

تباين مستويات النهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة باختلاف مستويات اليقظة العقلية: دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

د. إبراهيم بن قاسم حكيمي

أستاذ مساعد ورئيس قسم علم النفس كلية العلوم الاجتماعية.

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

:ⁿ _hakamy@hotmail.com

المخلص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن الفروق بين مرتفعي ومنخفضي اليقظة العقلية من طلاب الجامعة في النهوض الأكاديمي والتعرف الفروق بين الجنسين في كل من النهوض الأكاديمي واليقظة العقلية، والتعرف على الفروق في النهوض الأكاديمي واليقظة العقلية تبعاً للمتغيرات الديموغرافية: (التخصص (علمي - أدبي)، الفرقة الدراسية، العمر). والتعرف على مدى اسهام اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. المنهجية: استخدم في الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن ، مقياس النهوض الأكاديمي الذي طوره مارتن ومارس (٢٠٠٨) (Martin & Marsh 2008) ترجمة فيصل الربيع (٢٠٢٠) مقياس اليقظة : محمد الشلوي (٢٠٠٨) على عينة من الطلبة الجامعين قوامها (١٥٦) طالبا بواقع (٧٦) من الذكور وبواقع (٨٠) من الإناث. النتائج كشف الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي اليقظة العقلية من طلاب الجامعة في النهوض الأكاديمي والفروق في اتجاه مرتفعي اليقظة العقلية كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في كل من النهوض الأكاديمي و اليقظة العقلية وكشفت الدراسة عن عدم وجود تأثير للعمر الزمني والتخصصي الدراسي او التفاعل بينهما في كل من اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة كما أسفرت نتائج الدراسة عن وجود دلالة إحصائية لإسهام اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. الخلاصة: توصى الدراسة بتنمية اليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة من خلال البرامج الإرشادية. وإجراء المزيد من البحوث عن النهوض الأكاديمي

الكلمات الدالة: النهوض الأكاديمي اليقظة العقلية

تباين مستويات النهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة باختلاف مستويات
اليقظة العقلية: دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

د. إبراهيم بن قاسم حكيمي

أستاذ مساعد ورئيس قسم علم النفس كلية العلوم الاجتماعية.

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

:ⁿ _hakamy@hotmail.com

مقدمة:

تُعد المرحلة الجامعية من المراحل المهمة في الحياة الأكاديمية للطلاب، ويأمل جميعهم في تخطي عتبة المرحلة المنتقلين إلى العالم الأكبر حيث الجامعات والمعاهد التخصصية، وفي هذه الأثناء يواجه الطلاب العديد من المشكلات والعقبات والضغوط والمحن الدراسية، فمنهم من لا يستطيع تخطي هذه العقبات والاستلام للفشل، ومنهم من يستطيع التغلب على هذه العقبات والنهوض مرة أخرى.

ومن هنا ظهرت الحاجة إلى مفهوم النهوض الأكاديمي Academic Buoyancy عند تعرض الطلاب للعقبات والمحن الدراسية اليومية، وترى (أمل عبدالمحسن الزغبى، ٢٠١٨، ٣٩٤) أن النهوض الأكاديمي يعتبر عامل وقائي يحمي الطلاب من الفشل الدراسي، فضلاً عن كونه وسيلة للنهوض في حالة الفشل الفعلي.

والنهوض الأكاديمي من المصطلحات الحديثة نسبياً في ميدان علم النفس المدرسي، إذ ترجع جذوره إلى مناحي علم النفس الإيجابي التي تؤمن بأهمية الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد، ومساعدته في التغلب على ما يعترضه من تحديات. وقد قدم هذا المفهوم للأدب السيكولوجي وعمل على إثرائه بالعديد من الدراسات كل من مارتن ومارش (Martin & Marsh, 2006) كمفهوم مختلف عن المرونة المعرفية Academic resilience.

وتتنبق أهمية النهوض الأكاديمي من صلته الوثيقة بنتائج تربية تكيفية تشتمل على الثقة المرتفعة بالنفس، والمثابرة، والتخطيط (Martin, et al, 2010) والتحصيل الدراسي (Martin, 2013)، ومركز الضبط الأكاديمي الداخلي (Shaw,2017)، والفاعلية الذاتية الأكاديمية (Carrington,2016)، وارتباطه سلباً بالقلق، وتجنب الفشل، والتعويق الذاتي،

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

وعدم الانهماك بالتعلم (Martin, 2013) ، والعصابية وعدم الاستقرار الانفعالي (Martin, et al., 2013) .

كما أكد مارتن ومارش (Martin, & Marsh, 2006) أن النهوض الأكاديمي تتبأ بالاندماج الأكاديمي وبنواتج غير أكاديمية كالاستمتاع بالمدرسة، والمشاركة الصفية ، وتقدير الذات العام ، وتتبأ أيضاً بنتائج ذات صلة بالانهماك بالتعلم كالتغيب عن المدرسة وإكمال المهمات الأكاديمية (Martin, & Marsh, 2008a) .

وقد أظهرت نتائج العديد من البحوث وجود علاقة إيجابية بين النهوض الأكاديمي وبين العديد من المتغيرات مثل : التحصيل والمشاركة المعرفية والانفعالية والسلوكية (Martin, 2014) ، والتكيف الوظيفي (Rachmayanti & Suharso, 2017)، ومفهوم الذات الأكاديمي والأداء الأكاديمي (Colmar,et al.,, 2019) والدافعية الأكاديمية والتحصيل الأكاديمي (Datu & Yang, 2019).

فالنهوض الأكاديمي يصف قدرة الطالب على التكامل الناجح للمشكلات بعد الإخفاقات والصعوبات الأكاديمية ، والتي يتم تحسينها من خلال عوامل مثل الكفاءة الذاتية والالتزام وتحسين السيطرة ، وبعبارة أخرى، يتمثل النهوض الأكاديمي بأنه قدرة الطالب على التغلب بنجاح على الصعوبات والتحديات الخاصة بالحياة التعليمية اليومية (مثل الأداء الضعيف، والموعد النهائي للواجبات المنزلية، وضغوط الواجبات المنزلية، والواجبات المنزلية الصعبة)، بالإضافة إلى هذه الميزات، يتوقع النهوض الأكاديمي ثلاث نتائج تعليمية ونفسية هي متعة الدراسة ، والحضور في الصف واحترام الذات بشكل عام .

وفيما يتعلق بالعوامل المؤثرة في النهوض الأكاديمي فقد تبين أن الفاعلية الذاتية ، والتخطيط، والمثابرة (Persistence) ، ورباطة الجأش أو الاتزان العقلي Composure ، والقلق المنخفض ، والمراقبة (Martin, Colmar, Davey & Marsh, 2010) ، وتبني التوجهات الهدفية الاتقانية والأهداف الشخصية الفضلى (Martin & Ya,2014) له دور حاسم في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي .

د . إبراهيم بن قاسم حكيم

وقد تبين أيضاً أن للعوامل الأسرية دوراً في ذلك ، إذ يعمل أسلوب التنشئة الاجتماعية القائم على التدخل المبالغ فيه بشؤون الطالب على خفض مستوى النهوض الأكاديمي ، بينما يعمل الأسلوب القائم على دعم الاستقلالية على رفع مستوى النهوض الأكاديمي (Shaw, 2017)، وقد تبين أيضاً أن الثقافة تؤثر في مستوى النهوض الأكاديمي، إذ كشفت نتائج دراسة مارتين ويو (Marten & Yu, in press) أن الطلبة الصينيين في مرحلة المراهقة لديهم مستويات أعلى من النهوض الأكاديمي ، مقارنة بنظرائهم في شمال أمريكا والمملكة المتحدة .

فأشار مارتين ومارش (Martin, Marsh,2008) إلى أن النهوض الأكاديمي عنصر هام في التكيف مع تحديات التعليم الجامعي، فيرى مارتين النهوض الأكاديمي بأنه مصطلح يصف قدرة الطلاب على الإندماج الناجح للمشاكل بعد الفشل في التعليم من خلال عوامل مثل الكفاءة الذاتية والالتزام .

وتناول اسلام وعلي (Aslam & Ali, 2017) التحقيق من تأثير الكفاءة الذاتية على مستوى النهوض الأكاديمي لدى طلاب المدارس الثانوي في باكستان ، وافترضت الدراسة أن الكفاءة الذاتية قد لا تبقي الطلاب بعيداً عن المهام الصعبة ولكن بدلاً من ذلك مساعدتهم على تحديد ومواجهة المهام المعقدة ، وخلال حالات الفشل ، دفعت الكفاءة الذاتية للطلاب إلى السعي بجد أكبر بسبب الاعتقاد الذي يؤمنون به بشأن قدراتهم ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الطلاب ذوي الكفاءة الذاتية العالية يستخدمون الخبرات المكتسبة من الفشل في إعادة وضع الاستراتيجيات ومضاعفة جهودهم لتحقيق النجاح اللاحق الذي يعزى إلى النهوض الأكاديمي ، وقد أثبت مرادي وآخرون (Moradi, et al, 2018) في دراسته أن المعتقدات الذاتية تلعب دوراً هاماً في زيادة المتعلمين بالنهوض الأكاديمي، وهذا يعني أن الكفاءة الذاتية لها صل مباشرة بالنهوض الأكاديمي .

ويلاحظ من خلال استعراض الأدب التربوي السابق المتعلق بموضوع النهوض الأكاديمي بعض المؤشرات التي تدلل على احتمالية وجود علاقة بين النهوض الأكاديمي والتعلم المنظم ذاتياً ، إذ تنبأ النهوض الأكاديمي بالتخطيط (Martin et al., 2010).

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

ويعد التخطيط استراتيجية رئيسية من استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً، وكذلك يتضح وجود صلة وثيقة للنهوض الأكاديمي بالفاعلية الذاتية التي تعد شرطاً أساسياً لممارسة الطالب لاستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً، وكذلك يتضح وجود صلة وثيقة للنهوض الأكاديمي بالفاعلية الذاتية التي تُعد شرطاً أساسياً لممارسة الطالب لاستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً (Moreno, 2010).

واستخدم (Martin & Marsh, 2008a,55) مصطلح النهوض الأكاديمي ليحل محل الصمود الأكاديمي في السياق التعليمي، حيث وجد أنه أكثر ملائمة في وصف قدرة الطلاب على مواجهة العقبات اليومية والتحديات المدرسية، حيث أن مفهوم الصمود الأكاديمي لا يعالج مشكلات العديد من الطلاب الذين يواجهون النكسات والتحديات التي هي جزء من الحياة الأكاديمية اليومية، فهذه التحديات تعكس النهوض الأكاديمي والتي تختلف عن الشدائد الحادة والمزمنة المرتبطة بالصمود الأكاديمي.

ويتفق كل من (Martin & Marsh, 2008a,54)، (Martin & Marsh, 2008b,168)، (Martin, Colmar, Davey & Marsh, 2010,473)، (Martin,2013,488) على أن النهوض الأكاديمي بأنه قدرة الطالب على التغلب على النكسات والتحديات التي هي جزء من الحياة الأكاديمية اليومية. (رانيا عطيه ٢٠٢٠).

