Received:19/9/2021 Accepted:24/10/2021 Published: 2021

اليقظة الذهنية وعلاقتها بتجهيز المعلومات لدى طالبات كليتي تربية الطارمية وتربية البنات في الجامعة العراقية

م.أفراح إبراهيم سعيد صالح
الجامعة العراقية – كلية التربية للبنات
Afrah.saeed@alraqia.edu.iq
07705164971

مستخلص البحث :

استهدف البحث الحالي التعرف على مستوى اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات ، والفروق ذات الدلالة الاحصائية تبعا لمتغيري التخصص (العلمي – الإنساني) والمرحلة الدراسية (الأولى - الرابعة) وفي كلا المتغيرين , وكذلك التعرف على طبيعة العلاقة بين اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات . وتكونت عينة البحث من (400) طالبة من طالبات كليتي تربية الطارمية وتربية البنات في الجامعة العراقية ، اما اداتا البحث فقد قامت الباحثة ببناء مقياس لقياس اليقظة الذهنية وتبني مقياس (محمد،2015) لقياس تجهيز المعلومات . و تم التحقق من الصدق والثبات لكلا المقياسين ، وبعد معالجة البيانات احصائياً باستخدام برنامج الحقيبة الاحصائية (SPSS)، اظهرت النتائج الاتي :

-تمتع طالبات كليتي تربية الطارمية وتربية البنات في الجامعة العراقية بمستوى مناسب في كلا المتغيرين (اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات .

-عدم وجود فروق دالة احصائيا بين التخصص العلمي والإنساني والمرحلة الدراسية في كلا المتغيرين(اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات) .

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اليقظة وتجهيز المعلومات .

وفي ضوء نتائج البحث صاغت الباحثة عددا من التوصيات والمقترحات .

الكلمات الافتتاحية : اليقظة الذهنية , تجهيز المعلومات , طالبات كليتي تربية الطارمية وتربية البنات

الفصل الأول

مشكلة البحث:

يعيش إنسان اليوم في عالم يشهد أنفجاراً معرفياً نتيجة الثورة المعلوماتية والتكنولوجية التي لا تهدأ ولا تستقر، بل هي زاخرة بمتغيرات لا حصر لها، فمن معارف علمية متنوعة، وبراءات أختراع، إلى ظهور معلومات وتخصصات عدة، حتى غدا أكثر الناس يقومون بالعديد من المهمات في وقت واحد، فهم يتحدثون بهواتفهم النقالة في تنقلاتهم وينظرون إلى التلفاز، وهم يطالعون بريد رسائلهم الالكترونية. ومع ذلك فهم يفقدون تواصلهم مع اللحظة الراهنة، (مطلك , 2019: 647) ويتخلون عن خاصية مهمة من خصائص الإنسان المتمثلة باليقظة الذهنية فيما يشعرون وما ينفذونه من مهمات (عبود، وفرنسيس، 2017: 481)، إذ يتوقف سلوكنا على كيفية إدراكنا وانتباهنا لما يحيط بنا من أشياء وأشخاص ونظم أجتماعية، ونحن نتعامل مع المثيرات الموجودة في البيئة كما نفهما وندركها وليس كما هي عليه في الواقع وعلى هذا فان اسلوب إدراكنا للناس والأشياء من حولنا يحدد

سلوكنا تجاههم، وحواسنا هي وسيلة للانتباه إلى المثيرات من حولنا (ناصر، 2003: 40)، فالأفراد عندما يكون سلوكهم غير يقظ ذهنياً، ويخضعون إلى عمليات التفكير التلقائية فإنهم يعانون صعوبة التعامل مع هذه المثيرات والاستجابة لها، ثم أنهم غالباً ما يفقدون بقائهم متفتحين على الخبرات الجديدة التي تمكنهم من التواصل إلى تمييزات جديدة، (Langey,1992,p : 229)، ومن ثم أنهم يعاودوا التفكير بالمعلومات الجديدة عند مواجهة المواقف الجديدة، (عويز، 2014: 15). ومع زيادة التطور المعرفي، وتدفق المعلومات في ظل الكم الهائل من التطور التكنولوجي، وانتشار مشتتات الانتباه، وكثرة الضغوط، دفع الباحثين في مجال عالم النفس إلى البحث عن العوامل التي تساعد على تطور الطالب وإبقائة متيقظاً ذهنياً، وتزويده بمهارات أنفعالية تساعده على التركيز والانتباه وحسن التواصل مع الآخرين، ومن هذه العوامل التي حظيت بأهتمام الباحثين مفهوم اليقظة الذهنية، (الربيع، 2018: 79)، فقد أكدت أغلب الابحاث والدراسات أنَّ اليقظة الذهنية تساعد على توسيع رؤى الفرد، مما يعني زيادة فرص الانفتاح على كل شيء جديد ومبدع، وبذلك يكون على درجة أكبر من الانتباه والوعي، (Langey,1989, p : 3) والذيّن يُمكّنانهِ من فهم وأدراك ما حوله من أحداث متسارعة، (الحمداني،2015: 1) فاليقظة الذهنية تقوم بدور مهم جداً في حياة الطالب فعلى أساسها يستطيع أن ينتقي المثيرات الجيدة والاستبصار بالمواقف والانفتاح على ما هو جديد، مما يساعده على إيجاد مهارات إدارة الوقت والتعليم الذاتي، وتوظيف إمكانات الفرد كافة للتعامل مع المعلومات وكيفية حفظها واستقبالها وتجهيزها بفاعلية عند الضرورة مما يجعله قادراً على التوفيق بين متطلبات الدراسة والعمل وتجاوز مشكلاته المتعلقة بمسيرته الأكاديمية. ولقد تحسست الباحثة ـ بحكم عملها كتدريسية جامعية ـ قلة التركيز وتشتت الانتباه عند الطالبات في الدراسة، فضلاً عن قلة الإحساس بأساليب التفكير فوق المعرفي وتحقيق التعليم الفعال في تجهيز المعلومات ومعالجتها، ذلك بأن معظم طلبة الجامعة يستخدمون ذاكرتهم في الحفظ والخزن والاسترجاع لبعض المعلومات التي تحقق الحد الأدنى من النجاح، لأن عدم معرفة الطلبة -في هذه المرحلة الجامعية- لأساليب وطرائق تناول المعلومات ومعالجتها و تجهيزها بشكل جيد أو بحسب متطلبات الموقف قد يؤثر سلباً في عمل ونشاط الذاكرة لديهم، (Suhunk , 2000 : 53)، مما يؤدي ذلك إلى ضعف النشاط الذاتي للطالب وعدم قدرته على تحويل المعرفة إلى إجراءات جديدة، (محمد، 2015 : 3)، تلك الإجراءات التي تساعد على التعامل المناسب مع المعلومات والأحداث المتسارعة والمثيرات الجديدة من حوله والتواصل معها.

ومن هنا تنبثق مشكلة البحث الحالي من التساؤل الآتي:

ـ ما العلاقة بين اليقظة الذهنية وتجهيزات المعلومات لدى طالبات كُلِيتي التربية وتربية البنات في الجامعة العراقية ؟.

أهمية البحث:

يمثل طلبة الجامعة، سند الوطن ووسيلة التنمية، فهم الطاقة الصُلبة والقوية القادرة على العطاء في ميادين الحياة الاجتماعية والعلمية والثقافية والسياسية، (الحمداني، 2015 : 2)، ومن هنا يأتي دور الجامعة في اهتمامها بالطلبة، لكون المرحلة الجامعية تُعَدُّ من المرحلة الاساسية في حياة شريحة مهمة من شرائح المجتمع، (الشلوي، 2018 : 2)، وإن الجامعة تمثل قمة الهرم التعليمي الذي يجسد المرحلة النهائية في إعداد الأطر البشرية المؤهلة والمدربة تدريباً عالياً معرفياً وعلمياً وتربوياً وثقافياً ومهنياً، ثم إنَّ الجامعة تُعَدُّ وسيلة فعالة للنهوض بالمجتمع من خلال إعداد هذه الكوادر والطاقات الطلابية،

ولما كان طلبة الجامعة هم العنصر الاساس في بناء الجامعة لكونهم قادة المستقبل. لهذا كان اهتمام الجامعات ينصب على توعية الطالب وإعداده إعداداً معروفاً ومتخصصاً في شتى الميادين التي يحتاجها المجتمع، الأمر الذي يحتم على الطالب على أن يكون يقظاً مدركاً لذاته مستبصراً بالخبرات التي تقوده إلى اتخاذ القراءات السديدة وتمكنه من التكيف مع الأوضاع الجديدة وامتلاك العديد من المهارات المتعلقة باستثمار مصادر التعليم المتاحة والبحث عن مصادر تعلم جديدة، وهذا يحدث عندما يكون الطالب يقظاً ذهنياً قادراً على الفحص الدقيق والتفكير المستمرين، اللذين يجعلانهِ معتمداً على خبراته، بحيث يستطيع أنْ يثمن الاشياء المهمة في السياق، وان يحدد الجوانب الجديدة التي من شأنها أنْ تساعده على الاستبصار والإداء الوظيفي المتميز أثناء تعاملاته الاجتماعية والعلمية، (جبر، 2018 : 858).

ذلك بأن الطلبة الذين يتصفون باليقظة الذهنية في عملية التعلم، فانهم يبدون اكثر انتباهاً وإدراكاً في أداء المهمات، ويمتلكون ـ أيضاً ـ فكراً ابداعياً أثناء التعلم، (الفرحاني، 2017 : 15)، وإلى جانب ذلك فان اليقظة الذهنية تؤثر في العديد من المهارات والاستجابات، ولها ارتباط مباشر بالعملية التعليمية وزيادة الوعي، وحل المشكلات التي تواجه الطلبة في المرحلة الجامعية، (الشلوي، 2018 : 4).

وتتعدد الأدلة البحثية على أنَّ لليقظة الذهنية تأثيرات إيجابية في التعامل مع المواقف الضاغطة، إذ بدأت الدراسات تنتبه إلى العمليات التي ربما تساعد على بيان تأثيراتها، وتتضمن العمليات المقترحة في استخدام كل من الانتباه، والمعرفة، والمشاعر، والاستبصار، والمواجهة، وتخفيف الشعور بالقلق، وربما تؤدي هذه العلميات بشكل غير مباشر باستخدام اليقظة العقلية إلى نتائج مفيدة، (Brown, & Ryan, 2007 : 72)، ولقد أظهرت دراسة الحارثي (2019) أن الأفراد مرتفعي اليقظة الذهنية يخبرون حالة معرفية نفسية ايجابية، وانهم يميلون إلى التعامل مع مواقف القلق والتوتر بإيجابية وهو الأمر الذي يضعف تأثيرات هذه المواقف عليهم سواء على المستوى العلمي أو النفسي أو الجسمي، (الحارثي، 2019 : 150)، وتبعاً لذلك فقد أشارت دراسة العواض (2011) إلى أنَّ الأفراد الذين يتمتعون بيقظة الذهن (الوعي) تكون لهم عوناً لهم على تغيير مظاهر حياتهم، فالوعي يساعد الفرد على معرفة وجوده وإدراكه لأفكاره ومشاعره، وحين تتسع دائرة يقظة الفرد الذهنية، سيصبح مدركاً لمحيطه وزمانه وما فيه من مصادر السرور، وبواعث الحزن، كذلك يصبح مدركاً وواعياً للفرص والتحديات والامكانيات في ذلك المحيط، (العواض، 2011 : 15). وأكدت دراسة كلانك (Kleink, 1978)، ان الأفراد اليقظين ذهنياً يكونون أكثر اتساقاً في كيفية تصرفهم في المواقف المختلفة من الأفراد غير اليقظين، لأن الأفراد اليقظين يكونون أكثر أدراكاً وانتباهاً لكيفية جعل سلوكهم يتلاءم مع المتطلبات الخاصة لكل تفاعل اجتماعي، (Kleink, 1978,P : 4). وقد اشارت الكثير من الدراسات إلى فوائد اليقظة الذهنية، ومنها أنها ترتبط ايجابياً مع الأداء النفسي الايجابي، إذ انها تُحسن من شعور الفرد بالتمسك والشعور بمعنى الحياة والشعور بالقدرة على إدارة البيئة فضلاً عن ذلك فهي تُحسن من مستوى التركيز، (Macce, 2008,p : 60). وبينت دراسة مورجان(Morgan, 2017)، إن تدريب الطلبة على اليقظة الذهنية يهدف في الأساس إلى تزويد الطلبة بأدوات تساعدهم ليكونوا اكثر هدوءاً وانتباهاً وتركيزاً وهذا بطبيعة الحال يساعدهم في تحقيق انجازات متميزه ويخلصهم من الضغوط الناجمة من المناهج الدراسية، (شاهين، وريان، 2020 : 4). وهناك أدلة بحثية تشير إلى أَنَّ أهمية

