



كلية التربية

كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان جودة التعليم

إدارة: البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية)

=====

تضمين مهارات جودة الحياة في مقرر علم النفس لتنمية مهارات اتخاذ القرار والذكاء الشخصي لدى طلاب الصف الثالث الثانوي

إعداد

د/ محمد حسن عمران

استاذ مناهج وطرق تدريس علم النفس المساعد

﴿ المجلد السادس والثلاثون - العدد الأول - يناير ٢٠٢٠ م ﴾

http://www.aun.edu.eg/faculty_education/arabic

تواجه المجتمعات المعاصرة تغييرا في كافة مجالات الحياة وهذا يتطلب من النظم التربوية اعداد الافراد ليس جسميا او عقليا فقط بل ان الامر يتطلب اعداد الاجيال اجتماعيا وذاتيا وانفعاليا ووجدانيا وتدريبهم على كيفية معرفة ذواتهم وفهم انفسهم وفهم الاخرين وحساسية العلاقة مع الاخرين والقدرة على مواجهة المواقف المختلفة الناتجة عن هذا التطور من خلال اتخاذ القرارات المناسبة . عندما يكون لدينا هدفٌ نسعى لتحقيقه أو مشكلة يتطلب الوصول إلى حلها، فإننا نفكر في البدائل المتوفرة والأفعال المتاحة التي يمكن أن تساعدنا في الوصول إلى حل المشكلة. ويكون الحسم النهائي في تبني بديل معين أو اختيار فعل محدد هو ما يمكن أن نطلق عليه القرار

وقد أكد عدد من خبراء التربية علي ضرورة تدريس وتعلم مهارات اتخاذ القرار باعتبارها غاية من غايات التربية العلمية، وذلك لأن القيام بأي مسعى أو منشط علمي يتطلب إيجاد عدة بدائل وتقويمها واختيار أنسبها قبل القيام بهذا المسعى. كما يتفق خبراء التدريس علي أن التدريس يعتمد علي تعليم وتدريب المتعلم علي صنع واتخاذ القرارات الحكيمة التي تعتمد علي فهم بيئته وطبيعته وامكانيات المجتمع الذي يعيش فيه (خالد الباز، ١٩٩٦، ٩٦ - ٩٧). ولذا أصبحت تنمية قدرة المتعلم علي اتخاذ القرار لحل مشكلات الحياة اليومية من الأهداف الرئيسية للعملية التعليمية، كما تزايد الاهتمام بتدريب المتعلمين علي المهارات المختلفة لعملية اتخاذ القرار.

و يعد اتخاذ القرار عصب الوجود الإنساني بأفراده وجماعاته ومنظماته، وفي حياة كل منا مواقف تحتاج منا إلى اتخاذ قرار فيها، هذه القرارات منها ما هو سهل ومنها ما يحتاج لرؤية واسعة ومهارة لاختيار السليم من بين بدائل مختلفة، بعض هذه القرارات روتيني، والبعض الآخر يحتاج إلي تخطيط. وبهذا فعملية اتخاذ القرارات هي جوهر الحياة، وعند النظر من منظار جزئي علي مستوى الفرد يصبح القرار جوهر الحياة العملية، لذا لا بد للفرد من اكتساب مهارات اتخاذ القرار لتكون له القدرة علي اتخاذ القرار بتفكير علمي صحيح. (فتحي جروان، ١٩٩٩، ٤٥)، وبذلك يعد اتخاذ القرارات أمرا مهما ومرحلة أساسية للتفكير خاصة في المرحلة الثانوية والتي تعد مرحلة مراهقة، وهي مرحلة مهمة لتعلم عمليات التفكير المركبة (محمد السيد، ٢٠٠٨، ٢٧٩).

إن اتخاذ القرار يتطلب وجود أكثر من طريق لمواجهة مشكلة معينة وهذه الطرق يطلق عليها اسم "البدائل"، فوجود البدائل شرط أساسي لاتخاذ القرار، والمشكلة التي تظهر أمام الفرد هي إما أن يتخذ القرار أو يمتنع عن اتخاذه بعد دراسة واقتناع (خالد الباز، ١٩٩٦، ١٠٠) .

وترتبط عملية اتخاذ القرار بقدرت الفرد علي تقييم ذاته وامكانياته وبذلك فهي عملية مرتبطة بعلاقة الفرد بنفسه وفهمه لذاته ومشاعره وبعملية تقييم المشاعر والدوافع والانفعالات والقدرات والتي يطلق عليها بالذكاء الشخصي أو بذكاء العلاقة داخل الشخص ، والذي يعبر عن مشاعر الفرد الداخلية تجاه نفسه، ومدى فهمه لذاته وقدراته، وما يمتلكه من مهارات، وقدرته علي الأداء بقدر معين، بل يعبر - أيضا - عن مدى إدراك الفرد لدوافعه، ويتضمن - أيضا -

قدرة الفرد علي فهم الآخرين (Campbell, I. et al. , 1999, (Amy, C. 1996, 210) ، 363). وهو مرتبط بالقدرة علي تشكيل نموذج صادق عن الذات واستخدام هذه القدرة بفاعلية في الحياة وقدرة الفرد علي فهم ذاته جيدا، وتألق عاطفته وقدرته علي التميز. ويتضح هذا الذكاء لدي العلماء والحكماء والفلاسفة. حيث أن المهارات التي تتميز لديهم: التأمل الذاتي ومراقبة الذات - إدراك وشعور الفرد بنفسه - معالجة المعلومات بصورة ذاتية - الالتزام بالمبادئ والقيم الخلقية والدينية - التحدي والثقة بالنفس - الصبر علي الشدائد (فؤاد أبو حطب، ١٩٨٨، ٢٩٢

تتمثل أهمية الذكاء الشخصي في صنع القرار حيث تعد المشاعر من أغني المصادر بالمعلومات والمعارف، حيث أنها تساعدنا بصورة كبيرة في صنع القرار، كما تتضح اهميته في التواصل مع الآخرين حيث تساعدنا المشاعر علي التواصل مع الآخرين والتعبير عن آراءنا لهم والاستماع إلي آرائهم، ولو توافرت لدينا مهارات الذكاء الشخصي، فإننا سوف نكون أكثر قدرة علي التعبير عن حاجتنا ومطالبنا الوجدانية بصورة أكبر، وبالتالي سوف تزداد فرصة تلبية تلك المطالب، ولو كانت لدينا مهارة أيضا في الاستماع إلي مطالب الآخرين، ونفهم مشاعرهم فإننا سوف نكون أكثر قدرة علي مساعدتهم، ويكون التواصل بشقيه اللفظي وغير اللفظي (سلامة طه وعبد العظيم حسين، ٢٠٠٦، ٣٢ - ٣٣)

وهذا يدعونا إلى الاهتمام بتنميته لدى المتعلمين، لتعم الوحدة والسعادة أفراد المجتمع جميعا، ولكي تنمو لديهم القدرة على اتخاذ قرارات مهمة في حياتهم. فالطالب في هذه الالونة اصبح في حاجة الي فهم نفسه وفهم ماحوله وادراك مشاعرهم والوعي الذاتي بنفسه وقدراته التي تؤهله للنجاح في احد ميادين الحياة. واذا كنا نسعي لإعداد الطالب الذى يسهم في تنمية وتقدم المجتمع بما يكتسبه من معارف ومعلومات مثمرة، فلا بد لنا من التركيز على محتوى المقررات الدراسية التي تقدم للطلاب داخل المدارس لأنها الركيزة الأساسية والبنية الأولى التي يستطيع من خلالها الفرد ان يشكل ذاته وشخصيته ويضع اهدافا لحياته، ويطور من قدراته لتحقيق تلك الاهداف. وبذلك يستطيع ان يكون فعالا ليس لذاته فقط وانما للمجتمع ككل.

والمقررات الدراسية جانبها هاما من جوانب العملية التعليمية فهي الوعاء الذى يحوى المعارف والمعلومات والمهارات التى ينبغى ان يكتسبها الطالب . وبالتالي فان تطويرها بما يواكب التغيرات العصرية الحديثة امر بالغ الاهمية ليس على الفرد فقط وانما على المجتمع ايضا. "إن تطوير المناهج لا تتوقف آثارها على التلميذ والمدرسة فحسب ، وانما تمتد إلى المجتمع بكافة جوانبه ، ومن هنا يكون تطوير المناهج المفتاح إلى التطوير في كافة المجالات (حلمي الوكيل ، ٢٠٠٥ ، ١٦)

ويعد مفهوم جودة الحياة من المفاهيم ذات الأولوية التي تلاقى اهتماما متزايدا سواء على المستوى النظري أو التطبيقي وتشغل بال المجتمعات والعلماء على حد سواء ، فضلا عن كونه من المفاهيم التي يصعب تحديدها نظرا لتعدد أبعاده وتداخلها. (سلاف مشرى ، ٢٠١٤ ، ٢١٥)

وظهر مصطلح جودة الحياة كأحد الموضوعات في مجال علم النفس الإيجابي بغرض مساعدة الأفراد على إصدار السلوكيات المنتجة ، والاسهام في النمو الشخصي والمجتمعي (سهير عبد الحفيظ ، ٢٠١٤ ، ١٢) .

إن جودة الحياة تتصرف إلى الجوانب والخصائص والعمليات المتشابهة التي توجد لدى جميع الأشخاص ، وبصفة عامة تتصرف إلى الأشياء المهمة لكل أفراد الجنس البشري (Brown، 2003 ، 20)

ومن خلال نتائج الدراسات السابقة في مجال جودة الحياة يفضى إلى التأكيد على أن جودة الحياة بالمعنى الكلي أو العام تنظم وفقا لميكانيزمات داخلية ، وبالتالي يتعين على الباحثين التركيز على المكونات الذاتية لجودة الحياة بما يتضمنه من التقرير الذاتي عن الاتجاه نحو الحياة بصفة عامة ، وتصورات وإدراكات الفرد لعالم الخبرة الذي يتفاعل معه ونوعية ومستوى طموحات

من خلال الدراسات السابقة يلاحظ أن هناك إهتمام بالدراسات حول جودة الحياة ، والذي ينقصنا هو برامج لرفع جودة الحياة أو تجويد الحياة ، ولا نعني الجانب المادي بل الجانب النفسي أو بما يسمى جودة الحياة النفسية بوضع برامج إرشادية علاجية تركز على الخبرات التي من شأنها زيادة جودة الحياة النفسية لدى الطلاب والتي من شأنها أن تخلق صورة ايجابية للطلاب عن نفسه وعلاقاته مع الآخرين وتمكنه من اتخاذ القرارات المناسبة في مناحي الحياة ، وهذا ما تحاول الدراسة الحالية التوصل اليه من خلال تقديم تصور مقترح لمحتوي مقرر علم النفس في ضوء أبعاد جودة الحياة والذي قد يؤثر علي مهارات اتخاذ القرار لديهم وذكائهم الشخصي.

