلات عن هذه المعلومات والمهارات وإعادة صياغتها.

(3) استخدام المعرفة استخداماً ذا معنى: إن المتعلم يُحسن من تعلمه حين يكون لديه هدف يسعى

لتحقيقه يتطلب تحليلاً متعمقاً بدرجة أكبر لتنظيمها وتشكيلها لإبراز الهام من غير الهام.

(4) عادات العقل المنتجة: يعتقد مارزانو إن عادات العقل تؤثر في كل شيء نعمله، وعادات العقل

الضعيفة تؤدي إلى تعلم ضعيف بغض النظر عن مستوى القدرة أو المهارة.

**تنمية عادات العقل (من 46 إلى 53):** قدم كوستا وصف موجز، وهي كالاتي:

1. الإيمان أن جميع الطلبة لديهم قدرة على امتلاك مهارة التفكير، ويعتقد كل من فيورشتين

وفيورشتين ان باستطاعة أي شخص تقريباً أن يحقق اختلاقاً في تنمية مهارات التفكير بالتدريب على

تنميتها.

**إمكانية تعلم الذكاء كون**

**الدماغ يطور نفسه وفق البيئة**

**الخارجية وتعتمد خلاياه إلى**

**مزيج من الارتباطات**

من الأجدى النظر للذكاء من

خلال السلوك الذي يسلكه

الطالب عند عدم معرفته

الإجابة الصحيحة وليس النظر

إلى معلومات الطالب كما ترى

الممارسات الكلاسيكية

التربوية ذلك.

**الإبداع والخيال والتجديد: أن**

**الإبداع عادة ذهنية وعقلية**

**مرهونة بالوسط الذي يعيش**

**فيه الطفل**

2. التفكير هو هدف تربوي ينبغي السعي لتحقيقه عن طريق إتقان الطلبة لعادات العقل.
3. مراعاة مراحل النمو المعرفي للطلبة: حيث يجب أن تتناسب مهارة التفكير أو العادة العقلية المراد اكتسابها من قبل الطلبة مع مراحل نموهم.
4. إيجاد بيئة آمنة خالية من التهديد: وعلى المعلمين أن يقدروا أفكار التلاميذ ويعدلوها باحترام مما يساعد الطلبة ويشجعهم على التفكير والتعبير عن أفكارهم وينمي عندهم عادات العقل المتوازنة.
5. إيجاد بيئة تعليمية غنية بالمشيرات (توفير البيانات): عن طريق إرشاد الطلبة لمعالجة البيانات وذلك بإجراء المقارنات أو التصنيف أو الاستدلال وبناء علاقات سببية؛ مما يوفر مناخ ينمي هذه العادات.
6. تعريض الطلبة إلى مشكلات تتحدى قدراتهم التفكيرية: من خلال وضع الطلبة في مواقف تعليمية تستدعي منهم استخدام كل طاقاتهم في حل المشكلات.
7. النمذجة: يتعلم الطلبة بالتقليد والمحاكاة أكثر من تعلمهم بالكلام.

الاستعداد الدائم للتعلم:  
والرغبة الملحة في الاستمرار  
بالتعلم، وهذا أمر يمكن  
تأصيله في العقل

### الوحدة الثالثة: في هذه الوحدة تناول المؤلف المواضيع الآتية:

استراتيجيات عادات العقل (من 57 إلى 70): استعرض المؤلف عدد من الاستراتيجيات التي يستخدمها المعلم في تقديم عادات العقل، ومنها الآتي:

