اليقظة العقلية المنبئة بالتأزر الابداعي لدى مدرسات المرحلة الاعدادية

م.د امنة منصور حسّين الصافي

Aminaalsafi!@gmail.com

07707117075

مديرية تربية بابل

ملخص البحث

يهدف البحث التعرف على اليقظة العقلية والتأزر الابداعي لدى مدرسات المرحلة الاعداديّة والدلالة الاحصائية للعلاقة الارتباطية بين اليقظة العقلية والتأزر الابداعي لدى مدرسات المرحلة الاعداديّة ومن اجل تحقيق هذه الاهداف قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية من مدرسات المرحلة الاعدادية في العام الدراسي (2025/2024) من ست مدارس في مركز محافظة بابل كان قوامها (120) مدرسة وتم تطبيق أدوات البحث بعد استخراج قيم الصدق والثبات لها توصلت الباحثة الى مجموعة من النتائج وفي ضوء ما توصلت اليه وضعت عدة توصيات ومقترحات .

الكلمات المفتاحية: اليقظة العقلية، التأزر الابداعي، مدرسات المرحلة الاعداديّة.

Mindfulness predicts creative synergy among middle school teachers

Dr. Amina Mansour Hussein Al-Safi

Abstract

The research aims to identify mental Mindfulness and creative synergy among middle school teachers and the statistical significance of the correlation between Mindfulness and creative synergy among middle school teachers. In order to achieve these goals, the researcher selected a random sample of middle school teachers in the academic year (2024/2025) from six schools in the center of Babil Governorate, which consisted of (120) schools. The research tools were applied after

extracting the values of validity and reliability for them and reaching a set of results. In light of the conclusions she reached, the researcher made several recommendations and proposals.

Keywords: Mindfulness , creative synergy, middle school teachers.

مشكلة البحث

تتحمل مدرسات المرحلة الاعدادية مسؤولية كبيرة وضغوط دراسية واجتماعية اذ يتوجب عليهن أن يتحلين بوعيٍ عميق وإدراكٍ شامل لما يجري داخل غرفة الصف، مما يمكنهن من التعاطي مع مختلف المواقف والتحديات التي قد تطرأ، سيما وانهن يتعاملن مع طالبات في مرحلة عمرية حرجة وان التصرف بدون يقظة وانخفاض في قدرتهن على توسيع آفاقهن الذهنية ومعالجة المواقف المختلفة التي قد يواجهنها في مسيرتهن التعليمية قد يؤدي الى مشكلات تنعكس على واقعهن التعليمي فعندما تفتقر المدرسات إلى اليقظة، فإنهن يجدن أنفسهن غالبًا غير قادرات على تبني معالجة معرفية مرنة، الأمر الذي يفضي بهن إلى عدم اتخاذ القرارات السليمة التي تتطلب مرونة عقلية وقدرة كبيرة على التعامل بذكاء مع الأزمات ، كما ان نقص التازر بين كادر المدرسات في المدرسة يؤدي الى ضعف الاداء التعليمي وعدم تقديم الحلول الابداعية للمشكلات التي تعترض خط سير الحياة الدراسية اذ قد تنشأ التحديات والحواجز بين المدرسات التي يمكن أن تعوق التواصل الفعّال، مثل الاختلافات الثقافية، أو الطرق المتباينة في التفكير، وبالتالي، تخلق مشكلة معقدة تكمن في كيفية استثمار هذا التنوع الفريد من نوعه بما يؤدي إلى خلق بيئة عمل تعاونية وملهمة، تمكّن الأفراد من التعبير عن آرائهم ووجهات نظرهم بحرية، وتساهم في تنسيق الجهود نحو تحقيق أهداف مشتركة تستلزم فهماً عميقاً لكيفية تحسين آليات التواصل وتعزيز الاحترام المتبادل بين أعضاء المدرسة، مما يُثمر في النهاية عن نتائج إيجابية تعود بالنفع على جميع الكادر المدرسي، وقد يكون تحقيق التآزر الإبداعي أحد التحديات الجسيمة التي تواجه المدرسات في البيئات المدرسية اذ يتطلب هذا النوع من التعاون توافر مجموعة من العناصر الأساسية، من بينها التواصل الفعّال والاحترام المتبادل بين الاعضاء وحينما يكون أعضاء المجموعة غير

متوافقين، أو يفتقرون إلى الثقة التي تعزز من التفاعل الإيجابي، يمكن أن يواجهوا صعوبة كبيرة في الوصول إلى نتائج مثمرة وتحقيق الاداء المدرسي الامثل وقد لخصت الباحثة رؤيتها لمشكلة البحث بالتساؤل الاتي: ما نوع العلاقة وطبيعتها بين اليقظة العقلية والتأزر الابداعي لدى مدرسات المرحلة الاعدادية؟

اهمية البحث

تعد اليقظة العقلية من المفاهيم الأساسية التي تساهم في تعزيز الكفاءة التعليمية، خاصةً لدى مدرسات المرحلة الإعدادية، حيث تكتسب أهمية بالغة في تطوير الأداء التدريسي وتحسين التفاعل مع الطلبة (نوري، 2012: 540) فهي تعني قدرة المدرسات على الانتباه الكامل للحظة الراهنة، واستيعاب مشاعرهن وأفكارهن وتوجهاتهن النفسية، مما يسهم في خلق بيئة تعليمية إيجابية تستند إلى الفهم العميق لمتطلبات الطلبة وتحدياتهم(السندي، 2010: 14) اذ من خلال ممارسة اليقظة العقلية، تتمكن المدرسات من تعزيز مهارات التركيز والتفاعل الاجتماعي، فتُصبح قادرات على إدارة الضغوط النفسية التي قد تطرأ خلال اليوم الدراسي، بما يسهل استجاباتهن تجاه المواقف المختلفة (Flook et al.,2013:11) وقد توصلت دراسة فليفر (2015) Felver الى ان اليقظة العقلية تُعزز من قُدرتهن على اتخاذ قرارات أكثر حكمة وصواباً، حيث يساهم ذلك في تحسين جودة التعليم وتفعيل الاستراتيجيات التعليمية الحديثة علاوة على ذلك، تلعب دوراً حيوياً في تعزيز العلاقات الإنسانية بين المدرسات والطلبة، مما يُسهم في خلق أجواء تعاونية تدفع الطلبة إلى الالتزام والمشاركة بشكل فعّال في عملية التعلم وبالتالي، يُمكن القول إن اعتماد المدرسات على تقنيات اليقظة العقلية ليس مجرد خيار وإنما ضرورة ملحة لضمان تحقيق نتائج تعليمية متميزة ترفع من مستوى الأداء الأكاديمي في المرحلة الإعدادية(Felver,2015:288)

ويرى ديفيز وهايز (2011) Davis & Hayes ان اليقظة العقلية أداة فعالة لتعزيز الوعي الذاتي وفتح آفاق جديدة للفرد في كيفية التعامل مع مشاعر القلق والتوتر، إذ تساعد الأفراد على إدراك أن مشاعر القلق ليست سوى أفكار عابرة ولا تمثل واقعاً مجسداً يتوجب الهروب منه، بل هي

