

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة غرداية



كلية: العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم: علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا

اليقظة العقلية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى اساتذة التعليم الابتدائي
دراسة ميدانية بابتدائيات بلدية زلفانة

مذكرة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي

إعداد الطالبة:

– ذهبية شرفاوي

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ: 15 جوان 2025

أمام لجنة المناقشة المكونة من الأساتذة:

الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الجامعة	الصفة
مزاور نسيمة	أستاذ التعليم العالي	جامعة غرداية	رئيسا
جمعة ولاد حيمودة	أستاذ التعليم العالي	جامعة غرداية	مشرفا ومقررا
بوسعيد مليكة	أستاذ محاضر ب	جامعة غرداية	مناقشا

السنة الجامعية:

1445-1446هـ/2024-2025م

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة غرداية



كلية: العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم: علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا

اليقظة العقلية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى اساتذة التعليم الابتدائي
دراسة ميدانية بابتدائيات بلدية زلفانة

مذكرة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي

إعداد الطالبة:

– ذهبية شرفاوي

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ: 15 جوان 2025

أمام لجنة المناقشة المكونة من الأساتذة:

الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الجامعة	الصفة
مزاور نسيم	أستاذ التعليم العالي	جامعة غرداية	رئيسا
جمعة ولاد حيمودة	أستاذ التعليم العالي	جامعة غرداية	مشرفا ومقررا
بوسعيد مليكة	أستاذ محاضر ب	جامعة غرداية	مناقشا

السنة الجامعية:

1445-1446هـ/2024-2025م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إهداء

الحمد لله الذي وفقني لشمين هذه الخطوة في مسيرتي الدراسية بمذكرتي هذه ثمرة الجهد والنجاح بفضلته تعالى مهداة من كانوا النور الذي أنار دربي، والسند الذي لا يميل... إلى الوالدين العزيزين، منبع الحب والرحمة، وسرّ النجاح والدعاء المستجاب. إلى إخوتي وأخواتي، رفاق الدرب ودفء الحياة. إلى ابني الغالي وابنتي الغالية حفظهما الله، زهرة عمري وأمل المستقبل. إلى عائلتي الكبيرة، كل من وقف بجاني بكلمة أو دعاء. وإلى صديقتي العزيزات، اللاتي كنّ نعم الرفقة والدعم. لكم جميعاً، إلى من قدم لي يد العون، والدعم، ولو بالكلمة الطيبة،

ذهيبة شرفاوي

شكر وعرفان

الحمد لله الذي ملأ السماوات والأرض وما بينهما ن شكره، سبحانه وتعالى على منحه لنا نعمة العقل والأمل والصبر والصلاة والسلام على أشرف المرسلين أما بعد.

فالشكر لله تعالى على فضله وتوفيقه لي في إنجاز هذا العمل

أتقدم بخالص الشكر والامتنان إلى الأستاذة المشرفة " جمعة ولاد حيمودة " على ما بذلته من جهد كبير، وتوجيهات قيمة، ودعم مستمر طيلة فترة إعداد هذا العمل. لقد كانت ملاحظاتها السديدة وتشجيعها الدائم الأثر البالغ في إخراج هذا البحث بهذه الصورة.

وأتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ " حروز حروز " على كل المساعدات التي قدمها لي.

كما أتوجه بجزيل الشكر إلى جميع الأساتذة الكرام في قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا بجامعة غرداية على ما قدموه لي من علم ومعرفة.

ولا أنسى تقديم الشكر الجزيل لكل الموظفين والعاملين بابتدائيات بلدية زلفانة على تعاونهم الكريم وتسهيلهم لكافة الصعوبات التي واجهتني أثناء جمع المعلومات.

ولا يفوتني أن أعبر عن تقديري العميق لأعضاء لجنة المناقشة الأفاضل، على تفضلهم بقراءة هذا العمل ومناقشته، وعلى ملاحظاتهم البناءة التي أسهمت في إثرائه وتطويره.

جزيل الشكر والتقدير للجميع.

ذهبية شرفاوي

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة، فضلاً عن مستوى اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة، حيث اعتمدت الدراسة على منهجية البحث الوصفي، واستخدمت مقاييس موحدة لقياس اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز، طبقت الدراسة على عينة بلغ عددها 60 أستاذاً، من خلال المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية (Spss.20).

توصلت إلى النتائج التالية:

- ✓ مستوى اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة عال.
- ✓ مستوى الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة عال.
- ✓ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة.

الكلمات المفتاحية: اليقظة العقلية، الدافعية للإنجاز، تحقيق الذات، الإلتباه، الوعي.

