



# مهارات البحث والتفكير

دكتور المقرر / معتصم أبوزيد

البريد الإلكتروني / [mhmmohamed@kfu.edu.sa](mailto:mhmmohamed@kfu.edu.sa)

رقم تليفون المكتب / 0135896131

رقم المكتب / ٢١٨٠

## المحاضره التمهيديه

### عناصر المحاضره

١. أهداف المقرر .
٢. تقديم المقرر .
٣. موضوعات المقرر .
٤. الكتاب الدراسي المقرر .
٥. أساليب التقييم .

### ١- أهداف المقرر :

#### يهدف هذا المقرر إلى :

- (١) مساعدة الطالب على الإختيار للمسار الجامعي وتوجهاته المستقبلية بما يتناسب مع قدراته ومؤهلاته .
- (٢) إكسابه القدره على إدارة ذاته وقدراته النفسيه والعقليه والتواصلية بشكل يقوده إلى النجاح والتفوق والإبداع .
- (٣) إحاطته بجملة من الأدوات والإستراتيجيات الفاعله التي تساعد على تحصيل المعرفه وتنظيمها وسرعة استدعائها .
- (٤) التفكير بصورة إيجابيه سليمة الخطوات مضمونة النتائج .
- (٥) إكسابه القدره على الإعداد الجيد للبحوث العلميه والمشاريع الدراسيه .

### ٢- تقديم المقرر :

- في الوقت الذي يغلب على الكثير من طلبه الجامعات في نظرتهم للجامعه على أنها درجات سلم وأشواط يجب صعودها ، فإن المجتمعات تنظر إليهم دون أن يدرك كثير منهم ذلك على أنهم مشروع لعلماء ماهرين ومجددين وهم فعلا أكثر قدره على ذلك .
- إن الإنسان لا يتعلم من كونه مستقبلا للمعرفه فحسب وإنما يتعلم ويعيد تشكيل بنيته المعرفيه من التفاعل مع المعرفه بإنخراطه في مهام حقيقيه تتطلب منه الحصول ذاتيا على المعرفه وتوظيفها فورا لحل المشكلات .
- لذا وتحقيقا لما يؤمله المجتمع في الطالب يستهدف هذا المقرر بناء شخصيه المتعلم بجوانبها المختلفه ، الجسدي ، الوجداني ، العقلي ، الإجتماعي والوظيفي .

### ٣- موضوعات المقرر :

١. التكيف مع الحياه الجامعيه .
٢. إدارة الذات .
٣. التخطيط الفردي .
٤. الدافعيه .
٥. إدارة الوقت .

٦. مهارات التعلم ١ : التركيز والتذكر .
٧. مهارات التعلم ٢ : استراتيجيات القراءة الفعالة .
٨. مهارات التعلم ٣ : إدارة الإختبارات .
٩. مهارات التفكير ١ : أنماط التفكير ووظائف الدماغ .
١٠. مهارات التفكير ٢ : التفكير الإبداعي والناقد .
١١. مهارات التفكير ٣ : حل المشكلات واتخاذ القرار .
١٢. مهارات البحث ١ : خطوات إعداد البحث .
١٣. مهارات البحث ٢ : الإقتباس والتوثيق .
١٤. مهارات البحث ٣ : البحث باستخدام الإنترنت .

#### ٤- مراجع المقرر :

- أ. المرجع الأساسي :  
مهارات التعلم والتفكير والبحث ، إعداد وحدة الحقائق في تحسين الأداء ، جامعة الملك فيصل ، الإصدار الثاني ٢٠١٠ .
- ب. مراجع أخرى داعمة :  
♦ مهارات الدراسة الجامعية ، عبدالرحمن بن عبدالله الخثلان وآخرون ، جامعة الملك فهد للبترول والمعادن ، الدمام ٢٠٠٦ .  
♦ مهارات التعلم والتفكير والبحث ، جمعان بن سعيد القحطاني وآخرون ، جامعة الملك سعود ، الإصدار الثالث ٢٠٠٨ .

<p><b>يهدف مقرر مهارات البحث والتفكير إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مساعدة الطالب على الإختيار للمسار الجامعي وتوجهاته المستقبلية بما يتناسب مع قدراته ومؤهلاته</li> <li>- إكساب الطالب القدره على الإعداد الجيد للبحوث العلميه والمشاريع الدراسيه</li> <li>- إحاطة الطالب بجملة من الأدوات والإستراتيجيات الفاعله التي تساعد على تحصيل المعرفه وتنظيمها وسرعة إستدعائها</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(١)
<p><b>من الموضوعات الأساسية لمقرر مهارات البحث والتفكير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط الفردي</li> <li>- الإدارة الإستراتيجيه</li> <li>- تخطيط المشاريع</li> <li>- إدارة المشاريع</li> </ul>	(٢)
<p><b>يندرج موضوع التذكر والمذاكره ضمن موضوعات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارات التعلم</li> <li>- مهارات البحث</li> <li>- مهارات التفكير</li> <li>- المهارات الإداريه</li> </ul>	(٣)
<p><b>من محاور مقرر مهارات البحث والتفكير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إدارة الوقت</li> <li>- إدارة التسويق</li> <li>- إدارة الإنتاج وبحوث العمليات</li> <li>- الإدارة الماليه</li> </ul>	(٤)

## المحاضره الأولى / التكيف مع الحياة الجامعيه وإدارة الذات

### عناصر المحاضره

- ✓ المقدمة .
- ✓ طبيعة المرحله الجامعيه .
- ✓ معوقات النجاح في المرحله الجامعيه .
- ✓ العلاقة بين التكيف والأداء .
- ✓ الوسائل المساعده على التكيف .
- ✓ إدارة الذات .
- ✓ محاور بناء الذات .

### أهداف المحاضره

١. تعريف الطالب بالدراسه في المرحله الجامعيه
٢. ينتظر من الطالب بعد هذه المحاضره أن تكون له فكر حول المعوقات التي تعيق النجاح في مرحلة التعليم الجامعي .
٣. تعريف الطالب بالعلاقه بين التكيف والأداء والوسائل المساعده على التكيف في الدراسه الجامعيه .
٤. تعريف الطالب بجوانب إدارة الذات ومحاور بناء الذات .

### مقدمه

تعتبر مرحلة الدراسه الجامعيه من أهم المراحل التعليميه والتطويريه التي يمر بها الفرد ، ويعود ذلك إلى كونها المرحله الإنتقاليه التي تحدث تطوير الفرد لمفاهيمه العلميه والعملية والتخصصيه والكيفيه التي يطور من خلالها الفرد ذاته وقدراته العقلية والعملية والحياتيه ، وفي هذه المحاضره سيتم التطرق لبعض الموضوعات التي تساهم في إحداث الفرد لبعض التغيير الذي يحقق ذلك .

### ١- طبيعة المرحله الجامعيه

يمكن تلخيص الفروق بين الدراسه في المرحله الجامعيه والدراسه في المرحله الثانويه في المواضيع التاليه :

- ✓ **المسؤوليه الشخصيّه** : فالمرحله الجامعيه تعتمد على الأنظمه والتعليمات الواجب الإلتزام بها
- ✓ **التعلم والتدريس** : إذا كان الطالب الثانوي يقوم بدور المتلقي للمعلومه فعلى الطالب الجامعي القيام بدور الباحث عن المعلومه
- ✓ **جهد الطالب ودور الأستاذ** : فالمعلومات التي يتلقاها الطالب أثناء المحاضره جزء يسير مما يحتاج أن يتعلمه وعليه بذل جهد أكبر خارجها
- ✓ **الإختبارات وتقييم أداء الطالب** : المعتمد على الفهم والإستيعاب وليس الحفظ والتكرار

### ٢- معوقات النجاح في المرحله الجامعيه

- ☞ اختيار التخصص الأكاديمي غير الملائم للقدرات والرغبات الشخصيّه
- ☞ التغيب المفرط عن المحاضرات أو عدم متابعتها جديا

- ✎ عدم إعطاء الدراره الجامعيه حقها والإنشغال بأمره أأرى
- ✎ التسوييف وعدم الإهتمام بالوقت
- ✎ عدم وضوح الأهداف وقلته الإهتمام بسلامة وصحة الذهن والجسد
- ✎ عدم توفر المهارات الدراسيه اللازمه

### ٣- العلاقه بين التكيف والأداء

- ✎ اختيار التخصص الأكاديمي غير الملائم للقدرات والرغبات الشخصيه
- ✎ التغيب المفرط عن المحاضرات أو عدم متابعتها جديا
- ✎ عدم إعطاء الدراره الجامعيه حقها والإنشغال بأمره أأرى
- ✎ التسوييف وعدم الإهتمام بالوقت
- ✎ عدم وضوح الأهداف وقلته الإهتمام بسلامة وصحة الذهن والجسد
- ✎ عدم توفر المهارات الدراسيه اللازمه

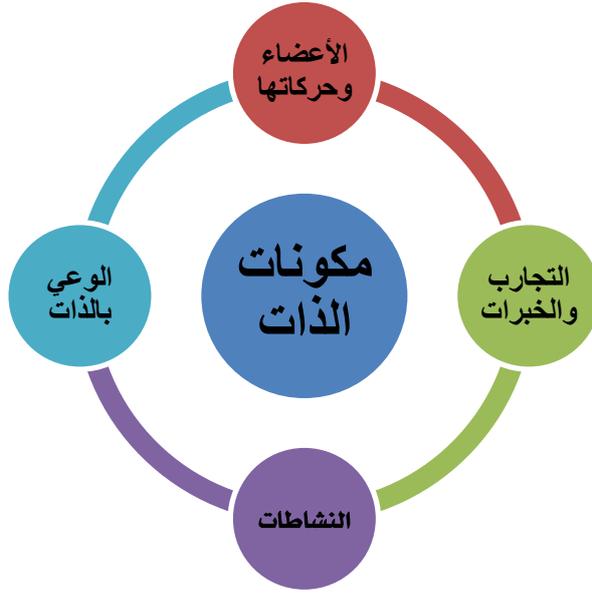
### ٤- الوسائل المساعده على التكيف

- توثيق الصله بالله عزوجل
- معرفة طبيعه الانتقال إلى بيئته جديده علما أن التكيف يمر بمراحل تمتد من النفور إلى الذوبان في المجتمع الجديد
- معرفة الفروق بين الجامعه وما قبلها من حيث المسؤوليه والتوقعات والدراسه والمنافسه
- التفاعل والإنخراط في النشاط
- معرفة الأنظمه والإجراءات
- طلب المساعده والمعلومات الصحيحه
- الإعتدال في الرأي والتفكير

### ٥- إدارة الذات

- **إدارة الذات** هي توجيه الإمكانيات الذاتية إلى آلية استخدام معينه تضمن تحقيق الأهداف المسطره
- **أو** هي معرفة الفرد لقدراته واستخدامه الأمثل لهذه القدرات التي يسعى إلى الوصول إليها
- أي أن الأمر يتعلق بإتجاهات ومشاعر ومدركات الفرد عن نفسه

## وجهات نظريه في مكونات الذات الإنسانية



### ٦- محاور بناء الذات :

- ✓ وضوح الهدف
- ✓ التفكير بالهدف
- ✓ الثقة بالنفس
- ✓ التصرف المنطقي الإيجابي

### ■ مثال حول الموضوع :

شعر طارق بأنه يسير في مفترق حياته ثم جلس مع نفسه يسألها :

- ✓ ما الهدف من حياتي ؟
- ✓ هل أنا واثق من قدراتي ؟
- ✓ هل أنا راضٍ عن نفسي ؟
- ✓ هل أنا ناجح ؟
- ✓ هل أنا سعيد ؟

### ◀ هل طارق إيجابي ؟!

طارق إيجابي لأنه سأل نفسه أسئلة تحدد مسار طريقة نحو النجاح وفي نيته التخلص من السلبيات إن وجدت لديه .

### ◀ لكن هل أسئلة طارق وحدها تكفي ؟!

بالطبع لا ... ولكنها المفتاح الذي ينطلق من خلاله لتطوير ذاته والوصول إلى أهدافه في الحياة ، وبالتالي الوصول إلى السعادة . وبالتالي فإن طارق ملزم بأن ينظم نفسه بعد الإجابة عن أسئلته للقيام بأفعال واقعية يستطيع من خلالها الوصول لما يريد .

### ◀ متى يكون طارق سلبيا ؟!

- ✓ إذا لم يسأل نفسه ويراجعها ، وهذا يدل على أنه سيبقى كما هو لا يتغير للأفضل
- ✓ إذا لم يستطيع الإجابة على تساؤلاته وبقي حائرا ، وهذا يدل على تشتت أفكاره وضياع أهدافه المستقبلية في هذا الشتات
- ✓ إذا ما عرف الإجابة ولم يقيم بأفعال تساعد على تطوير ذاته ، وهذا يدل على عجزه وبقاءه يعيش في أحلامه

### ◀ إذن :

- كن مثل طارق الإيجابي ولا تكن مثل طارق السلبي
- ثق بأن سؤالك لنفسك ومواجهتها هو مفتاح الحل
- إذا كانت إجاباتك سلبية فلا تجعل نفسك عرضه للومك القاسي وبدلاً من ذلك فكر في الحل
- ثق بقدرتك على التخلص من جميع المشكلات التي تواجهك من خلال إداره ناجحه لذاتك
- وتوكل على الله في جميع حركاتك وسكونك

### من الخصائص التي تميز الحياة الجامعية عن المرحلة الثانوية هي :

- كون ما يتلقاه الطالب أثناء المحاضره يمثل الجزء الأكبر والأهم مما يحتاج لأن يتعلمه .
- ارتكاز الاختبارات وتقييم أداء الطالب على الحفظ والتكرار .
- ارتكاز التعلم والتدريس على تلقي الطالب للمعلومه .
- اعتماد الاختبارات وتقييم أداء الطالب على الفهم والإستيعاب .

(١)

<p><b>تتعلق إدارة الذات باتجاهات ومشاعر الفرد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عن نفسه .</li> <li>- عن جامعته .</li> <li>- عن بيئته .</li> <li>- عن زملائه .</li> </ul>	(٢)
<p><b>تتعلق إدارة الذات باتجاهات ومشاعر ومدركات الفرد عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نفسه .</li> <li>- جامعته .</li> <li>- بيئته .</li> <li>- زملائه .</li> </ul>	(٣)
<p><b>الذات التي تحدد نظرة الفرد إلى ما يود أن يكون عليه نسميها بالذات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإجتماعيه .</li> <li>- المثاليه .</li> <li>- الشخصيه .</li> <li>- الإنسانيه الخاصه .</li> </ul>	(٤)
<p><b>يتمثل أحد العناصر المكونه للذات الإنسانيه في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المفهوم العلمي .</li> <li>- التفكير بالهدف .</li> <li>- التجارب والخبرات .</li> <li>- وضوح الهدف .</li> </ul>	(٥)
<p><b>تتميز الحياة في المرحلة الجامعيه عنها في المرحلة الثانويه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- اعتماد الإختبارات وتقييم أداء الطالب على الفهم والإستيعاب .</li> <li>- ارتكاز التعلم والتدريس على تلقي الطالب للمعلومه .</li> <li>- ارتكاز الإختبارات وتقييم أداء الطالب على الحفظ والتكرار .</li> <li>- كون ما يتلقاه الطالب أثناء المحاضره يمثل الجزء الأهم مما يحتاج لتعلمه .</li> </ul>	(٦)
<p><b>من أهم الأسباب المؤديه إلى فشل الطالب الجامعي في دراسته :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بعد الجامعه عن مقر سكنه .</li> <li>- عدم وضوح الأهداف لديه .</li> <li>- الدراسه بغير اللغه الأم ( بلغة أجنبيه ) .</li> <li>- اختياره لتخصص أكاديمي صعب .</li> </ul>	(٧)

<p><b>تمثل الذات الإنسانية الخاصة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ما يبدو للآخرين ويتفاعل معهم .</li> <li>- نظرة الفرد إلى ما يرغب أن يكون عليه .</li> <li>- حقيقة الإنسان التي يجب أن يكون على وعي بها .</li> <li>- صورة الإنسان التي تظهر للآخرين .</li> </ul>	(٨)
<p><b>يتميز الطالب في المرحلة الجامعية عنه في الثانويه بكونه يقوم بدور :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المكتفي بما في المحاضره من معلومه .</li> <li>- المتلقي للمعلومه .</li> <li>- الباحث عن معلومه .</li> <li>- حفظ المعلومه .</li> </ul>	(٩)
<p><b>تعرف إدارة الذات على أنها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- معرفة الفرد لقدراته واستخدامه الأمثل لهذه القدرات .</li> <li>- معرفة الفرد لبيئته والتكيف معها على أحسن وجه .</li> <li>- معرفة الفرد للمهارات المطلوبه من الطالب الجامعي ومحاولة اكتسابها وتعلمها .</li> <li>- استعداد الفرد لإكتساب المهارات العليا للإبداع .</li> </ul>	(١٠)
<p><b>العنصر الذي لا يندرج ضمن مكونات الذات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأعضاء والحركات .</li> <li>- الوعي بالذات .</li> <li>- التجارب والخبرات .</li> <li>- الزمن .</li> </ul>	(١١)
<p><b>في مقدمة ما تحتاج إليه المرحلة الجامعية من الطالب المستجد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدم الإكتراث بتحديات الواقع الجديد .</li> <li>- فهم وتشخيص الواقع الجديد .</li> <li>- مقاومة ومحاربة الواقع الجديد .</li> <li>- التعامل مع الواقع الجديد بنفس أساليب المرحلة الثانويه .</li> </ul>	(١٢)
<p><b>بالمقارنه ما بين المرحلة الجامعية والثانويه نجد أن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المرحلة الجامعية تعتمد على الأنظمه والتعليمات الواجب الإلتزام بها .</li> <li>- الطالب الجامعي يقوم بدور المتلقي للمعلومه .</li> <li>- الطالب الثانوي يقوم بدور الباحث عن المعلومه .</li> <li>- الإختبارات في المرحلة الثانويه تعتمد على الفهم والإستيعاب وليس على الحفظ والتكرار .</li> </ul>	(١٣)

<p><b>تمثل المعلومات التي يتلقاها الطالب الجامعي أثناء المحاضره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- كل ما يجب أن يتعلمه الطالب .</li> <li>- أقصى ما يمكن أن يتعلمه الطالب .</li> <li>- أغلب ما يجب أن يتعلمه الطالب .</li> <li>- جزءا يسيرا مما يحتاج أن يتعلمه الطالب .</li> </ul>	(١٤)
<p><b>يتطلب التكيف الإيجابي مع الحياة الجامعيه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإستغناء عن مساعدة الآخرين .</li> <li>- الإعتماد بالرأي .</li> <li>- تجاهل الأنظمة والإجراءات .</li> <li>- الإنخراط في النشاط .</li> </ul>	(١٥)
<p><b>تشير معرفة لقدراته واستخدامه الأمثل لهذه القدرات التي يسعى إلى الوصول إليها إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- فهم الذات .</li> <li>- إدارة الذات .</li> <li>- تقييم الذات .</li> <li>- مراقبة الذات .</li> </ul>	(١٦)
<p><b>يتمثل أحد المجالات الهامه لقرر مهارات البحث والتفكير في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإدارة العليا .</li> <li>- الإدارة المركزيه .</li> <li>- إدارة المشاريع .</li> <li>- إدارة الذات .</li> </ul>	(١٧)
<p><b>المفهوم المعبر عن حقيقة الإنسان التي يجب أن يكون على وعي بها هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذات المثاليه .</li> <li>- الذات الإجتماعيه .</li> <li>- الذات الإنسانيه الخاصه .</li> <li>- الذات الواعيه .</li> </ul>	(١٨)
<p><b>يعكس ما يبدو للآخرين ويتفاعل معهم نوع الذات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإنسانيه الخاصه .</li> <li>- الإجتماعيه .</li> <li>- المثاليه .</li> <li>- الحقيقيه .</li> </ul>	(١٩)

<p><b>تعبّر مفردة الضرد لقدراته واستخدامه الأمثل لهذه القدرات التي يسعى إلى الوصول إليها عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تخطيط الذات</li> <li>- الرقابة على الذات</li> <li>- إدارة الذات صح</li> <li>- الذات الخاصه</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>الذات التي تعكس نظرة الضرد إلى ما يرغب ويتطلع لأن يكون عليه هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذات المثاليه .</li> <li>- الذات الإجتماعيه .</li> <li>- الذات الفرديه .</li> <li>- الذات الإنسانيه الخاصه .</li> </ul>	(٢١)
<p><b>ما يبدو للآخرين عنا ويتفاعل معهم يعبر عن ذاتنا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفرديه .</li> <li>- الشخصيه .</li> <li>- الإجتماعيه .</li> <li>- المثاليه .</li> </ul>	(٢٢)
<p><b>من أهم وأول ما يطلب من الطالب المستجد في المرحلة الجامعيه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مقاومة التغيير .</li> <li>- فهم وتشخيص الواقع الجديد .</li> <li>- القبول بالأمر الواقع .</li> <li>- الإستمرار في التعامل مع الواقع الجديد بنفس أساليب المرحلة السابقه .</li> </ul>	(٢٣)
<p><b>توصف التحديات التي تواجه الطالب في المرحلة الجامعيه بأنها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- سهله وبسيطه .</li> <li>- غير مهمه .</li> <li>- ذات انعكاسات بسيطه وقصيرة المدى .</li> <li>- كبيره ومهمه .</li> </ul>	(٢٤)
<p><b>يتميز الطالب في المرحلة الجامعيه عنه في المرحلة الثانويه بكونه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يعتمد أكثر على الحفظ والتكرار .</li> <li>- يقوم فقط بدور المتلقي للمعلومه .</li> <li>- يعتمد أكثر على المعلومات التي يتلقاها أثناء المحاضره .</li> <li>- يعتمد أكثر على الفهم والإستيعاب .</li> </ul>	(٢٥)

<p><b>من الوسائل التي تساعد الطالب على التكيف مع الحياة الجامعية :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدم التفاعل والإنخراط في النشاط .</li> <li>- طلب المساعدة والمعلومات من الغير .</li> <li>- تجاهل الأنظمة والإجراءات .</li> <li>- فرض الرأي على الآخرين .</li> </ul>	(٢٦)
<p><b>ما يبدو للآخرين ويتفاعل معهم يعبر عن ذواتنا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفرديه .</li> <li>- الشخصية .</li> <li>- الإجتماعيه .</li> <li>- المثاليه .</li> </ul>	(٢٧)
<p><b>من الوسائل التي تساعد الطالب على التكيف مع الحياة الجامعية :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- البعد عن الأنشطة الرياضيه والثقافيه .</li> <li>- البعد عن الزملاء وعدم توجيه الأسئلة إليهم .</li> <li>- التفاعل والإنخراط في النشاط .</li> <li>- الشنوذ في الرأي والفكر .</li> </ul>	(٢٨)
<p><b>من معوقات النجاح في المرحله الجامعيه عدم توفر ..... الدراسييه اللزومه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المعلومات .</li> <li>- الظروف .</li> <li>- المهارات .</li> <li>- الإمكانيات .</li> </ul>	(٢٩)
<p><b>يعتبر التفاعل والإنخراط في النشاط من الوسائل التي تساعد الطالب الجامعي على .... الحياة الجامعيه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- البقاء في .</li> <li>- التكيف مع .</li> <li>- البعد عن .</li> <li>- الفضل في .</li> </ul>	(٣٠)
<p><b>تعرف إدارة الذات بأنها توجيه الإمكانيات الذاتيه إلى ..... استخدام معينه تضمن تحقيق الأهداف المسطره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قاعده .</li> <li>- وسيله .</li> <li>- تصرف .</li> <li>- آليه .</li> </ul>	(٣١)

<p><b>إن ..... الفردي هو أن يضع الفرد خططا لما سيقوم به من أفعال في زمان ومكان معين :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- العمل .</li> <li>- التنظيم .</li> <li>- التخطيط .</li> <li>- النشاط .</li> </ul>	( ٣٢ )
<p><b>ما يبدو للآخرين عنا ويتفاعل معهم يعبر عن ذاتنا .... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفرديه .</li> <li>- الشخصيه .</li> <li>- الإجتماعيه .</li> <li>- المثاليه .</li> </ul>	( ٣٣ )

## المحاضره الثانيه / التخطيط الفردي

### أهداف المحاضره

تهدف هذه المحاضره إلى :

١. بيان أهمية التخطيط الفردي وأساليبه
٢. معرفه أهمية تحديد الأهداف وأنواعها وخصائصها
٣. التدريب على صياغة الأهداف الفعاله
٤. التعرف على اختيار الأولويات وترتيبها

### عناصر المحاضره

- مقدمه .
- التخطيط الفردي .
- فوائد التخطيط .
- مراحل العمليه التخطيطيه .
- تعريف الهدف ومكوناته .
- أنواع الأهداف .
- خصائص الأهداف .

### المقدمه

- التخطيط المسبق والفعال يساعد على النجاح وعلى تحقيق الأهداف
- عندما نريد القيام بعمل ما يتطلب الأمر قبل بداية العمل أن نحدد ماذا نريد ؟ ماذا سنعمل ؟ متى ؟ وكيف ؟ ...
- أي أنه لا مجال للعشوائيه في تحقيق الأهداف ، بل الأمر كله منوط بالتخطيط المحكم الهادف والفعال ، الذي يتعين على الطالب الإفاده منه واعتماده أسلوبا للتفوق والنجاح ضمن ما يعرف بالتخطيط الفردي

### أولاً : التخطيط الفردي

#### ١- مفهوم التخطيط :

التخطيط قاعده تستند عليها كافة مكونات العمليه الإداريه من تنظيم وقياده ورقابه فهو

#### عمليه تقوم أساسا على :

- ✓ وضع الأهداف
- ✓ تحديد الوسائل اللازمه لتحقيق تلك الأهداف

#### ٢- التخطيط الفردي :

هو أن يضع الفرد خططا لما سيقوم به من أفعال ، في زمان ومكان معين ، موضحا في ذلك الإستراتيجيات والطرق التي تساعد في تنفيذ خططه والوصول بالتالي إلى أهدافه .

#### ٣- فوائد التخطيط :

- ✓ يحسن التخطيط من التركيز ، ويضفي مرونة على الأداء

- ✓ يقوم التخطيط بتوجيه الفرد نحو الأهداف وتنفيذها
- ✓ يساهم في التعرف على المشكلات التي قد تعترض العمل في المستقبل
- ✓ يساعد على ترشيد النفقات ويضع ضوابط الإستخدام الأمثل للموارد المتاحة
- ✓ يساهم في وجود رقابة على العمل من خلال المعايير الرقابيه للأداء
- ✓ يساعد في وضع البرامج الزمنية المحدده للعمل

#### ٤- مراحل العملية التخطيطية :

- تحديد الأهداف التي يسعى الفرد إلى تحقيقها
- تحديد وتقييم الوضع الحالي بهدف معرفة نقاط القوة والضعف لدى الفرد وما تطرحه بيئته الجامعيه من فرص وتحديات
- تحديد الافتراضات لما ستكون عليه الظروف المستقبلية
- تحليل البدائل المستقبلية ( الإستراتيجيات ) وتشخيصها ثم اختيار البديل الأفضل المحقق للأهداف المسطره مسبقا
- تنفيذ البديل والخطط الموضوعه
- تقييم النتائج المحققه

#### ثانيا : الهدف

١- ما المقصود بالهدف ؟ << يشير الهدف إلى الحاله أو الوضع أو النتيجة المرغوب الوصول إليها مستقبلا .

#### ٢- مكونات الهدف :

لدى صياغة الهدف نجد أنه يتكون من **ثلاثة عناصر أساسيه هي :**

أ- الأداء ( Performance ) : ويتعلق الأمر بوجود وصف لما ينبغي القيام به إجرائيا بحيث يكون قابلا للتطبيق والقياس .

ب- الظروف ( Condition ) : وتشمل الظروف المكان والزمان لحدوث السلوك ( البيت ، قاعة الدرس ، الصباح ، أثناء العطله .... )

ج- المعايير ( Criteria ) : وهي عباره عن مستوى أداء الفرد مقارنة بالآخرين من نفس الفئة التي ينتمي إليها وهي **أنواع :**

- ✓ تحديد مستوى دقة الأداء ، كأن أطبع الصفحه دون أخطاء إملائية
- ✓ تحديد تكرار السلوك ، كأن أقرأ الدرس ثلاث مرات
- ✓ تحديد نوعيّة الأداء كأن أجيب عن الإمتحان بخط واضح
- ✓ تحديد الفتره الزمنية كأن أراجع مادة الإمتحان لمدة عشر ساعات

### ٣- أنواع الأهداف :

استنادا لمعيار الزمن نميز ما بين الأنواع التاليه للأهداف التي يعتمد بعضها على بعض :

- أ. **الأهداف طويلة الأجل ( ٥ سنوات فأكثر )** : وتمثل ما يطمح أن يكون عليه الفرد في حياته ( طبييا ، محاميا ، ..... )
- ب. **الأهداف متوسطة الأجل ( من ١ إلى ٥ سنوات )** : وهي المتعلقة بمرحلة معينه كالمرحله الجامعيه (التخرج بإمتياز) وتعتمد على الأهداف القصيره
- ج. **الأهداف قصيرة الأجل ( أقل من سنه )** : وتعتمد على الأهداف اللحظيه وتحتاج لفترات قصيره ( الحصول على A+ في مقرر ما خلال الفصل الأول )
- د. **الأهداف اللحظيه ( يوم ، أسبوع ، شهر )** : وتمثل ما نقوم به من سلوكيات يوميه لخدمة الهدف قصير الأجل

### ٤- خصائص الأهداف الفاعله :

- ✓ أن تكون واضحه ومحدده بشكل دقيق
- ✓ أن تكون قابله للقياس
- ✓ أن تكون موسومه بالتحدي
- ✓ أن تكون مرتبطه بفترة زمنيه محدده
- ✓ أن تكون واقعيه وقابله للتحقيق

### ٥- أساسيات تحديد أهداف المذاكره :

- ☞ البدء بتدوين الأهداف وفقا لتقسيماتها ( لحظيه ، قصيره ، متوسطه ، طويله )
- ☞ التقسيم الزمني للأهداف من حيث المده الزمنيه اللازمه لكل هدف
- ☞ وضع الأولويات ويكون ذلك من خلال اختيار الأهم فالهم
- ☞ وضع أهداف ذات مستوى عالي ومعقول
- ☞ حدد أهدافك بوضوح
- ☞ القيام بالفعل الصائب وبإخلاص
- ☞ مراجعة وتعديل الأهداف عند اللزوم

<p><b>من موضوعات مقرر مهارات البحث والتفكير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط الفردي .</li> <li>- تخطيط المشروع .</li> <li>- إدارة المشروع .</li> <li>- التخطيط الاستراتيجي للمشروع .</li> </ul>	(١)
---	-----

<p>(.....) هو أن يضع الفرد خططاً " لما سيقوم به من أفعال في زمان ومكان معين موضحاً " في ذلك الإستراتيجيات والطرق التي تساعد في تنفيذ خطته والوصول :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط الفردي .</li> <li>- التنظيم .</li> <li>- التخطيط الجماعي .</li> <li>- التخطيط الإستراتيجي .</li> </ul>	(٢)
<p>يندرج ما نقوم به من سلوك يومي لخدمة الهدف قصير الأجل ضمن الأهداف ب :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- اللحظية .</li> <li>- قصيرة الأجل .</li> <li>- متوسطة الأجل .</li> <li>- السنوية .</li> </ul>	(٣)
<p>أحد الموضوعات الأساسية التي يتناولها مقرر مهارات البحث والتفكير هو :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط الإستراتيجي للمشروع .</li> <li>- تخطيط المشروع .</li> <li>- إدارة المشروع .</li> <li>- التخطيط الفردي .</li> </ul>	(٤)
<p>تتمثل الخطوات الأولى لمراحل العملية التخطيطية ضمن التخطيط الفردي في :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد الإفتراضات لما ستكون عليه الظروف المستقبلية .</li> <li>- تحديد وتقييم الوضع الحالي .</li> <li>- تحديد الأهداف التي يسعى الفرد إلى تحقيقها .</li> <li>- معرفة نقاط القوة والضعف لدى الفرد .</li> </ul>	(٥)
<p>من أساسيات تحديد أهداف المذاكرة البدء :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بوضع أهداف ذات مستوى عال ومعقول .</li> <li>- بتدوين الأهداف وفقاً لتقسيماتها .</li> <li>- بمراجعة وتعديل الأهداف عند اللزوم .</li> <li>- بالقيام بالفعل الصائب وبإخلاص .</li> </ul>	(٦)
<p>يتمثل أحد العناصر المكونة للهدف في :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التنسيق .</li> <li>- التنظيم .</li> <li>- التوجيه .</li> <li>- الأداء .</li> </ul>	(٧)

<p><b>نجاح السكرتير المتقدم لوظيفة في طباعة الصفحة دون أخطاء إملائية هو معيار لتحديد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مستوى دقة الأداء .</li> <li>- نوعية الأداء .</li> <li>- جودة الأداء .</li> <li>- فترة الأداء .</li> </ul>	(٨)
<p><b>تدخل الأعمال اليومية التي يقوم بها الطالب لخدمة هدف الحصول على درجة "أ" ضمن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأهداف القصيره .</li> <li>- الأهداف المتوسطة .</li> <li>- الأهداف اللحظيه .</li> <li>- الأهداف الإستراتيجيه .</li> </ul>	(٩)
<p><b>تعتبر عملية وضع الأهداف وتحديد الوسائل اللازمه لتحقيقها عن مفهوم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط .</li> <li>- التنظيم .</li> <li>- الرقابه على الذات .</li> <li>- إدارة الذات .</li> </ul>	(١٠)
<p><b>من العناصر المكونه للهدف لدى صياغته :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التوجيه .</li> <li>- الأداء .</li> <li>- التنسيق .</li> <li>- الرقابه .</li> </ul>	(١١)
<p><b>حتى يكون الهدف فعالا فإنه يجب :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- أن يكون طموحا إلى أبعد الحدود .</li> <li>- أن يمنح آجالا مفتوحه .</li> <li>- ألا يكون موسوما بطابع التحدي .</li> <li>- أن يكون قابلا للقياس .</li> </ul>	(١٢)
<p><b>يشير وجود وصف لما ينبغي القيام به إجرائيا بحيث يكون قابلا للتطبيق والقياس إلى مصطلح :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الظرف .</li> <li>- المعيار .</li> <li>- التوجه .</li> <li>- الأداء .</li> </ul>	(١٣)

<p><b>العنصر الذي لا يدخل ضمن العناصر الأساسية لمكونات الهدف لدى صياغته هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأداء .</li> <li>- التخطيط .</li> <li>- الظرف .</li> <li>- المعيار .</li> </ul>	(١٤)
<p><b>تعبّر إجابة الطالب في الإمتحان بخط واضح كمعيار لقياس مستوى الأداء عن تحديد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مستوى دقة الأداء .</li> <li>- تكرار السلوك .</li> <li>- فترة السلوك .</li> <li>- نوعية الأداء .</li> </ul>	(١٥)
<p><b>اختبار المتقدمين لوظيفة سكرتير من خلال طباعة صفحة دون أخطاء إملائية هو معيار لتحديد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نوعية الخط .</li> <li>- فترة الأداء .</li> <li>- مدى سرعة الأداء .</li> <li>- مدى دقة الأداء .</li> </ul>	(١٦)
<p><b>..... هي توجيه الإمكانيات الذاتية إلى آلية استخدام معينه تضمن تحقيق الأهداف المسطره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإدارة الماليه .</li> <li>- إدارة الذات .</li> <li>- الإدارة بالأهداف .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(١٧)
<p><b>إن إجابة الطالب في الإمتحان بخط واضح كمعيار لقياس مستوى أدائه تعبر عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مستوى دقة الأداء .</li> <li>- تكرار السلوك .</li> <li>- فترة السلوك .</li> <li>- نوعية الأداء .</li> </ul>	(١٨)
<p><b>من خصائص الأهداف الفاعله :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدم الوضوح والدقه .</li> <li>- أن تكون غير مرتبطه بفترة زمنية محدده .</li> <li>- غير قابله للقياس .</li> <li>- أن تكون موسومه بالتحدي .</li> </ul>	(١٩)

<p><b>من أنواع الأهداف مايلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأهداف البسيطة .</li> <li>- الأهداف الصعبة .</li> <li>- الأهداف طويلة الأجل .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>..... يقصد به وصف لما ينبغي القيام به إجرائيا بحيث يكون قابلا للتطبيق والقياس :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الهدف .</li> <li>- الإجراء .</li> <li>- الأداء .</li> <li>- الظرف .</li> </ul>	(٢١)
<p><b>من مكونات الهدف :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأداء .</li> <li>- الظرف .</li> <li>- المعيار .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(٢٢)
<p><b>..... هو أن يصبح الفرد مخططا لما سيقوم به من أفعال في زمان ومكان معين موضحا في ذلك الإستراتيجيات والطرق التي تساعد في تنفيذ خطته والوصول بالتالي إلى أهدافه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط الجماعي .</li> <li>- التخطيط الإجتماعي .</li> <li>- التخطيط الإستراتيجي .</li> <li>- التخطيط الفردي .</li> </ul>	(٢٣)
<p><b>يشير الهدف إلى الحاله أو الوضع أو النتيجة المرغوب للوصول إليها ..... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مستقبلا .</li> <li>- حاليا .</li> <li>- سابقا .</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ .</li> </ul>	(٢٤)
<p><b>عند الحديث عن ..... فإننا نعني ما يتعلق بوجود وصف لما ينبغي القيام به إجرائيا بحيث يكون قابلا للتطبيق والقياس :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الهدف .</li> <li>- التخطيط .</li> <li>- الأداء .</li> <li>- المعيار .</li> </ul>	(٢٥)

من خصائص الأهداف .... الإرتباط بفترة زمنية محددة :

- العامه .
- العاديه .
- الفاعله .
- المرته .

( ٢٦ )

## المحاضره الثالثه / الدافعيه

### أهداف المحاضره

تهدف هذه المحاضره إلى :

١. التعريف بأنواع التحفيز وانعكاساته الكبيره على الطالب الجامعي
٢. التعريف بالأساليب والطرق التي تولد الدافعيه نحو التعلم وتساعد الطالب على تحفيز نفسه
٣. توضيح معوقات التحفيز الذاتي وسبل التغلب عليها بإعتماد إستراتيجية فاعله للنجاح

### عناصر المحاضره

- المقدمة
- أهداف المحاضره
- الدافعيه
- إستراتيجية النجاح

### المقدمه

- هناك مقوله مفادها أن النجاح هو محصله (١%) ذكاء وعبقرية و (٩٩%) من المثابره **والدافعيه** وهي مقوله تعكس واقع كثير من الأنشطة اليوميه
- برغم حاجه الجميع للتحفيز الذاتي ، ف حاجه طلاب الجامعه إليه أكبر ، ويمكن تشبيه التحفيز الذاتي المستمر الذي يحتاج إليه الطالب الجامعي بحاجه السياره إلى الوقود

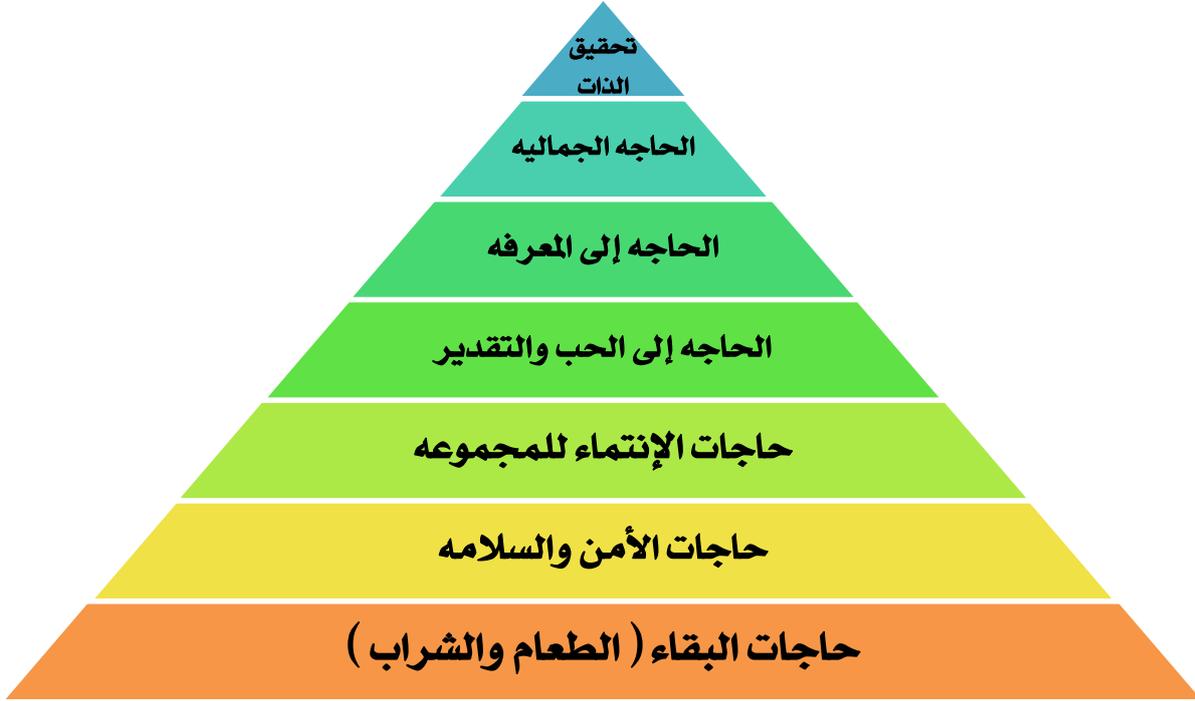
### أولاً : الدافعيه

#### ١- مفهوم الدافعيه :

هي المحركات التي تدفعنا للقيام بسلوك معين ، وتوجه هذا السلوك التوجيه الصحيح ، وتعمل على إستدامته لتحقيق الأهداف المرجوه من هذا السلوك

## ٢- مصدر الدافعيه :

أ. الحاجات الإنسانيه



- ب. المكافآت والتعزيز الخارجي (الدافعيه الخارجيه) .  
 ج. حب الإستطلاع والتفوق والتعلم (الدافعيه الذاتيه) .  
 د. ملاحظه سلوك الآخرين وما قد تثيره من دافعيه .

