

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

مروة عيد حسن محمد إبراهيم
مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي
بكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

جامعة الجلالة المستخلص:

يهدف البحث الحالي إلى تحديد علاقة اليقظة العقلية بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً، وتكونت عينة البحث مما يلي: العينة الاستطلاعية: تكونت العينة الاستطلاعية من (٣٢٠) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الإعدادية بمدارس المتفوقين عقلياً والموهوبين (١٢١ من الذكور ، ١٩٩ من الإناث) بمتوسط عمرى قدره ١٤,٤٢ ، وانحراف معيارى قدره ١,٣١ ، بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، وتكونت العينة الأساسية من (٧٩) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الإعدادية، (٣٠ ذكراً ، ٤٩ أنثى) ، بمتوسط عمرى قدره ١٤,٦٧ وانحراف معيارى قدره ١,٢٩ ، بهدف التحقق من فروض الدراسة. وطبق عليهم مقياس اليقظة العقلية إعداد: Baer,et al. (2006)، وقام بتقنيته وترجمته البحيري وآخرون(2014) ، كما طبق عليهم كل من مقياس دافعية الإنجاز ومقياس المهارات الاجتماعية وهما من إعداد: الباحثة. وأشارت نتائج البحث إلى أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة عند مستوى ٠,٠١ بين أبعاد مقياس المهارات الاجتماعية والدرجة الكلية وأبعاد مقياس اليقظة العقلية والدرجة الكلية، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة عند مستوى ٠,٠١ بين أبعاد مقياس دافعية الإنجاز والدرجة الكلية وأبعاد مقياس اليقظة العقلية والدرجة الكلية. كما أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطى درجات كل من مقياس (دافعية الإنجاز – المهارات الاجتماعية- اليقظة العقلية) وفقاً لمتغير النوع (ذكور- إناث) لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية المتفوقين عقلياً، كما أشارت النتائج إلى أنه يمكن التنبؤ باليقظة العقلية من خلال أبعاد المهارات الاجتماعية وأبعاد دافعية الإنجاز.

الكلمات المفتاحية: اليقظة العقلية، دافعية الإنجاز، المهارات الاجتماعية.

Mindfulness and Its Relationship to Achievement Motivation and Social Skills among a Sample of Intellectually Gifted Adolescents

Dr. Marwa Eid Hassan Mohame

Abstract:

The current study aims to examine the relationship between mindfulness and both achievement motivation and social skills among a sample of intellectually gifted adolescents. The study sample consisted of the following: pilot sample: this included 320 preparatory school students (121 males and 199 females), with a mean age of 14.42 years and a standard deviation of 1.31. The purpose of this sample was to verify the psychometric properties of the study tools and to extract the main study sample of intellectually gifted students. main sample: this consisted of 79 preparatory school students (30 males and 49 females), with a mean age of 14.67 years and a standard deviation of 1.29. This sample was used to test the research hypotheses. the students were assessed using the mindfulness scale developed by baer et al. (2006) and translated and standardized by el-beheiry et al. (2014). In addition, the achievement motivation scale and the social skills scale, both developed by the researcher, were also applied. the results indicated a statistically significant positive correlation at the 0.01 level between the dimensions and total score of the social skills scale and the dimensions and total score of the mindfulness scale. Similarly, there was a statistically significant positive correlation at the 0.01 level between the dimensions and total score of the achievement motivation scale and those of the mindfulness scale. Furthermore, the findings revealed no statistically significant differences in the mean scores of the mindfulness scale, achievement motivation scale, or social skills scale according to gender (males vs. Females) among the intellectually gifted preparatory school students. The results also indicated that it is possible to predict the level of mindfulness among intellectually gifted adolescents through certain dimensions of social skills and achievement motivation.

Keywords: Mindfulness , Achievement Motivation, Social Skills

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

د. مروة عيد حسن محمد

مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي
بكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

مقدمة:

يعتبر الاهتمام بالمتفوقين عقلياً من الأمور المهمة التي توليها الدول أولوية، لما يمتلكه المتفوقون عقلياً من مواهب وقدرات من شأنها أن تُسهم في تقدم هذه الدول. فالموهوبون والمتفوقون هم سلاح المجتمع للتقدم ومواكبة التطور العلمي والتقني الذي يتزايد كل يوم، وعلى الرغم من امتلاك الطلاب الموهوبين لمواهب وقدرات خاصة إلا أنهم بحاجة ماسة إلى معرفة احتياجاتهم وتدعيم صحتهم النفسية لما يقع عليهم من عبء أكاديمي وعلمي وتحديات، وذلك بهدف إعداد عديد من البرامج الإرشادية والتدخلات العلاجية لمساعدتهم. تنمية قدراتهم ومواهبهم الخاصة وزيادة دافعيتهم للعمل والإنجاز، حتى يتمكنوا من المساهمة بفعالية في تقدم وتطور مجتمعهم. تمثل المراقبة مرحلة مهمة من مراحل الحياة ينتقل فيها المتعلمون بشكل عام، والطلاب الموهوبون والمتفوقون بشكل خاص من مرحلة الطفولة إلى طور من أطوار البلوغ والنمو حتى بداية التعليم الجامعي؛ فالطلاب المتفوقون في هذه المرحلة العمرية لديهم حاجة ملحة إلى وجود منهج وقائي للحفاظ على قدراتهم وإمكاناتهم، ومدخل إثرائي في العمل على تنمية هذه القدرات والوصول بها إلى أقصى حد ممكن؛ وهذا لا يتأتى إلا من خلال دراسات توضح التأثيرات المختلفة لبعض العوامل والمتغيرات (Satija, ٢٠١٦).

كما أن دافعية الإنجاز لها أهمية كبيرة للفرد والمجتمع على حد سواء. وقد حظيت باهتمام الباحثين في مختلف مجالات الحياة، إذ لا تقتصر أهميتها على الجانب النفسي، بل تمتد لتشمل العديد من المجالات مثل الرياضة والاقتصاد والتعليم. التي تعبر عن رغبة الفرد في إنجاز المهام الصعبة، والتنافس مع الآخرين، والتغلب عليهم، والتغلب على العقبات التي تواجهه. والتعامل مع الأفكار والأشياء بطريقة منظمة، والوصول إلى مستوى

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

متميز في مختلف مجالات الحياة. فضلاً عن ذلك، تُسهم دافعية الإنجاز في تحقيق الفرد للتوافق النفسي. لأن الفرد الذي يحقق الإنجازات من المرجح أن يكون أكثر قبولاً لذاته وأكثر تحقيقاً لذاته، وهذا سينعكس إيجابياً على مهاراته الاجتماعية. لأن دافعية الإنجاز من شأنها رفع إنتاجية الفرد في كافة مجالات الحياة، والنمو الاقتصادي في المجتمع، ويرتبط النمو الاقتصادي بارتفاع أو انخفاض مستويات دافعية الإنجاز لدى أفراده، كما يتميز الأفراد ذوو دافعية الإنجاز المرتفعة بخصائص تجعلهم يميزون أنفسهم عن الآخرين، فهم أكثر ميلاً إلى الثقة بالنفس في قدراتهم. وهم متسقون في دراستهم، ومقاومون للضغوط الخارجية، ولديهم مستوى عالٍ من الطموح. كما أنهم يعملون بجد أكثر من غيرهم، ويحققون المزيد من النجاح في حياتهم في مختلف المواقف الحياتية، ويحصلون على درجات أعلى في اختبارات السرعة، وإكمال المهام الحسائية واللفظية، وحل المشكلات، والدرجات المدرسية. إنهم يحققون تقدماً أكثر وضوحاً في المجتمع ويكونون أكثر واقعية في اغتنام الفرص (Kozlowski, 2018).

كما تعد اليقظة العقلية من الميادين الحديثة التي اهتم بها الباحثون في الفترة الأخيرة، حيث إنها من خصائص الشخصية المتوازنة سلوكياً وفعالياً ومعرفياً؛ مما يدعم قدرة الأفراد على التركيز في المهام التي يقومون بها. كما أنها تساعد الأفراد على التركيز على أنفسهم وتجاهل المحفزات الخارجية من حولهم؛ مما يحسن قدرتهم على إظهار كافة كفاءاتهم ومهاراتهم؛ وبالتالي يجعلهم أكثر قدرة على تلبية احتياجاتهم المختلفة في البيئة الأكاديمية، والاستمرار في مهامهم الأكاديمية (Bani Yunus, 2007).

أثبتت الدراسات والأبحاث العلمية أن لليقظة العقلية دور في تطوير أداء الطلاب الأكاديمي، وتقليل الضغوط النفسية والأكاديمية، وتنمية الإبداع التنظيمي لدى الطلاب (Nouri, 2012).

كما أثبتت دراسة Abarkar et al., (2023) أن للتدريب على ممارسة تمارين اليقظة العقلية الموجه للمراهقين أثراً كبيراً في تقليل التعب الأكاديمي وأعراض الإرهاق

الأكاديمي والقلق الاجتماعي لدى الطلاب. وقد وجد أيضاً أنه يمكن استخدام التدريب على اليقظة العقلية كتدخل فعال للتخفيف من المشاعر الأكاديمية السلبية وزيادة التفاؤل الأكاديمي لدى الطلاب (Asani & Gargari, 2024).

ونظراً للطبيعة التنافسية المتزايدة في المدارس المصرية وخاصة في برامج الموهوبين والمتفوقين عقلياً، التي تبرز أهمية تعزيز قدرات الطلاب المتفوقين على التنظيم الذاتي والانفعالي والمهارات الاجتماعية، وهي أبعاد تسهم فيها اليقظة العقلية بفعالية.

حيث تبين من دراسة (Hammouri and Abu Gazal (2021) أن هناك علاقة وثيقة بين اليقظة العقلية ودافعية الإنجاز، وأن اليقظة العقلية بكافة أبعادها بما فيها الملاحظة تزيد من دافعية الطلاب وتحصيلهم الدراسي، وتزيد من سلوكياتهم الإيجابية. كما أشارت الدراسة إلى أن الوعي العقلي مهم لدافعية الإنجاز. ولكي يتمكن الطلاب من تحقيق الإنجاز المنشود، عليهم أن يركزوا وبعيهم على الأحداث والتجارب التعليمية التي تجري من حولهم؛ وبالتالي تزداد قدرتهم على تنظيم أنفسهم وتحديد احتياجاتهم وقدراتهم. كما أوصت الدراسة بإجراء المزيد من الأبحاث والدراسات حول اليقظة العقلية ودافعية الإنجاز على عينات أخرى، مثل الطلاب المراهقين، لوجود نقص كبير في هذا المجال.

كما أشارت دراسة (Muhammad et al., (2019 أن ما يزيد من أهمية تنمية دافعية الإنجاز لدى الموهوبين والمتفوقين عقلياً هو أنهم يعانون من عدم تنمية هذه السمة، وعلى عكس الاعتقاد السائد بأن دافعية الإنجاز فطرية لديهم، إذ يختلف المتفوقين عقلياً من حيث قدراتهم واحتياجاتهم، فإن عدم تقديم البرامج المناسبة لهم يؤدي إلى انخفاض دافعيتهم واحتياجاتهم؛ مما يسبب لهم الإحباط والضيق.

ونظراً للثروة الوطنية التي يمثلها المتفوقون عقلياً للوطن، وأهمية مرحلة المراهقة في كونها تمهيداً وإعداداً للطلبة للمرحلة الجامعية والبحث العلمي، ومن ثم الانطلاق إلى العمل وإفادة المجتمع، وبما أن المتفوقين هم عماد المجتمع، فإن البحث الحالي يسعى إلى تقديم نموذج مقترح يوضح العلاقة بين ثلاث متغيرات من أهم المهارات التي يجب أن تكون لدى الموهوبين في مرحلة المراهقة.

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

حيث أوضحت الكثير من الدراسات العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية، ووجود علاقة إيجابية معتدلة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية؛ مما يشير إلى أن ممارسة اليقظة العقلية قد تعزز من قدرة الأفراد على التفاعل الاجتماعي بفعالية أكبر. وإلى تقييم تأثير التدخلات المعتمدة على اليقظة العقلية على المهارات الاجتماعية لدى المراهقين، وأظهرت النتائج أن هذه التدخلات تسهم بشكل إيجابي في تحسين المهارات الاجتماعية لدى المراهقين؛ مما يعزز من قدرتهم على التفاعل الاجتماعي والتواصل الفعّال. كما أظهرت النتائج أن ممارسة اليقظة العقلية ترتبط بتحسينات في الوظائف الاجتماعية، بما في ذلك زيادة التعاطف والقدرة على التواصل الفعّال منها على سبيل المثال دراسة: (wang and Choi (2021؛ Johnson and Lee (2020؛ (Smith and Brown (2019).

إن اليقظة العقلية لا تعمل كعصا سحرية تجعل الطلاب يشعرون بالاسترخاء والهدوء عند الطلب. لا تزال ضغوطات الحياة اليومية حاضرة في حياة المعلمين والطلاب. وبالنسبة للطلاب المتفوقين بشكل خاص، فإن المتطلبات الأكاديمية والضغوطات المتزايدة تولد قدرًا كبيرًا من التوتر والقلق. ومع ذلك، بعد تجربة الهدوء الناتج عن ممارسات اليقظة العقلية والتعرف على التمارين الفردية أثناء تنفيذ هذه الاستراتيجيات، يختار عديد من الطلاب المتفوقين عقلياً بسهولة المشاركة في هذه الأنشطة.

مشكلة البحث:

انبثقت مشكلة البحث الحالي من الخبرة الميدانية للباحثة بوصفها مدرس منتدب في قسم الموهبة وصعوبات التعلم بكلية التربية الخاصة، ومُشرفة أكاديمية على تدريب طلبة التربية الخاصة بمدارس المتفوقين، فضلاً عن عملها بمركز الإرشاد النفسي – جامعة عين شمس. فقد لاحظت الباحثة، من خلال تطبيق المقاييس السيكومترية والمقابلات التشخيصية، تلازمًا واضحًا بين مستويات اليقظة العقلية لدى المراهقين المتفوقين عقلياً وبين كلٍّ من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لديهم. أثار ذلك التلازم تساؤلاً عند

الباحثة حول طبيعة تلك العلاقات وإمكان توظيفها في تصميم برامج نمائية تستهدف تعزيز قدرات هذه الفئة.

حيث تشير الأدبيات الحديثة إلى أن الدافعية للإنجاز تُعدُّ المحرِّك الأساسي لسلوك الفرد الأكاديمي، بينما يُسهم انخفاض اليقظة العقلية في تدني التركيز وضعف الحلول الإبداعية وازدياد الانفعالات السلبية. (Akyurek & Bumin, 2018) وفي المقابل، تُظهر دراسات متعددة أن ممارسات اليقظة العقلية تخفض القلق وتزيد الانتباه، ما يرفع دافعية الطالب لإنجاز مهامه (Bani, 2007؛ Howell & Buro, 2011 ؛ Akin & Akin, 2015) كما أثبتت تدخلات قائمة على اليقظة فعاليتها في تحسين الوظائف التنفيذية والإبداعية لدى الطلبة الموهوبين (Elfeky & Elbyaly, 2023؛ Abu Gazal & Hammouri, 2021).

من جهة أخرى، تُعدُّ المهارات الاجتماعية ركيزةً لنجاح المتفوقين في التفاعل المدرسي والمجتمعي. وتبيّن المراجعات المنهجية أن اليقظة العقلية ترتبط بتحسُّن التعاطف وتنظيم الذات والعلاقات مع الأقران (Terjestam et al., 2016 ؛ Liang et al., 2023) كذلك أوضحت تحليلات شمولية أن الأفراد ذوي اليقظة المرتفعة يُبدون سلوكًا اجتماعيًا إيجابيًا أكثر (Donald et al., 2019).

