

## التنبؤ بفاعلية الذات الإبداعية لدى طلبة المرحلة الثانوية من خلال اليقظة العقلية

حمزة الربابعة\* و بسام جبااعة\*\*

Doi: //10.47015/17.4.10

تاريخ قبوله: 2020/8/30

تاريخ تسلم البحث: 2020/6/29

### Predicting the Creative Self-efficacy among High-school Students through Mindfulness

Hamzah Al-Rababaa, Yarmouk University, Jordan.  
Bassam Jabaatah, Family Healthcare Institute, Jordan.

**Abstract:** This study aimed to reveal the predictive ability of mindfulness of the creative self-efficacy among a sample of (591) male and female students from the secondary stage in Irbid governorate, chosen using the available sampling method during the first semester of the academic year 2018/2019. To achieve the goals of the study, the creative self-efficacy and the five faces of mindfulness scales were used. The results showed that the levels of high-school students' creative self-efficacy total score and its sub-domains were high. The results also revealed that the means of males on creative self-efficacy total score and its sub-domains were higher than those of females. The results also showed that the level of mindfulness total score and its sub-domains was moderate, except for the domain of observing which was high. The results also revealed that the means of males on mindfulness total score and sub-domains were higher than for females, and that the means of the students in the professional stream on mindfulness total score and subdomains were higher than those for other streams. Finally, the results showed that the mindfulness total score explained 19.9% of the variance in the creative self-efficacy, while the subdomains of mindfulness explained 39% of this variance.

(**Keywords:** Creative self-efficacy, Mindfulness, High school)

فالذات المبدعة قادرة على تحقيق الأهداف بصورة غير مألوفة، وأكثر تنوعاً وتفرداً (Beghetto, 2006)، كما يتصف المتعلم ذو الفاعلية الإبداعية العالية بمستوى مرتفع من الثقة بالنفس، والدافعية والكفاءة الذاتية، والقدرة على تقديم حلول إبداعية للمشكلات، والتنظيم الذاتي، والتخطيط الناجح؛ مما يؤثر تأثيراً إيجابياً في فاعلية قدراته الإبداعية، وتحصيله الدراسي (Hsu, Sheng-Tsung & Hsueh- Liang, 2002; Tierney & Farmer, 2011).

ملخص: هدفت الدراسة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لليقظة العقلية بفاعلية الذات الإبداعية لدى عينة تكونت من (591) طالباً وطالبة من المرحلة الثانوية في محافظة إربد، تم اختيارها بالطريقة المتيسرة خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2018/2019، ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم مقياس فاعلية الذات الإبداعية، ومقياس الوجوه الخمسة لليقظة العقلية، وأظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من فاعلية الذات الإبداعية ككل ومجاليها لدى طلبة المرحلة الثانوية، كما كشفت النتائج أن المتوسطات الحسابية للذكور على الدرجة الكلية لفاعلية الذات الإبداعية ومجاليها كانت أعلى منها للإناث. كما أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط لليقظة العقلية ككل ومجالاتها، عدا مجال المراقبة الذي جاء بمستوى مرتفع. وكشفت النتائج أن المتوسطات الحسابية للذكور على مقياس اليقظة العقلية ككل ومجالاتها كانت أعلى منها للإناث، وأن المتوسطات الحسابية للطلبة ذوي التخصصات المهنية على مقياس اليقظة العقلية ككل ومجالاتها كانت أعلى منها للتخصصات الأخرى. وأخيراً، أظهرت النتائج أن الدرجة الكلية لليقظة العقلية فسرت ما نسبته 19.9% من التباين في فاعلية الذات الإبداعية، في حين أن مجالات اليقظة العقلية فسرت ما نسبته 39.5% من هذا التباين.

(الكلمات المفتاحية: فاعلية الذات الإبداعية، اليقظة العقلية، المرحلة الثانوية)

**مقدمة:** أسهمت الثورة العلمية بأدواتها التكنولوجية والمعرفية في تطوير مؤشرات صورة المتعلم الإيجابي وأدواره الاجتماعية في مختلف مجالات الحياة، التي تفوق استعدادات المتعلم التقليدي وقدراته في مجال مواكبة التغيرات المعاصرة، والانفتاح عليها بفاعلية، ومحامتها بيقظة. لذا فقد أولت المجتمعات المعاصرة عملية تنمية مواردها البشرية أهمية كبيرة، وهي التي تقوم في جوهرها على بناء قدرات المتعلم، وتنمية فاعليته الذاتية بصورة إبداعية غير تقليدية.

وتمثل فاعلية الذات الإبداعية (Creative Self- efficacy) أحد أهم مكونات تنمية شخصية المتعلم معرفياً واجتماعياً وانفعالياً، حيث تساهم في تعزيز المعتقدات والاتجاهات الإيجابية نحو فاعلية الذات، خاصة في أثناء تنفيذ المهمات الأكثر تعقيداً (Mathisen & Bronnick, 2009)، كما تعبر فاعلية الذات الإبداعية عن مدى كفاءة قدرات المتعلم الإبداعية، ومستوى ثقته بذاته في إنجاز المهام الجديدة، واختيار الاستراتيجيات المناسبة للتعامل مع المواقف الطارئة بشكل مرن وتكيفي (Woolfolk, 2010).

ويمكن تنمية فاعلية الذات الإبداعية ضمن السياقات التعليمية، من خلال تحسين مكونات البيئة الصفية معرفياً وانفعالياً واجتماعياً، واحترام ذات المتعلم وتعزيزها، وتنمية قدراته، ورفع قيمة توقعاته حول المستوى الإنتاجي للأعمال الإبداعية التي تقع ضمن طموحاته المستقبلية؛

\* جامعة اليرموك، الأردن.

\*\* معهد العناية بصحة الأسرة، الأردن.

© حقوق الطبع محفوظة لجامعة اليرموك، إربد، الأردن، 2021.

جعل المتعلم يقظاً وواعياً بمشاعره وأفكاره أكثر من غيره من ذوي اليقظة العقلية المنخفضة (Bishop et al., 2004).

كما تسهم اليقظة العقلية (Mindfulness) في تنمية مستوى الإرادة الذاتية والاجتماعية لدى المتعلم، وتعزز مستوى الوعي بالذات ومراقبتها، ووصفها بكفاءة، وتخفف من التقليد الآلي للمعتقدات والأفكار (Perkins & Richhart, 2000). حيث تتضمن عملية اليقظة العقلية عدداً من المهام الإبداعية، كالمرونة والانفتاح على الخبرات، والتفكير العميق بالأحداث والخبرات خارج حدود الذات، بالإضافة إلى دور اليقظة العقلية في تحسين عملية إدراك الحالة الانفعالية للإبداع، والوعي بأسبابها، والقدرة على توظيف الانفعالات في عملية إنتاج الأفكار الجديدة ومعالجتها بيقظة، وتمثيلها بكفاءة (Langer, 2000).

وتعرف اليقظة العقلية بأنها: حالة الوعي الآني بالخبرات، لحظة بلحظة دون إصدار أحكام، ويمكن تنميتها من خلال التدريب وممارسة الأنشطة (Davis & Hayes, 2011). كما تعبر اليقظة العقلية عن مستوى وعي الفرد المدرك، الذي يتحقق من خلال تأمل هادف للحظة الراهنة وتقبلها دون إصدار أحكام عليها (Ispahic & Hasanbegovic-Anic, 2017). وتصف اليقظة العقلية قدرة الفرد على التنظيم الواعي، من خلال الانتباه المقصود للحظة الحالية، من غير إصدار أحكام مسبقة على التجارب والخبرات (Kabat - Zinn, 2003). وتمثل اليقظة الذهنية حالة المرونة العقلية، ومستوى النشاط الواعي، والسيطرة على السياق المحيط بالفعل العقلي؛ بهدف إيجاد فئات جديدة (Langer, 2000).

ومن أهم الاتجاهات المفسرة لمفهوم اليقظة العقلية نموذج الوجه الخمسة لليقظة العقلية (Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer & Toney, 2006). ويمكن توضيحها بأنها:

- المراقبة (Observing): وهي متابعة أو ملاحظة الخبرات الداخلية والخارجية، مثل: الأفكار، والمشاعر، والأصوات، والمشاهد.
- الوصف (Describing): ويشير إلى وصف الخبرات الداخلية وتوضيحها بكلمات دالة المعنى.
- العمل بوعي (Acting with Awareness): بمعنى أن يكون الفرد على وعي وانتباه تام لحالته الراهنة التي يوجد فيها، وحاضراً في نشاطه الآني، بعيداً عن العمل بشكل آلي.
- عدم إصدار الأحكام (Non-judging): أي عدم اتخاذ موقف تقييمي للأفكار والمشاعر الداخلية.
- عدم التفاعل (Non-reactivity): بمعنى السماح للمشاعر والأفكار بالظهور والنشاط الحر؛ أي عدم التفاعل مع التجربة والخبرة الذاتية الداخلية.

وتعرف فاعلية الذات الإبداعية بأنها: تقييم ذاتي للقدرة الإبداعية وإمكانية تحقيقها، وفقاً لرؤية ذاتية متبصرة لحل المشكلات إبداعياً وإنتاج أفكار جديدة (Diliello, Houghton & Dawlay 2011)، كما تعبر فاعلية الذات الإبداعية عن عملية إدراك ذاتي للنتائج الإبداعية (Zhou, Shin & Cannella, 2008). وتوصف بأنها: المعتقدات الذاتية الموجهة لدافعية المتعلم المعرفية من أجل تحسين مسارات العمل اللازمة للتعامل مع مجموعة من الظروف المختلفة (Chuang, Shiu & Cheng, 2010).

وتتحدد فاعلية الذات الإبداعية بمستوى القدرة الإبداعية وتطبيقاتها العملية، وهي بذلك تختلف عن فاعلية الذات العامة، التي ترتبط بمعتقدات المتعلم حول قدراته العامة بمجالاتها المختلفة، كما تتضمن مشاعر شاملة وعامة حول الذات (Chen, Gully & Eden, 2001). كما يختلف بناء فاعلية الذات الإبداعية عن بناء الذات العامة، كما هو الحال في اختلاف مجال الإبداع واستقلاله عن المجالات الأخرى (Tierney & Farmer, 2002). وقد أظهرت نتائج البحث في مجال فاعلية الذات الإبداعية بشكل مستقل وجود أبعاد محددة مكونة لها، قادرة على تشكيل مفهوم خاص بها، (Abbott, 2010) تضمنت بعدين رئيسيين، هما:

أولاً: فاعلية الذات في التفكير الإبداعي (Creative Thinking Self-efficacy (CTSE)

وتتمثل في فاعلية الحالة العقلية الداخلية، كالتعبير عن الإبداع، من خلال مهارات التفكير الإبداعي المتمثلة في العمليات المعرفية الإبداعية التي تمكن المتعلم من توليد أفكار جديدة غير مألوقة من قبل تتصف بالأصالة، والطلاقة، والمرونة، والتفاصيل.