## ٣- الدافعيه والعزو :

المقصود بالعزو هنا، إرجاع أسباب النجاح أو الفشل لأمر ما، علما أنه كثيرا ما يعلق الناس فشلهم على الأسباب الخارجيه :



#### ٤- معوقات التحفيز :

- التسويف وعدم الشروع في الخطوه الأولى لإنجاز المهمه .
- عدم وجود خطه أو أهداف محدده لدى الطالب .
- تأثير الزملاء غير الجادين وغير المحفزين ذاتيا .
- ضعف الثقه بالنفس وعدم تقدير الذات .
- الشعور بالإحباط عند أي فشل أو تعثر .
- السهر وقلة النوم والإجهاد النفسي والجسدي .

#### ثانياً : إستراتيجية النجاح

يمكن للفرد أن يحقق النجاح عندما يمتلك استراتيجيات واضحه ومحدده نحو النجاح ، ويتم ذلك من خلال القيام بمجموعة إجراءات من أهمها :

#### ١- تعزيز الثقه في النجاح :

- ✓ أحرص على أن يكون حديثك الذاتي إيجابيا ( فكر بالنجاح ) .
- ✓ لا تقع أسير فكرة أن النجاح حظ ( الناجحون أناس عاديون ) .
- ✓ ذكر نفسك بانتظام بأنك أفضل مما تظهر عليه .
- ✓ فكر بمستوى كبير وبأهداف عظيمه اعتمادا على التخطيط العملي .
- ✓ أنت قادر فعلا على النجاح لو أردت وبذلت الجهد الكافي .

#### ٢- امتلاك مفاتيح النجاح :

- ١) الدوافع القويه ( هي محركات للسلوك الإنساني ) .
- ٢) الطاقه اللازمه للحياة ( هي وقود الحياة ) .
- ٣) المعرفه والمعلومات ( هي قوه لمن يمتلكها ) .

- ٤) التصور والرؤية الواضحة ( هو الطريق للنجاح ) .
- ٥) الفعل أو الإجراء ( هو الطريق للقوه ) .
- ٦) التوقع ( هو الطريق للواقع ) .
- ٧) الإلتزام بالعمل ( هو بذرة الإنجاز ) .
- ٨) المرونة ( هي قوة الليونة ) .
- ٩) الصبر ( هو مفتاح الفرغ ) .
- ١٠) النظام والإنضباط ( هو أساس التحكم بالنفس )

### ٣- تطبيق مراحل النجاح :

أفترح كل من هاري أدلر وبريل هيدز نموذجا يمر بالمراحل الأربعة التاليه ، التي قد يكون الفشل كامنا في تجاوز أحداها :

- ✧ تحديد الهدف ( أخذ قرارات بشأن ما تريد ) .
- ✧ التطبيق ( افعل شيئا ) .
- ✧ تقييم وملاحظة ماذا حدث .
- ✧ إحداث التغيير والتعديل اللازم للوصول إلى الهدف .

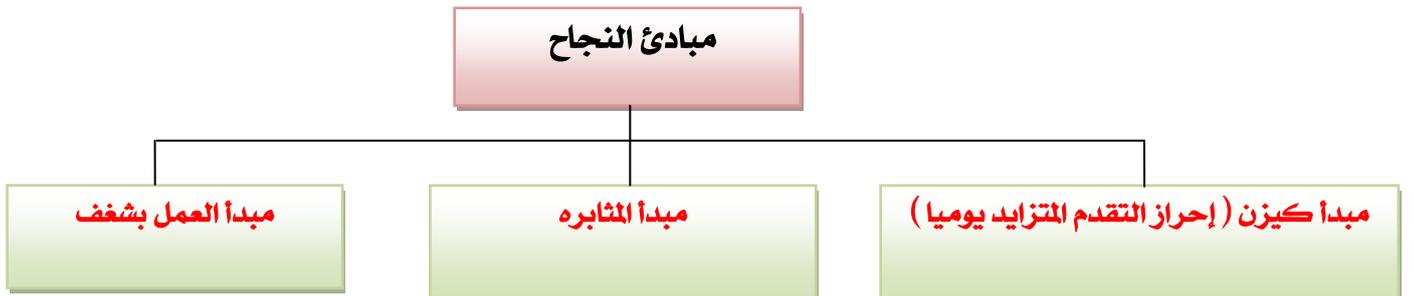
### نموذج هاري وبريل

أخذ قرارات بشأن ما تريد ( حدد هدفك )		
افعل شيئا ( طبق )	لاحظ ماذا حدث ( قوم )	قم بالتغيير للوصول للهدف المرجو ( عدل )

### ٤- المحافظه على النجاح الدراسي :

- لا تقنع بالحصول على درجة جيدة واجعل شعارك التفوق فالإنجاز العالي مرتبط بالطموح العالي .
- الإلتزام بالبحث عن النجاح والوصول للأفضل وتشكيل عادات نافعه للوصول لذلك .
- لا تمكث في مستوى واحد واحرص على ابتكار أهداف جديده ومواصلة التقدم .
- استمتع بعملية التعلم فهي كفيلة بأن تجعلك في المقدمه .

### مبادئ النجاح



<p><b>الأمر الذي لا يتعلق بمعوقات التحفيز لدى الطالب الجامعي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المبالغة في تقدير الذات .</li> <li>- السهر وقلّة النوم .</li> <li>- الإجهاد النفسي والبدني .</li> <li>- عدم وجود خطه أو أهداف محدده .</li> </ul>	(١)
<p><b>نوع الحاجات الإنسانيه الذي يتربع على قمّة هرم ماسلو للحاجات هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجات الجماليه .</li> <li>- الحاجه إلى الحب والتقدير .</li> <li>- الحاجات الفيزيولوجيه .</li> <li>- الحاجه لتحقيق الذات .</li> </ul>	(٢)
<p><b>المحركات الداخليه التي تدفعنا للقيام بسلوك معين وتوجه هذا السلوك التوجيه الصحيح هي</b></p> <p><b>تعبير عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجه .</li> <li>- الرغبه .</li> <li>- الدافعيه .</li> <li>- التحفيز .</li> </ul>	(٣)
<p><b>الدافعيه هي تعبير عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- اهتمام بالسلوك .</li> <li>- محرك للسلوك .</li> <li>- مراقبته للسلوك .</li> <li>- وصف للسلوك .</li> </ul>	(٤)
<p><b>الدوافع القويه هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- محركات للسلوك الإنساني .</li> <li>- معوقات للسلوك الإنساني .</li> <li>- أساس التحكم في السلوك الإنساني .</li> <li>- نتيجة إيجابيه للسلوك الإنسان .</li> </ul>	(٥)
<p><b>المرحله التي تعبر عن أخذ الفرد لقرارات بشأن ما يريد ضمن نموذج أدلر وهيذز لتطبيق مراحل النجاح هي مرحلة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد الهدف .</li> <li>- التطبيق .</li> <li>- تقييم وملاحظه ماذا حدث .</li> <li>- إحداث التغيير والتعديل اللازم للوصول إلى الهدف .</li> </ul>	(٦)

<p><b>تندرج حاجة الإنسان لتكوين أسرة وفقا لهرم " ماسلو " ضمن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجة لتحقيق الذات .</li> <li>- حاجات الأمن والسلامة .</li> <li>- حاجات البقاء .</li> <li>- حاجات الانتماء .</li> </ul>	(٧)
<p><b>من العوامل المؤدية للنجاح مستقبلا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عزو الفشل لأسباب خارجية غير قابله للسيطره .</li> <li>- تعليق الفشل على الآخرين .</li> <li>- إرجاع الفشل لأسباب داخلية قابله للسيطره .</li> <li>- عزو الفشل وإرجاعه للحظ العاثر .</li> </ul>	(٨)
<p><b>تتمثل المرحلة الرابعة في نموذج كل من " هاري أدلر " و " برييل هيدز " لمواجهة الفشل في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التطبيق .</li> <li>- تقييم وملاحظة ما حدث .</li> <li>- إحداث التغيير اللازم للوصول للهدف .</li> <li>- أخذ قرار بشأن ماتريد .</li> </ul>	(٩)
<p><b>نوع الحاجات الذي يمثل قمة الهرم في تصنيف " ماسلو " هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجة لتحقيق الذات .</li> <li>- الحاجة للتقدير .</li> <li>- حاجات الانتماء .</li> <li>- الحاجات الجمالية .</li> </ul>	(١٠)
<p><b>المبدأ الذي يعبر عن إحراز التقدم يوميا ضمن مبادئ النجاح هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مبدأ المثابره .</li> <li>- مبدأ العمل بشغف .</li> <li>- مبدأ كيزن .</li> <li>- مبدأ هاري وبيرل .</li> </ul>	(١١)
<p><b>نوع الحاجات الذي يشكل قاعدة هرم " ماسلو " للحاجات هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجات الجمالية .</li> <li>- الحاجة إلى المعرفة .</li> <li>- حاجات تحقيق الذات .</li> <li>- حاجات البقاء .</li> </ul>	(١٢)

<p><b>النوع الذي يتربع على قمة الهرم في تصنيف "ماسلو" للحاجات الإنسانيه هو:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجات الجماليه .</li> <li>- حاجات البقاء .</li> <li>- حاجات الإنتماء .</li> <li>- الحاجه لتحقيق الذات .</li> </ul>	(١٣)
<p><b>الأمر المعبر عن الدافعيه الذاتيه للطالب هو:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نظام المكافآت الممنوحه من الجامعه .</li> <li>- الحوافز والمؤثرات البيئيه .</li> <li>- حب الإستطلاع والتفوق .</li> <li>- توجهات زملاء الدراسه .</li> </ul>	(١٤)
<p><b>تندرج حاجه الإنسان للطعام والشراب وفقا لهرم "ماسلو" ضمن:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجه لتحقيق الذات .</li> <li>- حاجات الأمن والسلامه .</li> <li>- الحاجات الجماليه .</li> <li>- حاجات البقاء .</li> </ul>	(١٥)
<p><b>تشير الدراسات والوقائع إلى أن النجاح عادة:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- هو محصله للذكاء أكثر مما هو ناتج عن الدافعيه والمثابره .</li> <li>- لا علاقه له بالمثابره والدافعيه .</li> <li>- هو محصله للمثابره والدافعيه أكثر مما هو محصله للذكاء .</li> <li>- لا علاقه له بالذكاء .</li> </ul>	(١٦)
<p><b>يؤدي عزو الفشل لأسباب داخليه قابله للسيطره إلى:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفشل مستقبلا .</li> <li>- الإحباط مستقبلا .</li> <li>- النجاح مستقبلا .</li> <li>- ضعف الثقه بالنفس .</li> </ul>	(١٧)
<p><b>لكي يعزز الفرد ثقته بالنجاح وجب عليه:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإيمان بأن النجاح حظ .</li> <li>- ربط تفكيره بأهداف بسيطه وسهله التحقق .</li> <li>- أن يذكر نفسه بانتظام بأنه أفضل مما يبدو عليه .</li> <li>- أن يذكر نفسه دائما بجسامه التحديات مقارنته بقدراته وإمكاناته .</li> </ul>	(١٨)

<p><b>أخذ قرارات بشأن ما يريد الفرد وفقا لنموذج " هاري وبيرل " لتطبيق مراحل النجاح هو أمر يعبر عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مرحلة تحديد الهدف .</li> <li>- مرحلة التطبيق .</li> <li>- مرحلة ملاحظة ما يحدث .</li> <li>- مرحلة إحداث التغيير اللازم للوصول للهدف .</li> </ul>	(١٩)
<p><b>يعبر مبدأ " كيزن " للنجاح عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المثابره .</li> <li>- إحراز التقدم المتزايد يوميا .</li> <li>- العمل بشغف .</li> <li>- العمل دون انتظار النتائج .</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>التحفيز الذاتي هو أمر :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لا يحتاجه الجميع .</li> <li>- يحتاجه الجميع .</li> <li>- لا يحتاجه إلا طلاب الجامعه .</li> <li>- يحتاج إليه طلاب الجامعه أقل مما يحتاج إليه غيرهم .</li> </ul>	(٢١)
<p><b>ما يحرك الفرد للقيام بسلوك معين ويوجه سلوكه التوجيه الصحيح نحو الهدف يطلق عليه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحافز .</li> <li>- الدافعيه .</li> <li>- الحاجه .</li> <li>- الرغبه .</li> </ul>	(٢٢)
<p><b>تمثل .... قمة الهرم في تصنيف " ماسلو " للحاجات الإنسانيه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجات الجماليه .</li> <li>- حاجات البقاء .</li> <li>- حاجات الإنتماء .</li> <li>- الحاجه لتحقيق الذات .</li> </ul>	(٢٣)
<p><b>مبدأ كيزن للنجاح هو مبدأ يعبر عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المثابره .</li> <li>- إحراز التقييم المتزايد يوميا .</li> <li>- العمل بشغف .</li> <li>- العمل دون انتظار النتائج .</li> </ul>	(٢٤)

<p><b>تندرج حاجة الإنسان للطعام والشراب وفقا لهرم " ماسلو " بمسمى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجة لتحقيق الذات .</li> <li>- حاجات الأمن والسلامة .</li> <li>- الحاجات الجماليه .</li> <li>- حاجات البقاء .</li> </ul>	(٢٥)
<p><b>من معوقات التحفيز مايلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الشعور بالإحباط عند أي فشل أو تعثر .</li> <li>- الثقة بالنفس .</li> <li>- التخطيط الجيد .</li> <li>- النشاط والجدية .</li> </ul>	(٢٦)
<p><b>من مبادئ النجاح ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مبدأ كيزن .</li> <li>- مبدأ المثابره .</li> <li>- مبدأ العمل بشغف .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(٢٧)
<p><b>..... هي المحركات التي تدفعنا للقيام بسلوك معين وتوجه هذا السلوك التوجيه الصحيح وتعمل على إستدامته لتحقيق الأهداف المرجوه من هذا السلوك :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المبادره .</li> <li>- الرغبه .</li> <li>- القدره .</li> <li>- الدافعيه .</li> </ul>	(٢٨)
<p><b>تعتبر الحاجه إلى تحقيق الذات من الحاجات الأساسية التي توجد في أعلى الهرم حسب نظرية ..... لأبراهام ماسلو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذات .</li> <li>- الحاجات الإنسانية .</li> <li>- العلاقات الإنسانية .</li> <li>- البقاء .</li> </ul>	(٢٩)
<p><b>الدافعيه هي ..... التي تدفعنا للقيام بسلوك معين :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الرغبات .</li> <li>- الإشارات .</li> <li>- الأشياء .</li> <li>- المحركات .</li> </ul>	(٣٠)

<p><b>يعتبر مبدأ كيزن واحد من المبادئ الهامة لـ ..... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- النجاح .</li> <li>- المثابرة .</li> <li>- العمل .</li> <li>- التعاون .</li> </ul>	( ٣١ )
<p><b>إن السهر وقلّة النوم والإجهاد النفسي والجسدي يمثل أحد .... التحفيز:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- معوقات .</li> <li>- مقومات .</li> <li>- مراحل .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	( ٣٢ )
<p><b>تعتبر مرحلة ..... بمثابة المرحلة الثانية حسب نموذج هاري أدلر وبريل هيدز ذي المراحل الأربعة والخاصه بالنجاح :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد الهدف .</li> <li>- التغيير .</li> <li>- التقييم والملاحظه .</li> <li>- التطبيق .</li> </ul>	( ٣٣ )

## المحاضره الرابعه / إدارة الوقت

### □ أهداف المحاضره

#### تهدف هذه المحاضره إلى :

- تعريف الطالب بأهمية إدارة الوقت في الحياة الجامعيه .
- تحديد الصعوبات والمعوقات التي يعاني منها الطالب في إدارة وقته .
- معرفة المتطلبات اللازمه لإدارة الوقت وتنظيمه بفعاليه .

### □ المقدمة

- ✍ الوقت هو الحياة ، فإذا ذهب جزء من وقت الإنسان ذهب بعضه ....
- ✍ ولناخذ في الإعتبار لما يؤمله المجتمع في الطالب الجامعي ، وما تقتضيه المرحله من تراكم للأعباء والمهمات التي تضيق بها الأوقات .
- ✍ ولأن حياة الطالب حياة مركبه تحتوي على الكثير من الأمور المهمه التي تتداخل مع بعضها البعض ، كان لا بد من تزويده بمختلف تقنيات وأساليب إدارة الوقت .

### أولاً : أهمية الوقت وخصائصه

#### ١- الخصائص المميزه للوقت :

- ❖ الوقت مورد ثمين ونادر .
- ❖ لاشئ أطول ولا أقصر من الوقت .
- ❖ لا يمكن القيام بأي نشاط أو عمل دون وقت .
- ❖ الوقت سريع الإنقضاء .
- ❖ **يختلف الوقت كمورد غير متجدد عن بقية الموارد لأنه :**
  - ✓ لا يمكن تخزينه .
  - ✓ لا يمكن إحلاله أو تبديله .
  - ✓ لا يمكن تداوله أو تأجيله أو إعارته أو اقتراضه أو مضاعفته أو تصنيعه أو تغييره .
- ❖ الوقت مورد محدد ، في تناول الجميع إذ يملكه كل الناس ولا أحد يستطيع زيادته .

#### ٢- أهم مضيعات الوقت

- المقاطعات الهاتفية .
- دخول الزملاء .
- العجز عن قول لا ، وكون الطالب تحت التصرف .
- الزوار الذين يأتون دون موعد .
- الإلتزامات الشخصي والعائليه .
- التعطل المتكرر للسياره .
- غياب خطة العمل .
- أهداف وألويات غامضه ومتغيره .
- أعمال قيد التنفيذ ( التسويف ) .

- غياب الحدود القصوى للأجال .
- محاولات التحسين المبالغ فيه .
- غياب التنظيم في المكتب .

### ثانياً : تقنيات إدارة الوقت

#### ١- مفهوم إدارة الوقت :

يقصد بإدارة الوقت للطالب الجامعي **تنظيم وقته وتوزيعه** بما يتناسب ومتطلبات المواد الدراسية والحياة اليومية ، بحيث يتم استغلال الوقت بأفضل صورته ممكنة .

#### ٢- خطوات إدارة الوقت :

- (١) **تحديد الوقت :** ماذا يجب أن نعمل ؟ متى يجب ذلك ؟ أين ماهي أولويات العمل ؟ ماهو مقدار الوقت المستغرق .
- (٢) **إعداد خطط عمل** لتحقيق الأهداف .
- (٣) **تنفيذ خطط العمل** المرسومه وفق جدول زمني محدد .
- (٤) **تبني أساليب وحلول ملائمة** لمواجهة تضيق الوقت .
- (٥) **المتابعة وإعادة التحليل** بهدف التطوير .

#### ٣- إجراءات مهمة للتحكم في الوقت :

- أ. **جرد الأنشطة :** أي إعداد وثيقه الأنشطة وملئها دورياً (ثقافة الأجنده) ، حيث يقوم يومياً ببرمجة الأعمال ذات الأولويه وتسجيلها على مفكرته التي تضم أيضا عمل أعمال قديمه مبرمجه لنفس اليوم .
- ب. **تحليل الوقت وتخصيصه :** أي تحديد وقت العمل المنوط به (مذاكره ، محاضرات ....) ، والوقت المخصص للأنشطه الشخصيه والوقت الواجب تخصيصه للعائله ....
- ج. **تنظيم فترة العمل :** التنظيم الجيد للوقت يمر حتماً بهيكله سليمه للأعمال الواجب إنجازها ، حيث تنقسم الأعمال إلى :

- ☞ الأعمال الواجب إنجازها بأولوية قصوى .
- ☞ الأعمال التي ستنجز في أقرب وقت ممكن .
- ☞ الأعمال التي ستنجز حينما يمكن .

#### د. **تقييم الأداء :**

- كم من المهام أنجزت ؟ ولماذا كنت قادراً على إنجازها .
- كم من الأمور لم تنجز ولماذا حدث ذلك .
- هل بالإمكان إنجاز مافات في اليوم التالي دون الإخلال بالمهام الأخرى .
- هل أنا ملتزم بأولوياتي وأهدائي التي وضعتها لنفسي ؟
- هل كانت هناك أزمات وطوارئ ؟ وكيف تعاملت معها ؟

## مثال لفكرة المهام اليومي

التاريخ

اليوم

التنفيذ	الأهميه	الأعمال
تم	مهم جدا	واجب الرياضيات
لم يتم	مهم جدا	بحث مبادئ إدارة الأعمال
تم	مهم جدا	مذاكره لإختبار مادة ....
تم	مهم	زيارة الأستاذ في المكتب
لم يتم	مهم بعض الشيء	الذهاب للمكتبه للبحث
	أخرى	
لم يتم	غير مهم	زيارة صديق
تم	مهم بعض الشيء	إصلاح السيارة
تم	مهم	غسيل الملابس

### ٤- إرشادات عامه للتوظيف الأمثل للوقت :

- ❑ التعود على البرمجه .
- ❑ تحديد الأولويات .
- ❑ تفهم مراحل دورة اليقظه والانتباه لدى الطالب .
- ❑ تفادي تأخير الأعمال إلى الساعات الأخيره لإنقضاء مهلتها .
- ❑ محاولة استدراك التأخر في الوقت .
- ❑ ترتيب المكتب واعتماد نظام لحفظ الملفات والأوراق .
- ❑ استخدام التكنولوجيات الحديثه للتحكم بالوقت .
- ❑ استغلال أجزاء الوقت المهدور .
- ❑ تخصيص أوقات للراحه .
- ❑ الحفاظ على اللياقه البدنيه ( ممارسة الرياضة ) .

### ٥- تنظيم وقت العطله الأسبوعيه :

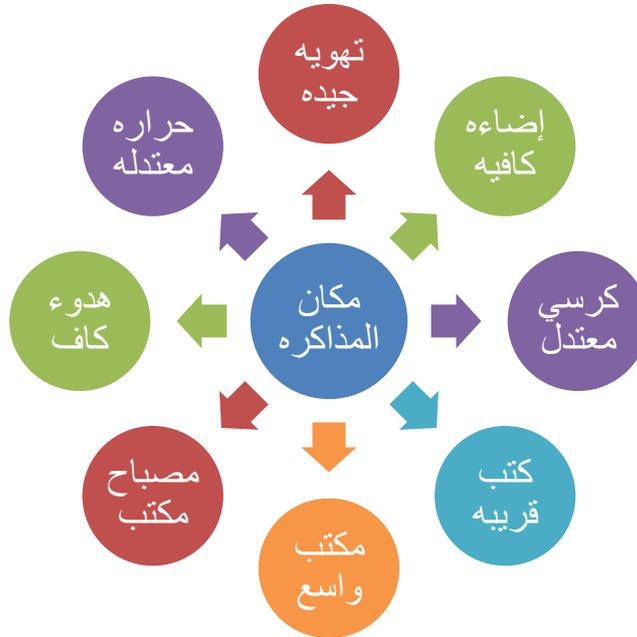
إذا كان بعض الطلاب يعتبرون هذه العطله مخصصه للتسلية والترفيه ، فإن بعض المهتمين يستغلون جزءا منها للمذاكره أيضا .



#### ٦- مكان المذاكرة :

إذا كان زمان المذاكرة مهما لتحقيق عوامل النجاح ، فإن مكانها لا يقل شأنًا عن ذلك ، وهذا فضلا عن الدور التكاملي الذي يلعبه في إدارة الوقت .

#### شروط مكان المذاكرة



<p><b>من أهم مضيعات الوقت ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المقاطعات الهاتفية .</li> <li>- القدره على قول لا .</li> <li>- الزوار الذين يأتون بموعد مسبق .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(١)
<p><b>تتمثل المرحلة الأولى من مراحل إدارة الوقت في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إعداد خطط عمل لتحقيق الأهداف .</li> <li>- تبني أساليب وحلول ملائمة لمواجهة تضييع الوقت .</li> <li>- تحديد الوقت .</li> <li>- تنفيذ خطط العمل المرسومه وفقا لجدول زمني محدد .</li> </ul>	(٢)
<p><b>يقصد بإدارة الوقت للطالب الجامعي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تنظيم وقته وتوزيعه بما يتناسب ومتطلبات المواد الدراسيه والحياة اليوميه .</li> <li>- قضاء أكبر وقت ممكن من حياته في المذاكره والدراسه معا .</li> <li>- قضاء أكبر وقت ممكن من حياته في المذاكره فقط .</li> <li>- قضاء أكبر وقت ممكن من حياته في المذاكره والتحصيل العلمي .</li> </ul>	(٣)
<p><b>يتميز الوقت كمورد غير متجدد عن بقية الموارد بكونه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يمتلكه كل الناس .</li> <li>- قابلا للإحلال والتبديل .</li> <li>- قابلا للتخزين .</li> <li>- يمكن زيادته ومضاعفته .</li> </ul>	(٤)
<p><b>تناسب (ثقافة الأجنده) في التحكم في الوقت إجراء :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- وقت فترة العمل .</li> <li>- جرد الأنشطة .</li> <li>- تحليل الوقت وتخصيصه .</li> <li>- تقييم الأداء .</li> </ul>	(٥)
<p><b>إن الوقت المخصص للعطله الأسبوعيه هو وقت :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يجب تخصيصه بالكامل للراحه والترفيه .</li> <li>- يجب تخصيصه بالكامل للمذاكره .</li> <li>- يجب تخصيص الجزء الأكبر منه للمذاكره .</li> <li>- يمكن تخصيص جزء منه للمذاكره .</li> </ul>	(٦)

<p><b>من أبرز العوامل الكامنه وراء إضاعة الوقت :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- وضع حدود قصوى لأجل التنفيذ .</li> <li>- وضع أهداف وأولويات ثابتة وغير متغيره .</li> <li>- محاولات التحسين المبالغ فيه .</li> <li>- وضع أهداف تحمل روح التحدي .</li> </ul>	(٧)
<p><b>الهدف من إدارة الوقت بالنسبه للطالب الجامعي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تنظيم وتوزيع كامل وقته على التزاماته الدراسيه .</li> <li>- تنظيم وتوزيع جزء يسير من وقته وتخصيصه للدراسه والمذاكره .</li> <li>- تنظيم وقته وتوزيعه بما يتناسب ومتطلبات المواد الدراسيه والحياة اليوميه صح .</li> <li>- تخصيص الجزء الأكبر من وقته لإلتزاماته العائليه والباقي لمتطلباته الدراسيه .</li> </ul>	(٨)
<p><b>يختص الوقت بكونه موردا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- غير متجدد .</li> <li>- قابلا للتخزين .</li> <li>- يمكن إحلاله أو تبديله .</li> <li>- يمكن مضاعفته وتصنيعه .</li> </ul>	(٩)
<p><b>من عوامل إضاعة الوقت :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- وضع حدود قصوى لأجل التنفيذ .</li> <li>- وضع الشخص نفسه باستمرار تحت تصرف الآخرين .</li> <li>- التمتع بالقدره على قول " لا " .</li> <li>- محاولات تحسين الأداء .</li> </ul>	(١٠)
<p><b>من أهم مضيعات الوقت :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- دخول المكتبات .</li> <li>- المشاركة في الأنشطة الثقافيه الخاصه بالطلاب .</li> <li>- حضور الدورات التدريبيه بالجامعه .</li> <li>- المقاطعات الهاتفيه صح .</li> </ul>	(١١)
<p><b>من الإجراءات المهمه للتحكم في الوقت جرد الأنشطة ويمثل ثقافتا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قراءة الصحف عند الصباح .</li> <li>- الأجنده .</li> <li>- تراكم الأنشطة .</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ .</li> </ul>	(١٢)

<p><b>لا شئ أطول ولا أقصر من :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- العمر .</li> <li>- الروح .</li> <li>- الحياة .</li> <li>- الوقت .</li> </ul>	(١٣)
<p><b>إن عملية ..... الوقت تعتبر من الأمور الهامة للوصول للنجاح :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد .</li> <li>- تذكر .</li> <li>- مراجعته .</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ .</li> </ul>	(١٤)
<p><b>من مضيعات الوقت :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- دخول الزملاء المفاجئ .</li> <li>- دخول المكتبات .</li> <li>- حضور الدورات التدريبية بالجامعة .</li> <li>- المشاركة في الأنشطة الثقافية الخاصة بالطلاب .</li> </ul>	(١٥)
<p><b>من الإجراءات المهمة للتحكم في الوقت ما يسمى بـجـرد الأنشطة حيث يقام فيها يوميا ببرمجة الأعمال ذات ..... وتسجيلها على مفكرة تضم أيضا أعمال قديمه مبرمجه لنفس اليوم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفائده .</li> <li>- الخصوصيه .</li> <li>- الأولويه .</li> <li>- الغير مهمه .</li> </ul>	(١٦)

## المحاضره الخامسه / التركيز والتذكر

### ☀️ أهداف المحاضره

#### تهدف هذه المحاضره إلى :

- ١) التعرف على العوامل المساعده على التركيز والتذكر .
- ٢) تحسين أساليب التركيز والتذكر لدى الطالب أثناء التعامل مع المواد الدراسيه المختلفه.
- ٣) إكساب الطالب القدره على وضع خرائط مفاهيميه للموضوعات التي يدرسها .

### ☀️ عناصر المحاضره

- المقدمة
- التركيز
- التذكر
- الخريطه المفاهيميه

### ☀️ المقدمة

بالنظر إلى الدور المنوط به ، فإن الطالب محتاج إلى بذل الكثير من الجهد والمذاكره ، وفهم الأسس والأساليب العلميه للمذاكره الناجحه والفاعله خاصه في ظل كثرة المعوقات الداخليه والخارجيه للتركيز . من هنا كان لابد من تحسين أساليب التركيز والتذكر ، والوقوف على أحدث الأساليب والتجارب العلميه في هذا المجال .

## أولاً : التركيز والتذكر

### ١- التركيز :

يقصد **بالتركيز** في الدراسه القدره على التعلم أو الدراسه بجديه في مهمه ما حتى يصل الفرد لدرجة استعادة أي شئ آخر عند انتباهه .

- ✓ إنه إذن عمليه مرتبطه بالحواس .
- ✓ وهو عمليه واعيه مرتبطه بالإهتمام والانتباه للمثيرات .

### ٢- معوقات التركيز :

هناك العديد من المثيرات التي تعمل على إعاقة عمليه التركيز ، والتي ينبغي التنبه إليها ، منها ما يقع داخل نطاق الفرد ، ومنها ما هو خارجي :

## معوقات التركيز

### عوامل تشتت الداخليه :

- نقص عدد ساعات النوم .
- المرض والإصابات الجسديه .
- سوء التغذية .
- الضغط النفسي .
- الخلافات مع العائله والأصدقاء .
- القلق .

### عوامل تشتت الخارجيه :

- الضوضاء والإزعاج .
- المكان غير المريح .
- مقاطعة الآخرين .
- التلفزيون .
- الأعباء الإضافيه للآخرين .

### ٣- تحسين القدره على التركيز :

- ✍ عقد العزم على التحكم في العوامل التي بمقدورك التحكم فيها .
- ✍ تخلص من لصوص الوقت الإلكترونيه ( ألعاب كمبيوتر ، تلفزيون ، إنترنت ) .
- ✍ استعد للمذاكره والتركيز ( كن جاهزا ، أقنع نفسك ، قم بتمارين جسديه ) .
- ✍ اهتم بنفسك ( نوم كاف ، تغذيه متوازنه ، بعد عن الإفراط في الانفعال )
- ✍ قم بوضع أهداف واقعيه .
- ✍ قم بوضع قوائم كالمذاكره ، والمواعيد ، وما عليك القيام به يوميا .
- ✍ تعرف على مسببات الضغط لديك وضع لها ملفا للمتابعه .
- ✍ كن واعيا عندما تأتيك أفكار أخرى تشتت الفكره التي تركز عليها .
- ✍ إذا وصلت حد التعب قم بعملية استرخاء أو راحة لوقت معين .

### ثانيا : الذاكره

#### ١- ما الذاكره ؟

تعرف الذاكره بأنها قابلية الإنسان للإحتفاظ بالتجربه والمعرفه واستدعائها عند اللزوم .

يمكن التعرف عليها أكثر من خلال المراحل الثلاثه المميزه لها :

الإستدعاء	الإحتفاظ	الترميز
وفيها يتم استرجاع المعلومات المخزنه عند الحاجه لذلك .	تتم فيها معالجة المعلومات وتصنيفها والإحتفاظ بها لمدة طويله .	ويبدأ بلفت الإنتباه لمثير ما ، ثم يتحول إلى رموز تفهمها الذاكره ، وتنتقل لمرحلة الحفظ

## ٢- النسيان :

هو فقدان للمعلومات من الذاكرة حينما نحتاج لإسترجاعها ، وهو سلاح ذو حدين . فبالرغم من جانبه الإيجابي ، فهو يشكل **عقبة أمام الطالب** الذي يريد تذكر المعلومات في الإمتحان لكنه يفضل في استعادتها في الوقت والشكل المناسبين .

## ٣- العوامل المؤثرة طرديا على الذاكرة :

- ☆ تأثير الحواس ( كلما كانت أكثر من حاسة تستقبل الحدث كان أكثر رسوخا )
- ☆ تأثير المعلومات الأكثر حداثة والأوليه .
- ☆ تأثير التشابه .
- ☆ تأثير القرب ( الشئ القريب يسهل تذكره لأنه مميز )
- ☆ تأثير التكرار .
- ☆ تأثير التحديد ( الأماكن والتواريخ )
- ☆ الإرتباطات الذهنيه ( تنشأ عن تكوين الصور العقلية المرئيه )
- ☆ تأثير الإنفعالات ( أيام الحزن الشديد أو الفرح والسعاده )

## ثالثا : الخريطة المفاهيميه

### ١- مفهوم الخريطة المفاهيميه :

✻ هي **علاقه ذات معنى بين المفاهيم** في شكل تكون عباره عن مفهومين أو أكثر تتصل ببعضها بواسطة الكلمات في إطار معين ( NOFAK & GODEN,1995 )

✻ هي **رسوم تخطيطيه ثنائيه الأبعاد** توضح العلاقات المتسلسله بين المفاهيم في أي نوع من فروع المعرفة المستمدة من البناء المفاهيمي ( السعدي ، ٢٠٠٠ ) .

### ٢- مكونات الخريطة المفاهيميه :

أ. **المفهوم العلمي** : بناء عقلي ينتج من الصفات المشتركة للظاهره ، أو تصورات يكونها الفرد للأشياء . **يوضع المفهوم داخل شكل مربع أو دائري . المفاهيم أنواع :**

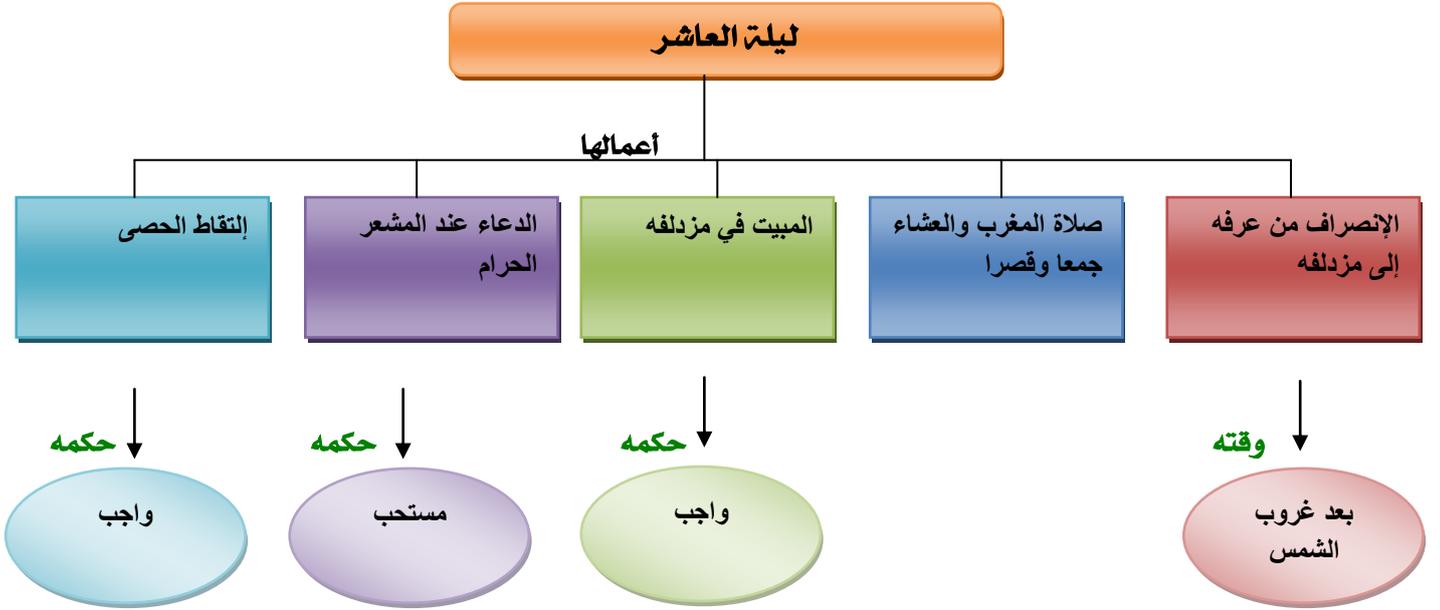
١. مفاهيم الربط
٢. مفاهيم الفصل
٣. مفاهيم العلاقه
٤. المفاهيم التصنيفيه
٥. المفاهيم العلميه
٦. المفاهيم الوجدانيه

- ب. **كلمات الربط** : تستخدم للربط بين مفهومين أو أكثر ( تنقسم ، يتركب من ..... )
- ج. **الوصلات العرضيه** : وهي عباره عن وصله بين مفهومين أو أكثر من التسلسل الهرمي تمثل في صورة خط عرضي .
- د. **الأمثله** : وهي الأحداث أو الأفعال المحدده التي تعبر عن أمثله للمفاهيم ، وغالبا ماتكون أعلاما ، لذا لا تحاط بدوائر وأشكال .

### ٣- كيف نشكل خريطة مفاهيمية :

- ↔ استخدم ورقة وقلما وممحاة مع الألوان لإبراز المفاهيم .
- ↔ اختر موضوعا يحمل معنى متكاملًا .
- ↔ تحليل مضمون الموضوع لتحديد مفهومه الأساسي ومفاهيمه الفرعية .
- ↔ إعداد قائمة بالمفاهيم وترتيبها تنازليا تبعا لشموليتها وتجريدها .
- ↔ تصنيف ووضع المفاهيم حسب مستوياتها والعلاقات فيما بينها .
- ↔ وضع المفاهيم داخل أشكال .
- ↔ ربط المفاهيم المتصلة وكتابة الكلمات الرابطة .
- ↔ كتابة الأمثلة أسفل الخريطة .
- ↔ مراجعة الخريطة .

### نموذج خريطة مفاهيمية



يقصد بـ ( ..... ) في الدراسة القدره على التعلم أو الدراسة بجديه في مهمته ما حتى يصل الفرد لدرجة استعادة أي شئ آخر عند انتباهه :

- التركيز .
- الإجتهد .
- المداومه .
- جميع ما ذكر صحيح .