1. استخدام أحداث مرت على بعض الشخصيات وعرضها للطلبة، أو عرض تجارب لبعض الشخصيات كالزعماء والأبطال والمصلحين.
2. استخدام القصص المعبرة عن حياة الشخصيات التي تقدم نماذج من حياتهم الخاصة.
3. استخدام مواقف خاصة بالطالب وأهدافه الشخصية.
4. المشكلات الأكاديمية: فهي تعتبر إحدى أدوات تدريب العقل خاصة تلك العادات المرتبطة بالتفكير الناقد والتفكير الإبداعي، وإن المشكلات الأكاديمية ذات المحتوى المنظم لها ثلاثة خصائص تميزها وتساهم في تدريب وتعزيز التفكير الناقد والإبداعي، وهي:
  - أ. أنها قوة دافعية تحرك الفرد إلى التعامل معها ومحاولة حلها.
  - ب. أنها توفر الفرص التعليمية والتي تعني الاستفادة من الفرص المتاحة أو اللحظات لتقديم الخبرة التعليمية.
  - ت. قدرتها على التحدي المعرفي للعقل وقد أشار رو أن المشاكل التي تحتاج إلى تفكير ناقد أو إبداعي تعتبر من أفضل المواقف التي تتحدى القدرات المعرفية العقلية، كما أن التساؤل المنتج من أقوى أدوات العلم، حيث يرى كوستا أن استراتيجية طرح الأسئلة تغرس في الطلبة معرفة وانشغالا بعادات العقل، وقد تم تقسيم مستويات الأسئلة وفقاً لهولمز إلى ثلاثة مستويات: (أسئلة جمع البيانات، أسئلة معالجة البيانات، أسئلة التنبؤ والتعميم في الشرح وتطبيق المفاهيم).

ت. قدرتها على التحدي المعرفي للعقل وقد أشار رو أن المشاكل التي تحتاج إلى تفكير ناقد أو إبداعي تعتبر من أفضل المواقف التي تتحدى القدرات المعرفية العقلية، كما أن التساؤل المنتج من أقوى أدوات العلم، حيث يرى كوستا أن استراتيجية طرح الأسئلة تغرس في الطلبة معرفة وانشغالا بعادات العقل، وقد تم تقسيم مستويات الأسئلة وفقاً لهولمز إلى ثلاثة مستويات: (أسئلة جمع البيانات، أسئلة معالجة البيانات، أسئلة التنبؤ والتعميم في الشرح وتطبيق المفاهيم).

**تعليم عادات العقل (من 70 إلى 72):** يرى كوستا أنه يتم تعليم عادات العقل من خلال التخطيط التالي:

1. العمل على تأسيس نتائج تعليمية.
2. تحديد المحتوى المعرفي للدرس ويجب أن تكون موضوعات تثير الأسئلة والأفكار، وتتصف هذه المواضيع أو الأسئلة ب(تثير اهتمام الطالب، توفر للطالب مسار لإيجاد علاقة بين تجاربه ومحتوى الدراسة، تقدم مشكلات لم يتم حلها، تتطلب مصادر أولية وثانوية).
3. العمليات والمهارات المعرفية التي ينبغي أن يمارسها الطالب.
4. عادات العقل التي ينبغي تمييزها لإنجاز الهدف.
5. تقييم الأفعال والأقوال الدالة على تلك العادات أو المهارات.
6. دور المعلم من خلال تحديد التطبيق العملي، وإثارة الأسئلة وإعطاء الطلبة الفرصة لممارسة العادة

أن عادات العقل ترتبط بعدد  
من البرامج ومنها برامج أبعاد  
التعليم

يرى مارزانو أن اتجاهاته الفرد  
وإدراكاته هي التي تكون  
كل خبرة من خبراته، حيث  
يعتقد سمبوز أن اتجاهاتنا  
وإدراكاتنا هي أساس كل  
إدراكات العالم وفهمه، وهو  
أساس جميع أنواع التعلم  
ومصدر كل الآمال والمخاوف  
والدوافع

7. دور الطالب ممارسة النشاطات عملياً، المبادرة الذاتية، المناقشة واحترام آراء الآخرين.

### متطلبات تحقيق عادات العقل (من 72 إلى 73):

من أجل تحقيق عادات تشغيل الذهن وتقييم أدائه، لابد تحقيق: (الاستعداد الدائم للتعلم، الانفتاح على الخبرات المختلفة، تبني فكرة تميز الإنسان كمتعلم، النتائج الواقعية كهدف، تبني استراتيجية التنظيم الذاتي).