على الرغم من هذه النتائج، فإن معظم الأبحاث تناولت اليقظة العقلية وعلاقتها إما بدافعية الإنجاز أو بالمهارات الاجتماعية كلٌّ على حدة، وتركزت أساسًا في بيئات غير عربية أو على عينات طلابية عاديين حتى الآن – وبحسب اطلاع الباحثة – لا توجد دراسة عربية دمجت المتغيرات الثلاثة معًا لدى المراهقين المتفوقين عقليًا؛ وهي فئة تتميز بقدرات عالية لكنها تواجه تحديات انفعالية واجتماعية خاصة. (Renzulli & Reis, 2014) من هنا تتبع الفجوة التي يسعى البحث الحالي إلى سدّها، مُحلِّلًا التفاعلات المتبادلة بين اليقظة العقلية ودافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية في سياق مصري.

وعليه، تتمثّل مشكلة البحث في محاولة الكشف عن طبيعة العلاقات البينية بين المتغيرات الثلاثة لدى المتفوقين عقليًا في مرحلة المراهقة، وتحدد أسئلة البحث فيما يلي:

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

١. ما العلاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية لدى المراهقين المتفوقين عقلياً؟
٢. ما العلاقة بين اليقظة العقلية ودافعية الإنجاز لدى المراهقين المتفوقين عقلياً؟
٣. ما طبيعة الفروق بين متوسطات درجات كل من اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية ودافعية الإنجاز تبعاً لمتغير النوع (ذكور/إناث)؟
٤. ما إمكانية التنبؤ باليقظة العقلية من خلال أبعاد المهارات الاجتماعية وأبعاد دافعية الإنجاز؟

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى تحديد علاقة اليقظة العقلية بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً.

أهمية البحث: تكمن أهمية البحث الحالي فيما يلي:

أ- الأهمية النظرية: تكمن الأهمية النظرية في:

- يتناول مرحلة مهمة في حياة الإنسان وهي مرحلة المراهقة، وما تمثله من تحديات تواجه المربين والآباء والمراهق.
- يتناول هذا البحث الفئة التي تحتاج إلى الرعاية والاهتمام، وهي فئة المتفوقين عقلياً، وهم ثروة الشعوب وسبل تقدم المجتمعات.
- تقديم مزيد من الفهم حول العلاقة بين اليقظة العقلية ودافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية.

الأهمية التطبيقية : تتمثل في:

- تُسهم نتائج البحث في زيادة وعي القائمين والمسؤولين عن التعليم ما قبل الجامعي بمفهوم اليقظة العقلية وعلاقتها بدافعية الإنجاز، وزيادة المهارات الاجتماعية لدى المراهقين المتفوقين عقلياً.
 - تُسهم نتائج البحث في التخطيط لإعداد برامج في التربية الخاصة والصحة النفسية قائمة على اليقظة العقلية وأبعادها لتعزيز دافعية الإنجاز وأساليب التفاعل الاجتماعي.
- مصطلحات البحث الاجرائية :

- **اليقظة العقلية Mindfulness**: وتعريفها الباحثة بأنها "حالة من الوعي والانتباه القصدي المتعمد في اللحظة الراهنة يقوم بها الفرد بهدف ملاحظة تجاربه والاستفادة من خبراته دون إصدار حكم؛ والتي تزيد من امتلاك الفرد لمهارات التنظيم الانفعالي والمعرفي والوعي بالذات والتفاعل الاجتماعي وتسهم في تحقيق الإنجاز". **وتحدد إجرائياً في البحث الحالي بالدرجة التي يحصل عليها أفراد**

- العينة على مقياس اليقظة العقلية إعداد: (Baer, et al. (2006) ، وقام بتقنيته وترجمته البحيري وآخرون (٢٠١٤).
- **دافعية الإنجاز Achievement Motivation**: وتعريفها الباحثة بأنها "محرك داخلي يدفع الفرد إلى بذل الجهد من أجل الحصول على الهدف والتغلب على التحديات مع الأخذ في الاعتبار نتائج التجارب السابقة فيشمل كل من الجانب (المعرفي- الوجداني- السلوكي). **وتتحدد إجرائياً في البحث الحالي بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس دافعية الإنجاز (إعداد الباحثة).**
 - **المهارات الاجتماعية**: وتعريفها الباحثة بمجموعة من الاستعدادات النفسية والعقلية التي يمتلكها الفرد تساعد على إبداء ردود إيجابية تتفق مع طبيعة الموقف وثقافة المجتمع. **وتتحدد إجرائياً في البحث الحالي بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس المهارات الاجتماعية (إعداد الباحثة).**
- حدود البحث: وتشمل كل من المحددات الموضوعية والمنهجية والمحددات البشرية والحدود المكانية والحدود الزمنية وهي كما يلي:
- **الحدود الموضوعية (المحتوى)**: يقتصر البحث على دراسة العلاقة بين اليقظة العقلية وكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية، ويتناول أبعاد كل متغير كما وردت في الأدبيات والمقاييس المستخدمة.
 - **الحدود المنهجية**: حيث اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي.
 - **الحدود البشرية**: تم تطبيق البحث على عينة من طلاب المرحلة الإعدادية المتفوقين عقلياً، وتكونت العينة الاستطلاعية من (٣٢٠) طالب وطالبة (١٢١ من الذكور ، ١٩٩ من الإناث) بمتوسط عمرى قدره ١٤,٤٢ ، وانحراف معيارى قدره ١,٣١ ، بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، وتكونت العينة الأساسية من (٧٩) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الإعدادية، (٣٠ ذكرًا ، ٤٩ أنثى) ، بمتوسط عمرى قدره ١٤,٦٧ وانحراف معيارى قدره ١,٢٩ .
 - **الحدود المكانية**: أجري البحث في عدد من المدارس الإعدادية بالجيزة التي تضم برامج أو فصول خاصة بالمتفوقين عقلياً.
 - **الحدود الزمنية**: أجري هذا البحث خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (٢٠٢٤/٢٠٢٥).

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

خلفية نظرية ودراسات سابقة:

في مواجهة التحديات والتطورات المستمرة التي يشهدها العالم، أصبحت الدول في أمس الحاجة إلى استغلالها العقول والكوادر البشرية التي يعتمدون عليها؛ لمواجهة المشاكل الناجمة عن تلك التحديات، لذلك رأت تلك الدول أن رعاية المتفوقين عقلياً، وتنمية قدراتهم، هي الأهداف الرئيسية لهذه الدول للاستفادة الكاملة منها موهبة التغلب على المشاكل. تعتبر فترة المراهقة رحلة تطور ممتعة ومرهقة في نفس الوقت، خاصة بالنسبة للمراهقين المتفوقين النشطين والمبدعين (Hébert & Kane, 2020)، والطلاب المتفوقين المراهقون لديهم العديد من الخصائص التي تجعلهم مختلفين عن الآخرين؛ وتشمل هذه الخصائص العقلية لأبحاثها والقدرات الفكرية، والخصائص الشخصية والاجتماعية، وتشير عديد من الدراسات إلى الدور الكبير الذي تلعبه الشخصية والخصائص الاجتماعية حيث تلعب دوراً في تشكيل وتوظيف المهارات العقلية؛ بالطريقة التي يحققون بها أهدافهم والنجاح في مجتمعاتهم منها (Jugeman, 2018; Al-Hawzimi and Al-Azimi, 2020; Eren et al. 2018)

اليقظة العقلية:

تعد اليقظة العقلية مفهوم نفسي مهم ومكتسب حديثاً في الأبحاث المتعلقة بالتربية، حيث ساهم بشكل فعال في توضيح زيادة وعي الطلاب وإدراكهم لاختيار العوامل الخارجية المناسبة؛ وبالتالي توسيع الرؤية وتعزيز التفكير والوعي (Youssef and Gnaïm, 2019; BHINSawi, 2020).

وعرّف Kabat, (2015) اليقظة العقلية بأنها الانتباه بطريقة معينة، وهي أن يكون الإنسان حاضراً في اللحظة الراهنة بشكل مقصود وواعٍ، دون إصدار أحكام على ما يمر به من خبرات.

بينما أشار كل من (Shapiro et al., 2006) إلى أن اليقظة العقلية هي تنظيم الانتباه ذاتياً، مع تبني موقف يتسم بالفضول والانفتاح والتقبل، ما يساعد الفرد على التعامل مع الخبرات الداخلية والخارجية بوعي وهدوء.

وأشار (Bishop et al., 2004) أن اليقظة العقلية عملية تتكون من عنصرين: الأول هو تنظيم الانتباه بحيث يتركز على الخبرة الآنية، والثاني هو تبني توجه عقلي يتسم بالانفتاح والتقبل لما يحدث دون مقاومة.

ومن منظور علم النفس التربوي، تُعرّف اليقظة العقلية بأنها قدرة المتعلم على توجيه انتباهه بشكل إرادي إلى اللحظة الراهنة داخل المواقف التعليمية، مع الوعي التام بتجاربه المعرفية والانفعالية، دون إصدار أحكام؛ مما يساهم في تعزيز التركيز الأكاديمي وتنظيم الانفعالات وتحسين التحصيل الدراسي (Burke, 2010).

وتُعد ممارسات اليقظة العقلية من الأساليب الحديثة الداعمة للتعلم النشط والتفاعل الصفي، حيث تُمكن المتعلم من فهم ذاته والتعامل مع الضغوط المدرسية بكفاءة ووعي. وعلى ذلك اليقظة تزيد من الوعي وتقوي الوظائف التحفيزية، وتعزز الإدراك القوي، ويشجع الابتكار والحدس (Kane, 2018).

فاليقظة العقلية لا تقتصر على زيادة الوعي الذاتي والقبول، بل تعمل على انخفاض ردود الفعل على الأفكار والمشاعر. وتحسن السلوك التكيفي للفرد بناءً على الاستجابة لتجارب الفرد الخاصة، والأحداث غير المتوقعة، ويعزز القدرة على الاكتشاف والإدارة، ويقلل من التشبث بالأهداف المرجوة (Nouri, 2012). وعليه إن الافتقار إلى اليقظة العقلية يؤدي إلى رؤية مصاحبة للأحداث التي يعيشها الفرد؛ مما يؤدي إلى الركود الفكري، وعدم قبول الأفكار المختلفة والأحداث الجديدة، والتي تجعل الفرد يدور في دائرة صلبة. أما الفرد اليقظ عقلياً فإنه يبرز مؤشرات الأحداث من بداية حدوثها، بحيث يستطيع السيطرة عليها ضمن السياق، كما تعمل اليقظة العقلية على تقليل ما يعانيه بعض الطلاب المتفوقين عقلياً من مشاكل اجتماعية وعاطفية مثل الكمال والقلق، وهذه الظروف يمكن أن تخلق دورة من التوتر متجذرة في العصبية والإثارة والأفكار

(Doss & Bloom, 2018)؛ لأنهم أكثر حساسية للصراعات الشخصية ويواجهون المزيد من العزلة الذاتية والذهنية بسبب قدراتهم الخاصة التي يتمتعون بها (Heshmati & Maanifar, 2018).

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

ولذلك، فإن ممارسة اليقظة توفر الاستراتيجيات والتدريبات اللازمة، مثل التفكير، لتمكن الأفراد من فهم العقل والجسد وتشجعهم. فيجب على الأفراد عدم الانخراط في الأحداث الماضية أو التركيز على الأحداث المستقبلية لتقدير الحاضر ومعايشة اليوم (Doss et al., 2018)، وبخاصة المراهقون المتفوقون عقلياً الذين يوفر تفانيهم تجارب حياتية مختلفة نوعياً، فإن الشروع في ممارسات اليقظة العقلية المنهجية يمكن أن يولد إحساساً معزراً بالعقلية الاجتماعية والعاطفية الصحة (Hebert & Kane, 2020).

النظريات المفسرة لليقظة العقلية

توجد عدة نظريات أساسية في تفسير اليقظة العقلية، حيث تناولت كل منها جوانب مختلفة من تأثير اليقظة على الإنسان، وكل نظرية من هذه النظريات تقدم منظوراً فريداً لكيفية تأثير اليقظة العقلية في مختلف جوانب الحياة النفسية، سواء كان ذلك على مستوى الانتباه أو الوعي أو التحكم في العواطف، ومن أبرز هذه النظريات:

١. نظرية تركيز الانتباه (Attention Regulation Theory) :

تعتبر نظرية تركيز الانتباه إحدى النظريات الأساسية التي تفسر مفهوم اليقظة العقلية. وفقاً لهذه النظرية، تُركز اليقظة العقلية على تنظيم الانتباه بحيث يكون الفرد مدركاً للحظة الحالية مع الحد من الانحرافات الذهنية. تعتبر هذه النظرية جزءاً من فهم كيفية تحسين تركيز الفرد ووعيه بالمحيط المحيط به من خلال الانتباه الكامل إلى تجربته الحاضرة دون انحراف (Zeidan et al, 2010).

٢. نظرية تنظيم الذات (Self-Regulation Theory)

تُركز نظرية التوجه الذاتي على كيفية تأثير اليقظة العقلية في التنظيم الذاتي للانتباه والعواطف. وتؤكد هذه النظرية أن ممارسة اليقظة العقلية تعزز قدرة الفرد على مراقبة ذاته وتحقيق التوازن بين مختلف العوامل النفسية والعاطفية، مما يساعد على تحسين الأداء الأكاديمي والاجتماعي. (Shapiro et al., 2009).

٣. نظرية الوعي بالذات (Self-Awareness Theory)

تركز هذه النظرية على دور اليقظة العقلية في زيادة الوعي بالذات من خلال اليقظة، يصبح الأفراد أكثر قدرة على مراقبة أفكارهم ومشاعرهم وسلوكياتهم؛ مما يساعدهم على اتخاذ قرارات أكثر حكمة وتحقيق توازن نفسي أكبر. النظرية تُعزز من أهمية اليقظة في تحسين التفاعل مع المواقف اليومية (Brown et al., 2003).

٤. نظرية الاستجابة الوجدانية (Affective Response Theory)

وفقاً لهذه النظرية، تؤثر اليقظة العقلية في قدرة الأفراد على تنظيم استجاباتهم الوجدانية تجاه المواقف والتجارب. ممارسة اليقظة تساعد في تقليل الاستجابات الوجدانية السلبية، وتعزز القدرة على التعامل بشكل إيجابي مع المواقف العاطفية (Keng et al, 2011).
أبعاد اليقظة العقلية:

تعددت الأبعاد التي تناولها الباحثون في دراسة اليقظة العقلية، حيث قدم كل منهم تصوراً يبرز جوانب مختلفة، فقدم (Schwenk et al, 2005) أربعة أبعاد تشمل: الوعي باللحظة الراهنة، عدم الحكم على التجارب، التقبل لجميع التجارب الداخلية والخارجية، والوعي المركز الذي يشير إلى قدرة الفرد على التحكم في انتباهه. كما قدم (Carlson et al., 2003) نظرية مشابهة تؤكد على أهمية الوعي بالتجربة الحالية، التفاعل غير الحكم مع التجارب، والانفتاح على التجارب. أما (Brown et al., 2003) فقد قدما أبعاداً تشمل الوعي بالتجربة الحالية، الانفتاح والتقبل للتجارب، والوعي الذاتي. تُظهر هذه الأبعاد أهمية اليقظة في تحسين الانتباه والتركيز على اللحظة الحالية مع تقبل التجارب بأريحية؛ مما يعزز الصحة النفسية والتوازن العاطفي.
بينما تناول (Baer, 2006) خمسة أبعاد أساسية لليقظة العقلية، وهي:

- **الوعي باللحظة الراهنة (Observing):** يُعبر هذا البُعد عن قدرة الفرد على الانتباه والتفاعل مع الأفكار والمشاعر والتجارب الحسية في اللحظة الحالية دون محاولة الحكم عليها أو تغييرها. يشمل الوعي بكل ما يحدث داخل النفس أو في البيئة المحيطة.