اليقظة الذهنية ترتبط بمجموعة من الأنشطة التي تحفز الذهن وتقلل من الضغط، كعدم التسرع في أصدار الأحكام على الآخرين والتحلي بالصبر والاستمتاع بحرية اللحظة والثقة بالنفس، (Bernay, 2009.p : 74). واستناداً إلى ما ذكره كل من وتيكو تيس وبوين ودوغلاس وهسو، (Wiktkewitz, Bowen, Douglas, Hsu, 2013) فأن اليقظة الذهنية تعمل كمتغير واقٍ في المواقف الضاغطة، ومنها المواقف التي تحدث في البيئة الدراسية، (الحارثي، 2019 : 133)، أما سوكي و ديبورش، (Suki & Deborah) فقد أوضحا بأَنَّ اليقظة الذهنية تحظى باهتمام كبير في التعليم سواء أكان ذلك للمعلم أم للطالب على حد سواء، فهي بالنسبة للطالب تدعم الاستعداد للتعلم، وتعزز الانجاز الاكاديمي وتقوي الانتباه والتركيز وتنمي ممارسات التأمل الذاتي وتحسن مستوى المشاركة الصفية، وتقوي السلوكيات الاجتماعية الراقية (شاهين وريان، 2020 : 4 -5)، لكون اليقظة الذهنية مهمة ونافعة في الصفوف الدراسية، إذ تساعد المتعلم على زيادة تحصيله الدراسي، فهي طريقة فعالة للتركيز والانتباه نحو كيفية الاستجابة للمهمات والتجارب الخاصة بالمتعلم أو مناقشة موضوع ما. كذلك فإن اليقظة الذهنية تجعل الطالب قادراً على التمييز بين اسلوب التعلم المفيد والمناسب لبيئة التعليم الجامعي الغنية بالمثيرات التي تجعل التعليم فعالاً ومثيراً وتظهر نتائجه في شَخْصِيته، (جبر، 2018 : 658)، وهذا هو هدف الجامعة في جعل الطلبة يقظين منتجين ويتصفون بكونهم متمسكين بالواقع ويتحسّسون بكل ما فيه ويتواصلون بنشاط مع التطورات الجديدة، (Langer, 2000,p : 6). ومن جانب آخر فقد اشارت الابحاث الحديثة إلى أَنَّ اليقظة الذهنية كثيراً ما تُستخدم كمرادف للتأمل الواعي ولكن في الآونة الاخيرة دُرِسَتْ كأداة نفسية لها أثر كبير في تحسين استراتيجيات المواجهة لدى طلبة الجامعة، (عبد, و بدوي، 2018 : 420)، وتبعاً لذلك فإن اليقظة الذهنية تدخل كعنصر اساس في التدخلات النفسية، وزيادة كمية المعلومات وزيادة خصوصية تحديد نوعية المعلومات التي يَتُمُّ استرجاعها من الذاكرة، (الربيع، 2018 : 80)، ومن هذا المنطلق ترى لانجر، (Langer, 1992)، أَنَّ اليقظة الذهنية تتميز عن المفاهيم الآخرى بكيفية معالجتها للمعلومات إذ إن اليقظة تستلزم من الفرد تفسير المعلومات بصورة خاصة , ومع ذلك فهي تستلزم تصنيفاً فئوياً للمعلومات قبل معالجتها معرفياً، فالمعالجة المنضبطة: هي المعالجة الشعورية للمعلومات ضمن سياق محدد، في حين أن اليقظة الذهنية, هي وعي شعوري لسياق أكبر يتم من خلاله فهم المعلومات وتجهيزها وتفسيرها على نحو دقيق، (Langer, 1992,p : 281). إلى جانب ذلك بَيَّنَ دافيس وهايس، (Daris & Hayes, 2011)، أَنَّ نتائج العديد من الدراسات قد أكدت أن اليقظة الذهنية تنمي الادراك لما وراء المعرفي وتعزز طاقة الانتباه من خلال زيادة عمل الذاكرة في تجهيز المعلومات واسترجاعها فضلاً عن دورها في زيادة العمليات المعرفية ورفع كفاءة الذاكرة العاملة وزيادة التركيز وتعزيز تأكيد الذات في تسريع المعلومات ومعالجتها بالطريقة التي تساعد على الحفظ والفهم والتحليل، (شاهين، وريان، 2020 : 5). ومن هنا فإن الطالب الجامعي لابد أَنْ يمتلك أمكانية الوعي باساليب معالجة المعلومات وتجهيزها ذات المستوى العالي، ذلك بأن المعالجة الاعمق للمعلومات تساعد الطالب على تيسير الفهم والحفظ والتذكير والأدراك وديمومة التعلم، ولآنّ المعلومات ذات المعنى العميق هي التي تُخزن في الذاكرة بعيدة المدى، (سعيد، 2001 : 83). إذ اشارت أدبيات التربية وعلم النفس إلى ان عملية تجهيز المعلومات ومعالجتها تساعد على التنبؤ بنوع الاسلوب الذي يتبعه الطلبة في مواجهة المعلومات والتعرف على كيفية تفكيرهم، لكون اسلوب المعالجة المعمقة

للمعلومات يرتبط بالقدرة على التفكير الناقد والاستيعاب القرآئي وحب الاستطلاع، ولها علاقة ايجابية بالتحصيل الدراسي، (حمادي، 1997 : 32)، إلى جانب ذلك فان اسلوب الطالب الجامعي في تجهيز المعلومات الدراسية لغرض استيعابها وتحليلها وتأليفها وتحويرها بتنظيم المذاكرة اليومية والخزن للحقائق العلمية في الذاكرة بنوعيها (القصيرة والطويلة المدى) كل ذلك يجعل الطالب الجامعي قادراً على استدعاء تلك بكفاية عالية، (ياسر, وكاظم، 1997 : 85).

ومما تقدم تتجلى اهمية البحث الحالي بما يأتي :

-أهمية المتغيرين اللذين تناولهما هذا البحث وهما: (اليقظة الذهنية، وتجهيز المعلومات)، وبخاصة أنهما يعدان من ابرز المتغيرات ذات الصلة بالإنجاز الاكاديمي والتي تنسجم مع التوجهات التربوية الحديثة التي تدعو إلى تمكين الطلبة من تطوير تعلمهم وتنمية قدراتهم العقلية وتوظيفها في كيفية المحافظة على المعلومات وتجهيزها والتأمل فيها، ومن ثم تقويمها.

-في الاهتمام بشريحة مهمة من شرائح المجتمع وهم طلبة الجامعة فهم يمثلون عنصراً مهماً في عملية التغيرات الاجتماعية ومواكبة حركة التقدم والتطور.

-إنَّ نتائج البحث قد تفيد في تشجيع قيادات الجامعة في تصميم برامج تدريبية لتنمية مفهومي اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات ومعالجتها لدى طلبة الجامعة في ظل النقلة النوعية التي يشهدها التعليم الجامعي في نقل الطلبة من مرحلة تعليم المعرفة إلى تعليم التفكير.

أهداف البحث الحالي:

يستهدف البحث الحالي التعرف على ما يأتي:

-مستوى اليقظة الذهنية لدى طالبات كليتي تربية الطارمية وتربية البنات في الجامعة العراقية.

-دلالة الفروق في مستوى اليقظة الذهنية وفقاً لمتغير التخصص (علمي / إنساني).

-دلالة الفروق في مستوى اليقظة الذهنية وفقا لمتغير المرحلة الدراسية (الأولى – الرابعة)

-مستوى تجهيز المعلومات لدى طالبات كليتي تربية الطارمية وتربية البنات في الجامعة العراقية.

-دلالة الفروق في مستوى تجهيز المعلومات وفقاً لمتغير التخصص (علمي / إنساني).

-دلالة الفروق في مستوى تجهيز المعلومات وفقاً لمتغير المرحلة الدراسية (الأولى – الرابعة)

-طبيعة العلاقة بين متغيري اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات.

حدود البحث الحالي:

-يقتصر البحث الحالي على طالبات تربية الطارمية وتربية البنات في الجامعة العراقية الحكومية , وللدراسة الصباحية وللعام الدراسي 2018-2019.

تحديد المصطلحات:

وردت في البحث الحالي مجموعة من المصطلحات، وكما يأتي:

أولاً:- اليقظة الذهنية (Mind Fulness) وعرفها كل من:

-لانجر (Langer, 1992): بأنها" حالة من الوعي الشعوري المتصف بالنشاط التميزي، الذي يجعل الفرد منفتحاً على كل ماهو جديد، وحساساً لكل من السياق والمنظور" (Langer, 1992,p : 289).

-بيشو (Bishop, 2002): بأنها" ابتكار مستمر لافكار جديدة والانفتاح على المعلومات الجديدة". (Bishop, 2002,p : 71).

-كارد أكيتو وآخرون (Cardaci otto etal, 2008): بأنها" حالة من المراقبة المستمرة للخبرات مع التركيز على الخبرات الحاضرة، ومواجهة الاحداث بالكامل، كما هي في الواقع، وبدون اصدار الاحكام التقييمية عليها". (الرويلي، 2019 : 119).

-الهاشم (2017): بأنها" المقدرة التي يمتلكها الافراد على ايجاد توجيهات جديدة , واستقبال معلومات جديدة، والمقدرة على الانفتاح والالتفات على الاشياء بأساليب , وطرائق جديدة ومدروسة لعرض العالم المحيط بشكل دقيق وموضوعي وبما يؤدي إلى تلقي ردود الافعال بشكل تلقائي". (الهاشم، 2017 : 15). وتتبنى الباحثة تعريف لانجر (Langer, 1992) لأغراض البحث الحالي.

أما التعريف الاجرائي لليقظة الذهنية:" فهو الدرجة التي تحصل عليها المستجيبة من خلال اجاباتها عن فقرات مقياس اليقظة الذهنية الذي أعدته الباحثة واعتمدت عليه في الدراسة الحالية.

ثانياً:- تجهيز المعلومات (in Formation su ppling) وعَرّفَها كل من:

-مونرو (munro, 2003): بأنها" الطريقة التي يتبعها الطالب عند استقباله للمعلومات وتخزينها واستيعابها ثم استرجاعها مرة أخرى في مجموعة خطوات لحل مشكلة ما". (الشامي، 2016 : 23).

-علوان (2009): " هو مجموعة من المهارات المعرفية المنتظمة التي تحدث استقبال الطالب للمعلومات وتحليلها وتفسيرها داخل عقلة واستعادتها وتذكرها حينما يتطلب ذلك وبخاصة عند بروز مشكلة ما تحتاج إلى حل من الطالب نفسه". وتتبنى الباحثة تعريف (علوان، 2009) لأغراض البحث الحالي. وَتُعَرّف الباحثةُ تجهيز المعلومات اجرائيا، بأنه: " الدرجة التي تحصل عليها المستجيبة من خلال اجابتها عن فقرات تجهيز المعلومات الذي أعدته". (محمد,2015) واعتمدت عليه الباحثة في الدراسة الحالية.

الفصل الثاني
الاطار النظري والدراسات السابقة

تَضمّن هذا الفصل عرضاً للمعلومات المتعلقة بمتغيري الدراسة، وهما اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات، كذلك تَضمّن الفصل استعراضا موجزا للدراسات السابقة ذات الصلة بهذ ين المتغيرين وعلى النحو الآتي:

أولاً:- الإطار النظري، وقد اشتمل على ما يأتي:

(1) اليقظة الذهنية (mind Fuiness):

ولقد تَمَّ وصف مفهوم اليقظة الذهنية في أحد المؤلفات التي كتبتها آلين لانجر (Ellen Langer) الاستاذة في جامعة هارفر, إذ ألفت كتاباً عنوانه (mind Fulness) شرحت فيه نظرتها لتلك الحالة النشطة في ظرفية الحاضر، والعمل بجدية للاندماج فيه دون السماح للمؤثرات الأخرى أن تؤثر عليه. (صيغيني، 2011 : 24). ثم طورت لانجر(Langer) نظرية اليقظة الذهنية على مدى السنوات المنصرمة، من خلال نتائج الدراسات والابحاث مع زملائها ـ إلى فهم كيفية عمل اليقظة الذهنية لدى الفرد وكيف تختلف اليقظة الذهنية عن المفاهيم الآخرى امثال التوقع (Expectancy) والمسميات (Labels) الأدوار (Function) والتلقائية (Autamatic). (عبود, وفرنسيس، 2017 : 483).

فكل مفهوم من هذه المفاهيم يحمل عناصر مماثلة من معالجة المعلومات المحددة كاليقظة لكن تختلف عنها في السلوك، إذ وضعت لانجر (Langer) في اعتبارها إن السلوك لا يقتصر على حالة اليقظة فحسب لكنه أكثر من ذلك، فهو طريقة لمواجهة الحياة مواجهة كاملة. (Langer, 1989,p : 1).

لذلك لخص سيجال وآخرون (Segal, etal, 2002) طبيعة اليقظة الذهنية، فقالوا إنَّ الممارسات العلمية لليقظة الذهنية وتركيز أنتباه الشخص على كل ما يدخل لخبرته، وفي الوقت نفسه يسمح للشخص بالتحقق من كل ما يدور من حوله دون الوقوع في الاحكام التلقائية وهذا الوصف يقترح عدة عناصر بما في ذلك المراقبة للخطة الممارسة الفعلية للتجربة في الوقت الحاضر. (الزبيدي، 2012 : 14). فاليقظة الذهنية تمثل هدفاً اساسياً للتأمل الذي هو آحدى الطرائق التي تُستخدم لتطوير اليقظة الذهنية والتحرر من القيود على الرغم من الاسترخاء، وتحسين الحالة الصحية هما من النتائج الايجابية للتأمل والانتباه الذي يكون باسلوب معين لتحقيق هدف محدد، ويشمل الانتباه المنفتح والمُتَقبل للمعرفة وما يحصل ويحدث في اللحظة الحالية، وينشأ الوعي من خلال الانتباه المتعمد بطريقة منفتحة ويتكون من بُعدّين هما حب الاستطلاع أو الفضول أو المراقبة وعدم التمركز وبذلك فإن اليقظة الذهنية تعمل على تحويل النفس من حالة ردة الفعل المستمرة إلى حالة الوعي للأفعال والتخلص من العادات السيئة بشكل تدريجي والانفتاح على آفاق مستقبلية لرؤية العالم والآخرين على نحو أفضل، (الهاشم، 2017 :13). لذلك ترى لانجر (Langer) في بحوثها المعنية بموضوع اليقظة الذهنية، قد تكون حاسمة للأداء الوظيفي المعرفي، بحيث يكون الأفراد على وعي بالآثارة النفسية للسلوكيات، وأن هؤلاء الأفراد يبدأون بتحطيم الابداعات المعرفية السابقة لآوانهم التي تكبحهم، والمصاحبة لسلوكياتهم. (السندي، 2010 :47). وبذلك نجد أَنَّ لانجر (Langer) قد استعملت مصطلح اليقظة الذهنية لوصف العديد من السلوكيات التي تؤدي إلى اتخاذ قرارات ذكية تنفع الناس، إذ وضعت لانجر(Langer) في اعتبارها أَنَّ السلوك اليقظ يتكون من خمس طرائق مختلفة للتفاعل مع العالم،

وهي:-

1 .إيجاد أصناف جديدة، وإعادة رسم القديم.
2 .ضبط السلوك التلقائي.
3.اتخاذ آفاق جديدة.
4.تأكيد نتائج عملية.
5. تحمل الضغوط. (Langer, 1989,p : 2).

ومن هنا يمكن تصور اليقظة الذهنية على أشكال مختلفة من الوعي الذاتي، ذلك بأن أي نشاط يصبح يقظاً بالضرورة، حينما يتضمن الآتي:-

.1القدرة على خلق الاصناف الجديدة.
.2الانفتاح على المعلومات الجديدة.
3.الانتباه التام لاكثر من وجهة نظر. (Breslin, 2002,p :6).

وفي مقابل ذلك تعددت وجهات نظر الباحثين الذين تناولوا مكونات اليقظة الذهنية وفقاً لتوجهاتهم النظرية، فعلى سبيل المثال لا الحصر، أن لانجر (Langer, 1989) قد ذَكرت أربعة مكونات متربطة باليقظة الذهنية، وهي:

.1البحث عما هو جديد.
2.الارتباط.
.3تقديم الجديد.