تجارب ذهنية يمكن تأطيرها وإعادة تقييمها، ومن خلال توجيه الانتباه إلى عناصر حياتية بسيطة مثل التنفس والمشي، يتسنى للفرد تحويل تركيزه نحو جوانب إيجابية ومحفزة، مما يسهم في بناء إطار ذهني أكثر إيجابية ووعي. علاوة على ذلك، فإن تطبيق منهجيات اليقظة العقلية يتطلب من المشاركين أن يتعلموا كيفية استكشاف الأشياء من زوايا متعددة وضمن سياقات جديدة، مما يعزز من قدرتهم على التعلم والإبداع (Davis & Hayes,2011:196) حيث يساهم هذا التوجه في تنمية مهارات التفكير النقدي وزيادة الانفتاح الذهني، الأمر الذي يعكس تأثيراً جوهرياً على جودة حياة الفرد وسعيه نحو تحقيق التوازن النفسي والعاطفي(Gage,2003:47)

في ظل البيئة التعليمية المتشابكة والمتطورة بصورة متسارعة، يتبوأ التآزر الإبداعي مكانة بارزة كمحرك رئيسي للابتكار وكيان حيوي لتحقيق الميزة التنافسية، حيث يلعب دورًا محوريًا في استغلال الطاقات المتنوعة والتوجهات الفريدة لأعضاء الفريق، مما يعزز من قدراتهم على التفكير النقدي وحل المشكلات (Joo et al.,2014:78) إن دراسة كيفية تسخير هذا التآزر الإبداعي للمجموعات يمكن أن يفضي إلى اكتشاف آليات جديدة وفعالة لخلق القيمة وتحقيق التميّز في ظل الظروف التسويقية المتغيرة (Climer,2016:114) اذ تقوم المنظمات التي تنجح في استثمار هذه الديناميكيات على تطوير استراتيجيات متميزة تعكس ميول الأعضاء وقدراتهم الإبداعية، مما يسهل من عملية الابتكار ويعزز من فرصها في إحراز تفوق فعّال على المنافسين (Kurtzberg & Amabile,2001:301)

كما يوضح بوجندورهل (2017) Bjorndahl إن التآزر الإبداعي يُعد من العناصر الأساسية التي تسهم بشكلٍ ملحوظٍ في تعزيز الرفاهية العامة، حيث يساهم في زيادة مُعدلات الرضا الوظيفي وتحسين جودة الحياة لدى الافراد، مما يُعزّز بدوره من إنتاجيتهم عن طريق توفير بيئة عمل مُحَفِّزة ومُشبِعة، لتحقيق تفاعلٍ مُثمر بين أفرادها، مما يُفضي إلى الابتكار والتجديد في آليات العمل وأساليب الأداء(Bjørndahl,2017:65)

يُعَدُّ التآزر الإبداعي نموذجًا ذهنيًا فريدًا يُساهِم بفاعليَّة في توجيه الأفراد نحو تحديد الأهداف والرؤى التي يسعون لتحقيقها في مجالات متعددة، حيث يتيح هذا النمط من التفكير للأفراد

استثمار قدراتهم الإبداعية وتعزيز التفاعل بينهم بطرق فريدة ومبتكرة (Hughes,2009:14) يتجلى التآزر الإبداعي في القدرة على دمج الأفكار المختلفة وتوليد حلول جديدة لمشكلات معقدة، مما يُسهم في بناء رؤية واضحة لتوجهاتهم المستقبلية (Taggar,2001:266)وبالتالي، يصبح التآزر الإبداعي أداة فعالة في صياغة استراتيجيات ناجحة، حيث يزوِّد الأفراد بالقدرة على استكشاف إمكانيات جديدة، ويعزز من روح التعاون والتفاعل الإيجابي في السياقات الاجتماعية والمهنية. من خلال فهمه واستخدامه، يستطيع الأفراد أن يحددوا بدقة الاتجاه الذي يرغبون في السير فيه، مما يسهل عليهم عملية صنع القرار ويعزز من فرص نجاحهم في تحقيق تطلعاتهم وأهدافهم(Hong,2009:6)

اهداف البحث

يستهدف البحث الحالي التعرف على:

1. اليقظة العقلية لدى مدرسات المرحلة الاعدادية.
2. التازر الابداعي لدى مدرسات المرحلة الاعدادية.
3. الدلالة الاحصائية للعلاقة الارتباطية بين اليقظة العقلية والتأزر الابداعي لدى مدرسات المرحلة الاعدادية.
4. اسهام اليقظة العقلية في التأزر الابداعي لدى مدرسات المرحلة الاعدادية.

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بمدرسات المرحلة الاعدادية في محافظة بابل / مركز المحافظة للعام الدراسي(2024/2025)

تحديد المصطلحات

اولا: اليقظة العقلية Mindfulness عرفها بروان وريان :(Brown & Ryan, 2003) حالة يتسم فيها الفرد بالانتباه والوعي الكامل لما يحيط به في اللحظة الراهنة دون تشتت أو انحراف نحو الأفكار الماضية أو المخاوف المستقبلية وتعزيز الإدراك والتفكير الموضوعي، مما ينعكس إيجاباً على الصحة النفسية والقدرة على إدارة الضغوط (Brown & Ryan, 2003: 822)

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس اليقظة العقلية المستخدم في هذا البحث.

ثانيا : التأزر الابداعي Creative Synergy مجموع التفاعلات بين اعضاء الفريق اذ تنعكس بشكل نتائج خلاقة جماعية اكبر من جهودهم الفردية في اطار متغيرات العملية الداخلية (Climer, 2016: 15).

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس التأزر الابداعي المستخدم في هذا البحث.

الاطار النظري

اولا: اليقظة العقلية

لقد أصبحت اليقظة العقلية، التي تمثل عملية تركيز الانتباه بشكل واعٍ على اللحظة الراهنة مع قبول كافة المشاعر والأفكار دون إصدار أحكام عليها، مرتبطة ارتباطًا وثيقًا بالفلسفة، حيث اعتبرت نهجًا جوهريًا يسهم في تأمل الإنسان في ذاته والعالم من حوله، مما يعزز من شعوره بالهدوء والاستقرار النفسي (Malinowski,2008:158) ومن الجدير بالذكر أن جذور هذه الممارسة تعود إلى حوالي ألفي عام، إذ تُعد جزءًا أساسيًا من تدريب العقل في ممارسة اليوغا، وقد تم توثيق تفاصيلها في العديد من النصوص القديمة، مما يُظهر عمق أصولها وأهميتها التاريخية. وفي السنوات الأخيرة، أثبتت اليقظة العقلية فعاليتها في جوانب متعددة من الحياة، بدءًا من التعليم واكتساب المهارات الفنية، وصولًا إلى مجالات الطب والعلوم، حيث أظهرت الأبحاث فوائد جمة تتعلق بتحسين الصحة النفسية والتخفيف من حدة الضغوط النفسية. وقد دفع هذا النجاح الكبير العديد من الأفراد إلى تبني هذه الممارسة في حياتهم اليومية، سعيًا نحو تحقيق توازن نفسي والتمتع بحياة أفضل، وذلك في ظل الأوضاع الاجتماعية والنفسية المتغيرة التي يشهدها العالم اليوم(Kabat-Zinn,2011:47)

