الكفاءة السيكومترية لمقياس اليقظة العقلية لدى التلاميذ المرحلة الإعدادية ذوى صعوبات التعلم

إعداد

أسماء موسى محمد حامد

إشـــراف

أ.م.د/رمضان علي حسن
أستاذ علم النفس التربوي
كلية التربية– جامعة بنى سويف

أ.م.د/هيبه ممدوح محمود
أستاذ علم النفس التربوى المساعد
كلية التربية– جامعة بنى سويف

المستخلص: استهدف البحث الحالي التعرّف على طبيعة الكفاءة السيكومترية لمقياس اليقظة العقلية لتلاميذ المرحله الاعدادية ذوى صعوبات التعلم، ويتكون المقياس من أربعة أبعاد، وهما: (التميز اليقظ– الانفتاح على الجديد– التوجه نحو الحاضر– الوعى بوجهات النظر المتعددة)، استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي؛ وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالباً من طلاب المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم، تراوحت أعمارهم بين (١٣– ١٤) عاما بمتوسط حسابي (١٣.٣٦) وانحراف معياري (٠.٣٨)، وقُسَموا إلى مجموعتين تجريبية (١٥) طالباَ و ضابطة (١٥) طالبةً، واشتملت أدوات الدراسة علي مقياس اليقظة العقلية (إعدادالباحثة)، ذلك عن طريق استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة، من خلال البرنامج الإحصائي (spss)، وتوصلت نتائج البحث إلى أنه يتوفر مؤشرات الاتساق الداخلي والصدق والثبات لمقياس اليقظة العقلية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية ذوى صعوبات التعلم، بما يجعله أداة صالحة للاستخدام لتحقيق الأهداف التي وُضع من أجلها، ومن ثم توُصي الباحثة بإجراء مزيد من الدراسات التي تستهدف تحسين اليقظه العقلية لدى هذه الفئة باستخدام المقياس الحالي.

الكلمات المفتاحية: اليقظة العقليه– صعوبة التعلم – الكفاءة السيكومترية.

Abstract

The current research aimed to identify the nature of the psychometric efficiency of the Mindfulness for middle school students with learning difficulties. The scale consists of four dimensions: (vigilant excellence - openness to the new - orientation towards the present - awareness of multiple points of view). The researcher used the quasi-experimental approach The study sample consisted of (30) middle school students with learning difficulties, their ages ranged from (13-14) years with an arithmetic mean (13.36) and a standard deviation (0.38), and they were divided into two groups: experimental (15) students and control (15) students The study tools included the Mindfulness (prepared by the researcher), that is Through the use of appropriate statistical treatments, through the statistical program (spss) The results of the research concluded that there are indicators of internal consistency, honesty and stability of the mental alertness scale among middle school students with learning difficulties, making it a valid tool for use to achieve the goals for which it was set, and then the researcher recommends conducting more studies aimed at improving the Mindfulness of this group using the current meter.

Keywords Mindfulness - learning difficulty - psychometric competence.

مقدمة:

تعُد اليقظة العقلية من المتغيرات المهمة التى لها ارتباط مباشر بالعملية التعليمية؛ لأنها تساعد على زياده الوعي وتركيز الانتباه للعملية التعليمية، وتعزيز المرونة الذهنية لدى الطلاب وتبرز ما لديهم من قدرات وإمكانات للتوافق مع المواقف والظروف الصعبة والضاغطه، التى تواجه الطلاب فى مختلف المراحل التعليمية والاستفادة من الخبرات ونقل ما تعلموه إلى حياتهم العملية.

وانتشرت فى الآونة الأخيرة تطبيقات اليقظة العقلية فى مجالات علم النفس التطبيقى مما أدى إلي استخدام اليقظة العقلية علاجاً معرفياً سلوكياً، وتنقسم الى قسمين اليقظه العقليه القائمة على الحد من التوتر والقلق والاكتئاب، واليقظه العقلية القائمة على العلاج المعرفى السلوكى، والتي تُستخدم فى الطب النفسى والرعايه الصحيه وتتصل بالصعوبات التى تواجه المضطربين الذين يعانون من الاضطربات النفسيه والجسدية، وتشير اليقظة العقلية الى زيادة الوعى بالمتغيرات النفسية والفسيولوجية التى تحدث داخلنا والعمل على إدراك المواقف الضاغطه بصورة أكثر موضوعية **(kawath,2015:414)**

اليقظه العقليه هى وعى الفرد بأفكاره ومشاعره وأحاسيسه، وبالبيئه المحيطة به، اليقظة العقلية تعلَم الفرد التحكَم فى عقله وتركيز انتباة فى الوقت الحالى وإزالة الأفكار المتعلقة بالندم على الماضى والقلق بشان المستقبل؛ وبهذا قد تتحسن قدرة الفرد على مواجهة المواقف الضاغطه التى يتعرض لها.

(zahra&riaz,2017:22)

اليقظه العقليه عمليه حيويه وهى أحد المتطلبات الأساسية للعديد من العمليات العقلية كالتذكَر والإدراك والانتباه والتفكير؛ والتفحص الدقيق للتوقعات والافكار الايجابيه وتحديد المثيرات الجديده

ترتبط صعوبه التعلم بالقدره على التحصيل الدراسى، فصعوبات التعلَم عند التلميذ لا تظهر إلا عند التحاقه بالمدرسه وبداية تعثَرة وعدم قدرته على مجارة أقرانه العاديين داخل الفصل والقدره على التحصيل الدراسى والتجاوب مع المعلمين اثناء المناقشات، وكذلك

لايستطيع الطلاب الذين يعانون من صعوبات التعلَم القيام بالواجبات التى يكلفهم بها المعلم والتى تتطلب الاعتماد على أنفسهم، وهذا يسبب لهم الكثير من المشكلات داخل الأسره من جهة والمدرسة من جهة اخرى، الطلبه الذين يعانون من صعوبات تعلَم أكاديمية يحتاجون إلى وسائل جديده تساعدهم على التكَيف، والطلبة الذين عاشوا فى بيئات غير مناسبة لتعليمهم طوَرو أساليب غير مناسبة فى التفكير؛ لذلك كان من الضرورى أن تسهم المدرسة فى تطوير أساليب التفكير لدى الطلاب عن طريق توفير الظروف البيئيه المناسبة وتتوافق مع أسلوب الطلاب وما يتعرضون لهم من أنشطة تعليمية. (نايفة الفطامى،٢٠٠٧:١١٦).

تعد فئة صعوبات التعلم واحدة من الفئات الرئيسة التي تضمها التربية الخاصة، وقد أطلق على هؤلاء الطلبة في السابق العاجزون عصبياً، والمعاقون ادراكياً وذوو التلف الدماغي البسيط.