مشكلة البحث

من خلال الاشراف علي مجموعات التربية العملية بالمرحلة الثانوية لوحظ أن مقرر علم النفس للصف الثالث الثانوي يركز على الطرق التقليدية التي تؤدي إلى الحفظ وعدم اتقان الطلاب لمحتوى المعارف والمعلومات والمهارات الموجودة بداخل المقرر، وكذلك بعد المحتوى عن استخدام الأنشطة التي تسمح للطلاب بالتعبير عن انفسهم وتدخلهم في مواقف حقيقية تتطلب منهم ممارسة مهارات اتخاذ القرار واطهار ذكائهم الشخصي، وبناء عليه تم إجراء مقابلة غير رسمية مع بعض معلمي علم النفس وبعض موجهي المادة للتعرف على الوضع الحالي لتدريس مادة علم النفس ، وأسفرت نتائج المقابلة إلى ما توصلت إليه الباحثة، وتم أيضا إجراء دراسة استطلاعية على الطلاب والبالغ عددهم (٤٥) طالبا . وقد تبين: وجود ضعف في معرفة الطلاب بأبعاد جودة الحياة المراد قياسها، حيث تبين أن نسبة ٦٠% من الطلاب لديهم ضعف بمعرفة الجانب الاجتماعي لجودة الحياة، ويوجد ضعف بنسبة ٨٢% لديهم في البعد النفسي، وتبين أيضا وجود ضعف بنسبة ٧٥% في البعد الثقافي التعليمي وهذا بدوره يعكس عدم معرفة الطلاب بأبعاد جودة الحياة . كما تبين من خلال الدراسة عشوائية ردود افعال الطلاب حول مواقف حياتية معينة واتخاذهم لقرارات غير مناسبة للموقف الي حد كبير .

في ضوء ما سبق تبرز مشكلة الدراسة الحالية فيما يلي:

ضرورة تضمين مقرر علم النفس للصف الثالث الثانوي لمهارة جودة الحياة والتي قد يكون لها اثر كبير في تنمية مهارات اتخاذ القرار والذكاء الشخصي لدي طلاب المرحلة الثانوية
لذا تختص الدراسة الحالية بالإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ١- ما مدى توافر مهارات جودة الحياة النفسية في مقرر علم النفس للصف الثالث الثانوي؟
- ٢- ما مدي إكتساب طلاب الصف الثالث الثانوي لمهارات جودة الحياة النفسية بعد تدريس مقرر علم النفس متضمنا مهارات جودة الحياة؟
- ٣- ما فاعلية تضمين مهارات جودة الحياة في مقرر علم النفس علي تنمية مهارات اتخاذ القرار لدي طلاب الصف الثالث الثانوي؟
- ٤- ما فاعلية تضمين مهارات جودة الحياة في مقرر علم النفس علي تنمية مهارات الذكاء الشخصي لدي طلاب الصف الثالث الثانوي؟
- ٥- ما العلاقة الارتباطية بين مهارات جودة الحياة ومهارات اتخاذ القرار لدي طلاب الصف الثالث الثانوي؟
- ٦- ما العلاقة الارتباطية بين مهارات جودة الحياة والذكاء الشخصي لدي طلاب الصف الثالث الثانوي؟

أهداف البحث: -

يهدف البحث الحالي إلى:

- ١- معرفة مدى توافر مهارات جودة الحياة النفسية في مقرر علم النفس للصف الثالث الثانوي.
- ٢- إكتساب طلاب المرحلة الثانوية لمهارات جودة الحياة النفسية من خلال اعداد تصور لمقرر علم النفس متضمنا مهارات جودة الحياة.
- ٣- التعرف علي فاعلية تضمين مهارات جودة الحياة في مقرر علم النفس علي تنمية مهارات اتخاذ القرار لدي طلاب الصف الثالث الثانوي
- ٤- التعرف علي فاعلية تضمين مهارات جودة الحياة في مقرر علم النفس علي تنمية مهارات الذكاء الشخصي لدي طلاب الصف الثالث الثانوي
- ٥- التعرف علي العلاقة الارتباطية بين مهارات جودة الحياة ومهارات اتخاذ القرار لدي طلاب الصف الثالث الثانوي
- ٦- التعرف علي العلاقة الارتباطية بين مهارات جودة الحياة والذكاء الشخصي لدي طلاب الصف الثالث الثانوي

أهمية البحث: -

- ١- قد يسهم هذا البحث في الجهود التي تبذل لتطوير المناهج الدراسية في ضوء الاتجاهات التربوية السليمة بشكل عام و مهارات جودة الحياة النفسية بشكل خاص.

- ٢- تثير اهتمام واضعي المناهج لأهمية تضمين مهارات جودة الحياة النفسية في مقرر علم النفس واثرا على تنمية مهارت الذكاء الشخصي واتخاذ لدي الطلاب في المرحلة الثانوية .
- ٣- قد يتيح هذا البحث الفرصة لمزيد من الاهتمام بمهارات اتخاذ القرار والذكاء الشخصي وتنميتها لدي الطلاب

حدود البحث: اقتصر البحث الحالي على الحدود التالية :

- بعض طلاب الصف الثالث الثانوي، وعددهم (٤٠) طالب.
- مهارات جودة الحياة النفسية.
- مهارات اتخاذ القرار
- مهارات الذكاء الشخصي
- مقرر علم النفس للفصل الدراسي الاول ٢٠١٨ / ٢٠١٩

منهج البحث

لتحقيق أهداف البحث، استخدم الباحث كل من :

- المنهج الوصفي: لإعداد الإطار النظري والإطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة.
- المنهج شبه التجريبي ذو المجموعة الواحدة والتطبيق القبلي والبعدي لادوات البحث للكشف عن فاعلية وحدة دراسية متضمنة لمهارات جودة الحياة علي تنمية مهارات اتخاذ القرار و مهارات الذكاء الشخصي لدي طلاب الصف الثالث الثانوي.

مواد و أدوات البحث

- التصور المقترح لمقرر علم النفس الفصل الدراسي الاول للصف الثالث الثانوي في ضوء مهارات جودة الحياة
- مقياس جودة الحياة
- مقياس مهارات اتخاذ القرار
- اختبار مهارات الذكاء الشخصي

مصطلحات البحث

مهارات جودة الحياة

- وتعرف جودة الحياة بأنها شعور الفرد برضا وسعادة والقدرة على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه (محمد منسى و علي كاظم ، ٢٠٠٦ ، ٥٠)
- يمكن تعريفها إجرائيا : بأنها مفهوم نسبي متعدد الأبعاد يختلف من شخص لآخر فهي في الأساس انعكاسا للتقدير الذاتي للفرد وتقييمه لمختلف جوانب حياته كلا على حسب الجانب الذي يرى أنه يحقق له جودة الحياة.

مهارات اتخاذ القرار :

عملية اتخاذ القرار بأنها "عملية تفكير مركبة تهدف إلى اختيار أفضل البدائل أو الحلول المتاحة للفرد في موقف معين، من أجل الوصول إلى تحقيق الهدف المرجو" (فتحي جروان، ، ١٩٩٩، ٥٦)

وتعرف في هذا البحث بأنها قدرة الفرد على الاختيار من بين مجموعة من البدائل للوصول إلى أفضل النتائج وذلك بعد جمع المعلومات اللازمة والتفكير السليم في النتائج والبعء عن التحيز لأي من هذه البدائل لرغبات زائلة.

الذكاء الشخصي:

يعرف الذكاء الشخصي بأنه معرفة الذات والقدرة على التصرف توافقيا علي اساس تلك المعرفة وهذا الذكاء يتضمن ان يكون لدي الفرد صورة دقيقة عن نواحي قوته وحدوده والوعي بامزجته الداخلية ومقاصده ودوافعه وحالاته المزاجية والانفعالية ورغباته والقدرة علي تانيب الذات وفهماها (جابر عبد الحميد ، ٢٠٠٣، ١٢)

ويعرف الذكاء الشخصي في هذا البحث بأنه قدرة الفرد علي الوعي بذاته واهدافه وادارة مشاعره وقدراته في مواقف الحياة المختلفة ويتضمن المهارات التالية مهارة الوعي بالاهداف ، مهارة ادارة المشاعر، مهارة ادارة السلوك ، مهارة التواصل مع العقل ، مهارة ما وراء المعرفة ، مهارة الانتباه، مهارة البرهان والتفكير المرتب

الاطار النظري

اولا : مهارات جودة الحياة

مفهوم جودة الحياة

ان مفهوم جودة الحياة يعتبر اسم جديد لفكرة قديمة ، فهو المعنى الذاتي أو الاسم الذاتي الذي يعبر به الناس عن ما يعرف بحسن حال أو الوجود الأفضل ، وعادة ما يعبر عن مفهوم جودة الحياة بمجموعة من الاحتياجات التي إذا أشبعت سويًا تجعل الفرد سعيدًا أو راضيًا (محمد أبو حلاوة ، ٢٠١٠ : ١٠)

إن جودة الحياة العامة تم تعريفها بطرق وتطبيقات عديدة في سياقات متنوعة ، نتيجة الخلفية التي استند إليها الباحثون في تعريفهم لجودة الحياة ، فهي عرفت كمصطلح يتضمن الجوانب الشخصية والموضوعية ولقد ركز الباحثون على المؤشرات الموضوعية في تعريفهم لجودة الحياة وتتضمن المؤشرات الظاهرة ، وحجم شبكة المساندة الاجتماعية (Bishop& feist-price,2001:203)

وتعرف جودة الحياة بأنها " تنظيم متعدد الأوجه يشمل السلوك الفردي والقدرات المعرفية والرفاهية العاطفية ، والقدرات التي يتطلبها الأداء المنزلي والمهني والأدوار الاجتماعية "

(David.B 2005:116)

ويعرفها لطفي الشربيني (٢٠٠٣ : ١٤) بأنها تعبير عن حالة إيجابية من الصحة البدنية والنفسية والاستمتاع بالحياة وتستخدم المقاييس الكيفية لتحديد مواصفات الحالة النفسية بالمقارنة بالمقاييس الكمية التي تحدد درجة أو شدة الحالة .

وتعرف أيضا بأنها : مدى شعور الفرد بالرضا والسعادة ، وقدرته على إشباع حاجاته من خلال نوعية البيئة التي يعيش فيها والخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية ، مع حسن إدارته للوقت والاستفادة منه (محمود منسي وعلي كاظم ، ٢٠٠٦ : ٦٥)

أما رينيه وآخرون (Reine , Lancon,Tucci,Sapin,&Auquier,2003:297) فيعرفوا جودة الحياة بأنها إحساس الفرد بالسعادة في ضوء ظروف الحياة الحالية وأنها تتأثر بأحداث الحياة .

كما ترى فنتجودت وميريك واندريسون (Ventegodt,Merrick and Andersen (2003:1032) أن جودة الحياة هي تقييم الفرد لحياته ، وأن جودة الحياة تتم من خلال التوافق بين توقعات الفرد ورجباته وبين ما تقدمه له الحياه .

ان جودة الحياة في تحليلها النهائي هي "وعي الفرد بتحقيق التوازن بين الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية لتحقيق الرضا عن الحياة والاستمتاع بها والوجود الإيجابي" فجودة الحياة تعبر عن التوافق النفسي كما يعبر عنه بالسعادة والرضا عن الحياة كنتاج لظروف المعيشة الحياتية للأفراد وعن الإدراك الذاتي للحياة ، حيث ترتبط جودة الحياة بالإدراك الذاتي للحياة لكون هذا الإدراك يؤثر علي تقييم الفرد للجوانب الموضوعية للحياة التعليم والعمل ومستوي المعيشة والعلاقات الاجتماعية من ناحية ، وأهمية هذه الموضوعات بالنسبة للفرد في وقت معين وظروف معينة من ناحية أخرى" (عاطف مسعد ٢٠١٦ ، ٢٥٨)

وفي ضوء استعراض التعريفات السابقة يرى الباحث :

- ١- مفهوم جودة الحياة مفهوم على درجة عالية من التعقيدات ، لأنه كما يتضح مفهوم واسع ومتداخل ليشمل الجوانب الموضوعية والذاتية ، أي متعدد الأبعاد (شامل)
- ٢- أن الشعور بجودة الحياة يعتبر أمر نسبي يختلف من فرد لآخر ، ومن بيئة لأخرى ، ومن وقت لآخر ، كذلك من شعب لآخر ، أي يختلف باختلاف الثقافات .
- ٣- يرتبط مفهوم جودة الحياة بعدة مفاهيم أخرى كثيرة ومتنوعة منها الرضا ، الصحة ، الرفاهية ، والسعادة ، ويتضح ذلك من خلال عرض الباحث للتعريفات السابقة .