4.المرونة.
وإنَّ المكونين الأول والثاني (البحث عما هو جديد، والارتباط)، قد تَضُمَان إشاراتٍ عن توجهات الفرد نحو البيئة التي يعيش فيها، كذلك تَضَمّن البحث عن الجديد، الميل نحو الانفتاح واستطلاع البيئة، أمَّا المكونان الآخران (تقديم الجديد، والمرونه) فإنهما يشيران إلى عمليتي التفاعل والتعاون اللتين يقوم بها الفرد في احتكاكه بالبيئة، (الهاشم، 2017 :18). وإذا أنتقلنا إلى باير (Bear, 2004) نجده يحدد خمسة مكونات لليقظة الذهنية، وهي:-
1.الملاحظة Observation: وتعني الانتباه للمعارف والخبرات الداخلية والخارجية، التي تشمل المشاعر والأحاسيس والانفعالات.
2.الوصف Describtion: ويعني وصف الخبرات الداخلية للفرد والتعبير عنها.
3.التصرف بوعي Actwith awareness: ويعني تركيز الانتباه في النشاط الذي يقوم به الفرد.
4.عدم إصدار الاحكام Non-Judgment: ويعني عدم إصدار الاحكام التقيمية على الخبرات والمشاعر الداخلية والخارجية.
5.عدم التفاعل Non-interactive: ويعني عدم تأثير المشاعر والاحاسيس على تركيز أنتباه الفرد في ممارسة النشاط، (الشلوي، 2018 :5).
أما شبير, وكارلسون, واتس , وفريدمان(Shapiro, Carison, Astin, Freedman, 2006)، فقد أشاروا إلى أن اليقظة العلمية لها أربعة مكونات، هي:
تنظيم الذات، وإدارة الذات, وتوضيح القيم، والاكتشاف، (جبر، 2018 :861)، غير إن هاسكر قد ذكر مكونين رئيسين لليقظة الذهنية وهما التنظيم الذاتي للأنتباه (sweif-Regulation of attention)، والانفتاح والاستعداد والوعي بالتجارب في اللحظة الحالية، (الحارثي، 2019 :135)، وبحسب رأي باير (Baer) إنَّ المكون الأول (التنظيم الذاتي للأنتباه) يتضمن عدداً من الصفات مثل: الانتباه المستمر، والقدرة على الاحتفاظ بالانتباه على الموضوع ولفترة طويلة، والتحول والمرونه العقلية التي تسمح للشخص بتوجيه التركيز من موضوع لآخر. أما المكون الثاني (الأنفتاح والاستعداد والوعي بالتجارب في اللحظة الحالية) فيرى باير (Baer) أنّه يتضمن الالتزام بالفضول نحو الأنشطة العقلية والانفتاح والقبول بحرية تلو اللحظة، (الربيع، 2019: 80).
كذلك أفتّرض براون (Brouen, 2011) إن لليقظة الذهنية مكونين، الأول: يشير إلى حالة الوعي كما هي في اللحظة الراهنة مع الشعور الواعي الهادف، والثاني: يشير إلى المعالجة المعرفة للمعلومات، (الوليدي، 2017 :47)، وإذا تركنا مكونات اليقظة الذهنية وانتقلنا إلى المبادئ الي ترتبط بها، فنجد أن ماي (May) يحددها بسبعة مبادئ تمثل مجموعة من الأنشطة التي إذا ما أنخرط فيها الفرد فإنها ستحفز الذهن وتبنى القدرات الفردية وتقلل الضغوط التي يتعرض لها الفرد، وتتمثل هذه المبادئ، بما يأتي:-
1.عدم التسرع في الحكم على النفس أو الآخرين، أو الأحداث عند وقوعها.
.2بث الصبر في النفس والآخرين.
.3الاستمتاع بجمال وحداثة كل لحظة.
.4الثقة بالنفس والمشاعر الخاصة.
.5الأهتمام بما هو صحيح بدلاً من السعي وراء الأخطاء.

.6قبول الأشياء على حقيقتها كما هي، وليس كما يصورها الآخرون.
7.ترك الأمور المُسلّم بها والتخلي عنها. (Bernay, 2009,p : 4).
لذلك فإن نتائج الدراسات الارتباطية تشير إلى أن اليقظة الذهنية ترتبط إيجابياً بالطموح المتزن، وفاعلية الذات، والانجاز الاكاديمي، والاستقرار النفسي، إذ وجد أنَّ الاشخاص الذين لديهم مستويات عالية من اليقظة الذهنية تظهر لديهم في الغالب صفات الرحمة والقبول والتعاطف مع أنفسهم والآخرين، كما يتميزون بضغوط ومشكلات أقل في مجال العلاقات الشخصية مقارنة بالأشخاص الذين لا يتمتعون بمستويات يقظة ذهنية مرتفعة، (الرويلي، 2019 : 115-116).
نَخلص مما تقدم آنفاً أنَّ لليقظة الذهنية أثراً في تحسين استراتيجية المواجهة واتخاذ القرار وزيادة الارادة من خلال زيارة الثقة بالنفس وتقليل الالتزامات بالأفكار والمعتقدات القديمة، بحيث تجعل الطالب بأن يكون قادراً على تغيير الاساليب القديمة وغير المجدية، كذلك تجعله بأن يكون عارفاً بالكيفية التي من خلالها يتعلم كيف يستقبل المعلومات وتجهيزها ومعالجتها بيسر وفاعلية، (جبر، 2018 :859).

(2) تجهيز المعلومات : (Information Supplying):

إنّ الدراسات والادبيات التربوية، كانت وما زالت تؤكد أهمية العمليات العقلية والمعرفية ـ التي تنظم الذاكرة والتفكير والانتباه والتذكير ـ وكيفية استخدام الرموز اللغوية وعمليات تجهيز المعلومات واستقبالها ومعالجتها وغيرها من الاستراتيجيات والاساليب المعرفية التي اثارت اهتمام المختصين والباحثين في مجال التربية وعلم النفس، إذ تقوم الاساليب المعرفية بدور كبير في العملية التعليمية، ومن خلالها يتم تزويد الطالب بمهارات معرفية واجتماعية وغيرها من خلال عملية تنشيط القدرات العقلية وتفعيها في استقبال المعلومات الدراسية ومعالجتها داخل الدماغ واسترجاعها بكفاءة، (spender,1988,p : 21)، ومما يجري داخل دماغ الانسان ومعرفة ذلك يأتي من خلال التغيرات التي تطرأ على المعلومات التي يستلمها الدماغ، وتلك تمثل الخطوة الأولى نحو الاستغلال الأمثل لهذه العمليات. فالذاكرة، هي واحدة من مئات العمليات التي يستخدمها الإنسان في حياته اليومية، وتتضمن العديد من المعالجات المعلوماتية، فهي عملية فعالة ديناميكية متشابكة الجوانب وليست بالبسيطة، (علوان، 2009 : 3). لهذا ظهرت سيكولوجية معالجة المعلومات رداً مباشراً على سيكولوجية المثير والاستجابة عند السلوكيين على نحو خاص، إذ يعد اتجاه تجهيز المعلومات ومعالجتها، أحد اتجاهات علم النفس المعرفي (cognitive psychology) وهو اتجاه يضم فريقاً من العلماء ذوي الاهتمامات المختلفة، وكان جوهر اهتمامهم النظر إلى الإنسان على أنه مخلوق عاقل مفكر نشط وباحث عن المعلومات ومعالجاً لها ومبتكراً منها، وقد اتخذ هذا الاتجاه صوراً متعددة ابتداءً من ابتكار برامج مفصلة للحاسوب الالكتروني إلى صياغة نماذج نظرية مركبة، وفي كل الحالات كان الاهتمام مرتكزاً على كشف العلميات المعقدة ووصفها والميكانيزمات الداخلية الطبيعية الرمزية، أيّ الاهتمام بالخطوات التي يسلكها الافراد في جميع المعلومات وتنظيمها، (الرفوع، 2008 : 201-202)، وبتأثير ذلك صُنِّفَ أصحاب اتجاه تجهيز المعلومات بأنهم ينتمون إلى المنهج التجريبي بمعناه الواسع في علم النفس، وهم كتجريبيين يحاولون ـ دائماً ـ ابتكار وسائل لدراسة التمثيليات (الصورة، أوالرموز الداخلية) في كل مرحلة وتحديد طبيعة التسجيل في كل مرحلة واختبار المتغيرات التجريبية التي تؤثر في ديمومة مرحلة معينة، (ابو حطب، 1990 : 194). ومن هنا أصبح علماء النفس المعرفيون

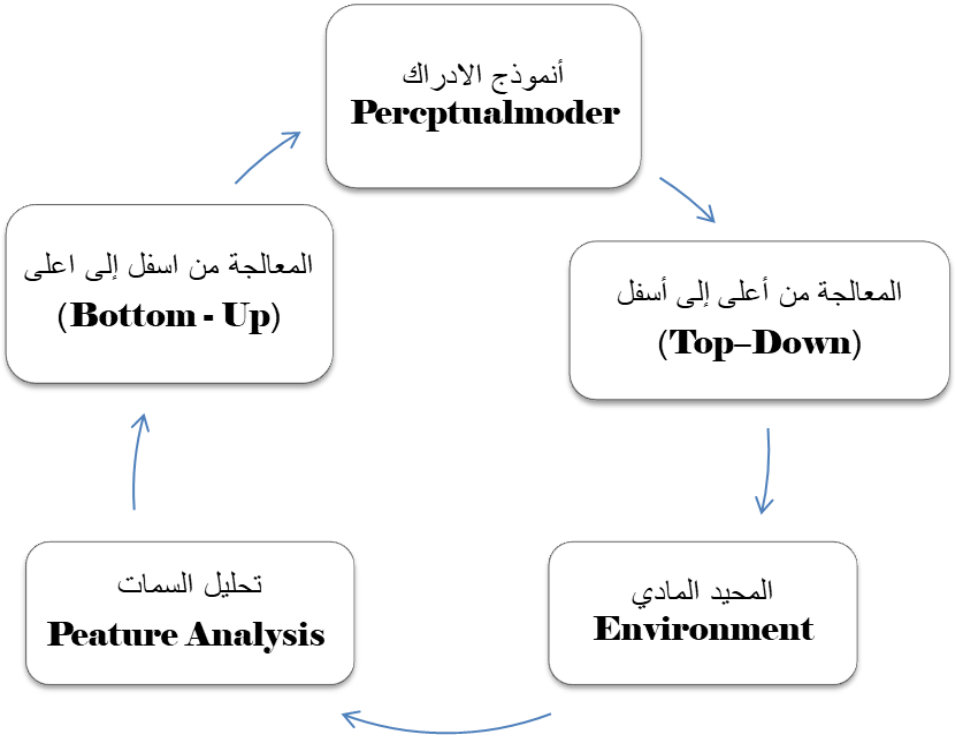
مهتمين بفهم طبيعة العمليات العقلية والمعرفية من ناحية والتي تتناول الذاكرة والتفكير من ناحية أخرى، إذ تضم العمليات العقلية في طياتها الذاكرة والتفكير وعمليات المعرفة وتخزين المعلومات.

وعلى هذا الاساس عُدَّ اتجاه تجهيز المعلومات من الاتجاهات السائدة في النظرية السيكولوجية للتفكير (علوان، 2009 : 14)، مع العلم أن نظرية تجهيز المعلومات ومعالجتها قَدَّمها العالم كلاود شانون (Cloud shannon) في آواخر الاربعينات من القرن العشرين (1949) على إنها عمليات معرفية تتم في المجال العقلي لتوسيع الإدراك، وذلك من خلال التنظيم والتصنيف والترميز والتحليل، وتقويم المعلومات ونقدها من أجل تمثيلها واستيعابها والاحتفاظ بها واسترجاعها والتي تمتد بين السطحية والعمق والتوسع بالمعلومات تبعاً لطبيعة الهدف من التعلم، (الغريري، 2007 : 148)، ومن اجل ذلك كله، قَدَّم العلماء المختصون بمجال التربية وعلم النفس، نظريات تفسير تجهيز الفرد للمعلومات ومعالجتها وكيفية استدعائها في المواقف التعليمية ومن هذه النظريات:-

- نظرية نيسر (Neisser,1967) وترى هذه النظرية ان المنظومات المعرفية تشمل منظومات التشكيلات البصرية أو المنظومات السمعية أو الحسية – الحركية، أو اللفظية وتنشط كل منظومة من تلك المنظومات وفقاً لمستويات متعددة من المعالجة والتجهيز بمعنى ان تجهيز المعلومات ومعالجتها تتم ضمن نسق هرمي رأسي للعقل، وهنا يعمل العقل على ثلاثة مستويات من المعالجة، فالمستوى الحسي يستقبل فقط المدخلات الصاعدة إلى الأعلى، ويُورد فقط المخرجات النازلة إلى الأسفل، والمستوى الحركي الذي يستقبل فقط المدخلات النازلة إلى الأسفل، ويُورد فقط المخرجات النازلة إلى الأسفل، والمستوى المعرفي الذي يستقبل ويُورد كلاً من المدخلات والمخرجات الصاعدة إلى الأعلى والنازلة إلى الأسفل، وإنَّ المستويات الحسية تمثل المنبهات والمستويات الحركية تمثل الاستجابات والمستويات المعرفية تحاول أن تمثل العالم، ويأتي المستوى المعرفي المجرد في القمة، (عبدالفتاح، وجابر، 2005 : 42)، وأضاف نيسر في نظريته المعرفية أن للفرد نوعية من التجهيز والمعالجة فما يستقبل من معلومات، وهما:-

(أ) معالجة من أسفل إلى أعلى (Bottom - Up): تعني معالجة تشتق من المعلومات المدخلة نفسها، وهنا
تكون مرادفة للملامح المتوقعة (Expected Features).

(ب) معالجة من أعلى إلى أسفل (Top–Down): فيها يقوم الفرد بتفسير المعلومات المستقبلة بحسب توقعه حيث يكون المتعلم فاعلاً نشطاً، وعَدَّ أصحاب هذا الاتجاه أَنَّ المعالجة والتجهيز من هذا النوع مشتقة من المفهوم (Concept–driven–processin) ويسمى بنموذج التحليل والتركيب ((Analysis – by – synthesis، Neisser,1967)) وكما هو مبين في المخطط (1)



مخطط (1) أنموذج ينسر (Neisser,1967) في تجهيز ومعالجة المعلومات عن طريق الأدراك

-نظرية ستير نبرج (Stemberg, 1985): حدد ستير نبرج نظاماً معرفاً يتضمن ثلاثة أنواع من عناصر معالجة وتجهيز المعلومات، وهذه العناصر تتألف من مفردات فرعية وكلاتي:-

(أ) عناصر اكتساب المعرفة (Knowledge Acquisiting components):تعني عملية اكتساب المعلومات الجديدة وخزنها في الذاكرة كذلك حدد ستير نبرج عناصر اكتساب المعرفة، التي تشكل اهمية كبيرة في تعلم واكتساب المعلومات والمعارف وكما يأتي:

1. الترميز الأنتقائي(Selecting Encding): تعني عزل المعلومات أو المثيرات الجديدة المستدْخَلة إلى الذاكرة، والتي لها علاقة بموضوع محدد عن المفاهيم والمفردات غير المرتبطة به على وفق تحديد هدف معين في الموقف التعليمي.