وقد عرفَتها **الحكومة الاتحادية الأمريكية** صعوبات التعلم على أنها الاضطراب في واحدة أو أكثر من العمليات النفسية الأساسية التي تدخل في فهم أو استخدام اللغة المنطوقة أو المكتوبة، ويظهر هذا الاضطراب في نقص القدرة على الاستماع أو التفكير أو الكلام أو القراءة أو الكتابة أوالتهجئة أو أداء العمليات الحسابية ويشمل الاصطلاح حالات الإعاقات الادراكية وإصابات الدماغ وعسر التفكير أو الكلام أو القراءة أو الكتابة أو التهجئة أو أداء العمليات الحسابية ويشمل الاصطلاح حالات الإعاقات الادراكية وإصابات الدماغ وعسر القراءة والحبسة الكلامية النمائية. لكن هذا الاصطلاح لا يشمل على المشكلات التعليمية الناتجة أساساً عن الإعاقة البصرية أو السمعية أو الحركية أو التخلف العقلي أو الاضطراب الانفعالي أو الحرمان البيئي أو الثقافي أو الاجتماعي.

إنَ ما يميز الطلبة الذين يعانون صعوبات في التعلَم هو التباين الواضح لديهم بين مستوى تحصيلهم الدراسي الفعلي، واستعداداتهم وقدراتهم العقلية الكامنة، فالطالب ذو الصعوبات التعليمية طالب ذكي تتراوح درجة ذكائه بين المتوسط فأعلى، وهو يدرك أخطاءه فيُصاب بالاحباط نتيجة فشلة المتكرر، ولأنه يعيش في بيئة لا تفهمه جيداً يميل إلى الابتعاد عما يدور حوله مع قلة الفرص المتاحة للتقدم، وبناءً عليه هو أحوج ما يكون إلى الإرشاد

والرعاية النفسية والتفهم؛ كما أنه يجد صعوبة في المحافظة على تركيز انتباهه لفترة كافية من الوقت، وهذا يحد من قدرته على التعلَم

مشكلة البحث:

تكمن خطورة مشكلة للتلاميذ ذوى صعوبات التعلم فى كونها صعوبة خفيه فالطالب الذى يعانى من صعوبات تعلم نمائية أو أكاديمية أو إجتماعيه يكونوا من الأسوياء، ولا يستطيع الأباء والمعلمين فى بعض الاحيان أكتشاف هذه الصعوبات لتقديم بعض أساليب العلاج وخدمات التربيه الخاصه لهم، مما يجعلهم يعانون من صعوبات تعلم فى بعض المظاهر الاجتماعيه والانفعاليه والسلوكيه التى تودى الى التفكير السلبى مثل عدم القدره على حل المشكلات واتخاذ القرار،وتدنى مستوى الذات ،وعدم القدره على الانجاز وضعف الثقه بالنفس، والاتكاليه وعدم تحمل المسؤليه؛ ولكن مع ظهور علم النفس الإيجابى وهو الاحدث فى مجال العلوم النفسيه ،وهو مجال يتطور بسرعه ويتركز طموحه فى تحقيق البحوث التجريبيه الصلبه فى مناطق مثل التدفق،والسعاده، والرفاهيه، ونقاط القوة، والحكمه والابداع،والصحه النفسيه والخصائص الايجابيه للجماعات والمؤسسات، كما يعرف بانها الدراسه العلميه لنقاط القوة والفضائل التى تمكن الافراد والمجتمعات من الازدهار وتحقيق التقدم والرقى. **(على احمد،ومحمد محمود،٢٠١٣: ١٠)**

وقد أثبتت الدرسات **(Bob,2012)** إن اضطراب صعوبات التعلم يصاحبه اضطربات أخرى أهمها فرط الحركة وتشتت الانتباه كما يصاحبه مظاهر سلوكية كضعف الانجاز الأكاديمى وضعف اداء الأنشطه الاجتماعيه والتواصل وعدم الثقة بالنفس وعدم التمكن من حل المشكلات وأوصت هذه الدراسة بتعديل هذه السلوكيات السلبية من خلال تنميه اليقظة العقلية لهؤلاء الأطفال . وايضا هناك بعض الاحتياجات الأساسية للطلاب الذين يعانون من صعوبات التعلم وأهمها الممارسة المبنية على المعرفه والمهارات والفهم، فان المساعدة المبكرة والفعالة لهؤلاء الطلبه تؤدى إلى نتائج إيجابية تنعكس أثارها على الطالب وعلاقاته بالآخرين وتزيد من ثقتهم بإنفسهم وترفع من تقدير ذاتهم.

فاليقظة العقلية هي الممارسة البسيطة التي تحرر فيها وعينا من هذه الأعباء وتأخذه بالكامل ليعيش اللحظة الراهنة ونستطيع ان نستعملها كما هي والتعامل مع الأشياء بفاعليه أكبر، فحينما يتصرف الأفراد بطريقة تفتقد إلى اليقظة العقلية فإنهم غالباً مايكونون غيرقادرين على الانفتاح العلمى والخبرات الجديدة التي تمكنهم من التفكيرالإيجابي في المواضيع الجديدة. **(Langer, 1992:229)**

في ضوء ما سبق يتضح أنه على الرغم من وجود عديد من الأدوات والمقاييس ذات الكفاءة السيكومترية الجيدة لقياس اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم ، فإنه في حدود اطلاع الباحثة لا توجد مقاييس عربية لقياس اليقظة العقلية لدى هذه الفئة، ومن هنا ظهرت الحاجة إلى ضرورة إعداد وتصميم أداة ذات كفاءة سيكومترية جيدة لقياس اليقظة العقلية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية ذوى صعوبات التعلم في البيئة العربية يمكن الاعتماد عليها في إجراء دراسات أخرى لدى عينة الدراسة الحالية.

ومن ثم يمكن تحديد مشكلة البحث في السؤال الرئيس التالي

ما هى الكفاءة السيكومترية لمقياس اليقظه العقليه لدى التلاميذ المرحلة الإعدادية ذوى صعوبات التعلم؟

ويتفرع من التساؤل الرئيسي الأسئلة الفرعية التالية:

(١)ما دلالة الاتساق الداخلي لمقياس اليقظه العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم؟

(٢)ما دلالة صدق مقياس اليقظه العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم؟

(٣)ما دلالة ثبات مقياس اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم؟

أهداف البحث:

يسعى البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف التالية:

(١)التحقق من دلالة الاتساق الداخلي لمقياس لمقياس اليقظه العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم.

(٢)التحقق من دلالة صدق مقياس اليقظه العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم.

(٣) التحقق من دلالة ثبات مقياس اليقظه العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم.

أهمية البحث: تكمن أهمية البحث الحالي في:

(١) تتمثل الأهمية النظرية للبحث الحالي في إلقاء الضوء على مصطلح اليقظة العقلية وتأثيره على جوانب النمو المختلفة، والصحة النفسية للتلاميذ ذوى صعوبات التعلم ، مما يسهم في إثراء التراث السيكولوجي في البيئة العربية؛ حيث توجد ندرة في الدراسات العربية التي تناولت اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم، وذلك في حدود اطلاع الباحثة.