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

- **الحكم الذاتي (Describing):** يشير هذا البُعد إلى قدرة الشخص على وصف تجاربه الداخلية والخارجية بشكل دقيق وواضح. بمعنى آخر، هو قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره وأفكاره وتجربته الحسية بلغة دقيقة وغير متحيزة.
- **القدرة على التصرف الواعي (Acting with Awareness):** يعكس هذا البُعد قدرة الفرد على التصرف بناءً على وعيه بالموقف الحالي، مع تجنب التصرفات التلقائية أو الانفعالية. يعني أن يكون الشخص حاضراً في اللحظة ولا يتصرف بناءً على ردود فعل قديمة أو آلية.
- **التقبل غير الحكمي (Nonjudging of Experience):** يرتبط هذا البُعد بقدرة الشخص على تقبل أفكاره ومشاعره وتجربته الحسية بدون إصدار أحكام. يشمل هذا تقبل التجارب كما هي، بغض النظر عن كونها إيجابية أو سلبية، مع تجنب التصنيف أو النقد الداخلي.

المهارات الاجتماعية

ومن ناحية أخرى، تعد المهارات الاجتماعية إحدى أهم اهتمامات العاملين في مجال تعليم المتفوقين عقلياً. هذا لأنها أساس الانسجام النفسي الشخصي والمجتمعي والتعليمي، كما أنها تلعب دوراً مهماً في تحقيق التوازن النفسي تفاعل الفرد مع البيئة المحيطة به في هذا العصر المتسارع للأحداث يتأثر بالعديد من العوامل التي لا يمكن حصرها، والتي تجعل الفرد بحاجة إلى أن يكون على دراية بكل ما حوله، والقدرة على التعامل مع تلك الأحداث والمواقف التي يمر بها، ومهارات اجتماعية عالية تمكنه من ذلك التفاعل والتكيف معهم بشكل إيجابي (Alamri, 2020).

ولا شك أن هذه المهارات الاجتماعية تعتمد بشكل أساسي على مهارات الفرد القدرات والخبرات، ولا شك أن مرحلة المراهقة هي مرحلة تعمل على تبلور نمو الخبرات، كما أنها مرحلة توكيد الذات والتوجيه والأهداف المستقبلية التي يحتاج فيها الطالب إلى المهارات الاجتماعية التي تمكنه من التفاعل مع المجتمع بكفاءة عالية (Farnham, 1993).

وعرّف (Crom, 2016) المهارات الاجتماعية على أنها الاستعدادات النفسية والعقلية التي يقوم بها الفرد استجابةً لاتجاهاته؛ مما يساعده على ذلك إبداء ردود إيجابية تتفق مع طبيعة الموقف وثقافة المجتمع.

وأشار (حنان خضر، ٢٠١١) إلى ارتباط المهارات الاجتماعية بقدرات الفرد وتؤثر وتتأثر بالبيئة المحيطة به، وأهميتها حيث تعزز ثقة الفرد بنفسه والتي تنمو خلال مراحل نموه المختلفة. وتعتبر العنصر الأساسي في بناء وإدارة العلاقات الاجتماعية والعملية بكفاءة عالية. وتعمل على تجنب الاضطرابات النفسية من خلال اتخاذ الأسلوب المناسب للمواقف التي يمرون بها لحلها والتعامل معهم بطريقة فعالة وإيجابية.

وعلى ذلك تعرف الباحثة المهارات الاجتماعية هي سلوكيات متتابعة تبدأ بوعي عميق بالمهارة في العلاقات الشخصية وكيفية التفاعل الإيجابي مع التمتع بمرونة توليد الاستجابات المتوقعة للمواقف وتقييمها وإصدار البديل المناسب.

وفي هذا الإطار هدفت دراسة (Alfodhly et al.2021) اليقظة العقلية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى الطلاب الموهوبين بهدف تحديد مستوى الوعي الذهني لدى الطلاب الموهوبين في المرحلة الثانوية وعلاقته بذلك المستوى بالمهارات الاجتماعية. وتكونت العينة من ٢١٤ طالباً. واعتمدت على المنهج الوصفي وأظهرت النتائج وجود مستوى متوسط على مقياس اليقظة الذهنية ووجود علاقة إيجابية بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية، وارتفعت هذه المعدلات في الصف الثاني والثالث الثانوي.

بينما هدفت دراسة (Tabatabaei (2021 إلى تقييم فعالية برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية في تحسين المهارات الاجتماعية والتعاطف لدى الطالبات المتفوقات عقلياً اللواتي يعانين من الاكتئاب غير السريري. وتكونت العينة من ٣٠ طالبة متفوقة عقلياً من المرحلة الثانوية في إيران، تم تقسيمهن عشوائياً إلى مجموعتين: تجريبية وضابطة، أظهرت النتائج تحسناً ملحوظاً في المهارات الاجتماعية والتعاطف العاطفي والمعرفي لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة؛ مما يشير إلى فعالية التدريب على اليقظة العقلية في تعزيز هذه الجوانب لدى الطالبات المتفوقات المصابات بالاكتئاب غير السريري.

الدافعية للإنجاز: Achievement Motivation

تمثل دافعية الإنجاز جانباً مهماً في نظام الدوافع الانسانية التي برزت في السنوات الأخيرة كإحدى الظواهر المميزة للدراسة والبحث في ديناميات الشخصية، ولقيت دافعية

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

الإنجاز اهتماماً بالغاً من جانب علماء النفس حتى صار البحث في هذا الميدان من المعالم المميزة للفكر السيكلوجي المعاصر (أحمد عبد الحميد، ٢٠٠٨: ٦).

وتتمثل أهمية دافعية الإنجاز في كونها دافعاً داخلياً يُحفز الفرد على بذل أقصى ما لديه من قدرات وطاقات لتحقيق أهدافه، سواء في المجال الأكاديمي أو الاجتماعي أو المهني. وتُعد من المحددات الرئيسية للنجاح الأكاديمي، خاصة لدى المتفوقين الذين غالباً ما يرتبط مستوى تفوقهم بقدرتهم على تنظيم الذات والتحكم في الدوافع والانفعالات (Schunk et al, 2014).

كما تُعد دافعية الإنجاز من المتغيرات النفسية المهمة التي تُسهم في تفسير السلوك الأكاديمي والنجاح التعليمي، لا سيما لدى الطلاب المتفوقين عقلياً الذين يُظهرون مستوى عالياً من الطموح والمثابرة. وتُعرف دافعية الإنجاز بأنها الميل إلى السعي نحو التفوق والنجاح، وتجنب الفشل، وذلك من خلال تبني أهداف عالية وبذل الجهد اللازم لتحقيقها (Elliot & Dweck, 2005).

عرف عبد الحميد محمد (٢٠٠٠: ٩٦) الدافعية للإنجاز بأنها استعداد الفرد لتحمل مسؤوليته والسعي نحو التفوق لتحقيق أهدافه ومثابرته للتغلب على المشكلات والعقبات التي تواجهه، وشعوره بأهمية الزمن والتخطيط للمستقبل.

ورأى ثروت عبد الغفار (٢٠٠٨) أن الدافعية للإنجاز هي رغبة الفرد في القيام بعمل والنجاح فيه والتغلب على المشكلات التي تواجه وحلها.

وعرف أحمد عبد الرحمن (٢٠٠٨: ٣٨) الدافعية للإنجاز بأنها عبارة عن دافع مرتب مكون من عدة دوافع خارجية وداخلية تؤثر على سلوك الفرد وتوجهه وتنشطه في مواقف مختلفة لتحقيق هدفه.

ورأى (Aloysius&Christy, 2012,4) أن الدافعية للإنجاز هي ثقة الفرد في نجاحه من خلال مثابرته والتزامه الوظيفي وقدرته على القيام بالمهام الصعبة في العمل.

وعرف (Weisman, 2016,16) الدافعية للإنجاز بأنها هي محاولات الفرد لتحقيق النجاح وفقاً لمعايير النجاح المتعارف عليها في بيئة الفرد وثقافته ومجتمعه الذي يعيش فيه. أشار عبد اللطيف خليفة (٢٠٠٦) إلى أن الدافعية للإنجاز هي الحالة التي يقوم بها الفرد بنشاط من أجل المتعة والرضا، والذي سيشعر به عندما يحقق نجاحاً مرتبطاً بمهاراته، ويتفاعل بشكل عام مع الآخرين للشعور بالكفاءة وهذا الشعور يدفعه للإنجاز. كما بين يحيى القبالي (٢٠٠٩) أن دافع الإنجاز هو دافع ذاتي محقق للذات، وهي خاصية مستقلة عن العمر والمستوى الاجتماعي والاقتصادي، ويعبر عن هذا الدافع بالرغبة في العمل وأداء المهام والنجاح. ويعتبر دافع الإنجاز متعدد الأبعاد وتشمل مكوناته (المثابرة والطموح والأهداف التي يسعى الفرد لتحقيقها). وأوضح إسلام عمارة (٢٠١١) أن الدافعية هي حالة نفسية داخلية تُحرك السلوك وتوجهه، حيث لا يبدأ أي نشاط يقوم به الفرد دون وجود دافع. فالأطفال يميلون بشكل طبيعي إلى السعي للحصول على المكافآت وتجنب العقوبات. وقد يكون الحافز مادياً أو معنوياً، ويعتمد في البداية على الوالدين للحصول على الحب والرعاية وغيرها من المكافآت، حيث يسعى الأطفال إلى الاهتمام والمدح لما يقومون به من إنجازات. كما عرّفت حنان عبد الرحمن (٢٠١٥) الدافعية للإنجاز بأنها حافز مكتسب يعبر عن سعي الفرد نحو التفوق والتميز، حيث يدفعه هذا السعي إلى تحقيق أداء متميز مقارنة بأقرانه في ظل التنافس من أجل تحقيق الذات، مع الاستمرار في بذل الجهد للتغلب على الصعوبات والتحديات التي تعترض طريقه. وأضاف (Eric, 2016) أن دافعية الإنجاز هي مجموعة من الآليات أو الخطوات التي تحفز السلوك الموجه نحو تحقيق هدف معين، وتسهم في استمراريته والحفاظ عليه. ويتضح من التعريفات السابقة أن الدافعية للإنجاز تعبر عن رغبة الفرد في الوصول إلى الهدف وتحقيق النجاح والتفوق والتغلب على العقبات والصعوبات التي تواجهه. مكونات الدافعية للإنجاز:

١- الحافز المعرفي: يمثل حالة انشغال الفرد بالعمل بمعنى أن يحاول اشباع حاجاته من الفهم والمعرفة وتكمن مكافأة اكتشاف معرفة جديدة في كونها تعينه على انجاز مهامه.

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

٢- دافع الانتماء: ويتحدد بسعي الفرد للحصول على التقدير والاعتراف باستخدام نجاحه العملي والعلمي إلى جانب دور الوالدين والمؤسسات التعليمية كمصدر رئيسي لإشباع دافع الانتماء التي يعتمد عليهم في تكوين شخصيته (عبد الحميد محمد، ٢٠١٢ : ٧٢).

العلاقة بين دافعية الإنجاز واليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية

تشير الأدبيات الحديثة إلى وجود علاقة إيجابية بين اليقظة العقلية (Mindfulness) ودافعية الإنجاز، حيث تساعد اليقظة العقلية الأفراد على تنمية الوعي بالذات، والتركيز في الحاضر، والحد من التششت والانفعالات السلبية؛ مما يعزز قدرتهم على السعي نحو تحقيق الأهداف، والمحافظة على الدافعية الذاتية (Brown & Ryan, 2003). فالطلاب الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من اليقظة العقلية غالباً ما يكون لديهم وعي أكبر بأفكارهم ومشاعرهم؛ مما ينعكس على اتخاذ قرارات مدروسة ومثابرة في المهام الأكاديمية. (Howell et al, 2010)، وحاولت دراسة (Suleiman et al., 2020) التعرف على فاعلية برنامج لتنمية اليقظة العقلية على الاجهاد للمرأة العاملة وأثبتت أهمية اليقظة العقلية في زيادة دافعية الإنجاز الشخصي.

وفي هذا الإطار هدفت دراسة (Bargamadi & Yamin, 2019) إلى التعرف على فاعلية برنامج قائم على اليقظة العقلية لتنمية الذاكرة العاملة والتنظيم الذاتي الأكاديمي والدافعية للإنجاز لطلاب المدارس الثانوية وتكونت عينة الدراسة من ٤٥ طالباً، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن تدريب اليقظة العقلية وتدريب الذاكرة العاملة زاد من الرفاهية الأكاديمية والتنظيم الذاتي والدافعية للإنجاز لديهم.

وقام علا عبد الرحمن (٢٠٢٠) بدراسة تناولت التعرف على اليقظة العقلية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز وقلق الاختبار والمعدل التراكمي لطالبات الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٢٠) طالبة، توصلت نتائجها إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية ودافعية للإنجاز والمعدل التراكمي للطالبات، وجود علاقة سالبة دالة إحصائية بين اليقظة العقلية وقلق الاختبار.

وأجرى (Ataei et al, 2020) دراسة تناولت تأثير اليقظة العقلية على الدافعية للإنجاز لدى الطلاب، تكونت عينة الدراسة من (٨٠) طالبا وطالبة تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، توصلت نتائج الدراسة إلى أن ممارسة اليقظة العقلية كان لها تأثير كبير في زيادة الدافعية للإنجاز لدى أفراد المجموعة التجريبية عن الضابطة. في حين هدفت دراسة عبد الرحمن بن سليمان (٢٠١٦) المعنونة ب"العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية والدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً في منطقة الرياض" إلى استكشاف العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية (التي تشمل المهارات الاجتماعية) ودافعية الإنجاز لدى الطلاب المتفوقين دراسياً وتكونت العينة من (٢٤٨) طالباً، وتم استخدام مقياس الكفاءة الاجتماعية ومقياس دافعية الإنجاز كأدوات للدراسة بعد التأكد من صلاحيتهما وثباتهما. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الكفاءة الاجتماعية ودافعية الإنجاز؛ كما أظهرت النتائج أن المهارات الشخصية والأكاديمية للطلبة المتفوقين يمكن أن تتنبأ بدافعية الإنجاز لديهم؛ مما يشير إلى أن الطلاب الذين يتمتعون بمهارات اجتماعية عالية لديهم دافعية أكبر لتحقيق الإنجاز.

خلاصة وتعليق:

من خلال ما تم عرضه من خلفية نظرية ودراسات سابقة، يتضح أن مفهوم اليقظة العقلية قد تجاوز كونه مجرد حالة من الانتباه الواعي للحظة الراهنة، ليصبح إطاراً شاملاً يُسهم في تنظيم الانتباه، وإدارة الانفعالات، والتفاعل بوعي مع الذات والآخرين. وقد بينت الأدبيات أن الطلاب المتفوقين عقلياً رغم تميزهم الأكاديمي، إلا أنهم يعانون أحياناً من تحديات انفعالية واجتماعية – مثل الحساسية الزائدة أو الكمالية – مما يجعل من ممارسات اليقظة العقلية ضرورة ملحة في هذا السياق.

فعلى سبيل المثال، أظهرت دراسة (Tabatabaei (2021 كيف ساعد تدريب اليقظة العقلية طالبات متفوقات يعانين من الاكتئاب غير السريري على تحسين مهاراتهن الاجتماعية والتعاطف؛ مما يشير إلى تأثير اليقظة على الجانب العاطفي-الاجتماعي. كما بينت دراسة (Alfodhly et al. (2021 أن هناك علاقة إيجابية بين اليقظة العقلية

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

والمهارات الاجتماعية لدى الطلاب الموهوبين في المرحلة الثانوية، وهو ما يعزز من أهمية استهداف هذه الفئة في التدخلات النفسية، وأتاح للباحثة إطار مرجعي لاختيار هذه العينة.

أما فيما يتعلق بدافعية الإنجاز، فقد استخدمت دراسة (Ataei et al. (2020 عينة من الطلاب والطالبات في المرحلة الثانوية، وأكدت على فاعلية اليقظة العقلية في رفع مستوى دافع الإنجاز. كذلك توصلت دراسة علا عبد الرحمن (٢٠٢٠)، التي استهدفت عينة من طالبات الجامعة، إلى علاقة موجبة بين اليقظة العقلية ودافعية الإنجاز والمعدل التراكمي، وعلاقة سالبة بينها وبين قلق الاختبار.