وأشار الفونسو ويانج (Alfonso & Yang, 2019) إلى أن النهوض الأكاديمي يرتبط بالنتائج المثلى، واستهدفت دراسته استكشاف أسباب قدرة النهوض الأكاديمي على التنبؤ بالأداء الأكاديمي الإيجابي، من خلال ارتباط النهوض الأكاديمي بأبعاد التحفيز الأكاديمي والإنجاز، لدى طلاب المدرسة الثانوية الفلبينية، وأشارت نتائج دراسته إلى وجود تأثير غير مباشرة للنهوض الأكاديمي على الإنجاز الأكاديمي، وأن النهوض الأكاديمي ارتبط بمستويات أعلى من التحصيل الأكاديمي.

وتناولت دراسة جاهيزاده، وآخرون (Jahedizadeh, et al.,2019) التعرف على علاقة النهوض الأكاديمي بالتحصيل الدراسي والمستوى التعليمي والنوع لدى طلاب اللغات الأجنبية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في النهوض الأكاديمي تعزي

د. إبراهيم بن قاسم حكيم

لمتغير النوع ، وجود فروق دالة إحصائياً في النهوض الأكاديمي تعزي لمتغير المستوى التعليمي ولصالح المستوى الأعلى .

وقد أشارت بعض الدراسات مثل دراسات كولي وآخرون (Collie,et al., 2017)، مارتن (Martin, 2013)، ومارتن وآخرون (Martin et al., 2013) بإستراليا، ودراسات كارينغتون (Carrington 2016)، وفونغ (Fong 2014) بالولايات المتحدة الأمريكية، ودراسات بووين ودالي (Putwain & Daly, 2012) وساميس وآخرون، (Symes,et al., 2015) ببريطانيا، إلى أهمية الدور الإيجابي والفعال للنهوض الأكاديمي في مساعدة الطلاب على الخوض في العقبات الأكاديمية المعتادة ، فتوصلت دراسة ريسي وآخرون (Reisy et al, 2014) إلى أن تعزيز النهوض الأكاديمي لدى الطلاب يعزز مناعتهم تجاه التأثيرات السلبية داخل البيئات الأكاديمية ، وهذا يعني أن النهوض الأكاديمي ينطوي على إمكانية تحسين النجاح الأكاديمي للطلاب ، فمن المهم تعزيز النهوض الأكاديمي لدى الطلاب لتمكينهم من مواجهة المحن اليومية (بهنساوي ٢٠٢٠).

ولقد شهدت السنوات السابقة اهتماماً أكاديمياً بأهمية وفوائد اليقظة العقلية، وتطبيقاتها في كافة المجالات النفسية والتربوية ، بعد أن أدرجت في جميع الجوانب المختلفة للحياة الأكاديمية ، وحازت على اهتمام الباحثين في عمل النفس والتربية، والتي من خلالها يكتسب الطالب سلوكاً إيجابياً متزناً في بيئته الأكاديمية ، فيتعامل الطالب بوعي وانتباه مع المثيرات المختلفة ، مراقباً تفكيره ومشاعره لحظة بلحظة ، واكتشاف الخبرات الجديدة التي تسهم في تنظيم سلوكه الذاتي .

وقد بدأ الاهتمام بمفهوم اليقظة الذهنية (Mindfulness) خلال العقود الثلاث الماضية، وهي عنصر أساسي في بعض الروحانيات الشرقية والتقاليد لآسيما البوذية، واستمد هذا المفهوم جذوره منها، وذلك عبر الانخراط في ممارسات التأمل التي تركز على العلاقة بين العقل، والجسد ، والأفكار ، والمشاعر ، إذ يستطيع الفرد عبر التأمل أن يفسر ما في العامل من ظواهر ومواقف ، من خلال إيجاد واستعمال مفاهيم، أو طرق جديدة لفهمها (Bishop et al.,2004).

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

وتساعد اليقظة العقلية في تحسين الرفاهية النفسية لدى الفرد، كما أن ارتفاع معدل اليقظة العقلية يؤدي إلى دعم المواقف المختلفة التي تسهم في حياة جيدة لدى الفرد، فكون الفرد يقظاً عقلياً يجعل من السهل الاستمتاع بالحياة.

فاليقظة العقلية تتيح للأفراد التركيز على أنفسهم وتجاهل ما حولهم ، وكذلك تركيزهم وهيكلتها بصورة تساعده على التعامل معها بكفاءة ومهارة، كما تساعده على تلبية احتياجاته المختلفة في البيئة الأكاديمية. على الاستمرار في اكمال مهامهم الأكاديمية، والتغلب على التسويف والتعامل مع العادات السلبية وغير الصحية التي اعتادوا عليها (Van Dam, et al., 2011).

وأشار العديد من الدراسات التجريبية إلى فوائد اليقظة الذهنية، فهي ترتبط ايجاباً مع الأداء النفسي الإيجابي، كما تعد عنصراً أساسياً لعدد من التدخلات النفسية (Baer, 2003; Dalrymple & Herbert, 2007)، وزيادة كمية المعلومات التي يتم استرجاعها من الذاكرة (Jha, et al., 2010) ، وزيادة خصوصية تحديد (نوعية) المعلومات التي يتم استرجاعها (Williams, et al.,2000) .

فممارسة اليقظة يؤدي تدريجياً إلى الوعي والحرية من التكييف العقلي، كما تستخدم اليقظة العقلية لتنمية وعي ما وراء المعرفة ، والذي يتم تعلمه وذلك لملاحظة الأفكار والمشاعر الإيجابية ، والتي يحتاج لها الفرد لمواجهة المشاعر السلبية (Hasker, 2010) ، كذلك توظيف اليقظة العقلية يساعد الفرد على التصالح مع ذاته ، وخاصة عندما يكون لديه ضغوطاً (Grow, et al, 2017) .

ويشير البريشت وكوهين (Albrecht & Cohen, 2012) إلى أن اليقظة العقلية تساعد الفرد في زيادة إدراك واقعة، وفهم نفسه بصورة أوضح ، وتعزيز توافقه النفسي من خلال إظهار الفرد لمساته الإيجابية المتمثلة في الرحمة والتسامح والتعاطف ،كذلك تعزيز توافقه الاجتماعي ، من خلال تحسين المناخ الاجتماعي في المؤسسة التربوية، وكذلك تحسين توافقه الأكاديمي، من خلال رفع مستوى الأداء الأكاديمي لديه.

د. إبراهيم بن قاسم حكيمي

وأفادت العديد من دراسات اليقظة العقلية عن ارتباط يقظة العقل بالصحة والرفاعية النفسية كدراسة باير وآخرون (Baer, et al, 2006) ، دراسة براون وريان (Brown & Ryan, 2003) ، دراسة تشادويك وآخرون (Chadwick et al., 2008)، دراسة باير وزملائه (Baer, et al, 2004)، ودراسة ولاش وآخرون (Walach, , et al.,2006) (بهنسايوي ٢٠٢٠).

كما أن اليقظة الذهنية تحسن من شعور الفرد بالتماسك، والشعور بمعنى الحياة، وبالقدرة على إدارة البيئة، وتحسن من مستوى التركيز (Macce, 2008).

كما ترتبط أهمية اليقظة الذهنية بمجموعة من الأنشطة التي تحفز الذهن، وتقلل من الضغوط ، كعدم التسرع في إصدار الأحكام على الآخرين، والتحلي بالصبر، والاستمتاع بحرية اللحظة ، والثقة بالنفس (Bernay, 2009) وتساعد اليقظة الذهنية على توسيع مدى الرؤية، وتزيد من سهولة التعامل مع المستجدات (Masten & Reed, 2002) .

وأشارت نتائج بعض الدراسات إلى الآثار الإيجابية لليقظة العقلية، ودورها الفعال في تعديل وتطوير السلوكيات المختلفة لدى الأفراد، ودورها في تنمية الإبداع التنظيمي، وتحسين الأداء الأكاديمي للطلاب، كذلك خفض الضغوط النفسية، والحد من القلق والاكتئاب.

وهناك من يقول بأن الأشخاص الذين يملكون مستويات عالية من اليقظة الذهنية، من المحتمل أن يكونوا أكثر نكاه انفعالياً من غيرهم (Baer, et al., 2004, 2006; Brown & Ryan, 2003; Sinelair & Feigenmaum, 2012) وأكثر من ذلك ، فإن الأشخاص الذين سلجوا نكاه انفعالياً أكبر، أشاروا إلى وجود ضغوط نفسية قليلة لديهم ، ورضا عن الحياة بشكل أكبر (Davis & Humphrey, 2012, Armstrogn, Galligan & Critchely, 2011) وهكذا، فمن المرجح أن اليقظة الذهنية ترتبط مع رضا عال عن الحياة، وضغوط نفسية أقل، ونكاه انفعالي أكبر.

كما أشارت دراسة بيدجون وكبي (Pidgeon & Keye, 2014) إلى وجود عوامل وقائية مرتبطة بالتنظيم الذاتي للفرد في التعامل مع المشكلات الأكاديمية بنجاح، والمتمثلة في اليقظة العقلية التي يتمتع بها الفرد، فاليقظة العقلية بوصفها آلية وقائية تسهم في زيادة سمات الشخصية الإيجابية والصحة النفسية، وأشارت دراسة (Keye & Pidgeon, 2013)

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

إلى أن اليقظة العقلية لها دوراً كبيراً في القدرة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية، وتعد مؤشراً إيجابياً لرفاهية الطالب الجامعي.

تساؤلات الدراسة:

- ١- ما الفروق بين مرتفعي ومنخفضي اليقظة العقلية من طلاب الجامعة في النهوض الأكاديمي؟.
- ٢- ما الفروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في النهوض الأكاديمي واليقظة العقلية لدى طلاب الجامعة؟.
- ٣- ما الفروق الدالة احصائياً في النهوض الأكاديمي واليقظة العقلية تبعاً للمتغيرات الديموغرافية: (التخصص (علمي - أدبي) ، الفرقة الدراسية ، العمر)؟.
- ٤- ما مدى إسهام اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى عينة من طلاب الجامعة؟.

أهداف الدراسة

تتمثل أهداف الدراسة الحالية فيما يلي :

- ١- التعرف على الفروق بين مرتفعي ومنخفضي اليقظة العقلية من طلاب الجامعة في النهوض الأكاديمي
- ٢- التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في النهوض الأكاديمي واليقظة العقلية.
- ٣- التعرف على الفروق في النهوض الأكاديمي واليقظة العقلية تبعاً للمتغيرات الديموغرافية: (التخصص (علمي - أدبي)، الفرقة الدراسية، العمر).
- ٤- التعرف على مدى إسهام اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

أهمية الدراسة

تستمد الدراسة الحالية أهميتها في الموضوع الذي يتناوله الباحث:
الأهمية النظرية :

(١) تعتبر الدراسة الحالية من البحوث المحلية النادرة التي تتناول العلاقة بين النهوض الأكاديمي واليقظة العقلية، والتي تسهم في تقديم فهم نظري لطبيعة هذه العلاقة، بوصفها أحد الإسهامات الممكنة التي قد تضيف كثيراً في هذا المجال، وبخاصة مع غياب الدعم النظري والتجريبي في تناول هذه العلاقة التي وجه الباحثون إلى أهمية تناولها.

