التجوال العقلي لدى طلبة الجامعة

م.م حميد جاسم سرحان القريشي

الجامعة الاسلامية في بابل

hmydjasmshbta@gmali.com

الملخص: يهدف البحث إلى تحديد مستوى التجوال العقلي لدى طلاب الجامعة الإسلامية / فرع بابل. ولتحقيق هذا الهدف، اعتمد الباحث مقياس (الفيل، 2019) وطبقه على عينة عشوائية مكونة من 200 طالب وطالبة من الجامعة الإسلامية / فرع بابل، تم اختيارهم بعد التحقق من الخصائص السيكومترية لبنود المقياس والتأكد من صلاحيتها. وخلص البحث إلى أن الطلاب يتمتعون بمستوى عالٍ من التجوال العقلي، ولا توجد فروق بينهم فيما يتعلق بمتغيري الجنس والتخصص. وفي ضوء هذه النتائج، قدم الباحث بعض التوصيات واقترح ما يراه مناسبًا.

الكلمات المفتاحية : التجوال، التجوال العقلي، طلبة الجامعة

Mental Wandering Among University Students

M.M. Hamid Jassim Sarhan Al-Quraishi،

Islamic University of Babylon

Abstract: This research aims to determine the level of mind wandering among students at the Islamic University/Babylon Branch. To achieve this objective, the researcher adopted the scale developed by Al-Feel (2019) and administered it to a random sample of 200 male and female students from the Islamic University/Babylon Branch. These students were selected after verifying the psychometric properties of the scale items and confirming their validity. The research concluded that the students exhibit a high level of mind wandering, with no significant differences between them based on gender or academic specialization. In light of these findings, the researcher offered several recommendations and proposed further measures.

مشكلة البحث

حظيت مشكلة تجوال العقلي باهتمام كبير من الباحثين التربويين والنفسيين نظرًا لتأثيرها السلبي على العديد من جوانب الطلاب، مثل مهارات حل المشكلات، وفهم المقروء، والتكامل النفسي والمعرفي، والعبء المعرفي، والأداء الأكاديمي (الفيل، 2018، ص 221). لطالما اعتمدت الأنشطة البشرية على العقل لمعالجة المعلومات، وقد احتلت هذه المسألة مكانة بارزة في أبحاث العلماء والباحثين على مر القرون. غالبًا ما كان يُقاس الذكاء البشري بناءً على حدة العقلي (مجذوب، 2005، ص 96). للتجوال العقلي عواقب وخيمة على النظام التعليمي ككل، إذ يعيق المتعلمين عن تحقيق أهدافهم التعليمية. والسبب الرئيسي للتجوال العقلي هو محدودية سعة الذاكرة العاملة لدى المتعلمين (الفيل، 2018، ص 288). تُطرح مشكلة البحث الحالية في ضوء الأزمات والظروف الصعبة والمعرفة المتراكمة لدى الأفراد، ولا سيما طلاب الجامعات، الذين يُعتبرون عماد المستقبل. تتمثل مشكلة البحث الحالي في الإجابة على السؤال التالي: ما هي درجة التجوال العقلي بين طلاب كلية التربية للعلوم البحتة؟

أهمية البحث The Importance of Research

تُعدّ الجامعة جزءًا لا يتجزأ من مجتمع يشهد التغيير والتقدم، وتضطلع بمسؤولية تأهيل الطلاب وإعدادهم، وتمكينهم من تحمّل المسؤولية، وتحديد أهدافهم، وتوظيف قدراتهم الفكرية على نحو أكثر فعالية (برادسكي، 1985، ص 532). وتلعب الجامعة دورًا حيويًا في تنمية المجتمع وتقدمه، إذ تُشكّل القناة الأساسية لتخريج كوادر مؤهلة، علميًا وعمليًا، ولتحقيق الازدهار الاقتصادي والتطور التكنولوجي. وتُعدّ الجوانب المعرفية والثقافية والنفسية والعاطفية من بين التطلعات المستقبلية التي تسعى الجامعات إلى تحقيقها وتنميتها لدى الطلاب، ومساعدتهم على تحديد أهدافهم والسعي لتحقيقها، وتوسيع آفاقهم الفكرية من خلال تزويدهم بمناهج تعليمية ملائمة. وهذا بدوره يُؤهلهم للتكيف مع متطلبات الحياة الجامعية (الأبوشي وسوالحة، 2011: 162-163).

ولذلك، ازداد اهتمام الباحثين والدارسين في مجالي التربية وعلم النفس بطلاب الجامعات، باعتبارهم شريحة واعية قادرة على مواكبة التطور الحضاري. إنها العناصر المدربة والمتخصصة القادرة على إحداث تغييرات شاملة في جميع مجالات الحياة (عيساوي، 2000: 17). وقد برز مفهوم التجول العقلي. يوفر التجول العقلي نافذة مهمة لفهم خصائص الوعي البشري. فهو ينطوي على تحويل التركيز

من الموضوع إلى الأفكار والمشاعر الشخصية، بالإضافة إلى فصل العمليات التنفيذية التي تعالج المعلومات – وتحديدًا المعلومات ذات الصلة – إلى معلومات أكثر عمومية (سمولوود وآخرون، 2007: 73). يُعد التجول العقلي نوعًا من التوجه الداخلي للفكر أثناء أداء المهام، ويحدث أثناء أنشطة التعلم بدرجات متفاوتة. ويحدث أثناء القراءة (من 20% إلى 40%) وأثناء مشاهدة المحاضرات عبر الإنترنت (40%). عند التعمق في العمليات المعرفية التي تؤثر على التعلم ومؤشرات الأداء الأكاديمي للطلاب، وُجد أن الأفراد يُولّدون عددًا من الأفكار والأنماط قبل تنفيذ العملية المعرفية (ميلز وآخرون، 2011، ص 243).

