

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة

د. ايناس علي الرايفي

أستاذ علم النفس التربوي المساعد - جامعة جدة

ملخص:

هدفت الدراسة إلى تقصي القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالبة من الكليات العلمية والإنسانية بجامعة جدة، ولتحقيق هدف الدراسة، طبق عليهن الاندماج مقياس الذكاء الانفعالي من إعداد حسين؛ وعبد الحميد (٢٠١٣)، ومقياس اليقظة الذهنية من إعداد عبد الله؛ والشمسي (٢٠١٣)، ومقياس الاندماج الأكاديمي من إعداد Veiga (2016) وذلك بعد التحقق من خصائصها السيكومترية. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقات ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين الاندماج الأكاديمي وكل من اليقظة الذهنية وأبعادها (التميز اليقظ، الانفتاح على الجديد، التوجه نحو الحاضر، الوعي بوجهات النظر المختلفة)، والذكاء الانفعالي وأبعاده (القدرات داخل الفرد، القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، المزاج العام) لدى طالبات الجامعة، كما أظهرت النتائج أن اثنين من أبعاد الذكاء الانفعالي (القدرات داخل الفرد، وإدارة الضغوط) قادران على التنبؤ بالاندماج الأكاديمي، في حين أن الأبعاد (القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، المزاج العام) لم تسهم بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بالاندماج الأكاديمي، كما بينت النتائج أن اثنين من أبعاد اليقظة الذهنية (التميز اليقظ، والتوجه نحو الحاضر) قادران على التنبؤ بالاندماج

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

الأكاديمي، في حين أن بعدي (الانفتاح على الجديد، والوعي بوجهات النظر المختلفة) لم يسهما بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بالاندماج الأكاديمي.

الكلمات المفتاحية: الذكاء الانفعالي، اليقظة الذهنية، الاندماج الأكاديمي، جامعة جدة.

The predictive ability of Emotional Intelligence and mindfulness to Academic Engagement among female students at the University of Jeddah

Abstract:

The study aimed to investigate the predictive ability of emotional intelligence and mindfulness to academic engagement among female students at the University of Jeddah. The study sample consisted of (200) female students from scientific and humanities colleges. At the University of Jeddah, to achieve these goals, the emotional intelligence scale prepared by Abdel Hamid and Hussein (2013) and the mental alertness scale prepared by Abdullah & Al-Shamsi (2013), and the academic integration scale prepared by (Veiga, 2016) after verifying its psychometric properties. The results of the study showed that there are positive, statistically significant correlations between academic engagement and both mindfulness and its dimensions (vigilant discrimination, openness to newness, orientation towards the present, awareness of different points of view); Emotional intelligence and its dimensions (abilities within the individual, abilities specific to the individual's relationship with others, ability to adapt, stress management, and general mood) among female university students. The results also showed that two dimensions of emotional intelligence are: (abilities within the individual and stress management) are able to Predicting

academic engagement, while the variables (abilities of the individual's relationship with others, ability to adapt, and general mood) did not contribute statistically significantly to predicting academic engagement. The results also showed that two dimensions of mental alertness are: (attentive excellence and orientation toward the present).) were able to predict academic engagement, while the variables (openness to new things and awareness of different points of view) did not contribute statistically significantly to predicting academic engagement.

Keywords: Emotional Intelligence, Mindfulness, Academic Engagement, University of Jeddah

مقدمة:

أسهمت النظريات الحديثة في الذكاء - وفي مقدمتها نظرية الذكاء الانفعالي - في إحداث تغيير جذري في النظرة لمقومات النجاح في الحياة العملية؛ نتيجة للدور الذي يؤديه هذا النوع من الذكاء في حياة الفرد بشكل عام، وفي سلوكه وتفكيره بشكل خاص، فهو واحد من أهم مقومات تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي في العصر الراهن. ويؤيد ذلك ما يراه جولمان (Goleman,1995) من أن الذكاء الانفعالي يمثل أساس الحياة النفسية والاجتماعية، وأن المفهوم التقليدي للذكاء لا يفسر العديد من جوانب السلوك الإنساني، خاصة ما يتعلق بالمهارات الاجتماعية والانفعالية.

ويؤكد بويوري وميلر (Bourey & Miller,2001) أهمية مهارات الذكاء الانفعالي في تحقيق النجاح في مختلف جوانب الحياة؛ فالذكاء الانفعالي يجعل الفرد أكثر انفتاحاً وتحماً للمسؤولية، وأكثر فهماً لمشاعره الشخصية ومشاعر الآخرين. إن الذكاء الانفعالي هو خاصية شخصية تجعل الأفراد قادرين على معالجة المعلومات

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الربيعي

المتعلقة بحالتهم العاطفية وغيرها. وهذا من شأنه أن يزودهم بكفاءة الاتصال بالآخرين، مما يساعدهم في فهم كيف يفكر ويتصرف الآخرون (العنزي، ٢٠٢٠).

ويزود الذكاء الانفعالي الأفراد بميزة تنافسية للتحكم في عواطفهم؛ مما يساعدهم على الانغماس في أنشطة عالية الإنتاجية، وإقامة علاقات ذات مغزى مع الآخرين (Shakoor et al., 2021) بالإضافة إلى أن مستوى الذكاء الانفعالي المرتفع يمكن الأشخاص من التحكم في عواطفهم ومشاعرهم، وإدارتها بمفردهم، وفك تشفير التعقيدات الكامنة وراء المشاعر المختلفة والعواطف المتبادلة المحتملة (Blaik-Hourani, et.al., 2021). وقد بينت نتائج دراسات كل من: (زويل، ٢٠٢٣؛ Barragan Martin et al., 2021) وجود علاقة إيجابية بين الذكاء الانفعالي والاندماج الأكاديمي، حيث إن الطلاب الأذكياء انفعالياً يظهرون اندماجاً أكاديمياً أعلى، وبالتالي يؤدون أداءً أفضل.

وعلى جانب آخر، نجد أن متغير اليقظة الذهنية Mindfulness يعدُّ من المتغيرات الحديثة نسبياً في البحوث النفسية، وقد ظهر الاهتمام بدراسته وعلاقته بالمكونات النفسية والمعرفية، وكذلك أهميته للمرونة النفسية ومواجهة الضغوط وإدارتها، إضافة إلى تحفيز الأفراد على إظهار قدراتهم وإمكاناتهم والتعبير عن أفكارهم. كما أنه متغير مهم للتعليم الإيجابي والفعال، حيث إنه يسهم في تطوير عمل الدماغ، وتنشيط عمل النصف الأيمن من المخ للمشاركة في الخبرة وتيسير التعلم، كما أن التعليم الإيجابي يجعل اليقظة الذهنية تعمل على تكوين الرفاهية والسعادة النفسية والإحساس بجودة الحياة لدى الطالب، إضافة إلى خفض الشعور بالضيق النفسي (Siegel, 2007)، فهي تجعل الطلاب أكثر وعياً ببيئتهم بشكل كامل، فيظهرون انتباهاً ورغبة في أداء المهام وتحسين

الذاكرة، ويكونون أكثر إبداعاً، وأكثر حماساً في التعليم، وأكثر بحثاً عن معينات التعلم (عبدالرحمن والطائي، ٢٠١٧).

وتعرف اليقظة الذهنية بأنها المراقبة المستمرة للخبرات، والتركيز على الخبرات الحاضرة أكثر من الخبرات الماضية أو المستقبلية، وقبول الخبرات، ومواجهة الأحداث بالكامل كما هي في الواقع، بدون إصدار الأحكام (Cardaciotto et al., 2008). كما تشير إلى تركيز الانتباه عن قصد على اللحظة الحاضرة دون إصدار حكم على الخبرة أو الانفعالات أو الأفكار، والوعي بالطريقة التي يوجه بها الفرد انتباهه (Allen et al., 2006; Kabat, 2003).

فاليقظة الذهنية تجعل الطالب ينظر إلى المشكلة من عدة زوايا، بدلاً من التحرك بطريقة خطية في التفكير، فهي تساعد على الوعي بما يدور حوله، والمشاركة المستمرة في العملية التعليمية الراهنة، وتحوّل دوره من كونه مشاركاً إلى منتج ومراقب (Brown & Ryan, 2003)، كما أنها تمنع الفرد من التفكير بأساليب تقليدية، وتجنبه التعلق بأنماط التفكير العشوائية والأفكار المشوهة والتنقية الانفعالية، وتساعد في تكوين مخططات معرفية منطقية ومنظمة، وإعطاء دلالات معرفية تستند إلى منطق وأدلة واقعية، كما أنها ترتبط بالطموح (Shapiro et al., 2006).

كما ينظر إلى اليقظة الذهنية على أنها تنظيم للانتباه، وتتضمن مكونين، الأول هو الوعي، ويتحدد بالمراقبة المستمرة للخبرة، والتركيز على الخبرة الحالية بدلاً من الاستغراق في أحداث الماضي أو الأحداث المستقبلية، والثاني يتصل بالطريقة التي يتم بها التعامل مع الوعي في اللحظة الراهنة، وهي تشير إلى الانفتاح والتقبل، بمعنى عدم الحكم، وعدم التفاعل أو وعدم توسيع الأحداث الداخلية أو محاولة التغيير ويعني ذلك

القدرة التنبؤية للدكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

توجيه الانتباه الكامل إلى الوقت الحاضر بدلاً من الاستغراق أو التجنب، ومواجهة الأحداث كما تظهر. (Brausch,2011)

وقد اهتم العديد من الباحثين بدراسة اليقظة الذهنية لدى طلاب الجامعة، مثل دراسات كل من: (الشهراني والوليدي، ٢٠٢٢؛ عبد والمعموري، ٢٠١٨؛ Wang, et al., 2021).

ويُعد الاندماج عملية ديناميكية تعتمد على العديد من العوامل، سواء داخل المؤسسة التعليمية أو خارجها، فاندماج الطلبة يتأثر بخبراتهم السابقة في التعليم، وكذلك توقعاتهم وتطلعاتهم التعليمية، وتوجههم نحو المستقبل (Bryson, et al.,2009). ويُعرف الاندماج الأكاديمي بأنه استثمار الطاقة النفسية وتوجيه الجهد نحو التعلم والفهم، وإتقان المعارف والمهارات لتعزيز العمل الأكاديمي (Newmann,1992). ويتفق الباحثون على أن الاندماج الأكاديمي هو بناء متعدد الأبعاد (معرفي، سلوكي، وجداني) وهو يؤثر على الاندماج الفعال في العمل الجامعي، كما يعد الاندماج الأكاديمي حالة نشطة يقوم فيها الطالب بالمبادرة - بكل نشاط وتفاعل - للمشاركة في الأنشطة التعليمية المختلفة، عن طريق بذل الجهد والتفاعل مع المعلمين والزملاء، وبالتالي تتولد لدى الطالب اتجاهات إيجابية نحو عملية التعلم والمؤسسة التعليمية ككل (المغازي وخلييل، ٢٠٢٣).

ويرتبط الاندماج الأكاديمي بالنتائج التعليمية الإيجابية، فهو يساعد في تنمية إحساس الطلبة بالانتماء للجامعة، وإظهار سلوكيات أكثر إيجابية، كما يعد مؤشراً قوياً على درجة جودة تعلم ونجاح الطلبة أكاديمياً، ويشكل منبئاً جيداً لرغبة الطالب في إكمال الدراسة، بالإضافة إلى تأثيره الكبير على التحصيل الدراسي، وعلى دافعية الطلبة

وتطور شخصياتهم، لذا فإنه يوفر رؤية شاملة عن أداء الطلبة، ودرجة تقدمهم أكاديمياً (الهذلي والحري، ٢٠٢٣).

ولقد ركز الباحثون التربويون في الآونة الأخيرة بشكل متزايد، على دراسة الاندماج الأكاديمي (Academic Engagement) للطلاب؛ باعتباره مفتاحاً لمعالجة العديد من المشكلات، مثل تدني مستوى التحصيل الدراسي، ووجود مستويات عالية من مشاعر الملل والاعتراب لدى الطلاب، وارتفاع مستوى التسرب الدراسي (Fredricket, et al., 2004). ويشير مصطلح الاندماج الأكاديمي إلى مقدار الطاقة الجسدية والنفسية التي يبذلها الطالب في المذاكرة، وقضاء وقته في التعلم، ومشاركته في الأنشطة الجامعية الصفية واللاصفية، وتفاعله مع أعضاء هيئة التدريس وزملائه؛ لتحقيق المعرفة والخبرة الأكاديمية (Krumrei et al., 2013). كما أصبح اندماج الطلاب في الحياة الأكاديمية هدفاً نأمل من خلاله تعزيز قدرات جميع الطلاب على التعلم الذاتي؛ لكي يصبحوا متعلمين مدى الحياة، في مجتمع يعتمد على المعرفة.

ويعدُّ الاندماج الأكاديمي مؤشراً ومنبئاً للأداء الإيجابي والتوافق الاجتماعي، والقدرة على مواجهة التحديات (Reeve&Tseng, 2011)، كما يشير إلى درجة مشاركة الطالب بفعالية في أنشطة التعلم. وقد توصلت دراسة أبو العلا (٢٠١١) إلى وجود تأثير مباشر للاندماج الأكاديمي في تحصيل الطلاب، ويشير الباحثون إلى أن الاندماج الأكاديمي مفهوم واسع يتضمن عدة أبعاد، هي: البعد السلوكي (Behavioral) ويشير إلى المشاركة في أنشطة التعلم، مثل بذل الجهد والمثابرة والاهتمام المعرفي، والبعد الوجداني الانفعالي (Emotional) ويشير إلى شعور الطالب بالحماس والاهتمام، ونقص شعوره بالغضب والملل والقلق، والبعد المعرفي (Cognitive) ويعني استخدام الطالب إستراتيجيات التنظيم الذاتي النشط، والاهتمام بموضوعات

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

التعلم، وتعدُّ هذه المتغيرات ضرورية للتعلم الفعال والإنجاز الأكاديمي لطلبة الجامعة (Veiga et al., 2014). وقد اهتم العديد من الدراسات بتناول الاندماج الأكاديمي عند طلبة المرحلة الجامعية، كدراسة كل من (عبد الحي ، ٢٠٢٠؛ و شحاتة، ٢٠١٨؛ و عباس ، ٢٠١٩؛ و عيلان و ردام، ٢٠٢١).

مما سبق يتبين أن المتغيرات الثلاثة التي تتناولها الدراسة الحالية مهمة، وذات تأثير كبير على عملية التعلم لدى الطلبة في جميع المراحل، وخاصةً المرحلة الجامعية، ولذلك كانت الحاجة لإجراء الدراسة الحالية؛ للكشف عن القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات الجامعة.

مشكلة الدراسة:

إن المرحلة الجامعية من أهم المراحل التعليمية في حياة الطالب، ففيها تصقل مهاراته وقدراته، وتتضح شخصيته وميوله وأهدافه، ويتحدد مستقبله المهني، من أجل ذلك توجهت الأبحاث والدراسات التربوية إلى تنمية الإمكانيات والقدرات المعرفية للطلبة على أفضل وجه ممكن؛ لتحسين جودة مخرجات التعليم. وقد أشارت وداعة (٢٠٢٠) إلى وجود انخفاض واضح في جودة مخرجات التعليم الجامعي التي تؤثر على سير وتطور العملية التعليمية، والارتقاء بالمستوى الأكاديمي، مما يتسبب في هدر هائل للثروات المادية والبشرية. كما كشفت دراسة عبود (٢٠٢٠) أن الأشخاص ذوي المستويات المنخفضة من الذكاء الانفعالي، لديهم صعوبة في فهم وجهات نظر الآخرين، وهم أقل تعاطفًا؛ بينما الأفراد ذوو مستويات الذكاء الانفعالي الأعلى، لديهم قدرة أفضل على التعاطف، مما يؤدي عادةً إلى زيادة قدرتهم على الانسجام مع متطلبات المجتمع.