(٢) إثراء ميدان التربية الخاصة بأداة ذات مصداقية جيدة لقياس اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم.

(٣) تتمثل الأهمية التطبيقية للبحث الحالي في الكشف عن مدى صلاحية مقياس اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم.

(٤) حيث يعد المقياس وسيلة لمعرفة أبعاد اليقظة العقلية لدى هذه الفئة، كما يعد المقياس أداة من أدوات القياس التي تمثل موضوعًا مهمًا في المجال النفسي والاجتماعي.

(٥) توفير أداة مناسبة لقياس مستوى اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم يمكن للباحثين الاستفادة منها في إجراء دراسات وبحوث مستقبلية لدى هذه الفئة.

المفاهيم الإجرائية للبحث:

١ – **الكفاءة السيكومترية Psychometric Properties:** تُعرّف الكفاءة السيكومترية بأنها "المؤشرات الإحصائية المستخرجة والمشتقة من إخضاع مقياس معين لسلسلة من الإجراءات التجريبية والإحصائية وفق واقع معين للكشف عن نواحي القوة والضعف في كل من المقياس، والواقع هدف المقياس، وتتمثل في الثبات والصدق (عبد الباري مايح الحمداني، ٢٠١٣، ١٨٩).

٢ – **اليقظة العقلية:Mindfulness**

لانجر (Langer -2002) إنها حالة مرنة للعقل والانفتاح على الجديد ،وهي عملية فعالة لابتكارأشياء جديدة ومختلفه.

سيلجمان(Seligmen- 2002) انها قوة مبدعة خلاقة تنتج وتنجز، وتزيل العوامل المشتتة للأنتباه وتساعدنا على التقدم للأمام.

التعريف الإجرائي:

الدرجة التي يحصل عليها الطالب عن إجابة على مقياس اليقظة العقلية .

٣- صعوبات التعلم learning disabilities

وأشار **(كوافمان٢٠١١: ٢٩)** بأن ذوى صعوبات التعلم هم الذين يظهرون اضطرابات في واحدة أو أكثر من العمليات النفسية الاساسية مثل الانتباه والادراك والتذكر والتفكير واستخدام اللغة وتجهيز المعلومات استعمال اللغة المكتوبة أو المنطوقة أو التهجئة أو فهم واستيعاب المفاهيم العلمية كالرياضيات أو الحركة الزائدة مع أنهم يتمتعون بذكاء متوسط أو أكثر ، وليسوا مصابين بإعاقات جسمانية سمعية أو بصرية، أو غيرها من الاعاقات يؤثر في اكتساب وتنظيم واستخدام المعلومات اللفظية وغير اللفظية ؛ ومن ثم يقل التحصيل المتوقع في ضوء القدرات العقلية التي تكون في المتوسط أو أعلى هذه الاضطرابات ليست ناتجة عن إعاقة حسية أوعقلية أوصحية، أو اضطرابات انفعالية ونفسية شديدة أو حرمان بيئي.

(Hallahan, & Kauffman , 2003: 105)

إجراءات البحث: تتمثل إجراءات البحث في بعض الحدود ما يلي:

الحدود المنهجية:

تستخدم الباحثة في هذا البحث المنهج شبه التجريبي الذى يعتمد على المجموعتين المتكافئتين (المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة)، وذلك للتحق من الهدف الرئيسى للبحث خلال تطبيق أدوات الدراسة لأفراد العينة

الحدود الزمنية:

تقوم الباحثه بتحديد الزمن اللازم لتطبيق البرنامج كالتالى تتراوح مدة الدراسة للبرنامج التدريبي القائم على التفكير الإيجابي لمدة (١٥-١٨) أسبوعاً، بواقع (٢-٣) جلسات أسبوعياً،

زمن كل جلسة يتراوح بين (٣٠–٦٠) دقيقة، ويتخلل الجلسة فترة راحة قدرتا (١٥) دقيقة، وبلغ عدد جلسات البرنامج (٣٨) جلسة.

الحدود المكانية:

تطبق الباحثه البرنامج التدريبي القائم على التفكير الإيجابي بمحافظة بني سويف، إدارة الفشن التعليمية، مدرسة أبسوج الإعدادية المشتركة.

ثانيًا: العينة:

تكونت عينة البحث السيكومترية من التلاميذ ذوى صعوبات التعلم المرحلة الاعدادية، تكونت من (٣٠) تلميذاً وتلميذة وتراوحت أعمارهم بين (١٣– ١٤) عامًا بمتوسط حسابي (١٣.٣٦) وانحراف معياري (٠.٣٨)، قُسَمو الى مجموعتين، وذلك على النحو التالى:

١. المجموعة التجريبية، وعددهم (١٥) طالباً وطالبة.

٢. المجموعة الضابطة، وعددهم (١٥) طالباً وطالبة.

وفيما يلي توصيف عينة الدراسة.

جدول (١) توصيف عينة الدراسة السيكومترية في مدرسة أبسوج التعليمية لادارة الفشن التعليمية

عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية	
ذكور	إناث
١٥	١٥

أداة البحث:

مقياس اليقظة العقلية لدى تلاميذ ذوى صعوبات التعلم (إعداد الباحثة)

مبررات إعداد المقياس:

١- معظم الأدوات المستخدمة فى الدراسات السابقة غير ملائمة من حيث الصياغة اللفظية، وقد تصلح لأعمار تختلف عن أعمار عينة البحث.

٢- معظم الأدوات المستخدمة فى الدراسات السابقة غير ملائمة من حيث طول العبارة نفسها، والتعامل مع عبارات طويلة جدًّا يؤدى إلى ملل وتعب هؤلاء الطلاب.

٣- معظم المفردات والأبعاد فى المقاييس السابقة غير مناسبة لطبيعة عينة البحث من الطلاب ذوى صعوبات التعلم المرحله الاعدادية.

٤- يتناول البحث الحالى مرحلة عمرية لم تتوفر لها مقاييس ملائمة لقياس الاندماج الاكاديمى وهى من (١٣-١٤) سنة.

وبناء على ما سبق قامت الباحثة بإعداد مقياس اليقظة العقلية لدى الطلاب ذوى صعوبات التعلم ولإعداد مقياس اليقظة العقلية لدى الطلاب ذوى صعوبات التعلم قامت الباحثة بالاتى:

أ- الإطلاع على الأُطر النظرية والكثير من الدراسات السابقة التى تناولت اليقظة العقلية.

ب- تم الإطلاع على عدد من المقاييس التى استُخدِمت لقياس اليقظة العقلية ومنها:

- مقياس اليقظه العقليه **(إعداد :على محمد الشلوى ،٢٠١٨)** .

- مقياس اليقظة الذهنية **(إعداد : سندس داخل قاسم و شادية ابراهيم عزيز و دعاء علاوى كريم ، ٢٠١٧)**.