(١)

<p><b>يشير البناء العقلي الذي ينتج من التصورات التي يكونها الفرد للأشياء ضمن الخريطة المفاهيمية إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المفهوم العلمي .</li> <li>- كلمات الربط .</li> <li>- الوصلات العرضية .</li> <li>- الأمثلة .</li> </ul>	(٢)
<p><b>تشير قابلية الإنسان للإحتفاظ بالتجربة والمعرفة واستدعائها عند اللزوم إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التذكر .</li> <li>- المذاكره .</li> <li>- الذاكره .</li> <li>- التركيز .</li> </ul>	(٣)
<p><b>الأمر الذي ليس له تأثير طردي على الذاكره هو تأثير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإختلافات .</li> <li>- الإنفعالات .</li> <li>- تحديد التواريخ .</li> <li>- الحواس .</li> </ul>	(٤)
<p><b>تشير قدره على التعلم أو الدراسه بجديه في مهمه ما حتى يصل الفرد لدرجة القدره على استعادة أي شئ آخر عند انتباهه إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التركيز .</li> <li>- التذكر .</li> <li>- الذاكره .</li> <li>- المذاكره .</li> </ul>	(٥)
<p><b>تتمثل المرحلة الأولى من المراحل المميزه للذاكره في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإسترجاع .</li> <li>- الترميز .</li> <li>- الحفظ .</li> <li>- الإستدعاء .</li> </ul>	(٦)
<p><b>يكون الحدث أكثر رسوخا في الذاكره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- كلما كان استقباله بأكثر من حاسه .</li> <li>- كلما تركز استقباله في حاسه واحده .</li> <li>- حينما يتم استقباله بحاسه السمع .</li> <li>- حينما يتم استقباله بحاسه البصر .</li> </ul>	(٧)

<p><b>أحد العوامل المساهمة في تحسين الذاكرة هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التوتر الحاصل بفعل الإمتحان .</li> <li>- تركيز المذاكرة في ليلة الإمتحان .</li> <li>- تجنب العمل تحت ضغط الوقت .</li> <li>- تكوين ارتباطات ذهنية حول الموضوع .</li> </ul>	(٨)
<p><b>الأمر الذي لا يتعلق بمكونات الخريطة المفاهيمية هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الوصلات العرضية .</li> <li>- كلمات الربط .</li> <li>- الإبداع الفكري .</li> <li>- المفهوم العلمي .</li> </ul>	(٩)
<p><b>من العوامل المساهمة في إبراز الطاقه الكامنه في تحسين الذاكرة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ضغط الوقت .</li> <li>- طول الوقت .</li> <li>- توازن الوقت .</li> <li>- عدم الإهتمام بالوقت .</li> </ul>	(١٠)
<p><b>تدل عبارة " ينقسم " أو " يتركب من " ضمن الخريطة المفاهيمية على :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- كلمات الربط .</li> <li>- الوصلات العرضية .</li> <li>- الأمثله .</li> <li>- المفهوم العلمي .</li> </ul>	(١١)
<p><b>تتمثل المرحلة الأولى من المراحل المميزه للذاكرة في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإسترجاع .</li> <li>- الإحتفاظ .</li> <li>- الترميز .</li> <li>- الإستدعاء .</li> </ul>	(١٢)
<p><b>الأمر الذي لا يتوافق مع مضمون التركيز هو وصفه بأنه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عمليه مرتبطه بالحواس .</li> <li>- عمليه لا شعوريه .</li> <li>- عمليه واعيه .</li> <li>- عمليه مرتبطه بالإهتمام والإنتباه للمثيرات .</li> </ul>	(١٣)

<p><b>الأمر الذي لا يتوافق مع مضمون التركيز هو وصفه بأنه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عملية مرتبطة بالحواس .</li> <li>- عملية لا شعورية .</li> <li>- عملية واعية .</li> <li>- عملية مرتبطة بالإهتمام والانتباه للمثيرات .</li> </ul>	(١٤)
<p><b>المؤثرات التي تعمل على إعاقة عملية التركيز هي مؤثرات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تكمن فقط خارج نطاق الفرد .</li> <li>- تكمن فقط داخل نطاق الفرد .</li> <li>- تكمن داخل وخارج نطاق الفرد .</li> <li>- لا علاقة لها بمحيط الفرد .</li> </ul>	(١٥)
<p><b>يقصد بقابلية الإنسان للإحتفاظ بالتجربة والمعرفة واستدعائها عند اللزوم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التركيز .</li> <li>- الذاكرة .</li> <li>- التذكر .</li> <li>- المذاكرة .</li> </ul>	(١٦)
<p><b>تتمثل إحدى عوامل التشتت الخارجة عن نطاق الفرد المعيقه للتركيز في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نقص عدد ساعات النوم .</li> <li>- الضوضاء والإزعاج .</li> <li>- العلاقات مع العائلة والأصدقاء .</li> <li>- المرض والإصابات الجسديه .</li> </ul>	(١٧)
<p><b>من العوامل المؤثره طرديا على الذاكرة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تأثير الإختلاف .</li> <li>- تأثير الإنفعالات .</li> <li>- تأثير البعد .</li> <li>- تأثير المعلومات الأقدم زمنيا .</li> </ul>	(١٨)
<p><b>تشير الرسوم التخطيطية ثنائية الأبعاد التي توضح العلاقات المتسلسله بين المفاهيم في أي نوع من فروع المعرفة المستمدة من البناء المفاهيمي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الشق الأيمن للدماغ .</li> <li>- الخريطه المفاهيميه .</li> <li>- مخطط الدماغ .</li> <li>- الشق الأيسر للدماغ .</li> </ul>	(١٩)

<p><b>أحد العوامل المؤثرة طرديا على الذاكره هو تأثير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المعلومات القديمه زمنيا .</li> <li>- بعد المسافه .</li> <li>- المعلومات الثانويه .</li> <li>- التشابه .</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>يعبر البناء العقلي ( في تصور الفرد ) الذي ينتج من الصفات المشتركه للظاهره ضمن الخريطه المفاهيميه عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الوصلات العرضيه .</li> <li>- كلمات الربط .</li> <li>- المفهوم العلمي .</li> <li>- الأمثله .</li> </ul>	(٢١)
<p><b>المرحله الأخيره من المراحل المميزه للذاكره هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تصنيف المعلومات .</li> <li>- الإحتفاظ بالمعلومات .</li> <li>- استدعاء المعلومات .</li> <li>- ترميز المعلومات .</li> </ul>	(٢٢)
<p><b>قابلية الإنسان للإحتفاظ بالتجربه والمعرفه واستدعائها عند اللزوم هي مفهوم يدل على :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذاكره .</li> <li>- المذاكره .</li> <li>- التركيز .</li> <li>- الذكرى .</li> </ul>	(٢٣)
<p><b>..... يعبر عن الرسوم التخطيطيه ثنائية الأبعاد التي توضح العلاقات المتسلسله بين المفاهيم في مجال معين :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الشق الأيمن للدماغ .</li> <li>- الخريطه المفاهيميه .</li> <li>- مخطط الدماغ .</li> <li>- الشق الأيسر للدماغ .</li> </ul>	(٢٤)
<p><b>من مكونات الخريطه المفاهيميه ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الوصلات الطويله .</li> <li>- الوصلات العرضيه .</li> <li>- الجمل الطويله .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(٢٥)

<p><b>من العوامل المساهمة في تحسين الذاكرة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- السهر .</li> <li>- المذاكرة في وقت التعب .</li> <li>- عدم الإهتمام بالغذاء .</li> <li>- التفكير في المعلومات قبل النوم .</li> </ul>	(٢٦)
<p><b>من العوامل المؤثرة طرديا على الذاكرة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تأثير التشابه .</li> <li>- تأثير القرب .</li> <li>- تأثير التكرار .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(٢٧)
<p><b>يعرف ..... بأنه فقدان المعلومات من الذاكرة حينما تحتاج لإسترجاعها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الغياب .</li> <li>- الحفظ .</li> <li>- النسيان .</li> <li>- الإستدعاء .</li> </ul>	(٢٨)
<p><b>من مراحل الذاكرة مرحلة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القوة .</li> <li>- الضعف .</li> <li>- الإستدعاء .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(٢٩)
<p><b>يقصد بـ ..... في الدراسة قدره على التعلم أو الدراسة بجديه في مهمه ما حتى يصل الفرد لدرجة استعادة أي شئ آخر عند انتباهه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المراجعة .</li> <li>- المناقشه .</li> <li>- المشاركه .</li> <li>- التركيز .</li> </ul>	(٣٠)
<p><b>من المراحل التي تمر بها الذاكرة مرحلة الإحتفاظ وتتم فيها .... بها لمدة طويله :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ترتيب .</li> <li>- معالجه .</li> <li>- نقل .</li> <li>- إسترجاع .</li> </ul>	(٣١)

<p>هناك الكثير من العوامل التي تساهم في تحسين ذاكرة الطالب منها تطوير أدوات معاونة للذاكرة مثل .... :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- رسم خرائط ذهنيه .</li> <li>- الجلوس على التلفاز .</li> <li>- عدم التفكير قبل النوم .</li> <li>- التخيل .</li> </ul>	( ٣٢ )
<p>يعرف النسيان بأنه فقدان المعلومات من الذاكرة حينما نحتاج .... :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التأكد منها .</li> <li>- مراجعتها .</li> <li>- إسترجاعها .</li> <li>- مسحها .</li> </ul>	( ٣٣ )
<p>من مكونات الخريطه المفاهيميه ..... والتي تستخدم للربط بين مفاهيمين أو أكثر :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الوصلات العرضيه .</li> <li>- كلمات الربط .</li> <li>- الأمثله .</li> <li>- المفهوم العلمي .</li> </ul>	( ٣٤ )

## المحاضرة السادسة / استراتيجيات القراءة الفعالة

### أهداف المحاضرة

#### تهدف المحاضرة إلى:

1. تعريف الطالب بالأنواع المختلفة للقراءة .
2. التعرف على الأساليب الناجحة في القراءة وتصميم أسلوب القراءة الشخصي .
3. تزويده بالإستراتيجيات الفاعلة للقراءة .

### عناصر المحاضرة

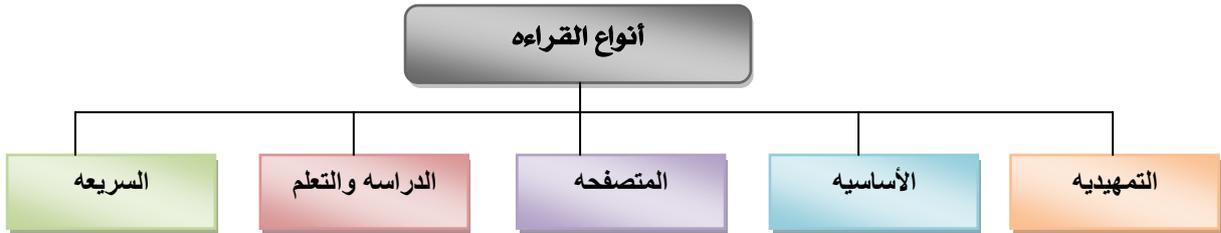
- المقدمة
- أهداف المحاضرة
- أولاً : أنواع القراءة
- ثانياً : تحسين أساليب القراءة

### المقدمة

اعتماداً على كونها إحدى وسائل إيصال المعلومات للطالب الجامعي ، فإن القراءة تعد بمثابة العملية المحورية في عملية التعلم . مع الأخذ في الاعتبار لطبيعة المرحلة الجامعية فإنه على الطالب قراءة الكثير ، للوقوف على الحقائق والمفاهيم وفهمها وربط بعضها ببعض . وعليه كان لابد من تزويده بمختلف الأساليب والإستراتيجيات التي تساعد على ذلك .

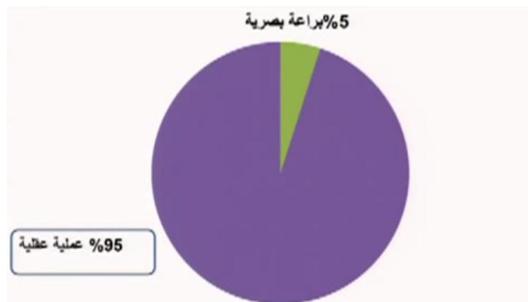
### أولاً : أنواع القراءة

هناك العديد من أنواع القراءة ، يرتبط كل نوع منها بهدف معين ، فلا بد إذن من تناسب النوع المختار مع الهدف .



### ملاحظة :

تشير الأبحاث إلى أن 95% من القراءة عملية عقلية تتعلق بتفسير الرموز الكتابية وفهمها ، وأن 5% فقط هي براعة بصرية آليه .



### عملية القراءة

### ١- القراءة التمهيديه :

هي طريقته تمكن من الوصول إلى حس الكاتب واتجاهه العام في الكتابه بسرعه ، في فصل من الكتاب أو الكتاب كله ، وتشمل قراءة المقدمة والجزء الأوسط والخاتمه .

#### ← مثال (١) : كيف تقرأ فصلا من كتاب قراءه تمهيديه ؟

- ١) اقرأ أول فقرتين قراءه شامله .
- ٢) اقرأ الجملة الرئيسييه التي يدور حولها الكلام ، ويمكن أن تكون في البدايه أو النهايه .
- ٣) اقرأ فقرات الخاتمه قراءه شامله .

#### ← مثال (٢) : كيف تقرأ كتابا كاملا قراءه تمهيديه ؟

- ✓ اقرأ العنوان ثم قائمة المحتويات بتأن وتفكير .
- ✓ اقرأ أول وآخر فصلين قراءه تمهيديه ثم أعد قراءتهما قراءه شامله .
- ✓ ابحث في قائمة المحتويات عن الفصل الذي يحتوي ملخصا للكتاب وقرأه قراءه تمهيديه ثم قراءه شامله .
- ✓ إذا قررت أن تقرأ الكتاب كله فاقرا كل فصل قراءه تمهيديه قبل القراءه الشامله .

### ٢- القراءه الأساسيه (الكلمات والعبارات المفتاحيه) :

- ◀ يتم خلالها التركيز على العبارات المهمه لأنها تمثل المفاتيح أو الأدله التي تدور حولها تفاصيل النص وتساعد على فهم الموضوع .
- ◀ يتم خلالها النظر لكل الكلمات مع إعطاء الكلمات والعبارات المهمه وقتا أكثر .

### ٣- القراءه المتصفح ( Scanning ) :

هي عمليه قراءه انتقاليه يتم فيها ترك أجزاء كبيره من القطعه بدون قراءه .

### ٤- القراءه للدراسه والتعلم ( Study Reading ) :

تتطلب القراءه للدراسه والتعلم ، القراءه أكثر من مره . من استراتيجيات هذا النوع ( SQ3R ) وهي تلخيص لخمس خطوات هي :

- أ. المسح **S = Survey** : وتعني الحصول على فكرة شامله عن الموضوع الذي ستقرأه قبل قراءة التفاصيل ، ويتم ذلك من خلال قراءة العناوين وقائمة المحتويات والملخصات والرسوم البيانيه .
- ب. الأسئلة **Q = Question** : أي قيام القارئ بوضع الأسئلة على المواضيع التي تم مسحها ، وتكون في البدايه مكتوبه على أن يتم الإستغناء عن الكتابه بعد التمرن على العمليه وبتقليل الأسئلة .
- ج. القراءه **( R1 = Reading )** : هنا يقوم القارئ بالقراءه عدة مرات بحثا عن إجابات الأسئلة المطروحه وعن الأفكار الرئيسييه ، يمكن بدايه القيام بقراءة سريعه ثم إعادة القراءه لتأكيد ما تم التوصل إليه من أفكار .

د. **التسميع (R2 = Reciting)** : ويكون بسرّد القارئ لما قرأه من ذاكرته لتثبيت المعلومات في ذهنه ، ويمكن أن يكون التسميع أولاً بأول تبعاً لتسلسل قراءة الأجزاء ، أو بعد أول قراءة للكتاب مباشرة ، كما يمكن كتابة النقاط التي تم تذكرها .

هـ. **المراجعة (R3 = Reviewing)** : وتعني مراجعة ما تم القيام به في الخطوات الأربعة السابقة ، وتتم من خلال :

- القراءة المسحية للتركيب العام للجزء خصوصاً إعادة مسح العناوين والملخصات .
- تذكر الأسئلة المثارة في البدايه وما مدى الإجابة عنها ، وهل يتبادر للذهن غيرها .
- إعادة القراءة للتأكد من تذكر كل شئ مهم .
- التسميع واختبار التذكر عبر كتابة النقاط الرئيسيه وتذكر الفرعيه المندرجه تحتها .

هـ- **القراءة السريعه (Rapid reading)** :

وهي **القراءة الفعالة** وتعني سرعة تفسير الرموز المقروءه وتقاس بمتوسط الكلمات التي تقرأ في الدقيقة إضافة إلى استيعاب ما تم قراءته .

**فعالية القراءة = السرعة × مقدار الفهم .**

**حيث أن :**

السرعه = متوسط عدد الكلمات في الدقيقة الواحده .

مقدار الفهم = عدد الإجابات الصحيحه / عدد الأسئلة المجريه .

**ثانياً : كيف تحسّن سرعتك في القراءة ؟!**

1- تقنية المجارات أو ضبط السرعة : (ملحوظه هامه )

عند التدريب في المرات الأولى على القراءة السريعه يجب التركيز على القراءة بدل الإستيعاب والفهم الذي سيأتي لاحقاً بعد التمرن على التقنيه .

## شكل خطوات تحسين القراءة



### ٢- توجيهات لتحسين سرعة القراءة :

إن مدى الكلمات التي تلتقطها العين ، ومدى الوقوف لتثبيت الكلمات هو ما يحدد سرعتك في القراءة .  
**وتتطلب سرعة القراءة :**

- ⊙ هدوء المكان وملائمة الزمان .
- ⊙ التركيز الذهني وعلى الأفكار الرئيسييه .
- ⊙ توسعة مدى العين ( نصف السطر - السطر كله ) .
- ⊙ تنوع السرعة حسب الهدف وحسب طبيعة المادة .
- ⊙ تنقل العين إلى الأمام .
- ⊙ القراءة الصامتة .
- ⊙ القراءة تحت ضغط الوقت .

## حركات العين حسب نوعية القارئ

<u>القارئ الغير ماهر</u>	<u>القارئ الماهر</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- لديه سعة مجال بصري محدوده في السطر الواحد ( لا يتجاوز الكلمه أو الثلاث كلمات في السطر).</li> <li>- عدد وقفات العين أثناء القراءة كثيره .</li> <li>- لا يوجد اتجاه واحد لحركات العين التي كثيرا ما ترجع للخلف ثم للأمام .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- لديه مجال بصري كبير في السطر الواحد ( من نصف إلى سطر).</li> <li>- عدد وقفات العين أثناء القراءة قليله .</li> <li>- تتحرك عيناه غالبا في اتجاه واحد من الخلف إلى الأمام .</li> </ul>

(١)	<p style="text-align: center;"><b>يمتاز القارئ الماهر عن القارئ غير الماهر :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بكثرة عدد وقفات عينه أثناء القراءة .</li> <li>- بعدم وجود اتجاه واحد لحركات عينه أثناء القراءة .</li> <li>- بأن لديه مجالا بصريا كبيرا في السطر الواحد .</li> <li>- بحركات عينه التي كثيرا ما ترجع للخلف ثم للأمام .</li> </ul>
(٢)	<p style="text-align: center;"><b>يستهدف أسلوب المسح في استراتيجية القراءة لأجل التعلم والدرس :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التسميع واختبار التذكر .</li> <li>- تثبيت المعلومات في الذهن .</li> <li>- البحث عن إجابات الأسئلة المطروحه والأفكار الرئيسيه .</li> <li>- الحصول على فكره شامله عن الموضوع الذي ستقرأه قبل قراءة التفاصيل .</li> </ul>
(٣)	<p style="text-align: center;"><b>من خلال التعرف على الأنواع المختلفه للقراءة نجد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- أن كلا منها يناسب هدفا معينا للتعلم .</li> <li>- أنه يكمن استخدام كل منها لمختلف أغراض التعلم .</li> <li>- أن كلا منها يرتكز أساسا على البراعه البصريه .</li> <li>- أن أغلبها يرتكز أساسا على البراعه البصريه .</li> </ul>
(٤)	<p style="text-align: center;"><b>القراءة التي يتم خلالها النظر لكل الكلمات مع إعطاء الكلمات والعبارات المهمه وقتا أكثر هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءة الأساسية صح .</li> <li>- القراءة التمهيديه .</li> <li>- القراءة المتصفح .</li> <li>- القراءة لأجل الدراسه والتعلم .</li> </ul>

(٥)	<p><b>حتى يتمكن من الوقوف على الحقائق وفهماها فإن المرحلة الجامعية تستدعي من الطالب :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدم شغل ذهنه بكثرة القراءة .</li> <li>- التركيز على ما يقدم له من محاضرات .</li> <li>- كثرة القراءة صح .</li> <li>- التغذية السليمه وقلّة السهر .</li> </ul>
(٦)	<p><b>نوع القراءة الذي يمكن بسرعه من الوصول إلى فهم حس الكاتب واتجاهه العام في الكتابة هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءة الأساسيّه .</li> <li>- القراءة المتصفحّه .</li> <li>- القراءة التمهيديه .</li> <li>- القراءة السريعه .</li> </ul>
(٧)	<p><b>يتوصل الطالب سريعا إلى حس الكاتب واتجاهه العام في الكتابة من خلال :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءة الأساسيّه .</li> <li>- القراءة التمهيديه .</li> <li>- القراءة المتصفحّه .</li> <li>- القراءة السريعه .</li> </ul>
(٨)	<p><b>تتطلب سرعة القراءة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- حصر وتركيز مدى العين في عدد محدد من الكلمات .</li> <li>- التركيز الذهني على الأفكار الفرعيه .</li> <li>- القراءة تحت ضغط الوقت صح .</li> <li>- توقف العين من حين لآخر ورجوعها للعبارات المهمه .</li> </ul>
(٩)	<p><b>تشير الأبحاث إلى أن القراءة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مجرد عملية عقلية تتعلق بتفسير الرموز .</li> <li>- مجرد براعه بصريه .</li> <li>- عملية عقلية أكثر منها براعه بصريه .</li> <li>- براعه بصريه أكثر منها عملية عقلية .</li> </ul>
(١٠)	<p><b>من خصائص القارئ الماهر :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- توقف عينه أثناء القراءة باستمرار .</li> <li>- لا يوجد اتجاه واحد لحركات عينه .</li> <li>- يركز على سرعة القراءة بغض النظر عما تم استيعابه .</li> <li>- لديه مجال بصري كبير في السطر الواحد .</li> </ul>

<p><b>القراءة التي يتم خلالها النظر لكل الكلمات مع إعطاء الكلمات والعبارات المهمة وقتاً أكثر هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءة الأساسية .</li> <li>- القراءة السريعة .</li> <li>- القراءة المتصفحة .</li> <li>- القراءة التمهيدية .</li> </ul>	(١١)
<p><b>إحدى صفات القارئ غير الماهر أن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لديه مجال بصري كبير في السطر الواحد .</li> <li>- عدد وقفات عينه أثناء القراءة قليله .</li> <li>- عينيه غالباً ما تتحركان في اتجاه واحد من الخلف إلى الأمام .</li> <li>- وقفات عينه كثيره للتأكد من دلالة الكلمات .</li> </ul>	(١٢)
<p><b>تشير الأبحاث إلى أن نسبة ٥% فقط من القراءة هي عملية :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عقلية .</li> <li>- بصرية آليه صح .</li> <li>- تتعلق بتفسير الرموز الكتابية وفهمها .</li> <li>- وجدانية .</li> </ul>	(١٣)
<p><b>النوع الذي تتم بموجبه عملية القراءة بصورة انتقالية يتم فيها ترك أجزاء كبيره من القطعه بدون قراءة هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءة التمهيدية .</li> <li>- القراءة لأجل التعلم .</li> <li>- القراءة السريعة .</li> <li>- القراءة المتصفحة .</li> </ul>	(١٤)
<p><b>تشير الأبحاث إلى أن نسبة ..... من القراءة هي فقط براعة بصرية آليه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ٩٥% .</li> <li>- ٩٠% .</li> <li>- ١٥% .</li> <li>- ٥% .</li> </ul>	(١٥)
<p><b>تعرف القراءة التمهيدية على أنها طريقة تمكن من الوصول إلى حس الكاتب واتجاهه العام في الكتابه ب ..... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- سرعة .</li> <li>- دقة .</li> <li>- فهم .</li> <li>- إدراك .</li> </ul>	(١٦)

(١٧)	<p><b>إن القراءه للدراسه والتعلم لديها العديد من الإستراتيجيات منها .... والتي تعني الحصول على فكرة شامله عن الموضوع الذي ستقرأه قبل قراءة التفاصيل :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءه .</li> <li>- المسح .</li> <li>- التسميع .</li> <li>- المراجعته .</li> </ul>
(١٨)	<p><b>تقاس فاعلية القراءه بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- السرعه مضروباً في مقدار الفهم .</li> <li>- السرعه مقسومه على مقدار الفهم .</li> <li>- مقدار الفهم مقسوماً على كميّة القراءه .</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ .</li> </ul>
(١٩)	<p><b>يتميز القارئ الماهر عن القارئ غير الماهر بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدد وقفات العين أثناء القراءه كثيره .</li> <li>- لديه سعة مجال بصري محدوده في السطر الواحد .</li> <li>- لا يوجد اتجاه واحد لحركات العين التي كثيراً ما ترجع للخلف ثم للأمام .</li> <li>- تتحرك عيناه في اتجاه واحد من الخلف إلى الأمام .</li> </ul>
(٢٠)	<p><b>لقراءة فصل كامل من كتاب قراءة تمهيديه تكون أول الخطوات هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قراءة الغلاف وتدبير معانيه .</li> <li>- المرور سريعاً على الفهرس .</li> <li>- البدايه من اخر فصل بالكتاب أو الخاتمه .</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ .</li> </ul>
(٢١)	<p><b>تقاس فعالية القراءه بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- السرعه ناقصاً الزمن .</li> <li>- السرعه مقسوماً على الزمن .</li> <li>- السرعه مضروباً في مقدار الزمن .</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ .</li> </ul>
(٢٢)	<p><b>تسمى عملية الحصول على فكرة شامله عن الموضوع الذي ستقرأه قبل قراءة التفاصيل من خلال قراءة العناوين وقائمة المعنويات والملخصات والرسوم البيانيه بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المناكره .</li> <li>- التصفح .</li> <li>- المسح .</li> <li>- الأسئلة .</li> </ul>

<p>..... يتم خلالها النظر لكل الكلمات مع إعطاء الكلمات والعبارات المهمة وقتاً أكثر :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءة الأساسية .</li> <li>- القراءة التمهيدية .</li> <li>- القراءة المتصفحة .</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ .</li> </ul>	( ٢٣ )
<p><b>لقراءة فصل كامل من كتاب تكون أول الخطوات هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قراءة أول فقرتين قراءة شاملة .</li> <li>- المرور سريعاً على الفهرس .</li> <li>- البدايه من آخر فصل بالكتاب أو الخاتمه .</li> <li>- قراءة الغلاف وتدبر معانيه .</li> </ul>	( ٢٤ )
<p><b>تشير الأبحاث إلى أن ٩٥% من القراءه هي عمليه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- فطريه .</li> <li>- بصريه .</li> <li>- عقليه .</li> <li>- جميع ما ذكر .</li> </ul>	( ٢٥ )
<p><b>أسلوب القراءه الذي يوصلنا سريعاً إلى فهم حس الكاتب واتجاهه العام في الكتابه هو القراءه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لأجل الدراسه والتعلم .</li> <li>- المتصفحه .</li> <li>- السريعه .</li> <li>- التمهيديه .</li> </ul>	( ٢٦ )
<p><b>أسلوب القراءه الذي يوصلنا سريعاً إلى فهم حس الكاتب واتجاهه العام في الكتابه هو القراءه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لأجل الدراسه والتعلم .</li> <li>- المتصفحه .</li> <li>- السريعه .</li> <li>- التمهيديه .</li> </ul>	( ٢٧ )
<p><b>لتحقيق القراءه الفعاله يجب :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- حصر مدى العين في كلمات محددده أثناء القراءه .</li> <li>- التركيز الذهني على الأفكار الفرعيه .</li> <li>- تنوع السرعه حسب الهدف وحسب طبيعته الماده .</li> <li>- توقف ورجوع العين للكلمات المهمه عبر الأسطر .</li> </ul>	( ٢٨ )

## المحاضره السابعه / إدارة الإختبارات

### □ أهداف المحاضره

#### تهدف هذه المحاضره إلى :

١. التعرف على طبيعة الإختبارات وأنواعها .
٢. تصحيح نظرة الطالب للإختبارات .
٣. التعامل الإيجابي مع القلق المصاحب للإختبارات .
٤. تطبيق الوسائل والأساليب المثلى لمواجهة الإختبارات والتعامل معها .

### □ موضوعات المحاضره

١. المقدمة
٢. أولاً : المراحل الأساسية لإدارة الإختبارات
٣. ثانياً : استراتيجيات الإجابة عن الأسئلة
٤. ثالثاً : التعامل مع قلق الإختبارات

### □ المقدمة

- ✓ الإختبارات هي إحدى الوسائل المهمة التي يتم من خلالها تقييم مدى تحصيل الطالب الدراسي ومستوى أداءه الأكاديمي .
- ✓ تختلف نظرة الطالب للإختبارات بين محب لها أو كاره ، وبين متحدر لها أو مستسلم ، وبين مستعد لها أو متردد ، وبين مستهين بها أو مستثقل ، وبين متخذ لها غاية و متخذ لها وسيلة للتعلم ، ولكل موقف انعكاسه على الأداء .
- ✓ وأخذنا في الإعتبار لكل ذلك ، وللقلق المصاحب لهذه الإختبارات كان لابد من تذليل الصعاب وبيان حقيقة طبيعة الإختبارات والسبل الفاعله للتعامل معها .

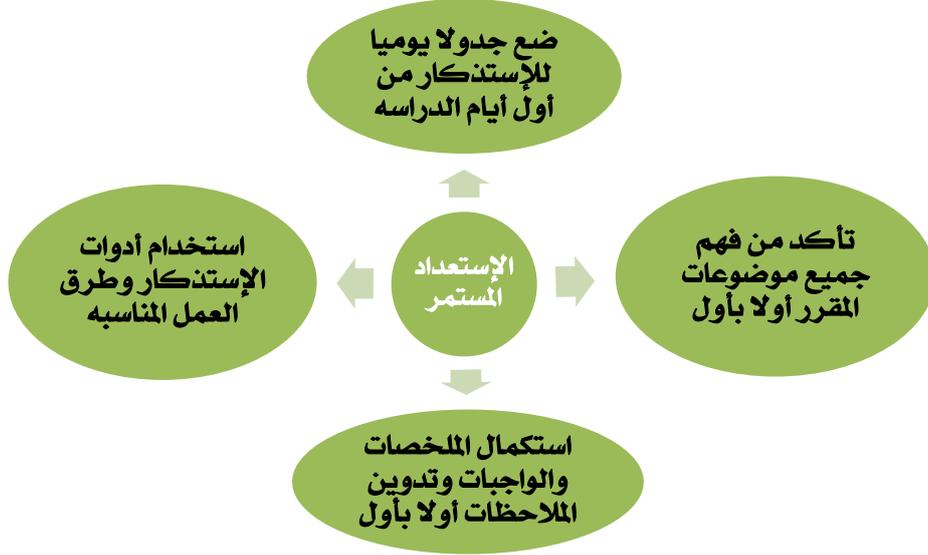
### أولاً : المراحل الأساسية لإدارة الإختبارات

#### ١- الإستعداد المستمر للإختبارات :

الخطأ الجسيم الذي يقع فيه معظم الطلاب أنهم لا يذاكرون إلا ليلة الإختبار أو قبلها بمدى يسيره ، مع أنه عليهم أن يكونوا على استعداد مستمر ، وذلك يؤدي إلى :

- ✍ عدم توفر الوقت الكافي للطالب لمذاكرة المادة كلها .
- ✍ عدم توفر الوقت الكافي للطالب لتثبيت ما قرأ في ذاكرته .
- ✍ ازدياد نسبة قلقه وتوتره ليلة الإختبار مما يضطره بالتالي للسهر .

## متطلبات الإستعداد المستمر



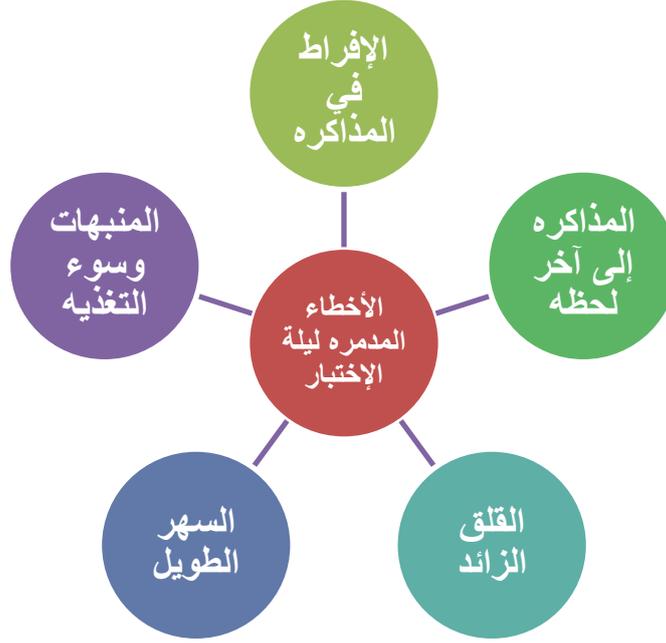
### ٢- الإستعداد الأخير قبل موعد الإمتحان بوقت كاف :

- ★ ضع جدولاً للمذاكره النهائيه قبل الإختبار بوقت كاف .
- ★ استذكر بتركيز مستعينا بملخصاتك وملاحظاتك .
- ★ ركز على ما لا تعرف وتغلب على مشكلاته .
- ★ تعرف على نمط أسئله أستاذك مستعينا باختباراته الدوريه .
- ★ أجر لنفسك اختباراً افتراضياً أو أجب على اختبارات سابقه .

### ٣- المراجعة السريعه ليله الإختبار :

- ↩ اجعل ليله الإختبار ليله سعيده وخاليه من التوتر .
- ↩ اكتف بمراجعة خفيفه للماده .
- ↩ الإعتناء بالتغذيه السليمه .
- ↩ النوم المبكر ( فترة نوم لا تقل عن ٨ ساعات ) .
- ↩ تجنب أخذ المنبهات المدمره للدماغ .

## الأخطاء المدمره ليلته الإختبار



### ٤- مرحلة أداء الإختبار :

- \* التأكد من ورقة الأسئلة .
- \* كتابة الإسم والرقم الجامعي والشعبه .
- \* قراءة التعليمات جيدا قبل البدء بالإجابة .
- \* فهم السؤال جيدا قبل الإجابة عنه .
- \* البدء بالسؤال الأسهل .
- \* توزيع الوقت بشكل مناسب مع حجم الأسئلة ووزنها .
- \* مراجعة الإجابة قبل تسليم الورقه .
- \* الدقه في الإجابة وتجنب الإسهاب والحشو

### ثانيا : استراتيجيه الإجابة عن الأسئلة

#### ١- الأسئلة المقاليه

الأسئلة التحريريّه أو المقاليه هي التي تكون الإجابة فيها كتابته لشرح معنى أو مفهوم معين أو حل وصفي لمسأله ما أو ما شابه ذلك .مما يوصى به في التعامل مع هذا النوع من الأسئلة .

- ❖ أحرص على أن يكون خطك واضحا ولغتك سليمة .
- ❖ ضع إجابتك في فقرات أو نقاط واضحه .
- ❖ فكر بالسؤال قبل بدء الإجابة عنه .
- ❖ إذا كان لديك أكثر من سؤال فابدأ عملية التذكر وسجل الإجابة الموجزه التي تحوزها .
- ❖ عند الإجابة اطرق الموضوع مباشرة وبشكل واضح .
- ❖ إذا كان لديك الكثير من المعلومات ، ركز على النقطه المباشره ثم توسع واطرح معلوماتك حول السؤال .

- ❖ إذا كنت تفتقر لبعض المعلومات قم بإضافة بعض المعلومات من خلال فهمك لما تعرفه عموماً حول المادة والسؤال .
- ❖ إنتبه لصيغة السؤال فإنها توجه إجابتك نحو الهدف (قارن ، عرف ، علل .... إلخ)
- ❖ إنتبه لبعض المتطلبات في الأسئلة كإعطاء الأمثلة .
- ❖ لا تترك أبداً أسئلة فارغة بدون إجابة ، واعتمد على تفكيرك وعقلك .
- ❖ إذا كان الوقت ينفذ فقم بكتابة ما خطت للإجابة عنه في شكل نقاط .

## ٢- الأسئلة الموضوعية

### أ. الإختيار المتعدد :

- ☞ تأكد من الفهم التام لموضوع السؤال وكل البدائل المحتملة .
- ☞ لا تجب إجابة متسرع .
- ☞ قم فوراً باستبعاد البدائل التي يتضح أنها خاطئة .
- ☞ اختبر الإجابة الأكثر صواباً فأحياناً يبدو البديل صحيحاً ولا يبرز الخلل إلا بعد التمحيص .
- ☞ تأكد من عدم التناقض بين متن السؤال والبدائل ( مفرد جمع مثلاً ) .
- ☞ تأكد من زمن الأفعال في متن السؤال والبدائل .
- ☞ ارسم مخططات وخطوطاً للإجابات على ورقة جانبيه لتحفيز الذكاء والتفكير .
- ☞ تخيل نفسك لحظة مذاكرة المادة وتخيل مواقع الكلمات .
- ☞ إذا كنت لا تعرف الإجابة فاجأ إلى التخمين وما يوصلك إليه من قناعات .

### ب. الخطأ والصواب :

- ★ اقرأ السؤال بتمعن لأنه قد توجد كلمة تغيير ما تعرفه .
- ★ إذا كنت لا تعرف الإجابة فاجأ للتخمين المستند للمنطق العقلي .
- ★ إذا وجدت بعض العبارات الحاسمة مثل : أبداً ، كل مره ، لا بد ... فغالبا ما تكون الإجابة عنها بالخطأ .
- ★ إذا وجدت بعض العبارات الأقل حسماً مثل ، أغلب الوقت ، على الأرجح ، ، فغالبا ما تحتمل الصحة .

## ثالثاً : التعامل مع قلق الإختبارات

### ١- طبيعة قلق الإختبار :

نميز ما بين نوعين من قلق الإختبارات نوع له جانب إيجابي تحفيزي ، إذا كان قليلاً وآخر جانب سلبي يؤدي إلى التشتت الذهني وإعاقة الذاكرة إذا كان شديداً .

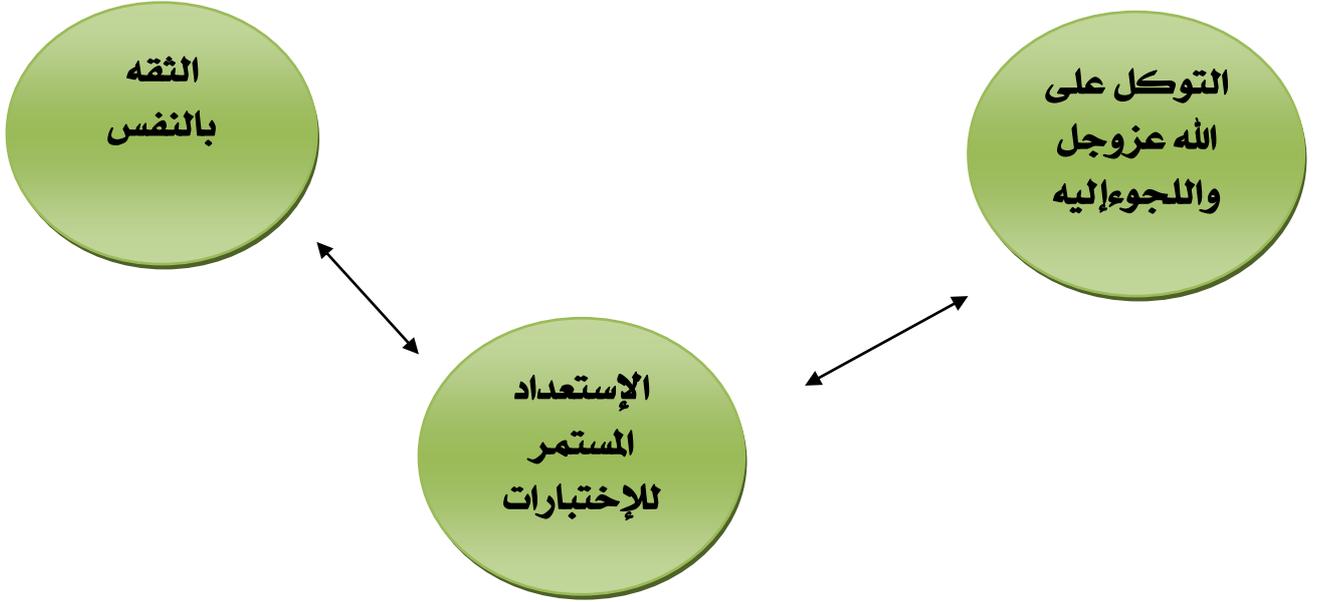
### ٢- لماذا يعد القلق الزائد مشكلة ؟ :

- ✘ لتأثيره على أعصاب الطالب فيشتت ذهنه بشكل قد يوقفه عن المذاكرة .
- ✘ لأنه سرعان ما يتحول إلى خوف ورهبة تشل قدره على الفهم والتذكر .
- ✘ لأنه يؤدي عادة إلى إضعاف الشهية وسوء التغذية وإضعاف الجسم .
- ✘ قد تصاحبه حيل دفاعية لا شعورية كإدعاء المرض والشعور بالصرع ... وغيره .