تعود جذور مصطلح "اليقظة" إلى الكلمة السنسكريتية "ساتي (Saty) "التي تعني الوعي أو الانتباه، حيث يُستعمل هذا المصطلح للإشارة إلى حالة من الوعي النفسي المتزامن وتعزيز الوعي

بالذات وأسلوب معالجة المعلومات (Shapiro,2009:11)تُعتبر اليقظة العقلية "وعي لحظة بلحظة" أو حالة من الحرية النفسية والاستقلال التي تتحقق عندما يبقى الانتباه مرنًا وغير مرتبط بأي نقطة ثابتة (Davis & Hayes,2011:201) هذه الحالة تمثل وعيًا متميزًا يختلف عن مختلف أنماط ووسائط المعالجة العقلية للدوافع والانفعالات، مما يمكّن الأفراد من العمل بفاعلية عن طريق إدراك المحفزات الحسية والإدراكية ومراقبة بيئتهم الداخلية والخارجية باستمرار (Brown & Ryan, 2003: 822)يشمل مفهوم اليقظة العقلية الوعي المتعمد للحظة الراهنة، مع التفاعل بعقل منفتح وروح استكشافية (الدحادحه، 2016: 617)، وهي تُعتبر شكلًا من أشكال التأمل الذي يمارس في سياقات إنسانية متعددة (Anderson et al.,2007:477) تعمل اليقظة على خلق فئات جديدة وتسعى وراء وجهات نظر متعددة، بحيث يتم ملاحظة الأحداث الداخلية والخارجية بدلًا من اتباع منهج معرفي محدد تجاه المحفزات الخارجية (Brown & Ryan, 2003: 824)وقد اهتمت "لانجر" بدراسة الفروق بين الأفراد اليقظين وغير اليقظين منذ عام (1974)، حيث أكدت على خصائص اليقظة العقلية (Langer & Moldoveanu,2000:1)ويمكن تلخيص اليقظة العقلية في جانبين رئيسيين هما اولا، الحفاظ على التجربة الحالية، وثانيا، الوعي وقبول الخبرات في اللحظة الراهنة (Flook et al.,2013:13)

ابعاد اليقظة العقلية

تسلط الدراسات التي تناولت اليقظة العقلية الضوء على مفهوم الذي يعكس بعداً عميقاً في دراسة القدرات العقلية البشرية، حيث يتألف هذا المفهوم من أربعة أبعاد رئيسية تؤثر على كيفية تفكير الفرد وتفاعله مع محيطه. يتمثل البعد الأول، وهو التمييز اليقظ ويتمثل في قدرة الفرد على إدراك الفروقات بين الأفكار والمفاهيم، مما يعزز من إبداعه وجهوده في ابتكار أفكار جديدة. من جهة أخرى، يتناول البعد الثاني، بالانفتاح على الجديد شعور الفرد ورؤيته تجاه التحفيزات الجديدة. فالأفراد الذين يمتلكون هذه السمة يتمتعون بفضول كبير يدفعهم لاستكشاف أفكار جديدة، مع الأخذ في الاعتبار العواقب المحتملة لخياراتهم، مما يضمن اتخاذ قرارات مدروسة تعكس حالة من

اليقظة والتقييم الدقيق. أما البعد الثالث، وهو التوجه نحو الحاضر فهو يسلط الضوء على مدى تركيز الأفراد على الأحداث الحالية وتفاعلهم مع السياقات التي يعيشون فيها، مما يمكنهم من استثمار المعلومات الحديثة وتطبيقها في سياقات مناسبة. وأخيراً، يأتي البعد الرابع من المفهوم الوعي بوجهات النظر المتعددة ليعزز من قدرة الفرد على التفكير بشكل شامل ومتنوع، حيث يتطلب من الأفراد النظر إلى المواقف من زوايا متعددة لتقييميها والاستفادة من مختلف الآراء والاختيارات، ما يمكّنهم في النهاية من التوصل إلى حلول أفضل وأكثر إبداعاً لمشكلات الحياة اليومية (Langer & Moldoveanu,2000:3) إن فهم هذه الأبعاد الأربعة لليقظة العقلية يمكن أن يسهم بعمق في تطوير مهارات التفكير النقدي والاستجابة الفعالة لمتغيرات الحياة، مما يعكس أهمية هذا المفهوم في تعزيز قدرات الأفراد على التكيف مع عالم سريع

التغير (Felver,2015:286)

النظرية المفسرة لليقظة العقلية

قدم لانجر (Langer, 1989) مفهومًا شاملاً للسلوك اليقظ المتجسد في خمسة أشكال رئيسية للتفاعل مع البيئة والعالم المحيط. أولاً، يتناول البحث في تكوين فئات جديدة وتحديث الفئات القديمة، حيث يتضح أن الأفراد الذين يفتقرون إلى اليقظة يعتمدون بشكل متكرر على الفئات المعهودة، مما يحد من قدراتهم على الابتكار والتكيف. على النقيض، فإن قدرة الفرد على إعادة تصنيف الفئات التي ينتمي إليها – سواء كانت تتعلق بالأشخاص أو الأدوات – تعتبر دلالة قوية على مدى يقظته، إذ توفر له خيارات أكثر اتساعًا وأداءً محسنًا (السندي،2010: 14) ثانيًا، يتعلق الأمر بتعديل السلوك التلقائي، حيث يمكن للنظر إلى الأساليب السلوكية المعتادة من منظور جديد أن يكشف عن إمكانيات تحسين كبيرة، الأمر الذي يشكل تحديًا معقدًا نظرًا لصعوبة تذكر تفاصيل السلوكيات التي تتسم بالتلقائية. في هذا السياق، يُظهر الافراد الذين يساعدون الاخرين في التعرف على الأنماط السلوكية التلقائية التي تعيق تقدّمهم، قدرةً أكبر على تعزيز اليقظة لديهم (Kabat–Zinn,2009:23) ثالثًا، تكمن أهمية الأخذ بوجهات النظر الجديدة في تجاوز الأراء المبنية على الانطباعات الأولية، وهذا ما تصفه لانجر بـ "الالتزامات الإدراكية غير

