

## **التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية لدى طالبات كلية الدراسات الإنسانية بالدقهلية**

**اعداد**

**د/ عفاف سعيد فرج البديوى**

**مدرس علم النفس التعليمي**

**كلية الدراسات الإنسانية-جامعة الأزهر**

**نفها الأشراف -الدقهلية**

## التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية لدى طالبات كلية الدراسات الانسانية بالدقهلية

ملخص البحث:

استهدف هذا البحث الكشف عن العلاقة بين التفكير الأخلاقي وكل من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية، كما استهدف معرفة العلاقة بين اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية، ومعرفة الفروق بين كل من منخفضي ومرتفعي اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية في التفكير الأخلاقي، كما استهدف التنبؤ بالتفكير الأخلاقي بمعلومية كل من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية معا، وتم البحث علي عينة قدرها (١٦٠) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية وتم استخدام مقياس التفكير الأخلاقي اعداد(عبدالفتاح، ٢٠٠١ )، كما تم استخدام مقياس اليقظة العقلية اعداد(الباحثة) ومقياس الطمأنينة النفسية اعداد (الباحثة ) وباستخدام الأساليب الاحصائية المناسبة توصلت نتائج البحث إلى: وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين التفكير الأخلاقي وبين اليقظة العقلية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية، وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين التفكير الأخلاقي و الطمأنينة النفسية، وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية، وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات كل من مجموعة منخفضي اليقظة العقلية ومجموعة مرتفعي اليقظة العقلية في التفكير الأخلاقي لصالح مرتفعي اليقظة العقلية، وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات كل من مجموعة منخفضي الطمأنينة النفسية ومجموعة مرتفعي الطمأنينة النفسية في التفكير الأخلاقي لصالح مجموعة مرتفعي الطمأنينة النفسية. ، كما أنه يمكن التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية معا لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية.

## **The Prediction of Moral thinking from Mindfulness among Female Students and Psychological reassurance of the Faculty of Humanities, Dakahlia**

### **Abstract**

This study aims to. discover the relationship between moral thinking and mindfulness and psychological reassurance. It also aims to identify the relationship between mindfulness and psychological reassurance, and to know the differences between the low and high mindfulness and the psychological reassurance in moral thinking. and aims to predict moral thinking by informing both mindfulness and psychological reassurance This study is conducted on a sample of (160) female students of the fourth division in the Department of the Faculty of Humanities studies, Tafahna Al Ashraf, Dakahlia. The Moral Thinking scale was used in this study prepared by (Abdel Fattah, 2001). mindfulness scale prepared by (the researcher) and The Psychological reassurance Scale prepared by (the researcher) are also used in this study. Using the appropriate statistical methods, the results of the study showed that:. there is a statistically significant correlation between moral thinking and mindfulness among the fourth grade students in the Education Department, Tafahna Al Ashraf, Dakahlia, and there is a statistically significant correlation between moral thinking and psychological reassurance, and there is also a statistically significant correlation between mindfulness and psychological reassurance, there are statistically significant differences between the mean scores of the group of low and the high mindfulness group in the moral thinking in favor of the group of high mindfulness group .There are statistically significant differences between the mean scores of the group of the low psychological reassurance - group and the high level of psychological reassurance- group in the moral thinking in favor of the group of high psychological reassurance. The moral thinking of the mindfulness and the psychological reassurance both can be predicted within the students of the fourth grade, students of the Faculty of Humanities Tafahna Al Ashraf, Dakahlia

## مقدمة:

تعد الأخلاق من أهم المعانى السامية فى الحياة، كما تعتبر الدعامه القوية لحفظ الكيان ومن خلالها ترتقى النفوس إلى أعلى المراتب ويستطيع الأفراد من خلالها بناء أنفسهم وإعطاء معنى حقيقى للإنسانية ومن ثم بناء المجتمعات وبقائها .

ويمثل التفكير الأخلاقى **Moral Thinking** جانباً من أهم جوانب النمو الإنسانى إذ يرتبط بطبيعة التفسيرات العقلية لما هو مقبول أو مفروض اجتماعياً، إذ أن الأخلاق فى حقيقتها عبارة عن مجموعة من القوانين والقواعد والقيم التى يتبناها الفرد بحيث تحدد سلوكه الاجتماعى ومن خلالها تستطيع المنظمات الاجتماعية والتربوية تأدية وظيفتها، وهذا يعنى أن بقاء المجتمع واستمراره مرهون بها ويمدى تنظيمها لعلاقات الأفراد وإيمانهم بها والتزامهم بتطبيقها. (الفرجتانى ومحمد ٢٠١٢: ١١٩ )

ويعتبر الاهتمام بالتفكير الأخلاقى ضرورة ملحة ومطلباً أساسياً للوصول إلى قرارات أخلاقية سليمة، حيث يساعد على معرفة الصواب والخطأ فى سلوكنا ويعطى القدرة على تبرير التصرفات وبدونه يجد الفرد نفسه فى دوامة من الصراعات بين القيم والمبادئ التى يعتقدونها وسلوكيات الأفراد داخل المجتمع. ( نصر، ٢٠١٢ : ١٣٨ )

وتركز اليقظة العقلية **Mind Fulness** على وعى الفرد بالخبرات وملاحظة هذه الخبرات أثناء حدوثها دون تقييم عما إذا كانت هذه الخبرات جيدة أم سيئة، كما تتضمن النظر الى الأفكار والانفعالات كأحداث عقلية والاندماج فيها فى لحظتها دون نظر الى ما يرتبط بها فى الماضى أو المستقبل. (Kabat , 2006: 121 )

وقد اتفق ( Rest , 1978 ) , ( Kohlberg, 1981 ) على أهمية الجانب العقلى بوصفه أساساً للنمو الأخلاقى، ففى الوقت الذى يصل فيه النمو العقلى مستواه الناضج، فالنمو الأخلاقى يجب أن يصل إلى نفس المستوى وعندما لا يتحقق ذلك فالفرد يعد غير ناضج خلقياً، أى أنه من الناحية العقلية يكون غير قادر على أداء السلوك الخلقى الناضج، وهذا ما يفسر تدنى مستويات النمو الأخلاقى للأحداث الجانحين نتيجة لقصور النمو المعرفى لديهم مقارنة بأقرانهم من الأسوياء.

ويتأثر مستوى النمو الأخلاقى للفرد بمستوى نموه العقلى، فكلما كان الفرد أكثر قدرة على تحصيل المعرفة ومرتفع الذكاء، كلما كان أكثر قدرة على الوصول إلى مستوى متقدم من النمو الأخلاقى، وتؤكد دراسات عديدة فى هذا الشأن على أن الأطفال مرتفعى الذكاء تكون اتجاهاتهم الأخلاقية وسلوكهم الأخلاقى أنضج من رفاق سنهم الأقل ذكاءاً منهم . ( زهران، ١٩٨٢ : ٢٦٦ )

والفرد القادر على الوصول الى المستوى الخلقى العالى لابد وأن يتمتع بقدرة عقلية كافية ليفهم طبيعة القوانين والمبادئ الأخلاقية، ويملك القدرة على تحليل المشكلات وأبعادها فى ضوء هذه القوانين والمبادئ، كما يكون قادراً على أن يقرر كيف يطبقها بالشكل الصحيح. ( متولى وعبد اللطيف، ٢٠١٥: ٣٢٣ )

وتسهم اليقظة العقلية فى تحويل الانتباه من المخاوف الداخلية التى تحيط بالأفراد إلى العالم الخارجى وتمكنهم من التركيز على نحو أفضل فى الرغبة التى ينجزونها، كما أن لليقظة العقلية آثاراً وقائية للأشخاص الذين تتتابهم مشاعر القلق والتفكير المتكرر وتشنت الانتباه.

( Dubert , Schumacher, Locker , Gutierrez Bames, 2016: 1061)

ولليقظة العقلية أهمية خاصة فى تعزيز القيم الأخلاقية والاجتماعية التى يمكن استخدامها لتعزيز وإثراء المعايير المهنية. (Terry , 2011: 129 )

وتعد الطمأنينة النفسية من أهم الحاجات اللازمة للنمو النفسى السليم والصحة النفسية للفرد، إذ أن الشعور بالطمأنينة النفسية يعكس شعور الفرد بأن البيئة الاجتماعية بيئة صديقة ويشعر الفرد بأن الآخرين يحترمونه ويتقبلونه داخل الجماعة، والفرد الذى يشعر بالطمأنينة والإشباع فى بيئته يميل الى أن يعمم هذا الشعور، ويرى فى الغير الحب والتعاون معهم، أما الشخص غير الآمن نفسياً فهو فى حالة خوف ويشعر بعدم الرضا ويرى أن البيئة تمثل تهديداً خطيراً له. ( زهران، ٢٠٠٥: ٥٢ )

وتعد الطمأنينة النفسية ذو أهمية كبيرة فى حياة الأفراد على تأدية وظائفهم العقلية بأسلوب منظم ومنسق وتمهد لتغلب العقل والمنطق على النزوات وكبح جماح النفس والحد من انحرافها، كما أنها تزيد خصوصية الخيال وتنشط التفكير وتزيد الميل الى مواصلة العمل وتركيز الانتباه ودقة الادراك . (المليجي، ١٩٧٢: ١٥٩ )

ويعد الأفراد المطمئنون نفسياً المتزنون انفعالياً أكثر قدرة على التفكير الأخلاقى وكبح جماح شهواتهم والتحرر من الميول والاتجاهات الصيبانية وأكثر قدرة على تحمل المسؤولية من أولئك الأفراد غير المطمئنين.

(الفرجتانى ومحمد ٢٠١٢: ١١٨ )

وحاجة الفرد للطمأنينة النفسية تعد من أهم الحاجات لتكوين أنماط سليمة من القيم والمعايير والاتجاهات الإيجابية السليمة، إذ أنها تعد المصدر الأول لإحساس الفرد بالثقة فى ذاته وفيمن حوله، وفقدان الفرد للطمأنينة النفسية يؤدى إلى الكراهية إذ أن من شأن من خاف شيئاً كرهه. (لبوادة، ٢٠١٦: ١٢٤ )

هذا ولم تعثر الباحثة فى حدود ما أطلعت عليه على أى دراسة بحثت التنبؤ بالتفكير الأخلاقى من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية فى التراث العربى السيكولوجى، ومن هنا جاءت محاولتها فى البحث الحالى للتنبؤ بالتفكير الأخلاقى من خلال هذين المتغيرين وكذلك الربط بين التفكير الأخلاقى وكل من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية ومعرفة الفروق بين منخفضى ومرتفعى اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية فى التفكير الأخلاقى.

#### مشكلة البحث:

اتسام الأفراد بالتفكير الأخلاقى يعد مطلباً ضرورياً وجوهرياً لصالح الفرد ولصالح المجتمع، ولكى يتسم الفرد بهذا الخلق يجب أن يتوافق فعله مع قوله، فهناك العديد ممن يعرفون الخطأ من الصواب ويعرف ما هو التصرف الخلقى المضبوط ولكنه لا ينفذ ما يعرفه ويقول به بلسانه وتلك فجوة كبيرة بين ما يعتقد الفرد وما يؤمن به ويدرك أنه الصواب وبين ما يقوم بالفعل من سلوكيات .

وتذكر ( عنتر، ٢٠١٦: ٢٤٩ ) أن أغلب الأفراد بصفة عامة وطالبات كلية التربية ( معلمات الغد ) بصفة خاصة فى هذه المرحلة العمرية تتسم بالتغير السريع والتخبط والصراع على اكتساب القدرة على التكيف مع المتغيرات الثقافية والاجتماعية والاقتصادية واستدخالها فى إطار القيم والعقائد الدينية والأخلاقيات الصحيحة وذلك فى محاولة إيجاد توازن بين ما هو مستحدث وبين القيم الراسخة والاخلاق السليمة.

كما تذكر ( سعدون، ٢٠١٦: ٣٨٧ ) أن العصر الحالى يجتاحه التطور المادى السريع الذى يحتم على الفرد أن يتمسك بما لديه من قيم أصيلة ومبادئ أخلاقية يقاوم من خلالها تيار الإغراءات بمقدار ما لديه من سلوك أخلاقى، فالعديد من مشكلات مجتمعنا هى مشكلات أخلاقية فى صميمها والعديد من مظاهرها يعبر عن أزمة أخلاقية وقصور فى الجانب الأخلاقى فى شخصية الفرد، وتعد أبرز أهداف المؤسسات التربوية هو اكساب أفرادها نسقاً من المعايير الأخلاقية التى تشكل ثقافة المجتمع الذى يعيش فيه وتنظم علاقاته بالجماعة إذ تمثل هذه المعايير السلطة الخارجية للفرد .

كما أن الباحثة الحالية أثناء تدريسها بالفرقة الرابعة لاحظت بعض الأزمات والتحديات التى تواجه هؤلاء الطالبات داخل الحرم الجامعى، والتى تمثل فى ظهور العديد من المشكلات والمظاهر السلوكية كالعنف والعدوان وعدم المحافظة على الممتلكات العامة، والاحجام عن المشاركة فى الأنشطة الاجتماعية، والرياضية، والثقافية داخل الجامعة، وبخاصة الاحجام عن المشاركة فى أعمال الجودة، وصعوبة التعامل مع المشكلات الدراسية والاجتماعية، والغش فى الامتحانات وإهمال النظافة وعدم احترام المواعيد وعدم مراعاة الضمير، وضعف الوازع الأخلاقى الذى يؤدى دوراً مهماً فى تقوية

إرادة الإنسان، والتمسك بالسلوك القويم، وتعزيز القدرة على تقدير الأفعال ونقدها دون الوقوع تحت وطأة الشهوات والملذات الحسية.

وعند البحث عن العوامل المسؤولة عن ذلك وجد بعضها يتمثل في ضعف اليقظة العقلية، إذ أن ذوى اليقظة العقلية المرتفعة ليسوا في حاجة للتصرف بشكل لا أخلاقي إذ أنهم ( يبتعدون عن دوائر الأنانية والمصلحة الذاتية ويمتثلون للسلوك القيمي الايجابي ) الوقاية من تدهور مناخ الفصل الدراسي، وسوء السلوك العاطفي، وتخفيف الصراع، وحسن التوجيه، وإدارة العمل الجماعي، وتقليل السلوك العدواني والتفاعلات الاجتماعية السلبية).

(Nirbahy, Giulio , Alan & Krister, 2007:771)

(Rachel , Alexis , Dirdre , Patricial & Mark , 2014: 7 )

اذ تتضح أهمية الجانب العقلي بوصفه أساسا للنمو الأخلاقي ففي الوقت الذي يصل فيه النمو العقلي مستواه الناضج، فالنمو الأخلاقي يجب أن يصل الى نفس المستوى وعندما لا يتحقق ذلك فالفرد يعد غير ناضج خلقيا، أى أنه من الناحية العقلية يكون غير قادر على أداء السلوك الخلقى الناضج . ( Rest,1978 )

بينما تمثل البعض الآخر فى ضعف الشعور بالطمأنينة النفسية إذ أن الأفراد الذين يفشلون فى إشباع حاجاتهم من الطمأنينة النفسية يفشلون فى تحقيق ذاتهم وتتجه شخصيتهم الى الخوف من الآخرين واستخدام القوة الجسدية لإيذاء الغير ومحاولة السيطرة عليهم . ( النهدي، ٢٠٠٩ : ٨٦ )

كما أن الأفراد الأمنين نفسيا أكثر قدرة على اتخاذ القرارات الأخلاقية من غيرهم ذوى الأمن النفسى المنخفض إذأنهم أكثر ميلا لفك الارتباطات الأخلاقية المتعارف عليها. (Chugh, Ken, Zhu & Lee, 2014:91)

هذا ولم تعثر الباحثة \_فى حدود ما قامت به من بحث - على أى دراسة بحثت العلاقة وكذلك الفروق بين مرتفعى ومنخفضى اليقظة العقلية فى التفكير الأخلاقي وكذلك لم تجد أى دراسة بحثت العلاقة و الفروق بين مرتفعى ومنخفضى الطمأنينة النفسية فى التفكير الأخلاقي أو أى دراسة بحثت التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية ومن هنا كان الدافع لإجراء البحث الحالي علي طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية والتي شعرت الباحثة معهن بمشكلة البحث الحالي .

### فى ضوء ماسبق يمكن صياغة مشكلة البحث الحالي فى التساؤلات التالية:

- ١\_ هل توجد علاقة ارتباطية بين التفكير الأخلاقي و اليقظة العقلية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية.؟
- ٢\_ هل توجد علاقة ارتباطية بين التفكير الأخلاقي والطمأنينة النفسية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية ؟
- ٣\_ هل توجد علاقة ارتباطية بين اليقظة العقلية و الطمأنينة النفسية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية ؟
- ٤\_ هل توجد فروق بين متوسطى درجات كل من مجموعة منخفضة اليقظة العقلية ومجموعة مرتفعى اليقظة العقلية فى التفكير الأخلاقي لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية ؟
- ٥\_ هل توجد فروق بين متوسطى درجات كل من مجموعة منخفضة الطمأنينة النفسية ومجموعة مرتفعى الطمأنينة النفسية فى التفكير الأخلاقي لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية ؟
- ٦\_ هل يمكن التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية ؟

### أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

- ١\_ الكشف عن العلاقة بين التفكير الأخلاقي واليقظة العقلية من ناحية وبين التفكير الأخلاقي والطمأنينة النفسية من ناحية أخرى.
- ٢\_ معرفة الفروق فى التفكير الأخلاقي بين المرتفعين والمنخفضين فى كل من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية.
- ٣- الكشف عن مدى إمكانية التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية معاً.

### أهمية البحث:

تتضح أهمية البحث الحالي فى النقاط الآتية:

- ١- يعد البحث الحالي - على حد علم الباحثة- البحث العربي الوحيد الذي يجمع بين تلك المتغيرات الثلاثة ( التفكير الأخلاقي، اليقظة العقلية، الطمأنينة النفسية )، ومن هنا فمن

المتوقع أن تسهم نتائجه في تقديم صورة أكثر وضوحاً عن طبيعة العلاقة بين تلك المتغيرات.

٢- يلقى البحث الحالي الضوء على أهمية التفكير الأخلاقي لأفراد المجتمع بصفة عامة وللفتيات معلمات الغد بصفة خاصة وضرورة الاهتمام به كأحد الجوانب المهمة في الشخصية، فبالرغم من التطورات التي يشهدها العالم في مختلف الأصعدة يبقى للجانب الأخلاقي النصيب الأوفر في المضمار الواسع في عالم متغير سريع التطور، كما قد يفتح المجال لدراسات أخرى تبحث في التفكير الأخلاقي وعلاقته بمتغيرات أخرى.

٣- تزويد المكتبة العربية ببحث يعد باكورة الأبحاث العربية في مجال اليقظة العقلية والتي أجمعت دراسات عديدة في البيئات الأجنبية على أنها من العوامل الإيجابية في الشخصية، ولها ارتباط قوى بمخرجات الصحة النفسية كما أن الطالبات في حاجة إلى التعرف علي مهاراتها لمواجهة ماتفشي بينهن خلال الدراسة الجامعية من ظواهر سلبية ومشكلات سلوكية تؤثر علي الكفاءة الدراسية والأكاديمية لديهن إلى جانب مواجهة تحديات الحياة والموائمة مع متطلبات البيئة الاجتماعية وتعزيز فرص النجاح، بالإضافة إلى إثراء المكتبة العربية بمقياس تفتقر إليه وهو مقياس اليقظة العقلية لدى طالبات الجامعة.

#### حدود البحث:

اقتصرت الحدود علي ما يلي:

١- حدود زمنية: ترتبط بالفترة التي طبقت فيها الدراسة وذلك في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي (٢٠١٧/٢٠١٨)

٢- حدود مكانية: وتتمثل في كلية الدراسات الانسانية بتفهننا الاشراف بالدقهلية .

٣- حدود موضوعية: تتمثل في:

• الأدوات المستخدمة في قياس متغيرات البحث والمتمثلة في:

١- مقياس التفكير الأخلاقي اعداد (عبد الفتاح ٢٠٠١) .

٢- مقياس اليقظة العقلية ( اعداد الباحثة )

٣- مقياس الطمأنينة النفسية ( اعداد الباحثة ) .

• طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الاشراف -دقهلية.

• المنهج الوصفي المقارن.

التعريف الاجرائي لمصطلحات البحث:

## ١- التفكير الأخلاقي Moral Thinking

تبنت الباحثة تعريف ( عبد الفتاح، ٢٠٠١: ١٦٤ ) للتفكير الأخلاقي وهو نتاج العوامل المعرفية والاجتماعية والوجدانية ويرتبط بالتقييم الشخصي للمواقف والأفعال والتصرفات ويتعلق بالاستراتيجيات التي يصل بها الفرد الى نمط التفكير الذي يرتبط بالتقييم الأخلاقي للمواقف الأخلاقية.

وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنه الدرجة التي تحصل عليها الطالبة في مقياس التفكير الأخلاقي لـ (عبدالفتاح، ٢٠٠١) .

## ٢- اليقظة العقلية: Mind Fulness

تعرف الباحثة اليقظة العقلية بأنها القدرة على ملاحظة الخبرات الداخلية والخارجية والانتباه لهذه الخبرة والوعي بالمدى الكلى للخبرات الموجودة وتقبلها دون اصدار أحكام على هذه الخبرات أو التفاعل معها، وتتحدد إجرائياً بمجموع استجابات الطالبات على عبارات مقياس اليقظة العقلية بأبعاده الأربعة.

ويتضمن المقياس الأبعاد الآتية:

١- الملاحظة الهادفة: وتعنى الانتباه وملاحظة الخبرات الداخلية والخارجية كالأحاسيس والمعارف والمشاهد والأصوات مع القدرة على التعبير عن هذه الخبرات.

٢- التصرف بوعي: ويعنى ما تقوم به الفرد من أنشطة في لحظة ما وأن اختلف هذا النشاط مع سلوكه التلقائى حتى وإن كان يركز انتباهه على شئ آخر.

٣- عدم الحكم على الخبرات الداخلية: ويعنى عدم اصدار أحكام تقييمه على الأفكار والمشاعر والأحداث .

٤- عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية: ويعنى السماح للأفكار والمشاعر والأحداث لتأتى وتذهب دون أن تشتت تفكير الفرد أو ينشغل بها وتفقد تركيزه في اللحظة الحاضرة .

## ٣- الطمأنينة النفسية: Psychological reassurance

تعرف الباحثة الطمأنينة النفسية بأنها شعور نسبي بالراحة والسكينة نتيجة للتحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة والنظرة الايجابية للحياة وفهم النفس وتقييمها وتقبلها مع الرضا بقضاء الله وحسن التوكل عليه، وقدرة الفرد على تلبية حاجاته ومتطلباته العضوية وبناء روابطه الاجتماعية.

وتتحدد اجرائياً بمجموع استجابات الطالبات على مقياس الطمأنينة النفسية بأبعاده الأربعة.

