اليقظة الذهنية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى طالبات الجامعة

أ.م. لطيف غازي مكي الباحثة . آلاء محمد
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / مركز البحوث النفسية

الملخص:

إن مفهوم اليقظة الذهنية يلعب دورا مهما في تطوير الفرد لحالة الذهن والتي تمتاز بمرونتها حينما يبتكر الفرد فئات تصنيفية جديدة ،وإن لليقظة الذهنية أثرا إيجابيا في التعلم والتفكير الإبداعي، ويعد لمتخذ القرار دافعا وهدفا محددا، وذا خبرة وتجربة في الميدان الذي يتخذ فيه القرار بهدوء وعناية فائقة عندما يكون يقظا ذهنيا لكافة الأمور التي تحتاج الى اتخاذ قرار صائب من الطالبات في حيز الجامعة ،ويهدف البحث الحالي التعرف على مفهوم اليقضة الذهنية لدى طالبات الجامعة، والتعرف على مفهوم اتخاذ القرار لدى طالبات الجامعة، والتعرف على الفروق ذوات الدلالة الإحصائية في اليقضة الذهنية تبعاً لمتغير القسم الدراسي، والتعرف على الفروق ذي الدلالة الإحصائية في اتخاذ القرار تبعاً لمتغير القسم الدراسي، والتعرف على قوة واتجاه العلاقة الارتباطية بين اليقضة الذهنية واتخاذ القرار لدى طالبات الجامعة، وتتكون عينة البحث الحالي من خلال أخذ عينة من مجتمع البحث عينة التطبيق الأساسية والبالغ عددها (٢٠٠) طالبة، علما أن العينة الأولى عينة بناء الأداة بلغت (٣٠٠) تختلف عن عينة التطبيق الأساسية، إذ بلغ عدد الطالبات في قسم اللغة العربية (١٥٠) وبلغ عدد الطالبات في قسم اللغة الإنكليزية (١٥٠) وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية لكلا القسمين، فقد توصل الباحث من خلال أهدافه إلى جملة من النتائج ومن أهمها:

١ – إن أفراد عينة البحث وفقا لمقارنة الوسط الحسابي مع الوسط الفرضي، (طالبات الجامعة العراقية – كلية التربية للبنات) يتمتعن باليقظة الذهنية عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

٢– إن أفراد عينة البحث وفقا لمقارنة الوسط الحسابي مع الوسط الفرضي (طالبات الجامعة العراقية – كليات التربية للبنات) يتمتعن باتخاذ القرار عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

٣– وجود فروق ذات دلالة احصائية في أداة اليقظة الذهنية وفقا لمتغير القسم الدراسي (اللغة العربية – قسم اللغة الإنكليزية) ولصالح الإناث في قسم اللغة الإنكليزية عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

٤– عدم توافر فروق ذات دلالة إحصائية في أداة أتخاذ القرار وفقا لمتغير القسم الدراسي (اللغة العربية – قسم اللغة الإنكليزية) عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

٥– وجود علاقة ارتباطية بين اليقظة الذهنية واتخاذ القرار لدى طالبات كلية التربية للبنات، حيث بلغت (٠,٢١١) عند مستوى دلالة (٠،٠٥)، وتوصل الباحث الى جملة الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات .

الكلمات المفتاحية: اليقظة الذهنية،، اتخاذ القرار، طالبات الجامعة.

The Mental Mindfulness and Its Relationship to Decision Making by University's Learners

Assist. Prof. Dr. Lateef Ghaze Maki
Researcher. Alaa Mohammad
The Ministry of Higher Education and Scientific Research
Psychological Research Center

Abstract:

The mental mindfulness plays an important role in enhancing attention characterizing with flexibility when person making new categories. The mental mindfulness has its effectiveness on learning and evocative thin king and decision maker who has a motive and goal and along experience in field of life will be characterized with mental mindfulness because he will achieving his goals with easy by his mental mindfulness.

This present study aims to recognize mental mindfulness concept among university learners, decision making concept among them, statistical significant differences according to gender variable and the power and the attitude of correlation between mental mindfulness and decision making among university students.

The sample consisting of (300) students, (150) from Arabic department and (150) from English deportment who were selected randomly and the researcher concludes to the following results:

1-The sample- according to the comparison between enthmelic mean and hypothetical one –(Arabic and English deportments) characterizing with mental mindfulness at (0,05) signifying level

2- The sample- according to the comparison between esthetic mean and hypothetical one- characterizing with decision making process at (0,05) significant level.

3-There are statistical significant differences in the tool of mental mindfulness according to department (Arabic and English) for the benefit of females in history dept.at (0,05)significant level.

4-Therte are no statistical significant differences in the tool of decision making according to department variable (Arabic and English) at (0,05)significant level.

5-There is a correlation between mental mindfulness and decision making among the university students which was (0,211)at (0,05) significant level the researcher reaches to number of suggestion and conclusions with statistical significant.

Keywords: mental mindfulness, making decisions, universities' learners.

الفصل الأول/ مشكلة البحث والحاجة إليه:

يعد مفهوم اليقظة الذهنية هو عملية تطوير الفرد لحالة الذهن والتي تمتاز بمرونتها حينما يبتكر الفرد فئات تصنيفية جديدة، إذ توسع اليقظة الذهنية الرؤى وبالتالي تزيد الفرص للانفتاح على كل ما هو جديد، وتتكون ممارسات اليقظة الذهنية في استعمال التحليل لملاحظة الأفكار والمشاعر والأحاسيس، أما الأفراد اليقظون ذهنيا فإنهم يتسعون بكونهم متمسكين بالواقع ويكونون حساسين لكل ما في البيئة من تطورات جديدة (عبدالله،٢٠١٢،ص١٧) .

وإن اليقظة الذهنية تعد كمرادف للتأمل الواعي لكن في الآونة الأخيرة درست كمفهوم نفسي قادر على الحد من التوتر والإجهاد، فالإنسان حينما يكون يقظا ذهنيا فانه يمر بحالة متزايدة من التأمل المعرفي أو يكون موجودا بجسمه وعقله في اللحظة الحاضرة فيفسر الفرد اليقظ ذهنيا العالم بابتكار الفئات الجديدة واستخدامها بصورة متواصلة دون انقطاع لفهم الظاهرة ،فأن اليقظة الذهنية تؤدي إلى التركيز على العمليات أو الخصائص الداخلية للأنشطة ، ويسمح بزيادة خبرات الأنسان من خلال النشاط الذي يسهم في التقليل من المزاج السيئ المصاحب للفشل ، وقد أظهرت الدراسات أن اليقظة الذهنية مرتبطة بتحول الأعراض وتزيد من سعادة الأفراد الذين تعرضوا إلى علاج مستند الى اليقظة الذهنية ، فهي تكون متكافئة مع إظهار التأمل الباطني (Bear , 2003 : 311). واليقظة الكاملة تمثل وسيلة أو استراتيجية علاجية قوية جدا، وقد وجدت الدراسات مثلا أن وسائل اليقظة الكاملة بمقدورها المساعدة في درء عودة الحالات إلى الأشخاص الذين أصيبوا في الماضي بنوبات من الكآبة الشديدة (صغبيني ، ٢٠١١ ،ص١٠).

وتوصلت دراسة جاين واخرون ,إلى أن اليقظة الذهنية تسهم في التقليل من الأسى أو الى زيادة المشاعر الايجابية، وان التدريب على اليقظة الذهنية أظهرت على مر الزمن زيادات في الدعم الاجتماعي. (Fredrickson , 2008:2)

ويعد الظهور الجديد لليقظة الذهنية كفرع من فروع التربية كان فاعلا في تقديم اليقظة الذهنية للأطفال والمراهقين لتعزيز الانتباه والوظيفة التنفيذية والتعلم وحتى السلوك الاجتماعي والسعادة بشكل عام، ووجد ان التأمل الذي يحدث من خلال تدريبات اليقظة الذهنية يمكن قياسها بموضوعية من خلال موجات الدماغ، كما وجد في نشاط موجات ألفا لدى الأفراد المتيقظين مترابطا مع تخفيض التأمل في درجة الأيض، فالانتباه والإدراك شرط أساسي لحدوث التعلم وما يترتب على ذلك من نمو القدرات العقلية المعرفية مثل الذكاء واللغة وقدرات التحصيل الأكاديمي (Kellogg, 1995)

ويؤكد والدروب (Waldrop,1987) أن الذاكرة تؤثر في العديد من المهارات اللازمة للنجاح المدرسي وتحديدا القدرة على قراءة واستيعاب النصوص، وقد تحدث تغيرات في كفاءة بعض الوظائف المعرفية كالإدراك ،والقدرة على الحكم، وحل المشكلات، والمهارات الحركية والإدراكية والتكيف الاجتماعي وإساءة تفسير الواقع وهي من الاستجابات المرضية التي تحدث للفرد نتيجة الضغط النفسي (أبو مغلي ، ١٩٨٧ ،ص ٤٥).

ويذكر هلريجل (Helloing) أسسا عامة تساعد على عملية اتخاذ القرار هي:

- عملية الإدراك: أي أدراك الأفراد للمشكلة وتحديدها.
- عملية التركيب الفكري: إن مدى تأثير متخذ القرار بالمعلومات المتراكمة يرتبط بتركيبته الفكرية.
- مستوى الطموح: يؤثر مستوى الطموح في كفاءة الفرد خلال تصنيف خطط القرار في ظروف البيئة المختلفة ويساهم في تحديد المشكلات وتقديم البدائل والقدرة على اختيار البدائل، وهناك ثلاثة بدائل تؤثر في مستوى الطموح وعملية اتخاذ القرار وهي (الخبرات السابقة الناجحة والخبرات الفاشلة، وتحديد الأهداف ووضوحها وتقدير النتائج وتقويمها. (Ran,1980,P164)

ويتوافر في عملية اتخاذ القرار عدد من الخصائص أهمها:

١- هي عملية عقلية وأحياناً تكون عميقة ومعقدة ومركبة لاسيما في القرارات المهمة .
٢- تمتد عبر الزمن وتتصف بالاستمرارية فهي تتصل بعوامل وأوضاع حصلت في الماضي، ويتم الوصول إليها في الحاضر ويمتد تأثيرها الى المستقبل .
٣- هي عملية تطورية متغيرة ويظهر ذلك من خلال التغيرات التي تطرأ على المشكلة ويصاحبها تغير في ادراك الفرد وتصبح رؤيته أكثر وضوحاً
(الزغول، ٢٠٠٣، ص ٣١١)

وتدخل شخصية متخذ القرار (Decision Mark) عاملا مؤثرا في عملية أتخاذ القرار، إذ أن القرار يتحدد في ضوء الموقف، وفي ضوء شخصية الفرد وتكوينه وتنشئته الاجتماعية وما أكتسبه من مرونة تمكن من التكيف مع الظروف التي تحيط به (gary,1977,p357).

ويختلف الجنسان في عملية اتخاذ القرار، حيث تشير الدراسات والبحوث إلى اختلاف التنشئة الاجتماعية بالنسبة للجنسين التي تحاول أن تربط الرجل بمركز القوة والسيطرة والسلطة وتربط المرأة بمركز الضعف والرضوخ، مما جعلت الذكور لهم قدرة على تحمل المسؤولية في عملية أتخاذ القرار (Laurie, 1980,p 370).

وأشارت دراسة (راني، Rain) إلى أن التردد الذي يمثل الجانب السلبي في عملية اتخاذ القرار هو أحد الأعراض المرضية للمصاب (Rani,1980,p370).

وتعد عملية اتخاذ القرارات وظيفة التخطيط إلى الواقع الفعلي بالإضافة الى كونها محرك فعين لوظائف التدريسي الجامعي الأخرى، من تنظيم وقيادة ورقابة ، التي تؤدي على شكل قرارات إدارية وعملية، ومن اجل ذلك ظهرت مدرسة اتخاذ القرارات التي تدرس وظائف رئيس القسم والمدير العام والعميد ورئيس الجامعة والوزير كل حسب اختصاصه ، على شكل قرارات، ويتخذ المدير أو العميد في آية كلية أو رئيس الجامعة قرارات مبرمجة على وفق إجراءات وخطط موضوعية.

(البدر ،١٩٨٢،ص١٩٥).

مما تقدم تظهر أهمية اتخاذ القرار الصائب لدى الشخصية اليقضة ذهنيا في حياة الإفراد والأمم وتظهر الحاجة الماسة أليها كلما تقدمت الحياة تطورا وازدادت تعقيدا بالقرار الناضج والصائب هو سلوك يتطلب طاقات جسمية وعقلية وانفعالية كما يتطلب خبرات في المجال الاجتماعي والوجداني وقد عبر عن هذه الأهمية (تروبلا) بقوله: إن المنظم للعلوم هو علم القرار الناضج وربما لا توجد وظيفة إنسانية تتطلب قدرا كبيرا من الطاقة الفكرية والطاقة الانفعالية مثلما يتطلب عملية اتخاذ القرار صائب(جابر،١٩٧٨،ص ١١١).