الناضجة"، مما يتطلب من الأفراد التحلي بالمرونة الفكرية واستعدادهم لتقبل المعلومات الجديدة (Brown & Ryan, 2003: 825)رابعًا، يُعتبر التركيز على العملية بدلاً من النتيجة منهجًا محوريًا؛ إذ يتطلب من الأفراد التفكير في الخطوات اللازمة لتحقيق الهدف بدلاً من الانشغال بالنتيجة النهائية. هذه الرؤية تساهم في تعزيز الوعي بمدى أهمية كل مرحلة في العملية، مما يسمح بالتغييرات الملائمة لتحقيق نتائج أفضل (Davis & Hayes,2011:202)أخيرًا، يُبرز مفهوم السماح بالشك أهمية الفحص النقدي، حيث أن الأفراد اليقظين يرون العالم كمكان متغير ولا يقبلون المعلومات على عواهنها، بل يسعون لفهمها بصورة أعمق اذ لا يكتفي هؤلاء بالإجابات السطحية على الأسئلة المعقدة، كما أن الرغبة في استيعاب الشك قد تنبع جزئيًا من الصفات الشخصية، ولكن بالإمكان تعزيزها في شتى الأفراد من خلال تعريضهم لتجارب تعزز من مهاراتهم في التفكير النقدي والنظر إلى الواقع بطريقة أكثر عمقاً(Felver,2015:287)

ثانيا: التأزر الابداعي

في ظل هذه الأيام التي يشهد فيها العالم تغيرات جذرية نتيجة للتقدم التقني المذهل الذي يؤثر بشكل جذري في بنية حياة الإنسان وفي أنماطها المتعددة، تبرز الحاجة الملحة لتوليد كميات هائلة من الأفكار الجديدة والحلول الإبداعية، التي تزداد أهميتها بشكل مطرد يومًا بعد آخر (Taggar,2001:266)إن هذا التحول التكنولوجي لا يقتصر فقط على إدخال أدوات جديدة في حياتنا اليومية، بل يمتد ليشمل تعزيز المعرفة الإنسانية وتوظيفها في إطار من التآزر الإبداعي، مما يتطلب منا مواجهة العديد من التحديات، أبرزها القدرة على إدارة هذا الكم الهائل من المعلومات المتزايدة وتوظيفها بكفاءة وفاعلية عالية (Hughes,2009:15) في قلب هذه التحولات السريعة، التي أصبحت سمات بارزة للحياة المعاصرة، نجد ميدان التربية والتعليم ومؤسساته المختلفة، التي تتطلب منها القيام بدورها الأساسي في بناء الفرد وفق منظور تربوي شامل. إن الهدف من ذلك يتجاوز مجرد نقل المعلومات والمعارف إلى تعزيز النمو السوي المتوازن للطالب، وذلك عبر تحرير طاقاته الإبداعية وتمكينه من مواجهة مشكلات الحياة بطرق

مبتكرة وآمنة، مما يسهم في تهيئته ليكون عنصرًا فعّالًا يسهم في تطور المجتمع ككل (Joo et al.,2014:77)

العوامل المؤثرة على التأزر الابداعي

تعتبر المتغيرات التي تؤثر على التآزر الإبداعي موضوعًا ذا أهمية كبيرة في فهم كيفية تحقيق الإنجازات الإبداعية المعقدة، حيث حدد عالم النفس هانز إيزنك ثلاث مجموعات رئيسية من المتغيرات التي تلعب دورًا حاسمًا في هذا السياق التي تتضمن :

- المجموعة الأولى المتغيرات المعرفية، التي تشمل عناصر أساسية مثل مستوى الذكاء والمعرفة المتراكمة والمهارات الخاصة والفنية، وهي جوانب تسهم في تشكيل القدرة على التفكير النقدي والإبداعي .
- المجموعة الثانية فهي المتغيرات البيئية، التي تعكس تأثير العوامل الثقافية والدينية والسياسية، إضافة إلى العوامل الاقتصادية والاجتماعية والتربوية، حيث تؤثر هذه العوامل بشكل كبير على المناخ الذي ينمو فيه الإبداع ويزدهر.
- المجموعة الثالثة بالمتغيرات الشخصية، التي تشمل الدافعية الداخلية والثقة بالنفس والاستقلالية، وجميعها عناصر ضرورية لتعزيز سمة الإبداع كعامل فردي. وقد أشار إيزنك بوضوح إلى أن هذه المجموعات من المتغيرات يمكن أن تتداخل وتتفاعل بصورة معقدة، مما يؤدي إلى نتائج إبداعية متفوقة، وهو ما يظهر من خلال التمييز بين الإبداع كنتيجة وخلاصة لعملية التآزر الإبداعي وبين الإبداع كصفة شخصية.(Climer,2016:117)

إذ إن الإبداع كصفة هو مجرد عنصر واحد من بين العديد من العناصر المساهمة في تحقيق النتائج الإبداعية، كما أن سمة الإبداع تتوزع وفق منحنى التوزيع الطبيعي للسمات، مثلها مثل الذكاء، حيث يتطلب كلاهما وجود شروط معينة للتحقق، إلا أن أي منهما لا يعد كافيًا في حد ذاته لتحقيق الإنجازات الإبداعية.(Kurtzberg & Amabile, 2001:254)

النظرية المفسرة للتأزر الابداعي

تعد نظرية أوزبورن (1963) واحدة من الركائز الأساسية في مجال التفكير الإبداعي وأساليب حل المشكلات، حيث أسهمت بشكل ملحوظ في تطوير منهجيات تستهدف تعزيز الابتكار والإبداع في بيئات الأعمال، وبالأخص في قطاع الإعلانات التجارية بمدينة نيويورك. من خلال تأسيسه لمؤسسة التربية الإبداعية، عمل أوزبورن على تسهيل نشر الأبحاث والدراسات المتعلقة بالبرامج التعليمية المخصصة لتعليم التفكير الإبداعي، مما أتاح مجالاً رحباً لاستكشاف الاستراتيجيات التي تعزز من الإمكانات الإبداعية للأفراد(Hughes,2009:81)وقد توصل أوزبورن إلى أن عملية التآزر الإبداعي تتألف من ثلاث مراحل رئيسة، تحتوي كل منها على مرحلتين فرعيتين. المرحلة الأولى، وهي مرحلة "إيجاد الحقائق"، تركز على تعريف المشكلة بشكل دقيق بعد التأكد من وجودها، وجمع البيانات الضرورية ذات الصلة وتحليلها بشكل شامل. المرحلة الثانية، المعروفة بمرحلة "إيجاد الأفكار"، تهدف إلى توليد مجموعة من الأفكار أو البدائل التي يمكن أن تسهم في حل المشكلة المطروحة، تليها عملية تطوير هذه الأفكار عن طريق اختبار بعضها وإدخال تعديلات، بالإضافة إلى دمج الأفكار الجديدة. وأخيرًا، تأتي المرحلة الثالثة، "إيجاد الحل"، والتي تشمل تقييم الحلول الأولية من خلال الفحص والاختبارات، ليتم بعدها اختيار الحل النهائي المتناسب مع المعطيات واتخاذ القرار النهائي بتنفيذه. تعد هذه المنهجية الشاملة والأدوات المصاحبة لها خطوة مهمة نحو تحقيق نتائج إبداعية فعالة في مواجهة التحديات المعاصرة.(Climer,2016:118-119)

منهج البَحث والإجراءات

اولا: منهج البحث: اعتمد البحث المنهج الوصفي الارتباطي الذي يهدف إلى استكشاف وتحليل العلاقات القائمة بين متغيرين أو أكثر، حيث يتم من خلال هذا المنهج دراسة الظواهر المختلفة بطريقة دقيقة وممنهجة، مما يمكّن الباحث من تحديد ما إذا كانت ثمة علاقة ذات دلالة إحصائية بين هذه المتغيرات، بالإضافة إلى قياس درجة تلك العلاقة وتفسيرها(العساف ، 2005: 32).