يُعدّ التجوال العقلي، كمتغير مرتبط بعملية الانتباه التي لا يمكن التعلم بدونها، عاملاً مُؤثراً في تقليل مُشتقات الانتباه. وقد أشار سمولوود وآخرون (ص 200) إلى أن قدرتنا على الحفاظ على انتباه مُستمر تُؤثر بشكل كبير على نجاحنا في العمل داخل الفصل الدراسي أو أي نشاط آخر، والذي يتحقق من خلال تجوال العقلي، الذي يحدث تلقائياً وبسرعة في المهام التي تتطلب انتباهاً مُستمراً. وتتجلى أهمية دراسة تجوال العقلي من نتائج العديد من الدراسات التي تناولته واستكشفت علاقته بمتغيرات مُختلفة، وتأثيره على متغيرات بيئة التعلم وتأثره بها، بالإضافة إلى بعض المتغيرات الشخصية. لذلك، من الضروري دراسة هذا المتغير وتحديده (سمولوود وآخرون، 2004). علاوة على ذلك، تكمن أهمية دراسة تجوال العقلي في فهم طبيعته وتنوعه بين الطلاب، لا سيما في ضوء نتائج الدراسات التي وجدت علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين تجوال العقلي والعمر، وعلاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين تجوال العقلي والتعلم المُشتت، وعلاقة سلبية بين الحمل المعرفي وتجوال العقلي. وبالتالي، فإن المهام التعليمية السهلة للغاية التي لا تُسبب عبئًا معرفيًا تزيد من درجة تجوال العقلي (Reichle, E., & Halpern, 2004). في ضوء ما سبق، يمكن تلخيص أهمية البحث الحالي في جانبين: الأهمية النظرية والتطبيقية، كما هو موضح في النقاط التالية:

الأهمية النظرية Theoretical importance

تكمن أهمية البحث نظرياً بما يأتي:

١ – بعد متغير التجوال العقلي، يعد هذا أحد المفاهيم الحديثة في مجال العلوم النفسية وله تأثير واضح على حياة الأفراد.

٢ يرتكز هذا البحث على مدى تأثير عملية التجوال العقلي لدى طلبة كلية التربية للعلوم

الصرفة وما تمتاز به هذه العملية من فوائد ومضار .

٣- أهمية الفئة التي يستهدفها البحث الحالي وهم طلبة الجامعة والذين يمثلون شريحة كبيرة من المجتمع ومهمة في الوقت نفسه والتي ستسهم في المستقبل القريب بأدوار قيادية في مختلف مجالات الحياة ومواقع العمل.

الأهمية التطبيقية Applied importance :

تكمن أهمية البحث تطبيقياً بما يأتي:

1 - تكمن أهمية البحث الحالي في انها محاولة لتقصي جانب مهم وهو التجوال العقلي. تتضح أهمية هذا البحث في ضوء ما يتوصل إليه من توصيات ومقترحات حول ظاهرة التجوال العقلي

هدف البحث Research Objectives

يهدف البحث الحالي التعرف على : درجة التجوال العقلي لدى طلبة الجامعة الإسلامية

حدود البحث search limits

تتمثل حدود البحث بما يلي:

الحدود البشرية طلبة الجامعة الإسلامية فرع بابل الدراسة الصباحية للعام الدراسي 2022-2023

2-الحدود المكانية جامعة الإسلامية فرع بابل .

3- الحدود الزمانية العام الدراسي 2023-2024

تحديد المصطلحات Definition of the terms

التجوال العقلي : - Mind-wanderi

عرّف كلٌّ من سمولوود وآخرون (2007) هذه الظاهرة بأنها تحوّل التركيز من المهمة الحالية إلى الأفكار والمشاعر الشخصية. كما تعني فصل العمليات التنفيذية لمعالجة المعلومات ذات الصلة إلى

مشاكل شخصية أكثر عمومية (52). عرّفها راندال (2010) وسمولوود وآخرون بأنها عجز الفرد عن الحفاظ على تركيزه على أفكاره وأنشطته المتعلقة بالمهمة الحالية. ويعود هذا العجز إلى مزيج من المحفزات الخارجية والداخلية التي تتداخل مع المهمة وتشتت الانتباه عنها (راندال، 2015، ص 55).

عرّفها الفيل (2018) بأنها تحوّل تلقائي للانتباه من المهمة الأساسية الحالية إلى أفكار داخلية وخارجية أخرى. قد تكون هذه الأفكار مرتبطة بالمهمة الأساسية أو غير مرتبطة بها. (الفيل، 2018)

التعريف النظري

تبنى الباحثون تعريف الفيل (٢٠١٨) تعريفا نظريا كون الباحثون تبنوا مقياس التجوال العقلي المعد من قبل الفيل (٢٠١٨)

التعريف الاجرائي

إنها الدرجة التي سيحصل عليها الطالب من خلال إجابته على مقياس الشرود الذهني المعتمد في البحث الحالي.

الفصل الثاني المحور الأول: اطار نظري

يُعدّ مصطلح "التجوال العقلي" حديثاً نسبياً في مجالي التعليم وعلم النفس. وهو عاملٌ هامٌ في كلٍّ من التعلّم والتعليم، ويُعتبر من أكثر الأنشطة الذهنية شيوعاً. تصل نسبة ميل العقل إلى التفكير في أمورٍ لا صلة لها بالأحداث الخارجية إلى صفر بالمئة خلال ساعات اليقظة (جيلبرت كيلينغز، المجلد 1). غالباً ما يُضعف هذا النشاط الذهني قدرة الطالب على التركيز أو التفكير بفعالية في موضوعٍ أو مشكلةٍ ما، مما يجعل دراسة هذا النشاط وتسليط الضوء على أسبابه أمراً ضرورياً لمحاولة الحدّ من انتشاره. يُعرَّف الشرود الذهني بأنه تحوّلٌ تلقائيٌّ للانتباه من المهمة الأساسية إلى أفكارٍ داخليةٍ أو خارجيةٍ أخرى. قد تكون هذه الأفكار مرتبطةً بالمهمة الأساسية أو غير مرتبطةٍ بها (الفيل، 2018). وقد عرّفه بيردت وآخرون (2016) بأنه شكلٌ من أشكال التشتت الذي قد يتجلى في خصائص معرفية أو حالات مزاجية مثل التعب والملل والتوتر.