أهمية وجود بيئة تفكيرية لغرس عادات العقل (من 73 إلى 75): ولخلق بيئة كهذه، يستخدم المعلمون الناجحون الأشكال الخمسة التالية:

- الصمت: وهو على ثلاث فترات في الانتظار: أولها: بعد أن يطرح المعلم سؤالاً، والثانية: بعد أن يقدم الطالب جواباً، والثالثة: بعد أن يقدم الطالب سؤالاً وتقديم المعلم مثالاً للتفكير.

- توفير البيانات: من خلال إرشاد المتعلمين لمعالجة البيانات عن طريق المقارنات، الاستدلال... إلخ.

- القبول من غير إصدار أحكام: وهناك شكلين للقبول: (الاعتراف، إعادة الصياغة).

- الاستيضاح: ويعني أن المعلم لا يفهم ما يقوله الطالب (تماماً) وأنه يحتاج لمزيد من المعلومات.

البيئة الصفية المناسبة لتطوير عادات العقل (75 إلى 76): وهنا استعرض المؤلف وفقاً لكوستا وكالينك، أن البيئة الصفية المناسبة لتطوير عادات العقل تتصف بالآتي: (الجو الصفي الدافئ الداعم عاطفياً للمتعلم، كل الحواس يجب أن تكون عاملة طيلة الوقت، المتعلم نشط مشارك، متفاعل دائماً، مهارات المتعلم واهتماماته محور أنشطة التعلم، المتعة والسعادة مرحب بهما دائماً، يحظر دخول التوتر والقلق إلى غرفة الصف، كل الحواس ثمينة وقابلة للاستثمار بفاعلية في نفس الوقت).

### الوحدة الرابعة: تناول المؤلف في هذه الوحدة المواضيع الآتية:

#### تعريف الفاعلية الذاتية (من 79 إلى 80):

هي معتقدات الشخص حول قدرته على تنظيم وتنفيذ المخططات العقلية المطلوبة لإنجاز الهدف المحدد. ثم استعرض التعريف بالشرح والنقاش، بعد ذلك تطرق لخصائص فاعلية الذات وفقاً لمبنتي وزمرمان، وهي (حكماً ذاتياً، متعدد الأبعاد، معتمد على المحتوى، محكي، قياسه قبل المهمة).

مصادر الفاعلية الذاتية (من 80 إلى 83): حددها باندورا بأربعة مصادر، وهي:

- أولاً: الخبرة "خبرة الإتقان": وهي أهم العوامل لتحديد الفاعلية التالية عند الشخص.

- ثانياً: النمذجة\_ الخبرة البديلة: وهي عملية مقارنة بين شخص وشخص آخر.

- ثالثاً: القناعات الاجتماعية: وهي متصلة بالتشجيع الذي يزيد الفاعلية والتثبيط الذي يخفصها.

- رابعاً: العوامل الفسيولوجية: أي إيمان الفرد بالآثار المترتبة على الاستجابة الفسيولوجية هو ما يغير الفاعلية.

محددات الفاعلية الذاتية (من 83 إلى 84): وهي عوامل يرجعها المؤلف بأنها لها أثرها في تحديد

السلوك، وهي: (الاختيار، الجهد والمثابرة، التفكير واتخاذ القرار، ردود الفعل العاطفية).

علاقة الفاعلية الذاتية بمفاهيم أخرى (من 83 إلى 85): استوضح المؤلف عدة مفاهيم تشابه الفاعلية

الذاتية وبيّن وجه الشبه والاختلاف بينهما، وهذه المفاهيم: (توقعات النواتج، الذات، الضبط المدرك).

الفاعلية الذاتية العالية والمتدنية (من 85 إلى 86): ولفهم الفاعلية الذاتية عمد المؤلف إلى مقارنة

بين الفاعلية الذاتية العليا والدنيا وفق أربعة عناصر: العمليات المعرفية، الدافعية، العمليات الانفعالية، عمليات الاختيار).

أبعاد الفاعلية الذاتية (ص 87): مشيراً هنا إلى ثلاثة أبعاد تعبر عن الفاعلية الذاتية، وهي:

(الفاعلية الذاتية المعرفية، الفاعلية الذاتية الانفعالية، الفاعلية الذاتية السلوكية).