ويتضمن المقياس الأبعاد الآتية:

- ١- التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة: ويعنى احساس الفرد بالراحة والسكينة مما يستلزم خلوه من مشاعر الانقباض والضييق المصاحب للقلق والتوتر والاجهاد بحسم الصراع ومواجهته والسيطرة على الواقع والقدرة على طرد الأوهام والتخلص من كافة المتاعب النفسية والجسمية، والاجتماعية وضبط الانفعالات والتعبير عنها بصورة مقبولة.
- ٢- التفاؤل: ويقصد به تقبل الفرد للحياة من خلال النظرة الايجابية لها وإقباله عليها بحيوية ونشاط وإيمانه بأن الإنسان خير بطبعه وأن عواقب الأمور كلها لصالحه.
- ٣- الرضا عن الذات: ويعنى قدرة الفرد على فهم نفسه وتقييمها بشكل موضوعي وواقعي وتطوير قدراته واستثمارها ومواجهة الصعوبات وتقبل ذاته وتحديد أهدافه الحياتية مما يؤدي غلى الشعور بالانجاز والتقدم والاستقلالية وتحمل المسؤولية.
- ٤- الثقة بالله: وتعنى حسن التوكل على الله والرضا بقضائه وقدره وتفويض الأمور كلها إليه وعدم خشية الموت .
- ٥- القدرة على إشباع الحاجات العضوية والاجتماعية: وتعنى تلبية متطلبات الحياة اليومية من مأكّل ومشرب وملبس وإشباع الحاجات الجنسية بطريقة مقبولة ومتزنة والقدرة على بناء الروابط الاجتماعية والاندماج الاجتماعي والحب والتقدير للآخرين وشعوره بأنه محبوب منهم.

الاطار النظرى للبحث:

أولاً: التفكير الأخلاقى: **Moral thinking**

مفهوم التفكير الأخلاقى:

تعددت التعريفات التي تناولت التفكير الأخلاقي حيث عرفه ( كمال الدين، ١٩٩١: ٥٦٠ ) بأنه إدراك الصواب والخطأ والعدل ويتم التعبير عنه إما برأى أو بقرار.

ويعرفه ( الكحلوت، ٢٠٠٤: ١٢ ) بأنه حكم على العمل أو الفعل يصدره الفرد بعد القيام بعملية استدلال منطقي يطلق عليها الاستدلال الخلقى، قائم على الانصياع لمعايير المجتمع، أو طاعة القانون أو على أساس المبادئ الخلقية العامة.

ويعرفه ( Turiel , 2008: 21 ) بأنه مظهر من مظاهر النمو الاجتماعي عند الأفراد من خلاله نستطيع الحكم على مدى سواء شخصياتهم.

وتعرفه ( مشرف، ٢٠٠٩: ٩ ) بأنه الطريقة التي يصل بها الفرد إلى حكم معين بالصواب أو الخطأ.

ويعرفه ( Staber & Yang 2015: 7 ) بأنه وصف وتقييم وتبرير ما يتعلق بالعمل الصحيح والسلوك المقبول اجتماعياً .

ويعرفه ( Teng , Chenguo & Liu , 2017: 54 ) بأنه القرار الذي يتوصل إليه الفرد عندما يواجه مشكلة تتعلق بالصواب والخطأ والضمير

وترى الباحثة أن التفكير الأخلاقي يحدث حينما يحاول الفرد أن يعطى تفسيراً للخبرات والمواقف الجديدة التي تواجهه وحكمه على هذه المواقف بالصواب أو الخطأ وخاصة المواقف ذات المعضلات الأخلاقية وتتبنى الباحثة تعريف (عبد الفتاح، ٢٠٠١) إذ أن هذا المقياس صالح للعينة الحالية، كما أنها اعتمدت على نظرية كولبرج في بنائه، حيث يكون التركيز في القياس على العملية وليس على الناتج، حيث يتم عرض الموقف ويتبعه الأسئلة الاختيارية على الطالب ليختار منها ويصدر حكماً انطلاقاً من القواعد الأخلاقية التي يمثّلها.

### بعض النظريات المفسرة للتفكير الأخلاقي:

#### **Kohlberg** نظرية كولبرج

طور لورنس كولبرج نظريته في التفكير الأخلاقي منطلقاً من فكر بياجيه في النمو المعرفي بصفة عامة والنمو الأخلاقي بصفة خاصة، وتعتبر نظرية كولبرج من أحدث

نظريات التفكير الأخلاقي، كما أنها تعتبر أكثر النظريات ثراءً من حيث استثارته للبحث في التفكير الأخلاقي وتفترض تلك النظرية أن عمليات التفكير الأخلاقي تتطور لدى الأفراد طبقاً لتتابع معين .

ويرى كولبرج أن النمو العقلي يواكب النمو الأخلاقي، إذ أن التقدم الذي يحققه الطفل في الناحية الأخلاقية خلال المراحل المختلفة يرجع إلى النمو العقلي، أو الأبنية المعرفية، وبناء على ذلك فإن وصول الفرد للمرحلة العقلية يعتبر شرطاً ضرورياً لوصوله إلى المرحلة الأخلاقية المقابلة أو الموازية لها . (محمّد، ١٩٩١: ١٧٩)

المستوى الأول: مستوى ما قبل التقليدي **preconventional level** ويتضمن الاهتمام الذاتي ويشمل مرحلتين الأولى والثانية

المرحلة الأولى: يتعلق بالتفكير والسلوك الذي يتجنب العقاب

المرحلة الثانية: تتضمن الحصول على المكافآت وفترة هذا المستوى تكون في الطفولة

المستوى الثاني: المستوى التقليدي **Conventional Level** وهو مستوى سيادة العرف والتقاليد، حيث تستند أحكام الفرد إلى توقعات العائلة والقيم التقليدية وموافقة الآخرين وينقسم هذا المستوى إلى مرحلتين هما:

المرحلة الثالثة: مرحلة التوافق الشخصي مع معايير الجماعة

المرحلة الرابعة: مرحلة التوجه نحو القانون والنظام

المستوى الثالث: المستوى ما بعد التقليدي **Post Conventional level** وهو مستوى المبادئ الأخلاقية حيث تستند أحكام الفرد إلى المبادئ والقيم ذات الصبغة التطبيقية بغض النظر عن سلطة الجماعة وينقسم هذا المستوى إلى مرحلتين هما:

المرحلة الخامسة: مرحلة التوجه نحو العقد الاجتماعي

المرحلة السادسة: مرحلة التوجه نحو المبادئ الأخلاقية العامة .

(البيلي و قاسم والضماي، ١٩٩٧: ١١٥)

الخصائص المميزة لمراحل التفكير الأخلاقي عند كولبرج:

تحدد (حميدة، ١٩٩٠: ٤٢-٥٢) عدداً من الخصائص المميزة لمراحل التفكير الأخلاقي عند كولبرج وهي كما يلي:

تتابع التفكير الأخلاقي:

حيث يتميز التفكير الأخلاقي بتتابع مراحل فكل مرحلة تبنى على المراحل السابقة لها والانتقال من مرحلة أخلاقية لأخرى يحدث بتتابع عند جميع الأفراد، فكل فرد يبدأ نموه الأخلاقي بالمرحلة الأولى فالثانية. وحتى السادسة ومن الممكن أن يكون انتقال الفرد عبر هذه المراحل سريعاً أو بطيئاً ومن الممكن أن يقف عند مرحلة معينة يجمد فيها تفكيره الأخلاقي .

### عالمية التفكير الأخلاقي:

يعد تتابع التفكير الأخلاقي ومراحله عند كولبرج واحداً بغض النظر عن الثقافات المختلفة في العالم، فقد يؤدي اختلاف الثقافات الى اختلافات في المحتوى الأخلاقي أو في قيم معينة ولكن بنية التفكير الأخلاقي عالمية في جميع الثقافات وقد يكون معدل النمو بطيئاً في بعض الثقافات التي تكون التربية فيها محدودة، ولكن تتابع النمو يجب أن يكون واحداً .

### تميز التفكير الأخلاقي:

وجد كولبرج أن الأفراد في كل مرحلة يظهرون نمطاً ثابتاً متميزاً من التفكير الأخلاقي بصرف النظر عن مضمون القصة المقدمة فالفرد في المستوى ما قبل العادي ينظر للمعايير جميعها نظرة واحدة سواء أكانت معايير لجماعته أو لمجتمعه، فهو في كل الحالات ليس مطيع إلا لتجنب العقاب .

### تجميد التفكير الأخلاقي:

يلاحظ أنه ليس جميع الأفراد يصلون إلى المراحل العليا من التفكير الأخلاقي (لمرحلتين الخامسة والسادسة ) ويرجع كولبرج السبب في تجميد التفكير الأخلاقي أو اعاقته الى عدة عوامل الى جانب النمو العقلي ومن أهمها الأسرة والرفاق. (حميدة، ٤٩: ١٩٩٠-٥٣)

تستنتج الباحثة من خلال عرض تلك النظرية أن كولبرج أعطى أهمية أكثر للنمو العقلي والمعرفي في تحقيق التفكير الأخلاقي كما أن التفكير الأخلاقي يتغير مع تقدم الأفراد في العمر بمعنى أن الانتقال لمرحلة أعلى لا يكون فجائياً ولكنه يسير تدريجياً حتى يصل الفرد الى ذروة التفكير الأخلاقي في سن الشباب وهو سن المرحلة الجامعية عينة البحث الحالي .

### نظرية بياجيه piaget

في التفكير الأخلاقي ركز بياجيه Piaget منذ البداية في مجال الاهتمام بدراسة المفاهيم عند الأطفال على ما يسمى بالتفكير الخلقى Moral Reasoning أي على عملية اصدار الحكم الخلقى على سلوك ما مع إعطاء الأسس العقلية والمنطقية

والأخلاقية التي تبرر إصدار مثل هذا الحكم بصرف النظر عن امكانية تنفيذه في الواقع أي تحويله إلى سلوك خلقي، على عكس ما كان يهتم به السابقون من دراسة التفاعلات التي تنتهي بالسلوك الواقعي وتأثيراته على الفرد والآخرين، كما يرى أن التفكير الأخلاقي يشبه في تدرجه ونموه النمو المعرفي وقد اعتمد على المنهج الاكلينيكي في دراساته، كما أن النمو الخلقي يمر بمرحلتين خارجية المنشأ وداخلية المنشأ. (العوامل وأيمن، ٢٠٠٣: ١٨١)

### أولاً: مرحلة الأخلاق خارجية المنشأ: Heteronomous Morality

خلال هذه المرحلة يعتبر الطفل أن الفعل صواباً أو خطأ تبعاً لما يترتب عليه من نتائج، فمن يكسر ثلاثة أكواب بدون قصد يعتبر أكثر ذنباً ممن يكسر كوباً واحداً عن قصد، ويرى الطفل أن القواعد غير قابلة للتغيير، لأن الكبار هم الذين وضعوها ولذا عليه الخضوع لهذه القواعد وعدم الخروج عنها فالأخلاقيات الخارجية تعنى عنده الخضوع لتوجيه الآخرين أو للقواعد التي يضعونها وبعبارة أخرى أن القواعد تنشأ من خارج الفرد وتفرضها عليه البيئة. (محمد، ١٩٩١: ١٣٢)

### ثانياً: مرحلة الأخلاق داخلية المنشأ:

يضع الطفل في هذه المرحلة فيه الفرد وقصده في اعتباره عند اصدار حكمه على صحة فعل ما أو خطئه، ويصبح الطفل إذا كسر كوباً واحداً عن قصد أكثر ذنباً من الطفل الذي يكسر ثلاثة أكواب دون قصد، وكذلك تنمو لدى الطفل فكرة المساواة والعدالة، فالأخلاقيات داخلية المنشأ تعنى أن معايير الطفل الأخلاقية تنبع من داخله عن اقتناع ذاتي، ودون فرض خارجي من أي مصدر كان . (قناوى وعبد المعطى، ٢٠٠١: ٤٤٨)

تستنتج الباحثة من العرض السابق أن هناك أوجه اختلاف بين كولبرج Kohlberg وبياجيه Piaget حيث أعطى كولبرج أهمية أكثر للنمو المعرفي في تحقيق النمو الأخلاقي، كما أن المراحل عند كولبرج أكثر مما هي عند بياجيه، بالإضافة الى اقتصار دراسات بياجيه على الأطفال، أما كولبرج فتسير دراساته من الطفولة حتى الرشد وعلى هذا الأساس فإن الفرد يصل الى ذروة أخلاقه عند بياجيه بنهاية مرحلة المراهقة أما عند كولبرج فيصل إلى ذروة الأخلاق في مرحلة الشباب.

### العوامل المؤثرة في التفكير الأخلاقي:

#### ١- التربية الدينية:

تؤكد الدراسات على أن الدين عامل مهم وله أثراً كبيراً في السلوك الأخلاقي فوجدت بعض الدراسات الأجنبية أن مقدار الغش يقل بارتداد الكنيسة كما أن الإيمان هو المنبع الأساسي لكل فضيلة ومقوم عظيم لسلوك الإنسان. (مشرف، ٢٠٠٩: ٨٦)

## ٢- الذكاء:

يؤدي الذكاء دوراً مهماً في التفكير الأخلاقي فقد لوحظ أن الأطفال مرتفعي الذكاء حققوا مستويات مرتفعة من النمو الأخلاقي، كما يرى كولبرج أن جميع الأطفال المتقدمين في النمو الأخلاقي أذكى، ولكن ليس كل الأطفال الأذكى متقدمين في النمو الأخلاقي، كما يدل على الذكاء شرطاً للنمو الأخلاقي. (محمد، ١٩٩١: ١٤٢)

## ٣- الجنس:

أشارت الدراسات إلى أن الذكور كانوا أسبق من الإناث في النمو الأخلاقي، بينما أشارت دراسات أخرى إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في النمو الأخلاقي أو في شرعيته ولعل الفروق بين الجنسين في التفكير الأخلاقي ترجع إلى البيئة والى التنميط الثقافي، ولذا فإن الباحثة الحالية رأت اختيار عينة تضم الإناث فقط .

( العيسوي، ١٩٨٧: ١٦٤ )

## ٤- العمر الزمني:

مع تقدم الفرد في العمر ونتيجة لاحتكاكه بالآخرين يدرك القواعد، حيث يولد الطفل وليس لديه ضميراً وأخلاقيات، ومع نمو الطفل وقتدمه في العمر يمر بالعديد من الخبرات، وللخبرة تأثيرها في النمو الأخلاقي ، لذا رأت الباحثة الحالية اختيار عينة متجانسة في العمر الزمني. (مشرف، ٢٠٠٩: ٨٧)

## ٥- المدرسة:

تعد تربية الطفل أخلاقياً من مسؤولية المدرسة، حيث تعمل بيئة المدرسة على اكساب الطفل السلوك الأخلاقي ليس من خلال الدروس والقواعد فحسب، بل يمكن تنمية التفكير الأخلاقي لدى الطفل داخل الفصل وخارجه، من خلال معاملة الطفل لزملائه ومعلميه، ومن خلال ممارسة الأنشطة التربوية حتى تصبح لديه بصيرة أخلاقية تمكنه من التمييز بين الخير والشر . ( عبد الفتاح، ٢٠٠١: ١٦ )

## ٦- الخلفية الأسرية:

تشير نتائج العديد من الدراسات الى الأثر الكبير لدور الأسرة في نمو الأحكام الأخلاقية، إذا أن هناك فروق بين أبناء الريف وأبناء الحضر، والشعور بالاستقرار العائلي

والأمن والصراعات الأسرية، وبين العلاقات القوية بين الوالدين وأبنائهم ومستوى التفكير الأخلاقي، حيث يرتبط سلبياً بالأسلوب التسلطي للأب وأسلوب انعدام العاطفة من قبل الأم . (الكحلوت، ٢٠٠٤: ٤٦ )

#### ٧\_ وسائل الإعلام:

لوسائل الإعلام أثر كبير في تربية النشئ وتوجيه الأبناء، حيث أنها قادرة على غرس وتعزيز الأخلاقيات المرغوبة إذا أحسن استخدامها في تنمية الأخلاق المرغوبة اجتماعياً، حيث إن ما يقدم للناشئة بصورة مباشرة أو غير مباشرة يدخل في منظومة البناء الخلقى وخاصة التلفاز والذي يقضى الطفل في مشاهدته ساعات طويلة .

( الغتم، ٢٠٠٩: ٣٤ )

#### ٨\_ الشخصية:

يتأثر التفكير الأخلاقي بشخصية الفرد أو بقوة الأنا لديه فكلما زاد الاعتماد على الآخرين للحصول على التقدير انخفض مستوى التفكير الأخلاقي بينما الحاجة للحصول على الموافقة أو القبول من الذات ترتبط ارتباطاً إيجابياً بمستوى الحكم الأخلاقي، أى كلما زاد احساس الفرد بالكفاية ارتفع مستوى الحكم الأخلاقي لديه. (Berns , 1999: 80 )

#### ثانياً: اليقظة العقلية: Mindfulness

##### مفهوم اليقظة العقلية:

على الرغم من الأصول الدينية والفلسفية لمفهوم اليقظة العقلية، إلا أن هذا المفهوم فرض نفسه بقوة على ساحة علم النفس المعاصر كمفهوم نفسى فى بداية التسعينات وشغل أذهان الباحثين والمعالجين النفسيين خاصة ذوى التوجهات المعرفية والسلوكية وحظى المفهوم بالاهتمام من حيث التأصيل والبحث فى جذوره وإعداد أدوات مقننة لقياسه فضلاً عن تقديمه البرامج الإرشادية والعلاجية. (الضبع وطلب، ٢٠١٣: ١٥ )

وعرفها ( Lau ,Bish,Segal&Buis, 2006: 46 ) بأنها الانتباه بطريقة محددة لغرض ما فى اللحظة الحاضرة وتتضمن الانتباه المنفتح والمتقبل للمعرفة بما يحدث فى اللحظة الحاضرة والوعى الذى ينشأ من خلال الانتباه المتعمد بطريقة منفتحة لما يحدث فى اللحظة الحاضرة ويتكون من بعدين هما الفضول وحب الاستطلاع والبعد الثانى هو عدم التمرکز .

وعرفها ( الفرماوى وحسين، ٢٠٠٩: ١٦٩ ) بأنها توجيه انتباه الفرد بشكل متعمد الى الخبرات الداخلية والخارجية التى يمر بها فى اللحظة الراهنة بهدف تنظيم انفعالاته وإدارتها من خلال تمارين التأمل والتفكير.

ويعرفها ( Hosker, 2010:12) بأنها التنظيم الذاتى للانتباه، والانفتاح والاستعداد والوعى بالتجارب فى اللحظة الحالية.

ويعرف ( Davis & Hayes , 2011: 199)اليقظة العقلية بأنها الوعى بالخبرات لحظة بلحظة دون اصدار حكم، وبهذا المعنى فهى حالة وليست سمة، ويمكن تنميتها من خلال الممارسات والأنشطة المختلفة وفيها التأمل .

وعرفها ( الضبع، طلب: ٢٠١٣: ٧ ) بأنها التركيز عن قصد فى اللحظة الحاضرة ودون إصدار أحكام تقييمية أى يكون الفرد واعياً بـ (هنا والآن) وتقبل كل خبرات الحياة الايجابية.

وعرفها ( Kettler , 2013: 4) بأنها طريقة فى التفكير تؤكد على الانتباه الى بيئة الفرد وأحاسيسه الداخلية دون اصدار أحكام سلبية أو إيجابية وأن الفرد عندما يمتنع عن اصدار حكم على خبرة بأنها إيجابية أو سلبية فإنه يمكنه أن يعرض بشكل واقعى وتحقيق استجابة تكيفية . وعرفها ( Wells , 2013: 2) بأنها البقاء عن قصد فى الحاضر وتتضمن مفهومي هما الوعى والانتباه إذ يمدنا الوعى بالمسح العام والرصد المستمر للخبرة ويزيد الانتباه من الاحساس بالخبرة وتعميق التركيز عليها .

ويعرفها (Droutman , Golub , Ogonesyanyan & Read ,2017:35) بأنها التركيز فى اللحظة الحاضرة والانتباه الى المناطق المحيطة والأفكار والمشاعر والعواطف مع قبول الذات وعدم الحكم على الخبرات أو التفاعل معها.

يتضح من خلال العرض السابق للتعريفات:

\_ أن الباحثين اختلفوا فى اليقظة العقلية فى كونها حالة أم سمة. وأن اليقظة العقلية مراقبة مستمرة للخبرات الداخلية والخارجية وأن اليقظة العقلية تعنى بالتركيز على الخبرات الحاضرة أكثر من الانشغال بالماضى أو الأحداث المستقبلية.

\_ أن اليقظة العقلية تعنى تقبل الأحداث والخبرات والتسامح معها بالكامل كما هى فى الواقع، كما أن معظم التعريفات تمت فى ضوء أبعاد اليقظة العقلية .

وتعرف الباحثة اليقظة العقلية بأنها القدرة على ملاحظة الخبرات الداخلية والخارجية والانتباه لهذه الخبرات والوعى بالمدى الكلى للخبرات الموجودة وتقبلها دون اصدار أحكام على هذه الخبرات أو التفاعل معها، وتتحدد إجرائياً بمجموع

استجابات الطالبات على عبارات مقياس اليقظة العقلية بأبعاده الأربعة و هي الملاحظة الهادفة والتصرف بوعي وعدم الحكم على الخبرات الداخلية وعدم التفاعل مع الخبرات الداخلية، وقد تم تعريف هذه الأبعاد سابقا في التعريف الاجرائي لمصطلحات البحث.

### مكونات اليقظة العقلية:

تعددت وجهات نظر الباحثين الذين تناولوا مكونات اليقظة العقلية وفقاً لتوجهاتهم النظرية على النحو التالي:

أوضح (langer 1989) أربعة مكونات لليقظة العقلية وهي البحث عن جديد Novelty Seeking والارتباط Engagement وتقديم جديد Novelty Producing والمرونة Flexibility ويشير كل من البحث عن جديد والارتباط الى توجه الفرد نحو بيئته ويتضمن البحث عن جديد الميل بانفتاح وفضول نحو البيئة، كما يسهم في عملية الارتباط بها، ويشير كل من تقديم جديد والمرونة الى كيفية تعامل الفرد مع بيئته.

وقدم (Bear et al., 2008) نموذجاً مكوناً من خمسة أبعاد هي: الملاحظة:

Observation والانتباه Attention والوعي الهادف Purposel awareness وعدم التفاعل مع الخبرات الداخلية Non reactivity وقدم (Caradaciot to etal., 2008) مكونين لليقظة العقلية هما التصرف بوعي والتقبل Acceptance Caraciotto , forman ,

بينما قدم (Kabat , 2009) نموذجاً لليقظة العقلية يتضمن ثلاث مكونات وهما القصد intention والانتباه Attention والاتجاه Attitude وهذه المكونات ليست منفصلة عن بعضها وإنما هي متشابكة في عملية واحدة تحدث في وقت واحد، حيث تكون اليقظة العقلية عملية تحدث لحظة بلحظة. (الضبع وطلب: ٢٠١٣ : ١٣ )

وذكر (Hosker , 2010:33) مكونين رئيسين لليقظة العقلية هما: التنظيم الذاتي للانتباه Self regulation attention في اللحظة الحالية والاستعداد والوعي بالتجارب في اللحظة الحالية .

بينما قدم (البحيرى والضبع وطلب والعوامة، ٢٠١٤:١٢٣ )، خمسة مكونات لليقظة العقلية وهي الملاحظة observation والوصف Describing والتصرف بوعي Agnitic with awareness وعدم الحكم على الخبرات الداخلية. Not tudging وعدم التفاعل مع الخبرات الداخلية Non reactivity

وقدم (Droutman , et al, 2017:36) نموذجاً مكوناً من أربعة أبعاد هي الانتباه وعدم التفاعل مع الخبرات الداخلية وعدم الحكم على الخبرات الداخلية وقبول الذات  
Being non reactive attention

وقدم (Tei xeira , Ferreira & Pereira , 2017: 5) نموذجاً مكوناً من  
بعدين هما الوعي بالملاحظات الداخلية والخارجية والقبول (Acceptance

ويتضح من العرض السابق أن الباحثين اختلفوا في تحديد مكونات اليقظة العقلية طبقاً لتوجهاتهم النظرية، إلا أن هناك أبعاداً مشتركة كانت أكثر تكراراً في معظم الدراسات وهي الملاحظة الهادفة والتصرف بوعي وعدم الحكم على الخبرات الداخلية وعدم التفاعل مع الخبرات الداخلية وقد تم تعريف هذه الأبعاد في التعريف الاجرائي للمصطلحات، ولذا استخدمت الباحثة هذه المكونات كأبعاد لليقظة العقلية.