(٢) من الممكن أن تفيد هذه الدراسة طلاب الجامعة من حيث تعريفهم بمفهوم النهوض الأكاديمي وعلاقته باليقظة العقلية، مما يساعدهم في التكيف مع المواقف الحياتية المختلفة.

(٣) يمكن أن يساعد هذا البحث القائمين على التعليم الجامعي في إعادة النظر في التخطيط والمساقات الجامعية، لتمكين الطلبة من استخدام استراتيجيات ومهارات تساعدهم على النهوض الأكاديمي، وتحسين اليقظة العقلية لديهم .
الأهمية التطبيقية:

(١) تتجلى أهمية للدراسة الراهنة عن الناحية التطبيقية في اختبار العلاقة بين النهوض الأكاديمي واليقظة العقلية التي لم تحظ باهتمام العديد من الباحثين بالرغم من النتائج الإيجابية التي تحققت في البيئة التعليمية.

(٢) تعد هذه الدراسة ذات أهمية من الناحية التطبيقية في المجال التربوي حيث يتيح لطلاب الجامعة معرفة نوع العلاقة بين متغيرات البحث ودورها في تلك المعارف المتناقضة لدى الطلاب، ومن ثم تسهم في معرفة الطرق المناسبة لتوجيههم وتعليمهم.

(٣) تبرز أهمية الدراسة الحالية فيما يسفر عنها من نتائج تسهم في معرفة الفروق بين الجنسين (الذكور - الإناث) في اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي، حيث يقدم معلومات نظرية عن طبيعة هذه الفروق، مما يسهم في توجيه الطلاب من الجنسين إلى الاهتمام بهذه الجوانب واستثمار طاقاتهم وإثارة دوافعهم وتوظيف قدراتهم المختلفة.

مصطلحات الدراسة:

النهوض الأكاديمي: ويعرفه الفونسو ويانج (Alfonso & Yang, 2016) بأنه قدرة الطلاب على التعامل مع العقبات اليومية في سياقات المدرسة، ويعرفه رحيمي وزاري (Rahimi & Zareie, 2016) بأنه الاستجابة الإيجابية والبناءة والتكيفية لأنواع مختلفة من التحديات والعقبات التي يواجهها الطالب في مجال الدراسة المستمر، ويعرفه الفونسو وين (Alfonso & Yuen, 2018) بأنه القدرة على التعامل مع مجموعة واسعة من التحديات التي يواجهها الفرد باستمرار في الحياة في المجال الأكاديمي، وتعرفه عطية (٢٠٢٠) بأنه نجاح الطالب في التغلب على التحديات الأكاديمية اليومية المعتادة التي يواجهها في مساره الأكاديمي.

وبالنظر إلى هذه التعريفات، يتضح أن النهوض الأكاديمي يمثل عاملاً هاماً في المشهد النفسي التربوي الذي يساعد الطلاب الذين يواجهون صعوبات في حياتهم الأكاديمي. ومن ثم يمكن تعريف النهوض الأكاديمي بأنه بنية تكيفية مرتبطة بالسلوكيات الإيجابية، تتمثل في قدرة الطالب على الاستجابة للتحديات في البيئة الأكاديمية، وبالتأقلم بفاعلية عند مواجهة النكسات الشائعة التي تتم مواجهتها بشكل منتظم، والتعامل مع النضالات اليومية والتحديات التعليمية والعقبات الأكاديمية التي تواجهه في المعاملات اليومية للحياة الأكاديمية.

اليقظة العقلية: ويعرفها برنايو ورسو (Bernay & Ross, 2014) بأنها حالة عقلية نشطة يركز الفرد من خلالها على الاهتمام بموضوع ما، وتوجيه هذا الاهتمام من خلال تفكيره ووعيه العميق، حتى يصبح قادراً على التركيز، واكتساب اتجاهاته، واتخاذ قراراته، ويعرفها الشلوي (٢٠١٨) بأنها الوعي الكامل بالمشيرات التي يتفاعل معها الفرد، وتحفز الانتباه لديه دون إصدار أحكام، أو الانشغال بخبرات ومشاعر الماضي، وتعرفها سعيدان (٢٠١٩) بأنها الوعي الكامل للفرد بالمشيرات في اللحظة الحاضرة، والذي يجعله منفتحاً على كل ما هو جديد، ويتفاعل معها بأكثر من وجهة نظر.

د. إبراهيم بن قاسم حكيم

مما سبق يتضح أن التعريف السابقة لليقظة العقلية اشتملت على جانبين ، أولهما الوعي ، وثانيهما الانتباه ، فالوعي يزيد من خلال المسح العام والدائم والرصد المستمر للخبرة ، بينما يزيد الانتباه من درجة الاحساس بالخبرة والتركيز عليها

حدود الدراسة:

حدود الزمانية: تحدد الدراسة الحالية بالفترة الزمنية لتطبيق أدوات الدراسة والتي كانت بين شهر ١٠/٨٢/٢٠٢٣ الي ٢/١٠/٢٠٢٣.

حدود مكانية: تحدد طلبة وطالبات جامعة الأمام محمد بن سعود الإسلامية التي فيها توزيع أدوات الدراسة

حدود بشرية: تحدد بعينة من الطلبة الجامعيين قوامها (١٥٦) طالبا بواقع (٧٦) من الذكور وبواقع (٨٠) من الإناث

الدراسات السابقة :

أجرى مارتن ومارش (Martin & Marsh, 2008b) دراسة كان من بين أهدافها الكشف عن الفروق في النهوض الأكاديمي وفق متغيري الجنس والعمر. تكونت عينة الدراسة من (٣٤٥٠) طالباً وطالبة في مدارس ثانوية في استراليا موزعين إلى ثلاث فئات عمرية (١٢ - ١٤) سنة ، و (١٤ - ١٦) ، و(١٦ - ١٨) سنة (٣٨%) منهم إناث و (٦٢%) منهم ذكور. كما تكونت عينة الدراسة أيضاً من (٣٢٧) من موظفي المدارس (٨١%) معلمون، (٣%) مرشدون نفسيون، (٣%) طاقم إداري و (١٣%) موظفين تنفيذيون، وقد بلغ متوسط أعمارهم (٤٣) سنة (٦٨%) منهم إناث و (٣٢%) منهم ذكور. كشفت نتائج الدراسة عن فروق دالة في النهوض الأكاديمي لصالح الذكور في كلا العينتين. كما كشفت نتائج الدراسة عن فروق دالة في النهوض الأكاديمي تعزى لمتغير العمر، ولصالح الطلبة الأصغر سناً في عينة الطلبة، بينما كانت النتيجة معاكسة في عينة الموظفين، إذ كان النهوض الأكاديمي أعلى لدى الموظفين الأكبر سناً.

وأجرت شلبي (٢٠١٥) بدراسته على عينة تكونت من (٣٦٥) طالباً وطالبة (١٧٧) ذكور، و (١٨٨) إناث) بمحافظة الجيزة في جمهورية مصر العربية. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً في النهوض الدراسي تعزى لمتغير الجنس، وكانت لصالح الذكور.

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

وكشفت نتائج الدراسة عن علاقة موجبة دالة إحصائياً بين النهوض الدراسي وكل من التحصيل الدراسي، والانشغال المدرسي، وأظهرت النتائج وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين النهوض الدراسي، وقلق الاختبار. كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائياً في التحصيل الدراسي، والانشغال المدرسي على حد سواء، وكانت لصالح الطلبة (منخفضي القلق بشدة، ومرتفعي النهوض) مقارنة بمجموعة الطلبة (مرتفعي القلق، ومنخفضي النهوض). وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الطلبة (منخفضي القلق، ومرتفعي النهوض) مقارنة بمجموعة الطلبة (مرتفعي القلق، ومنخفضي النهوض) مقارنة بمجموعة الطلبة (قلق الاختبار فوق المتوسط، والنهوض تحت المتوسط)، وفروق لصالح مجموعة الطلبة (منخفضي القلق، ومرتفعي النهوض) مقارنة بمجموعة (قلق الاختبار فوق المتوسط، والنهوض تحت المتوسط).

وأجرى مارتن وياو (Martin & Yu, in press) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى النهوض الأكاديمي وعلاقته بكل من القدرة على التكيف والانهماك. تكونت عينة الدراسة من طلبة في مرحلة المراهقة، تراوحت أعمارهم ما بين (١٢-١٦) سنة، وقد اشتملت على (٣٦١٧) من الطلبة الصينيين، و (٩٨٩) من الطلبة في شمال أمريكا و (١١٨٢) من الطلبة في المملكة المتحدة. كشفت نتائج الدراسة أن مستوى النهوض الأكاديمي كان أعلى لدى الطلبة الصينيين مقارنة بطلبة شمال أمريكا والمملكة المتحدة، كما أظهرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين النهوض الأكاديمي والقدرة على التكيف، وقد تتبأ النهوض الأكاديمي عن الدافعية الأكاديمية والانهماك الأكاديمي، والسلوك الانفعالي لدى جميع أفراد عينة الدراسة، في حين كان تثير النهوض الأكاديمي في الدافعية الأكاديمية (الفاعلية الذاتية، قيمة المهمة، والتوجه نحو الاتقان) والانهماك أقوى لدى الطلبة الصينيين مقارنة بطلبة شمال أمريكا وطلبة المملكة المتحدة.

وفيما يخص النهوض الأكاديمي فقد أجرى داتو وينغ (Datu & Yang, 2016) دراسة هدفت إلى الكشف عن علاقة النهوض الأكاديمي بالانهماك السلوكي والانفعالي، وفيما إذا كانت هناك فروق بين الجنسين في النهوض الأكاديمي. تكونت عينة الدراسة من (٤٠٢)

د. إبراهيم بن قاسم حكيمي

من الطلبة (٢٤٢ إناث، ١٦٠ ذكور)، متوسط أعمارهم ١٩ سنة من الطلبة الجامعيين في الغلبين. كشفت نتائج الدراسة عن فروق دالة في النهوض الأكاديمي لصالح الذكور، كما كشفت النتائج عن علاقة موجبة دالة بين النهوض الأكاديمي والانهماك السلوكي والانهماك الانفعالي لدى الطلبة .

وأجرى ساديجهي وجيشنغاني (Sadeghi & Geshingani, 2016) دراسة هدفت إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في النهوض الأكاديمي. تكونت عينة الدراسة من (٣٦٩) طالباً وطالبة في جامعة لورستان (Lorestan) للعلوم الطبية. كشفت نتائج الدراسة عن فروق دالة في النهوض الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس، ولصالح الإناث .