وتؤدي اليقظة الذهنية دوراً مهماً في حياة الطالب الجامعي؛ فعلى أساسها يستطيع أن ينتقي المشيرات الجديدة، ويستبصر المواقف، وينفتح على كل ما هو جديد؛ لذا أصبح

الاهتمام باليقظة الذهنية مطلباً تربوياً ضرورياً؛ لانعكاسه على الحالة الذهنية والوعي لدى الطلبة؛ فاليقظ ذهنياً ينتفع بالإمكانيات المتاحة له، حتى يتمكن من تحسين قدراته على الاستيعاب والتحليل والتطبيق والتركيب والتقويم والإبداع، وبالتالي فهو لا يحصر نفسه في زاوية واحدة عند رؤيته للأمور (يونس، ٢٠١٥). كما أن تعدد متطلبات الدراسة الجامعية وتعقدها، يجعل من النواحي العاطفية والانفعالية للطلبة سبباً مهماً في تحقيق النجاح الأكاديمي والتوافق النفسي والاجتماعي؛ فالوجدان الموجه للنشاط الأكاديمي يمثل مرتكزا أساسياً للفرد، يدفعه نحو المثابرة، والاندماج في الأنشطة التعليمية، ويساعده في مواجهة الضغوط بكفاءة، لتحقيق القيمة في الأداء الأكاديمي (Ruiz & Leon,2016).

كما توصلت نتائج بعض الدراسات إلى أن الأفراد الذين يمتلكون مستوى مرتفعاً من اليقظة الذهنية، يظهرون انتباهاً ورغبة أكثر في أداء المهام، ويتحسن مستوى ذاكرتهم، كما أنهم يكونون أكثر إبداعاً واتزاناً نفسياً وأقل اضطراباً & (Langer Molddoreau, 2000) حيث أشارت نتائج العديد من الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اليقظة الذهنية أو بعض أبعادها، وكل من الاستقرار النفسي، والسعادة النفسية، وتقدير الذات، والرضا عن الحياة، والكفاءة الذاتية، والصمود الأكاديمي، وإستراتيجيات مواجهة الضغوط وإستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً (إسماعيل، ٢٠١٧؛ Baer, 2003; Cash & Whittingham, 2010؛ الحموي، ٢٠١٧) كما أشارت نتائج بعض الدراسات الأخرى إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين اليقظة الذهنية وكل من الاكتئاب، والاضطرابات النفسية، والإجهاد، والقلق، والأفكار اللاعقلانية (Vamvouris,2022).

القدة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

وحيث إن طلبة الجامعة أكثر عرضة في العصر الحالي للانشغال بالتكنولوجيا في بيئات التعلم، فإن اندماج الطالب الفعال في بيئة التعلم يعد أمراً بالغ الأهمية للنجاح أكاديمياً، وهذا ما أشار إليه (AL Alwan,2014) من أن الاندماج الأكاديمي من أهم العوامل التي تؤثر على عملية التعلم، فالطلاب المندمجون أكاديمياً يتمتعون بالكفاءة الذاتية الأكاديمية، ويضعون أهدافاً عالية، ويشاركون في الأنشطة التعليمية، وهو ما يؤدي إلى زيادة تحصيلهم الدراسي ونجاحهم أكاديمياً. وفي المقابل، ذكر كلين وكونل (Klem & Connell, 2004) أن الطلاب غير المندمجين أكاديمياً يكونون أكثر عرضة لمشاكل سلوكية وعواقب سلبية طويلة المدى، مثل التغيب والتسرب وظهور سلوكيات سيئة، ويرى بعض التربويين أن هناك تحدياً كبيراً يواجه المعلمين وأعضاء هيئة التدريس في جعل الطلبة مندمجين أكاديمياً، حيث تتراوح نسبة اندماج الطلاب ما بين ٢٥ إلى ٦٦%، وهذه النسبة تختلف من مرحلة تعليمية إلى أخرى (Harris,2018)، إذ يتأثر مستوى اندماج الطلبة - وخاصة الجامعيين - بما يتعرضون له من ضغوطات أكاديمية واجتماعية ونفسية، حيث تقع عليهم مسؤوليات عديدة، منها ما يتعلق بأعباء الدراسة الجامعية، والعلاقة بالزملاء وأعضاء هيئة التدريس، والامتحانات والأنشطة (عباس، ٢٠١٩).

باستقراء ما سبق، تتضح أهمية الذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية في علاقتهما بالاندماج الأكاديمي، مع ملاحظة أنه في حدود اطلاع الباحثة على قواعد البيانات المتاحة، لم تجد دراسة سابقة جمعت بين هذه المتغيرات في دراسة تنبؤية، ولهذا ستحاول هذه الدراسة الكشف عن طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية، والتنبؤ من خلالهما بالاندماج الأكاديمي؛ لما لهذه المتغيرات من تأثير في شخصية طلبة الجامعة،

الذين هم جوهر رؤية الجامعة، ورسالتها، وأهدافها؛ وعليه تتحدد مشكلة الدراسة الحالية
في الأسئلة الآتية:

١. ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين اليقظة الذهنية وأبعادها (التمييز اليقظ، الانفتاح على الجديد، التوجه نحو الحاضر، الوعي بوجهات النظر) وكل من الاندماج الأكاديمي وأبعاده (المعرفي، الانفعالي، السلوكي، التشاركي) والذكاء الانفعالي وأبعاده (القدرات داخل الفرد، القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، المزاج العام) لدى طالبات الجامعة؟
٢. هل يمكن التنبؤ بالاندماج الأكاديمي من الذكاء الانفعالي وأبعاده (القدرات داخل الفرد، القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، المزاج العام) لدى طالبات الجامعة؟
٣. هل يمكن التنبؤ بالاندماج الأكاديمي من اليقظة الذهنية وأبعادها (التمييز اليقظ، الانفتاح على الجديد، التوجه نحو الحاضر، الوعي بوجهات النظر) لدى طالبات الجامعة؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن:

- طبيعة العلاقة الارتباطية بين اليقظة الذهنية وأبعادها (التمييز اليقظ، الانفتاح على الجديد، التوجه نحو الحاضر، الوعي بوجهات النظر) وكل من الاندماج الأكاديمي وأبعاده (المعرفي، الانفعالي، السلوكي، التشاركي) والذكاء الانفعالي وأبعاده (القدرات داخل الفرد، القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، المزاج العام) لدى طالبات الجامعة؟

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

٢. التنبؤ بالاندماج الأكاديمي من الذكاء الانفعالي وأبعاده (القدرات داخل الفرد ، القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، المزاج العام) لدى طالبات الجامعة.

٣. التنبؤ بالاندماج الأكاديمي من اليقظة الذهنية وأبعادها (التمييز اليقظ، الانفتاح على الجديد، التوجه نحو الحاضر، الوعي بوجهات النظر) لدى طالبات الجامعة.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

تتبع أهمية الدراسة الحالية مما يأتي:

- أهمية عينة الدراسة (طالبات الجامعة)، حيث إنهن ثروة وطنية وعماد الأمة.
- أن علم النفس الإيجابي يعزز الجوانب النفسية بالشكل الذي يؤدي إلى نتائج إيجابية مرغوبة في مجموعة متنوعة من المجالات، وخاصة المرتبطة ببيئة التعلم، فالغاية الرئيسة لهذا العلم هي تدعيم العوامل التي تركز على الصحة والنماء والفضائل، بدلاً من الانشغال بجوانب الضعف والقصور، ويندرج تحت مظلة هذا العلم العديد من المصطلحات والمفاهيم؛ من أبرزها: الذكاء الانفعالي، واليقظة الذهنية، والاندماج الأكاديمي.
- كون هذه الدراسة قد ربطت بين متغيرات تعد حديثة نسبياً في البيئة العربية، حيث لم تجد الباحثة - في حدود اطلاعها - دراسة عربية سبق أن تناولت العلاقة بين الذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية والاندماج الأكاديمي، وهو ما يساعد في فهم طبيعة هذه المتغيرات؛ مما يساهم في تحسين عملية التعلم.

- أنها تفتح المجال لإجراء المزيد من الدراسات؛ بما يسهم في تحسين وتطوير العملية التعليمية.

الأهمية التطبيقية:

قد تفيد نتائج الدراسة الحالية في:

- وضع البرامج التدريبية لتحسين الاندماج الأكاديمي واليقظة الذهنية.
- رفع مستوى الوعي المعرفي لدى الهيئة التدريسية والمرشدين التربويين باليقظة الذهنية.
- الخروج بمجموعة من التوصيات تفيد القائمين على تطوير التعليم الجامعي.

مصطلحات الدراسة:

الذكاء الانفعالي : (Emotional Intelligence)

تبنت الدراسة الحالية تعريف Mayer, et al. (2002) للذكاء الانفعالي بأنه القدرة على إدراك واستخدام وإنتاج الانفعالات، لدعم التفكير وتوجيه النمو العقلي والانفعالي. ويشمل الذكاء الانفعالي من مجموعة من القدرات، هي:

١ - إدراك الانفعالات Perceiving Emotions: قدرة الفرد على معرفة انفعالاتهم الذاتية وانفعالات الآخرين، وكذلك تحديدها في الموضوعات والرسوم والموسيقى وغيرها من المثيرات.

٢ - تيسير التفكير Facilitating Thought: القدرة على إنتاج واستخدام المشاعر، وتوظيفها لتيسير النمو المعرفي وحل المشكلات.

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

٣ - فهم المشاعر Understanding Emotions: القدرة على فهم المعلومات الانفعالية، وكيف تتجمع وتتطور خلال تحويلات العلاقات، كما تتضمن فهم المعاني الانفعالية، والعلاقات بين الانفعالات.

٤ - إدارة المشاعر Managing Emotions: قدرة الفرد على تعديل انفعالاته وانفعالات الآخرين

ويُعرف إجرائياً بمجموع الدرجات التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الذكاء الانفعالي من إعداد: حسين وعبد الحميد، ٢٠١٣.

اليقظة الذهنية: (Mental Alertness)

حالة مرنة في العقل، تتمثل في الانفتاح على الجديد، وهي عملية من النشاط التمييزي لابتكار الجديد (Langer & Moldoveanu , 2000)

وتحدد إجرائياً بمجموع الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس اليقظة الذهنية، من إعداد: عبد الله والشمسي، ٢٠١٣.

الاندماج الأكاديمي: (Academic Engagement)

يُعرف بأنه المشاركة الفعالة في أنشطة التعلم، ويتكون من أربعة أبعاد، هي: الاندماج المعرفي (ognitive Engagement) والاندماج الانفعالي (Affective Engagement) والاندماج السلوكي (Behavioral Engagement)، والاندماج التشاركي (Reeve, Agentive Engagement, 2012)

ويُعرف إجرائياً بالدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الاندماج الأكاديمي (Veiga, 2016) ترجمة الغامدي (٢٠٢٠)

حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: تتمثل في متغيرات: الذكاء الانفعالي، واليقظة الذهنية، والاندماج الأكاديمي.

الحدود المكانية: جامعة جدة، مدينة جدة.

الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ١٤٤٥ - ٢٠٢٣م.

الحدود البشرية: طالبات البكالوريوس بجامعة جدة.

الإطار النظري:

أولاً: الذكاء الانفعالي

مفهوم الذكاء الانفعالي:

عرفه جولمان (٢٠٠٠) بأنه "قدرتنا على فهم انفعالاتنا وانفعالات الآخرين، ومعرفة التعامل مع النفس ومع الآخر، فسيطرنا على انفعالاتنا هي أساس الإرادة وعماد الشخصية"، وعرفه بام روبنس وجان سكوت، ترجمة الأعسر وكفاي (٢٠٠٠) بأنه "الخبرة الحسية لدى المتلقي، والتي ينغمس فيها فيتخللها وتتخلله، ليخرج منها بخبرة جديدة تعدل خبراته ورواياته، كما أنه يعدل فيها، ويتبع في ذلك منهجاً واضحاً "

النماذج المفسرة للذكاء الانفعالي:

ظهر اتجاهان مختلفان يتبنى كل منهما منهجية بحث ووجهة نظر مختلفة، تناولا الذكاء الانفعالي ومفهومه؛ وهما: نماذج القدرات، والتي تركز على التفاعل بين الانفعالات والذكاء، والنماذج المختلطة التي تصف الذكاء الانفعالي في ضوء الدمج بين القدرات العقلية والميول والنواحي المزاجية والشخصية (العباد، ٢٠٢٢).

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

أ. النماذج المختلطة للذكاء الانفعالي:

نموذج جولمان:

عرف جولمان نموذجه في الذكاء الانفعالي بأنه مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي يستخدمها الفرد في حياته، واللازمة للنجاح المهني والاجتماعي والشخصي، ورأى جولمان أن الذكاء الانفعالي هو المهارة التي يمتلكها الفرد في التعرف على مشاعره ومشاعر الآخرين، ومدى قدرته على إدارة تلك المشاعر مع الآخرين بشكل فعال (القفاص وسليم، ٢٠١٢).

ويتضمن مفهوم الذكاء الانفعالي عند جولمان خمسة أبعاد، هي:

١. الوعي الانفعالي الذاتي: وهو القدرة على إدراك الفرد لانفعالاته في نفس اللحظة، والوعي بأفكاره المرتبطة بتلك الانفعالات بوضوح؛ فالإدراك والوعي للحالة المزاجية، والانفعالات المصاحبة لتلك الأفكار، تعطي الفرد الفرصة لإدارتها.
٢. التحكم في الانفعالات: يتعلق هذا البعد بمدى قدرة الفرد على التحكم في حالته الانفعالية، ومعالجة المشاعر المزعجة بالطريقة التي تتناسب مع ظروفه الضاغطة.
٣. حفز الذات: يرتبط هذا البعد بتركيز الفرد لطاقته النفسية لإنجاز أهدافه من خلال توظيف الانفعالات، ويتضمن ذلك تأجيل الإشباع، واختيار الاستجابة السليمة لتحقيق أهداف عديدة، بتقديم الهدف الأهم وتأجيل حاجاته الأخرى، أي تحقيق الأهداف ذات الأولوية.

٤. إدراك انفعالات الآخرين: يشير هذا البعد إلى تعاطف الفرد مع الآخرين وإدراك مشاعرهم، من خلال تعبيرات وجوههم ومؤشراتهم الجسدية، والقدرة على التحسس لمشكلاتهم، وأن يضع نفسه مكانهم.

٥. إدارة العلاقات: ويشير إلى قدرة الفرد على إدارة انفعالات الآخرين، مما يحقق له الكفاءة الاجتماعية التي يحتاجها، ليكون له تأثير إيجابي وسط محيطه الاجتماعي وفي علاقاته مع الآخرين في: السمادوني (٢٠٠٧)؛ القفاص وسليم (٢٠١٢)

١. نموذج بارأون:

نموذج Bar-on (1997) والذي يرى أن الذكاء الانفعالي عبارة عن عدد من القدرات غير المعرفية المؤثرة على سلوك الأفراد وتضم:

- 1- القدرات داخل الفرد Intrapersonal abilities وتشير إلى قدرة الفرد على فهم انفعالاته، والتعبير عن مشاعره وحاجاته وتوصيلها للآخرين.
- 2- القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين وتشير إلى قدرة الفرد على Interpersonal abilities التعاطف مع الآخرين، وتحمل المسؤولية الاجتماعية، وإقامة علاقات ناجحة مع الآخرين.
- 3- القدرة على التكيف: Adaptation وتشير إلى مرونة الفرد وفاعليته في التعامل مع التغيرات والايجابية في التعامل مع المشكلات اليومية.
- 4- إدارة الضغوط Stress Management وتشير إلى قدرة الفرد على الاحتفاظ بهدوئه والتحكم في دوافعه والعمل تحت الظروف الضاغطة.
- 5- المزاج العام General Mood وتشير إلى قدرة الفرد على الشعور بالتفاؤل والسعادة لأنفسهم ولبن حولهم والنظرة الايجابية للأمور.