أبعاد جودة الحياة : Dimensions of quality of life :

عادة ما يتم تعريف مفهوم جودة الحياة في ضوء بعديين أساسيين لكل منهما مؤشرات معينة : البعد الذاتي ، والبعد الموضوعي ، إلا أن غالبية الباحثين ركزوا على المؤشرات الخاصة بالبعد الموضوعي لجودة الحياة ، ويتضمن البعد الموضوعي لجودة الحياة مجموعة من

المؤشرات القابلة للملاحظة والقياس المباشر مثل : أوضاع العمل ، مستوى الدخل ، المكانة الاجتماعية الاقتصادية ، وحجم المساندة المتاح من شبكة العلاقات الاجتماعية (Bishop & Feist-price,2001:202-203)

وقد اشار العديد من الباحثين في دراساتهم الي المؤشرات التالية لجودة الحياة:

١- العوامل المادية الموضوعية Objective Factors

فجودة الحياة ترتبط بالعوامل الخارجية التي تشتمل على الخدمات المادية التي يوفرها المجتمع لأفراده إلى جانب دخل الفرد ، وحالته الاجتماعية ، والزواجية والصحية والتعليمية وهذه العوامل عوامل سطحية في التعبير عن جودة الحياة إذ ترتبط بثقافة المجتمع ودرجة تحضره ، وتعكس مدى قدره الأفراد على التوافق مع الثقافة التي يعيشونها ومع المعايير الثقافية والحضارية التي يوفرها المجتمع (حسن مصطفى ، ٢٠٠٥)

٢- التوجه الايجابي إزاء الحياة Positive Life Orientation

الإنسان الايجابي هو الذي يسعى أن تكون حياته وحياه من حوله مليئة بالسعادة والرفاهية والنجاح المتواصل في شتي مجالات الحياة وهو الشخص الذي يدرّب نفسه على التخلي عن الأفكار السلبية التي تحد من قدراته ويركز على الايجابيات بدلا من السلبيات وهو الشخص الذي يتسم بالتوقع الايجابي للأمور والنفاؤل والأمل (david,2005:116)، (حسن مصطفى ، ٢٠٠٥)

٣- حسن الحال Well Being

الوجود الأفضل يعني شعور الفرد ، وإدراكه للسعادة والرفاهية ، وطيب العيش وإشباع حاجاته الأساسية العامة كالحرية ، والديموقراطية والانتماء والأمن والأمان والاخلاص والصادقة والاحترام والتقدير والتعليم والنشاط واحترام أدميته .. الخ والخاصة كالسكن والملبس والمأكل والزواج والصحة النفسية والتدين لتحقيق حياة إنسانية جيدة (حسن مصطفى ، ٢٠٠٥).

٤- إشباع وتحقيق الحاجات

عندما يتمكن الفرد من إشباع حاجاته مثل الحاجات الفسيولوجية والحاجه للأمن والحاجه للانتماء والحاجه للتقدير والمكانة الاجتماعية والحاجه للمعرفة والفهم والحاجه لتحقيق الذات ترتفع جودة الحياه لديه (حسن مصطفى ، ٢٠٠٥) .

٥- الرضا عن الحياه satisfaction with life

يرى ميريرج Meeberg,1993 أن جودة الحياه مرادفه للرضا عن الحياه ويعرفها بأنها الاحساس بالرضا عن الحياه ككل والتي يتم تحديدها عن طريق نشاط الفرد العقلي الذي يقوم بتقييم حياته (ويتم التقييم من الخارج من مواقف حياه الفرد) على أن ظروف حياه الفرد ليست مهددة وكافية لمقابلة الحاجات الأساسية للفرد .

٦- معنى الحياة Meaning in Life

" مفهوم معنى الحياة مفهوما هاما جدا من النادر أن يستخدمه الناس العاديون ، فنحن لا نتحدث عن معنى الحياة إلا مع أصدقائنا المقربين ويرتبط معنى الحياة بجودة الحياة فكما شعر الفرد بقيمته وأهميته للمجتمع وللآخرين وشعر بإنجازاته وبمواهبه وأن غيابه يسبب نقصا أو فقدان للآخرين له - أدى ذلك إلى إحساسه بجودة الحياة " (حسن مصطفى ، ٢٠٠٥)

٧- الصحة Health وتشمل الصحة البدنية والعقلية والانفعالية ويمكن عرضهم كالتالي :

أ- الصحة البدنية Body Health : مقدار ما يتمتع به الفرد من صحة جسدية جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعضوية مع تقبله لمظهره الخارجي والرضا عنه ، وخلوه من المشاكل العضوية المختلفة وشعوره بالارتياح تجاه قدراته وامكانياته وتمتعته بحواس سليمة وميله للنشاط والحيوية معظم الوقت وقدرته على الحركة والاتزان مع الاستمرارية في النشاط والعمل دون إجهاد أو ضعف لهما ونشاطه .

ب- الصحة العقلية Mentality Health: مقدار ما يتمتع به الفرد من قدرة على حل المشكلات وسلامة التركيز فيما يفكر فيه أو يدركه وقدرته على اتخاذ القرار بنفسه ، علاوة على ما يمتلكه الفرد من مجموعة من الأفكار العقلانية الصحيحة التي تتميز بالموضوعية والمنبئة عن توقعات وتصميمات صحيحة .

ج- الصحة الانفعالية Emotionally Health : (المزاجية / النفسية) مجموعة من العواطف والمشاعر والانفعالات الايجابية تجاه الفرد نفسه وكذلك تجاه الاشخاص والموضوعات والمواقف التي يعيشها الفرد والتي تشعره بالسعادة والرضا عن الحياة وتدفعه للتفوق والتغلب على الصراعات والضغوط الداخلية والخارجية (زينب شقير ، ٢٠٠٩ : ٦-٧)

ويعتبر البعض أن جودة الحياة مرادفة للصحة ، فجودة الحياة تشير إلى الأبعاد الفيزيقية والسيكولوجية والاجتماعية للصحة كمنطقة متميزة تتأثر بخبرات الفرد والمعتقدات والتوقعات والادراكات والتي يشار إليها إجماليا بإدراكات الصحة، ويمكن قياس كل هذه الأبعاد في بعدين : التقييم الموضوعي للحالة الصحية أو الوظيفية وأكثر الإدراكات الذاتية للصحة .

(David.B,2005:116)

٨- السعادة Happiness:

ويعد تعريف السعادة من المفاهيم المحيرة ، كمفهوم يمكن قياسه وتقديره، لذلك ظل الحديث عنه بشكل فلسفي إلى أن ظهرت له بعض التعريفات في علم النفس ، ويرى حسن مصطفى (٢٠٠٥) أن السعادة شعور بالرضا ، والاشباع ، وطمأنينة النفس وتحقيق الذات ، إنها شعور بالبهجة والاستمتاع واللذة ، وهي حلوة نادرة في الحياة ، وميل عاطفي ، أو نشوة يشعر بها الفرد عند إدراكه لقيمة ومتضمنات حياته مع استمتاعه بالصحة الجسمية (حسن مصطفى ، ٢٠٠٥ : ٢٠)

دراسات سابقة

اجريت العديد من الدراسات للوقوف علي مدي توافر جودة الحياة لدي الطلاب ومن هذه الدراسات :دراسة (كاظم،البهادلي،٢٠٠٦) ، دراسة (سليمان،٢٠٠٨) ، دراسة (Haochung&Alex chan,2009)، دراسة (عكاشة وسليم ،٢٠١٠)، وقد أوصت الدراسات السابقة بإجراء المزيد من البحوث والدراسات عن جودة الحياة لمعرفة العلاقة بين جودة الحياة وبعض المتغيرات .

ثانيا الذكاء الشخصي

مفهوم الذكاء الشخصي:(Intrapersonal Intelligence)

تعددت التعريفات التي تناولت مفهوم الذكاء الشخصي حيث يعرف بانه" حسن المطابقة بين التقرير الذاتي للمفحوص عن عالمه الداخلي ومحكات موضوعية مرتبطة تقبل الملاحظة الخارجية ويمكن تقديره كميا أو كيفيا بالفرق بين التقرير الذاتي والمحك، وكلما زاد الفرق دل ذلك علي زيادة الذكاء الشخصي والعكس صحيح. " (فؤاد أبو حطب، ١٩٩١، ٢٧).

كما يصف أبو حطب الذكاء الشخصي بأنه:" معرفة الفرد بذاته، وامكانياته وقدراته وما فيها من نواحي القوة والضعف"(بديوي إبراهيم علام، ١٩٩٧، ٢٤)

ويعرف بانه "القدرة على فهم الفرد لذاته وتكوين نموذج فعال عنها ويشتمل على رغباته ومخاوفه وقدراته واستخدام هذه المعلومات بكفاءة في تنظيم حياته". (Gardner, 1983, 203), (Abou Hatab, 2000, 12)

كما يعرف بانه القدرة على تشكيل نموذج صادق عن الذات واستخدام هذه القدرة بفاعلية في الحياة وقدرة الفرد على فهم ذاته جيدا، وتألق عاطفته وقدرته على التميز".(عزو إسماعيل عفانة، نائلة نجيب الخزندار، ٢٠٠٧، ٧٤)

الذكاء الشخصي هو مشاعر الفرد الداخلية تجاه نفسه ومدي فهمه لذاته وقدراته وما يمتلكه من مهارات وقدرته علي الأداء بقدر معين.(Lazear; D.J, 2003, internet)

وهو يمثل فهم الإنسان لنفسه، بصورة تسمح له بتنظيم حياته وتكوين صورة واضحة ودقيقة عن القدرات الداخلية للنفس واتخاذ قرارات تتناسب مع قدراته وكذلك الحكم على تلك القرارات من حيث صحتها من عدمه. (عزو إسماعيل عفانة، نائلة نجيب الخزندار، ٢٠٠٧، ٧٤)، (فؤاد أبو حطب، ١٩٩٦، ١٧٢ - ١٧٣)

مما سبق ذكره، نجد أن الذكاء الشخصي يركز على الجوانب الداخلية، وينظر إليه على أنه: قدرة عقلية تتضح من خلال قدرة الفرد على فهم ذاته وتكوين نموذج فعال عنها والاعتماد على هذا النموذج في تنظيم الفرد لحياته، وتوجيه سلوكياته.