يذكر ويري (2011) أن التجوال العقلي هو نوع من التوجيه الداخلي للتفكير أثناء أداء المهام، ويحدث خلال الأنشطة التعليمية بنسب متفاوتة. يحدث أثناء القراءة بنسبة تتراوح بين 20% و40%، وأثناء مشاهدة المحاضرات عبر الإنترنت. لذا، يمكن الاستنتاج أن شرود الذهن يشمل جانبين: إما أنه مرتبط بجوانب إيجابية في الشخصية، مثل التفكير الإبداعي والتفكير المتشعب، أو وجود ميل للتفاعل المعرفي لدى الطالب، أو أنه مرتبط بجوانب سلبية تؤثر على التركيز وحل المشكلات والأداء الأكاديمي، وهو ناتج عن الضغوط النفسية التي يمر بها الطالب وحالته المزاجية السيئة. (الفيل : 2018: 100)

مراحل التجوال العقلي

إن الشرود الذهني هو متغير معرفي ذو طبيعة تسلسلية في تكوينه وحدوثه، لأنه لا يتشكل فجأة ولكنه يمر بمراحل حتى يكتمل، بغض النظر عن الفترة الزمنية لكل مرحلة من مراحل تكوينه وظهوره في نظام معالجة المعلومات لدى الفرد. وقد اشار (سمولوود ٢٠١٣) الى مرحلتين هما:

أولاً: مرحلة الظهور – An onset phase:

هنا يتحول التركيز من المهمة الرئيسية إلى التركيز على مهمة إضافية.

ثانياً: مرحلة الاحتفاظ Amaintence phase

تؤكد هذه المرحلة على مدة نوع التركيز خارج المهمة، ولا تعتبر جميع حالات الانتباه أو التفكير في أشياء أخرى خارج المهمة الحالية شرودًا ذهنيًا، لأن الحصول على معلومات من الذاكرة طويلة المدى أو تكوين صورة ذهنية للمهمة الحالية لا يعتبر شرودًا ذهنيًا لأنه مرتبط بالأداء في المهمة المالية (كين مكفاي، 2007:77).

انواع التجوال العقلي

التجوال العقلي المرتبط بالمادة الدراسية: يشير هذا المصطلح إلى انقطاع الانتباه قسرًا إلى أفكار لا صلة لها بالمهمة الحالية، حتى وإن كانت مرتبطة بالموضوع وتحدث تلقائيًا.

التجوال العقلي الغير مرتبط بالمادة الدراسية : يشير هذا المصطلح إلى انقطاع الانتباه قسرًا إلى أفكار لا صلة لها بالمهمة الحالية ولا بالموضوع، وتحدث تلقائيًا. (الفيل، ٢٠١٨: ٢٢).

اهم الطرق التي يقاس بها التجوال العقلي

الطريقة السلوكية

تعتمد هذه الطريقة على حساب كمون الاستجابة أو فشل الفرد فى الاداء على المهام التي تتطلب اهتماماً وانتباهاً متواصلاً في الانتباه المستدام للاستجابة على المهمة ، وهذه الطرق على رغم دقتها في قياس التجول العقي الا انها تتطلب تجهيزات واعدادات بيئية صارمة لذا مقدار الصدق البيئي لهذا الادوات موضوع التساؤل (Hivkey 2013:32)

الطريقة الغير سلوكية

تعتمد هذه الطريقة على اسلوب التقدير الذاتي وسؤال المتعلمين مباشرة عن مقدار نشاطهم العقلي وتقرير مستوى سيطرتهم على ذاتهم وهذه الطرق لا يمكن ان يقوم بها شخص آخر غير المتعلم كالمعلم . مثلاً ويتم تقدير مقدار التجول العقلي عن طريق الاستبيانات ، ويعد التقرير الذاتي من اهم اساليب قياس التجول العقلي والمتعلم ذو التجول العقلي المرتفع هو الذي يشير إلى تعرضه لمعدلات اعلى من الافكار خارج المهمة كذلك يشير لتعرضه لمعدلات اعلى من الافكار حول المهمة 29:,2015 (Randall.j)

سلبيات وايجابيات التجوال العقلي

يؤدي التجوال العقلي الى انخفاض اداء المهام فيما يتعلق باكتشاف الاشارات وتشفيرها .

٢ – تمثيل العالم الخارجي بتفاصيل اقل ويتم فصل معالجة المعلومات مما يعني ان المدخلات الحسية تظل بعيدة عن تيار الفكر الداخلي. ٣ – يتعارض التجوال العقلي مع الاداء وفقاً لفرضية الموارد التنفيذية التي من شأنها تقصر زيادة اخطاء الاداء اثناء التجوال مما ادى الى ربط التجوال العقلي بالاندفاع وانخفاض اداء القراءة والترميز وانخفاض اداء المهام ، والفشل الاكاديمي والتلكو في القيادة وحوادث المرور وحتى الاخطاء الطبية كذلك، هنا رابط دقيق بين التجوال العقلي والمزاج قد تسبب الحالة المزاجية في المزيد من التجوال العقلي (Yanko spalek 2014: 63)

فوائد التجوال العقلي

يخفف الملل ويدعم توزيع انتباه الفرد بين المهام المتعددة.