ثانياً: فاعلية الذات الإبداعية في الأداء الإبداعي (Creative Performance Self-efficacy (CPSE)

وتشير إلى فاعلية التطبيقات العملية للإبداع، والحالة الاجتماعية الخارجية، كالتعبير عن الإبداع، من خلال تفاعل مكونات الفرد الداخلية، كالدوافع، وأنظمة البيئة الخارجية، كالسياق الاجتماعي، التي تتفاعل مع بعضها البعض في أثناء الأداء الإبداعي.

وعليه، فإن فاعلية الذات الإبداعية تعبر عن مستوى الجهد العقلي المبذول لإنتاج العمل الإبداعي (Phelan, 2001)، مما يتطلب المحافظة على الصحة العقلية للمتعلم، التي قد تتعرض بين الحين والآخر إلى عدد من الضغوطات الاجتماعية والانفعالية، والمعوقات البيئية التي قد تحد من فاعليتها (Bandura, 2007). لذا لابد من زيادة الوعي ليقظ لحظة بلحظة؛ فالمتعلم ذو اليقظة العقلية يكون أكثر قدرة على المعالجة العميقة للمثيرات، والملاحظة الواعية لما لا يدركه الآخرون، بالإضافة إلى مستوى مرتفع من الدافعية للتفاعل مع الخبرات الجديدة، كما تسهم اليقظة العقلية في

القدرات الإبداعية لدى المتعلمين ( Malow & Austin, 2016).

وتحديداً لدى طلبة المرحلة الثانوية، تصبح المناهج الدراسية أكثر تخصصية، وتزداد المهمات التعليمية صعوبة، مقارنة بالمرحل التعليمية السابقة، وتصبح الفروق الفردية أكثر وضوحاً بين الطلبة، ويرتفع مستوى التنافس بينهم؛ لتحقيق معايير القبول الجامعي، حيث تعدّ مرحلة حرجة لتحديد المستقبل التعليمي والمهني، بالإضافة إلى ما تمثله المرحلة الثانوية من قيمة ذاتية واجتماعية للمتعلمين وأسرههم؛ مما قد يزيد من حجم الضغوطات لدى طلبة المرحلة الثانوية، التي تتزامن عادةً مع التغيرات الانفعالية والجسمية المرافقة لمرحلة المراهقة؛ مما يتطلب مساعدتهم على تحقيق التكيف النفسي والأكاديمي، من خلال تنمية فاعلية الذات الإبداعية واليقظة العقلية التي أظهرت قدرتها على تحسين صورة الذات، والمستوى الأكاديمي، وحل المشكلات التعليمية والسلوكية والانفعالية لدى طلبة المرحلة الثانوية ( Franco, Mañas, Cangas & Gallego, 2010; Biegel, Brown, Shapiro & Schubert, 2009).

وقد توصل الباحثان في مجال تتبع مسار الدراسات السابقة التي تناولت متغير فاعلية الذات الإبداعية لدى المتعلمين في بيئات مختلفة إلى أنها اهتمت في الكشف عن العلاقة بين فاعلية الذات الإبداعية وكل من بيئة الإبداع وعملياته، وبيئة التحصيل الأكاديمي وعملياته، حيث أظهرت نتائج الدراسات السابقة وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين فاعلية الذات الإبداعية واتجاهات وأساليب التعلم النوعية (Abou Koura, 2019). والإنجاز الأكاديمي، والعادات الدراسية، والمعتقدات الذاتية حول الإبداع، والهوية الشخصية الإبداعية، ومتطلبات الإبداع وعملياته، ومظاهر حب الاستطلاع ( Witt-Rose, 2003; Beghetto, 2006; Chuang et al., 2010, Maciej, 2012; Jaussi & Randel, 2014).

كما تباينت نتائج الدراسات السابقة في مجال فاعلية الذات الإبداعية في ضوء متغيرات الجنس، والتخصص الدراسي، حيث أشارت النتائج إلى وجود فروق في مستوى فاعلية الذات الإبداعية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث (Abou Koura, 2019)، بالمقابل، كانت هناك فروق لصالح الذكور ( Abdul Hafiz & Falih, 2017)، في حين أشارت نتائج عدد من الدراسات إلى عدم وجود فروق في مستوى فاعلية الذات تعزى لمتغير الجنس (Witt-Rose, 2003; Beghetto, 2006; Al-Zoubi, 2014).

من ناحية أخرى، أظهرت نتائج الدراسات السابقة وجود فروق في مستوى فاعلية الذات الإبداعية تعزى لمتغير التخصص الدراسي لصالح الطلبة ذوي التخصصات العلمية ( Abdul Hafiz & Falih, 2017)، ووجود فروق لصالح الطلبة ذوي التحصيل الدراسي المرتفع (Beghetto, 2006).

وبناءً عليه، يظهر دور نموذج اليقظة العقلية بوجوهها الخمسة في تمكين قدرات المتعلم في الوعي بخبراته الداخلية، من خلال ملاحظتها ووصفها بيقظة، والسماح لها بالظهور دون تقييدها بأحكام مسبقة، وزيادة فاعلية المتعلم في الضبط والتنظيم الذاتي، من خلال العمل بوعي، وعدم التفاعل مع الخبرات الذاتية؛ مما يتيح للفرد التعامل بيقظة عقلية، وإيجاد الحلول الإبداعية للمشكلات، والانفتاح على الخبرات الجديدة، وتقبلها؛ مما يعزز فاعليته الإبداعية في مختلف مجالات الحياة (Baer, 2003).

كما يعزز نموذج اليقظة العقلية عملية الانتباه الواعي للمثيرات البيئية وحركة الحواس، والمرونة العقلية، من خلال تغير حالة الوعي، والمعالجة المعرفية لليقظة للمثيرات، والمحافظة على استمرارية حالة الانتباه الواعي لإنجاز المهمات ( Brown, Ryan, 2007, & Creswell)، بالإضافة إلى دور اليقظة العقلية في جعل السياقات التعليمية خبرة واعية أكثر تأثيراً في إنجاز المهمات وتحقيق الأهداف التعليمية، من خلال تسهيل الانفتاح على الخبرات والإحساس بها، وزيادة مستوى التركيز، وتمكين المتعلم من إدارة البيئة المحيطة وضبطها، وتعزيز الاستجابات التكيفية لمواجهة الضغوط، وتحسين مستوى جودة الحياة الأكاديمية، واستشعار معناها واستكشافها (Weissbecker et al., 2002).

وتمكن اليقظة العقلية المتعلم من أداء العديد من المهمات التربوية والنفسية، وتحقيق تطبيقاتها الاجتماعية في السياقات البيئية المختلفة، من خلال زيادة آفاق الرؤية العقلية للمواقف والخبرات الجديدة بمنظور تأملي ذاتي يقظ، يتم فيه تنشيط فاعلية عادات العقل (Hassed, 2016)، كما تعزز كفاءة المتعلم المعرفية، وتنشط عمل الذاكرة بعيدة المدى، والذاكرة العاملة، من خلال تحديد المثيرات الضرورية اللازمة للفعل اليقظ، وتنظيمها، وتوجيه الانتباه لها وترميزها ضمن الدلالات المناسبة لمعالجتها ( Mrazek, Franklin, Phillips, Baird & Schooler, 2013)، كما تنمي اليقظة العقلية قدرة المتعلم على الإنجاز، وتزيد الصلابة المعرفية والاجتماعية لديه، من خلال مساعدته على حل المشكلات التعليمية كتشتت الانتباه، وتدني التمثيل العقلي، والمعالجة السطحية للمعلومات؛ مما يوجد ضرورة ملحة لتضمين أنشطة اليقظة العقلية وعملياتها في المناهج التعليمية، كمتوى ونتاج معاً، وتوظيفها في بناء أساليب واستراتيجيات التدريس، والأنشطة التعليمية (Malow & Austin, 2016).

وبناءً على ما تقدم، تظهر أهمية اليقظة العقلية في توفير البيئة المناسبة لتنمية فاعلية الذات الإبداعية، حيث تسهم اليقظة العقلية في خفض مستويات القلق والتوتر، وتنمية الانفعالات الإيجابية، وزيادة الدافعية، وتنظيم التوجهات الهدفية نحو الإتيقان، كما تنمي اليقظة العقلية مستوى احترام الذات واكتشافها، وتعزز استراتيجيات التنظيم الذاتي، والفضول العقلي ( Felton, Coates, 2015, & Christopher)، بالإضافة إلى خصوصية اليقظة العقلية كمدخل معرفي واجتماعي وانفعالي للتدريب على الإبداع وتنمية

وجود علاقة ارتباطية موجبة بين فاعلية الذات المدركة واليقظة العقلية.

وحاول حيدري ومورفاتي ( Haiddari & Morvati, 2016) الكشف عن العلاقة السببية بين اليقظة العقلية وإدراك الضغوط مع توسط متغيرات: الفاعلية الذاتية، والذكاء الانفعالي، وسمات الشخصية لدى عينة تكونت من (250) طالباً وطالبة في إيران. وكشفت النتائج وجود أثر ذي دلالة إحصائية لمتغير الفاعلية الذاتية في توسط العلاقة بين اليقظة العقلية وإدراك الضغوط.

كما كشفت دراسة الشلوي (Al-Shalawi, 2018) عن العلاقة بين اليقظة العقلية والكفاءة الذاتية لدى عينة تكونت من (154) طالباً وطالبة من كلية التربية في العراق، حيث أشارت النتائج إلى وجود مستوى مرتفع من اليقظة العقلية والكفاءة الذاتية لدى عينة الدراسة، كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والكفاءة الذاتية.

وعلى الرغم من تعدد أهداف الدراسات السابقة، وتنوع بيناتها، فإن هناك ندرة في الدراسات التي هدفت إلى البحث في القدرة التنبؤية بين متغيري الدراسة الحالية، خاصة في البيئة العربية - بحدود علم الباحثين -؛ مما دفع الباحثين إلى البحث في القدرة التنبؤية لليقظة العقلية بفاعلية الذات الإبداعية لدى طلبة المرحلة الثانوية في ضوء متغيري الجنس والتخصص، والتفاعل بينهما؛ لما أظهرته نتائج الدراسات السابقة من تباين في مستوى فاعلية الذات الإبداعية، ومستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغيري الجنس، والتخصص الدراسي.

#### مشكلة الدراسة وأسئلتها

انبثقت مشكلة الدراسة من خبرات الباحثين الشخصية المعززة بالشواهد والأدلة العملية اليومية من حالة الصراع المستمرة بين الوالدين والمعلمين من جهة، والمراهقين في المرحلة الثانوية من جهة أخرى، حيث يواجه عادةً بعض الآباء والمعلمين النقد والوصف السلبي لعدم فاعلية الذات لدى المراهقين، في حين يرى المراهقون أنهم يقومون بأدوارهم الاجتماعية ومهامهم المعرفية بأفضل مستوى، وبطريقة إبداعية.