خصائص الذكاء الشخصي:

من خصائص الذكاء الشخصي الآتي: (عزو إسماعيل عفانة، نائلة نجيب الخزندار، ٢٠٠٣، ٤٢٥)، (محمد عبد الهادي حسين، ٢٠٠٣، ٣٤)، (محمد عبد الهادي حسين، ٢٠٠٥، ١٠٧)، (لطيفة محمد كامل، ٢٠٠٦، ١٩)، (عبد الرحمن عدس، يوسف قطامي، ٢٠٠٣، ٢٠) و (Brown; J.D., 1993, 28)، (محمد عباس المغربي، ٢٠٠٣، ٣٢٥)

- (١) التركيز.
- (٢) تقييم وتقديم الإنسان لتفكيره الداخلي.
- (٣) الامتلاء العقلي الداخلي.
- (٤) الوعي بالمشاعر الداخلية المختلفة والمتنوعة.
- (٥) التفكير، والاستدلال في مستوياته العالية، الفهم الذاتي للعلاقات بين الآخرين.
- (٦) التعبير الصحيح عن الذات.
- (٧) حسن تقبل الحدود.
- (٨) معرفة جيدة للذات.
- (٩) ذاكرة شخصية .
- (١٠) يعد الذكاء الشخصي منبأ جيدا بالأداء الفعلي ، حيث إن قياساته تعتمد على قياسات الأداء في ضوء محك خارجي موضوعي

"إن أصحاب هذا الذكاء لديهم القدرة على التركيز في الأفكار الداخلية، والوعي بالدوافع، والثقة العالية بالنفس، وعدم الاعتماد على المكافأة الخارجية، وحب العمل بشكل منفرد أو استقلالي، ويتمكنون من القيام بالتأمل التحليلي للنفس، وابداء أفكار وآراء قوية أثناء مناقشة قضية جدلية، ويظهر هذا الذكاء عند العلماء - الحكماء - الفلاسفة - المنظرين". (منى سعيد أبو ناشي، ٢٠٠١، ٢٤٦).

مهارات الذكاء الشخصي

تتمثل مهارات الذكاء الشخصي في الآتي: (Gardner, 2005, 239)

- (١) الوعي بالذات : ويتمثل في وعي الشخص بنتائج أفكاره وقدراته والقدرة علي إصدار قراراته بنفسه.
- (٢) الوعي بالأهداف : وتتمثل في القدرة علي الوعي بالأهداف وتصحيح النفس وتوجيهها الوجهة الصحيحة للهدف.

(٣) إدارة المشاعر: وتتمثل في القدرة علي تنظيم المشاعر والصيغ والانفعالات والقدرة علي الاستجابة العاطفية.

(٤) إدارة السلوك : وهو القدرة علي تنظيم الأنشطة العقلية والتي تظهر في شكل سلوك الفرد.

(٥) التواصل مع العقل.

(٦) الانتباه (الاكتراث).

(٧) ما وراء المعرفة.

(٨) البرهان والتفكير المرتب بدرجة عالية من الإتقان.

وقد اتخذ الباحث هذه المهارات كمحاور أساسية لمقياس الذكاء الشخصي، كأحد أدوات البحث الحالي.

وهناك دراسات عديدة اكدت علي اهمية الذكاء الشخصي وتناولته بالبحث والاهتمام منها

دراسة (أشرف عبد الفتاح عبد المغني، ٢٠٠٥)، دراسة زينب شعبان (٢٠٠٣) ، دراسة محمد الشافعي (٢٠٠٣) ، دراسة محمد المغربي (٢٠٠٣) ، دراسة مختار الكيال (٢٠٠٣) ، دراسة مني أبو ناشي (٢٠٠١) .

ثالثا مهارات اتخاذ القرار

عرف لنديبرج: Lundberg القرار بأنه العملية المتضمنة التي يصل بها الفرد إلي الاختيار الذي يؤثر في سلوك الآخرين ويهم في تحقيق أهداف المنظمة (خالد صلاح الباز، ١٩٩٦ ، ٩٩). وان المعني المباشر لكلمة قرار يشير إلي كونها "اختيار بين بدائل مختلفة" (حافظ فرج ، محمد صبري ، ٢٠٠٨ ، ٩٨)، ويعرف القرار كذلك، بأنه (الاختيار المدرك الواعي بين البدائل المتاحة في موقف معين). أما اتخاذ القرار فهو اختيار أفضل البدائل بعد دراسة النتائج المترتبة على كل بديل وأثرها على الأهداف المطلوب تحقيقها. وقد يتم الاختيار البناء على معلومات يحصل عليها متخذ القرار من مصادر متعددة مما يساعد على الوصول إلى أفضل النتائج. (مجدي عبد الكريم حبيب، ٢٠٠١ ، ٦)

يعرف اتخاذ القرار في موسوعة ويكيبيديا (Wikipedia, 2007)، بأنه: "عملية معرفية تؤدي إلى الاختيار من بين عدة بدائل مختلفة، أن كل مرحلة من مراحل اتخاذ القرار تؤدي إلى الاختيار النهائي والذي يمكن أن يكون إما رد فعل أو إبداء رأي تجاه موقف معين".

(عادل رسمي حماد، علي كمال معبد، ٢٠٠٤ ، ٢٦٧).

كما يعرف (أحمد اللقاني وعلي الجمل، ١٩٩٦ ، ٧) اتخاذ القرار بأنه "تقرير شئ ومحاولة الوصول إلي حكم في موضوع من الموضوعات أو مشكلة من المشاكل، ثم الوصول إليها من خلال الدراسة المتعمقة وجمع المعلومات المرتبطة بالموضوع وتحليلها والمفاضلة بين عديد من الاختيارات المتاحة واختيار البديل الأفضل".

بينما يرى روبرت هاريس (Robert, 1998) بأنه: "عملية عقلية تشير إلى الأساليب الكافية لخفض عدم التأكد والحيرة الخاصة بالبدائل، لكي تسمح بعملية اختيار منطقية وسليمة". ويعرفه "ويستر" اتخاذ القرار، بأنه: "اتخاذ الموقف النهائي عن طريق الحسم في مسألة ما بتصميم ثابت وأكد وصياغته عمليا بإدخاله حيز التنفيذ". (علي ناصر فرحان، ١٩٩٠، ٥١) وهذه العملية علي اختلاف أوضاعها تتكون من عناصر رئيسية هي:- (خالد صلاح الباز، ١٩٩٦، ١٠٠)

- ١- الخلفية النظرية المتكاملة للمشكلة أو الموضوع المراد اتخاذ القرار بشأنه.
- ٢- متخذ القرار الذي يمتلك سلطة اتخاذ القرار ولديه القدرة علي اتخاذ قرار رشيد.
- ٣- مجموعة البدائل والإجراءات والحلول الممكنة التي تواجه متخذ القرار.
- ٤- مجموعة من العلاقات تربط بين البدائل المتاحة وتساعد في تحديد أو لويات ترتيب البدائل.
- ٥- الاختيار لأحد البدائل عن طريق الإجراء العلمي.

ويذكر (حافظ فرج أحمد، محمد صبري حافظ، ٢٠٠٣، ١٠٠) أن صناعة القرار الرشيد تتطلب الخطوات التالية: التعرف علي المشكلة، تحليل المشكلة، تنمية البدائل لحل المشكلة، تقييم البدائل، الاختيار من بين البدائل، اتخاذ القرار

مهارات اتخاذ القرار Decision Making Skills:

إن خطوة اتخاذ القرار تعد عملية معقدة تتكون من عدد من المهارات والأنشطة التي تحدث في سلسلة معينة من الخطوات، وهذه المهارات والأنشطة تتوقف علي متغيرات كثيرة، منها طبيعة ومضمون القرار، بيئة اتخاذ القرار، إدراك متخذ القرار للموقف وفهمه للمشكلة، وقدرة متخذ القرار علي التحليل والبحث عن البدائل، وطبيعة وحاجات المستفيدين من القرار.

- ويقصد بها المهارات العقلية التي تتطلبها مراحل اتخاذ القرار. (خالد صلاح الباز، ١٩٩٦، ٩٩)

- وتعرف مهارات اتخاذ القرار أيضا، بأنها: "عملية عقلية تهدف إلى إحداث تغييرات والوصول إلى نتائج إيجابية لموقف أو قضية من خلال مفاضلة بين حلول بديلة واختيار الأمثل بينها". (مجدي عبد الكريم حبيب، ٢٠٠١، ٢٠)

- وهي "عملية معقدة تتكون من عدد من المهارات والأنشطة التي تحدث في سلسلة معينة من الخطوات". (خالد صلاح الباز، ١٩٩٦، ٩٨)

ومن خلال التعريفات السابقة يمكن تعريف مهارات اتخاذ القرار بأنها: (مهارات تفكير مركبة تهدف إلى اختيار الطالب لأفضل البدائل أو الحلول المتاحة في موقف معين، وذلك من أجل الوصول إلي الهدف المرجو)، ولاكتساب هذه المهارات نحتاج إلى القدرة على التخيل، القدرة على جمع المعلومات، القدرة على وضع البدائل، القدرة على الاستنتاج، القدرة حل المشكلات، والقدرة على التنفيذ.

وقد حدد (مجدي عبد الكريم حبيب، ٢٠٠٣، ٦٢٦): مهارات اتخاذ القرار في تشخيص المشكلة وتحديد الهدف، تحليل المشكلة، تحديد البدائل الممكنة، اختيار البديل الأفضل ، متابعة التنفيذ وتقييم البدائل.

ويبري (جمال جمال الدين، ٢٠٠٢، ٣٤٥)، أن هناك أربعة خطوات (مهارات) لاتخاذ قرار سليم: تحديد الموضوع الذي نريد أن نتخذ القرار بشأنه، جمع المعلومات وعدم الاكتفاء بما لدينا، الاستنتاج بطريقة منتظمة لا عشوائية، الاستفادة من تجارب الآخرين وملاحظاتهم، ومن تجاربنا السابقة في حالات مشابهة.

ولقد حدد (رافع النصير، ٢٠٠٣، ٣٢٤) مهارات اتخاذ القرار في التعرف علي المشكلة، تحديد المشكلة، تحديد الأهداف، جمع البيانات، تطوير البدائل لمسارات سلوكية، تقييم البدائل، اختيار البديل المناسب، تنفيذ القرار وتقييمه.

وحدد (فهيم مصطفى، ٢٠٠٥، ٢٢٨) مهارات اتخاذ القرار في: تحديد الموقف الذي يتطلبه اتخاذ القرار، توفير المعلومات المطلوبة لاتخاذ القرار، إدراك القيم التي يتضمنها الموقف الذي سوف يتخذ فيه القرار، ومن ثم إدراك النتائج المرتبة عليها، اتخاذ القرار بناء على المعلومات والبيانات الصحيحة التي تم الحصول عليها والمرتبطة بموضوع القرار، اتخاذ الخطوات الإجرائية لتنفيذ القرار.

وفي ضوء عرض مهارات اتخاذ القرار اتخذ الباحث مهارات اتخاذ القرار (إدراك المشكلة - مهارة تحديد المشكلة - تحديد الهدف من حل المشكلة - جمع المعلومات واستخراجها - تنظيم المعلومات - إنتاج بدائل حل المشكلة في ضوء معايير الحكم - إنتاج معايير للحكم علي البدائل - تقييم بدائل حل المشكلة - اختيار أفضل الحلول (القرار) - وضع خطة لتنفيذ القرار)، كمحاول أساسية تم على أثرها تصميم مقياس اتخاذ القرار كأحد أدوات البحث الحالي.

الدراسات التي تناولت مهارات اتخاذ القرار:

دراسة (نعمه عبد الصمد حسين الاسدي، ٢٠٠٩)، دراسة (حنان فوزي طه، ٢٠٠٨)، دراسة (إيمان محمد يونس، ٢٠٠٧)، دراسة (ألفت شقير، وزينب حسن، ٢٠٠٦) ، دراسة (عبد الله علي محمد، ومحمد أمين حسن، ٢٠٠٤) ، دراسة (عادل رسمي حماد، علي كمال علي معبد، ٢٠٠٤)، دراسة (نوال محمد شلبي، ٢٠٠٢)، دراسة (نعيمة حسن أحمد، سحر محمد عبد الكريم، ٢٠٠٠)، دراسة (ماهر إسماعيل صبري وناهد عبد الراضي النوبي، ٢٠٠٠)، دراسة فورجون ونيومان (Forgionne & Newman, 2007) ، دراسة فانسا وبالبى ((Vanci & Balbay 2004)

اجراءات البحث:

وتتمثل في اختيار مجموعة البحث واعداد ادواتها وتطبيقها علي عينة البحث للحصول علي النتائج .