وبتحليل طبيعة العينات في معظم الدراسات السابقة، نجد أنها ركزت غالباً على الطلاب في المراحل الثانوية أو الجامعية، سواء كانوا طلاباً موهوبين، أو متفوقين أكاديمياً، أو يعانون من بعض الصعوبات النفسية. وتنوعت الأساليب بين العينات العشوائية والمقصودة وفقاً لطبيعة الدراسة.

أما في البحث الحالي، فستعتمد الباحثة على عينة قصدية من الطلاب المتفوقين عقلياً في مرحلة المراهقة، نظراً لخصوصية هذه الفئة التي تجمع بين القدرات العقلية العالية والتحديات النفسية والاجتماعية التي تستدعي تدخلاً متخصصاً. وتمثل هذه العينة إضافة نوعية، كونها تستهدف المراهقين المتفوقين في بيئة تعليمية عربية، وهو ما لا يزال نادر التداول في الأدبيات العربية مقارنة بالدراسات الأجنبية.

وعليه، فقد رأت الباحثة أن أنسب منهج لتحقيق أهداف البحث هو المنهج الوصفي الارتباطي، لقدرته على تحليل طبيعة العلاقات بين المتغيرات الثلاثة: (اليقظة العقلية – المهارات الاجتماعية – دافعية الإنجاز)، والكشف عن درجة التأثير المتبادل بينها داخل الفئة المستهدفة.

إن هذا التفاعل بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية ودافعية الإنجاز يشير إلى أن تنمية أحدها قد يؤدي إلى تحسين الأخرى؛ مما يبرر الحاجة إلى توضيح طبيعة

العلاقة بين المتغيرات الثلاثة من خلال نموذج متكاملة يُعزز هذه الجوانب معاً، ويكون قابلاً للتطبيق داخل البيئة التعليمية المصرية.

ومن ثم؛ ينطلق البحث الحالي من تصور نظري يستند إلى أن اليقظة العقلية، بوصفها قدرة على التنظيم المعرفي والانفعالي، تُمكن الفرد من تحسين تفاعله الاجتماعي ورفع مستوى دافعيته لإنجاز المهام؛ مما يجعلها متغيراً مؤثراً في كفاءة الأداء الأكاديمي والاجتماعي لدى المتفوقين عقلياً.

فروض الدراسة:

١. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية ودرجاتهم على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية.
٢. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز ودرجاتهم على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية.
٣. لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات مقياس المهارات الاجتماعية، وفقاً لمتغير النوع (ذكور - إناث) لدى عينة من تلاميذ المدرسة الإعدادية المتفوقين عقلياً .
٤. لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات مقياس دافعية الإنجاز وفقاً لمتغير النوع (ذكور - إناث) لدى عينة من تلاميذ المدرسة الإعدادية المتفوقين عقلياً .
٥. لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات مقياس اليقظة العقلية وفقاً لمتغير النوع (ذكور - إناث) لدى عينة من تلاميذ المدرسة الإعدادية المتفوقين عقلياً .
٦. يمكن التنبؤ باليقظة العقلية من خلال أبعاد المهارات الاجتماعية وأبعاد دافعية الإنجاز. إجراءات الدراسة:

تحدد إجراءات البحث الحالي بطبيعة المنهج المُستخدم وعينة الدراسة والأدوات المُستخدمة لمتغيرات البحث موضوع الاهتمام.

المنهج: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك لأنه أكثر ملائمة لأهداف

البحث الحالي، بهدف تبين احتمالية وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرات البحث الحالي.

العينة:

وقد تكونت عينة البحث مما يلي:

(أ) عينة تقنين الأدوات: تكونت من (٣٢٠) طالب وطالبة من تلاميذ المدرسة الإعدادية بمدارس المتفوقين والموهوبين بالجيزة، (١٢١ ذكور، ١٩٩ إناث) بمتوسط عمري قدره

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

١٤,٤٢ وانحراف معياري قدره ١,٣١ بهدف التحقق من الخصائص السيكمترية لأدوات الدراسة واستخراج عينة الدراسة من المتفوقين عقلياً.

(ب) **العينة الأساسية** : تكونت العينة الأساسية من (٧٩) طالباً وطالبة من تلاميذ المدرسة الإعدادية (٣٠ ذكراً، ٤٩ أنثى)، بمتوسط عمري قدره ١٤,٦٧ وانحراف معياري قدره ١,٢٩ بهدف التحقق من فروض البحث.

-**أدوات البحث**: اشتمل البحث الحالي على مجموعة من الأدوات وهي: (مقياس اليقظة العقلية – مقياس الدافعية للإنجاز- مقياس المهارات الاجتماعية). وقامت الباحثة بمراجعة النقاط التالية عند إعداد مقاييس البحث الحالي يمكن توضيحها فيما يلي:

-الاعتماد على مراجعة الإطار النظري والتعريفات المختلفة للمتغيرات والدراسات السابقة المتصلة بهم والمقاييس المتاحة والاستعانة بهم في إعداد مقاييس البحث الحالي.

- أن تكون عبارات المقاييس واضحة، ودقيقة، وصريحة، وأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة، إنما يختار المفحوص الإجابة التي تعبر عنه فعلاً، بالإضافة إلى أن إجاباته لن يطلع عليها سوى الباحثة لأغراض البحث العلمي فقط.

الخصائص السيكمترية لمقياس اليقظة العقلية

أعد هذا المقياس (Baer,et al. (2006) وقام بتقنيته وترجمته إلى اللغة العربية عبد الرقيب البحيري وآخرون(2014) ، ويتكون المقياس من (٣٩) عبارة موزعة على (٥) أبعاد، تتم الإجابة عن عبارات المقياس من خلال الاختيار من بدائل خمسة تتراوح بين (تنطبق تماماً لا تنطبق تماماً) حيث تحصل الإجابة تنطبق تماماً على خمس درجات، بينما تحصل –الإجابة لا تنطبق تماماً على درجة واحدة إذا كانت العبارة موجبة الاتجاه، والعكس صحيح في حالة العبارة سالبة الاتجاه. وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع درجة اليقظة العقلية، أو درجة الصفة التي يقيسها البعد الفرعي.

خطوات التحقق من كفاءة مقياس اليقظة العقلية.

وقد تم التحقق من الكفاءة السيكمترية لمقياس اليقظة العقلية من خلال القيام بالآتي:

مؤشرات صدق البنية لمقياس اليقظة العقلية :

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس اليقظة العقلية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20 ، ويوضح جدول (١) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس اليقظة العقلية:

جدول (١) تشبعات مفردات أبعاد مقياس اليقظة العقلية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي

البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
الملاحظة	٣٦	٠,٥٧	١,٤١	٠,٣٤	٤,٢١	٠,٠١
	٣١	٠,٧٥	١,٥٢	٠,٣١	٤,٩٧	٠,٠١
	٢٦	٠,٤٤	١,٢٣	٠,٣٦	٣,٤٣	٠,٠١
	٢٠	٠,٦٧	١,٦	٠,٣٤	٤,٦٤	٠,٠١
	١٥	٠,٥١	٠,٩٥	٠,٢٥	٣,٨٤	٠,٠١
	١١	٠,٥٥	١,٢٤	٠,٣	٤,٠٨	٠,٠١
	٦	٠,٧٥	٢,٠٨	٠,٤٢	٤,٩٨	٠,٠١
	١	٠,٥٥	١	-	-	-
الوصف	٣٧	٠,٧١	١,١٥	٠,٢	٥,٧١	٠,٠١
	٣٢	٠,٤٣	٠,٦٨	٠,١٨	٣,٧٢	٠,٠١
	٢٧	٠,٧٦	١,٣١	٠,٢٢	٦,٠٥	٠,٠١
	٢٢	٠,٦٧	١,٠١	٠,١٨	٥,٤٦	٠,٠١
	١٦	٠,٥٦	٠,٧٣	٠,١٦	٤,٦٨	٠,٠١
	١٢	٠,٦٣	١,٠٣	٠,٢	٥,٢	٠,٠١
	٧	٠,٦١	١	٠,٢	٥,٠٨	٠,٠١
	٢	٠,٦٣	١	-	-	-
التصرف بوعي للحظة الحاضرة	٣٨	٠,٥٧	٠,٨٩	٠,١٩	٤,٧٩	٠,٠١
	٣٤	٠,٦٤	١,٠٣	٠,٢	٥,٣	٠,٠١
	٢٨	٠,٥٤	٠,٨	٠,١٨	٤,٥٣	٠,٠١
	٢٣	٠,٥٦	٠,٩٢	٠,٢	٤,٧٢	٠,٠١
	١٨	٠,٦٦	٠,٩٦	٠,١٨	٥,٤٥	٠,٠١
	١٣	٠,٤٨	٠,٨٩	٠,٢٢	٤,٠٩	٠,٠١
	٨	٠,٦٣	١,٠٨	٠,٢١	٥,١٩	٠,٠١
	٥	٠,٦٦	١	-	-	-
عدم الحكم	٣٩	٠,٥٤	٠,٨٣	٠,١٨	٤,٧٢	٠,٠١

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة المئوية	مستوى الدلالة
على الخبرات الداخلية	٣٥	٠,٦١	٠,٩٧	٠,١٨	٥,٣٧	٠,٠١
	٣٠	٠,٥٦	٠,٩٦	٠,٢	٤,٩٣	٠,٠١
	٢٥	٠,٥٦	٠,٧٥	٠,١٥	٤,٩٨	٠,٠١
	١٧	٠,٥٧	٠,٩٥	٠,١٩	٤,٩٩	٠,٠١
	١٤	٠,٥٩	٠,٨٨	٠,١٧	٥,١٩	٠,٠١
	١٠	٠,٥٨	٠,٩٩	٠,١٩	٥,١	٠,٠١
	٣	٠,٧٣	١	-	-	-
عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	٣٣	٠,٦٦	٠,٩٧	٠,١٨	٥,٥٣	٠,٠١
	٢٩	٠,٦٤	١,٠٥	٠,٢	٥,٣٤	٠,٠١
	٢٤	٠,٨١	١,٢٢	٠,١٨	٦,٦٣	٠,٠١
	٢١	٠,٦٦	١,٠٦	٠,١٩	٥,٤٩	٠,٠١
	١٩	٠,٦٣	١,٠٧	٠,٢	٥,٣	٠,٠١
	٩	٠,٧٦	١,٢٨	٠,٢١	٦,٢٣	٠,٠١
	٤	٠,٦٨	١	-	-	-

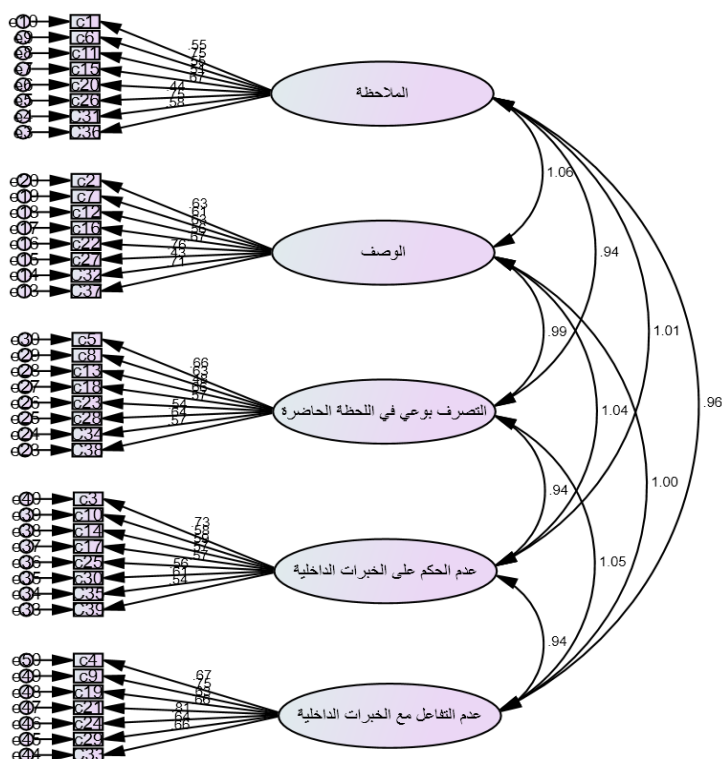
يتضح من جدول (١) أن جميع مفردات مقياس اليقظة العقلية كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس اليقظة العقلية. ويوضح جدول (٢) مؤشرات صدق البنية لمقياس اليقظة العقلية:

جدول (٢) مؤشرات صدق البنية لمقياس اليقظة العقلية

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square(CMIN)	١٢١٤,٧٥	
مستوى الدلالة	دالة عند ٠,٠١	
DF	٦٩٢	
CMIN/DF	١,٧٥	أقل من ٥
GFI	٠,٩٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	٠,٩٣	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	٠,٩١	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	٠,٩٤	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التى تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	٠,٠٧	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من جدول (٢) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ١٢١٤,٧٥ بدرجات حرية = ٦٩٢ وهى دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وكانت

النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ١,٧٥ ، ومؤشرات حسن المطابقة ($GFI= 0.95$ ، $NFI= 0.93$ ، $IFI= 0.91$ ، $CFI= 0.94$ ، $RMSEA= 0.07$) ، مما يدل على جودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العامل التوكيدي لمقياس اليقظة العقلية. ومما سبق يمكن القول أن نتائج التحليل العامل التوكيدي قدمت دليلاً قوياً على صدق البناء لمقياس اليقظة العقلية. ويمكن توضيح نتائج التحليل العامل التوكيدي لبنية أبعاد اليقظة العقلية من خلال الشكل التالي:



شكل (١) البناء العامل لأبعاد مقياس اليقظة العقلية

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

الاتساق الداخلي

تم حسابه عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (٣) الاتساق الداخلي لعبارات مقياس اليقظة العقلية

الملاحظة	الوصف	التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة	عدم الحكم على الخبرات الداخلية	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
١	**٠,٦٢	٢	**٠,٦٩	٥
٦	**٠,٦٥	٧	**٠,٦٨	٨
١١	**٠,٧٠	١٢	**٠,٧٦	١٣
١٥	**٠,٥٠	١٦	**٠,٧٩	١٨
٢٠	**٠,٥٥	٢٢	**٠,٦٢	٢٣
٢٦	**٠,٥٣	٢٧	**٠,٥٠	٢٨
٣١	**٠,٤٨	٣٢	**٠,٥٧	٣٤
٣٦	**٠,٥١	٣٧	**٠,٦٩	٣٨
			**٠,٦٢	٣٩

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٣) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، والذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٤) معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس

البعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
الملاحظة	**٠,٨٤
الوصف	**٠,٨١
التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة	**٠,٨٥
عدم الحكم على الخبرات الداخلية	**٠,٨٩
عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	**٠,٨٧

** دال عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٤) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين: (0.81 - ٠,٨٩) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يشير إلى أن هناك اتساقاً بين جميع أبعاد المقياس، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه.

– ثبات المقياس:

حسبت قيمة الثبات للعوامل الفرعية باستخدام طريقة ألفا كرونباخ ، وطريقة التجزئة النصفية، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (٥) يوضح ثبات أبعاد مقياس اليقظة العقلية والمقياس ككل

العامل	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
الملاحظة	٠,٨١	٠,٧٩
الوصف	٠,٨٥	٠,٨٤
التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة	٠,٧٨	٠,٧٧
عدم الحكم على الخبرات الداخلية	٠,٨٠	٠,٧٩
عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	٠,٨٣	٠,٨١
المقياس ككل	٠,٨٧	٠,٨٥

يتضح من الجدول السابق (٥) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة، والذي يؤكد ثبات المقياس، وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها في قياس اليقظة العقلية.