ثانيا: مجتمع البَحث: تمثل مجموعة الأفراد أو العناصر التي تتشارك في صفة مشتركة واحدة أو أكثر حيث يتألف مجتمع البَحث الحالي من مدرسات المرحلة الإعدادية في مركز محافظة بابل للعام الدراسي (2025/2024) في قضاء الحلة.

ثالثا: عينة البَحث: وهي جزء من مجتمع البحث يتم اختياره بطريقة منهجية أو عشوائية لتمثيل مجتمع البحث، من اجل تعميم النتائج على باقي المجتمع اذ اختارت الباحثة (120) مدرسة من مدرسات المرحلة الاعدادية توزعن على ست مدارس اعدادية في مركز محافظة بابل .

رابعا: أدوات البَحث

أولا: أداة قياس اليقظة العقلية : بعد مراجعة الباحثة للعديد من المقاييس ذات الصلة، تبنت الباحثة مقياس Bohlmeijer& Klooster (2011) تألفت الأداة من (24) فقرة صُممت بأسلوب التقرير الذاتي، مع توفير أربعة بدائل للإجابة (تنطبق علي جداً، تنطبق علي، لا تنطبق علي، لا تنطبق علي جداً) بتدرج قياس (4–3–2–1) على التوالي قامت الباحثة بمهمة ترجمة فقرات المقياس مع الحرص البالغ على الالتزام بالشروط والمعايير التي تضمن جودة الترجمة ودقتها. وقد تم استخدام مجموعة من الإجراءات المتخصصة للتأكد من صدق الترجمة، حيث عملت الباحثة على مراجعة النصوص والتأكد من مطابقتها للسياق العلمي واللغوي المطلوب. إلى جانب ذلك، قامت بإعداد تعليمات شاملة توضح كيفية الإجابة عن فقرات المقياس، حيث تم مراعاة تكييف هذه التعليمات مع خصائص العينة المستهدفة، مع التركيز على وضوح المحتوى وسهولة الفهم. وتضمنت التعليمات مثالاً توضيحيًا يساهم في تفسير الطريقة الصحيحة للإجابة، وهو ما يعكس الجهود المبذولة لتيسير العملية للمشاركين. كما دعت الباحثة المشاركين للإجابة عن جميع فقرات المقياس بصراحة وشفافية، مؤكدةً أن إجاباتهم ستكون سرية ولن يطلع عليها سواها.

1– التحليل المنطقي لأدوات البَحث تم عرض فقرات الأدوات على عشرة محكمين متخصصين في مجالات العلوم التربوية والنفسية، حيث تم ذلك بهدف تقييم وضوح المعنى ومدى مطابقة الفقرات للسمة المراد قياسها. بالإضافة إلى ذلك، تم التركيز على مدى ملاءمة الأداة للفئات المستهدفة من عينة البحث، وكذلك فعالية بدائل الإجابة بناءً على مراجعة دقيقة وشاملة

لملاحظات المحكمين، أظهرت النتائج توافقاً ملحوظاً تراوحت نسبته بين 80% و100% فيما يتعلق بفقرات المقياس، مما يعكس الاستجابة الإيجابية لتوصيات المحكمين الذين قدموا بعض التعديلات اللغوية الطفيفة بهدف تحسين وضوح النص تجدر الإشارة إلى أن هذه الإجراءات الخاصة بالتحقق من الصدق الظاهري ستُتبع أيضاً مع باقي أدوات القياس المستخدمة في الدراسة لضمان جودة النتائج وصلاحيتها.

2- التحليل الإحصائي لفقرات اليقظة العقلية: استخدمت الباحثة في هذه الدراسة الموازنة الطرفية لتحديد القوة التمييزية للأداة التي قامت بتطبيقها على عينة تتكون من (120) مدرسة، وبعد إجراء التحليل الإحصائي ، الذي اعتمد على المقارنة بين القيم المحسوبة والقيم الجدولية، تبين أن القيمة t المحسوبة لمعظم فقرات الأداة كانت ذات دلالة إحصائية ، حيث بلغت قيمها اعلى من القيمة الجدولية والبالغة (1.972) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية بـ(64) اذ عدت جميع فقرات اداة القياس والبالغة (24) فقرة مميزة احصائيا.

3- الاتساق الداخلي: لاستخراج الاتساق الداخلي للمقياس استخدمت الباحثة اسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس عن طريق حساب معامل ارتباط بيرسون ووجد ان جميع الفقرات قد بلغت قيمتها اعلى من قيمة معامل ارتباط بيرسون الجدولية البالغة (0,195) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة الحرية (118) وكما في الجدول ادناه

جدول (2) قيم معامل الارتباط لعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	.6580	13	.3030
2	.6110	14	.2950
3	.6210	15	.6740
4	0،260	16	0،377
5	0،381	17	0،419
6	0،432	18	0،289

7	0،34	19	0،388
8	0،344	20	0،408
9	0،360	21	0،394
10	0،348	22	0،407
11	0،399	23	0،432
12	0،351	24	0،390

4- الخصائص القياسية للمقياس

أولاً: الصدق: وقد تم التحقق من انواع الصدق بالطرائق الاتية:

أ- الصدق المنطقي: تم التحقق من صحة هذا النوع من الصدق في المقياس عندما تم عرض بنوده على مجموعة من المحكمين في مجال العلوم التربوية والنفسية .

ب- صدق البناء: وقد تم التحقق منه عن طريق حساب القوة التمييزية والاتساق الداخلي بطريقة علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

ثانياً: الثبات: استخرجت الباحثة ثبات المقياس باستخدام طريقة معامل الفا كرونباخ للاتساق الداخلي، حيث اعتمدتا على درجات عينة التحليل الاحصائي في حساب الثبات. تم حساب قيمة معامل الثبات للمقياس والمُتوسط الحسابي والانحراف المعيّاري كما هو موضح في الجدول (5).

جدول (5) قيم معاملات الثبات والمُتوسط الحسابي والانحراف المعيّاري للمقياس

المقيّاس	المُتوسط الحسابي	الانحراف المعيّاري	قيمة معامل الفا كرونباخ
اليقظة العقلية	88.91	12.5	0.81

ثانيا : أداة قياس التازر الابداعي: قامت الباحثة بتبني مقياس كيلمر (Climer,2016) الذي يتألف من (29) فقرة متدرجة بخمس بدائل وللتحقق من صلاحية فقرات المقياس، قامت الباحثة بتقديم الأداة لمجموعة من المختصين في العلوم التربوية والنفسية، بلغ عددهم (10)، بهدف تقييم المقياس والحكم على وضوح بنوده وملائمته لعينة البحث، وما إذا كانت بدائل المقياس مناسبة.