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

ب. نموذج القدرة العقلية لمايروسالوي

افترض ماير وآخرون (Mayer, et al.,2000) أن الوجدان والذكاء يعملان مع بعضهما، بمعنى أن الذكاء الانفعالي يشير إلى القدرة على معرفة معنى كل نمط من الانفعالات والتفكير في هذا النمط، مع حل المشكلة المرتبطة به من خلال المعنى الذي يحمله؛ حيث قام بتوضيح كيف أن الذكاء له دور مهم في التمييز بين الانفعالات المختلفة، والكيفية التي لا بد من التصرف بها وفهمها، أي التي تناسب النمط الانفعالي، وقام كل من مايروسالوي بوصف الذكاء الانفعالي من خلال بعض القدرات العاطفية المنفصلة التي يمكن تقسيمها إلى أربعة مكونات، هي:

1. القدرة الأولى "الإدراك الانفعالي": وتتضمن إدراك وتقييم المشاعر، فهي تمثل أدنى مستويات الذكاء الوجداني، ومع تطور إدراكها يبدأ الفرد في التعامل مع المواقف المختلفة بناء على تحليله للمشاعر المرتبطة بتلك المواقف الحياتية.
2. القدرة الثانية "التيسير الانفعالي": تشير إلى استيعاب فكرة المشاعر الأساسية (كالحب، الحزن، الفرح والغضب) بواسطة العمليات العقلية، والتمييز بينها، واستخدامها مع المواقف بالدرجة التي تناسب تلك المواقف.
3. القدرة الثالثة "الفهم الانفعالي": تشير إلى الفهم الصحيح للمشاعر ومدلولاتها، وفهم العلاقات المرتبطة بتغير تلك الانفعالات وتحويلها، وأن هذا الفهم والاستدلال محكوم بقواعد.
4. القدرة الرابعة "إدارة الانفعالات": تشير إلى القدرة على إدارة وتنظيم المشاعر وضبط النفس، فهي أعلى مستويات الذكاء الانفعالي وأكثرها تعقيداً، وتشير إلى قدرة الفرد على التحكم على انفعالاته السلبية وتحويلها إلى انفعالات إيجابية؛ فقدره الفرد على التحكم في مشاعره السلبية تعني ضبط المشاعر وليس منعها (فاروق

ومحمد، ١٩٩٨). فالأفراد الذين لديهم ذكاء انفعالي مرتفع، يستطيعون تعديل حالاتهم المزاجية السلبية، والمحافظة على حالاتهم المزاجية الإيجابية (خرنوب، ٢٠٠٣).

وقد تبنت الباحثة نموذج Bar-on (1997) وذلك لأنه حاز على اعتراف واسع من قبل الباحثين، مما يعزز مصداقيته واستخدامه كأداة فعالة لقياس الذكاء الانفعالي؛ وتميزه بالشمولية حيث يغطي مجموعة من المهارات والقدرات العاطفية والاجتماعية التي تسهم في التوافق مع التحديات؛ كما أنه الأنسب في تحقيق أهداف الدراسة الحالية.

ثانياً: اليقظة الذهنية:

ارتبطت نشأة مفهوم اليقظة الذهنية تاريخياً بالحركات الدينية لا بعلم النفس، حيث كانت هذه الحركات والتقاليد الدينية تسعى إلى أن تكون اليقظة الذهنية تطبيقاً من تطبيقات ممارسة التأمل، أو زيادة النواحي والصفات الإيجابية عند الفرد، كالانتباه والوعي والحكمة والرحمة، الأمر الذي يساعد الأفراد على النمو الإيجابي في حياتهم. ثم استمر تطور هذا المفهوم إلى أن ظهر في القرن الحادي والعشرين، في سياقات ومجالات عديدة، إلا أن معناه لا يزال يخضع لتغيرات كثيرة، حتى أصبح التوجه بارزاً في السنوات الخمس الأخيرة إلى تناول اليقظة الذهنية كمفهوم مكون من خمسة أبعاد (Baer & Krietemeyer, 2006)

وقد تزايد الاهتمام خلال الفترة الماضية بشكل كبير بهذا المفهوم كحالة وسمة وعملية وتدخل، وتم دمج المفهوم بشكل ناجح في سياق علم النفس بصفة عامة، وفي إطار مواجهة تحديات الضغوط النفسية، والقصور في تنظيم الانفعالات على نحو خاص، وقد واجه المفهوم بسبب الاختلافات الثقافية التي ظهر فيها على المستوى الإجرائي تحدياتٍ، منها ما يرتبط بعملية القياس وبرامج التدخل، وكذلك تمييزه عن غيره من

القدة التنبؤة للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

المفاهيم شائعة الاستخدام. (Baer, 2003; Brown & Ryan, 2003; حسن،
(٢٠٢٢)

١ - مفهوم اليقظة الذهنية:

يركز مفهوم اليقظة الذهنية على الانتباه للموقف الواحد في نفس الوقت، مع عدم التفكير في الماضي أو المستقبل؛ حتى يتعزز الوعي بالموقف من جوانبه كافة؛ وقد أشارت نوري (٢٠١٢) إلى اليقظة الذهنية على أنها الحس الواعي والإيجابي للمواقف، وأنها تؤدي إلى زيادة الوعي، والتخلي عن ردود الأفعال المسبقة، والمرونة في الاستجابة، والتعامل مع الأحداث الطارئة، مع تقليل الوقوع في الأخطاء؛ كما عرفها Hassed, et al. (2006) على أنها الانتباه المركز في اللحظة الراهنة، دون الحكم على الخبرات أو الانفعالات، أو الأفكار. ونظر دافيس وهايز (Davis & Hayes, 2011) إليها على أنها وعي الفرد بالخبرات لحظة بلحظة، دون تقييم لهذه الخبرات، أي أنها ليست سمة، كما يمكن تحسينها بواسطة ممارسة أنشطة التأمل، وأشار (Samuelson, 2007) إلى اليقظة الذهنية على أنها الوعي الذي ينشأ في أثناء الانتباه لموضوع ما في اللحظة الحاضرة، بدون إصدار أحكام على الخبرة الظاهرة، والانفتاح والقبول. كما عرفها لو وآخرون (Lau, et al., 2006) بأنها الانتباه بطريقة محددة لغرض ما في الوقت الحاضر، وتتضمن الانتباه المنفتح والمتقبل لمعرفة ما يحدث في اللحظة الحاضرة، وكذلك الوعي الذي ينشأ من خلال الانتباه المتعمد بطريقة منفتحة لما يحدث في اللحظة الحاضرة، وتتكون من بعدين، الأول: الفضول أو حب الاستطلاع، والبعد الثاني هو عدم التمرکز، وكذلك أشار دافيس وهايز (Davis & Hayes 2011) إلى اليقظة الذهنية على أنها البقاء عن قصد في الحاضر، وتتضمن مفهومين هما: الوعي، والانتباه، إذ يمدنا الوعي بالمشح العام والرصد المستمر للخبرة، ويزيد الانتباه من الإحساس بالخبرة

وتعميق التركيز عليها، أما قاموس أكسفورد (2014) فعرف اليقظة الذهنية على أنها الحالة النفسية التي تتحقق من خلال التركيز على الوعي في الوقت الحاضر، مع الاحتفاظ بحالة من الهدوء، وقبول المشاعر، والأفكار، والخصائص الجسدية (Mindfulness,2014)، كما عرفها دويكن وحاسيد (Dobkin & Hassed,2016) بأنها طريقة في التفكير، تحفز الانتباه إلى المتغيرات البيئية، من غير إصدار أحكام إيجابية أو سلبية تجاهها، وأنها تشتمل على مجموعة واسعة من التطبيقات ذات الصلة بالتعليم، كتعزيز الصحة العقلية، وتحسين التواصل والتعاطف، والتطور العاطفي، وتحسين الصحة البدنية، وتعزيز التعلم والأداء.

نماذج اليقظة الذهنية:

توجد نماذج لليقظة الذهنية ذات اهتمام بالتدخل العلاجي، وتركز على أربعة أهداف، هي: تنمية الوعي المتمركز على الحاضر وعدم الحكم (Fletcher, et al.,2010) وتقبل المشاعر والأفكار، والنوايا الموجبة أو المكون الدافعي للتغيير العلاجي، والبعد عن أفكار الفرد وانفعالاته. فتتضمن اليقظة الذهنية النظر إلى الأفكار والانفعالات كأحداث عقلية عابرة بدلاً من الانهماك فيها، أو فحصها، أو الانشغال بها والتفاعل الزائد معها

(Bishop, et al.,2004) ويشير أندرسون وآخرون(Andrson, et al., 2007) إلى أن اليقظة الذهنية تتضمن مكونين أساسيين: الأول هو ميكانيزم تنظيم الانتباه الذاتي للخبرة المباشرة لزيادة التعرف على الأحداث الذهنية في اللحظة الراهنة، والثاني هو ميكانيزم التطبيق العملي المباشر للاتجاه نحو خبرات الفرد في اللحظة الحالية، واللذين يمكن تصورهما من خلال الرغبة في المعرفة، والانفتاح والقبول (في: حسن، ٢٠٢٢). وترتبط اليقظة الذهنية سلبياً بالضغوط النفسية المدركة، وأسلوب المواجهة الانفعالية

القدرة التنبؤية للدكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

للضغوط، وأسلوب المواجهة التجنبية للضغوط، وترتبط إيجابياً بأسلوب المواجهة العقلانية للضغوط (Palmer & Rodger, 2009).

أهمية اليقظة الذهنية:

أظهرت الدراسات الحديثة أن البرامج التي تعتمد على اليقظة الذهنية تعزز من الرفاهية النفسية، ومواجهة الضغوط النفسية، وتعمل على خفض التوتر والقلق واضطرابات المزاج وأعراض الاكتئاب لدى المعلمين (Byrne, et al., 2013)، كما أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين اليقظة الذهنية والسلوكيات الصحية، مثل النوم، وتناول الطعام الصحي، وممارسة التمارين الرياضية، والصحة الجسدية والنفسية لدى طلاب الجامعة (Murphy, et al., 2012); (Roberts, et al., 2010).

واليقظة الذهنية ضرورية للمعلمين حيث تنمي لديهم الرفاهية الشخصية، وتخفف الإجهاد، وتجعلهم أكثر تركيزاً في التخطيط للدرس، وفي مراعاة احتياجات الطلاب، كما أنه من الضروري تضمين برامج إعداد المعلمين التدريب على اليقظة الذهنية وذلك لتحسين المهارات الحياتية لدى الطلاب، وتنمية التوازن العاطفي، والحد من التوتر، وتعزيز المناخ المناسب للفصول الدراسية (Bernay, 2014; Arthurson, 2015).

أبعاد اليقظة الذهنية ومكوناتها:

تعددت أبعاد اليقظة الذهنية ومكوناتها في ضوء التوجهات النظرية والبحثية، حيث ينظر إليها البعض على أنها تعني تركيز الانتباه على اللحظة الراهنة، وينظر إليها آخرون على أنها تعني الانفتاح الذهني دون إصدار أحكام مسبقة. فقد أشارت لانجر (Langer, 1989) إلى أن اليقظة الذهنية تتكون من أربعة أبعاد، هي: البحث عن الجديد، والارتباط، وتقديم الجديد، والمرونة، بينما أشار شابرو وآخرون

(Shapiro et al.,2006). إلى أن اليقظة الذهنية تتكون من أربعة مكونات، هي: تنظيم الذات، وإدارة الذات، والمرونة الانفعالية والمعرفية والسلوكية، وتوضيح القيم، كما ذكر هاسكر (Hasker,2010) أن لليقظة الذهنية مكونين رئيسين، هما: الانتباه المنظم ذاتياً، والوعي بالخبرة؛ حيث إن الانتباه المنظم ذاتياً يعزز الوعي بالخبرة الانفعالية والمعرفية، كما أن الوعي بعد الحكم على الخبرة يحدث من خلال الانفتاح والاستعداد للتجارب في اللحظة الراهنة، وحدد ابستن (Epstein, 2011) لليقظة الذهنية مكونين، يتمثل الأول في حالة الوعي مع الشعور الهادف، والثاني في المعالجة المعرفية اليقظة للمعلومات.

وقد أجرى بير وكريتمير (Baer& Krietemeyer,2006) عدة دراسات حول اليقظة الذهنية؛ بهدف الكشف عن مكوناتها، من خلال تطبيق خمسة مقاييس للعوامل والأبعاد الفرعية لليقظة الذهنية، والكشف عن تشعبات عباراتها بالعوامل والأبعاد الفرعية المكونة لها، وأسفرت هذه الدراسات عن خمسة مكونات لليقظة الذهنية، هي:

١. الملاحظة (Observations) وتشير إلى المراقبة والانتباه بتركيز، للخبرات الداخلية والخارجية (مثل: الإحساسات، المعارف، الأصوات، الأشكال الروائح).
٢. الوصف (Description) وهو التعبير بشكل لفظي واضح ومفهوم عن الخبرات الداخلية والمشاعر والانفعالات.
٣. التصرف بوعي (Act with awareness) وهو التعامل بوعي مع الحاضر أو الموقف الراهن.
٤. عدم الحكم على الخبرات الداخلية (Non Judgment of inner experience) وعدم إصدار أحكام تقييمية إيجابية أو سلبية على الأفكار والمشاعر الداخلية أو الخبرات الخارجية.

القدرة التنبؤية للدكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

٥. عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية (Non-reactive of inner experience) وهو متابعة الفرد للأفكار والتصورات والمشاعر التي تأتي وتذهب، دون أن يتفاعل معها أو ينشغل بها أو يتشتت انتباهه أو يفقد تركيزه على المواقف الحاضرة، وقد تبنت الباحثة أبعاد نظرية لانجر في هذه الدراسة.

ثالثاً: الاندماج الأكاديمي:

بدأ الاهتمام بمفهوم الاندماج الأكاديمي منذ منتصف الثمانينات، وتحديدًا في عام ١٩٨٤، عندما اقترح أوستن النظرية التنموية لطلاب الجامعات، والتي تركز على مفهوم الاندماج، وعرف أوستن الاندماج بأنه كمية الطاقة المادية والنفسية التي يصرفها الطالب في الخبرة الأكاديمية، ويشتمل الاندماج على عوامل مختلفة، منها الاستفادة من التجربة الأكاديمية للكلية، والتفاعل مع أعضاء هيئة التدريس، والمشاركة في أنشطة المناهج الدراسية، والتفاعل مع الأقران. ومنذ ذلك الوقت أصبح مفهوم الاندماج موضع اهتمام بين تلك المفاهيم التي تهدف إلى تعزيز التعلم والتدريس. (Zimmer & Finn, 2012).

مفهوم الاندماج الأكاديمي:

عرفه كوتاس (Coates, 2007) بأنه بناء واسع يشمل الجوانب الأكاديمية وغير الأكاديمية لخبرة الطالب، والتي تتضمن ما يلي: الأنشطة والتعلم التعاوني، والمشاركة في الأنشطة الأكاديمية الصعبة، وإقامة علاقات مع أعضاء هيئة التدريس، والمشاركة في إثراء الخبرات التعليمية، والشعور بدعم مجتمع التعلم الجامعي.

وعرفه كوه (Kuh, 2001) بأنه تكريس جهود الطلاب الذاتية في الأنشطة التربوية الهادفة التي تساهم بشكل مباشر في تحقيق النتائج المرجوة، كما عرفه بأنه المساعي

المدرسة التي تقوم بها المؤسسات والقطاعات، لإشراك الطلاب وتمكينهم في عملية تشكيل التجربة التعليمية. وقد جمع بريدجز وآخرون (Bridges, et al.,2008) بين هاتين الرؤيتين، حين أشاروا إلى أن الاندماج يمثل كلاً من الوقت والطاقة اللذين يقضيهما الطلاب في الأنشطة التربوية الهادفة، والجهد الذي تكرسه المؤسسات للاستخدام الفعال لهذه الممارسات التربوية.

نماذج الاندماج الأكاديمي:

اقترح بعض العلماء نموذجاً ثنائي الأبعاد للاندماج، والذي يشمل البعد السلوكي مثل (المشاركة، والجهد، والسلوك الإيجابي) والبعد الانفعالي مثل (الفائدة، والانتماء، والقيمة، والعواطف الإيجابية). وفي الآونة الأخيرة اقترح عدد من الباحثين نموذجاً ثلاثي الأبعاد: (السلوكي، الوجداني، والمعرفي) مثل التنظيم الذاتي، والاستثمار في التعلم، واستخدام الإستراتيجيات، وهذه الأبعاد الثلاثة للاندماج متداخلة، ويمكن أن تختلف في شدتها ومدتها (Harris, 2018)

(Fredricks et al., 2004) وأخيراً ظهر نموذج كريستنسن ورتشيل (Reschly & Christenson,2006) حيث قدمت تصوراً للاندماج، مقترحاً من أربعة أبعاد، هي: (الأكاديمي، السلوكي، المعرفي، الوجداني) وفي هذا النموذج يتم فصل الجانب السلوكي إلى عنصرين مختلفين: أولهما الأكاديمي الذي يتضمن الوقت المنفق على المهمة، وإنجاز الواجبات المنزلية، وثانيهما السلوكي الذي يتضمن الحضور، والاندماج في الفصل، والمشاركة اللامنهجية.