### ٣- طرق الوقايه منه :

- التوكل على الله عزوجل واللجوء إليه .
- فهم الذات جيدا .
- استخدام الاستراتيجيات السليمه أثناء حدوثه ومنها :
  - ☞ الإسترخاء .
  - ☞ الحديث الإيجابي مع الذات .
  - ☞ السيطرة على الإنفعالات الداخليه من خلال الإدراك السليم لتأثيرات القلق .
  - ☞ قراءة القرآن الكريم لما لذلك من أثر في بث الطمأنينه في النفس .

### طرق الوقايه من قلق الإختبارات



يتمثل الأمر الذي لا ينتج عن القلق الزائد من الإختبارات في :

- تحفيز الذات .
- تشتت الذهن .
- بروز حيل دفاعيه لا شعوريه .
- ضعف الشهيه .

(١)

<p><b>أحد الأخطاء المدمره في ليلة الإختبار هو:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قلة المذاكره فيها .</li> <li>- عدم المذاكره فيها أصلا .</li> <li>- الإفراط في المذاكره فيها .</li> <li>- الإكتفاء بالمذاكره الخفيفه فيها .</li> </ul>	(٢)
<p><b>مما ينصح به أثناء أداء الإختبار:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- البدء بالسؤال الأسهل .</li> <li>- البدء بالسؤال الأصعب .</li> <li>- البدء بالسؤال الأطول .</li> <li>- البدء بالسؤال الأقصر .</li> </ul>	(٣)
<p><b>الأمر الذي ينشأ عن القلق الشديد المصاحب للإختبارات هو:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع .</li> <li>- إعاقة المذاكره .</li> <li>- تحفيز الذات .</li> <li>- الإبتكار .</li> </ul>	(٤)
<p><b>الأمر الذي لا يساهم في معالجة القلق هو:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قراءة القرآن الكريم .</li> <li>- فهم الذات .</li> <li>- عدم السيطرة على الإنفعالات الداخليه .</li> <li>- الإسترخاء .</li> </ul>	(٥)
<p><b>تدرج أسئلة الخطأ والصواب ضمن:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأسئلة التحريرييه .</li> <li>- الأسئلة الموضوعيه .</li> <li>- الأسئلة المقاليه .</li> <li>- أسئلة الإختيار المتعدد .</li> </ul>	(٦)
<p><b>مما ينصح به الطالب بخصوص الإختبارات:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تركيز المذاكره في ليلة الإختبار .</li> <li>- الإفراط في المذاكره .</li> <li>- عدم القلق نهائيا بشأن الإختبارات .</li> <li>- الإكتفاء بمذاكره خفيفه للماده في ليلة الإختبار .</li> </ul>	(٧)

<p><b>الأسئلة التي تكون الإجابة فيها كتابة لشرح معنى أو مفهوم معين أو حل وصفي لمسألة ما ، هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأسئلة التحريرية .</li> <li>- الأسئلة الموضوعية .</li> <li>- أسئلة الصح والخطأ .</li> <li>- أسئلة الاختيار من متعدد .</li> </ul>	(٨)
<p><b>ينصح الطالب في ليلة الإختبار :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بتناول المنبهات التي تساعد على السهر طويلا بشكل استثنائي .</li> <li>- بالإكتفاء بمراجعة خفيفه للماده موضوع الإختبار .</li> <li>- بتركيز المراجعة في كامل ليلة الإختبار .</li> <li>- بتخصيص ما لا يقل عن ٨ ساعات من هذه الليلة للمذاكرة .</li> </ul>	(٩)
<p><b>من طرق الوقايه من القلق مايلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التركيز ورفع الهمة لأعلى الدرجات .</li> <li>- إستنفار الأسره والأقارب .</li> <li>- عدم الإسترخاء .</li> <li>- فهم الذات جيدا .</li> </ul>	(١٠)
<p><b>الأسئلة التي تكون الإجابة فيها كتابة لشرح معنى أو مفهوم معين أو حل وصفي لمسألة تسمى بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأسئلة المقاليه .</li> <li>- الأسئلة الموضوعية .</li> <li>- الأسئلة العشوائيه .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(١١)
<p><b>من أهم الممارسات التي تساعد الطالب للإستفاده من المراجعة السريعه ليلة الإختبار ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- النوم المبكر .</li> <li>- السهر حتى منتصف الليل .</li> <li>- عدم النوم حتى الصباح .</li> <li>- أخذ المنبهات .</li> </ul>	(١٢)
<p><b>تعتبر ..... بمثابة إحدى الوسائل المهمة التي يتم من خلالها تقييم مدى تحصيل الطالب الدراسي ومستوى أداءه الأكاديمي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المقابلات .</li> <li>- الإجتماعات .</li> <li>- الكشف الطبي .</li> <li>- الإختبارات .</li> </ul>	(١٣)

<p><b>من الأخطاء المدمره ليلتة الإختبار ... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإفراط في المذاكره .</li> <li>- القلق المعقول .</li> <li>- الإستعانه بمذكرات المقرر .</li> <li>- المراجعته السريعه .</li> </ul>	(١٤)
<p><b>من الإستراتيجيات التي يجب على الطالب إتباعها في حالة الإختبارات ذات الخيارات المتعدده ... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إختبار الإجابة الأكثر صوابا .</li> <li>- عدم الإهتمام بزمن الأفعال .</li> <li>- تجنب إستبعاد البدائل .</li> <li>- الإجابة بدون تركيز .</li> </ul>	(١٥)
<p><b>من الإستراتيجيات التي يجب على الطالب إتباعها في حالة الإختبارات ذات الأسئلة الموضوعيه ....:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإجابة بسرعه .</li> <li>- التأكد من عدم التناقض بين متن السؤال والبدايل .</li> <li>- قراءة السؤال بسرعه .</li> <li>- إستبعاد البدائل .</li> </ul>	(١٦)
<p><b>يمكن قياس مقدار الفهم لدى الطالب بـ : ( الإجابة غير مؤكده .. سيتم التأكد من الدكتور )</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدد إجاباته الصحيحه مقسوما على عدد الأسئلة .</li> <li>- عدد الإجابات غير الصحيحه مضروبا في عدد الأسئلة .</li> <li>- عدد الإجابات غير الصحيحه فقط .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(١٧)

## المحاضرة الثامنة / أنماط التفكير ووظائف الدماغ

### ❖ أهداف المحاضرة

#### تهدف هذه المحاضرة إلى :

١. تعريف الطالب على الذكاءات المتعدده .
٢. تمييز الطالب للنوع السائد من الذكاء لديه .
٣. تكوين تصور لدى الطالب عن كيفية تكوين ذكاءات متعدده .
٤. تعرف الطالب على أنماط التعلم والتفكير المفضل له لديه .
٥. إحاطة الطالب علما بوظائف نصفي الدماغ .

### ❖ موضوعات المحاضرة

١. المقدمة
٢. أولا : الذكاءات المتعدده
٣. ثانيا : أنماط التعلم والتفكير
٤. وظائف نصفي الدماغ

### ❖ المقدمة

إلى جانب مهارات التعلم ، فإن الطالب الجامعي بحاجة ماسه إلى المهارات التي تنمي تفكيره وتكسبه قدره على التفكير في المواقف والمشكلات والأشياء من حوله بصورة سليمة منظمه واضحه الخطوات ومضمونه النتائج . ولأن الأفراد يختلفون في مداركهم كان لابد من تشخيص وضعيت الطالب في هذا المجال ، وتعريفه بمواطن القوه لديه وإكسابه بالتالي قدره على تنمية مهارات التفكير المختلفه لديه .

### أولا : الذكاءات المتعدده

يختلف الناس في مهاراتهم العقلية تبعا لجملة عوامل تتعلق بالوراثة والظروف المحيطه . من هنا فإن هذا الإختلاف يعود لإملاك الأفراد أنواعا مختلفه من الذكاء . وقد حدد Gardner عدة أنواع مختلفه للذكاء تتمثل فيما يلي :

### ١- الذكاء اللغوي – اللفظي ( Verbal Linguistic Intelligence ) :

- وهو قدره على التعبير اللغوي واستعمال الكلمات .
- غالبا ما نجد لدى من يحوزون هذا النوع القدره على إدراك معاني الكلمات وترتيبها .
- يتضح هذا النوع لدى الكتاب والشعراء والمحامين والخطباء مثلا .

### ٢- الذكاء المنطقي الرياضي ( Mathematical Intelligence ) :

- ◀ هو قدره على الإستدلال الإستقرائي والإستنباطي وحل المشكلات المجرده .
- ◀ يتضح هذا النوع لدى العلماء بشكل عام وخاصه علماء الرياضيات ومبرمجي الكمبيوتر والمحللين الماليين والفيزيائيين وأمثالهم من الباحثين .

### ٣- الذكاء البصري – المكاني ( Visual – Pastial Intelligence ) :

هو القدره على تصور الأشياء وتصور الأشكال في الفراغ (الفضاء) .  
يتضح هذا النوع مثلا لدى مهندسي الديكور والعماريين والنحاتين والرسامين  
والجغرافيين والملاحين .

### ٤- الذكاء الموسيقي ( Musical Intelligence ) :

- هو الإحساس بالإيقاع الموسيقي والتفاعل معه ويتمثل في القدره على إنتاج الأنغام وتقدير الإيقاعات وطبقات الصوت .
- يتضح هذا النوع مثلا لدى الملحنين والمنشدين وغيرهم .
- يمكن أن يكون كذلك لدى فئات أخرى كالميكانيكيين واختصاصيي القلب الذين يشخصون بناء على السمع الدقيق لنماذج الأصوات .

### ٥- الذكاء الحسي – الحركي ( Bodily – Kinesthetic Intelligence ) :

- ✓ ويعني القدره على التحكم بنشاط الجسم وحركاته بشكل بديع .
- ✓ يتضح هذا النوع مثلا لدى الرياضيين ولاعبي الجمباز وكذا الجراحين الذين يعتمدون على العضلات الدقيقه لديهم .

### ٦- الذكاء الإجتماعي ( Intelligence Interpersonal ) :

- ☉ ويسمى أيضا الذكاء الشخصي الخارجي ويعني القدره التي يمتلكها الفرد على التواصل مع الآخرين .
- ☉ يمثل هذا النوع أولئك الذين يجذبون الناس ويتفاعلون معهم ممن يحظون بشعبية واسعة ، والأشخاص الذين يتميزون بجاذبية خاصة (كاريزما) من القياديين .

### ٧- الذكاء الشخصي ( Personal Intelligence ) :

- ☼ وهو إدراك الإنسان لنفسه ولعالم الذي يعيش فيه والقدره على استيعاب العلاقات التي تربط الأمور والظواهر المحيطه به .
- ☼ يتضح هذا النوع لدى العلماء والحكماء والفلاسفه .

### ٨- الذكاء الطبيعي ( Natural Intelligence ) :

- ☾ ويعني القدره على تمييز وتصنيف الكائنات الحيه في الطبيعه ويتطلب المهاره في التعامل معها والوعي بالمتغيرات التي تحصل في البيئه
- ☾ يتضح هذا النوع مثلا لدى المزارعين والصيادين والطهاة وعلماء النبات والحيوان وعلماء الجيولوجيا والآثار .

## ثانياً : أنماط التعلم والتفكير

### أعد ( Fleming & Bonweil ) نموذجاً مكوناً من أربعة أنماط :

١. يرمز الحرف الأول من الإسم ( VARK ) إلى VISUAL ويدل على النمط البصري .
٢. يرمز الحرف الثاني منه ، إلى Aural ويدل على النمط السمعي .
٣. يرمز الحرف الثاني منه إلى Read/Write ويدل على النمط القرائي – الكتابي .
٤. يرمز الحرف الرابع منه إلى Kinesthetic ويدل على النمط العملي – الحركي .

### (١) نمط التعلم البصري ( المرئي ) :

- أ. يعتمد المتعلم فيه على الإدراك البصري والذاكرة البصريه .
- ب. يتعلم بشكل أفضل من خلال رؤية المادة التعليميه كالرسومات والأشكال والتمثيلات البيانيه والعروض التصويريه .

### (٢) نمط التعلم السمعي :

- ✓ يعتمد المتعلم فيه على الإدراك السمعي والذاكرة السمعيه .
- ✓ يتعلم بشكل أفضل من خلال سماع المادة التعليميه كالمحاضرات ، والأشرطة المسجله والحوارات الشفويه والمناقشات .

### (٣) نمط التعلم القرائي – الكتابي :

- أ. يعتمد المتعلم فيه على إدراك المعاني والأفكار المكتوبه والمقروءه خاصه من خلال القراءه والكتابه .
- ii. يتطلب هذا النمط الكتب والمراجع وكتابة الملخصات والمذكرات وغيرها من الممارسات الكتابيه .

### (٤) نمط التعلم العملي ( الحركي ) :

- يعتمد المتعلم فيه على الإدراك اللمسي لتعلم الأفكار والمعاني .
- يتعلم بشكل أفضل من خلال العمل اليدوي واستخدام الحواس والتعلم بالعمل .
- يفضل أصحابه المواقف والنماذج الحقيقيه والطبيعيه واستخدام الحاسوب والمختبرات .

### ☞ مثال تطبيقي :

ماذا تفعل إذا لم تستطيع أن تميز أيهما أصح كتابه كلمته ( إن شاء الله ) أم كلمته ( إن شاء الله ) ؟

- ⌘ تبحث عنها في القاموس .
- ⌘ تنظر إلى الكلمتين بتمعن ثم تقرر أيهما أصح .
- ⌘ تردهما بصوت خافت ثم تقرر .
- ⌘ تكتب الكلمتين على ورقة ثم تختار إحدهما .

♦ إن كل بديل من هذه البدائل يمثل نمط تعلم مفضل لدى المتعلم :

- إذا اخترت البديل الأول فأنت من نمط التعلم القرائي أو الكتابي .
- إذا اخترت البديل الثاني فأنت من نمط التعلم البصري .
- إذا اخترت البديل الثالث فأنت من نمط التعلم السمعي .
- إذا اخترت البديل الرابع فأنت من نمط التعلم العملي .

### △ ملاحظه :

يمكن أن تنبثق من هذا النموذج ستة أنماط للذين يمتلكون أكثر من جانب من جوانب التفضيل ، هي :

- ✓ النمط البصري والسمعي .
- ✓ النمط البصري والقرائي .
- ✓ النمط البصري والعملي .
- ✓ النمط السمعي والقرائي .
- ✓ النمط السمعي والعملي .
- ✓ النمط القرائي والعملي .

### ★ مثال للتدريب :

أجب عن الفقرة التاليه ثم قارن إجابتك بإجابات بعض زملاءك :  
ماذا تفعل لو سألك أحد الطلاب الجدد مثلا عن موقع مكتبة الجامعة ؟!

- ١) ترسم له خريطة للمكان على قطعه من الورق .
- ٢) تشرح له الإتجاه شفويا .
- ٣) تكتب له الوصف على ورقه .
- ٤) تمشي معه وترشده إلى المكان .

### ثالثا : وظائف نصفي الدماغ

لاحظ العلماء أن هناك تمايزا في الأدوار التي يؤديها جانبا المخ الأيمن والأيسر. فيما يلي ملخص لبعض هذه الوظائف :

### وظائف نصفي الدماغ

#### بعض وظائف النصف الأيسر

- يتذكر الأسماء .
- يستجيب للتعليمات والرسومات اللغويه .
- يخطط ويبني .
- قارئ تحليلي .
- يعتمد على اللغة في التفكير والتذكر .
- يتحكم بمشاعره .

د. معتصم أبو زيد

#### بعض وظائف النصف الأيمن

- يتذكر الوجوه .
- يستجيب للشروحات التمثيلية والرمزيه .
- عفوي .
- قارئ تركيبى .
- يعتمد على الصور في التفكير والتذكر .
- أكثر حريه في التعبير عن مشاعره

مهارات البحث والتفكير

<p><b>الفئة التي لا تعكس بوضوح الذكاء الموسيقي هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- فئة المنشدين .</li> <li>- فئة الميكانيكيين .</li> <li>- فئة اختصاصيي القلب .</li> <li>- فئة الخطاطين .</li> </ul>	(١)
<p><b>من وظائف نصف الدماغ الأيمن للفرد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تذكر الأسماء .</li> <li>- الفراءه التحليليه .</li> <li>- الإعتماد على اللغه في التفكير والتذكر .</li> <li>- الإستجابه للشروح التمثيليه والرمزيه .</li> </ul>	(٢)
<p><b>يعرف ..... بأنه القدره على التعبير اللغوي واستعمال الكلمات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذكاء البصري .</li> <li>- الذكاء الموسيقي .</li> <li>- الذكاء اللغوي - اللفظي .</li> <li>- الذكاء المنطقي الرياضي .</li> </ul>	(٣)
<p><b>الفئة التي تعكس أكثر من غيرها الذكاء المنطقي الرياضي هي فئة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- النحاتين .</li> <li>- المحللين الماليين .</li> <li>- الأدباء .</li> <li>- الشعراء .</li> </ul>	(٤)
<p><b>يشير الحرف الرابع في نموذج ( VARK ) لأنماط التعلم والتفكير إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نمط التعلم البصري .</li> <li>- نمط التعلم العملي - الحركي .</li> <li>- نمط التعلم القرائي - الكتابي .</li> <li>- نمط التعلم السمعي .</li> </ul>	(٥)
<p><b>إن القدره على تصور الأشياء وتصور الأشكال في الفراغ تعكس نوع الذكاء :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الطبيعى .</li> <li>- الشخصى .</li> <li>- البصرى - المكاني .</li> <li>- الحسى - الحركى .</li> </ul>	(٦)

<p><b>حينما يشخص اختصاصيو القلب مرضاهم بناء على السمع الدقيق لنماذج الأصوات فهم يتمتعون :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بالذكاء المنطقي الرياضي .</li> <li>- بالذكاء الحسي الحركي .</li> <li>- بالذكاء الموسيقي .</li> <li>- بالذكاء الطبيعي .</li> </ul>	(٧)
<p><b>القدره على إدراك معاني الكلمات وترتيبها هي تعبير عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذكاء الموسيقي .</li> <li>- الذكاء اللغوي .</li> <li>- الذكاء المنطقي الرياضي .</li> <li>- الذكاء الإجتماعي .</li> </ul>	(٨)
<p><b>تتمثل إحدى وظائف النصف الأيمن للدماغ في كونه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يستجيب للتعليمات والرسومات اللغويه .</li> <li>- يخطط ويبنى .</li> <li>- يتحكم بمشاعره .</li> <li>- يعتمد على الصور في التفكير والتذكر .</li> </ul>	(٩)
<p><b>نمط التعلم الذي يعتمد المتعلم فيه على الإدراك اللمسي لتعلم الأفكار والمعاني هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نمط التعلم القرائي .</li> <li>- نمط التعلم العملي .</li> <li>- نمط التعلم الكتابي .</li> <li>- نمط التعلم البصري .</li> </ul>	(١٠)
<p><b>يقصد بالذكاء الشخصي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إدراك الإنسان لنفسه وللعالم الذي يعيش فيه .</li> <li>- القدره على تمييز وتصنيف الكائنات الحيه في المحيط .</li> <li>- القدره التي يمتلكها الفرد على التواصل مع الآخرين .</li> <li>- القدره على تصور الأشياء وتصور الأشكال في الفضاء .</li> </ul>	(١١)
<p><b>الذكاء الإجتماعي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إدراك الإنسان بأنه كائن إجتماعي .</li> <li>- القدره على تمييز وتصنيف الكائنات الحيه في المحيط .</li> <li>- القدره التي يمتلكها الفرد على التواصل مع الآخرين .</li> <li>- إدراك الإنسان لنفسه وللعالم الذي يعيش فيه .</li> </ul>	(١٢)

<p><b>نمط التعلم الذي يعتمد المتعلم فيه على الإدراك اللمسي لتعلم الأفكار والمعاني يسمى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نمط التعلم القرائي .</li> <li>- نمط التعلم الكتابي .</li> <li>- نمط التعلم العملي .</li> <li>- نمط التعلم البصري .</li> </ul>	(١٣)
<p><b>من الوظائف الأساسية للنصف الأيمن للدماغ البشري :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تذكر الأسماء .</li> <li>- الإستجابة للشروح الرمزيه والتمثيلية .</li> <li>- الإعتماد على اللغة في التفكير والتذكر .</li> <li>- التحكم بالمشاعر .</li> </ul>	(١٤)
<p><b>تعبر قدره على الإستدلال الإستقرائي والإستنباطي وحل المشكلات المجرده عن مفهوم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذكاء المنطقي الرياضي .</li> <li>- الذكاء الطبيعي .</li> <li>- الذكاء الحسي الحركي .</li> <li>- الذكاء الإجتماعي .</li> </ul>	(١٥)
<p><b>يعرف ... على أنه الإحساس بالإيقاع الموسيقي والتفاعل معه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإكتشاف الموسيقي .</li> <li>- الذكاء الموسيقي .</li> <li>- النغم .</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ .</li> </ul>	(١٦)
<p><b>يعرف الذكاء اللغوي - اللفظي بأنه القدره على ..... واستخدام الكلمات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- اللعب بالكلمات .</li> <li>- ترتيب الجمل .</li> <li>- التعبير اللغوي .</li> <li>- التحايل على الآخرين .</li> </ul>	(١٧)
<p><b>يعرف الذكاء البصري - المكاني بأنه القدره على تصور الأشياء وتصور الأشكال في ..... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفراغ .</li> <li>- المكان .</li> <li>- الصحراء .</li> <li>- حالة الحركه .</li> </ul>	(١٨)

<p><b>يعرف الذكاء المنطقي الرياضي على أنه القدره على الإستدلال الإستقرائي والإستنباطي وحل المشكلات ... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المعقده .</li> <li>- المجرده .</li> <li>- السهله .</li> <li>- المفاجئه .</li> </ul>	(١٩)
<p><b>إن نمط التعلم ..... هو ذلك النمط الذي يعتمد المتعلم فيه على إدراك المعاني والأفكار المكتوبه والمقرؤه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القرائي - الكتابي .</li> <li>- السمعي .</li> <li>- البصري .</li> <li>- العملي .</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>في نمط التعلم البصري نجد أن الفرد يتعلم بشكل أفضل من خلال ..... الماده التعليميه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ملاحظه .</li> <li>- دراسه .</li> <li>- رؤيه .</li> <li>- مراجعه .</li> </ul>	(٢١)
<p><b>من الوظائف الرئيسيه للنصف الأيسر من الدماغ ... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تذكر الوجوه .</li> <li>- تذكر الأسماء .</li> <li>- الإستجابيه للشروحات التمثيليه والرمزيه .</li> <li>- الإعتماد على الصور في التفكير والتذكر .</li> </ul>	(٢٢)
<p><b>إن إدراك الإنسان لنفسه وللعالم الذي يعيش فيه والقدره على استيعاب العلاقات التي تربط الأمور والظواهر المحيطه به يعد من أنواع الذكاء ..... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإجتماعي .</li> <li>- الطبيعى .</li> <li>- الموسيقى .</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ .</li> </ul>	(٢٣)

## المحاضره التاسعه / التفكير الإبداعي والناقد (١)

### ♦ أهداف المحاضره

تهدف هذه المحاضره إلى :

١. تعريف الطالب بمهارات التفكير .
٢. إكسابه القدره على ممارسته مهارات التفكير الإبداعي .
٣. إحاطته علما بإستراتيجيات التفكير الإبداعي .

### ♦ موضوعات المحاضره

- المقدمة
- أهداف المحاضره
- أولاً : مهارات التفكير
- ثانيا : مهارات التفكير الإبداعي
- ثالثاً : تنمية التفكير الإبداعي

### ♦ المقدمة

- ✓ إن الطالب في المرحله الجامعيه وأخذنا في الإعتبار لمختلف تخصصاته هو أحوج ما يكون إلى تنمية مهارات التفكير لديه .
- ✓ سيتطلب الأمر منه ابتداء معرفته بمختلف أنواع هذه المهارات وتقدير مدى حاجته الماسه من كل منها والإلمام بالتالي بمختلف الطرق والأساليب المعتمده لتنميتها .

### أولاً : مهارات التفكير

١- مفهوم مهارات التفكير :

- \* يعرف التفكير بأنه سلسله من النشاطات العقليه غير المرثيه التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما .
- \* وتعرف مهارات التفكير على أنها القدره على الأداء التفكيرى بشكل فعال في ظروف معينه .

### Ω ملاحظه :

يجب التمييز بين المهاره والإستراتيجيه حيث أن :

- ← المهاره تمثل القدره على القيام بعمل ما على أساس الفهم والسرعه والدقه .
- ← الإستراتيجيه تعني الخطط والطرق التي توضع للوصول إلى امتلاك المهاره أو تحقيق هدف معين .

٢- أنواع مهارات التفكير :

يمكن تصنيف هذه المهارات ضمن فئتين رئيسيتين هما :

أ. مهارات التفكير الدنيا :

وتهتم بالأعمال اليومية الروتينية وتستخدم فيها العمليات العقلية بشكل محدود . مثال ذلك اكتساب المعرفة وتذكرها والإستيعاب والتطبيق والملاحظة .

### ب. مهارات التفكير العليا :

- ✘ تحدث عندما يقوم الفرد بتحليل المعلومات لحل مشكله ما لا يمكن حلها بالإستخدام العادي لمهارات التفكير الدنيا .
- ✘ تتطلب إصدار الأحكام أو إعطاء رأي واستخدام معايير للوصول إلى النتيجة .
- ✘ يشمل هذا النوع مهارات التفكير الإبداعي والناقد والتفكير ماوراء المعريف وحل المشكلات واتخاذ القرار .

### ٣- التفكير الإبداعي ( Creative Thinking ) :

هو محاولة البحث عن طرق غير مألوفه لحل مشكلته ما يتطلب الأمر طلاقة الفكر ومرونته وأصالته والقدره على تطوير حلول للمشكلات وتفصيلها .

#### يأخذ هذا النوع أشكالاً عديده مثالها :

١. **الإبداع الذهني** ( أفكار ، نظريات ، إبداع شعري ، منتج فني ..... ) .
٢. **الإبداع العملي** ( التوصل لمعادله رياضيه جديده ، تسجيل رقم قياسي في لعبة ما ) .

### ثانيا : مهارات التفكير الإبداعي

#### ١- المهارات الأساسية

#### أ. الطلاقة ( Fluency ) :

- ♦ وتعني القدره على توليد عدد كبير من الأفكار الجديده والصحيحه لمسأله ما .
- ♦ تشمل عدة أنواع منها **الطلاقة اللفظيه** ( طلاقة الكلمات ) ، **والطلاقة الفكرية** ( المعاني ) ، **وطلاقة الأشكال** ( القدره على الرسم الهندسي السريع لعدد من الأمثله (

#### ب. المرونة ( Flexibility ) :

- ★ تعني القدره على توليد عدد متنوع من الأفكار حول مشكله أو موقف معين أو تحويل مسار التفكير مع متطلبات الموقف .
- ★ من أشكالها **المرونة التلقائية** المتمثله بالانتقال من فكرة لأخرى بسهولة وسرعه ، **والمرونة التكيفيه** المتمثله بالسلوك الناجح عن طريق التغيير لمواجهة مشكلته ما .

#### ج. الأصالة ( Originality ) :

وتعني الجده والتفرد من خلال القدره على إنتاج الأفكار الغريبه غير المألوفه والماهره أكثر من الأفكار الشائعه والمألوفه .

#### ٢- المهارات الفرعيه

#### أ. الحساسيه للمشكلات ( Sensitivity ) :

وتعني وعي الفرد بوجود مشكلات أو احتياجات أو عناصر ضعف في مثيرات البيئه أو عناصر الموقف ومكوناته مما يستدعي حساسية نحو الموقف أو المشكله .

## ب. التفاصيل (Elaboration) :

وتعني قدرة الفرد على إضافة تفاصيل جديدة للأفكار والمواقف المتوافره أمامه .

### ثالثا : تنمية التفكير الإبداعي

#### ١- إستراتيجية العصف الذهني (Brain Storming) :

تهدف إلى كسر التفكير الإعتيادي للفرد وتوليد قائمة من الأفكار المتنوعه ، ويراعى في استخدامها مايلي :

- ☞ تأجيل إصدار الحكم لمرحلة لاحقه مع كتابة كل الأفكار المطروحه
- ☞ التفكير بحرية والإنطلاق نحو الأفكار الجديده التي قد تبدو غير عمليه وسخيفه .
- ☞ التطوير والتغيير البناء على أفكار الآخرين .
- ☞ التركيز على كمية الأفكار في هذه المرحله .

#### ☞ تتمثل خطوات تنفيذها فيما يلي :

- (١) اختيار شخص لتسجيل أفكار المجموعه .
- (٢) جعل الجلسه مريحه ومرحه .
- (٣) يفضل الوقت المناسب ما بين ١٥ و ٢٠ دقيقه .
- (٤) عمل نسخه عن الأفكار المطروحه بعد كل جلسه إبداعيه وتوزيعها على المشاركين
- (٥) التقويم والإضافه في اليوم الموالي .

#### ٢- إستراتيجية الإستعمالات :

- ❖ تستخدم كوسيله للتحفيز العقلي أو التطبيق العملي ، ويعتمد ذلك على ما في ذهن الفرد أثناء وقت حل المشكله .
- ❖ مثالها إيجاد استعمالات مختلفه لآله ما .

#### ٣- إستراتيجية التحسينات :

- ☞ هي بعكس إستراتيجية الإستعمالات التي تركز على الشئ دون التغيير فيه .
- ☞ فهي تركز على تغيير شئ معين لتحسين الهدف الأصلي له .
- ☞ مثالها تقديم أفكار لتحسين المقعد الدراسي أو ترتيب أثاث البيت أو محتوى الخطه الدراسيه .

#### ٤- إستراتيجية (ماذا لو كان) أو (إذا ..... فإن) :

- ◆ تعد من استراتيجيات التخلص من معيقات الإبداع .
- ◆ وتتضمن وصف فعل أو حل متخيل ثم اختبار الحقائق والظروف أو الأحداث الممكنه بدل القول بسرعه هذا يبدو سيئا أو هذا لن يصلح أبدا .

#### ٥- إستراتيجية الأسئلة الست الصحفيه :

☀ هي أسئله مفتاحيه تشكل حافزا للتفكير حول الفكره على شكل سؤال .

- ☀ تسمح بالتالي برؤية الفكره من زوايا متعدده والإحاطه بجوانبها كافه .
- ☀ يتطلب الأمر من المتعلم القيام بتوليد مجموعه من الأسئلة المتشعبه من السؤال الواحد .

☀ **تتمثل أسئلة هذه الإستراتيجيه فيما يلي :**

- من ( Who ) ؟ ( من المتورط ؟ من المستفيد ؟ من قام بكذا ؟ .... ) .
- ماذا حدث ! .
- متى الوقت أو التوقيت ! .
- أين المشهد أو المصدر ! .
- لماذا الهدف !
- كيف حدث ذلك ! .

<p><b>تهتم مهارات التفكير العليا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بالأعمال اليوميه .</li> <li>- بالأعمال الروتينييه .</li> <li>- بإصدار الأحكام .</li> <li>- بإكتساب المعرفه .</li> </ul>	(١)
<p><b>يعرف ..... بأنه سلسله من النشاطات العقلية غير المرئيه التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارات التفكير .</li> <li>- التفكير .</li> <li>- الحلم .</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ .</li> </ul>	(٢)
<p><b>تهتم مهارات التفكير العليا بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تذكر المعرفه .</li> <li>- إكتساب المعرفه .</li> <li>- الأعمال الروتينييه .</li> <li>- إصدار الأحكام .</li> </ul>	(٣)
<p><b>يعرف التفكير على أنه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القدره على الأداء التفكيرى بشكل فعال في ظروف معينه .</li> <li>- سلسله من النشاطات العقلية غير المرئيه التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما .</li> <li>- القدره على القيام بعمل فكري ما على أساس الفهم والسرعه والدقه .</li> <li>- القراءه والفهم لأجل الدراسه والتعلم .</li> </ul>	(٤)

<p><b>يقصد بمهارات التفكير ، القدره على القيام :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بأداء عمل ما على أساس الفهم .</li> <li>- بأداء عمل ما على أساس السرعة .</li> <li>- بأداء عمل ما على أساس الدقه .</li> <li>- بالأداء التفكيرى بشكل فعال .</li> </ul>	(٥)
<p><b>العنصر الذي يندرج ضمن المهارات الفرعيه للتفكير الإبداعي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأصالة .</li> <li>- الحساسيه للمشكلات .</li> <li>- المرونه .</li> <li>- الطلاقه .</li> </ul>	(٦)
<p><b>الإستراتيجيه التي تركز على تغيير الشئ لإحداث تطوير إيجابي على هدفه الإصلي هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التحسينات .</li> <li>- الإستعمالات .</li> <li>- القبعات الست .</li> <li>- الأسئلة الصحفيه الستة .</li> </ul>	(٧)
<p><b>الإستراتيجيه التي تستخدم للتخلص من معوقات الإبداع هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- استراتيجيه التحسينات .</li> <li>- استراتيجيه الإستعمالات .</li> <li>- استراتيجيه الأسئلة الست الصحفيه .</li> <li>- استراتيجيه ( ماذا لو كان ) .</li> </ul>	(٨)
<p><b>عندما يتم استخدام استراتيجيه العصف الذهني يجب :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- أن يتم الإعتماد على أفكار الآخرين .</li> <li>- الانطلاق نحو الأفكار الجديده التي قد تبدو غير عمليه وسخيفه .</li> <li>- التركيز على نوعيه الأفكار أثناء مرحلة العصف .</li> <li>- إصدار الحكم على الأفكار المطروحه حين طرحها .</li> </ul>	(٩)
<p><b>يتمثل أحد أنواع التفكير الإبداعي العملي في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع الشعري .</li> <li>- تقديم أفكار مبدعه .</li> <li>- تقديم نظريات غير مسبوقة .</li> <li>- التوصل لمعادلة رياضييه جديده .</li> </ul>	(١٠)

<p><b>إحدى مهارات التفكير الإبداعي الفرعيه هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحساسيه للمشكلات .</li> <li>- الطلاقة اللفظيه .</li> <li>- المرونه التلقائيه .</li> <li>- الأصاله .</li> </ul>	(١١)
<p><b>يتطلب نجاح استراتيجيه العصف الذهني :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإقتصار على كتابه أهم الأفكار المطروحه .</li> <li>- البعد عن الأفكار التي قد تبدو غير عمليه وسخيفه .</li> <li>- التركيز على نوعيه الأفكار أثناء العصف .</li> <li>- جعل الجلسه مريحه مرجه .</li> </ul>	(١٢)
<p><b>الإستراتيجيه التي تفيد في التخلص من معيقات الإبداع هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- استراتيجيه التحسينات .</li> <li>- استراتيجيه الاستعمالات .</li> <li>- استراتيجيه العصف الذهني .</li> <li>- استراتيجيه (ماذا لو كان) أو (إذا ... فإن) .</li> </ul>	(١٣)
<p><b>تندرج مهارة حل المشكلات ضمن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارات التعلم .</li> <li>- مهارات البحث .</li> <li>- مهارات التفكير .</li> <li>- مهارات الإتصال .</li> </ul>	(١٤)
<p><b>إجراء تعديلات على محتوى الخطه الدراسيه لضمان جودة أكبر في المخرجات يعبر عنها منهجياً بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- استراتيجيه حل المشكلات .</li> <li>- استراتيجيه التحسينات .</li> <li>- استراتيجيه الإستعمالات .</li> <li>- استراتيجيه تقويم صحة المعلومات .</li> </ul>	(١٥)
<p><b>يعبر امتلاك القدره على القيام بعمل ما على أساس الفهم والسرعه والدقه عن مفهوم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التفكير .</li> <li>- الإبداع .</li> <li>- المهاره .</li> <li>- الإستراتيجيه .</li> </ul>	(١٦)

<p><b>تعبّر قدره على الأداء التفكيرى بشكل فعال في ظروف معينه عن مفهوم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارات التفكير .</li> <li>- التفكير .</li> <li>- المهارة .</li> <li>- الموهبه .</li> </ul>	(١٧)
<p><b>يندرج اكتساب المعرفة وتذكرها والإستيعاب والتطبيق والملاحظه ضمن مهارات التفكير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ماوراء المعرفي .</li> <li>- الدنيا .</li> <li>- الإبداعي .</li> <li>- الناقد .</li> </ul>	(١٨)
<p><b>تشير مهارة التفكير الإبداعي التي تعني التفرد من خلال قدره على إنتاج الأفكار غير المألوفه إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الطلاقه .</li> <li>- الأصالة .</li> <li>- المرونه .</li> <li>- المرونه التكيفيه .</li> </ul>	(١٩)
<p><b>من مهارات التفكير العليا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إكتساب المعرفة .</li> <li>- الملاحظه العلميه .</li> <li>- اتخاذ القرار .</li> <li>- تذكر المعرفة وتطبيقها .</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>يتطلب نجاح استراتيجيه العصف الذهني :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإقتصار على كتابة أهم الأفكار المطروحه .</li> <li>- البعد عن الأفكار التي قد تبدو غير عمليه وسخيفه .</li> <li>- التركيز على نوعيه الأفكار أثناء العصف .</li> <li>- جعل الجلسه مريحه ومرحه .</li> </ul>	(٢١)
<p><b>لأجل التخلص من معيقات الإبداع يتم اللجوء إلى استراتيجيه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ( ماذا لو كان ) أو ( إذا ... فإن ) .</li> <li>- العصف الذهني .</li> <li>- الإستعمالات .</li> <li>- التحسينات .</li> </ul>	(٢٢)

<p><b>يقصد بالتفكير الإبداعي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- محاولة البحث عن طرق غير ما لوفه لحل مشكلة ما .</li> <li>- سلسلة من النشاطات العقلية غير المرئية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما .</li> <li>- الإنجاز الدقيق والسريع للأعمال الفكرية .</li> <li>- قدره على القيام بالأداء التفكيري بشكل فعال .</li> </ul>	( ٢٣ )
<p><b>تهدف إستراتيجية العصف الذهني إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- كسر التفكير الإعتيادي للفرد .</li> <li>- التركيز على كمية الأفكار .</li> <li>- التفكير بحريه .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	( ٢٤ )
<p><b>قدرة الفرد على توليد عدد كبير من الأفكار الجديده والصحيحه لمسألة ما يسمى ب :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التوليد .</li> <li>- الطلاقه .</li> <li>- التجريد .</li> <li>- الفصاحه .</li> </ul>	( ٢٥ )
<p><b>من المهارات الأساسية للتفكير الإبداعي الطلاقه وتعني قدره على ..... الجديده :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ترتيب الأفكار .</li> <li>- توليد الأفكار .</li> <li>- نقد الأفكار .</li> <li>- تنظيم الأفكار .</li> </ul>	( ٢٦ )
<p><b>يعرف التفكير بأنه سلسلة من ..... العقلية غير المرئية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- النشاطات .</li> <li>- الملاحظات .</li> <li>- الخواطر .</li> <li>- التنبؤات .</li> </ul>	( ٢٧ )
<p><b>تعتبر ..... من المهارات الأساسية للتفكير الإبداعي وتعني قدره على توليد عدد متنوع من الأفكار حول مشكله أو موقف معين أو تحويل مسار التفكير مع متطلبات الموقف :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأصاله .</li> <li>- الطلاقه .</li> <li>- المرونه .</li> <li>- الإنكماش .</li> </ul>	( ٢٨ )

<p><b>من أهم خطوات تنفيذ استراتيجية العصف الذهني ما يلي .... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- جعل الجلسة مريحة ومرحة .</li> <li>- عدم قبول الأفكار الغير قابله للتطبيق .</li> <li>- التقويم والإضافه في نفس اليوم .</li> <li>- أن يكون كل شخص مسؤول عن نفسه ولا داعي لإختيار شخص لتسجيل أفكار المجموعه .</li> </ul>	(٢٩)
<p><b>تستخدم استراتيجية الإستعمالات كوسيله ل..... العقلي أو التطبيق العملي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإقصاء .</li> <li>- التحفيز .</li> <li>- العصف .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(٣٠)

## المحاضرة العاشرة / التفكير الإبداعي والناقد ( ٢ )

### أهداف المحاضرة

تهدف هذه المحاضرة إلى :

١. تعريف الطالب الجامعي بمفهوم الموهبة والإبداع وما يتعلق بهما من جوانب مختلفه .
٢. إحاطته بمختلف أساليب تنمية الإبداع .
٣. إكسابه القدره على ممارسة مهارات التفكير الناقد .