عينة البحث**١- عينة البحث الاستطلاعية**

تكونت عينة البحث الاستطلاعية من مجموعة من طلاب الصف الثالث الثانوي بمحافظة الوادي الجديد، بلغ عددهم (٢٠) طالبا، وتم تطبيق أدوات البحث عليهم للتأكد من صدق وثبات المقاييس.

٢- عينة البحث الأساسية:

تكونت عينة البحث الأساسية من (٤٠) طالبا بالصف الثالث الثانوي ، وطبق عليهم ادوات البحث

اولا مواد البحث: تصور مقترح لتضمين مهارات جودة الحياة بمقرر علم النفس الفصل الدراسي الاول

الهدف من التصور: يهدف التصور الحالي الي تضمين مهارات جودة الحياة بمقرر علم النفس للصف الثالث الثانوي - الفصل الدراسي الاول وذلك لتنمية مهارات الذكاء الشخصي ومهارات اتخاذ القرار لدي طلاب الصف الثالث الثانوي، ولاعداد هذا التصور قام الباحث بالخطوات التالية-

١- تصميم قائمة بمهارات جودة الحياة و شملت علي (٥) ابعاد رئيسة اشتملت كل منها علي عدد من المهارات الفرعية وتم عرضها علي مجموعة من المتخصصين في مجال المناهج وطرق تدريس علم النفس وعدد من المعلمين الاوائل وموجهي علم النفس للتأكد من مناسبتها لمستوي المعلمين وارتباطها بهدف البحث. تم اجراء التعديلات وفقا لاراء المحكمين ، وقد اشتملت القائمة في صورتها النهائية علي المهارات الرئيسية التالية:

البعد الأول: تحقيق الذات

البعد الثاني: إتخاذ القرارات

البعد الثالث : الإنسجام مع الآخرين

البعد الرابع: اكتساب المعرفة

البعد الخامس: المسؤولية

٢- تحليل محتوى مقرر علم النفس في المرحلة الثانوية .

يتمثل الهدف من استخدام تحليل المحتوى في البحث الحالي في التعرف علي مدى توافر مهارات جودة الحياة النفسية في المقرر موضع الدراسة. وتم اعدادها وفق الخطوات التالية:

- تحديد أداة التحليل :

هي إستمارة تحليل المحتوى التي قام الباحث بإعدادها في ضوء مهارات جودة الحياة وتم التأكد من صدقها وثباتها ، وتستخدمها الباحث في جمع البيانات المطلوبة ورصدها لإيجاد معدلات تكرار مهارات جودة الحياة النفسية في مقرر علم النفس في المرحلة الثانوية .

- تحديد عينة التحليل :

مقرر علم النفس في المرحلة الثانوية (الصف الثالث الثانوي)

- ضوابط التحليل

إلتزم الباحث عند التحليل بالضوابط التالية :

- اتخذ الباحث مفردات الاستمارة كفئات التحليل ، الفقرات التي اشتمل عليها المحتوى كوحدات التحليل.
- الموضوع هو كل درس مستقل في المحتوى وهو يبدأ بعنوان وينتهي بأسئلة .
- الفقرة هي مجموعة جمل مترابطة تؤدي معنى واحد أو تدور حول فكرة معنية
- كيفية التحليل :

قام الباحث بقراءة مفردات استمارة التحليل ثم قراءة الكتاب موضوع الدراسة قراءة متأنية لكل موضوع من موضوعاته ثم قام بتسجيل البيانات في استمارة مخصصة لذلك يختص مستواها الرأسي بفئات التحليل، ومستواها الأفقي بدرجة توافر المهارات الخاصة بجودة الحياة النفسية، ثم قام تحويل هذه البيانات إلي أعداد توضح معدلات تكرار كل مهارة من المهارات المذكورة مع النسبة المئوية الخاصة بها في جدول معين للخروج من ذلك كله بملاحظات توضح مدى توافر تلك المهارات . جدول (١) يوضح موضوعات مقرر علم النفس للفصل الدراسي الاول .

جدول (١)

فهرس موضوعات الفصل الدراسي الأول للصف الثالث الثانوي

رقم الوحدة	الموضوع	الصفحة
الوحدة الأولى الفصل الأول	الذكاء الواحد والذكاءات المتعددة	٩ : ٥
الفصل الثاني	نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوية	١٨ : ١٠
الفصل الثالث	مبادئ التعلم الجيد وأسس الاستكثار الفعال	٢١ : ١٩
الوحدة الثانية الفصل الأول	النمو - تعريفه مبادئه	٣٢ : ٢٨
الفصل الثاني	النمو في مرحلة الطفولة	٤٠ : ٣٣

صدق التحليل تم عرض التحليل علي عدد من المتخصصين في مجال المناهج وطرق تدريس علم النفس وعدد من الموجهين والمدرسين الاوائل بالمدارس والذين اقروا بصلاحيه التحليل.

ثبات التحليل:

للتأكد من صلاحية التحليل وثباته تم اعادة تحليل عينة من الدروس مرة اخري من قبل احد الزملاء ثم تم حساب نسبة الاتفاق بين المحللين والتي كانت ٠.٧٦ مما يدل علي ثبات التحليل

تحديد أسس بناء التصور :

تم بناء التصور انطلاقا من الأسس التالية:

- ١- الأسس والمعايير المشتقة من طبيعة مهارات جودة الحياة:
 - توجيه اهتمام الطلاب إلي أهمية جودة الحياة ومهاراتها.
 - مهارات جودة الحياة تؤدي إلي فهم الطلاب لذواتهم وتنمي لديهم القدرة علي تكوين حياة هادفة وناجحة، وضع تصور ايجابي عن الذات والآخرين.
 - تسهم مهارات جودة الحياة في تقييم الفرد لنفسه بصورة بناءة
- ٢- الأسس والمعايير المشتقة من مقر علم النفس:
 - مقر علم النفس من المقررات الفلسفية التي تدرس طبيعة الانسان النفسية ومراحل نموه المختلفة وكذلك تفسر المشاعر الانسانية المختلفة
 - تطوير المقر من الضرورات التي تفرضها التغيرات العصرية

٣- الأسس والمعايير المشتقة من طبيعة طلاب الثانوية

- ترسيخ مفاهيم تقدير الذات وحرية التعبير عن المشاعر والانفعالات وتقييم الذات من خلال تقدير الامكانيات والقدرات
- تدريب الطلاب علي مهارات جودة الحياة والتصور الايجابي عن الذات والآخرين
- الانسجام مع مآتطلبه مرحلة المراهقة من نمو المتكامل انفعاليا وذاتيا في تعامل الطالب مع متطلبات الحياة.

إعداد دليل المعلم:

يهدف دليل المعلم إلى تبصير المعلم بالطريقة الصحيحة لتدريس مقرر علم النفس الفصل الدراسي الاول لطلاب الصف الثالث الثانوي ولإعداد دليل المعلم قام الباحث بما يلي :

أ- الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة التي استخدمت نموذج الفورمات في التدريس للاستفادة منها في إعداد دليل المعلم ، بوحدة البحث وفي إعداد الدليل تم مراعاة التالي :

- أن يتضمن الدليل مقدمة يتضح من خلالها أهدافه وكيفية استخدامه .
- أن يتضمن توزيعا زمنيا مقترحا لتدريس موضوعات وحدة البحث في ضوء الخطة السنوية لوزارة التربية والتعليم .
- أن يتضمن الدليل تخطيطا مقترحا لتدريس كل موضوع من موضوعات الوحدة باستخدام الأنشطة المقترحة.

ب- الاستفادة من نتائج التحليل من خلال تحديد مهارات جودة الحياة التي حظيت بتوافر اقل داخل المقرر لوضعها مركز اهتمام في التصور المقترح

ج- تحديد أهداف كل درس من دروس الوحدة بصورة سلوكية وتحويل مهارات جودة الحياة الي اهداف اجرائية يكتسبها الطالب من خلال الأنشطة التدريسية المقدمة .

د- تحديد خطوات السير في الدرس وفقا للأنشطة المقترحة وتباينت الأنشطة المستخدمة بين المناقشة والعصف الذهني ومجموعات التعلم التعاوني ، كما تضمنت الأنشطة مهام تساعد الطالب علي الاشتراك في مواقف حياتية يتم من خلالها توظيف قدراته المختلفة لاتخاذ قرارات مناسبة وممارسة مهارات الذكاء الشخصي لديه

هـ- تحديد الوسائل التعليمية اللازمة لتوضيح العناصر المتضمنة بكل درس من دروس المقرر والتي تنوعت بين اجهزة العرض والرسوم التوضيحية

و- تحديد اساليب التقويم المناسبة في نهاية كل درس وشملت اسئلة اختيار من متعدد واسئلة مقال والاستجابة لعبارات مقياس جودة الحياة المتمثلة في اهداف الدرس

ضبط التصور المقترح

ثانيا أدوات البحث

١- مقياس مهارات جودة الحياة:-

الهدف من المقياس:-

يهدف مقياس جودة الحياة الى التعرف علي فاعلية مقرر علم النفس متضمنا لمهارات جودة الحياة في تنمية مهارات جودة الحياة لدي طلاب الصف الثالث الثانوي .
تم إعداد مقياس جودة الحياة وذلك تبعا للخطوات الآتية:-

١- تحديد أبعاد المقياس:-

تم اختيار ابعاد جودة الحياة وفقا للخطوات التالية:

○ الرجوع الي القائمة النهائية لمهارات جودة الحياة التي تم تحكيماها من قبل عدد من المتخصصين في مجال المناهج وطرق تدريس علم النفس

٢- صياغة محتوى المقياس وتعليماته: قام الباحث بالرجوع إلى العديد من الادوات التي تقيس مهارات جودة الحياة والرجوع إلى الدراسات السابقة والإطار النظري الخاص بمهارات جودة الحياة وذلك لإعداد محتوى المقياس ،تم وضع مجموعة من العبارات التي تقيس مهارات جودة الحياة ، بحيث يلي كل عبارة ثلاث خيارات هما(دائما- احيانا- نادرا) ، وقد تضمن المقياس (٣٠) عبارة روعي في إعدادها أن تتسم بالسهولة والترتيب العشوائي وألا تكون غامضة ، وألا يبدأ الطلاب في الإجابة الا بعد السماح بذلك .

- عرض المقياس على المحكمين :

تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين في المناهج وطرق التدريس وعلم النفس ، وذلك لتحديد مدى ارتباط عبارات المقياس بالهدف المراد قياسه وارتباطها بالابعاد الرئيسية للمقياس ومدى صحة صياغة عباراته من الناحيتين اللغوية والعلمية .

- التجربة الاستطلاعية للمقياس :

بعد إعداد المقياس في صورته الأولية تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية قوامها (٢٠ طالبا) بغرض تحديد زمن المقياس وصدقه وثباته .

- تحديد زمن المقياس :

تم تحديد الزمن اللازم للمقياس عن طريق حساب متوسط الزمن التجريبي للمقياس ، وذلك عن طريق حساب الزمن الذي استغرقه الطلاب ، ثم حساب المتوسط لكل الطلاب، وتم تحديد زمن المقياس حيث بلغ (٢٠) دقيقة .