#### أهمية اليقظة العقلية:

تفيد اليقظة العقلية في شعور الفرد بكل عواطفه وانفعالاته بشكل كامل وواضح، وقدرة الفرد على التعرف على مشاعره والكيفية التي يشعر بها سوف تساعده على تجاوز الأمور السلبية في حياته . ( Siegel ,Germer&Olvedzki, 2009: 8 )

(Pickard , Brin , & Grenyer, 2016: 182)

لليقظة العقلية فوائد فسيولوجية ونفسية وتتمثل الفوائد الفسيولوجية في التغيرات الفسيولوجية التي تحدث لدى الفرد، ومنها خفض الألم وتحسين الوظيفة المناعية وتحقيق جودة النوم، بينما تتمثل الفوائد النفسية في خفض الضغوط وأعراض الاكتئاب النفسي والقلق والمخاوف المرضية والتفكير الاجتراري، فضلاً عن تحسين الذاكرة العاملة وعمليات الانتباه، والشفقة بالذات والتسامح والتقليل من التوتر والشعور بالغضب .

(Duerr , 2008: 15-16)

(Lee , Gansler , Zhang , Terram & King , 2017: 26 )

اليقظة العقلية ذات أهمية خاصة في تحسن العمليات المعرفية وما وراء المعرفية الذي يتم تعلمها لملاحظة الأفكار أو المشاعر قبل التفكير والعاطفة دون إدراك أنها واقع مطلق يحتاج للعمل بموجبها، وتشجيع الفرد على تطوير منظور عدم التمرکز مع التسليم بأن هذه الأفكار ليست حقائق . ( Hosker , 2010: 15 )

لليقظة العقلية أهمية خاصة في إدارة البيئة المحيطة وتعزيز الاستجابات الكيفية ومواجهة الضغوط وتحسين الشعور بالتماسك ومعنى الحياة واستكشاف المعنى.

لليقظة العقلية أهمية خاصة في خفض الضغوط النفسية وتحسين صورة جودة الحياة والرضا عن الذات والحياة وتعديل الحالة المزاجية والصلابة النفسية.

(الضبع وطلب، ٢٠١٣: ١٥)

(Coolins , Andrew , Julia & Wylde , 2017: 101)

واليقظة العقلية ذات أهمية خاصة فى الأداء الأكاديمي .

(Lu , Huang & Rios , 2017: 57 )

كما أن اليقظة العقلية ذات أهمية خاصة فى توطيد وترسيخ القيم والمبادئ فى جميع الجوانب البيئية والاجتماعية والاقتصادية .

(Bernal , Edgar & Barnes , 2017:6 55 )

كما أن اليقظة العقلية ذات أهمية خاصة بالنسبة للآباء والأمهات داخل الأسرة وللمعلمين فى تحسين جودة علاقاتهم بأطفالهم داخل المدارس، إذ أن التدريب على اليقظة يساهم فى التخفيف من حالات القلق والتوتر وزيادة مستويات الوعى الذهنى وتحسين جودة العلاقات والد من الاجهاد وتحسين الرفاهية النفسية.

(Whitaker , Gallagher, & Becker , 2017: 51 )

وكما أن لليقظة العقلية ذات أهمية خاصة فى التزام الأفراد بالسلوك القويم وتبنى المبادئ الأخلاقية والإنسانية والعيش فى حياة هادئة والانضباط الذاتى، كما أنها ذات أهمية فى تعزيز سلوكيات الأفراد تجاه البيئة وتدعيم القدرات المعرفية والابتكار.

(Siqueira & pitass,2010:1188)

#### خصائص الأفراد ذوى اليقظة العقلية

يتفق كل من (Langer , 1989: 84) (Kabat, 2006: 14) على أن الأفراد ذوى اليقظة العالية المرتفعة يتميزون بالخصائص التالية:

\_الموافقة: وتعنى أن الفرد متفتح لرؤية ومعرفة الأشياء كما هى فى اللحظة الحاضرة والموافقة لا تعنى السلبية بل تعنى فهم الحاضر بحيث يكون الشخص أكثر فاعلية فى الاستجابة.

\_التعاطف: وتعنى أن الفرد يتصف بالمشاعر ويفهم مواقف الآخرين فى اللحظة الحاضرة وفق منظورهم وانفعالاتهم وردود أفعالهم وربط ذلك مع الشخص .

\_التفتح: ويعنى أن الفرد يرى الأشياء كما لو أنه رآها لأول مرة يخلق احتمالات من خلال التركيز فى كل التغذية الراجعة فى اللحظة الحاضرة.

\_تكوين فئات جديدة وتحديث الفئات القديمة: بمعنى أن استحداث الفئات الجديدة وإعادة تسمية الفئات القديمة من مؤشرات السلوك اليقظ فإعادة التفكير فى الفئات التى تصف فيها الأفراد والأدوات تعطينا مزيداً من الخيارات فى أداء عمل أفضل.

-تعديل السلوك التلقائي: النظر بشكل جديد إلى الأساليب التلقائية للسلوك لتعديلها وتحسينها هو من سمات الأشخاص من ذوى اليقظة العقلية المرتفعة.

- تقبل الأفكار الجديدة: عادة ما يشكل الأفراد آراء تقوم على الانطباعات الأولى وتتمسك بهذه الآراء حتى عند ظهور الدليل المعارض وهو ما تطلق عليه الالتزامات الإدراكية غير الناضجة ويستخدم الأفراد المنتبهون وذوى اليقظة العقلية كافة الأدوات المتاحة لتحسين قدرتهم على الفهم ويمكن أن تأتي المعلومات الجديدة من مصادر متنوعة ولا يحصر أصحاب الفكر اليقظ أنفسهم فى نطاق منظور واحد أو طريقة واحدة لحل المشكلات.

-تأكيد العملية بدلاً من النتيجة، يجبر المجتمع والمدرسة الأفراد غالباً على التفكير فى حياتهم بلغة الانجازات ( كيف أقوم بذلك ) بدلاً من ( هل يمكننى القيام بذلك ) والانتباه إلى تحديد الخطوات اللازمة فى هذه الطريقة، كما يسمح قبول كل مرحلة وفقاً لدورهم بإجراء التغيرات والتعديلات التى تؤدى الى حصول على نتائج أفضل .

-تقبل الشك: يعتمد الكثير من الأشخاص على قدرتهم على التنبؤ، كما أنهم يحبون التخطيط للأشياء التى ستحدث بالطريقة نفسها التى تحدث بها دائماً أما أصحاب الفكر اليقظ فيعلمون أن العام مكان محير ومتقلب، وقد تنبع الرغبة فى تقبل الشك من الشخصية بشكل جزئى لكن يمكن تنميتها فى كل الأفراد .

يتضح مما سبق أن الأفراد ذوى اليقظة العقلية المرتفعة يتميزون بالكثير من الخصائص والسمات النفسية الايجابية إذ أنهم أكثر فهماً للواقع ومتعاطفين ومتوافقين مع الآخرين وأكثر قدرة على حل المشكلات ولديهم دافعية مرتفعة وقد أمكن للباحثة الاستفادة من هذه الخصائص فى معرفة صفات المرتفعين والمنخفضين فى اليقظة العقلية ومن ثم الافادة منها فى تفسير النتائج.

### ثالثاً: الطمأنينة النفسية: psychological reassurance

مفهوم الطمأنينة النفسية:

يعرفها (Kerns , Asp elmeir , Gent zler & Grabill, 2001: 97) بأنها شعور الفرد بأنه محبوب ومقبول من الآخرين وندرة شعوره بالخطر والتهديد وإدراكه

أن الآخرين ذوى الأهمية فى حياته يستجيبون لحاجاته ومتواجدون معه بدنياً ونفسياً لرعايته وحمايته ومساندته فى الأزمات .

وعرفها (عبد المجيد، ٢٠٠٤: ٢٤٣) بأنها عدم الخوف والشعور بالحب والقبول والاستقرار والانتماء والرعاية والدعم والسند عند مواجهة المواقف مع القدرة على تلبية واشباع الحاجات العضوية والاجتماعية.

يعرفها ( ابراهيم، ٢٠١٠: ٢٥٧) بأنها الشعور بالراحة والقناعة بما تحقق للفرد بلا حسد ولا تبرم والتسليم بالقدر والاقبال على الحياة بخيرها وشرها والسعى المتوازن لتحقيق الأهداف بلا افراط أو تفريط .

وتعرفها ( الغمرى، ٢٠١٦: ٢٢) بأنها قدرة الفرد على مواجهة التحديات المختلفة للحياة وقدرته على التعامل معها والتحكم فيها وشعوره بالأمن والاستقرار والحماية واشباع حاجاته الانفعالية والاجتماعية والأسرية والاقتصادية والروحانية والسلامة النفسية.

ويعرفها ( Cortes ,C anton , & Cortes , 2016: 54) بأنها " شعور الفرد بأنه محبوب ومقبول من الآخرين وأن بيئته صديقة له وعدم الشعور بالتهديد أو فقدان الأمن .

### مما سبق يتضح للباحثة أن الطمأنينة النفسية ترتبط بما يلي:

- ١- مدى اشباع الفرد لحاجاته العضوية .
- ٢- قدرة الفرد على توفير انسجام داخلى للشخصية من خلال قدرته على التخلص من الآلام النفسية والتوتر داخلها.
- ٣- مدى قدرته على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة، مدى قدرته على تلبية حاجات البيئة المحيطة وأن البيئة صديقة له وعدم شعوره بالتهديد أو فقدان الأمن.

### مصادر الطمأنينة النفسية:

تؤدي الأسرة دوراً مهماً فى بث الأمن لدى أبنائها إذ أن الأطفال الذين لم يخلصوا على أمن أسرى كاف كانوا أقل أمناً وأقل ثقة بالنفس وأكثر قلق من أولئك الذين يحصلون على عطف أبوى . ( حسين، ١٩٨٧: ١٠٨ )

وتمثل البيئة الاجتماعية النطاق الأشمل بما تحويه من دوائر اجتماعية أوسع كمعلمين وأصدقاء يمثلون مصادر مهمة لأمن الفرد إذ يشعر بالتقبل من والديه ومدرسيه وزملائه والرؤساء في العمل والعيش في كنف زوجة صالحة وذرية نافعة وفي بر الأبناء والأحفاد. (محمد، ١٩٨٧: ٩٠-٩١)

ان الشعور بالطمأنينة ينشأ وينمو مع الفرد على أساس الاشباع النسبي للحاجات حسب ترتيبها في هرم ماسلو للحاجات ويتأثر من مصادر الاشباع المختلفة والعوامل المحيطة فهي متداخلة فلا يوجد بينها حدود فاصلة وذات تأثير متباين وقوى من حيث المقدار والنوع في مراحل العمر المختلفة وتعتبر الأم هي المصدر الأول والأهم لبث الاطمئنان في أطفالها بواسطة اشباع حاجات الطفل ويعتبر العقد القاسي لحب الأم الذي اعتاد عليه الطفل بدون بديل مناسب يمكن أن يقود إلى كآبة طفلية حادة.

(عبد الرحمن، ١٩٩٨: ٢٨٢ - ٢٨٤)

ويعد الأمن الاقتصادي والاجتماعي وفرص التعليم المتاحة والعمل عوامل مهمة بالاضافة الى أهم مصدر يستقى منه الانسان أمنه واطمئنانه هو الايمان بالله تعالى والتمسك بكتابة وسنة نبيه . (عودة، ٢٠٠٢: ٥٦)

مما سبق يتضح أن الأم والأسرة والبيئة الاجتماعية وتوفير الأمن الاقتصادي والاجتماعي والتعليمي من أهم مصادر الطمأنينة النفسية للفرد وعلى ذلك فإن إشباع الحاجات للأفراد يترتب عليها الصحة النفسية وعدم اشباعها سبب في فقدانها.

#### أبعاد الطمأنينة النفسية:

أوضح (القريطي والشخص، ١٩٩٦: ١١-١٢) أبعاداً تمثلت في:

- الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس . -النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس .
- القدرة على التفاعل الاجتماعي . -القدرة على توظيف الطاقات والإمكانات المختلفة.
- التحرر من الأعراض والآلام العصابية . - تقبل الذات وأوجه القصور العضوية
- المحور الانساني والقيمي .

أوضح (Maslow , 1999: 452) أبعاداً للطمأنينة النفسية كالتالي:

- الشعور بالحب والقبول من الآخرين . -الشعور بالأمن والبعد عن الخطر .
- الشعور بالانتماء والمكانة في الجماعة.

وأوضح (الرقاصى والرافعى، ٢٠١٠: ١٣٨) أبعاداً تمثلت فيما يلى:

- الثقة بالله. - اشباع الحاجات النفسية . - اشباع الحاجات البيولوجية .
- ويضيف ( ابراهيم، ٢٠١٠: ٢٦٩ ) الطمأنينة النفسية إلى:
- الرضا عن الذات . -الرضا عن الناس .
- القناعة وعدم التطلع لما لدى الآخرين. \_حب الخير للناس.
- التحرر من الشعور بالذنب. -الاقبال على الحياة .
- ويصنف ( لبواذه، ٢٠١٦: ١٤٥ ) الطمأنينة النفسية إلى:
- الشعور بالراحة النفسية والاستقرار . - التفاؤل . -الشعور بالرضا والسعادة .
- الثقة فى الله . -التمركز حول المجتمع واشباع الحاجات العضوية.

مما سبق يتضح للباحثة أن التحرر من الآلام النفسية والتوتر والثقة بالله والتفاؤل والاقبال على الحياة واشباع الحاجات العضوية والاجتماعية هى المحاور لاكثر تكراراً فى الدراسات السابقة، لذا فقد اعتمدها الباحثة كأبعاد لبناء مقياس الطمأنينة النفسية فى البحث الحالي .

#### خصائص الأفراد المطمئنين نفسياً:

تناولت البحوث والدراسات الطمأنينة النفسية من جوانب متعددة وظهرت هذه البحوث والدراسات اهم خصائص المطمئنين نفسياً علي النحو التالي:

\_تؤثر الطمأنينة النفسية تأثيراً ايجابياً علي مستوى التحصيل الدراسي للطلبة وفي الانجاز بصفة عامة. (Green,1981:67)

-شعور الوالدين بالطمأنينة النفسية فى شيخوختهم يرتبط بوجود الأبناء وبقيمهم.

-الذين يعملون بالسياسة يشعرون بالطمأنينة أكثر من الذين لا يعملون بها .

( Fall ,1998:9)

- المطمئنون نفسياً أكثر قدرة علي الابتكار، كما انهم أقل اصراراً وتشبثاً بالرأى والخلو من الجمود العقائدي والتفكير الخرافي .

(pestonjee;&Sin ,1989:193) , (Rastogo& Nathawat ,1989:145)

مما سبق يتضح أن الطمانينة النفسية تتضمن حالة من التوازن بين الفرد وذاته وبينه وبين الأفراد الآخرين المحيطين به، كما تتضمن التفكير الواعي وعدم الجمود والبعد عن الانغلاق الفكري فإذا ما توافرت هذه العلاقة المتوازنة فإن الفرد يميل إلى الاستقرار وبالتالي يكون أكثر فاعلية وقد استفادت الباحثة من هذا العرض النظري في استخلاص أهم خصائص المطمئنين نفسياً والتي أفادت في تصميم المقياس ووضع بنوده وأيضاً في تفسير النتائج.

#### الدراسات السابقة:

#### أولاً: دراسات تناولت التفكير الأخلاقي وعلاقته ببعض المتغيرات:

درس (Wainryb, 1999) الفروق في التفكير الأخلاقي وعلاقته بالافتراضات المعلوماتية العقلية، حيث بلغ حجم العينة (٧٢) فرداً من الصف السادس ومن الصف العاشر ومن طالبات الجامعة منهم (٣٦) ذكور، (٣٦) إناث، واستخدم الباحث المنهج التجريبي وأثبتت الدراسة أن الافتراضات المعلوماتية العقلية مصدر للتغير في الحكم الخلقى، وهي أساس التمييز عند دراسة أسباب الاختلافات في التفكير الأخلاقي، إذ أن الاختلاف الناتج في التفكير الأخلاقي إنما يعود إلى الاختلاف الذي يطرأ على الافتراضات المعلوماتية، كما أشارت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التفكير الأخلاقي.

ودرس (Abo ieh , 2006) التفكير الأخلاقي وعلاقته بالقدرات العقلية (الذكاء والتفكير الابتكاري) وتمت الدراسة على عينة من الصفوف الأساسية حتى الصف الثالث الإعدادي، كما هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين المرتفعين والمنخفضين في كل من (الذكاء والابتكارية) وتكونت عينة الدراسة من (٢٩٦) تلميذاً من الصف الثالث الابتدائي وحتى الصف الثالث المتوسط، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود تأثير دال لكل من الصف الدراسي والذكاء والتفكير الابتكاري على التفكير الأخلاقي وكذلك وجود تأثير دال للتفاعل بين المتغيرين على التفكير الأخلاقي، كما توصلت النتائج إلى أن مرتفعي القدرة العقلية (الذكاء، الابتكارية) يتفوقون على منخفضي هذه القدرات في التفكير الأخلاقي.

وهدف ( جابر، ٢٠٠٩ ) إمكانية التنبؤ بالأحكام الخلقية من خلال معرفة أساليب التفكير لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، والتعرف على أساليب التفكير المسيطرة على تلاميذ هذه المرحلة، وكذلك مستوى الحكم الخلقى وعلاقتها بنوع الجنس لدى تلاميذ هذه المرحلة وتمت الدراسة على عينة قدرها (١٢٠) تلميذاً وتم تطبيق مقياس الحكم الخلقى (اعداد الباحثة) ومقياس (أساليب التفكير) وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى

التفكير الأخلاقي متوسطا لدى أفراد العينة كما توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية ذو دلالة إحصائية بين درجات الحكم الخلقى ودرجات أساليب التفكير الأخلاقي ( التشريعي، التنفيذي، الحكمي، المتحرر، المحافظ، العالمي، المحلي)، كما توصلت إلى إمكانية التنبؤ بمستوى الحكم الخلقى من خلال معرفة بعض أساليب التفكير .

و درس ( الفرجتاني ومحمد، ٢٠١٢ ) النمو الأخلاقي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى المراهقين المحرومين وغير المحرومين من الوالدين وهدفت الدراسة التعرف على مستوى النمو الأخلاقي والاتزان الانفعالي والعلاقة بينهما وطبق البحث على عينة من طلبة المدارس الاعدادية ممن تتراوح أعمارهم (١٦-١٩) عاماً، وبلغ عدد العينة (٢٨٦٢) طالباً، منهم (١٢٢٥) ذكور، (١٦٣٧) اناث، وتم بناء مقياس النمو الأخلاقي والاتزان الانفعالي من قبل الباحثين وتوصلت نتائج الدراسة الى أن عينة الدراسة تتمتع بمستوى عال من النمو الاخلاقي والاتزان الانفعالي، وباستخدام معامل الارتباط الإحصائي توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية دالة بين النمو الأخلاقي والاتزان الانفعالي كما انه يمكن التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من الاتزان الانفعالي .

وأجرى (محمود، ٢٠١٢) علاقة الأسلوب المعرفي بالتفكير الناقد والتفكير الخلقى لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي وتمت الدراسة علي عينة مكونة من (٢٢٠) من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسي (١١٠ ذكور - ١١٠ اناث) من مدرستي الإعدادية بنات والحديثة بنين بمحافظة قنا وتم استخدام اختبار (الاشكال المتضمنة) لقياس الاسلوب المعرفي (الاعتماد/الاستقلال) ل (أنور الشرقاوي وسليمان الخضري)، كما تم استخدام مقياس التفكير الأخلاقي ل (فوقية عبد الفتاح) واختبار التفكير الناقد ل (جابر عبد الحميد) واختبار القدرات العقلية ل (فاروق عبد الفتاح) وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الاسلوب المعرفي والتفكير الناقد كما توصلت الى عدم وجود علاقة ارتباطية بين الاسلوب المعرفي والتفكير الأخلاقي ووجود فروق في مستوى التفكير الأخلاقي بين الذكور والاناث لصالح الاناث . و درست ( السيد، ٢٠١٤): التفكير الأخلاقي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة جامعة سوهاج، وطبقت الدراسة على عينة مكونة من (٤٥٠) طالباً وطالبة من طلاب الفرقتين الأولى والرابعة من الكليات العملية والنظرية المسجلين للفصل الدراسي الأول لعام ٢٠١٣ من كليات الطب، والعلوم والتربية والآداب والتجارة بمتوسط عمري (١٥,٥٩) وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية وتم تطبيق مقياس التفكير الأخلاقي والعوامل الخمسة للشخصية وهي ( العصابية، الانبساط، الانفتاح على الخبرة، مقبولية، يقظة الضمير ) من اعداد الباحثة وتوصلت النتائج إلى أن مستوى التفكير الأخلاقي متوسطا لدى عينة الدراسة كما توصلت الى وجود علاقة ارتباطية بين التفكير الأخلاقي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، كما توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في كل من مستوى التفكير الأخلاقي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، كما توصلت الى

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعات الثلاثة للطلاب طبقاً للمستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة (منخفض، متوسط، مرتفع) في كل من مستوى التفكير والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، كما توصلت إلى إمكانية التنبؤ بمستوى التفكير الأخلاقي من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

وهدفنا دراسة ( خالد وأبو الوفا، ٢٠١٥ ) التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من الاتزان الانفعالي وفاعلية الذات الأكاديمية لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الأزهر، حيث هدفت الدراسة الكشف عن العلاقة بين التفكير الأخلاقي وكل من الاتزان الانفعالي وفاعلية الذات، كما هدفت إلى مدى إمكانية التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من المتغيرين ومعرفة الفروق في التفكير الأخلاقي بين المرتفعين والمنخفضين في كل من الاتزان الانفعالي وفاعلية الذات الأكاديمية وتمت الدراسة على عينة مكونة من (٢٥٣) طالباً من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة الأزهر بالقاهرة وتم تطبيق مقياس (التفكير الأخلاقي) اعداد (عبد الفتاح ٢٠٠١)، ومقياس (الاتزان الانفعالي) و (فاعلية الذات الأكاديمية) اعداد الباحثين

وباستخدام معاملات الارتباط وتحليل الانحدار الخطي وقيمة (ت) توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين كل من التفكير الأخلاقي والاتزان الانفعالي وفاعلية الذات وإلى إمكانية التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من الاتزان الانفعالي وفاعلية الذات الأكاديمية، كما توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي الاتزان الانفعالي وفاعلية الذات الأكاديمية في التفكير الأخلاقي .

ودرس ( فوده، ٢٠١٥ ) الكشف عن العلاقة بين التفكير المنظومي والسلوك الأخلاقي والتعرف على مدى تأثير برنامج لتنمية مهارات التفكير المنظومي على تحسين السلوكيات الأخلاقية، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢٠) طالبة من طالبات الفرقة الثانية بالمرحلة الجامعية، كما تمت الدراسة التجريبية على عينة مكونة من (٣٢) طالبة، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية: مقياس مهارات التفكير المنظومي، ومقياس السلوك الأخلاقي، وبرنامج تدريبي لتنمية مهارات التفكير وكلها من ( اعداد الباحثة ) وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التفكير المنظومي والسلوك الأخلاقي لدى طالبات الجامعة، كما توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس مهارات التفكير المنظومي والسلوك الأخلاقي لصالح طالبات المجموعة التجريبية .