ويقرر كلفورد أن أربعة من العوامل الانفعالية مجتمعة أو مرتبطة فيما بينها بقوة ،وهذه المفاهيم مقارنة في شخصية متخذ القرار بين التدريسيين القدامى أصحاب الخبرة الطويلة والتي تتسم باليقظة الذهنية في عملية اتخاذ القرار الصائب وقراراتهم التي تؤدي إلى تزويد المعنيين بصورة أعمق لأنماط السلوك لهذه الفئة مما يجعلهم أكثر تقديرا لاحتياجاتهم في اتخاذ القرارات وأكثر قدرة على التعامل مع المستجدات العلمية والتكنولوجية الحديثة داخل الصف المدرسي الجامعي أو خارجه لأنه يعتمد على التفاعل المشترك والمساهمة الايجابية بين الرئيس والمرؤوسين لذا تعد هذه المشكلة ضرورية لإدخالها ضمن حيز الدراسة العلمي، بما يضفي على حياه التدريسيين الجامعيين الكثير من الجوانب الايجابية في حياتهم العلمية والشخصية، مما تقدم يرى الباحث أن أهمية البحث الحالي تأتي من :

١_ قد توفر نتائج الدراسة فهما أفضل للعلاقة بين هذه الأبعاد لدى عينة من تدريسي الجامعة ، وأيضا مدى تأثرها بمتغيرات أخرى كالجنس .

٢_ قد تعمل هذه الدراسة على لفت أنظار القائمين على العملية التعليمية إلى زيادة الاهتمام بهذه المتغيرات للعمل على تنميتها وتشجيعها لدى الطلبة حتى يتمكنوا من تحقيق مستويات عالية من التحصيل العلمي معتمدين على أنفسهم .

٣_ قلة الدراسات التي تناولت العلاقة بين هذه المتغيرات على حد علم الباحث .

٤- أن أهمية عملية اتخاذ القرار في حياة الطالب الجامعي ذي اليقضة الذهنية يثير اهتمام المؤسسة التعليمية للشخص ذي المهارة العالية في اتخاذ القرار المناسب، ويعد هذا البحث بداية قد تكون مشجعة لبحوث أخرى.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي الى ما يأتي:

١- التعرف على مفهوم اليقظة الذهنية لدى طالبات كلية التربية للبنات – الجامعة العراقية.

٢- التعرف على مفهوم اتخاذ القرار لدى طالبات كلية التربية للبنات – الجامعة العراقية.

٣ – التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مفهوم اليقظة الذهنية وفقا لمتغير القسم الدراسي (اللغة العربية – وقسم اللغة الإنكليزية).

٤- التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مفهوم اتخاذ القرار وفقا لمغير القسم الدراسي (اللغة العربية – قسم اللغة الإنكليزية).

٥- التعرف على قوة العلاقة الارتباطية بين اليقظة الذهنية واتخاذ القرار لدى طالبات كلية التربية للبنات – الجامعة العراقية.

حدود البحث: يقتصر البحث الحالي على طالبات قسم اللغة العربية وقسم اللغة الإنكليزية – كلية التربية للبنات- الجامعة العراقية – ضمن الدوام الصباحي للعام الدراسي ٢٠١٥-٢٠١٦.

تحديد المصطلحات: يشمل البحث تحديد المصطلحات ذات الصلة بموضوع البحث الحالي وهي:-

أولا : اليقظة الذهنية Mindfulness

١- تعرفها لانجر(Langer , 2002) بأنها :حالة مرنة في العقل تتمثل في الانفتاح على الجديد ، وهي عملية من النشاط التمييزي لابتكار كل ماهو جديد) (Langer , 2002: 125).

٢- يعرفها بروان وريان (2003) بأنها : حالة يكون فيها الفرد منتبها وواعيا بالذي يحدث في الوقت الحاضر ، هو الاهتمام المعزز والوعي للتجربة الجارية أو الواقع الحالي) (Brown & Ryan, 2003: 822) .

وقد تبنى الباحث تعريف (لأنجر،٢٠٠٢) لليقظة الذهنية تعريفا نظريا لبحثه، أما إجرائيا؛ فيعرف اليقظة الذهنية بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس (لانجر ،٢٠٠٢) لليقظة الذهنية الذي طبق على البيئة العراقية من قبل (عبدالله ،٢٠١٢).

- **ثانيا/ اتخاذ القرار:**

١. عملية أتخاذ القرار: يعرفه وارن" warran" هو الصياغة لأجراء عمل مع نية ثابتة لتنفيذه (wanberg,1992,p103).

٢. يعرفها (كود،١٩٧٣) :الطريقة التي يمكن بموجبها دراسة موقف ما، وتقييمه حيث يمكن وضع الحلول للمشكلات المطروحة قبل إدخالها حيز التنفيذ (Good,1973,p167).

٣. **يعرفه (العتوم ،٢٠٠٥):** "اختيار أفضل البدائل المطروحة لموضوع ما أسنادا إلى مهارات التفكير الأساسية التي تستعمل، إذ تحدد ميزات وعيوب كل بديل من البدائل مع إصدار أحكام هذه البدائل" (العتوم، ٢٠٠٥ ، ص: ٢١٧).

مما تقدم يتبنى الباحث تعريف (كود، ١٩٧٣)لاتخاذ القرار تعريفا نظريا لبحثه، أما إجرائيا فيعرف أتخاذ القرار بأنه هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس أتخاذ القرار الذي قام الباحث ببنائه .

الفصل الثاني/ الاطار النظري:

أولا/ نشأة مفهوم اليقظة الذهنية Mindfulness

إن مفهوم اليقظة الذهنية كان مرتبطا بالحركة الروحية والاتجاه السائد في علم النفس وهي تقنية ابتدائية استخدمت في التأمل البوذي' ولها جذور في البوذية، من الزعيم الديني سيدراتا جاوتما الى عقيدة بوذا للحقائق (Fielden , 2003 : 15).

وبدأت الدراسات حول اليقظة الذهنية في اختباراتها خارج مجال علم النفس التجريبي وبدا في علم النفس الاجتماعي حيث اقترحت الين لانجر حالتين تشملان على العوامل المعرفية والانفعالية هما اليقظة الذهنية ، والغفلة الذهنية ، وطبقا لألين لانجر تطورت اليقظة الذهنية من الحالة المرنة للذهن، وبحث مفهوم اليقظة الذهنية في مجال علم النفس الاجتماعي في بداية السبعينيات من القرن العشرين من قبل لانجر وايبلسون، ان حالات اليقظة الذهنية ترتبط مع تقليل الحالات المعتادة للصحة وتطيل العمر ، والدراسات التي أجريت في مجال الأعمال اقترحت ان زيادة اليقظة الذهنية كانت ترتبط مع زيادة الإبداع، و في عام (١٩٧٠) بدأت اليقظة الذهنية وبشكل خاص التأمل اليقظ ذهنيا كوسيلة تدريبية ، و تتميز اليقظة الذهنية بمرونتها وتعني (القدرة

على تغير الحالة الذهنية بتغير المواقف وعدم الجمود على المألوف ، والقدرة على تقديم أفكار حول استجابات لا تنتمي لفئة واحدة أو مظهر واحد)، وبإمكان الفرد أن يكون يقظا بشيء على وجه التحديد مركزا الانتباه نحو المثير أو الظاهرة (Brown & Ryan, 2007:214).

إن مصطلح اليقظة الذهنية والتأمل الذهني غالبا ما يستعملان بشكل تبادلي ،ويشمل الانتباه الموجه فحص وانتقاء المثيرات الملائمة في البيئة الخارجية، وقد أشارت الدراسات إلى ان الإنسان يوجه بصورة مباشرة وسريعة للمثيرات الجديدة وغير العادية ومثل هذه المثيرات تثير الانتباه بصورة فعالة وتساعد في التعلم السريع لها ، فالكلمة المطبوعة بصورة غامقة وسط صفحة مليئة بالكلمات تكون أكثر انتباها من غيرها وتساعد في التعلم بسرعة ،وان احد مفاتيح العلاج المعرفي المستند الى اليقظة الذهنية هو وسيلة تدريبية لمساعدة المريض لتحديد العمليات الاستراتيجية الأوتوماتيكية وإحلالها بأخرى ، إن مغزى العلاج المعرفي هو التأثير في المعرفة الضمنية عندما ينصب الاهتمام على المعرفة الصريحة وتغير السلوك ، وبرغم ذلك فان الدرجة التي تتغير بها المعرفة الضمنية بشكل واقعي في هذه الطريقة تبقى غير واضحة(Cardaciotto, 2005 : 33).

لقد وضع كابات زين (1990) عددا من خصائص الشخص اليقظ ذهنيا وهي :

١ ٠ اللاحكمي: وهي الملاحظة المبنية على اللحظة باللحظة الحاضرة دون تقييم أو تصنيف .

٢ ٠الموافقة: وتعني انه متفتح لرؤية ومعرفة الأشياء كما هي في اللحظة الحاضرة ، والموافقة لا تعني السلبية بل إنها تعني فهم الحاضر بحيث يكون الشخص أكثر فاعلية في الاستجابة.

٣ ٠ صبور: يسمح للأشياء بالظهور للعيان في وقتها، يجلب الصبر لأنفسنا، وفي اللحظة الحاضرة.

٤ ٠واثق: واثق من نفسه وبجماعته وبحدسه وانفعالاته فضلا عن ثقته ان الحياة تتجلى بالظهور كما يفترض بها .

٥ ٠متعاطف: يتصف بالمشاعر، يفهم مواقف الآخرين في اللحظة الحاضرة وفق منظورهم وانفعالاتهم وردود أفعالهم وربط ذلك مع الشخص .

٦ ٠ متفتح: يرى الأشياء كما لو انه رآها لأول مرة ، يخلق احتمالات من خلال تركيز الانتباه على كل التغذية الراجعة في اللحظة الحاضرة .

٧ ٠ لطيف: يتصف بكونه ناعما ومحبا وحنونا مع ذلك ليس سلبيا وغير صارم ومتسامح .

٨ ٠ سمح: يتعاطى في اللحظة الحاضرة ضمن سياق من الحب والشفقة دون الاهتمام بالعائد أو المردود (Kabat – zinn, 1990:14).

وركزت العالمة النفسية إلين لانجر Ellen Langer الأستاذة في جامعة هارفارد كتبت كتابا لشرح كيف يحاول الإنسان أن يطور لنفسه فنا خاصا بعيش اللحظة عنوانه Mindfulness، وهو مصطلح اخترعته لتلك الحالة النفسية النشطة من مراقبة الحاضر، والعمل بجدية على الاندماج فيه دون السماح للمؤثرات الأخرى بالتأثير فيه. (صغبيني،٢٠١١ :١)

وتعد اليقظة الذهنية هي القدرة على النظر في الأشياء بطرق جديدة ومدروسة، وتؤكد لانجر في نظريتها على المعرفية وتجهيز المدخلات الحسية ، مثل البحث عن الجدة ، والتمييز ، وتعدد وجهات النظر بشأن أداء المهمة والسلوك، والعمل على تركيز الفرد كيف يدرك وينظم السلوك والبيئة ، (Brown & Ryan, 2003:882). وتمتاز اليقظة الذهنية عن المفاهيم الأخرى بكيفية رؤيتها للمعلومات ، فاليقظة الذهنية تستلزم من الفرد تفسير المعلومات بصورة شعورية ومع ذلك فهي تستلزم تصنيفا فئويا للمعلومات قبل معالجتها معرفيا فالمعالجة المنضبطة هي المعالجة الشعورية للمعلومات ضمن سياق محدود ، أما اليقظة الذهنية فهي وعي شعوري لسياق اكبر يتم من خلاله فهم المعلومات (Langer ,2002:221).

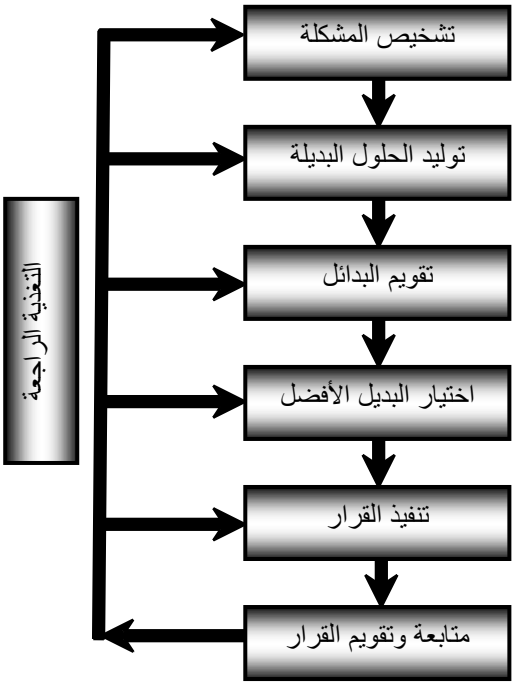
ثانيا/ نشأة مفهوم اتخاذ القرار: القرار لغة مشتقة من القر وأصل معناه على ما نريد هو "التمكن" فيقال قر في المكان أي قربه وتمكن فيه، والقرار اصطلاحا : هو عبارة عن اختيار من بين بدائل معينة، وقد يكون الاختيار دائما بين الخطأ والصواب ، أي عندما تعرض أمامنا مشكلة أو نعزم على أمر فأن هناك عدة خيارات تظهر لنا فنحل المشكلة أو نتوصل إلى حلها بمواجهتها مواجهة علمية، أو نتخذ طريق التدرج بشكل جزئي أو نستعين بغيرنا أصحاب الخبرة في هذا المجال، فالقرار أن تعرف كل هذه الخيارات للوصول إلى اتخاذ البديل الأمثل، من خلال عملية التأمل وحسب متطلبات الموقف وفي حدود الزمن المتاح، لان الزمن يكون له اثر حاسم في هذا المجال، مثلا يتخذ الفرد قرارا أن يدرس في جامعة بغداد أذا لابد أن يتخذ القرار بالقبول والتسجيل، أذا كيف نختار الأفضل والأمثل ليكون له الأثر النافع والمفيد في المدى المنظور بعد التعرف على أهم خطوات اتخاذ القرار الجيد من قبل علماء النفس والاجتماع مكونة من خمس خطوات مهمة توضح كيفية اتخاذ القرار، وهي:

١. تحديد الهدف بوضوح لأنه يوجه خطواتنا نحو اتخاذ القرار الأمثل.
٢. التفكير بأكبر عدد ممكن من البدائل والإمكانيات فمنها سيتلخص وينبثق القرار.
٣. فحص الحقائق فحصا جيدا فعدم توفر المعلومات يقودنا إلى قرار غير صحيح.