- مقياس اليقظه الذهنية **(إعداد: مروة شهيد صادق ،٢٠١٩)**.

- مقياس اليقظة العقلية خماسى الأبعاد **(إعداد : بيير واخرون – ترجمه وتعريب محمد السيد عبد الرحمان ،٢٠٠٦)**.

فى ضوء ذلك قامت الباحثة بإعداد مقياس اليقظة العقلية الطلاب ذوى صعوبات التعلم فى صورته الاولية، مكونًا من (٤٨) مفردة تُعبر عن إدراك الطلاب عن اليقظه العقليه.

وقد اهتمت الباحثة بالدقة فى صياغة أبعاد وعبارات المقياس، بحيث لا تحمل العبارة أكثر من معنى، وأن تكون محددة وواضحة بالنسبة للحالة، وأن تكون واضحة ومفهومة، وأن تكون مصاغة باللغة العربية، وألاَ تشتمل على أكثر من فكرة ، مع مراعاة صياغة العبارات فى الاتجاه الموجب.

وبناء على ذلك تم تحديد أبعاد المقياس وتحديد العبارات من خلال الاطلاع على العديد من الدراسات السابقة التى تناولت مفهوم اليقظه العقلية بصفة عامة، ومن خلال ما سبق تم إعداد الصورة الأولية للمقياس والتى اشتملت على أربعة أبعادٍ هى:

١- التميز اليقظ

٢- الانفتاح على الجديد

٣- التوجه نحو الحاضر

٤- الوعى بوجهات النظر المختلفة

وترتبط هذه الأبعاد التى تم تحديدها بطبيعة وفلسفة وأهداف الدراسة حيث يشتمل كل بعد من هذه الأبعاد على مؤشرات وعبارات محصلتها النهائية قياس كل بعد على حدة.

وبناء على ذلك تمت صياغة العبارات الخاصة بكل بعد من أبعاد المقياس وذلك قبل التحكيم وهى:

١- البعد الأول (١٨) مفردات. ٢- البعد الثانى (١١) مفردات.

٣- البعد الثالث (١٠) مفردات. ٤- البعد الرابع (٨) مفردات.

تعليمات المقياس:

١. يجب عند تطبيق المقياس خلق جو من الألفة مع الطلاب ذوى صعوبات التعلم، حتى ينعكس ذلك على صدقه فى الإجابة.
٢. يجب على القائم بتطبيق المقياس توضيح أنَّه ليس هناك زمن محدد للإجابة، كما أنَّ الإجابة ستحاط بسرية تامة.
٣. يتم التطبيق بطريقة فردية، وذلك للتأكد من عدم العشوائية فى الإجابة.
٤. يجب الإجابة عن كل العبارات لأنَّه كلما زادت العبارات غير المجاب عنها انخفضت دقة النتائج.

نتائج البحث:

تم تطبيق مقياس اليقظة العقلية على عينة مكونة من (٣٠) تلميذ من تلاميذ المرحلة الاعدادية ذوى صعوبات التعلم ممن تراوحت أعمارهم الزمانية بين (١٣-١٤)؛ وذلك بهدف حساب بعض الخصائص السيكومترية للمقياس. وبعد تقدير الدرجات ورصدها ثم إدخالها لبرنامج SPSS الإحصائي.

النتائج المتعلقة بالفرض الأول: يوجد دلالة للاتساق الداخلي لمقياس اليقظة العقلية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية ذوى صعوبات التعلم .

وللتعرّف على دلالة الاتساق الداخلي لمقياس اليقظة العقلية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية ذوى صعوبات التعلم تم الآتي:

١- الاتساق الداخلى للمفردات مع الدرجة للبعد التابع لها.

وذلك من خلال درجات عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية بإيجاد معامل ارتباط بيرسون (Pearson) بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢)

(معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية)

التميز اليقظ		الانفتاح على الجديد		التوجة نحو الحاضر		الوعى بوجهات النظر المختلفة	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	**٠.٧٥٦	١٢	**٠.٧٦٩	١	**٠.٤٦٥	١	**٠.٤٤٣	١	**٠.٣٨١
٢	**٠.٨٣٠	١٣	**٠.٧٩٢	٢	**٠.٥٢٦	٢	**٠.٥٣٠	٢	**٠.٧٥٣
٣	**٠.٧٢٧	١٤	**٠.٧٥٢	٣	**٠.٤٨٧	٣	**٠.٥٨٣	٣	**٠.٧٥٥
٤	**٠.٦٦١	١٥	**٠.٧٢١	٤	**٠.٤٥١	٤	**٠.٥١٤	٤	**٠.٨٠٤
٥	**٠.٦٨٨	١٦	**٠.٨٠٢	٥	**٠.٥٥٤	٥	**٠.٤٨٦	٥	**٠.٦٧٢
٦	**٠.٨٠٦	١٧	**٠.٧٧٠	٦	**٠.٥٦٥	٦	**٠.٥٥٤	٦	**٠.٧٠٠

التميز اليقظ		الانفتاح على الجديد		التوجة نحو الحاضر		الوعى بوجهات النظر المختلفة	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
٧	**٠.٧٤٠	١٨	**٠.٦٥٩	٧	**٠.٣٨٢	٧	**٠.٤٢٩	٧	**٠.٦٢٣
٨	**٠.٧٢٠			٨	**٠.٥٢٩	٨	**٠.٥٥٦	٨	**٠.٦٥٦
٩	**٠.٦٣٧			٩	**٠.٥٢٦	٩	**٠.٧٤٢	٩	**٠.٧١٥
١٠	**٠.٧٢٤			١٠	**٠.٥٤٤	١٠	**٠.٥١١	١٠	**٠.٧٨٥
١١	**٠.٧٢٧			١١	**٠.٦١٩				

** دالة عند مستوى دلالة ٠.٠١

يتضح من جدول (٢) أنَّ كل مفردات مقياس اليقظة العقلية معاملات ارتباطها موجبة ودالة إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١)، أى أنَّها تتمتع بالاتساق الداخلي.

٢- الاتساق الداخلي للأبعاد مع الدرجة الكلية:

تم حساب معاملات الارتباط باستخدام مُعامل بيرسون (Pearson) بين أبعاد اليقظة العقلية ببعضها البعض من ناحية، وارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس من ناحية أخرى، والجدول (٣) يوضح ذلك:

جدول (٣)

(مصفوفة ارتباطات مقياس اليقظة العقلية)

م	الأبعاد	١	٢	٣	٤	الكلية
١	التميز اليقظ	–				
٢	الانفتاح على الجديد	**٠.٤٧٠	–			
٣	التوجة نحو الحاضر	**٠.٣٧٦	**٠.٧٣٦	–		
٤	الوعى بوجهات النظر المختلفة	**٠.٨٧٤	**٠.٥٥١	**٠.٤٣٥	–	

الدرجة الكلية	**٠.٨٧٣	**٠.٨٠٠	**٠.٧٢٧	**٠.٨٨٥	–

** دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)

يتضح من جدول (٣) أنَّ جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١) مما يدل على تمتع المقياس بالاتساق الداخلي.