إن المتعلم يُحسّن من تعلمه حين يكون لديه هدف يسعى لتحقيقه يتطلب تحليلاً متعمقاً بدرجة أكبر لتنظيمها وتشكيلها لإبراز المام من غير المام.

يعتقد هارزانو إن محاداة العقل تؤثر في كل شيء، نعمله، ومحاداة العقل الضعيفة تؤدي إلى تعلم ضعيف بغض النظر عن مستوى القدرة أو المهارة

على المعلمين أن يقدروا أفكار التلاميذ ويعدلوها باحترام مما يساعد الطلبة ويشجعهم على التفكير والتعبير عن أفكارهم وينمي عندهم محاداة العقل المتوازنة

المشكلات الأحادية: فهي تعتبر إحدى أدوات تدريب العقل خاصة تلك العادات المرتبطة بالتفكير الناقد والتفكير الإبداعي

## الوحدة الخامسة: تناولت المواضيع التالية:

صفات الأفراد الذين لديهم إحساس قوي وضعيف بالفاعلية الذاتية(ص 91):

طرح المؤلف بعض الصفات لمن لديهم إحساس قوي بالفاعلية الذاتية، كأن: (برون المشاكل الصعبة كمهام يتعين إتقانها، يتعافون بسرعة من النكسات والإحباط...إلخ) الذين لديهم إحساس ضعيف، كأن: (يتجنبون المهام الصعبة، يفقدون الثقة في قدراتهم)

الفاعلية الذاتية الأكاديمية(ص92): وعبر عنها المؤلف بنقطتين وهي: أن فكرة المتعلمين للفاعلية الذاتية يعود لخبراتهم السابقة، تعتمد الفاعلية الذاتية على ما يلاقيه المتعلم من دعم من قبل الوالدين والمعلمين.

الآثار المتعلقة بالتدريس الجامعي(من 93 إلى 95): بين هنا أن الشعور بالفاعلية من المخرجات القيمة في المراحل المبكرة من الخبرة التدريسية، ويمكن تقيوته ب( توفير التدريب، تنوع التغذية الراجعة، الدعم الاجتماعي).

إحساس الفاعلية الذاتية عند المعلمين(من 95 إلى 96): بأنه الحكم على قدراتهم في التأثير على مشاركة وتعلم الطلاب، حتى أولئك الطلاب الصعبين وذوي الدافعية المتدنية، كما استوضح بعض الصفات لهؤلاء المعلمين.

الفاعلية الذاتية داخل الصفوف الدراسية(من 96 إلى 98): أوضح المؤلف أنه لتحقيق ذلك يجب على المدرسين وضع منهجية لزيادة الفاعلية الذاتية للطلبة من خلال مجموعة استراتيجيات، ولكي تكون فعالة لابد على المتعلمون المتدنيون أن ينجحوا في المهام التي يتوقعون الفشل فيها.

شهادة شخصية(من 98 إلى 100): استعرض المؤلف تجربته الشخصية في سلك التدريس وربطها بالفاعلية الذاتية، حيث بين أن لبناء وغرس الفاعلية الذاتية عند الطلاب مهم عن طريق: (بناء التوقعات العالية للطلاب، التعلم بالمراقبة؛ أي أن يفعل المعلم ما يقول والعكس وبذلك يتخذ الطلاب أنموذج وقوة لهم).

استراتيجيات لمساعدة الطلبة على تطوير توقعات الفاعلية الذاتية(من 100 إلى 105): وهي أربعة كالاتي:

- التعلم السياقي: وهو مشاركة المعرفة اجتماعيًا والتفكير يصوغه العمل مع الأدوات والتعلم.
- التعلم القائم على حل المشكلات: ويكون الهدف منها هو ربط التعلم بمكان الحدوث.
- التعلم الموجه مجتمعيًا: وهو التعلم على مشروع في مكان العمل والتلمذة المهنية، وذكر المؤلف ستة معايير تميز التعلم في موقع العمل منها: (توضع أهداف التعلم بالاشتراك بين الطلبة والمعلمين والشركاء من المجتمع، تركز المشاريع على مشاكل العالم الحقيقي...إلخ).
- الرصد والتقييم الذاتي: ركز هنا على دور التقييم الذاتي في إعطاء معنى لما تعلموه الطلبة من مهارات وقدرات، كما يعزز من تطور الطلبة الوظيفي.