يعمل كميكانزم عندما يتعرض الدماغ للعبء المعرفي. ٣- لا يسمح بالتخطيط للسيرة الذاتية للأحداث المستقبلية غالباً ماتكون الافكار والاهداف الشخصية اثناء تجول العقل مركزة على المستقبل. يشجع على التفكير الابداعي وحل المشكلات بطريقة ابداعية (Schooler,er,al (2014:94

العلاقة بين التجوال العقلي والتعلّم

يتوقف التقدّم في التعلّم إلى حدٍّ كبير على قدرة الطلبة على دمج المعلومات المستمدة من البيئة الاجتماعية مع تمثيلاتهم الذهنية الداخلية. ويمكن تفسير ارتباط التجوال العقلي بعملية التعلّم من خلال مجموعة من الجوانب، أبرزها أنه يُحدث انفصالًا نسبيًا بين المعلومات الواردة من البيئة الخارجية والأفكار الداخلية لدى الفرد. فعندما يبدأ العقل بالتجوال، يتراجع تركيز الوعي على التفاعل الهادف مع المحيط الخارجي، ويتحوّل الانتباه نحو الخبرات والأفكار الذاتية التي تمثل البيئة الداخلية للفرد.

ويُعد انتقال الانتباه من مهمة التعلّم إلى الأفكار الشخصية الداخلية أمرًا يحدث بصورة طبيعية، كما يزداد تكرار التجوال العقلي كلما طالت المدة التي يقضيها الفرد في أداء المهمة (McVay & Kane, 2012: 304).

علاقة التجوال العقلي بالذاكرة العاملة

تمثل طبيعة العلاقة بين التجوال العقلي وسعة الذاكرة العاملة إحدى القضايا المهمة في دراسة هذا الموضوع. وقد تناولت البحوث الحديثة هذه العلاقة؛ إذ تُعد سعة الذاكرة العاملة من القدرات الفردية المرتبطة بالتحكم في النشاط الذهني. ومع ذلك، ما تزال هذه العلاقة بحاجة إلى مزيد من البحث لتحديد كيفية تأثير كل متغير في الآخر؛ فمن المحتمل أن يؤدي التجوال العقلي إلى انخفاض الأداء في المهام التي تتطلب استخدام الذاكرة العاملة، أو أن يسهم انخفاض سعتها في زيادة حالات التجوال العقلي.(Kane, 2012)

وتشير النتائج إلى أن تكرار الأفكار غير المرتبطة بالمهمة يختلف تبعًا لمقدار ما تتطلبه المهمة من استخدام مستمر للذاكرة العاملة. كما تظهر فروق فردية في هذا الجانب؛ فعندما تكون المهام قليلة المتطلبات، ترتبط السعة المرتفعة للذاكرة العاملة بزيادة التفكير غير المرتبط بالمهمة، ولا سيما التفكير الموجّه نحو المستقبل. أما في المهام التي تتطلب انتباهًا مستمرًا، فترتبط السعة المرتفعة للذاكرة العاملة بانخفاض الأفكار غير المتصلة بالمهمة.

وتنسجم هذه النتائج مع الرأي القائل إن الذاكرة العاملة تسهم في الحفاظ على مسار التفكير، سواء نشأ استجابةً لحدث إدراكي أم تولّد ذاتيًا لدى الفرد. وبذلك، يمكن لموارد الذاكرة العاملة، في ظروف معينة، أن تدعم حدوث التجوال العقلي. كما تبيّن أن الاختلاف بين الأفراد في سعة الذاكرة العاملة يُعد مؤشرًا مناسبًا على ميلهم الطبيعي إلى التجوال العقلي خلال أداء المهام المعرفية الصعبة وممارسة الأنشطة اليومية المختلفة (Baird et al., 2011: 42).

الأنموذج العصبي للتجوال العقلي

يرتبط التجوال العقلي بعمليات التعديل العصبي التي يؤديها نظام الموضع الأزرق–النورأدرينالين. ويقدّم الأنموذج العصبي إطارًا تكامليًا يربط بين الأنظمة العصبية المعنية، بهدف تفسير الكيفية التي تقود بها التغيرات الديناميكية في نشاط الدماغ إلى ظهور الخبرة الذاتية للتجوال العقلي.

ويفترض هذا الأنموذج وجود ارتباط وثيق بين التجوال العقلي وشبكة الوضع الافتراضي، التي تُعد من أكثر شبكات الاتصال الداخلية في الدماغ خضوعًا للدراسة. وإلى جانبها، يعمل نظام الموضع الأزرق–النورأدرينالين على تنظيم الاستثارة العصبية والمحافظة على المستوى الملائم من اليقظة والأداء. (Randall, 2015: 39)

المحور الثاني : دراسات سابقة

دراسة محلية : local study

دراسة (كريم ، ياسمين ، علوان : 2021)

الباحث	كريم ، ياسمين ، علوان
عنوان الدراسة	التجول العقلي وعلاقته بالسيطرة الانتباهية لدى طلبة الجامعة
السنة	2021
البلد	العراق
هدف الدراسة	التجول العقلي لدى طلبة الجامعة السيطرة الانتباهية لدى طلبة الجامعة العلاقة بين التجول العقلي والسيطرة الانتباهية لدى طلبة الجامعة
المنهج	الوصف الارتباطي
العينة	400 طالبا من طلبة جامعة القادسية
الوسائل الاحصائية	معامل ارتباط بيرسون والاختبار الثاني لعينتين مستقلتين ، الانحدار الخطي (المتعدد البسيط)
النتائج	طلبة الجامعة لديهم تجول عقلي مرتبط بالمهمة طلبة الجامعة لديهم سيطرة انتباهية لا توجد علاقة بين التجول العقلي المرتبط بالمهمة والسيطرة الانتباهية لدى طلبة الجامعة . وتوجد علاقة دالة سالبة بين التجول العقلي الغير مرتبط بالمهمة والسيطرة الانتباهية