النتائج المتعلقة بالفرض الثاني: توجد دلالة لصدق مقياس اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم.

وللتعرّف على دلالة صدق مقياس اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم تم الآتي:

ثانيا: الصدق:

١- صدق المحكمين:

تمَّ عرض المقياس فى صورته الأولية على عدد من أساتذة التربية الخاصة والصحة النفسية وعلم النفس بكليات التربية والآداب بمختلف الجامعات، وتم إجراء التعديلات المقترحة بحذف بعض المفردات والتى قل الاتفاق عليها عن (٨٠%) بين المحكمين وإعادة صياغة مفردات أخرى وفق ما اتفق عليه المحكمون، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٤)

(نتائج التحكيم على مقياس اليقظه العقلية لدي الطلاب ذوى صعوبات التعلم)

رقم المفردة	عدد الموافقين	عدد غير الموافقين	نسبة الاتفاق	رقم المفردة	عدد الموافقين	عدد غير الموافقين	نسبة الاتفاق
١	٨	٢	%٨٠	١٩	١٠	–	%١٠٠
٢	٩	١	%٩٠	٢٠	٩	١	%٩٠
٣	١٠	–	%١٠٠	٢١	١٠	–	%١٠٠

٤	٨	٢	%٨٠	٢٢	٨	٢	%٨٠
٥	٨	٢	%٨٠	٢٣	٨	٢	%٨٠
٦	٩	١	%٩٠	٢٤	١٠	–	%١٠٠
٧	٩	١	%٩٠	٢٥	١٠	–	%١٠٠
٨	١٠	–	%١٠٠	٢٦	٩	١	%٩٠
٩	٩	١	%٩٠	٢٧	٩	١	%٩٠
١٠	١٠	–	%١٠٠	٢٨	٨	٢	%٨٠
١١	٩	١	%٩٠	٢٩	٨	٢	%٨٠
١٢	٩	١	%٩٠	٣٠	١٠	–	%١٠٠
١٣	١٠	–	%١٠٠	٣١	٩	١	%٩٠
١٤	١٠	–	%١٠٠	٣٢	٨	٢	%٨٠
١٥	٨	٢	%٨٠	٣٣	٩	١	%٩٠
١٦	٨	٢	%٨٠	٣٤	١٠	–	%١٠٠
١٧	٩	١	%٩٠	٣٥	١٠	–	%١٠٠
١٨	١٠	–	%١٠٠	٣٦	٨	٢	%٨٠

وبالنظر إلي الجدول (٤) لم تقل مفردة واحدة عن (٨٠%) مما يكون له أثر إيجابي على تمتع المقياس بصدق عال من السادة المحكمين.

٢- صدق البناء باستخدام معادلة التحليل العاملي على الأبعاد (الاستكشافي):

من خلال التحليل العاملي للمقياس تم معرفة تشبعات العوامل المشتركة على مقياس اليقظة العقلية وقد أسفر التحليل العاملي لأبعاد المقياس عن تشبعها على عامل واحد وقد اعتمدت المحكات الآتية من أجل تحديد العوامل.

١- محك كايزر لتحديد عدد العوامل المستخلصة وهو محك يحدد استخلاص العوامل التي يقل جذرها الكامن عن الواحد الصحيح.

٢- محك كاتل وهو طريقة بيانية ويطلق عليها اسم (Scree Plot).

٣- الاحتفاظ بالعوامل التي تشبع عليها ثلاث أبعاد على الأقل.

وقد روعي في انتقاء الفقرات و تصنيفها على العوامل والمحكات الآتية:

أ- أن يكون تشبع البعد على العامل الذي ينتمي له (٠.٣٠) أو أكثر كما اقترح جيلفورد.

ب- إذا كان البعد يتمتع بتشبع أكثر من (٠.٣٠) على أكثر من عامل، فتعد منتمية للعامل الذي يكون تشبعها عليه أعلى وبفارق (٠.١٠) على الأقل عن أي عامل آخر.

وقد تم حساب درجة تشبع كل بعد من أبعاد المقياس على العوامل الأساسية، ونسبة التباين لكل عامل، والنسبة التراكمية لتباين المصفوفة العاملية، ونتيجة لذلك تم استخلاص عامل واحد وتم تقسيم التشبعات على العوامل كالآتي: تشبعات صفرية (أقل من ± ٠.٣٠)، تشبعات متوسطة (± ٠.٣٠ – أقل من ± ٠.٤٠)، تشبعات عالية (± ٠.٤٠ – أقل من ± ٠.٥٠)، تشبعات كبرى (± ٠.٥٠ فأعلى) كما يتضح من جدول (٥).

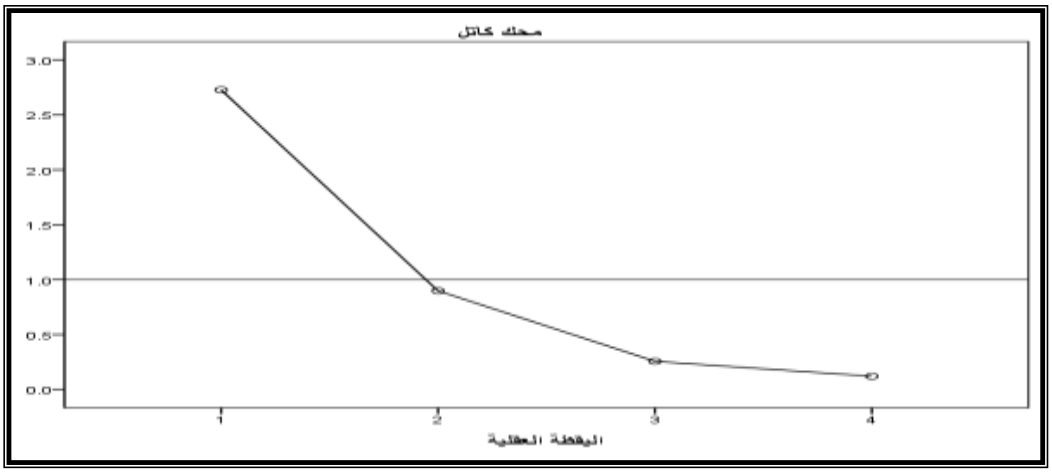
جدول (٥)

(العامل المستخرج من المصفوفة الارتباطية (٤ × ٤) لمقياس اليقظة العقلية)

الأبعاد	قيم التشبع بالعامل	نسب الشيوع
التميز اليقظ	٠.٨٣٥	٠.٦٩٧

الأبعاد	قيم التشبع بالعامل	نسب الشيوع
الانفتاح على الجديد	٠.٨٢٩	٠.٦٨٨
التوجة نحو الحاضر	٠.٧٥٦	٠.٥٧٢
الوعى بوجهات النظر المختلفة	٠.٨٧٨	٠.٧٧١
الجذر الكامن	٢.٧٢٧	
نسبة التباين	٦٨.١٧٤	