وفي دراسة لحيدري ومورفاتي (Haidari & Morvati, 2016) حول العلاقة السببية بين اليقظة الذهنية، وإدراك الضغوط مع توسط قواعد الكفاءة الذاتية، والذكاء الانفعالي، وسمات الشخصية لدى عينة من (٢٥٠) من طلبة جامعة آزاد في إيران. كشف نتائج الدراسة علاقة موجبة بين اليقظة الذهنية، وإدراك الضغوط، وأن متغيرات الكفاءة الذاتية، والذكاء الانفعالي، وسمات الشخصية هي متغيرات وسطية في العلاقة بين اليقظة الذهنية، وإدراك الضغوط .

ودرس الهاشم (٢٠١٧) درجة توافر اليقظة الذهنية وعلاقتها بدرجة ممارسة سلوك المواطنة التنظيمية للمعلمين، على عينة تكونت من (٣١٣) معلماً ومعلمة من محافظة عمان. أشارت نتائج الدراسة إلى أن درجة اليقظة الذهنية لدى أفراد العينة كانت متوسطة، وعدم وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في اليقظة الذهنية عزى للجنس.

فيما هدفت دراسة عبدالله وعبود (٢٠١٣) التعرف إلى مستوى اليقظة الذهنية لدى طلبة الجامعة. تكونت عينة الدراسة من (٥٠٠) من طلبة مختلفة كليات جامعة ديالي في العراق. أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى اليقظة الذهنية لدى طلبة جامعة ديالي كان مرتفعاً، ووجود فروق دالة إحصائياً في المستوى اليقظة الذهنية تبعاً لمتغير الجنس، لصالح الذكور، ووجود فروق دالة في مستوى اليقظة الذهنية تبعاً لتفاعل الجنس مع التخصص ، حيث تبين أن هناك فروقاً دالة إحصائياً بين الطلبة الذكور من التخصص العلمي، والطلبة الذكور من التخصص الإنساني، لصالح الطلبة الذكور من التخصص العلمي.

كما قام شوت ومعلوف (Schutte & Mallouf, 2011) بدراسة للكشف عما إذا كان الذكاء الانفعالي يتوسط العلاقة بين اليقظة الذهنية، والرفاهية الذاتية. تكونت عينة الدراسة

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

من (١٢٥) طالباً وطالبة من جامعات أستراليا. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط موجب بين مستوى اليقظة الذهنية ومستوى الذكاء الانفعالي، كما بينت نتائج الدراسة أن الذكاء الانفعالي يعمل كوسيط بين اليقظة الذهنية والرفاهية الذاتية.

وأجرت الزبيدي (٢٠١٢) دراسة بهدف الكشف عن العلاقة بين الاستقرار النفسي واليقظة الذهنية، لدى عينة تكونت من (٦٠٠) من طلبة المرحلة الإعدادية من الفرعين الأدبي والعلمي في مدارس محافظة ديالي بالعراق. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى مرتفع من اليقظة الذهنية لدى أفراد عينة الدراسة، ووجود فروق دالة إحصائية في مستوى اليقظة الذهنية تعزى للجنس ولصالح الإناث، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى اليقظة الذهنية تعزى لكل من التخصص والتفاعل بين الجنس والتخصص، وبحثت وانغ وكونغ (Wang & Kong, 2014) دور الذكاء الانفعالي كوسيط في التأثير على اليقظة الذهنية، والرضا عن الحياة والضغط النفسية، على عينة من (٣٢٠) من البالغين في الصين أشارت نتائج الدراسة إلى أن الذكاء الانفعالي يعمل كوسيط جزئي بين اليقظة الذهنية، والرضا عن الحياة والضغط النفسية، كما بينت النتائج أن مستوى الذكاء الانفعالي لدى الذكور أعلى منه لدى الإناث.

فيما قام جريبيل (Grieble, 2015) بدراسة لمعرفة أي من عوامل اليقظة الذهنية يتنبأ بالرفاه الذاتي، والذكاء الانفعالي، على عينة من (١٢٣) طالباً وطالبة من جامعة شرق إلينوي في الولايات المتحدة الأمريكية. بينت نتائج الدراسة أن الذكاء الانفعالي يتوسط جزئياً العلاقة بين جميع مظاهر اليقظة الذهنية وكل من مكونات الرفاه الذاتي، والرضا عن الحياة. كما بينت النتائج أن عوامل اليقظة الذهنية (الوصف) و (التفاعل) أكثر قدرة على التنبؤ بالذكاء الانفعالي، والرفاه الذاتي.

أما سنودن وستينهاوس ويونغ وكارفر وكارفر وبراون (Snowden, Stenhouse,) (Young, Carver, Carver & Brown, 2015)، أجرى بحثاً في العلاقة بين الذكاء الانفعالي، وخبرة الرعاية السابقة، واليقظة الذهنية لدى عينة من (٨٧٠) من طلبة كلية

د. إبراهيم بن قاسم حكيمي

التمريض في جامعتين في أستراليا. وتوصلت نتائج الدراسة إلى تفوق الإناث على الذكور في مستوى الذكاء الانفعالي، وإلى ارتباط إيجابي بين الذكاء الانفعالي، واليقظة الذهنية. وهدف بحث (Martin & Marsh, 2008a) إلى التعرف على إمكانية التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من خلال مجموعة من المتغيرات تمثلت في: (فعالية الذات، والضبط، والاندماج الأكاديمي، والقلق، وعلاقة الطالب بالمعلم)، وذلك في مادة الرياضيات لدى عينة مكونة من (٥٩٨) طالباً وطالبة من خمس مدارس ثانوية إسترالية، وتم قياس المتغيرات المتنبئة بالنهوض الأكاديمي خلال فترتين زمنيتين، الأولى في منتصف العام الدراسي والثانية في نهايته، وباستخدام نموذج المعادلة البنائية تم التوصل إلى إمكانية التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من خلال القلق (سلبياً)، وفعالية الذات، والاندماج الأكاديمي (إيجابياً) وذلك في الفترة الزمنية الأولى، وفي الفترة الزمنية الثانية تم التوصل إلى إمكانية التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من خلال القلق (سلبياً)، وفعالية الذات، والاندماج الأكاديمي، وعلاقة الطالب بالمعلم (إيجابياً)، وأن الجزء الأكبر من التباين يفسر بواسطة القلق .

وقام (Martin et. al, 2010) بدراسة طويلة للتحقق من العلاقة بين النهوض الأكاديمي والدافعية عبر الزمن، وذلك من خلال خمسة متغيرات دافعية للتنبؤ بالنهوض الأكاديمي وهي: الثقة (فعالية الذات)، والتنسيق (التخطيط)، والالتزام (المثابرة)، والالتزان (المستوى المنخفض من القلق)، والضبط (انخفاض الضبط غير المؤكد)، وتكونت العينة من (١٩٦٦) طالبا وطالبة من ست مدارس ثانوية إسترالية، وتم قياس المتغيرات الخمسة المتنبئة بالنهوض الأكاديمي من خلال مقياس الدافعية والمشاركة للثانوية، كما تم قياس النهوض الأكاديمي خلال فترتين زمنيتين، الأولى في بداية العام الدراسي والثانية في نهايته، وسعى البحث إلى التأكد من استمرارية قدرة المتغيرات السابقة على التنبؤ بالنهوض الأكاديمي عبر الزمن من خلال التصميم الطولي للبحث، وباستخدام نموذج المعادلة البنائية تم التوصل إلى إمكانية التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من خلال تلك المتغيرات الخمسة.

وهدفت بحث (Martin, 2014) في الكشف عن العلاقة بين النهوض الأكاديمي وكل من التحصيل والمشاركة المعرفية والانفعالية والسلوكية لدى الطلاب ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة والطلاب العاديين من نفس المدارس، وتكونت العينة من (٣٤٦١) طالباً وطالبة، منهم (٨٧) من الطلاب ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة، و (٣٣٧٤) من

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

الطلاب العاديين، وباستخدام معاملات الارتباط أظهرت النتائج وجود علاقة بين النهوض الأكاديمي وكل من التحصيل والمشاركة المعرفية والانفعالية والسلوكية لدى كل من الطلاب ذوي اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة والطلاب العاديين .

وتناول بحث (Rachmayanti & Suharso, 2017) الكشف عن العلاقة بين النهوض الأكاديمي والتكيف الوظيفي، وتكونت العينة من (٥٩٧) طالباً وطالبة من طلاب المدارس الثانوية بأندونيسيا، وطبق عليهم مقياس النهوض الأكاديمي لـ "مارتن ومارش، ٢٠٠٨"، ومقياس القدرة على التكيف الوظيفي، وباستخدام معاملات الارتباط، توصلت نتائج البحث إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين النهوض الأكاديمي والقدرة على التكيف الوظيفي. وهدف بحث (أمل الزغبي، ٢٠١٨) التعرف على تأثير برنامج قائم على التعلم الاجتماعي الوجداني لتحسين مستوى النهوض الأكاديمي لدى طالبات الجامعة المتعثرات أكاديمياً، وتكونت العينة من (٦٧) طالبة من الطالبات المتعثرات أكاديمياً بجامعة طيبة تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وقدم البرنامج لمجموعة التجريبية، وباستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة توصل البحث إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والضابطة في مقياس النهوض الأكاديمي ككل وأبعاده الفرعية لصالح المجموعة التجريبية.

وهدفت بحث (Colmar et al., 2019) فحص العلاقة بين النهوض الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي والأداء الأكاديمي لدى (١٩١) تلميذا بالمرحلة الابتدائية، وباستخدام نموذج المعادلة البنائية تم التوصل إلى وجود علاقات مباشرة وغير مباشرة بين كل من النهوض الأكاديمي ومفهوم الذات الأكاديمي والأداء الأكاديمي، ومفهوم الذات الأكاديمي يتوسط العلاقة بين النهوض الأكاديمي والأداء الأكاديمي.

وتناول بحث (Datu & Yang, 2019) تقصى العلاقة بين النهوض الأكاديمي والدافعية الأكاديمية والتحصيل الأكاديمي، وتكونت العينة من (٣٩٣) طالباً وطالبة من طلاب المدارس الثانوية الفلبينية، وطبق عليهم مقياس النهوض الأكاديمي لـ "مارتن ومارش، ٢٠٠٨"، ومقياس الدافعية الأكاديمية وأخذ المتوسط العام في جميع المواد الدراسية لقياس

د. إبراهيم بن قاسم حكيمي

التحصيل الأكاديمي، وباستخدام معاملات الارتباط، وجد تأثير غير مباشر للنهوض الأكاديمي على التحصيل الأكاديمي من خلال الدافعية الأكاديمية (متغير وسيط)، ويؤكد نتائج البحث على الفوائد الأكاديمية لتنمية قدرة الطلاب على التعامل مع المتاعب الأكاديمية اليومية.