وبعد جمع آراء المحكمين وتحليلها، قررت الباحثة الاحتفاظ بالبنود وتطبيقه على عينة البحث بعد حصولها على درجة اتفاق بلغت (86%) مع تعديل بعض الفقرات كما استخدمت الباحثة ذات العليمات في المقياس السابق الذكر.

1- التحليل الإحصائي لبنود مقياس التأزر الابداعي: تم استخراج القوة التمييزية بطريقة المجموعتين الطرفيتين ومقارنة قيمة t المحسوبة لكل فقرة بالقيمة الجدولية ووجد ان القيمة التائية المحسوبة لجميع البنود مميزة عند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (1,972) عند مستوي دلالة (0,05) ودرجة حرية (64) لذا عدت جميعها مميزه.

2- الاتساق الداخلي: استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون ووجد ان جميع البنود قد بلغت قيمتها اعلى من قيمة معامل ارتباط بيرسون الجدولية البالغة (0,195) عند مستوي الدلالة (0,05) ودرجة حرية (118) وكما موضح في الجدول ادناه

جدول (6) قيم معاملات الارتباط لعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط
1	0.278	11	0.237	21	0.620
2	0.564	12	0.570	22	0.625
3	0.399	13	0.609	23	0.585
4	0.376	14	0.631	24	0.551
5	0.447	15	0.586	25	0.557
6	0.455	16	0.579	26	0.555
7	0.385	17	0.569	27	0.535
8	0.524	18	0.549	28	0.564
9	0.447	19	0.601	29	0.597
10	0.311	20	0.433		

3- الخصائص السيكومترية للمقياس

أولاً: الصدق :

أ- الصدق الظاهري: وقد تحقق عندما عُرضت بنوده على مجموعة من المحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية .

ب- صدق البناء: وقد تم التحقق منه وذلك عن طريق حساب القوة التمييزية والاتساق الداخلي بأسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

ثانياً: الثبات: استخراج ثبات المقيّاس بطريقة معامل الفا كرونباخ للاتساق الداخلي، وكانت قيمة معامل الثبات للمقياس والمُتوسط الحسابي والانحراف المعيّاري كما موضح في الجدول ادناه.

جدول (7) قيم معاملات الثبات والمُتوسط الحسابي والانحراف المعيّاري للمقياس

المقيّاس	المُتوسط الحسابي	الانحراف المعيّاري	قيمة معامل الفا كرونباخ
التأزر الابداعي	118.07	19.897	0.87

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الهدف الأول: التعرف على اليقظة العقلية لدى مدرسات المرحلة الاعداديّة.

قامت الباحثة بقياس اليقظة العقلية لدى أفراد العينة وبعد عملية معالجة البيانات، وجدت ان متوسط درجاتهم اجابتهم على المقيّاس قد بلغ (88.91) وبانحراف معياري مقداره (12.5) ولغرض التعرف على الدلالة الإحصائية للفروق بين المُتوسط الحسابي والمُتوسط الفرضي استخدمت الباحثة اختبار (ت) لعينة واحدة. وكما هو موضح في الجدول ادناه.

جدول (8) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المُتوسط الحسابي والمُتوسط الفرضي لمقياس اليقظة العقلية

المُتوسط الحسابي	الانحراف المعيّاري	المُتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة الجدولية
88.91	12.5	72	14.81	1.972	0,05

يبين الجدول أعلاه أن قيمة (ت) المحسوبة تساوي (14.81)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الجدولية والتي تساوي (1.972) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (119). وهذا يعني أن مدرسات المرحلة الاعدادية يمتلكن اليقظة العقلية تُعدُّ اليقظة العقلية من الصفات الجوهرية التي ينبغي أن تتسم بها مدرسات المرحلة الإعدادية، حيث تعتبر هذه المرحلة من المراحل التعليمية الحرجة التي تشكل الأساس لتوجهات الطلبة المستقبلية وتطلعاتهم الأكاديمية. إنَّ حيازة المدرسات على هذه الميزة يمكّنهن من التعامل بفعالية مع التحديات التعليمية والنفسية التي قد يواجهها الطلبة، إذ يتيح لهن التعرف بسرعة على الحاجات الفردية لكل طالب وتحديد الطرق الفعّالة لدعمه، سواء من الناحية الأكاديمية أو الاجتماعية. علاوة على ذلك، تعزز اليقظة العقلية من قدرة المدرسات على رصد التغيرات السلوكية والدراسية للطلبة، مما يسهم في خلق بيئة تعليمية إيجابية ومحفزة، تُشجع على التعلم والنمو الشخصي. وبالتالي، فإنَّ هذه الميزة لا تُعتبر مجرد خاصية عقليّة، بل هي عنصر حيوي يعكس التزامهن بالتطوير المهني المستمر، وقدرتهن على الابتكار في أساليب التدريس، الأمر الذي يُسهم بلا شك في رفع مستوى العملية التعليمية بشكل عام.

الهدف الثاني: التعرف على التأزر الابداعي لدى مدرسات المرحلة الاعداديّة.

قامت الباحثة بقياس التازر الابداعي لدى أفراد العينة وبعد عملية معالجة البيانات، وجدت ان متوسط درجات اجابتهن على بنود المقيّاس بلغ (118.07) وبانحراف معياري مقداره (19.897) ولغرض التعرف على الدلالة الإحصائية للفروق الظاهرة بين المُتوسط الحسابي والمُتوسط الفرضي استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة. وكما هو موضح في الجدول ادناه.

جدول (9) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المُتوسط الحسابي والمُتوسط الفرضي لمقياس التازر الابداعي

المُتوسط الحسابي	الانحراف المعيّاري	المُتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة الجدولية
118.07	19.897	87	17.10	1.972	0,05

من الجدول أعلاه يظهر أن قيمة (ت) المحسوبة (17.10) أكبر من القيمة الجدولية (1.972) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (119)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح العينة اي ان مدرسات المرحلة الاعدادية يمتلكن تازر ابداعي يفسر ذلك وفق نظرية ازبورن تُعد المدرسات في المرحلة الإعدادية من العناصر الحيوية في العملية التعليمية، حيث يمتلكن تآزرًا إبداعيًا يجسدن من خلاله قدرة فائقة على تنويع أساليب التدريس وتطوير المناهج الدراسية بما يناسب احتياجات الطلبة المختلفة اذ إن هذا التآزر لا يقتصر على الجانب الأكاديمي فحسب، بل يمتد ليشمل تعزيز القيم والمهارات الحياتية التي تساهم في تشكيل شخصية الطالب وتوجيهه نحو التفوق الفكري والاجتماعي. من خلال استخدامهن لأدوات وأساليب مبتكرة، مثل التعلم القائم على المشروعات وتقنيات التعليم الحديثة، تستطيع المدرسات خلق بيئة تعليمية تفاعلية تشجع على التفكير النقدي وتعزز من قدرة الطلبة على التعبير عن أنفسهم بصورة فعالة. وبالتالي، فإن الإبداع الذي تمتاز به مدرّسات المرحلة الإعدادية لا يقتصر على الجانب الفني أو الإبداعي فحسب، بل يشمل أيضًا القدرة على بناء علاقات إنسانية قائمة على الفهم والدعم، مما يسهم في تحفيز الطلبة على تحقيق إنجازات تربوية ترفع من مستوى التعليم وتحقق الأهداف المنشودة .