القوة التنبؤية للدكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

أبعاد الاندماج الأكاديمي:

الاندماج السلوكي (Engagement Behavior)

يشمل الاندماج السلوكي مجموعة من السلوكيات، تتراوح من مجرد أداء العمل واتباع القواعد إلى المشاركة في مجلس الطلبة، ومنها الجهد والتركيز والانتباه، وطرح الأسئلة، والمشاركة في المناقشات، كما يتضمن الوقت المخصص للمهمة، والطاقة التي تبذل لأدائها، والمشاركة في الفصل. ويتفق الباحثون على مميزات ووظائف الاندماج السلوكي في الفصول الدراسية، وهي اندماج الطلاب في سلوكيات يمكن ملاحظتها وذات صلة مباشرة بعملية التعلم، بدءاً من الحضور ووصولاً إلى الانتباه والالتزام وبذل الجهد، والتركيز والمثابرة والعمل الجاد، واتخاذ المبادرة على المهام الأكاديمية (Finn, 2012, Zimmer &). وقد أثبتت نتائج العديد من الأبحاث بشكل مقنع أن هذا النوع من الاندماج يؤدي إلى نتائج أكاديمية إيجابية، وإتمام الدراسة، والتخرج في الوقت المحدد. (Fredricks et al., 2004)

وقد اهتم الباحثون والمربون بالاندماج السلوكي لأنه وقود التعلم، ومن الواضح من الناحية النظرية والتجريبية أن الاندماج السلوكي شرط ضروري لحدوث التعلم، فمن أجل استيعاب وتطبيق المعرفة يجب على الطلاب المشاركة البناءة في العمل الشاق الذي يؤدي إلى فهم الجوانب النظرية والعملية، كما يجب على الطلاب الاهتمام والتركيز وبذل الجهد، والتفكير والمثابرة على المهام الأكاديمية. وللاندماج السلوكي وظيفة مهمة، هي المساهمة في اختيار القرارات والأنشطة والمهام التي ينوي الطلاب القيام بها، وتلك التي يفضلون تجنبها أو التخلي عنها، بالإضافة إلى خيارات الطلاب الأكاديمية والاجتماعية والأنشطة اللاصفية، وجماعات الأقران. (Shernof, et al., 2017)

الاندماج المعرفي (Cognitive engagement)

يشير إلى مدى اهتمام الطلاب بإنفاق الوقت وبذل الجهد العقلي في مهام التعلم، وكذلك الجهود المبذولة لاستخدام المعرفة والإستراتيجية المعرفية لإكمال المهمة. ويمثل الاندماج المعرفي لدى الطلاب دوافع للسلوك، ترتبط بإصرارهم على المهام الصعبة واستخدام الإستراتيجيات المعرفية في مجال التعلم، وذلك باستخدام المهام التي تركز على الخبرات ذات المغزى الشخصي التي يمكن أن تسهل التغيرات السلوكية أو المعرفية، وتؤدي إلى إعادة بناء المعرفة والمهارة (hu, et al., 2009) كما ينظر للاندماج المعرفي على أنه أحد أنواع الإستراتيجيات المعرفية للطلاب، واختيار استخدام إستراتيجيات المعالجة العميقة مقابل إستراتيجيات المعالجة السطحية، ورغبتهم في الاستمرار على أداء المهام الصعبة التي تنظم سلوك التعلم الخاص بهم، كما يشير الاندماج المعرفي إلى أسلوب التعلم المنظم ذاتياً واستخدام الإستراتيجيات ما وراء المعرفية (Wang,2013 & Eccles).

الاندماج الانفعالي: (Emotional engagement)

يدل الاندماج الانفعالي على مستوى الفائدة والمتعة والاهتمام والحرية خلال تنفيذ الطلاب للمهام الأكاديمية، كما يشير إلى مستوى ردود الفعل العاطفية لمهام التعلم، في شكل مستويات عالية من الاهتمام، أو اتجاهات إيجابية نحوها (Wang, 2013, Eccles)، ويركز الاندماج الانفعالي على مدى ردود الفعل الإيجابية والسلبية للمعلمين وزملاء الدراسة والأكاديميين، وهناك تصور آخر للاندماج الانفعالي الإيجابي هو تحديد الهوية، والذي يتضمن الانتماء أو الشعور بأهمية الدراسة، وتقدير النجاح في النتائج الدراسية، كما يشمل الاندماج الانفعالي علاقات الطالب بالمؤسسة التعليمية.(McColskey& Fredrick, 2012).

القوة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

الاندماج التشاركي : (Agentic engagement)

يُعرف بأنه "مساهمة الطلاب البنائية في تدفق وسير التعليمات التي يستقبلونها". (Reeve & Seng, 2011) فحينما يقدم المعلم أنشطة متنوعة للتعلم، فإن الطلاب يعرضون بوضوح مستويات متنوعة من الاستجابة تعبر عن الاندماج في الأنشطة التي استقبلوها، ولكن في هذا تجاهل المشاركة الطلاب البناءة في عملية التعلم، فهم يبادرون ويثرون هذه الأنشطة مثل تحويل هذه الأنشطة لشيء ممتع أو تحدي بشكل مثالي)، ويجرون تعديلاتهم فمثلاً يبحثون عن أقران للتعلم معهم بدلاً من التعلم بشكل فردي ويضيفون عليها الطابع الشخصي كتكوين الآراء والتفضيلات) وليس دورهم مقصوراً على الاستجابة فقط. وهذا النموذج هو ما تبنته الباحثة في الدراسة الحالية.

وتأسيساً على ما سبق، يُلاحظ أن متغيري الذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية من المتغيرات المهمة التي قد تؤدي دوراً مهماً في توجيه سلوك الطالبات وتعلمهن، وقد تتأثر معتقداتهن في قدرتهن على الاندماج الأكاديمي من خلال الذكاء الانفعالي الذي يمتلكه، بالإضافة إلى اليقظة الذهنية، ومن ثم، يمكن أن تكون من المنبئات المهمة باندماجهن الأكاديمي؛ بحيث يستفاد منها لاحقاً في تنمية مهارتهن وتطوير خبراتهن.

الدراسات السابقة:

أولاً: الدراسات التي اهتمت بالذكاء الانفعالي والاندماج الأكاديمي:

هدفت دراسة زويل (٢٠٢٣) إلى الكشف عن الإسهام النسبي للعزيمة والذكاء الانفعالي في الاندماج الأكاديمي، وتعرف الفروق تبعاً لكل من النوع (ذكور - إناث) والخلفية الثقافية (إفريقي - آسيوي) لدى الطلاب الوافدين بجامعة الأزهر، وتكونت عينة البحث من (٢٣٦) طالباً وطالبة بواقع (١٨٠) طالباً، (٥٦) طالبة)، واشتملت أدوات البحث

على مقياس العزيمة ، ومقياس الذكاء الانفعالي، ومقياس الاندماج الأكاديمي ، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الاندماج الأكاديمي وكل من العزيمة والذكاء الانفعالي، ووجود فروق دالة إحصائية في العزيمة والذكاء الانفعالي والاندماج الأكاديمي وفقاً للنوع (ذكور - إناث) لصالح الذكور، ووفقاً للخلفية الثقافية (إفريقي - آسيوي) لصالح الأفارقة، كما بينت النتائج إمكانية التنبؤ بالاندماج الأكاديمي من خلال العزيمة والذكاء الانفعالي لدى عينة البحث.

وهدفت دراسة (Barragan Martin, et al. (2021 إلى تحليل العلاقة بين الذكاء الانفعالي واحترام الذات والاندماج الأكاديمي، وتحديد الدور الوسيط لتقدير الذات في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والاندماج في مرحلة المراهقة، وتم استخدام عينة مكونة من (١٢٨٧) طالباً بالمدارس الثانوية، واستخدام ثلاثة مقاييس: الذكاء الانفعالي، وتقدير الذات، ومقياس الاندماج الأكاديمي، وأظهرت النتائج وجود علاقات إيجابية بين كل من النشاط والتفاني والاستيعاب للاندماج الأكاديمي، وبين عوامل الذكاء الانفعالي وتقدير الذات.

وأجرى Bandi & Mishra (2021) دراسة استقصائية على (٣٣٠) طالباً جامعياً يتابعون دراستهم للحصول على درجة مهنية، من خلال استبيان منظم باستخدام مقياس الذكاء الانفعالي الشهير لفيلدمان (1999) ومقياس لشاوفيلي وآخرين" (2006) للاندماج الأكاديمي، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين الذكاء الانفعالي وبين الاندماج الأكاديمي، حيث أظهر الطلاب الأذكياء عاطفياً اندماجاً أكاديمياً أعلى، وبالتالي أداءً أفضل.

القدرة التنبؤية للدكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الربيعي

ثانياً: الدراسات التي اهتمت باليقظة الذهنية والاندماج الأكاديمي:

هدفت دراسة المغازي، وخلييل (٢٠٢٣) إلى الكشف عن فعالية برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية في تحسين كل من التدفق النفسي، والاندماج الأكاديمي لدى طالبات رياض الأطفال، وتكونت عينة البحث من (٢٨) طالبة من طالبات رياض الأطفال بكلية التربية جامعة كفر الشيخ، باستخدام المنهج شبه التجريبي، واشتملت أدوات البحث على مقياس اليقظة العقلية، ومقياس التدفق النفسي، ومقياس الاندماج الأكاديمي، والبرنامج التدريبي القائم على اليقظة العقلية، وتوصل البحث إلى مجموعة من النتائج، أهمها: وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقاييس التدفق النفسي (الأبعاد - الدرجة الكلية)، والاندماج الأكاديمي (الأبعاد - الدرجة الكلية) لصالح التطبيق البعدي؛ مما يوضح فعالية البرنامج التدريبي القائم على اليقظة العقلية في تحسين كل من التدفق النفسي، والاندماج الأكاديمي لدى طالبات رياض الأطفال.

وفحصت دراسة حسن (٢٠٢٢) العلاقة بين النوموفوبيا والاندماج الأكاديمي - اليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة، إلى جانب التحقق من إمكانية التنبؤ بالنوموفوبيا من كل من الاندماج الأكاديمي واليقظة العقلية، والكشف عن الفروق في النوموفوبيا وفقاً للنوع (ذكور - إناث) والتخصص (كليات علمية - كليات نظرية) لدى طلبة الجامعة. وشارك في البحث (٤٠٠) طالب وطالبة (٢٠٠ طالب، ٢٠٠ طالبة) من جامعة الأزهر وذلك بالعام الجامعي (٢٠٢١/٢٠٢٢م)، وقد تكونت أدوات البحث من مقياس النوموفوبيا، ومقياس الاندماج الأكاديمي، ومقياس اليقظة العقلية. وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين (النوموفوبيا - الاندماج الأكاديمي، اليقظة العقلية)، وإمكانية التنبؤ بالنوموفوبيا لدى طلبة الجامعة من خلال الاندماج الأكاديمي واليقظة العقلية. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في النوموفوبيا وأبعادها وفقاً للنوع

(ذكور - إناث) لصالح الإناث، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النوموفوبيا وأبعادها وفقا للتخصص (كليات علمية- كليات نظرية).

وفي دراسة (Miralles-Armenteros et al.,2012) لتحليل العلاقة بين اليقظة والأداء الأكاديمي، وكيف يمكن تفسيرها من خلال دور التعاطف والاندماج. وتألقت عينة الدراسة من (٢١٠) طلاب جامعيين من الحاصلين على درجات علمية في الإدارة، والذين من المرجح أن يشغلوا بعد تخرجهم وظائف كمديرين أو قادة للمنظمات. وقد كشفت نمذجة المعادلة الهيكلية أن التعاطف يتوسط جزئياً العلاقة بين اليقظة الذهنية والاندماج، وبالتالي يزيد الأداء الأكاديمي.

واختبر عوضين (٢٠٢٠) صحة العلاقة النظرية بين اليقظة العقلية والاندماج الأكاديمي على الاستمتاع بالحياة، للتوصل إلى نموذج يحدد أثر بعض المتغيرات المهمة في الاستمتاع بالحياة. وأجريت الدراسة على مجموعة من المفحوصين تم اختيارهم عشوائياً (١٠٠) طالبة من طالبات كلية التربية بجامعة الملك خالد بأبها، واستخدمت الدراسة مقاييس: اليقظة العقلية؛ الاندماج الأكاديمي، والاستمتاع بالحياة. وتوصلت نتائجها إلى توسط الاندماج الأكاديمي بين اليقظة العقلية والاستمتاع بالحياة.

وبحثت دراسة النجار (٢٠١٩) العلاقة بين اليقظة العقلية وكل من الحاجة إلى المعرفة والاندماج الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية، وإمكانية التنبؤ بالاندماج الأكاديمي من خلال اليقظة العقلية والحاجة إلى المعرفة، وكذلك الكشف عن تأثير النوع (ذكور - إناث) في متغيرات البحث، وتكونت العينة من (٢٩٦) طالباً وطالبة بالدراسات العليا (دبلوم خاص - ماجستير) بكلية التربية جامعة كفر الشيخ، واشتملت أدوات البحث على مقياس اليقظة العقلية ، ومقياس الحاجة إلى المعرفة ، ومقياس الاندماج الأكاديمي ، واعتمد البحث على المنهج الوصفي، وذلك باستخدام

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الربيعي

كل من الأسلوب الارتباطي والأسلوب الفارق، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً وموجبة بين بعض أبعاد اليقظة العقلية والدرجة الكلية لليقظة العقلية وكل من بعض أبعاد الحاجة إلى المعرفة والدرجة الكلية للحاجة إلى المعرفة وبعض أبعاد الاندماج الأكاديمي والدرجة الكلية للاندماج الأكاديمي.

وهدفت دراسة عبد الحميد (٢٠١٨) لتعرف مستوى اليقظة العقلية وعلاقتها بالتنظيم الانفعالي الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، واستخدمت المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من الفرقتين الثانية والثالثة بكلية التربية جامعة سوهاج، بواقع (١٠٧ طلاب، ٩٣ طالبة) واستخدمت الدراسة مقياس اليقظة العقلية ومقياس التنظيم الانفعالي الأكاديمي، وأشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى اليقظة العقلية لدى طلاب الجامعة، ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية وإستراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكاديمي، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في اليقظة العقلية بين الذكور والإناث.

رابعاً : التعقيب على الدراسات السابقة:

باستقراء الدراسات السابقة، وجد أن معظم الدراسات السابقة، سواء المتعلقة بالذكاء الانفعالي أو اليقظة الذهنية، تؤكد وجود علاقة إيجابية بين هذه العوامل النفسية والاندماج الأكاديمي. على سبيل المثال، أظهرت دراسة زويل (٢٠٢٣) ودراسة (Bandi & Mishra, 2021) أن الذكاء الانفعالي يسهم بشكل إيجابي في زيادة الاندماج الأكاديمي. وبالمثل، أظهرت دراسة المغازي و خليل (٢٠٢٣) ودراسة عوضين (٢٠٢٠) تأثير اليقظة الذهنية على الاندماج الأكاديمي كما سعت بعض الدراسات للتنبؤ بالاندماج الأكاديمي من خلال العوامل النفسية مثل الذكاء الانفعالي (زويل، ٢٠٢٣) واليقظة

الذهنية (النجار، ٢٠١٩). وهذا يعكس أهمية هذه العوامل كمتغيرات مؤثرة في تفسير الاندماج الأكاديمي.

واختلفت الدراسة الحالية عن بعض الدراسات مثل دراسة (Barragan Martin et al., 2021) ودراسة (Miralles–Armenteros et al., 2012) التي هدفت إلى فحص الدور الوسيط لمتغيرات أخرى، مثل تقدير الذات والتعاطف، بين الذكاء الانفعالي أو اليقظة الذهنية والاندماج الأكاديمي. بينما الدراسات الأخرى اكتفت بفحص العلاقة المباشرة بين المتغيرات النفسية والاندماج الأكاديمي.