2.التجميع الاختياري(Selectiv combination): تعني عملية تجميع المعلومات المرمزة اختيارياً على وفق اسلوب يعمل على زيادة ترابطها داخلياً.

3.المقارنة الاختيارية (selective comparison): تعني عملية ربط منطقي بين خبرات ومعلومات مرمزة سابقاً في الذاكرة مع المرمزة حديثاً، وذلك لزيادة ارتباطها واندماجها بالبناء المعرفي الجديد أو البناء المشكل سابقاً.

(ب) عناصر الأداء (Per Formance components) عمليات دنيا تستخدم في تنفيذ الاستجابات المختلفة عند اداء المهمة وتتضمن:-

أولاً:- الاستدلال (inferring): ويعني معرفة العلاقة بين مثيرين متشابهين من ناحية ومختلفين في ناحية أخرى (أيّ عملية ربط بين العناصر).
ثانياً:- الترميز (Encoding): يعني إعطاء صيغة وصورة رمزية لطبيعة المثير المستدخل ليعطي صورة متوافقة للخبرات التي تَمَّ ترميزها وتطبيق العلاقات الاستدلالية السابقة في المواقف الجديدة.
(جـ) ما وراء العناصر (meta com ponents): تعني عملية ضبط وتحكم تستخدم في التخطيط والمراقبة والتنفيذ لأداء المهمة من خلال استراتيجية تقويم أداء الفرد للمهمة التعليمية، وهذا يمثل العملية الأساسية لفهم المهمة التعليمية أو تنفيذها من خلال فهمها واستيعابها، (البدران، 2000 : 36-37).
إلى جانب نظرية ستير نبرج هنالك نظرية ايرل هنت (Hunt,1971) ونظرية كارول (Carroll,1976) ونظرية اتكون - شيفرن (Atkinson & Shfrin,1971)، ونظرية جانبيه(Ganne,1985) في معالجة وتجهيز المعلومات وغير ذلك من النظريات التي طرحت تصورات افتراضية لعمليات التعلم والاكتساب ومعالجة وتجهيز المعلومات ويبدو أنه لا توجد نظرية متكاملة وشاملة وقادرة على اعطاء صورة واضحة لتجهيز المعلومات ومعالجتها عند الفرد، لأن المجال هنا يرتبط بعمليات عقلية معرفية معقدة ومع ذلك لا يمكننا تجاهل الجوانب المشرقة التي احرزتها هذه النظريات في تفسير معالجة المعلومات من خلال البحث والفحص والتمحيص في العملية التعليمية وتجهيز الفرد للمعلومات ومعالجتها اعتماداً على الاستدلال , والتفسير المنطقي للظواهر التي دُرست في النظريات المعرفية وتجهيز ومعالجة المعلومات، (الرفوع، 2008 : 208). وتأسيسا على ما تقدم أنفاً, فإذا خُيرت الباحثة أن تختار أحدى هذه النظريات لأغراض بحثها الحالي، فإن اختيارها يقع على ما يسمى بنظرية ستير نبرج (Stemberg, 1985) الذي حدد نظاماً معرفياً له أهمية كبيرة في عملية تعلم اكتساب وتجهيز المعلومات واستدعائها في المواقف التعليمية وإنَّ هذه النظرية غطت النماذج أو النظريات الأخرى من الناحية النظرية والعملية التطبيقية. ثم أن النظام المعرفي المستخدم في تجهيز ومعالجة المعلومات يرتبط ارتباطاً وثيقاً باليقظة الذهنية التي من فوائدها تزويد المتعلم بمهارات معرفية في استقبال المعلومات الدراسية وتوظيف يقظته وطاقاته العقلية في اكتساب المعلومات وترميزها واسترجاعها مع الأدراك والفهم لعناصر الموقف التعليمي والتعامل معه بنشاط وحيوية خلال الأدراك الاكاديمي والقدرة على إبقاء المعلومات مدة طويلة في الذاكرة ومستوياتها.
ثانيا- الدراسات السابقة : وفيما يأتي الدراسات التي تناولت الربط بين متغيري الدراسة الحالية :-
أ- دراسات عن المتغير الأول (اليقظة الذهنية):-
-دراسة جبر (2018):اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التعلم لدى طالبات كلية التربية للبنات.
أستهدفت هذه الدراسة التعرف على مستوى اليقظة العقلية لدى طالبات كلية التربية للبنات وكذلك الكشف عن الفروق بحسب متغير المرحلة والتخصص كما هدفت إلى معرفة أساليب التعلم المفضلة لدى عينة الدراسة وإيجاد العلاقة بين اليقظة العقلية وأساليب التعلم. وتكونت عينة الدراسة من طالبات كلية التربية للبنات البالغ عددهن(180) طالبة , وخلصت نتائج الدراسة عن تمتع طالبات كلية التربية للبنات بمستوى مناسب من اليقظة العقلية ولا توجد فروق تعزى لمتغير المرحلة والتخصص .
- دراسة الربيع (2019): الذكاء الانفعالي وعلاقته باليقظة الذهنية لدى طلبة جامعة اليرموك .

هدفت هذه الدراسة الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية لدى طلبة جامعة اليرموك .و تكونت عينة الدراسة من (420) طالب وطالبة، منهم (165) طالب، و(255) طالبة. .(وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى متوسط من اليقظة الذهنية، ومستوى مرتفع من الذكاء الانفعالي لدى أفراد عينة الدراسة . كما كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة الذهنية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور، بينما لم تكشف الدراسة عن فروق دالة إحصائيا في مستوى اليقظة الذهنية تعزى إلى متغيري التخصص، ومستوى التحصيل.

ب- دراسات عن المتغير الثاني (تجهيز المعلومات):-

-دراسة الصافي (2000) الفروق في استراتيجيات معالجة المعلومات في ضوء متغيري التخصص والتحصيل الدراسي –دراسة على عينة من طلاب الجامعة - المملكة العربية السعودية .

هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في استراتيجيات معالجة المعلومات (المتتابعة والمتأنية) ومستوى سرعة المعالجة في ضوء متغيري التخصص الدراسي (علمي – أدبي) والتحصيل الدراسي (مرتفع – منخفض) لدى عينة من طلاب الجامعة ، حيث شملت عينة البحث من (75) من طلاب الجامعة ، وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً لدى طلبة التخصص(العلمي) في المعالجة (المتتابعة والمتأنية) لصالح مرتفعي التحصيل في المعالجة المتتابعة ومستوى المعالجة .

-دراسة محمد (2015): تجهيز المعلومات لدى طلبة الجامعة وعلاقته باستراتيجيات التعلم ما فوق المعرفية وحل المشكلات

استهدفت هذه الدراسة التعرف مستويات ومراحل العملية العقلية المعرفية لمعالجة وتجهيز المعلومات لدى طلبة جامعة تكريت. ومستويات ومراحل استراتيجيات التعلم ما فوق المعرفية لدى طلبة جامعة تكريت. ومستويات القدرة على حل المشكلات لدى طلبة جامعة تكريت. و طبيعة العلاقة ما بين تجهيز المعلومات واستراتيجيات التعلم ما فوق المعرفية والقدرة على حل المشكلات لدى طلبة جامعة تكريت. وقد بلغ حجم عينة البحث (480) طالبا" وطالبة، بواقع (240) من التخصص العلمي و (240) من التخصص الإنساني, وخلصت الدراسة إن طلبة جامعة تكريت يتمتعون بمستوى متوسط في متغيرات البحث الثلاث ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية تبعا للمرحلة الدراسية (الاولى - الرابعة) في تجهيز المعلومات .

الفصل الثالث

منهجية البحث: اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي في دراستها لمشكلة البحث لأنه من اكثر المناهج استعمالا ولا سيما في مجال البحوث التربوية ، اذ انه يهتم بالكشف عن العلاقة بين متغيرين او اكثر وللتعرف على نوع وطبيعة العلاقة بين المتغيرات والتعبير عنها كميا من خلال معاملات الارتباط (عبيدات وعبد الرحمن ،198:2001) وقد تضمن هذا الفصل عرضًا للإجراءات التي تمت لتحقيق أهداف البحث وتحديد مجتمع البحث واختيار عينة ممثلة له في بناء مقياس لقياس اليقظة الذهنية وتبني مقياس لقياس تجهيز المعلومات ، ومن ثم استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات وتحليلها , وكالآتي:

أولاً : مجتمع البحث:

شمل مجتمع البحث الحالي كل الطالبات في المرحلة الأولى والمرحلة الرابعة – الدراسة الصباحية في كليتي تربية الطارمية والتربية للبنات في الجامعة العراقية للعام الدراسي (2018-2019) فبلغ مجموع عددهن الكلي (1753)* موزعين على الأقسام العلمية في كلية تربية الطارمية والبالغة (4) أقسام , والاقسام الإنسانية في كلية التربية للبنات والبالغة (6) اقسام وبواقع(449) طالبة من المرحلتين الأولى والرابعة ذات التخصص العلمي و(1304) طالبة من التخصص الإنساني , والجدول (1) يوضح ذلك :

جدول (1) مجتمع البحث حسب القسم والكلية والمرحلة الدراسية

الكلية	القسم	المرحلة الأولى	المرحلة الرابعة	المجموع	مجموع التخصص
تربية الطارمية	الحاسوب	82	37	119	**مجموع التخصص العلمي**
	الكيمياء	67	30	97	
	علوم الحياة	77	37	114	
	الفيزياء	86	33	119	
المجموع		312	137	449	449
التربية للبنات	علوم القران	120	95	215	**مجموع التخصص الانساني**
	الشريعة	89	70	159	
	اللغة العربية	130	90	220	
	اللغة الإنكليزية	270	200	470	
	التاريخ	90	70	160	
	رياض الأطفال والتربية الخاصة	50	30	80	
المجموع		749	555	1304	1304
المجموع الكلي		1061	692	1753	1753

*لقد تم الحصول على هذه المعلومات من وحدتي التسجيل في كليتي تربية الطارمية وتربية البنات

ثانيا : عينة البحث :

بعد تحيد مجتمع البحث ارتأت الباحثة اختيار عينة لبحثها مكونة من (400) طالبة تم اختيارها من ثمانية اقسام ذات التخصص العلمي والانساني في كليتي تربية الطارمية والتربية للبنات وقد وجدت الباحثة ان هذه العينة تعد مناسبة إذ بلغت نسبة (22.8%) من مجتمع البحث الأصلي وقد اختيرت هذه العينة بالأسلوب الطبقي العشوائي وبواقع (200) طالبة من المرحلتين الأولى والرابعة ذات التخصص العلمي و(200) طالبة من المرحلتين الأولى والرابعة ذات التخصص الإنساني والجدول (2) يبين ذلك

جدول (2) يبين عينة البحث حسب الكلية والقسم والمرحلة الدراسية

الكلية	القسم	المرحلة الأولى	المرحلة الرابعة	المجموع
تربية الطارمية	الكيمياء	25	25	50
	الفيزياء	25	25	50
	الحاسوب	25	25	50
	علوم الحياة	25	25	50
التربية للبنات	علوم القران	25	25	50
	اللغة العربية	25	25	50
	اللغة الإنكليزية	25	25	50
	التاريخ	25	25	50
المجموع		200	200	400

ثالثاً: أداتا البحث:

الأداة الأولى - مقياس اليقظة الذهنية : وبعد ان قامت الباحثة بتبني نظرية لانجر (Langer, 1992) كمنطلق لبناء فقرات المقياس وبما يتناسب مع عينة البحث الحالي، وعلى اساس النظرية المتبناة والاطلاع على الأطر والنماذج النظرية والدراسات السابقة وجدت الباحثة انه من الأفضل بناء أداة لقياس اليقظة الذهنية لمحدودية المقاييس المحلية والعربية واعتماد اغلب الدراسات التي اطلعت عليها على المقاييس الأجنبية التي قد تكون غير مناسبة لاختلاف الثقافات والبيئات التي أجريت فيها عن ثقافة مجتمعنا وظروفه، وقد تم بناء مقياس تتوفر فيه شروط بناء المقاييس العلمية من صدق وثبات وتمييز , وفيما يأتي عرض تفصيلي لبناء هذا المقياس:-

•إعداد فقرات المقياس: إن إعداد فقرات المقاييس النفسية تعد من الخطوات المهمة لاستكمال بنائها ، إذ تتوقف دقة المقياس في قياس ما وضع من اجل قياسه إلى حد كبير على دقة وتمثيل فقراته للمتغير المراد قياسه (عبد الرحمن ، 1997: 44) , وقد اشتمل المقياس بصيغته الأولية على (20) فقرة , ولكل فقرة (5) بدائل وهي (تنطق عليَ دائماً , تنطبق عليَ غالباً , تنطبق عليَ أحياناً , تنطبق عليَ نادراً , لا تنطبق عليَ أبدا)

•رأي المحكمين بفقرات مقياس اليقظة الذهنية (الصدق الظاهري)

يرى ايبل (Ebel) أن أفضل طريقة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء المختصين بتقرير صلاحيتها لغرض قياس الصفة التي وضعت من اجلها. (Ebel, 1972,P: 555) وبعد إعداد فقرات المقياس البالغة (20) فقرة وبدائلها وتعليماتها، تم عرضها على مجموعة من المحكمين* من ذوي الاختصاص في مجال العلوم التربوية والنفسية ، لغرض استخراج الصدق الظاهري المتضمن وضوح الفقرات وفهمها ومدى صلاحيتها لقياس اليقظة الذهنية ويعد جمع أراء المحكمين من حيث صلاحية الفقرات أو عدم صلاحيتها أظهرت النتائج إن كل الخبراء والمحكمين اتفقوا على صلاحية فقرات المقياس جميعها , لقياس اليقظة الذهنية , وقد اعتمدت نسبة اتفاق (80%) فما فوق لغرض قبول الفقرة ووفقاً لهذا المعيار فقد استبقت هذه الفقرات جميعها, وبهذا أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق النهائي ملحق (1).