تعقيب على دراسات المحور الأول:

باستعراض الباحثة الدراسات السابقة في هذا المحور أمكن للباحثة استنتاج مايلي:

- لاحظت الباحثة من خلال عرض دراسات هذا المحور عدم وجود دراسة واحدة في حدود اطلاعها ربطت بين التفكير الأخلاقي وبين كل من الطمأنينة النفسية أو اليقظة العقلية .
- العينات التي استخدمتها تلك الدراسات متباينة من حيث الحجم بحيث شملت أصغر عينة على (٣٢) طالبة من الصف السادس وحتى الجامعة بينما اشتملت أكبر عينة على (٢٨٦٢) طالباً وطالبة كما في دراسة ( الفرجتاني ومحمد، ٢٠١٢)، كما تنوعت العينات من حيث الجنس فهناك دراسات تناولت عينة الذكور فقط كما في دراسة (خالد وأبو الوفا، ٢٠١٥) وهناك دراسات تناولت الإناث فقط كما في دراسة ( فودة، ٢٠١٥)، وهناك دراسات تناولت عينات من جنسين مختلفين كما في دراسة (Warinryb, 1991) .
- ولما كانت معظم عينات دراسات وبحوث هذا المحور من الحجم المتوسط كانت عينة الدراسة الحالية (٢٠١) طالبة منهن (٤٠) للدراسة الاستطلاعية (١٦١) للدراسة الأساسية، كما كان النصيب الأوفر لعينة ودراسات هذا المحور لطلبة الجامعة وكان الطالبات الاناث اقل حظا في الدراسات لذا استخدمت الباحثة الحالية العينة من طالبات كلية الدراسات الانسانية بتفهننا الاشراف.
- استخدمت الدراسات مصطلح التفكير الأخلاقي بمفاهيم مختلفة فتم استخدام مصطلح السلوك الأخلاقي، والأحكام الأخلاقية والنمو الأخلاقي والذكاء الأخلاقي وقد استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية مصطلح التفكير الأخلاقي علي الرغم من استخدام معظم الدراسات لهذه المصطلحات بمعنى واحد الا أن أهم ما يميز هذا المصطلح أنه يعبر عن ادراك الفرد للصواب والخطأو الحكم علي العمل.
- بعض الدراسات أشارت إلى وجود علاقة بين التفكير الأخلاقي والاتزان الانفعالي كما في دراسة ( خالد وأبو الوفا، ٢٠١٥)، دراسة (الفرجتاني ومحمد، ٢٠١٢)، كما وجدت علاقة بين التفكير الأخلاقي وبعض القدرات العقلية كالذكاء والابتكارية والافتراضات المعلوماتية والتفكير المنظومي وأساليب التفكير .
- لاحظت الباحثة تأثير وفاعلية البرامج المستخدمة لتنمية التفكير الأخلاقي، وكذلك تنمية بعض القدرات العقلية من خلال مهاراته.
- حاولت بعض الدراسات التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من خلال بعض المتغيرات النفسية كدراسة ( جابر، ٢٠٠٩ )، ( خالد وأبو الوفا، ٢٠١٥) وتوصلت إلى امكانية التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من خلال هذه المتغيرات .

- استخدمت الدراسات أساليب احصائية مختلفة تبعاً للغرض من الدراسة فتم استخدام اختبار (ت) ومعاملات الارتباط وتحليل الانحدار الخطى البسيط.

استفادت الباحثة من تلك الدراسات فى اختيار مقياس التفكير الأخلاقى والمستمد من نظرية كولبرج والذى أعدته ( عبد الفتاح، ٢٠٠١ ) لطلاب الجامعة وقننته على البيئة المصرية والذى يصلح للبيئة الحالية كما استفادت من هذه الدراسات فرض الفروض وفى تفسير نتائج البحث الحالي.

ثانيا: دراسات تناولت اليقظة العقلية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية:

درس (Christopher & Gilbert, 2010) قياس قدرة مكونات اليقظة العقلية فى التنبؤ بالرضا عن الحياة وتقدير الذات وتمت الدراسة على عينة مكونة من (٣٦٥) طالبا وطالبة من طلاب المرحلة الاعدادية وتم تطبيق مقياس تقدر الذات والرضا عن الحياة ومقياس اليقظة العقلية من اعداد الباحثين والذى تكون من ثلاثة ابعاد وهى الملاحظة والوعى والتقبل، وتوصلت نتائج الدراسة الى أن جميع مكونات اليقظة العقلية ارتبطت ارتباطا ايجابيا بالرضا عن الحياة وتقبل الذات، كما أن بعد الملاحظة قد تنبأ بتقدير الذات والرضا عن الحياة فى حين تنبأ بعد التقبل بالادراكات السلبية .

وأجرى (Lori , 2013), أثر التدريب على اليقظة العقلية فى تحسين الانتباه والمهارات الاجتماعية وانخفاض فرط النشاط والاندفاعية، وتمت الدراسة على عينة من تلاميذ الصف الخامس الابتدائى الذكور حيث قسمت العينة الى مجموعتين (ضابطة وتجريبية ) وقد تضمنت المعالجة لليقظة العقلية (متغير مستقل) ضمن المناهج الدراسية التى يدرسها التلاميذ، حيث درست المجموعة الضابطة المناهج المعتادة، وقد تم التصميم شبه التجريبى، وقد افترض الباحث أن المجموعة التى ستتلقى التدريب المتكامل للمنهج مع اليقظة العقلية سوف تتحسن بشكل ملحوظ مع درجات جميع المتغيرات التابعة ( الانتباه، الاداء التنفيذى، المهارات الاجتماعية، فرط النشاط، الاندفاع) وقد تم استخدام مقاييس تقييم موحدة للمتغير التابع من نموذج (كوزر ٣ ) لانشاء خط أساسى لكل تلميذ ومقارنة نتائجه فى كل مرحلة، كما تم قياس اليقظة العقلية بواسطة الباحث وباستخدام اختبار (ت) للمقارنة بين أداء المجموعتين بعد الاختبار القبلى والبعدى والمقابلات مع المعلمين توصلت النتائج إلى أن المجموعة التجريبية مع المعلمين توصلت النتائج إلى أن المجموعة التجريبية قد تحسنت بشكل كبير فى المتغير التابع مقارنة بالمجموعة الضابطة، كما شهدت معلمة العلاج زيادة فى التواصل مع طلابها وأسلوب تعليم أكثر ليونة وأكثر تعاطفاً وزاد الوعى بالاحتياجات الشخصية لكل تلميذ فى حين أظهر معلم المجموعة الضابطة تغير طفيف فى الاسلوب التعليمى وخبرة التدريس العامة.

وهدفت ( سليمان، ٢٠١٦ ) استخدام مدخل التحليل الأخلاقي لتنمية مهارات التفكير التأملية فى العلوم الشرعية لدى طلبة المرحلة الثانوية الأزهرية، وتم استخدام اختبار التفكير التأملية كأداة للبحث وتم اتباع المنهج الوصفي لمراجعة الأدبيات ذات الصلة، وكذلك المنهج التجريبي القائم على المجموعتين التجريبية والضابطة كل مجموعة (٣٠) طالبة من طالبات الثانوية الأزهرية، وتوصلت الدراسة الى فعالية مدخل التحليل الأخلاقي فى تنمية مهارات التفكير التأملية الضابطة .

وأجرى (Soler,et al,2016)دراسة بعنوان أثر التدريب على مهارات اليقظة العقلية فى خفض الاندفاعية لدى ذوى الشخصية الحدية من طلاب المرحلة المتوسطة وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين احدهما تجريبية(٣٠) والاخرى ضابطة (٣٠)، وتم تطبيق مقياس الاندفاعية قبل وبعد البرنامج كما تم تطبيق البرنامج العلاجي القائم على اليقظة العقلية والمكون من (١٠) جلسات وتم بناء البرنامج بناء على التدريب المهارى للعلاج السلوكى الجدلى وتوصلت نتائج الدراسة الى وجود فروق بين المجموعتين فى اليقظة العقلية لصالح المجموعة التجريبية، كما أن البرنامج كان ذو أثر دال فى خفض الاندفاعية لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

وفحص (السقا وزكى ويوسف، ٢٠١٦)دراسة استهدفت الكشف عن مستوى اليقظة العقلية عند طالبات كلية البنات جامعة عين شمس والتعرف على علاقة اليقظة العقلية بكل من الغضب وادارة الغضب، وتم التطبيق لأدوات الدراسة والمتمثلة فى مقياس الغضب حالة وسمة (عبد الرحمن وعبد الحميد، ١٩٩٨) ومقياس اليقظة العقلية من ترجمة الباحثين على عينة قدرها (١٦٠) طالبة من طالبات الفرقة الثانية قسم علم النفس بالكلية وقد توصلت نتائج الدراسة الى ان مستوى اليقظة العقلية متوسطا لدى طالبات الجامعة، كما توصلت الى وجود علاقة ارتباطية سالبة وقوية بين الغضب حالة وسمة ومستوى اليقظة العقلية .

وفحص (Maynard , Solis, Miller & Brendel , 2017) أثر التدريبات القائمة على اليقظة العقلية فى العمليات المعرفية والمهارات الاجتماعية والسلوكية والأكاديمية فى دراسات متتالية على تلاميذ ما قبل المدرسة والمدرسة الابتدائية والثانوية واشتملت مجموعة الدراسة على عينات من هذه المراحل وصل عددها (٦١) بتصميمات شبه تجريبية وأجريت الدراسات فى بلدان مختلفة فى أمريكا الشمالية وآسيا وأوروبا وكندا وقد أجريت جميع التدخلات فى شكل جماعى وتراوحت التدخلات فى المدة (٤-٢٨) أسبوعاً وعدد الجلسات من (٦-١٢٥) جلسة وتواترت عدد الجلسات ( مرة فى الأسبوع - خمس مرات فى الأسبوع) وباستخدام التحليلات الاحصائية توصلت النتائج إلى أن اليقظة

العقلية ذو دلالة إحصائية فى المتغيرات المعرفية والاجتماعية والعاطفية فى حين أن اليقظة العقلية لم تكن ذات تأثير كبير فى المهارات السلوكية والأكاديمية .

ودرس (Warren & Lake , 2017) اليقظة العقلية وامكانية اسهامها فى التنبؤ بالقيم السلوكية لدى المراهقين وأوضح الباحث أن القليل من المفكرين قد درس العوامل التى تساهم فى التوافق بين سلوكيات المراهقين وقد تمت الدراسة على عينة مكونة من (٢٩٩) أسرة بمتوسط عمرها لاناثها وذكورها (١٤,٤٥) سنة وقد تم اختيارهم عشوائياً من (٤٢) ولاية أمريكية ومن خلال بيانات التقرير الذاتى للمراهقين واستفتاءات أسرهم بمقاييس اليقظة العقلية ومقياس القيم السلوكية للباحثين توصلت نتائج الدراسة الى أن اليقظة العقلية ارتبطت ارتباطاً ايجابياً بالقيم السلوكية، وليس هناك فرق بين الذكور والاناث المراهقين داخل الأسرة على المقياسين، كما أن مستوى اليقظة العقلية والقيم متوسطا لدى هؤلاء المراهقين كما استنتجت الدراسة أن لليقظة العقلية فوائد من خلال مساعدة المراهقين على تجنب السلوكيات الشاذة، والتى تتماشى مع القيم الأخلاقية والعادات المتعارف عليها فى المجتمع.

تعقيب علي دراسات المحور الثاني:

باستعراض الباحثة لدراسات هذا المحور أمكن استنتاج مايلي:

- لاحظت الباحثة من خلال عرض دراسات هذا المحور عدم وجود دراسة واحدة \_فى حدود اطلاعها - ربطت بين التفكير الأخلاقى وبين كل من الطمأنينة النفسية أو اليقظة العقلية
- العينات التى استخدمتها تلك الدراسات متباينة من حيث الحجم بحيث شملت أصغر عينة على (٦٠) طالبا و طالبة من طلاب المرحلة الثانوية بينما اشتملت أكبر عينة على (٣٦٥) طالباً وطالبة كما فى دراسة (Christopher & Gilbert, 2010)، كما أن الدراسات التى تمت على طلاب الجامعة عدد العينة (١٦٠) طالبا وهي دراسة (السقا وزكى ويوسف، ٢٠١٦)، كما تنوعت العينات من حيث الجنس فهناك دراسات تناولت عينة الذكور فقط كما فى دراسة (Lori , 2013) وهناك دراسات تناولت الإناث فقط كما فى دراسة (السقا وزكى ويوسف، ٢٠١٦)، وهناك دراسات تناولت عينات من جنسين مختلفين كما فى دراسة (Warren & Lake , 2017).

ولما كانت عينات ودراسات هذا المحور لدى طلاب الجامعة تمت على عينات (١٦٠) طالبا وهناك قلة فى الدراسات التى تناولت اليقظة العقلية لدي طلاب

وطالبات الجامعة أمكن للباحثة الحالية الاستفادة من اختيار العينة وتحديد حجمها.

– بعض الدراسات أشارت إلى وجود علاقة بين اليقظة العقلية والقيم السلوكية والأخلاقية كما في دراسة (Maynard , Solis, Miller & Brendel , 2017) ودراسة (Warren & Lake , 2017)، كما وجدت علاقة بين اليقظة العقلية وبعض المتغيرات النفسية الايجابية كدراسة (Lori , 2013)، ودراسة (Christopher & Gilbert, 2010) والتي اشتملت على الرضا عن الحياة وتقدير الذات وهي بعض أبعاد الطمأنينة النفسية

– استخدمت الدراسات أساليب احصائية مختلفة تبعاً للغرض من الدراسة فتم استخدام اختبار (ت) ومعاملات الارتباط وتحليل الانحدار الخطى البسيط.

– استفادت الباحثة من تلك الدراسات فى تصميم مقياس اليقظة العقلية والذي تم تصميمه فى ضوء أبعاد اليقظة العقلية الأكثر تكراراً فى الدراسات والذي يصلح للعينة الحالية كما استفادت من هذه الدراسات فى تفسير نتائج البحث.

ثالثاً: دراسات تناولت الطمأنينة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات:

درس (Vogarty & White , 1994) أثر الفروق فى القيم على الشعور بالطمأنينة النفسية وتمت الدراسة على عينة من طلاب الجامعة قوامها (١٢٢) طالباً استراتيجياً، (١٠٦) طالباً أجنبياً، وتم تطبيق مقياس الطمأنينة النفسية ومقياس القيم من اعداد الباحثين وتوصلت نتائج الدراسة الى أن الطلاب الأجانب أكثر شعوراً بالطمأنينة النفسية من أقرانهم الاستراتيجيين، كما أن الطلاب ذوى مستوى القيم العالية أكثر طمأنينة من أقرانهم ذوى مستوى القيم المنخفضة.

ودرس ( الحطاب، ٢٠٠١) العلاقة بين الطمأنينة النفسية والقيم الدينية وعلاقة ذلك بالدافع للإنجاز لدى طلبة وطالبات الجامعة، وقد تكونت العينة من (١٦٠) طالباً وطالبة من جامعة الأزهر وجامعة الاسكندرية، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين القيم الدينية والمتمثلة فى ( الصدق، التواضع، والمشاركة الوجدانية والإيثار ) والدافع للإنجاز وبين الطمأنينة النفسية ووجود فروق بين طلاب وطالبات التعليم العام بجامعة الاسكندرية وأقرانهم بجامعة الأزهر لصالح الأخير فى كل من القيم الدينية والطمأنينة النفسية.

وقامت ( الجميلى، ٢٠٠١) بدراسة العلاقة بين الالتزام الدينى وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية وتمت الدراسة على عينة قوامها (٣٠٠) طالباً وطالبة من طلاب جامعة صنعاء،

وتم تطبيق مقياس القيم الدينية ومقياس الطمأنينة الانفعالية لماسلو وخلصت نتائج الدراسة الى وجود علاقة موجبة بين الالتزام الدينى والشعور بالطمأنينة.

ودرس ( الدليم، ٢٠٠٥ ) العلاقة الموجودة بين الاحساس بالطمأنينة النفسية والشعور بالوحدة النفسية وتكونت عينة الدراسة من (٢٨٨) طالباً وطالبة فى الفرقة الأولى الجامعية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سالبة بين الطمأنينة النفسية والشعور بالوحدة، كما أن هناك فروقاً بين الذكور والاناث فى كل من الطمأنينة النفسية والشعور بالوحدة إذ أن الإناث أكثر طمأنينة وأقل شعوراً بالوحدة النفسية .

وقام ( المؤمنى، ٢٠٠٦ ) بدراسة استهدفت الكشف عن أثر أنماط التنشئة الأسرية (المتسامحة، المتشددة ) على الطمأنينة النفسية لدى الأحداث الجانحين فى الأردن وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠٩) حدثاً جانحاً، تراوحت أعمارهم ما بين (١٠- ١٧) سنة وقد طبقت الدراسة مقياس التنشئة الأسرية، ومقياس (ماسلو) للأمن لفسى وكشفت الدراسة أن الأسرة التى يتسم اسلوب تنشئتها بالتسامح مع الأبناء يكون أبنائها أكثر شعوراً بالطمأنينة النفسية من أبناء الأسر التى تتسم بالتشدد فى معاملتها.

ودرس (Chugh ,ken , Zhu & Lee 2014) العلاقة بين الأمن النفسى وإمكانية الحد من صنع القرار غير الأخلاقى، وتمت الدراسة على عينات متباينة من المدارس الثانوية والعاملين وكذلك الكبار وتم تطبيق مقياس الأمن النفسى ومقياس اتخاذ القرار وتوصلت الدراسة إلى أن الأفراد الأمنين نفسياً أكثر قدرة على اتخاذ القرارات الأخلاقية من غيرهم من الأفراد ذوى الأمن النفسى المنخفض إذ أنهم أكثر ميلاً لفك الارتباطات الأخلاقية، وأوصت الدراسة بضرورة توفير الأمن النفسى من قبل المعلمين والمديرين وجميع المنظمات كافة لأفرادها لأن توفير الأمن يسهم فى الحد من السلوكيات الأخلاقية.

ودرس (الربيعى وعطوان، ٢٠١٥) الادراك الاجتماعى والأحكام الأخلاقية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية لدى طلبة الجامعة، وتمت الدراسة على عينة قوامها (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة الجامعة بكلية التربية ببغداد وتم تطبيق مقياس الادراك الاجتماعى والطمأنينة النفسية (اعداد الباحثين) ومقياس الأحكام الأخلاقية اعداد (عبد الفتاح، ٢٠٠١) وتوصلت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ايجابية وقوية بين كل من الادراك الاجتماعى والأحكام الأخلاقية والطمأنينة النفسية .

وتناولت دراسة (Jia , Xianli , Wang & Sun ,2017) العلاقة بين الطمأنينة النفسية وانحراف الأقران وإدماهم الانترنت وعلاقتهم بالمعلم، وتمت الدراسة على عينة مكونة من (٧٤٧) طالباً فى المرحلة الاعدادية (٥١% ذكور، و ٤٩%) إناث ومتوسط أعمارهم (١٣,٧٣) سنة، استكملوا استبيانات متعلقة بالديموغرافيا واستبيان العلاقة بين المعلم والطالب واستبيان الانتماء المنحرف من الأقران ومقياس إدما

الإنترنت، وكشفت النتائج أن الأفراد المرتفعين في الطمأنينة النفسية أقل قابلية لإدمان الإنترنت، أقل قابلية للانتماء المنحرف، وأكثر انضباطاً في علاقتهم بالمعلم.

وهدفت دراسة (Wilkinson & Cook, 2016) التعرف على العلاقة بين الاستجابة للضغوط والطمأنينة النفسية، كما هدف البحث أيضاً التعرف على الفروق بين أفراد عينة البحث في مستوى شعورهم بالطمأنينة يرجع الى متغير النوع، وفي ضوء ذلك طبق البحث على عينة قوامها (١٠٠) من المراهقين بواقع (٦٨%) من الإناث، (٣٢%) من الذكور تتراوح أعمارهم بين (١٣-١٨) سنة بمتوسط عمري (١٥,١) سنة وقد تم تطبيق مقياس الطمأنينة النفسية ومقياس الضغوط الأكاديمية وتوصلت النتائج الى أن المراهقين أكثر عرضة للضغوط وينعدم شعورهم بالطمأنينة مما أدى إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين كل من الطمأنينة النفسية وزيادة مستوى الضغوط الأكاديمي.

### تعقيب علي دراسات المحور الثالث:

من خلال تناول الباحثة لدراسات هذا المحور أمكنها استخلاص مايلي:

- هناك قلة في الدراسات الأجنبية والعربية -في حدود ما اطلعت عليه الباحثة -في الدراسات التي تناولت التفكير الاخلاقي وعلاقته بالطمأنينة النفسية .
- معظم الدراسات التي قاست الطمأنينة النفسية استخدمت مقياس ماسلو للأمن النفسي وبعض الدراسات صممت مقياسا متناسب وطبيعة البيئة المصرية.
- العينات التي استخدمتها تلك الدراسات متباينة من حيث الحجم بحيث اشتملت اصغر عينة على (١٠٠) مراهق ومراهقة كما في دراسة (Wilkinson & cook , 2018)، واشتملت أكبر عينة على (٧٤٧) طالباً كما في دراسة (Jia Xianl , Wang&Sung, 2017) كما تنوعت العينات من حيث الجنس فتناولت معظم الدراسات عينات بنين وبنات، كما تنوعت المرحلة العمرية بدءاً من المرحلة الابتدائية كما في دراسة ( المؤمنى، ٢٠٠٦) وحتى المرحلة الجامعية، كما في دراسة ( الخطاب، ٢٠٠١) .
- ولما كانت الغالبية العظمي للدراسات التي تناولت هذا المحور قد تمت علي طلاب وطالبات الجامعة لذا فان الباحثة الحالية قد وقع اختيارها علي هذه العينة لما لها من أهمية في في صنع الغد خاصة الفتيات .
- استخدمت الدراسات الطمأنينة النفسية بمفاهيم مختلفة كمصطلح الطمأنينة الانفعالية كما في دراسة ( الجميلي، ٢٠٠٣ )، الأمن النفسي كما في دراسة (Chugh, Kem , Zhu & Leek, 2014)

وقد استفادت الباحثة من دراسات هذا المحور في فرض فروض الدراسة و في إعداد مقياس للطمأنينة النفسية حيث اعتمدت علي الأبعاد الأكثر تكرارا في هذه الدراسات والتي تتناسب وطبيعة العينة الحالية لدى طالبات ، كما استفادت من الدراسات في تفسير النتائج.

### تعليق عام على الدراسات السابقة:

\_ في دراسة التفكير الأخلاقي وعلاقته ببعض المتغيرات استخدمت بعض الدراسات المنهج التجريبي كدراسة (فودة، ٢٠١٥)، ( سليمان، ٢٠١٦) بينما استخدمت بعض الدراسات المنهج الوصفي كما في دراسة (Chugh ,ken , Zhu & Lee 2014) و(الربيعي وعطوان، ٢٠١٥)

- العينات التي استخدمتها تلك الدراسات متباينة من حيث الحجم بحيث شملت أصغر عينة على (٣٢) طالبة من الصف السادس وحتى الجامعة بينما اشتملت أكبر عينة على (٢٨٦٢) طالبا وطالبة كما في دراسة (الفرجتاني ومحمد، ٢٠١٢)، كما تنوعت العينات من حيث الجنس فهناك دراسات تناولت عينة الذكور فقط كما في دراسة ( خالد وأبو الوفا، ٢٠١٥) وهناك دراسات تناولت الإناث فقط كما في دراسة ( فودة، ٢٠١٥)، وهناك دراسات تناولت عينات من جنسين مختلفين كما في دراسة (Warinryb, 1991).