ووجد اختلاف في الفئات العمرية والمراحل التعليمية للمشاركين. على سبيل المثال، بعض الدراسات ركزت على طلاب الجامعة (مثل حسن، ٢٠٢٢؛ عبد الحميد، ٢٠١٨)، بينما ركزت أخرى على طلاب المراحل الثانوية (Barragan Martin et al., 2021) أو طالبات رياض الأطفال (المغازي و خليل، ٢٠٢٣). وهذا التنوع يوفر نظرة أوسع للعوامل النفسية وتأثيرها عبر مختلف المراحل التعليمية.

وتختلف الدراسة الحالية عن دراسة المغازي و خليل (٢٠٢٣) التي استخدمت المنهج شبه التجريبي لتقييم فعالية برنامج تدريبي، بينما تتفق مع بقية الدراسات التي استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي (مثل عبد الحميد، ٢٠١٨؛ النجار، ٢٠١٩). وهذا الاختلاف في المنهجيات يعكس التنوع في أساليب جمع البيانات وتحليلها لفهم العلاقات بين المتغيرات.

وتميزت الدراسة الحالية بتناولها متغيرات ثلاثة لم تجتمع في أي دراسة سابقة - وذلك في حدود إطلاع الباحثة على قواعد البيانات المتاحة، وقد تأتي لتضيف إلى الدراسات السابقة دراسة أخرى، لعلها تكون ذات فائدة للمكتبة العربية والسعودية بشكل خاص، وبصورة عامة تم الاستفادة من الدراسات السابقة في توجيهها إلى العديد من

القدرة التنبؤية للدكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

المراجع المتعلقة بموضوع الدراسة الحالية وتحديد العوامل المؤثرة في الاندماج الأكاديمي مثل الذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية. وصياغة أسئلة الدراسة، وتحديد منهجيتها، واختيار أدواتها وذلك من خلال المعلومات التي توفرها الدراسات السابقة حول أدوات القياس الموثوقة مثل مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس اليقظة الذهنية، وكذلك تفسير النتائج.

منهج الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة: استخدمت الدراسة المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن، وذلك لمناسبته لتحقيق أهداف الدراسة.

مجتمع الدراسة:

شمل مجتمع الدراسة جميع طلبة البكالوريوس بجامعة جدة، بالمقر الرئيس، والبالغ عددهم (١٥٧٠٤) طلاب وطالبات، منهم (٤٤٨٩) طالباً و(١١٢١٥) طالبة، والمسجلين في كليات الجامعة البالغ عددها ١٣ كلية، مصنفة وفق المجالات إلى: الكليات الصحية (الطب، العلوم التطبيقية)، والكليات العلمية (الهندسة، علوم وهندسة الحاسب، العلوم الأعمال، علوم الرياضة)، والكليات الإنسانية (الإعلام، القرآن والدراسات الإسلامية، العلوم الاجتماعية، اللغات والترجمة، القانون والدراسات القضائية، التصاميم والفنون) (عمادة القبول والتسجيل بجامعة جدة، ٥١٤٤٥).

جدول (١) توزيع مجتمع الدراسة حسب متغير المجال الدراسي

النسبة المئوية	عدد الطلاب	المجال الدراسي
٤.٨	٧٤٩	الكليات الصحية
٦٠	٩٤٢١	الكليات العلمية
٣٥.٢	٥٥٣٤	الكليات الإنسانية
١٠٠	١٥٧٠٤	المجموع

عينة الدراسة:

تم اختيار عينة استطلاعية تكونت من (٧٠) طالبة للتحقق من الخصائص السيكومترية لادوات الدراسة، واستخدمت عينة أساسية ممثلة لمجتمع الدراسة تتكون من (٢٠٠) طالبة (١٠٠ طالبة بالكليات العلمية ؛ ١٠٠ طالبة بالكليات الإنسانية) بنسبة ١.٣٪ من المجتمع الأصلي، وذلك بطريقة عشوائية طبقية من الكليات العلمية والإنسانية بجامعة جدة للتحقق من تساؤلات الدراسة.

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس الذكاء الانفعالي من إعداد: (عبد الحميد، ٢٠١٣).

تم بناء المقياس في ضوء نموذج (Bar-on,1997) والذي يرى أن الذكاء الانفعالي عبارة عن عدد من القدرات غير المعرفية المؤثرة على سلوك الأفراد ؛ ويتكون المقياس من (٤٢) عبارة تقيس الذكاء الانفعالي من خلال خمسة أبعاد، هي: القدرات داخل الفرد، القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، المزاج العام ويبين جدول(٢) توزيع عبارات المقياس تبعاً للأبعاد.

جدول (٢) توزيع مفردات مقياس الذكاء الانفعالي تبعاً للأبعاد

**القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة
د. إيناس علي الراغي**

العبارات	البعد
٣٦، ٣١، ٢٦، ٢١، ١٦، ١١، ٦، ١	١ - القدرات داخل الفرد
٤١، ٣٧، ٣٢، ٢٢، ٢٧، ١٧، ١٢، ٧، ٢	٢ - القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع
٣٨، ٣٣، ٢٣، ٢٨، ١٨، ١٣، ٨، ٣	٣ - القدرة على التكيف
٤٢، ٣٩، ٣٤، ٢٩، ٢٤، ١٩، ١٤، ٩، ٤	٤ - إدارة الضغوط
٤٠، ٣٥، ٣٠، ٢٥، ٢٠، ١٥، ١٠، ٥	٥ - المزاج العام

❖ عبارات سالبة

طريقة تصحيح المقياس:

يتم تقدير استجابة الطالبة على المفردات وفقاً لمقياس خماسي في ضوء أسلوب ليكرت Likert، وذلك على النحو التالي: تنحصر الدرجة الخاصة بكل مفردة من (٥ - ١)، حيث يعطى البديل (دائماً) خمس درجات، و(غالباً) أربع درجات، و(أحياناً) ثلاث درجات، و(نادراً) درجتين، و(أبداً) درجة واحدة للعبارات الإيجابية على التوالي، مع ملاحظة أن جميع مفردات المقياس تم صياغتها في الاتجاه الإيجابي، ما عدا المفردات (٣٧، ٤١، ٩، ٢٤، ٢٥، ٣٠، ١١، ٣١)، فتم صياغتها في الاتجاه السلبي؛ لذا يتم معهما عكس الدرجات السابقة.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم حساب معامل الارتباط بين المقياس الأصلي واختبار ذكاء الانفعالي وقد بلغت قيم معامل الارتباط بين المقياسين (٠.٨٥) وهو معامل ارتباط مرتفع ودال عند مستوى (٠.٠١) مما يشير إلى صدق المقياس، كما تم حساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق على (٣٠) من طلاب الفرقة الثالثة شعبة رياض الأطفال بكلية التربية بتربة - جامعة

داسات تروية ونفسية (مجلة كلية التربية بالرقائق) المجلد (٣٩) العدد (١٣٩) ديسمبر ٢٠٢٤ الجزء الاول

الطائف ، وقد كان معاملات الاستقرار ٠,٩٤ ، ٠,٩٢ ، ٠,٩٣ ، ٠,٨٨ ، ٠,٩٥ ، ٠,٩٣ ، وذلك لأبعاد القدرات داخل الفرد، القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، المزاج العام ، والدرجة الكلية وجميعها معاملات ارتباط مرتفعة ودالة عند مستوى ٠,٠١ .

صدق المقياس في الدراسة الحالية:

الاتساق الداخلي للمقياس:

تم حساب الاتساق الداخلي من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، إضافة إلى معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، والجدولان (٣) و(٤) يوضحان ذلك.

جدول (٣) معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه في مقياس الذكاء الانفعالي

المزاج العام		إدارة الضغوط		القدرة على التكيف		القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين		القدرات داخل الفرد	
الارتباط	رقم	الارتباط	رقم	الارتباط	رقم	الارتباط	رقم	الارتباط	رقم
بالمجموع الكلي بالبعد	العبارة	بالمجموع الكلي بالبعد	العبارة	بالمجموع الكلي بالبعد	العبارة	بالمجموع الكلي بالبعد	العبارة	بالمجموع الكلي بالبعد	العبارة
.627**		.609**		.620**		.414**		.519**	
.783**		.653**		.630**		.570**		.475**	
.790**		.671**		.396**		.533**		.485**	
.621**		.714**		.679**		.373**		.536**	
.632**		.621**		.566**		.488**		.748**	
.411**		.505**		.615**		.420**		.589**	
.418**		.602**		0.031		.384**		.707**	

**القدرة التنبؤية للنكء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة
د. إيناس علي الراعي**

المزاج العام		إدارة الضغوط		القدرة على التكيف		القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين		القدرات داخل الفرد	
.508**		.277*		.571**		.309**		.633**	
		.311**	.٢			.334**	.١		

◆◆ دال عند ٠.٠١

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) ،
والعبارة رقم (٣٩) فهي دالة عن ٠.٠٥ ، كما جاءت العبارة (٣٣) غير دالة إحصائياً؛ لذلك
حذفت، وقد تم حساب معامل الارتباط بين مجموع درجات كل بعد والدرجة الكلية
للمقياس، والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول (٤) معامل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس النكء الانفعالي

النكء الانفعالي	إدارة الضغوط	المزاج العام	القدرة على التكيف	القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين	القدرات داخل الفرد	
					1	القدرات داخل الفرد
				1	.289*	القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين
			1	.430**	.511**	القدرة على التكيف
		1	.553**	.591**	.540**	المزاج العام
	1	.574**	.676**	.499**	.617**	إدارة الضغوط
1	.823**	.813**	.751**	.712**	.801**	النكء الانفعالي

◆◆ دال عند ٠.٠١

يتضح من الجدول (٣) أن قيم معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، انحصرت ما بين (٠.٧١٢ : ٠.٨٢٣) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام كل من معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وذلك بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية، والجدول (٥) يوضح ذلك

جدول (٥) معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لمقياس الذكاء الانفعالي

الأبعاد	معامل ألفا	التجزئة النصفية
القدرات داخل الفرد	.730	.738
القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين	.754	.716
القدرة على التكيف	.728	.735
إدارة الضغوط	.730	.892
المزاج العام	.795	.790
الذكاء الانفعالي	.874	.890

يتضح من جدول (٥) أن معاملات ألفا لأبعاد المقياس انحصرت ما بين (٠.٧٢٨ : ٠.٧٩٥)، كما بلغ معامل ألفا للمقياس ككل (٠.٨٧٤) وهي معاملات عالية؛ مما يشير إلى ثبات

القدة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

مقبول للمقياس، بينما انحصرت معاملات التجزئة النصفية لأبعاد المقياس ما بين (٠.٧١٦:٠.٨٩٢)، وللمقياس ككل (٠.٨٩٠) وهي أيضاً معاملات ثبات مقبولة للمقياس.

ثانياً: مقياس اليقظة الذهنية: من إعداد: عبد الله؛ الشمسي (٢٠١٣)

وصف المقياس:

تكون المقياس في صورته النهائية من (٣٦) مفردة تتوزع على (٤) أبعاد، هي: الأول (التمييز اليقظ (Alertness to Distinction) ويعني درجة تطوير الفرد للأفكار الجديدة وطريقته في النظر للأشياء. والثاني (الانفتاح على الجديد (Opening to Living: ويعني مدى استكشاف الفرد للمثيرات الجديدة وانشغاله فيها . والثالث (التوجه نحو الحاضر (Orientation in the Present: ويعني درجة انشغال الفرد أو استغراقه في أي موقف معين. والرابع (الوعي بوجهات النظر المتعددة (Awareness of Multiple Perspectives) ويعني مدى إمكانية تحليل الموقف من أكثر من منظور، وتحديد قيمة كل منظور. ويبين جدول(٦) توزيع عبارات المقياس تبعاً للأبعاد.

جدول (٦) توزيع مفردات مقياس اليقظة الذهنية تبعاً للأبعاد

العبارات	العدد
٣٤، ٣١، ٢٩، ٢٦، ٢٣، ١٩، ١١، ١٥، ٩، ٥، *١	التمييز اليقظ
٣٦، ٣٥، *٣٢، ٢٠، ٢٧، ١٦، *١٢، ٦، ٢	الانفتاح على الجديد
*٢٤، *٢١، *١٧، *١٣، ٧، *٣	التوجه نحو الحاضر
٣٣، ٣٠، ٢٨، ٢٥، ٢٢، ١٨، ١٤، ١٠، ٨، ٤	الوعي بوجهات النظر المختلفة

❖ عبارات سالبة

طريقة تصحيح المقياس:

يتم تقدير استجابة الطلبة على المفردات وفقاً لمقياس خماسي في ضوء أسلوب ليكرت Likert، وذلك على النحو التالي: تتراوح الدرجة الخاصة بكل مفردة من (٥ - ١) ، حيث يعطى البديل (تنطبق على دائماً) خمس درجات، و(تنطبق علي غالباً) أربع درجات، و(تنطبق علي أحياناً) ثلاث درجات، و(تنطبق علي نادراً) درجتين، و(لا تنطبق علي أبداً) درجة واحدة للعبارات الإيجابية على التوالي، مع ملاحظة أن جميع مفردات المقياس تم صياغتها في الاتجاه الإيجابي، ما عدا المفردات (٩،٤١،٣٧،٣١،١١،١٠،٣٠،٢٥،٢٤)، فتم صياغتها في الاتجاه السلبي؛ لذا يتم معهما عكس الدرجات السابقة.

الخصائص السيكومترية لمقياس اليقظة الذهنية:

لقد تم التحقق من الصدق الظاهري في صورته الأصلية من خلال عرض المقياس على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس والمقياس النفسي للحكم على صلاحية المقياس كما تم التحقق صدق البناء بأسلوب الارتباطات، على النحو (ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال ، مصفوفة الارتباطات الداخلية) و تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد المقياس الثلاث ، وتبين إن جميع الارتباطات الداخلية سواء ارتباط المجالات بعضها مع البعض الأخر أو ارتباطها بالدرجة الكلية ، وقد تراوحت معاملات الارتباط المحسوبة بين (٠.٢٥٩ - ٠.٨٣٤) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥.

كما تم حساب ثبات المقياس بطريقتين لحساب الثبات هما:

أ . إعادة الاختبار: وذلك بتطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة مؤلفة من (٥٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من أربع كليات وبفاصل زمني قدره

القوة التنبؤية للداء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

خمسة عشر يوماً واستخدم معاملات ارتباط بيرسون لاستخراج الارتباط بين الدرجات في التطبيقين حيث بلغ (٧٩.٠).

ب . معامل الاتساق الداخلي (الفكرونيباخ): وعند حساب معامل الثبات بهذه الطريقة كانت قيمته (٨٢.٠) .

صدق المقياس في الدراسة الحالية:

الاتساق الداخلي للمقياس:

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، إضافة إلى معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، والجدولان (٧) و(٨) يوضحان ذلك.