*المحكمين:

1- أ. د. خشمان حسن علي / جامعة الموصل- كلية التربية الأساسية
2- أ.د. إيمان عباس عيدان / الجامعة العراقية - كلية التربية للبنات
3- أ. د بشرى خطاب عمر/ جامعة تكريت - كلية التربية للبنات
4- أ.د. صبري بردان علي الحياني / جامعة الانبار - كلية التربية للعلوم الإنسانية
5- أ.د. نبراس مجبل صالح / الجامعة العراقية - كلية التربية للبنات
6- أ.د. صباح مرشود منوخ / جامعة تكريت - كلية التربية للعلوم الإنسانية
7-أ.د نبيل عبد العزيز عبد الكريم /جامعة تكريت - كلية التربية للبنات
8- أ.د. حميد سالم خلف / جامعة تكريت كلية التربية للعلوم الإنسانية
9- أ.د. عبد اللطيف غازي مكي / وزارة التعليم العالي والبحث العلمي مركز البحوث التربوية والنفسية
10- أ.م.د. نورية حنفيش محمد / الجامعة العراقية- كلية التربية للبنات
11-أ.م.د وجدان عبد الأمير الناشي الجامعة المستنصرية - كلية التربية الاساسية
12 -أ.م.د زبيدة عباس محمد/ جامعة تكريت- كلية التربية للبنات

تصحيح مقياس تجهيز المعلومات : وبعد صياغة فقرات المقياس بالصيغة الايجابية ، تم إعداد مفتاح تصحيح للمقياس بحيث تحصل الإجابات (تنطق عليَ دائماً ، تنطبق عليَ غالباً ، تنطبق عليَ أحياناً ، تنطبق عليَ نادراً ، لا تنطبق عليَ أبداً) على(5، 4، 3، 2، 1) على التوالي ، ولأجل استخراج الدرجة الكلية للمقياس تُجمع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب على جميع الفقرات ، لذا فان أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (100) درجة وأدنى درجة هي (20) درجة .وبوسط فرضي (60) درجة

•التطبيق الاستطلاعي : ومن اجل التأكد من وضوح تعليمات المقياس وفهم فقراته وبدائله بالنسبة للمستجيب وحساب الوقت المستغرق في الاستجابة عن فقرات هذا المقياس ، تم تطبيق المقياس على (40)ً طالبة تم اختيارهم بطريقة طبقية عشوائية متساوية من كلية (تربية الطارمية- قسم علوم الحياة) وكلية (التربية للبنات – قسم اللغة الإنكليزية) وبواقع (20) طالبة من كل كلية, وقد قامت الباحثة بحساب الوقت بعد الانتهاء من الإجابة عن فقرات المقياس ولكل طالبة , وقد تراوح وقت الإجابة بين

(15- 25) دقيقة وبعد حساب المتوسط الحسابي لوقت الإجابة لجميع الطالبات تبين ان فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة وكان المتوسط يساوي (20) دقيقة , والجدول (3) يوضح ذلك

جدول (3)عينة التطبيق الاستطلاعي موزعة بحسب (الكلية, والقسم , والتخصص, والمرحلة الدراسية

الكلية	القسم	المرحلة الاولى	المرحلة الرابعة	المجموع
تربية الطارمية	علوم الحياة	10	10	20
التربية للبنات	اللغة الانكليزية	10	10	20
المجموع		20	20	40

•التحليل الاحصائي لفقرات مقياس اليقظة الذهنية:

لقد اشار المختصون في القياس الى اهمية إجراء التحليل الاحصائي للفقرات , إذ أشار أيبل الى أهمية الهدف من إجراء تحليل الفقرات , هو الإبقاء على فقرات المقياس المميزة والجيدة كي تستطيع ان تمثل الخاصية التي وضعت من اجلها (EbeL, 1972,P:392) لإن اعتماد الفقرات التي تتميز بخصائص قياسية جيدة تجعل المقياس اكثر صدقا وثباتا (Anastasi,1976,p:193) وقد تحققت الباحثة من هذه الخصائص في فقرات مقياس اليقظة الذهنية , وقامت بتحليلها إحصائيا على وفق أجراء حساب القوة التمييزية للفقرات , وفيما يأتي توضيح لإجراء حساب القوة التمييزية للفقرات

•القوة التمييزية للفقرات : يقصد بالقوة التمييزية قدرتها على التمييز بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا من الافراد الحاصلين على درجات مرتفعة والافراد الحاصلين على درجات منخفضة في الصفة التي تقيسها كل فقرة من الفقرات (الظاهر آخرون , 2002: 129) ولأجل التحقق من ذلك فقد استعمل لحساب القوة التمييزية المكونة لفقرات اليقظة الذهنية اسلوبين , وهما:

أولاً-اسلوب المجموعتين المتطرفتين : وقد تحققت الباحثة من ذلك عن طريق الاخذ بالخطوات الآتية :-

1-أختيار عينة طبقية عشوائية بلغت (400 وطالبة من كليتي تربية الطارمية والتربية للبنات , إذ تم اختيار

أربعة اقسام من كلية تربية الطارمية تمثل التخصص العلمي وهي(الكيمياء , الحاسوب , علوم الحياة , الفيزياء)

كذلك تم اختيار اربعة اقسام من كلية التربية للبنات تمثل التخصص الإنساني والجدول (4) يبين ذلك

جدول(4)عينة التحليل الإحصائي لحساب تمييز الفقرات موزعة بحسب (الكلية، القسم , المرحلة الدراسية)

الكلية	القسم	المرحلة الأولى	المرحلة الرابعة	المجموع
تربية الطارمية	الكيمياء	25	25	50
	الحاسوب	25	25	50
	علوم لحياة	25	25	50
	الفيزياء	25	25	50
التربية للبنات	الشريعة	25	25	50
	رياض الأطفال والتربية الخاصة	25	25	50
	اللغة الإنكليزية	25	25	50
	اللغة العربية	25	25	50
المجموع		200	200	400

2- طبق المقياس بصورته الأولية على أفراد العينة ثم صُحِحَت الإجابات وبعد تصحيح استجاباتهن تم ترتيب درجات الاستمارات تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة وفي ضوء هذا الترتيب تم اختيار نسبة (27%) العليا و(27%) الدنيا من الدرجات لتمثل المجموعتين المتطرفتين، وقد اعتمدت هذه النسبة لأنها توفر مجموعتين على أفضل ما يمكن من حجم وتمايز((Anastasi,& Urbin 1997:180-181, ، وقد بلغت استمارات درجات المجموعتين (216) استمارة ، بواقع (108) استمارة طالبة للمجموعة العليا و (108) استمارة طالباً وطالبة للمجموعة الدنيا ، وكانت الدرجات في المجموعة العليا تتراوح ما بين (94- 68) وفي المجموع الدنيا كانت تتراوح ما بين (47- 25) .
3- تم تطبيق الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين بهدف اختبار الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا ولكل فقرة من فقرات المقياس ، واعتُمدت القيمة التائية مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية (96,1) وأظهرت النتائج إن جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة (05,0) وبدرجة حرية(214) ، والجدول(5) يبين ذلك.

جدول (5)القوة التمييزية لفقرات مقياس اليقظة الذهنية بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	4.3796	.78201	3.9815	1.11054	3.046
2	4.6389	.68982	3.5000	1.22665	8.410
3	4.2222	.89998	3.2500	1.20842	6.706
4	4.1944	1.09765	3.3704	1.13230	5.431
5	3.2963	1.17018	2.8426	1.32666	2.665
6	3.0278	1.13119	2.5185	1.21117	3.193
7	3.6111	1.03068	2.5000	1.15605	7.455
8	3.5833	1.12012	2.9167	1.02424	4.565
9	3.4722	1.17972	2.4722	1.26386	6.011
10	3.6296	1.04651	2.6296	1.30128	6.223
11	3.9537	1.03567	3.4259	1.11241	3.609
12	4.4259	.79958	3.3796	1.39235	6.772
13	4.2500	.87675	3.3981	1.19140	5.985
14	4.5648	.77668	3.4352	1.42916	7.217
15	4.0741	1.18166	3.6296	1.24999	2.685
16	3.7685	1.14064	2.7222	.97476	7.247
17	4.3889	1.01238	2.7407	1.44927	9.689
18	4.1296	1.09453	2.5556	1.21773	9.991
19	3.8981	1.17561	2.9167	1.26878	5.897
20	3.5185	1.12309	2.7870	1.04166	4.963

ثانيا- أسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية (الصدق البنائي) :

ان المقياس الذي تنتخب فقراته على وفق هذا المؤشر فيه صدق بنائي) (ذياب،2002،106:) ويُعتمد هذا النوع من الصدق في حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس ، فكلما كان معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس موجباً ودالاً إحصائياً كانت الفقرة صادقة ،وتستخدم هذه الطريقة لحساب الاتساق الداخلي للمقياس ، إذ يشير الاتساق الداخلي إلى أن فقرات المقياس متماسكة ومترابطة ومتسقة فيما بينها وبالتالي فان جميعها تقيس متغيراً واحداً

.(معمرية ،2000: 153) ، ووفقاً لمعيار ايبل (Ebel, 1972) فان الفقرة تعد جيدة وقد تحتاج الى تحسين إذا حصلت على نسبة (30,0) فأكثر وضعيفة إذا كان معامل ارتباطها اقل من (19,0) (Ebel, 1972: 401) ، وعليه لم تستبعد أي فقرة من فقرات المقياس ، والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6) الصدق البنائي/معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0,42	6	0,55	11	0,52	16	0,46
2	0,32	7	0,42	12	0,44	17	0,44
3	0,42	8	0,29	13	0,54	18	0,47
4	0,37	9	0,46	14	0,55	19	0,43
5	0,40	10	0,37	15	0,31	20	0,52

ثبات المقياس : يُعد الثبات من الخصائص القياسية الأساسية للمقاييس والاختبارات النفسية والتربوية ، والمقياس الجيد هو المقياس الذي يعطي النتائج ذاتها في كل مرة يتم اعتمادهُ ، بغض النظر عن الفرد القائم بعملية القياس(النور، 2008 ،176 (، ولحساب معامل الثبات تم تطبيق مقياس اليقظة الذهنية على عينة بلغت (40) طالبة تم اختيارهن بطريقة طبقية عشوائية من اقسام كليتي تربية الطارمية وتربية البنات والجدول (7) يبين ذلك .

جدول(7) عينة الثبات لمقياس اليقظة الذهنية حسب لكلية ،والقسم والتخصص ،والمرحلة الدراسية ،

الكلية	القسم	المرحلة الأولى	المرحلة الرابعة	المجموع
تربية الطارمية	الفيزياء	10	10	20
التربية للبنات	اللغة العربية	10	10	20
المجموع		20	20	40

وقد اعتُمِدَ في حساب ثبات المقياس على طريقتين هما:

أ- **طريقة إعادة الاختبار:** يؤكد فيركسون ان استخراج الثبات بهذه الطريقة يتم عن طريق تطبيق المقياس في مدتين زمنيتين مختلفتين على عينة البحث نفسها (فيركسون ، 1991: 527) بعد التطبيق الأول بأسبوعين تمت إعادة تطبيق المقياس على نفس العينة واستخراج معامل ارتباط بيرسون(person) بين درجات ال في التطبيقين الأول والثاني ، إذ بلغ معامل الثبات للمقياس (0.76) ويعد ذلك مؤشراً جيداً للثبات برأي الاحصائيين .

ب- **معادلة ألفا – كرونباخ:** تم استخراج ثبات مقياس اليقظة الذهنية بطريقة معامل(ألفا-كرونباخ) ، والتي تقيس الاتساق الداخلي والتجانس بين فقرات المقياس ، أما ثبات المقياس ككل فقد بلغ (82,0) وهو معامل جيد يشير إلى تجانس المقياس .

الأداة الثانية- مقياس تجهيز المعلومات:

بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة والمقاييس المستخدمة في تجهيز المعلومات ارتأت الباحثة تبني مقياس تجهيز المعلومات (محمد ، 2015) ، كونه طبق على طلبة الجامعة وكذلك فإن المقياس بُني في إطار نظرية اليقظة الذهنية المتبنية في هذه الدراسة . ولأنه تتوافر فيه شروط المقاييس العلمية كالصدق والتمييز والثبات.

وصف المقياس: اعد المقياس الحالي (محمد، 2015) لقياس تجهيز المعلومات لدى طلبة جامعة تكريت والتي عرفت تجهيز المعلومات (بأنها طرائق يتبعها الطلبة تتمثل في استلام المعلومات من البيئة الخارجية بمساعدة عمليتي الانتباه الانتقائي والإدراك ومن ثم تشفير تلك المعلومات وترميزها وخزنها في مخزن الذاكرة لحين الحاجة إليها ، أو عندما يتطلب الموقف إحضار المعلومات المخزنة وتجهيزها لمعالجة الموقف أو المشكلة) , ((محمد، 2015: 16)

وقد تكون هذا المقياس من (36) فقرة وتم تحديد ست مراحل للعمليات العقلية المعرفية لمعالجة وتجهيز المعلومات وهي (استقبال أو تجهيز المعلومات) و (الانتباه الانتقائي) و(الترميز) و(التسميع) و(التنظيم) و(الاستعادة أو الاسترجاع) .

•تصحيح المقياس: تم تحديد خمسة بدائل للإجابة عن فقرات المقياس هي (تنطبق عليَ دائماً ، تنطبق عليَ غالباً تنطبق عليَ أحياناً ، وتنطبق عليَ نادراً ، ولا تنطبق عليَ أبداً) أمام كل فقرة من فقرات المقياس وبأوزان (5-4-3-2-1) على التوالي وكانت اعلى درجة للمقياس(180)، واقل درجة (36) ، وبوسط فرضي (108) درجة .

•إجراءات اعتماد المقياس:

-الصدق الظاهري: تم عرض فقرات المقياس البالغة (36) فقرة وتعليماته على محكمي مقياس اليقظة الذهنية لاستخراج الصدق الظاهري المتضمن وضوح الفقرات ومدى صلاحيتها في قياس ما وضعت من اجل قياسه , وقد اعتمدت الباحثة نسبة اتفاق (80%) فما فوق لغرض قبول الفقرة واستناداً لهذا المعيار فقد استبقيت جميع الفقرات وبهذا أصبح المقياس جاهز للتطبيق ملحق (2)

التطبيق الاستطلاعي: للتحقق من مدى وضوح تعليمات المقياس وفقراته وبدائله بالنسبة للمستجيب وحساب الوقت المستغرق في الاستجابة عن فقرات هذا المقياس ، تم تطبيقه على(40) طالبة تم اختيارهن بطريقة طبقية عشوائية متساوية من قسمي الحاسوب وعلوم القران في كليتي تربية الطارمية والتربية للبنات والجدول (8) يوضح ذلك .

جدول (8)عينة التطبيق الاستطلاعي موزعة بحسب (الكلية, والقسم , والتخصص, والمرحلة الدراسية

الكلية	القسم	المرحلة الأولى	المرحلة الرابعة	المجموع
تربية الطارمية	الحاسوب	10	10	20
التربية للبنات	علوم القران	10	10	20
المجموع		20	20	40

وقد تبين أنَ فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة وكان مدى الوقت المستغرق للإجابة على الفقرات(20) دقيقة.

•**ثبات المقياس:** تم حساب معامل ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار إذ تم تطبيق مقياس تجهيز المعلومات على عينة الثبات ذاتها لمقياس اليقظة الذهنية , ثم أعيد تطبيقه على المجموعة نفسها بعد أسبوعين ، وتم إيجاد معامل الارتباط بمعادلة بيرسون فبلغ معامل الثبات (84 ,0) ويعد ذلك مؤشراً جيداً لثبات المقياس حسب رأي الاحصائيين، وبهذا أصبح المقياس مُعداً للتطبيق النهائي.