### موضوعات المحاضرة

- المقدمة
- أهداف المحاضرة
- أولا : الموهبه والإبداع
- ثانيا : تنمية الإبداع
- ثالثا : مهارات التفكير الناقد

### المقدمة

- إن الطالب في المرحلة الجامعيه وأخذا في الإعتبار لمختلف تخصصاته هو أحوج ما يكون إلى تنمية مهارات التفكير لديه .
- سيتطلب الأمر منه ابتداء معرفة مختلف أنواع هذه المهارات وتقدير مدى حاجته الماسه من كل منها والإلمام بالتالي بمختلف الطرق والأساليب المعتمده لتنميتها .

### أولا : الموهبه والإبداع

#### ١- مفهوم الإبداع

- ☞ هو القدره على توليد الأفكار واقتراح الحلول والوصول إلى نتائج غير مسبوقة أو غير مأثوفه .
- ☞ القدره على الخروج بأفكار تتسم بالأصالة والجده للتغلب على التحديات .
- ☞ العمليه التي تؤدي إلى ابتكار أفكار جديده تكون مفيده أو مقبوله اجتماعيا عند التنفيذ .

#### ٢- مفهوم الموهبه

- ☐ هي صفات معقده لدى الشخص ، تؤهل صاحبها للإنجاز المرتفع في بعض المهارات لوجود استعداد فطري لديه بوجود بيئه ملائمه .
- ☐ لذا فهي تظهر في الغالب في مجالات محده مثل الموسيقى والشعر والرسم .

### صفات المبدعين :

- ☑ يبحثون عن الطرق والحلول البديله ولا يكتفون بطريقه واحده .
- ☑ لديهم تصميم وإرادته قويه .
- ☑ لديهم أهداف واضحه يريدون الوصول إليها .
- ☑ يتجاهلون تعليقات الآخرين السلبيه .
- ☑ لا يخشون الفشل .

- ✓ لا يحبون الروتين .
- ✓ مبادرون .
- ✓ إيجابيون ومتفائلون .
- ✓ لديهم ثقة بالنفس .
- ✓ مثاليون .
- ✓ لديهم روح الدعابة .
- ✓ لديهم تنوع في الأحاسيس .
- ✓ لديهم شجاعه وجرأه أدبيه .
- ✓ لديهم فضول كل في مجال تخصصه .
- ✓ لديهم روح المغامرة .
- ✓ لديهم حماسه متقدمه .

### ٣- مستويات القدرات الإبداعيه

- أ. **الإبداع التعبيري :**
  - ✎ يتميز بكون المبدعين لهم صفة التلقائية والحرية .
  - ✎ نجد هذا النوع في مجالات الأدب والفن والثقافه .
- ب. **الإبداع الإنتاجي :**
  - وهو ناتج لنمو مستوى التعبير والمهارات ويؤدي إلى إنتاج أعمال كامله بأساليب متطوره غير متكرره .
  - غالبا ما يكون في مجال تقديم منتجات كامله على مختلف أنواعها وأشكالها .
- ج. **الإبداع الإختراعي :**
  - يتطلب مرونة في إدراك علاقات جديده غير مأثوفه بين أجزاء منفصله موجوده من قبل ومحاولة ربط أكثر من مجال للعلم مع بعض أو دمج معلومات قد تبدو غير مرتبطه مع بعض للحصول على جديد من خلال ذلك .
- د. **الإبداع التجريدي :**
  - ♦ يتطلب قدرة قوية على التصوير التجريدي للأشياء مما ييسر للمبدع تحسينها وتعديلها .
  - ♦ يقوم المبدع عند هذا المستوى بتقديم عمل أو منتج أو نوع أو نظريه جديده .
- هـ. **الإبداع الإبتناقي :**
  - هو أرفع صورته من صور الإبداع ويتضمن تصور مبدأ جديد تماما في أكثر المستويات وأعلاها تجريدا . مثال ذلك إيجاد وفتح آفاق جديده لم يسبق المبدع إليها أحد .

### 📌 عوائق الإبداع :

- ✓ التشاؤم .
- ✓ الخوف من التغيير .
- ✓ التمسك بالأعراف .
- ✓ الرضا بالقليل .
- ✓ قلته الصبر .
- ✓ التسويف والتأخير .

- ✓ ضعف الملاحظه .
- ✓ سلبية المتابعه .
- ✓ الغضب والعصبيه .
- ✓ الشعور بالنقص .
- ✓ عدم الثقة بالنفس .
- ✓ عدم الإستمرار في زيادة المحصول العلمي .
- ✓ الخوف من تعليقات الآخرين السلبيه .
- ✓ الخوف من الفشل .
- ✓ الرضا بالواقع .
- ✓ التشاؤم .
- ✓ الإعتماد على الآخرين والتبعيه لهم .

### ثانيا : تنمية الإبداع

#### ١- العوامل المتعلقة بالبيئه الأسريه :

- تشجيع الجد والإجتهاد .
- احترام الإبداعات وتثمينها .
- تشجيع البحث عن الحقيقه .
- تلبية الإحتياجات وتهيئة الأجواء المناسبه .
- المتابعه الأسريه للأبناء عبر مختلف مراحل الدراسه .
- التوافق الأسري والمرونه الفكرية .

#### ٢- العوامل المتعلقة بالمجتمع :

- تقدير المجتمع للعلم والعلماء والمبدعين .
- احترام المجتمع لذاتية المتعلم وعقليته .
- اهتمام المؤسسات المجتمعيه ( وسائل إعلام ، مساجد ، نوادي .... ) بتعلم الأفراد وتفكيرهم الإبداعي .

#### ٣- مراحل التفكير الإبداعي :

##### مرحلة التحضير أو الإعداد :

- ≈ أي مرحلة الإعداد المعرفي والتفاعل معه .
- ≈ ويتعلق الأمر بالخلفيه الشامله والمتعمقه في الموضوع الذي يبدع فيه الفرد .

##### مرحلة الكمون والإحتضان :

- ≈ وهي حاله من القلق والخوف اللاشعوري والتردد والقلق والبحث عن الحلول .
- ≈ تعد المرحلة الأصعب في مراحل التفكير الإبداعي .

### مرحلة الإشراف :

- ≈ وهي الحالة التي تحدث بها الومضه أو الشراره المؤديه لفكرة الحل والخروج من المأزق .
- ≈ هذه الحالة لحظة الإلهام لا يمكن تحديدها مسبقا وقد تلعب الظروف دورا في تحريكها .

#### مرحلة التحقيق :

- ≈ وهي مرحلة الحصول على النتائج الأصلية المفيدة والمرضية وحياسة المنتج الإبداعي على الرضا الإجتماعي .
- ≈ أي أن الإبداع هو إنتاج الجديد النادر المختلف المفيد فكرا أو عمل .
- ≈ إنه بذلك يعتمد على الإنجاز الملموس .

#### ٤- بعض طرق التفكير الإبداعي :

- العصف الذهني .
- طريقة الإستعمالات .
- طريقة التحسينات .
- طريقة الأسئلة الست الصحفيه .
- طريقة القبعات الست للتفكير .

#### ثالثا : مهارات التفكير الناقد

##### ١- مفهوم التفكير الناقد :

هو قدره على تقييم المعلومات وفحص الآراء مع الأخذ في الإعتبار وجهات النظر في الموضوع قيد البحث والدراسه .

##### ٢- من مهارات التفكير الناقد :

**التفسير :** أي الفهم والتعبير عن المعنى . يدخل ضمن هذا الإطار مهارات التصنيف واستخلاص المعنى وتوضيحه .

**التحليل :** يقصد به تحليل العلاقات بين العبارات والأسئله والمفاهيم والصفات . يشتمل هذا النوع على مهارات فحص الآراء واكتشاف الحجج وتحليلها .

**التقييم :** ويقصد به قياس مصداقية العبارات ، أو أية تعبيرات أخرى ويشتمل على مهارات تقييم الإدعاءات والحجج .

**الإستدلال :** تشمل هذه المهاره الإستقراء والإستنتاج ويقصد بها توفير وتحديد العناصر اللازمه لإستخلاص نتائج معقوله وتكوين فرضيات ، وفهم المعلومات ذات الصله واستنباط النتائج المنطقيه . يشتمل على مهارات فحص الدليل ، وتخمين البدائل ، والتوصل لإستنتاجات .

**الشرح :** ويقصد به قدرة الفرد على إعلان نتائج تفكيره المنطقي وتبرير هذا التفكير في ضوء الإعتبارات التي بنيت على أساسها النتائج ، يشتمل على مهارات إعلان النتائج وتبرير الإجراءات وعرض الحجج .

**تنظيم الذات:** ويقصد به مراقبة الفرد لأنشطته التي يقوم بها بشكل واع ، من حيث استخلاص العناصر المستخدمة فيها ونتائجها . يتم ذلك خاصة من خلال تطبيق مهارات التحليل والتقييم لأحكام الفرد الإستدلالية مع نظرة نحو التساؤل والتأكيد والمصداقيه والتصحيح للأفكار والنتائج . يشتمل على مهارات اختبار الذات وتصحيحها .

### ٣- تنمية الفكر الناقد

تتم تنمية الفكر الناقد من خلال التدريب على عدة استراتيجيات منها :

- ◆ **إستراتيجية الكلمات المترابطة :**  
وتهدف إلى مساعدة المتعلم على التمييز بين المادة المرتبطة بالموضوع والمادة غير المرتبطة بها .
- ◆ **إستراتيجية تقويم صحة المعلومات :**  
وتهدف إلى التأكد من المعلومات والحقائق وصدق مصدرها من خلال تقديم الأدلة فالمفكر الناقد لا يصدق أي شئ دون تفكير ومعالجه .

<p><b>لا يمكن وصف المبدعين بأنهم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مثاليون .</li> <li>- يسعون لأهداف واضحة لديهم .</li> <li>- يخافون من الفشل .</li> <li>- ذووا إرادته قويه .</li> </ul>	(١)
<p><b>إحدى صفات الفرد التي لا تصنف من ضمن عوائق الإبداع هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التنوع في الأحاسيس .</li> <li>- الغضب .</li> <li>- التمسك بالأعراف .</li> <li>- العصبية .</li> </ul>	(٢)
<p><b>الإستراتيجية التي تتم من خلال التدريب عليها عملية تنمية التفكير الناقد هي استراتيجية :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءات السريعه .</li> <li>- العصف الذهني .</li> <li>- التحسينات .</li> <li>- الكلمات المترابطة .</li> </ul>	(٣)
<p><b>يبرز الإبداع التعبيري من خلال :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تقديم إبداع شعري .</li> <li>- التوصل لمعادلة رياضية جديدة .</li> <li>- تقديم منتج فني جديد .</li> <li>- طرح نظريات جديدة .</li> </ul>	(٤)

<p><b>مهارة التفكير الناقد التي تشتمل على مهارات فحص الدليل وتخمين البدائل والتوصل لإستنتاجات هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارة التقييم .</li> <li>- مهارة التحليل .</li> <li>- مهارة الإستدلال .</li> <li>- مهارة التفسير .</li> </ul>	(٥)
<p><b>إحدى صفات الفرد التي لا تصنف من ضمن عوائق الإبداع هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التنوع في الأحاسيس .</li> <li>- الغضب .</li> <li>- التمسك بالأعراف .</li> <li>- العصبية .</li> </ul>	(٦)
<p><b>تشير حالة القلق والخوف اللاشعوري والتردد والبحث عن الحلول ضمن مراحل التفكير الإبداعي إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مرحلة التحضير .</li> <li>- مرحلة الكمون .</li> <li>- مرحلة الإشراق .</li> <li>- مرحلة التحقيق .</li> </ul>	(٧)
<p><b>لا يمكن وصف المبدعين بأنهم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مثاليون .</li> <li>- يسعون لأهداف واضحة لديهم .</li> <li>- مبادرون .</li> <li>- عدم التنوع في الأحاسيس .</li> </ul>	(٨)
<p><b>مهارة التفكير الناقد التي تمكن الفرد من إعلان نتائج تفكيره المنطقي وتبرير هذا التفكير هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارة التفسير .</li> <li>- مهارة الشرح .</li> <li>- مهارة الإستدلال .</li> <li>- مهارة تنظيم الذات .</li> </ul>	(٩)
<p><b>يقصد بالتفكير الناقد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القدره على فحص الآراء مع الأخذ في الإعتبار وجهات النظر في موضوع الدراسة .</li> <li>- القدره على فحص الآراء دون الأخذ في الإعتبار وجهات النظر في موضوع الدراسة .</li> <li>- القدره على فحص الآراء مع ضرورة إثبات بطلان وجهات النظر الأخرى في موضوع الدراسة .</li> <li>- استخدام مهارات التفكير الدنيا في طرح الأفكار .</li> </ul>	(١٠)

<p><b>مهارة التفكير الناقد التي تتعلق ب فحص الدليل وتخمين البدائل والتوصل لإستنتاجات يطلق عليها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التفسير .</li> <li>- الشرح .</li> <li>- الإستدلال .</li> <li>- التقييم .</li> </ul>	(١١)
<p><b>يعرف الإبداع على أنه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قدره على الخروج بأفكار تتسم بالأصالة والجده للتغلب على التحديات .</li> <li>- قدره التي يمتلكها الفرد على التواصل مع الآخرين .</li> <li>- سلسلة من النشاطات العقلية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما .</li> <li>- قدره على الأداء التفكري بشكل فعال في ظروف معينه .</li> </ul>	(١٢)
<p><b>نوع الإبداع الذي يتضمن تصور مبدأ جديد تماما في أكثر المستويات وأعلاها تجريدا هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع الإنتاجي .</li> <li>- الإبداع التجريدي .</li> <li>- الإبداع الإختراعي .</li> <li>- الإبداع الإنشائي .</li> </ul>	(١٣)
<p><b>من خصائص المبدعين :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الرضا بالواقع .</li> <li>- الخوف من الفشل .</li> <li>- التمسك بالأعراف .</li> <li>- التنوع في الأحاسيس .</li> </ul>	(١٤)
<p><b>مرحلة التفكير الإبداعي التي تصاحبها حالة من القلق والخوف اللا شعوري والبحث عن الحلول هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مرحلة الإعداد .</li> <li>- مرحلة الإشراق .</li> <li>- مرحلة التحقيق .</li> <li>- مرحلة الكمون .</li> </ul>	(١٥)
<p><b>مرحلة الإبداع التي تحدث بها التومضه أو الشراره المؤديه لفكرة الحل والخروج من المأزق هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مرحلة الإعداد .</li> <li>- مرحلة الكمون .</li> <li>- مرحلة التحقيق .</li> <li>- مرحلة الإشراق .</li> </ul>	(١٦)

<p><b>النوع الذي يمثل أرفع صورته من صور الإبداع بحيث يتضمن تصورا مبدأ جديد تماما في أكثر المستويات وأعلىها تجريدا هو:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع الإختراعي .</li> <li>- الإبداع الإنبثاقي .</li> <li>- الإبداع التجريدي .</li> <li>- الإبداع الإنتاجي .</li> </ul>	(١٧)
<p><b>من صفات المبدعين ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لا يخشون الفشل .</li> <li>- مبادرون .</li> <li>- لا يحبون الروتين .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(١٨)
<p><b>يعتبر ..... من أرفع صور الإبداع بحيث يتضمن تصورا مبدأ جديد تماما في أكثر المستويات وأعلىها تجريدا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع الإختراعي .</li> <li>- الإبداع الإنبثاقي .</li> <li>- الإبداع التجريدي .</li> <li>- الإبداع الإنتاجي .</li> </ul>	(١٩)
<p><b>يعرف .... بأنه القدره على توليد الأفكار واقتراح الحلول والوصول إلى نتائج غير مسبوقة وغير مألوفه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التصوير .</li> <li>- الإبداع .</li> <li>- التجريح .</li> <li>- التلوين .</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>تعرف ... بأنها هي صفات معقده لدى الشخص تؤهل صاحبها للإنجاز المرتفع في بعض المهارات لوجود استعداد فطري لديه بوجود بيئه ملائمه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التفوق .</li> <li>- الموهبه .</li> <li>- التميز .</li> <li>- القدره .</li> </ul>	(٢١)
<p><b>تعرف ..... بأنها صفات معقده لدى الشخص تؤهل صاحبها للإنجاز المرتفع في بعض المهارات لوجود استعداد فطري لديه بوجود بيئه ملائمه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التفوق .</li> <li>- الإبداع .</li> <li>- التميز .</li> <li>- الموهبه .</li> </ul>	(٢٢)

<p><b>يعرف الإبداع بأنه القدره على الخروج بأفكار تتسم بـ .... والجده للتغلب على التحديات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التقليد .</li> <li>- الأصالة .</li> <li>- القوه .</li> <li>- التحدي .</li> </ul>	( ٢٣ )
<p><b>في حالة .... يقوم المبدع عند هذا المستوى بتقديم عمل أو منتج أو نوع أو نظريه جديده :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع الإختراعي .</li> <li>- الإبداع الإنبثاقي .</li> <li>- الإبداع التجريدي .</li> <li>- الإبداع الموسيقي .</li> </ul>	( ٢٤ )
<p><b>من مهارات التفكير الناقد .... ويقصد به قياس مصداقية العبارات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التقييم .</li> <li>- التحليل .</li> <li>- الإستدلال .</li> <li>- التفسير .</li> </ul>	( ٢٥ )

## المحاضره الحاديه عشر / حل المشكلات واتخاذ القرار

### أهداف المحاضره

تهدف هذه المحاضره إلى :

١. إكساب الطالب القدره على حل المشكلات ومواجهه العوائق المختلفه .
٢. إحاطة الطالب علما بمدى أهمية اكتساب المهارات المتعلقة باتخاذ القرارات خاصه المعقده منها .
٣. تزويده بمختلف الطرق والإستراتيجيات المتعلقة بهذين المجالين .

### موضوعات المحاضره

- المقدمه
- أولا : حل المشكلات
- ثانيا : اتخاذ القرار

### المقدمه

- إن الطالب في المرحله الجامعيه وأخذا في الإعتبار لمختلف تخصصاته هو أحوج ما يكون إلى تنمية مهارات التفكير لديه .
- سيتطلب الأمر منه ابتداء معرفه مختلف أنواع هذه المهارات وتقدير مدى حاجته الماسه من كل منها والإلمام بالتالي بمختلف الطرق والأساليب المعتمده لتنميتها .
- هذه المحاضره ستسلط الضوء على أنواع جديده من مهارات التفكير تتعلق بمهارات حل المشكلات وبمهارات اتخاذ القرار .

### أولا : حل المشكلات

#### ١- مهارات حل المشكلات

- تعد القدره على حل المشكلات من الموضوعات الأساسيه في مختلف نواحي الحياة .
- يسعى الفرد من خلال حل المشكلات إلى تخطي العوائق التي تواجهه وتحول بينه وبين بلوغ أهدافه .

#### من بين مهارات حل المشكلات لدينا :

- أ. تحديد المشكله :  
**ومثال** ذلك أن يحدد الطالب المشكله المتعلقة مثلا بتخرجه نهاية الفصل من الجامعه ويصبح عاطلا .
- ب. تمثّل المشكله :  
**مثالها** أن يتمثل بأنه سيكون عاطلا عن العمل دون تمويل لذا يجب عليه الحصول على عمل والإبقاء على عاله على أسرته .
- ج. تخطيط الحل :  
**مثال** ذلك كونه سيكتب سيرته الذاتية ويستقصي سوق العمل ويعمل على استشارة أصحابه ومعلميه ويكون مستعدا للعمل في المجالات التي يستطيع العمل بها .
- د. تنفيذ الحل :

**مثال** ذلك أنه سيحدد مواعيد مع مجموعة من الشركات الهامه بحيث ستتم مقابلتهم وعليه أن يعتبر ذلك مغامرة .

#### ٥. تقويم الخطه :

يتعلق الأمر بكونه سيفكر في كل عرض يقدم له في ضوء احتياجاته ورغباته ومن ثم سيتخذ قرارا استنادا إلى مجموعه من المعايير ( راتب ، حوافز ، ماديه ، معنويه ... )

#### و. تقويم الحل :

مثالها أن يتأمل في حل المشكله ويستفيد منها في المستقبل لحل مشكلات مشابهه .

#### ★ ملاحظه :

إن تلك المهارات تمثل أيضا النمط التسلسلي في حل المشكلات . وقد تبدو غير واعيه أحيانا .

#### ٢- تنمية حل المشكلات :

تتم عملية تنمية حل المشكلات من خلال التدريب على عدة استراتيجيات منها :

#### ١. إستراتيجية KWLH

K = What I Know?	ماذا أعرف ؟
W = What I Want to Know ?	ماذا أريد أن أعرف ؟
L = What I Learn ?	ماذا تعلمت ؟
H = How I Can Learn More?	كيف أتعلم أكثر ؟

◆ يقوم المتعلم بكتابة الأحرف الأربعة في جدول .

◆ يملأ الجدول بما يعرف وما يريد أن يعرف وماذا تعلم وكيف يجب أن يتعلم أكثر .

◆ سيدرك أن هذه الورقه ستصبح بمثابة ورقه عمل تحقق الهدف التعليمي الذي يسعى المتعلم لتحقيقه .

#### ٢. إستراتيجية تحليل الغايات والوسائل

تكون هذه الإستراتيجية فعاله ، عندما تكون المشكله من النوع المحدد بشكل جيد .  
مثال ذلك : أن تكليف الطلبة ببحث من ٢٠ صفحه قد يعتبر مشكله لدى بعضهم وللتغلب على ذلك يمكن تجزئته المهمه إلى مجموعه من الأهداف المتوسطه كتحديد مصادر المعلومات وتحديد مكان وجودها وقراءه وتبويب هذه المعلومات . **ويتم تطبيق هذه الإستراتيجية وفقا**

#### للآتي :

- ✓ تحديد الهدف المراد بلوغه .
- ✓ تقسيمه إلى أهداف متوسطه وأخرى فرعيه .
- ✓ اختيار وسيلة أو إجراء لبلوغ كل منها .
- ✓ توظيف هذه الحلول كل على حده مباشره لتحقيق الهدف .

#### ٣. إستراتيجية تجزئته المشكله

◆ حينما يواجه الفرد مشكلات بالغته التعقيد تكون هذه الإستراتيجية ملائمه .  
◆ يمكن تجزئته الهدف إلى أجزاء وبالتالي تجزئته الهدف النهائي إلى أهداف فرعيه بحيث تعمل كلها لتحقيق هدف حل المشكله .

♦ يتطلب الأمر تحديد أولويات العمل نحو تحقيق هذه الأهداف ( أي هدف فرعي يفضي إلى تحقيق هدف فرعي آخر حتى يتم حل المشكلة ) .  
مثال :

إذا أردنا أن نعرف علم النفس التربوي فالأجدر بنا أن نعرف العلم أولاً ، ومن ثم النفس ومن ثم التربوي وأخيراً نعرف علم النفس كاملاً .

## ثانياً : مهارات اتخاذ القرار

### 1- مهارات اتخاذ القرار

- أ. **مهارة فهم المشكلة وتحديد الهدف :**  
يتم دراسة وتحديد المشكلة بتعمق لمعرفة جوهر المشكلة الحقيقي وليس الأعراض لظاهرة التي توحي لمتخذ القرار بأنها المشكلة الرئيسية . أي أن حل المشكلات يقوم على الفهم الجيد لهذه المشكلات .
- ب. **مهارة التفكير بمتطلبات القرار :**  
تتمثل هذه المتطلبات في :  
(١) المعلومات اللازمة لاتخاذ القرار .  
(٢) الوقت المناسب لذلك .
- ج. **مهارة طلب المساعدة الذهنية من الآخرين :**  
ويعني ذلك التفاوض والتشاور مع ذوي الخبرة والعلم وتعد المساعدة الذهنية إحدى العادات العقلية المميزة للتفكير الجيد والسلوك الذكي .
- د. **مهارة توليد الحلول :**  
وتعني النقصي والتحري عن الحلول الممكنة للمشكلة التي تم تشخيصها بدقه في مرحلة سابقة . تعتمد هذه المرحلة على التحليل والإبتكار لإيجاد حلول جديدة بالإعتماد على التجارب السابقة ومعلومات وخبرات الآخرين .
- هـ. **مهارة ترتيب الحلول والمفاضله بينها :**  
تتم هذه العملية وفقاً للمعايير التالية :  
☞ إمكانية تنفيذ الحل ومدى توافر الموارد لتنفيذه .  
☞ الآثار النفسية للحل .  
☞ سرعة تنفيذ الحل .  
☞ مبدأ المفاضله من خلال احتساب الإيجابيات والسلبيات .
- و. **مهارة اختيار البديل المناسب :**  
بعد تحديد المشكلة والأهداف وتوليد البدائل واختيار الأفضل منها يصبح بالإمكان اتخاذ قرار من خلال اختيار بديل الحل المناسب .
- ز. **مهارة التنفيذ والمتابعه :**  
✓ إن اتخاذ القرار وتنفيذه عمليتان تكمل إحداهما الأخرى  
✓ حيث لا ينتهي دور متخذ القرار عند حد اتخاذ القرار بل لابد من تنفيذه ومراقبة سير عملية التنفيذ للتأكد من سلامة التنفيذ وفعالية قراره .

<p><b>من المهارات المهمة لحل المشكلات مايلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد المشكله .</li> <li>- تمثيل المشكله .</li> <li>- تخطيط الحل .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(١)
<p><b>إن الإستراتيجيه الملائمه لمواجهة المشكلات بالغه التعقيد هي استراتيجيه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تجزئة المشكله .</li> <li>- التحسينات .</li> <li>- الإستعمالات .</li> <li>- تجزئة السوق .</li> </ul>	(٢)
<p><b>تتمثل الخطوه الثانيه ضمن النمط التسلسلي لحل المشكلات في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تخطيط الحل .</li> <li>- تحديد المشكله .</li> <li>- تمثيل المشكله .</li> <li>- تنفيذ الحل .</li> </ul>	(٣)
<p><b>تعرف عمليه اتخاذ القرار على أنها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عمليه تفكير مركبه تهدف إلى اختيار أفضل البدائل أو الحلول المنتجه للفرد في موقف معين .</li> <li>- سلسله من النشاطات العقلية غير المرئيه التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير معين .</li> <li>- القدره على حل المشكلات واتخاذ القرارات بسرعه .</li> <li>- التقصي والتحرري عن الحلول الممكنه للمشكله المراد حلها .</li> </ul>	(٤)
<p><b>الأمر الذي لا علاقته له بمهارات حل المشكله هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إعلام الآخرين بأن هناك مشكله .</li> <li>- تخطيط الحل .</li> <li>- تمثيل المشكله .</li> <li>- تحديد المشكله .</li> </ul>	(٥)
<p><b>تعرف مهارة حل المشكله التي يتصور بموجبها الشخص نفسه مثلا عاطلا عن العمل دون تمويل لذا يجب عليه الحصول على عمل والا بقي عالاه على أسرته بمهاره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد المشكله .</li> <li>- تمثيل المشكله .</li> <li>- تخطيط الحل .</li> <li>- تنفيذ الحل .</li> </ul>	(٦)

<p><b>تتم عملية تنمية حل المشكلات من خلال التدريب على عدة استراتيجيات من أهمها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- استراتيجيات تحليل الغايات والوسائل .</li> <li>- استراتيجيات العصف الذهني .</li> <li>- استراتيجيات الإستعمالات .</li> <li>- استراتيجيات التحسينات .</li> </ul>	(٧)
<p><b>تكون استراتيجيات تجزئة المشكلة فعالة في حالة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المشكلات البسيطة .</li> <li>- المشكلات بالغة التعقيد .</li> <li>- المشكلات اليومية .</li> <li>- المشكلات التي لا تحتاج إلى تحليل .</li> </ul>	(٨)
<p><b>من الاستراتيجيات التي تعمل على تنمية قدره على حل المشكلات ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإستراتيجية النسبية .</li> <li>- استراتيجيات تحليل الغايات والوسائل .</li> <li>- استراتيجية التسويق .</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ .</li> </ul>	(٩)
<p><b>من مهارات حل المشكلات ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- توقيت المشكلة .</li> <li>- تحديد المشكلة .</li> <li>- تلوين المشكلة .</li> <li>- ترميز المشكلة .</li> </ul>	(١٠)
<p><b>تكون استراتيجيات ..... فعالة في حالة المشكلات بالغة التعقيد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تجاهل المشكلة .</li> <li>- تفسير المشكلة .</li> <li>- تجزئة المشكلة .</li> <li>- تفاقم المشكلة .</li> </ul>	(١١)

## المحاضرة الثانية عشر / التفكير ما وراء المعرفي

### ≈ أهداف المحاضرة

#### تهدف هذه المحاضرة إلى :

- ١) تعريف الطالب بمهارات التفكير ما وراء المعرفي .
- ٢) ممارسة الطالب لمهارات التفكير ما وراء المعرفي .
- ٣) ممارسة الطالب لإستراتيجيات تنمية مهارات التفكير ما وراء المعرفي .
- ٤) ممارسة الطالب لإستراتيجية القبعات الست .

### ≈ موضوعات المحاضرة

- المقدمة
- أولاً : مهارات التفكير ما وراء المعرفي
- ثانياً : تنمية التفكير ما وراء المعرفي
- ثالثاً : إستراتيجية القبعات الست

### ≈ المقدمة

- ✓ إن الطالب في المرحلة الجامعية وأخذاً في الإعتبار لمختلف تخصصاته هو أحوج ما يكون إلى تنمية مهارات التفكير لديه .
- ✓ سيتطلب الأمر منه ابتداء معرفة مختلف أنواع هذه المهارات وتقدير مدى حاجته الماسه من كل منها والإلمام بالتالي بمختلف الطرق والأساليب المعتمده لتنميتها .
- ✓ هذه المحاضرة ستسلط الضوء على أنواع جديده من مهارات التفكير تتعلق بمهارات التفكير ما وراء المعرفي إلى جانب الإستراتيجيات المختلفه المتعلقة بها وهذا فضلاً عن إستراتيجية القبعات الست .

### أولاً : مهارات التفكير ما وراء المعرفي

- ✍ تعرف على أنها التفكير حول التفكير .
- ✍ تتضمن عمليات التخطيط المهمة التي يقوم بها الفرد ومن ثم مراقبة استيعاب هذه المهمة .
- ✍ وتتمثل هذه المهارات فيما يلي :
- ١. **التخطيط** : هي مرحلة تتضمن إلى جانب وجود هدف محدد ، العديد من الأسئلة الموجهه من قبل الفرد لنفسه .

### ✍ مثال ذلك :

- ◆ ماالهدف الذي أسعى إلى تحقيقه ؟
- ◆ ما طبيعة المهمة التي سأقدمها ؟

### ✍ تتضمن مهارة التخطيط الإجراءات التاليه :

- تحديد الهدف .
- اختيار عمليات ليتم إنجازها .
- متابعة وتسلسل العمليات .

- معرفة الأخطاء والمعوقات .
  - التنبؤ بالنتائج المرغوب فيها .
٢. **المراقبة:** يحتاج في هذه المرحلة إلى توفير آليات ذاتية لمراقبة مدى تحقق الأهداف المراد تحقيقها ، عبر طرح عديد من الأسئلة .

### مثال ذلك :

- ◆ هل للمهمة التي أقوم بها معنى ؟
  - ◆ هل يتطلب الأمر إجراء تغييرات ضرورية لتيسير عملية تحقيق الأهداف ؟
٣. **التقييم:** وتتضمن هذه المهارة العمل على تقييم المعرفة الراهنة ووضع الأهداف واختيار المصادر .

### تتضمن أيضا طرح أسئلة من نحو:

- ◆ هل بلغت هدفي ؟
- ◆ مالذي نجح لدي ؟
- ◆ مالذي لم ينجح ؟

### من إجراءات التقييم لدينا :

- ✓ تقييم مدى تحقق الأهداف .
- ✓ الحكم على دقة وكفاية النتائج .
- ✓ تقييم مدى معالجة الأخطاء أو المعوقات .
- ✓ الحكم على مدى كفاية الخطه وتطبيقها .

### ثانيا : تنمية التفكير ماوراء المعرفي

تتم عملية تنمية التفكير ماوراء المعرفي من خلال التدريب على عدة استراتيجيات منها :

- إستراتيجية الوعي الذاتي .
- إستراتيجية تنظيم الذات .
- إستراتيجية مراقبة الذات .
- إستراتيجية التقييم الذاتي .

### ١/ إستراتيجية الوعي الذاتي :

عندما يدرك ويعي الفرد نمط وطريقة تعلمه والإستراتيجيه الملائمه لذلك يكون أكثر فاعليه ويقظه في عملية التعلم مقارنة بغيره .

### ٢/ إستراتيجية تنظيم الذات :

عندما يتمكن المتعلمون من تخطيط وتنظيم الأعمال التي يقومون بها عندئذ يصبحون منظمين ذاتيا

### ٣/ إستراتيجية مراقبة الذات :

يمكن التدريب على إجراءاتها وفق الآتي :

✎ التخطيط للقيام بأداء الواجبات .

- ✘ تحديد أهداف النشاط المرغوبه .
- ✘ تحديد خطوات التنفيذ اللازمه للقيام بالنشاط .
- ✘ رصد الصعوبات المتوقعه أثناء القيام بالعمل .
- ✘ تحديد البدائل التي يمكن أن تكون كخيارات بديله .
- ✘ التأكد من مدى تحقيق بنود الخطه التي تم تخطيطها .
- ✘ مراقبة وتوجيه خطوات تنفيذ المهمه .

#### ٤/ إستراتيجية التقييم الذاتي :

##### خلال الجلسات الفرديه يمكن العمل على تجارب تقييمه حيث :

- يتم ملاحظة مدى تحقق الأهداف التي قام المتعلم بتحقيقها .
- أو / و توظيف دليل خبرات التقييم الذاتي عن طريق اختبار الفرد لنفسه ذاتيا ( إستقلاليه أكثر) .
- بعدها تنتقل الخبرات إلى مواقف جديده .

#### ثالثا : إستراتيجية القبعات الست

- ❖ **تهدف** إلى تبسيط عملية التفكير وزيادة فاعليته .
- ❖ تسمح بالانتقال أو بتغيير نمط التفكير من موقف لآخر .
- ❖ وعليه فالقبعات الست الملونه هي عباره عن مجموعه من الألوان تستخدم للتفكير في مختلف المواقف الحياتيه .
- ❖ **تركز** هذه الإستراتيجية على أن التفكير يمكن أن يكون عمليه مقصوده .

#### ١- القبعة البيضاء ( الحقائق ) :

##### ترمز إلى نمط التفكير الذي يستند إلى الحقائق والأرقام ومما يركز عليه أصحابها :

- ☞ التركيز على جمع الحقائق والمعلومات دون تفسيرها .
- ☞ التجرد من العواطف والآراء الخاصه .
- ☞ الإهتمام بالوقائع والأرقام والإحصاءات .
- ☞ الحياديه والموضوعيه التامه .
- ☞ الإهتمام بالأسئله المحدده وبالإجابات المباشره .

#### ٢- القبعة الحمراء ( المشاعر ) :

هي على نقيض الأولى تتعلق بالأحاسيس والمشاعر كجزء من الكيان الإنساني لا يجوز إبعاده بحجة الموضوعيه بل يجب الإعتراف به وإخراجه لتتضح الرؤيه .

##### مما يركز عليه أصحابها :

- أ. الإهتمام بالمشاعر والأحاسيس
- ب. هناك خلفيه قويه من العواطف كالخوف والحب والكره .... تلعب دورا كبيرا في التفكير .

ج. عند الإنتهاء من عمل الخريطه الخاصه بموقف معين يجب أن تشمل هذه الخريطه العواطف التي يتضمنها تفكير القبعه الحمراء .

### ٣- القبعه السوداء ( الحيطه والحذر ) :

هو نوع من التفكير الناقد الذي يظهر الجوانب السلبيه في الموضوع فهو من جهة تفكير منطقي ( لا دخل للجانب الشعوري كما في الحمراء فيه ) ومن أخرى تفكير سلبى .

#### ❖ من الأمور التي يركز عليها أصحاب القبعه السوداء :

- ❖ نقد الآراء ورفضها بإستعمال المنطق .
- ❖ التشاؤم وعدم التفاؤل باحتمالات النجاح ، والتركيز على احتمالات الفشل .
- ❖ توضيح نقاط الضعف في أية فكره والجوانب السلبيه منها .
- ❖ تعكس تعالي وغرور مرتديها والظهور بمظهر الحكمه والنضج .
- ❖ يجب ارتداؤها لعدم المبالغه في النجاح أو المغامره دون حساب .
- ❖ عند ارتداؤها يجب الاعتراف بنقاط الضعف وكيفية التغلب عليها .

### ٤- القبعه الصفراء ( التفاؤل ) :

#### تدل على التفكير بالفوائد والإيجابيات ومما يركز عليه أصحابها :

- ❖ التفاؤل والإقدام والإيجابيه والإستعداد للتجريب .
- ❖ التركيز على احتمالات النجاح وتقليل احتمالات الفشل .
- ❖ التركيز على الإيجابي وعلى نقاط القوه في الفكره .
- ❖ الإهتمام بالفرص المتاحة والحرص على استغلالها .
- ❖ استعمال المنطق والبعد عن استعمال العواطف لدعم الرأي .
- ❖ يسيطر على صاحبها حب الإنجاز والإنتاج وليس الإبداع .
- ❖ يمكن استعمالها مع السوداء للتعرف على الإيجابيات والسلبيات .

### ٥- القبعه الخضراء ( أفكار جديده ) :

هي قبعة الإبداع والنمو والطاقه والإقتراحات والبدائل والإحتمالات والنظر للجوانب الإيجابيه واستغلالها . يتطلب ارتداؤها الخروج عن القواعد المألوفه لما يتطلبه الإبداع من جراه ومغامره .

#### مما يركز عليه أصحابها :

- الحرص على ماهو جديد من الأفكار والآراء .
- البحث الدائم عن البدائل في كل الأمور والإستعداد لممارسته ماهو جديد .
- استعمال طرائق الإبداع ( عصف ذهني ، ماذا لو ، ... ) .
- محاولة تطوير الأفكار بشكل مستمر .

### ٦- القبعه الزرقاء ( الحكم ) :

ترمز إلى التفكير في التفكير وهي بمثابة الضابط والموجه والمرشد لأنواع التفكير الخمسة السابقة والذي يستدعيها وقت الحاجة .

### مما يركز عليه أصحابها :

- ◀ التنظيم والترتيب ووضع خطوات التنفيذ .
- ◀ التركيز على محور الموضوع وتوجيه الحوار والنقاش لأجل الخروج بأشياء عملية .
- ◀ المقدره على تمييز أصحاب القبعات الأخرى وتوجيههم .
- ◀ التلخيص للأراء وتجميعها وبلورتها وإعطاء الإقتراحات المناسبه .

### ⊙ مثال :

يمكن طرح موضوع التسامح لمناقشته من جوانبه المختلفه من خلال توزيعه على أصحاب هذه القبعات على النحو التالي :

١. **البيضاء** : ما مفهوم التسامح ؟ وكيف يؤثر في العلاقات الإنسانية ؟ .
٢. **الحمراء** : ما دور العواطف والمشاعر في التسامح ؟ ماهي اتجاهاتكم ومشاعركم في التسامح ؟
٣. **السوداء** : هل يعد التسامح خضوعا واستسلاما للآخرين ؟ برر ذلك .
٤. **الصفراء** : ما إيجابيات التسامح ؟ .
٥. **الخضراء** : اقترح أفكارا حول زيادة دور وسائل الإعلام في ترسيخ قيم التسامح في المجتمع .
٦. **الزرقاء** : لخص أهمية التسامح وأشكاله وكيف يمكن نشره بين أفراد المجتمع عبر عمل منشورات .