- بعض الدراسات أشارت إلى وجود علاقة بين التفكير الأخلاقي والالتزام الانفعالي كما في دراسة ( خالد وأبو الوفا، ٢٠١٥)، دراسة (الفرجتاني ومحمد، ٢٠١٢)، كما وجدت علاقة بين التفكير الأخلاقي وبعض القدرات العقلية كالذكاء والابتكارية والافتراضات المعلوماتية والتفكير المنظومي وأساليب التفكير، كما أن بعض الدراسات أشارت إلى وجود علاقة بين اليقظة العقلية وبعض المتغيرات النفسية الايجابية كدراسة (Lori , 2013), ودراسة (Christopher & Gilbert, 2010) والتي اشتملت على الرضا عن الحياة وتقدير الذات وهي بعض أبعاد الطمأنينة النفسية .

- حاولت بعض الدراسات التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من خلال بعض المتغيرات النفسية للدراسة كدراسة ( جابر، ٢٠٠٩)، ( خالد وأبو الوفا، ٢٠١٥) .

### أوجه الاستفادة من الدراسات والبحوث السابقة:

- ما أوضحت نتائج الدراسات عن أهمية التفكير الأخلاقي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية، لذا فالباحث الحالي درس التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية .

- تحديد منهج البحث المستخدم وهو المنهج الوصفي المقارن والذي يتناسب وطبيعة هذه الدراسة.

- تحديد نوع وحجم وخصائص عينة البحث (طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية).

- بناء مقياس اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية في ضوء الأبعاد الأكثر تكرارا في الدراسات السابقة والتي تتناسب وطبيعة العينة الحالية.

- تحديد الأساليب الاحصائية المستخدمة في البحث الحالي في ضوء فروض البحث وخصائص العينة .

- صياغة فروض البحث وتفسير النتائج.

### فروض البحث:

يمكن صياغة فروض البحث الحالي كما يلي:

١- لا توجد علاقة ارتباطية بين التفكير الأخلاقي و اليقظة العقلية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية."

٢- لا توجد علاقة ارتباطية بين التفكير الأخلاقي والطمأنينة النفسية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية .

٣- لا توجد علاقة ارتباطية بين اليقظة العقلية و الطمأنينة النفسية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية .

٤- لا توجد فروق بين متوسطى درجات كل من مجموعة منخفضي اليقظة العقلية ومجموعة مرتفعي اليقظة العقلية في التفكير الأخلاقي لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية .

٥- لا توجد فروق بين متوسطى درجات كل من مجموعة منخفضي الطمأنينة النفسية ومجموعة مرتفعي الطمأنينة النفسية في التفكير الأخلاقي لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية .

٦- لا يمكن التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية معا لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية .

### إجراءات البحث:

أولاً: المشاركون:

### عينة البحث الاستطلاعية:

تكونت العينة الاستطلاعية (ويقصد بهن المشاركات اللاتي طبقت عليهن الباحثة أدوات البحث في صورتها الأولية لحساب خصائصها السيكومترية ) من (٤٠) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الإنسانية جامعة الأزهر بالدقهلية من أقسام التربية وعلم النفس والتاريخ والاجتماع وتم اختيارهن بطريقة عشوائية وبنسب متساوية وتتراوح أعمارهن ما بين (٢٢ : ٢٣ ) سنة بمتوسط (٢٢,١٦) سنة وانحراف معياري قدرة (٠,٦٣٣)

### عينة البحث الأساسية:

تكونت عينة البحث الأساسية (ويقصد بهن المشاركات اللاتي طبقت عليهن الباحثة أدوات البحث بعد تقنينها للتحقق من فروض البحث وتتوافر فيهن نفس خصائص العينة الاستطلاعية) في صورتها النهائية من (١٦٠) طالبة بنفس الفرق الأربعة وتم اختيارهن بنفس الطريقة العشوائية وتتراوح أعمارهن ما بين (٢٢ : ٢٣) سنة بمتوسط (٢٢,١١) سنة وانحراف معياري قدره (٠,٥٧١) .

### ثانياً: أدوات البحث:

#### ١- مقياس التفكير الأخلاقي اعداد (عبد الفتاح، ٢٠٠١) .

استعانت الباحثة بمقياس التفكير الأخلاقي إعداد ( عبد الفتاح، ٢٠٠١) والذي يتناسب والمرحلة العمرية للعينة الحالية حيث اتخذ المقياس من نظرية كولبرج Kohlberg إطاراً نظرياً . حيث يعرض على الفرد موقف يكون صاحبه في حيرة من أمره ويطلب منه إصدار حكم ويمكن تطبيقه بصورة جماعية وفردية، كما أن الاستجابة تأخذ شكل اختيار من متعدد أى سهولة التطبيق والتصحيح والتصنيف في مراحل بحيث تتم بطريقة موضوعية.

### وصف المقياس:

يتضمن المقياس من خمسة مواقف أخلاقية اشتقت من مقياس " كولبرج" للتفكير الأخلاقي حيث يقدم كل موقف متبوع بعدد من الأسئلة، ويلى كل سؤال ست استجابات يمثل المراحل الست للتفكير الأخلاقي عند كولبرج ويطلب من الطالب وضع علامة (X) أمام الاستجابة الأكثر اتفاقاً مع تفكيرهم وأحكامهم الأخلاقية، مع توضيح مبررات الاختيار أى ما يؤيد الحكم الأخلاقي الذى أصدره للوقوف على أن الاختيار لم يكن عشوائياً، ويحتوى المقياس على واحد وعشرين سؤالاً مندرجين من خمسة مواقف.

### تصحيح المقياس:

يتم تقدير مرحلة التفكير الأخلاقي للفرد من خلال متوسطات مجموع المراحل التي تمثلها الاستجابات المنتقاة على كل سؤال، وتتراوح الدرجات على المقياس ما بين (٢١) درجة وهي الحد الأدنى للمرحلة الأولى " الطاعة خوفاً من العقاب" إلى (١٢٦) درجة وهي الحد الأعلى للمرحلة السادسة " المبادئ الأخلاقية العامة" مع الأخذ بعين الاعتبار الفقرات من ( أ - هـ ) غير مرتبة بترتيب الدرجات على كل فقرة .

الخصائص السيكومترية لمقياس التفكير الأخلاقي:

الصدق:

قامت (عبد الفتاح، ٢٠٠١) معدة المقياس بحساب الصدق والثبات عن طريق صدق المحكمين، كما حسبت الباحثة الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية ودلت نتائجه على أن مواقف مقياس التفكير الأخلاقي تتمتع بمعامل صدق عالية، كما قامت بحساب الثبات عن طريق معامل الفا كرونباك وبلغت قيمته (٠,٧٤)، وهذا دليل كاف على أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات عال ومرتفع .

وقامت الباحثة الحالية بتطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية ويقدر عددها (٤٠) طالبة بالفرقة الرابعة بكلية الدراسات الإنسانية وذلك بهدف التحقق من صدق المقياس حيث اعتمدت على صدق المحك: والذي يطلق عليه الصدق التجريبي أو الصدق الواقعي حيث استخدمت الباحثة مقياس الأحكام الأخلاقية اعداد (متولي وعبد اللطيف، ٢٠١٥) وهو يهدف إلى قياس التفكير الأخلاقي في ضوء نظرية كولبرج أيضا ويتألف من أربعة مواقف ويجب المفحوص على مواقف المقياس بطريقة انتقائية (الاختيار من متعدد) من ست استجابات تمثل مراحل التفكير الأخلاقي عند كولبرج وتم حساب معامل الارتباط بين المقياسين وقد وصل إلى (٠,٧٨) وهو معامل يشير إلى صدق المقياس .

الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي وذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية على العينة الاستطلاعية والجدول التالي يوضح معاملات الارتباط بين عبارات كل موقف والدرجة الكلية

جدول (١)

معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمقياس التفكير الأخلاقي

رقم الموقف	معامل الارتباط	رقم الموقف	معامل الارتباط
------------	----------------	------------	----------------

0.423	12	0.566	1
0.305	13	0.416	2
0.448	14	0.499	3
0.519	15	0.344	4
0.388	16	0.499	5
0.585	17	0.429	6
0.447	18	0.577	7
0.327	19	0.481	8
0.564	20	0.398	9
0.444	21	0.445	10
		0.477	11

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠.٣٠٥ - ٠.٥٨٥) وأن هذه القيم مقبولة احصائياً

الثبات:

باستخدام معادلة ألفا لكرونباك

تم حساب معامل ثبات مقياس التفكير الأخلاقي باستخدام معادلة ألفا لكرونباك وبلغ معامل الثبات للمقياس (0.907) مما يدعو للثقة في صحة النتائج التي يسفر عنها المقياس.

طريقة اعادة التطبيق:

تم حساب ثبات مقياس التفكير الأخلاقي باستخدام طريقة اعادة التطبيق وذلك بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية بفاصل زمني (٢١) يوماً من التطبيق الأول حيث بلغ معامل الثبات (٠.٨٥) وهي قيمة مقبولة يمكن الوثوق بها

٢- مقياس اليقظة العقلية ( اعداد الباحثة )

١- اعتمدت الباحثة في بناء المقياس على الآتي:

أ- تعريف الباحثة لليقظة العقلية بأنها: القدرة على ملاحظة الخبرات الداخلية والخارجية والتعبير عنها والانتباه لهذه الخبرات والوعي بالمدى الكلى لها وتقبلها دون اصدار أحكام

عليها أو التفاعل معها . وتتحدد إجرائياً بمجموع استجابات الطالبات على عبارات مقياس اليقظة العقلية بأبعاده الأربعة .

ب\_الاسترشاد ببعض الأدوات التي استخدمت لقياس اليقظة العقلية مثل:

\_مقياس: Philadelphia Mind Fulness scale والذي أعده  
( Caradaciotto ,et al., 2008 ) -مقياس ( Sherman , 2005 )

-مقياس ( البحيري، والضبع وطلب والعوامل، ٢٠١٤ )

\_مقياس الفقيرى (٢٠١٧) -مقياس القرعيشي(٢٠١٧)

ج-تحديد الأبعاد الأكثر تكراراً ومناسبة لعينة الدراسة الحالية والتي تضمنتها التعريفات والدراسات السابقة والأدوات الخاصة بقياس اليقظة العقلية حيث أمكن للباحثة تحديد أربعة ابعاد أساسية هي الملاحظة الهادفة، والتصرف بوعي، وعدم الحكم على الخبرات الداخلية، وعدم التفاعل مع الخبرات الداخلية .

(٢) . في ضوء ما سبق صاغت الباحثة (٤٤) عبارة خصص للبعد الاول (١٦) عبارة وللبعد الثاني (١٠) عبارات وللبعد الثالث(٩) عبارات وللبعد الرابع(٩) عبارات بعضها تمت صياغته في صورة ايجابية والبعض الاخر في صيغة سلبية ويلى كل عبارة ثلاثة اختيارات هي (دائماً -أحياناً -نادراً )

(٣). يصح المقياس بإعطاء ثلاث درجات لاستجابة الطالب على العبارة بـ (دائماً) ثلاث درجات، (أحياناً)(درجتان) و(نادراً) درجة واحدة، أى أن احتساب الدرجات على العبارات الإيجابية (٣، ٢، ١) وتعكس للعبارات السالبة (١، ٢، ٣) .

الخصائص السيكومترية للمقياس:

الصدق:

صدق المحكمين: تم عرض المقياس في صورته الأولية على أساتذة من المتخصصين في مجال علم النفس التعليمي، وتراوحت نسب اتفاق المحكمين ما بين (٨٠% - ١٠٠%) وهي نسب اتفاق مرتفعة، وقد أشار بعض المحكمين بتعديل صياغة بعض المواقف وقد راعت الباحثة تعديلها.

جدول (٢)

عبارات مقياس اليقظة العقلية قبل التعديل وبعده

رقم العبارة	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١	أؤدى وظائفى ومهامى الموكلة الى بشكل الى	أؤدى وظائفى ومهامى الموكلة الى دون وعى بما أفعله
٢	أستطيع أن أحكم علي انفعالاتي وأفكاري فيما اذاكانت جيدة أو سيئة .	أصدر أحكاما خاصة بانفعالاتي وأفكاري فيما اذاكانت جيدة او سيئة
٣	أقبل أفكارى ومشاعرى كماهى	أقبل أفكارى ومشاعرى دون تقييمها أو التدخل فيها

### الاتساق الداخلي لمقياس اليقظة العقلية:

- قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط درجة كل عبارة بالمجموع الكلي لعبارات كل بعد .  
ويبين الجدول التالي معاملات الصدق الداخلي لعبارات مقياس اليقظة العقلية

### جدول ( ٣ )

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه لمقياس اليقظة العقلية ( ن = ٤٠ )

الملاحظة الهادفة		التصرف بوعى		عدم الحكم على الخبرات الداخلية		عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	
المفردة	ارتباطها بالبعد	المفردة	ارتباطها بالبعد	المفردة	ارتباطها بالبعد	المفردة	ارتباطها بالبعد
1	0.558	1	0.503	1	0.611	1	0.654

0.576	2	0.744	2	0.617	2	0.779	2
0.686	3	0.515	3	0.691	3	0.888	3
0.769	4	0.596	4	0.730	4	0.494	4
0.770	5	0.493	5	0.474	5	0.488	5
0.754	6	0.527	6	0.650	6	0.629	6
0.776	7	0.837	7	0.391	7	0.585	7
0.738	8	0.782	8	0.461	8	0.490	8
0.828	9	0.532	9	0.475	9	0.316	9
				0.512	10	0.579	10
						0.721	11
						0.407	12
						0.462	13
						0.383	14
						0.333	15
						0.749	16

مستوى الدلالة عند  $(0.01) = 0.392$

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة  $(0.01)$  وبالتالي فهي مقبولة .

كما قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط درجة كل بعد بالمجموع الكلي للمقياس. ويبين الجدول التالي معاملات الصدق الداخلي للمقياس:

جدول ( ٤ )

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية ( ن = ٤٠ )

الدرجة الكلية	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	عدم الحكم على الخبرات الداخلية	التصرف بوعى	الملاحظة الهادفة	البعد
.945	0.777	0.822	0.675		الملاحظة الهادفة
.801	.537	0.689			التصرف بوعى
.911	.732				عدم الحكم على

					الخبرات الداخلية
					عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية
					.869٠

مستوى الدلالة عند (٠.٠١) = ٠.٣٩٢

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) وبالتالي فهي مقبولة .

الثبات:

باستخدام معادلة ألفا لكرونباك:

تم حساب معامل ثبات مقياس اليقظة العقلية باستخدام معادلة ألفا لكرونباك وبلغ معامل الثبات للمقياس (0.940) مما يدعو للثقة في صحة النتائج التي يسفر عنها المقياس.

معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة: الجدول التالي يوضح قيم معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة

#### جدول ( ٥ )

قيم معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة لمقياس اليقظة العقلية ( ن = ٤٠ )

معامل التمييز	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل التمييز	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل التمييز	معامل ألفا	رقم المفردة
0.335	0.940	31	0.685	0.937	16	0.479	0.939	1
0.414	0.940	32	0.340	0.940	17	0.776	0.937	2
0.741	0.937	33	0.294	0.940	18	0.818	0.936	3
0.728	0.937	34	0.489	0.939	19	0.472	0.939	4
0.436	0.939	35	0.567	0.938	20	0.496	0.939	5
0.604	0.938	36	0.357	0.940	21	0.528	0.939	6

0.342	0.940	37	0.451	0.939	22	0.578	0.938	7
0.639	0.938	38	0.196	0.942	23	0.422	0.940	8
0.601	0.938	39	0.408	0.940	24	0.239	0.940	9
0.634	0.938	40	0.356	0.940	25	0.453	0.939	10
0.559	0.938	41	0.664	0.938	26	0.588	0.938	11
0.703	0.937	42	0.615	0.938	27	0.367	0.940	12
0.623	0.938	43	0.685	0.938	28	0.322	0.940	13
0.777	0.937	44	0.358	0.940	29	0.273	0.940	14
			0.587	0.938	30	0.194	0.942	15

يتضح من هذه النتائج أن قيمة معامل ثبات ألفا يساوي (0.940) وهو معامل ثبات مقبول. كما أظهر معامل التمييز لكل فقرة تمييز موجب مرتفع أكبر من 19 وتراوح بين (0.194 ، 0.818) ولم توجد فقرات معامل تمييزها سالب وبالتالي كان معامل الثبات قوي ويمكن الوثوق في صحة النتائج التي يسفر عنها المقياس.

#### باستخدام طريقة التجزئة النصفية:

جدول (٦) يوضح معاملات الثبات للمقياس (ن = ٤٠)

معامل جتمان	معامل الارتباط بعد التصحيح	معامل الارتباط قبل تصحيح سبيرمان براون	البعد المقياس ككل
٠.٩٣٥	٠.٩٣٩	٠.٨٨٥	

يتضح من الجدول السابق أن معامل الثبات للمقياس (٠.٩٣٩) مما يدعو للثقة في صحة النتائج.

وصف المقياس في صورته النهائية:

بعد أن تم حساب الصدق والثبات لمقياس اليقظة العقلية أصبح المقياس فى صورته النهائية يتكون من (٤٤) عبارة تمثل أبعاد اليقظة العقلية والجدول التالي يوضح توزيع العبارات على أبعاد مقياس اليقظة العقلية.

جدول (٧) توزيع أرقام العبارات على كل بعد من أبعاد اليقظة العقلية

م	أبعاد المقياس	أرقام عبارات كل بعد	المجموع
١	الملاحظة الهادفة	١، ٢، ٩، ١٠، ١٧، ١٨، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٣٤، ٣٥، ٣٦، ٤٠، ٤١، ٤٣، ٤٤	١٦
٢	التصريف بوعى	٣، ٤، ١١، ١٢، ١٩، ٢٠، ٢٨، ٢٩، ٣٧، ٤٢	١٠
٣	عدم الحكم على الخبرات الداخلية	٥، ٦، ١٣، ١٤، ٢١، ٢٢، ٣٠، ٣١، ٣٨	٩
٤	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	٧، ٨، ١٥، ١٦، ٢٣، ٢٤، ٣٢، ٣٣، ٣٩	٩

### ٣- مقياس الطمأنينة النفسية:

اعتمدت الباحثة فى بناء المقياس على الآتى:

أ) تعريف الباحثة للطمأنينة النفسية بأنها الاحساس بالراحة مما يستلزم التحرر من مشاعر الانقباض والضيق وذلك عن طريق التخلص من الآلام النفسية والثقة فى الله والنظرة للحياة نظرة إيجابية وإشباع الحاجات العضوية والاجتماعية وتتحدد إجرائياً بمجموع استجابات الطالبات على عبارات مقياس الطمأنينة النفسية بأبعادها الأربعة .

ب) الاسترشاد ببعض الأدوات التى استخدمت لقياس الطمأنينة النفسية مثل (مقياس الصحة النفسية للشباب للبيئة المصرية والسعودية اعداد (ا القريطى والشخص ١٩٩٦ )، مقياس الحاجات النفسية للشباب (الشرقاوى ١٩٩٦)، ومقياس الأمن النفسى (شقيير ٢٠٠٥)، مقياس (ليوادة، ٢٠١٦) .

ج) تحديد الأبعاد الأكثر تكراراً ومناسبة لعينة الدراسة الحالية والتي تضمنتها التعريفات والدراسات السابقة والأدوات الخاصة بقياس الطمأنينة النفسية حيث أمكن للباحثة تحديد خمسة مكونات أساسية وهي:

١- التحرر من الآلام النفسية . ٢- الثقة في الله . ٣- التفاؤل .

٤- تقبل الذات . ٥- اشباع الحاجات العضوية والاجتماعية.

٢- فى ضوء ما سبق صاغت الباحثة ( ٧٥ ) عبارة لقياس الطمأنينة النفسية حيث خصص للبعد الأول ( ١٥ ) عبارة والثانى ( ١٥ ) عبارة والثالث ( ١٧ ) عبارة والرابع ( ١٢ ) عبارة والخامس ( ١٦ ) عبارة ويلى كل عبارة ثلاثة استجابات هى (تنطبق بدرجة كبيرة - بدرجة متوسطة - لا تنطبق ) .

٣- يصحح المقياس باعطاء ثلاث درجات لاستجابة الطالبة على تنطبق بدرجة كبيرة ودرجتان لاستجابتها تنطبق بدرجة متوسطة ودرجة واحدة لاستجابتها لا تنطبق أصلاً أى احتساب الدرجات يكون (٣، ٢، ١) للعبارة الموجبة وتعكس للعبارة السالبة.

الخصائص السيكومترية للمقياس.

الصدق:

قامت الباحثة بحساب صدق المقياس فى الدراسة الحالية بالطرق التالية.

صدق المحكمين: تم عرض المقياس فى صورته الأولية على أساتذة من المتخصصين فى مجال علم النفس التعليمى، وتراوحت نسب اتفاق المحكمين ما بين (٧٥%، ١٠٠%) وهى نسب اتفاق مرتفعة، وقد أشار بعض المحكمين بحذف بعض العبارات لتكرارها وبتعديل صياغة بعض المواقف وقد راعت الباحثة ذلك ويتضح فى الجدول الآتى:

جدول (٨) عبارات مقياس الطمأنينة النفسية قبل التعديل وبعده:

رقم العبارة	العبارة قبل التعديل	بعد التعديل
١	أجد الكثير من العيوب فى نفسى مما يجعلنى أشعر بالتعاسة	أشعر بالتعاسة لما تنطوى عليه نفسى من العيوب والاعاقات
٢	أرى أن المجتمع ملئ بالودودين الطيبين	أرى أن المجتمع لا يخلو من الودودين الخيرين

الاتساق الداخلى للمقياس:

قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط درجة كل عبارة بالمجموع الكلي لعبارات كل بعد .  
ويبين الجدول التالي معاملات الصدق الداخلي لعبارات مقياس الطمأنينة النفسية

جدول ( ٩ ) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة

والدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه لمقياس الطمأنينة النفسية ( ن = ٤٠ )

البيد الأول		الثاني		الثالث		الرابع		الخامس	
رقم المفردة	ارتباطها بالبعد								
1	.576٠	1	.617٠	1	.659٠	1	.863٠	1	.612٠
2	.550٠	2	.713٠	2	.696٠	2	.874٠	2	.655٠
3	.697٠	3	.626٠	3	.615٠	3	.882٠	3	.788٠
4	.504٠	4	.571٠	4	.633٠	4	.872٠	4	.663٠
5	.485٠	5	.762٠	5	.659٠	5	.935٠	5	.661٠
6	.672٠	6	.588٠	6	.681٠	6	.909٠	6	0.603
7	.600٠	7	.685٠	7	.705٠	7	.931٠	7	.762٠
8	.675٠	8	.674٠	8	.745٠	8	.936٠	8	.708٠
9	.687٠	9	.756٠	9	.899٠	9	.886٠	9	.726٠
10	.562٠	10	.728٠	10	.816٠	10	.832٠	10	.811٠
11	.681٠	11	.733٠	11	.858٠	11	.334٠	11	.728٠
12	.737٠	12	.851٠	12	.639٠	12	.719٠	12	.803٠
13	.695٠	13	.873٠	13	.811٠	13		13	.668٠
14	.456٠	14	.837٠	14	.791٠	14		14	.832٠
15	.310٠	15	.606٠	15	.692٠	15		15	.701٠
				16	.780٠	16		16	.680٠

البعد الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس
		17	.733٠	

مستوى الدلالة عند (٠.٠٠١) = ٠.٣٩٢، (٠.٠٠٥) = ٠.٣٠٤

- يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة وبالتالي فهي مقبولة .  
كما قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط درجة كل بعد بالمجموع الكلي للمقياس.  
ويبين الجدول التالي معاملات الصدق الداخلي للمقياس:

#### جدول ( ١٠ )

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الطمأنينة النفسية (ن = ٤٠)

الدرجة الكلية	القدرة على اشباع الحاجات	الثقة بالله	الرضا عن الذات	التفاؤل	التحرر من الالام النفسية	البعد
0.818	0.606	0.704	0.621	0.671		التحرر من الالام النفسية
0.848	0.540	0.868	0.701			التفاؤل
0.909	0.724	0.838				الرضا عن الذات
0.924	0.682					الثقة بالله
0.826						القدرة على اشباع الحاجات

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة وبالتالي فهي مقبولة .