كما جاءت الدراسة الحالية استجابة لتوصيات البحث في الحاجات التعليمية والاجتماعية محلياً وعالمياً لإعداد متعلمين غير تقليديين؛ مما يستوجب العمل على إعداد المتعلم النشط في مختلف مجالات الحياة (Yang, Xu, Liu & Pang, 2020; Al-Shalawi, 2018)، حيث أصبح المتعلم مطالباً أكثر من أي وقت مضى بالقيام بأدوار اجتماعية ومهام معرفية لا تقل أهمية عن تلك الأدوار التي يقوم بها المعلم والمنهاج داخل الغرفة الصفية (Goddard, Hoy & Hoy, 2004; ; Albrecht, Albrecht, ) (Cohen, 2012). لذا جاءت الدراسة الحالية بهدف الكشف عن القدرة التنبؤية لليقظة العقلية بفاعلية الذات الإبداعية لدى طلبة

أما في مجال الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغير اليقظة العقلية لدى المتعلمين، فقد اهتمت بالبحث في العلاقة بين اليقظة العقلية وعدد من المتغيرات التربوية والنفسية كالأداء الأكاديمي، وعدد من الذكاءات المتعددة، والتفكير التأملي، وعوامل الشخصية الكبرى، حيث أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية لليقظة العقلية بالأداء الأكاديمي، ومهارات التعلم ( Asheur & Sigman, 2011; Napora, 2013; López, Amutio, Oriol & Bisquerra, 2016)، والذكاء الروحي والعاطفي (Salahat & Al-Zaghul, 2018; Al-Rabee, 2018) والتفكير التأملي (Al-Tuwtu & Rizqa, 2018)، والابتكارية الانفعالية وكفاءة التمثيل المعرفي ( Abdul Rahim, & Fawaz, 2018). بالمقابل أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة لليقظة العقلية مع عمليات الفشل المعرفي ( Singh & Sharma, 2017).

كما أظهرت نتائج الدراسات السابقة وجود تباين في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث ( Salahat & Al-Zaghul, 2018)، ولصالح الذكور (Al-Rabee, 2018)، وعدم وجود فروق تعزى لمتغير الجنس ( Napora, 2013; López et al., 2016; Al-Maemuri & Salam, 2018; Najewani, 2019). بالمقابل أظهرت النتائج وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير التخصص لصالح التخصصات العلمية على بعدي (المراقبة، وعدم التفاعل) (Salahat & Al-Zaghul, 2018). ولصالح التخصصات الإنسانية على أبعاد (العمل بوعي، وعدم إصدار الأحكام) ( Salahat & Al-Zaghul, 2018; Al-Tuwtu & Rizqa, 2018)، في حين أشارت عدد من الدراسات إلى عدم وجود فروق تعزى لمتغير التخصص الدراسي (Al-Maemuri & Salam, 2018)

أما في مجال الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغيري الدراسة الحالية معاً، فإنه تم التوصل إلى وجود قدرة تنبؤية، وعلاقة ارتباطية إيجابية بين مستوى اليقظة العقلية والكفاءة والفاعلية بصورتها العامة، حيث هدفت دراسة جريسون وكاشويل (Greason & Cashwell, 2009) إلى الكشف عن العلاقة بين اليقظة العقلية وكل من الفاعلية الذاتية والانتباه، والتمثل العاطفي لدى عينة تكونت من (179) طالباً وطالبة من مرحلة الدراسات العليا في أمريكا. وقد أظهرت النتائج وجود قدرة تنبؤية ذات دلالة إحصائية لليقظة العقلية في الفاعلية الذاتية.

كما قامت العزي (Al-Eazi, 2013) بالبحث في العلاقة بين الكفاية الذاتية المدركة واليقظة العقلية والوظائف المعرفية لدى عينة تكونت من (500) طالب وطالبة جامعيين في العراق. وأظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من اليقظة العقلية لدى الطلبة، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، في حين لم تكن هناك فروق في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير التخصص، كما كشفت النتائج

(2010). ويمكن تعريف فاعلية الذات الإبداعية إجرائياً بأنها: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس فاعلية الذات الإبداعية ككل، وعلى كل مجال من مجالات المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

**اليقظة العقلية (Mindfulness):** هي الانتباه المقصود للخبرات الداخلية والخارجية في الوقت الحاضر، ووصفها بوعي دون إصدار أحكام مسبقة عليها (Baer, 2003). ويمكن تعريف اليقظة العقلية إجرائياً بأنها: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الوجوه الخمسة لليقظة العقلية المستخدم في الدراسة الحالية.

#### محددات الدراسة

- اقتصرت الدراسة الحالية على عينة من طلبة الصفين الأول الثانوي والثاني الثانوي، من المدارس التابعة لمديرية تربية وتعليم لواء الكورة في محافظة إربد، خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2018/2019م.

- كما تتحدد نتائج الدراسة الحالية وإمكانية تعميمها بطبيعة المقاييس المستخدمة فيها، وما تحقق لها من دلالات الصدق والثبات، وإجراءات تطبيقها.

#### الطريقة والإجراءات

##### منهجية الدراسة

تعد الدراسة الحالية من الدراسات الوصفية الارتباطية، حيث تهدف إلى التنبؤ بفاعلية الذات الإبداعية لدى طلبة المرحلة الثانوية من خلال اليقظة العقلية، لذا سيتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي لتوافقه مع طبيعة أهداف الدراسة الحالية.

#### مجتمع الدراسة وعينتها

تكوّن مجتمع الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية، والمتمثلة في الصفين الأول الثانوي والثاني الثانوي الملحقين في مدارس مديرية تربية وتعليم لواء الكورة في محافظة إربد، خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2018/2019م، البالغ عددهم (4359)، منهم (2246) طالباً و(2113) طالبة، وتم اختيار (591) طالباً وطالبة بالطريقة المتيسرة؛ لتسهيل إجراءات تطبيق الدراسة من حيث توفير الوقت والظروف المناسبة للتطبيق، حيث أبدت مدارس عينة الدراسة تعاوناً في التطبيق أكثر من غيرها. والجدول (1) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة الحالية.

المرحلة الثانوية. وتحدد مشكلة الدراسة الحالية من خلال الأسئلة الآتية:

1. ما مستوى فاعلية الذات الإبداعية لدى طلبة المرحلة الثانوية؟

2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى فاعلية الذات الإبداعية على المقياس ككل ومجالاته تعزى لمتغيري الجنس والتخصص، والتفاعل بينهما لدى طلبة المرحلة الثانوية؟

3. ما مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة المرحلة الثانوية؟

4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى اليقظة العقلية على المقياس ككل ومجالاته، تعزى لمتغيري الجنس والتخصص، والتفاعل بينهما لدى طلبة المرحلة الثانوية؟

5. ما القدرة التنبؤية لليقظة العقلية ككل ومجالاتها بفاعلية الذات الإبداعية لدى طلبة المرحلة الثانوية؟

#### أهمية الدراسة

تظهر أهمية الدراسة الحالية بمجالها النظري والتطبيقي. أما الأهمية النظرية فتكمن في محاولة البحث في متغيرات ذات أهمية معاصرة في السياقات التربوية النفسية والاجتماعية؛ مما قد يسهم في توفير إطار نظري داعم للمنظومة المعرفية عن مفاهيم اليقظة العقلية وفاعلية الذات الإبداعية، بالإضافة إلى توفير خبرات معرفية إثرائية من نتائج الدراسات السابقة قد تعزز دور الوالدين والمعلمين في مجال رعاية المراهقين، علماً بأن مرحلة المراهقة تمثل مرحلة تعليمية ونمائية حرجة في حياة المتعلمين، وهم طلبة المرحلة الثانوية.

أما الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية فتتمثل في مدى إمكانية الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية، وتوصياتها، والعمل على تطبيقها في مجال التخطيط لإعداد برامج تدريبية ومهنية، قائمة على عمليات ومهارات فاعلية الذات الإبداعية، واليقظة العقلية في مجال رعاية الطلبة المراهقين، وأهمية تضمينها في المناهج الدراسية، والأنشطة المنهجية واللامنهجية في المدارس الثانوية.

#### التعريفات الاصطلاحية والإجرائية

**فاعلية الذات الإبداعية (Creative Self-Efficacy):** هي معتقدات المتعلم حول قدراته الإبداعية وإمكاناته، بمجالها: فاعلية الذات في عمليات التفكير الإبداعي، والأداء الإبداعي (Abbot, )

## الجدول (1)

توزيع افراد العينة حسب متغيري الجنس والتخصص

النسبة المئوية	العدد	التخصص	الجنس
32.3%	191	أكاديمي	ذكر
21.4%	126	مهني	
54%	317	المجموع	
27.5%	163	أكاديمي	أنثى
18.8%	111	مهني	
46%	274	المجموع	
100%	591	المجموع الكلي	

## أداتا الدراسة

## أولاً: مقياس فاعلية الذات الإبداعية

تم استخدام مقياس فاعلية الذات الإبداعية المعد من قبل أبوت (Abbot, 2010) والمكون من (21) فقرة موزعة على مجالين رئيسيين، هما: فاعلية الذات في التفكير الإبداعي، وفاعلية الذات في الأداء الإبداعي.

## الخصائص السيكومترية للمقياس بصورته الأصلية

قام أبوت (Abbot, 2010) بالتحقق من خصائص الصدق والثبات لمقياس فاعلية الذات الإبداعية، من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية تكونت من (308) طالباً وطالبة، إلا أن الذين أكملوا الإجراءات كافة كانوا هم (297) طالباً وطالبة جامعيين، وقد أظهر أسلوب التحليل العاملي صلاحية مكونات نموذج فاعلية الذات الإبداعية، من خلال عاملين رئيسيين، وعوامل فرعية لكل منهما، كما يلي: أولاً فاعلية الذات في التفكير الإبداعي، وتتضمن: الطلاقة، والمرونة، والأصالة، والتفاصيل. ثانياً: فاعلية الذات في الأداء الإبداعي، وتتضمن: التعلم الإبداعي، والاتصال والترويج الإبداعي، والمحافظة على الشخصية الإبداعية.

كما تم التحقق من مؤشرات صدق البناء من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس ومجاليه، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.66 - 0.93)، كما تم التحقق من ثبات المقياس من خلال حساب معامل الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، حيث بلغت قيمة معامل ثبات مجال التفكير الإبداعي (0.86)، وقيمة معامل ثبات مجال الأداء الإبداعي (0.86)، وقيمة معامل ثبات المقياس ككل (0.83).

## ثانياً: مقياس اليقظة العقلية

تم استخدام مقياس الوجوه الخمسة لليقظة الذهنية المعد من قبل باير وزملائه (Baer et al, 2006) والمكون من (39) فقرة موزعة على خمسة مجالات، هي: المراقبة، والوصف، والعمل بوعي، وعدم إصدار الأحكام، وعدم التفاعل.

## الخصائص السيكومترية للمقياس بصورته الأصلية

قام باير وزملاؤه (Baer et al., 2006) بالتحقق من خصائص الصدق والثبات لمقياس اليقظة العقلية من خلال تطبيقه على عينة تكونت من (613) طالباً وطالبة جامعيين، حيث أظهر أسلوب التحليل العاملي صلاحية مكونات نموذج الوجوه الخمسة لليقظة العقلية، وهي: المراقبة، والوصف، والعمل بوعي، وعدم إصدار الأحكام، وعدم التفاعل.