أجرى أبو غزالة وآخرون (٢٠٢٠) بدراساتهم على عينة تكونت من (٦٣٥) طالباً وطالبة (٣٠٥ ذكور، ٣٣٠ إناث) في مدارس محافظة إربد، كشف نتائج الدراسة عن فروق دالة في النهوض الأكاديمي والتعليم المنظم ذاتياً الكلي تعزى لمتغير الفئة العمرية لصالح الفئة العمرية (١٣-١٤)، وفروق دالة في التفاعل بين الجنس والفئة العمرية، إذا كانت الفروق لصالح الذكور في الفئة العمرية (١٣-١٤)، بينما كانت الفروق دالة ولصالح الإناث في الفئة العمرية (١٦-١٧). ولم تكشف نتائج الدراسة عن فروق دالة في النهوض الأكاديمي والتعلم المنظم ذاتياً الكلي تعزى لمتغير الجنس. وكشفت نتائج الدراسة عن فروق دالة في بعد الاستراتيجيات المعرفية لصالح الإناث، ولم تظهر فروق دالة في بُعد تنظيم الذات تعزى لمتغير الجنس، كما كشفت نتائج الدراسة عن فروق دالة في بعدي الاستراتيجيات المعرفية وتنظيم الذات عزى لمتغير الفئة العمرية لصالح الفئة العمرية (١٣-١٤)، وفروق دالة عزى للتفاعل بين متغيري الجنس والفئة العمرية، إذ كانت الفروق في بُعد الاستراتيجيات المعرفية لصالح الإناث في الفئة العمرية (١٦-١٧)، وفي بُعد تنظيم الذات كانت الفروق لصالح الذكور في الفئة العمرية (١٣-١٤) بينما كانت الفروق لصالح الإناث في الفئة العمرية (١٦-١٧). كما كشفت نتائج الدراسة عن مساهمة دالة إحصائياً للاستراتيجيات المعرفية وتنظيم الذات في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي، إذ فسرت الاستراتيجيات المعرفية (٢٢,٤%) من التباين في النهوض الأكاديمي، بينما فسرت تنظيم الذات (١,٤%) من التباين في النهوض الأكاديمي.

كما أجرت رانيا عطية (٢٠٢٠) دراستها على عينة تكونت من (٢١٦) طالباً وطالبة منهم (١٠٢) من الطلاب المتفوقين، و(١١٤) من الطلاب العاديين. تم التوصل إلى أن مستوى النهوض الأكاديمي لدى الطلاب المتفوقين كان مرتفعاً، بينما كان متوسطاً لدى الطلاب العاديين، وكذلك توصل البحث إلى أن مستوى عادات لاعقل لدى الطلاب المتفوقين كان مرتفعاً، بينما كان متوسطاً لدى الطلاب العاديين، وأيضاً توصل البحث إلى وجود فروق دالة

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

إحصائياً بين متوسطي درجات الطلاب المتفوقين والعاديين في كل من النهوض الأكاديمي والدرجة الكلية لعادات العقل لصالح الطلاب المتفوقين، بالإضافة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين النهوض الأكاديمي وعادات العقل لدى الطلاب المتفوقين والعاديين .

وقام بهنساوى (٢٠٢٠) بدراسته على عينة تكونت من (٨٣٦) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة بني سويف ، وتوصلت نتائج البحث إلى أن كل مستوى اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي مرتفع لدى عينة البحث، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى اليقظة العقلية ومستوى النهوض الأكاديمي تعزي لمتغير النوع (ذكور، إناث)، و متغير التخصص (علمي، أدبي)، و متغير الفرقة الدراسية (أولى، ثانية، ثالثة، رابعة)، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي.

التعقيب على الدراسات السابقة :

أوضحت البحوث السابقة أن هناك عدد من البحوث تناولت التعرف على العلاقة بين النهوض الأكاديمي وبين العديد من المتغيرات مثل: التحصيل والمشاركة المعرفية والانفعالية والسلوكية (Martin, 2014)، والتكيف الوظيفي (Rachmayanti & Suharso, 2017)، ومفهوم الذات الأكاديمي والأداء الأكاديمي (Colmar et al., 2019)، والدافعية الأكاديمية والتحصيل الأكاديمي (Datu & Yang, 2019)، كما تم دراسة إمكانية التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من خلال مجموعة من المتغيرات مثل: فعالية الذات، والضبط، والاندماج الأكاديمي، والقلق، وعلاقة الطالب بالمعلم (Martin & Marsh, 2008a)، الثقة (فعالية الذات)، والتنسيق (التخطيط)، والالتزام (المثابرة)، والالتزان (المستوى المنخفض من القلق)، والضبط (انخفاض الضبط غير المؤكد) (Martin et. Al, 2010). كما أن هناك تباين في نتائج الفروق بين الذكور والإناث أحياناً باتجاه الذكور مثل (مارتن ومارس ، Martin & March 2008)، (شليبي ٢٠١٥، ٢٠١٦، Datu & Yong 2016، عبدالله عبود ٢٠١٣). وأحياناً باتجاه الإناث مثل (Sadeghs & Geshingani, 2018, Mostin, et al, 2014, Wang & Kong, 2014) وكشف النتائج تعارض في العلاقة ، فأحياناً توجد علاقة وأحياناً أخرى لا توجد علاقة .

فروض الدراسة :

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات منخفضي ومرتفعي اليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي والفروق في اتجاه مرتفعي اليقظة العقلية.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث على كلا من مقياس النهوض الأكاديمي ومقياس اليقظة العقلية
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين أفراد عينة الدراسة في النهوض الأكاديمي وفقاً للعمر والتخصص الدراسي والتفاعل بينهما.
- ٤- تسهم اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة من أفراد عينة الدراسة.

طريقة ومنهج الدراسة:

منهج الدراسة : استخدم في الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن ، وذلك للتحقق في طبيعة العلاقة بين كل من النهوض الأكاديمي واليقظة العقلية ، كذلك الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث ، وطبيعة المتغيرات الديموغرافية (العمر ، التخصص، الفرق الدراسية) لدى طلاب الجامعة

مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة الأصلي من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالمملكة العربية السعودية في الإدارة العامة للتعليم بمنطقة الرياض المسجلين للعام الدراسي (١٤٤٥هـ) الفصل الدراسي الأول والبالغ عددهم ٥٨٣٨٣ طالباً وطالبة

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (١٥٦) بواقع (٧٦) من الذكور وبواقع (٨٠) من الإناث. من طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية من كلية العلوم الاجتماعية وكلية العلوم تم اختيارهم بشكل عشوائي والجدول (١) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً للجنس والعمر، والتخصص، والفرق الدراسية.

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

جدول (١) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب النوع والعمر، والتخصص، والفرق الدراسية.

المتغيرات	العينة	العدد	النسبة المئوية
الجنس	الذكور	٧٦	%٤٧,٧
	الإناث	٨٠	%٥١,٣
العمر	٢٠-١٨	٥٠	%٣٢
	٢٤-٢١	١٠٦	%٦٤
التخصص	كلية العلوم (علمي)	٧١	%٤٥
	كلية العموم الاجتماعية (نظري)	٨٥	%٥٤
المستويات الدراسية	الأولى	٣٠	%١٩
	الثانية	٢٢	%١٤
	الثالثة	٤٤	%٢٨
	الرابعة	٣٠	%١٩
		٣٠	%١٩

ب- أدوات الدراسة: تم استخدام أداتين لتحقيق أهداف الدراسة هما :

١- مقياس النهوض الأكاديمي: استخدم في الدراسة مقياس النهوض الأكاديمي الذي طوره مارتين ومارس (٢٠٠٨) (Martin & Marsh 2008) ترجمة فيصل الربيع (٢٠٢٠) الذي يتكون من (٤٨) عبارة، ويتم الإجابة عليه من خلال مقياس ليكرت خماسي التدرج ، ويتضمن مستويات (مرتفع جداً (٥) ومرتفع (٤)، متوسط (٣)، متدني (٢)، متدني جداً (١)).

وقد تحقق الباحث من صدق المحتوى (المحكمين) للمقياس وبعرضه على (١٥) محكمين من أعضاء هيئة التدريس في جامعة اليرموك، وذلك للحكم على صياغة العبارات ومدى جهوداتها لعينة الدراسة، وبلغت نسبة الاتفاق مرتفعة. أما ثبات المقياس ، قد تم حسابه على طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا . وقد بلغت قيمة الثبات (٠,٨٠). كما تم التحقق من صدق البناء من خلال حساب معامل الارتباط المصحح لفقرات المقياس مع الدرجة الكلية ،

بعد تطبيقه على عينة استطلاعية بالدراسة الحالية في خارج أفراد عينه الدراسة بضع عددها (٥٠) طالباً وطالبة ، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط المصمم بين (٠,٣٥ - ٠,٥٦) وقد تبين أن جميع معاملات الارتباط أكد من معيار قبول (٠,٢٠) ، كما تم التحقق من ثبات

د . إبراهيم بن قاسم حكيم

المقياس بطريقه الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية وقد بلغت قيمة ثبات الاتساق الداخلي (٠,٧٥٣) ، وهي قيمة ملائمة لأغراض الدراسة .

٢- مقياس اليقظة : أعد هذا المقياس محمد الثلوي (٢٠٠٨) الذي يتكون المقياس من (١٥) عبارة، وبدائل التصحيح خمس هي (أوافق بشدة، أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة)، وقد وضعت لهذه الاستجابات أوزان متدرجة هي (٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١) على الترتيب للعبارات الإيجابية ، والعبارات السلبية، وهي : (٣ ، ٥ ، ٦ ، ٧ ، ١٠ ، ١١ ، ١٢ ، ١٥)، وتأخذ أوزان متدرجة هي (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥) .

صدق الإدارة :

أ- صدق المحكمين : حيث نم عرض المقياس علي (٨) من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص، لمعرفة رأيهم حول مناسبة الأداة ووضوحها من الناحيتين اللغوية والعلمية ، كذلك مدي انتماء الفقرات للأبعاد التي يتضمنها المقياس ، وأبدي المحكمين بعض التعديلات التي تتعلق بالصياغة اللغوية، وترتيب الفقرات .

ب - صدق الاتساق الداخلي : بعد الاطلاع علي الإطار النظري والدراسات السابقة ، ولتحقيق أهداف الدراسة تم بناء استبانة كأداة الدراسة تكونت من (١٥) عبارة علي أربعة محاور هي (المرونة العقلية ، والسعي للإبداع ، وإنتاج الإبداع ، والبدء في العمل) وقد تم حساب صدق الاتساق الداخلي للأداة كما هو موضح التالي (٠,١٨ - ٠,٥١) وجميع معاملات الاتساق الداخلي دالة إحصائياً.

ج- ثبات الإداة : تم حساب معامل الثبات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا ٠,٥٤١ وتعتبر دالة إحصائياً.