Study Summary:

This study aimed to explore the relationship between mindfulness and achievement motivation among primary school teachers in the municipality of Zelfana, as well as to assess the levels of mindfulness and achievement motivation among these teachers. The study employed a descriptive research methodology and used standardized scales to measure mindfulness and achievement motivation. It was conducted on a sample of 60 teachers, with statistical analysis performed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS.20).

The study reached the following results:

- ✓ The level of mindfulness among primary school teachers in the municipality of Zelfana is high.
- ✓ The level of achievement motivation among primary school teachers in the municipality of Zelfana is high.
- ✓ There is a statistically significant relationship between mindfulness and achievement motivation among primary school teachers in the municipality of Zelfana.

Keywords: Mindfulness, Achievement Motivation, Self-Actualization, Attention, Awareness.

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات:

الصفحة	العنوان
	إهداء
	كلمة شكر وعرفان
	فهرس المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الملاحق
2	مقدمة
	القسم الأول: الإطار النظري للدراسة
	الفصل الأول: تقديم الدراسة
6	1. إشكالية الدراسة
7	2. فرضيات الدراسة
7	3. أهداف الدراسة
7	4. أهمية الدراسة
8	5. دوافع الدراسة
8	6. المفاهيم الإجرائية
8	7. حدود الدراسة
8	8. الدراسات السابقة والتعقيب عليها
	الفصل الثاني: اليقظة العقلية
14	تمهيد
15	1. تعريف اليقظة العقلية
15	2. الجذور التاريخية لليقظة العقلية
16	3. أهمية اليقظة العقلية
17	4. مكونات اليقظة العقلية

فهرس المحتويات

19	5. أبعاد اليقظة العقلية
19	6. النظريات المفسرة لليقظة العقلية
21	خلاصة الفصل
الفصل الثالث: الدافعية للإنجاز	
23	تمهيد
24	1. تعريف الدافعية للإنجاز
24	2. لمحة تاريخية حول مفهوم الدافعية للإنجاز
26	3. المفاهيم المرتبطة بالدافعية للإنجاز
26	4. خصائص الدافعية للإنجاز
27	5. أهمية الدافعية للإنجاز
29	6. النظريات المفسرة لدافعية الإنجاز
31	خلاصة الفصل
القسم الثاني: الجانب الميداني للدراسة	
الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية	
34	تمهيد
34	1. منهج الدراسة
34	2. مجتمع الدراسة
34	3. أدوات الدراسة
36	4. الدراسة الإستطلاعية
39	5. الدراسة الأساسية
41	خلاصة الفصل
الفصل الخامس: عرض وتحليل وتفسير نتائج الدراسة	
43	تمهيد
43	1. عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الأولى

فهرس المحتويات

44	2. عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الثانية
46	3. عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الثالثة
49	الإستنتاج العام
49	الاقتراحات والتوصيات
52	قائمة المراجع
57	الملاحق

قائمة الجداول

قائمة الجداول:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	تفاعل مستوى الحاجة إلى الإنجاز والخوف من الفشل	30
02	تصحيح مقياس اليقظة العقلية	35
03	تصحيح مقياس الدافعية للإنجاز	36
04	يبين نتائج اختبار " ت " لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعتين الطرفيتين على أداة اليقظة العقلية	37
05	يبين نتائج اختبار " ت " لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعتين الطرفيتين على أداة الدافعية للإنجاز	37
06	يبين قيم الثبات لمعامل ألفا كرونباخ لأداة اليقظة العقلية	38
07	يبين قيم الثبات لمعامل ألفا كرونباخ لأداة الدافعية للإنجاز	38
08	يمثل حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية لأداة اليقظة العقلية	39
09	يمثل حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية لأداة الدافعية للإنجاز	39
10	يبين نتائج اختبار ت لعينة واحدة للمقارنة بين متوسط درجات عينة الدراسة لأداة اليقظة العقلية	43
11	يبين نتائج اختبار ت لعينة واحدة للمقارنة بين متوسط درجات عينة الدراسة لأداة الدافعية للإنجاز	45
12	يبين العلاقة بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي	46

قائمة الملاحق

قائمة الملاحق

الرقم	العنوان	الصفحة
01	أداة الدراسة	57
02	الخصائص السيكمترية لأداة الدراسة	60
03	نتائج فرضيات الدراسة	62