كما تم التحقق من مؤشرات صدق البناء من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، ومجالاته، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (0.76 - 0.91)، كما تم التحقق من ثبات المقياس، من خلال حساب معامل الاتساق الداخلي، باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، حيث بلغت قيمة معامل الثبات لمجال المراقبة (0.83)، ولمجال الوصف (0.91)، ولمجال العمل بوعي (0.87)، ولمجال عدم إصدار الأحكام (0.86)، ولمجال عدم التفاعل (0.75)، وبلغ معامل ثبات المقياس ككل (0.89).

## الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة

## أولاً: الصدق

1. الصدق الظاهري: تم التحقق منه من خلال عرض أداتي الدراسة على مجموعة مكونة من (10) متخصصين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال العلوم التربوية والنفسية من أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية، وطلب إليهم الحكم على الأدوات من حيث: مدى ملاءمة الفقرات لعينة الدراسة الحالية، ومدى سلامة الصياغة اللغوية، ومدى انتماء الفقرات للمقياس ككل، ومجالاته، وإبداء أي ملاحظات يرونها مناسبة. وقد تم الأخذ بملاحظات المحكمين، التي تمثلت بتعديلات الصياغة اللغوية لبعض الفقرات؛ ليتم وفقاً لآراء المحكمين الإبقاء على جميع فقرات المقياسين ومجالاتهما.

ضمن أداتي الدراسة الحالية، والجدول (2) يوضح مدى تراوح قيم معاملات الارتباط لفقرات مقياسي الدراسة الحالية مع كل مقياس ومجالته.

2. مؤشرات صدق البناء: تم حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية لكل من المقياسين، ومجالتهما. وقد أظهرت النتائج تراوح قيم معاملات الارتباط بين (0.38-0.80)، وكانت جميع القيم ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ). وقد تم اعتماد قيمة معامل الارتباط (0.30) معياراً لقبول الفقرات

### الجدول (2)

مؤشرات صدق البناء لمقياسي فاعلية الذات الإبداعية، واليقظة العقلية، ومجالتهما

المقياس	المجال	الفقرات	معاملات الارتباط مع المجال	معاملات الارتباط مع المقياس ككل
فاعلية الذات الإبداعية	التفكير الإبداعي	12-1	0.69-0.38	0.67-0.39
	الأداء الإبداعي	21-13	0.79-0.63	0.76-0.52
اليقظة العقلية	المراقبة	8-1	0.70-0.38	0.64-0.40
	الوصف	16-9	0.77-0.55	0.76-0.59
	العمل بوعي	24-17	0.80-0.61	0.75-0.60
	عدم إصدار الأحكام	32-25	0.79-0.62	0.74-0.60
	عدم التفاعل	39-33	0.77-0.66	0.75-0.60

### ثانياً: الثبات

2. حساب الاتساق الداخلي: تم حساب معامل الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronpach's Alpha)، كما في الجدول (3).

1. الاختبار وإعادة الاختبار (Test- Retest): تم تطبيق أداتي الدراسة على عينة استطلاعية تكونت من (50) طالباً وطالبة من المرحلة الثانوية. وبعد مرور أسبوعين، تم تطبيق المقياسين مرة أخرى على العينة الاستطلاعية. وبعد ذلك تم حساب قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين لكل مقياس، كما في الجدول (3).

### الجدول (3)

قيم ثبات الإعادة، وكرونباخ ألفا لمقياسي فاعلية الذات الإبداعية، واليقظة العقلية، ومجالتهما

المقياس	المجال	ثبات الإعادة	كرونباخ ألفا
فاعلية الذات الإبداعية	فاعلية الذات الإبداعية في التفكير الإبداعي	0.83	0.85
	فاعلية الذات الإبداعية في الأداء الإبداعي	0.79	0.88
اليقظة العقلية	المقياس ككل	0.81	0.86
	المراقبة	0.78	0.83
	الوصف	0.79	0.82
	العمل بوعي	0.81	0.82
	عدم إصدار الأحكام	0.82	0.85
	عدم التفاعل	0.80	0.84
	المقياس ككل	0.84	0.81

### تصحيح أداتي الدراسة

تمت الإجابة على مقياسي الدراسة الحالية من خلال سلم تدريج ليكرت الخماسي وفقاً للأوزان الآتية: دائماً = (5 درجات)، وغالباً = (4 درجات)، وأحياناً = (3 درجات)، ونادراً = (درجتان)، وأبداً = (درجة واحدة). في حين تم عكس الأوزان في حال الفقرات

يظهر الجدول (3) قيم معاملات ارتباط بيرسون لثبات الإعادة، وقيم الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لأداتي الدراسة، وتظهر جميع القيم بدرجات مقبولة لأغراض تطبيق الدراسة.

التأكيد على سرية البيانات، واستخدامها لأغراض البحث العلمي فقط. ومن ثم تم جمع البيانات، ومعالجتها إحصائياً، وعرض النتائج وتنظيمها في جداول إحصائية مناسبة، وفقاً لأسئلة الدراسة ومتغيراتها. بعد ذلك تمت مناقشة النتائج في ضوء نتائج الدراسات السابقة والإطار النظري. وبناءً عليه، تم تقديم عدد من التوصيات النظرية والعملية والبحثية مستقبلاً، وفقاً لنتائج الدراسة الحالية.

#### نتائج الدراسة

**النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:** "ما مستوى فاعلية الذات الإبداعية لدى طلبة المرحلة الثانوية؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات الإبداعية، كما في الجدول (4).

السالية. وقد تم الحكم على مستويات متغيرات الدراسة الحالية كالاتي: مستوى مرتفع (5-3.68)، ومستوى متوسط (3.67) - (2.34)، ومستوى منخفض (1-2.33).

#### الأساليب الإحصائية

للإجابة عن السؤالين الأول والثالث، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية. وللإجابة عن السؤالين الثاني والرابع، تم استخدام تحليل التباين الثنائي. في حين تمت الإجابة عن السؤال الخامس من خلال استخدام معامل ارتباط بيرسون، وتحليل الانحدار.

#### إجراءات الدراسة

بعد تحديد هدف الدراسة، وأدواتها المناسبة، وعينتها، تم الحصول على الموافقات الرسمية لتطبيق أدوات الدراسة، حيث قام الباحثان بتوزيعهما على الطلبة، وتوضيح طريقة الإجابة عنهما، مع

#### الجدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات الإبداعية

المرتبة	المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجالات
2	مرتفع	0.542	3.76	فاعلية الذات الإبداعية في التفكير الإبداعي
1	مرتفع	0.621	3.83	فاعلية الذات الإبداعية في الأداء الإبداعي
	مرتفع	0.515	3.79	فاعلية الذات الإبداعية ككل

الإبداعية على المقياس ككل ومجالاته تعزى لمتغيري الجنس والتخصص والتفاعل بينهما لدى طلبة المرحلة الثانوية؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات الإبداعية ككل ومجالاته حسب متغيري الجنس والتخصص، كما في الجدول (5).

يظهر من الجدول (4) وجود مستوى مرتفع من فاعلية الذات الإبداعية ككل ومجاليها لدى طلبة المرحلة الثانوية، حيث بلغ المستوى الكلي (3.79)، في حين جاء مجال الأداء الإبداعي أولاً بمتوسط حسابي بلغ (3.83)، ثم مجال التفكير الإبداعي بمتوسط حسابي (3.76).

**النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:** "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى فاعلية الذات

#### الجدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس فاعلية الذات الإبداعية ككل ومجالاته وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص

المجال	الجنس	الأكاديمي		المهني		الكلي	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
فاعلية الذات الإبداعية في التفكير الإبداعي	ذكر	3.86	0.479	3.84	0.570	3.85	0.533
	أنثى	3.63	0.494	3.55	0.565	3.60	0.521
	الكلي	3.75	0.499	3.76	0.583	3.76	0.542
فاعلية الذات الإبداعية في الأداء الإبداعي	ذكر	3.91	0.596	3.93	0.622	3.92	0.610
	أنثى	3.67	0.581	3.71	0.658	3.68	0.610
	الكلي	3.79	0.600	3.87	0.639	3.83	0.621



المجال	الجنس	الأكاديمي		المهني		الكلي	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدرجة الكلية	ذكر	3.88	0.467	3.88	0.527	3.88	0.502
	أنثى	3.64	0.474	3.62	0.547	3.64	0.520
	الكلي	3.77	0.485	3.81	0.544	3.79	0.515

يلاحظ من الجدول (5) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات الإبداعية وفقاً لمتغير الجنس، حيث بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية لدى الذكور (3.88) مقابل (3.64) للإناث، كما يلاحظ وجود فروق ظاهرية تبعاً لمتغير التخصص، حيث بلغ

يلاحظ من الجدول (5) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس فاعلية الذات الإبداعية وفقاً لمتغير الجنس، حيث بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية لدى الذكور (3.88) مقابل (3.64) للإناث، كما يلاحظ وجود فروق ظاهرية تبعاً لمتغير التخصص، حيث بلغ

### الجدول (6)

نتائج تحليل التباين الثنائي لمقياس فاعلية الذات الإبداعية ككل وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص والتفاعل بينهما

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة	مربع إيتا
الجنس	8.171	1	8.171	32.292	0.000*	0.052
التخصص	0.021	1	0.021	0.085	0.771	0.000
الجنس x التخصص	0.019	1	0.019	0.741	0.785	0.000
الخطأ	148.523	587	0.253			
المجموع	8659.016	590				

أما فيما يتعلق بدراسة الفروق على مجالات مقياس فاعلية الذات الإبداعية، فقد تم استخدام تحليل التباين الثنائي المتعدد Two – way MANOVA، حيث كشفت النتائج وجود فروق بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مجالات مقياس فاعلية الذات الإبداعية وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص والتفاعل بينهما، كما يظهر في الجدول (7).

يبين الجدول (6) وجود فروق في مستوى فاعلية الذات الإبداعية ككل لدى طلبة المرحلة الثانوية تعزى لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة F (32.292)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.000$ ). وللكشف عن دلالة الفروق تمت مقارنة المتوسطات الحسابية على الدرجة الكلية لمقياس فاعلية الذات الإبداعية، حيث تبين أنها لصالح الذكور بمتوسط حسابي بلغ (3.88)، مقابل (3.64) لدى الإناث.

### الجدول (7)

نتائج تحليل التباين المتعدد لمجالات فاعلية الذات الإبداعية وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص والتفاعل بينهما

مصدر التباين	مجالات فاعلية الذات الإبداعية	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة	مربع إيتا
الجنس	التفكير الإبداعي	9.000	1	9.000	32.099	*0.000	0.523
Hotelling=0.058 Sig.=0.000	الأداء الإبداعي	7.128	1	7.128	19.069	*0.000	0.031
التخصص	التفكير الإبداعي	0.291	1	0.291	1.039	0.308	0.002
Hotelling=0.006 Sig.=0.195	الأداء الإبداعي	0.143	1	0.143	0.382	0.537	0.01
الجنس X التخصص	التفكير الإبداعي	0.098	1	0.098	0.349	0.555	0.001
Wilks lambda =0.999 Sig.=0.692	الأداء الإبداعي	0.009	1	0.009	0.254	0.874	0.000
الخطأ	التفكير الإبداعي	164.579	587	0.280			
	الأداء الإبداعي	219.409	587	0.374			
المجموع	التفكير الإبداعي	8533.23	590				
	الأداء الإبداعي	8921.396	590				

مجال (الأداء الإبداعي) لصالح الذكور بمتوسط بلغ (3.92) مقابل (3.68) لدى الإناث.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: "ما مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة المرحلة الثانوية؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس اليقظة العقلية ككل ومجالاته، كما في الجدول (8).