كريم ، ياسمين ، علوان (2021)

دراسة عربية _ Arabic study

دراسة العتبي (2020)

الباحث	العتيبي
عنوان الدراسة	التنبؤ بالتجوال العقلي في ضوء ما وراء التعلم وقوة السيطرة المعرفية لدى طلبة الجامعة
السنة	2020

البلد	المملكة العربية السعودية
هدف الدراسة	تحديد امكانية التنبؤ بالتجوال العقلي من خلال ما وراء العلم وقوة السيطرة المعرفية لدى طلبة جامعة ام القرى
المنهج	الوصفي الارتباطي
العينة	457 طالبا وطالبة
الوسائل الاحصائية	معامل ارتباط بيرسون والاختبار الثاني لعينتين مستقلتين ، الانحدار الخطي (المتعدد البسيط)
النتائج	توصلت نتائج البحث الى ان كل التجوال العقلي الساند لدى العينة هو شكل الافكار مرتبطة بالمهمة

(العتيبي : 2020)

دراسة اجنبية foreign study

دراسة ايباسيتا ، ومدريد(2021)

الباحث	
عنوان الدراسة	Personality and Mind-wanering Self-Perception : the Role of Meta-Awarenss، الشخصية والتجوال العقلي الادراكي الذاتي
السنة	2021
البلد	بريطانيا – مانشستر
هدف الدراسة	التعرف على دور سمات الشخصية والادراك الذاتي وعلاقته بالتجوال العقلي
المنهج	التجريبي
العينة	273طالبا جامعيا
النتائج	عمليات التجوال العقلي قد تكون نتيجة الاختلافات الفردية التي يتم التعبير عنها في سمات الشخصية

Ibaceta , M. Madrid , H, 2021)

مجتمع البحث الاحصائى :

ويقصد به جميع مفردات الظاهرة التي يقوم الباحث بدراستها (ملحم ،2000 ،ص،125) ولصعوبة حصر مجتمع البحث الحالي فقد شمل مجتمع البحث الطلبة(4007) بواقع (2387) ذكور و(1620) اناث للعام الدراسي(2022-2023)، والجدول (1) يوضح ذلك

جدول (1)

مجتمع البحث الاحصائي

		قسم الدراسات القرآنية و اللغوية						
المجموع الكلي	المجموع	اناث	ذكور	الدراسة المسائية	المجموع	اناث	ذكور	الدراسة الصباحية
				المرحلة				المرحلة
280	171	73	98	الأولى	109	43	66	الأولى
290	156	67	89	الثانية	134	50	84	الثانية
314	167	56	111	الثالثة	147	78	69	الثالثة
407	291	80	211	الرابعة	116	67	49	الرابعة
1291	785	276	509		506	238	268	المجموع
		قسم الهندسة حاسبات						
248	147	69	78	الأولى	101	55	46	الأولى
212	102	47	55	الثانية	110	43	67	الثانية
254	98	32	66	الثالثة	156	67	89	الثالثة
252	137	42	95	الرابعة	115	36	79	الرابعة
966	484	190	294		482	201	281	المجموع
		قسم اللغة الإنكليزية						
254	135	57	78	الأولى	119	40	79	الأولى
221	124	67	57	الثانية	97	39	58	الثانية
217	107	40	67	الثالثة	110	46	64	الثالثة
257	109	63	46	الرابعة	148	79	69	الرابعة
949	475	227	248		474	204	270	المجموع
		قسم التحليلات المختبرية الطبية						
183	96	27	69	الأولى	87	39	48	الأولى
212	99	42	57	الثانية	113	46	67	الثانية
222	113	34	79	الثالثة	109	35	74	الثالثة
184	94	27	67	الرابعة	90	35	55	الرابعة
801	402	130	272		399	155	244	المجموع
4007	2146	823	1323		1861	798	1063	الكلي

عينة البحث:

اختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية ذات التوزيع المتساوي اذ بلغت (200) من الطلبة موزعين بواقع (100) من الذكور و (100) من الاناث والجدول (2) يوضح ذلك .

جدول (2)

عينة البحث

		قسم الدراسات القرانية و اللغوية						
الدراسة الصباحية	ذكور	اناث	المجموع	الدراسة المسائية	ذكور	اناث	المجموع	المجموع الكلي
المرحلة				المرحلة				
الأولى	3	3	6	الأولى	3	3	6	12
الثانية	3	3	6	الثانية	4	3	7	13
الثالثة	3	3	6	الثالثة	3	3	6	12
الرابعة	3	3	6	الرابعة	4	3	7	13
المجموع	12	12	24		14	12	26	50
	قسم الهندسة حاسبات							
الأولى	3	3	6	الأولى	3	3	6	12
الثانية	4	3	7	الثانية	3	3	6	13
الثالثة	3	3	6	الثالثة	3	3	6	12
الرابعة	4	3	7	الرابعة	3	3	6	13
المجموع	14	12	26		12	12	24	50
	قسم اللغة الإنكليزية							
الأولى	3	3	6	الأولى	3	3	6	12
الثانية	3	3	6	الثانية	4	3	7	13
الثالثة	3	3	6	الثالثة	3	3	6	12
الرابعة	3	3	6	الرابعة	4	3	7	13
المجموع	12	12	24		14	12	26	50
	قسم التحليلات المختبرية الطبية							
الأولى	3	3	6	الأولى	3	3	6	12
الثانية	4	3	7	الثانية	3	3	6	13
الثالثة	3	3	6	الثالثة	3	3	6	12
الرابعة	4	3	7	الرابعة	3	3	6	13
المجموع	14	12	26		12	12	24	50
الكلي	50	50	100		50	50	100	200

ادوات البحث

لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي في الكشف عن التجوال العقلي لدى طلبة الجامعة ولغرض تحقيق اهداف البحث الحالي في الكشف عن التجوال العقلي ولتحقيق اهداف البحث قام الباحث بتبني مقياس (الفيل:2019) ،وقد تكون من (26) فقرة .