جدول (٧)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد المنتميه إليه لمقياس اليقظة الذهنية

الوحي بوجهات النظر المختلفة		التوجه نحو الحاضر		الانفتاح على الجديد		التمييز اليقظ	
الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة
.540**	٤	.473**	٢	.532**	٢	0.018	١
.527**	٨	.450**	٧	.432**	٦	.571**	٥
.543**	١٠	.543**	١٣	.310**	١٢	.654**	٩
.422**	١٤	.519**	١٧	.510**	١٦	.569**	١١
.555**	١٨	.588**	٢١	.521**	٢٠	.507**	١٥
.595**	٢٢	.615**	٢٤	.673**	٢٧	.526**	١٩

داسات تروية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق) المجلد (٣٩) العدد (١٣٩) ديسمبر ٢٠٢٤ الجزء الاول

الوعي بوجهات النظر المختلفة		التوجه نحو الحاضر		الانفتاح على الجديد		التمييز اليقظ	
الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة
.624**	٢٥			0.076	٣٢	.614**	٢٣
.452**	٢٨			.335**	٣٥	.458**	٢٦
.596**	٣٠			.474**	٣٦	.520**	٢٩
.439**	٣٣					.601**	٣١
						0.018	٣٤

جدول (٨) معامل الارتباط بين الابعاد والدرجة الكلية لمقياس اليقظة الذهنية

اليقظة الذهنية	الوعي بوجهات النظر المختلفة	التوجه نحو الحاضر	الانفتاح على الجديد	التمييز اليقظ	الارتباطات البيئية
				1	التمييز اليقظ
			1	.663**	الانفتاح على الجديد
		1	.569**	.735**	التوجه نحو الحاضر
	1	.426**	.554**	.780**	الوعي بوجهات النظر المختلفة
1	.903**	.528**	.728**	.904**	اليقظة الذهنية

♦♦ دال عند ٠.٠١، ♦ دال عند ٠.٠٥

يتضح من الجدول (٨) أن معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠.٥٢٨ : ٠.٩٠٤) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.
ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام كل من معامل ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية، وذلك بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية، والجدول (٩) يوضح ذلك:

القدرة التنبؤية للدكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

جدول (٩) معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لمقياس اليقظة الذهنية

الأبعاد	معامل ألفا	التجزئة النصفية
التمييز اليقظ	.776	.779
الانفتاح على الجديد	.711	.723
التوجه نحو الحاضر	.791	.803
الوعي بوجهات النظر المختلفة	.777	.836
اليقظة الذهنية	.805	.836

يتضح من جدول (٩) أن معاملات ألفا لأبعاد المقياس تراوحت ما بين (٠.٧١١ : ٠.٧٩١)، كما بلغ معامل ألفا للمقياس ككل (٠.٨٠٥) وهي معاملات عالية، مما يشير إلى ثبات مقبول للمقياس، بينما تراوحت قيم أبعاد المقياس في التجزئة النصفية ما بين (٠.٧٢٣ : ٠.٨٧٦) وللمقياس ككل (٠.٨٣٦) وهي أيضاً معاملات ثبات مقبولة للمقياس. ثالثاً: مقياس الاندماج الأكاديمي من إعداد: (Veiga,2016) ترجمة: (الغامدي ، ٢٠٢٠)

وصف المقياس:

يتكون المقياس الذي طوره وقننه فيجا (Vega,2016) من (٢٠) فقرة تتوزع بالتساوي على أربعة أبعاد تمثل الاندماج الأكاديمي، هي: الاندماج المعرفي، والاندماج الانفعالي، والاندماج السلوكي، والاندماج التشاركي. ويتم الإجابة عن المقياس من خلال تدرج ليكرت السداسي، بدءاً من (١) غير موافق تماماً، وحتى (٦) موافق تماماً. وبعد ترجمة المقياس وتحكيمه، تم اعتماد العبارات المترجمة التي حظيت باتفاق جميع المحكمين على النص المترجم، وفي حال لم يتم الاتفاق بين المحكمين يتم الأخذ بالتعديلات

التي يتفق عليها محكمان من الثلاثة. واعتمد الغامدي نسبة اتفاق ٨٠٪ كمعيار لقبول الفقرة أو تعديلها، ولقد تم تعديل (٩) فقرات من المقياس، كما تم تعديل الاستجابات وفق رأي المحكمين لتكون وفق مقياس ليكرت الخماسي. ويبين جدول (١٠) توزيع عبارات المقياس تبعا للأبعاد.

جدول (١٠) توزيع مفردات مقياس الاندماج الأكاديمي تبعا للأبعاد

العبارات	العدد
معرفي	١٧، ١٣، ٩، ٥، ١
وجداني	*٢، ٦، ١٠، ١٤، *١٨
سلوكي	*٣، *٧، *١١، *١٥، *١٩
التشاركي	٢٠، ١٦، ١٢، ٨، ٤

❖ عبارات سالبة

طريقة تصحيح المقياس:

يتم تقدير استجابة الطلبة على المفردات وفقاً لمقياس خماسي في ضوء أسلوب ليكرت Likert، وذلك على النحو الآتي: تتراوح الدرجة الخاصة بكل مفردة من (٥ - ١)، حيث يعطى البديل (تنطبق عليّ دائماً) خمس درجات، و(تنطبق عليّ غالباً) أربع درجات، و(تنطبق عليّ أحياناً) ثلاث درجات، و(تنطبق عليّ نادراً) درجتين، و(لا تنطبق عليّ أبداً) درجة واحدة للعبارات الإيجابية على التوالي، مع ملاحظة أن جميع مفردات المقياس تم صياغتها في الاتجاه الإيجابي، ما عدا المفردات (٢، ٣، ٧، ١١، ١٥، ١٨، ١٩)، فتم صياغتها في الاتجاه السلبي؛ لذا يتم معها عكس الدرجات السابقة.

القوة التنبؤية للدكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الربيعي

الخصائص السيكومترية لمقياس الاندماج الأكاديمي:

لقد تم التحقق من الصدق العاملي في المقياس الأصلي فقد أظهرت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي للمقياس أدلة سيكومترية داعمة لنموذج الأربعة أبعاد) المعرفي والانفعالي والسلوكي والتشاركي)، كما حقق نموذج الأبعاد الأربعة مؤشرات حسن مطابقة جيدة، وكذلك حقق المقياس مستوى صدق تقاربي مقبول وتم حساب الثبات وبلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل (٨٢،٠)، بينما كانت قيمته للأبعاد الأربعة ٧٦،٠ و ٨٢،٠ و ٧٠،٠ و ٨٥،٠ على التوالي.

صدق المقياس في الدراسة الحالية:

الاتساق الداخلي للمقياس:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، إضافة إلى معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، والجدولان (١١) و(١٢) يوضحان ذلك.

جدول (١١)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه لمقياس الاندماج الأكاديمي

التشاركي		السلوكي		الوجداني		المعرفي	
الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة
.795**	٤	.699**	٢	.620**	٢	.575**	١
.733**	٨	.778**	٧	.777**	٦	.708**	٥

داسات تربوية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق) المجلد (٣٩) العدد (١٣٩) ديسمبر ٢٠٢٤ الجزء الاول

التشاركي		السلوكي		الوجداني		المعرفي	
الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة	الارتباط بالمجموع الكلي بالبعد	رقم العبارة
.782**	١٢	.586**	١١	.808**	١٠	.666**	٩
.750**	١٦	.422**	١٥	.898**	١٤	.730**	١٣
.553**	٢٠	.617**	١٩	.802**	١٨	.563**	١٧

◆◆ دال عند ٠.٠١

يتضح من جدول (١١) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه، تراوحت ما بين (٠.٤٤٢ : ٠.٨٩٨)، وجميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، وقد تم حساب معامل الارتباط بين مجموع درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول (١٢) معامل الارتباط بين مجموع درجات الابعاد والدرجة الكلية لمقياس الاندماج الاكاديمي

الاندماج الاكاديمي	التشاركي	سلوكي	وجداني	معرفي	الارتباطات البيئية
				1	معرفي
			1	.356**	وجداني
		1	.330**	.430**	سلوكي
	1	.353**	.592**	.387**	التشاركي
1	.815**	.671**	.818**	.685**	الاندماج الاكاديمي

◆◆ دال عند ٠.٠١

القوة التنبؤية للداء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

يتضح من الجدول (١٢) أن معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠.٦٧١ : ٠.٨١٨) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.
ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام كل من معامل ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية، وذلك بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية، والجدول (١٣) يوضح ذلك:

جدول (١٣) معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لمقياس الاندماج الأكاديمي

الأبعاد	معامل ألفا	التجزئة النصفية
المعرفي	.747	.702
الوجداني	.840	.876
السلوكي	.716	.736
التشاركي	.722	.824
الدرجة الكلية	.845	.907

يتضح من جدول (١٣) أن قيم معاملات ألفا لأبعاد المقياس تراوحت ما بين (٠.٧١٦ : ٠.٨٤٠)، كما بلغ معامل ألفا للمقياس ككل (٠.٨٤٥) وهي معاملات عالية، مما يشير إلى ثبات مقبول للمقياس، بينما تراوحت قيم التجزئة النصفية لأبعاد المقياس ما بين (٠.٧٠٢ : ٠.٨٧٦)، وللمقياس ككل (٠.٩٠٧) وهي أيضاً معاملات ثبات مقبولة للمقياس.
النتائج وتفسيرها:

نتائج السؤال الأول وتفسيرها: والذي ينص على: "ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين الاندماج الأكاديمي وكل من اليقظة الذهنية وأبعادها (التمييز اليقظ، الانفتاح على

الجديد، التوجه نحو الحاضر، الوعي بوجهات النظر) والذكاء الانفعالي وأبعاده (القدرات داخل الفرد ، القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين ، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، المزاج العام) لدى طالبات الجامعة؟
للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون والجدول (١٤) يوضح ذلك.

جدول (١٤) مصفوفة معاملات الارتباط بين الاندماج الأكاديمي وكل من اليقظة الذهنية والذكاء

الانفعالي وأبعاده الفرعية

الاندماج الأكاديمي	التشاركي	السلوكي	الوجداني	المعرفي	المتغير
.491**	.353**	.193**	.368**	.447**	التمييز اليقظ
.366**	.261**	.199**	.209**	.377**	الانفتاح على الجديد
.236**	.178*	.300**	0.112	0.125	التوجه نحو الحاضر
.420**	.247**	.173*	.288**	.480**	الوعي بوجهات النظر المختلفة
.538**	.367**	.285**	.355**	.519**	اليقظة الذهنية
.389**	.260**	.209**	.351**	.259**	القدرات داخل الفرد
.247**	.147*	0.115	.167*	.274**	القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين
.340**	.308**	0.054	.270**	.276**	القدرة على التكيف
.405**	.243**	.295**	.224**	.424**	إدارة الضغوط
.349**	0.129	.222**	.306**	.347**	القدرات داخل الفرد

**القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة
د. إيناس علي الراعي**

الاندماج الأكاديمي	التشاركي	السلوكي	الوجداني	المعرفي	المتغير
.469**	.287**	.253**	.353**	.432**	الذكاء الانفعالي

❖ دال عند مستوى (٠.٠١) ❖ دال عند مستوى (٠.٠٥)

يتضح من جدول (١٤):

- وجود علاقات ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين الاندماج الأكاديمي واليقظة الذهنية وأبعادها (التمييز اليقظ، الانفتاح على الجديد، التوجه نحو الحاضر، الوعي بوجهات النظر) وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Miralles–Armenteros, et. al., 2021)، دراسة (عوضين، ٢٠٢٠)، دراسة (النجار، ٢٠١٩) في وجود علاقة بين اليقظة الذهنية والاندماج الأكاديمي.
 - وجود علاقات ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين الاندماج الأكاديمي والذكاء الانفعالي وأبعاده (القدرات داخل الفرد، القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، المزاج العام) لدى طالبات الجامعة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (زويل، ٢٠٢٣) التي توصلت إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الاندماج الأكاديمي والذكاء الانفعالي.
- نتائج السؤال الثاني وتفسيرها:** والذي ينص على: "هل يمكن التنبؤ بالاندماج الأكاديمي من الذكاء الانفعالي (القدرات داخل الفرد، القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، المزاج العام) لدى طالبات الجامعة؟
- وللإجابة عن هذا السؤال تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد لبيان إمكانية التنبؤ بالاندماج الأكاديمي من الذكاء الانفعالي (القدرات داخل الفرد، القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، إدارة الضغوط، المزاج العام)،

وذلك بافتراض أن الاندماج الأكاديمي متغير تابع وأبعاد الذكاء الانفعالي متغيرات مستقلة. والجدول (١٥) يعرض تحليل الانحدار المتعدد.

وللتحقق من نموذج الانحدار الخطي المتعدد تم إجراء اختبار الارتباط الذاتي والتداخل المتعدد والتوزيع الطبيعي للأخطاء كما في جدول رقم (١٥) يوضح نتائج تحليل الارتباط الذاتي والتداخل الخطي المتعدد والتوزيع الطبيعي للمتغيرات المستقلة.

جدول (١٥) اختبار الارتباط الذاتي والتداخل المتعدد والتوزيع الطبيعي للأخطاء

Dur bin-Watson D-W	نسبة معامل الالتواء على الخطا المعياري	الخطا المعياري	معامل الالتواء	معامل تضخم البيانات VI P	المتغيرات المستقلة
1.819	-1.79	.192	-.344	1.611	القدرات داخل الفرد
	-0.01		-.002	1.340	القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين
	1.73		.333	1.540	القدرة على التكيف
	-0.72		-.139	1.883	المزاج العام
	-1.64		-.315	1.866	إدارة الضغوط

تم إجراء اختبار الارتباط الذاتي للأخطاء العشوائية باستخدام نموذج دار بن واطسون Durbin-Watson وكانت ١.٨١٩ وهي تقترب من ٢ وتشير إلى عدم وجود ارتباط ذاتي بين الأخطاء العشوائية، كما جاءت قيمة Variance Inflation Factor /

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

(VIF) للتعدد الخطي أقل من (١٠) للمتغيرات المستقلة وهذا يعني أن النموذج لا يعاني من مشكلة التداخل الخطي أي عدم وجود ارتباط عال بين المتغيرات المستقلة، كما تم قسمة معامل الالتواء إلى الخطأ المعياري لحساب نسبة معامل الالتواء إلى الخطأ المعياري لجميع المتغيرات المستقلة ووجدت انها تقع ضمن المدى (-٢، ٢) ويشير ذلك إلى أن المتغيرات المستقلة تتوزع طبيعياً.

من خلال نتائج جدول رقم (١٦) يمكن حساب تحليل الانحدار المتعدد كما هو مبين بالجدول.

جدول (١٦) تحليل الانحدار المتعدد لأبعاد الذكاء الانفعالي على الاندماج الأكاديمي

النموذج	العوامل المنبئة	(R)	(R ²)	R2 المعدلة	B	قيمة ف		قيمة ت	
						القيمة	مستوى الدلالة	القيمة	مستوى الدلالة
1	(Constant)	0.447	0.200	0.196	37.56	49.526	0.000	9.440	0.000
	القدرات داخل الفرد				1.05			7.037	0.000
2	(Constant)	0.492	0.242	0.234	28.68	31.473	0.000	6.075	0.000
	القدرات داخل الفرد				0.76			4.497	0.000
	إدارة الضغوط				0.51			3.307	0.001

ويتضح من الجدول (١٦) أن اثنين من أبعاد الذكاء الانفعالي (القدرات داخل الفرد، وإدارة الضغوط) قادران على التنبؤ بالاندماج الأكاديمي، في حين أن الأبعاد الأخرى (القدرات الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، المزاج العام) لم تسهم بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بالاندماج الأكاديمي، وقد أسفر التحليل عن نموذجين:

١. النموذج الأول تكوّن من (القدرات داخل الفرد) التي استطاعت أن تفسر ما نسبته (٢٠٪) من تباين درجات الاندماج الأكاديمي، وهو مقدار دال إحصائياً؛ حيث بلغت قيمة "ف" (٤٩.٥٣) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

٢. النموذج الثاني الذي تكوّن من البعدين (القدرات داخل الفرد، إدارة الضغوط) وهما يفسران ما نسبته (٢٣,٤٪) من تباين درجات الاندماج الأكاديمي، وبذلك يكون متغير إدارة الضغوط قد استطاع أن يتنبأ بمقدار إضافي في تباين درجات الاندماج الأكاديمي نسبته (٢٣,٤٪)، حيث بلغت قيمة "ف" (٣١,٤٧) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (زويل ، ٢٠٢٣) التي بينت إمكانية التنبؤ بالاندماج الأكاديمي من خلال الذكاء الانفعالي لدى الطلاب الجامعة.

وفي ضوء ما سبق، يمكن تكوين معادلتين للتنبؤ بدرجات الاندماج الأكاديمي كما يأتي:

- معادلة الانحدار الخاصة بالنموذج الأول:

المتغير التابع = قيمة الثابت + معامل الانحدار B × المتغير المستقل.

الاندماج الأكاديمي = ٣٧,٥٦ + ١,٠٥ × القدرات داخل الفرد.

- معادلة الانحدار الخاصة بالنموذج الثاني:

المتغير التابع = قيمة الثابت + معامل الانحدار B × المتغير المستقل ١ + معامل الانحدار B

× المتغير المستقل ٢.