يظهر من الجدول (7) وجود فروق في مجال (التفكير الإبداعي) تعزى لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة  $F(32.099)$ ، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.00$ )، وكذلك وجود فروق في مجال (الأداء الإبداعي) تعزى لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة  $F(19.069)$ ، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.00$ ). وللكشف عن دلالة هذه الفروق، تم الرجوع إلى المتوسطات الحسابية لمجالات فاعلية الذات الإبداعية، حيث جاءت الفروق على مجال (التفكير الإبداعي) لصالح الذكور بمتوسط حسابي بلغ (3.85) مقابل (3.60) لدى الإناث، وكانت الفروق على

### الجدول (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس اليقظة العقلية ككل ومجالاته

المرتبة	المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجال
1	مرتفع	0.69	3.91	المراقبة
4	متوسط	0.62	3.48	الوصف
5	متوسط	0.93	3.15	العمل بوعي
2	متوسط	0.76	3.54	عدم إصدار الأحكام
3	متوسط	0.78	3.49	عدم التفاعل
	متوسط	0.53	3.51	المقياس ككل

النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في مستوى اليقظة العقلية على المقياس ككل ومجالاته تعزى لمتغيري الجنس والتخصص والتفاعل بينهما لدى طلبة المرحلة الثانوية؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس اليقظة العقلية وفقاً لمتغيري الدراسة، كما في الجدول (9).

يبين الجدول (8) نتائج المتوسطات الحسابية لمقياس اليقظة العقلية ككل ومجالاته، حيث جاء مستوى اليقظة العقلية ككل متوسطاً، بمتوسط حسابي بلغ (3.51). أما على مستوى المجالات فقد جاء مجال المراقبة أولاً بمستوى مرتفع بلغ (3.91)، في حين جاءت باقي المجالات بمستوى متوسط وفقاً للترتيب التنازلي الآتي: مجال عدم إصدار الأحكام بمتوسط حسابي (3.54)، ثم مجال عدم التفاعل بمتوسط بلغ (3.49)، تلاهما مجال الوصف بمتوسط (3.48)، وأخيراً مجال العمل بوعي بمتوسط (3.15).

### الجدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس اليقظة العقلية ككل ومجالاته وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص

المجال	الجنس	الأكاديمي		المهني		الكلبي	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الوصف	ذكر	3.97	0.698	4.01	0.671	3.99	0.682
	أنثى	3.77	0.717	3.79	0.701	3.78	0.709
المراقبة	الكلبي	3.88	0.713	3.95	0.685	3.91	0.699
	ذكر	3.45	0.576	3.65	0.640	3.56	0.622
الكلبي	أنثى	3.26	0.587	3.46	0.584	3.33	0.593
	الكلبي	3.36	0.588	3.59	0.630	3.48	0.620

المجال	الجنس	الأكاديمي		المهني		الكلي	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العمل بوعي	ذكر	2.98	0.984	3.31	0.953	3.17	0.979
	أنثى	3.08	0.853	3.18	0.831	3.12	0.845
	الكلي	3.02	0.923	3.28	0.921	3.15	0.930
عدم إصدار الأحكام	ذكر	3.41	0.802	3.71	0.693	3.58	0.755
	أنثى	3.39	0.779	3.58	0.730	3.46	0.764
	الكلي	3.40	0.789	3.67	0.705	3.54	0.766
التفاعل مع الخبرة	ذكر	3.44	0.789	3.65	0.791	3.56	0.795
	أنثى	3.33	0.783	3.46	0.669	3.38	0.744
	الكلي	3.39	0.786	3.59	0.762	3.49	0.780
الدرجة الكلية	ذكر	3.45	0.550	3.69	0.527	3.59	0.546
	أنثى	3.37	0.509	3.49	0.455	3.41	0.492
	الكلي	3.41	0.531	3.62	0.503	3.45	0.532

استخدام تحليل التباين الثنائي (Two – way ANOVA)، كما في الجدول (10).

يظهر من الجدول (9) وجود فروق ظاهرية بين استجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس اليقظة العقلية ككل ومجالاته وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص. وللتحقق من دلالة هذه الفروق، تم

#### الجدول (10)

نتائج تحليل التباين الثنائي لمقياس اليقظة العقلية ككل تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والتفاعل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة	مربع إيتا
الجنس	2.110	1	2.110	7.811	0.005*	0.013
التخصص	3.940	1	3.940	14.585	0.000*	0.024
الجنس X التخصص	0.272	1	0.272	1.006	0.316	0.002
الخطأ	747.615	587	1.273			
المجموع	7482.475	590				

بمتوسط حسابي بلغ (3.59) مقابل (3.41) لدى الإناث. أما فيما يتعلق بالفروق وفقاً للتخصص، فقد كانت لصالح التخصص المهني بمتوسط حسابي (3.62) مقابل (3.41) للتخصص الأكاديمي.

وأما فيما يتعلق بالكشف عن الفروق على مستوى مجالات اليقظة العقلية وفقاً لمتغيرات الدراسة، فقد تم استخدام تحليل التباين الثنائي المتعدد (Two – way MANOVA)، كما في الجدول (11).

يكشف الجدول (10) عن وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية ككل تعزى لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة F (7.811)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.005$ )، كما يبين الجدول (10) وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية ككل تعزى لمتغير التخصص، حيث بلغت قيمة F (14.585)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.000$ ). ولتحديد دلالة الفروق تمت مراجعة المتوسطات الحسابية على مقياس اليقظة العقلية، حيث تبين أنها كانت وفقاً لمتغير الجنس لصالح الذكور

الجدول (11)

نتائج تحليل التباين المتعدد لمجالات اليقظة العقلية وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص والتفاعل بينهما

مصدر التباين	مجالات فاعلية الذات الإبداعية	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة	مربع إيتا
الجنس Hotelling=0.033 Sig.=0.002	الوصف	5.681	1	5.688	11.799	0.001*	0.020
	المراقبة	4.739	1	4.739	12.974	0.000*	0.022
	العمل بوعي	0.032	1	0.032	0.038	0.451	0.000
	عدم اصدار الأحكام	0.728	1	0.728	1.298	0.255	0.002
	عدم التفاعل	2.891	1	2.891	4.842	0.028*	0.008
التخصص Hotelling=0.044 Sig.=0.000	الوصف	0.098	1	0.098	0.203	0.652	0.000
	المراقبة	5.238	1	5.238	14.338	0.000*	0.024
	العمل بوعي	6.523	1	6.523	7.665	0.005*	0.13
	عدم اصدار الأحكام	7.869	1	7.869	14.039	0.000*	0.023
	عدم التفاعل	3.844	1	3.844	6.436	0.011*	0.011
الجنس × التخصص Wilks lambda =0.295 Sig.=0.178	الوصف	0.019	1	0.019	0.039	0.844	0.000
	المراقبة	0.001	1	0.001	0.002	0.962	0.000
	العمل بوعي	1.7798	1	1.798	2.113	0.147	0.004
	عدم اصدار الأحكام	0.449	1	0.449	0.801	0.371	0.001
	عدم التفاعل	0.174	1	0.174	0.291	0.590	0.000
الخطأ	الوصف	282.588	587	0.481			
	المراقبة	214.421	587	0.365			
	العمل بوعي	499.513	587	0.851			
	عدم اصدار الأحكام	329.250	587	0.561			
	عدم التفاعل	350.445	587	0.597			
المجموع	الوصف	9355.531	590				
	المراقبة	7384.980	590				
	العمل بوعي	6397.162	590				
	عدم اصدار الأحكام	7747.608	590				
	عدم التفاعل	7580.406	590				

حيث جاءت جميع الفروق لصالح التخصص المهني، على النحو الآتي: مجال (المراقبة) بمتوسط حسابي بلغ (3.59) مقابل (3.36) للتخصص الأكاديمي، ومجال (العمل بوعي) بمتوسط بلغ (3.28) مقابل (3.02) للأكاديمي، ومجال (عدم إصدار الأحكام) بمتوسط (3.67) مقابل (3.40) للأكاديمي، ومجال (عدم التفاعل) بمتوسط (3.59) مقابل (3.39) للتخصص الأكاديمي،

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: "ما القدرة التنبؤية لليقظة العقلية ككل ومجالاتها بفاعلية الذات الإبداعية لدى طلبة المرحلة الثانوية؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين اليقظة العقلية ككل ومجالاتها بفاعلية الذات الإبداعية، كما في الجدول (12).

يكشف الجدول (11) عن وجود فروق بين المتوسطات الحسابية على مجالات اليقظة العقلية (الوصف، والمراقبة، وعدم التفاعل) تعزى لمتغير الجنس. ومن خلال مقارنة المتوسطات الحسابية وفقاً لمتغير الجنس، تبين أن جميع الفروق كانت لصالح الذكور، على النحو الآتي: مجال (الوصف) بلغ المتوسط الحسابي لدى الذكور (3.99). مقابل (3.78) لدى الإناث، وجاء مجال (المراقبة) بمتوسط حسابي لدى الذكور (3.56) مقابل (3.33) لدى الإناث، وجاء مجال (عدم التفاعل) بمتوسط لدى الذكور (3.56) مقابل (3.38) للإناث.

كما يظهر الجدول (11) وجود فروق على مجالات اليقظة العقلية (المراقبة، والعمل بوعي، وعدم إصدار الأحكام، وعدم التفاعل) تعزى لمتغير التخصص. وللكشف عن دلالة تلك الفروق تمت المقارنة بين المتوسطات الحسابية وفقاً لمتغير التخصص،

الجدول (12)

معاملات ارتباط بيرسون لليقظة العقلية ككل ومجالاتها بفاعلية الذات الإبداعية

الكلي	عدم التفاعل	عدم إصدار الاحكام	العمل بوعي	الوصف	المراقبة	مجالات اليقظة العقلية
0.446**	0.402**	0.262**	0.620**	0.490**	0.499**	فاعلية الذات الإبداعية

يشير إلى استخدام أسلوب تحليل الانحدار الخطي المتعدد للكشف عن القدرة التنبؤية، كما في الجدول (13).

يظهر من الجدول (12) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية ككل ومجالاتها بفاعلية الذات الإبداعية؛ مما

(1) القدرة التنبؤية لليقظة العقلية ككل بفاعلية الذات الإبداعية

الجدول (13)

نتائج تحليل الانحدار للقدرة التنبؤية لليقظة العقلية ككل بفاعلية الذات الإبداعية

المتغيرات	معامل b	قيمة t	الدلالة الإحصائية T	الارتباط المتعدد R	التباين R <sup>2</sup>	قيمة F	الدلالة الاحصائية
Constant (الثابت)	2.271	17.873	0.000				
اليقظة الفعالية ككل	0.432	12.107	0.000	0.446	0.199	146.583	0.000

مستوى فاعلية الذات الإبداعية، حيث بلغت قيمة b (0.432)؛ أي أنه يزداد مستوى فاعلية الذات الإبداعية لدى الطلبة ذوي القدرة على اليقظة العقلية بمقدار (0.432) مقابل كل وحدة زيادة في مستوى اليقظة العقلية.