- صدق وثبات المقياس :

تم التأكد من صدق المقياس من خلال عرضه على مجموعة من السادة المحكمين في المناهج وطرق التدريس لتحديد ما اذا كان يقيس ما اعد لقياسه ، حيث أبدى المحكمون أرائهم في عبارات المقياس وصياغتها ومناسبتها ومدى دقتها العلمية ، وفي ضوء أرائهم تم تعديل البعض . كما تم حساب ثبات المقياس حيث بلغ معامل الثبات (٠.٧٩) تقريباً وهو معامل ثبات مقبول . كما تم حساب معامل ارتباط كل مهارة فرعية بالمهارة الرئيسية وكانت كل المعاملات ذات دلالة عند مستوي (٠.٠١ ، ٠.٠٥) مما يدل على أن جميع العبارات متسقة مع الأبعاد التي تنتمي إليها

- الصورة النهائية للمقياس وطريقة تصحيحه :

بعد تحديد زمن الاختبار وحساب صدقه وثباته وبعد إجراء التعديلات في ضوء آراء المحكمين ونتائج التجربة الاستطلاعية ، أصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (٣٠) عبارة قابلة للتطبيق ، وبالنسبة لطريقة التصحيح أعطيت لكل إجابة (دائماً: درجتان ، احيانا : درجة ، نادراً: صفر) ، وبالتالي تكون الدرجة الكلية من (٩٠) .

٢- إعداد مقياس مهارات اتخاذ القرار:

تتلخص فكرة المقياس في تصميم مواقف ، قد يتعرض لها طلاب المرحلة الثانوية أثناء حياتهم، وتتطلب اتخاذ قرار بشأنها، وفي ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة الخاص بمهارات اتخاذ القرار تم تصميم مقياسا لمهارات اتخاذ القرار .

الصورة الاولية للمقياس:

تكون المقياس في شكله الأولي من أربعة مواقف ، قد يتعرض لها طالب المرحلة الثانوية، وتحتاج منه مواجهتها بأسلوب علمي، وفي نهاية كل موقف توجد مجموعة من الأسئلة من نوع الاختيار من متعدد، وعددها عشرة، وتتضمن مهارات اتخاذ القرار المطلوب تمييزها لدى الطلاب، ويوجد مفتاح للإجابة النموذجية لكل موقف من المواقف الأربعة.

صلاحية الصورة المبدئية للمقياس:

بعد صياغة المواقف وترتيبها ووضع التعليمات اللازمة، أصبح المقياس في صورته المبدئية، وكان لابد من عرضه على مجموعة من المحكمين للتأكد من صلاحيته ، وقد أبدى المحكمون بعض الملاحظات التي وضعت في الاعتبار عند إعداد مقياس مهارات اتخاذ القرار في شكله النهائي، و تم القيام بإجراء بعض التعديلات، من أهمها إعادة الصياغة اللغوية لبعض المواقف، إضافة مواقف أكثر؛ لدقة النتائج المرجوة من المقياس ، وتم اجراء التعديلات وفقا لاراء المحكمين.

التجربة الاستطلاعية للمقياس:

بعد القيام بإجراء التعديلات التي اقترحها السادة المحكمون، تم تطبيق المقياس في صورته النهائية على عينة من (٢٠) طالبا من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الوادي الجديد . وتم من خلال التجربة الاستطلاعية تحديد الاتي:

صدق الاتساق الداخلي (صدق مفردات المقياس):

وقد تم حسابه من خلال حساب معاملات ارتباط درجات كل مهارة بدرجات العنوان الرئيسي المنتمية إليه وكانت جميعها دالة عند مستوي دلالة (٠.٠١) مما يدل على أن جميع العبارات متسقة مع الأبعاد التي تنتمي إليها.

حساب ثبات المقياس

وقد تم حساب معامل الثبات باستخدام **معامل الفا كرونباك**: Cronbach Alpha حيث تكونت العينة من (٢٠) من طالبا بالمرحلة الثانوية كعينة استطلاعية، ومن إجاباتهم تم استخراج معامل ثبات المقياس، والجدول (٤) يوضح قيم معاملات الثبات للمهارات والمقياس ككل، وجميعها دالة عند مستوى ٠.٠١ .ومما سبق نجد أن درجة الثبات مرتفعة، مما يجعله مقياسا يمكن الركون إلى استخدامه كأداة لتتمية مهارات اتخاذ القرار لدى طلاب الصف الثالث الثانوي.

الصورة النهائية لمقياس مهارات اتخاذ القرار:

بعد التأكد من صدق وثبات المقياس، وإضافة المواقف وعرضها على المحكمين، وتقويمها، تكون المقياس في صورته النهائية من من اربعة مواقف واربعون سؤالا . واصبحت الدرجة النهائية للمقياس (٤٠)

٣- مقياس الذكاء الشخصي

الهدف من المقياس:

يهدف مقياس الذكاء الشخصي الى التعرف علي فاعلية مقرر علم النفس متضمنا لمهارات جودة الحياة في تنمية مهارات الذكاء الشخصي لدي طلاب الصف الثالث الثانوي .

تم إعداد مقياس الذكاء الشخصي وذلك تبعا للخطوات الآتية:-

٢- تحديد أبعاد المقياس:-

تم اختيار مهارات الذكاء الشخصي وفقا للخطوات التالية:

○ تصميم قائمة لمهارات الذكاء الشخصي تم تحكيمها من قبل عدد من المتخصصين في مجال المناهج وطرق تدريس علم النفس، من ثم تم اجراءات التعديلا التي اوصها بها المحكمون، وتضمن القائمة في صورتها النهائية ثمانى مهارات رئيسية وعدد (٧٥) مهارة فرعية تم توزيعها كالتالي:

- مهارة معرفة النفس وتضمنت (١٠ مهارة فرعية)
- مهارة الوعي بالاهداف وتضمنت (١٠) مهارات فرعية
- مهارة ادارة المشاعر وتضمنت (١٠) مهارات فرعية
- مهارة ادارة السلوك وتضمنت (١٠) مهارات فرعية
- مهارة التواصل مع العقل وتضمنت (٦) مهارات فرعية
- مهارة ما وراء المعرفة وتضمنت (١١) مهارات فرعية
- مهارة الانتباة وتضمنت (٩) مهارات فرعية
- مهارة البرهان والتفكير المرتب وتضمنت (٩) مهارات فرعية

٢- صياغة محتوى المقياس وتعليماته: قام الباحث بالرجوع إلى العديد من الادوات التي تقيس مهارات الذكاء الشخصي والرجوع إلى الدراسات السابقة والإطار النظري الخاص بمهارات الذكاء الشخصي وذلك لإعداد محتوى المقياس ،تم وضع مجموعة من العبارات التي تقيس مهارات الذكاء الشخصي ، بحيث يلي كل عبارة ثلاث خيارات هما(دائما- احيانا- نادرا) ، وقد تضمن المقياس (٧٥) عبارة روعي في إعدادها أن تتسم بالسهولة والترتيب العشوائي وألا تكون غامضة ، وألا يبدأ الطلاب فى الإجابة الا بعد السماح بذلك .

- عرض المقياس على المحكمين :

تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين فى المناهج وطرق التدريس وعلم النفس ، وذلك لتحديد مدى ارتباط عبارات المقياس بالهدف المراد قياسه وارتباطها بالابعاد الرئيسية للمقياس ومدى صحة صياغة عباراته من الناحيتين اللغوية والعلمية .

- التجربة الاستطلاعية للمقياس :

بعد إعداد المقياس في صورته الأولى تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية قوامها (٢٠ طالباً) بغرض تحديد زمن المقياس وصدقه وثباته .

- تحديد زمن المقياس :

تم تحديد الزمن اللازم للمقياس عن طريق حساب متوسط الزمن التجريبي للمقياس ، وذلك عن طريق حساب الزمن الذي استغرقه الطلاب ، ثم حساب المتوسط لكل الطلاب، وتم تحديد زمن المقياس حيث بلغ (٣٥) دقيقة .

- صدق وثبات المقياس :

تم التأكد من صدق المقياس من خلال عرضه على مجموعة من السادة المحكمين في المناهج وطرق التدريس لتحديد ما اذا كان يقيس ما اعد لقياسه ، حيث أبدى المحكمون آرائهم في عبارات المقياس وصياغتها ومناسبتها ومدى دقتها العلمية ، وفي ضوء آرائهم تم تعديل البعض . كما تم حساب ثبات المقياس حيث بلغ معامل الثبات (٠.٨٤١) تقريبا وهو معامل ثبات مقبول .

وقد تم حسابه من خلال حساب معاملات ارتباط درجات كل مهارة بالدرجة الكلية للمهارة الرئيسية المنتمية اليها في المقياس، وكانت جميعها دالة عند مستوي دلالة (٠.٠١) مما يدل على أن جميع العبارات متسقة مع الأبعاد التي تنتمي إليها .

الصورة النهائية للمقياس وطريقة تصحيحه :

بعد تحديد زمن الاختبار وحساب صدقه وثباته وبعد إجراء التعديلات في ضوء آراء المحكمين ونتائج التجربة الاستطلاعية ، أصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (٧٥) عبارة قابلة للتطبيق ، وبالنسبة لطريقة التصحيح أعطيت لكل إجابة (دائماً: درجتان ، احيانا : درجة ، نادراً: صفر) ، وبالتالي تكون الدرجة الكلية من (٢٢٥) .

نتائج البحث

اولا : بعد استخلاص البيانات الناتجة من تطبيق ادوات البحث تم الاجابة عن اسئلة البحث:

الاجابة عن السؤال الاول والذي ينص علي " ما مدى توافر مهارات جودة الحياة النفسية في مقرر علم النفس للصف الثالث الثانوي؟" تم استخدام اسلوب تحليل المحتوى لمقرر علم النفس الفصل الدراسي الاول من خلال استمارة تحليل قائمة علي مهارات جودة الحياة لكل فقرة او نشاط داخل دروس المقرر، ثم تم حساب نسبة التكرارات للوقوف علي مدى توافر مهارات جودة الحياة في مقرر علم النفس للصف الثالث الثانوي.

جدول (٢)

معدلات تكرار مهارات جودة الحياة النفسية بمقرر الصف الثالث الثانوي

م	المهارة	التكرار	النسبة المئوية	المرتبة
١	تحقيق الذات	٢	٢٥%	٢
٢	إتخاذ القرارات	٠	٠%	٤
٣	الإنسجام مع الآخرين	٣	٣٧.٥%	١
٤	اكتساب المعرفة	٢	٢٥%	٢
٥	المسؤولية	١	١٢.٥%	٣
٦	المجموع	٨	١٠٠%	

ويوضح الجدول السابق ان مهارات جودة الحياة تتوافر بنسبة ضئيلة في دروس مقرر علم النفس حيث بلغت اعلي نسبة توافر في المقرر ٣٧.٥ % وهي لمهارة الانسجام مع الاخرين وقد انعدم وجود مهارة إتخاذ القرارات حيث لم تتوافر في المقرر الانشطة التي تعرض للطلاب مواقف حياتية وتحثه علي الاختيار من بدائل مطروحة لاتخاذ القرار المناسب.