٤. التفكير في الإيجابيات والسلبيات للقرار الذي تم اتخاذه.

٥. مراجعة جميع المراحل مرة أخرى او الانتباه فيما أذا أضيفت معطيات جديدة أو أذا لم يكن القرار مناسبا يمكن عمل فحص جديد للقرار الذي تم اتخاذه(الفسفوس،٢٠٠٧،ص ٥–٨).

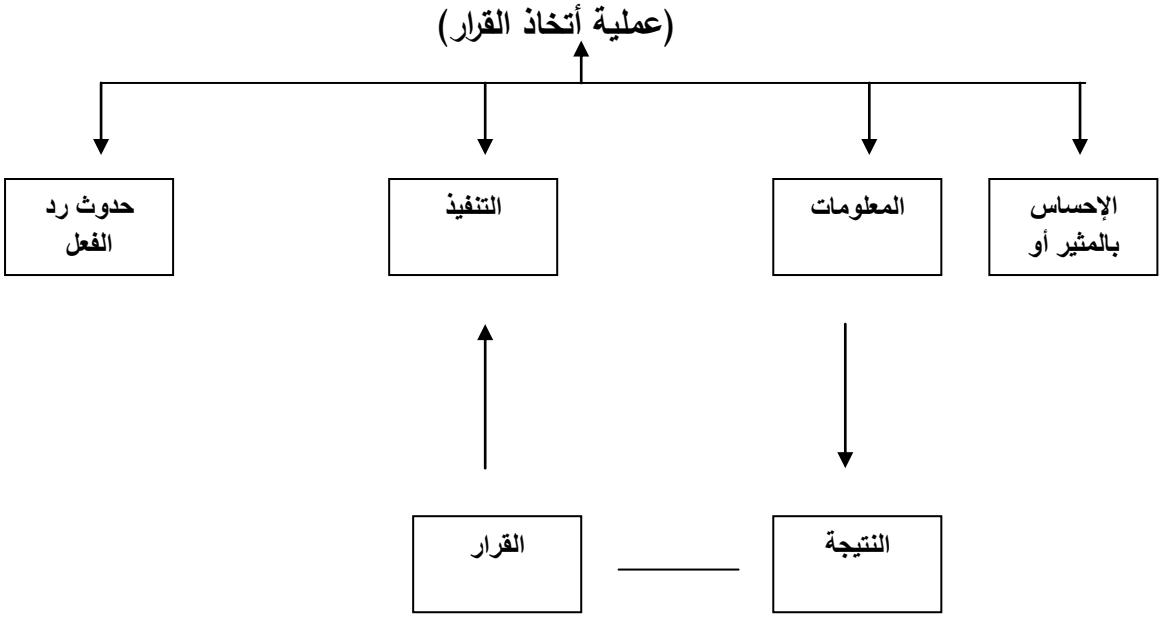
وقام عدد كبير من الباحثين بتحليل خطوات اتخاذ القرار من خلال بحوثهم اتفقوا جميعاً على أهميتها وضرورة اتباعها اذا أريد للأهداف أن تتحقق وبالفعالية المطلوبة، وإذا أُريد للموارد المتاحة أن تستغل الاستغلال الأنسب، وإذا أُريد ضبط أثر العوامل الشخصية. وفيما يأتي أهم تلك الخطوات:



خطوات مراحل اتخاذ القرار (التميمي، ٢٠٠٧، ص ٥٧)

ويمكن تصنيف عملية اتخاذ القرار سلوكيا إلى أربعة مراحل تتوسط بين الإحساس والمثير أو الدافع وبين حدوث رد الفعل وهي:

- المعلومات: وفيها يقوم الإنسان بتحليل المعلومات المرتبطة باستقبال المثير وتجزئتها إلى مجموعة الفروض والاحتمالات.
- النتيجة: يتم فيها دراسة المعلومات المتاحة، بما في ذلك من تحليل وتصنيف ثم الوصول إلى استنتاجات وبدائل للحل.
- القرار: اختيار احد البدائل ووضعه موضع التنفيذ.
- التنفيذ: ويتضمن البحث في طرق تنفيذ القرار، ويمكن تصوير مراحل القرار كما في المخطط الآتي:



(العمري،١٩٧٩،ص١١١) .

وقد ارتبطت عملية اتخاذ القرار وترعرعت في ظل علوم مختلفة مثل الاقتصاد والسياسة والإدارة، ألا أننا نجد اهتماما متزايدا في الآونة الأخيرة لمفاهيم العلوم السلوكية (علم النفس، علم الاجتماع، علم الانتروبولوجي) وقد ساعدت هذه المفاهيم لكي تتفاعل وتؤثر في عملية اتخاذ القرار، ويمكن حصر تلك المتغيرات في مجاميع ثلاث هي:

- العوامل الشخصية لمتخذ القرار
- العوامل الاجتماعية المتعلقة بالبيئة التي يتخذ القرار في إطارها.
- العوامل الحضارية والثقافية التي تتحكم في تصرفات الأفراد والجماعات وتشمل العادات والتقاليد والقيم (الطائي،١٩٧٦،ص١٨٧)
- وتتأثر عملية اتخاذ القرار بمؤثرات عديدة، ومن هذه المؤثرات العوامل الفسيولوجية والتعب والإرهاق، وعوامل أخرى من شأنها أن تؤثر في درجة التركيز، وبالتالي تعكس من قدرة الشخص على اتخاذ القرار(H.josseph,1977.P154).

وعلى الرغم من أهمية موضوع القرار وارتباطه بالعلوم الاجتماعية والإدارة العامة، ، الاجتماع، علم النفس الاجتماعي.... الخ. ألا أن الجهود التي بذلها آهل الخبرة والاختصاص في توضيح مفهوم القرار أو تعريفه لم تعط الشمولية المطلوبة والتعريف الجامح والأنسب للقرار، لذلك جاءت اغلب التعاريف التي أوردتها المؤسسات ذات العلاقة أو أساتذة القانون والسياسة الدولية، وهي تحمل ثغرات ونواقص كبيرة لا يمكن الرجوع إليها أو الاعتماد عليها ولعل أدني تعريف للقرار يقول إنه" اختيار إجراء معين لمواجهة مشكلة ما" وهذا التعريف لا يخلو من مأخذ وإشكاليات كبيرة منها.

١. إن الاختبار غالبا ما يقع في الظروف الاعتيادية والأجواء الطبيعية مع وفرة الخيارات وسيدله عن البدائل.

٢. كثيرا ما يكون القرار موجودا في حالة أحجام الجهة المختلفة عن إصداره لعجز أو تريث فليس من مهام صناع القرار الإصدار والتنفيذ.

٣. القرارات غير متحضرة في المواجهة، فهناك ما يصنع لإيجاد أزمة وخلق قضية أو لتنفيذ برنامج، أذا فتعريف القرار " عملية ليست سهلة خصوصا أذا علمنا أن القرارات لا تخضع إلى اطر خاصة أو قواعد محددة، وغالبا القرارات المتميزة والمؤثرة على مختلف الساحات ولدت من رحم المواجهات المحتدمة والأزمات ،وتعد عملية خطوات صنع القرار من أهم الخطوات التي يتخذها الإنسان في حياته يوميا تقريبا من خلال:

أولا: عملية صنع القرار تتمثل (خطوات صنع القرار- تحليل القرار، عملية الإبداع- القرارات الاستراتيجية).

ثانيا: عملية جمع المعلومات وتتمثل (عوامل مهمة في جمع المعلومات، أساليب جمع المعلومات).

ثالثا: عملية أسلوب التدفق الذهني وتتمثل (ملاءمة المنهج، تشجيع المساهمة، استخلاص النتائج).

رابعا: الاستشارة وتتمثل (طبيعة الاستشارة لذوي الخبرة، ممارسة الاستشارة وفق المبادئ الأصولية).

خامسا: العمل على إيجاد أفكار إبداعية لتتفاوض مع الآخرين والتوصل إلى ضوابط التسوية الحل الأوسط، من هذا نتمكن ونكون قادرين على الربط من صنع القرار واختيار بدائل الحل المناسبة، وتحديد خطوات عملية نحو اتخاذ القرار، وتحديد الشخص الذي يتخذ القرار، والعمل على اتخاذ قرارات فعالة وقابلة للتطبيق، (عبد الرضا،٢٠٠٧، ص٥).

وتعد عملية صنع القرار وأنواعها تتمثل في ثلاثة أنواع هي (القرارات في حالة التأكد، القرارات في حالة المخاطرة، القرارات في حالة عدم التأكد ، القرارات المبرمجة والقرارات غير المبرمجة أي أن عملية القرارات غير المبرمجة تتميز باستخدام حلول مكررة وبدون استشارة أما القرارات المبرمجة أي عندما تكون المشكلة مع درجة عالية من الأهمية آو أنها تتطلب حلولا تقليدية أو مبتكرة(عبد الرضا،٢٠٠٧، ص -٢٠١٨). وهناك عدة أسس تنصب ضمن مواصفات متخذ القرار ومن أهم خصائصه هي (أن يكون ذا أدراك جيد لتحليل الموضوع او الموقف- لديه مستوى من الطموح لاتخاذ القرار مهما كانت صعوبته والقدرة على استخدام المميزات السابقة) وربطها بالموقف لمتخذ القرار الصحيح.(العمري، ١٩٧٩، ص١٥).

ويجب أن يكون لمتخذ القرار دافع وهدف محدد، وعليه أن يكون ذا خبرة وتجربة في الميدان الذي يتخذ فيه القرار(الحمداني،١٩٨٤، ص١٣٧).

ففي علاقة التنافر المعرفي فإنه يمكن لأحد العنصرين أن يترتب على الأخر فمثلا أذا كان شخص يدرس ويهيئ نفسه لامتحان الغد وجاءه صديق لزيارته، فهنا تكون علاقة تنافر او على العكس من ذلك فأن زيارة زميله في الدراسة لغرض الاستذكار في العلاقة تكون علاقة وئام، ويؤدي عدم الاتساق المعرفي إلى نشأة ضغوط معينة، وأهمية هذه المرحلة تبرز الاهتمام بملاحظة جوانب الشخصية المتعددة، حيث أشار سويف إلى نتائج الدراسات العاملة في بناء الشخصية الناضجة، فقد توصلت الى وجود علاقة المحاور الأساسية للشخصية التي تتحدد بالبعد الخاص بالذكاء أي القدرة الفعلية الطاقة ويشملها تنظيم يعرف بالتنظيم الإدراكي والعقلي والمحور الثاني هو تنظيم جمع العمليات الانفعالية والوجدانية الناضجة من حيث تحقيقها وتوافقها (سويف،١٩٦٦،ص ٢٠٦).

إن القرار الجيد هو القرار الذي يتخذ على أساس سليم وبطريقة منهجية أي أن هناك خطوات منطقية ينبغي إتباعها للوصول إلى القرارات الجيدة وكما هي: (تقييم البدائل تحديد البدائل ----- تحليل وتشخيص الموقف – اختبار أفضل البدائل ------ التنفيذ ------- تقييم النتائج).

وتعني نظرية التناشز المعرفي بشكل مباشر بالرضا الداخلي لدى الفرد؛ لأن التناشز خلق حالة من عدم الرضا تنشأ داخل الشخص ومن أجل تقليل التناشز فأن الشخص قد يغير من أتجاه ما، أنه يغير السلوك المتنافر او يسعى للحصول على إسناد اجتماعي لتعزيز أحد العنصرين المعرفيين لدية (Sovery، 1976، p.80).

ووفقا لهذه النظرية فان مرحلة ما قبل القرار تتسم بالموضوعية والدقة والتحليل المنظم للمعلومات المتوافرة ضمن البدائل المطروحة لحل المشكلة ، أما مرحلة ما بعد القرار فتتسم بالرغبة في جمع المعلومات التي تؤكد صحة الاختيار وتدعيمه لكي يتم خفض التناشز وتقليله (Festinger & et.al, 1962, p.10).

وقام العالم النفسي الأمريكي (ليون فسنجر، ١٩٥٧) بوضع نظرية للتأثر المعرفي، وقد تم وضع تعديلات مع هذه النظرية في عام ١٩٤٦، حيث تعد نظرية من النظريات المهمة في السلوك الإنساني بصورة عامة وسلوك أتخاذ القرار (الزوبعي، ١٩٨١،ص٨)

بناء على ما تقدم يمكن أن نضع نقاطا محددة للمنطلقات النظرية للتنافس الإدراكي:

١- إن الوحدات في التنظيم المعرفي للفرد هي مجموعة معارضتنا عن الأشياء والوقائع والسلوك.
٢- إن الوحدات هي التي تشكل الكيفية التي يتم من خلال أدراك العالم المحيط بالفرد.