مقدمة

تعود بدايات اليقظة العقلية إلى الممارسات الروحية في الثقافات الشرقية، ولا سيما في التقاليد البوذية التي نشأت في الهند، وكان الهدف الأساسي منها هو تحرير النفس البشرية من دوامة المعاناة والآلام والصعوبات المرتبطة بالحياة، فإن هذا المفهوم لم يظل حبيس الإطار الديني أو التأملات الفلسفية فحسب، بل تجاوز تلك الحدود ليشق طريقه بقوة إلى مختلف مجالات الحياة الحديثة، فقد أصبح اليوم واحداً من المفاهيم المركزية في مجالات عدة، مثل علم النفس الإيجابي، والعلاج السلوكي المعرفي، وتنمية الذات، حيث ينظر إليه كأداة فعالة لتعزيز الصحة النفسية، وتحقيق التوازن الذهني، ومواجهة ضغوط الحياة اليومية. (عميار. بركات. 2022)

فقد أصبحت اليقظة العقلية من المفاهيم الجوهرية التي تساهم بشكل كبير في تحسين الأداء العقلي والنفسي للفرد، فهي تمثل مجموعة من الممارسات الهادفة إلى تعزيز الوعي والتركيز في اللحظة الحالية، مما يساعد الفرد على تطوير مهارات عقلية إيجابية تؤثر بشكل مباشر في صحته النفسية والعاطفية، حيث يصبح أكثر قدرة على التعرف على مشاعره وأفكاره بشكل دقيق، مما يمكنه من التحكم في انفعالاته واستجاباته العاطفية، وبالتالي فإنه يصبح قادراً على اتخاذ قرارات أكثر استنارة وسلوكيات أكثر اتزاناً بعيداً عن التأثيرات الخارجية أو الضغوط الاجتماعية، وهذا يؤدي إلى تحسين من الدافعية للإنجاز. (معاذ سليم. 2022)

فالدافعية للإنجاز هي الحافز الداخلي أو الخارجي الذي يدفع الفرد للسعي نحو تحقيق أهدافه والتفوق في مختلف جوانب حياته سواء كان ذلك في مجالات الدراسة، أو العمل، أو التطور الشخصي، إنها تعتبر محركاً أساسياً يعزز رغبة الشخص في تحسين أدائه، ويشجعه على مواجهة التحديات والصعوبات لتحقيق النجاح والتميز، وقد تنوعت مصادر الدافعية للإنجاز بين الدوافع الداخلية تتمثل في الرغبة الذاتية للتفوق، واكتساب المعرفة، أو الاستمتاع بتحدي معين، والدوافع الخارجية التي تشمل المكافآت المادية أو المعنوية، مثل التقدير الاجتماعي أو الحصول على ترقية، حيث يؤثر مستوى الدافعية بشكل كبير في قدرة الفرد على تحقيق أهدافه، ويزيد من احتمالية تطوره المستمر في مجالات حياته المختلفة، وقد يواجه الفرد بعض التحديات التي تؤثر سلباً على دافعيته، مثل التعرض للضغط الزائد لتحقيق النجاح، أو عدم القدرة على التعامل مع الفشل، مما قد يؤدي إلى تراجع دافعيته والشعور بالإحباط، لذلك فإن التوازن بين التحفيز الداخلي والخارجي مع التعامل الإيجابي في مواجهة التحديات يعد أمراً أساسياً للحفاظ على الدافعية للإنجاز وتعزيزها. (تقار. 2024)

ومن خلال هذا فإن اليقظة العقلية تساعد الأستاذ على امتلاك قدرات عقلية وشخصية ومعرفية، بما يساهم في تقوية الملاحظة لديه لتصرفات وطريقة تقبل التلاميذ للدرس، وكذا فهم الأسئلة التي يطرحونها من حين لآخر، وعدم تفاعلهم وإنشغالهم بالأمر الأخرى خارج الدرس، وبهذا فاليقظة العقلية تعزز الدافعية للإنجاز لدى الأستاذ سواء على المستوى المعرفي أو المهني، حيث تتيح له الانفتاح وعدم الإنغلاق والانتباه المباشر مع عدم التسرع في إصدار الأحكام الداخلية والوعي بكل ما يصدر ويحدث وتقبل الواقع، وهذا يؤدي إلى تحديد لأهدافه الحالية والمستقبلية وسعيه لتحقيقها. (بوغناس. 2022)

ومن هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة للكشف عن العلاقة الارتباطية بين كل من اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي. اشتملت الدراسة على جانبين النظري والتطبيقي، وتمثلت في خمس فصول على الشكل التالي:

الجانب النظري: والذي قسم إلى ثلاث فصول:

الفصل الأول: تقديم الدراسة يتضمن إشكالية الدراسة، وفرضيات الدراسة، وأهداف الدراسة، وأهمية الدراسة، ودوافع الدراسة، والمفاهيم الإجرائية، والدراسات السابقة، والتعليق عليها.

الفصل الثاني: خاص باليقظة العقلية، حيث تناول تمهيد، وتعريف اليقظة العقلية، والجذور التاريخية لليقظة العقلية، وأهمية اليقظة العقلية، ومكونات اليقظة العقلية، وأبعاد اليقظة العقلية، والنظريات المفسرة لليقظة العقلية، وانتهى بخلاصة.