الصدق الظاهري

يشير كل من (ezd،1972) و (allerayem،1979) الى ان افضل طريقة للتحقق من استخراج الصدق الظاهري و عرض فقرات المقياس على مجموعة من عشرة محكمين .(الشمري ،2006،ص78)

وتحقيق هذا النوع من الصدق عرضت فقرات المقياس على مجموعة من محكمين المختصين في التربية وعلم النفس اذ طلب الباحث من كل واحد منهم ان يؤشر ازاء كل فقرة من حيث كونها صالحة او غير صالحة، او بحاجة الى تعديل مع ذكر التعديل المقترح. هذا وقد اعتمد الباحث نسبة الاتفاق بين محكمين على صلاحية الفقرة، فاذا كانت 80% فأكثر تعتمد الفقرة واذا كانت اقل منها ترفض الفقرة على وفق ملاحظات لجنة محكمين المنوه عنها فيما تقدم. وفي ضوء اراء محكمين، استبقيت جميع الفقرات لأنها حصلت على نسبة اتفاق بين (80%_100%)،

ثبات المقياس

يُقصد بثبات المقياس مدى استقرار نتائجه عند تطبيقه أكثر من مرة، وبفاصل زمني مناسب (أحمد، 1981، ص 68)

وللتحقق من ثبات المقياس، اعتمد الباحث طريقة التجزئة النصفية، التي تقوم على تقسيم فقرات المقياس إلى مجموعتين: فقرات فردية وأخرى زوجية (سعد، 1998، ص 167–168). وبعد تطبيق معامل ارتباط بيرسون، بلغ معامل الارتباط بين نصفي المقياس (0.55). ولتصحيح هذا المعامل، استُخدمت معادلة سبيرمان–براون، فبلغ معامل الثبات الكلي (0.71)، وهي قيمة مقبولة تدل على تمتّع المقياس بدرجة مناسبة من الثبات والاستقرار.

وبذلك تحقّق للمقياس شرط الثبات إلى جانب شرط الصدق، مما يؤكد صلاحيته للتطبيق.

سادسًا: الوسائل الإحصائية

لتحقيق أهداف البحث الحالي، عولجت البيانات إحصائيًا باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية.(SPSS)

الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

يتضمّن هذا الفصل عرض النتائج التي توصّل إليها البحث، ومناقشتها وتفسيرها استنادًا إلى البيانات التي جُمعت وعولجت إحصائيًا، وفي ضوء أهداف البحث، وذلك على النحو الآتي:

أولًا: النتائج المتعلقة بالهدف الأول للبحث: التجوال العقلي.

تحقق هذا الهدف من خلال تطبيق الباحث لمقياس التجوال العقلي الذي اعده لغرض هذا البحث وبعد المعالجة الاحصائية ظهر ان الوسط الحسابي لأفراد عينة البحث (82,62) وبانحراف معياري قدره(14,82) وهو اعلى من الوسط الفرضي للمقياس البالغ(78) وبعد استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ظهر ان القيمة التائية المحسوبة(2,79) اذ انها اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة(1،96) وهي ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) ، وكما مبين في جدول (3).

جدول (3) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس التجوال العقلي

العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
التجوال العقلي	200	82,62	14,82	46	2,79	1.96	0.05

وهذا يدل على ان طلبة الجامعة مستوى على نسبيا من التجوال العقلي ، وتتفق هذه النتائج مع دراسات أخرى اجريت.

الهدف الثاني : تعرف الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى التجوال العقلي لدى الطلبة على وفق متغير النوع والتخصص

تحقيقاً لهذا الهدف تم استعمال تحليل التباين الثنائي جدول (19) يوضح ذلك

جدول (19)

نتائج تحليل التباين الثنائي بتفاعل لدرجات النوع والتخصص في التجوال العقلي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية المحسوبة	مستوى الدلالة
النـــــــــــــوع	**13.485**	**1**	**13.485**	**0.280**	**غير دالة**
الخـــــــــــطأ	**23887.077**	**398**	**48.159**	ـــــ	ـــــ
الكلي	**28224.879**	**399**	ـــــ	ـــــ	ـــــ

***النسبة الفائية الجدولية تساوي (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجتي حرية (496,1)**

ويتضح من الجدول أعلاه أن القيمة الفائية المحسوبة لدرجات النوع (0.280) درجة وهي أصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (1) مما يشير إلى انه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في التجوال العقل ، في حين بلغت القيمة الفائية المحسوبة لدرجات التخصص (89.321) درجة وهي أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (1) مما يشير إلى انه توجد فروق بين التخصص العلمي والأدبي في التجوال العقلي ،ولصالح الانساني لان متوسطهم البالغ (116.6535) أكبر من متوسط العلمي البالغ

(109.8728)، وهذا لا يعني إن طلبة التخصص العلمي لا يتمتعون بتجوال عقلي وإنما قد يرجع السبب إلى طبيعة المادة التي يدرسوها مادة علمية ليس لها علاقة بالجوانب العقلية ، أما فيما يخص التفاعل بين (النوع والتخصص) فقد بلغت القيمة الفائية المحسوبة لدرجات التفاعل (0.471) درجة وهي أصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (1) مما يشير إلى انه لا يوجد تفاعل بين النوع والتخصص في التجوال العقلي ، وإن غياب الفوارق ما بين أفراد العينة بين النوع والتخصص تدل على أن المتغير الأول ليس له أثر في مستويات المتغير الثاني ، وبذلك يمكن القول بعدم وجود عنصر التفاعل بين متغيري النوع والتخصص في التجوال العقلي ، وقد يعزيه الباحث إلى توازن أفراد عينة البحث في خصائص عديدة أبرزها مستوى التحصيل الدراسي ونوع الخبرات وتراكمها والمستوى الثقافي ...الخ من الخصائص التي ألغت تأثير عاملي النوع والتخصص. اتفقت هذه النتيجة مع دراسة 0(Shaban&et.al,2010)