٣- إن الناس يميلون في العادة لان يكونوا منسجمين في وحداتهم المعرفية المختلفة وفي أفكارهم وآرائهم ومعتقداتهم وتعني نظرية التنافر بشكل مباشر بالرضا الداخلي للفرد، لان التنافر يصف حالة من عدم الرضا نفسيا داخل الفرد ومن السلوك المتنافر أو يسعى الحصول على معلومات جديدة او الوصول إلى إسناد جماعي لتعزيز احد العنصرين المعرفين لديه، ووفقا لهذه النظرية ، فان مرحلة ما قبل القرار تنسجم بالموضوعية والدقة والتحليل المنظم للمعلومات المتوفرة ضمن وضع البدائل المطروحة لحل المشكلة، اما مرحلة ما بعد القرار فتتسم بالرغبة في جمع المعلومات التي تؤكد صحة اختيار القرار وتدعمه لكي يتم خفض التنافر المعرفي في الموقف الذي يحيد بمتخذ القرار، والنظرية التراكمية المتدرجة (Lindoblom) تقوم على الاستفادة من الخبرة في اتخاذ القرارات السابقة ، أذ يتم أعادة تحديد المشكلة جزئيا فيقتصر التحديد على الجوانب الجديدة فيها كما يحتفظ بالمعلومات التي تم جمعها سابقا مع اضافة المعلومات التي تتعلق بالجوانب الجديدة فقط ،أما تقييم البدائل الذي تم في القرارات السابقة فتتم الإفادة منه واعتماده لغايات الاختيار في حل المشكلة الجديدة، ولا يُقيّم صانع القرار الا البدائل الجديدة بعد أن يستحضر التقويم السابق والجديد يقوم باختيار البديل الأفضل من بين البدائل جميعها التي تم تقييمها في المرات السابقة، وفي هذه المرة (Battel, 1995, p.38).

الدراسات السابقة:

سوف يعرض الباحث دراسات تتعلق بمتغيرات البحث وقد قُسم إلى مجموعتين هي:-

- **دراسات ذات صلة باليقظة الذهنية:**

١ ٠ دراسة لأنجر وبيربي (2002): اليقظة الذهنية وعلاقتها بالرضا الزواجي .

هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين اليقظة الذهنية ورضا الزوجين، وتكونت عينة الدراسة من (٩٦) فردا واستخدم الباحثان استبانة لقياس كل من هذه المتغيرات ، وسلسلة أخرى من المتغيرات الديموغرافية. واستخدمت معامل أرتباط بيرسون والأختبار التائي ،وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج منها : إن الإناث يتصفون بيقظة ذهنية أعلى من الذكور من خلال ابتكارهم مناخا متاحا لليقظة الذهنية المتفتحة من الخبرة واستغراقهم فيها وإتباع المرونة في ممارستها وان لليقظة الذهنية اثرا كبيرا على الرضا الزواجي لديهم ولأزواجهم.

(Langer & Conadsen , 2002: 1-2).

٢ ٠ دراسة اشيور وسايمان (2011): فعالية كل من اليقظة الذهنية وفنيات الاسترخاء ومهارات التعلم و تأثيرها في الأداء الامتحاني عند طلاب الجامعة.

هدفت الدراسة معرفة فعالية كل من اليقظة الذهنية و فنيات الاسترخاء ومهارات التعلم و تأثيرهم على الأداء الامتحاني عند طلاب الجامعة. واختار الباحث عينة الدراسة المقدرة بـ (٥٦) طالبا و طالبة بطريقة عشوائية شملت طلاب كل من الكيمياء و البيولوجيا و الإحصاء وتم إخضاع أفراد العينة إلى مقياس قلق امتحان the resived test anxiety (RTA) المطور من قبل Benson and El zahar بعد قياس قلق الأداء الامتحاني لدى أفراد العينة ، تم إخضاعهم إلى التقنيات المراد مقارنة فعاليتها على الأداء الامتحاني، وذلك كالآتي:

- ١٨ طالبا وطالبة تلقوا تدريبا في اليقظة الذهنية.
- ١٨طالبا تدربوا على اكتساب مهارات معرفية.
- ٢٠طالبا اخضعوا إلى الاسترخاء عن طريق موسيقى مخصصة لذلك.

وتوصلت الدراسة إلى ان هناك فعالية لكل من اليقظة الذهنية وفنيات الاسترخاء ومهارات التعلم على أداء الطالب في الامتحان (عبدالله ،٢٠١٢،ص ٨١)

ثانيا/ دراسات تتعلق بمفهوم أتخاذ القرار:

١- دراسة توفيق وسلمان (١٩٩٥): استهدفت تعرف العلاقة بين موقع الضبط (الداخلي- الخارجي) والقدرة على اتخاذ القرار لدى طلبة الجامعة، بلغت عينة الدراسة (٣٠٠) طالب وطالبة من ثلاث ثقافات مختلفة (قطر، مصر، أستراليا). ولتحقيق أهداف الدراسة استعمل الباحثان مقياس موقع الضبط الداخلي – الخارجي لروتر (Rotter) واختبار القدرة على اتخاذ القرار المعد من (حسين). وبعد معالجة البيانات إحصائياً باستخدام معامل ارتباط بيرسون وأسلوب تحليل تباين الثلاثي، أوضحت النتائج :وجود ارتباط موجب بين القدرة على اتخاذ القرار ومصدر الضبط (الداخلي- الخارجي)، وعدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في القدرة على اتخاذ القرار، ووجود فروق بين الذكور في القدرة على اتخاذ القرار في العينات الثلاث ما عدا بين عينتي قطر وأستراليا. ووجود فروق بين الذكور في مصدر الضبط بين العينات الثلاث ما عدا عينتي قطر ومصر، أمَّا عن الإناث فقد وجدت فروق بين العينات الثلاث في كل من القدرة على اتخاذ القرار ومصدر الضبط (الداخلي- الخارجي)، ما عدا بين عينتي قطر ومصر.(توفيق، وسلمان،1995).

٢-دراسة عسكر (٢٠٠٤):هدفت الى قياس الجزمية لدى طلبة جامعة بغداد والمستنصرية وقياس اتخاذ القرار لدى طلبة الجامعة وتعرف العلاقة بين الجزمية واتخاذ القرار لدى طلبة الجامعة.

وتألفت العينة من(٤٨٠) طالبا وطالبة من أربع كليات من جامعتي بغداد والمستنصرية، وقام الباحث ببناء مقياس الجزمية الذي تألف من (٣٣) فقرة بصورته النهائية بعد استخراج خصائصه

السايكومترية. وتبنى الباحث مقياس (الطائي،٢٠٠١). وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة دالة بين الجزمية واتخاذ القرار، وإنَّ هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية لدى الطلبة في القدرة على اتخاذ القرار تبعاً لمتغير النوع، فضلاً عن تمتع الطلبة أفراد العينة بالقدرة على اتخاذ القرار (عسكر،٢٠٠٤).

مناقشة الدراسات السابقة:

بعد اطلاع الباحث على مجمل الدراسات السابقة استطاع أن يسجل بعض الملاحظات حول مناقشة الدراسات السابقة وفق الآتي:

١- اقتصرت بعض الدراسات السابقة على إيجاد العلاقة بين عدد معين من اليقضة الذهنية وبين عملية اتخاذ القرار وعلاقتها ببعض المتغيرات مثل دراسة لانجر وبيري (٢٠٠٥) ودراسة اشيور وسايمان(٢٠١١) ودراسة توفيق وسلمان (١٩٩٥) استهدفت تعرف العلاقة بين موقع الضبط (الداخلي- الخارجي) والقدرة على اتخاذ القرار لدى طلبة الجامعة، بينما نجد أن دراسة دراسة عسكر (٢٠٠٤) هدفت الى قياس الجزمية لدى طلبة جامعة بغداد والمستنصرية وقياس اتخاذ القرار لدى طلبة الجامعة وتعرف العلاقة بين الجزمية واتخاذ القرار لدى طلبة الجامعة ،والدراسة الحالية تلتقي منهجا مع بعض الدراسات الارتباطية لكونها تهدف إلى إيجاد العلاقة بين اليقظة الذهنية واتخاذ القرار لدى الطالبات في الجامعة.

٢- استخدمت الدراسات السابقة عينات تتراوح إعدادها ما بين (٥٦ الى ٤٨٠) طالبا وطالبة وكانت اغلبها من طلبة الكليات، أما الدراسة الحالية؛ فأنها تتميز باختبارها عينة من طالبات الجامعة في كليات التربية للبنات في الجامعة العراقية لتقدير عملية اليقظة الذهنية وعملية اتخاذ القرار لديهم.

٣- استخدمت الدراسات السابقة الذكر طرقا إحصائية متنوعة في إيجاد العلاقة بين اليقظة الذهنية وعملية اتخاذ القرار كمعامل ارتباط بيرسون، واستخدمت تحليل التباين الثلاثي والاختبار التائي وبعض الدراسات استخدمت معامل الارتباط ...الخ، وهذا الاتفاق أو الاختلاف في الوسائل الإحصائية يرجع سببه إلى اختلاف الدراسات في المنهجية وبناء الأهداف وطبيعة البيانات التي تتعامل معها أما الدراسة الحالية فقد استخدم الباحث الأوساط الحسابية والانحراف المعياري و t- test وفقا لأهداف الدراسة الحالية.

٤- استخدمت الدراسات السابقة مقاييس واختبارات مختلفة فمنها من استخدم مقياس لكل متغيري البحث مثل دراسة (لانجر وبيري) استخدم استبانة لقياس بعض المتغيرات ودراسة كارن واخرون (٢٠٠٨)استخدمت مقياس اليقظة الذهنية للنوم والاسترخاء والمزاج ،أما دراسة أشيور وسايمان

(٢٠١١) استخدمت مقياس قلق الامتحان المطور، أما دراسة توفيق وسلمان (١٩٩٥) فقد استعمل الباحثان مقياس موقع الضبط الداخلي – الخارجي لروتر (Rotter) واختبار القدرة على اتخاذ القرار المعد من (حسين)' أما دراسة عسكر (٢٠٠٤)؛ فقد قام الباحث ببناء مقياس الجزمية الذي تألف من (٣٣) فقرة بصورته النهائية بعد استخراج خصائصه السايكومترية .وتبنى الباحث نفسه مقياس (الطائي،٢٠٠١)، وقد أعد الباحث الحالي أداة اليقظة الذهنية وأداة " اتخاذ القرار لدى الطالبات في الجامعة" وأجريت عليه عمليات الصدق الظاهري والثبات بطريقة الفاكرونباخ وتم تطبيقهما على عينة من الطالبات لإيجاد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بينها.

الفصل الثالث/ منهجية البحث وإجراءاته:

يتضمن هذا الفصل أهم الإجراءات المتبعة في البحث الحالي والكفيلة بتحقيق أهدافه من تحديد مجتمع البحث وعينته وطريقة اختيارها وتحديد أدواته وإجراءات القياس وأهم الوسائل الإحصائية فيها، وفيما يأتي عرض أهم الوسائل المستخدمة.

أولا/ منهجية البحث: تحدد المجتمع المستعمل في الدراسة الحالية من الطالبات– قسم اللغة العربية وقسم اللغة الإنكليزية –كلية التربية للبنات / الجامعة العراقية للعام الدراسي (٢٠١٥/٢٠١٦) للدراسات الصباحية ،وبلغ مجموعهم (٥٣٨) طالبة موزعين بواقع (٢٦٨) من الإناث في قسم اللغة الإنكليزية و(٢٧٠) من الإناث في اللغة العربية.

ثانيا/ **عينة البحث:** اشتملت عينة البحث الحالي على الطالبات ومن كلا القسمين (اللغة العربية واللغة الإنكليزية) والبالغ عددهم (٣٠٠) طالبة، بواقع (١٥٠) من طالبات قسم اللغة العربية (١٥٠) من طالبات قسم اللغة الإنكليزية، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من طالبات (كلية التربية للبنات –الجامعة العراقية)موزعين وفقا لمتغير القسم في الكلية المذكورة وهي ذاتها عينة البحث ،والجدول في أدناه رقم (١) يوضح ذلك.

جدول رقم (١)

عينة البحث الأساسية موزعين حسب متغير القسم.

الكلية	القسم الدراسي	المرحلة				المجموع
		الأولى	الثانية	الثالثة	الرابعة	
الجامعة العراقية -كلية التربية للبنات	اللغة العربية	٣٧	٣٨	٣٧	٣٨	١٥٠
الجامعة العراقية -كلية التربية للبنات	اللغة الأنكليزية	٣٨	٣٨	٣٧	٣٨	١٥٠
المجموع		٧٥	٧٥	٧٥	٧٥	٣٠٠

ثالثاً/ أداتا البحث: لغرض تحقيق أهداف البحث ،تطلب ذلك وجود أداتين أحداهما لقياس مفهوم اليقظة الذهنية وأخرى لقياس مفهوم اتخاذ القرار، لذا لجأ الباحث الى تبني أداة (لانجر ،٢٠٠٢) لليقظة الذهنية المطبق على البيئة العراقية من (عبدالله ،٢٠١٢)، وقام الباحث ببناء أداة اتخاذ

القرار، حيث قام الباحث بإجراء عملية أعداد الأداتين من جديد بنفس الخطوات المتعارف عليها لأن أي مقياس أو أداة لابد أن تمر بعدة خطوات أساسية هي:(التخطيط للأداة–صياغة فقرات الأداة–صلاحية الفقرات–إجراء تحليل الفقرات–استخراج الصدق والثبات للأداة (allen,1979,pp111-118).