<p><b>تتم عملية تنمية التفكير ماوراء المعرفي من خلال التدريب على عدة استراتيجيات منها استراتيجيات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الوعي الذاتي .</li> <li>- تنظيم الذات .</li> <li>- مراقبة الذات .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(١)
<p><b>ما ترمز إليه القبعه البيضاء في إستراتيجيات القبعات الست هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع والنمو والطاقة .</li> <li>- التفكير في التفكير .</li> <li>- النمط المتعلق بالأحاسيس والمشاعر .</li> <li>- نمط التفكير المستند إلى الحقائق والأرقام .</li> </ul>	(٢)
<p><b>يشير التفكير ماوراء المعرفي إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التفكير في حل المشكلات .</li> <li>- التفكير حول التفكير .</li> <li>- التفكير في إيجاد حلول غير مألوفه لمشكلات قائمه .</li> <li>- التفكير في إيجاد حلول مألوفه للمشكلات القائمه .</li> </ul>	(٣)

<p><b>القبعة التي تتعلق بالأحاسيس والمشاعر ضمن استراتيجية القبعات الستة هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القبعة البيضاء .</li> <li>- القبعة السوداء .</li> <li>- القبعة الحمراء .</li> <li>- القبعة الصفراء .</li> </ul>	(٤)
<p><b>تشير عبارة " التفكير حول التفكير " إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارات التفكير الناقد .</li> <li>- مهارات التفكير ما وراء المعرفي .</li> <li>- مهارات حل المشكلات .</li> <li>- مهارات اتخاذ القرارات .</li> </ul>	(٥)
<p><b>القبعة التي يمتاز صاحبها بالحيطة والحذر ضمن استراتيجية القبعات الستة هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القبعة البيضاء .</li> <li>- القبعة السوداء .</li> <li>- القبعة الزرقاء .</li> <li>- القبعة الخضراء .</li> </ul>	(٦)
<p><b>يركز أصحاب القبعة الصفراء ضمن استراتيجية القبعات الستة عادة على :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- احتمالات النجاح وتقليل احتمالات الفشل .</li> <li>- التشاؤم وعدم التفاؤل باحتمالات النجاح .</li> <li>- الإهتمام بالوقائع والأرقام والإحصاءات .</li> <li>- تلخيص الآراء وتجميعها وبلورتها وإعطاء الإقتراحات المناسبة .</li> </ul>	(٧)
<p><b>صفة الحيطة والحذر ضمن استراتيجية القبعات الستة تميز صاحب القبعة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الصفراء .</li> <li>- الحمراء .</li> <li>- البيضاء .</li> <li>- السوداء .</li> </ul>	(٨)
<p><b>ما يركز عليه أصحاب القبعة البيضاء ضمن استراتيجية القبعات الستة هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تلخيص الآراء وتجميعها وبلورتها وإعطاء الإقتراحات المناسبة .</li> <li>- التشاؤم وعدم التفاؤل باحتمالات النجاح .</li> <li>- الإهتمام بالوقائع والأرقام والإحصاءات .</li> <li>- احتمالات النجاح وتقليل احتمالات الفشل .</li> </ul>	(٩)

<p><b>استراتيجية القبعه البيضاء ترمز إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- الأحاسيس والمشاعر .</li><li>- التفكير الذي يستند إلى الحقائق والأرقام .</li><li>- التفكير الناقد .</li><li>- جميع ما ذكر خطأ .</li></ul>	(١٠)
---	------

## المحاضره الثالثه عشر / مهارات البحث (١)

{ أنواع البحث العلمي وخطوات البحث ومكوناته }

### □ أهداف المحاضره

تهدف هذه المحاضره إلى :

- ١) تعريف الطالب بأنواع الأبحاث وخصائص كل منها .
- ٢) تعريف الطالب بالخطوات السليمه لإعداد البحث .
- ٣) فهم الطالب للمكونات الأساسية للبحث .
- ٤) إكسابه القدره على إعداد وكتابة بحوثه الجامعيه بطريقة سليمة والإستفاده من ذلك علميا .

### □ عناصر المحاضره

- المقدمة
- أهداف المحاضره
- أولا : أنواع البحث العلمي
- ثانيا : مكونات البحث
- ثالثا : خطوات إعداد البحث

### □ المقدمة

- إن الطالب في المرحله الجامعيه وأخذاً في الإعتبار لمختلف تخصصاته وفضلا عن مهارات التعلم والتفكير هو أحوج ما يكون كذلك إلى تنمية مهارات البحث لديه .
- سيتطلب الأمر منه ابتداء معرفة مختلف أنواع هذه المهارات وتقدير مدى حاجته الماسه من كل منها والإلمام بالتالي بمختلف الطرق والأساليب المعتمده لتنميتها .
- هذه المحاضره ستسلط الضوء على ثلاثة جوانب أساسيه تتعلق بالبحث العلمي هي أنواع البحث العلمي ، خطوات البحث ، ومكوناته .

### أولا : أنواع البحث العلمي

البحث العلمي هو أسلوب منطقي ومنظم وموضوعي ودقيق يتوصل إلى النتائج بناء على أسس وأدله .  
وتتمثل أنواعه فيما يلي :

١. **البحث التاريخي :**  
يهتم بدراسة الأحداث الماضيه من أجل فهمها وتفسيرها وتحليلها على أسس منهجيه علميه دقيقه . يقوم على جمع بيانات متوافره أصلا من المصادر أو من شاهد عيان أو وثائق أو مخطوطات تدل عليها .
٢. **البحث الوصفي :**  
يهتم بوصف الظواهر التي تحدث وصفا دقيقا وذلك لفهمها وتفسيرها ثم التنبؤ بما سيحدث .  
يشمل هذا النوع من البحوث :

- أ. **الدراسات المسحية** : هي محاوله بحثيه منظمه لتجميع الحقائق اللازمه لتقدير الوضع الراهن عن موضوع ما ووصفه وتحليله بهدف الوصول إلى معلومات وافيه عنه .
- ب. **دراسة الحالة** : هي الدراسات التي تركز على حالة معينه وبشكل متعمق وقد تتعلق هذه الحاله بشخص معين أو شركه معينه أو مؤسسه ما .
- ج. **الدراسات الإرتباطيه** : وتستخدم لدراسة العلاقات التي تربط بين متغيرين أو أكثر في ظاهره معينه دون أن تهتم بسبب وجود الظاهره .
٣. **البحث النوعي** :
- يهتم بجمع معلومات كثيره في فترة زمنيّه طويله حول الظاهره المدروسه ويهتم بطرق الملاحظه والمقابله لجمع المعلومات . ويهدف إلى معرفة الواقع للوصول إلى التعميمات .
٤. **البحث التجريبي** :
- ♦ يعتمد على استخدام التجربه العلميه في دراسة الظاهره أو الموضوع ودراسة متغيراتها .
  - ♦ حيث يمكن التحكم في المتغيرات المستقله والسيطره على ظروف التجربه .
  - ♦ هي إذن دراسات سبب ونتيجه تعتمد على وجود مجموعات تجريبية ومجموعات ضابطه للمقارنه وعمل اختبارات قبلية وبعديه في كثير من الدراسات .

### ثانيا : خطوات ومكونات البحث

#### ١- خطوات البحث :

- أ. إختيار الموضوع أو المشكله .
- ب. تحديد القراءات الإستطلاعيه ومراجعة الدراسات والبحوث .
- ج. صياغة فرضيات البحث .
- د. تصميم خطة البحث ومنهجيته .
- هـ. جمع المعلومات وتحليلها .
- و. استخراج النتائج ومناقشتها .
- ز. كتابة التقرير النهائي للبحث .

#### ٢- مكونات البحث :

- أ. **المقدمه** :

تشمل مقدمه نظريه عن الموضوع وطرح مشكله الدراسه ووضع فرضيات أو أسئله حول الظاهره لإظهار أهميتها بالإضافة إلى التعريف بالمصطلحات وحدود التعميم في تلك الدراسه

- ب. **الدراسات السابقه** :

تشمل ملخصات لأهم الدراسات المتعلقه بموضوع الدراسه .

- ج. **منهجية الدراسه** :

تشمل وصفا لمجتمع الدراسه الكلي والعينه التي تم انتقاؤها من المجتمع لتمثله والأدوات المستخدمه من اختبارات أو مقاييس وبرامج أو طرق الملاحظه .... يضاف إلى ذلك وصف الإجراءات التي تقوم بها الدراسه وتصميمها والمتغيرات التابعه والمستقله وطرق معالجة البيانات إحصائيا .

- د. **النتائج:**  
يتعلق الأمر بإبراز النتائج المتوصل إليها وتظهر النتائج من خلال جداول إحصائية إذا كانت الدراسة كمية مع التعليق عليها .
- هـ. **مناقشة النتائج والتوصيات:**  
وتتعلق بتفسير الأسباب التي أدت إلى النتائج المستخلصة وتبريرها تبريرا علميا وكذا ملاحظة جوانب الإتفاق والإختلاف مع الدراسات السابقة . وأخيرا تقديم التوصيات المستندة إلى تلك النتائج .
- و. **المصادر والمراجع:**  
وتشمل المراجع العربي والأجنبي مرتبه ترتيبا هجائيا ، وموثقه بطريقه منهجيه .

### ٣- طبيعة أبحاث طلاب الجامعة :

- ↔ أخذا في الإعتبار لمجموعه من الجوانب فإن أبحاث الطلاب عادة ما تعد تقارير بحثيه أكثر منها أبحاثا علميه .
- ↔ وبالنظر لما للأبحاث العلميه من فوائد تعليميه كبرى كان لابد على الطالب الإهتمام وبذل كبير الجهد في هذا المجال .
- ↔ وتختلف طبيعة الأبحاث المطلوبه بإختلاف طبيعة الماده موضوع البحث لكنها تعتمد عموما على الجانب النظري أكثر من التطبيقي .
- ↔ لذا لا بد من الرجوع لأكثر من مرجع والقيام بالصياغه والتوثيق السليم وإبداء الرأي والإستنتاج .

### ♦ إن البحث وإن كان نظريا بسيط فإنه يتكون من :

- صفحة العنوان .
- قائمة المحتويات .
- قائمة الجداول .
- قائمة الأشكال .
- مقدمة البحث .
- عناصر البحث ( من خلال وجود عناوين رئيسيه ) .
- استنتاجات الباحث ورأيه .
- المصادر والمراجع .

## صفحة العنوان

- اسم الجامعة :
- الكليه :
- القسم :
- عنوان البحث :
- المادة الدراسيه :
- رمز المساق :
- اسم الطالب :
- الرقم الجامعي :
- اسم المدرس :
- الفصل الدراسي :
- العام الجامعي :

<p><b>العنصر الذي يندرج ضمن خطوات البحث العلمي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تجزئة المشكله .</li> <li>- كتابة التقرير النهائي .</li> <li>- إقناع الغير بوجود مشكله .</li> <li>- المصادقه على التقرير النهائي .</li> </ul>	(١)
<p><b>..... هو أسلوب منطقي ومنظم وموضوعي ودقيق يتوصل إلى النتائج بناء على أسس وأدله :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفحص .</li> <li>- الكشف العام .</li> <li>- البحث العلمي .</li> <li>- التفكير .</li> </ul>	(٢)
<p><b>يصنف منهج دراسة الحاله من إطار البحث :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التاريخي .</li> <li>- التجريبي .</li> <li>- الوصفي .</li> <li>- النوعي .</li> </ul>	(٣)

<p><b>العنصر الذي يندرج ضمن خطوات البحث العلمي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تجزئة المشكله .</li> <li>- كتابة التقرير النهائي .</li> <li>- إقناع الغير بوجود مشكله .</li> <li>- المصادقه على التقرير النهائي .</li> </ul>	(٤)
<p><b>تتمثل أولى خطوات البحث العلمي في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- صياغة فرضيات البحث .</li> <li>- تحديد أو اختيار مشكله البحث .</li> <li>- تصميم خطة البحث ومنهجيته .</li> <li>- تحديد القراءات الإستطاعيه .</li> </ul>	(٥)
<p><b>يتم التعريف بأهم مصطلحات الدراسه ضمن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مقدمه البحث .</li> <li>- منهجية البحث .</li> <li>- مصادر البحث .</li> <li>- نتائج البحث .</li> </ul>	(٦)
<p><b>من أهم ما تشتمل عليه منهجية الدراسه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مقدمه نظريه عن الموضوع .</li> <li>- طرح مشكله الدراسه .</li> <li>- وصف مجتمع وعينه الدراسه .</li> <li>- ملخصات لأهم الدراسات المتعلقه بموضوع الدراسه .</li> </ul>	(٧)
<p><b>تعتبر الدراسات المستخدمه لدراسة العلاقات الموجوده بين متغيرين أو أكثر في ظاهرة ما دون أن تهتم بسبب وجود الظاهره ، عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الدراسات المسحيه .</li> <li>- الدراسات التاريخيه .</li> <li>- الدراسات الإرتباطيه .</li> <li>- دراسة الحاله .</li> </ul>	(٨)
<p><b>تمثل الدراسات الإرتباطيه أحد الأنواع التي يتكون منها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- البحث التاريخي .</li> <li>- البحث الوصفي .</li> <li>- البحث النوعي .</li> <li>- البحث التجريبي .</li> </ul>	(٩)

<p><b>يهتم البحث النوعي بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يجمع معلومات كثيرة في فترة زمنية طويلة حول الظاهر المدروسه .</li> <li>- بوصف الظواهر التي تحدث وصفا دقيقا وذلك لفهمها وتفسيرها ثم التنبؤ بما سيحدث .</li> <li>- بدراسة الأحداث الماضية من أجل فهمها وتفسيرها وتحليلها على أسس منهجية علميه دقيقه .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(١٠)
<p><b>دراسة الحالة هي نوع من أنواع البحث :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التاريخي .</li> <li>- النوعي .</li> <li>- التجريبي .</li> <li>- الوصفي .</li> </ul>	(١١)
<p><b>من أنواع البحث الوصفي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الدراسات المسحيه .</li> <li>- دراسة الحالة .</li> <li>- الدراسات الإرتباطيه .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(١٢)
<p><b>تعرف ..... على أنها الدراسات التي تركز على حالة معينه وبشكل متعمق :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الدراسات المسحيه .</li> <li>- دراسات الحالة صح .</li> <li>- الدراسات الإرتباطيه .</li> <li>- الدراسات التجريبيه .</li> </ul>	(١٣)
<p><b>عادة ما يلجأ الباحث عند محاولته علاجه لمشكلته ما إلى بلورة فرضية في شكل : ( سؤال خارجي غير متأكده من الإجابة )</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- احتمالات سطحيه لحل المشكله .</li> <li>- أفكار مؤكده لحل المشكله .</li> <li>- احتمالات قويه لحل المشكله .</li> <li>- أفكار بسيطه وسطحيه لحل المشكله .</li> </ul>	(١٤)

## المحاضرہ الرابعہ عشر / مهارات البحث (٢)

{ الإقتباس والتوثيق والبحث باستخدام الإنترنت }

### ✿ المقدمة

- ✦ إن الطالب في المرحلة الجامعيه وأخذنا في الإعتبار لمختلف تخصصاته وفضلا عن مهارات التعلم والتفكير هو أحوج ما يكون كذلك إلى تنمية مهارات البحث لديه .
- ✦ سيتطلب الأمر منه ابتداء معرفة مختلف أنواع هذه المهارات وتقدير مدى حاجته الماسه من كل منها والإلمام بالتالي بمختلف الطرق والأساليب المعتمده لتنميتها .
- هذه المحاضرہ ستسلط الضوء على ثلاثة جوانب أساسيه تتعلق بالبحث العلمي هي الإقتباس والتوثيق إلى جانب البحث باستخدام الإنترنت .

### ✿ أهداف المحاضرہ

تهدف هذه المحاضرہ إلى :

١. جعل الطالب قادرا على تطبيق طرق الإقتباس من المراجع العلميه بطريقة صحيحه .
٢. جعل الطالب قادرا على التوثيق بشكل صحيح .
٣. استخدام الطالب للطرق السليمه في البحث بواسطة الإنترنت .

### أولا : الإقتباس

١- استخدام المكتبه في البحث :

يفترض أن يعرف الباحث دور المكتبه في ما تحويه من كتب ومراجع توفر الأساس النظري والمعرفي لبحثه لذا يتعين عليه معرفة أساسيات هذا الجانب الآتيه :

- ✓ تصنيف الكتب والمصادر في المكتبات .
- ✓ استخدام فهرس المكتبات ومراكز البحوث والوثائق .
- ✓ تنظيم الكتب والمطبوعات على الرفوف .

٢- المقصود بالإقتباس :

خلال عملية البحث العلمي يرجع الكاتب إلى الكثير من المصادر ذات العلاقه بموضوعه وخلال ذلك يستعير بعض الأفكار والآراء الوارده فيبدأ بمناقشتها تأييدا أو رفضا .

٣- طرق الإقتباس :

نميز ما بين الطرق التاليه للإقتباس :

أ. الإقتباس الحر في (المباشر) :

وهو نقل الموضوعات ذات العلاقه بموضوع البحث كما وردت في النص الأصلي لمصدر المعلومات من غير تحريف أو تعديل . فضلا عن الدقه في اختيار النص ومراعاة انسجام الفقرات مع ما قبلها فإنه يجب وضع النص بين علامتي تنصيص مع عدم الإكثار من هذا النوع من الإقتباس .

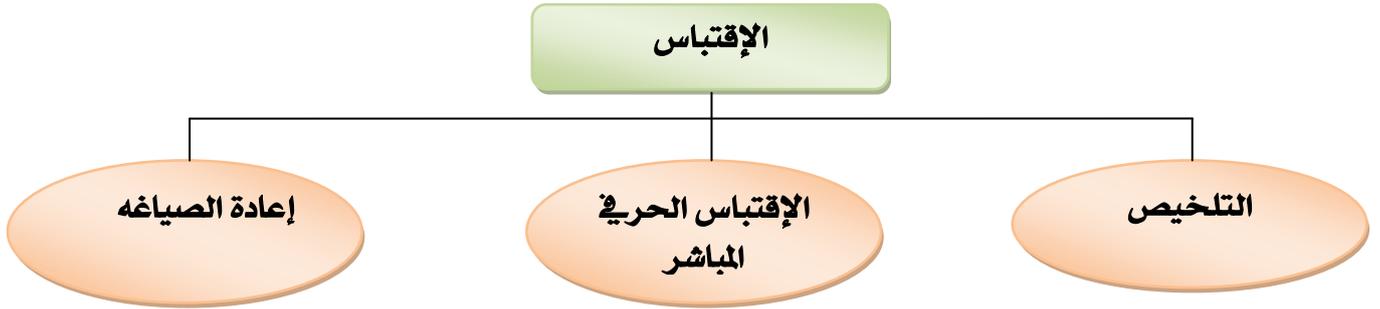
**ب. الإقتباس غير المباشر:**

وهو نقل المعلومة من مصدرها الأصلي معنى وليس نصا وقد يأخذ أحد الشكلين التاليين :

✓ التلخيص .

✓ إعادة الصياغة .

فضلا عن الدقه في اختيار الفكره المناسبه ومراعاة انسجام الفقرات مع ما قبلها فإنه على الباحث أن يحذر من تحريف المقصود أو ينسبه إلى نفسه .

**طرق الإقتباس****ثانيا : التوثيق****١- قواعد عامه في التوثيق :****أ. الألقاب العلميه للمؤلفين**

يذكر اسم المؤلف في قائمة المراجع والمصادر خاليا من الألقاب العلميه والمهنيه كأن يحذف لقب : الأستاذ ، الدكتور ، المهندس ، معالي .....

**ب. أرقام الصفحات**

التأكد من أرقام الصفحات التي تم أخذ المعلومات منها .

**ج. التكرار في ذكر المصادر**

① **تكرار المصدر بشكل مباشر** (عدم وجود مراجع فاصله) :

▪ يشار إليه بالعباره الآتية ( نفس المصدر ، صفحة .... ) في العربيه وفي حالة

الكتابه الإنجليزيه ( Ibid , p.... )

② **تكرار المصدر بشكل غير مباشر** (وجود مراجع فاصله) :

▪ هنا نستخدم ( اسم الكاتب ، مصدر سابق ، صفحه .... ) في حالة الإنجليزيه

وبعد اسم الكاتب ندرج عبارة OP.Cit,pp متبوعه بأرقام الصفحات

**د. اقتباس المعلومات حرفيا أو الإستفاده منها وإعادة ترتيبها**

✓ النقل غير الحريفي وإعادة الصياغه الجديده لا يتم وضع علامه التنصيص ( " )

فيهما ، في حالة النقل الحريفي توضع هذه العلامه على النص المنقول .

**هـ. ذكر المصادر في حاشية الصفحات أو في نهاية البحث**

### يتم ذكر المصادر بطريقتين :

- ١) أن يتم ذكر المصادر أول بأول كلما وردت في حاشية الصفحة .
- ٢) أن يتم جمع المصادر في نهاية الفصل أو البحث بدلا من ذكرها في الحواشي

### ٢- قائمة المراجع في آخر البحث :

ليس هناك طريقه منهجيه موحده في توثيق المراجع لكن يتفق الجميع على أن توثيق المراجع يجب أن يشمل :

- اسم المؤلف .
- اسم الكتاب .
- رقم الطبعة .
- بلد النشر .
- دار النشر .
- سنة النشر .

### ← أمثله :

١. كتاب بمؤلف واحد : شيخاني ، سمير ( ١٩٩٩ ) ، الموسوعه العلميه ، مؤسسة عز الدين للطباعه والنشر ، بيروت .
٢. كتاب من أكثر من ثلاثة مؤلفين : الحمداني ، موفق وآخرون . ( ٢٠٠٦ ) . مناهج البحث العلمي ، عمان ، الأردن ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع .

### ٣- توثيق معلومات الدوريات :

الدوريه هي المجله التي تحتوي على أبحاث ضمن مجال علمي متخصص وتحتوي على أكثر من مؤلف لذا يتم التوثيق لكل مؤلف على حده .

الإسم العائلي للباحث ، اسم الباحث الأول ، ( سنة النشر ) ، عنوان البحث أو مقاله ، اسم الدوريه ، المجلد ( العدد ) ، الصفحه .

### ثالثا : البحث باستخدام الإنترنت

#### ١- شبكة الإنترنت والبحث العلمي :

- ≈ أصبح الإنترنت ( الشبكة العنكبوتيه العالميه ) الشغل الشاغل اليوم للباحثين والعلماء لحاجتهم لتبادل الخبرات والمعلومات البحثيه المختلفه .
- ≈ تعد شبكة الإنترنت أكبر مزود للمعلومات في العالم في الوقت الحاضر .
- ≈ يسهل التنقل لمختلف أنواع المعلومات عن طريق التنقل بين الصفحات والملفات المخزنه في مواقع مختلفه وعبر نظام يسهل على الباحث التشعب من خلال العبارات المفتاحيه المرتبطه مع بعضها .

من أشهر محركات البحث لدينا :

١. قوقل ( <http://www.google.com> )
٢. ياهو ( <http://www.yahoo.com> )
٣. أين ( <http://www.search.ayna.com> )

٢- التطبيقات المختلفه للإنترنت :

هناك العديد من التطبيقات التي يستطيع الباحث استثمارها عبر شبكة الإنترنت منها :

- ✓ البريد الإلكتروني .
- ✓ النشر الإلكتروني .
- ✓ خدمات نقل أو تحصيل الوثائق أو الملفات .
- ✓ تسويق الكتب عبر الشبكة .
- ✓ الدخول إلى مختلف شبكات المعلومات البحثية وفهارس المكتبات .
- ✓ الجامعات المفتوحة والتعلم عن بُعد .

٣- رموز وعلامات وطرق البحث في الإنترنت :

هناك العديد من الرموز والعلامات المسهله للبحث على الإنترنت والتي ينبغي الإستفاده منها من ذلك

مثلا :

- ⌘ علامة التنصيص أو الحصر ( " " ) عندما نريد الكلمه أو الكلمات كما هي بالضبط .
- ⌘ علامة الجمع ( + ) أو كلمته ( and ) عندما تريد اشتراط كلمتين عند البحث مثال ذلك :  
جدة + الأسماك ، وعلامة ( - ) ، في حالة العكس أو الحذف .
- ⌘ كما يمكنك وضع كلمته ( ppt ) مكان كلمته ( doc ) إذا كنت تبحث عن ملفات بوربوينت ، أو كلمته pdf إذا كنت تبحث عن ملفات إكروبات .

<p><b>العنصر الذي لا يدخل ضمن طرق الإقتباس هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التلخيص .</li> <li>- التخصيص .</li> <li>- إعادة الصياغة .</li> <li>- نقل الموضوعات ذات علاقته كما وردت نصا .</li> </ul>	(١)
<p><b>يعرف الإقتباس المباشر على أنه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نقل الموضوعات ذات علاقته بموضوع البحث حرفيا كما وردت في النص .</li> <li>- نقل المعلومة من مصدرها الأصلي معنى لا نصا .</li> <li>- التعبير عن مدلول المنقول بصياغة الكاتب وأسلوبه مع الإشارة للمصدر .</li> <li>- التعبير عن مدلول المنقول بصياغة الكاتب وأسلوبه دون الإشارة للمصدر .</li> </ul>	(٢)
<p><b>من القواعد الهامة في التوثيق والإقتباس :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ذكر الألقاب العلمية دون الألقاب المهنية للمؤلفين .</li> <li>- ذكر الألقاب العلمية والألقاب المهنية للمؤلفين .</li> <li>- عدم ذكر الألقاب العلمية والمهنية للمؤلفين .</li> <li>- الإكثار من الإقتباس المباشر .</li> </ul>	(٣)
<p><b>نقل المعلومة من مصدرها الأصلي معنى لا نصا يعبر عنه بالإقتباس :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحر في .</li> <li>- الوثق .</li> <li>- المباشر .</li> <li>- غير المباشر .</li> </ul>	(٤)
<p><b>تعرف الدوريه على أنها ..... التي تحتوي على أبحاث ضمن مجال علمي متخصص :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الشبكة .</li> <li>- المكتبه .</li> <li>- المجله .</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح .</li> </ul>	(٥)
<p><b>من الأشياء الهامة والتي تستخدم في توثيق المراجع في اخر البحث ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- حجم المرجع .</li> <li>- عدد كلمات المرجع .</li> <li>- لون المرجع .</li> <li>- اسم المؤلف .</li> </ul>	(٦)

## الواجبات ( ١ )

<b>الواجب الأول</b>	
(١)	<p><b>من الخصائص التي تميز الحياة الجامعية عن المرحلة الثانوية هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- كون ما يتلقاه الطالب أثناء المحاضره يمثل الجزء الأكبر والأهم مما يحتاج لأن يتعلمه .</li> <li>- ارتكاز الاختبارات وتقييم أداء الطالب على الحفظ والتكرار .</li> <li>- ارتكاز التعلم والتدريس على تلقي الطالب للمعلومه .</li> <li>- اعتماد الاختبارات وتقييم أداء الطالب على الفهم والإستيعاب .</li> </ul>
(٢)	<p><b>من موضوعات مقرر مهارات البحث والتفكير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط الفردي</li> <li>- تخطيط المشروع</li> <li>- إدارة المشروع</li> <li>- التخطيط الاستراتيجي للمشروع</li> </ul>
(٣)	<p><b>تتعلق إدارة الذات باتجاهات ومشاعر الفرد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عن نفسه</li> <li>- عن جامعتة</li> <li>- عن بيئته</li> <li>- عن زملائه</li> </ul>
<b>الواجب الثاني</b>	
(٤)	<p><b>تهتم مهارات التفكير العليا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بالأعمال اليومية</li> <li>- بالأعمال الروتينية</li> <li>- بإصدار الأحكام</li> <li>- بإكتساب المعرفة</li> </ul>
(٥)	<p><b>الفئة التي لا تعكس بوضوح الذكاء الموسيقي هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- فئة المنشدين</li> <li>- فئة الميكانيكيين</li> <li>- فئة اختصاصيي القلب</li> <li>- فئة الخطاطين</li> </ul>
(٦)	<p><b>من وظائف نصف الدماغ الأيمن للفرد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تذكر الأسماء</li> <li>- الفراءه التحليليه</li> <li>- الإعتماد على اللغه في التفكير والتذكر</li> <li>- الإستجابة للشروح التمثيليه والرمزيه</li> </ul>
<b>الواجب الثالث</b>	

<p><b>العنصر الذي لا يدخل ضمن طرق الإقتباس هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التلخيص</li> <li>- التخصيص</li> <li>- إعادة الصياغة</li> <li>- نقل الموضوعات ذات العلاقة كما وردت نصا</li> </ul>	(٧)
<p><b>لا يمكن وصف المبدعين بأنهم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مثاليون</li> <li>- يسعون لأهداف واضحة لديهم</li> <li>- يخافون من الفشل</li> <li>- ذووا إرادة قوية</li> </ul>	(٨)
<p><b>إحدى صفات الفرد التي لا تصنف من ضمن عوائق الإبداع هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التنوع في الأحاسيس</li> <li>- الغضب</li> <li>- التمسك بالأعراف</li> <li>- العصبية</li> </ul>	(٩)
<p><b>العنصر الذي يندرج ضمن خطوات البحث العلمي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تجزئة المشكله</li> <li>- كتابة التقرير النهائي</li> <li>- إقناع الغير بوجود مشكله</li> <li>- المصادقه على التقرير النهائي</li> </ul>	(١٠)

## الواجبات ( ٢ )

<b>الواجب الأول</b>	
(١)	<p><b>يهدف مقرر مهارات البحث والتفكير إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مساعدة الطالب على الإختيار للمسار الجامعي وتوجيهاته المستقبلية بما يتناسب مع قدراته ومؤهلاته</li> <li>- إكساب الطالب القدره على الإعداد الجيد للبحوث العلميه والمشاريع الدراسيه</li> <li>- إحاطة الطالب بجملة من الأدوات والإستراتيجيات الفاعله التي تساعد على تحصيل المعرفه وتنظيمها وسرعة إستدعائها</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>
(٢)	<p><b>تتعلق إدارة الذات بإتجاهات ومشاعر ومدركات الفرد عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نفسه</li> <li>- جامعته</li> <li>- بيئته</li> <li>- زملائه</li> </ul>
(٣)	<p><b>(.....) هو أن يضع الفرد خططا " لما سيقوم به من أفعال في زمان ومكان معين موضحا " في ذلك الإستراتيجيات والطرق التي تساعد في تنفيذ خططه والوصول :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط الفردي</li> <li>- التنظيم</li> <li>- التخطيط الجماعي</li> <li>- التخطيط الإستراتيجي</li> </ul>
<b>الواجب الثاني</b>	
(٤)	<p><b>من أهم مضيعات الوقت ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المقاطعات الهاتفية</li> <li>- القدره على قول لا</li> <li>- الزوار الذين يأتون بموعد مسبق</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>
(٥)	<p><b>يقصد بـ (.....) في الدراسه القدره على التعلم أو الدراسه بجديه في مهمته ما حتى يصل الفرد لدرجة استعادة أي شئ آخر عند انتباهه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التركيز</li> <li>- الإجتهد</li> <li>- المداومه</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>

<p><b>يعرف ..... بأنه القدره على التعبير اللغوي واستعمال الكلمات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذكاء البصري</li> <li>- الذكاء الموسيقي</li> <li>- الذكاء اللغوي - اللفظي</li> <li>- الذكاء المنطقي الرياضي</li> </ul>	(٦)
<b>الواجب الثالث</b>	
<p><b>يعرف ..... بأنه سلسلة من النشاطات العقلية غير المرئية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارات التفكير</li> <li>- التفكير</li> <li>- الحلم</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ</li> </ul>	(٧)
<p><b>من المهارات المهمة لحل المشكلات مايلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد المشكله</li> <li>- تمثيل المشكله</li> <li>- تخطيط الحل</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٨)
<p><b>..... هو أسلوب منطقي ومنظم وموضوعي ودقيق يتوصل إلى النتائج بناء على أسس وأدله :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفحص</li> <li>- الكشف العام</li> <li>- البحث العلمي</li> <li>- التفكير</li> </ul>	(٩)
<p><b>تتم عملية تنمية التفكير ماوراء المعرفي من خلال التدريب على عدة استراتيجيات منها استراتيجيات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الوعي الذاتي</li> <li>- تنظيم الذات</li> <li>- مراقبة الذات</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(١٠)

## أسئلة الفصل الدراسي الثاني للعام ١٤٣٢ / ١٤٣٣هـ

<p><b>الذات التي تحدد نظرة الفرد إلى ما يود أن يكون عليه تسميها بالذات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإجتماعيه</li> <li>- المثاليه</li> <li>- الشخصيه</li> <li>- الإنسانيه الخاصه</li> </ul>	(١)
<p><b>يندرج ما تقوم به من سلوك يومي لخدمة الهدف قصير الأجل ضمن الأهداف ب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- اللحظيه</li> <li>- قصيرة الأجل</li> <li>- متوسطة الأجل</li> <li>- السنويه</li> </ul>	(٢)
<p><b>تتمثل المرحله الأولى من مراحل إدارة الوقت في:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إعداد خطط عمل لتحقيق الأهداف</li> <li>- تبني أساليب وحلول ملائمه لمواجهة تضيق الوقت</li> <li>- تحديد الوقت</li> <li>- تنفيذ خطط العمل المرسومه وفقا لجدول زمني محدد</li> </ul>	(٣)
<p><b>يتمثل أحد العناصر المكونه للذات الإنسانيه في:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المفهوم العلمي</li> <li>- التفكير بالهدف</li> <li>- التجارب والخبرات</li> <li>- وضوح الهدف</li> </ul>	(٤)
<p><b>تهتم مهارات التفكير العليا ب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تذكر المعرفه</li> <li>- إكتساب المعرفه</li> <li>- الأعمال الروتينييه</li> <li>- إصدار الأحكام</li> </ul>	(٥)
<p><b>يصنف منهج دراسة الحاله من إطار البحث :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التاريخي</li> <li>- التجريبي</li> <li>- الوصفي</li> <li>- النوعي</li> </ul>	(٦)

<p><b>الإستراتيجيه التي تتم من خلال التدريب عليها عملية تنمية التفكير الناقد هي استراتيجيه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءات السريعه</li> <li>- العصف الذهني</li> <li>- التحسينات</li> <li>- الكلمات المترابطه</li> </ul>	(٧)
<p><b>ما ترمز إليه القبعه البيضاء في إستراتيجية القبعات الست هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع والنمو والطاقه</li> <li>- التفكير في التفكير</li> <li>- النمط المتعلق بالأحاسيس والمشاعر</li> <li>- نمط التفكير المستند إلى الحقائق والأرقام</li> </ul>	(٨)
<p><b>يبرز الإبداع التعبيري من خلال :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تقديم إبداع شعري</li> <li>- التوصل لمعادلة رياضية جديده</li> <li>- تقديم منتج فني جديد</li> <li>- طرح نظريات جديده</li> </ul>	(٩)
<p><b>الفئه التي تعكس أكثر من غيرها الذكاء المنطقي الرياضي هي فئة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- النحاتين</li> <li>- المحللين الماليين</li> <li>- الأدباء</li> <li>- الشعراء</li> </ul>	(١٠)
<p><b>تتميز الحياة في المرحلة الجامعيه عنها في المرحلة الثانويه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- اعتماد الإختبارات وتقييم أداء الطالب على الفهم والإستيعاب</li> <li>- ارتكاز التعلم والتدريس على تلقي الطالب للمعلومه</li> <li>- ارتكاز الإختبارات وتقييم أداء الطالب على الحفظ والتكرار</li> <li>- كون ما يتلقاه الطالب أثناء المحاضره يمثل الجزء الأهم مما يحتاج لتعلمه</li> </ul>	(١١)
<p><b>يقصد بإدارة الوقت للطالب الجامعي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تنظيم وقته وتوزيعه بما يتناسب ومتطلبات المواد الدراسيه والحياة اليوميه</li> <li>- قضاء أكبر وقت ممكن من حياته في المذاكره والدراسه معا</li> <li>- قضاء أكبر وقت ممكن من حياته في المذاكره فقط</li> <li>- قضاء أكبر وقت ممكن من حياته في المذاكره والتحصيل العلمي</li> </ul>	(١٢)

<p><b>يشير الحرف الرابع في نموذج ( VARK ) لأنماط التعلم والتفكير إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نمط التعلم البصري</li> <li>- نمط التعلم العملي - الحركي</li> <li>- نمط التعلم القرائي - الكتابي</li> <li>- نمط التعلم السمعي</li> </ul>	(١٣)
<p><b>يعرف التفكير على أنه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القدره على الأداء التفكري بشكل فعال في ظروف معينه</li> <li>- سلسلته من النشاطات العقلية غير المرئيه التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما</li> <li>- القدره على القيام بعمل فكري ما على أساس الفهم والسرعه والدقه</li> <li>- القراءه والفهم لأجل الدراسه والتعلم</li> </ul>	(١٤)
<p><b>يمتاز القارئ الماهر عن القارئ غير الماهر :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بكثرة عدد وقفات عينه أثناء القراءه</li> <li>- بعدم وجود اتجاه واحد لحركات عينه أثناء القراءه</li> <li>- بأن لديه مجالاً بصرياً كبيراً في السطر الواحد</li> <li>- بحركات عينه التي كثيراً ما ترجع للخلف ثم للأمام</li> </ul>	(١٥)
<p><b>يستهدف أسلوب المسح في استراتيجيه القراءه لأجل التعلم والدرس :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التسميع واختبار التذكر</li> <li>- تثبيت المعلومات في الذهن</li> <li>- البحث عن إجابات الأسئلة المطروحه والأفكار الرئيسيه</li> <li>- الحصول على فكره شامله عن الموضوع الذي ستقرأه قبل قراءة التفاصيل</li> </ul>	(١٦)
<p><b>يشير البناء العقلي الذي ينتج من التصورات التي يكونها الفرد للأشياء ضمن الخريطه المفاهيميه إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المفهوم العلمي</li> <li>- كلمات الربط</li> <li>- الوصلات العرضيه</li> <li>- الأمثله</li> </ul>	(١٧)
<p><b>من خلال التعرف على الأنواع المختلفه للقراءه نجد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- أن كلا منها يناسب هدفاً معيناً للتعلم</li> <li>- أنه يكمن استخدام كل منها لمختلف أغراض التعلم</li> <li>- أن كلا منها يركز أساساً على البراعه البصريه</li> <li>- أن أغلبها يركز أساساً على البراعه البصريه</li> </ul>	(١٨)

<p><b>القراءة التي يتم خلالها النظر لكل الكلمات مع إعطاء الكلمات والعبارات المهمة وقتاً أكثر هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءة الأساسية</li> <li>- القراءة التمهيدية</li> <li>- القراءة المتصفح</li> <li>- القراءة لأجل الدراسة والتعلم</li> </ul>	(١٩)
<p><b>إن الإستراتيجية الملائمة لمواجهة المشكلات بالغة التعقيد هي استراتيجية :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تجزئة المشكله</li> <li>- التحسينات</li> <li>- الإستعمالات</li> <li>- تجزئة السوق</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>يتمثل الأمر الذي لا ينتج عن القلق الزائد من الإختبارات في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحفيز الذات</li> <li>- تشتت الذهن</li> <li>- بروز حيل دفاعيه لا شعوريه</li> <li>- ضعف الشهيه</li> </ul>	(٢١)
<p><b>أحد الموضوعات الأساسية التي يتناولها مقرر مهارات البحث والتفكير هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط الإستراتيجي للمشروع</li> <li>- تخطيط المشروع</li> <li>- إدارة المشروع</li> <li>- التخطيط الفردي</li> </ul>	(٢٢)
<p><b>تشير قابلية الإنسان للإحتفاظ بالتجربه والمعرفه واستدعائها عند اللزوم إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التذكر</li> <li>- المذاكره</li> <li>- الذاكره</li> <li>- التركيز</li> </ul>	(٢٣)
<p><b>الأمر الذي لا يتعلق بمعوقات التحفيز لدى الطالب الجامعي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المبالغه في تقدير الذات</li> <li>- السهر وقلّة النوم</li> <li>- الإجهاد النفسي والبدني</li> <li>- عدم وجود خطه أو أهداف محدد</li> </ul>	(٢٤)