**الثبات:**

باستخدام معادلة ألفا لكرونباك: تم حساب معامل ثبات مقياس الطمأنينة النفسية باستخدام معادلة ألفا لكرونباك وبلغ معامل الثبات للمقياس (0.978). وهو معامل دال إحصائياً مما يدعو للثقة في صحة النتائج التي يسفر عنها المقياس.

**معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة:**

والجدول التالي يوضح قيم معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة

**جدول ( ١١ )**

قيم معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة لمقياس الطمأنينة النفسية ( ن = ٤٠ )

معامل التمييز	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل التمييز	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل التمييز	معامل ألفا	رقم المفردة
0.751	0.978	51	0.510	0.978	26	0.484	0.978	1
0.836	0.977	52	0.673	0.978	27	0.405	0.978	2
0.814	0.977	53	0.768	0.978	28	0.534	0.978	3
0.856	0.977	54	0.806	0.977	29	0.270	0.978	4
0.825	0.977	55	0.612	0.978	30	0.271	0.978	5
0.795	0.977	56	0.687	0.978	31	0.515	0.978	6
0.770	0.978	57	0.597	0.978	32	0.309	0.978	7
0.197	0.978	58	0.490	0.978	33	0.497	0.978	8

معامل التمييز	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل التمييز	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل التمييز	معامل ألفا	رقم المفردة
0.684	0.978	59	0.566	0.978	34	0.467	0.978	9
0.671	0.978	60	0.534	0.978	35	0.394	0.978	10
0.687	0.978	61	0.564	0.978	36	0.592	0.978	11
0.705	0.978	62	0.562	0.978	37	0.727	0.978	12
0.424	0.978	63	0.673	0.978	38	0.748	0.978	13
0.479	0.978	64	0.823	0.977	39	0.519	0.978	14
0.221	0.978	65	0.701	0.978	40	0.199	0.978	15
0.631	0.978	66	0.774	0.978	41	0.562	0.978	16
0.693	0.978	67	0.513	0.978	42	0.601	0.978	17
0.505	0.978	68	0.738	0.978	43	0.636	0.978	18
0.681	0.978	69	0.719	0.978	44	0.528	0.978	19
0.496	0.978	70	0.603	0.978	45	0.717	0.978	20
0.713	0.978	71	0.742	0.978	46	0.457	0.978	21
0.495	0.978	72	0.779	0.978	47	0.414	0.978	22
0.733	0.978	73	0.843	0.977	48	0.414	0.978	23
0.515	0.978	74	0.810	0.977	49	0.562	0.978	24
0.555	0.97800	75	0.830	0.9770	50	0.5250	0.978	25

يتضح من هذه النتائج أن قيمة معامل ثبات ألفا يساوي (٠.٩٧٨) وهو معامل ثبات مقبول. كما أظهر معامل التمييز لكل فقرة تمييز موجب مرتفع وتراوح بين (0.199)، (٠.٨٥٦) ولم توجد فقرات معامل تمييزها سالب وبالتالي كان معامل الثبات قوي ويمكن الوثوق في صحة النتائج التي يسفر عنها المقياس.

#### طريقة اعادة التطبيق:

تم حساب ثبات مقياس الطمأنينة النفسية باستخدام طريقة اعادة التطبيق وذلك بعد تطبيقه على عينة الدراسة الاستطلاعية بعد مرور (٢١) يوما من التطبيق الأول، والجدول التالي يوضح معامل ثبات المقياس عن طريق اعادة التطبيق.

#### جدول (١٢)

معاملات الثبات لمقياس الطمأنينة النفسية بطريقة اعادة التطبيق

الدرجة	اشباع	تقبل	التفاؤل	الثقة في	التحرر	البعد
--------	-------	------	---------	----------	--------	-------

الكلية	الحاجات	الذات		الله	من الآلام	
٠.٨٧	٠.٨٢	٠.٩٣	٠.٧٩	٠.٩٦	٠.٨٥	معامل الارتباط
٠.٠١	٠.٠١	٠.٠١	٠.٠١	٠.٠١	٠.٠١	الدلالة

وصف المقياس في صورته النهائية: بعد أن تم حساب الصدق والثبات لمقياس الطمأنينة النفسية أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٧٥) عبارة والجدول التالي يوضح توزيع العبارات على أبعاد الطمأنينة النفسية:

### جدول (١٣)

توزيع أرقام العبارات على كل بعد من أبعاد الطمأنينة النفسية

م	أبعاد المقياس	أرقام عبارات كل بعد	المجموع
١	التحرر من الآلام النفسية	١، ٢، ١١، ٢١، ٢٢، ٣١، ٣٢، ٤١، ٤٢، ٥١، ٥٢، ٦١، ٦٢، ٦٩	١٥
٢	التفاؤل	٣، ٤، ١٣، ١٤، ٢٣، ٢٤، ٣٣، ٣٤، ٤٣، ٥٣، ٥٤، ٦٣، ٦٤، ٧٠	١٥
٣	الرضا عن الذات	٥، ٦، ١٥، ١٦، ٢٥، ٢٦، ٣٥، ٣٦، ٤٥، ٤٦، ٥٥، ٥٦، ٦٥، ٦٦، ٧١، ٧٢، ٧٥	١٧
٤	الثقة في الله	٧، ٨، ١٧، ١٨، ٢٧، ٢٨، ٣٧، ٣٨، ٤٧، ٤٨، ٥٧، ٥٨	١٢
٥	اشباع الحاجات العضوية والاجتماعية	٩، ١٠، ١٩، ٢٠، ٢٩، ٣٠، ٣٩، ٤٠، ٤٩، ٥٠، ٥٩، ٦٠، ٦٧، ٦٨، ٧٣، ٧٤	١٦

نتائج البحث وتفسيرها:

يسعى البحث الحالي الى التحقق من صحة ستة فروض يتعلق الأول والثاني بالكشف عن العلاقة بين التفكير الأخلاقي وكل من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية في حين يتعلق الفرض الثالث بالكشف عن العلاقة بين كل من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية في حين يتعلق الفرض الرابع والخامس بالفروق بين منخفضي ومرتفعي اليقظة العقلية وكذا منخفضي ومرتفعي الطمأنينة النفسية في التفكير الأخلاقي، كما يتعلق الفرض السادس بالتنبؤ بالتفكير الأخلاقي من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية.

نتائج الفرض الأول وتفسيرها:

ينص على أنه " لا توجد علاقة ارتباطية بين التفكير الأخلاقي واليقظة العقلية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الاشراف بالدقهلية."

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التفكير الأخلاقي واليقظة العقلية لدى عينة البحث والتي يحددها الجدول التالي:

جدول ( ١٤ )

معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس التفكير الأخلاقي و اليقظة العقلية لدى عينة البحث ( ن = ١٦٠ )

الدرجة الكلية لليقظة العقلية	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	عدم الحكم على الخبرات الداخلية	التصرف بوعى	الملاحظة الهادفة	القيمة	البعد
0.870	0.813	0.815	0.772	0.855	الارتباط	الدرجة الكلية للتفكير الأخلاقي
0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	الدلالة	

القيمة الجدولية عند مستوى ٠.٠١ = ( ٠.٢٠٣ )

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين مقياس التفكير الأخلاقي ارتبطت ارتباطا موجبا مع أبعاد مقياس اليقظة العقلية والدرجة الكلية له كما يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى ( ٠.٠١ ) مما يدل على وجود علاقة موجبة بين التفكير الأخلاقي واليقظة العقلية لدى عينة الدراسة وبذلك يتضح عدم تحقق صحة الفرض الأول وقبول الفرض البديل.

وتتفق تلك النتيجة مع دراسة ( Aboieh,2006:21 ) والتي توصلت الى أن هناك علاقة ايجابية دالة احصائيا بين كل من التفكير الأخلاقي والقدرات العقلية (الذكاء والابتكارية).

كما تتفق مع نتائج دراسة (السيد، ٢٠١٤ : ١٦٤ ) والتي توصلت الى وجود علاقة بين التفكير الأخلاقي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية (الانفتاح على الخبرة، يقظة الضمير، المقبولية، الانبساطية، العصابية ).

كما تتفق مع نتائج دراسة (فودة، ٢٠١٥: ١٧٥) والتي توصلت الى وجود علاقة بين كل من السلوك الأخلاقي والتفكير المنظومي لدى طالبات الجامعة .

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (محمود، ٢٠١٢: ١٦٣) والتي توصلت الى عدم وجود علاقة بين التفكير الأخلاقي وذوى الأساليب المعرفية المختلفة الاعتماد/الاستقلال .

كما اختلفت مع دراسة (منشار، ٢٠٠٢: ٢٩) والتي توصلت إلى عدم وجود علاقة بين الابتكارية الانفعالية والتفكير الأخلاقي لدي طلاب المرحلة الثانوية .

ويشير (متولي وعبداللطيف، ٢٠١٥: ٣٤٣) الي أن الذكاء بما يشمله من قدرة علي معالجة المعلومات بدقة وكفاءة بما في ذلك تلك المعلومات المرتبطة بالادراك وتنظيم الانفعالات لدي الذات والآخرين والقدرة علي معالجة العلاقات يساعدنا كل ذلك علي مواجهة وتخطي المشكلات الحياتية والأخلاقية بنجاح .

وبري (عيسوي، ١٩٩٢: ١٢٥) أنه كلما زاد نضج الفرد وتمتعة بالصحة العقلية زاد نموه الانفعالي وزاد احتمال كونه خلقيا، فهناك عتبة لمستوي أدني لا يستطيع الفرد أن يقدر علي اصدار قرارات خلقية مسؤولة وأن ينفذها.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الأفراد ذوى اليقظة العقلية يتميزون بالانتباه المتعمد الواعي والقدرة على التنظيم الذاتي للخبرة المباشرة وحسن التصرف بوعي وقبول الذات، والانفتاح الذاتي على الخبرات والتعرف على الأحداث العقلية في اللحظة الراهنة وقبول الخبرات وعدم الحكم عليها ايجابا أو سلبا، كما أن الشخص ذوى اليقظة العقلية يلاحظ ذاته ويقومهاويتميز بالقدرة على ايجاد حلول جديدة ومبتكرة وكل هذه المميزات هي جوانب عقلية تحدد التأثيرات السلوكية المرتبطة بالتفكير الأخلاقي، إذ أن الفرد ذو اليقظة العقلية المرتفعة يستخدم كل هذه التجهيزات المعرفية ويستخدمها في معظم حياته ومواقفه ليعرف متى يحصل على التعزيز أو متى يفر من العقاب ويتجنبه أو يعمل عقله في استخدام اللوائح والقوانين أو الخضوع للأعراف السائدة وكلها مناط للتفكير الأخلاقي أو مراحلها التي تشكل مفهومه.

كما تفسر الباحثة وجود علاقة بين التفكير الأخلاقي واليقظة العقلية من خلال فهم طبيعة العينة الحالية وهن طالبات الفرقة الرابعة واللاتي بقي لهن شهور قليلة علي التخرج وانهاء المرحلة الجامعية وقد حصلن علي درجة ليست بالقليلة من التعليم جعلتهن أكثر يقظة وأكثر حرصا وتصرفا في المواقف ، كما أنهن بجانب ذلك يدركن مدي خطورة المرحلة التي يمررن بها وأنها مرحلة فاصلة في تحديد مستقبل معظمهن والتي تؤهلهن للحياة المستقبلية الاجتماعية والمهنية لذا فالطالبات ذوات اليقظة العقلية أكثر حرصا

علي الامتثال للأحكام الأخلاقية سواء في الجامعة مكان دراستهن أو داخل الأسرة أو مع الرفاق أو في الأماكن العامة فهن حريصات علي الامتثال للقواعد الأخلاقية وتمييز الصواب من الخطأ.

كما أن الطالبات بالكلية تتيح لهن المناهج والدراسات الأدبية والتربوية إلى صقل الخبرات لديهن والي أن يكن أكثر وعيا واكتساب القدرة علي اقتراح الحلول ووضع البدائل الممكنة إذ يدرسن علوما تتعلق بالانسان بكافة جوانبه العقلية والمعرفية والعاطفية والسلوكية إلى جانب تنوع المقررات الدراسية وتنوع الأساليب المستخدمة في التدريس من مناقشات وبحث وتلقين يسهم في زيادة خبراتهن واكتساب القيم والاتجاهات التي تساعد في اختيار التصرف الصائب نحو مختلف المواقف والقضايا المعروضة عليهن وهذا من شأنه أن يسهم في نموهن الأخلاقي والقدرة علي اصدار أحكام وقرارات أخلاقية ناضجة .

#### نتائج الفرض الثاني وتفسيرها:

ينص الفرض الثاني على أنه " لا توجد علاقة ارتباطية بين التفكير الأخلاقي والطمأنينة النفسية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية. وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التفكير الأخلاقي وأبعاد الطمأنينة النفسية والدرجة الكلية لدى عينة البحث والتي يحددها الجدول التالي:

#### جدول ( ١٥ )

معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس التفكير الأخلاقي والطمأنينة النفسية لدى عينة البحث ( ن = ١٦٠ )

الدرجة الكلية للطمأنينة النفسية	القدرة على اشباع الحاجات العضوية والاجتماعية	الثقة في الله	الرضا عن الذات	التفاؤل	التحرر من الالام النفسية	القيمة	البعد
0.848	0.781	0.761	0.776	0.836	0.802	الارتباط	الدرجة الكلية
0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	الدلالة	للتفكير الأخلاقي

القيمة الجدولية عند مستوى ٠.٠١ = (٠.٢٠٣)

يتضح من الجدول السابق أن مقياس التفكير الأخلاقي ارتبط ارتباطاً موجبا مع أبعاد مقياس الطمأنينة النفسية وكذلك الدرجة الكلية، كما يتضح أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على وجود علاقة موجبة بين التفكير الأخلاقي وأبعاد الطمأنينة النفسية وكذلك الدرجة الكلية لدى عينة البحث وهذا يعني أنه كلما زاد التفكير الأخلاقي لدى الطالبات أدى ذلك إلى زيادة وتدعيم الطمأنينة النفسية للطالبات وبذلك يتحقق عدم صحة الفرض الثاني وقبول الفرض البديل.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الجميلي، ٢٠٠١: ١٤٣) والتي توصلت الى وجود علاقة بين الطمأنينة النفسية وبين بعض القيم السلوكية الدينية (الصدق -التواضع -الايثار -المشاركة الوجدانية) .

كما تتفق مع دراسة (الفرجتاني ومحمد، ٢٠١٢: ١١٨) والتي توصلت الى وجود علاقة ايجابية بين التفكير الأخلاقي والاتزان الانفعالي .

وتختلف هذه الدراسة مع نتائج دراسة (الغمري، ٢٠١٦: ١٥٤) والتي توصلت الى عدم وجود علاقة بين التفكير الأخلاقي وبين التدين كأحد أبعاد الطمأنينة النفسية .

ويشير (خالد وابو الوفا، ٢٠١٥: ٩٧) إلى أن ارتباط التفكير الأخلاقي بالاتزان الانفعالي يشير إلى أن الذين لديهم تفكيراً أخلاقياً يحتاجون إلى التحلي بالاتزان الانفعالي والتحكم والسيطرة على الذات وذلك للوصول إلى قرارات أخلاقية سليمة من خلال معرفة الصواب والخطأ وتبرير التصرفات في ضوء معايير وقيم المجتمع

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن التفكير الأخلاقي هو الطريقة التي يصل من خلالها الفرد الى حكم معين يتعلق بالصواب أو الخطأ، فالتفكير الأخلاقي هو حكم على العمل أو الفعل يصدره الفرد بعد اجراء عملية استدلال منطقي يطلق عليها الحكم الاستدلالي الخلقى القائم على الانصياع لمعايير المجتمع أو طاعة القانون أو على أساس المبادئ الخلقية العامة، كما أن الطمأنينة النفسية هي الاستجابة الانفعالية للمواقف الضاغطة التي تمكن الانسان من التكيف مع مواقف الحياة المختلفة سواء أكان هذا التكيف بالتوسط أو القابلية للتغيير، كما تعنى الثقة فى الله والرضا عن الذات والنظرة الايجابية للمستقبل والتعافى من التأثيرات السلبية للشدائد والنكبات والأحداث الضاغطة والقدرة على تخطى هذه الأحداث وتجاوزها بشكل ايجابي ومواصلة الحياة بفاعلية واقتدار ويتضح من ذلك أن الطمأنينة النفسية ليست استجابة انفعالية فقط وإنما عقلية، والاستجابة العقلية تتمثل فى التفكير الذى يمارسه الانسان عند تعرضه لمواقف الحياة المختلفة ولا سيما التفكير الأخلاقي، كما أن من سمات الشخص المطمئن القيم الموجهة

(الأخلاق ) وتشتمل البناء الخلقى والروحاني الصحيح للشخص والتي تتضمن قدرته على تكوين مفاهيم روحانية وتطبيقها من خلال تعامله مع خالقه ثم أفراد مجتمعه ليكون شخصا متمتعا بادراكات روحانية وخلقية في حياته العامة والخاصة وهذا البناء الخلقى والروحاني الصحيح هو ما يستخدمه الانسان اثناء ممارسته للتفكير الأخلاقي.

كما تفسر الباحثة الحالية نتيجة هذا الفرض في ضوء فهم طبيعة عينة الدراسة الحالية وهن طالبات الفرقة الرابعة واللاتي يدرسن المقررات والمناهج الشرعية واللاتي تبث فيهن هذه المواد الشرعية نوعا من الطمأنينة النفسية ودعم الأمن والسكينة الذاتية لديهن بجانب وجود القدوة من السادة المعلمين والمعلمات داخل الكلية واللاتي يشعرون معهم بالطمأنينة وهو ما تشعر به الباحثة من ردود فعل الطالبات معها ومع زميلات ولا شك أن شعور الطالبات بالألفة والسكينة يجعلهن أكثر التزاما بالقواعد الأخلاقية وتمييز معايير الصواب والخطأ إذ أن من ألف شيئا أحبه والتزم معايير الصواب والخطأ تجاهه وبذلك تسهم الطمأنينة النفسية للطالبات في تمييزهم أخلاقيا .

كما تفسر الباحثة نتيجة هذا الفرض بأن الطمأنينة النفسية التي حصل عليها معظم طالبات الفرقة الرابعة والنااتجة عن استقرارهن والتي شعرت بها الباحثة خلال فترة التطبيق إذ أن الغالبية العظمى منهن تسوده حالة من الهدوء والسكينة والطمأنينة نظرا لاقترابهن من انتهاء المرحلة الجامعية، كما أن الغالبية منهن قد استقرت بالزواج وربما الانجاب والاستقلال في حياة اسرية هادئة والبعض الاخر قد أوشك علي الاستقرار بعد الانتهاء من دراسته فمعظمهن ينعمن بحالة من الاستقرار والامن النفسي مما جعلهن أكثر التزاما ووعيا بالامتثال للقواعد الأخلاقية ومعايير الصواب والخطأ.

#### نتائج الفرض الثالث وتفسيرها:

ينص الفرض الثالث على أنه "لا توجد علاقة ارتباطية بين اليقظة العقلية و الطمأنينة النفسية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الاشراف بالدقهلية.

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية لدى عينة الدراسة والتي يحددها الجدول التالي:

#### جدول ( ١٦ )

معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية لدى عينة البحث ( ن = ١٦٠ )

الدرجة الكلية للطمأنينة النفسية	القدرة على إشباع الحاجات العضوية والاجتماعية	التفاؤل	الرضا عن الذات	التفاؤل	التحرر من الآلام النفسية	القيمة	البعد
0.808	0.716	0.741	0.744	0.797	0.776	الارتباط	الملاحظة الهادفة
0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	الدلالة	
0.717	0.639	0.628	0.651	0.721	0.712	الارتباط	التصرف بوعي
0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	الدلالة	
0.759	0.677	0.685	0.702	0.736	0.752	الارتباط	عدم الحكم على الخبرات الداخلية
0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	الدلالة	
0.773	0.699	0.702	0.708	0.743	0.763	الارتباط	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية
0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	الدلالة	
0.818	0.730	0.739	0.751	0.803	0.801	الارتباط	الدرجة الكلية لليقظة العقلية
0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	الدلالة	

القيمة الجدولية عند مستوى ٠.٠٠١ = (٠.٢٠٣)

يتضح من الجدول السابق أن أبعاد اليقظة العقلية ارتبطت بأبعاد الطمأنينة النفسية وكذلك الدرجة الكلية وهذه المعاملات جميعها دالة عند مستوى (٠.٠٠١) مما يدل على وجود علاقة موجبة بين اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية لدى عينة البحث وهذا يعني أنه كلما زادت اليقظة العقلية لدى عينة البحث أدى ذلك إلى زيادة الطمأنينة النفسية، وبذلك يتضح عدم تحقق صحة الفرض الثالث وقبول الفرض البديل.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Creswell, Way, Eisenberger & Lieberman, 2007: 564) والتي توصلت إلى أن اليقظة العقلية تؤثر بشكل دال على ردود الفرد الانفعالية .

كما تتفق مع دراسة (Wupperman, Neuman, Whiteman & Axelord, 2009: 767) والتي أشارت إلى أن اليقظة العقلية ذات أهمية خاصة وتؤثر بشكل دال على خصائص الشخصية كما ترتبط سلبيا بصعوبات التنظيم الانفعالي.

كما تتفق مع دراسة (Christopher & Gilbert 2010:23) والتي أشارت إلى أن اليقظة العقلية ترتبط ارتباطاً إيجابياً بالرضا عن الحياة وتقبل الذات (أبعاد الطمأنينة النفسية) وأن مكون الملاحظة كأحد أبعاد اليقظة العقلية قد تنبأ بتقدير الذات والرضا عن الحياة .

كما تتفق مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (Soler, et al, 2016; 9) في أن التدريب على اليقظة العقلية قلل من أعراض الاندفاعية وساعد على تحمل الضغوط والآلام (أحد أبعاد الطمأنينة النفسية).

وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء خصائص ذوي الطمأنينة النفسية واليقظة العقلية والتي تم استخلاصها من خلال الأطار النظري والدراسات السابقة بأن الأفراد المطمئنين نفسياً من سماتهم أنهم متزنون انفعالياً وقادرون على كبح جماح شهواتهم واحتياجاتهم والتحرر من الآلام والاتجاهات الصيبانية وأكثر قدرة على تحمل المسؤولية وكل هذه السمات مناظ استخدامات الفرد اليقظ عقلياً الذي من سماته الانتباه والتصرف بوعي وتقبل أحداث الحياة وعدم الحكم عليها، كما أن الأفراد المطمئنين نفسياً هم أفراد آمنون في أنفسهم وفي مجتمعاتهم يشعرون بالأمن النفسى والاكتفاء والاستقلال وأنهم متقبلون من الآخرين ومقبولون منهم وبدون شك أن هذه الانفعالات الإيجابية تساهم بدرجة كبيرة على جعل الأفراد يواصلون أعمالهم بفاعلية ودقة ويصبحوا أكثر انتباهاً وأكثر تنشيطاً للخيال وجودة التفكير الصحيح وهو ما يحمله أصحاب اليقظة العقلية المرتفعة.