نتائج الدراسة ومناقشتها

سنوالى عرض نتائج الدراسة الحالية على النحو الذي يعكس تباعا الإجابة على أسئلة التي طرحت، والتحقق من الفروض التي طرحتها الدراسة وذلك على النحو التالي
نتائج الفرض الأول :للتحقق من صحة الفرض الأول والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات منخفضي ومرتفعي اليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي والفروق في اتجاه مرتفعي اليقظة العقلية استخدمت الدراسة الحالية الارباعى الاعلى والادنى

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

في درجات عينة الدراسة في مقياس اليقظة العقلية لاستخراج مرتفعي ومنخفضي اليقظة العقلية للمقارنة بينهم في النهوض الأكاديمي واستخدم اختبار (ت) للمقارنة في اليقظة العقلية بين مرتفعي ومنخفضي اليقظة العقلية البيانات الواردة بالجدول (٢) إلى ما أسفرت عنه هذه النتائج

جدول (٢) يوضح الفروق بين مرتفعي ومنخفضي اليقظة العقلية على متغير النهوض الأكاديمي

المجموعات	مرتفعي اليقظة العقلية (ن=١٠٥)		منخفضي اليقظة العقلية (ن=٥٠)		الاختبارات
	ع	م	ع	م	
النهوض الأكاديمي	15.60785	168.9340	7.96072	139.8800	الدلالة
	١٢	٠,٠٠٠			ت

كشف قيم (ت) المعروضة في جدول (٢) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي اليقظة العقلية من طلاب الجامعة في النهوض الأكاديمي والفروق في اتجاه مرتفعي اليقظة العقلية

مناقشة نتائج الفرض الأول

تشير نتائج الفرض الأول الي كلما ارتفعت اليقظة العقلية ارتفع مستوى النهوض الأكاديمي وتعني هذه النتيجة ان الطلاب مرتفعي مستوى اليقظة العقلية يتمكنون من تخطي الضغوط الأكاديمية ومواجهتها

فمع اليقظة العقلية تزداد الكفاءة الذاتية وزيادة التقبل الذاتي وتحسين الوعي من شأنه تبنى الطالب استراتيجيات إيجابية لمواجهة الضغوط الأكاديمية

وتدعم هذه النتيجة بعض الأدلة النظرية منها تصور باير عام Baer ٢٠٠٣ أن مكونين لليقظة الذهنية: المكون الأول: التنظيم الذاتي للانتباه؛ ويتضمن عدد من الصفات، مثل: الاهتمام المستمر، والقدرة على الاحتفاظ على الانتباه على موضوع لفترة طويلة من الزمن، والتحول والأفعال، والمرونة العقلية التي تسمح للشخص بتوجيه التركيز من موضوع لآخر، والوعي، والمراقبة. أما المكون الثاني فهو: التوجه نحو التجربة الخبرة، ويتضمن الالتزام بالفصول نحو الأنشطة العقلية، والقبول بحرية اللحظة تلو اللحظة؛ (ربيع، المرجع السابق).

د. إبراهيم بن قاسم حكيمي

بالإضافة إلى ذلك تصور Brown, 2011 لليقظة العقلية، أنها من مكونين أولهما يتمثل في المعالجة المعرفية لليقظة العقلية ، وهذا المكوّن يعرف بأنه ملاحظة فضولية بدون إصدار أحكام لتقييم المثيرات الواقعية، أما المكون الثاني يتمثل في حالة الوعي في اللحظة الحالية، مع الشعور الهادف والمركز والواعي ويشير هذا المفهوم إلى أن الانتباه لا يتعلق بمثيرات معينة أو يندمج معها مثل: الإدراك البصري ، والشعور ، والتفكير (Quaglia, et al.,2015) وهذه المكونات في نظر الباحث من شأنها أن تحسن استراتيجيات مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الطالب الجامعيوتتفق هذه النتيجة مع دراسات (Anderson et al.,2020,Tajoldini et al.,2018,Pahlavani&Jowkar,2023) التي كشفت عن وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمية لدى طلاب الجامعة وتتعارض النتيجة الحالية مع نتائج

دراسات (Soltan&askarizadeh,2020,Puolakanaho,et

al.2019,Anderson,2022) التي كشفت عن عدم وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمية لدى طلاب الجامعة.

نتائج الفرض الثاني: للتحقق من صحة الفرض الثاني والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث على كلا من مقياس النهوض الأكاديمي و مقياس اليقظة العقلية. تم حساب اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطي درجات الذكور ودرجات الإناث على مقياس النهوض الأكاديمي وعلى مقياس اليقظة العقلية البيانات الواردة بالجدول (3) إلى ما أسفرت عنه هذه النتائج

جدول (3) يوضح الفروق بين الذكور والإناث في كل من اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

المجموعات	الذكور (ن=76)		الإناث (ن=80)		الاختبارات
	ع	م	ع	م	
اليقظة العقلية	7.20658	55.3421	8.41366	54.0875	.320
النهوض الأكاديمي	25.57321	168.7237	30.95043	168.0875	.889

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

كشفت قيم (ت) المعروضة في جدول (٣) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في كل من النهوض الأكاديمي و اليقظة العقلية

مناقشة نتائج الفرض الثاني

ويفسر الباحث عدم وجود فروق في اليقظة العقلية بين الطلاب الجامعة إلى أن عامل النوع لا يكون له تأثير واضح في اليقظة العقلية وخاصة أن الطلاب وطالبات الجامعة يظهران مستوى متقارب من اليقظة العقلية إذ أن الطلاب والطالبات يشتركون في نفس الوعي بالخبرات والتفاعل معها واصدار الاحكام والقيمة عليها وتقبل الافكار والمشاعر وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات سابقة انتهت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية بين الجنسين مثل دراسات (الختتانة، ٢٠١٩م وصحفي، ٢٠١٩م و الربيع، ٢٠١٩م وعيسى ٢٠١٨ م) ونتائج دراستي (Maheshbabu, & Madhushree,2020,Kaur,2019) كما يفسر الباحث عدم وجود فروق ذات دلالة في كل من النهوض الاكاديمي بين الذكور والإناث وذلك لتشارك التفاعل بين الجنسين في بيئة تعليمية واحدة، كما أن المرحلة العمرية لدى طلاب الجامعة لا تبرز فروق بشكل كبير ، في مختلف المتغيرات الاكاديمية وتعنى هذه النتيجة إلى أن طلاب الجامعة من الجنسين لديهم القدرة علي مواجهة الضغوط والنكسات الاكاديمية ولديهم القدرة والاستراتيجيات للتكيف مع مختلف الضغوط الاكاديمية فالنهوض الاكاديمي

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة أبو قورة(٢٠١٨) ونتائج دراسات (Datu & Yang,2016,Martin et al,2010, Ahedizadeh,et al.2019, Anderson et al.,2020 التي توصلت الي عدم وجود فروق في النهوض الاكاديمي وفقا للنوع ، في المقابل تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسات (Martin & Marsh,2006, Alfonso & Yang,2016, Olendo,et al.,2019 التي كشفت عن عدم فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في النهوض الأكاديمي والفروق في اتجاه الاناث.

نتائج الفرض الثالث وللتحقق من الفرض الثالث والذي ينص على (توجد فروق دالة إحصائية بين افراد عينة الدراسة في كل من النهوض الاكاديمي و اليقظة العقلية وفقا للعمر والتخصص

د. إبراهيم بن قاسم حكيم

الدراسي والتفاعل بينهما) تم حساب تحليل التباين الثنائي للمعرفة الفروق كل من النهوض الاكاديمي و اليقظة العقلية حسب العمر الزمني فئتين هي (١٩-٢٠ وفئة ٢١ الي ٢٤) والتخصص الدراسي فئتين (علمي / نظري) والتفاعل بينهما لدى افراد العينة وتشير البيانات الواردة بالجدلين إلى ما أسفرت عنه هذه الخطوة

جدول (٤) يوضح الفروق في كل من النهوض الاكاديمي واليقظة العقلية كنتيجة للتفاعل

بين العمر والتخصص الدراسي(١٥٦)

البيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوي الدلالة
النهوض الأكاديمي	التخصص الدراسي	902.589	1	902.589	2.477	.118
	العمر الزمني	294.383	1	294.383	.808	.370
	المستوي التعليمي X العمر الزمني	106.330	1	106.330	.292	.590
	الخطأ	55390.197	152	364.409		
	الكلي	4032105.000	156			
اليقظة العقلية	التخصص الدراسي	79.027	1	79.027	1.292	.258
	العمر الزمني	31.734	1	31.734	.519	.473
	المستوي التعليمي X العمر الزمني	43.975	1	43.975	.719	.398
	الخطأ	9300.871	152	61.190		
	الكلي	476293.000	156			

يشير جدول(٤) الي النتائج التالية:-

- ١- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية وفقا للعمر فئتي العمر (١٩-٢٠ وفئة ٢١ الي ٢٤)
- ٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النهوض الأكاديمي وفقا للعمر فئتي العمر (١٩-٢٠ وفئة ٢١ الي ٢٤)
- ٣- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية وفقا للتخصص الدراسي (علمي / نظري)
- ٤- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النهوض الأكاديمي وفقا للتخصص الدراسي (علمي / نظري)
- ٥- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية وفقا للتفاعل بين التخصص الدراسي والعمر

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

٦- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النهوض الأكاديمي وفقا للتفاعل بين التخصص الدراسي والعمر

مناقشة نتائج الفرض الثالث

تشير نتائج الفرض الثالث إلى عدم وجود تأثير للعمر الزمني والتخصصي الدراسي أو التفاعل بينهما في كل من اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ويمكن تفسير هذه النتائج علي النحو التالي:

أولاً- بالنسبة لعدم وجود فروق في كل من اليقظة والنهوض الأكاديمي وفقا للعمر تعزى هذه النتيجة إلى تقارب اعمار طلاب الجامعة من افراد عينة الدراسة حيث الفرق الزمني لا يتعدى ٤ سنوات كما أن اليقظة العقلية هي خاصية شخصية للفرد ترتبط بسماته وقدراته في الاستبصار الذات بغض النظر عن عمره الزمني، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات(جبر، ٢٠١٨، وناجواني، ٢٠١٩، Irwin, 2022) التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية وفقا للعمر

وفيما يتعلق بعدم وجود فروق ذات دلالة في النهوض الأكاديمي وفقا للعمر الزمني يعزى إلى أن طلاب الجامعة في مختلف المستويات الدراسية لديهم القدرة على مواجهة الضغوط الاكاديمية وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات () التي انتهت إلى عدم وجود فروق في النهوض الأكاديمي وفقا للعمر الزمني

أما في ما يتعلق بعدم وجود فروق ذات دلالة في النهوض الأكاديمي وفقا (نظري وعلمي) هذه تؤكد عدم وجود تأثير للتخصص الدراسي في النهوض الأكاديمي وربما يرجع ذلك إلى التشابه بين الطلاب في الخبرات التي يكتسبها الطلبة في الحياة الجامعية بسبب خضوعهم لنظام تعليمي واحدة ويتعرضون إلى نفس المؤثرات البيئية

ثانياً- بالنسبة لعدم وجود فروق في كل من اليقظة والنهوض الأكاديمي وفقا للتخصص الدراسي ويمكن تفسير عدم وجود فروق في النهوض الاكاديمي بين الطلاب الجامعة وفقا للتخصص الدراسي(عملي/ نظري) أن طلاب الجامعة من التخصصات المختلفة(العلمية والنظرية)