يبين الجدول (13) وجود ارتباط بين اليقظة العقلية ككل وفاعلية الذات الإبداعية بلغ (0.446)، حيث فسرت ما نسبته (19.9%) من التباين في مستوى فاعلية الذات الإبداعية، كما تظهر النتائج وجود قدرة تنبؤية لمستوى اليقظة العقلية ككل في

(2) القدرة التنبؤية لمجالات اليقظة العقلية بفاعلية الذات الإبداعية

الجدول (14)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد للقدرة التنبؤية لمجالات اليقظة العقلية بفاعلية الذات الإبداعية

المتغيرات	معامل b	قيمة t	الدلالة الاحصائية T	الارتباط المتعدد R	التباين R <sup>2</sup>	قيمة F	الدلالة الاحصائية
Constant (الثابت)	1.746	15.068	0.000				
المراقبة	0.227	8.345	0.000				
الوصف	0.278	8.415	0.000	0.628	0.395	95.515	0.000
العمل بوعي	0.100	5.120	0.000				
عدم إصدار الاحكام	0.015	0.184	0.004				
عدم التفاعل	0.045	6.176	0.000				

ثانياً: مجال المراقبة، حيث بلغت قيمة b (0.227)، أي أنه يزداد مستوى فاعلية الذات الإبداعية بمقدار (0.227) لكل وحدة زيادة في مجال القدرة على المراقبة.

ثالثاً: مجال العمل بوعي، حيث بلغت قيمة b (0.100)؛ أي أنه يزداد مستوى فاعلية الذات الإبداعية بمقدار (0.100) لكل وحدة زيادة في مجال القدرة على العمل بوعي.

رابعاً: مجال عدم التفاعل، حيث بلغت قيمة b (0.045)؛ أي أنه يزداد مستوى فاعلية الذات الإبداعية بمقدار (0.045) لكل وحدة زيادة في مجال القدرة على عدم التفاعل.

يظهر الجدول (14) قيمة معامل الارتباط بين مجالات اليقظة العقلية وفاعلية الذات الإبداعية، حيث بلغ (0.628)؛ أي أن هذه المجالات فسرت ما نسبته (39.5%) من التباين في مستوى فاعلية الذات الإبداعية، كما تبين النتائج وجود قدرة تنبؤية لمجالات اليقظة العقلية بفاعلية الذات الإبداعية، وجاءت مرتبة تنازلياً كالآتي:

أولاً: مجال الوصف، حيث بلغت قيمة b (0.278)؛ أي أنه يزداد مستوى فاعلية الذات الإبداعية بمقدار (0.278) لكل وحدة زيادة في مجال القدرة على الوصف.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: كشفت النتائج عن وجود فروق في مستوى فاعلية الذات الإبداعية ككل ومجالها تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

ويمكن مناقشة النتيجة الحالية في ضوء الفروق الجندرية للسياق الاجتماعي والثقافي الحاضر لعينة الدراسة الحالية، الذي عادة ما قد يتلقى فيه الذكور قدرًا أكبر كماً ونوعاً من الرسائل الاجتماعية الصريحة والضمنية حول فاعليتهم الذاتية الإبداعية وتعزيزها، كما يتم تزويدهم بالتغذية الراجعة عن قدراتهم ومهاراتهم الذاتية بصورة أكبر، مقارنة مع ما تحظى به الإناث من الأسرة والمدرسة والأقران؛ تبعاً لطبيعة الفروق في الأدوار والمهام الاجتماعية التي يطالب فيها المجتمع كلا الجنسين، خاصة أن فاعلية الذات بصورتها العامة تتكون من نظرة الفرد لذاته، ومن نظرة الآخرين له، كما يتأثر مستوى فاعلية الذات الإبداعية بنوعية السياقات والمتغيرات الثقافية والاجتماعية والاقتصادية الراحية للفرد (Yang et al., 2020)؛ مما قد يعزى إليه وجود فروق في مستوى فاعلية الذات الإبداعية لصالح الذكور لدى أفراد عينة الدراسة الحالية.

وتتفق النتيجة الحالية مع نتائج دراسة ( Abou Koura, 2019) التي أظهرت وجود فروق في مستوى فاعلية الذات الإبداعية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور. بالمقابل تختلف النتيجة الحالية مع نتائج دراسة (Abdul Hafiz & Falih, 2017) التي أظهرت وجود فروق في مستوى فاعلية الذات الإبداعية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، وتختلف مع نتائج دراسات (Beghetto, 2006; Witt-Rose, 2003; Al-Zoubi, 2014) التي أظهرت عدم وجود فروق في مستوى فاعلية الذات تعزى لمتغير الجنس.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: بينت النتائج وجود مستوى متوسط من اليقظة العقلية ككل ومجالاتها، عدا مجال (المراقبة) الذي جاء بمستوى مرتفع.

ويمكن أن يعزى وجود مستوى متوسط من اليقظة العقلية لدى أفراد عينة الدراسة إلى بدء اهتمام الطلبة بتنمية مكونات اليقظة العقلية في حياتهم اليومية، وتحديدًا في مجال تطبيقاتها الدراسية، التي تعد مركز اهتمام طلبة المرحلة الثانوية، وأسرهم، حيث تسهم اليقظة العقلية في تمكين الطلبة من ممارسة العملية المعرفية عالية الرتبة الداعمة للتفوق الدراسي، وتحسين مستوى الذاكرة والكفاءة والتمثيل المعرفي ( Abdul Rahim, & Fawaz, 2018)؛ مما يزيد من مفهوم الذات الأكاديمية لدى طلبة المرحلة الثانوية ويعزز مستوى الصلابة الأكاديمية لديهم، خاصة في ظل زيادة الأعباء الدراسية التي يواجهها طلبة المرحلة الثانوية مقارنة بالمرحلتين السابقتين، من حيث التغيرات النوعية والكمية في طبيعة المناهج الدراسية والواجبات والأنشطة المطلوب إنجازها ( Malow & Austin, 2016; Mrazek et al., 2013).

خامساً: مجال عدم إصدار الأحكام، حيث بلغت قيمة  $b(0.015)$ ، أي أنه يزداد مستوى فاعلية الذات الإبداعية بمقدار  $(0.015)$  لكل وحدة زيادة في مجال عدم إصدار الأحكام.

#### مناقشة النتائج

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: أظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من فاعلية الذات الإبداعية ككل، ومجالها (التفكير الإبداعي، والأداء الإبداعي) لدى طلبة المرحلة الثانوية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الخصائص النمائية لمرحلة عينة الدراسة، التي تتمثل بمرحلة المراهقة، حيث يتصف الطلبة في هذه المرحلة بتحسين مستوى الفاعلية المعرفية، كنمو التفكير المجرد، والقدرة على حل المشكلات، والانفتاح الذهني على الخبرات الجديدة، بالإضافة إلى تحسن مستوى الفاعلية الانفعالية والاجتماعية، مما يتيح لهم أداء سلوكياتهم ونشاطاتهم اليومية بفاعلية ذاتية، ولعب أدوار اجتماعية جديدة تزيد من فاعليتهم الذاتية الإبداعية، التي تزداد لديهم بتفضيلهم المغامرة والتجريب والتجديد.

وهذا يظهر مدى حرص أفراد عينة الدراسة على امتلاك مستويات متقدمة من فاعلية الذات الإبداعية؛ للتكيف مع متطلبات انتقالهم للمرحلة الثانوية، والقيام بمهامها الجديدة دراسياً واجتماعياً بصورة إبداعية تعزز من قدراتهم على تحديد أهدافهم الذاتية والعمل وفقاً لها، وتمكنهم من التفوق الدراسي، والقيام بالمهام الموكلة إليهم بفاعلية إبداعية من جهة، والتغلب على ما قد يواجههم من خبرات ومشاعر الخوف من تدني فاعليتهم الذاتية الإبداعية دراسياً واجتماعياً من جهة أخرى ( Yang et al., 2020).

وقد يعزى هذا المستوى المرتفع من فاعلية الذات الإبداعية إلى دور التعزيز الاجتماعي الذي حظي به أفراد عينة الدراسة الحالية في تنشئتهم اليومية من الأسرة والمدرسة؛ نظراً لخصوصية المرحلة الثانوية، وما تمثله من أهمية بالنسبة للطلبة وأسرهم حالياً ومستقبلياً، خاصة في مجال التفوق الدراسي، والفاعلية الأسرية والاجتماعية، من خلال تحقيق أهداف وتطلعات الوالدين والمجتمع، سعياً للظهور بصورة طلبة المرحلة الثانوية ذوي الهوية المحققة والمنجزة لفاعلية الذات الإبداعية التي تؤثر بدورها في معتقدات الطلبة وأدائهم معاً، وتزيد من إيمانهم بقدراتهم والرضا عنها (Nasir & Iqbal, 2019). ولتحقيق ذلك، عمل طلبة المرحلة الثانوية بفاعلية ذاتية غير تقليدية؛ مما قد يفسر ظهور مستوى مرتفع من فاعلية الذات الإبداعية لدى طلبة أفراد عينة الدراسة الحالية.

وتتفق النتيجة الحالية مع نتائج دراسات ( Beghetto, 2017; Abou Koura, 2019; Al-Zoubi, 2006) التي أظهرت وجود مستوى مرتفع من فاعلية الذات الإبداعية، في حين تختلف مع نتائج دراسة ( Abdul Hafiz & Falih, 2017) التي أظهرت وجود مستوى متوسط من فاعلية الذات الإبداعية.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع، أظهرت النتائج وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية ككل ومجالاتها تعزى لمتغيري الجنس والتخصص، وسيتم توضيح النتيجة الحالية كما يلي:

1. أظهرت النتائج وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية ككل، ومجالاتها (الوصف، والمراقبة، وعدم التفاعل) تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور. ويمكن تفسير ذلك من خلال الفروق الجندرية في طبيعة ونوعية التوقعات المجتمعية والأدوار الاجتماعية التي يكلف بها كل من الجنسين في البيئة الحاضنة لبيئة الدراسة الحالية، حيث عادة ما تتسع السياقات التفاعلية بأبعادها الزمانية والمكانية لدى الذكور في المرحلة الثانوية، ويصبحون أكثر حرية مقارنة مع مرحلة الطفولة؛ لذا يصبحون أكثر استقلالية ومسؤولية عن تصرفاتهم؛ مما يتطلب منهم أن يكونوا أكثر يقظة عقلية لجميع التغيرات والمستجدات المحيطة بهم، من خلال عمليات المراقبة، والوصف اليقظ، وإلا فقد تصبح مساحة الحرية التفاعلية الممنوحة لهم أكثر تحديداً من قبل الراشدين، في حال جلبت الخلافات والنزاعات لهم ولأسرهم. لذا فإن الذكور يحرصون على المحافظة على المعززات الممنوحة لهم، والتعامل معها بواقعية ونشاط، حيث يتصف الأفراد ذوو اليقظة العقلية بواقعية أكثر، ويتعاملون بنشاط مع التغيرات والمستجدات الجديدة (Lenger & Moldoveanu, 2000).