مقياس دافعية الإنجاز: (إعداد: الباحثة)

اطلعت الباحثة على بعض المقاييس التي تناولت دافعية الإنجاز من أهمها:

١. مقياس دافعية الإنجاز للمراهقين – الشبلي (٢٠١٤) والذي استخدم أبعاد: الاستقلالية – الرغبة في النجاح والتفوق – حب الاستطلاع – الميل للتحدي – الشعور بالمسؤولية. ويتكوّن من ٥١ عبارة (٣٦ إيجابية، ١٥ سلبية)

٢. مقياس Waugh - Motivation to Achieve Academically (2002): ويشمل ثلاثة أبعاد:

- معرفي: حب المعرفة والتعلّم القديم.
 - وجداني/اجتماعي: المتعة بالتفاعل مع الآخرين.
 - مادي/خارجي: مثل الحصول على شهادة.
- قامت الباحثة بإعداد الصورة الأولية للمقياس الحالي في ضوء ما يتفق مع هدف البحث الحالي والأبعاد التي تخدم ذلك الهدف، ويتكون من (٣٠) عبارة لثلاث أبعاد هي: البعد الأول: معرفي، البعد الثاني: وجداني، البعد الثالث: سلوكي بمقدار (١٠) عبارات لكل بعد.

البيقة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

ويقال كل بعد من خلال عشر عبارات. وكانت طريقة الاستجابة فتكون عن طريق وضع علامة (√) أمام الاختيار المناسب من وجهة نظر الطالب، ويتم اختيار استجابة واحدة من بين ثلاثة بدائل، أما طريقة الحساب: يتم جمع الدرجات لكل بُعد على حدة لتحديد مستوى دافعية الإنجاز في كل جانب (معرفي - وجداني - مهاري). ثم الدرجة الكلية، وأعطيت لكل استجابة درجة وفق سلم القياس الثلاثي، بحيث تتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين ثلاث درجات ودرجة واحدة بمعنى: إذا كان اختيار الطالب على العبارة أوافق=3، أوافق إلى حد ما=2، لا أوافق تماماً=1. وتتراوح الدرجة على المقياس من أقل أداء إلى أقصى أداء من (30-90) وكلما ارتفعت درجة الفرد على المقياس كلما زاد مستوى تمتعه بدافعية الإنجاز.

خطوات التحقق من كفاءة مقياس دافعية الإنجاز.

وقد تم التحقق من الكفاءة السيكمترية لمقياس دافعية الإنجاز من خلال القيام بالآتي: -

الخصائص السيكمترية لمقياس دافعية الإنجاز

مؤشرات صدق البنية لمقياس دافعية الإنجاز:

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس دافعية الإنجاز باستخدام التحليل العاملي التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20، ويوضح جدول (6) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة لتتبع كل مفردة على أبعاد مقياس دافعية الإنجاز:

جدول (٦) تشبعات مفردات أبعاد مقياس دافعية الإنجاز باستخدام التحليل العاملي التوكيدي

البعد	المفردة	الوزن الاتحداري المعيارى	الوزن الاتحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
معرفى	١٠	٠,٨٨	١,٠١	٠,٠٩	١١,٧٨	٠,٠١
	٩	٠,٨٣	٠,٨٥	٠,٠٨	١٠,٥١	٠,٠١
	٨	٠,٦٥	٠,٥٧	٠,٠٨	٦,٨	٠,٠١
	٧	٠,٧٧	٠,٧١	٠,٠٨	٨,٩٣	٠,٠١
	٦	٠,٨٦	٠,٩٧	٠,٠٩	١١,١٣	٠,٠١
	٥	٠,٧٣	٠,٧٣	٠,٠٩	٨,١٥	٠,٠١
	٤	٠,٨٤	٠,٩٦	٠,٠٩	١٠,٦	٠,٠١
	٣	٠,٨٦	٠,٩٥	٠,٠٨	١١,٣٢	٠,٠١
	٢	٠,٨٥	٠,٩٦	٠,٠٩	١٠,٩٧	٠,٠١
	١	٠,٩	١	-	-	-

د. مروة عيد حسن محمد

البعد	المفردة	الوزن الاتحادي المعياري	الوزن الاتحادي	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
وجداني	٢٠	٠,٨٣	١,٠٧	٠,١٢	٩,١٦	٠,٠١
	١٩	٠,٨٤	٠,٩٩	٠,١١	٩,٣	٠,٠١
	١٨	٠,٧٦	٠,٩	٠,١١	٨,٠٦	٠,٠١
	١٧	٠,٧٧	١,١١	٠,١٣	٨,٢٣	٠,٠١
	١٦	٠,٦٥	٠,٨٩	٠,١٤	٦,٤٥	٠,٠١
	١٥	٠,٧٩	٠,٩	٠,١١	٨,٥٥	٠,٠١
	١٤	٠,٧٧	٠,٩٥	٠,١٢	٨,١٣	٠,٠١
	١٣	٠,٧١	٠,٩٥	٠,١٣	٧,٢٦	٠,٠١
	١٢	٠,٨٢	١,٠٦	٠,١٢	٩,٠٦	٠,٠١
	١١	٠,٨٣	١	-	-	-
سلوكي	٣٠	٠,٨٤	٠,٩٤	٠,١١	٨,٧٧	٠,٠١
	٢٩	٠,٨٦	١	٠,١١	٩,٠٤	٠,٠١
	٢٨	٠,٧٨	٠,٩٩	٠,١٣	٧,٨٧	٠,٠١
	٢٧	٠,٧٨	٠,٩١	٠,١٢	٧,٨٥	٠,٠١
	٢٦	٠,٨	٠,٧٩	٠,١	٨,١٩	٠,٠١
	٢٥	٠,٨٢	١	٠,١٢	٨,٤	٠,٠١
	٢٤	٠,٧٤	٠,٨٤	٠,١١	٧,٤١	٠,٠١
	٢٣	٠,٧	٠,٩٧	٠,١٤	٦,٧٨	٠,٠١
	٢٢	٠,٧١	٠,٨٦	٠,١٢	٧,٠٢	٠,٠١
	٢١	٠,٨١	١	-	-	-

يتضح من جدول (٦) أن جميع مفردات مقياس دافعية الإنجاز كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز. ويوضح جدول (٧) مؤشرات صدق البنية لمقياس دافعية الإنجاز:

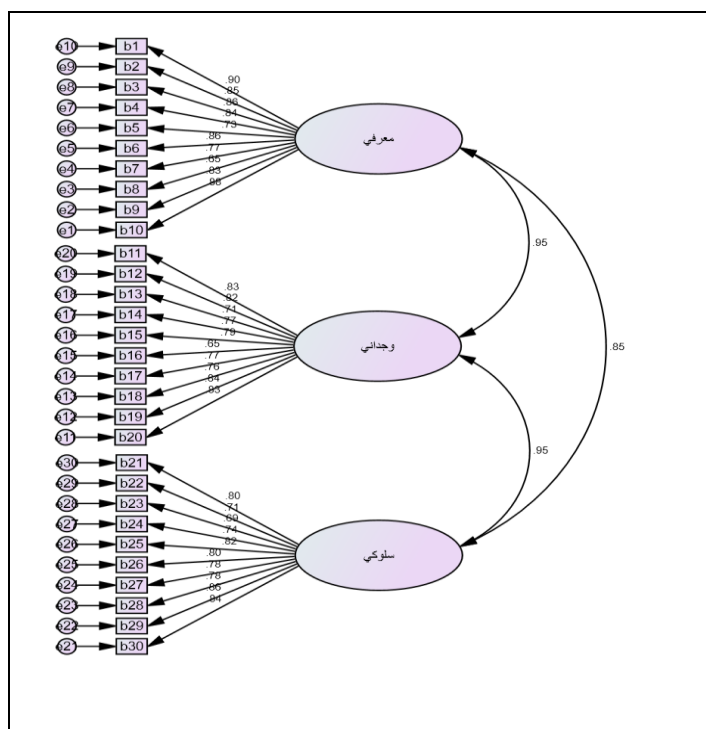
جدول (٧) مؤشرات صدق البنية لمقياس دافعية الإنجاز

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square(CMIN)	١٠١٢,١٧	
مستوى الدلالة	دالة عند مستوى ٠,٠١	
DF	٤٠٢	
CMIN/DF	٢,٥١	أقل من ٥
GFI	٠,٩٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أبالي) تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
NFI	٠,٩١	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أيالتي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	٠,٩٤	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أيالتي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	٠,٩٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أيالتي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من جدول (٧) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ١٠١٢,١٧ بـدرجات حرية = ٤٠٢ وهى دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ ، وكانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ٢,٥١ ، ومؤشرات حسن المطابقة ($GFI= 0.92$ ، $NFI= 0.91$ ، $IFI= 0.94$ ، $CFI= 0.92$ ، $RMSEA= 0.08$) ؛ مما يدل على جودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس دافعية الإنجاز. ويمكن توضيح نتائج التحليل العاملي التوكيدي لبنية دافعية الإنجاز من خلال الشكل التالي:



شكل (٢) البناء العاملي لمقياس دافعية الإنجاز

الاتساق الداخلي لمقياس دافعية الإنجاز:

تم حسابه عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (٨) قيم معاملات الارتباط لعبارات مقياس دافعية الإنجاز

معرفي		وجداني		سلوكي	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٦٣	١١	**٠,٤٤	٢١	**٠,٤٩
٢	**٠,٥٥	١٢	**٠,٤٧	٢٢	**٠,٦٥
٣	**٠,٤١	١٣	**٠,٤٩	٢٣	**٠,٥٤
٤	**٠,٤٦	١٤	**٠,٥٢	٢٤	**٠,٥٧
٥	**٠,٤٥	١٥	**٠,٦٨	٢٥	**٠,٥٣
٦	**٠,٥١	١٦	**٠,٦٣	٢٦	**٠,٤٩
٧	**٠,٦١	١٧	**٠,٦٩	٢٧	**٠,٤٤
٨	**٠,٥٢	١٨	**٠,٦٥	٢٨	**٠,٦١
٩	**٠,٤٦	١٩	**٠,٦١	٢٩	**٠,٥٣
١٠	**٠,٦٤	٢٠	**٠,٦٦	٣٠	**٠,٦٠

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٨) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى ٠,٠١ ، والذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٩) معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس

البعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
معرفي	**٠,٨٣
وجداني	**٠,٨٢
سلوكي	**٠,٨٦

** دال عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٩) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين: (٠.٨٢ - ٠.٨٦) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) ؛ مما يشير إلى أن هناك اتساقاً بين جميع أبعاد المقياس، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه.

ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقتين هما: طريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لأبعاد المقياس والمقياس ككل والجدول التالي يوضح معاملات الثبات:

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

جدول (١٠) يوضح ثبات مقياس دافعية الإنجاز

البعد	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
معرفي	٠,٨٠	٠,٧٩
وجداني	٠,٨٤	٠,٨٣
سلوكي	٠,٨٧	٠,٨٦
المقياس ككل	٠,٨٩	٠,٨٨

يتضح من الجدول السابق (١٠) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات مقياس دافعية الإنجاز.

مقياس المهارات الاجتماعية: (إعداد: الباحثة)

قامت الباحثة بالخطوات الآتية لتصميم المقياس وإعداده:

- الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة المتعلقة بالمهارات الاجتماعية لدى المراهقين.
- الملاحظة العملية وذلك بملاحظة بعض الطلاب الذين يظهر عليهم معالم القصور في المهارات الاجتماعية (الخلل، العزلة، الانطواء، نقص القدرة على التعبير عن الذات).
- الاطلاع على المقاييس التي استخدمت من قبل في الدراسات السابقة، ومن هذه المقاييس:

○ مقياس الشعور بالوحدة النفسية – إعداد نفين زهران (١٩٩٩).

○ مقياس المهارات الاجتماعية – إعداد: Spence, Susan (2003).

○ مقياس المهارات الاجتماعية – إعداد سميرة شند (٢٠٠٥).

○ مقياس المهارات الاجتماعية – إعداد حنان محمد رأفت الفخراني (٢٠١٠).

○ مقياس المهارات الاجتماعية – إعداد أيمن محمد السيد (٢٠١١).

○ مقياس المهارات الاجتماعية – إعداد ندى نصر الدين (٢٠١٢).

تصميم وإعداد المقياس في صورته المبدئية:

تم إعداد المقياس وقد بلغ عدد عبارات المقياس (٣٠) عبارة. موزعة على ستة أبعاد وهي (التواصل اللفظي وغير اللفظي، القدرة على بدء التفاعل الاجتماعي والمحافظة عليه، التعاطف وفهم مشاعر الآخرين، ضبط الانفعالات والتحكم في السلوك الاجتماعي، حل المشكلات الاجتماعية واتخاذ القرار، تأكيد الذات) بحيث يحتوي كل بُعد على خمس عبارات.

د. مروة عيد حسن محمد

وكانت طريقة الاستجابة فتكون عن طريق وضع علامة (√) أمام الاختيار المناسب من وجهة نظر الطالب، ويتم اختيار استجابة واحدة من بين ثلاثة بدائل، أما طريقة الحساب: يتم جمع الدرجات لكل بُعد على حدة لتحديد مستوى المهارات الاجتماعية في كل بعد من الأبعاد. ثم الدرجة الكلية، وأعطيت لكل استجابة درجة وفق سلم القياس الثلاثي، بحيث تتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين ثلاث درجات ودرجة واحدة بمعنى: إذا كان اختيار الطالب على العبارة أوافق=٣، أوافق إلى حد ما=٢، لا أوافق تماماً=١. وتتراوح الدرجة على المقياس من أقل أداء إلى أقصى أداء من (٣٠-٩٠) وكلما ارتفعت درجة الفرد على المقياس كلما زاد مستوى تمتعه بالمهارات الاجتماعية.

خطوات التحقق من كفاءة مقياس المهارات الاجتماعية.

وقد تم التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس المهارات الاجتماعية من خلال القيام بالآتي:

الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الاجتماعية

مؤشرات صدق البنية لمقياس المهارات الاجتماعية:

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس المهارات الاجتماعية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20، ويوضح جدول (١١) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية، وأخطاء القياس، والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس المهارات الاجتماعية:

جدول (١١) تشبعات مفردات أبعاد مقياس المهارات الاجتماعية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي

البعد	المفردة	الوزن الاتحادي المعيارى	الوزن الاتحادي	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
التواصل اللفظي وغير اللفظي	٥	٠,٨٦	١,١١	١٣.	٨,٥٠	٠,٠١
	٤	٠,٧٥	٠,٧٧	١١.	٧,١٠	٠,٠١
	٣	٠,٧	٠,٧٦	١٢.	٦,٥٨	٠,٠١
	٢	٠,٥٣	٠,٧٩	١٧.	٤,٧٨	٠,٠١
	١	٠,٧٨	١	-	-	-
القدرة على بدء التفاعل الاجتماعي والمحافظة عليه	١٠	٠,٨	٠,٩٨	١٤.	٦,٨١	٠,٠١
	٩	٠,٦١	٠,٨١	١٦.	٥,٢٢	٠,٠١
	٨	٠,٧٢	٠,٨٨	١٤.	٦,١٨	٠,٠١
	٧	٠,٧٢	١,٠٨	١٨.	٦,١٣	٠,٠١

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

٦	٠,٧	١	-	-	-
١٥	٠,٥٨	٠,٧	١٣	٥,٥١	٠,٠١
١٤	٠,٧٢	٠,٨٤	١٢	٧,١٩	٠,٠١
١٣	٠,٨١	٠,٩٧	١١	٨,٥٩	٠,٠١
١٢	٠,٧٧	١,٠١	١٣	٧,٨٩	٠,٠١
١١	٠,٨٤	١	-	-	-
٢٠	٠,٧٧	٠,٩٨	١٣	٧,٥٦	٠,٠١
١٩	٠,٧٧	٠,٨٨	١٢	٧,٥٢	٠,٠١
١٨	٠,٨٥	٠,٩٩	١٢	٨,٥١	٠,٠١
١٧	٠,٧٨	٠,٩٣	١٢	٧,٥٩	٠,٠١
١٦	٠,٧٩	١	-	-	-
٢٥	٠,٧٦	١,١٥	١٩	٦,٢١	٠,٠١
٢٤	٠,٧٩	١,١٦	١٨	٦,٤١	٠,٠١
٢٣	٠,٧٩	٠,٩٤	١٥	٦,٤٠	٠,٠١
٢٢	٠,٧٦	١,٠١	١٦	٦,١٩	٠,٠١
٢١	٠,٦٧	١	-	-	-
٣٠	٠,٦١	٠,٨٨	١٥	٥,٩٥	٠,٠١
٢٩	٠,٨٢	١,٠٦	١٢	٩,١٧	٠,٠١
٢٨	٠,٧٥	٠,٩٢	١٢	٧,٩٨	٠,٠١
٢٧	٠,٦٣	٠,٧٢	١١	٦,٣٠	٠,٠١
٢٦	٠,٨٤	١	-	-	-