د. إبراهيم بن قاسم حكيمي

لديهم القدرة على مواجهة الازمات الاكاديمية ومختلف التحديات التي تواجههم في الحياة الجامعية ولديهم قدرة على التكيف بغض النظر عن تخصصهم الدراسي وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات (حسين، ٢٠٠٠م ، و عفيفى، ٢٠١٩ ونصيف، ٢٠١٥م) التي انتهت إلى عدم وجود فروق في النهوض الأكاديمي وفقا للتخصص الدراسي (نظري وعلمي).في حين جاءت هذه النتيجة متعارضة مع دراستي (حيدر، ٢٠١٩ م Tmka,et,al,2016 وأن طلبة الجامعة من ذوي التخصص الانساني ذو مستوى مرتفع في النهوض الأكاديمي من طلبة ذوي التخصص العلمي أما عن تفسير عدم وجود فروق في اليقظة العقلية بين الطلاب الجامعة وفقا للتخصص الدراسي (عملي/ نظري) ونعزو هذه النتيجة إلى عدم وجود تأثير دال للتخصص الدراسي علي اليقظة العقلية لدى الطالب الجامعي، ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى الاهتمام بالتعليم الجامعي في المملكة العربية السعودية ووجود منظومة تربية تستند إلى الجودة في تطوير القدرات المعرفية للطلبة من الجنسين والتركيز علي تنمية قابلتهم إلى أعلى درجة ممكنة كونهم موردا تنمويا مهما في المجتمع مما أدى إلى التشابه بين الطلبة علي اختلاف تخصصاتهم بمستوى من اليقظة العقلية، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات سابقة انتهت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة الجامعة في اليقظة العقلية وفقا للتخصص الدراسي مثل دراسات (العكايشى، ٢٠١٩م وعبدالله، ٢٠١٣م و هادى والمعموري، ٢٠١٨م والربيع، ٢٠١٨م وعبد المطلب، ٢٠٢٠م) ودراسات (Yang, ChuKao,., Miao, Chang, Tseng, & (Chou,2020, Sano, Rahman, Zhang, Ganesan, & Choudhury,2020 ثالثا- بالنسبة لعدم وجود فروق في كل من اليقظة والنهوض الاكاديمي وفقا للتفاعل بين العمر و للتخصص الدراسي :يمكن القول أن هذه النتيجة جاءت متسقة مع النتيجتين السابقتين والتي أشارتا الي عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية كل من اليقظة والنهوض الاكاديمي وفقا للعمر والتخصص كل على حده ووفقا لهذه النتيجة أيضا لا يؤثر تفاعل العمر والتخصص في مستوى اليقظة والنهوض الاكاديمي نتائج الفرض الرابع وللتحقق من الفرض الرابع الذى ينص على (تسهم اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الاكاديمي لدى افراد عينة الدراسة)وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام

تباين مستويات النهوض الأكاديمي

تحليل الانحدار الخطي البسيط لدراسة أثر المتغير المستقل (اليقظة العقلية) على المتغير التابع (النهوض الأكاديمي) على النحو التالي:

جدول رقم (٥): يوضح مدى إمكانية التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من خلال اليقظة العقلية لدى عينة الدراسة (ن=١٥٦)

المتغير التابع	معامل الارتباط R	معامل التحديد R ²	F المحسوبة	مستوى الدلالة Sig	المتغير المستقل	معامل الانحدار B	T المحسوبة	مستوى الدلالة Sig. T
النهوض الأكاديمي	.364	132	23.499	٠,٠٠٠	الثابت	37.746	10.645	.000
					اليقظة العقلية	.101		

** وجود دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) فأقل.

يتضح من الجدول السابق وجود دلالة إحصائية لإسهام اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي ويؤكد ذلك قيمة معامل الارتباط التي بلغت ٠,٣٦ وهي دالة إحصائية ومن ثم وحدة معيارية لليقظة العقلية تسهم في التنبؤ بنسبة ٣٦% بالنهوض الأكاديمي حيث ان قيمة الثابت ٣٧,٧ وهذا يشير الي قدرة اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة

مناقشة نتائج الفرض الرابع

يفسر الباحث نتيجة الفرض الرابع نظراً لأن اليقظة العقلية تجعل الطالب يتسم بالإيجابية في التفكير، وكذلك القدرة على الضبط في المواقف غير السارة، والتخفيف من الضغوط الأكاديمية ومواجهتها، كما أن اليقظة العقلية تساعد الطالب في الإصرار والاستمرار في أداء المهام بوعي تحت الضغط وتجعل الطالب أكثر دقة في حل المهام، إلى وتعنى هذه النتيجة، وأنه كلما ارتفع مستوى اليقظة العقلية للطالب كلما أدى إلى مثابرة في الجهد جيدة للإقدام في حل المشكلات، وهذا يفسر أنه كلما ارتفعت مستوى اليقظة العقلية ارتفع مستوى النهوض الأكاديمي لدى طلاب

وتتفق هذه النتيجة مع دراسات (بنسهاوى ٢٠٢٠، Tajoldini, Anderson et al., 2020, et al., 2018, التي كشفت عن قدرة اليقظة في التنبؤ بالنهوض الاكاديمي لدى الطلاب في المرحلة الجامعية

توصيات ومقترحات بحثية

وبناء على نتائج الدراسة الحالية يوصى الباحث

- ١- الاهتمام بتنمية النهوض الأكاديمي لما لهما دور مهم في تحقيق التوافق الدراسي لدى الطالب الجامعي.
- ٢- تفعيل دور مراكز الارشاد النفسي والأكاديمي في تهيئة البيئة الجامعية للطالب التي تساعده علي تعلم استراتيجيات النهوض الأكاديمي
- ٣- الاهتمام بتنمية اليقظة العقلية لدى طلاب الجامعة لما لها من فاعلية في النهوض الأكاديمي

المقترحات البحثية

في ضوء ما توصل اليه الدراسة الحالية من نتائج

- ١- دراسة فاعلية برنامج قائم علي اليقظة العقلية في تنمية النهوض الاكاديمي
- ٢- اجراء بحث مماثل على عينات من طلاب المراحل الثانوية والمتوسطة من طلاب المدارس
- ٣- دراسة متغيرات نفسية معرفية ومزاجية في علاقتها بالنهوض الأكاديمي

المراجع

- أبوغزال، معاوية، الربيع، فيصل، شواشره، عمر (٢٠٢٠) دور استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى الطلبة المراهقين في محافظة أربد بالأردن. *المجلة التربوية* حج ٣٤، ع ١٣٧، جامعة الكويت ص ١٨٩-٢٠٨ .
- أمل عبد المحسن الزغبى (٢٠١٨). تأثير التعلم الاجتماعي / الوجداني في تحسين النهوض الأكاديمي للمتعثرات أكاديمياً في جامعة طيبة بالمدينة المنورة، *مجلة كلية التربية بجامعة أسسيوط*، المجلد الرابع والثلاثون، العدد (٦)، ٣٨٩-٤٤٦ .
- بهنساوي، أحمد، فكرى (٢٠٢٠) اليقظة العقلية وعلاقتها بالنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية . *المجلة التربوية* ع ٧٨ ، كلية التربية ، جامعة بني سويف. ص ١٢ - ٧٣ .
- الربيع، فيصل (٢٠١٩). الذكاء الانفعالي وعلاقته باليقظة العقلية لدى طلبة جامعة اليرموك، *المجلة الأردنية في العلوم التربوية، الجامعة الأردنية*، ١٥ (١)، ٧٩-٩٧ .
- الزبيدي، مروة شهيد (٢٠١٢). الاستقرار النفسي وعلاقته باليقظة الذهنية لدى طلبة المرحلة الاعدادية، *رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الأساسية ، جامعة ديالى، العراق*.
- شليبي، سوسن. (٢٠١٥). بروفيلات النهوض الدراسي وقلق الاختبار في علاقتهما بالانشغال المدرسي والتحصيل الدراسي باستخدام التحليل العنقودي لدى طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة العلوم التربوية*، (٢)، ١-٦٩ .
- الشلوي، علي محمد (٢٠١٨). اليقظة العقلية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى عينة من طلاب كلية التربية بالدوادمي، *مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس*، ١٩ (٩)، ١ - ١٤ .
- عبدالله، أحلام وعبود، عبدالأمير. (٢٠١٣). اليقظة الذهنية لدى طلبة الجامعة. *مجلة الأستاذ*، ٢٠٥ (٢)، ٣٤٣-٣٦٦ .

عطية، رانيا محمد علي (٢٠٢٠). النهوض الأكاديمي وعادات العقل لطلاب الصف الأول الثانوي العام المتفوقين والعاديين أكاديمياً، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، (١٨٨)، ١٣٥-١٧٣ .

الهاشم، أماني (٢٠١٧). درجة توافر اليقظة الذهنية لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية في محافظة عمان وعلاقتها بدرجة ممارسة سلوك المواطنة التنظيمية للمعلمين من وجهة نظرهم . رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الشرق الأوسط، عمان .

References

- Alfonso, Jesus & Yan, Weipeng. (2016). Psychometric Validity and gender Invariance of the Academic Buoyancy Scale in the Philippines. Construct Validation Approach. *Journal of Psychoeducational Assessment* 36 (3).2-6.
- Alfonso, Jesus & Yang, Weipeng. (2019). Academic buoyancy, academic motivation, and academic achievement among filipion high school students. *Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00358-7>.
- Alfonso, Jesus & Yuen, Mantak. (2018). Predictors and consequences of Academic Buoyancy: a Review of Literature with Implications for Educational Psychological Research and Practice. *California Association of School Psychologist*. 22.207-212.
- Alrecht, N. J. & Cohen, M. (2012). Mindfully teaching in the classroom: a literature review. *Australian Journal of Teacher Education*, 37(12), 1-14.
- Anderson, R. C., Beach, P. T., Jacovidis, M. J. N., & Chadwick, K. L. (2020). *Academic buoyancy and resilience for diverse students around the world*. Inflexion, August.
- Anderson, S. (2022). *Can improving the “academic buoyancy” of secondary school students improve their school attendance?. In Making Your Doctoral Research Project Ambitious* (pp. 138-149). Routledge.
- Armstorng, A., Galligan,R., & Critchley, C. (2011). Emotional intelligence & psychological resilience to negative life events. *Personality & Individual Differences*, 51, 331-336.
- Aslam, S., & Ali, M. S. (2017). Effects of self-efficacy on students achievement in science: a case of secondary school students in Pakistan. *European Journal of Education Studies*, 3 (11), 220-235.