التوصيات

في ضوء النتائج التي توصّل إليها البحث الحالي، يوصي الباحث بما يأتي:

1. تعزيز الاهتمام بالتجوال العقلي والعمل على تنميته بوصفه إحدى العمليات المعرفية التي قد تسهم في توجيه الطلبة نحو الاختيارات السليمة، وتساعدهم على تحقيق النجاح والتفوّق .
2. تنظيم ندوات وبرامج تدريبية لأعضاء الهيأتين التدريسية والتعليمية؛ لتعريفهم بمفهوم التجوال العقلي وطبيعته، وكيفية اكتشافه لدى الفرد، وبيان أهميته للفرد والمجتمع وسبل تنميته .

3. الاهتمام بالتجوال العقلي من الجانبين النظري والتطبيقي، من خلال إعداد برامج تسهم في تعزيز ثقة الفرد بنفسه وبالخالق، وتنمية التفاؤل والرضا والقناعة والتسامح والإيثار لديه؛ لما يتّسم به العصر الحالي من صراعات وأزمات وضغوط متنوعة .
4. الإفادة من مكوّنات التجوال العقلي في المدارس لمعالجة المشكلات التي تواجه الطلبة والحد من الاتجاهات السلبية؛ لما له من دور في تقليل الخمول والكسل في التعلّم .
5. إعداد كوادر علمية متخصصة في مجال التجوال العقلي، تتولى تنميته وتعزيزه ونشر الوعي به في المجتمع .
6. إثراء المناهج التعليمية في المراحل الدراسية جميعها، ولا سيما المرحلة الإعدادية، بموضوعات تسهم في رفع مستوى التجوال العقلي لدى الطلبة .
7. توجيه وسائل الإعلام بمختلف أنواعها إلى إدراج برامج تؤكد أهمية التجوال العقلي ودوره في تنشئة الأجيال القادمة ضمن خططها الإعلامية.

المقترحات :-

استكمالًا لجوانب البحث الحالي وتطويرًا له، يقترح الباحث ما يأتي:

1. إجراء دراسة للتعرّف على العلاقة بين التجوال العقلي ومتغيرات أخرى، مثل: الصحة النفسية، وموقع الضبط، والرضا عن العمل، والاحتراق النفسي .
2. إجراء دراسة مماثلة على شرائح مهنية عليا في المجتمع، مثل: الأطباء، والمهندسين، وأساتذة الجامعات .
3. إجراء دراسة عن علاقة التجوال العقلي ببعض المتغيرات الديموغرافية، مثل: المنحدر الاجتماعي (حضر–ريف)، ومستوى التحصيل (متعلم–غير متعلم)

4. إجراء دراسة تجريبية للتعرّف على أثر برنامج تدريبي في رفع مستوى التجوال العقلي لدى الطلبة .

المصادر والمراجع :

المصادر العربية

البطش، محمد وأبو زينة، فريد كامل . (٢٠٠٧) مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الاحصائي. طا ، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان الأردن.

عباس محمد خليل ونوفل، محمد بكر والعبسي، محمد مصطفى وابو عواد، بكر نوفل (٢٠٠٧) مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس طا، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة عمان الأردن.

العبوشي وصوالحة، عونية. (٢٠١١) : دراسة وصفية لمستوى بعض السمات الشخصية لطلبة جامعة عمان الاهلية وعلاقتها ببعض المتغيرات مجلة العلوم النفسية، مركز الدراسات التربوية والابحاث النفسية جامعة بغداد، ط ١٩ ، العدد ١٩

العتيبي، سالم معيض حميد (٢٠٢٠): التنبؤ بالتجول العقلي في ضوء ما وراه التعلم وقوة السيطرة المعرفية لدى طلبة الجامعة اطروحة دكتوراه جامعة ام القرى، كلية التربية المملكة العربية السعودية. ه

علوان، كريم ياسين علوان. (٢٠٢١) التجوال العقلي وعلاقته بالسيطرة الانتباهية لدى طلبة الجامعة ، ط ا ، اطروحة دكتوراه جامعة القادسية كلية التربية القادسية، العراق

عيسوي، عبدالرحمن (٢٠٠٠): علم النفس العام، ط ١٧ ، المكتبة الجامعية، الاسكندرية، مصر

فيركسون، جورج . (١٩٩١): التحليل الاحصائي في التربية وعلم النفس، ترجمة هناء محسن العكيلي، دار الحكمة بغداد العراق.

الفيل، حلمي محمد حلمي (٢٠١٨) برنامج مقترح لتوظيف النموذج التعلم القائم على السيناريو عمق مستويات تنمية في تأثيره التدريس في SBL المعرفة وخفض التجول العقلي لدى طلاب كلية التربية النوعية جامعة الاسكندرية مجلة كلية التربية، ط ٢ ، العدد ٢ ، جامعة المنوفية، مصر

الفيل، حلمي محمد حلمي (٢٠١٨) برنامج مقترح لتوظيف النموذج التعلم القائم على السيناريو عمق مستويات تنمية في تأثيره التدريس في SBL المعرفة وخفض التجول العقلي لدى طلاب كلية التربية النوعية جامعة الاسكندرية مجلة كلية التربية ، ط ٢ ، العدد ٢ ، جامعة المنوفية، مصر

.....: متغيرات تربوية على البيئة العربية تأهيل وتوطين، ط ٢ ، مكتبة الأنجلو، القاهرة مصر.