الاندماج الأكاديمي = ٢٨,٦٨ + ٠,٧٦ × القدرات داخل الفرد + ٠,٥١ × إدارة الضغوط.

نتائج السؤال الثالث وتفسيرها: والذي ينص على: "هل يمكن التنبؤ بالاندماج

الأكاديمي من اليقظة الذهنية (التمييز اليقظ، الانفتاح على الجديد، التوجه نحو

الحاضر، الوعي بوجهات النظر) لدى طالبات جامعة جدة؟

القدرة التنبؤية للداء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

للإجابة عن هذا السؤال، استُخدم معامل الانحدار المتعدد التدريجي باستخدام أسلوب (Stepwise) لمعرفة إمكانية التنبؤ بمستوى الاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة، من خلال أنماط من اليقظة الذهنية (التمييز اليقظ، الانفتاح على الجديد، التوجه نحو الحاضر، الوعي بوجهات النظر)، وللتحقق من نموذج الانحدار الخطي المتعدد تم إجراء اختبار الارتباط الذاتي والتداخل المتعدد والتوزيع الطبيعي للأخطاء كما في جدول رقم (١٧) يوضح نتائج تحليل الارتباط الذاتي والتداخل الخطي المتعدد والتوزيع الطبيعي للمتغيرات المستقلة.

جدول (١٧) اختبار الارتباط الذاتي والتداخل المتعدد والتوزيع الطبيعي للأخطاء

Durbin-Watson D-W	نسبة معامل الالتواء على الخطأ المعياري	الخطأ المعياري	معامل الالتواء	معامل تضخم البيانات VIP	المتغيرات المستقلة
1.902	-0.99	.192	-.191	2.580	التمييز اليقظ
	0.93		.178	1.635	الانفتاح على الجديد
	0.56		.107	1.005	التوجه نحو الحاضر
	-0.29		-.056	2.200	الوعي بوجهات النظر المختلفة

تم إجراء اختبار الارتباط الذاتي للأخطاء العشوائية باستخدام نموذج داربن وايتسون Durbin-Watson وكانت ١.٩٠٢ وهي تقترب من ٢ وتشير إلى عدم وجود ارتباط ذاتي بين الأخطاء العشوائية، كما جاءت قيمة (Variance Inflation Factor / VIF) للمتعدد الخطي أقل من (١٠) للمتغيرات المستقلة وهذا يعني أن النموذج لا يعاني من مشكلة التداخل الخطي أي عدم وجود ارتباط عال بين المتغيرات المستقلة، كما تم قسمة

معامل الالتواء إلى الخطأ المعياري لحساب نسبة معامل الالتواء إلى الخطأ المعياري لجميع المتغيرات المستقلة ووجدت انها تقع ضمن المدى (-٢، ٢) ويشير ذلك إلى أن المتغيرات المستقلة تتوزع طبيعياً.

من خلال نتائج جدول رقم (١٧) يمكن حساب تحليل الانحدار المتعدد كما هو مبين بجدول (١٨).

والجدول (١٨) يبين ذلك:

جدول (١٨) تحليل الانحدار المتعدد للأبعاد اليقظة الذهنية على الاندماج الأكاديمي

النموذج	العوامل المنبئة	(R)	(R ²)	R2 المعدلة	B	قيمة ف		قيمة ت	
						القيمة	مستوى الدلالة	القيمة	مستوى الدلالة
1	(Constant)	0.491	0.241	0.237	26.86	62.78	0.000	5.50	0.000
	التمييز اليقظ				0.94			7.92	0.000
2	(Constant)	0.549	0.301	0.294	14.08	42.39	0.000	2.50	0.013
	التمييز اليقظ				0.94			8.31	0.000
	التوجه نحو الحاضر				0.73			4.12	0.000

ويتضح من الجدول (١٨) أن اثنين من أبعاد اليقظة الذهنية (التمييز اليقظ، والتوجه نحو الحاضر) قادران على التنبؤ بالاندماج الأكاديمي، في حين أن البعدين الآخرين (الانفتاح على الجديد، الوعي بوجهات النظر المختلفة) لم يسهما بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بالاندماج الأكاديمي، وقد أسفر التحليل عن نموذجين:

القوة التنبؤية للدكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الربيعي

١. النموذج الأول تكون من (التمييز اليقظ) الذي استطاع أن يفسر ما نسبته (٢٤.١%) من تباين درجات الاندماج الأكاديمي، وهو مقدار دال إحصائياً؛ حيث بلغت قيمة "ف" (٦٢.٧٨) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١).

٢. النموذج الثاني الذي تكون من (التمييز اليقظ، والتوجه نحو الحاضر) وهما يفسران ما نسبته (٢٣.٤%) من تباين درجات الاندماج الأكاديمي، وبذلك يكون متغير إدارة الضغوط قد استطاع أن يتنبأ بمقدار إضافي في تباين درجات الاندماج الأكاديمي، نسبته (٣.٤%)، حيث بلغت قيمة "ف" (٣١.٤٧) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١).

وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة (النجار، ٢٠١٩) التي أشارت إلى أنه يمكن التنبؤ بالدرجة الكلية للاندماج الأكاديمي من بعض أبعاد اليقظة الذهنية (الملاحظة - الوصف - التصرف بعوي - عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية).

وفي ضوء ما سبق، يمكن تكوين معادلتين للتنبؤ بدرجات الاندماج الأكاديمي كما يأتي:

- معادلة الانحدار الخاصة بالنموذج الأول:

$$\text{الاندماج الأكاديمي} = ٢٦.٨٦ + ٠.٩٤ \times \text{التمييز اليقظ}.$$

- معادلة الانحدار الخاصة بالنموذج الثاني:

$$\text{الاندماج الأكاديمي} = ١٤.٠٨ + ٠.٩٤ \times \text{التمييز اليقظ} + ٠.٧٣ \times \text{التوجه نحو الحاضر}.$$

مناقشة النتائج:

أسفرت النتائج عن وجود علاقات ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين الاندماج الأكاديمي واليقظة الذهنية وأبعادها؛ وبين الاندماج الأكاديمي والدكاء الانفعالي وأبعاده لدى طالبات الجامعة عينة الدراسة. وتدعم هذه النتيجة عدة تفسيرات نظرية وعلمية منها ما ذكره (Newmann, 1992) من أن الاندماج الأكاديمي هو

استثمار للطاقة النفسية وتوجيه الجهد نحو التعلم والفهم وإتقان المعارف والمهارات لتعزيز العمل الأكاديمي هذا يعني أن مستوى الاندماج الأكاديمي يعتمد إلى حد كبير على القدرة النفسية للطلاب على التركيز والمثابرة، وهنا يأتي دور. كما أن اليقظة الذهنية تجعل الطلاب أكثر وعياً ببيئتهم بشكل كامل، فيظهرون انتباهاً ورغبة في أداء المهام وتحسين الذاكرة، ويكونون أكثر إبداعاً، وأكثر حماساً في التعليم، وأكثر بحثاً عن معينات التعلم. وهذا يعني أن الطلاب الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من اليقظة الذهنية يكونون أكثر وعياً بفرص التعلم وأكثر حماساً لأداء المهام الأكاديمية، مما يزيد من اندماجهم الأكاديمي. فالوعي الذهني يزيد من القدرة على التركيز وتقليل التشتت، مما يساهم في تعزيز التجربة التعليمية والتفاعل بشكل أكثر إيجابية مع المواد الدراسية (السيد، ٢٠١٧)؛ كما يعمل الوجدان على توجيه النشاط الأكاديمي للطلاب، ويعمل على دفعه نحو المثابرة، والاندماج في الأنشطة التعليمية التعليمية، ويساعده على مواجهة الضغوط بكفاءة، لتحقيق القيمة في الأداء الأكاديمي Ruiz & Leon, 2016). كما أن الذكاء الانفعالي يساعد الطلاب على فهم مشاعرهم وإدارتها بفعالية، مما يمكنهم من التعامل مع الضغوط الأكاديمية بطريقة إيجابية، وبالتالي تعزيز اندماجهم الأكاديمي. فالقدرة على تنظيم المشاعر، وتحفيز الذات، والتعامل بفعالية مع الآخرين، جميعها تساهم في تحسين تجربة التعلم وزيادة المشاركة الأكاديمية. وتدلل هذه النتيجة على العلاقة التكاملية بين اليقظة الذهنية والذكاء الانفعالي من جهة والاندماج الأكاديمي من جهة أخرى

كما أسفرت النتائج عن أن بعدين من أبعاد الذكاء الانفعالي هما (القدرة داخل الفرد، إدارة الضغوط) قادران على التنبؤ بالاندماج الأكاديمي، في حين أن الأبعاد الثلاثة الأخرى (القدرة الخاصة بعلاقة الفرد مع الآخرين، القدرة على التكيف، المزاج العام) لم تساهم بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بالاندماج الأكاديمي. وتشير هذه النتائج إل

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

ي أن قدرة الفرد على التعاطف مع الآخرين، والتواصل معهم وتكوين الصداقات، والقدرة على فهم مشاعرهم وتمييزها والشعور بالمسؤولية تجاههم، وتحمل الضغوط والتعامل معها وحل المشكلات، والقدرة على عدم المبالغة في الانفعالات السلبية، والتريث وعدم التهور في حدة الانفعالات، لها القدرة على التنبؤ بالاندماج الأكاديمي. كما يمكن تفسير هذه النتائج من خلال نموذج كريستنسن ورتشلي (Christenson&Reschly,2006) الذي يوضح أن الاندماج الأكاديمي يتكون من أربعة أبعاد، هي: (الأكاديمي، السلوكي، المعرفي، الوجداني) وفي هذا دلالة على أن المتغيرات المدروسة ترتبط ببعضها البعض.

وقد بينت النتائج أن بعدين من أبعاد اليقظة الذهنية، هما: (التمييز اليقظ، والتوجه نحو الحاضر) قادران على التنبؤ بالاندماج الأكاديمي، في حين أن بعدي الانفتاح على الجديد، والوعي بوجهات النظر المختلفة، لم يسهما بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بالاندماج الأكاديمي. وتدلل هذه النتائج جزئياً على أن كلاً من الذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية يعدان من المتغيرات المهمة التي تؤدي دوراً مهماً في توجيه سلوك الطالبات وتعلمهن، وقد تتأثر معتقداتهن حول قدرتهن على الاندماج الأكاديمي من خلال الذكاء الانفعالي الذي يمتلكه، بالإضافة إلى يقظتهن الذهنية. ويمكن تفسير ذلك في أن الطالبات اللاتي يتمتعن بمستوى عال من اليقظة الذهنية يكن أكثر قدرة على التركيز أثناء المحاضرات، وقراءة النصوص الدراسية، مما يؤدي إلى تحسين فهمهم للمادة الأكاديمية؛ كما الطالبات اللاتي يتمتعن بمستوى عال من الذكاء الانفعالي يكن أكثر قدرة على بناء علاقات إيجابية مع معلميهن وزملائهم، مما يخلق بيئة تعليمية داعمة ويشجعهم على المشاركة في النقاشات والمناقشات .

التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية توصي الباحثة بالآتي:

١. تطوير برامج تدريبية تركز على تعزيز اليقظة الذهنية والذكاء الانفعالي لدى الطالبات.
٢. توفير برامج تدريبية للمعلمين لمساعدتهم على فهم أهمية اليقظة الذهنية والذكاء الانفعالي في العملية التعليمية.
٣. تمكين المعلمين من استخدام هذه المهارات في الفصول الدراسية، وتشجيع الطلاب على تطويرها.
٤. إيجاد بيئة تعليمية داعمة تشجع على التفكير النقدي والإبداع، وتقلل من الضغوط الأكاديمية.

البحوث المقترحة:

١. إجراء دراسات مشابهة على جامعات أخرى في السعودية، وعمل دراسة مقارنة بين العاديين والموهوبين في هذه الجامعات، وإجراء دراسات تهتم بالاندماج الأكاديمي، مع متغيرات جديدة، مثل فاعلية الذات الإبداعية، وعادات العقل.
٢. إجراء دراسة نموذجية لبنائية للعلاقة بين هذه المتغيرات، مع إضافة الإبداع الانفعالي كمتغير وسيط.
٣. إجراء دراسة تحليل مسار مع المتغيرات التي أجريت في الدراسة الحالية .

القدة التنبؤبة للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- أبو العلا ، حنان .(٢٠١٧) . فعالية الإرشاد الانتقائي في خفض مستوى التنمر الإلكتروني لدى عينة من المراهقين: دراسة وصفية - إرشادية. مجلة كلية التربية: جامعة أسيوط. ٣٣(٦)، ٥٢٧- ٥٦٣.
- إسماعيل ، كمال. (٢٠١٧) . الإسهام النسبي لانفعالي الإنجاز (الفخر -الخجل) الأكاديمي واليقظة العقلية في إستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً. مجلة كلية التربية: جامعة بنها، ٢٨(١٠٩)، ١٠٧- ١٨٢.
- جابر، هبة. (٢٠١٨). اليقظة العقلية وعلاقتها بالتنظيم الانفعالي الأكاديمي لدى طلاب الجامعة . مجلة الإرشاد النفسي: جامعة عين شمس - مركز الإرشاد النفسي. (٥٦) ، ٣٢٥ - ٣٩٦.
- جولمان ، دانيال . (٢٠٠٠) . *الذكاء العاطفي*، ترجمة ليلى الجبالي، سلسلة عالم المعرفة. الكويت ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- الحري، هتون؛ والحري، نوار. (٢٠٢٣). اليقظة العقلية والمرونة المعرفية كمنبئات بالكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طالبات جامعة أم القرى . مجلة العلوم التربوية والنفسية ، ٧(٤)، ٩٦ - ١٢٠.
- حسن، شيماء. (٢٠٢٢). النوموفوبيا "الخوف من فقدان الهاتف النقال" وعلاقته بالاندماج الأكاديمي واليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة .مجلة الإرشاد النفسي. (٧١) . ٣٨١ - ٤٤٣.

حسين، وفاء؛ وعبدالحميد، أسماء. (٢٠١٣). أثر استخدام برنامج إثرائي في تنمية الذكاء الانفعالي لدى طالبات المرحلة الجامعية، *المجلة التربوية الدولية المتخصصة*، ١١٦٩- ١١٨٦. (١٢)٢.

الحموي، منى. (٢٠٢٣). الأمن النفسي وعلاقته باليقظة العقلية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق. *مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية* . ٢٦٦- ٢٨٣. (١٥)٣٩.

خرنوب، فتون. (٢٠٠٣). *بعض الأساليب المعرفية والسمات الشخصية الفارقة بين ذوي الذكاء الوجداني المرتفع وذوي الذكاء الوجداني المنخفض لطلبة المرحلة الثانوية* . رسالة ماجستير غير منشورة. معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة.

روبنس، بام ؛ وسكوت، جان. (٢٠٠٠). *الذكاء الوجداني في التربية السيكولوجية ترجمة: صفاء الأعسر وعلاء الدين كفاي*. دار قباء للنشر والتوزيع، القاهرة.

زويل، محمد. (٢٠٢٣). *الإسهام النسبي للعزيمة والذكاء الانفعالي في التنبؤ بالاندماج الأكاديمي لدى الطلاب الوافدين بجامعة الأزهر*. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*. ١٩٩- ٢٦٦. (١٢٠)٣٣.

السمادوني ، السيد. (٢٠٠٧). *الذكاء الوجداني: أسسه، تطبيقاته وتنميته* ، عمان. دار الفكر.

شحاته، غادة. (٢٠١٨). *العدالة الأكاديمية لأعضاء هيئة التدريس كما يدركها الطلاب وعلاقتها بالاندماج الجامعي لديهم*. *مجلة كلية التربية: جامعة بنها*. ١ (١١٥). ١ - ١٠٥.

القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة العقلية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

الشهراني، منيرة؛ والوليدي، علي. (٢٠٢٢). اليقظة العقلية وعلاقتها بالمرونة النفسية والإنجاز الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة أحد رفيدة. *مجلة العلوم التربوية والنفسية* 6(29). 105-137.

طه، سليمان. (٢٠٢٠). الاندماج الأكاديمي وعلاقته بالشغف الأكاديمي والتفاؤل والرجاء لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية* 44(3). 291-372.