التطبيق النهائي: بعد الانتهاء من إجراءات بناء مقياس اليقظة الذهنية, وتبني مقياس تجهيز المعلومات وتحقيقاً لأهداف البحث تم تطبيق المقياسين معاً بصيغتها النهائية خلال الفترة من (3/23 _ ولغاية2019/3/30) على عينة التطبيق النهائي البالغة (400)اً طالبة، المشار إليها في الجدول(2) .

•الوسائل الإحصائية استعملت الباحثة مجموعة من الوسائل الإحصائية سواء في إجراءات البحث أم في تحليل نتائجه علماً انه قد تمت الاستعانة بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) في معالجة البيانات إحصائياً بالحاسبة الالكترونية :

- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين(T-Test) وقد استخدم لاستخراج القوة التمييزية بأسلوب العينتين المتطرفتين لمقياس اليقظة الذهنية ولاستخراج نتيجة الهدف الثاني والهدف الرابع .
- معامل ارتباط بيرسون(Person Correlation Coefficien)وقد استخدم لإيجاد صدق البناء ، والثبات بطريقة إعادة الاختبار لمقياسي اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات ، وللكشف عن طبيعة العلاقة بين متغيري البحث (اليقظة الذهنية , وتجهيز المعلومات) .
- معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach) ، وقد استخدمت في ثبات التجانس أو الاتساق الداخلي لمقياس اليقظة الذهنية .
- الاختبار التائي لعينة واحدة(T-Test) ، وقد استخدم للتعرف على دلالة الفروق بين المتوسطات المتحققة للدرجات والأوساط الفرضية للمتغيرات التي تم قياسها(اليقظة الذهنية , و تجهيز المعلومات).

الفصل الرابع
عرض نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها

تَضمنَ هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها بعد تحليل إجابات الطلبة ومن ثم مناقشة تلك النتائج وتفسيرها في ضوء الأطر النظرية ونتائج الدراسات السابقة التي تناولت متغيري البحث والتي تم عرضها في الفصل الثاني ، وسيتم عرض النتائج على وفق الأهداف الواردة في البحث وعلى النحو الآتي:

الهدف الأول –مستوى اليقظة الذهنية لدى طالبات كليتي تربية الطارمية وتربية البنات في الجامعة العراقية:

لتحقيق هذا الهدف تم تطبيق مقياس اليقظة الذهنية على عينة البحث , وقد بلغ متوسط درجات اليقظة الذهنية لدى الطالبات المشمولات بالدراسة (106,451) درجة وبانحراف معياري (17,475) درجة ، وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي* (60) درجة ،تبين ان هناك فرقاً واضحاً بين المتوسطين، ولغرض الوقوف على دلالة الفروق تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ، وقد تبين ان القيمة التائية المحسوبة (13,282) اعلى من القيمة الجدولية البالغة (1,96)عند مستوى (0,05) وبدرجة حرية (399) أي ان الفرق بين المتوسطين هو ذات دلالة احصائية ، والجدول (9) يوضح ذلك

جدول (9) يبين نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة على مقياس اليقظة الذهنية

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	درجة الحرية		مستوى الدلالة 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
400	**106,451**	**17,475**	60	399	**13,282**	1,96	**دالة لصالح متوسط العينة**

تشير نتيجة الجدول السابق (9) إلى أن الطالبات المشمولات بالدراسة يتمتعن بمستوى مناسب من اليقظة الذهنية وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (اسماعيل , 2017), ودراسة (جبر,2018) ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية لانجر(Langer) التي ترى ان اليقظة الذهنية تجعل الطلبة اكثر انفتاحا على الخبرات الجديدة وتجعلهم مركزين انتباههم على الموضوعات الجديدة واكثر تقبلا لها ثم انها تعلمهم كيفية ابتكار افكار جديدة والوعي بالتجارب التي يمرون بها مما يؤدي بهم الى الاستبصار بالمواقف التي يمرون بها ويتفاعلون معها .

*تم الحصول على المتوسط الفرضي من خلال ضرب طول المقياس x في البديل الأوسط x3=6020

الهدف الثاني- التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية لليقظة الذهنية تبعاً لمتغير التخصص(علمي - انساني)

وتشير نتائج التحليل الاحصائي للبيانات الى عدم وجود فرق دال أحصائياً في اليقظة الذهنية بين المتوسط الحسابي لدرجات عينة الطالبات في التخصصين العلمي والادبي ، إذ بلغ متوسط درجات طالبات التخصص العلمي في اليقظة الذهنية (105,440) درجة وبانحراف معياري مقداره (16,142) في حين بلغ متوسط درجات طالبات التخصص الادبي (107,390) درجة وبانحراف

معياري مقداره (18,745) وباستخدام الاختبار التائي (T- test) لعينتين مستقلتين ، وجد ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (0,788) وهي أقل من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى الدلالة (0.05) وبدرجة حرية (398) كما هو مبين في الجدول (10)

جدول (10)نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات في اليقظة الذهنية تبعاً لمتغير التخصص .

التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة0,05
					المحسوبة	الجدولية	
علمي	200	105,440	16,142	398	0,788	1,96	لايوجد فرق دال
إنساني	200	107,390	18,745				

وتتفق نتيجة الجدول (10) مع دراسة (جبر,2018) و تعزو الباحثة هذه النتيجة الى ان كل التخصصات تخضع للأنظمة والتعليمات الجامعية نفسها وتقدم للطالبات النمط نفسه من الامتحانات ويتلقين تعليمهن في المؤسسات التربوية نفسها وهي متقاربة في ما تقدمه لهن من برامج وانشطة التي تجعلهن يعملن بشدة في كل شيء ويتحملن مسؤولية ما يوكل اليهن من اعمال ومهمات ويخططن في معظم الاحيان لبذل اقصى ما في وسعهن لإنجاز هذه الاعمال والمهمات . وتتخلف هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات ومنها دراسة (الربيع , 2019)

الهدف الثالث- التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية لليقظة الذهنية تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية(الاولى – الرابعة):

تشير المعالجة الإحصائية الى ان المتوسط الحسابي لدرجات افراد العينة من طالبات المرحلة الأولى البالغ عددهن (200) طالبة, قد بلغ (107,520) درجة وبانحراف معياري مقداره (15,063) درجة , وان المتوسط الحسابي لدرجات افراد العينة من طالبات المرحلة الرابعة البالغ عددهن (200) طالبة قد بلغ (105,310) درجة وبانحراف معياري مقداره (19,609) درجة وبمقارنة المتوسطين وباستخدام الاختبار التائي (T- test) لعينتين مستقلتين وجد ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (0,894) وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى الدلالة (0.05) وبدرجة حرية () كما هو موضح في الجدول (11)

جدول ول (11) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات في اليقظة الذهنية تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية

المرحلة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
الاولى	**200**	**107,520**	**15,063**	**398**	**0,894**	**1,96**	لايوجد فرق دال

الرابعة	200	105,310	19,609				

يتضح من نتيجة الجدول السابق (11) بانه لا يوجد فرق ذي دلالة إحصائية في اليقظة الذهنية بين متوسطي درجات طالبات المرحلتين الدراستين الأولى والرابعة ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أشار اليه الادب التربوي المتعلق باليقظة الذهنية الذي يشير أن اليقظة الذهنية هي خاصية شخصية للفرد ترتبط بسماته وقدراته , وهي الاستبصار بالذات والوعي العقلي وهذه تعتمد على الشخص ذاته وعلى وعيه التام بما يدور حوله من أحداث مختلفة وليس للمرحلة الدراسية او تخصصه تأثير في ذلك وهذا ما أكدته دراسة (جبر, 2018870:)

الهدف الرابع – التعرف على مستوى تجهيز المعلومات لدى طالبات كليتي تربية الطارمية وتربية البنات في الجامعة العراقية.

لغرض تحقيق هذا الهدف قامت الباحثة باستخراج المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث (الطالبات) على فقرات مقياس تجهيز المعلومات إذ بلغ المتوسط الحسابي لعينة البحث) 128,275) درجة، وبانحراف معياري مقداره (21,383) درجة، في حين كان المتوسط الفرضي للمقياس (108) درجة وبعد اختبار الفرق بين المتوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة , تبين إن القيمة التائية المحسوبة كانت (19,664) وهي اعلى من القيمة التائية الجدولية (1,96) عند مستوى (0,05) وبدرجة حرية (399) وهذه النتيجة تشير الى وجود فرق دال احصائيا في مستوى تجهيز المعلومات لدى عينة البحث . والجدول (12) يبين ذلك .

جدول (12) يبين نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة على مقياس تجهيز المعلومات

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
400	128,275	21,383	108	399	19,664	1,96	دالة لصالح متوسط العينة

ونتيجة الجدول (12) تتفق مع دراسة (محمد, 2014) ويمكن ان تعزو الباحثة السبب في ذلك إلى أن عينة البحث أتيحت لها ظروف تعليمية جيدة مع توفر بيئة فيزيقية وبيئة نفسية مناسبة ومناهج اكثر فاعلية، جعلت العينة المشمولة بالدراسة قادرة على كيفية الدراسة والمطالعة والتلخيص والتجهيز والترميز للمواد الدراسية في الجامعة.

الهدف الخامس - التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية لتجهيز المعلومات تبعاً لمتغير التخصص(علمي - انساني)

وتشير نتائج المعالجة الإحصائية للبيانات الى عدم وجود فرق دال أحصائياً في تجهيز المعلومات بين المتوسط الحسابي لدرجات عينة الطالبات في التخصصين العلمي والإنساني، إذ بلغ متوسط درجات طالبات التخصص العلمي في تجهيز المعلومات (127,830) درجة وبانحراف معياري مقداره (22,330) درجة , و بلغ متوسط درجات طلبة التخصص الإنساني في تجهيز المعلومات (128,122) درجة وبانحراف معياري مقداره (19,231) وباستخدام الاختبار التائي (T- test) لعينتين مستقلتين ، وجد ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (0,950) وهي أقل من القيمة الجدولية

البالغة (1.96) عند مستوى الدلالة (0.05) وبدرجة حرية (398) كما هو مبين في الجدول (13)

جدول (13)نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات في تجهيز المعلومات تبعاً لمتغير التخصص

التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة0,05
					المحسوبة	الجدولية	
علمي	200	127,830	22,330	398	0,950	1,96	لا يوجد فرق دال
إنساني	200	128,122	19,231				

وتعزى هذه النتيجة الى أن كل افراد العينة من تخصصات علمية وإنسانية تكون مهارتهن في تلخيص المعلومات وتجهيزها فيها نوع من التشابه خصوصا ان عملية تجهيز المعلومات تنطوي على عدد من الأنشطة العقلية او المعرفية المتنوعة والعمليات التنظيمية التي تحث بين عمليتي استقبال المعلومات واستعادتها أو تذكرها , (الزيات , 1995: 135)

الهدف السادس- التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية لتجهيزالمعلومات تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية(الاولى – الرابعة)

وتشير نتائج التحليل الاحصائي للبيانات الى عدم وجود فرق دال أحصائياً في تجهيزالمعلومات بين المتوسط الحسابي لدرجات عينة الطالبات في المرحلتين الدراستين (الأولى - الرابعة) ، إذ بلغ متوسط درجات طالبات المرحلة الاولى في تجهيز المعلومات (127,300) درجة وبانحراف معياري مقداره (21,820) وبلغ متوسط درجات طالبات المرحلة الرابعة في تجهيز المعلومات (129,151) درجة وبانحراف معياري مقداره (21,006) وباستخدام الاختبار التائي (T- test) لعينتين مستقلتين ، وجد ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (0,740) وهي أقل من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى الدلالة (0.05) وبدرجة حرية (398) كما هو مبين في الجدول (14)

جدول ول (14)نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات في تجهيز المعلومات تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية

المرحلة الدراسية	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة0,05
					المحسوبة	الجدولية	
الاولى	200	127,300	21,820	398	0,740	1,96	لا يوجد فرق دال
الرابعة	200	129,151	21,006				

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (محمد , 2014) ويمكن ان تعزو الباحثة السبب في ذلك الى إن مناهج الدراسة الجامعية في محتواها غير كافية على تطوير قدرات الطالبات في معالجة وتجهيز المعلومات

وترميزها في الذاكرة عبر مراحلهن الدراسية . ومن جانب اخر فان الطالبات يتلقين المعلومات بطرائق تدريس ضعيفة في استخدامها وقلة عرضها للمشكلات العلمية التي تلاقيها الطالبات عبر مسيرتهن العلمية فضلا عما يتعرضن من احباطات في الدراسة والعمل .

الهدف السابع - طبيعة العلاقة بين متغيري اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات.

ولغرض التعرف على طبيعة العلاقة بين متغيري البحث تمت معالجة البيانات باستخدام معامل ارتباط بيرسون وللتحقق من الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط المحسوب استخدمت الباحثة الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط فكانت النتائج كما موضحة في الجدول (15)

جدول (15) نتائج الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط المحسوب بين اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات

العدد	معامل الارتباط المحسوب	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة0,05
			المحسوبة	الجدولية	
400	0,79	399	25,702	1,96	دالة

فهذه النتيجة تشير إلى وجود علاقة موجبة دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات إذ بلغت درجة معامل الارتباط الكلي (0,79) ، ويبين ذلك وجود ارتباط موجب بين نتائج المقياسين، ويمكن تفسير هذه النتيجة وفقا لما اقرته ادبيات اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات بان اليقظة الذهنية تعزز مهارات الانتباه النشط للمثيرات الخارجية للطلبة وتمكنهم من توظيف الملاحظة والتأمل في مجمل الانشطة الاكاديمية والحياتية كذلك فان الطلبة اليقظين ذهنيا يتصرفون بوعي ويمتلكون القدرة على اثبات قدراتهم العقلية في التحصيل العلمي الذي يتطلب تركيز الانتباه وترميز المعلومات في الذاكرة ويميلون- ايضا- الى ابتكار اساليب جديدة في معالجة وتجهيز المعلومات وتوظيفها في مختلف المواقف التي تواجههم , وتعد هذه السمات متطلبات اساسية لمهارات تجهيز المعلومات ومعالجتها والاحتفاظ بها , الامر الذي يفسر العلاقة الموجبة بين اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات .

-الاستنتاجات : في ضوء ما كشفته أهداف البحث ومقارنتها بنتائج الدراسة السابقة نستنتج ما يأتي :-

- تُعدُّ اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات من المتغيرات المهمة والمفيدة لطالبات كليتي تربية الطارمية والتربية للبنات في الجامعة العراقية , الامر الذي جعل الطالبات اللواتي يتصفن بمستوى مناسب من اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات يبدين أكثر انتباهاً وادراكاً نحو الاستجابة للمهمات والمقررات الدراسية وأكثر انفتاحا على الأفكار والاحداث الجديدة مما أدى ذلك الى التفاعل المناسب مع المعلومات والمثيرات المتسارعة من حولهن والتواصل معهن .

- إنَّ المرحلة الدراسية والتخصص ليس لهما تأثير على متغيري اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات لكون هذين المتغيرين يرتبطان بذات الفرد ويعتمدان على حالة وعيه وقدرته على تناول المعلومات واستعادتها في المواقف التي يمر بها .

- يرتبط تجهيز المعلومات باليقظة الذهنية ارتباطا ايجابياً , إذ ان تعلم طالبات الجامعة لطرائق استقبال المعلومات وخزنها وتجهيزها بحسب الموقف التعليمي , فان ذلك يتم بمساعدة عمليتي الانتباه والادراك .

التوصيات: في ضوء ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج توصي الباحثة بالاتي:-
- ضرورة بتضمين تضمين مقرر التربية العملية بشقيه النظري والعملي بمضامين معرفية وتطبيقية لليقظة الذهنية بحيث تمكن الطلبة من تنمية قدراتهم الاكاديمية التي تساعدهم على الانتباه النشط في استقبال المعلومات وتجهيزها وابتكار طرائق جديدة في معالجة الأفكار التي تعينهم على النجاح في دراستهم .
- اعداد مناهج دراسية للتخصصات العلمية والإنسانية التي تستثير النشاط العقلي للطلبة وتسهم في بناء شخصياتهم باتجاه تنمية مهارات اليقظة الذهنية وتساعد على زيادة وعي الطلبة بآليات تجهيز المعلومات وتوظيفها في المواقف التعليمية التي يمرون بها .
- توفير المستلزمات والتقنيات والمختبرات التي تتيح لطلبة الجامعة الانطلاق إلى الأفضل في تخصصاتهم المختلفة.
-توجيه المشرفين التربويين الى اعداد برامج ارشادية اكاديمية تشجع الطلبة على ممارسة الأنشطة المعززة لليقظة الذهنية بما يمكنهم من تعزيز المرونة المعرفية لديهم من اجل إن يقود ذلك كله الى تعظيم قدراتهم في استثمار مصادر المعلومات وفهمها على نحو يجعلهم قادرين على مواجهة المشكلات العلمية والحياتية التي يسعون الى حلها .
المقترحات : استكمالا لنتائج الدراسة الحالية توصي الباحثة بما يأتي :-
-اجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي ، تتناول مستويات دراسية اخرى مثل طلبة المرحلة الثانوية وطلبة الجامعة . وشرائح اجتماعية مختلفة كالمعلمين والمدرسين ومديري المدارس واساتذة الجامعة . وموظفي الدوائر الحكومية .
-اجراء دراسة لتعرف اثر التخصص (علمي - ادبي) والجنس (ذكور- اناث) في اليقظة الذهنية وتجهيز المعلومات لدى طلبة الجامعة عبر مراحل دراسية مختلفة .
-اجراء دراسات تتناول اليقظة الذهنية وعلاقتها بمتغيرات اخرى لم يشملها البحث الحالي مثل :- العصف الذهني, التحصيل الدراسي , الدافعية , التوافق النفسي ,
-أجراء دراسات تسهم في الكشف عن العلاقة بين تجهيز المعلومات وقلق التحدث لدى المراهقين .
-الافادة من مقياس اليقظة وكذلك مقياس تجهيز المعلومات المستخدمين في هذه الدراسة الحالية وتطبيقهما على بقية الطلبة غير المشمولين بالبحث لغرض استخدامها كوسيلة في الانجاز الدراسي .
-اجراء المزيد من الدراسات التجريبية التي تستهدف اثر أنشطة اليقظة في بعض المتغيرات الانفعالية ذات الصلة بمخرجات التعلم المنشودة .
-اجراء دراسة لمعرفة دور اليقظة الذهنية في تحسين التفكير الناقد لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة بغداد.

المصادر:

- البدران , عبد الزهرة لفته (2000): أساليب معالجة المعلومات لدى طلبة المرحلة الثانوية الاكاديمية في الأردن وعلاقتها بالجنس والتخصص , مجلة جامعة دمشق , المجلد (24), العدد(2).
- ابو حطب، فؤاد (1990): القدرات العقلية، ط4، مكتبة الانجلو المصرية.
- جبر، أمل مهدي (2018): اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التعلم لدى طالبات كلية التربية للبنات، المؤتمر العلمي الأكاديمي الدولي التاسع المنعقد في 17-18 تموز ـ اسطنبول ـ تركيا.
- الحارثي، سعد محمد عبدالله (2019): اليقظة العقلية وعلاقتها باعراض القلق لدى طلاب الكلية التقنية بمحافظة بيشة، المجلة التربوية ـ كلية التربية، العدد السابع والخمسون ـ يناير.
-حمادي، حسين ربيع (1997): دراسة مقارنة في اساليب معالجة المعلومات على وفق الاسلوب المعرفي (الاستقلال ، الاعتماد) على المجال لدى طلبة المرحلة الاعدادية، كلية التربية ـ ابن رشد، جامعة بغداد (أطروحة دكتوراه غير منشورة)
-الحمداني، ابتسام عبدالحميد مجيد (2015): أثر برنامج تربوي في تنمية اليقظة وخفض التوتر النفسي لدى طلبة معاهد اعداد المعلمين، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة تكريت أطروحة دكتوراة (غير منشورة).
-ذياب، محمد علي (2002) الرهاب لدى فاقدي الوالدين واقرانهم من غير فاقدي الوالدين في مدينة بغداد، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية. (رسالة ماجستير غير منشورة).
-الربيع، فيصل (2018): الذكاء الأنفعالي وعلاقته باليقظة الذهنية لدى طلبة جامعة اليرموك، المجلة الأردنية للعلوم التربوية المجلد (15)، العدد 01).
- رزق , محمد عبد السميع (2004): فعالية برنامج لاستراتيجيات تجهيز المعلومات في تعديل الاتجاه نحو المواد التربوية وزيادة الاستذكار والانجاز الاكاديمي في ضوء السعة العقلية , مجلة كلية التربية , المنصورة مصر , العدد (56).
-الرفوع، محمد احمد (2008): اساليب معالجة المعلومات لدى طلبة المرحلة الثانوية الاكاديمية في الاردن وعلاقتها بالجنس والتخصص، مجلة جامعة دمشق، المجلد (24) العدد(2).
-الرويلي، بشير النشمي (2019): اليقظة العقلية والمرونة والتدفق النفسي لدى المرشدين الطلابيين في محافظة طريف بالمملكة العربية السعودية ـ دراسة مقارنة بين المرشدين الجدد والقدامى , مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلة العربية للعلوم ونشر الابحاث العدد السابع-المجلد الثالث-ابريل.
-الزبيدي , مروة شهيد صادق (2012): الاستقرار النفسي وعلاقته باليقظة الذهنية لدى طلبة المرحلة الإعدادية , جامعة ديالى , كلية التربية الأساسية (رسالة ماجستير غير منشورة).
-الزيات , فتحي مصطفى (1995): الأسس المعرفية للتكوين العقلي وتجهيز المعلومات , ط1 , دار الوفاء للطباعة والنشر والتوزيع , المنصورة , القاهرة .
-سعيد، سلمى خليل (2008): المواد القابلة للنسيان والاسباب المؤدية لنسيانها، مجلة كلية المعلمين، العدد (29).
-السندي، سعد انور بطرس (2010): اليقظة الذهنية وعلاقتها بالنزعة الاستهلاكية لدى موظفي الدولة كلية الاداب, جامعة بغداد(رسالة ماجستير غير منشورة)

-الشامي ,حمدان ممدوح إبراهيم (2016): فاعلية أنموذج مقترح لتجهيز المعلومات في علاج صعوبات تعلم مادة الرياضيات لدى عينة من تلاميذ الصف الثاني المتوسط بالمملكة العربية السعودية , مجلة الدراسات عربية في التربية وعلم النفس (ASEP) , العدد(29) نوفمبر.
-شاهين، محمد عبدالفتاح وريان، عادل عطيه (2019): مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة القدس المفتوحة وعلاقتها بمهارات حل المشكلات، المجلة الفلسطينية للتعليم المفتوح والتعليم الالكتروني، المجلد الثامن، العدد الرابع عشر، كانون الثاني.
-الشلوي، علي محمد (2018): اليقظة العقلية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى عينة من طلبة كلية التربية بالداودمي، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد التاسع عشر، لسنة 2018.
- الصافي ، عبد الله بن طه (2000) الفروق في استراتيجيات معالجة المعلومات في ضوء متغيري التخصص والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب الجامعة ، المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل للعلوم الانسانية والادارية ، المجلد (1) ، العدد (1) ، المملكة العربية السعودية.
- صيغيني, طوني (2011): تطوير اليقظة في الحياة اليومية , مجلة الاسكندرية , العدد الثالث , آذار
-الظاهر, زكريا آخرون (2002): مبادئ القياس والتقويم في التربية ,ط1 دار الثقافة للنشر والتوزيع , عمان , الاردن .
-عبد، مها صدام , وبديوي، زينب حياوي (2018): اليقظة الذهنية لدى طلبة الجامعة، مجلة ابحاث البصرة للعلوم الإنسانية , المجلد (43)، العدد (1).
-عبدالفتاح، فوقيه، وجابر، عبدالحميد جابر(2005): علم النفس المعرفي - بين النظرية والتطبيق، ط1، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة.
-عبود، احمد إسماعيل , وفرنسيس. ساندى نصرت (2017): اليقظة الذهنية وعلاقتها بالتنظيم الذاتي للتعلم لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية للبنات، جامعة بغداد، المجلد (28) , (2) .
-عبيدات ,ذوقان , وعبد الرحمن عدس (2001): البحث مفهومه , أدواته, أساليبه , دار الفكر للنشر والتوزيع , الأردن .
-علوان، مصعب شعبان (2009): تجهيز المعلومات وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات لدى طلبة المرحلة الثانوية، كلية التربية ,الجامعة الاسلامية بغزة - (رسالة ماجستير غير منشورة).
-العواض، عادل سعيد (2011): ايقاظ الوعي، الرياض، مكتبة الملك فهد الوطنية.
-عويز، حمزه هاتف عبد (2014): تأثير اليقظة في الذاكرة الخاطئة، جامعة بغداد، كلية الآداب، رسالة ماجستير، (غير منشورة).
-الغريري، سعيد جاسم عطيه (2007): تعليم التفكير - مفهومه وتوجهاته المعاصرة، دار الكتب والوثائق، مطبعة المصطفى، بغداد.
-الفرحاني، محمود (2017): فاعلية تدريب معلمي العلوم والرياضيات على تعلم البرنامج للتفكير النشط في سياق اجتماعي TASC وخرائط التفكير في تنمية قدرات الاستدلال واليقظة العقلية ودافعية التعلم والمستويات المعرفية للأختبار Timss ,مجلة الدولة للعلوم التربوية والنفسية (4).
-فيركسون ، جورج أي (1991) : التحليل الإحصائي في التربية وعلم النفس ، ترجمة هناء محسن العكيلى ، الجامعة المستنصرية ، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد .

-محمد , زبيدة عباس (2015) : تجهيز المعلومات لدى طلبة الجامعة وعلاقته باستراتيجيات التعلم ما فوق المعرفية وحل المشكلات , كلية التربية للعلوم الانسانية , جامعة تكريت ,(اطروحة دكتوراه غير منشورة)
-مراد ، صلاح احمد ، وسليمان ، أمين علي (2002) الاختبارات والمقاييس في العلوم النفسية والتربوية –إعدادها وخصائصها ، دار الكتاب الحديث ،القاهرة.
مطلك , فاطمة عباس (2019) : تأثير اليقظة العقلية في التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة , مجلة الطريق التعليمية والعلوم الاجتماعية ,المجلد (8)6 سبتمبر , جامعة الانيا تركيا.
-معمرية ، بشير (2000) مدخل لدراسة القياس النفسي ، ط1 ، المكتبة العصرية للنشر والتوزيع ، مصر.
-ناصر، كريمه كوكز خضر (2003): أثر برنامج مهارات الأدراك والابداع في تنمية التفكير الابداعي بحسب مستوات الذكاء والتحصيل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، كلية التربية -ابن رشد، جامعة بغداد (أطروحة دكتوراه غير منشورة).
-الهاشم، أماني عبدالله عقله 02017): درجة توافر اليقظة الذهنية لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية في محافظة عمّان وعلاقتها بدرجة ممارسة سلوك المواطنة التنظيمية للمعلمين من وجهة نظرهم, كلية العلوم التربوية في جامعة الشرق الأوسط (رسالة ماجستير غير منشورة)
- الوليدي، علي (2017): اليقظة العقلية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد، مجلة الملك خالد للعلوم التربوية العدد (28).
-ياسر، عامر محسن وكاظم، علي مهدي (1997): المعالجة المعلوماتية لدى طلبة جامعة قار يونس، الجماهيرية العربية الليبية، مجلة الآداب والعلوم، العدد (الأول).

-المصادر العربية باللغة الإنكليزية

-Al-Badran, Abdul-Zahra Lafta (2000): Information processing methods for secondary school students in Jordan and their relationship to gender and specialization, Damascus University Journal, Volume (24), Issue (2.(

- Abu Hatab, Fouad (1990): Mental abilities, 4th edition, Anglo-Egyptian Library.

-Gabr, Amal Mahdi (2018): Mindfulness and its relationship to learning styles among female students of the College of Education for Girls, the 9th International Academic Scientific Conference held on 17-18 July - Istanbul - Turkey.

-Al-Harthy, Saad Muhammad Abdullah (2019): Mental alertness and its relationship to anxiety symptoms among students of the Technical College

Bisha Governorate, Educational Magazine - College of Education, Issue 57 - January.

-Hammadi, Hussein Rabie (1997): A comparative study of information processing methods according to the cognitive style (independence,

dependence) on the field among middle school students, College of Education - Ibn Rushd, University of Baghdad (unpublished doctoral thesis)

-Al-Hamdani, Ibtisam Abdul Hamid Majid (2015): The effect of an educational program on developing vigilance and reducing psychological tension among students of teacher training institutes, College of Education for Human Sciences, Tikrit University, PhD thesis (unpublished)

Dhiab, Muhammad Ali (2002) Phobias among bereaved parents and their non-parental peers in the city of Baghdad, College of Arts, Al-Mustansiriya University. (A magister message that is not published)

-Al-Rabeeh, Faisal (2018): Emotional intelligence and its relationship to mindfulness among Yarmouk University students, The Jordanian Journal of Educational Sciences, Volume (15), Issue 01.