تستخلص الباحثة من جدول (٥) تشبع أبعاد مقياس اليقظة العقلية على عامل واحد، وبلغت نسبة التباين (٦٨.١٧٤)، والجذر الكامن (٢.٧٢٧) وقيمة الجذر الكامن أكبر من الواحد الصحيح وفقاً لمحك كايزر مما يعنى أنَّ هذه الأبعاد التي تكون هذا العامل تعبر تعبيراً جيدا عن عامل واحد هو مقياس اليقظة العقلية الذي وضع المقياس لقياسه بالفعل، مما يؤكد تمتع المقياس بدرجة صدق مرتفعة وشكل (١) يوضح محك كاتل:

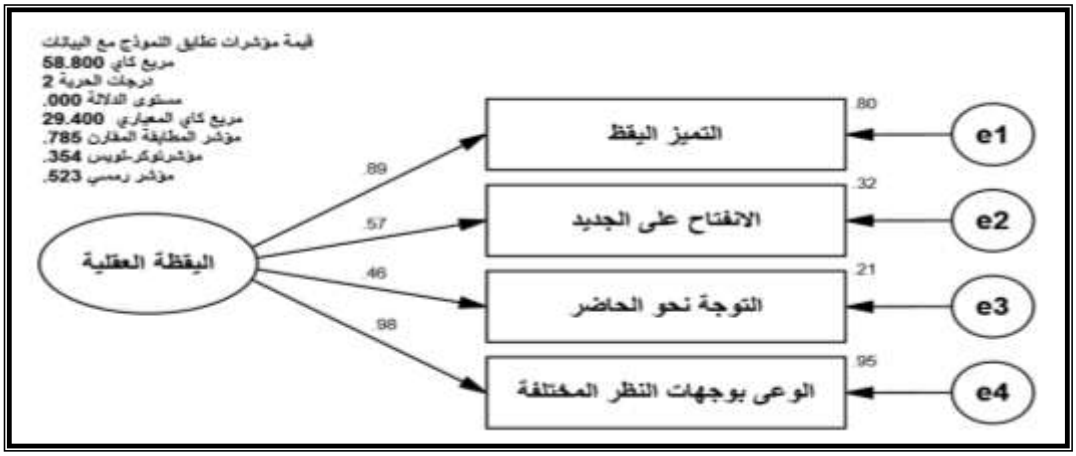


شكل (١) التمثيل البياني للجذر الكامن للعوامل المكونة لمقياس اليقظة العقلية

يتضح من الرسم البياني Scree Plot أن عامل واحد يزيد جذره الكامن عن الواحد الصحيح وهذا يعُد معيارًا آخر يمكن استخدامه بالإضافة إلى معيار الإبقاء على العوامل التي يزيد جذرها الكامن عن الواحد الصحيح.

٣- صدق البناء باستخدام معادلة التحليل العاملي (التوكيدي):

وهي حساب الصدق العاملي للمقياس عن طريق استخدام التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis باستخدام البرنامج الإحصائي **(AMOS 26)**، وذلك للتأكد من صدق البناء الكامن (أو التحتي) للمقياس، عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام، حيث تم افترض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس اليقظة العقلية تنتظم حول عامل كامن واحد كما هو موضح بالشكل التالي:



شكل (٢) نموذج العامل الكامن الواحد لمقياس اليقظة العقلية

وقد حظي نموذج العامل الكامن الواحد لمقياس اليقظة العقلية على مؤشرات حسن مطابقة جيدة، حيث كانت قيمة (مربع كاي = ٥٨.٨٠٠) ودرجة حرية = (٢) ومؤشر رمسي RMSEA = (٠.٥٢٣) وهذا يدل على إن النموذج يتمتع بمؤشرات مطابقة جيدة وجدول (٦) يوضح معاملات المسار المعيارية وقيمة (ت) للمتغيرات ويوضح الجدول (٧) التالي: نتائج التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد المقياس:

جدول (٦)

(ملخص نتائج التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس اليقظة العقلية)

العامل الكامن	العوامل المشاهدة	التشبع بالعامل الكامن الواحد	الخطأ المعياري لتقدير التشبع	قيم "ت" ودلالتها الإحصائية
اليقظة العقلية	التميز اليقظ	٠.٨٩	٠.٨٠	٤.٣٤٤**
	الانفتاح على الجديد	٠.٥٧	٠.٣٢	٦.٩٧٣**
	التوجة نحو الحاضر	٠.٤٦	٠.٢١	٧.٠٤٨**
	الوعى بوجهات النظر المختلفة	٠.٩٨	٠.٩٥	٠.٩٥٨

(**) دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٦) أن نموذج العامل الكامن الواحد قد حظي على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة، وأن معاملات الصدق الأربعة (التشعبات بالعامل الكامن الواحد) دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على صدق جميع الأبعاد المشاهدة لمقياس اليقظة العقلية، ومن هنا يمكن القول إن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى قدمت دليلاً قويًا على صدق البناء التحتي لهذا المقياس، وأن اليقظة العقلية عبارة عن عامل كامن عام واحد تنتظم حولها العوامل الفرعية الأربعة المشاهدة لها.

٣- القدرة التمييزية:

تَم استخدام القدرة التمييزية لمعرفة قدرة المقياس على التمييز بين الأقوياء والضعفاء في الصفة التى يقيسها (مقياس اليقظة العقلية)، وذلك بترتيب درجات عينة التحقق من الكفاءة

السيكومترية فى الدرجة الكلية للمقياس تنازليًا، وتَم حساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات الإرباعي الأعلى وهو الطرف القوى، والإرباعي الأدنى والجدول (٧) يوضح ذلك:

جدول (٧)

(القدرة التمييزية لمقياس اليقظة العقلية (ن = ١٠٥))

الأبعاد	الإرباعى الأعلى ن=٢٧		الإرباعى الأدنى ن=٢٧		قيمة ت	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
التميز اليقظ	٣١.٠٧	٧.٢٧	١٩.٢٦	١.٤٠	٨.٢٨٧	٠.٠١
الانفتاح على الجديد	٢٠.٦٣	٣.٧٧	١٢.٨٩	١.٥٣	٩.٨٧٩	٠.٠١
التوجة نحو الحاضر	١٧.٧٨	٤.٣٤	١١.٦٣	١.٧٤	٦.٨٢٩	٠.٠١
الوعى بوجهات النظر المختلفة	١٧.٧٤	٣.٠٣	١١.٣٧	١.٦٤	٩.٥٩٤	٠.٠١
الدرجة الكلية	٨٧.٢٢	١١.٨٨	٥٥.١٥	٢.٤٩	١٣.٧٣٢	٠.٠١

يتضح من الجدول (٧) أن الفرق بين الميزانين القوى والضعيف دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) وفى اتجاه المستوى الميزاني القوى مما يعني تمتع المقياس بصدق تمييزي قوي.