العمليات التي تنشط الفاعلية الذاتية(من 105 إلى 116): حددها المؤلف بأربع عمليات تؤثر على الفاعلية والأداء، وهي:

أ. العمليات المعرفية: أن آثار الاعتقاد بالفاعلية الذاتية تتخذ أشكالاً متنوعة؛ الكثير من سلوك الإنسان الهادف يتم تنظيمه من خلال التفكير المسبق بالأهداف المرغوبة ويتأثر تحديد الأهداف الشخصية بالتقييم الذاتي.

ب. عمليات الدافعية: أن معظم الفاعلية الذاتية تتكون بشكل معرفي، وهنا ثلاثة أشكال للدوافع المعرفية بنيت حولها نظريات ك: الإسناد السببي وتوقع النتائج، والأهداف المدركة والنظريات المقابلة لها فهي نظرية: الإسناد، القيمة المتوقعة ونظرية الهدف.

ت. العمليات العاطفية: بين المؤلف أن التصورات الذاتية عن الفاعلية الذاتية التي تمكن الأفراد من ممارسة السيطرة على الإجهاد تلعب دوراً رئيسياً في إدارة القلق.

ث. عمليات الاختيار: كلما ارتفع مستوى تصور الفاعلية الذاتية كلما زاد مجموعة الخيارات الوظيفية

من أجل تحقيق محاذات تشغيل  
الذهن وتقييم أداؤه، لابد  
تحقيق: (الاستعداد الدائم  
للتعلم، الانفتاح على الخبرات  
المختلفة، تبني فكرة تميز  
الإنسان كمتعلم، النتائج  
الواقعية كهدف، تبني  
استراتيجية التنظيم الذاتي).

أن فكرة المتعلمين للفاعلية  
الذاتية يعود لخبراتهم  
السابقة، تعتمد الفاعلية  
الذاتية على ما يلاقيه المتعلم  
من دعم من قبل الوالدين  
والمعلمين

يجب على المدرسين وضع  
منهجية لزيادة الفاعلية  
الذاتية للطلبة من خلال مجموعة  
استراتيجيات، ولكي تكون  
فعالة لابد على المتعلمون  
المتدنيون أن ينجحوا في  
المهام التي يتوقعون الفشل  
فيها.

أن لبناء ونحرس الفاعلية  
الذاتية عند الطلاب مهم عن  
طريق: (بناء التوقعات العالية  
للطلاب، التعلم بالمراقبة؛ أي  
أن يفعل المعلم ما يقول

والعكس وبذلك يتخذ الطلاب أنموذج وقدوة لهم).

التي يعتبرها الفرد، وزاد اهتمامه بها وزادت فرص نجاحه فيها.

### الفوائد التكيفية الناتجة عن اعتقاد متفائل بالفاعلية الذاتية (من 116 إلى 121):

أمكننا تلخيص ما أورده المؤلف في هذه الجزئية بأن هناك أنواع من الشخصيات كالناجح والمغامر والاجتماعي وغيرهم لديهم تصور متفائل بقدرتهم على التأثير في حياتهم، والتحديات في الحياة تتطلب جهدًا جماعيًا لإنتاج تغيير كبير وإحساس جماعي بالفاعلية الذاتية.