رابعا/ خطوات التحقق من فقرات مقياس اليقظة الذهنية:

كما ذكر سابقا فقد قام الباحث بتبني مقياس (لانجر ،٢٠٠٢) المترجم من (عبدالله ،٢٠١٢) والمطبق على البيئة العراقية ،فقد رأى الباحث من الضروري التحقق من فقرات المقياس للتأكد من صلاحيتها لمجتمع البحث الحالي ولأجل ذلك تم اعتماد الخطوات الآتية :

خامسا/ صلاحية الفقرات: يذكر ابيل Ebel أن أفضل وسيلة للتثبت من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء المتخصصين بتقرير صلاحيتها لقياس الصفة التي وضعت من أجلها. (Ebel,1972,p.140).

واستنادا الى ذلك فقد عرضت الفقرات بصيغتها الأولية المكون من (٣٦) فقرة بصيغته الأولية على مجموعة من الخبراء في علم النفس لإصدار حكمهم على مدى صلاحية الفقرات في قياس مفهوم اليقظة الذهنية ،وصلاحية البدائل المعتمدة في الاستجابة على كل فقرة ،وقد اعتمدت نسبة أتفاق (٨٠%)فأكثر بين المحكمين للإبقاء على الفقرة وعلى ضوء استجابة الخبراء([1]) تم الإبقاء على الفقرات والبالغ عددها (٢٨) فقرة وحذف (٨) فقرات بصيغتها الأولية ،وبهذا الأجراء عد مقياس اليقظة الذهنية يتمتع بالصدق الظاهري .

* **أعداد تعليمات المقياس** : روعي الباحث أن تكون التعليمات الخاصة بالأداة واضحة وسهلة جدا وبمثابة الدليل الذي يسترشد به المستجيب أثناء أجابته عن فقرات المقياس ، كما تم التأكيد فيها على ضرورة أختيار المستجيب لبديل الاستجابة المناسب والذي يعبر عن رأيه فعلا ، وأن استجابته سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي لذا لم يطلب منه ذكر الاسم من أجل التقليل من التأثير المحتمل لعامل المرغوبية الاجتماعية ،مع مثال توضيحي يمثل كيفية الإجابة، وقد تضمنت التعليمات (اسم القسم الدراسي).

[1] - أسماء السادة الخبراء لكلا الأداتين:
أ.م.د . سيف محمد رديف .....وزارة التعليم العالي والبحث العلمي /مركز البحوث النفسية
م.د . سلوى أحمد أمين .....كلية التربية الأساسية /جامعة صلاح الدين أربيل.
م.د .ميسون كريم ضاري..... وزارة التعليم العالي والبحث العلمي /مركز البحوث النفسية.
م.د . ديار محي الدين صادق ..... كلية التربية الأساسية /جامعة صلاح الدين /اربيل .
م.د.صابر عبدالله سعيد .....مدير مركز الدراسات والبحوث /جامعة دهوك.
م.د. سينا علي .....كلية التربية الأساسية /جامعة صلاح الدين.
م.د. بان يحيى صباح ..... كلية التربية الأساسية /جامعة صلاح الدين.
م.د أفراح ياسين دباغ .....قسم التخطيط التربوي /جامعة صلاح الدين.
م.د. عمر أبراهيم عزيز .....كلية الاداب /جامعة صلاح الدين .

***الدراسة الاستطلاعية:** فيما يتعلق بالدراسة الاستطلاعية فقد عرض مقياس اليقظة الذهنية على نفس العينة التي عرض عليها مقياس اتخاذ القرار ،حيث قدم المقياس بعد الانتهاء من الاستجابة على فقرات مقياس اتخاذ القرار ،وقد اتضح أن فقرات المقياس وعباراته واضحة لا تحتاج الى تدخل الباحث ،كما أتضح أن الزمن الكافي للاستجابة على المقياس تتراوح بين (١٥–٢٠) دقيقة.

- **تصيح المقياس وايجاد الدرجة الكلية:**

من أجل ايجاد الدرجة الكلية لكل فرد من أفراد عينة البحث على مقياس اليقظة الذهنية يتم تصحيح المقياس بناءً على استجابة الأفراد على كل فقرة من فقرات المقياس البالغة (٢٨) فقرة إذ تم تحديد أوزان لبدائل الاستجابة تراوحت بين (١–٥)، والتي تقابل خمس بدائل للاستجابة هي (تنطبق علي دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي أحيانا ،تنطبق علي نادرا ،لا تنطبق على أبدا)، ولأجل الحصول على الدرجة الكلية لكل مستجيب تجمع الدرجات التي يحصل عليها في استجابته على فقرات الأداة ال (٢٨) وسيكون ذلك بناء على الوسط الفرضي المعتمد في المقياس وكما موضح في الفصل الرابع.

سادسا/ التحليل الاحصائي للفقرات لإيجاد القوة التمييزية:

لغرض الحصول على بيانات يتم بموجبها تحليل الفقرات لمعرفة قوتها التميزية بهدف إعداد الأداة بشكله النهائي بما يتلاءم وخصائص المجتمع المدروس ،وأهداف البحث في قياس مفهوم اليقظة الذهنية، قام الباحث بتطبيق أداة البحث على عينة مكونة (٣٠٠) طالبة تم اختيارها بطريقة عشوائية كما تم الإشارة إليه في عينة البحث ،إن الهدف الأساسي من تحليل الفقرات هو الحصول على بيانات يتم بموجبها حساب القوة التمييزية لفقرات المقياس ،فهل تمتلك الفقرة قوة تمييزية بين المستجيبين الذين تكون درجاتهم عالية والمستجيبين الذين تكون درجاتهم واطئة في المفهوم الذي تقيسه الفقرة أم لا ؟(Able,1972,p392)

ويعد أسلوب المجموعتين المتطرفتين (الموازنة الطرفية)، والاتساق الداخلي (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس)أجراءين علميين مناسبين في عملية تحليل الفقرات لإيجاد القوة التمييزية لها ،وبذلك لجأ الباحث الى هذه الطرق والاستعانة بها في تحليل فقرات مقياس اليقظة الذهنية .

أ–أسلوب المجوعتين المتطرفتين Contrasted Groups:

ولأجراء ذلك تم أتباع الخطوات الآتية:

١– تحديد الدرجة الكلية لكلا.

٢– رتبت الدرجات التي حصل عليها المستجيبون والذين كان عددهم (٣٠٠) طالبة من أعلى الى أدنى درجة .

٣- تعين نسبة القطع (٢٧%)من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات وسميت (بالمجوعة العليا)،و(٢٧%)من الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات وسميت (بالمجوعة الدنيا)أذ إن هذه النسبة تعطي أكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Kelly,1973,p172).وفي ضوء هذه النسبة بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة (٨١) استمارة ،أي أن عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل (١٦٢) استمارة.

٤- تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة ،وعدت القيمة التائية المحسوبة مؤشرا لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية ،وبهذا فقد عدت جميع الفقرات مميزة ،والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول رقم (٢)

"القوة التمييزية لفقرات مقياس "اليقظة الذهنية "باستخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	مستوى الدلالة
	متوسط	أنحراف	متوسط	أنحراف		
١	٣,٩٢٦	١,٢٧٢	٣,٠٩٧	١,٢٦١	٢,٩٦٤	٠,٠٥
٢	٤,٤٦٣	٠,٧٧٧	٣,١٩٥	١,٤١٨	٥,٠٢١	٠,٠٥
٣	٤,٣٩٠	٠,٨٣٣	٣,٠٢٤	١,٢٩٣	٥,١٠٠	٠,٠٥
٤	٤,٥٦١	٠,٩٢٣	٤,٠٤٨	٠,٨٩٣	٤,٩٠٦	٠,٠٥
٥	٤,٥٦١	٠,٩٢٣	٤,٠٤٨	٠,٨٩٣	٢,٥٥٣	٠,٠٥
٦	٤,١٤٦	١,١٩٥	٣,٥١٢	٠,٩٢٥	٢,٦٨٧	٠,٠٥
٧	٤,١٤٦	١,٢٩٥	٣,٢١٩	١,١٠٧	٣,٤٨٣	٠,٠٥
٨	٤,١٧٠٧	١,٣٠١	٣,١٧٠	١,١٨١	٣,٦٤٢	٠,٠٥
٩	٣,٩٢٦	١,٣٦٧	٣,٠٧٣	١,٢٩٢	٢,٩٠٦	٠,٠٥
١٠	٤,١٩٥	١,٢٢٩	٣,١٧٠	٠,٩٧٢	٤,١٨٥	٠,٠٥
١١	٤,٠٢٤	١,١٥٠	٢,٨٥٣	١,١٣٠	٤,٦٤٧	٠,٠٥
١٢	٤,٢٤٣	١,٢٩٩	٣,٦٨٢	١,٢٩٣	١,٩٦٩	٠,٠٥
١٣	٤,٥٣٦	٠,٧٧٧	٤,٠٤٨	٠,٨٩٣	٢,٦٣٨	٠,٠٥
١٤	٤,١٩٥	١,٠٧٧	٣,٤٣٩	١,٢٢٥	٢,٩٦٧	٠,٠٥
١٥	٤,١٩٥	١,٢٦٩	٢,٨٠٤	١,٣٢٧	٤,٨٤٨	٠,٠٥
١٦	٤,٧٠٧	٠,٦٧٨	٣,٦٠٩	١,٥٣٠	٤,١٩٥	٠,٠٥
١٧	٤,٨٠٤	٠,٧١٤	٣,٠٩٧	١,٥١٣	٦,٥٣٢	٠,٠٥
١٨	٤,٣٦٥	١,٠٦٦	٣,٣٩٠	١,٣٩٤	٣,٥٥٩	٠,٠٥
١٩	٤,٣١٧	٠.٨١٩	٢,٣١٧	١,١٩٢	٨,٨٥٠	٠,٠٥
٢٠	٣,٥٨٥	١,٣٤١	٢,٦٥٨	١,٠٣٥	٣,١١٥	٠,٠٥
٢١	٤,٣٦٥	٠,٨٢٩	٣,٣١٧	١,٤٢١	٤,٠٨٠	٠,٠٥
٢٢	٣,٩٧٥	١,٠١٢	٣,٠٧٣	١,٤٣٨	٣,٢٨٥	٠,٠٥
٢٣	٤,٥١٢	٠,٩٢٥	٢,٥٣٦	١,٥٥٠	٧,٠٠٥	٠,٠٥
٢٤	٤,٦٨٢	٠,٥٢١	٣,٦٨٩	١,٣٦٨	٤,٣٧٣	٠,٠٥
٢٥	٤,٤٨٧	٠,٩٢٥	٣,٧٨٠	١,٢٥٥	٢,٩٠٤	٠,٠٥
٢٦	٤,٥٨٥	٠,٨٦٥	٣,٨٥٣	١,١٧٣	٣,٢١٣	٠,٠٥
٢٧	٤,٥٦١	٠,٨٠٧	٣,١٤٦	١,٣٥٢	٥,٧٥١	٠,٠٥
٢٨	٤,٣١٧	٠,٩٠٦	٢,٩٧٥	١,٦٢٠	٤,٦٢٧	٠,٠٥

*** القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (١٦٠) تساوي (١,٩٦).**

ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرة)Item Validity:

إن الأسلوب الأخر في تحليل الفقرات هو إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، ومن مميزات هذا الأسلوب أنه يعطي مقياسا" متجانسا" في فقراته (Nunnally,1978,p262)

وقد تم استخدام معامل ارتباط بيرسون pearson لإيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات الأداة والدرجة الكلية (٣٠٠) استمارة أي العينة ككل ، وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (٠,١١٧ – ٠,٥٤٤) والجدول (٣) يوضح ذلك .

***الجدول رقم (٣)**

" **صدق الفقرات باستخدام أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس** "

ت	معامل الأرتباط	مستوى الدلالة	ت	معامل الأرتباط	مستوى الدلالة
١	٠,١١٧	٠,٠٥	١٥	٠,٥٢٩	٠,٠٥
٢	٠,٣١٩	٠،٠٥	١٦	٠,٥٣١	٠,٠٥
٣	٠,٤٢٥	٠،٠٥	١١	٠,٤٤٣	٠,٠٥
٤	٠,٣٨٣	٠،٠٥	١٨	٠,٥٤٤	٠,٠٥
٥	٠,٣٨٩	٠،٠٥	١٩	٠,٣٢١	٠,٠٥
٦	٠,٣٦١	٠,٠٥	٢٠	٠,٤٢٧	٠,٠٥
٧	٠,٣٣١	٠،٠٥	٢١	٠,٣٢٣	٠,٠٥
٨	٠,١٥٩	٠،٠٥	٢٢	٠,٣٦٣	٠,٠٥
٩	٠,٣٧٤	٠،٠٥	٢٣	٠,٣٥١	٠,٠٥
١٠	٠,٢٩٨	٠،٠٥	٢٤	٠,٥١٧	٠,٠٥
١١	٠,٣٥٠	٠,٠٥	٢٥	٠,٥٠٠	٠,٠٥
١٢	٠,٢٧٢	٠،٠٥	٢٦	٠,٣٣٨	٠,٠٥
١٣	٠,٢٧٢	٠،٠٥	٢٧	٠,١٧٨	٠,٠٥
١٤	٠,٤٧٠	٠،٠٥	٢٨	٠,٤٣٧	٠,٠٥

****القيمة الجدولية لمعامل بيرسون عند مستوى(٠،٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) تساوي(٠,١٣٨).**

سابعا/ مؤشرات صدق المقياس اليقظة الذهنية:

١- **الصدق الظاهري:** وقد تحقق هذا النوع من الصدق وذلك حين تم تعريف مفهوم اليقظة الذهنية وتحديد فقراته من الباحث ،وحين عرضت فقراته على مجموعة من الخبراء في ميدان علم النفس وكما هو موضح في الصفحة السابقة .