<p><b>مهارة التفكير الناقد التي تشتمل على مهارات فحص الدليل وتخمين البدائل والتوصل لإستنتاجات هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارة التقييم</li> <li>- مهارة التحليل</li> <li>- مهارة الإستدلال</li> <li>- مهارة التفسير</li> </ul>	(٢٥)
<p><b>تتمثل الخطوه الثانيه ضمن النمط التسلسلي لحل المشكلات في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تخطيط الحل</li> <li>- تحديد المشكله</li> <li>- لحل المشكله</li> <li>- تنفيذ الحل</li> </ul>	(٢٦)
<p><b>تعرف عملية اتخاذ القرار على أنها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عملية تفكير مركبه تهدف إلى اختيار أفضل البدائل أو الحلول المنتجه للفرد في موقف معين</li> <li>- سلسله من النشاطات العقلية غير المرئيه التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير معين</li> <li>- القدره على حل المشكلات واتخاذ القرارات بسرعه</li> <li>- التقصي والتحري عن الحلول الممكنه للمشكله المراد حلها</li> </ul>	(٢٧)
<p><b>يشير التفكير ماوراء المعرفي إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التفكير في حل المشكلات</li> <li>- التفكير حول التفكير</li> <li>- التفكير في إيجاد حلول غير مأوفه لمشكلات قائمه</li> <li>- التفكير في إيجاد حلول مأوفه للمشكلات القائمه</li> </ul>	(٢٨)
<p><b>من أهم الأسباب المؤديه إلى فشل الطالب الجامعي في دراسته :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بعد الجامعه عن مقر سكنه</li> <li>- عدم وضوح الأهداف لديه</li> <li>- الدراسه بغير اللغه الأم ( بلغة أجنبيه )</li> <li>- اختياره لتخصص أكاديمي صعب</li> </ul>	(٢٩)
<p><b>الأمر الذي ليس له تأثير طردي على الذاكره هو تأثير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإختلافات</li> <li>- الإنفعالات</li> <li>- تحديد التواريخ</li> <li>- الحواس</li> </ul>	(٣٠)

<p><b>حتى يتمكن من الوقوف على الحقائق وفهماها فإن المرحلة الجامعية تستدعي من الطالب :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدم شغل ذهنه بكثرة القراءة</li> <li>- التركيز على ما يقدم له من محاضرات</li> <li>- كثرة القراءة</li> <li>- التغذية السليمه وقلّة السهر</li> </ul>	(٣١)
<p><b>أحد الأخطاء المدمره في ليلة الإختبار هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قلّة المذاكره فيها</li> <li>- عدم المذاكره فيها أصلا</li> <li>- الإفراط في المذاكره فيها</li> <li>- الإكتفاء بالمذاكره الخفيفه فيها</li> </ul>	(٣٢)
<p><b>مما ينصح به أثناء أداء الإختبار :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- البدء بالسؤال الأسهل</li> <li>- البدء بالسؤال الأصعب</li> <li>- البدء بالسؤال الأطول</li> <li>- البدء بالسؤال الأقصر</li> </ul>	(٣٣)
<p><b>نوع الحاجات الإنسانيه الذي يتربح على قمته هرم ماسلو للحاجات هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجات الجماليه</li> <li>- الحاجه إلى الحب والتقدير</li> <li>- الحاجات الفيزيولوجيه</li> <li>- الحاجه لتحقيق الذات</li> </ul>	(٣٤)
<p><b>تمثل الذات الإنسانيه الخاصه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ما يبدو للآخرين ويتفاعل معهم</li> <li>- نظرة الفرد إلى ما يرغب أن يكون عليه</li> <li>- حقيقة الإنسان التي يجب أن يكون على وعي بها</li> <li>- صورة الإنسان التي تظهر للآخرين</li> </ul>	(٣٥)
<p><b>تتمثل الخطوه الأولى لمراحل العمليه التخطيطيه ضمن التخطيط الفردي في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد الإفتراضات لما ستكون عليه الظروف المستقبليه</li> <li>- تحديد وتقييم الوضع الحالي</li> <li>- تحديد الأهداف التي يسعى الفرد إلى تحقيقها</li> <li>- معرفه نقاط القوه والضعف لدى الفرد</li> </ul>	(٣٦)

<p><b>من أساسيات تحديد أهداف المذاكره البدء :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بوضع أهداف ذات مستوى عال ومعقول</li> <li>- بتدوين الأهداف وفقا لتقسيماتها</li> <li>- بمراجعة وتعديل الأهداف عند اللزوم</li> <li>- بالقيام بالفعل الصائب وبإخلاص</li> </ul>	(٣٧)
<p><b>المحركات الداخليه التي تدفعنا للقيام بسلوك معين وتوجه هذا السلوك التوجيه الصحيح هي تعبير عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجه</li> <li>- الرغبه</li> <li>- الدافعيه</li> <li>- التحفيز</li> </ul>	(٣٨)
<p><b>نوع القراءه الذي يمكن بسرعه من الوصول إلى فهم حس الكاتب واتجاهه العام في الكتابه هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءه الأساسيه</li> <li>- القراءه المتصفحاه</li> <li>- القراءه التمهيديه</li> <li>- القراءه السريعه</li> </ul>	(٣٩)
<p><b>يتميز الطالب في المرحله الجامعيه عنه في الثانويه بكونه يقوم بدور :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المكتفي بما في المحاضره من معلومه</li> <li>- المتلقي للمعلومه</li> <li>- الباحث عن معلومه</li> <li>- حفظ المعلومه</li> </ul>	(٤٠)
<p><b>يقصد بمهارات التفكير ، القدره على القيام :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بأداء عمل ما على أساس الفهم</li> <li>- بأداء عمل ما على أساس السرعه</li> <li>- بأداء عمل ما على أساس الدقه</li> <li>- بالأداء التفكيرى بشكل فعال</li> </ul>	(٤١)
<p><b>يتمثل أحد العناصر المكونه للهدف في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التنسيق</li> <li>- التنظيم</li> <li>- التوجيه</li> <li>- الأداء</li> </ul>	(٤٢)

<p><b>يتميز الوقت كمورد غير متجدد عن بقية الموارد بكونه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يمتلكه كل الناس</li> <li>- قابلا للإحلال والتبديل</li> <li>- قابلا للتخزين</li> <li>- يمكن زيادته ومضاعفته</li> </ul>	(٤٣)
<p><b>تناسب ( ثقافة الأجنده ) في التحكم في الوقت إجراء :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- وقت فترة العمل</li> <li>- جرد الأنشطة</li> <li>- تحليل الوقت وتخصيصه</li> <li>- تقييم الأداء</li> </ul>	(٤٤)
<p><b>إن الوقت المخصص للعطلة الأسبوعيه هو وقت :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يجب تخصيصه بالكامل للراحه والترفيه</li> <li>- يجب تخصيصه بالكامل للمناكره</li> <li>- يجب تخصيص الجزء الأكبر منه للمناكره</li> <li>- يمكن تخصيص جزء منه للمناكره</li> </ul>	(٤٥)
<p><b>تشير القدره على التعلم أو الدراسه بجديه في مهمه ما حتى يصل الفرد لدرجة القدره على استعادة أي شئ آخر عند انتباهه إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التركيز</li> <li>- التذكر</li> <li>- الذاكره</li> <li>- المذاكره</li> </ul>	(٤٦)
<p><b>الأمر الذي لا علاقة له بمهارات حل المشكله هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إعلام الآخرين بأن هناك مشكله</li> <li>- تخطيط الحل</li> <li>- تمثيل المشكله</li> <li>- تحديد المشكله</li> </ul>	(٤٧)
<p><b>الدافعيه هي تعبير عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- اهتمام بالسلوك</li> <li>- محرك للسلوك</li> <li>- مراقبه للسلوك</li> <li>- وصف للسلوك</li> </ul>	(٤٨)

<p><b>العنصر الذي يندرج ضمن المهارات الفرعية للتفكير الإبداعي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأصالة</li> <li>- الحساسيه للمشكلات</li> <li>- المرونه</li> <li>- الطلاقه</li> </ul>	(٤٩)
<p><b>الإستراتيجيه التي تركز على تغيير الشئ لإحداث تطوير إيجابي على هدفه الإصلي هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التحسينات</li> <li>- الإستعمالات</li> <li>- القبعات الست</li> <li>- الأسئلة الصحفيه الستة</li> </ul>	(٥٠)
<p><b>الأمر الذي ينشأ عن القلق الشديد المصاحب للإختبارات هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع</li> <li>- إعاقة الذاكره</li> <li>- تحفيز الذات</li> <li>- الإبتكار</li> </ul>	(٥١)
<p><b>الأمر الذي لا يساهم في معالجة القلق هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قراءة القرآن الكريم</li> <li>- فهم الذات</li> <li>- عدم السيطرة على الإنفعالات الداخليه</li> <li>- الإسترخاء</li> </ul>	(٥٢)
<p><b>العنصر الذي يندرج ضمن خطوات البحث العلمي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تجزئة المشكله</li> <li>- كتابة التقرير النهائي</li> <li>- إقناع الغير بوجود مشكله</li> <li>- المصادقه على التقرير النهائي</li> </ul>	(٥٣)
<p><b>تعرف إدارة الذات على أنها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- معرفة الفرد لقدراته واستخدامه الأمثل لهذه القدرات</li> <li>- معرفة الفرد لبيئته والتكيف معها على أحسن وجه</li> <li>- معرفة الفرد للمهارات المطلوبه من الطالب الجامعي ومحاولة اكتسابها وتعلمها</li> <li>- استعداد الفرد لإكتساب المهارات العليا للإبداع</li> </ul>	(٥٤)

<p><b>تتمثل المرحلة الأولى من المراحل المميزه للذاكره في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإسترجاع</li> <li>- الترميز</li> <li>- الحفظ</li> <li>- الإستدعاء</li> </ul>	(٥٥)
<p><b>يكون الحدث أكثر رسوخا في الذاكره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- كلما كان استقباله بأكثر من حاسه</li> <li>- كلما تركز استقباله في حاسه واحده</li> <li>- حينما يتم استقباله بحاسه السمع</li> <li>- حينما يتم استقباله بحاسه البصر</li> </ul>	(٥٦)
<p><b>إحدى صفات الفرد التي لا تصنف من ضمن عوائق الإبداع هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التنوع في الأحاسيس</li> <li>- الغضب</li> <li>- التمسك بالأعراف</li> <li>- العصبية</li> </ul>	(٥٧)
<p><b>الدوافع القويه هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- محركات للسلوك الإنساني</li> <li>- معوقات للسلوك الإنساني</li> <li>- أساس التحكم في السلوك الإنساني</li> <li>- نتيجة إيجابيه للسلوك الإنسان</li> </ul>	(٥٨)
<p><b>المرحلة التي تعبر عن أخذ الفرد لقرارات بشأن ما يريد ضمن نموذج أدلر وهيذ لتطبيق مراحل النجاح هي مرحلة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد الهدف</li> <li>- التطبيق</li> <li>- تقييم وملاحظة ماذا حدث</li> <li>- إحداث التغيير والتعديل اللازم للوصول إلى الهدف</li> </ul>	(٥٩)
<p><b>إن قدره على تصور الأشياء وتصور الأشكال في الفراغ تعكس نوع الذكاء :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الطبيعي</li> <li>- الشخصي</li> <li>- البصري - المكاني</li> <li>- الحسي - الحركي</li> </ul>	(٦٠)

<p><b>تشير حالة القلق والخوف اللاشعوري والتردد والبحث عن الحلول ضمن مراحل التفكير الإبداعي إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مرحلة التحضير</li> <li>- مرحلة الكمون</li> <li>- مرحلة الإشراق</li> <li>- مرحلة التحقيق</li> </ul>	(٦١)
<p><b>أحد العوامل المساهمة في تحسين الذاكرة هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التوتر الحاصل بفعل الإمتحان</li> <li>- تركيز المذاكرة في ليلة الإمتحان</li> <li>- تجنب العمل تحت ضغط الوقت</li> <li>- تكوين ارتباطات ذهنية حول الموضوع</li> </ul>	(٦٢)
<p><b>الأمر الذي لا يتعلق بمكونات الخريطه المفاهيميه هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الوصلات العرضيه</li> <li>- كلمات الربط</li> <li>- الإبداع الفكري</li> <li>- المفهوم العلمي</li> </ul>	(٦٣)
<p><b>لا يمكن وصف المبدعين بأنهم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مثاليون</li> <li>- يسعون لاهداف واضحة لديهم</li> <li>- مبادرون</li> <li>- عدم التنوع في الأحاسيس</li> </ul>	(٦٤)
<p><b>الإستراتيجيه التي تستخدم للتخلص من معوقات الإبداع هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- استراتيجيه التحسينات</li> <li>- استراتيجيه الإستعمالات</li> <li>- استراتيجيه الأسئلة الست الصحيحه</li> <li>- استراتيجيه ( ماذا لو كان )</li> </ul>	(٦٥)
<p><b>عندما يتم استخدام استراتيجيه العصف الذهني يجب :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- أن يتم الإعتماد على أفكار الآخرين</li> <li>- الانطلاق نحو الأفكار الجديده التي قد تبدو غير عمليه وسخيفه</li> <li>- التركيز على نوعيه الأفكار أثناء مرحلة العصف</li> <li>- ... دار الحكم على الأفكار المطروحه حين طرحها</li> </ul>	(٦٦)

<p><b>تندرج أسئلة الخطأ والصواب ضمن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأسئلة التحريرية</li> <li>- الأسئلة الموضوعية</li> <li>- الأسئلة المقالية</li> <li>- أسئلة الإختيار المتعدد</li> </ul>	(٦٧)
<p><b>من العوامل المساهمة في إبراز الطاقه الكامنه في تحسين الذاكره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ضغط الوقت</li> <li>- طول الوقت</li> <li>- توازن الوقت</li> <li>- عدم الإهتمام بالوقت</li> </ul>	(٦٨)
<p><b>العنصر الذي لا يندرج ضمن مكونات الذات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأعضاء والحركات</li> <li>- الوعي بالذات</li> <li>- التجارب والخبرات</li> <li>- الزمن</li> </ul>	(٦٩)

## أسئلة الفصل الدراسي الأول للعام ١٤٣٣ / ١٤٣٤هـ

<p><b>تتمثل أولى خطوات البحث العلمي في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- صياغة فرضيات البحث .</li> <li>- تحديد أو اختبار مشكلة البحث .</li> <li>- تصميم خطة البحث ومنهجيته .</li> <li>- تحديد القراءات الإستطلاعية .</li> </ul>	(١)
<p><b>يعرف الإقتباس المباشر على أنه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نقل الموضوعات ذات علاقه بموضوع البحث حرفيا كما وردت في النص .</li> <li>- نقل المعلومه من مصدرها الأصلي معنى لا نصا .</li> <li>- التعبير عن مدلول المنقول بصياغة الكاتب وأسلوبه مع الإشارة للمصدر .</li> <li>- التعبير عن مدلول المنقول بصياغة الكاتب وأسلوبه دون الإشارة للمصدر .</li> </ul>	(٢)
<p><b>من القواعد الهامه في التوثيق والإقتباس :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ذكر الألقاب العلميه دون الألقاب المهنيه للمؤلفين .</li> <li>- ذكر الألقاب العلميه والألقاب المهنيه للمؤلفين .</li> <li>- عدم ذكر الألقاب العلميه والمهنيه للمؤلفين .</li> <li>- الإكثار من الإقتباس المباشر .</li> </ul>	(٣)
<p><b>تعرف مهارة حل المشكله التي يتصور بموجبها الشخص نفسه مثلا عاطلا عن العمل دون تمويل لذا يجب عليه الحصول على عمل وإلا بقي عالاه على أسرته بمهاره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد المشكله .</li> <li>- تمثيل المشكله .</li> <li>- تخطيط الحل .</li> <li>- تنفيذ الحل .</li> </ul>	(٤)
<p><b>تتم عملية تنمية حل المشكلات من خلال التدريب على عدة استراتيجيات من أهمها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- استراتيجية تحليل الغايات والوسائل .</li> <li>- استراتيجية العصف الذهني .</li> <li>- استراتيجية الإستعمالات .</li> <li>- استراتيجية التحسينات .</li> </ul>	(٥)
<p><b>تدل عبارة " ينقسم " أو " يتركب من " ضمن الخريطه المفاهيميه على :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- كلمات الربط .</li> <li>- الوصلات العرضيه .</li> <li>- الأمثله .</li> <li>- المفهوم العلمي .</li> </ul>	(٦)

<p><b>يتوصل الطالب سريعا إلى حس الكاتب واتجاهه العام في الكتابه من خلال :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءة الأساسية</li> <li>- القراءة التمهيديه</li> <li>- القراءة المتصفح</li> <li>- القراءة السريعه</li> </ul>	(٧)
<p><b>تتمثل المرحلة الأولى من المراحل المميزه للذاكره في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإسترجاع</li> <li>- الإحتفاظ</li> <li>- الترميز</li> <li>- الإستدعاء</li> </ul>	(٨)
<p><b>مما ينصح به الطالب بخصوص الإختبارات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تركيز المذاكره في ليلة الإختبار</li> <li>- الإفراط في المذاكره</li> <li>- عدم القلق نهائيا بشأن الإختبارات</li> <li>- الإكتفاء بمذاكره خفيفه للماده في ليلة الإختبار</li> </ul>	(٩)
<p><b>الأسئله التي تكون الإجابة فيها كتابه لشرح معنى أو مفهوم معين أو حل وصفي لمسأله ما ، هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأسئله التحريري</li> <li>- الأسئله الموضوعيه</li> <li>- أسئله الصح والخطأ</li> <li>- أسئله الإختيار من متعدد</li> </ul>	(١٠)
<p><b>يتمثل أحد أنواع التفكير الإبداعي العملي في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع الشعري</li> <li>- تقديم أفكار مبدعه</li> <li>- تقديم نظريات غير مسبوقة</li> <li>- التوصل لمعادله رياضيه جديده</li> </ul>	(١١)
<p><b>حينما يشخص اختصاصيو القلب مرضاهم بناء على السمع الدقيق لنماذج الأصوات فهم يتمتعون :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بالذكاء المنطقي الرياضي</li> <li>- بالذكاء الحسي الحركي</li> <li>- بالذكاء الموسيقي</li> <li>- بالذكاء الطبيعي</li> </ul>	(١٢)

<p><b>إحدى مهارات التفكير الإبداعي الفرعيه هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحساسيه للمشكلات</li> <li>- الطلاقة اللفظيه</li> <li>- المرونه التلقائيه</li> <li>- الأصاله</li> </ul>	(١٣)
<p><b>يتطلب نجاح استراتيجيه العصف الذهني :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإقتصار على كتابه أهم الأفكار المطروحه</li> <li>- البعد عن الأفكار التي قد تبدو غير عمليه وسخيفه</li> <li>- التركيز على نوعيه الأفكار أثناء العصف</li> <li>- جعل الجلسه مريحه مرجه</li> </ul>	(١٤)
<p><b>الإستراتيجيه التي تفيد في التخلص من معيقات الإبداع هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- استراتيجيه التحسينات</li> <li>- استراتيجيه الاستعمالات</li> <li>- استراتيجيه العصف الذهني</li> <li>- استراتيجيه (ماذا لو كان) أو (إذا ... فإن)</li> </ul>	(١٥)
<p><b>من أبرز العوامل الكامنه وراء إضاعة الوقت :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- وضع حدود قصوى لأجل التنفيذ</li> <li>- وضع أهداف وأولويات ثابتة وغير متغيره</li> <li>- محاولات التحسين المبالغ فيه</li> <li>- وضع أهداف تحمل روح التحدي</li> </ul>	(١٦)
<p><b>الهدف من إدارة الوقت بالنسبه للطالب الجامعي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تنظيم وتوزيع كامل وقته على التزاماته الدراسيه</li> <li>- تنظيم وتوزيع جزء يسير من وقته وتخصيصه للدراسه والمذاكره</li> <li>- تنظيم وقته وتوزيعه بما يتناسب ومتطلبات المواد الدراسيه والحياة اليوميه</li> <li>- تخصيص الجزء الأكبر من وقته لإلتزاماته العائليه والباقي لمتطلباته الدراسيه</li> </ul>	(١٧)
<p><b>الأمر الذي لا يتوافق مع مضمون التركيز هو وصفه بأنه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عمليه مرتبطه بالحواس</li> <li>- عمليه لا شعوريه</li> <li>- عمليه واعيه</li> <li>- عمليه مرتبطه بالإهتمام والإنتباه للمثيرات</li> </ul>	(١٨)

<p><b>المؤثرات التي تعمل على إعاقة عملية التركيز هي مؤثرات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تكمن فقط خارج نطاق الفرد</li> <li>- تكمن فقط داخل نطاق الفرد</li> <li>- تكمن داخل وخارج نطاق الفرد</li> <li>- لا علاقة لها بمحيط الفرد</li> </ul>	(١٩)
<p><b>يقصد بقابلية الإنسان للإحتفاظ بالتجربة والمعرفة واستدعائها عند اللزوم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التركيز</li> <li>- الذاكرة</li> <li>- التذكر</li> <li>- المذاكرة</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>في مقدمة ما تحتاج إليه المرحلة الجامعية من الطالب المستجد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدم الإكتراث بتحديات الواقع الجديد</li> <li>- فهم وتشخيص الواقع الجديد</li> <li>- مقاومة ومحاربة الواقع الجديد</li> <li>- التعامل مع الواقع الجديد بنفس أساليب المرحلة الثانوية</li> </ul>	(٢١)
<p><b>بالمقارنه ما بين المرحلة الجامعية والثانويه نجد أن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المرحلة الجامعية تعتمد على الأنظمه والتعليمات الواجب الإلتزام بها</li> <li>- الطالب الجامعي يقوم بدور المتلقي للمعلومه</li> <li>- الطالب الثانوي يقوم بدور الباحث عن المعلومه</li> <li>- الإختبارات في المرحلة الثانويه تعتمد على الفهم والإستيعاب وليس على الحفظ والتكرار</li> </ul>	(٢٢)
<p><b>تمثل المعلومات التي يتلقاها الطالب الجامعي أثناء المحاضره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- كل ما يجب أن يتعلمه الطالب</li> <li>- أقصى ما يمكن أن يتعلمه الطالب</li> <li>- أغلب ما يجب أن يتعلمه الطالب</li> <li>- جزءا يسيرا مما يحتاج أن يتعلمه الطالب</li> </ul>	(٢٣)
<p><b>يتطلب التكيف الإيجابي مع الحياة الجامعيه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإستغناء عن مساعدة الآخرين</li> <li>- الإعتماد بالرأي</li> <li>- تجاهل الأنظمه والإجراءات</li> <li>- الإنخراط في النشاط</li> </ul>	(٢٤)

<p><b>تشير معرفة لقدراته واستخدامه الأمثل لهذه القدرات التي يسعى إلى الوصول إليها إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- فهم الذات</li> <li>- إدارة الذات</li> <li>- تقييم الذات</li> <li>- مراقبة الذات</li> </ul>	(٢٥)
<p><b>يتم التعريف بأهم مصطلحات الدراسة ضمن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مقدمة البحث</li> <li>- منهجية البحث</li> <li>- مصادر البحث</li> <li>- نتائج البحث</li> </ul>	(٢٦)
<p><b>من أهم ما تشتمل عليه منهجية الدراسة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مقدمة نظريه عن الموضوع</li> <li>- طرح مشكلة الدراسة</li> <li>- وصف مجتمع وعينة الدراسة</li> <li>- ملخصات لأهم الدراسات المتعلقة بموضوع الدراسة</li> </ul>	(٢٧)
<p><b>تعتبر الدراسات المستخدمه لدراسة العلاقات الموجوده بين متغيرين أو أكثر في ظاهرة ما دون أن تهتم بسبب وجود الظاهره ، عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الدراسات المسحيه</li> <li>- الدراسات التاريخيه</li> <li>- الدراسات الإرتباطيه</li> <li>- دراسة الحاله</li> </ul>	(٢٨)
<p><b>القبعة التي تتعلق بالأحاسيس والمشاعر ضمن استراتيجيه القبعات الستة هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القبعة البيضاء</li> <li>- القبعة السوداء</li> <li>- القبعة الحمراء</li> <li>- القبعة الصفراء</li> </ul>	(٢٩)
<p><b>تشير عبارة " التفكير حول التفكير " إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارات التفكير الناقد</li> <li>- مهارات التفكير ماوراء المعرفي</li> <li>- مهارات حل المشكلات</li> <li>- مهارات اتخاذ القرارات</li> </ul>	(٣٠)

<p><b>تندرج مهارة حل المشكلات ضمن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارات التعلم</li> <li>- مهارات البحث</li> <li>- مهارات التفكير</li> <li>- مهارات الإتصال</li> </ul>	(٣١)
<p><b>تتطلب سرعة القراءة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- حصر وتركيز مدى العين في عدد محدد من الكلمات</li> <li>- التركيز الذهني على الأفكار الفرعية</li> <li>- القراءة تحت ضغط الوقت</li> <li>- توقف العين من حين لآخر ورجوعها للعبارة المهمة</li> </ul>	(٣٢)
<p><b>القدره على إدراك معاني الكلمات وترتيبها هي تعبير عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذكاء الموسيقي</li> <li>- الذكاء اللغوي</li> <li>- الذكاء المنطقي الرياضي</li> <li>- الذكاء الإجتماعي</li> </ul>	(٣٣)
<p><b>تتمثل إحدى وظائف النصف الأيمن للدماغ في كونه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يستجيب للتعليمات والرسومات اللغويه</li> <li>- يخطط ويبنى</li> <li>- يتحكم بمشاعره</li> <li>- يعتمد على الصور في التفكير والتذكر</li> </ul>	(٣٤)
<p><b>نمط التعلم الذي يعتمد المتعلم فيه على الإدراك اللمسي لتعلم الأفكار والمعاني هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نمط التعلم القرائي</li> <li>- نمط التعلم العملي</li> <li>- نمط التعلم الكتابي</li> <li>- نمط التعلم البصري</li> </ul>	(٣٥)
<p><b>إجراء تعديلات على محتوى الخطه الدراسيه لضمان جودة أكبر في المخرجات يعبر عنها منهجيا بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- استراتيجيه حل المشكلات</li> <li>- استراتيجيه التحسينات</li> <li>- استراتيجيه الإستعمالات</li> <li>- استراتيجيه تقويم صحة المعلومات</li> </ul>	(٣٦)

<p><b>يتمثل أحد المجالات الهامة بقرّر مهارات البحث والتفكير في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإدارة العليا</li> <li>- الإدارة المركزيه</li> <li>- إدارة المشاريع</li> <li>- إدارة الذات</li> </ul>	(٣٧)
<p><b>تتمثل إحدى عوامل التششت الخارجه عن نطاق الفرد المعيقه للتركيز في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نقص عدد ساعات النوم</li> <li>- الضوضاء والإزعاج</li> <li>- الخلافات مع العائله والأصدقاء</li> <li>- المرض والإصابات الجسديه</li> </ul>	(٣٨)
<p><b>تشير الأبحاث إلى أن القراءه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مجرد عملية عقلية تتعلق بتفسير الرموز</li> <li>- مجرد براعه بصريه</li> <li>- عملية عقلية أكثر منها براعه بصريه</li> <li>- براعه بصريه أكثر منها عملية عقلية</li> </ul>	(٣٩)
<p><b>مهارة التفكير الناقد التي تمكن الفرد من إعلان نتائج تفكيره المنطقي وتبرير هذا التفكير هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارة التفسير</li> <li>- مهارة الشرح</li> <li>- مهارة الإستدلال</li> <li>- مهارة تنظيم الذات</li> </ul>	(٤٠)
<p><b>يعبر امتلاك القدره على القيام بعمل ما على أساس الفهم والسرعه والدقه عن مفهوم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التفكير</li> <li>- الإبداع</li> <li>- المهاره</li> <li>- الإستراتيجيه</li> </ul>	(٤١)
<p><b>يقصد بالتفكير الناقد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القدره على فحص الآراء مع الأخذ في الإعتبار وجهات النظر في موضوع الدراسه</li> <li>- القدره على فحص الآراء دون الأخذ في الإعتبار وجهات النظر في موضوع الدراسه</li> <li>- القدره على فحص الآراء مع ضرورة إثبات بطلان وجهات النظر الأخرى في موضوع الدراسه</li> <li>- استخدام مهارات التفكير الدنيا في طرح الأفكار</li> </ul>	(٤٢)

<p><b>مهارة التفكير الناقد التي تتعلق ب فحص الدليل وتخمين البدائل والتوصل لإستنتاجات يطلق عليها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التفسير</li> <li>- الشرح</li> <li>- الإستدلال</li> <li>- التقييم</li> </ul>	(٤٣)
<p><b>القبعة التي يمتاز صاحبها بالحيطه والحذر ضمن استراتيجيّة القبعات الستة هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القبعة البيضاء</li> <li>- القبعة السوداء</li> <li>- القبعة الزرقاء</li> <li>- القبعة الخضراء</li> </ul>	(٤٤)
<p><b>يركز أصحاب القبعة الصفراء ضمن استراتيجيّة القبعات الستة عادة على :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- احتمالات النجاح وتقليل احتمالات الفشل</li> <li>- التشاؤم وعدم التفاؤل باحتمالات النجاح</li> <li>- الإهتمام بالوقائع والأرقام والإحصاءات</li> <li>- تلخيص الآراء وتجميعها وبلورتها وإعطاء الإقتراحات المناسبة</li> </ul>	(٤٥)
<p><b>تمثل الدراسات الإرتباطية أحد الأنواع التي يتكون منها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- البحث التاريخي</li> <li>- البحث الوصفي</li> <li>- البحث النوعي</li> <li>- البحث التجريبي</li> </ul>	(٤٦)
<p><b>تعبر قدره على الأداء التفكيري بشكل فعال في ظروف معينه عن مفهوم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارات التفكير</li> <li>- التفكير</li> <li>- المهارة</li> <li>- الموهبه</li> </ul>	(٤٧)
<p><b>من خصائص القارئ الماهر :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- توقف عينه أثناء القراءه باستمرار</li> <li>- لا يوجد اتجاه واحد لحركات عينه</li> <li>- يركز على سرعة القراءه بغض النظر عما تم استيعابه</li> <li>- لديه مجال بصري كبير في السطر الواحد</li> </ul>	(٤٨)

<p><b>يقصد بالذكاء الشخصي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إدراك الإنسان لنفسه وللعالم الذي يعيش فيه</li> <li>- قدره على تمييز وتصنيف الكائنات الحيه في المحيط</li> <li>- قدره التي يمتلكها الفرد على التواصل مع الآخرين</li> <li>- قدره على تصور الأشياء وتصور الأشكال في الفضاء</li> </ul>	(٤٩)
<p><b>يندرج اكتساب المعرفة وتذكرها والإستيعاب والتطبيق والملاحظه ضمن مهارات التفكير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ماوراء المعرفي</li> <li>- الدنيا</li> <li>- الإبداعي</li> <li>- الناقد</li> </ul>	(٥٠)
<p><b>نجاح السكرتير المتقدم لوظيفة في طباعة الصفحة دون أخطاء إملائية هو معيار لتحديد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مستوى دقة الأداء</li> <li>- نوعية الأداء</li> <li>- جودة الأداء</li> <li>- فترة الأداء</li> </ul>	(٥١)
<p><b>تدخل الأعمال اليومية التي يقوم بها الطالب لخدمة هدف الحصول على درجة "أ" ضمن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأهداف القصيره</li> <li>- الأهداف المتوسطة</li> <li>- الأهداف اللحظيه</li> <li>- الأهداف الإستراتيجيه</li> </ul>	(٥٢)
<p><b>تندرج حاجة الإنسان لتكوين أسرة وفقاً لهرم " ماسلو " ضمن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجة لتحقيق الذات</li> <li>- حاجات الأمن والسلامه</li> <li>- حاجات البقاء</li> <li>- حاجات الإنتماء</li> </ul>	(٥٣)
<p><b>من العوامل المؤديه للنجاح مستقبلا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عزو الفشل لأسباب خارجيه غير قابله للسيطره</li> <li>- تعليق الفشل على الآخرين</li> <li>- إرجاع الفشل لأسباب داخلية قابله للسيطره</li> <li>- عزو الفشل وإرجاعه للحظ العاثر</li> </ul>	(٥٤)

<p><b>تتمثل المرحلة الرابعة في نموذج كل من " هاري أدلر " و " بريل هيدز " لمواجهة الفشل في :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التطبيق</li> <li>- تقييم وملاحظة ما حدث</li> <li>- إحداث التغيير اللازم للوصول للهدف</li> <li>- أخذ قرار بشأن ماتريد</li> </ul>	(٥٥)
<p><b>المفهوم المعبر عن حقيقة الإنسان التي يجب أن يكون على وعي بها هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذات المثاليه</li> <li>- الذات الإجتماعيه</li> <li>- الذات الإنسانيه الخاصه</li> <li>- الذات الواعيه</li> </ul>	(٥٦)
<p><b>تعتبر عملية وضع الأهداف وتحديد الوسائل اللازمه لتحقيقها عن مفهوم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط</li> <li>- التنظيم</li> <li>- الرقابه على الذات</li> <li>- إدارة الذات</li> </ul>	(٥٧)
<p><b>من العناصر المكونه للهدف لدى صياغته :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التوجيه</li> <li>- الأداء</li> <li>- التنسيق</li> <li>- الرقابه</li> </ul>	(٥٨)
<p><b>حتى يكون الهدف فعالا فإنه يجب :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- أن يكون طموحا إلى أبعد الحدود</li> <li>- أن يمنح آجالا مفتوحه</li> <li>- ألا يكون موسوما بطابع التحدي</li> <li>- أن يكون قابلا للقياس</li> </ul>	(٥٩)
<p><b>يشير وجود وصف لما ينبغي القيام به إجرائيا بحيث يكون قابلا للتطبيق والقياس إلى مصطلح :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الظرف</li> <li>- المعيار</li> <li>- التوجه</li> <li>- الأداء</li> </ul>	(٦٠)

<p><b>القراءة التي يتم خلالها النظر لكل الكلمات مع إعطاء الكلمات والعبارات المهمة وقتاً أكثر هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءة الأساسية</li> <li>- القراءة السريعة</li> <li>- القراءة المتصفحة</li> <li>- القراءة التمهيديه</li> </ul>	(٦١)
<p><b>نوع الحاجات الذي يمثل قمة الهرم في تصنيف " ماسلو " هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجة لتحقيق الذات</li> <li>- الحاجة للتقدير</li> <li>- حاجات الإنتماء</li> <li>- الحاجات الجماليه</li> </ul>	(٦٢)
<p><b>يعكس ما يبدو للآخرين ويتفاعل معهم نوع الذات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإنسانيه الخاصه</li> <li>- الإجتماعيه</li> <li>- المثاليه</li> <li>- الحقيقيه</li> </ul>	(٦٣)
<p><b>المبدأ الذي يعبر عن إحراز التقدم يوميا ضمن مبادئ النجاح هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مبدأ المثابره</li> <li>- مبدأ العمل بشغف</li> <li>- مبدأ كيزن</li> <li>- مبدأ هاري وبيزل</li> </ul>	(٦٤)
<p><b>من العوامل المؤثره طرديا على الذاكره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تأثير الإختلاف</li> <li>- تأثير الإنضغالات</li> <li>- تأثير البعد</li> <li>- تأثير المعلومات الأقدم زمنيا</li> </ul>	(٦٥)
<p><b>يعرف الإبداع على أنه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القدره على الخروج بأفكار تتسم بالأصالة والجده للتغلب على التحديات</li> <li>- القدره التي يمتلكها الفرد على التواصل مع الآخرين</li> <li>- سلسلته من النشاطات العقليه التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما</li> <li>- القدره على الأداء التفكيرى بشكل فعال في ظروف معينه</li> </ul>	(٦٦)

<p><b>نوع الإبداع الذي يتضمن تصور مبدأ جديد تماما في أكثر المستويات وأعلاها تجريدا هو:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع الإنتاجي</li> <li>- الإبداع التجريدي</li> <li>- الإبداع الإختراعي</li> <li>- الإبداع الإنشائي</li> </ul>	(٦٧)
<p><b>تشير مهارة التفكير الإبداعي التي تعني التفرد من خلال القدره على إنتاج الأفكار غير المألوفه إلى:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الطلاقه</li> <li>- الأصاله</li> <li>- المرونه</li> <li>- المرونه التكيفيه</li> </ul>	(٦٨)
<p><b>من خصائص المبدعين:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الرضا بالواقع</li> <li>- الخوف من الفشل</li> <li>- التمسك بالأعراف</li> <li>- التنوع في الأحاسيس</li> </ul>	(٦٩)
<p><b>مرحلة التفكير الإبداعي التي تصاحبها حالة من القلق والخوف اللا شعوري والبحث عن الحلول هي:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مرحلة الإعداد</li> <li>- مرحلة الإشراق</li> <li>- مرحلة التحقيق</li> <li>- مرحلة الكمون</li> </ul>	(٧٠)

## أسئلة الفصل الدراسي الثاني للعام ١٤٣٣ / ١٤٣٤هـ

(١)	<p><b>من مهارات التفكير العليا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إكتساب المعرفة</li> <li>- الملاحظة العلمية</li> <li>- اتخاذ القرار</li> <li>- تذكر المعرفة وتطبيقها</li> </ul>
(٢)	<p><b>يتطلب نجاح استراتيجيّة العصف الذهني :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإقتصار على كتابة أهم الأفكار المطروحة</li> <li>- البعد عن الأفكار التي قد تبدو غير عملية وسخيفه</li> <li>- التركيز على نوعية الأفكار أثناء العصف</li> <li>- جعل الجلسة مريحه ومرحه</li> </ul>
(٣)	<p><b>لأجل التخلص من معيقات الإبداع يتم اللجوء إلى استراتيجيّة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- (ماذا لو كان) أو (إذا ... فإن)</li> <li>- العصف الذهني</li> <li>- الإستعمالات</li> <li>- التحسينات</li> </ul>
(٤)	<p><b>مرحلة الإبداع التي تحدث بها الومضه أو الشراره المؤديه لفكرة الحل والخروج من المأزق هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مرحلة الإعداد</li> <li>- مرحلة الكمون</li> <li>- مرحلة التحقيق</li> <li>- مرحلة الإشراف</li> </ul>
(٥)	<p><b>النوع الذي يمثل أرفع صوره من صور الإبداع بحيث يتضمن تصورا مبدأ جديد تماما في أكثر المستويات وأعلاها تجريدا هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع الإختراعي</li> <li>- الإبداع الإنبثاقى</li> <li>- الإبداع التجريدي</li> <li>- الإبداع الإنتاجى</li> </ul>
(٦)	<p><b>تعبير مفردة الفرد لقدراته واستخدامه الأمثل لهذه القدرات التي يسعى إلى الوصول إليها عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تخطيط الذات</li> <li>- الرقابه على الذات</li> <li>- إدارة الذات</li> <li>- الذات الخاصه</li> </ul>

<p><b>الذات التي تعكس نظرة الفرد إلى ما يرغب ويتطلع لأن يكون عليه هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذات المثاليه</li> <li>- الذات الإجتماعيه</li> <li>- الذات الفرديه</li> <li>- الذات الإنسانيه الخاصه</li> </ul>	(٧)
<p><b>العنصر الذي لا يدخل ضمن العناصر الأساسية لمكونات الهدف لدى صياغته هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأداء</li> <li>- التخطيط</li> <li>- الظرف</li> <li>- المعيار</li> </ul>	(٨)
<p><b>تعتبر إجابة الطالب في الإمتحان بخط واضح كمعيار لقياس مستوى الأداء عن تحديد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مستوى دقة الأداء</li> <li>- تكرار السلوك</li> <li>- فترة السلوك</li> <li>- نوعية الأداء</li> </ul>	(٩)
<p><b>نوع الحاجات الذي يشكل قاعدة هرم " ماسلو " للحاجات هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجات الجماليه</li> <li>- الحاجه إلى المعرفه</li> <li>- حاجات تحقيق الذات</li> <li>- حاجات البقاء</li> </ul>	(١٠)
<p><b>يختص الوقت بكونه موردا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- غير متجدد</li> <li>- قابلا للتخزين</li> <li>- يمكن إحلاله أو تبديله</li> <li>- يمكن مضاعفته وتصنيعه</li> </ul>	(١١)
<p><b>النوع الذي يتربع على قمة الهرم في تصنيف " ماسلو " للحاجات الإنسانيه هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجات الجماليه</li> <li>- حاجات البقاء</li> <li>- حاجات الإنتماء</li> <li>- الحاجه لتحقيق الذات</li> </ul>	(١٢)