كما تفسر الباحثة نتيجة هذا الفرض في ضوء ضوء طبيعة العينة وتفاعلها معهن أثناء فترة التطبيق بأن الطالبات اللاتي يتميزن بالوعي والادراك والقدرة على التصرف والانتباه والقدرة على التحكم في الخيارات هن من يستطعن تقبل ذواتهن والثقة في الله وحسن التطلع إلى كل جميل قادم كما يستطعن التكيف مع اشباع الحاجات العضوية إذ أن اليقظة العقلية لديهن من شأنها أن تقلل أعراض الشعور بالآلم في المواقف الضاغطة وتجعلهن أكثر طمأنينة وأكثر اعتماداً على أنفسهن.

#### نتائج الفرض الرابع وتفسيرها:

ينص الفرض الرابع على أنه " لا توجد فروق بين متوسطي درجات كل من مجموعة منخفضي اليقظة العقلية ومجموعة مرتفعي اليقظة العقلية في التفكير الأخلاقي لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف بالدقهلية.

والجدول التالي يوضح نتائج اختبار (ت) ودلالاتها الاحصائية بين منخفضي و مرتفعي اليقظة العقلية في التفكير الأخلاقي .

جدول (١٧)

اختبار (ت) ودالاتها الاحصائية بين منخفضى و مرتفعى اليقظة العقلية فى التفكير الأخلاقى

المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفرق بين القياسين	الخطأ المعياري للفرق	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
منخفضى اليقظة العقلية	41	42.41	12.44	72.02	2.78	25.859	0.01
مرتفعى اليقظة العقلية	46	114.43	13.41				

القيمة الجدولية للنسبة التائية عند مستوى دلالة ٠.٠١ وبدرجات حرية ٨٠ = (٢.٦٥)

يتضح من الجدول السابق: أن قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) و أن متوسط درجات المنخفضين بلغ (٤٢.٤١) في الدرجة الكلية لليقظة العقلية، بينما بلغ متوسط درجات المرتفعين (١١٤.٤٣)، وأن قيمة النسبة التائية المحسوبة (٢٥.٨٥٩) أكبر من الجدولية عند مستوى (٠.٠١) حيث تبلغ (٢.٦٥) ويتضح من خلال حساب المتوسطين للمرتفعين والمنخفضين وجود فروق كبيرة بين المنخفضين والمرتفعين لصالح المرتفعين لاعتماد الباحثة في تحديدها للمرتفعين والمنخفضين علي الارباعي الأدنى والأعلى مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات عينة الدراسة تبعاً لمتغير مستوى اليقظة العقلية (منخفض\_ مرتفع) لصالح المرتفعين وبذلك يتضح عدم تحقق الفرض الرابع للدراسة الحالية وقبول الفرض البديل.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Wainryb1999:841) والتي أشارت نتائجها إلى أن الاختلاف الناتج فى التفكير الأخلاقى إنما يعود إلى الاختلاف الذى يطرأ على الافتراضات المعلوماتية .

كما تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Aboieh,2006:9) والتي أشارت إلى أن مرتفعى القدرة العقلية يتفوقون على منخفضى هذه القدرات فى التفكير الأخلاقى .

كما تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (Warren & Lake , 2017:56) والتي أشارت إلى أن اليقظة العقلية ارتبطت ارتباطاً إيجابياً بالقيم السلوكية، كما أن لها فوائدها من خلال مساعدة المراهقين على تجنب السلوكيات الشاذة والتي تتماشى مع القيم السلوكية والأخلاقية والعادات المتعارف عليها بين أفراد المجتمع الواحد.

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (Maynard , Solis, Miller & Brendel , 2017: 74) والتي أشارت الى أن اليقظة العقلية لم تكن ذات تأثير دال احصائيا في المهارات السلوكية والقيم الأخلاقية والأكاديمية .

وتفسر الباحثة نتائج هذا الفرض بأن الأفراد المرتفعين في اليقظة العقلية قادرون على التفسيرات العقلية لما هو مقبول أو مرفوض اجتماعيا مقارنة بأقرانهم ذوي اليقظة العقلية المنخفضة لذا فمن المتوقع أن يكونوا على درجة أكبر في التفكير الأخلاقي، إذ أن الأخلاق في حقيقتها مجموعة من القوانين والقواعد والقيم التي يتبناها الفرد ويتحدد من خلالها سلوكه وتعاملاته مع الآخرين وقيمه في المجتمع، كما أن الأفراد ذوي اليقظة العقلية المرتفعة أقدر على معرفة الصواب والخطأ في السلوك وقادرون على تبرير التصرفات وهو منط التفكير الأخلاقي على خلاف الأفراد المنخفضين في اليقظة العقلية إذ أنهم يعانون من الجمود وعدم الوعي وانعدام التصرف وبالتالي يجدون أنفسهم في دوامة من الصراعات بين القيم والمبادئ التي يعتقدونها وسلوكيات الأفراد داخل المجتمع.

وتفسر الباحثة نتيجة هذا الفرض في ضوء طبيعة العينة الحالية وهن طالبات الفرقة الرابعة إذ أن الطالبات الأكثر ادراكا وأكثر وعيا والأكثر تحكما في خبراتهن قدرات علي استثمار الطاقات العقلية هذه بصورة أفضل فنجدهن أكثر حرصا واستثمارا لأوقاتهم وأكثر حرصا علي الالتزام بالمعايير الأخلاقية وادراك الصواب والخطأ وأكثر حرصا علي ارضاء معلميهن ومعلماتهن بالاجتهاد والمثابرة والاشتراك في الأنشطة ومهارات التواصل وأكثر حرصا علي المحافظة علي القواعد السلوكية والمعايير الأخلاقية مع الادارة والحفاظ علي الممتلكات العامة بصورة أفضل من زميلاتهن الأقل وعيا وأقل ادراكا إذ أن الخصائص العقلية تسهم في التميز الأخلاقي ورفع مستوى السلوكيات الناضجة

نتائج الفرض الخامس وتفسيرها: ينص الفرض الخامس على أنه " لا توجد فروق بين متوسطي درجات كل من مجموعة منخفضي الطمأنينة النفسية ومجموعة مرتفعي الطمأنينة النفسية في التفكير الأخلاقي لدي طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهما الأشراف بالدقهلية."

والجدول التالي يوضح نتائج اختبار (ت) لحساب الفروق بين منخفضي و مرتفعي

الطمأنينة النفسية في التفكير الأخلاقي

#### جدول (١٨)

قيمة(ت) ودالاتها الاحصائية بين منخفضي ومرتفعي الطمأنينة النفسية في التفكير الأخلاقي

المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفرق بين القياسين	الخطأ المعياري للفرق	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
منخفضي الطمأنينة النفسية	40	45.75	21.06	71.86	3.33	21.579	0.01
مرتفعي الطمأنينة النفسية	42	117.61	4.62				

القيمة الجدولية للنسبة التائية عند مستوى دلالة ٠.٠١ وبدرجات حرية ٨٠ = (٢.٦٥)

يتضح من الجدول السابق أن: قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) و أن متوسط درجات المنخفضين بلغ (٤٥.٧٥) في الدرجة الكلية للطمأنينة النفسية، بينما بلغ متوسط درجات المرتفعين (١١٧.٦١)، وأن قيمة النسبة التائية المحسوبة (٢١.٥٧٩) أكبر من الجدولية عند مستوى (٠.٠١) حيث تبلغ (٢.٦٥) ، كما يتضح من مقارنة متوسطي المنخفضين والمرتفعين وجود فروق كبيرة بين المنخفضين والمرتفعين نظراً لاعتماد الباحثة علي الارياعي الأعلى والأدني في تقسيمها مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات عينة الدراسة في التفكير الأخلاقي تبعاً لمتغير مستوى الطمأنينة النفسية (منخفض\_مرتفع) لصالح المرتفعين وبذلك يتضح عدم تحقق هذا الفرض وقبول الفرض البديل .

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Vogarty, & White , 1994:465) والتي أشارت الى أن الطلاب ذوي مستوى القيم العالية أكثر طمأنينة من أقرانهم ذوي مستوى القيم المنخفضة .

كما تتفق مع ما أشار اليه (جولمان، ١٩٩٨:٧٧) من أن الذين يفتقدون الاتزان الانفعالي يعانون قصوراً في تفكيرهم وأحكامهم الأخلاقية.

كما تتفق مع دراسة (الدليم، ٢٠٠٥:٣٨٥) والتي توصلت الى أن الأسر الأكثر امتثالاً للقيم والأكثر تسامحاً في علاقاتهم مع الأبناء يكون أبنائها أكثر شعوراً بالطمأنينة النفسية من أبناء الأسر التي تتسم بالتشدد في معاملتها للأبناء.

كما تتفق مع نتائج دراسة (Arjoon , 2012:128) والتي أشارت نتائجها الى أن من أهم سمات الشخصية الأخلاقية الانبساطية والاتزان الانفعالي.

كما تتفق مع نتائج دراسة (Chugh, Ken, Zhu & Lee, 2014:91) والتي أشارت الى أن الأفراد الأمنين نفسياً أكثر قدرة على اتخاذ القرارات الأخلاقية من غيرهم ذوى الأمن النفسى المنخفض اذأنهم أكثر ميلا لفك الارتباطات الأخلاقية المتعارف عليها.

كما تتفق مع نتائج دراسة (Jia, Xianli, Wang & Sun 2017: 350) والتي أشارت إلى أن الأفراد المرتفعين فى الطمأنينة النفسية أقل قابلية للانتماء المنحرف وأقل قابلية لادمان الانترنت وأكثر انضباطا فى علاقاتهم بالمعلم مقارنة بأقرانهم المنخفضين فى الطمأنينة النفسية .

وتفسر الباحثة هذه النتيجة فى ضوء الاطار النظري والدراسات السابقة واستخلاص نتائج المنخفضين والمرتفعين فى الطمأنينة النفسية بأن الأفراد المرتفعين فى الطمأنينة النفسية قادرون على تطوير طريقة متزنة ومتكاملة لادراك مشكلاتهم الحياتية، اذ أن من سماتهم الرضا عن الذات والتفاؤل والثقة فى الله مقارنة بأقرانهم ذوى الطمأنينة النفسية المنخفضة وهذه القدرة التنظيمية التى يمتلكونها والتصور المنظم يساعدهم جيدا على أن يفكروا بطريقة أخلاقية موجهة نحو الواقع، كما تمنحهم القدرة على أن يكونوا أقدر على الحكم والتقويم، فالفرد المطمئن نفسيا يطور مشاعر وتصورات واتجاهات لما لديه من مشاعر ايجابية تساعده على فهم وقائع الحياة والظروف والشروط التى تسبب له المشاعر لئلاسه ومثل هذا الفهم من شأنه أن يحقق لديه قوة أنا أعلى ومن ثم تفكيراً خلقياً سليماً يتفق مع المعايير والقواعد والقوانين السائدة فى المجتمع.

كما تفسر الباحثة نتيجة هذا الفرض فى ضوء طبيعة العينة الحالية وادراك الباحثة لطبيعتهم والتفاعل معهن اذ أن الطالبات اللاتي حظين بمستوي عال فى الطمأنينة النفسية نتيجة لاستقرارهن النفسى لشعورهن باقتراب حياة جديدة خالية من المتاعب فى اعتقادهن واللاتي تم استقرارهن بالفعل نتيجة لزواج وربما انجاب والطالبات و اللاتي اكتفين واشبعن احتياجاتهن ويمتلكن الثقة بالله وحسن الظن بقدم الأجل كن أكثر التزاما بالقواعد والمعايير الأخلاقية والتزام السلوك القويم وأكثر التزاما بقواعد الصواب والخطأ من غيرهن من الطالبات اللاتي يفتقدن الطمأنينة النفسية فهؤلاء لديهن خوف من الامور المستقبلية ويعانون من ضغوط وألام نفسية لعدم اشباع احتياجاتهن سواء بالجامعة أو بالاسرة أو حتى على المستوي الشخصى مما جعلهن أقل التزاماً من زميلاتهن بمعايير السلوك الأخلاقي وقد ظهر ذلك عليهن حتى فى الحديث مع الباحثة وألفاظهن التى تكاد أن تكون نابية وظهر بوضوح فى عدم الرغبة فى التواصل وعدم الاهتمام بالأنشطة أو الرغبة بالمشاركة فيها وعدم الاهتمام بالممتلكات العامة .

ينص الفرض السادس على أنه: "لا يمكن التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية معا لدي طالبات الفرقة الرابعة بكلية الدراسات الانسانية بتفهننا الأشراف"

وللتحقق من صحة الفرض أجرت الباحثة بعض الاختبارات للتحقق من ملائمة البيانات لافتراضات تحليل الانحدار المتعدد المتدرج لدى أفراد العينة الكلية كما يظهر في الجدول التالي:

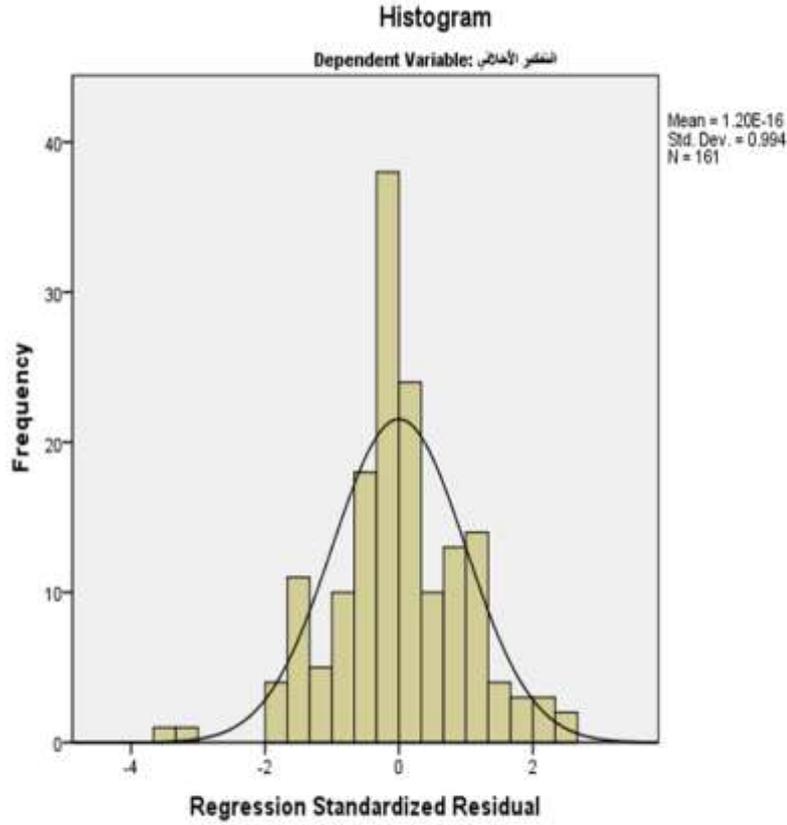
جدول ( ١٩ )

نتائج اختبار دارين - واطسون (Durbin-Watson statistic) والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للعينة ككل ( ن = ١٦٠ )

المتغيرات المنبأة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
التفكير الاخلاقي	84.92	33.46	-0.395
اليقظة العقلية	89.41	25.05	-0.176
الطمأنينة النفسية	149.32	47.24	0.109
اختبار دارين - واطسون	1.064		

يتضح من الجدول السابق أن:

قيمة اختبار دارين - واطسون بلغت (1.064) مما يدل على الاستقلال الذاتي للبواقي، وكانت معاملات الالتواء أقل من (1) ؛ ولذلك يمكن القول بأن التوزيع متماثل، ولا توجد مشكلة حقيقية تتعلق بالتوزيع لبيانات الدراسة، والشكل التالي يوضح اعتدالية توزيع البيانات لأفراد العينة الكلية .



شكل ( ١ ) المدرج التكراري للخطأ المعياري للانحدار الخطي للتفكير الأخلاقي وعند مقارنة الواقع والمتوقع يلاحظ أنها قريبة جداً من التطابق الفعلي وبالتالي يكون النموذج جيد، كما أن الخطأ المعياري للانحدار الخطي يوضح أن المتوسط يتقارب من الصفر، وأن الانحراف المعياري بلغ (٠.٩٩٤) وهو بذلك يتقارب من (١) وهذا يعني أن الأخطاء تتوزع توزيعاً معيارياً وللتعرف على المعنوية الكلية لنموذج الانحدار تم إجراء F-Test لدى العينة الكلية، والجدول التالي يوضح قيم "F" لمعرفة دلالة التنبؤ .

جدول ( ٢٠ )

نتائج تحليل الانحدار لدرجات التفكير الأخلاقي على متغيرات الدراسة ( ن = ١٦٠ )

المتغير المستقل	B	t-test	F-test	R <sup>2</sup>	Beta
-----------------	---	--------	--------	----------------	------

		مستوى الدلالة	القيمة	مستوى المعنوية	القيمة		
-----				١٠.0	5.210	22.35	الجزء الثابت
0.524	0.813	0.01	344.149	0.01	8.935	0.713	اليقظة العقلية
0.411				0.01	6.890	0.292	الطمأنينة النفسية

يتضح من الجدول السابق أن: قيمة "ف" لمعرفة إمكانية التنبؤ بالتفكير الاخلاقي بمعلومية اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية لدى العينة الكلية بلغت (٣٤٤.١٤٩)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، مما يشير إلى إمكانية التنبؤ بالتفكير الأخلاقي تنبؤاً دالاً إحصائياً بمعلومية "اليقظة العقلية، والطمأنينة النفسية" لدى أفراد العينة .

وكان أكثر المتغيرات تأثيراً هي ( اليقظة العقلية ) كما دلت عليه قيم بينا ( ٠.٥٢٤ )، ثم الطمأنينة النفسية ( ٠.٤١١ )، وتفسر المتغيرات المدرجة مجتمعة ٨١.٣ % من التباين الكلي للتفكير الأخلاقي لدى أفراد العينة الكلية، وتعد هذه النسبة مقبولة، مما يؤكد إسهام المتغيرات في التفكير الأخلاقي. ويمكن صياغة المعادلة التالية:

$$\text{درجة التفكير الأخلاقي} = ٢٢.٣٥ + (٠.٧١٣) X \text{اليقظة العقلية} + (٠.٢٩٢) X \text{الطمأنينة النفسية}$$

وهذا يعنى أن اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية يسهمان معا فى تفسير قدر من التباين فى التفكير الأخلاقي وهذا يعنى عدم تحقق صحة هذا الفرض الرئيس وتحقق الفرض البديل وبالتالي يمكن التنبؤ بالتفكير الأخلاقي من اليقظة العقلية والطمأنينة النفسية .

وتتفق تلك الدراسة مع ما أشارت اليه دراسة (Rest,1978) والتي توصلت الى أهمية الجانب العقلي بوصفه أساسا للنمو الأخلاقي ففي الوقت الذي يصل فيه النمو العقلي مستواه الناضج، فالنمو الأخلاقي يجب أن يصل الى نفس المستوى وعندما لايتحقق ذلك فالفرد يعد غير ناضج خلفيا، أى أنه من الناحية العقلية يكون غير قادر على أداء السلوك الخلقى الناضج، وهذا مايفسر تدنى مستويات النمو الأخلاقي لدى الأحداث الجانبية نتيجة لقصور النمو المعرفى والعقلى لديهم مقارنة بأقرانهم من الأسوياء .

كما تتفق مع ما أشارت اليه دراسة (زهران، ٢٦٦:١٩٨٢) والتي أشارت إلى أن الأطفال مرتفعى الذكاء تكون اتجاهاتهم الأخلاقية وسلوكهم الأخلاقي أنضج من رفاقهم فى السن الأقل ذكاءا.

كما تتفق مع نتائج دراسة (فرج، ٢٠١٢: ٦) والتي تشير الى أن اليقظة العقلية تنعدم لدى الأفراد المتطرفين فكريا وخلقيا فهم لا يمتلكون القدرة على تقبل الآخرين بمعتقداتهم وأفكارهم مما يؤدي الى ضعف قدراتهم العقلية او ما يسمى بالانغلاق العقلي .

كما تتفق مع نتائج دراسة (الربيعي وعطوان، ٢٠١٥: ١٣٦) والتي توصلت الى وجود علاقة ايجابية بين كل من الادراك الاجتماعي والأحكام الأخلاقية والطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة .

كما تتفق مع نتائج دراسة (خالد وابو الوفا، ٢٠١٥: ١٠٤) والتي أشارت الى أن الطلاب المتزنين نفسيا وانفعاليا لديهم درجة عالية من المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة والتي تمكنهم ليس فقط من مواجهة المألوف من المواقف بل الجديد منها وتجعل لديهم انفتاح للأفكار الأخلاقية والحساسية للمواقف المختلفة متضمنة القدرة على التكيف والتنوع في التفكير بصفة عامة والتفكير الأخلاقي بصفة خاصة من خلال رفض الجمود والقدرة على اصدار الأحكام الأخلاقية في المواقف المختلفة .

كما تتفق مع نتائج دراسة (السقا وزكى ويوسف، ٢٠١٦: ٦٢٧) والتي أشارت الى أن اليقظة العقلية ذات أهمية خاصة في تقليل حدة الغضب والعنف، كما أن ذوى اليقظة العقلية المرتفعة يتميزون بالقدرة على ادارة المواقف والتصرف بطريقة أخلاقية .

كما تتفق مع ما أشارت اليه دراسة (الهاشمي، ٢٠١٧: ٥١) الى أن اليقظة العقلية ذات أهمية خاصة في الالتزام بالسلوك القويم وتبنى المبادئ الأخلاقية الانسانية.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الفرد القادر على الوصول الى المستوى الخلقى لابد وأن يتمتع بقدرة عقلية كافية تمكنه من فهم طبيعة القوانين والمبادئ والأعراف المجتمعية، بها يعرف متى يهاب العقاب ومتى يتجنبه ومتى ينطاع لمن لديهم حق الطاعة، كما تمكنه هذه القدرة العقلية من تحليل المشكلات الحياتية وأبعادها في ضوء القوانين والمبادئ، كما تمنحه القدرة على أن يقرر كيف يطبق هذه القوانين بالشكل الصحيح، إذ أن اليقظة العقلية طريقة فعالة للتخفيف من التوتر والأذى الذي يترافق مع الشعور بالتوتر فهي شكل من أشكال التأمل الذي يساعد المرء على السيطرة على الأفكار والسلوكيات الجامحة وغير المنضبطة فهي تبعد المرء عن الشعور بفقدان السيطرة فضلا عن كونها تعمل على زيادة التركيز وعدم التنقل من فكرة الى أخرى بشكل متسارع ومتضارب، كما أن الفرد القادر على الوصول الى المستوى الخلقى في حاجة الى الأمن النفسى والشعور بالطمأنينة إذ أن الطمأنينة عاملا وقائيا للأشخاص الذين تنتابهم مشاعر القلق والتفكير المتكرر وتشتت الانتباه فهي من الحاجات اللازمة للنمو النفسى السليم والصحة النفسية للفرد فشعور الفرد بأنه مقبول ومتقبل من الآخرين يشعره بالرضا والثقة بالنفس ويميل الى أن يعمم هذا الشعور ويرى فى الغير الحب والتعاون معهم، كما

أن فقدان الفرد للطمأنينة النفسية يؤدي الى الكراهية اذ أن من شأن من خاف شئنا كرهه ومن ثم تنمو لديه اتجاهات سلبية ضد القيم والمعايير والاتجاهات الايجابية السليمة (سلوكيات لا أخلاقية).