٣- صدق البناء Construct Validity:ويقصد به مدى قياس الاختبار لسمة أو ظاهرة سلوكية معينة (الزوبعي وآخرون ،١٩٨١،ص٤٣)، وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي من خلال :

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

حيث تفترض هذه الطريقة أن الدرجة الكلية للفرد تعد مؤشرا لصدق الاختبار، وقام الباحث بإيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية (عيسوي ،١٩٧٤،ص٥٠)

وفي ضوء هذا المؤشر يتم الإبقاء على الفقرات التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية للمقياس دال إحصائيا (Anstasi,1976mp145)،لذا عد المقياس صادقا بنائيا على وفق هذا المؤشر وكما موضح سلفا .

ثامنا/ مؤشرات الثبات: يقصد بثبات الاختبار أن علامة الفرد لا تتغير جوهريا بتكرار إجراء الاختبار ويعبر عنه إحصائيا بأنه معامل ارتباط بين علامات الأفراد بين مرات أجراء الاختبار المختلفة .(الظاهر وآخرون ،١٩٩٩،ص١٤٠). ويشير أبو حطب إلى أن ثبات الأداة يعني عدم تناقض الاختبار مع نفسه أو دقته في القياس(أبو حطب،١٩٧٨،ص٤٩).

ويعد الثبات من الخصائص القياسية الأساسية للمقاييس النفسية ،وبقصد بالثبات هو اتساق درجات الاختبار ودقة نتائجه وتحررها من تأثير المصادفة عندما يطبق على مجموعة محددة من الأفراد (عبدالخالق ،٢٠٠٠،ص٤٥)،وقد تحقق الباحث من ثبات مقياس اليقظة الذهنية بالطريقة التالية الآتي ذكرها.

***الثبات بطريقة (ألفا كرونباخ) للاتساق الداخلي Alfa Internal consistency coefficient:**

تعتمد هذه الطريقة على اتساق أداء الفرد من فقرة لأخرى ،وهي احدى الطرق للتأكد من الاتساق الداخلي والتجانس في حساب معاملات الثبات ،وتقوم هذه الطريقة على حساب الارتباط بين درجات عينة الثبات على جميع فقرات المقياس لتوضيح اتساق أداء الفرد من فقرة لأخرى (Gronbach,1951,p289)،ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة تم اعتماد جميع استمارات عينة البحث ،وثم استعملت معادلة ألفا كرونباخ ،وقد بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (٠,٧٧).

***خطوات إعداد أداة اتخاذ القرار:** التخطيط للأداة: تم تحديد فقرات الأداة التي تم تطبيقها على عينة من طالبات كليات التربية للبنات في الجامعة العراقية، وعليه فإن الأداة لم تحدد مجالات متنوعة ولكن شملت على عدد من الفقرات، بعد أن تم اعدادها، ولأجل ذلك تم اعتماد الخطوات الآتية:

أولا/صياغة الفقرات: لغرض الحصول على فقرات موضوعية تشمل كافة فقرات الأداة، وبناء على ما تقدم تم وضع (٣٣) فقرة لأداة "اتخاذ القرار "وروعي في صياغتها، أن تكون بصيغة واضحة وقابلة لتفسير واحد (أبو علام،١٩٨٩،ص ١٣٤).

أما بخصوص بدائل الاستجابة حول الفقرات، فقد وضعت أمام كل فقرة بدائل أداة "اتخاذ القرار" فقد كانت البدائل هي (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا) وأعطيت الدرجات (٥–١).

ثانيا/ إعداد تعليمات الأداة: روعي الباحث أن تكون التعليمات الخاصة بالأداة واضحة وسهلة جدا ،بعد أن تم عرضها على لجنة من المحكمين ، كما أكد على ضرورة اختيار المستجيب لبديل الاستمارة المناسبة الذي يعبر عن رأيه الخاص به وطريقة تصرفه أثناء الموقف، وأن استجابته سوف لن يطلع عليها غيره فقط، لأغراض الأمانة العلمية، وعدم ذكر الاسم بخصوص المجيبين على الأداة، وقد تضمنت التعليمات (اسم القسم الدراسي).

ثالثا/ صلاحية الفقرات: بعد أن تم الحصول على فقرات الأداة واعدادها بصورتها الأولية أداة "أتخاذ القرار "والبالغة (٣٣) فقرة، عرضت على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس كما ذكر سابقا، وقد تصدرتها صفحة من التعليمات الخاصة بالإجابة عنها، وتم اعتماد نسبة اتفاق(٨٠%) لتحديد صلاحية الفقرة، وفي ضوء هذا المؤشر لم تحذف اي فقرة من أداة "اتخاذ القرار " ، بصورتها النهائية.

رابعا/ التحليل الاحصائي للفقرات (تمييز الفقرات) Item Analysis

لغرض الحصول على بيانات يتم بموجبها تحليل الفقرات لمعرفة قوتها التميزية بهدف اعداد المقياس بشكله النهائي بما يتلاءم وخصائص المجتمع المدروس ،وأهداف البحث في التعرف على مفهوم اتخاذ القرار ،قام الباحث بتطبيق أداة البحث على عينة مكونة (٣٠٠) طالبة تم اختيارها بطريقة عشوائية كما تم الإشارة إليه في عينة البحث، إن الهدف الأساسي من تحليل الفقرات هو الحصول على بيانات يتم بموجبها حساب القوة التمييزية لفقرات المقياس، فهل تمتلك الفقرة قوة تمييزية بين المستجيبين الذين تكون درجاتهم عالية والمستجيبين الذين تكون درجاتهم واطئة في المفهوم الذي تقيسه الفقرة أم لا ؟(Able,1972,p392)، وتعد أسلوب المجموعتين المتطرفتين (الموازنة الطرفية)، والاتساق الداخلي (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس)أجراءين علميين مناسبين في عملية تحليل الفقرات لإيجاد القوة التمييزية لها ،وبذلك لجأ الباحث الى هذه الطرق والاستعانة بها في تحليل فقرات مقياس اتخاذ القرار .

أ-أسلوب المجوعتين المتطرفتين Contrasted Groups:

ولأجراء ذلك تم اتباع الخطوات الآتية:

١- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة

٢ – رتبت الدرجات التي حصل عليها المستجيبون والذين كان عددهم (٣٠٠) طالبة من أعلى الى أدنى درجة .

٣ – تعين نسبة القطع (٢٧%)من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات وسميت (بالمجوعة العليا)، و(٢٧%)من الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات وسميت (بالمجوعة الدنيا) إذ إن هذه النسبة تعطي أكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Kelly,1973,p172).وفي ضوء هذه النسبة

بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة (٨١) استمارة ،أي أن عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل (١٦٠) استمارة.

٤- تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة ،وعدت القيمة التائية المحسوبة مؤشرا لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية ،وبهذا فقد عدت جميع الفقرات مميزة ،والجدول في أدناه رقم (٤) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٤)

"القوة التمييزية لفقرات مقياس "اتخاذ القرار "باستخدام طريقة المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية".

ت	المجموعة ا لعليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	مستوى الدلالة
	متوسط	أنحراف	متوسط	أنحراف		
١	٤,٤٦٣	١,١٢٠	٣,٥٦١	١,٣٠٤	٣,٣٦٠	٠,٠٥
٢	٤,٥٦١	٠,٥٤٠	٣,٧٨٠	١,٣٣٢	٣,٤٦٧	٠,٠٥
٣	٤,٥١٢	٠,٥٠٦	٣,٦٣٤	١,٤٦٢	٣,٦٣٤	٠,٠٥
٤	٤,٧٠٧	٠,٥٥٨	٣,٧٠٧	١,٣٨٢	٤,٢٩٣	٠,٠٥
٥	٤,٩٠٢	٠,٣٠٠	٣,٥٣٦	١,٣٦١	٦,٢٧١	٠,٠٥
٦	٤,٦٥٨	٠,٨٥٤	٣,٨٧٨	١,٠٠٤	٣,٧٨٨	٠,٠٥
٧	٤,٥٨٥	٠,٧٧٣	١,٢٩٢	١,٠٣٢	٥,٣٨٧	٠,٠٥
٨	٤,٣٦٥	٠,٦٩٨	٣,٢٦٨	١,٠٩٦	٥,٤٠٨	٠,٠٥
٩	٤,٣٩٠	٠,٥٨٤	٣,٤١٦	١,١٢٦	٤,٤٨٢	٠,٠٥
١٠	٤,٥٦١	٠,٥٩٣	٣,٩٠٢	١,١٥٧	٣,٢٤١	٠,٠٥
١١	٤,٣٦٥	٠,٨٥٩	٣,٧٠٧	١,٢٢٩	٢,٨١١	٠,٠٥
١٢	٤,٤٦٣	٠,٧٧٧	٣,٦٣٤	١,٢١٩	٣,٦٧١	٠,٠٥
١٣	٤,٤٣٩	٠,٧٠٨	٣,٥٣٦	٠,٩٧٧	٤,٧٨٧	٠,٠٥
١٤	٤,٣١٧	٠,٨١٩	٣,٣١٧	١,٢٣٣	٤,٣٢٣	٠,٠٥
١٥	٤,٤٨٧	٠,٨٩٨	٢,٨٢٩	١,٠٩٣	٧,٥٠٧	٠,٠٥
١٦	٤,٧٥٦	٠,٤٣٤	٢,٨٥٧	١,٠١٣	١١,٠٤٢	٠,٠٥
١٧	٤,٨٧٠	٠,٣٣١	٣,٤٣٩	١,٢٢٥	٧,٢٥٧	٠,٠٥
١٨	٤,٤٣٩	١,١٤١	٣,٣٩٠	٠,٧٠٢	٥,٠١١	٠,٠٥
١٩	٤,٥٣٦	٠,٨٣٩	٣,٤٨٧	٠,٧١١	٦,١٠٣	٠,٠٥
٢٠	٤,٥٨٢	٠,٦٦٩	٣,٦٠٩	٠,٦٠٩	٥,٩٧٦	٠,٠٥
٢١	٤,٦٨٢	٠,٦٠٩	٢,٨٧٨	١,٠٩٩	٩,١٨٩	٠,٠٥
٢٢	٤,٧٣١	٠,٧٠٧	٣,٣٦٥	١,٣٧٣	٥,٦٥٨	٠,٠٥
٢٣	٤,٦٥٨	٠,٦٥٦	٢,٨٠٤	١,٥٨٤	٦,٩٢١	٠,٠٥
٢٤	٤,٥٦١	٠,٦٣٤	٢,٠٩٧	٠,٩٩٥	١٣,٣٦٦	٠,٠٥
٢٥	٤,٨٢٩	٠,٣٨٠	٢,٩٥١	١,١٦٠	٩,٨٤٣	٠,٠٥
٢٦	٤,٨٠٤	٠,٤٠١	٢,٨٧٨	١,٥٦٨	٧,٦٢١	٠,٠٥
٢٧	٤,٦٨٢	٠,٦٠٩	٢,٧٣١	١,٠٩٦	٩,٩٦١	٠,٠٥
٢٨	٤,٦٣٤	٠,٣٥٦	٢,٦٠٩	١,١٣٧	١٠,٣٠٧	٠,٠٥
٢٩	٤,٦٥٨	٠,٤٨٠	٢,٤٨٧	١,١٦٤	١١,٠٣٥	٠,٠٥
٣٠	٤,٨٥٣	٠,٣٥٧	٣,١٢٢	٠,٨٤٢	١٢,١١٤	٠,٠٥
٣١	٤,٥١٢	٠,٨٤٠	٣,٢٦٨	١,١٨٣	٥,٤٨٧	٠,٠٥
٣٢	٤,٠٩٧	١,١٣٥	٢,٧٥١	١,٤٢٧	٤,٦٠٨	٠,٠٥
٣٣	٤,٣٩٠	٠,٩٩٦	٢,٧٠٧	١,٣٤٦	٦,٤٣٣	٠,٠٥

* القيمة التائية الجدولية عند درجة حرية (١٦٠) ومستوى دلالة (٠,٠٥) = (١,٩٦).

ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرة)Item Validity .

إن الأسلوب الأخر في تحليل الفقرات هو إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، ومن مميزات هذا الأسلوب أنه يعطي مقياسا متجانسا في فقراته (Nunnally,1978,p262)، وقد تم استخدام معامل ارتباط بيرسون pearson لأيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية (٣٠٠) استمارة أي العينة ككل ، وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (٠,١٧٤– ٠,٧٢٦) والجدول (٥) يوضح ذلك .