<p><b>من عوامل إضاعة الوقت :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- وضع حدود قصوى لأجل التنفيذ</li> <li>- وضع الشخص نفسه باستمرار تحت تصرف الآخرين</li> <li>- التمتع بالقدره على قول " لا "</li> <li>- محاولات تحسين الأداء</li> </ul>	(١٣)
<p><b>الأمر المعبر عن الدافعيه الذاتيه للطالب هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نظام المكافآت الممنوحه من الجامعه</li> <li>- الحوافز والمؤثرات البيئيه</li> <li>- حب الإستطلاع والتفوق</li> <li>- توجهات زملاء الدراسه</li> </ul>	(١٤)
<p><b>تشير الرسوم التخطيطيه ثنائيه الأبعاد التي توضح العلاقات المتسلسله بين المفاهيم في أي نوع من فروع المعرفة المستمده من البناء المفاهيمي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الشق الأيمن للدماغ</li> <li>- الخريطه المفاهيميه</li> <li>- مخطط الدماغ</li> <li>- الشق الأيسر للدماغ</li> </ul>	(١٥)
<p><b>إحدى صفات القارئ غير الماهر أن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لديه مجال بصري كبير في السطر الواحد</li> <li>- عدد وقفات عينه أثناء القراءه قليله</li> <li>- عينيه غالباً ما تتحركان في اتجاه واحد من الخلف إلى الأمام</li> <li>- وقفات عينه كثيره للتأكد من دلالة الكلمات</li> </ul>	(١٦)
<p><b>الذكاء الإجتماعي هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إدراك الإنسان بأنه كائن إجتماعي</li> <li>- القدره على تمييز وتصنيف الكائنات الحيه في المحيط</li> <li>- القدره التي يمتلكها الفرد على التواصل مع الآخرين</li> <li>- إدراك الإنسان لنفسه وللعالم الذي يعيش فيه</li> </ul>	(١٧)
<p><b>نمط التعلم الذي يعتمد المتعلم فيه على الإدراك اللمسي لتعلم الأفكار والمعاني يسمى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نمط التعلم القرائي</li> <li>- نمط التعلم الكتابي</li> <li>- نمط التعلم العملي</li> <li>- نمط التعلم البصري</li> </ul>	(١٨)

<p><b>من الوظائف الأساسية للنصف الأيمن للدماغ البشري :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تذكر الأسماء</li> <li>- الإستجابة للشروح الرمزيه والتمثيلية</li> <li>- الإعتماد على اللغة في التفكير والتذكر</li> <li>- التحكم بالمشاعر</li> </ul>	(١٩)
<p><b>يقصد بالتفكير الإبداعي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- محاولة البحث عن طرق غير مألوفه لحل مشكلة ما</li> <li>- سلسلة من النشاطات العقلية غير المرئية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما</li> <li>- الإنجاز الدقيق والسريع للأعمال الفكرية</li> <li>- قدره على القيام بالأداء التفكيري بشكل فعال</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>اختبار المتقدمين لوظيفة سكرتير من خلال طباعة صفحة دون أخطاء إملائية هو معيار لتحديد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- نوعية الخط</li> <li>- فترة الأداء</li> <li>- مدى سرعة الأداء</li> <li>- مدى دقة الأداء</li> </ul>	(٢١)
<p><b>ما يبدو للآخرين عنا ويتفاعل معهم يعبر عن ذاتنا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفرديه</li> <li>- الشخصية</li> <li>- الإجتماعية</li> <li>- المثالية</li> </ul>	(٢٢)
<p><b>تندرج حاجة الإنسان للطعام والشراب وفقا لهرم " ماسلو " ضمن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجة لتحقيق الذات</li> <li>- حاجات الأمن والسلامه</li> <li>- الحاجات الجمالية</li> <li>- حاجات البقاء</li> </ul>	(٢٣)
<p><b>تشير الدراسات والوقائع إلى أن النجاح عادة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- هو محصلة للذكاء أكثر مما هو ناتج عن الدافعية والمثابره</li> <li>- لا علاقته له بالمثابره والدافعية</li> <li>- هو محصلة للمثابره والدافعية أكثر مما هو محصله للذكاء</li> <li>- لا علاقة له بالذكاء</li> </ul>	(٢٤)

<p><b>يؤدي عزو الفضل لأسباب داخلية قابله للسيطره إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفضل مستقبلا</li> <li>- الإحباط مستقبلا</li> <li>- النجاح مستقبلا</li> <li>- ضعف الثقة بالنفس</li> </ul>	(٢٥)
<p><b>عادة ما يلجأ الباحث عند محاولته علاجه لمشكلة ما إلى بلورة فرضية في شكل :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- احتمالات سطحه لحل المشكله</li> <li>- أفكار مؤكده لحل المشكله</li> <li>- احتمالات قويه لحل المشكله</li> <li>- أفكار بسيطه وسطحيه لحل المشكله</li> </ul>	(٢٦)
<p><b>صفة الحيطه والحذر ضمن استراتيجيه القبعات الستة تميز صاحب القبعه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الصفراء</li> <li>- الحمراء</li> <li>- البيضاء</li> <li>- السوداء</li> </ul>	(٢٧)
<p><b>ما يركز عليه أصحاب القبعه البيضاء ضمن استراتيجيه القبعات الستة هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تلخيص الآراء وتجميعها وبلورتها وإعطاء الإقتراحات المناسبه</li> <li>- التشاؤم وعدم التفاؤل بإحتمالات النجاح</li> <li>- الإهتمام بالوقائع والأرقام والإحصاءات</li> <li>- احتمالات النجاح وتقليل احتمالات الفضل</li> </ul>	(٢٨)
<p><b>أحد العوامل المؤثره طرديا على الناكراه هو تأثير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المعلومات القديمه زمنيا</li> <li>- بعد المسافه</li> <li>- المعلومات الثانويه</li> <li>- التشابه</li> </ul>	(٢٩)
<p><b>نقل المعلومه من مصدرها الأصلي معنى لا نصا يعبر عنه بالإقتباس :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحريري</li> <li>- الموثق</li> <li>- المباشر</li> <li>- غير المباشر</li> </ul>	(٣٠)

<p><b>تشير الأبحاث إلى أن نسبة ٥% فقط من القراءه هي عملية :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عقليه</li> <li>- بصريه آليه</li> <li>- تتعلق بتفسير الرموز الكتابيه وفهمها</li> <li>- وجدانيه</li> </ul>	(٣١)
<p><b>النوع الذي تتم بموجبه عملية القراءه بصوره انتقاليه يتم فيها ترك أجزاء كبيره من القطعه بدون قراءه هو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءه التمهيديه</li> <li>- القراءه لأجل التعلم</li> <li>- القراءه السريعه</li> <li>- القراءه المتصفح</li> </ul>	(٣٢)
<p><b>ينصح الطالب في ليلة الإختبار :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بتناول المنبهات التي تساعد على السهر طويلا بشكل استثنائي</li> <li>- بالإكتفاء بمراجعة خفيفه للماده موضوع الإختبار</li> <li>- بتركيز المراجعه في كامل ليلة الإختبار</li> <li>- بتخصيص ما لا يقل عن ٨ ساعات من هذه الليله للمذاكره</li> </ul>	(٣٣)
<p><b>تعبّر قدره على الإستدلال الإستقرائي والإستنباطي وحل المشكلات المجرده عن مفهوم :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذكاء المنطقي الرياضي</li> <li>- الذكاء الطبيعي</li> <li>- الذكاء الحسي الحركي</li> <li>- الذكاء الإجتماعي</li> </ul>	(٣٤)
<p><b>يعبر البناء العقلي ( في تصور الفرد ) الذي ينتج من الصفات المشتركة للظاهره ضمن الخريطه المفاهيميه عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الوصلات العرضيه</li> <li>- كلمات الربط</li> <li>- المفهوم العلمي</li> <li>- الأمثله</li> </ul>	(٣٥)
<p><b>لكي يعزز الفرد ثقته بالنجاح وجب عليه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإيمان بأن النجاح حظ</li> <li>- ربط تفكيره بأهداف بسيطه وسهله التحقق</li> <li>- أن يذكر نفسه بانتظام بأنه أفضل مما يبدو عليه</li> <li>- أن يذكر نفسه دائما بجسامه التحديات مقارنة بقدراته وإمكاناته</li> </ul>	(٣٦)

<p><b>أخذ قرارات بشأن ما يريد الفرد وفقا لنموذج " هاري وبيرل " لتطبيق مراحل النجاح هو أمر يعبر عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مرحلة تحديد الهدف</li> <li>- مرحلة التطبيق</li> <li>- مرحلة ملاحظة ما يحدث</li> <li>- مرحلة إحداث التغيير اللازم للوصول للهدف</li> </ul>	(٣٧)
<p><b>يعبر مبدأ " كيزن " للنجاح عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المثابره</li> <li>- إحراز التقدم المتزايد يوميا</li> <li>- العمل بشغف</li> <li>- العمل دون انتظار النتائج</li> </ul>	(٣٨)
<p><b>التحفيز الذاتي هو أمر :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لا يحتاجه الجميع</li> <li>- يحتاجه الجميع</li> <li>- لا يحتاجه إلا طلاب الجامعه</li> <li>- يحتاج إليه طلاب الجامعه أقل مما يحتاج إليه غيرهم</li> </ul>	(٣٩)
<p><b>ما يحرك الفرد للقيام بسلوك معين ويوجه سلوكه التوجيه الصحيح نحو الهدف يطلق عليه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحافز</li> <li>- الدافعيه</li> <li>- الحاجه</li> <li>- الرغبه</li> </ul>	(٤٠)
<p><b>من أهم وأول ما يطلب من الطالب المستجد في المرحله الجامعيه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مقاومة التغيير</li> <li>- فهم وتشخيص الواقع الجديد</li> <li>- القبول بالأمر الواقع</li> <li>- الإستمرار في التعامل مع الواقع الجديد بنفس أساليب المرحله السابقه</li> </ul>	(٤١)
<p><b>من الموضوعات الأساسية لمقرر مهارات البحث والتفكير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط الفردي</li> <li>- الإدارة الإستراتيجيه</li> <li>- تخطيط المشاريع</li> <li>- إدارة المشاريع</li> </ul>	(٤٢)

<p><b>توصف التحديات التي تواجه الطالب في المرحلة الجامعية بأنها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- سهله وبسيطه</li> <li>- غير مهمه</li> <li>- ذات انعكاسات بسيطه وقصيرة المدى</li> <li>- كبيره ومهمه</li> </ul>	(٤٣)
<p><b>يتميز الطالب في المرحلة الجامعية عنه في المرحلة الثانويه بكونه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يعتمد أكثر على الحفظ والتكرار</li> <li>- يقوم فقط بدور المتلقي للمعلومه</li> <li>- يعتمد أكثر على المعلومات التي يتلقاها أثناء المحاضره</li> <li>- يعتمد أكثر على الفهم والإستيعاب</li> </ul>	(٤٤)
<p><b>من الوسائل التي تساعد الطالب على التكيف مع الحياة الجامعية :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدم التفاعل والإنخراط في النشاط</li> <li>- طلب المساعده والمعلومات من الغير</li> <li>- تجاهل الأنظمه والإجراءات</li> <li>- فرض الرأي على الآخرين</li> </ul>	(٤٥)
<p><b>أسلوب القراءه الذي يوصلنا سريعا إلى فهم حس الكاتب واتجاهه العام في الكتابه هو القراءه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لأجل الدراسه والتعلم</li> <li>- المتصفح</li> <li>- السريعه</li> <li>- التمهيديه</li> </ul>	(٤٦)
<p><b>المرحلة الأخيره من المراحل المميزه للذاكره هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تصنيف المعلومات</li> <li>- الإحتفاظ بالمعلومات</li> <li>- استدعاء المعلومات</li> <li>- ترميز المعلومات</li> </ul>	(٤٧)
<p><b>قابلية الإنسان للإحتفاظ بالتجربه والمعرفه واستدعائها عند اللزوم هي مفهوم يدل على :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذاكره</li> <li>- المذاكره</li> <li>- التركيز</li> <li>- الذكري</li> </ul>	(٤٨)

<p><b>يندرج موضوع التذكر والمذاكره ضمن موضوعات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مهارات التعلم</li> <li>- مهارات البحث</li> <li>- مهارات التفكير</li> <li>- المهارات الإداريه</li> </ul>	(٤٩)
<p><b>لتحقيق القراءة الفعالة يجب :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- حصر مدى العين في كلمات محدده أثناء القراءة</li> <li>- التركيز الذهني على الأفكار الفرعيه</li> <li>- تنوع السرعه حسب الهدف وحسب طبيعته الماده</li> <li>- توقف ورجوع العين للكلمات المهمه عبر الأسطر</li> </ul>	(٥٠)

## أسئلة الفصل الدراسي الثاني للعام ١٤٣٤ / ١٤٣٥هـ

<p><b>من محاور مقرر مهارات البحث والتفكير :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إدارة الوقت</li> <li>- إدارة التسويق</li> <li>- إدارة الإنتاج وبحوث العمليات</li> <li>- الإدارة الماليه</li> </ul>	(١)
<p><b>..... هي توجيه الإمكانيات الذاتية إلى آلية استخدام معينه تضمن تحقيق الأهداف المسطره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإدارة الماليه</li> <li>- إدارة الذات</li> <li>- الإدارة بالأهداف</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٢)
<p><b>يهتم البحث النوعي بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- بجمع معلومات كثيره في فترة زمنيه طويله حول الظاهره المدروسه</li> <li>- بوصف الظواهر التي تحدث وصفا دقيقا وذلك لفهمها وتفسيرها ثم التنبؤ بما سيحدث</li> <li>- بدراسة الأحداث الماضيه من أجل فهمها وتفسيرها وتحليلها على أسس منهجية علميه دقيقه</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٣)
<p><b>دراسة الحاله هي نوع من أنواع البحث :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التاريخي</li> <li>- النوعي</li> <li>- التجريبي</li> <li>- الوصفي</li> </ul>	(٤)
<p><b>من طرق الوقايه من القلق مايلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التركيز ورفع الهمة لأعلى الدرجات</li> <li>- إستنفار الأسره والأقارب</li> <li>- عدم الإسترخاء</li> <li>- فهم الذات جيدا</li> </ul>	(٥)
<p><b>الأسئلة التي تكون الإجابة فيها كتابه لشرح معنى أو مفهوم معين أو حل وصفي لمسأله تسمى بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأسئلة المقاليه</li> <li>- الأسئلة الموضوعيه</li> <li>- الأسئلة العشوائيه</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٦)

<p><b>من أنواع البحث الوصفي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الدراسات المسحية</li> <li>- دراسة الحالة</li> <li>- الدراسات الإرتباطيه</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٧)
<p><b>من أهم الممارسات التي تساعد الطالب للإستفاده من المراجع السريعه ليلت الإختبار ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- النوم المبكر</li> <li>- السهر حتى منتصف الليل</li> <li>- عدم النوم حتى الصباح</li> <li>- أخذ المنبهات</li> </ul>	(٨)
<p><b>تعتبر ..... بمثابة إحدى الوسائل المهمه التي يتم من خلالها تقييم مدى تحصيل الطالب الدراسي ومستوى أداءه الأكاديمي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المقابلات</li> <li>- الإجتماعات</li> <li>- الكشف الطبي</li> <li>- الإختبارات</li> </ul>	(٩)
<p><b>تقاس فعالية القراءة بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- السرعة ناقصا الزمن</li> <li>- السرعة مقسوما على الزمن</li> <li>- السرعة مضروب في مقدار الزمن</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ</li> </ul>	(١٠)
<p><b>تسمى عملية الحصول على فكرة شامله عن الموضوع الذي ستقرأه قبل قراءة التفاصيل من خلال قراءة العناوين وقائمة المعنويات والملخصات والرسوم البيانيه بـ :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المذاكره</li> <li>- التصفح</li> <li>- المسح</li> <li>- الأسئلة</li> </ul>	(١١)
<p><b>..... يتم خلالها النظر لكل الكلمات مع إعطاء الكلمات والعبارات المهمه وقتا أكثر :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءة الأساسيه</li> <li>- القراءة التمهيديه</li> <li>- القراءة المتصفح</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ</li> </ul>	(١٢)

<p><b>تقراءة فصل كامل من كتاب تكون أول الخطوات هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قراءة أول فقرتين قراءة شامله</li> <li>- المرور سريعاً على الفهرس</li> <li>- البدايه من آخر فصل بالكتاب أو الخاتمه</li> <li>- قراءة الغلاف وتدبر معانيه</li> </ul>	(١٣)
<p><b>تشير الأبحاث إلى أن ٩٥% من القراءه هي عمليه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- فطريه</li> <li>- بصريه</li> <li>- عقليه</li> <li>- جميع ما ذكر</li> </ul>	(١٤)
<p><b>أسلوب القراءه الذي يوصلنا سريعاً إلى فهم حس الكاتب واتجاهه العام في الكتابه هو القراءه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لأجل الدراسه والتعلم</li> <li>- المتصفح</li> <li>- السريعه</li> <li>- التمهيديه</li> </ul>	(١٥)
<p><b>..... يعبر عن الرسوم التخطيطيه ثنائيه الأبعاد التي توضح العلاقات المتسلسله بين المفاهيم في مجال معين :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الشق الأيمن للدماغ</li> <li>- الخريطه المفاهيميه</li> <li>- مخطط الدماغ</li> <li>- الشق الأيسر للدماغ</li> </ul>	(١٦)
<p><b>تمثل .... قمة الهرم في تصنيف " ماسلو " للحاجات الإنسانيه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجات الجماليه</li> <li>- حاجات البقاء</li> <li>- حاجات الإنتماء</li> <li>- الحاجه لتحقيق الذات</li> </ul>	(١٧)
<p><b>من مكونات الخريطه المفاهيميه ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الوصلات الطويله</li> <li>- الوصلات العرضيه</li> <li>- الجمل الطويله</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(١٨)

<p><b>مبدأ كيزن للنجاح هو مبدأ يعبر عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المثابرة</li> <li>- إحراز التقييم المتزايد يوميا</li> <li>- العمل بشغف</li> <li>- العمل دون انتظار النتائج</li> </ul>	(١٩)
<p><b>إن إجابة الطالب في الإمتحان بخط واضح كمعيار لقياس مستوى أداءه تعبر عن :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مستوى دقة الأداء</li> <li>- تكرار السلوك</li> <li>- فترة السلوك</li> <li>- نوعية الأداء</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>من العوامل المساهمة في تحسين الذاكرة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- السهر</li> <li>- المذاكرة في وقت التعب</li> <li>- عدم الإهتمام بالغذاء</li> <li>- التفكير في المعلومات قبل النوم</li> </ul>	(٢١)
<p><b>من العوامل المؤثرة طرديا على الذاكرة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تأثير التشابه</li> <li>- تأثير القرب</li> <li>- تأثير التكرار</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٢٢)
<p><b>يعرف ..... بأنه فقدان المعلومات من الذاكرة حينما تحتاج لإسترجاعها :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الغياب</li> <li>- الحفظ</li> <li>- النسيان</li> <li>- الإستدعاء</li> </ul>	(٢٣)
<p><b>من مراحل الذاكرة مرحلتا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القوه</li> <li>- الضعف</li> <li>- الإستدعاء</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٢٤)

<p><b>تندرج حاجة الإنسان للطعام والشراب وفقاً لهرم " ماسلو " بمسمى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجة لتحقيق الذات</li> <li>- حاجات الأمن والسلامة</li> <li>- الحاجات الجمالية</li> <li>- حاجات البقاء</li> </ul>	(٢٥)
<p><b>ما يبدو للآخرين ويتفاعل معهم يعبر عن ذواتنا :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفرديه</li> <li>- الشخصية</li> <li>- الإجتماعيه</li> <li>- المثاليه</li> </ul>	(٢٦)
<p><b>يقصد بـ .... في الدراسه القدره على التعلم أو الدراسه بجديه في مهمه ما حتى يصل الفرد لدرجة استعادة أي شئ آخر عند انتباهه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المراجعته</li> <li>- المناقشه</li> <li>- المشاركه</li> <li>- التركيز</li> </ul>	(٢٧)
<p><b>من أهم مضيعات الوقت :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- دخول المكتبات</li> <li>- المشاركه في الأنشطة الثقافيه الخاصه بالطلاب</li> <li>- حضور الدورات التدريبيه بالجامعه</li> <li>- المقاطعات الهاتفيه</li> </ul>	(٢٨)
<p><b>من الإجراءات المهمه للتحكم في الوقت جرد الأنشطة ويمثل ثقافتة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قراءة الصحف عند الصباح</li> <li>- الأجنده</li> <li>- تراكم الأنشطة</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ</li> </ul>	(٢٩)
<p><b>لا شئ أطول ولا أقصر من :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- العمر</li> <li>- الروح</li> <li>- الحياه</li> <li>- الوقت</li> </ul>	(٣٠)

<p><b>من معوقات التحفيز مايلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الشعور بالإحباط عند أي فشل أو تعثر</li> <li>- الثقة بالنفس</li> <li>- التخطيط الجيد</li> <li>- النشاط والجديه</li> </ul>	(٣١)
<p><b>من مبادئ النجاح ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مبدأ كيزن</li> <li>- مبدأ المثابره</li> <li>- مبدأ العمل بشغف</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٣٢)
<p><b>..... هي المحركات التي تدفعنا للقيام بسلوك معين وتوجه هذا السلوك التوجيه الصحيح وتعمل على إستدامته لتحقيق الأهداف المرجوه من هذا السلوك :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المبادره</li> <li>- الرغبه</li> <li>- القدره</li> <li>- الدافعيه</li> </ul>	(٣٣)
<p><b>من خصائص الأهداف الفاعله :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدم الوضوح والدقه</li> <li>- أن تكون غير مرتبطه بفترة زمنية محدده</li> <li>- غير قابله للقياس</li> <li>- أن تكون موسومه بالتحدي</li> </ul>	(٣٤)
<p><b>من أنواع الأهداف مايلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأهداف البسيطه</li> <li>- الأهداف الصعبه</li> <li>- الأهداف طويلت الأجل</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٣٥)
<p><b>..... يقصد به وصف لما ينبغي القيام به إجرائيا بحيث يكون قابلا للتطبيق والقياس :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الهدف</li> <li>- الإجراء</li> <li>- الأداء</li> <li>- الظرف</li> </ul>	(٣٦)

<p><b>من مكونات الهدف :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأداء</li> <li>- الظرف</li> <li>- المعيار</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٣٧)
<p>..... هو أن يصبح الفرد مخططا لما سيقوم به من أفعال في زمان ومكان معين موضحا في ذلك الإستراتيجيات والطرق التي تساعد في تنفيذ خطته والوصول بالتالي إلى أهدافه :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التخطيط الجماعي</li> <li>- التخطيط الإجتماعي</li> <li>- التخطيط الإستراتيجي</li> <li>- التخطيط الفردي</li> </ul>	(٣٨)
<p><b>من الوسائل التي تساعد الطالب على التكيف مع الحياة الجامعية :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- البعد عن الأنشطة الرياضية والثقافية</li> <li>- البعد عن الزملاء وعدم توجيه الأسئلة إليهم</li> <li>- التفاعل والإنخراط في النشاط</li> <li>- الشذوذ في الرأي والفكر</li> </ul>	(٣٩)
<p><b>يعرف ... على أنه الإحساس بالإيقاع الموسيقي والتفاعل معه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإكتشاف الموسيقي</li> <li>- الذكاء الموسيقي</li> <li>- النغم</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ</li> </ul>	(٤٠)
<p><b>تهدف إستراتيجية العصف الذهني إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- كسر التفكير الإعتيادي للفرد</li> <li>- التركيز على كمية الأفكار</li> <li>- التفكير بحريه</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٤١)
<p><b>من صفات المبدعين ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- لا يخشون الفشل</li> <li>- مبادرون</li> <li>- لا يحبون الروتين</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٤٢)

<p><b>يعتبر ..... من أرفع صور الإبداع بحيث يتضمن تصورا مبدأ جديد تماما في أكثر المستويات وأعلاها تجريد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع الإختراعي</li> <li>- الإبداع الإنبثاقي</li> <li>- الإبداع التجريدي</li> <li>- الإبداع الإنتاجي</li> </ul>	(٤٣)
<p><b>يعرف .... بأنه القدره على توليد الأفكار واقتراح الحلول والوصول إلى نتائج غير مسبوقة وغير مألوفه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التصوير</li> <li>- الإبداع</li> <li>- التجريح</li> <li>- التلوين</li> </ul>	(٤٤)
<p><b>تعرف ... بأنها هي صفات معقده لدى الشخص تؤهل صاحبها للإنجاز المرتفع في بعض المهارات لوجود استعداد فطري لديه بوجود بيئه ملائمه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التفوق</li> <li>- الموهبه</li> <li>- التميز</li> <li>- القدره</li> </ul>	(٤٥)
<p><b>تكون استراتيجيه تجزئة المشكله فعاله في حالة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المشكلات البسيطة</li> <li>- المشكلات بالغته التعقيد</li> <li>- المشكلات اليوميه</li> <li>- المشكلات التي لا تحتاج إلى تحليل</li> </ul>	(٤٦)
<p><b>من الاستراتيجيات التي تعمل على تنمية القدره على حل المشكلات مايلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإستراتيجية النسبيه</li> <li>- استراتيجية تحليل الغايات والوسائل</li> <li>- استراتيجية التسويق</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ</li> </ul>	(٤٧)
<p><b>من مهارات حل المشكلات ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- توقيت المشكله</li> <li>- تحديد المشكله</li> <li>- تلوين المشكله</li> <li>- ترميز المشكله</li> </ul>	(٤٨)

<p style="text-align: center;"><b>استراتيجية القبعه البيضاء ترمز إلى :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الأحاسيس والمشاعر</li> <li>- التفكير الذي يستند إلى الحقائق والأرقام</li> <li>- التفكير الناقد</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ</li> </ul>	(٤٩)
<p style="text-align: center;"><b>قدرة الفرد على توليد عدد كبير من الأفكار الجديده والصحيحه تسأله ما يسمى ب:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التوليد</li> <li>- الطلاقه</li> <li>- التجريد</li> <li>- الفصاحه</li> </ul>	(٥٠)

## أسئلة الفصل الدراسي الأول للعام ١٤٣٥ / ١٤٣٦هـ

<p><b>يعرف الذكاء اللغوي - اللفظي بأنه القدره على ..... واستخدام الكلمات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- اللعب بالكلمات</li> <li>- ترتيب الجمل</li> <li>- التعبير اللغوي صح م ٨</li> <li>- التحايل على الآخرين</li> </ul>	(١)
<p><b>يعرف الذكاء البصري - المكاني بأنه القدره على تصور الأشياء وتصور الأشكال في ..... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفراغ صح م ٨</li> <li>- المكان</li> <li>- الصحراء</li> <li>- حالة الحركة</li> </ul>	(٢)
<p><b>يعرف الذكاء المنطقي الرياضي على أنه القدره على الإستدلال الإستقرائي والإستنباطي وحل المشكلات ... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المعقده</li> <li>- المجرده صح م ٨</li> <li>- السهله</li> <li>- المفاجئه</li> </ul>	(٣)
<p><b>إن نمط التعلم ..... هو ذلك النمط الذي يعتمد المتعلم فيه على إدراك المعاني والأفكار المكتوبه والمقرؤه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القرائي - الكتابي صح م ٨</li> <li>- السمعي</li> <li>- البصري</li> <li>- العملي</li> </ul>	(٤)
<p><b>في نمط التعلم البصري نجد أن الفرد يتعلم بشكل أفضل من خلال ..... الماده التعليميه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ملاحظه</li> <li>- دراسه</li> <li>- رؤيه صح م ٨</li> <li>- مراجعه</li> </ul>	(٥)
<p><b>من الوظائف الرئيسيه للنصف الأيسر من الدماغ ..... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تذكر الوجوه</li> <li>- تذكر الأسماء صح م ٨</li> <li>- الإستجابه للشروحات التمثيليه والرمزيه</li> <li>- الإعتماد على الصور في التفكير والتذكر</li> </ul>	(٦)

<p>إن إدراك الإنسان لنفسه وللعالم الذي يعيش فيه والقدره على استيعاب العلاقات التي تربط الأمور والظواهر المحيطة به يعد من أنواع الذكاء ..... :</p> <p>- الإجتماعي - الطبيعي - الموسيقي - جميع ما ذكر خطأ صح م ٨</p>	(٧)
<p>من المهارات الأساسية للتفكير الإبداعي الطلاقه وتعني القدره على ..... الجديده :</p> <p>- ترتيب الأفكار - توليد الأفكار صح م ٩ - نقد الأفكار - تنظيم الأفكار</p>	(٨)
<p>يعرف التفكير بأنه سلسله من ..... العقلية غير المرئية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما :</p> <p>- النشاطات صح م ٩ - الملاحظات - الخواطر - التنبؤات</p>	(٩)
<p>تعتبر ..... من المهارات الأساسية للتفكير الإبداعي وتعني القدره على توليد عدد متنوع من الأفكار حول مشكله أو موقف معين أو تحويل مسار التفكير مع متطلبات الموقف :</p> <p>- الأصاله - الطلاقه - المرونه صح م ٩ - الإنكماش</p>	(١٠)
<p>من أهم خطوات تنفيذ استراتيجية العصف الذهني ما يلي ... :</p> <p>- جعل الجلسة مريحه ومرحه صح م ٩ - عدم قبول الأفكار الغير قابله للتطبيق - التقويم والإضافه في نفس اليوم - أن يكون كل شخص مسؤول عن نفسه ولا داعي لإختيار شخص لتسجيل أفكار المجموعه</p>	(١١)
<p>تستخدم استراتيجية الإستعمالات كوسيله ل ..... العقلي أو التطبيق العملي :</p> <p>- الإقصاء - التحفيز صح م ٩ - العصف - جميع ما ذكر صحيح</p>	(١٢)

<p><b>تكون استراتيجيتها ..... فعاله في حالة المشكلات بالغت التعقيد :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تجاهل المشكله</li> <li>- تفسير المشكله</li> <li>- تجزئته المشكله صح م ١١</li> <li>- تفاقم المشكله</li> </ul>	(١٣)
<p><b>تعرف ..... بأنها صفات معقده لدى الشخص تؤهل صاحبها للإنجاز المرتفع في بعض المهارات لوجود استعداد فطري لديه بوجود بيئه ملائمه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التفوق</li> <li>- الإبداع</li> <li>- التميز</li> <li>- الموهبه صح م ١٠</li> </ul>	(١٤)
<p><b>يعرف الإبداع بأنه القدره على الخروج بأفكار تتسم ب ..... واجده للتغلب على التحديات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التقليد</li> <li>- الأصاله صح م ١٠</li> <li>- القوه</li> <li>- التحدي</li> </ul>	(١٥)
<p><b>في حالة ..... يقوم المبدع عند هذا المستوى بتقديم عمل أو منتج أو نوع أو نظريه جديده :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإبداع الإختراعي</li> <li>- الإبداع الإنبثاقي</li> <li>- الإبداع التجريدي صح م ١٠</li> <li>- الإبداع الموسيقي</li> </ul>	(١٦)
<p><b>من مهارات التفكير الناقد ..... ويقصد به قياس مصداقية العبارات :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التقييم صح م ١٠</li> <li>- التحليل</li> <li>- الإستدلال</li> <li>- التفسير</li> </ul>	(١٧)
<p><b>تعرف ..... على أنها الدراسات التي تركز على حالة معينه وبشكل متعمق :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الدراسات المسحيه</li> <li>- دراسات الحاله صح م ١٣</li> <li>- الدراسات الإرتباطيه</li> <li>- الدراسات التجريبيه</li> </ul>	(١٨)

<p><b>تعرف الدوريه على أنها ..... التي تحتوي على أبحاث ضمن مجال علمي متخصص :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الشبكة</li> <li>- المكتبه</li> <li>- المجله صح م ١٤</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(١٩)
<p><b>من الأشياء الهامه والتي تستخدم في توثيق المراجع في اخر البحث ما يلي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- حجم المرجع</li> <li>- عدد كلمات المرجع</li> <li>- لون المرجع</li> <li>- إسم المؤلف صح م ١٤</li> </ul>	(٢٠)
<p><b>من معوقات النجاح في المرحله الجامعيه عدم توفر ..... الدراسيه اللازمه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- المعلومات</li> <li>- الظروف</li> <li>- المهارات صح م ١</li> <li>- الإمكانيات</li> </ul>	(٢١)
<p><b>يعتبر التفاعل والإنخراط في النشاط من الوسائل التي تساعد الطالب الجامعي على .... الحياة الجامعيه :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- البقاء في</li> <li>- التكيف مع صح م ١</li> <li>- البعد عن</li> <li>- الفضل في</li> </ul>	(٢٢)
<p><b>تعرف إدارة الذات بأنها توجيه الإمكانيات الذاتيه إلى ..... استخدام معينه تضمن تحقيق الأهداف المسطره :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قاعده</li> <li>- وسيله</li> <li>- تصرف</li> <li>- آليه صح م ١</li> </ul>	(٢٣)
<p><b>إن ..... الفردي هو أن يضع الفرد خططا لما سيقوم به من أفعال في زمان ومكان معين :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- العمل</li> <li>- التنظيم</li> <li>- التخطيط صح م ١</li> <li>- النشاط</li> </ul>	(٢٤)

<p><b>يشير الهدف إلى حاله أو الوضع أو النتيجة المرغوب للوصول إليها ..... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- مستقبلا صح م ٢</li> <li>- حالياً</li> <li>- سابقا</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ</li> </ul>	(٢٥)
<p><b>عند الحديث عن ..... فإننا نعني ما يتعلق بوجود وصف لما ينبغي القيام به إجرائيا بحيث يكون قابلا للتطبيق والقياس :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الهدف</li> <li>- التخطيط</li> <li>- الأداء صح م ٢</li> <li>- المعيار</li> </ul>	(٢٦)
<p><b>من خصائص الأهداف .... الارتباط بفترة زمنية محددة :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- العامه</li> <li>- العاديه</li> <li>- الفاعله صح م ٢</li> <li>- المرته</li> </ul>	(٢٧)
<p><b>تعتبر الحاجه إلى تحقيق الذات من الحاجات الأساسية التي توجد في أعلى الهرم حسب نظرية ..... لأبراهام ماسلو :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الذات</li> <li>- الحاجات الإنسانية صح م ٣</li> <li>- العلاقات الإنسانية</li> <li>- البقاء</li> </ul>	(٢٨)
<p><b>الدافعيه هي ..... التي تدفعنا للقيام بسلوك معين :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الرغبات</li> <li>- الإشارات</li> <li>- الأشياء</li> <li>- المحركات صح م ٣</li> </ul>	(٢٩)
<p><b>يعتبر مبدأ كيزن واحد من المبادئ الهامه لـ ..... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- النجاح صح م ٣</li> <li>- المثابره</li> <li>- العمل</li> <li>- التعاون</li> </ul>	(٣٠)

<p><b>إن السهر وقلة النوم والإجهاد النفسي والجسدي يمثل أحد .... التحفيز:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- معوقات صح م ٣</li> <li>- مقومات</li> <li>- مراحل</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٣١)
<p><b>تعتبر مرحلة ..... بمثابة المرحلة الثانية حسب نموذج هاري أدلر وبريل هيدز ذي المراحل الأربعة والخاصه بالنجاح:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد الهدف</li> <li>- التغيير</li> <li>- التقييم والملاحظة</li> <li>- التطبيق صح م ٣</li> </ul>	(٣٢)
<p><b>إن عملية ..... الوقت تعتبر من الأمور الهامه للوصول للنجاح:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تحديد صح م ٤</li> <li>- تذكر</li> <li>- مراجعه</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ</li> </ul>	(٣٣)
<p><b>من مضيعات الوقت:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- دخول الزملاء المفاجئ صح م ٤</li> <li>- دخول المكتبات</li> <li>- حضور الدورات التدريبية بالجامعه</li> <li>- المشاركة في الأنشطة الثقافيه الخاصه بالطلاب</li> </ul>	(٣٤)
<p><b>من الإجراءات المهمه للتحكم في الوقت ما يسمى بجرد الأنشطة حيث يقام فيها يوميا ببرمجة الأعمال ذات ..... وتسجيلها على مفكرة تضم أيضا أعمال قديمه مبرمجه لنفس اليوم:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفائده</li> <li>- الخصوصيه</li> <li>- الأولويه صح م ٤</li> <li>- الغير مهمه</li> </ul>	(٣٥)
<p><b>ما يبدو للآخرين عنا ويتفاعل معهم يعبر عن ذواتنا ....:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الفرديه</li> <li>- الشخصيه</li> <li>- الإجتماعيه صح م ٤ أو ٥</li> <li>- المثاليه</li> </ul>	(٣٦)

<p><b>من المراحل التي تمر بها الذاكرة مرحلة الإحتفاظ وتتم فيها .... بها لمدة طويلة :</b></p> <p>(٣٧)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ترتيب</li> <li>- معالجة صح م ٥</li> <li>- نقل</li> <li>- إسترجاع</li> </ul>	
<p><b>هناك الكثير من العوامل التي تساهم في تحسين ذاكرة الطالب منها تطوير أدوات معاونة للذاكرة مثل .... :</b></p> <p>(٣٨)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- رسم خرائط ذهنيه صح م ٥</li> <li>- الجلوس على التلفاز</li> <li>- عدم التفكير قبل النوم</li> <li>- التخيل</li> </ul>	
<p><b>يعرف النسيان بأنه فقدان المعلومات من الذاكرة حينما نحتاج .... :</b></p> <p>(٣٩)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- التأكد منها</li> <li>- مراجعتها</li> <li>- إسترجاعها صح م ٥</li> <li>- مسحها</li> </ul>	
<p><b>من مكونات الخريطه المفاهيميه ..... والتي تستخدم للربط بين مفاهيم أو أكثر :</b></p> <p>(٤٠)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الوصلات العرضيه</li> <li>- كلمات الربط صح م ٥</li> <li>- الأمثله</li> <li>- المفهوم العلمي</li> </ul>	
<p><b>تشير الأبحاث إلى أن نسبة ..... من القراءه هي فقط براعة بصريه آليه :</b></p> <p>(٤١)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ٩٥%</li> <li>- ٩٠%</li> <li>- ١٥%</li> <li>- ٥% صح م ٦</li> </ul>	
<p><b>تعرف القراءه التمهيديه على أنها طريقه تمكن من الوصول إلى حس الكاتب واتجاهه العام في الكتابه بـ ..... :</b></p> <p>(٤٢)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- سرعت صح م ٦</li> <li>- دقة</li> <li>- فهم</li> <li>- إدراك</li> </ul>	

<p><b>إن القراءه للدراسه والتعلم لديها العديد من الإستراتيجيات منها .... والتي تعني الحصول على فكرة شامله عن الموضوع الذي ستقرأه قبل قراءة التفاصيل :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- القراءه</li> <li>- المسح صح م ٦</li> <li>- التسميع</li> <li>- المراجعه</li> </ul>	(٤٣)
<p><b>تقاس فاعلية القراءه ب :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- السرعه مضروبا في مقدار الفهم</li> <li>- السرعه مقسومه على مقدار الفهم</li> <li>- مقدار الفهم مقسوما على كمية القراءه</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ صح م ٦</li> </ul>	(٤٤)
<p><b>يتميز القارئ الماهر عن القارئ غير الماهر ب :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدد وقفات العين أثناء القراءه كثيره</li> <li>- لديه سعة مجال بصري محدوده في السطر الواحد</li> <li>- لا يوجد اتجاه واحد لحركات العين التي كثيرا ما ترجع للخلف ثم للأمام</li> <li>- تتحرك عيناه في اتجاه واحد من الخلف إلى الأمام صح م ٦</li> </ul>	(٤٥)
<p><b>يمكن قياس مقدار الفهم لدى الطالب ب : (الإجابة غير مؤكده .. سيتم التأكد من الدكتور)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- عدد إجاباته الصحيحة مقسوما على عدد الأسئلة</li> <li>- عدد الإجابات غير الصحيحة مضروبا في عدد الأسئلة</li> <li>- عدد الإجابات غير الصحيحة فقط صح</li> <li>- جميع ما ذكر صحيح</li> </ul>	(٤٦)
<p><b>من الأخطاء المدمره ليلية الإختبار ... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإفراط في المذاكره صح م ٧</li> <li>- القلق المعقول</li> <li>- الإستعانه بمذكرات المقرر</li> <li>- المراجعه السريعه</li> </ul>	(٤٧)
<p><b>من الإستراتيجيات التي يجب على الطالب إتباعها في حالة الإختبارات ذات الخيارات المتعدده ... :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إختبار الإجابة الأكثر صوابا صح م ٧</li> <li>- عدم الإهتمام بزمن الأفعال</li> <li>- تجنب إستبعاد البدائل</li> <li>- الإجابة بدون تركيز</li> </ul>	(٤٨)

<p><b>لقراءة فصل كامل من كتاب قراءة تمهيديه تكون أول الخطوات هي :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- قراءة الغلاف وتدبر معانيه</li> <li>- المرور سريعاً على الفهرس</li> <li>- البدايه من اخر فصل بالكتاب أو الخاتمه</li> <li>- جميع ما ذكر خطأ صح</li> </ul>	(٤٩)
<p><b>من الإستراتيجيات التي يجب على الطالب إتباعها في حالة الإختبارات ذات الأسئلة الموضوعيه ....:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الإجابة بسرعه</li> <li>- التأكد من عدم التناقض بين متن السؤال والبدائل صح م ٧</li> <li>- قراءة السؤال بسرعه</li> <li>- إستبعاد البدائل</li> </ul>	(٥٠)