يتضح من جدول (١١) أن جميع مفردات مقياس المهارات الاجتماعية كانت دالة عند مستوى ٠,٠١، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس المهارات الاجتماعية. ويوضح جدول (١٢) مؤشرات صدق البنية لمقياس المهارات الاجتماعية:

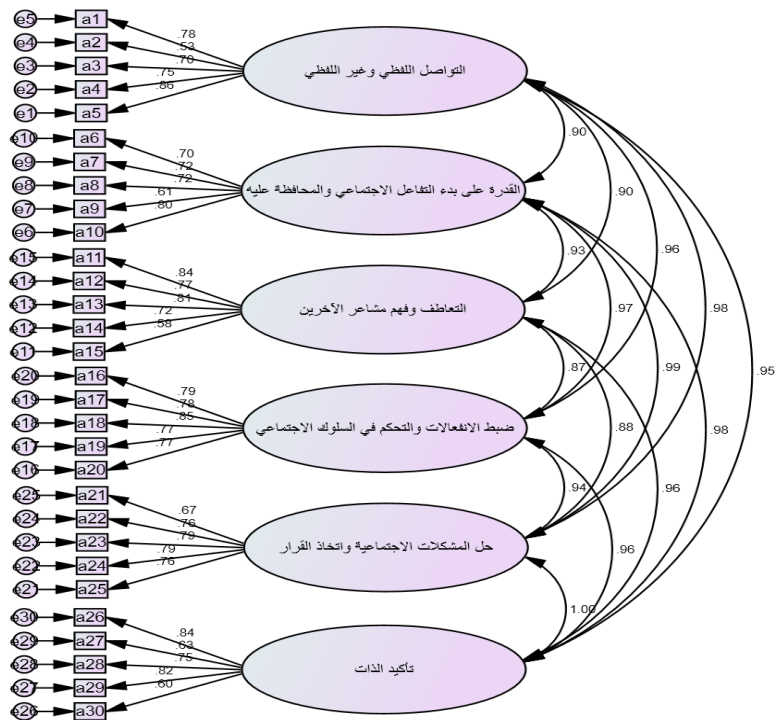
جدول (١٢) مؤشرات صدق البنية لمقياس المهارات الاجتماعية

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square (CMIN)	٩١٩,٧٧	
مستوى الدلالة	٠,٠٠ (دالة عند ٠,٠١)	
DF	٣٩٠	
CMIN/DF	٢,٣٥	أقل من ٥
GFI	٠,٩٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	٠,٩١	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.

د. مروة عيد حسن محمد

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
IFI	٠,٩٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	٠,٩٣	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوي ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من جدول (١٢) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج = ٩١٩,٧٧ بدرجات حرية = ٣٩٠ وهى دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وكانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = ٢.٣٥، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI= 0.92، NFI= 0.91، IFI= 0.92، CFI= 0.93، RMSEA= 0.08)، مما يدل على جودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس المهارات الاجتماعية. ويمكن توضيح نتائج التحليل العاملي التوكيدي لبنية المهارات الاجتماعية من خلال الشكل التالي:



شكل (٣) البناء العاملي لمقياس المهارات الاجتماعية

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

الاتساق الداخلي للمقياس:

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك بإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (١٣) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة لمقياس المهارات الاجتماعية

التواصل اللفظي وغير اللفظي		القدرة على بدء التفاعل الاجتماعي والمحافظة عليه		التعاطف وفهم مشاعر الآخرين		ضبط الانفعالات والتحكم في السلوك الاجتماعي		حل المشكلات الاجتماعية واتخاذ القرار		تأكيد الذات	
المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
١	**٠,٧٧	٦	**٠,٤٣	١١	**٠,٤٤	١٦	**٠,٥٧	٢١	**٠,٦٠	٢٦	**٠,٥٨
٢	**٠,٥٩	٧	**٠,٤٥	١٢	**٠,٧٥	١٧	**٠,٤٥	٢٢	**٠,٦٨	٢٧	**٠,٤٩
٣	**٠,٤٨	٨	**٠,٥٢	١٣	**٠,٥١	١٨	**٠,٥٧	٢٣	**٠,٦٦	٢٨	**٠,٦٠
٤	**٠,٥٣	٩	**٠,٦١	١٤	**٠,٦٤	١٩	**٠,٤٤	٢٤	**٠,٥٩	٢٩	**٠,٤٨
٥	**٠,٦٦	١٠	**٠,٤٧	١٥	**٠,٤٥	٢٠	**٠,٦٩	٢٥	**٠,٥٠	٣٠	**٠,٥٥

** دال عند ٠,٠١

يتضح من جدول (١٣) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١؛ وهذا يوضح الاتساق الداخلي للمقياس. وتم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية للمقياس والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١٤) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس المهارات الاجتماعية والدرجة الكلية

البعد	الدرجة الكلية للمقياس
التواصل اللفظي وغير اللفظي	**٠,٨٦
القدرة على بدء التفاعل الاجتماعي والمحافظة عليه	**٠,٨٣
التعاطف وفهم مشاعر الآخرين	**٠,٨٩
ضبط الانفعالات والتحكم في السلوك الاجتماعي	**٠,٨٢
حل المشكلات الاجتماعية واتخاذ القرار	**٠,٨٠
تأكيد الذات	**٠,٨٤

** دال عند ٠,٠١

ويتضح من جدول (١٤) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين: (٠,٨٠ - ٠,٨٩) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يشير إلى أن هناك اتساقاً بين جميع أبعاد المقياس، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه.

ثبات مقياس المهارات الاجتماعية:

حسبت قيمة الثبات للأبعاد الفرعية باستخدام معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية والمقياس ككل، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

د. مروة عيد حسن محمد

جدول (١٥) معاملات الثبات لأبعاد مقياس المهارات الاجتماعية والمقياس ككل		
العامل	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سيبرمان براون)
التواصل اللفظي وغير اللفظي	٠,٧٦	٠,٧٤
القدرة على بدء التفاعل الاجتماعي والمحافظة عليه	٠,٧٥	٠,٧٣
التعاطف وفهم مشاعر الآخرين	٠,٧١	٠,٧١
ضبط الانفعالات والتحكم في السلوك الاجتماعي	٠,٧٥	٠,٧٣
حل المشكلات الاجتماعية واتخاذ القرار	٠,٧٩	٠,٧٤
تأكيد الذات	٠,٧٦	٠,٧١
المقياس ككل	٠,٨٦	٠,٨٤

يتضح من الجدول السابق (١٥) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة، والذي يؤكد ثبات مقياس المهارات الاجتماعية، وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها في قياس مستوى المهارات الاجتماعية.

الأساليب الإحصائية :

اعتمدت الباحثة في البحث الحالي على بعض من الأساليب الإحصائية الملائمة لمتغيرات البحث، وذلك من خلال استخدام المعالجة الإحصائية لبيانات البحث حيث تم إدخال البيانات، باستخدام التحليل العاملي التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20 من أجل تحليلها والحصول على النتائج، وقد استعملت الأساليب الإحصائية التالية:

- معامل ارتباط بيرسون.
- التحليل العاملي التوكيدي.
- معامل التجزئة النصفية لحساب الثبات.
- معامل الفا - كرونباخ لحساب الثبات.
- اختبار "ت" للعينات المستقلة .

مناقشة النتائج وتفسيرها:

وسيتم عرض نتائج البحث كما يلي:

١- نتائج الفرض الأول

ينص الفرض على " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية ودرجاتهم على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية.

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس

اليقظة العقلية والدرجة الكلية والمهارات الاجتماعية وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١٦) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس المهارات الاجتماعية والدرجة الكلية و أبعاد مقياس اليقظة العقلية والدرجة الكلية

الملاحظة	الوصف	التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة	عدم الحكم على الخبرات الداخلية	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	اليقظة العقلية المهارات الاجتماعية
**٠,٤٤	**٠,٥١	**٠,٥٩	**٠,٥٨	**٠,٥٦	التواصل اللفظي وغير اللفظي
**٠,٣٦	**٠,٤٦	**٠,٥٧	**٠,٥	**٠,٥٣	القدرة على بدء التفاعل الاجتماعي والمحافظة عليه
**٠,٣٧	**٠,٥	**٠,٥٣	**٠,٥٢	**٠,٤٨	التعاطف وفهم مشاعر الآخرين
**٠,٣٨	**٠,٤	**٠,٤٧	**٠,٤٨	**٠,٣٩	ضبط الانفعالات والتحكم في السلوك الاجتماعي
**٠,٥	**٠,٥٢	**٠,٦٣	**٠,٦١	**٠,٥٨	حل المشكلات الاجتماعية واتخاذ القرار
**٠,٤	**٠,٤١	**٠,٥٢	**٠,٥٥	**٠,٤٧	تأكيد الذات
**٠,٤٣	**٠,٥	**٠,٥٩	**٠,٥٧	**٠,٥٣	الدرجة الكلية

**** دال عند ٠,٠١**

يتضح من الجدول أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة عند مستوى ٠,٠١ بين أبعاد مقياس المهارات الاجتماعية والدرجة الكلية وأبعاد مقياس اليقظة العقلية والدرجة الكلية.

وهذا يتفق مجملًا مع ما أكدت عليه عديد من الدراسات كدراسة (Alfodhly et al.2021) حيث أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط على مقياس اليقظة العقلية، ووجود

علاقة إيجابية بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية؛ كما اتفق ذلك مع دراسة (Tabatabaei (2021 التي أثبتت نتائجها فعالية البرنامج التدريبي القائم على اليقظة العقلية في تحسين المهارات الاجتماعية والتعاطف لدى الطالبات المتفوقات عقليًا، كما أظهرت النتائج أن ممارسة اليقظة العقلية ترتبط بتحسينات في الوظائف الاجتماعية، بما في ذلك زيادة التعاطف والقدرة على التواصل الفعال منها على سبيل المثال دراسة: wang &

(2021) Choi؛ (2020) Johnson & Lee؛ (2019) Smith & Brown).

وهي نتيجة تبدو منطقية وتتفق مع ما أشار إليه الإطار النظري حيث إن اليقظة

العقلية هي الوعي غير الحكمي باللحظة الراهنة، وقد ترتبط بتحسين مهارات التعاطف،

والتعرف على الانفعالات، والسلوكيات الاجتماعية الإيجابية، كما تشير بعض الدراسات التي قارنت بين الأفراد الذين يمارسون التأمل الذهني بانتظام بغير الممارسين عبر عدة مقاييس للإدراك الاجتماعي. وأظهرت النتائج أن الممارسين المنتظمين أظهروا مستويات أعلى من التعاطف، وقدرة أفضل على التعرف على الانفعالات، وتشير هذه النتائج إلى أن ممارسات اليقظة العقلية قد تعزز الفهم الاجتماعي والارتباط بالآخرين (Bishop et al., 2004; Tan et al., 2019).

٢- نتائج الفرض الثاني

ينص الفرض على " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز ودرجاتهم على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية.

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس اليقظة العقلية والدرجة الكلية ودافعية الإنجاز وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١٧) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس دافعية الإنجاز والدرجة الكلية و أبعاد مقياس اليقظة العقلية والدرجة الكلية

اليقظة العقلية دافعية الإنجاز	الملاحظة	الوصف	التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة	عدم الحكم على الخبرات الداخلية	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	الدرجة الكلية
معرفي	**٠,٤٣	**٠,٤٧	**٠,٤٥	**٠,٤٤	**٠,٣٩	**٠,٤٧
وجداني	**٠,٤٩	**٠,٥٣	**٠,٤٨	**٠,٥٢	**٠,٤٣	**٠,٥٣
سلوكي	**٠,٤٧	**٠,٥١	**٠,٤٦	**٠,٥١	**٠,٤٥	**٠,٥٢
الدرجة الكلية	**٠,٤٨	**٠,٥٢	**٠,٤٨	**٠,٥١	**٠,٤٣	**٠,٥٣

** دال عند ٠,٠١

يتضح من الجدول أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة عند مستوى ٠,٠١ بين أبعاد مقياس دافعية الإنجاز والدرجة الكلية وأبعاد مقياس اليقظة العقلية والدرجة الكلية.

واتفقت هذه النتائج مع غالبية الدراسات التي اطلعت عليها الباحثة منها دراسة علا عبدالرحمن (٢٠٢٠) ، ودراسة (Ataei,et al ,2020) اللتان أظهرتا العلاقة

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

الإيجابية بين اليقظة العقلية على الدافعية للإنجاز لدى الطلاب. كما اتفقت مع الإطار النظري والأدبيات السابقة حيث تساعد اليقظة العقلية الأفراد على تنمية الوعي بالذات، والتركيز في الحاضر، والحد من التششت والانفعالات السلبية؛ مما يعزز قدرتهم على السعي نحو تحقيق الأهداف، والمحافظة على الدافعية الذاتية (Brown & Ryan, 2003). فالطلاب الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من اليقظة العقلية غالباً ما يكون لديهم وعي أكبر بأفكارهم ومشاعرهم؛ مما ينعكس على اتخاذ قرارات مدروسة ومثابرة في المهام الأكاديمية (Howell et al., 2010).

٣ - نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات مقياس المهارات الاجتماعية وفقاً لمتغير النوع (ذكور - إناث) لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية المتفوقين عقلياً".

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس المهارات الاجتماعية، والدرجة الكلية لكل من الذكور والإناث، وكذلك حساب قيم "ت" وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١٨) يوضح الفروق بين الذكور والإناث في أبعاد المهارات الاجتماعية والدرجة الكلية

البعد	النوع	ن	م	ع	قيمة ت	مستوى الدلالة
التواصل اللفظي وغير اللفظي	ذكور	٣٠	١١,٠٣	٣,٥٦	٠,٥٢	غير دالة
	إناث	٤٩	١٠,٦٣	٣,١٦		
القدرة على بدء التفاعل الاجتماعي والمحافظة عليه	ذكور	٣٠	١٠,٥٣	٣,٦٥	٠,١٧	غير دالة
	إناث	٤٩	١٠,٦٧	٣,٢٧		
التعاطف وفهم مشاعر الآخرين	ذكور	٣٠	١١,٥٠	٣,٧٤	٠,٢١	غير دالة
	إناث	٤٩	١١,٦٧	٣,٢٤		
ضبط الانفعالات والتحكم في السلوك الاجتماعي	ذكور	٣٠	١١,٥٠	٣,٩٢	٠,٠١	غير دالة
	إناث	٤٩	١١,٥١	٣,٢٠		
حل المشكلات الاجتماعية واتخاذ القرار	ذكور	٣٠	١١,٠٣	٣,٥١	٠,١٨	غير دالة
	إناث	٤٩	١٠,٩٠	٢,٩٩		
تأكيد الذات	ذكور	٣٠	١١,٣٣	٣,٥٩	٠,٠٧	غير دالة
	إناث	٤٩	١١,٣٩	٣,٢٢		
المجموع	ذكور	٣٠	٦٦,٩٣	٢١,١٢	٠,٠٤	غير دالة
	إناث	٤٩	٦٦,٧٨	١٧,٧٣		

يتضح في جدول (١٨) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد التواصل اللفظي وغير اللفظي، حيث كانت قيمة "ت" = 0.52 وهي غير دالة إحصائياً، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد القدرة على بدء التفاعل الاجتماعي والمحافظة عليه حيث كانت قيمة "ت" = 0.17 وهي غير دالة إحصائياً، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد التعاطف وفهم مشاعر الآخرين حيث كانت قيمة "ت" = 0.21 وهي غير دالة إحصائياً، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد ضبط الانفعالات والتحكم في السلوك الاجتماعي حيث كانت قيمة "ت" = 0.01 وهي غير دالة إحصائياً، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد حل المشكلات الاجتماعية واتخاذ القرار حيث كانت قيمة "ت" = 0.18، وهي غير دالة إحصائياً ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد تأكيد الذات حيث كانت قيمة "ت" = 0.07 وهي غير دالة إحصائياً، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الدرجة الكلية حيث كانت قيمة "ت" = 0.04 وهي غير دالة إحصائياً.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة Schonert-Reichl and Roeser

(2015) التي طبقت برنامج MindUP على طلاب المرحلة الابتدائية وأفادت بتحسّن في المهارات الاجتماعية والمشاركة مع الأقران دون أن تميّز بين الجنسين في النتائج (يلاحظ أن العينة شملت طلبة من كلا الجنسين، وقد تم التعامل معهم بنفس الأسلوب تدريجياً)، وهذا يدعم الاستنتاج بأن بيئة المتفوقين العقلية تُمكن كل من الذكور والإناث من تطوير مهارات اجتماعية متكافئة.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة بأن البيئة التربوية التي يتواجد فيها الطلاب المتفوقون عقلياً قد توفر فرصاً متقاربة للتفاعل والتواصل الاجتماعي، سواء كانوا ذكوراً أو إناثاً، خاصة في ظل ما تتميز به هذه الفئة من وعي مرتفع وقدرة على التكيف الاجتماعي تتجاوز أحياناً الأدوار النمطية المرتبطة بالنوع. كما قد يكون ذلك انعكاساً للبرامج المدرسية التي تشجع على العمل التعاوني والتواصل المفتوح دون تمييز بين الجنسين.