***الجدول رقم (٥)**

" صدق الفقرات باستخدام أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس "

ت	معامل الأرتباط	مستوى الدلالة	ت	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	٠,٢٣٨	٠,٠٥	١٨	٠,٤٣٦	
٢	٠,٤٤٤	٠,٠٥	١٩	٠,٥٠٠	٠,٠٥
٣	٠,٤٧١	٠,٠٥	٢٠	٠,٥٢٣	٠,٠٥
٤	٠,٥١٤	٠,٠٥	٢١	٠,٦٠٠	٠,٠٥
٥	٠,٢٨٤	٠,٠٥	٢٢	٠,٥٢٠	٠,٠٥
٦	٠,٤٦١	٠,٠٥	٢٣	٠,٥٨٦	٠,٠٥
٧	٠,٣٤٤	٠,٠٥	٢٤	٠,٦٩٧	٠,٠٥
٨	٠,٣٠٨	٠,٠٥	٢٥	٠,٣٨١	٠,٠٥
٩	٠,١٧٤	٠,٠٥	٢٦	٠,٥٦٥	٠,٠٥
١٠	٠,١٧٢	٠,٠٥	٢٧	٠,٥٩٦	٠,٠٥
١١	٠,٣٩٤	٠,٠٥	٢٨	٠,٦٠٣	٠,٠٥
١٢	٠,٣٧٧	٠,٠٥	٢٩	٠,٧٠٨	٠,٠٥
١٣	٠,٣٧٠	٠,٠٥	٣٠	٠,٧٩٠	٠,٠٥
١٤	٠,٤٦٩	٠,٠٥	٣١	٠,٦٥٧	٠,٠٥
١٥	٠,٦٠٩	٠,٠٥	٣٢	٠,٤٢٨	٠,٠٥
١٦	٠,٥٧٩	٠,٠٥	٣٣	٠,٥٥٣	٠,٠٥
١٧	٠,٧٢٦	٠,٠٥			

*القيمة الجدولية لمعامل الارتباط بدرجة حرية (٢٩٨)عند مستوى(٠،٠٥) تساوي(٠,١٣٨).

***مؤشرات صدق المقياس:**

١– **الصدق الظاهري:** وقد تحقق هذا النوع من الصدق وذلك حين تم تعريف مفهوم اليقظة الذهنية وتحديد فقراته من قبل الباحث ،وحين عرضت فقراته على مجموعة من الخبراء في ميدان علم النفس وكما هو موضح في الصفحة السابقة .

١– صدق البناء Construct Validity:ويقصد به مدى قياس الاختبار لسمة أو ظاهرة سلوكية معينة (الزوبعي وآخرون ،١٩٨١،ص٤٣)

وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي من خلال :علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، حيث تفترض هذه الطريقة أن الدرجة الكلية للفرد تعد مؤشرا لصدق الاختبار ،وقام الباحث بأيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية (عيسوي ،١٩٧٤،ص٥٠)

وفي ضوء هذا المؤشر يتم الإبقاء على الفقرات التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية للمقياس دال إحصائيا (Anstasi,1976mp145)،لذا عد المقياس صادقا بنائيا على وفق هذا المؤشر وكما موضح سلفا .

ب. **مؤشرات الثبات:** يقصد بثبات الاختبار أن علامة الفرد لا تتغير جوهريا بتكرار إجراء الاختبار ويعبر عنه إحصائيا بأنه معامل ارتباط بين علامات الأفراد بين مرات اجراء الاختبار المختلفة . (الظاهر وآخرون ،١٩٩٩،ص١٤٠).

ويشير أبو حطب إلى أن ثبات الأداة يعني عدم تناقض الاختبار مع نفسه أو دقته في القياس(أبو حطب،١٩٧٨،ص٤٩). ويعد الثبات من الخصائص القياسية الأساسية للمقاييس النفسية ،وبقصد بالثبات هو اتساق درجات الاختبار ودقة نتائجه وتحررها من تأثير المصادفة عندما يطبق على مجموعة محددة من الأفراد (عبدالخالق ،٢٠٠٠،ص٤٥)،وقد تحقق الباحث من ثبات مقياس اتخاذ القرار بالطريقة التالية الآتي ذكرها .

***الثبات بطريقة (ألفا) للاتساق الداخلي Alfa coefficient Internal consistency:**

تعتمد هذه الطريقة على اتساق أداء الفرد من فقرة لأخرى ،وهي احدى الطرق للتأكد من الأتساق الداخلي والتجانس في حساب معاملات الثبات ،وتقوم هذه الطريقة على حساب الارتباط بين درجات عينة الثبات على جميع فقرات المقياس لتوضيح اتساق أداء الفرد من فقرة لأخرى (Gronbach,1951,p289)،ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة تم اعتماد جميع استمارات عينة البحث ،وثم استعملت معادلة ألفا كرونباخ، وقد بلغ معامل الثبات "اتخاذ القرار " (٠,٩١) وتعد درجة ثبات جيدة .

الوسائل الإحصائية([1]): استعمل الباحث الوسائل الإحصائية الآتية :

١- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين :استخدم لاستخراج القوة التمييزية للفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين لكل المقياسين .

٢- الاختبار التائي لعينة واحدة :وقد استخدم للاستدلال عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين المتوسطين الفرضي والحسابي لمقياس اليقظة الذهنية ومقياس اتخاذ القرار.

٣- الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفروق بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس اليقظة الذهنية ومقياس أتخاذ القرار.

٤- معامل ارتباط بيرسون :وقد استخدم لاستخراج علاقة درجة الفقرة بالدرجة لكلية للمقياس ،وإيجاد العلاقة الارتباطية بين اليقظة الذهنية واتخاذ القرار.

[1] - تمت الاستفادة من الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss)في معالجة البيانات إحصائيا بالحاسبة الإلكترونية .

٥- معادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي :وقد استخدمت لمعرفة الثبات بطريقة الاتساق الداخلي .

٦- الاختبار التائي لمعامل ارتباط بيرسون :استخدمت للتعرف الى الدلالة الإحصائية لمعامل ارتباط بيرسون المستخدم لإيجاد علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لكلا المقياسين .

الفصل الرابع/ عرض النتائج وتفسيرها:

سيعرض الباحث في هذا الفصل النتائج التي توصل إليها ،وبعد أن تم تحليل إجابات الطالبات عنى أداة اليقظة الذهنية وأداة اتخاذ القرار ،وسيتم مناقشتها وفقا لأهداف البحث وعلى النحو التالي:-

***أولا :- تحدد الهدف الأول بتعرف اليقظة الذهنية لدى طالبات كلية التربية للبنات – الجامعة العراقية،** اشارت النتائج وكما هي موضحة في الجدول رقم(٦) الى أن مجموع أفراد عينة البحث البالغ عددها (٣٠٠) طالبة ،قد حصلوا على متوسط حسابي لمفهوم اليقظة الذهنية (٩٨,٥٨٣) درجة وبانحراف معياري قدره(١٢,٨٧٢) ومن مقارنة الوسط الحسابي المذكور مع الوسط الفرضي للمقياس والبالغ (٨٤) وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ، وبفروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (٠،٠٥) درجة، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٨,٨٨٢) وهي أكبرمن القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٩)، وتوضح النتيجة أن الطالبات يتمتعن بمفهوم اليقظة الذهنية أثناء دراستهم الأكاديمية ،وذلك لعدة أسباب منها تميزهم وتفوقهم في الدراسة وسمات الشخصية الحريصة على التفوق الدائم واهتمامهم الدائم بمتابعة أعمالهم المهنية بشكل يقظ وتفان" كبير في حيز العمل الأكاديمي من أجل التفوق والابداع في المهنة، والجدول رقم (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

***درجات أداة اليقظة الذهنية لعينة البحث وانحرافاتها المعيارية والقيم التائية لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري للأداة**

أداة	العينة	المتوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية		
اليقظة الذهنية	٣٠٠	٩٨,٥٨٣	٨٤	١٢,٨٧٢	١٨,٨٨٢	١,٩٦	٢٩٩	دال أحصائيا عند (٠،٠٥)

ثانيا/ يتحدد الهدف الثاني بتعرف على اتخاذ القرار لدى طالبات كلية التربية للبنات –الجامعة العراقية: أشارت النتائج وكما هي موضحة في الجدول رقم(٧) الى أن مجموع أفراد عينة البحث البالغ عددها (٣٠٠) طالبة، قد حصلوا على متوسط حسابي لمفهوم اتخاذ القرار البالغ (١٣٠,٥٢٠) درجة وبانحراف معياري قدره(١٧,٥٣٣)، ومن مقارنة الوسط الحسابي المذكور مع الوسط الفرضي للمقياس والبالغ (٩٩) وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ، وبفروق دالة

إحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) درجة أذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٢٠,٥٦٤)وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة(١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥)وبدرجة حرية(٢٩٩)، وتوضح النتيجة أن طالبات كلية التربية للبنات الجامعة العراقية يتمتعن بالقدرة على اتخاذ القرار وحساب كافة الأمور المهمة التي تتعلق بمتخذ القرار الصائب من اجل التفوق العلمي بما يعود على الطالبات الجرأة وقوة الرأي نحو مواكبة التطورات الحديثة في حيز الجامعة واهتمامهن بالدراسة واختيار الفرع الدراسي بعناية تامة ورسم خريطة للمستقبل بشكل جيد وواثقن الخطوات نحو المستقبل، والجدول رقم (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)

***درجات أداة اتخاذ القرار لعينة البحث وانحرافاتها المعيارية والقيم التائية لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري للأداة**

أداة	العينة	المتوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية		
أتخاذ القرار	٣٠٠	١٣٠,٥٢٠	٩٩	١٧,٥٣٣	٢٠,٣٦٤	١,٩٦	٢٩٩	دال إحصائيا عند (٠،٠٥)

ثالثا/ يتحدد الهدف الثالث بتعرف على دلالة الفرق الإحصائي في اليقظة الذهنية وفقا لمتغير القسم الدراسي (اللغة العربية– اللغة الإنكليزية):

لمعرفة دلالة الفروق حسب متغير القسم الدراسي على أداة اليقظة الذهنية، أستخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين في تحليل البيانات ،وقد أظهرت نتائج الاختبار التائي بين المتغيرين أن عينة الإناث البالغ عددهن في قسم اللغة العربية(١٥٠) بمتوسط حسابي قدره (١٢٠,٢٢٠) وبانحراف معياري قدره (١١,٨٢١) ،أما بالنسبة الى عينة الإناث البالغ عددهن في قسم اللغة الإنكليزية (١٥٠) وبمتوسط حسابي قدره (١٣٨,٢٢١) وبانحراف معياري قدره (١٨,٥٥٢)، حيث ظهرت نتائج القيمة االتائية المحسوبة بمقدار (٧,٨٥٨) أكبر من القيمة التائية الجدولية والتي مقدارها (١,٩٦) مما يدل الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أداة اليقظة الذهنية وفقا لمتغير القسم الدراسي عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ولصالح الإناث في قسم اللغة الإنكليزية، حيث تشير النتيجة الى وجود فروق دالة إحصائيا في متغير القسم الدراسي إزاء بعض المواقف التي تتطلب اليقظة الذهنية يوميا في دراستهن والتي تواجه شخصياتهم في حيز الجامعة ، والجدول أدناه رقم (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

دلالة الفروق في اليقظة الذهنية حسب متغير القسم الدراسي

أدادة	العينة		المتوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة
	القسم الدراسي				المحسوبة	الجدولية		
اليقظة الذهنية	الأناث /قسم اللغة العربية	١٥٠	١٢٠,٢٢٠	١١,٨٢١	٧,٨٥٨	١,٩٦	٢٩٨	دال أحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥)
	الأناث/قسم اللغة الأنكليزية	١٥٠	١٣٨,٢٢١	١٨,٥٥٢				
	مجموع العينة	٣٠٠						

رابعا/ يتحدد الهدف الرابع بتعرف على دلالة الفرق الإحصائي في اتخاذ القرار وفقا لمتغير القسم الدراسي (اللغة العربية – وقسم اللغة الانكليزية):

لمعرفة دلالة الفروق حسب متغير القسم الدراسي على أداة أتخاذ القرار ،استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين في تحليل البيانات ، ،وقد أظهرت نتائج الاختبار التائي بين "أتخاذ القرار" ومتغير القسم الدراسي" الى أن عينة الإناث البالغ عددهم (١٥٠) بمتوسط حسابي قدره (٩٨,٠٨٠) وبانحراف معياري قدره (٨,٥٧٥) ،أما بالنسبة الى عينة الإناث البالغ عددهن(١٥٠) وبمتوسط حسابي قدره (٩٨,٠٩١) وبانحراف معياري قدره (٨,٤٢١) ،حيث ظهرت القيمة التائية المحسوبة بمقدار (٠,٤١١) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية والتي مقدارها (١,٩٦)مما يدل الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتخاذ القرار ،وفقا لمتغير القسم الدراسي عند مستوى دلالة (٠،٠٥) بين طالبات كليات التربية للبنات من الإناث في قسمي اللغة العربية وقسم الإنكليزية في الجامعة، حيث تشير النتيجة الى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في القسم الدراسي إزاء بعض المواقف الصارمة التي تتعلق باتخاذ القرار من قبلهم والذي يواجههم شخصيا في حيز الجامعة مما يدل على الطالبات لا يوجد بيهن تتبذب أو فروق خاصة في أتخاذ القرار قد يعود الى نفس البيئة الأجتماعية أو تقارب أعمارهن والمستوى الدراسي المتقارب بيهن ،والجدول في أدناه رقم (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)