النتائج المتعلقة بالفرض الثالث: توجد دلالة لثبات مقياس اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم

وللتعرّف على دلالة ثبات مقياس اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم تم الآتي:

طريقة إعادة التطبيق:

تمَّ ذلك بحساب ثبات مقياس اليقظة العقلية لذوي صعوبات التعلم من خلال إعادة تطبيق المقياس بفاصل زمنى قدره أسبوعين وذلك على عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية، وتم استخراج معاملات الارتباط بين درجات العينة باستخدام معامل بيرسون (Pearson)، وكانت جميع معاملات الارتباط للأبعاد دالة عند (٠.٠١) مما يشير إلى أنَّ مقياس اليقظة العقلية يعطى نفس النتائج تقريباً إذا ما استخدم أكثر من مرَّة تحت ظروف مماثلة وبيان ذلك فى الجدول (٨)

جدول (٨)

نتائج الثبات بطريقة إعادة التطبيق لمقياس اليقظة العقلية

الأبعاد	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى	مستوى الدلالة
التميز اليقظ	٠.٨٥٨	٠.٠١
الانفتاح على الجديد	٠.٧٩٦	٠.٠١
التوجة نحو الحاضر	٠.٨٠٦	٠.٠١
الوعى بوجهات النظر المختلفة	٠.٨٨٧	٠.٠١
الدرجة الكلية	٠.٨٣٦	٠.٠١

يتضح من خلال جدول (٩) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًّا بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى لأبعاد مقياس اليقظة العقلية لذوي صعوبات التعلم، والدرجة الكلية لها، مما يدل على ثبات المقياس، ويؤكد ذلك صلاحية مقياس اليقظة العقلية لقياس السمة التى وُضع من أجلها.

٢- طريقة معامل ألفا ـ كرونباخ:

تمَّ حساب معامل الثبات لمقياس اليقظة العقلية باستخدام معامل ألفا – كرونباخ لأبعاد المقياس وكانت كل القيم مرتفعة، ويتمتع بدرجة مقبولة من الثبات، وبيان ذلك فى الجدول (٩):

جدول (٩)

(معاملات ثبات مقياس اليقظة العقلية باستخدام معامل ألفا – كرونباخ)

م	أبعاد المقياس	معامل ألفا – كرونباخ
١	التميز اليقظ	٠.٧٦٥
٢	الانفتاح على الجديد	٠.٧٢٣
٣	التوجة نحو الحاضر	٠.٧٢٧
٤	الوعى بوجهات النظر المختلفة	٠.٧٦٣
الدرجة الكلية		٠.٧٤٤

يتضح من خلال جيتضح من خلال جدول (٩) أنَّ معاملات الثبات مقبولة، مما يعطى مؤشرًا جيدًا لثبات المقياس، وبناء عليه يمكن العمل به.

٣- طريقة التجزئة النصفية:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس اليقظة العقلية على عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية التى اشتملت (١٠٥) تلميذا، وتم تصحيح المقياس، ثم تجزئته إلى قسمين، القسم الأول اشتمل على المفردات الفردية، والثاني على المفردات الزوجية، وذلك لكل تلميذ على حدة، وتم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson) بين درجات المفحوصين فى المفردات الفردية،

والمفردات الزوجية، فكانت قيمة مُعامل سبيرمان – براون، ومعامل جتمان العامة للتجزئة النصفية مرتفعة، حيث تدل على أنَّ المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات، وبيان ذلك فى الجدول (١٠)

جدول (١٠)

(مُعاملات ثبات مقياس اليقظة العقلية بطريقة التجزئة النصفية)

م	أبعاد المقياس	سبيرمان . براون	جتمان
١	التميز اليقظ	٠.٩٥٧	٠.٧٦٨
٢	الانفتاح على الجديد	٠.٨٤٨	٠.٧٠١
٣	التوجة نحو الحاضر	٠.٩٠٨	٠.٧٧٠
٤	الوعى بوجهات النظر المختلفة	٠.٩٥٩	٠.٨١٤
الدرجة الكلية		٠.٩٤٩	٠.٧٤٩

يتضح من جدول (١٠) أنَّ معاملات ثبات المقياس الخاصة بكل بعد من أبعاده بطريقة التجزئة النصفية سبيرمان – براون متقاربة مع مثيلتها طريقة جتمان، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات فى قياسه لليقظة العقلية.

طريقة تصحيح المقياس:

حددت الباحثة طريقة الاستجابة على المقياس بالاختيار من ثلاث استجابات (أحياناَ– كثيراَ– لا) على أن يكون تقدير الاستجابات (٣، ٢، ١) على الترتيب، وبذلك تكون الدرجة القصوى (١٢٠)، كما تكون أقل درجة (٦٠)، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع اليقظة العقلية، وتدل الدرجة المنخفضة على انخفاض اليقظه العقلية.

مناقشة النتائج:

إن الكفاءة السيكومترية التي تمتع بها مقياس المهارات اللغوية يدل على أن المقياس يتمتع بدلالات اتساق داخلي، ودلالات صدق، ودلالات ثبات تدل على الثبات والاستقرار في بناء المقياس، وتسمح باستخدامه في البيئة العربية.

التوصيات:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية تقدم الباحثة بعض التوصيات التالية:

١. إجراء مزيد من الدراسات عن الكفاءة السيكومترية مقياس اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم
٢. استخدام المقياس في تقييم برامج التدخل لتحسين اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم.
٣. دراسة اليقظة العقلية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم في ضوء بعض المتغيرات، مثل: العمر، النوع، شدة الإعاقة، معامل الذكاء.
٤. ضرورة الاهتمام ببرامج تنمي اليقظة العقلية في المراحل التعليمية المختلفة، واستخدام استراتيجيات تعليمية مناسبة لتنميتها.
٥. الاستفادة التربوية من نتائج الدراسة الحالية فى تحسين اليقظه العقليه لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم من خلال التدريب على المهارات الاجتماعية بينهم ومن الآخرين فى المواقف المختلفة.
٦. الاهتمام بسيكولوجية الطالب ذوى صعوبات التعلم و إظهار جوانب القوة لديه ، وتنميتها حتى تزداد ثقته بنفسه.
٧. تدريب المعلمين والموجهين والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين العاملين بالمدارس على إعداد البرامج الارشادية والعلاجيه والتدريبية التي تتصدى للتغلب على المشكلات التى تواجه الطلاب ذوى صعوبات التعلم.

٨. ينبغي علي كليات التربية إعداد أخصائي النفسي المؤهل تأهيلا أكاديمياً- ومهنيا من أجل التعامل مع هؤلاء الطلاب، حتي يتسني له حل صراعاتهم النفسية حتي يجنبهم السلوكيات اللاتوافقية.