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

٤ - نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرض على أنه " لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات مقياس دافعية الإنجاز وفقاً لمتغير النوع (ذكور - إناث) لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية المتفوقين عقلياً " .

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز، والدرجة الكلية لكل من الذكور والإناث، وكذلك حساب قيم " ت " وكانت النتائج كما بالجدول التالى:

جدول (١٩) يوضح الفروق بين الذكور والإناث فى أبعاد دافعية الإنجاز و الدرجة الكلية

البعد	النوع	ن	م	ع	قيمة ت	مستوى الدلالة
المعرفي	ذكور	٣٠	٢٢,٠٣	٧,٧٧	٠,٢٩	غير دالة
	إناث	٤٩	٢٢,٥٣	٧,١٢		
وجداني	ذكور	٣٠	٢٣,٩٣	٦,٨٩	٠,٤٨	غير دالة
	إناث	٤٩	٢٤,٦٣	٥,٦٩		
سلوكي	ذكور	٣٠	٢٣,٣٣	٦,٩٨	٠,٢٢	غير دالة
	إناث	٤٩	٢٣,٦٧	٦,٣٩		
المجموع	ذكور	٣٠	٦٩,٣٠	٢١,٠١	٠,٣٤	غير دالة
	إناث	٤٩	٧٠,٨٤	١٨,٢٠		

يتضح في جدول (١٩) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في البعد المعرفي، حيث كانت قيمة "ت" = 0.29، وهي غير دالة إحصائياً، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في البعد الوجداني حيث كانت قيمة "ت" = 0.48 وهي غير دالة إحصائياً، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في البعد السلوكي حيث كانت قيمة "ت" = 0.22 ، وهي غير دالة إحصائياً، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الدرجة الكلية حيث كانت قيمة "ت" = 0.34، وهي غير دالة إحصائياً.

وتتفق نتائج الفرض مع نتائج دراسة Guan et al., (2023) هذا الافتراض، حيث وجدت من خلال تحليل أهداف الإنجاز (mastery-approach, performance-approach, performance-avoidance) عدم وجود فروق دالة

د. مروة عيد حسن محمد

إحصائياً بين الجنسين في هذه الأهداف لدى الطلبة من مختلف المراحل العمرية. كما أشارت الدراسة إلى أن الأنماط الدافعية مشتركة بين الذكور والإناث رغم التفاصيل الأخرى؛ مما يدعم غياب اختلافات جوهرية في دافعية الإنجاز بين الجنسين في عينة المتفوقين.

كما أن غياب الفروق قد يشير إلى أن كلاً من الذكور والإناث في هذه المرحلة العمرية، ومع هذا المستوى من التفوق العقلي، لديهم دوافع ذاتية قوية نحو الإنجاز والتميز، قد تكون مرتبطة بثقافة المنافسة والنجاح الأكاديمي التي تُغرس في المتفوقين منذ الصغر. كما أن المؤسسات التعليمية قد تعزز هذه الدافعية بشكل متساوٍ لدى الجنسين.

٥ - نتائج الفرض الخامس:

ينص الفرض على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات مقياس اليقظة العقلية وفقاً لمتغير النوع (ذكور- إناث) لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية المتفوقين عقلياً".

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس اليقظة العقلية، والدرجة الكلية لكل من الذكور والإناث، وكذلك حساب قيم "ت" وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٢٠) يوضح الفروق بين الذكور والإناث في أبعاد اليقظة العقلية والدرجة الكلية

البعد	النوع	ن	م	ع	قيمة ت	مستوى الدلالة
الملاحظة	ذكور	٣٠	١٥,٣٧	٤,٧٤	٠,٠١	غير دالة
	إناث	٤٩	١٥,٣٨	٣,٧١		
الوصف	ذكور	٣٠	١٥,٥٠	٤,٦٧	٠,٠٣	غير دالة
	إناث	٤٩	١٥,٤٧	٣,٩٨		
التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة	ذكور	٣٠	١٥,٥٣	٤,١٣	٠,٣٦	غير دالة
	إناث	٤٩	١٥,١٨	٤,١٢		
عدم الحكم على الخبرات الداخلية	ذكور	٣٠	١٦,٣٠	٤,٧٨	٠,٣٢	غير دالة
	إناث	٤٩	١٥,٩٨	٣,٨١		
عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	ذكور	٣٠	١١,٩٧	٣,٩٦	٠,٤٥	غير دالة
	إناث	٤٩	١١,٥٧	٣,٦٢		
المجموع	ذكور	٣٠	٧٤,٦٧	٢٠,٩٢	٠,٢٥	غير دالة
	إناث	٤٩	٧٣,٥٨	١٧,٤٨		

يتضح في جدول (٢٠) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد الملاحظة، حيث كانت قيمة "ت" = 0.01، وهي غير دالة إحصائياً، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد الوصف حيث كانت قيمة "ت" = 0.03، وهي غير دالة إحصائياً، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

الإناث في بعد التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة حيث كانت قيمة "ت" = 0.36 وهي غير دالة إحصائياً ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد عدم الحكم على الخبرات الداخلية حيث كانت قيمة "ت" = 0.32 ، وهي غير دالة إحصائياً ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية حيث كانت قيمة "ت" = 0.45 ، وهي غير دالة إحصائياً، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الدرجة الكلية حيث كانت قيمة "ت" = 0.25 ، وهي غير دالة إحصائياً.

ويتماشى هذا مع نتائج دراسة **Britton et al. (2014)** التي نفذت تدخلاً قائماً على التأمل العقلي داخل المدرسة لأطفال في الصف السادس، وتبيّن بعدها تغيير في مستويات التأمل والرفق الذاتي (self-compassion) متوافق بين الجنسين دون فروق دالة إحصائية في مستوى اليقظة بحد ذاتها. وهذا يعكس أن الأفراد من كلا الجنسين، خصوصاً ضمن عينة متفوقة عقلياً، يمتلكون مستويات متقاربة من اليقظة العقلية؛ فإن عدم وجود فروق دالة إحصائية قد يُعزى إلى كون اليقظة مهارة عقلية داخلية تتعلق بالوعي الذاتي والانتباه للحظة الراهنة، وهي قدرة قد يتمتع بها الأفراد بغض النظر عن جنسهم، خصوصاً إذا كانوا جميعاً ضمن فئة المتفوقين عقلياً، الذين يتميزون غالباً بمستوى عالٍ من التنظيم المعرفي والانفعالي.

وبناءً على هذا تشير هذه الأدلة إلى أن نوع البيئة التعليمية (مثل بيئة المتفوقين أو برامج اليقظة العقلية) يمكن أن يقلص الفروق التقليدية بين الذكور والإناث في المتغيرات المعرفية والاجتماعية ذاتها. وهذا يُعزّز من صحة النتائج التي توصل إليها البحث الحالي، ويُظهر أن السياق المشترك والتعرض المتماثل للبرامج يؤدّيان إلى مستويات متقاربة لدى الجنسين. **فتتفق هذه النتائج مع عدد من الدراسات السابقة التي أشارت إلى تقارب الذكور والإناث في مستويات بعض السمات والمهارات النفسية عندما يكون السياق الأكاديمي أو البيئي مشتركاً، وخاصة لدى فئة المتفوقين الذين يواجهون تحديات وفرصاً تعليمية**

متشابهة. كما أن النظريات الحديثة في علم النفس التربوي ترى أن الفروق بين الجنسين في هذه المتغيرات قد تكون أقل وضوحاً في مراحل عمرية معينة أو ضمن فئات نوعية، مثل المتفوقين عقلياً.

٦- نتائج التحقق من الفرض السادس:

الذي ينص على: أنه يمكن التنبؤ باليقظة العقلية من خلال أبعاد المهارات الاجتماعية وأبعاد دافعية الإنجاز.

وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة الانحدار المتعدد بطريقة stepwise والجدول التالية توضح ما توصلت إليه الباحثة من نتائج:

يوضح الجدول التالي تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد المهارات الاجتماعية وأبعاد دافعية الإنجاز) على اليقظة العقلية:

جدول (٢١) تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد المهارات الاجتماعية وأبعاد دافعية الإنجاز) على اليقظة العقلية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	R2	نسبة التباين
الانحدار	١٣٧٠٦,٨٣	٣	٤٥٦٨,٩٤	٢٥,٠٧	دالة عند ٠,٠١	٠,٥٠	٥٠٪
البواقي	١٣٦٦٤,١٦	٧٥	١٨٢,١٩				
الكل	٢٧٣٧٠,٩٩	٧٨					

يتضح من الجدول السابق أن النسبة الفائية لتحليل التباين للمتغيرات المستقلة (أبعاد المهارات الاجتماعية وأبعاد دافعية الإنجاز) على اليقظة العقلية كانت دالة عند ٠,٠١ . بإسهام نسبي لهذه المتغيرات بلغ ٥٠% ، ويوضح الجدول التالي مدى تأثير المتغيرات المستقلة على اليقظة العقلية.

جدول (٢٢) يبين مدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد المهارات الاجتماعية وأبعاد دافعية الإنجاز) على اليقظة العقلية

المتغيرات	معاملات الانحدار B	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار المعيارية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الثابت	٢٣,٦٧	٦,٥٨	.	٣,٦	دالة عند ٠,٠١
حل المشكلات الاجتماعية واتخاذ القرار	٥,١٨	١,٠٧	٠,٨٨	٤,٨٢	دالة عند ٠,٠١
سلوكي	٠,٩١	٠,٢٦	٠,٣٢	٣,٥٣	دالة عند ٠,٠١
ضبط الانفعالات والتحكم في السلوك الاجتماعي	٢,٤١	٠,٩٧	٠,٤٥	٢,٤٩	دالة عند ٠,٠١

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

يتضح من الجدول السابق أن أبعاد المهارات الاجتماعية وأبعاد دافعية الإنجاز التي يمكن أن تنتبأ باليقظة العقلية كانت (حل المشكلات الاجتماعية واتخاذ القرار، وسلوكي، وضبط الانفعالات والتحكم في السلوك الاجتماعي)، ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

$$\text{اليقظة العقلية} = 0,18 \times (\text{حل المشكلات الاجتماعية واتخاذ القرار}) + 0,91 \times (\text{سلوكي}) + 2,41 \times (\text{الانفعالات والتحكم في السلوك الاجتماعي}) + 23,67.$$

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن الأبعاد المحددة تمثل مهارات أساسية تدعم قدرة الفرد على التواجد في اللحظة الراهنة واتخاذ قرارات واعية ومنضبطة، وهو جوهر مفهوم اليقظة العقلية. إذ أن القدرة على حل المشكلات الاجتماعية واتخاذ القرار تسهم في جعل الفرد أكثر وعياً بمواقف الحياة اليومية وأكثر تركيزاً على الحلول الفعالة بدلاً من التشتت. (Brown & Ryan, 2003)، كذلك فإن السلوك الاجتماعي الإيجابي وضبط الانفعالات يعززان التنظيم الانفعالي والانتباه التام للمثيرات الحالية مما ينعكس في مستويات يقظة عقلية أعلى (Langer, 2000; Kabat-Zinn, 2003).

كما تؤكد هذه النتيجة وتنتبأ بأن برامج تنمية المهارات الاجتماعية والقدرة على إدارة الانفعالات وحل المشكلات ينبغي أن تكون جزءاً من أي برنامج إرشادي أو تربوي يستهدف رفع مستوى اليقظة العقلية لدى هذه الفئة من الطلاب؛ والعكس بالعكس فتتنبأ أحد المتغيرين يعني تنمية المتغير الآخر، لما لذلك من أثر مباشر على تحفيزهم الداخلي وتعزيز دافعيتهم للإنجاز. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسات حديثة مثل دراسة (Liang et al., 2023) التي أوصت بأهمية برامج اليقظة العقلية لتحسين السلوك الاجتماعي وضبط الانفعالات لدى المراهقين، وكذلك دراسة (Mhaidat, 2024) التي أوضحت إمكانية تنمية الدافعية الداخلية عبر تنمية اليقظة لدى طلاب الجامعات. التوصيات:

في ضوء نتائج البحث الحالي، تُوصي الباحثة بما يلي:

1. الاهتمام بتضمين برامج اليقظة العقلية داخل المؤسسات التعليمية، خاصة في مرحلة المراهقة، لما لها من دور فعال في دعم دافعية الإنجاز وتحسين المهارات الاجتماعية لدى المتفوقين عقلياً.

٢. تأهيل المعلمين والأخصائيين النفسيين والتربويين للتعامل مع فئة المتفوقين عقلياً باستخدام استراتيجيات قائمة على اليقظة العقلية، بهدف تنمية وعيهم الذاتي وتنظيمهم الانفعالي.
 ٣. تصميم برامج تدريبية وتربوية موجهة للطلاب المتفوقين عقلياً لتنمية مهاراتهم الاجتماعية وزيادة تفاعلهم الإيجابي مع الآخرين، بما يتناسب مع خصائصهم النمائية والعقلية.
 ٤. مراعاة الفروق النوعية بين الذكور والإناث عند إعداد البرامج التربوية والنفسية التي تستهدف المتفوقين عقلياً، وذلك في ضوء ما أظهرته الدراسة من فروق في بعض المتغيرات قيد البحث.
 ٥. تعزيز دور الأسرة في دعم اليقظة العقلية من خلال التوعية والإرشاد، لما للأسرة من دور محوري في تشكيل وعي المراهقين وتوجيه سلوكهم.
- مقترحات لبحوث مستقبلية:
١. استناداً إلى ما توصل إليه البحث الحالي من نتائج، تقترح الباحثة إجراء البحوث التالية:
١. فعالية برنامج إرشادي قائم على اليقظة العقلية في تحسين الفاعلية الذاتية وخفض تشتت الانتباه لدى المتفوقين عقلياً.
 ٢. العلاقة بين اليقظة العقلية والمرونة النفسية لدى المراهقين المتفوقين وغير المتفوقين، لفهم آليات التكيف النفسي لديهم.
 ٣. الدور الوسيط لكل من التنظيم الانفعالي أو الكفاءة الاجتماعية في العلاقة بين اليقظة العقلية ودافعية الإنجاز.
 ٤. مقارنة بين الطلاب المتفوقين عقلياً والعاديين في متغيرات: اليقظة العقلية، دافعية الإنجاز، والمهارات الاجتماعية.
 ٥. دراسة أثر استخدام تطبيقات التأمل الذهني أو التدريب العقلي عبر الوسائط الإلكترونية في تنمية اليقظة العقلية لدى طلاب المدارس.
 ٦. الفروق الثقافية في مستوى ممارسة اليقظة العقلية وتأثيرها على الإنجاز الأكاديمي في بيئات تعليمية متنوعة.