### تنمية وممارسة الفاعلية الذاتية مدى الحياة (من 121 إلى 133):

- منشأ الاحساس الشخصي بالفاعلية: تحدث كيف أن الرضع يصنعون آثارًا بأعمالهم من خلال خبراتهم الاستكشافية توفر لهم الأساس الأولي لتطوير الشعور بالفاعلية الذاتية.
- المصادر العائلية للفاعلية الذاتية: يجب أن يكتسب الأطفال معرفة ذاتية عن قدراتهم في المجالات العلمية المختلفة، وتتمحور أول الخبرات في الفاعلية الذاتية حول الأسرة تليها جماعة الأقران.
- توسيع الفاعلية الذاتية من خلال تأثيرات الأقران: دور كبير في تغيير خبرات اختبار الفاعلية الذاتية عند الأطفال، فمن خلال الأقران يوسعون معرفتهم الذاتية بقدراتهم، ويخدم الأقران عدة وظائف مهمة للفاعلية الذاتية.
- المدرسة بوصفها منشأ للفاعلية الذاتية المعرفية: تعمل المدرسة بوصفها البيئة الأولية للاكتساب والمصادقة الاجتماعية على الكفاءات المعرفية.
- نمو الفاعلية الذاتية من خلال الخبرات الانتقالية المراهقة: عندما يقترب المراهقون من مطالب البلوغ فإنهم يجب أن يتعلموا تحمل كامل المسؤولية عن أنفسهم في كل أبعاد الحياة، ولكي يحققوا ذلك عليهم تطوير كفاءات جديدة واعتقاد بالفاعلية الذاتية.
- الفاعلية الذاتية واهتمامات البلوغ: استوضح هنا المطالب الجديدة لهذه المرحلة من شراكات دائمة وعلاقات ومهنة، وأن الاعتقاد بالفاعلية الذاتية يساهم في تطوير كل ذلك.

أن التصورات الذاتية عن الفاعلية الذاتية التي تمكن الأفراد من ممارسة السيطرة على الإجهاد تلعب دورًا رئيسيًا في إدارة القلق

كلما ارتفع مستوى تصور الفاعلية الذاتية كلما زاد مجموعة الخيارات الوظيفية التي يعتبرها الفرد، وزاد اهتمامه بها وزادت فرص نجاحه فيها

### الملاحظات على الكتاب:

- بعد الانتهاء من إعداد هذا التلخيص وجدت الدراسة أن هناك عدد من الإيجابيات التي ظهرت في هذا الكتاب (وذلك بالرجوع إلى الموصفات اللازم توافرها في الكتب عند تأليفها) وهي:
- ترى الدراسة أن الصورة الموجودة على غلاف الكتاب مناسبة لمحتواه.
  - مقدمة الكتاب كانت شاملة لمحتواه.
  - مقياس الكتاب وحجمه جيد.
  - تتوقع الدراسة أن نوع الورق الداخلي ووزنه مناسب ومراعي للشروط الواجب توافرها في ذلك .
  - أسلوب المؤلف كان جيد وواضح ومبتعد عن الأسلوب التعبيري.
  - كان الكتاب مقسم إلى وحدات ووضع المؤلف بداية كل فصل ورقة فاصلة تحتوي على عناصر الفصل، وهذا ترتيب جيد.
  - توثيق المراجع في صفحات الكتاب كان جيدًا وواضحًا.
  - قائمة المراجع كانت واضحة، حيث قام المؤلف بوضع المراجع وترتيبها هجائيًا، وكانت هذه المراجع قديمة وحديثة (نوعا ما ) عربية وأجنبية.
  - الخط كان واضحًا ومقاسه مناسب.

هناك أنواع من الشخصيات كالناجح والمغامر والاجتماعي وغيرهم لديهم تصور متفائل بقدرتهم على التأثير في حياتهم، والتحديات في الحياة تتطلب جهدًا جماعيًا لإنتاج تغيير كبير وإحساس جماعي بالفاعلية الذاتية

يجب أن يكتسب الأطفال معرفة ذاتية عن قدراتهم في المجالات العلمية المختلفة، وتتمحور أول الخبرات في الفاعلية الذاتية حول الأسرة تليها جماعة الأقران



الفصل أشمل وأعم من كلمة وحدة.

✚ لا توجد عناوين للوحدات، وإنما اكتفى المؤلف بذكر عدد الوحدة؛ ويفضل لو كتب عنواناً للوحدة حتى ييسر على القارئ القراءة وتكون المواضيع غير متداخلة.