بالمقابل، عادةً ما تواجه الإناث في المرحلة الثانوية قيوداً اجتماعية وثقافية، قد تحدّ من مساحة السياقات التفاعلية والحرية الممنوحة لهنّ، لتصبح بيئة الإناث أكثر ضبطاً، ومسيرة برعاية والدية يقظة؛ وبالتالي يتوجهن إلى الاهتمام أكثر بذواتهن، والبيئة الداخلية لهنّ، وما تتضمنه من انفعالات وأفكار ذاتية، والتفاعل مع الخبرات الداخلية؛ مما يجعلهنّ أقلّ توجهاً نحو مجالات اليقظة العقلية في مجالات الحياة، حيث يهتم الأفراد الأقلّ يقظة عقلية أكثر بالبيئة الداخلية، ويكونون أقلّ تركيزاً على البيئة الخارجية (Klockner & Hicks, 2015)؛ مما قد يعزى إليه وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية لصالح الذكور.

وتتفق النتيجة الحالية مع نتائج دراستي (Al-Eazi, 2013; Al-Rabee, 2018) التي أظهرتا وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور. بالمقابل تختلف مع نتائج دراسة (Salahat & Al-Zaghul, 2018) التي أظهرت وجود فروق في مستوى اليقظة لصالح الإناث.

2. أظهرت النتائج وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية ككل ومجالاتها (المراقبة، والعمل بوعي، وعدم إصدار الأحكام، وعدم التفاعل) تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة التخصص المهني.

ويمكن أن يعزى ذلك إلى الإطار المرجعي للفلسفة التعليمية لكل من التخصصات الأكاديمية والمهنية، والمنهجية المتبعة فيهما، والمهارات والكفايات المراد تحقيقها في كل من المسار الأكاديمي والمسار المهني، حيث يتعامل طلبة التخصصات المهنية مع الأدوات الدقيقة، والمواد الحساسة والمختبرات، التي تتطلب العمل بوعي،

وقد تسبب تلك الأعباء الدراسية ضغوطات انفعالية واجتماعية، وإجهاداً عقلياً وجسدياً لدى طلبة المرحلة الثانوية؛ مما قد يظهر الحاجة من جديد لدور اليقظة العقلية في خفض الضغوطات الانفعالية والاجتماعية لديهم، من خلال تحسين مستوى التأمل، وزيادة قدرتهم على المراقبة اليقظة والوصف الواعي لخبراتهم ومشاعرهم والسماح لها بالظهور دون المحاكمة المسبقة؛ مما يحسن مستوى الاسترخاء العقلي الداعم للاسترخاء الانفعالي والجسدي، حيث تعد اليقظة العقلية مدخلاً للعلاج الانفعالي (Biegel et al., 2009; Baer, 2003).

كما يفسر وجود مستوى متوسط من اليقظة العقلية مدى حاجة أفراد عينة الدراسة الحالية إلى مزيد من التدريب على مكونات اليقظة العقلية وتوظيفها في السياقات المدرسية والاجتماعية؛ للوصول إلى أفضل مستوى ممكن من اليقظة العقلية لدى طلبة المرحلة الثانوية الذين هم أحوج ما يكونون لها منهم في أي مرحلة سابقة؛ نظراً لزيادة المسؤولية الاجتماعية والدراسية، وأهمية المواقف والقضايا التي تتطلب منهم اتخاذ قرارات يقظة حاسمة، كتحديد المسار الأكاديمي، أو تحديد نوعية الأقران أو اختيار الجماعة التي ينتمي إليها الطالب والنشاطات التي يشارك فيها، وغيرها من القرارات التي تترتب عليها آثار حياتية قريبة المدى وبعيدة المدى، حيث يتأثر مستوى اليقظة العقلية بالتدريب والممارسة مع التقدم في العمر (Weinstein, Brown & Rayan, 2009; Alispahic & Hasanbegovic-Anic, 2017).

كما يمكن مناقشة الفروق في مجالات اليقظة العقلية بين المرتفع (المراقبة) والمتوسط (عدم إصدار الأحكام، وعدم التفاعل، والوصف، والعمل بوعي) إلى التباين في اهتمامات طلبة المرحلة الثانوية وأهدافهم الحياتية المختلفة، حيث يركز بعض الطلبة في هذه المرحلة على الهدف النهائي أكثر من الانتباه والتركيز في العملية والانخراط فيها، كالاهتمام بدرجات التحصيل الدراسي أكثر من كيفية الدراسة، والقبول الاجتماعي أكثر من القيام بأدوار اجتماعية بدوافع ذاتية؛ مما قد يعزى إليه وجود فروق في مجالات اليقظة العقلية. فمثلاً قد تفرض عملية مراقبة ومتابعة التغيرات والأحداث المرتبطة في مستقبلهم الدراسي والمجالات الحياتية المختلفة لدى طلبة المرحلة الثانوية زيادة الاهتمام وتنمية القدرة على اليقظة العقلية في مجال (المراقبة) بمستوى مرتفع.

وتتفق النتيجة الحالية مع ما توصلت إليه نتائج دراسات (Al-Rabee, 2018; Najewani, 2019; Salahat & Al-Zaghul, 2018) التي أظهرت وجود مستوى متوسط من اليقظة العقلية، في حين تختلف مع نتائج دراستي (Al-Eazi, 2013; Al-Maemuri & Salam, 2018) التي أظهرتا وجود مستوى مرتفع من اليقظة العقلية لدى الطلبة.

كما تسهم مجالات اليقظة العقلية كالعقل بوعي، وعدم إصدار الأحكام، وعدم التفاعل مع الخبرات الداخلية الذاتية في السماح للأفكار والانفعالات بالتداعي الحر والظهور بتلقائية دون أي قيود تفرض على الحالة المعرفية والانفعالية للذات؛ مما يجعلها تظهر بصورة إبداعية ويسهم في تنمية وتحسين صورة الذات؛ إذ تسهم اليقظة العقلية في تحقيق مستويات تكيفية من الصحة العقلية والنفسية والجسمية (Langer & Moldoveanu, 2000).

كما تسهم مجالات اليقظة العقلية القائمة على المراقبة والوصف اليقظ للخبرات في زيادة التنظيم الذاتي والفاعلية الذاتية، وتأملا بمستوى يقظ، وتسهم اليقظة العقلية بدورها في تنظيم الذات داخليا وخارجيا، من خلال الانتباه للمثيرات الهادفة، وعدم الانشغال بالمثيرات المعيقة والمشتتة لأداء المهمة المراد تحقيقها؛ مما قد يسهم في زيادة الوعي بالذات وإدراكها بصورة فاعلة. وبالتالي يتحقق المكون الثاني (فاعلية الذات) (Brown & Ryan, 2000)؛ مما قد يفسر القدرة التنبؤية لليقظة العقلية بفاعلية الذات الإبداعية، حيث يتصف الأفراد ذوو اليقظة العقلية بالانفتاح والمرونة العقلية، وحب الاستطلاع، خاصة عند القيام بمهام تثير التفكير وتتحدى القدرات (Brown, Ryan & Creswell, 2007)، وهو ما تتضمنه مكونات فاعلية الذات الإبداعية، مما يظهر الدور التفاعلي والتكاملي لعمليات اليقظة العقلية وفاعلية الذات الإبداعية. وتتفق النتيجة الحالية مع نتائج دراسات (Greason & Cashwell, 2009; Haiddari & Morvati, 2016; Al-Shalawi, 2018) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية بين مستوى اليقظة العقلية والكفاءة الذاتية والفاعلية الذاتية بصورتها العامة.

#### التوصيات

- بناءً على نتائج الدراسة الحالية، يوصي الباحثان بالتوصيات النظرية والتطبيقية الآتية:
1. العمل على تنمية اليقظة العقلية لدى طلبة المرحلة الثانوية وتدريبهم عليها؛ لما لها من قدرة تنبؤية بفاعلية الذات الإبداعية، حيث أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط لليقظة العقلية.
  2. استثمار المستويات المرتفعة لفاعلية الذات الإبداعية ومجالها لدى طلبة المرحلة الثانوية وتوظيفها في مجال التطبيقات العملية؛ لتحفيزهم نحو الإبداع والابتكار.
  3. توظيف نتائج القدرة التنبؤية لليقظة العقلية في مجال بناء البرامج التدريبية، والأنشطة الإثرائية والعلاجية المستندة لليقظة الذهنية لدى طلبة المرحلة الثانوية.
  4. إجراء المزيد من الدراسات والبحوث ذات العلاقة بمتغيرات الدراسة على مراحل تعليمية أخرى، كالمرحلة الأساسية أو المرحلة الجامعية، باستخدام متغيرات تربوية ونفسية أخرى؛ كأساليب التعلم، والسيطرة الدماغية، ومفهوم الذات الأكاديمية.

كما يكلفون عادةً بإنجاز مهمات تتطلب الحذر والانتباه اليقظ من المشتتات البيئية؛ مما يفرض على الطلبة أن يكونوا في حالة مستمرة من اليقظة العقلية الحالية (Langer, 2002).

كما أن طبيعة التعليم العملي والتدريب التطبيقي في التخصصات المهنية تتطلب من المتعلم أن يكون قادراً على المراقبة اليقظة لأداء المعلمين والمدرسين ولما يقومون به من أعمال بغرض الاستفادة من خبراتهم، والعمل بوعي يقظ حتى يكون على حذر من خطورة الأدوات والمواد التي يتعامل معها. كما يحتاج المتعلم المهني إلى تعديل خبراته وتنظيمها باستمرار، حيث تعد الخبرة المهنية أحد أهم مؤشرات النجاح في التخصصات المهنية، بالإضافة إلى آليات تقييم المتعلمين في التخصصات المهنية القائمة على الإنتاج اليقظ عقلياً من المواد البيئية، بحيث يتم من خلالها منح المتعلم حرية التصرف لتظهر قدرته على توظيف العناصر المتاحة كافة والتعامل معها بواقعية ويقظة؛ إذ الأفراد ذوو اليقظة العقلية يكونون أكثر واقعية، ويتعاملون بنشاط مع التغيرات والمستجدات الجديدة (Langer & Moldoveanu, 2000)؛ مما يدفعهم أكثر للاهتمام بالمكونات البيئية الخارجية ومراقبتها، والوعي بجميع التغيرات والتحويلات فيها بعمومها وتفصيلها؛ إذ إن الأشخاص اليقظين عقلياً أقل تركيزاً واهتماماً بالبيئة الداخلية، وأكثر تركيزاً على البيئة الخارجية (Klockner & Hicks, 2015)، وهو ما قد يبدو أكثر وضوحاً في البيئة التعليمية والتدريبية لدى طلبة التخصصات المهنية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراستي (Al-Tuwtu & Rizqa, 2018; Salahat & Al-Zaghul, 2018) اللتين أظهرتا وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية تغزى لمتغير التخصص. بالمقابل تختلف مع نتائج دراستي (Al-Eazi, 2013; Al-Maemuri & Salam, 2018) اللتين أظهرتا عدم وجود فروق في مستوى اليقظة العقلية ومجالاتها تعزى لمتغير التخصص.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس، أظهرت النتائج وجود قدرة تنبؤية لليقظة العقلية ومجالاتها بفاعلية الذات الإبداعية. ويمكن تفسير ذلك من خلال مكوني مفهوم فاعلية الذات الإبداعية، وهما: المكون الأول (الإبداع): الذي يتحقق من خلال تأثير اليقظة العقلية وارتباطها بمفهوم الإبداع، حيث يتضمن مفهوم اليقظة العقلية عدداً من العمليات المعرفية والانفعالية عالية الرتبة، القائمة على التفكير العميق، والتأمل والانتباه اليقظ، كما تعبر اليقظة العقلية عن حالة المرونة العقلية والانفتاح على الخبرات لتوليد نتائج جديدة، كما تؤدي اليقظة العقلية إلى توليد عمليات وسلوكيات جديدة ذات أصالة بعيدة عن الأنماط السلوكية والمعرفية المألوفة لدى الأفراد غير اليقظين عقلياً، حيث تعد اليقظة العقلية أسلوباً تفكيرياً متقدماً موازياً لمضامين وتطبيقات التأمل (Langer, 2002; Tang, Hölzel & Posner, 2015).