٩. لابد من عقد دورات توعية لأسر هؤلاء الطلاب، تساعد فى التعامل معهم مما يؤدي إلي تقليل الضغوط النفسية التي يعانون منها.

بحوث مقترحة: تقترح الباحثة إجراء بحوث في الآتي:
أثار ما جاء في هذا البحث الحالي من عرض للإطار النظري وتحليل للدراسات السابقة ذات الصلة، فضلاً عن نتائج الدراسة الحالية، العديد من التساؤلات التي تحتاج إلي إجراء بعض الدراسات للإجابة عنها، وفيما يلي تعرض الباحثة بعض الدراسات التي يري إمكانية إجرائها في المستقبل:

١- استخدام استراتيجيات تعليمية أخرى غير التي استخدمتها الدراسة الحالية ومعرفة أثرها على اليقظه العقلية لدى تلاميذ الصفوف الدراسية المختلفة من ذوي صعوبات التعلم.

٢- دراسة عن مدى تقبل الوالدين لبعض مشكلات أبنائهم ذوي صعوبات فى التعلم وأثره على المهارات الاجتماعية لديهم.

٣- فعالية التدريب على المهارات الاجتماعية وأثره على اليقظه العقليه لدى الطلاب ذوى صعوبات التعلم.

٤- فاعلية برنامج إرشادي نفسي لخفض ضغوط الوالدية للأسر الطلاب ذوي صعوبات التعلم.

٥- فاعلية السيكودراما فى تعديل بعض السلوكيات غير التكيفية الأخرى لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم، مثل: الخجل، والوحدة النفسية.

المراجع

أولا: المراجع العربية:

أحمد فكرى بهنساوى(٢٠٢٠).اليقظة العقلية وعلاقتها بالنهوض الاكاديمى لدى طلاب الجامعة فى ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية،المجلة التربوية ،جامعة سوهاج، كلية التربية،ع٧٨اكتوبر ،ص(١١-٧٣).

أحمد محمد أبو زيد(٢٠١٧).فاعلية التدريب على اليقظة العقلية كمدخل سلوكى جدلى فى خفض صعوبات التنظيم الانفعالى لدى الطالبات ذوى اضطراب الشخصية الحدية وآثرة على أعراض هذا الاضطراب،مجلة الارشاد النفسى جامعة عين شمس،مج٥٠،ص(٢٨٧-٣٣٥).

أسماء طه نوري (٢٠١٢).أثر أبعاد اليقظة الذهنية في الإبداع التنظيمي دراسة ميدانية في عدد من كليات جامعة بغداد. مجلة العلوم الاقتصادية والإدارية، جامعة بغداد،مج ١٨،ع ٦٨،ص(٢٠٦-٢٣٦).

أمل محمد حسونة ،محمد إبراهيم عبد الحميد،مريانا نادى عبد المسيح (٢٠١٥).فاعلية برنامج تدريبى مقترح لتنمية خصائص التفكير الايجابى لدى أطفال ما قبل المدرسة ذوى صعوبات التعلم ،المجلة العلمية لكلية رياض الاطفال –جامعة بورسعيد،ع٧ –ص(٢٦٠:٢٥١).

رياض العاسمي ونغم جلال (٢٠١٨).اليقظة العقلية و علاقتها بالمرونة النفسية لدى عينة من طلاب الإرشاد النفسي بكلية التربية بجامعة دمشق،مجلة تشرين للبحث العلمي،مج٤٠،ع٣.

علي محمد الشلوى (٢٠١٧).اليقظة العقلية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى عينة من طلاب كلية التربية بالدوادمي. مجلة البحث العلمي في التربية. جامعة عين شمس- كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، ٩ (١٩)،مجلة كلية التربية ببنها، ع١٢٠أكتوبر مج٣ ،ص(٢٠١٩).

عبد الباري مايح الحمداني (٢٠١٣). بعض الخصائص السيكومترية لمعايير اتحاد الجامعات العربية: كمقياس لاستخراج مؤشرات الجودة الشاملة. المجلة العربية لضمان جودة التعليم الجامعي، كلية ذي قار، العراق، ٧ (١٦)، ١٨٥-٢٠٠.

عبد الرقيب البحيرى وعبد الرحمن الضبع و أحمد علي طلب (٢٠١٤). الصورة العربية لمقياس اليقظة العقلية الخماسي الأوجه دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة عين شمس، مجلة مركز الإرشاد النفسي: مصر، مج٣٩، ص (١٢٠-١٦٨).

فتحى عبد الرحمن الضبع(٢٠١٦). اليقظه العقلية وعلاقتها بالسعادة الدراسية لدى عينه من تلاميذ المرحلة الابتدائيه،المجله المصرية للدرسات النفسية ،مج٩١،ص(١٨٥-٢٢١).

فتحي عبد الرحمن الضبع (٢٠١٣).فاعلية اليقظة العقلية في خفض أعراض الاكتئاب النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة الارشاد النفسي مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس، مج(٣٤)،ص (١-٧٥) .

محمد احمد حماد(٢٠١٨):فعالية برنامج تدريبى لتنمية اليقظه العقلية فى تحسين مهارات تنظيم الذات وخفض صعوبة الانتباة لدى الاطفال ذوى صعوبات التعلم،كلية التربية جامعة اسيوط، مج٣٤، ع٦،ص(٤٤).

مروة شهيد صادق الزبيدى (٢٠١٢). الاستقرار النفسي و علاقته باليقظة الذهنية لدى طلبة المرحلة الإعدادية،أطروحة دكتوراه منشورة،جامعة ديالي،كلية التربية الأساسية، العراق.

محمد السيد عبد الرحمن (٢٠١٦).مقياس اليقظة العقلية خماسي الأوجه:القاهرة،دار الكتاب الحديث للنشرو التوزيع.

نايفة القطامى(٢٠٠٠).تعليم التفكير للمرحلة الاساسيه،دار الفكر:عمان.

ثانيا: المراجع الاجنبية

Langer, E. J. (1989): Mindfulness. New-York: Addison-Wesley

Langer,E.J.,&Moldoveanu,M.C.(2000). Mindfulness,Journal of .The Construct of social issues

---------- (1992): Matters of mind: mindfulness /mindlessness in perspective ,Consciousness and Cognition, 1

Kuh, G, Love, p.(2000). A cultural perspective on student departure. In Braxton, J. Vanderbilt(Eds), Reworking the student Departure Puzzle (pp196- 212) University Press..

Kuh, G.; Hayek, J.; Carini, R.; Oimet, J.; Gonyea, R. and Kennedy, J. (2011). National Survey of Student Engagement: measurements-yearbook.

Seligman, E.P. & Steen, T.A., & Park, N., & Peterson, C., (2005). Positive psychology progress. (Electronic version). Journal of American Psychologist, (5), 410 - 421.

Tinto, V. (1987). Leaving College: rethinking the causes and cures of student att