- Baer RA, Smith GT, Allen KB. (2004). Assessment of mindfulness by self-report; the Kentuack Inventory of Mindfulness Skills. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. (11). 191-206.
- Bao, X., Xue, S. & Kong, F. (2015) . Dispositional mindfulness & perceived stress: the role of emotional intelligence. *Personality & Individual Differences*, 78, 48-52.
- Bernay, G, Ross S. (2014). Mindfulness and the beginning teacher. (*Australian Journal of Teacher Education*) Edith Cowan University. Edith Cowan University. Research Online. Western Australia. Perth. Western Australia.
- Bernay, R. (2009), "Using mindfulness to slow down in order to speed up progress for children with special needs", *Double Blind Peer Reviewed Proceedings of the MakigInclusive Education*, Sept. 28-30, Wellington.
- Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., et al (2004) Mindfulness: a proposed operational definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11,230-241.
- Brown KW, Ryan RM. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. (84). 822-848.
- Carrington, C.C. (2016). Psycho-educational factors in the prediction of academic buoyancy in Second life. (*Doctoral thesis, Capella University*).
- Chadwick P, Hember M, Symes J, Peters E, Kuipers E, Dagnan D. (2008). Responding mindfully to unpleasant thoughts and images: Reliability and validity of the Southampton Mindfulness Questionnaire (SMQ), *British Journal of Clinical Psychology*. (47). 451-455.
- Collie, R. J., Ginns, P., Martin, A. J. & Papworth, B. (2017). Academic buoyancy mediates academic anxiety's effects on learning strategies: An investigation of English- and Chinese speaking Australian students. *Educational psychology*, 1-18.
- Collie, R.J. Martin, A.J., Malmberg, L-E., Hall, J., & Ginns, P. control: A cross-lagged analysis of high school students. *British. Journal of Educational Psychology*, 85 , 113-130.
- Colmar, S. H, Lie, G.A.D., Conner, J. & Martin, A. J. (2019). Exploring the relationship between academic buoyancy, academic self-concept , and academic performance: a study of mathematics and reading among primary school students, students, *educational Psychology*,

- Datu, J. A. D. & Yang, W. (2019). Academic buoyancy, academic motivation, academic achievement among Filipino high school students, *Current Psychology*, DOI: 10.1007/s/2144-019-358-7
- Datu, J. A. D., & Yong, W. (2016). Psychometric validity the academic buoyancy scale in the Philippines : *Journal of Psychoeducational Assessment* 2. 1-6.
- David W. Putwain & Anthony L. Daly. (2013). Do clusters of test anxiety and academic buoyancy differentially predict academic performance? *Learning and Individual Differences*, Volume, 27 Pages 157-162.
- Davis KM, Lau MA, Cairns DR. (2009). Development and preliminary validation of a trait version of the Toronto Mindfulness Scale. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*. (23). 185-197.
- Fong, C. J. (2014). *The relationship between academic resilience and sources of self-efficacy: Investigation, Intervention, and Evaluation*. (Master Thesis. The University of Texas, Austin, USA).
- Greble, C. (2015). Emotional intelligence as a mediator in the relationship between mindfulness & subjective well-being. *Un published master theisis. Estern illionis university*.
- Grow, J., Collins, S., Harrop, E. & Marlatt, G. (2017)). Enactment of home practice following mindfulness-based relapse prevention and its association with substance-use outcomes. *Addictive Behaviors*, 40(1), 16-20.
- Hasker, M. (2010) *Evaluation Of The Mindfulness-Acceptance- Commitment (Mac) Approach For Enhancing Athletic Performance*. Unpublished Doctoral Dissertation. Indiana University of Pennsylvania, U.S.A.
- Heidari, M. & Morovati, Z. (2016). The causal relationship between mindfulness & perceived stress with mediating role of self-efficacy, emotional intelligence and personality traits among university students. *Electronic Journal of Biology*, 12 (4): 357-362.
- Irwin, J. T. (2022). College Students' Perceptions regarding High School Influences on Academic Buoyancy (Doctoral dissertation, Walden University).
- Jahedizadeh, Safoura & Ghonsooly, Behazd & Ghanizade, Afsaneh. (2019). Academic buoyancy in higher education: Developing sustainability in language learning through encouraging buoyant EFL students. *Journal of Applied Research in Higher Education*, 11(2). 162-177.
- Keye, D. Michelle. Pidgeon M Aileen. (2013). An Investigation of the Relationship between Resilience, Mindfulness, and Academic Self-Efficacy. *Open Journal of Social Sciences*, 1 (16): 1-4.

- Mace, C. (2008). *Mindfulness and mental health: therapy, theory and science*. Abingdon, Oxford shire: Rutledge.
- Martin, A & Yu, K. (In press). *Young peoples academic buoyancy and adaptability, across-culture comparison of china with north American and united kingdom*. Educational Psychology.
- Martin, A. (2014). Academic buoyancy and academic outcomes: Towards understanding a further understanding of students with attention – defect/hyperactivity disorder (ADHD), students without (ADHD), and academic buoyancy itself. *British Journal of Educational Psychology*, 84, 86- 107.
- Martin, A. j, Ginns, P., Brackett, M. A., Malmberg. L. E., & Hall, j. (2013). Academic buoyancy and Psychological rist: Exploring reciprocal relationships. *Learning and Individual Differences*, 27, 128- 133.
- Martin, A. j. & H. W. (2008a) Academic buoyancy towards an understanding of student's everyday academic resilience, *Journal of School Psychology*, 46, 53-83.
- Martin, A. J. & Marsh, H. W. (2008). Academic buoyancy: Towards an understanding of students' everyday academic resilience, *Journal of School psychology*, 46 (1), 53-83.
- Martin, A. J. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: exploring everyday and classice resilience in the face of academic adversity, *School Psychology International*, 34(5), 499-500.
- Martin, A. J.& Marsh, H.W. (2008b). Workplace and academic buoyancy Psychometric assessment and construct validity amongst school personnel and students, *Journal of Psychoeducational Assessment*, 26(2), 168-184.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates : a construct validity approach. *Psychology in the Schools*, 43 (3), 267-281.105.
- Martin, A. J., Colmar, S. H., Davey, L. A. & Marsh, H.W. (2010). Longitudinal modeling of time? *British Journal of Educational Psychology*, 80, 473-496.
- Martin, A. J., Ginn, P., Brackett, M. A., Malmberg, L.E., & Hall, J. (2013). Academic buoyancy and psychological risk: Exploring reciprocal relationships. *Learning and Individual Differences*, 27, 128-133.
- Masten, S. & Reed, J. (2002). Resilience in development. In Snyder, C.R. and Lopez, S.J. (Eds), *Handbook of positive psychology*, New York: Wiley.

- Moradi, M., Jamalabadi, M., Shahabzadeh, S., Shibani, O., Moradi, S., & Horri, M. (2018). Academic self-efficacy beliefs and academic vitality; the role of schoolwork engagement and gender. *Educational Development of Judishapur*, 8 (4), 419-435.
- Moreno, R. (2010). *Educational Psychology*. John Wiley & Sons Inc. Oelsner, K, Lippold, M & Greenberg, M. (2011). Factor influencing the development of school bonding among middle school. *Journal of Early Adolescence*, 31, 463-487.
- Pahlavani, Z., & Jowkar, B. (2023). The relation of mindfulness to happiness and academic achievement: The mediating role of academic buoyancy. *Research in School and Virtual Learning*, 10(3), 75-90.
- Pidgeon, A.M. & Keye, M. (2014). Relationship between resilience, mindfulness, and psychological well-being in university students. *International Journal of Liberal Arts and Social Science*, 2:27-33.
- Puolakanaho, A., Lappalainen, R., Lappalainen, P., Muotka, J. S., Hirvonen, R., Eklund, K. M., ... & Kiuru, N. (2019). Reducing stress and enhancing academic buoyancy among adolescents using a brief web-based program based on acceptance and commitment therapy: a randomized controlled trial. *Journal of youth and adolescence*, 48, 287-305.
- Rachmayanti, D. & Suharso, P.L. (2017). Relationship between academic buoyancy and career adaptability in 9th grade students, *advances in Social Science Education and Humanities Research*, 139, 124-129.
- Rahimi, M., & Zareie, E. (2016). The role of adult attachment dimensions in academic buoyancy through mediating the dimensions of self-efficacy of coping with problems and perfectionism. *Research in School and Virtual Studies*, 12,59-70.
- Sadeghi, M, & Geshingani, Z. (2016). *The role of Self- directed Learning on predicting academic buoyancy in students of Learning of Lorestan University of Medical Sciences*. *RME*,8, 9-17.
- Schutte, N. & Malouff, J. (2011) Emotional intelligence mediates the relationship between mindfulness & subjective well-being *Personality & Individual Differences* 50:1116-1119.
- Shaw, K. D. (2017). *Hovering of Supporting: Do parenting behaviors affect their college- offspring's persevering?* Unpublished master thesis. Miami University.
- Veenman, M. V. (2014). Assessing developmental differences in metacognitive skills computer log files: Gender by age interactions. *Psychological Topics*, 23, 99- 113.

- Sinclair, H. & Feigenbaum, J. (2012). Trait emotional intelligence & borderline personality disorder. *Personality & Individual Differences*, 52, 674-679.
- Snowden, A., Stenhouse, R., Young, J., Carver, H., Carver, F. & Brown, N. (2015). The relationship between emotional intelligence, previous caring experience & mindfulness in student nurses & midwives: A cross sectional analysis. *Nurse Education Today* 35, 152-158.
- Soltani B, E. (2020). The mediating role of critical thinking between family flexibility and mindfulness with academic buoyancy. *Iranian Journal of Medical Education*, 20, 116-126. Tajoldini, S., Tohidi, A., & Mousavinasab, H. (2018). The effect of mindfulness-based-stress reduction (MBSR) training on academic buoyancy and academic self-regulation in high school students. *Journal of Educational Psychology Studies*, 15(31), 59-88.
- Van Dam, NT, Shepard, SC, Forsyth JP. (2011). Self-compassion is a better predictor than mindfulness of symptom severity and quality of life in mixed anxiety and depression. *J Anxiety Disord.* 25 (1). 123-130.
- Wang, Y. & Kong, F. (2014) The role of emotional intelligence in the impact of mindfulness on life satisfaction & mental distress. *Social Indicators Research*, 116(3), 843-852.
- Yu, K., Martin, A. j. (2014). Personal best (PB) and classic achievement goals in the Chinese Context: Their role in predicting academic motivation, engagement and buoyancy. *Educational Psychology*, 34, 635-658.

The Differences in the Level of Academic Buoyancy Among university students with different levels of Mindfulness: a comparative study in light of some demographic variables

, *Ibrahim bin Qasem Hakami*

Assistant Professor - Department of Psychology - Faculty of Social Sciences Social Sciences

Imam Muhammad Bin Saud Islamic University

ⁿ_hakamy@hotmail.com

Abstract

Objectives: The current study aimed at comparing between high mindfulness group and low mindfulness group in academic buoyancy, .It also aimed at unveiling the predictive ability of mindfulness of academic buoyancy, As well as verifying the significance of the gender differences in academic buoyancy and mindfulness,. And identifying the differences in academic progress and Mindfulness according to demographic variables: (specialization (scientific - literary), academic group, age). **Methods:** The study used academic Buoyancy scale and Mindfulness scale among randomly selected (156) 76 male and 80 female University students. **Results:** The study revealed the existence of statistically significant differences between university students with high and low mindfulness in academic advancement and differences in the direction of high mindfulness. The study also found statistically significant differences between males and females of university students in both academic Buoyancy and mindfulness. The study revealed the absence of an effect of chronological age and academic specialization or interaction between them in both mindfulness and academic advancement among university students. The results of the study also showed the existence of statistical significance for the contribution of Mindfulness in predicting academic Buoyancy among university students.

Keywords: Mindfulness, Academic Buoyancy