## References

- Abbott, D. H. (2010). Constructing a creative self-efficacy inventory: A mixed-methods inquiry. *Open Access Theses and Dissertations from the College of Education and Human Sciences*, 68.
- Abdul Hafiz, TH., & falih, G. (2017). Creative self-efficacy among university students. *The Arab Journal of Educational and Psychological Sciences*, 1, 128-165.
- Abdul Rahim, T., & Fawaz, I.(2018). Emotional creativity and mindfulness and their relationship to the efficiency of the cognitive representation of globalizers at high and low levels of achievement of university students. *Journal of Education Sohag University*.54, 523-570.
- Abou Koura, k.(2019). Creative self-efficacy and its relationship to overexcitability patterns and specific learning styles (MEMLETICS) for STEM schools students. *Journal of Education, Sohag University*, 63(63), 881-974.
- Albrecht, N., Albrecht, P., & Cohen, M. (2012). Mindfully teaching in the classroom: A literature review. *Australian Journal of Teacher Education*, 37(12), 12.
- Al-Eazi, A.(2013). *Perceived self-efficacy and its relationship to mindfulness and cognitive function among the students of the university*. Dissertation. Baghdad University, College of Education, Iraq.
- Alispahic, S., & Hasanbegovic-Anic, E. (2017). Mindfulness: Age and gender differences in a Bosnian sample. *Psychological Thought*, 10(1), 155–166.
- Al-Maemuri, A., & Salam., A.(2018). Mindfulness among the students of the university. *Journal of Human Sciences, Babylon University*, 4(25), 993-1011.
- Al-Rabee, F.(2018). Emotional intelligence and its relation to mindfulness among yarmouk university students. *Jordanian Journal of Educational Sciences*, 15(1), 79-97.
- Al-Shalawi, A.(2018). mindfulness and its relationship to self- efficacy among a sample of faculty of education students at al-dawadmi. *Journal of Scientific Research in Education*.19,1-24.
- Al-Tuwtu, R., & Rizqa, A.(2018). Mindfulness and its realation to contemplative thinking: A field study on a sample of Damascus University students. *Journal of Albaath University*, 40(4), 11-45.
- Al-Zoubi, A.(2014). Creative self-efficacy among gifted students and their teachers in jordan. *Jordanian Journal of Educational Sciences*, 10(4), 475-488.
- Ashour, A., & Sigman, K. (2011). Effectiveness of mindfulness and relaxation techniques and learning skills and their influence on the performance of students at the university. *Journal of Personality and Social Psychology*, (3), 25-41.
- Baer, R. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10, 125-143.
- Baer, R., Smith, G., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13(1), 27-45.
- Bandura, A. (2007). Much ado over a faulty conception of perceived self-efficacy grounded in faulty experimentation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(6), 641–658
- Beghetto, R. (2006). Creative self-efficacy: Correlates in middle and secondary students. *Creative Research Journal*, 18(4), 445-457.
- Biegel, G., Brown, K., Shapiro, S., & Schubert, C. (2009). Mindfulness-based stress reduction for the treatment of adolescent psychiatric outpatients: A randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 77(5), 855.
- Bishop, S., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N., Carmody, J. et al. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11, 230-241.
- Brown, K., & Ryan, R.(2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 84(4), 822-848.

- Brown, K., Ryan, M., & Creswell, J. (2007). Mindfulness: Theoretical foundation and evidence for its salutary effects. *Psychological Inquiry*, 8(4), 211-237.
- Chen, G., Gully, S., & Eden, D. (2001). Validation of a new general self-efficacy scale. *Organizational Research Methods*, 4(1), 62-83.
- Chuang, Ch., Shiu, Sh., & Cheng, Sh. (2010). The relation of college students' process of study and creativity: The mediating effect of creative self-efficacy. *World Academy of Science, Engineering and Technology*, 67(6), 960-962.
- Davis, D., & Hayes, J. (2011). What are the benefits of mindfulness? a practice review of psychotherapy-related research. *American Psychological Association Journal*, 48(2), 198-208.
- Diliello, T., Houghton, J., & Dawley, D. (2011). Narrowing the creativity gap: The moderating effect of perceived support for creativity. *The Journal of Psychology*, 145(3), 151-172.
- Felton, T., Coates, L., & Christopher, J. (2015). Impact of mindfulness training on counseling students' perceptions of stress. *Mindfulness*, 6(2), 159-169.
- Franco, C., Mañas, I., Cangas, A., & Gallego, J. (2010, September). The applications of mindfulness with students of secondary school: Results on the academic performance, self-concept and anxiety. In: *World Summit on Knowledge Society* (pp. 83-97). Springer, Berlin, Heidelberg.
- Goddard, R., Hoy, W., & Hoy, A. (2004). Collective efficacy beliefs: Theoretical developments, empirical evidence and future directions. *Educational Researcher*, 33(3), 3-13.
- Greason, P., & Cashwell, C. (2009). Mindfulness and counseling self-efficacy: The mediating role of attention and empathy. *Counselor Education and Supervision*, 49(1), 2-19.
- Hassed, C. (2016). Mindful learning: Why attention matters in education. *International Journal of School & Educational Psychology*, 4(1), 52-60.
- Heiddari, M., & Morovati, Z. (2016). The causal relationship between mindfulness and perceived stress with mediating role of self-efficacy, emotional intelligence and personality traits among University Students. *Electronic Journal of Biology*, 12(4), 357-362.
- Hsu, M., Sheng-Tsung, H., & Hsueh-Liang, F. (2011). Creative self-efficacy and innovative behavior in service setting: Optimism as a moderator. *Journal of Creative Behavior*, 45(4), 258-272.
- Jaussi, K., & Randel, A. (2014). Where to look? Creative self-efficacy, knowledge retrieval and incremental and radical creativity. *Creativity Research Journal*, 26(4), 400-410.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144-156.
- Klockner, K., & Hicks, R. (2015). Cognitive failures at work, mindfulness and the big five. *GSTF Journal of Psychology*, 2(1), 1-7.
- Langer, E. (2000). Mindful learning. *Current Directions in Psychological Science*, 9(6), 220-223.
- Langer, E., & Moldoveanu, M. (2000). The construct of mindfulness. *Journal of Social Issues*, 56(1), 1-9.
- López, L., Amutio, A., Oriol, X., & Bisquerra, R. (2016). Habits related to relaxation and mindfulness of high-school students: Influence on classroom climate and academic performance. *Revista de Psicodidáctica*, 21(1), 121-138.
- Maciej, K. (2012). Did curiosity kill the cat? Relationship between trait curiosity, creative self-efficacy and creative personal identity. *Europe's Journal of Psychology*, 8(4), 548-558.
- Malow, M., & Austin, V. (2016). Mindfulness for students classified with emotional/behavioral disorder. *Insights into Learning Disabilities*, 13(1), 81-94.
- Mathisen, G., & Bronnick, K. (2009). Creative self-efficacy: An intervention study. *International Journal of Education Research*, 48(1), 21-29.

- Mrazek, M., Franklin, M., Phillips, D., Baird, B., & Schooler, J. (2013). Mindfulness training improves working memory capacity and GRE performance while reducing mind wandering. *Psychological Science*, 24(5), 776-781.
- Najewani, N.(2019). mindfulness among post-basic education students in light of some variables in the governorate of Muscat. *Journal of Educational and Psychological Studies*.13(2), 220-234.
- Nasir, M., & Iqbal, S. (2019). Academic self-efficacy as a predictor of academic achievement of students in pre-service teacher training programs. *Bulletin of Education and Research*, 41(1), 33-42.
- Nepora, L. (2013). *The impact of classroom-based meditation practice on cognitive engagement, mindfulness and academic performance of undergraduate college students*. PhD Dissertation, 2013, ProQuest LLC, State University of New York at Buffalo.
- Perkins, D., & Richhart, R. (2000). Mindfulness has also been found to enhance flexible and critical thinking skills. *Journal of Social, Issues*, 56, (1) ,1-13.
- Phelan, S. (2001). Developing creative competence at work: The reciprocal effects of creative thinking, self-efficacy and organizational culture on creativity. *Psychology*,1(3), 25-41.
- Salahat, M., & Al-Zaghul, R.(2018). Big factors of personality Predictive of mindfulness among Yarmouk University Students. *Journal of Al-Quds Open University*. 9(25), 21-38.
- Singh, S., & Sharma, N. (2017). Study of mindfulness and cognitive failure among young adults. *Indian Journal of Positive Psychology*, 8(3). 415-419.
- Tang, Y., Hölzel, B., & Posner., M. (2015). The neuroscience of mindfulness meditation. *Nature Reviews Neuroscience*, 16(4), 213–225.
- Tierney, P., & Farmer, S. (2002). Creative self-efficacy: Its potential antecedents and relationship to creative performance. *Academy of Management Journal*, 45, 1137-1148.
- Weinstein, N., Brown, K., & Ryan, R. (2009). A multi-method examination of the effects of mindfulness on stress attribution, coping and emotional well-being. *Journal of Research in Personality*, 43, 374-385.
- Weissbecker, I., Salmon, P., Studts, J., Floyd, A., Dedert, E., & Sephton,S.(2002). Mindfulness-based stress reduction and sense of coherence among women with fibromyalgia. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 9(4), 297-307.
- Witt-Rose, D. (2003). *student self-efficacy in college science: An investigation of gender, age, and academic achievement*. Doctoral Dissertation, University of Wisconsin-Stout.
- Woolfolk, A. (2010). *Educational Psychology*. (11<sup>th</sup> Edition). Upper Saddle River, New Jersey: Pearson.
- Yang, Y., Xu, X., Liu, W., & Pang, W. (2020). Hope and creative self-efficacy as sequential mediators in the relationship between family socioeconomic status and creativity. *Front. Psychol*,11, 438.
- Zhou, J., Shin, S., & Cannella, A. (2008). Employee self-perceived creativity after mergers and acquisitions: Interactive effects of threat-opportunity perception, access to resources and support for creativity. *Journal of Applied Behavioral Sciences*, 44(4), 397–421.