اليقظة العقلية وعلاقتها بكل من دافعية الإنجاز والمهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقلياً

المراجع

- أحمد عبد الرحمن أبو حليلة. (٢٠٠٨). *دافعية الإنجاز*. عمان، الأردن: دار الموهبة للنشر والتوزيع.
- ثروت عبد الغفار غفاري. (٢٠٠٨). *الدافعية: النظرية والتطبيق*. عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- حنان خضر أبو منصور وجميل حسن الطهراوي (٢٠١١) *الحساسية الانفعالية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى المعاقين سمعياً في محافظات غزة*.
- عبد الحميد محمد خليفة. (٢٠٠٠). *الدافعية للإنجاز*. القاهرة: دار الغريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- عبد الرحمن بن سليمان النملة. (٢٠١٦). *العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية والدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دارسياً في منطقة الرياض Dirasat: Educational Sciences, 1759-1772, 43.*
- عبد الرقيب البحيري؛ فتحي الضبع؛ أحمد علي؛ عائدة العواملة (٢٠١٤). *الصورة العربية لمقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية: دراسة ميدانية على عينة من طلاب الجامعة في ضوء أثر متغير الثقافة والنوع، مجلة الإرشاد النفسي، (٣٩)، ١٤٠-١٢٠.*
- علا عبدالرحمن علي محمد (٢٠٢٠). *اليقظة العقلية وعلاقتها بدافعية الإنجاز وقلق الاختبار والمعدل التراكمي لطالبات الطفولة المبكرة بالجامعة [مقالة محكمة]*. مجلة دراسات في الطفولة والتربية، ١٢(١٢)، ٦٨-١.
- <https://doi.org/10.21608/DFTT.2020.138360>
- Abarkar Z, Ghasemi M, Mazhari Manesh E& Et Al.(2023). The Effectiveness Of Adolescent-Oriented Mindfulness Training On Academic Burnout And Social Anxiety Symptoms In Students: Experimental Research. Ann Med Surg (Lond). 10;85(6):2683-2688. Doi: 10.1097/MS9.0000000000000811. PMID: 37363487; PMCID: PMC10289713.
- Abd Elnaby, F. R. A. E., & Al Sulieman, R. H. (2024). The Effectiveness Of Cognitive Counseling Based On Mindfulness Training In Developing Achievement Motivation Among Gifted Female Students In Adolescence. *Educational Administration: Theory And Practice*, 30(4), 532-549.
- Acknowledgments the Author Are Thankful To The Deanship Of Scientific Research At Najran University For Funding This Work Under Najran Region Research Program Funding Program Grand Code (NU/NRP/SEHRC/12/23(REFERENCES:1.
- Akyurekg , Kars S ,& Bumin G. (2018).The Determinants Of Occupational Therapy Students' Attitudes: Mindfulness And Well-Being.

-
- Journal Of Education And Learning; 7(3),242-250
.DOI:10.5539/Jel.V7n3p242
- Al-Shaarawy A M.(1995). The Preferred Method Of Learning And Its Relationship To The Attitude Towards School And The Motivation For Achievement Among Students In The Second Cycle Of Basic Education, Journal Of Psychological And Educational Research, Menoufia University, (2), 163-220.
- Al-Sharqawi A. (2001). Motivation, Academic And Professional Achievement And Its Evaluation, Abstracts Of Arab Research And Studies. Book Two, Part One, Cairo, Anglo-Egyptian Library.
- Alfodhly, R., Aljafari, R., Alabdullatif, M., Alghamdi, A., Alotaibi, B., & ALARFAJ, A. (2021). Mindfulness And Its Relationship To Social Skills Among Gifted Students. *Journal Of Gifted Education And Creativity*, 8(2), 33-55.
- Asani S, Panahali A, Abdi R& Gargari R B.(2024). The Effectiveness Of Mindfulness-Based Cognitive Therapy On Academic Emotions And Academic Optimism Of Procrastinating Students Mod Care J. 21(2):E137148.
<https://doi.org/10.5812/Modernc-129819>.
- Baer, R. A. (2006). Mindfulness And Self-Compassion As Predictors Of Psychological Well-Being In A Clinical Sample. *Journal Of Clinical Psychology*, 62(5), 803–818.
<https://doi.org/10.1002/Jclp.20208>
- Bani Yunus M. (2007). Psychology Of Motivation And Emotions, Amman: Dar Al Masirah.
- Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J., ... & Devins, G. (2004). Mindfulness: A Proposed Operational Definition. *Clinical Psychology: Science And Practice*, 11(3), 230-241.
- Britton, W. B., Lepp, N. E., Niles, H. F., Rocha, T., Fisher, N. E., & Gold, J. S. (2014). A Randomized Controlled Pilot Trial Of Classroom-Based Mindfulness Meditation Compared To An Active Control Condition In Sixth-Grade Children. *Journal Of School Psychology*, 52(3), 263–278.
<https://doi.org/10.1016/J.Jsp.2014.03.002>
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The Benefits Of Being Present: Mindfulness And Its Role In Psychological Well-Being. *Journal*
-

- Of Personality And Social Psychology, 84(4), 822–848.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>
- Burke, C. A. (2010). Mindfulness-Based Approaches With Children And Adolescents: A Preliminary Review Of Current Research In An Emergent Field. *Journal Of Child And Family Studies*, 19(2), 133–144. <https://doi.org/10.1007/s10826-009-9282-x>
- Carlson, L. E., & Shapiro, S. L. (2003). Mindfulness-Based Interventions In Clinical Psychology. *Journal Of Clinical Psychology*, 59(4), 381–392. <https://doi.org/10.1002/jclp.10165>
- Crom, M. (2016). Social Skills Development In Gifted Adolescents. *Journal Of Educational Psychology*, 108(2), 203–215.
- Donald, J. N., Sahdra, B. K., Van Zanden, B., Duineveld, J. J., Atkins, P. W., Marshall, S. L., & Ciarrochi, J. (2019). Does Your Mindfulness Benefit Others? A Systematic Review And Meta-Analysis Of The Link Between Mindfulness And Prosocial Behavior. *British Journal Of Psychology*, 110(1), 101–125.
- Doss, K. K., & Bloom, L. (2018). Mindfulness In The Middle School Classroom: Strategies To Target Social And Emotional Well-Being Of Gifted Students. *Gifted Education International*, 34(2), 181–192.
- Elbyaly, M. Y. H., & Elfeky, A. I. M. (2023). Collaborative E-Learning Environment: Enhancing The Attitudes Of Optimal Investment Diploma Students Towards The Digital Skills Course. *European Chemical Bulletin*, 12, 6552–6558.
- Elbyaly, M. Y. H., & Elfeky, A. I. M. (2023). Flipped Classroom: Enhancing Fashion Design Skills For Home Economics Students. *European Chemical Bulletin*, 12, 6559–6566.
- Elbyaly, M. Y. H., & Elfeky, A. I. M. (2023). The Impact Of Problem-Solving Programs In Developing Critical Thinking Skills. *European Chemical Bulletin*, 12, 6636–6642.
- Elbyaly, M. Y. H., & Elfeky, A. I. M. (2023). The Effect Of A Simulation Program On Students At The College Of Education's Acquisition Of Hand Embroidery Skills. *European Chemical Bulletin*, 12, 6575–6580.
- Elfeky, A. I. M., & Elbyaly, M. Y. H. (2023). Managing Drill And Practice Programs With A Motivational Design And Their Effects On Improving Students'attitudes Toward Information

- And Communication Technology Courses. European Chemical Bulletin,12, 6567-6574.
- Elfeky, A. I. M., & Elbyaly, M. Y. H. (2023). The Impact Of Project-Based Learning On The Development Of Cognitive Achievement In The Course Of Applicationsin Educational Technology Among Students Of The College Of Education At Najran University. European Chemical Bulletin,12, 6643-6648.
- Elfeky, A. I. M., & Elbyaly, M. Y. H. (2023). The Effect Of E-Tutorial Programs On Improving The Producing Digital Content Skill.European Chemical Bulletin,12, 6581-6587.
- Elfeky, A. I. M., & Elbyaly, M. Y. H. (2023). The Impact Of Mobile Learning On Developing The Skills Of Integrated Scienceoperations Among Students Of The Optimum Investment Diploma. European Chemical Bulletin,12, 6629-6635.
- Elfeky, A. I. M., Najmi, A. H., & Elbyaly, M. Y. H. (2023). The Effect Of Big Data Technologies Usage On Social Competence.Peerj Computer Science,9, E1691.
- Elliot, A. J., & Dweck, C. S. (Eds.). (2005). Handbook Of Competence And Motivation. Guilford Press.
- Guan, Y., Wang, Y., Mak, M. C. K., Li, H., Wang, Y., & Pang, J. S. (2023). Achievement Goal Orientations And Academic Performance: A Meta-Analysis. Learning And Individual Differences, 102, 102266.<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2023.102266>
- Hammouri B A & Abu Gazal M M . (2021). The Predictive Ability Of Goal Orientations And Mindfulness In Achievement Motivation Among Yarmouk University Students. Al-Quds Open University Journal For Educational And Psychological Research And Studies, 12(37),146-170. <https://doi.org/10.33977/1182-012-037-010>
- Hébert, T. P., & Kane, M. (2020). Enhanced Well-Being Through Mindfulness: Supporting The Gifted Adolescent Journey. Gifted Child Today, 43(2).
- Howell, A. J., Digdon, N. L., & Buro, K. (2010). Mindfulness Predicts Sleep-Related Self-Regulation And Well-Being. Personality And Individual Differences, 48(4), 419-424. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.11.009>

- Johnson, S. L., & Lee, J. H. (2020). The Impact Of Mindfulness-Based Interventions On Social Skills In Adolescents: A Systematic Review. *Adolescent Health, Medicine And Therapeutics*, 11, 1-10.
- Kabat-Zinn, J. (2015). *Mindfulness For Beginners: Reclaiming The Present Moment—And Your Life*. Sounds True.
- Kane, M. (2018). Creating A Culture Of Calm: Mindfulness Unfolding In The Classroom. *Gifted Education International*, 34(2), 162-172.
- Keng, S. L., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). Effects Of Mindfulness On Psychological Health: A Review Of Empirical Studies. *Clinical Psychology Review*, 31(6), 1041-1056. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.04.006>
- Kozlowski, S. W. (2018). Enhancing The Effectiveness Of Work Groups And Teams. *Perspectives On Psychological Science*, 13(2), 205-212. <https://www.jstor.org/stable/48568551>
- Kreplin, U., Farias, M., & Brazil, I. A. (2018). The Limited Prosocial Effects Of Meditation: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Scientific Reports*, 8(1), 2400.
- Li, Y., Zhang, S., Xu, Y., & Wang, D. (2023). The Relationship Between Mindfulness And Academic Motivation: A Meta-Analysis. *Current Psychology*, 42, 2944–2956. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01762-5>
- Liang, Y., Liu, L., & Zhu, X. (2023). Enhancing Social Skills In Adolescents Through School-Based Mindfulness Training: Evidence From A Quasi-Experimental Study In China. *Children And Youth Services Review*, 150, 107041. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.107041>
- Mhaidat, F. A. (2024). The Relationship Between Mindfulness And Academic Motivation Among University Students In Jordan. *International Journal Of Adolescence And Youth*, 29(1), 55–68. <https://doi.org/10.1080/02673843.2024.22>
- Muhammad S M N A, Ali E A , Suleiman N A H & El-Tony S K . (2019). The Effect Of An Enrichment Program Based On Linguistic Activities “In The English Language” To Develop Achievement Motivation Among Linguistically Gifted Kindergarten Children. *Journal Of Education And Child Culture*, No. 13, Part 1, 395 -440. Retrieved From <http://search.mandumah.com/record/1140228>.

- Murray E. (1988). *Motivation And Emotion*, Translated By Ahmed Abdel Aziz And Othman Najati: Riyadh, Dar Al-Shorouk.
- Nouri A T.(2012). The Impact Of The Dominions Of Mindfulness On The Organizational Innovation: Descriptive Analytical Study In Some Faculties Of The University Of Baghdad Journal Of Economicand Administrative Sciences, 18(28), 206-23
- Renzulli, J. S., & Reis, S. M. (2014). *The Schoolwide Enrichment Model: A How-To Guide For Educational Excellence*. Prufrock Press.
- Riggio, R. E. (1986). Assessment Of Basic Social Skills. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 51(3), 649–660.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.3.649>
- Santrock J.(2003). *Psychology*. 7th Edition,Mcgraw-Hill College.
- Schonert-Reichl, K. A., & Roeser, R. W. (2015). Mindfulness In Education: Introduction And Overview Of The Handbook. In K. A. Schonert-Reichl & R. W. Roeser (Eds.), *Handbook Of Mindfulness In Education* (Pp. 3–16). Springer.https://doi.org/10.1007/978-1-4939-3506-2_1
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2014). *Motivation In Education: Theory, Research, And Applications* (4th Ed.). Pearson Higher Ed.
- Schwenk, E., & Wegner, D. M. (2005). Mindfulness And Cognitive Processing. *Journal Of Experimental Social Psychology*, 41(4), 263-277. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2004.06.001>
- Shapiro, S. L., & Carlson, L. E. (2009). *The Art And Science Of Mindfulness: Integrating Mindfulness Into Psychology And The Helping Professions*. APA Books.
- Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A., & Freedman, B. (2006). Mechanisms Of Mindfulness. *Journal Of Clinical Psychology*, 62(3), 373–386. <https://doi.org/10.1002/jclp.20237>
- Smith, J. A., & Brown, K. W. (2019). Mindfulness And Social Functioning: A Review Of The Literature. *Journal Of Social And Personal Relationships*, 36(4), 1234-1256.
- Spence, S. H. (2003). *Social Skills Training With Children And Young People: Theory, Evidence And Practice*. *Child And Adolescent Mental Health*, 8(2), 84–96. <https://doi.org/10.1111/1475-3588.00051>
- Tabatabaei, Z. S. (2021). The Impact Of Optimistic Mindfulness Training On Social Skills And Affective And Cognitive Empathy Of Gifted Students With Non-Clinical Depression. *Journal Of*

- Assessment And Research In Applied Counseling, 3(4), 41–52.
<https://doi.org/10.61838/Kman.Jarac.3.4.4>
- Tan, L. B. G., Lo, M. D., & Macrae, C. N. (2019). Mindfulness And Social Cognition: Trait Mindfulness Is Associated With Enhanced Theory Of Mind And Reduced Hostile Attribution Bias. *Mindfulness*, 10(3), 409–418.
- Terjestam, Y., Andersson, C., & Nyberg, C. (2016). Effects Of Mindfulness Training On Students' Social And Emotional Skills: A Randomized Controlled Study. *Mindfulness*, 7(2), 453–462.
<https://doi.org/10.1007/S12671-015-0467-2>
- Thierry, K. L., Bryant, H. L., Nobles, S. S., & Norris, K. (2021). Cultivating Social And Emotional Development Through Mindfulness: Evidence From An Intervention With Preschool Children. *Early Education And Development*, 32(2), 274–291.
- Wang, Y., & Choi, S. (2021). Mindfulness And Social Skills: A Meta-Analytic Review. *Journal Of Social And Clinical Psychology*, 40(3), 211–229.
- Zeidan, F., Johnson, S. K., Diamond, B. J., & David, Z. (2010). Mindfulness Meditation Improves Cognition: Evidence Of Brief Mental Training. *Consciousness And Cognition*, 19(2), 597–605.
<https://doi.org/10.1016/J.Concog.2010.03.014>