العباد، كميل. (٢٠٢٠). الذكاء الانفعالي كمنبئ بمركز الضبط والتحصيل الدراسي لدى عينة من الطالبات الموهوبات والعاديات في المرحلة الثانوية في محافظة الإحساء. *مجلة العلوم التربوي* 1(22). ٤١٩ - ٤٥٨.

العباد، كميل. (٢٠٢٢). القدرة التنبؤية لأساليب الهوية والذكاء الوجداني بسلوك التمر الإلكتروني لدى طلبة السنة الأولى المشتركة بجامعة الملك سعود. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة الملك سعود.

عباس، حلا؛ ومحمد، محمد (١٩٩٨). الذكاء الانفعالي مفهومه وقياسه. *مجلة علم النفس* ١٥(٥٢). ٣٢ - ٥٠.

عباس، حلا. (٢٠١٩). الاندماج الجامعي لدى طلبة كلية التربية جامعة القادسية. *مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية* ٤٣. ٢٠٦٣ - ٢٠٨٣.

عبد، سلام؛ والمعموري، علي. (٢٠١٨). اليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة. *مجلة العلوم الانسانية. كلية التربية للعلوم الانسانية* ٢٥(٣). ٢٢٩ - ٢٤٧.

عبد الحميد، جيهان. (٢٠٠٦). الذكاء الوجداني لدى عينة من الطلبة البحرنيين تبعاً لاختلاف مستوى التحصيل الأكاديمي والنوع والمرحلة الدراسية. *مجلة جامعة دمشق*. (٢٢٢). ١٣١ - ١٦٨.

عبد الحي، حسام . (٢٠٢٠). اعتماد طلبة الجامعات على وسائل الإعلام الجديد في استقاء المعلومات والأخبار عن جائحة كورونا كوفيد - ١٩ وعلاقته بالاندماج الأكاديمي لديهم. مجلة البحوث الإعلامية ٤ (٥٤) . ٢٦٠٥ - ٢٦٥٦ .

عبد الحي، محمود (٢٠٢٠). أثر اليقظة العقلية والاندماج الأكاديمي على الاستمتاع بالحياة لدى عينة من طالبات جامعة الملك خالد .مجلة الأطروحة للعلوم الإنسانية. ٥(٦). ٣٧ - ٨٠ .

عبد الله، أحلام ؛ الشمسي، عبد الأمير. (٢٠١٣). اليقظة الذهنية لدى طلبة الجامعة، مجلة الأستاذ، ٢(٢٠٥)، ٣٣٤- ٣٦٣.

عبود، يسري.(٢٠٢٠). الذكاء الانفعالي كمنبئ بمركز الضبط والتحصيل الدراسي لدى عينة من الطالبات الموهوبات والعاديات في المرحلة الثانوية في محافظة الأحساء .مجلة العلوم التربوية، ٢٢، ٤١٩، ٤٥٨- .

العمران ، زكريا . (٢٠١٩). اليقظة العقلية وعلاقتها بالحاجة إلى المعرفة والاندماج الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية .مجلة كلية التربية :جامعة بنها. ٣٠(١٢٠) . ٩٠ - ١٥٥ .

العنزي ،عطا . (2023) . التفاؤل التنظيمي متغيراً وسيطاً في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والقيادة الخادمة لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة الحدود الشمالية. مجلة جامعة الملك خالد للعلوم التربوية. ١٠(1)، ١٥٠ - ١٧٣ .

عوضين،حنان. (٢٠٢٠). أثر اليقظة العقلية والاندماج الأكاديمي على الاستمتاع بالحياة لدى عينة من طالبات جامعة الملك خالد .مجلة الأطروحة للعلوم الإنسانية، ٥(٦)، ٣٧ - ٨٠ .

القدة التنبؤية للذكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة د. إيناس علي الراعي

عيلان، رشا ؛ ووردام، يحيى . (٢٠٢١). الاندماج الأكاديمي لدى طلبة قسم التاريخ. *المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية*. (٢٠). ٩٤-١١٠.

الغامدي، خالد. (٢٠٢٠). *النموذج البنائي لمنظور الزمن المستقبلي والحاجات النفسية الأساسية والانضباط الذاتي والاندماج الأكاديمي لدى طالبات الجامعة*. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية، جامعة الملك سعود.

الغامدي، ضيف الله؛ والحربي، نوار. (٢٠٢٣). *التجول العقلي وعلاقته بالاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى*. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*. ٧(٧). ١١٣ - ١٣٤.

القفاص، وليد ؛وسليم، سحر (٢٠١٢). *الذكاء الوجداني الاجتماعي لدى الطلاب المتفوقين عقليا وعلاقته بالتوافق النفسي لديهم*. مصر لذكاء الوجداني الاجتماعي لدى الطلاب المتفوقين عقليا وعلاقته بالتوافق النفسي لديهم. *المؤتمر العلمي السنوي العربي الرابع: إدارة المعرفة وإدارة رأس المال الفكري في مؤسسات التعليم العالي في مصر والوطن العربي*، مج ١ ، المنصورة: كلية التربية النوعية - جامعة المنصورة، ١٦٩ - ٢١٨.

الغازي،هاجر ؛ و خليل، محمد. (٢٠٢٣). *فعالية برنامج تدريبي قائم على اليقظة في تحسين التدفق النفسي والاندماج الأكاديمي لدى طالبات رياض الأطفال*. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*. ٣٣(١١٨). ٣٦٩ - ٤٢٨.

نوري، سماء. (٢٠١٢). *أثر أبعاد اليقظة الذهنية في الإبداع التنظيمي دراسة ميدانية في عدد من كليات جامعة بغداد*. *مجلة العلوم الاقتصادية والإدارية*. ١٨(٦٨). ٢٠٦- ٢٣٥.

الهدلي، تغريد ؛ والحربي، نوار. (٢٠٢٣). *التجول العقلي وعلاقته بالاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى*. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*. ٧(٧). ١١٣- ١٣٤.

وداعة، زينة. (٢٠٢٠). واقع التجول العقلي لدى طلبة الجامعة في العراق في ضوء بعض المتغيرات. *المجلة الدولية للدراسات للدراسات التربوية والنفسية*. ٨(٢). ٤٤٧ - ٤٦٢.

يونس، أسمهان. (٢٠١٥). اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التعلم لدى طلبة المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة واسط.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Al- Alwan , A. F. (2014). Modeling the relations among parental involvement, school engagement and academic performance of high school students. *International Education Studies*, 7(4), 47-56.
- Academic Mindfulness Interest Group, M., & Academic Mindfulness Interest Group, M. (2006). Mindfulness-based psychotherapies: A review of conceptual foundations, empirical evidence and practical considerations. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 40(4), 285-294.
- Anderson, N. D., Lau, M. A., Segal, Z. V., & Bishop, S. R. (2007). Mindfulness-based stress reduction and attentional control. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 14(6), 449-463.
- Arthurson, K. (2015). Teaching mindfulness to year sevens as part of health and personal development. *Australian Journal of Teacher Education (Online)*, 40(5), 27-40.
- Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: a conceptual and empirical review. *Clinical psychology: Science and practice*, 10 (2), 125-143.
- Baer, R. A. & Krietemeyer, J. (2006). Overview of mindfulness- and acceptance-based treatment approaches. *Mindfulness-based*

treatment approaches: Clinician's guide to evidence base and applications, 3-27.

Bandi, S. & Mishra, S. (2021). Emotional Intelligence (Ei) And Academic Engagement. *Webology* (ISSN: 1735-188X), 18(6).

Barragan Martin, A. B.; Pérez-Fuentes, M. D. C. ; Molero Jurado, M. D. M. ; Martos Martinez, A. ; Simon Marquez, M. D. M. ; Sisto, M., & Gazquez Linares, J. J. (2021). Emotional intelligence and academic engagement in adolescents: The mediating role of self-esteem. *Psychology research and behavior management*, 307-316.

Bernay , R. (2014) .Mindfulness and the beginning teacher. *Australian Journal of Teacher Education (Online)* .39(7) .58-69.

Bishop,S.R.; Lau, M.; Shapiro, S.; Carlson, L.; Anderson, N. D.; Carmody, J. & Devins,G. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical psychology: Science and practice*, 11(3), ٢٣٠-٢٤٠ .

Bourey, J.A. M. & Miller, A. (2001). Do You Know What Your Emotional IQ Is?. *PUBLIC MANAGEMENT-LAWRENCE-*, 83(9), 4-10.

Bridges,B.K. ;Kinzie, J., Nelson Laird, T. F., & Kuh, G. D. (2008). Student engagement and student success at historically Black and Hispanic-serving institutions. *Understanding minority-serving institutions*, 217-236.

Brown, K.W. & Ryan, R. M. (2003).The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 84(4), 822-848.

- Brausch, B. D. (2011). *The role of mindfulness in academic stress, self-efficacy, and achievement in college students. Masters Thses.* 147. Eastern Illinois University: Student Theses & Publications.
- Byrne, C. ; Bond, L. A. & London, M. (2013). Effects of mindfulness-based versus interpersonal process group intervention on psychological well-being with a clinical university population. *Journal of College Counseling, 16*(3), 213-227.
- Cardaciotto, L. ; Herbert, J. D.; Forman, E. M.; Moitra, E., & Farrow, V. (2008). The assessment of present-moment awareness and acceptance: The Philadelphia Mindfulness Scale. *Assessment, 15*(2), 204-223.
- Cash, M., & Whittingham, K. (2010). What facets of mindfulness contribute to psychological well-being and depressive, anxious, and stress-related symptomatology?. *Mindfulness, 1*, 177-182.
- Coates, H. (2007). A model of online and general campus-based student engagement. *Assessment & Evaluation in Higher Education, 32*(2), 121-141.
- Christenson, S.L.; Kim, D., & Reschly, A. L. (2006). Measuring cognitive and psychological engagement: Validation of the Student Engagement Instrument. *Journal of school psychology, 44*(5), 427-445.
- Davis, D. M. & Hayes, J. A. (2011). What are the benefits of mindfulness? A practice review of psychotherapy-related research. *Psychotherapy, 48*(2), 198-208.
- Dobkin, P. L. & Hassed, C. S. (2016). Scientific underpinnings and evidence pertaining to mindfulness. *Mindful Medical Practitioners: A Guide for Clinicians and Educators, 9-31.*

القوة التنبؤية للداء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة
د. إيناس علي الرابعي

Epstein - Lubow,G. ; McBee, L.; Darling, E.; Arney, M., & Miller, I. W. (2011). A pilot investigation of mindfulness-based stress reduction for caregivers of frail elderly. *Mindfulness*, 2, 95-102.

Fletcher,L.B. Schoendorff, B. & Hayes, S. C. (2010). Searching for mindfulness in the brain: A process-oriented approach to examining the neural correlates of mindfulness. *Mindfulness*, 1, 41-63.

Fredricks, J. A. ;Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of educational research*, 74(1), 59-109.

Fredricks, J. A. & McColskey, W. (2012). The measurement of student engagement: A comparative analysis of various methods and student self-report instruments. In *Handbook of research on student engagement* (pp. 763-782). Boston, MA: Springer US.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.

Harris, C. A. (2018). *Student Engagement and Motivation in a Project-based/Blended Learning Environment* (Doctoral dissertation, Azusa Pacific University).

Hasker,S. M. (2010). *Evaluation of the mindfulness-acceptance-commitment (MAC) approach for enhancing athletic performance*. Indiana University of Pennsylvania.

Hourani, R. B. ; Litz, D., & Parkman, S. (2021). Emotional intelligence and school leaders: Evidence from Abu Dhabi. *Educational Management Administration & Leadership*, 49(3), 493-517.

Klem , A. M& Connell, J. P. (2004). Relationships matter: Linking teacher support to student engagement and achievement. *Journal of school health*, 74, 262-273.

Krumrei - Mancuso, E. J., Newton, F. B., Kim, E., & Wilcox, D. (2013). Psychosocial factors predicting first-year college student success. *Journal of College Student Development*, 54(3), 247-266.

Langer, E. J. (1989). Minding matters: The consequences of mindlessness–mindfulness. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 22, pp. 137-173). Academic Press.

Langer,E.J. & Moldoveanu ,M.(2000): The construct of mindfulness. *Journal of social Issues*, 56(1),1-9.

Lau, M. A . ; Bishop, S. R.; Segal, Z. V. ; Buis, T.; Anderson, N. D.; Carlson, L. & Devins, G. (2006). The Toronto mindfulness scale: Development and validation. *Journal of clinical psychology*, 62(12), 1445-1467.

Mayer, J. D. ; Salovey, P. & Caruso, D. (2000). Models of emotional intelligence. *Handbook of intelligence*, 2, 396-420.

Mayer, J. D. (2002). MSCEIT: Mayer-Salovey-Caruso emotional intelligence test. *Toronto, Canada: Multi-Health Systems*.

Miralles- Armenteros, S.; Chiva-Gómez, R.; Rodríguez-Sánchez, A. & Barghouti, Z. (2021). Mindfulness and academic performance: The role of compassion and engagement. *Innovations in Education and Teaching International*, 58(1), 3-13.

Murphy,M. J. ; Mermelstein, L. C.; Edwards, K. M., & Gidycz, C. A. (2012). The benefits of dispositional mindfulness in physical health: A longitudinal study of female college students. *Journal of American College Health*, 60 (5), 341-348.

القوة التنبؤية للدكاء الانفعالي واليقظة الذهنية بالاندماج الأكاديمي لدى طالبات جامعة جدة
د. إيناس علي الراعي

- Newmann, F. M. (1992). *Student engagement and achievement in American secondary schools*. Teachers College Press, 1234 Amsterdam Avenue, New York.
- Palmer, A. & Rodger, S. (2009). Mindfulness, stress, and coping among university students. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 43(3).
- Reeve, J. & Tseng, C. M. (2011). Agency as a fourth aspect of students' engagement during learning activities. *Contemporary educational psychology*, 36(4), 257-267.
- Reschly, A. L., & Christenson, S. L. (2006). Prediction of dropout among students with mild disabilities: A case for inclusion of student engagement variables. *Remedial and Special Education*, 27, 276-292.
- Roberts, K. C. & Danoff-Burg, S. (2010). Mindfulness and health behaviors: is paying attention good for you?. *Journal of American college health*, 59(3), 165-173.
- Ruiz-Alfonso, Z. & León, J. (2016). The role of passion in education: A systematic review. *Educational Research Review*, 19, 173-188.
- Samuelson, M.; Carmody, J.; Kabat-Zinn, J. & Bratt, M. A. (2007). Mindfulness-based stress reduction in Massachusetts correctional facilities. *The Prison Journal*, 87(2), 254-268.
- Shakoor, F.; Fakhar, A., & Abbas, J. (2021). Impact of smartphones usage on the learning behaviour and academic performance of students: empirical evidence from Pakistan. *Int. J. Acad. Res. Bus. Soc. Sci*, 11(2), 862-881.

Shapiro, S . L.; Carlson, L. E.; Astin, J. A., & Freedman, B. (2006). Mechanisms of mindfulness. *Journal of clinical psychology*, 62(3), 373-386.

Siegel, D. J. (2007). Mindfulness training and neural integration: Differentiation of distinct streams of awareness and the cultivation of well-being. *Social cognitive and affective neuroscience*, 2(4), 259-263.

Vamvouris, S. (2022). *Depression, Anxiety, and Stress in College Students with Varying Levels of Mindfulness: An Exploration of Contributing Facets of Mindfulness* (Doctoral dissertation, Midwestern University).

Veiga, F. H.; Robu, V.; Conboy, J.; Ortiz, A.; Carvalho, C. & Galvão, D.(2016). Students' engagement in school and family variables: A literature review. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 33(2), 187-197.

Wang, X. ; Wen, X.; Paşamehmetoğlu , A., & Guchait, P. (2021). Hospitality employee's mindfulness and its impact on creativity and customer satisfaction: The moderating role of organizational error tolerance. *International Journal of Hospitality Management*, 94, 102846.

Zimmer, K . S. & Finn, J. D. (2012). Student engagement: What is it? Why does it matter?. *In Handbook of research on student engagement* (pp. 97-131). Boston, MA: Springer US.