مجدوب فاروق سعدي (2005) ذكاء الانفعال وانسانيته، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، ط ٢ ، العدد ٦ ، بيروت، لبنان

Hickey J (2013) mind wandering, memory and mood, master London203-226 thesis. university college.

Brodsky, Michael D. (1985): Diffusion within Marcia' Sid entity Status paradigm. Disforest Haddow Academic problems, J, of youth and Adolescence, vol, (4),N.(6.(

Kaine, M.1& Mcvay, J.C(2012). What mind wandering Reveals about Executive-control Abilities and Failures Directions in Psychological

Kane, M, J., A. R., Hambick, D. Z., & Engle, R, W. (2007). Variation in working memory capacity as variation in executive attentionand control. Variation in working memory. 1,21- 48.

Killings worth.M&Gilbert, D(2010): A wandering minds an unhappy mind unhappy mind Science.330(6006)pp932

Lbaceta, M., & Madrid, H. P.(2021).: Personality and Mind- Wandering Self-perception: The Role of Meta-Awareness. Frontiers in Psychology,12,1247.

McVay, J., & Kane, M. J. (2012). Drifting from slow to"doh!":Working memory capacity and mind wandering predict extreme reaction times and executive control errors. Journal of Experimental psychology:Leaming,Cognition,38(3),525.

Mills,c,D,Mello,s,bosch, N&DIney,A(2011). Mind wondering intelligent tutoring systemim:in conati,heffmam n.mitrovic verdejo,m(eds).Artificial

Randall, J. (2015). Mind wandering and self-Directed Learning Testing the Efficacy of self-Regulation Interventions to Reduce Mind wandering and Enhance online Training performance.phD Dissertation Rice University

Randall, J.(2015) Mind wandering and self-directed leaming: Teating the efficiency of Self-Regulation Interventions to reduce mind wandering and enhace online Training performance. PHD. Dissertation

Reichle, Halpern, D. (2004). Zoning out while reading:Evidence for dissociation between experience and meta-consciousnes, In D.T. Levin(Ed), thinking and seeing: Visual metacognition in adults and children

Schooler, J, W,Mrazek, M. D., Franklin, M.S., Baird, B, Mooneyham, B, W. Zedeline C. & Broadway. J. M. (2014): The Middle way: Finding pf learning and motivation,60,1-33

Schooler, J, w Smallwood, J, Christoff, k, Handy, T.C, Reichle,E ,D,& Sayette,M,A(2011).: Meta-awareness, perceptul decoupling and the wandering mind. Trends in cognitive sciences, 15(7),319- 326 25-Smallwood, J, & Andrews-Hanna, J. (2013). Not all minds that wander are lost. The importance of a balanced perspective on the mind wahdering state. Frontiers in psychology. . 411.4

Smallwood,J,McSpadden, M., &, Schooler, J.W.(2007).: no one s home:Meta-awereness and the decoupling of attention when the mind-wanders. Psychonomic Bulletin & Review, 14, 527-533.doi:10.3758/BF031940

Smallwood, J.Ovonnor R.,Sudberry, MV., Ballantyre, C. (2004). The consequences of envoding in formation on the maintenance of internally generated images and thoughtd:the role of meaning complexes.(Consciousness and Cognition,4

Yanko, M. R., & Spalek,T. M. (2014).: Driving with the wandering mind: The effect that mind-wandering has on driving performance.Human factors, 56(2),260-269

Smallwood, J., & Schooler, J.W.(2011). Back in the Barid, B. future:Autobiographical planning and the functionality of mind wandering Consciousness and Cognition, 20,10,1016/j.concog.2011.08.007

ت	الفقرات	دائما	احيانا	ابدا
.1	اتاكد من زميلي عن بعض ما ستمع اليه من معلومات			
.2	احاول ايجاد افكار عن كيفية تطبيق ما استمع اليه			
.3	اتصفح بعض			
.4	افقد مسايرتي لما اسمعه نضرا لتفكيري العميق في بعض اجزاء منه			
.5	اجهز بعض الاسئلة للاستاذ بعد انتهاء المحاضرة			
.6	انشغل بكتابة بعض مما يذكره الاستاذ			
.7	احاول الربط بين ماستمع اليه وبين ماعرفه			
.8	اسعى لايجاد ثغرات فيما استمع اليه			
.9	اميل لاضهار فهمي لما استمع اليه امام زملائي			
.10	اجد صعوبة في تركيز انتباهي عندما اريد ذلك			
.11	ابحث عما اعرفه من معلومات مرتبطة بما استمع اليه			
.12	افكر في افراد عائلتي			
.13	افكر في موعد مهم انتضره			
.14	افكر في الاشياء التي تشعرني بالذنب			
.15	انشغل بالتفكير في مستقبلي			
.16	اعاني من صعوبة الحفاظ على تركيزي اثناء المحاضرة			
،17	افكر في شيء حدث لي صباخ اليوم وانا جالس في داخل المحاضرة			
.18	اعاني من التفكير في بعض الاشياء غير المرتبطة بموضوع المحاضرة			
.19	افكر في بعض الاهتمامات الشخصية وانا في وقت المحاضرة			

.20	افكر في تصفح هاتفي في اثناء المحاضرة			
.21	اجد نفسي استمع باذن واحدة وافكر في شيء اخر في نفس الوقت			
.22	احاول القيام ببعض المهارات التي يطلبها مني الاستاذ			
.23	اجد نفسي مشتتا ببعض الاشياء الاخرى الموجودة في دماغي			
.34	انشغل بالتفكير عن اجابة هذا الموضوع في المقياس			
25	انشغل بمحاولة تخيل ما استمع اليه			