الاجابة عن السؤال الثاني والذي ينص علي " ما مدي إكتساب طلاب الصف الثالث الثانوي لمهارات جودة الحياة النفسية بعد تدريس التصور المقترح لمقرر علم النفس متضمنا مهارات جودة الحياة؟

ولاجابة علي السؤال الثاني ، تمت المقارنة بين نتائج مجموعة البحث في التطبيق القبلي و البعدى لمقياس جودة الحياة، وتم حساب قيمة "ت" للفرق بين متوسطي درجات طلاب المجموعة في التطبيقين القبلي و البعدى لمقياس جودة الحياة، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وحساب قيمة " ت" في التطبيق القبلي و البعدى لمقياس مهارات جودة الحياة لطلاب المجموعة التجريبية

المتغير	التطبيق	المتوسط	الانحراف	قيمة ت	الدلالة	η^2
مهارات جودة الحياة	القبلي	21.9250	2.43255	41.743	٠.٠١	.957
	البعدى	64.5750	5.98668			

يتضح من الجدول السابق، ومن خلال نتائج اختبار "ت" لحساب الفروق بين المتوسطات : وجود فروق دالة إحصائياً (عند مستوي ٠.٠١) بين درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس مهارات جودة الحياة لصالح التطبيق البعدي ، مما يؤكد دلالة التغير الناتج عن تدريس التصور المقترح لمقرر علم النفس متضمناً مهارات جودة الحياة. كما بلغت

الاجابة عن السؤال الثالث والذي ينص علي " ما فاعلية تضمين مهارات جودة الحياة في مقرر علم النفس علي تنمية مهارات اتخاذ القرار لدي طلاب الصف الثالث الثانوي؟ تم حساب قيمة "ت" للفروق بين متوسطي درجات الطلاب في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار اتخاذ القرار ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وحساب قيمة "ت" في التطبيق القبلي والبعدي في اختبار مهارات اتخاذ القرار الطلاب المجموعة التجريبية (ن = ٤٠)

المتغير	التطبيق	المتوسط	الانحراف	قيمة ت	الدلالة	η^2
مهارات اتخاذ القرار	قبلي	18.5750	1.46563	29.786	٠.٠١	.919
	بعدي	33.3750	2.77985			

يتضح من الجدول السابق أن تدريس التصور المقترح لمقرر علم النفس متضمناً مهارات جودة الحياة يتصف بدرجة عالية من الكفاءة والفاعلية في تنمية مهارات اتخاذ القرار لدى مجموعة البحث التجريبية ، حيث اقتربت قيمة مربع إيتا η^2 من الواحد الصحيح، وهذا يشير إلى أن هذا التصور يتصف بالكفاءة والفاعلية والقدرة على تنمية مهارات اتخاذ القرار لدي طلاب الصف الثالث للمرحلة الثانوية. كما يتضح ايضاً ان للتصور اثر كبير حيث بلغت نسبة مربع إيتا اكثر من ٠.٥ (رجاء ابو علام ، ٢٠٠٢ ، ١).

للاجابة عن السؤال الرابع الذي ينص علي: ما فاعلية تضمين مهارات جودة الحياة في مقرر علم النفس علي تنمية مهارات الذكاء الشخصي لدي طلاب الصف الثالث الثانوي؟

تم حساب قيمة "ت" للفروق بين متوسطي درجات الطلاب في التطبيقين القبلي والبعدي ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وحساب قيمة "ت" في التطبيق القبلي والبعدي في مقياس الذكاء الشخصي الطلاب المجموعة التجريبية (ن = ٤٠)

المتغير	التطبيق	المتوسط	الانحراف	قيمة ت	الدلالة	η^2
ابعاد الذكاء الشخصي	قبلي	111.3500	9.85419	19.821	.٠٠٥	.834
	بعدي	167.0250	14.78129			

يتضح من الجدول السابق، ومن خلال نتائج اختبار "ت" لحساب الفروق بين المتوسطات : وجود فروق دالة إحصائية (عند مستوي ٠.٠١) بين التطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مقياس الذكاء الناجح ، مما يؤكد دلالة التغير الحادث خلال القياسين ، والذي يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين لصالح التطبيق البعدي ، مما يعني وجود اثر لتدريس التصور المقترح لمقرر علم النفس متضمنا مهارات جودة الحياة علي تنمية مهارات الذكاء الشخصي لدي طلاب الصف الثالث الثانوي.

يتضح من الجدول السابق أن تدريس التصور المقترح لمقرر علم النفس متضمنا مهارات جودة الحياة يتصف بدرجة عالية من الكفاءة والفاعلية في تنمية مهارات التفكير الشخصي لدى مجموعة البحث التجريبية ، حيث اقتربت نسبة مربع ايتا من الواحد الصحيح ، وهذا يشير إلى أن هذا التصور يتصف بالكفاءة والفاعلية والقدرة على تنمية مهارات الذكاء الشخصي لدي طلاب الصف الثالث للمرحلة الثانوية.

للاجابة عن السؤال الخامس والذي ينص علي ما العلاقة الارتباطية بين مهارات جودة الحياة و مهارات اتخاذ القرار لدي طلاب الصف الثالث الثانوي؟ للاجابة عن هذا السؤال تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات افراد العينة علي كل من مقياس جودة الحياة ومقياس اتخاذ القرار، جدول ٥ يوضح ذلك

المتغير	التطبيق	المتوسط	الانحراف	قيمة م	الدلالة
جودة الحياة اتخاذ القرار	بعدي	64.5750	5.98668	.٤٠٢	.٠٠١
	بعدي	33.3750	2.77985		

يتضح من الجدول السابق وجو علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين جودة الحياة مهارات اتخاذ القرار بمعنى انه كلما كانت لدي الفرد صورة ايجابية عن نفسه وادراكا لقدراته في مواقف الحياة كان قادرا علي اتخاذ القرارات المناسبة لتلك المواقف.

للاجابة عن السؤال السادس والذي ينص علي ما العلاقة الارتباطية بين مهارات جودة الحياة والذكاء الشخصي لدي طلاب الصف الثالث الثانوي؟ للاجابة عن هذا السؤال تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات افراد العينة علي كل من مقياس جودة الحياة ومقياس الذكاء الشخصي، جدول ٥ يوضح ذلك

المتغير	التطبيق	المتوسط	الانحراف	قيمة م	الدلالة
جودة الحياة	بعدي	64.5750	5.98668	.863**	٠.٠١
الذكاء الشخصي	بعدي	167.0250	14.78129		

يتضح من الجدول السابق وجو علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين جودة الحياة ومهارات الذكاء الشخصي بمعنى انه كلما كان لدي الفرد صورة ايجابية عن ذاته وعنا الآخرين ولديه مستوي عالي من مهارات جودة الحياة كلما استطاع ان يضع نفسه الي جانب الآخرين الذين يتوافق معهم علي نحو طبيعي والبحث عن اعمال تلائمه واستطاع فهم الاشياء التي تجعل منه غير متوافق مع غيره او مع بعض الاعمال التي لم يستطع انجازها، كما يظهر تعامله مع مصاعب الحياة وتقبلا لها واكثر شعورا بالامن والسلام النفسي.

من العرض السابق لنتائج البحث يتضح ما يلي :

من مقارنة أداء طلاب المجموعة التجريبية (مجموعة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لادوات البحث (جودة الحياة- مهارات اتخاذ القرار- الذكاء الشخصي) ، أتضح أن هناك فروقا بين الأدائين، وذلك لصالح الأداء البعدي، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١، ٠.٠٥) كما تبين وجود مما يدل علي الأثر الإيجابي لتدريس التصور المقترح لمقرر علم النفس متضمنا مهارات جودة الحياة علي مهارات اتخاذ القرار والذكاء الشخصي لدي طلاب الصف الثالث بالمرحلة الثانوية.

وقد يرجع هذا الاثر الايجابي الي الاعتبارات التالية:

- يسهم مقرر علم النفس متضمنا مهارات جودة الحياة في اشراك الطلاب في أنشطة تسمح للطلاب بالتحدث عن ذواتهم والتعبير عن مشاعرهم المختلفة ومناقشة ذلك مع زملائهم من خلال أنشطة جماعية.

- تهدف جودة الحياة الي مساعدة الفرد علي تكوين صورة ايجابية عن ذاته والتعامل الجيد مع الآخرين وضبط المشاعر وتحديد اهداف للحياة قائمة علي القدرات والمهارات المتاحة، وبالتالي فان تضمين مهارات جودة الحياة ينقل الطالب من المتلقن السلبي الي المتفاعل الايجابي الذي يبحث ويعرض افكاره وطوحياته ويفهم ذاته مستخدما المعلومات والمعارف المتاحة في المقرر

- مقرر علم النفس وفقا لهذا التصور ليس محتوي مليء بالمعارف والمعلومات النظرية انما يتضمن مواقف حياتية تجسد تلك المعارف والمعلومات وتقدم للطالب نماذج لممارسة التفكير المتامل في كل ما قد تقدمه الحياة
- المشاركة والايجابية التي يظهرها الطالب في مهمة من مهام التعلم من خلال العمل في مجموعات او العمل الفردي من الايثار الايجابية التي ظهرت اثناء التجربة الميدانية
- استخدام اساليب تقويم متنوعة في كل مرحلة من مراحل الدرس كان لها الاثر الايجابي في تقويم نقاط الضعف لدي الطلاب والانتقال الامن الي المراحل التالية.

توصيات البحث

- من خلال ما توصلت إليه البحث الحالية من نتائج، فإن الباحث يوصي بما يلي:
- استخدام برنامج تدريبي لطلاب الجامعة تخصص علم نفس قائم علي مهارات جودة الحياة لتنمية اتجاهات ايجابية نحو مقررات علم النفس
 - عقد ورش عمل للمعلمين لتدريبهم علي اعداد أنشطة للذكاء الشخصي ومهارات اتخاذ القرار والتي تساعد الطلاب علي تقدير الذات وادراك المشاعر والتعامل مع الآخرين والتفكير التاملي بدلا من تلقي المعلومات والمعارف بشكل مباشر

المراجع :

خالد صلاح علي الباز (١٩٩٦): "مهارات اتخاذ القرار لدى معلمي العلوم والدراسات الاجتماعية
بمرحلة التعليم الأساسي" (دراسة تقويمية)، الجمعية المصرية للمناهج
وطرق التدريس، العدد (٣٦)، ص ص: ٩٦ - ١١٥.

فتحي عبد الرحمن جروان (١٩٩٩): تعليم التفكير: مفاهيم وتطبيقات، الإمارات العربية المتحدة،
العين: دار الكتاب الجامعي.

محمد السيد علي (٢٠٠٨): التربية العلمية وتدريب العلوم، دار ومكتبة الإسراء، طنطا.

فؤاد عبد اللطيف أبو حطب (١٩٨٨): "تحو علم نفس معرفي (النموذج الرباعي للعمليات
المعرفية"، أبحاث المؤتمر الرابع لعلم النفس في مصر، الجمعية المصرية
للدراسات النفسية، ص ص (٦ - ٣٠).

سلامة عبد العظيم حسين، طه عبد العظيم حسين (٢٠٠٦): الذكاء الوجداني للقيادة التربوية،
الإسكندرية: دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر.

حمى أحمد الوكيل (٢٠٠٥). الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتطوير مناهج المرحلة الأولى
، القاهرة: دار الفكر العربي .

سلاف مشري واد سوف (٢٠١٤). جودة الحياة من منظور علم النفس الإيجابي (دراسة
تحليلية)، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية ، ع (٨) ص ص ٢١٥ -
٢٣٧ -

سهير عبد الحفيظ عمر (٢٠١٤). مقال عن جودة الحياة ، مجلة المنال بحوث ودراسات

<https://almanalmagazine.com>

محمدالسعيد أبوحلاوة (٢٠١٠) . جودة الحياة المفهوم والأبعاد ، ورقة عمل مقدمة ضمن
فاعليات المؤتمر العالمي السنوي لكلية التربية ، جامعة كفر الشيخ

عبد الحميد سعيد حسن (٢٠٠٦). جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية واستراتيجيات
ومقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس ، وقائع ندوة علم النفس
وجودة الحياة.