### مقترحات للتطوير:

✓ يجب لو احتوى الكتاب على جانب عملي تطبيقي بعد كل وحدة، خاصة الوحدة الثالثة التي تحوي موضوع ك (استراتيجيات عادات العقل)، والوحدة الخامسة التي تحوي موضوع ممكن إفراده بالإسهاب بوحدة بحد ذاتها، وهو (تنمية وممارسة الفاعلية الذاتية مدى الحياة)، ليتم فيها التعمق بعادات العقل في كل مرحلة وكيفية إسقاطها عملياً بالتدريب والممارسة؛ خاصة وأن للجانب العملي أهميته الكبرى ليس فقط في تعلم كيفية التدريب وتنمية هذه العادات، إنما أيضاً في سهولة فهم الجانب النظري.

✓ كان الأجدى بالمؤلف أن يربط فيما بين العادات العقلية والفاعلية الذاتية كأن يذكر العلاقة بينهم؛ حيث يمكننا القول أن عادات العقل والفاعلية الذاتية هما وجهان لعملة واحدة نحو رقي وتقدم الشخصية الفردية الفذة؛ فلو تمعنا في الفاعلية الذاتية نجد أنها المحرك الأساسي نحو اكتساب العادات العقلية بالصورة الأولى، وهي التي تدفع بالفرد نحو الإنجاز والمثابرة في الأمور، أما عادات العقل فتعمل على شحذ إمكانيات الفرد العقلية والذهنية نحو تحقيق الأهداف في الحياة باختلاف مستوياتها وصعوبتها وأشكالها.

أنه حقاً كتاب جدير بالقراءة ونصحه به كل زملاء الاختصاص في العلوم السلوكية من علماء النفس وطلاب الجامعة وتحديداً من كليات التربية والدراسات العليا والباحثين التربويين المهتمين بالبعد السلوكي.

رابط كامل النص:

<http://www.arabpsynet.com/Documents/BR106MaanHabitsOfMind.pdf>

أن عادات العقل والفاعلية الذاتية هما وجهان لعملة واحدة نحو رقي وتقدم الشخصية الفردية الفذة؛ فلو تمعنا في الفاعلية الذاتية نجد أنها المحرك الأساسي نحو اكتساب العادات العقلية بالصورة الأولى، وهي التي تدفع بالفرد نحو الإنجاز والمثابرة في الأمور

أما عادات العقل فتعمل على شحذ إمكانيات الفرد العقلية والذهنية نحو تحقيق الأهداف في الحياة باختلاف مستوياتها وصعوبتها وأشكالها.

### شبكة العلوم النفسية العربية

#### إنجازات الموقع العلمي

[www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynetPart1.pdf](http://www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynetPart1.pdf)

- صفحة الاستقبال

[/http://www.arabpsynet.com](http://www.arabpsynet.com)

- الرابط الأول: نفسانيون

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/ISTGIST.Ar.HTM&current\\_c2=2](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/ISTGIST.Ar.HTM&current_c2=2)

- الرابط الثاني: مجلات

[http://arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/RevAr3.htm&current\\_c2=3](http://arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/RevAr3.htm&current_c2=3)

- الرابط الثالث: كتب

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/BOOKS.ArLibr.htm&current\\_c2=4](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/BOOKS.ArLibr.htm&current_c2=4)

- الرابط الرابع: معاجم

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/DictAr3.htm&current\\_c2=5](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/DictAr3.htm&current_c2=5)

- الرابط الخامس: مؤتمرات

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/CongAr.3.htm&current\\_c2=6](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/CongAr.3.htm&current_c2=6)

- الرابط السادس: جمعيات

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/ASS.Ar3.htm&current\\_c2=7](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/ASS.Ar3.htm&current_c2=7)

- الرابط السابع: وظائف

[http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link\\_c2=/HomePage/JobsAr.3.0.htm&current\\_c2=8](http://www.arabpsynet.com/menu.asp?link_c2=/HomePage/JobsAr.3.0.htm&current_c2=8)