الهدف الثالث: التعرف على الدلالة الاحصائية للعلاقة الارتباطية بين اليقظة العقلية والتازر الابداعي لدى مدرسات المرحلة الاعداديّة.

تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات العينة البالغة (120) مدرسة على اداتي القياس ولمعرفة دلالة معنوية معامل الارتباط تم تحويل قيمة معامل الارتباط إلى القيمة التائية المناظرة وكما موضح في الجدول.(10)

جدول (10) قيمة الاختبار التائي لاختبار دلالة معامل ارتباط بيرسون

العينة	قيمة معامل الارتباط المحسوب	القيمة التائية	مستوى الدلالة
			0,05
		المحسوبة	الجدولية

120 0,544 7.04 1,96 دالة

يتضح من الجدول (10) وجود علاقة ارتباطيه موجبة طردية دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية والتأزر الابداعي عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (118) حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة لمعامل الارتباط (7.04) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن اليقظة العقلية والتأزر الإبداعي من المفاهيم الأساسية التي تلعب دورًا محوريًا في تطوير المهارات التعليمية لدى المدرسات، لا سيما في المرحلة الإعدادية، حيث تمثل هذه الفترة الزمنية محطّة حاسمة في تشكيل الهوية الفكرية والتوجهات الإبداعية للطلبة. فاليقظة العقلية، التي تعني القدرة على الانتباه والتركيز وإدراك المساءل بعمق والتحليل النقدي للأفكار والمعلومات، تُسهم بشكل كبير في تعزيز التأزر الإبداعي، الذي يتطلب تجميع وتنظيم الأفكار بطرق جديدة وغير تقليدية لإيجاد حلول مبتكرة للتحديات التعليمية. وعليه، فإن العلاقة الارتباطية بين هذين المكونين تشكل دعامة قوية للابتكار في العملية التعليمية، حيث يُمكن للمدرسات استخدام مهاراتهن في اليقظة العقلية لتنشيط الإبداع في الفصول الدراسية، مما يعزز من تجربة التعلم ويُحفز الطلبة على التفكير النقدي والإبداعي. وتستدعي هذه الديناميكية أهمية البحث والدراسة لاستكشاف كيفية تعزيز هذه العلاقة ضمن استراتيجيات التدريس، مما يسهم في تحسين نتائج التعليم وتحقيق طفرة نوعية في الأداء الدراسي للطلبة .

الهدف الرابع: التعرف على اسهام اليقظة العقلية بالتازر الابداعي لدى مدرسات المرحلة الإعدادية.

لغرض التنبؤ بمتغير التازر الابداعي بدلالة متغير اليقظة العقلية استخدمت الباحثة تحليل الانحدار البسيط في نموذج يتضمن اليقظة العقلية كمتغير مستقل والتأزر الابداعي كمتغير تابع وجدول (11) يوضح ذلك.

الجدول (11) تحليل الانحدار البسيط لمعرفة القيمة التنبؤية

مصدر

التباين مجموع

	المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية	الدلالة
الانحدار	17525.798	1	17525.798	المحسوبة	الجدولية
					دالة
البواقي	7780.321	117	20.692	22.97	3.84
الكلي	25306.119	119			

من ملاحظة الجدول اعلاه يظهر ان هناك مؤشرات إحصائية إيجابية للمتغير المستقل بالمتغير التابع اذ بلغت القيمة الفائية لتحليل الانحدار المحسوبة للاندماج الدراسي (22.97) وهي أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3.84) وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0,05) ودرجتي حرية (1، 119) ولمعرفة نسبة مساهمة المتغير المستقل في المتغير التابع تم استخراج معامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد وكما مبين في الجدول.(12)

جدول (12) معامل الارتباط ومعامل التحديد ومربع معامل التحديد والخطأ المعياري للتقدير

معامل الارتباط	مربع معامل الارتباط	المعدل الخطأ المعياري للتقدير

4.548 0.087 0.295 0.544

يتبين من الجدول (12) أعلاه ان المتغير المستقل يمكن ان ينبئ بالمتغير التابع وذلك لان هنالك دلالة إحصائية في المتغير التابع اذ ان مربع معامل الارتباط المعدل بلغ (0.295) وهذا يعني ان نسبة تنبؤ المتغير المستقل في المتغير التابع يبلغ (29.3%) اما ما تبقى من النسبة يرجع الى متغيرات أخرى لم يشملها البحث.

اما للتعرف على الاسهام النسبي للمتغير المستقل في المتغيرات التابعة عن طريق ما تعكسه معاملات الانحدار في معادلة التنبؤ في صيغة الدرجات الخام (B) وما يقابلها من قيم معيارية تعكسها قيم (Beta) للإسهام النسبي والخطأ المعياري للاختبار التائي لهذه القيم وكما موضح في الجدول (13)

جدول (13) القيمة التنبؤية للاندماج الدراسي بدافعية الاتقان

المتغيرات المعاملات اللامعياريةمعامل(Beta)

المعياري القيمة التائية عند مستوى الدلالة

0,05

قيم (B) للإسهام النسبي الخطأ المعياري المحسوبة الجدولية

الحد الثابت 5.78 3.115 0.544 3.78 1,96 دالة

اليقظة العقلية 4.57 0.054 18.32 دالة

تشير النتيجة الى ان قيمة معامل الانحدار (B) للإسهام النسبي قد بلغت (3.78) للمتغير المستقل وهي دالة عند مستوى دلالة (0,05 (حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (3.78) و(18.32) على التوالي وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (1,96) وهذا يشير الى وجود متغيرات أخرى لها علاقة بالمتغير التابع لم يشملها البحث غير المتغير المستقل وكان مقدار الاسهام المعياري لقيمة (Beta) لمتغير اليقظة العقلية (0.544) أي ان (54.4%) من التباين المفسر في درجات المتغير التابع تعود الى المتغير المستقل بمعزل عن تأثير المتغيرات الأخرى

ولم تجد الباحثة أي دراسة توصلت الى ذات النتائج التي توصل اليها الباحثة وترى الباحثة تشير الدراسات النفسية والتربوية الحديثة إلى أن اليقظة العقلية تمثل أحد المحددات الأساسية التي يمكن أن تتنبأ بمدى التأزر الإبداعي لدى مدرسات المرحلة الإعدادية، حيث تعبر اليقظة العقلية عن القدرة على الانتباه الواعي والتركز في اللحظة الحالية، مما يسهم في تعزيز مهارات التفكير النقدي وتحفيز الخيال واستكشاف الأفكار الجديدة. في ظل التحديات التربوية التي تواجه المعلمات في هذا المستوى التعليمي، يعد تطوير اليقظة العقلية ضرورة حتمية، إذ تسهم تلك الملكة في تمكينهن من التفاعل بفعالية أكبر مع الطالبات، وخلق بيئة تعليمية محفزة تشجع على الابتكار والتعبير عن الذات. لذا، فإن التركيز على تقنيات اليقظة العقلية وتدريب المدرسات على ممارستها يمكن أن يؤدي إلى تحفيز إبداعهن، وبالتالي تحسين جودة التعليم المقدم، مما يسهم في بناء جيل قادر على التفكير النقدي وامتلاك أدوات المعرفة الحديثة كما إن المتطلبات المتزايدة للمهن التربوية تستلزم من المعلمات ليس فقط صقل مهاراتهن الأكاديمية، بل أيضاً تطوير الجانب النفسي والذهني لديهن، وهو ما يمكن تحقيقه من خلال عمليات تدريبية متكاملة تركز على تعزيز اليقظة العقلية كأداة أساسية لتحفيز الإبداع.