محمد عبدالظاهر الطيب و سيد أحمد البهاص (٢٠٠٩) الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي ،
الطبعة الأولى ، القاهرة : دار الفكر العربي.

محمد عبدالحليم منسي، وعلي مهدي كاظم (٢٠٠٦) . جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية
واستراتيجيات مقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، وقائع ندوة علم
النفس وجودة الحياة.

جابر عبد الحميد جابر (٢٠٠٣): الذكاءات المتعددة والفهم (تنمية وتعميق)، القاهرة: دار الفكر
العربي.

فؤاد عبد اللطيف أبو حطب (١٩٩١): الذكاء الشخصي: النموذج وبرنامج البحث : بحوث
المؤتمر السابع لعلم النفس، القاهرة : الأنجلو المصرية، ص ص (١ -
٣٢).

بديوي إبراهيم علام (١٩٩٧): "بني الذكاء الشخصي في تصور أبو حطب"، دراسة علمية
توكيدية، ضمن فاعليات المؤتمر الثالث عشر لعلم النفس، الأقصر.

عزو اسماعيل عفانغو نائلة نجيب الخزندار (٢٠٠٣): "استراتيجيات التعلم للذكاءات المتعددة
وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى الطلبة المعلمين تخصص رياضيات
بغزة"، المؤتمر العلمي الخامس عشر (مناهج التعليم والإعداد للحياة)، في
الفترة ما بين (٢١-٢٢ يوليو)، دار الضيافة عين شمس، المجلد الثاني،
ص ص ٤١٧-٤٥٤.

فؤاد عبد اللطيف ابوحطب (١٩٩٦): القدرات العقلية، ط٢، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

محمد عبد الهادي حسين (٢٠٠٣): قياس وتقييم قدرات الذكاءات المتعددة، عمان: دار الفكر
للطباعة والنشر والتوزيع.

محمد عبد الهادي حسين (٢٠٠٥): "مدرسة الذكاءات المتعددة، غزة، فلسطين: دار الكتاب
الجامعي.

لطيفة محمد كامل وهبي (٢٠٠٦): "أثر نوع التحكم الانتقائي ومقدار المعلومات ومحتواها في
قياس الذكاء الشخصي"، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

عبد الرحمن عدس، يوسف قطامي (٢٠٠٣)، علم النفس التربوي (النظرية والتطبيق الأساسي)، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الأردن.

محمد عباس المغربي (٢٠٠٣): "الذكاء الشخصي في ضوء بعض المحكات الشخصية والاجتماعية"، دراسة استطلاعية، دراسات نفسية، مجلد (١٣)، عدد (١٢)، أبريل، ص ص (٣٢٣ - ٣٥٨).

منى سعيد أبو ناشيء (٢٠٠١): "الذكاء الشخصي وعلاقته بالذكاء الاجتماعي والذكاء الموضوعي" دراسة عاملية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد الحادي عشر، العدد ٣٢، يوليو، ص ص ٢٤٦ - ٢٤٧

أشرف عبد الفتاح عبد المغني (٢٠٠٥): "بنية الذكاء الشخصي عند أبو حطب (دراسة توكيدية)"، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.

زينب شعبان رزق (٢٠٠٣): "الذكاء الانفعالي (المفهوم والقياس)"، دراسة استطلاعية لرسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.

محمد الدسوقي الشافعي (٢٠٠٣): الذكاء الشخصي لدي الذكور والإناث في علاقته بالمهارات الاجتماعية والفرقة الدراسية، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ص ص (٣١ - ١).

محمد محمد عباس المغربي (٢٠٠٣): "الذكاء الشخصي في ضوء بعض المحكات الشخصية والاجتماعية"، دراسة استطلاعية، دراسات نفسية، مجلد (١٣)، عدد (١٢)، أبريل، ص ص (٣٢٣ - ٣٥٨).

مختار أحمد الكيال (٢٠٠٣): "البيئة النفسية للذكاء الموضوعي والذكاء الاجتماعي والذكاء الشخصي وعلاقته بمستويات تجهيز المعلومات في ضوء الجنس والتخصص الأكاديمي، دراسة عاملية توكيدية"، مجلة كلية التربية التربوية وعلم النفس، العدد (٢٧) (الجزء الأول)، القاهرة: مكتبة زهراء الشرق، ص ص: ١٥٩ - ٢٠٨.

جمال جمال الدين (٢٠٠٢): "الإنسان الفعال (مهارات لتحسين طريقة التفكير وتنظيم السلوك والتعامل مع الآخر)"، عمان: دار الفكر.

رافع النصير الزغول، عماد عبد الرحيم الزغول (٢٠٠٣): "علم النفس المعرفي"، عمان: دار الشروق،. متاح على: www.ao-academy.org المكتبة (٢٠٠٩/١١/٣٠)

فهيم مصطفى محمد (٢٠٠٥): "الطفل ومهارات التفكير فى رياض الأطفال والمدرسة الابتدائية"، رؤية مستقبلية للتعليم فى الوطن العربي، القاهرة: دار الفكر العربي.

نعمة عبد الصمد حسين الأسدي (٢٠٠٩) : "فاعلية انموذجين تعليميين على وفق مدخل (STS) فى التحصيل وتنمية التفكير الناقد والقدرة فى اتخاذ القرار لحل مشكلات بيئية لدى طالبات قسم علوم الحياة"، أطروحة دكتوراة، متاح على:

www.kuiraq.com/staff/nemasadi/instruction%20models.doc - العراق

حنان فوزي طه (٢٠٠٨): "فاعلية استخدام نموذج أبعاد التعلم فى تدريس مادة الأحياء على التحصيل وتنمية بعض مهارات التفكير واتخاذ القرار لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة دكتوراة، كلية التربية بقنا، جامعة جنوب الوادي.

إيمان محمد محمود بونس (٢٠٠٧): "إعادة بناء وحدة فى مادة الأحياء للصف الأول الثانوي وفاعليتها فى تنمية مهارة اتخاذ القرار"، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.

ألفت عيد شقير، زينب محمد حسن (٢٠٠٦): "فاعلية برنامج قيمى تقنى قائم على التعلم الذاتى فى التربية البيئية على تنمية المعرفة بالمشكلات ورفع درجة تمثل القيم وتنمية مهارات اتخاذ القرارات البيئية لدى الطالبات المعلمات تخصص العلوم بكلية التربية بالإحساء"، المؤتمر العلمى العاشر "التربية العلمية تحديات الحاضر ورؤى المستقبل"، الجمعية المصرية للتربية العلمية، المجلد ٢، الإسماعيلية، ص ص ٥٠٩-٥٦٣

عبد الله على محمد، محمد أمين حسن (٢٠٠٤): "أثر استخدام استراتيجية مقترحة قائمة على العصف الذهني واتخاذ القرار فى تدريس الأحياء على تنمية العمليات المعرفية وبعض مهارات التفكير الناقد ومهارة اتخاذ القرار لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية"، المؤتمر العلمى السادس عشر "تكوين المعلم"، المجلد ٢، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٢١-٢٢/٧، ص ص ٨٩-١١٩.

عادل رسمي حماد و علي كمال معبد (٢٠٠٤): "أثر استخدام نموذج التعلم البنائي في تدريس الدراسات الاجتماعية على التحصيل وتنمية مهارة اتخاذ القرار وخفض القلق لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي، مجلة كلية التربية بجامعة أسيوط، المجلد العشرون، العدد الثاني، جزء أول، ص: ٢٥٦ - ٢٩١.

نوال محمد شلبي (٢٠٠٢): "أثر التفاعل بين كلا من بروفايل وأساليب صنع القرار وبعض طرق التدريس على التحصيل وتنمية مهارة اتخاذ القرار في بعض القضايا البيولوجية، مجلة البحث التربوي، المجلد الأول، العدد الثاني، ص ص ٨٩١-٩٤١.

نعيمة حسن أحمد ، سحر محمد عبد الكريم (٢٠٠٠): أثر التدريس بنموذج اجتماعي في تنمية المهارات التعاونية واتخاذ القرار والتحصيل لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي ذوى صعوبات التعليم في مادة العلوم، مجلة التربية العلمية، الجمعية المصرية للتربية العلمية، العدد (٤)، ديسمبر.

ماهر إسماعيل صبري، ناهد عبد الراضي نوبي (٢٠٠٠): "فعالية استخدام نموذج التدريس الواقعي في تنمية فهم القضايا الناتجة عن تفاعل العلم والتكنولوجيا والمجتمع والقدرة على اتخاذ القرار حيالها لدى طالبات شعبة الفيزياء والكيمياء ذوات أساليب التفكير المختلفة بكلية التربية للبنات بالرسنق (سلطنة عمان)"، مجلة التربية العلمية، العدد ٤، المجلد ٣، الجمعية المصرية للتربية العلمية، كلية التربية، جامعة عين شمس، ص ص ١١٩-١٧٧.

حافظ فرج أحمد، محمد صبري حافظ (٢٠٠٣): إدارة المؤسسات التربوية، القاهرة: عالم الكتب.
علي ناصر فرحان (١٩٩٠)، "بناء مقياس للمجازفة في اتخاذ القرار لطلبة جامعة صلاح الدين"، مجلة اتحاد الجامعات العربية، العدد (٢٥)، ص: ١٥٠ - ١٥٩.

- Gardner; H. (1983): "Frames of mind": the theory of multiple intelligences, New York: Basic Books, Inc.
- Gardner, H. (1999): "Intelligence reframed: multiple intelligences for the 21st century", New york: Basic Books, Inc.
- Lazear; D. G.(2003): "Moving students thinking to higher order realms", Available at: [http :// www. Multi. com. article/ Laze-ar. html](http://www.Multi.com.article/Laze-ar.html) (13 / 9/ 2007)
- Abou – Hatab; F. A. L. H (2000): "Personal Intelligence: the Meeting Point of Inward and Outward", Egyption Association for Psychological Studies, 2, Arab psychologist, No.1, PP (1-17)
- Robert; H. (1998): Introduction to Decision Making, Available at: <http://www.virtual salt.com>.
- Campbell; L., Campbell; B. & Dickinson; D. (1996): "Teaching and Learning through multiple intelligence", Second edition, New York: Ally Bacon.
- Brown , I & Brown , R . I . (2003) . Quality of life and disability: An approach for community practitioners .London , UK :] Jessica kingsley publishers.
- Ryff,C,etal,(2006). Psychological Well-Being and Ill-Being: DoThey Have Distinct or Mirrored Biological Correlates?. Psychotherapy Psychosomatics;75:85-95.

-
- Wikipedia the free Encyclopedia (2007): Decision Making, Wikipedia Foundation, Inc, au. s., Available at [http:// en. Wikipedia. org/ wiki.\(23/10/2010\)](http://en.Wikipedia.org/wiki.(23/10/2010))
- Forgionne G. & Newman J. (2007): An experiment on the effectiveness of creativity enhancing decision-making support systems, Journal of Decision Support Systems, Volume 42, Issue 4, January 2007, PP. 2126-2136.
- Vanci; U. & Balbay; S. (2004) :Investigating the Decision-Making Skills of Cooperating Teachers and Student Teachers of English in a (64) Turkish, Context, Teaching and Teacher Education, Vol. 20, Iss. 7, Oct. 2004, PP 745-758.
- Vanci; U. & Balbay; S. (2004) :Investigating the Decision-Making Skills of Cooperating Teachers and Student Teachers of English in a (64) Turkish, Context, Teaching and Teacher Education, Vol. 20, Iss. 7, Oct. 2004, PP 745-758.