كما تفسر الباحثة نتيجة هذا الفرض في ضوء التفاعل مع عينة الدراسة الحالية وما لمستته أثناء التطبيق اذ أن الطالبات اللاتي يتمتعن بدرجة عالية من اليقظة العقلية والتي تتضح فيهن القدرة على استغلال طاقاتهم العقلية والقدرة على حل المشكلات ووجود بدائل وحلول للمشكلات وأيضا يتمتعن بمستوى عال من الطمأنينة والهدوء النفسي أقدر علي التمسك بالقيم والمعايير الاجتماعية والسلوكيات الأخلاقية القويمة .

#### توصيات البحث:

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث يمكن تقديم بعض التوصيات علي النحو التالي:
- عقد دورات تدريبية وورش عمل والتوصية باجراء مزيد من الأبحاث حول تنمية مهارات اليقظة العقلية اذ أنها تنعكس في تنمية الجانب الأكاديمي والسلوكي وحتى يمكن استثمارها في عمليتي التعليم والتعلم .
  - توظيف المناهج الدراسية وطرائق التدريس بصورة أفضل في كافة المراحل الدراسية لتنمية مهارات التفكير الأخلاقي.
  - توظيف الارشاد التربوي في كافة المراحل الدراسية لتنمية الطمأنينة النفسية.

#### البحوث المقترحة:

- العوامل المنبئة باليقظة العقلية لدى فئات ومراحل عمرية مختلفة.
- فاعلية برنامج لتنمية اليقظة العقلية في خفض العبء المعرفي والدافعية الأكاديمية لدي طلاب الجامعة.
- الاسهام النسبي لكل من فاعلية الذات والتفكير المنظومي في التفكير الأخلاقي لدى طلاب الجامعة .
- فاعلية برنامج لتنمية مهارات التفكير الأخلاقي في الرضا عن الذات وجودة الحياة لدي طلاب المرحلة الاعدادية ذوي الشخصية الحدية .
- فاعلية برنامج لتنمية الطمأنينة النفسية في خفض الضغوط الأكاديمية لدي طلاب الجامعة.

## مراجع البحث:

### أولاً: المراجع العربية:

- ابراهيم، الشافعي ابراهيم (٢٠١٠). ادمان الانترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد بالسعودية على ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية . مجلة دراسات نفسية، ٢٠ (٣)، ٢٥٣-٢٩٧.
- البحيرى، عبد الرقيب أحمد والضيع، فتحى عبد الرحمن وطلب، أحمد على والعوامل، عاندة أحمد (٢٠١٤). الصورة العربية لمقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية " دراسة ميدانية على عينة من طلاب الجامعة فى ضوء أثر متغيرى الثقافة والنوع ". مجلة الإرشاد النفسى، (٣٩)، ١١٩-١٦٦ .
- الببلى، محمد عبد الله، وقاسم، عبد القادر أحمد والضماوى، أحمد يوسف (١٩٩٧). علم النفس التربوى وتطبيقاته . الإمارات: مكتبة فلاح للنشر والتوزيع.
- الجميلى، حكمت عبد الله (٢٠٠١). الالتزام الدينى وعلاقته بالأمن النفسى لدى طلاب جامعة صنعاء . رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة صنعاء.
- الحطاب، سهام أحمد ( ٢٠٠١). القيم الدينية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية والدافع للإنجاز لدى طلبة وطالبات الجامعة . مجلة كلية التربية ببنها، (٣)، ١٦٧ - ١٩٩ .
- الدليم، فهد عبد الله (٢٠٠٥). الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة . مجلة العلوم والدراسات الإسلامية، جامعة الملك سعود بالرياض، (١)، ٣٢٩-٣٩٢.
- الريبعى، فاضل حبار وعطوان، أحمد على (٢٠١٥). الإدراك الاجتماعى والأحكام الأخلاقية وعلاقتها بالطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة . مجلة البحوث التربوية والنفسية بالعراق، ٤٥ (١٣)، ١١٥-١٤٢.
- الرقاصى، خالد نهاس والرافعى، يحيى عبد الله ( ٢٠١٠) . الطمأنينة النفسية فى ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب جامعة الملك خالد . مجلة دراسات نفسية وتربوية، مجلة كلية التربية بالزقازيق، (٦٦)، ١٣٨-١٧٣
- السقا، وردة عثمان وزكى، حنان محمود ويوسف، ماجى حنا (٢٠١٦). العلاقة بين اليقظة الذهنية وكل من الغضب وإدارته. مجلة البحث العلمى فى التربية، مصر،

السيد، شيماء السيد (٢٠١٤). التفكير الأخلاقي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة جامعة سوهاج . رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة سوهاج.

الشرقاوى، أنور محمد (١٩٩٦). استبيان الحاجات النفسية للشباب "كراسة التعليمات" . ط ٤، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

الضبع، فتحى عبد الرحمن وطلب، أحمد على (٢٠١٣). فاعلية التدريب على اليقظة العقلية فى خفض أعراض الاكتئاب النفسى لدى عينة من طلاب الجامعة . مجلة الارشاد النفسى، (٣٤)، ١٠-٧٥.

العوامل، عائدة أحمد وأيمن، خالد مزاهرة (٢٠٠٣). سيكولوجية الطفل " علم نفس نمو" . عمان: الأهلية للنشر والتوزيع.

العيسوى، عبد الرحمن محمد (١٩٨٧). سيكولوجية النمو " دراسة فى نمو الطفل والمراهق" . بيروت: دار النهضة العربية للطباعة والنشر.

الغتم، كوثر محمد (٢٠٠٩). أثر برنامج مقترح للتنمية الخلقية على نمو الحكم الخلقى وبعض القيم الأخلاقية لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائى بمملكة البحرين . رسالة دكتوراة غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.

الغمرى، يحيى عثمان (٢٠١٦). العلاقة بين الالتزام الدينى ونمو الأحكام الأخلاقية لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية والمعاهد العلمية بمنطقتى الباحة والمحواه . رسالة ماجستير، جامعة أم القرى.

الفرجاتانى، كريم شريف ومحمد، خندان صابر (٢٠١٢). النمو الأخلاقي وعلاقته بالاتزان الانفعالى لدى المراهقين المحرومين وغير المحرومين من الوالدين . مجلة العلوم التربوية والنفسية، العراق، (٨٩)، ١١٨-١٨٨ .

الفرماوى، حمدى على وحسين، وليد رضوان (٢٠٠٩). الميئا انفعالية لدى العاديين وذوى الإعاقة الذهنية . ط٣، عمان: دار الصفاء.

الفقىرى، معتز فؤاد (٢٠١٧). فعالية مدخل اليقظة العقلية فى خفض بعض أعراض الفصام لدى الشباب . مجلة كلية التربية ببورسعيد، (١) ١١٩، ٣٤٠-٣٨٤ .

القرعيشى، ايمان محمد (٢٠١٧). اليقظة العقلية والتفكير الإيجابى كمتغيرين وسيطين فى

العلاقة بين ادراك الأحداث والأنشطة السارة والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة . رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الزقازيق .

القريطى، عبد المطلب، والشخص، عبد العزيز (١٩٩٦) . مقياس الصحة النفسية للشباب، " المعايير: البيئة المصرية السعودية " . القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية .

الكحلوت، عماد حنون (٢٠٠٤) . دراسة لبعض المتغيرات الانفعالية والاجتماعية وعلاقتها بمستوى النضج الخلقى لدى المراهقين فى محافظات غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية بغزة، جامعة الأزهر .

المؤمنى، محمد أحمد (٢٠٠٦) . أثر أنماط التنشئة الأسرية فى الأمن النفسى لدى الأحداث الجانحين . مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٧ (٧)، ١٣٢ - ١٥٤ .

المليجى، حلمى محمد (١٩٧٢) . علم النفس المعاصر . ط٢، بيروت: دار النهضة العربية .

النهدى، أسماء محمد (٢٠٠٩) . أثر القرآن الكريم فى الأمن النفسى . السعودية: مكتبة الرياض .

الهاشمى، أمانى عبد الله (٢٠١٧) . درجة توافر اليقظة الذهنية لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية فى محافظة عمان وعلاقتها بدرجة ممارسة سلوك المواطنة التنظيمية للمعلمين من وجهة نظرهم . رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم التربوية، جامعة الشرق الأوسط، الأردن .

جابر، الهام أحمد (٢٠٠٩) . الحكم الخلقى وعلاقته ببعض أساليب التفكير لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية . رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بنى سويف .

جولمان، دنيال (١٩٩٨) . الذكاء العاطفى . سلسلة كتب ثقافة شهرية يصدرها المجلس الوطنى للثقافة والفنون والآداب، الكويت .

حسين، محمود محمد (١٩٨٧) . مفهوم الذات وعلاقته بمستويات الطمأنينة الانفعالية . مجلة العلوم الاجتماعية، ١١٥ (٣)، ١٠٣ - ١٣٨ .

حميدة، فاطمة ابراهيم (١٩٩٠) . التفكير الأخلاقى " دليل المعلم فى تنمية التفكير الأخلاقى لدى التلاميذ فى جميع المراحل " . القاهرة: مكتبة النهضة المصرية .

خالد، نبيل عبدالهادي وأبو الوفا، محمد ابراهيم (٢٠١٥) . التنبؤ بالتفكير الأخلاقى فى الاتزان الانفعالى وفاعلية الذات الأكاديمية لدى عينة من طلاب كلية التربية

- جامعة الأزهر بالقاهرة . مجلة العلوم التربوية ، ٣ (٢)، ١١٥-٥٣ .
- زهران، حامد عبد السلام (١٩٨٢) . التوجيه والارشاد النفسى . القاهرة: عالم الكتب .
- زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٥) . الصحة النفسية والعلاج النفسى . ط ٤، القاهرة: عالم الكتب .
- سعدون، ريم محمد (٢٠١٦) . تأثير القصة المصورة فى تنمية التفكير الأخلاقى لدى تلاميذ الصف الأول الأساسى، دراسة شبه تجريبية فى مدينة حمص . مجلة الآداب، سوريا، (١١٩)، ٣٨٧ - ٤٠٨ .
- سليمان، شيماء محمود (٢٠١٦) . استخدام مدخل التحليل الأخلاقى لتنمية بعض مهارات التفكير التأملى فى تدريس العلوم الشرعية لدى طالبات المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- شقير، زينب محمود (٢٠٠٥) . مقياس الأمن النفسى (الطمأنينة الانفعالية) "كراسة التعليمات" . القاهرة: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع
- عبد الرحمن، محمد محمد (١٩٩٨) . نظريات الشخصية . القاهرة: دار قباء .
- عبد الفتاح، فوقية أحمد (٢٠٠١) . مقياس التفكير الأخلاقى للراشدين " كراسة التعليمات " . القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- عبد المجيد، السيد محمد (٢٠٠٤) . اساءة المعاملة الوالدية والأمن النفسى لدى عينة من تلاميذ المدرسة الابتدائية . مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ١٤ (٢)، ٢٣٧-٢٧٤ .
- عنتر، سالى صلاح (٢٠١٦) . فاعلية برنامج إرشادى متكامل لتنمية الذكاء الأخلاقى لدى طلاب كلية التربية، مجلة كلية التربية بالاسماعيلية، ١٧ (٢)، ٢٤٩ - ٢٧٤ .
- عودة، فاطمة يوسف (٢٠٠٢) . المناخ النفسى الاجتماعى والطمأنينة الانفعالية وقوة الأنا لدى طالبات الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.
- فودة، عبير نصر الدين (٢٠١٥) . تنمية مهارات التكفير المنظومى وأثرها على السلوك الأخلاقى. رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.

قناوى، محمد محمد وعبد المعطى، حسن مصطفى (٢٠٠١). علم نفس النمو " الأسس والنظريات " . القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر .

كمال الدين، هالة فؤاد (١٩٩١) .الحكم الخلقى لدى الطفل المتخلف عقلياً، مجلة دراسات نفسية ( تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين )، (٤) ، ٥٥٣ - ٥٩٠ .

لبوادة، عبد الحق محمد (٢٠١٦) .الضغوط النفسية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، " دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة الجزائر " . مجلة أسنة للبحوث والدراسات، كلية الآداب واللغات والعلوم الإنسانية والاجتماعية، (١٤)، ١٢٣ - ١٦٠ .

متولى، محمد عبد القادر وعبد اللطيف، محمد سيد (٢٠١٥) . الذكاء الوجدانى وعلاقته بنمو الأحكام الأخلاقية لدى عينة من طلاب الجامعات الفائقين دراسياً والعاديين . دراسة مقارنة " .مجلة التربية الخاصة بجامعة الزقازيق، ١(١٢)، ٣٠٣-٣٦٠ .

محمد، عادل عبد الله (١٩٩١) .اتجاهات نظرية فى سيكولوجية نمو الطفل و المراهق . القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

محمد، كمال مرسى(١٩٨٧) .الصحة النفسية فى ضوء علم النفس والإسلام. ط ٢، الكويت: دار القلم .

محمود، فاطمة منصور (٢٠١٢) .علاقة الأسلوب المعرفى بالتفكير الناقد والتفكير الخلقى لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسى . رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

مشرف، ميسون محمد (٢٠٠٩) .التفكير الأخلاقى علاقته بالمسئولية الاجتماعية وبعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة .رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

نصر، ربحاب محمد (٢٠١٢) .برنامج مقترح قائم على نموذج الاستقصاء العلمى والتفكير الأخلاقى ونزعات التفكير الناقد لدى طلاب كلية التربية . مجلة التربية العملية، ٤ (١٥)، ١٢٣-١٦٩ .

## ثانياً: المراجع الأجنبية:

Aboieh , C. (2006) . Moral thinking and its relation to mental

- abilities. *Journal of Human Social Science* , 15 (11) , 11-23
- Arjoon ,S.(2012) . Ethics of the good: An aristore lian Thomistic approach to corporate governance and ethical decision making. Un published ph. D. Disser tation , Teesside University .
- Bear, R. , Smith, G., Lykins, E., Button, D., Kietmeyer, J. & Sauer,S.(2008):Construct validity of five factor mindfulness: Questionnaire in mediating and non mediating samples . *Journal of Assessment* , 15 (3), 329-342.
- Bernal , E ., Edgar, D. & Barnes , B. (2017) . Bulding sustainability on deep values through mind fullness nutruing. *Ecological Economics* , 146 (16) , 645 – 657 .
- Berns, R. (1999). Ethical values in personal assistance narratives of people with disabilities . *International Journal of Educational Research*,27 (7), 79-88.
- Caradaciotto , L. , Herbert , T., Forman , E., Moitra , E., Farrow , V., Lui , A. &Elizal, L. (2008). The assessment of present moment awareness and acceptance the philadephia Mindfulness scale. *Assessment*, (15), 204-223.
- Christopher , M. & Gilbert , A . (2010) .Measuring the ability of mind fullness components to predict life satisfaction and self esteem in middle school students Unpublished ph. D. Dissertation , Wayne state university.
- Chugh, D. , Ken, M., Zhu,Z. & Lee, S.(2014) .With standing moral disengagement: Attachment security as an ethical intervention . *Journal of Experimental Social psychology*, (51) , 88-93.
- Coolins , K. Andrew , W. Julia , P. & Wylde , B. (2017) . Mindful of Life: Does mindfulness confer resilience to suicide by inc reasing for life. *Journal of Affective Disorders*, 22 (15), 100-107.
- Cortes , D. , Canton , J. & Cortes , M .(2016). Emotional security in the family system and psychological distress in female survivors of child sexual abuse. *Child Abuse & Neglect* , (51), 54-63.
- Creswell , J., Way , B. , Eisenberger , N. & Lieberman , M. (2007). Neural correlates of dispositional mind fulness during affect labeling . *psy chosomatic Medicine* , 69 (6) ,

- Davis , D. & Hayes , J. (2011). What are the benefits of mindfulness? A practice review of psychotherapy related research . *Journal of psycho Therapy* , 48 (2), 198 – 208 .
- Droutman , V., Gloub , L . , Ogo Nesyan , A., & Read , S.(2017): Development and initial of the adolescent and adult mindfulness scale (AAMS). *personality and Individual Differences* , (123), 34-43.
- Dubert , C., Schumacher,A., Locker , J., Gutierrez, A. & Bames, V. (2016) . Mindfulness and emotion regulation among nursing students: Investigation the radiation effect of working memory capacity . *Journal of Mind fullness*, 7 (2), 1061-1070
- Duerr, M. (2008). *The use of mediation and mindfulness practice to support military care providers* .NewYork:Ablex &Norwood
- Fall , K. (1998) . The characteristics of psychotically safety in group counseling . *C hild D evelopment* , 32 (3), 1-11.
- Green , L. (1981) . Safety needs resolution and cognitive ability as interwoven ante cedents to moral development . *Social Behavior & Personality* , 10 (2) , 55-68
- Haigh , E., Moore , M., Kashadan , T. & Fresco , D. (2011). Examination of the factor structure and concurrent validity of the langer Mind fullness scale . *Assessment* , 18 (1) , 11-26.
- Hosker , S. (2010). *Evaluating of the mindfulness acceptance: commitment approach for enhancing athletic performance*. Unpublished Doctoral Dissertation , Indiana University of pennsy Lvania.
- Jia, D. , Xianli,Z. Wang, Y. & Sun , W. (2017) . Psychological security and deviant peer affiliation as mediators between teacher – student relationship and adolessnet internet addiction, *C omputers in Human Behavior*, (73),345 -352 .
- Kabat , Z., (2006) . *Using the wisdom of your body and mind to face stress* . New York:S pringer Science.
- Kerns , K. , Aspelmeier , J., Gentzler, A .& Grabill , C. (2001) . Parent child attachment and monitoring in middle childhood. *Journal of Family psychology*, 15 (1), 96-81.
- Kettler , N. (2013) . Mind fullness and cardiva scular risk in college student.*Theory and Science* , 13 (4), 1-9.

- Kohlberg , 1. ( 1981). Essays a normal development, the philosophy moral development, New York: Harper and Row**
- Langer , E. (1989) . Mind fullness .London:Prentice-Hall.**
- Lau, M ., Bish, P. , Segal ,Z. & buis , V . (2006) .The Torento and mifu lness scale: Development and Validation . Journal of Clinical Psychology, 26 (12) , 45-57.**
- Lee, A., Gansler , D. Zhang , N. , Terram , W. & King , J. (2017) . Relationship of mindfulness awareness to neural processing of angry faces and impact of mindfulness training: A pilot Investigation. psychiatry Research , 264 (30), 22-28.**
- Lori, B. (2013) . Integrating mindfulness practices into the elementary curriculum to improve attention task behaviors and social relations . Journal of Transper sonal Psychology ,7 (2) , 55-63.**
- Lu, S. , Huang , C& Rios , J (2017). Mindfulness and academic performance: An example of migrant children in China . Children and Youth Services Review , 82 (2) , PP .53 – 59 .**
- Maslow, A. (1999). Toward a psychology of being . U.S.A, Wiley & son.**
- Maynard, B., Solis , M. , Miller , l. & Brendel , K. (2017). Mindfluness: Based interventions for improving cognition , academic achievement , behavior and socioemotional functioning of primary and secondary school studnets . Experimental Psychology,25(4),66-76**
- Nirbahy, S. , Giulio , E. Alan , S. & Kristen , M. (2007). Mindful parenting decreases aggression and increases social behavior in children with developmental disabilities . Journal of Behavioral Modification, 13 (6), 771-781.**
- Pestonjee , D. & Sin , C . (1989). A study of dogmatism and security in two religious groups . psychology Studies , 11 (6), 190-199**
- Pickaard , J., Brin , P. & Genery , S. (2016). Mindfulness and emotional regulation as sequential mediators in the relationship between attachment security and depression . Personality and Individual Differences,2(99) , 179-183.**
- Rachel , M. Alexis , R. Dridre, p. & Mark,M. (2014): Mindfulness promotes educators efficacy in the**

- classroom , *Journal of Research on Educational Effectiveness* ,4 (1), 7-13.
- Rastog , M. , & Nathawat , S. (1981). Effect of creativity on mental health . *psychological Studies* , 13 (4), 147-157.
- Rastog , M. , & Nathawat , S. (1989). Effect of creativity on mental health, *psychological studies* , vol (13) , No (4), PP145-157.
- Rest , C. ( 1978). The mindful way through depression , rumination, gender and neuroticism , *personality and Individual Differences* . (40), 189-201
- Sherman , A. (2005): Development of the langer Mindfulness scale. Yoth version retrieved from Proquest Dissertation and theses 9At 3225884).
- Siegel , R., Germer , C. & Olevd Zki , A .(2009): Mindfulness What is it ? Where did it come for ? In. Didonna ,F ., &Smith,M . ( Eds) *Clinical hand book of mind fullness* (pp. 17-36) , NewYork: Springer science
- Siqueira , R. & Pitass , C., (2010) . Sustainability oriented innovations: Can mind fullness make differences ? *Journal of Cleaner production* , 139 (15) , 1181 – 1190 .
- Soler ,A .,passcual ,C.,Tiana,T,Cerbia ,A., Brarraching , J., Campins , M. Perez,V.(2016). behavior therapy skills training compared to standard group therapy in border line personality disorder month randomized controlled clinical trial. *Behavior Research and therapy*, 47 (5), 353-361
- Staber , J. & Yang , H. (2015) . Moral perfectionism and moral values , virtues , and judgments . *Further Investigations Personality and Individual Differences* , (88), 6-11.
- Teixeira , R., Ferreira , G. & Pereira , G. (2017).Portuguese validation of the cognitive and affective mindfulness scale: reviewed the Philadelphia Mindfulness Scale . *Journal of Mind fullness & Compassion*, 2 (1), 3-8.
- Teng, Z., chenguo , N. & Liu, Y. (2017).Violent video game exposure and moral disengagement in early adolescence: The moderating effect of moral identity computers in Human Behavior. *Journal of Vocational Education*, 177 (3), 54-62.
- Terry, H., (2011). Mindfulness " Therapy and vocational values": Exploring the moral and aesthetic dimentions of vocational and training, *Journal of Vocational Education*

, 63 (2) , 129-141.

- Turiel , E. (2008). The development of children's orientations towards moral , social and personal orders: More than a squence in development. *Human Development*, 51 (1), 21-39.
- Vogarty, G. & White , C.(1994).Differences between values of Australian abo riginal and non aboriginal students, *Journal of Cross Cultural psychology*, 25 (2), 394 – 468 .
- Wainryb, C. (1999). Under standing differences in moral judgments: The role of informational assumptions. *Child Development*, 62 (4), 840-851.
- Warren , M.& Lake , L. (2017) . Does mind fullness prepare adolescents for value behavior can cordance ? Examining the role of value content . *Journal of Adolescence* , (58), 55-66.
- Wells , C. (2013). Mindfulness in academic: Considerations for administrative preparation, *Education Leadership Review* , 14 (3), 1-11.
- Whitaker, R. Gallagher , K. & Becker , B. (2017). Teacher's dispositional mindfulness and the quality of their relation ships with children in head start class rooms. *Journal of School Psychology* ,( 65)40-53.
- Wilkinson, K. & Cook , E. (2016). Stress response and emotional security in intergenerational transmission of depressive symptoms, *Journal of Child Adolescent* , 4 (1),1-9.
- Wupperman , P., Neuman , C., Whitman, J. & Axelrod , S. (2009) . The role of mind fullness in border line personality disorder features. *The journal of nervous and mental Disease* , 197, (10), 766-771.