التوصيات

1- التركيز على تطوير المهارات العقلية من خلال الدورات التدريبية وورش العمل التي تركز على تمارين اليقظة العقلية التي تساعد هذه الأنشطة على تنمية الوعي الذاتي وتصفية الذهن.

2- تشجع المؤسسات التعليمية على تبني أساليب تعليمية تركز على التفكير النقدي، وتحليل المعلومات، وتقييم المواقف المختلفة بطريقة منطقية.

3- تشجيع على العمل الجماعي، حيث أن تجميع الأفكار المختلفة من عدة أفراد يمكن أن يؤدي إلى نتائج إبداعية مبهرة. يمكن تنظيم ورش عمل جماعية تكون محورها تشجيع المشاركين على مشاركة أفكارهم وتجاربهم.

4- العمل على توفير بيئات محفزة لصناعة تشجع على الإبداع، من خلال توفير مساحات مفتوحة، وتقديم المواد والأدوات اللازمة لتسهيل الابتكار. يمكن أن تساهم هذه البيئات في تحفيز الأفكار وتسهيل التعاون.

المُقترحات:

1. اجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين أساليب التنشئة الاجتماعيّة وعلاقتها بالتأزر الابداعي لدى عينات اخرى مثل طلبة المرحلة الاعدادية.
2. اجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين اليقظة العقلية والتحصيل الدراسي لدى طالبات المرحلة الاعدادية.

المصادر

- الدحاحة، باسم (2016): فاعليَّة التدريب على برنامج التأمُّل التجاوزيِّ في تحسين مستوى يقظة العقل لدى طالبات جامعة نزوى، مجلة دراسات العلوم التربوية، المجلّد (43) ، الملحق 1. الجامعة الأردنية، الاردن.
- السندي، سعد أنور بطرس (2010): اليقظة الذهنية وعلاقتها بالنزعة الاستهلاكية لدى موظفي الدولة، رسالة ماجستير غير منشورة ، طلية الاداب / جامعة بغداد، العراق.
- العساف، صالح بن حمد (1998): المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، مكتبة العبيكان، الكتاب الأول، ط1، الرياض، السعودية.
- نوري، اسماء طه (2012): اثر ابعاد اليقظة الذهنية في الابداع التنظيمي دراسة ميدانية في عدد من كليات جامعة بغداد، مجلة العلوم الاقتصادية والادارية، المجلد (18) العدد.(68)
- Anderson, Nicole D & Lau, Mark A& Segal, Zindel V& Bishop Scott R. (2007) .Mindfulness-Based Stress Reduction and Attention Control, Clin. Psychol. Psych other. 14, 449–463.

- Bjørndahl , J. S. (2017). Creative Synergies – On how ideas grow in interaction. Aarhus University, Ph.D. Dissertation Center for Semiotics Faculty of Arts Aarhus University
- Bohlmeijer, E., P. M. ten Klooster, et al. (2011). Psychometric properties of the five facet mindfulness questionnaire in depressed adults and development of a short form. Assessment 18(3): 308-320.
- Brown ,Kirk Warren, & Ryan, Richard M (2003) The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being, Journal of Personality and Social Psychology .
- Climer, Amy.E, (2016) .The Development of the Creative Synergy scale, Doctor of philosophy psychology, Antioch University . U.S.A.
- Davis, Daphne M. & Hayes, Jeffrey A. (2011) .What Are the Benefits of Mindfulness? A Practice Review of Psychotherapy-Related Research, Psychotherapy, Vol. 48, No. 2, 198–208, American Psychological Association.
- Felver, Joshua. (2015). Patricia A. Jennings: Mindfulness for Teachers: Simple Skills for Peace and Productivity in the Classroom. W. W. Norton, New York, NY, 2015, 288 pp. Mindfulness. 7. 10.1007/s12671-015-0470-z.
- Flook, L., Goldberg, S. B., Pinger, L., Bonus, K., & Davidson, R. J. (2013). Mindfulness for teachers: A pilot study to assess effects on stress, burnout and teaching efficacy. Mind, brain and education : the

official journal of the International Mind, Brain, and Education Society, 7(3), 10. https://doi.org/10.1111/mbe.12026

- Gage. Charles Quincey (2003) . The meaning and measure of school mindfulness: an exploratory analysis, PhD thesis , School of The Ohio State University, College of Education.
- Hong, K. (2009). Creative Synergies within a social context. World Design Congress 2009. Featured Article. https://hdl.handle.net
- Hughes, P. (2009). Education for All and TVET: The Creative Synergy. In: Fien, J., Maclean, R., Park, MG. (eds) Work, Learning and Sustainable Development. Technical and Vocational Education and Training: Issues, Concerns and Prospects, vol 8. Springer, Dordrecht. https://doi.org/10.1007/978-1-4020-8194-1_10
- Joo, B, Song, J.H, Lim, D.H. and Yoon, S.W(2014) .Team creativity: the effect of perceired learning culture developmental feedback and team cohesion. International journal of training and development, 16, (2) 77-91.
- Kabat-Zinn, Jon (2011) Mindfulness in plain , Wisdom Publications • Boston, United States of America.
- Kurtzberg, Terri & Amabile, Teresa. (2001). From Guilford to Creative Synergy: Opening the Black Box of Team-Level Creativity. Creativity Research Journal - CREATIVITY RES J. 13. 285-294.

- Langer, E. J. & Moldoveanu, M. (2000): The construct of mindfulness. Journal of Social Issues, Journal of Social Issues, Vol. 56, No. 1,
- Malinowski, Peter (2008).Mindfulness as psychological dimension: Concepts and applications, The Irish Journal of Psychology.2008 Vol. 29 No.1-2 pp.155-166
- Shapiro, Shauna L. (2009) . The Integration of Mindfulness and Psychology, Journal of Clinical Psychology, June 2009.3(5).
- Taggar, S. (2001). Group Composition, Creative Synergy, and Group Performance. The Journal of Creative Behavior, 35: 261-286. https://doi.org/10.1002/j.2162-6057.2001.tb01050.x