"دلالة الفروق في أداة مفهوم اتخاذ القرار حسب متغير القسم الدراسي

أداة	العينة		المتوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة
	القسم الدراسي				المحسوبة	الجدولية		
اتخاذ القرار	الأناث/اللغة العربية	١٥٠	٩٨,٠٨٠	٨,٥٧٥	٠,٤١١	١,٩٦	٢٩٨	غير دال أحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥)
	الأناث/اللغة الأنكليزية	١٥٠	٩٨,٠٩	٨,٤٢١				
	المجموع	٣٠٠						

خامسا/ التعرف على قوة واتجاه العلاقة الارتباطية بين اليقظة الذهنية واتخاذ القرار لدى طالبات كلية التربية للبنات الجامعة العراقية:

استخدم الباحث في تحليل البيانات معامل ارتباط بيرسون لمعرفة هل توجد علاقة بين المتغيرين أم لا، عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ،فقد أظهرت نتائج معامل الارتباط بين اليقضة الذهنية و أتخاذ القرار حيث بلغ (٠,٢١١) ، مما يدل على وجود علاقة ارتباطية بين اليقظة الذهنية واتخاذ القرار في ميدان الدراسة الأكاديمية لدى طالبات كلية التربية للبنات في الجامعة العراقية – لحاجتهم المستمرة الى مفهوم اليقضة الذهنية و أتخاذ القرار ضمن دراستهم الأكاديمية والتخطيط من أجل التفوق والأبداع العلمي في كل جوانب الحياة المهنية بالشكل الصحيح نحو رسم خارطة المستقبل لهن ، والجدول في أدناه رقم (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)

*** معامل الارتباط بين اليقظة الذهنية واتخاذ القرار لدى طالبات كلية التربية للبنات الجامعة العراقية**

أداة	حجم العينة	معامل ارتباط بيرسون	القيمة الجدولية لمعامل الأرتباط	مستوى الدلالة
اليقظة الذهنية- واتخاذ القرار	٣٠٠	٠,٢١١	٠,١٧	دال عند مستوى دلالة ٠,٠٥

الاستنتاجات:

في ضوء النتائج التي توصل أليها الباحث يستنتج ما يأتي:

١– إن طالبات كلية التربية للبنات – الجامعة العراقية يتمتعن بمفهوم اليقظة الذهنية واتخاذ القرار.

٢– يؤثر مفهوم اليقظة الذهنية وفقا لمتغير القسم الدراسي لدى طالبات كلية التربية للبنات ولصالح طالبات قسم اللغة الإنكليزية.

٢– وجود علاقة ارتباطية بين اليقظة الذهنية واتخاذ القرار لدى طالبات كلية التربية للبنات ، حيث بلغت (٠,٢١١) عند مستوى دلالة (٠،٠٥).

التوصيات:

استنادا إلى النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية فان الباحث يوصي بما يأتي:

١ ٠تأكيد طالبات كلية التربية للبنات– قسم اللغة العربية بضرورة اليقظة الذهنية في دراستهن وبشكل جيد.

٢ ٠ إقامة برامج ودورات التأهيل والتطوير للطالبات في مجال اتخاذ القرار واليقظة الذهنية من أجل قوة شخصياتهن والسير بالدراسة بشكل صحيح.

٣ ٠تأكيد أروقة التعليم العالي والتربية على تنمية الشخصية للطالب الجامعي من خلال التفاعل الاجتماعي والاختلاط المتواصل من اجل بلوغ مرتبة الخبرة واليقظة الذهنية قدر المستطاع في اثناء مواجهة الصعوبات وفقا لتعقيد الحياة اليومية التي تواجهن باستمرار.

٤٠التركيز على أهمية اتخاذ القرار من الناحية العلمية والإدارية في أروقة التعليم العالي من قبل الطلبة جميعا ، من شأنه أن يرفع من إمكانياتهم الشخصية والمعرفية في احتلال مواقع صنع القرار بالمستوى المطلوب.

٥– العمل على تنشيط وتحسين قدراتهم في الجامعة في مسألة اتخاذ القرار واليقظة الذهنية عبر البرامج والنشاطات الإدارية والدورات المتواصلة.

المقترحات:

استكمالا للدراسة الحالية يقترح الباحث القيام بالدراسات الأتية:

١ ٠ إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية تشمل عينات أخرى تشمل طلبة الجامعة .

٢ ٠ إجراء دراسة مقارنة في اتخاذ القرار بين الطلبة ورؤساء الأقسام .

٣ ٠ إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين اليقظة الذهنية واتخاذ القرار لدى المراهقين .

٠٥ إجراء دراسة لمعرفة اثر برنامج في الاسترخاء لتنمية اليقظة الذهنية .

٠٦ إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين تجهيز المعلومات واليقظة الذهنية لدى طلبة الجامعة .

٠٧ إجراء دراسة لمعرفة الفروق في التخصص (علمي وأنساني)لاتخاذ القرار لدى تدريسي الجامعة .

المصادر

١-أبو مغلي، سمير(١٩٨٧):**مستوى ومصادر التوتر النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية الإعدادية والثانوية**، رسالة ماجستير غير منشورة، عمان، الأردن.

٢-أبو حطب، فؤاد وآمال صادق (١٩٧٨): القدرات العقلية ،ط٢،القاهرة :المكتبة الأنجلو المصرية..

٣- أبو علام، رجاء محمود وشريف، نادية محمود (١٩٨٩) : الفروقات الفردية وتطبيقاتها التربوية،ط١ ،الكويت، دار القلم أبو حطب، فؤاد، سيد غسان احمد (١٩٧٧) التقويم النفسي، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية

٤-الأشول، عز الدين(١٩٨٢) دراسة ميدانية عن العلاقة بين النضج الانفعالي والتحصيل الدراسي، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس ، العدد (٥).

٥-البدر، حامد أحمد (١٩٨٢): إدارة المنظمات اتجاه شرطي، الكويت، دار العلم، ط ١)

٦-توفيق، سميحة كرم، وسلمان ، عبد الرحمن (١٩٩٥): **علاقة مصدر الضبط بالقدرة على اتخاذ القرار**، دراسة ثقافية ، مجلة مركز البحوث التربوية ، جامعة قطر ، العدد (٨) .

٧- التميمي، وسام خالد (٢٠٠٧): العلاقة بين القيم الثقافية وتقانة المعلومات وأثرها في صنع وإتخاذ القرارات، رسالة ماجستير في ماجستير علوم في الإدارة العامة.

٨- جابر، جابر عبد الحميد (١٩٧٨) دراسات نفسية في الشخصية العربية ، القاهرة، عالم الكتب.

٩- الحمداني ،موفق (١٩٨٢):توجيه مناهج التدريس لتعزيز شخصية الطالبات في مسألة اتخاذ القرار ،الندوة العلمية حول توجيه المناهج ووسائل التدريس لتعزيز الطالب وثقته بنفسه واتخاذ القرار ،ج١،وزارة التربية ،بغداد.

١٠-الخزاعي ، عبد الحليم رحيم (٢٠٠٥): اثر الذكاء في الانتباه المنقسم ،جامعة بغداد ، كلية الآداب ، رسالة ماجستير منشورة .

١١-الزغول، رافع النصير وعماد عبد الرحيم الزغول (٢٠٠٣): علم النفس المعرفي، ط (١)، دار الشروق، عمان.

١٢- الزبيدي ،براء محمد حسن(٢٠٠٢): التوتر النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى طلبة جامعة بغداد ، مركز الدراسات التربوية والحوث النفسية،مجلة العلوم النفسية ،العدد(٩).

١٣-الزوبعي ، عبد الجليل وآخرون (١٩٨١) : الاختبارات والمقاييس النفسية ، مطابع دار الكتب ،جامعة الموصل ، العراق.

١٤- الزبيدي ،براء محمد حسن(٢٠٠٢): التوتر النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى طلبة جامعة بغداد ، مركز الدراسات التربوية والحوث النفسية،مجلة العلوم النفسية ،العدد(٩).

١٥-سويف، المصطفى(١٩٦٦): الاتزان الانفعالي محورمن محاور الشخصية الأساس مجلة العربي، العدد (٩) الكويت

١٦–صغبيني ، طوني (٢٠١١) : تطوير اليقظة في الحياة اليومية ، مجلةالإسكندرية الالكترونية٤١٥ ، المقال مترجم عن مقال بالانكليزية لطوني صغبيني، منشور في مجلة ميستيرا، العدد الثالث، آذار ٢٠١١..
http://alexandria415.wordpress.com

١٧–الفسفوس، عدنان(٢٠٠٧): مهارة اتخاذ القرار في الحياة اليومية مجلة مختارات العربية، ط١.

١٨–العتوم، عدنان يوسف(٢٠٠٥): علم النفس التربوي النظرية والتطبيق، ط (١)، دار المسيرة .

١٩–العمري،أبراهيم(١٩٧٩): السلوك الأنساني، الأسكندرية، دار الجامعات المصرية

٢٠–الظاهر ،زكريا محمد وآخرون (١٩٩٩):مبادىء القياس والتقويم في التربية ،ط١،دار الثقافة للنشر ،عمان.

٢١–عبد الله ،احلام مهدي (٢٠١٢):الكفاية الذاتية المدركة وعلاقتها باليقظة الذهنية والوظائف المعرفية لدى طلبة الجامعة ،اطروحة دكتوراه فلسفة في علم النفس التربوي ،جامعة بغداد ،كلية التربية .

٢٢–عسكر ، قاسم حسين محمد (٢٠٠٤): الجزمية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب – جامعة بغداد

٢٣–عيسوي ،عبد الرحمن محمد (١٩٧٤):اتجاهات جديدة في علم النفس الحديث ،دار النهضة العربية ،بيروت .

٢٤– عبد الخالق ،أحمد محمد (٢٠٠٠):الأبعاد الأساسية للشخصية ،ط١، الدار الجامعية للطباعة والنشروالتوزيع ،بيروت.

٢٥– عبد الرضا، علي(٢٠٠٧): من يضع القرار، مجلة الحصن النفسي، العدد ٣٠.

26- Allen, M. J. & Wendy, M. W., (1979) "Introduction to Measurement Theory' .

Anastasia,A.(1976):psychology testing .4th ed.macmillan compauy,New 27- York.

28-Baer, R. A. (2003): **Mindfulness training as a clinical intervention**: A conceptual and empirical review. Clinical Psychology: Science and Practice 10(2). Battle , D.A (1995): ***Decision making in complex educational organization***, Dissertation Abstract international.

29-Battle , D.A (1995): ***Decision making in complex educational organization***, Dissertation Abstract international.

30-Baron , Ryan & Others (2007): ***Psychology Understanding Behavior*** , Tokey: Holt & Senders International Edition .

31-Ebell.(1972)Essential of education measuremen,Newjersey:prenfice-Hall Company.

32- Sovery, J. et al (1976): ***A conhtom potary introduction to social psychology*** . McGraw-Hill book company, New York .

33- Fredrickson, B. L. (2008): Open Hearts Build Lives: Positive Emotions, Induced Through Loving-Kindness Meditation, Build Consequential Personal Resources. **Journal of Personality and Social Psychology**, 95.

34-gary, R. J., & Watt, H. M. G.(1977): Self-perceptions of academic competence: How they develop and how they relate to intrinsic motivation for learning in English and Math for year six students. **Paper presented at the AARE annual conferenc*e***, Fremantle Perth, December 2-6,.

35-Gardaciotto, JR & Lilly, RS.(2005): **Psychological testing.** Engle wood Cliffs, NJ. Prentice-Hall.

36-Cood garter v:(1973): Dictionavy of education anded . new York . me Graw.Hill

37-Kelly,T.L.(1973).the selection of u pp er and lower groups for validation of test ikems, New yark: Macmillan p ubishingCo.lnw.
38-Kelleefogg (1995): **An outpatient program in behavioral medicine for chronic pain patients based on the practice of mindfulness.**
39-H.josseph, S. C., Follette, V. M., & Linehan, M. M. (1977): **Mindfulness and acceptance: Expanding the cognitive-behavioral tradition:** The **Guilford Press**
40-Logsdon-Conradsen, S. (2002)**: Using mindfulness meditation to promote holistic health in individuals with HIV/AIDS**. Cognitive and Behavioral Practice, 9.
41- Laurie, E. J. (1980): **Mindfulness.** New-York: Addison-Wesley.
42--Erkins, DN & Richhart, R. (2000): Mindfulness has also been found to enhance flexible and critical thinking skills. Journal of Social Issues, 56 ,1 40-Ran, A. M. R.(1980): should I ask for help? The role of motivation and attitudes in adolescents' help seeking in Math class. **Journal of Educational Psychology, 89, 2**.
43-Rani,E. (1980): How to catch James's mystic germ: Religious experience, Buddhist meditation and psychology. **Journal of Consciousness Studies 9 (9–10): 37–56**. ISSN
44-Ryan, A. M., & Pintrich, P. R.(2003): should I ask for help? The role of motivation and attitudes in adolescents' help seeking in Math class. **Journal of Educational Psychology, 89, 2**
45-Cood garter v:(1973): Dictionavy of education anded . new York . me Graw.Hill
46- Nunn ally,j.(1978)psyclometrie theory. New York,mc Grow Hill.
47-Oppenheim, A. N. (1973***): Questionnaire and Attitude measurement. Heineman,*** London.
48-Wanberg, Connie & Muchinsky, Paul M. (1992): ***A typology of career decision status validity extension of the vocational decision status mode***l. Journal of counseling psychology .