-Rizk, Mohamed Abdel Samie (2004): The effectiveness of a program for information processing strategies in modifying the trend towards educational materials and increasing memorization and academic achievement in the light of mental capacity, Journal of the College of Education, Mansoura, Egypt, issue (56)

-Al-Rufa', Muhammad Ahmad (2008): Information processing methods for secondary school students in Jordan and their relationship to gender and specialization, Damascus University Journal, Volume (24), Issue (2)

-Al-Ruwaili, Bashir Al-Nashmi (2019): Mental alertness, flexibility and psychological flow among student counselors in Turaif Governorate, Saudi Arabia - a comparative study between new and old counselors, Journal of Educational and Psychological Sciences, Arab Journal of Science and Research Publishing, Issue Seven - Volume Three - April.

-Al-Zubaidi, Marwa Shahid Sadiq (2012): Psychological stability and its relationship to mindfulness among middle school students, University of Diyala, College of Basic Education (unpublished master's thesis)

-Al-Zayat, Fathi Mustafa (1995): Cognitive bases for mental formation and information processing, 1st Edition, Dar Al-Wafaa for Printing, Publishing and Distribution, Mansoura, Cairo.

-Saeed, Salma Khalil (2008): Forgettable materials and the reasons for forgetting them, Teachers College Journal, No. (29)

-Al-Sindi, Saad Anwar Boutros (2010): Mindfulness and its relationship to consumerism among state employees, College of Arts, University of Baghdad (unpublished master's thesis)

-Al-Shami, Hamdan Mamdouh Ibrahim (2016): The effectiveness of a proposed model for processing information in treating mathematics learning difficulties among a sample of second-grade students in the middle school in the Kingdom of Saudi Arabia, Journal of Arab Studies in Education and Psychology (ASEP), issue (29), November.

-Shaheen, Muhammad Abdel-Fattah and Rayan, Adel Attia (2019): The level of mental alertness among students of the Faculty of Educational Sciences at Al-Quds Open University and its relationship to problem-solving skills, The Palestinian Journal of Open Education and E-Learning, Volume Eight, Issue Fourteen, January.

-Al-Shalawi, Ali Muhammad (2018): Mental vigilance and its relationship to self-efficacy among a sample of students of the College of Education in Dawadmi, Journal of Scientific Research in Education, Issue Nineteen, for the year 2018.

- Al-Safi, Abdullah bin Taha (2000) Differences in information processing strategies in the light of the variables of specialization and academic achievement among a sample of university students, The Scientific Journal of King Faisal University for Humanities and Administrative Sciences, Volume (1), Number (1), Saudi Arabia.

-Segini, Tony (2011): Developing vigilance in daily life, Alexandria Magazine, third issue, March

-Al-Zaher, Zakaria and others (2002): Principles of Measurement and Evaluation in Education, 1st Edition, Dar Al-Thaqafa for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.

-Abd, Maha Saddam, and Badawi, Zainab Hayawi (2018): Mindfulness among university students, Basra Research Journal for Human Sciences, Volume (43), No. (1)

-Abdel-Fattah, Fawkieh, and Jaber, Abdel-Hamid Jaber (2005): Cognitive Psychology - Between Theory and Practice, 1st Edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi for Printing and Publishing, Cairo.

-Abboud, Ahmed Ismail, and Francis. Sandy Nusrat (2017): Mindfulness and its relationship to self-regulation of learning among university students,

Journal of the College of Education for Girls, University of Baghdad, Volume (28), (2)

-Obeidat, Thouqan, and Abd al-Rahman Adas (2001): Research its concept, tools, methods, Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution, Jordan.

-Alwan, Musab Shaaban (2009): Information processing and its relationship to the ability to solve problems among secondary school students, College of Education, Islamic University of Gaza (unpublished master's thesis.(

-Al-Awad, Adel Saeed (2011): Awakening Awareness, Riyadh, King Fahd National Library.

-Owais, Hamza Hatif Abed (2014): The Effect of Vigilance on False Memory, University of Baghdad, College of Arts, Master's Thesis, (unpublished)

- Al-Ghurairi, Saeed Jassim Attia (2007): Teaching thinking - its concept and contemporary trends, House of Books and Documents, Al-Mustafa Press, Baghdad.

-Al-Farhani, Mahmoud (2017): The effectiveness of training science and mathematics teachers to learn the program for active thinking in a social context TASC and thinking maps in developing reasoning abilities, mental alertness, learning motivation and cognitive levels of the test Timss, State Journal of Science

المصادر الأجنبية:

- Anastasia , Ann (1976):Psychology Testing mc Millan, New york.

-Anastasia ,A and Urbin,S.(1997): Psychology Testing ,7th ed Prentice-Hall ,New York .

- Bernay, R. (2009): Using mind f ulness to slow down in order to speed up progyess for children with special. Double Blind peer Reviewed procee dings of the making in clusive Education, sept .

- Bishop, S.R. (2002): what Do we Really Know about mind fulnss-Based stress Reduction? Psychoso matic medicine, 64.

- Breslin, F.C, Zack, (2002): Ani Formation - P rocessing analysis of mindfulnssi mpli ca yions for relapse prevent I on in the treatment of substance abuse Clinica I psychology.

-Brown,k. & Ryan, R (2007): min Fuiness. Theore-tical foundations and evidence For its saluatary effects. Psycholo gical I nquiry, 14

- Kleink,C. (1978): Self- perception, the psychoiogy of personal Awareness, W.H,Free man and Company, san frencisco.
- Langer E.J. (1989): mind Fulness. New - York: Addison-wesley .
:(1992) --matters of mind: mind Fuiness in perspective consciousness and cognition,vol: I
:(2000) --minful Learing Current direction in psychologi cal .
-Macce, C. (2008): mind Fulness and mental health: Therapy, theory and science Abingdon, oxford shire: Rutlede.
-Neisser, U. (1967): Cognitive Psychology. Ny: Appleton - Century- Crofts.
-Spender, K (1998): the Psychology of educational technolog y and instructional techology and instructional midia Routledge, New york.
-Suhunk, D.H. (2000): Learning the ories: An Education-al perpective (3rded) Ne w berys: print icehall. Inc .

ملحق (1)
الجامعة العراقية
كلية التربية للبنات

مقياس اليقظة الذهنية بصيغته النهائية

عزيزتي الطالبة 000000000000

بين يديك مجموعة من الفقرات التي ترمي إلى معرفة آرائك ومشاعرك الشخصية راجين تفضلك بقراءتها بدقة وإمعان ومحاولة الإجابة على كل فقرة وفق ما ترينه أو ما تراه مناسبا لك وذلك باختيار بديل من البدائل الثلاثة المذكورة إزاء كل فقرة من فقرات المقياس ومن ثم وضع إشارة(x) تحت البديل الذي يعبر عن مشاعرك أكثر من البديلين الآخرين ولا داعي لذكر الاسم لان ما تقدمينه أو تقدمه من معلومات سيكون ضمن السرية التامة فلا يطلع على الاستمارة احد سوى الباحثة لكون نتائج إجابتك سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي . وفيما يأتي مثال للإجابة عن الفقرات
مثال:

ت	الفقرة	تنطق عليَ دائماً	تنطبق عليَ غالباً	تنطبق عليَ أحيانا	تنطبق عليَ نادراً	لا تنطبق عليَ أبدا
1	أوظف طرائق جديدة لعمل الأشياء .	X				

ملاحظة:
1- وان المثال أعلاه لا يعني انكِ مجبرة على اختيار البديل (تنطبق عليّ دائما) إذ يحق لك اختيار البديل الذي يعبر عن رأيكِ الخاص وممارساتك الفعلية وليس لما تعتقدين أو تعتقد انه يجب أن يكون.

2 - يرجى ملأ المعلومات الآتية بوضع علامة (X) في الفراغ الذي ينطبق عليك مع العلم انه لا حاجة لذكر الاسم .

الكلية _____ القسم_____ التخصص: علمي _____ إنساني _____

المرحلة:الأولى ___ الرابعة ___ الجنس: ذكر _____ أنثى _____

شاكرين تعاونكم معنا .... مع التقدير

الباحثة أفراح إبراهيم سعيد

مقياس اليقظة الذهنية بصيغته الذهنية

ت	الفقرات	تنطق علىَ دائماً	تنطبق علىَ غالباً	تنطبق علىَ أحيانا	تنطبق علىَ نادراً	لا تنطبق علىَ أبدا
1	أوظف طرائق جديدة لعمل الأشياء .					
2	لست نشطا في الأعمال المملة.					
3	أنتج أفكارا أصيلة لكنها قليلة .					
4	أتفحص الأشياء التي تجري من حولي.					
5	أعتمد على الخبرة والتجربة في أداء الأعمال .					
6	لا يثيرني ما يقوم به الآخرون .					
7	أركز في أغلب الأشياء التي أقوم بها .					
8	أساهم في الأعمال والمهمات الجديدة .					
9	أرى الأشياء بشكل يختلف عن الآخرين .					
10	أواجه المواقف المختلفة بأساليب متعددة.					
11	أنتبه إلى المشاهد التي تثير الانتباه.					
12	أمتلك رغبة شديدة في حب الاستطلاع .					
13	أحاول التفكير ببدائل جديدة في عمل الأشياء .					
14	أحب المرور بالخبرات التي فيها تحدي لأفكاري .					
15	أجد سهولة في تكوين الأفكار الجديدة والمؤثرة.					

16	انتباهي قليل جدا للتطورات التي تجري من حولي .					
17	أتجنب الأحاديث المحرضة على الأقاويل المغرضة.					
18	اهتم بكل شيئ حتى وأن كان يتعارض مع معتقداتي..					
19	أمتلك عقلاً منفتحاً على الطريقة التي تعمل بها الأشياء.					
20	أسترجع المواقف المشابهة التي يقوم بها الآخرون .					

ملحق (2)
الجامعة العراقية
كلية التربية للبنات

مقياس تجهيز المعلومات بصورته النهائية
عزيزتي الطالبة.....
يتضمن المقياس الذي بين يديك عددا من الفقرات المتعلقة بتجهيز المعلومات ، والمطلوب منك التعبير عن شعورك الشخصي والإجابة أما أن تكون تنطبق علي دائما ،أو تنطبق علي أحيانا ، أو تنطبق علي غالبا ،أو تنطبق علي نادرا، أو لا تنطبق علي أبدا
مثال:

ت	الفقرة	تنطق علىَ دائماً	تنطبق علىَ غالباً	تنطبق علىَ أحيانا	تنطبق علىَ نادراً	لا تنطبق علىَ أبدا
1	ابحث في الانترنيت عن جميع المعلومات التي تهمني					

مقياس تجهيز المعلومات

ت	الفقرات	تنطق علىَ دائماً	تنطبق علىَ غالباً	تنطبق علىَ أحيانا	تنطبق علىَ نادراً	لا تنطبق علىَ أبدا
1	احتفظ بالمعلومات لفترة طويلة					
2	استعين بعدة مصادر في الوصول إلى المعرفة					
3	أصغي للأستاذ عندما يلقي المحاضرة					
4	استخدم وسائل متعددة في الاتصال بالآخرين للحصول على المعلومات					

5	ابحث في الانترنيت كي اجمع المعلومات التي تهمني					
6	لديَ القدرة على تلخيص الأفكار من مصادر متعددة					
7	سرعة استلامي للمعلومات يعود لقوة حواسي					
8	افهم المحاضرات أولاً ثم أقوم بحفظها وتخزينها					
9	انتبه بتركيز لكل ما له علاقة بالموضوعات الدراسية					
10	انتبه للمعلومات التي يمكن الاستفادة منها في حياتي					
11	أجهز عدة إجابات للسؤال الذي يطرحه الأستاذ إثناء المحاضرة					
12	اشعر بثقة عالية بنفسي عندما احتفظ بالمعلومات مدة طويلة					
13	عندما استيقظ مبكراً استطيع استيعاب المعلومات أكثر من أي وقت أخر					
14	أركز على أوجه الشبه والاختلاف بين المعلومات					
15	أعطِ المعلومات التي استقبلها رموزاً معينة كي احتفظ بها					
16	لديَ القدرة على الاحتفاظ بعناوين الموضوعات التي اقرأها					
17	استخدم الأرقام في خزن بعض المعلومات					
18	اعبر بلغتي الخاصة عن الحقائق والمفاهيم التي ادرسها					
19	أصمم طرائق خاصة بي لحل المسائل					
20	اربط المعلومات التي اقرأها بالواقع كي يسهل عليَ فهمها وحفظها					
21	أقوم بتلوين المفاهيم والمصطلحات العلمية عند قرأتها					
22	أركز على حفظ قدر كبير من المعلومات كي أتعلم					
23	احتفظ بالمعلومات في ذاكرتي لاستخدامها في مواقف أخرى					
24	أقوم بدراسة الموضوعات الدراسية عدة مرات حتى استوعبها					
25	تزداد معرفتي من خلال تكرار قراءة الموضوعات					
26	أتأكد من صحة معلوماتي من خلال محاوراتي مع الآخرين					
27	أقوم بمراجعة المعلومات في فترات متقاربة					
28	لديَ القدرة على عرض أفكاري بشكل متكامل للآخرين					
29	أراجع دروسي بشكل منظم					
30	ارتب ما ادرسه حسب الأولوية والأهمية					
31	اربط بين الخبرات القديمة والخبرات الجديدة					
32	اعمل على تركيب المفاهيم في ذهني قبل البدء بالبرنامج					
33	استطيع الربط بين ما هو نظري وعملي في السيطرة على المواد الدراسية					
34	أقوم بحفظ ما اقرأ بنفس الترتيب الذي جاء في الكتاب					

35	انظم مكان ووقت مذاكرتي للمواد الدراسية					
36	استطيع استحضار متطلبات الإجابة عن كل سؤال					

Mindfulness and its relationship to information processing among female students of the Faculties of Tarmiyah and Girls Education at the Iraqi University

Afrah Iibrahim Saeid Salih
University of Iraqia – college of Education for Women
Afrah.saeed@alraqia.edu.iq Email

Abstract:

The current research aimed to identify the level of mental alertness and information processing, and the statistically significant differences according to the variables of specialization (scientific - humanitarian) and the study stage (first - fourth) and in both variables. The Iraqi University, as for the two research tools, the researcher built a scale to measure mental alertness and adopted a scale (Mohammed, 2014) to measure information processing, and

the validity and reliability of both scales were verified, and after processing the data statistically using the Statistical Package Program (SPSS), the following results showed: The female students of the Tarmiyah and Girls' Education faculties at the Iraqi University had an appropriate level in both variables (mental alertness and information processing).

-There are no statistically significant differences between the scientific and humanitarian specialization and the school stage in both variables (mental alertness and information processing). There is a positive correlation between vigilance and information processing .In light of the research results, the researcher formulated a number of recommendations and suggestion