الفصل الثالث: متعلق بالدافعية للإنجاز، حيث تناول تمهيد، وتعريف الدافعية للإنجاز، ولحظة تاريخية حول مفهوم الدافعية للإنجاز، والمفاهيم المرتبطة بالدافعية للإنجاز، وخصائص الدافعية للإنجاز، أهمية الدافعية للإنجاز، والنظريات المفسرة لدافعية الإنجاز، وانتهى بخلاصة.

الجانب التطبيقي: فقد تضمن فصلين:

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية تضمن تمهيد، ومنهج الدراسة، ومجتمع الدراسة، وأدوات الدراسة، الدراسة الإستطلاعية، الدراسة الأساسية، والأساليب الإحصائية المستخدمة، وانتهى بخلاصة.

الفصل الخامس: عرض وتحليل وتفسير نتائج الدراسة حيث شمل تمهيد، وعرض نتائج فرضيات الدراسة وتحليلها ومناقشتها.

اختتمت هذه الدراسة بمجموعة من النتائج والإقتراحات وآفاق الدراسة.

القسم الأول: الإطار النظري للدراسة

الفصل الأول: تقديم الدراسة

1. إشكالية الدراسة.
2. فرضيات الدراسة.
3. أهداف الدراسة.
4. أهمية الدراسة.
5. دوافع الدراسة.
6. المفاهيم الإجرائية.
7. الدراسات السابقة.
8. التعليق على الدراسات

1- إشكالية الدراسة:

تسعى المؤسسات التعليمية إلى مواكبة التطورات السريعة والمستمرة في الجانب التربوي والتعليمي، حيث أحدث هذا التطور السريع على مستوى العالم حالة عدم اتزان بجميع المجالات مما دفع المؤسسات التربوية إلى تبني أنماط تعليمية متطورة وجديدة وقوفا مع المتغيرات المتنوعة على صعيد الحياة اليومية، مما دفع الباحثين إلى الإهتمام بالأساتذة الذين يعتبرون أساس العملية التعليمية لما لهم من دور هام في تنمية القدرات العقلية للتلاميذ، وتزويدهم بالمعارف والمعلومات تشكل شخصيتهم في المستقبل، ومن أجل قيام الأساتذة بمهامهم في تعليم التلاميذ وتنمية القدرات العقلية فإنه يحتاج إلى تطوير الإلتباه والوعي لديهم وتحسينه عن طريق تبنيهم لمفهوم اليقظة العقلية. (معاذ سليم. 2022. ص 106)

فاليقظة العقلية تهدف إلى تحقيق نوع من التوازن ذات الارتباط بين قدرات الأساتذة وطموحاتهم الداخلية ومدى تحقيقها على مستوى البيئة الخارجية، والتي على ضوءها يتحدد مستقبلهم، وهذه الأخيرة تستلزم توفر درجة من التميز اليقظ المستمر الذي يعمل على عدم تأثر الأساتذة بالتغيرات التي يمكن من شأنها أن تمس تفكيرهم وانتباههم، والسبيل الذي أدى بالمختصين في علم النفس إلى تصويب اهتمامهم في إرشاد المتعلمين لتعلم استراتيجيات متعددة تمكنهم من تعزيز قدراتهم العقلية ودافعيتهم للإنجاز من أجل مسايرة العصرية والانفتاح على الجديد، بالإضافة إلى دعم تنوع في نشاطهم المعرفي ووعيهم بما يحدث في الوقت الراهن، وهذا ينعكس في زيادة الدافعية للإنجاز (عميار. بركات. 2022. ص 665)

يمثل الدافع للإنجاز أحد الجوانب المهمة في الحياة المهنية التربوية، فالمنظومة التربوية اعتنت بالدافعية للإنجاز لأساتذة التعليم الابتدائي باعتباره محور العملية التعليمية، فنجاح أي مشروع تربوي مرهون بدافعية الأستاذ لأداء عمله، وقد ارتبط مصطلح الدافعية للإنجاز في علم النفس بمفهوم الحاجة والباعث والحافز، فالدافعية للإنجاز هي عبارة عن محرك ثابت نسبيا في الشخصية يحدد مدى سعي الفرد ومتابعته واجتهاده في سبيل تحقيق غاية أو بلوغ هدف أو نجاح يترتب عليه نوع من الإشباع في المواقف التي تتضمن تقييم الأداء في ضوء مستوى محدد من التميز. (تقار. 2024. ص 8)

فالأستاذ الذي يتميز بمستوى عالي من اليقظة العقلية يتمتع بالقدرة على حسن التعامل مع التحديات التي تعترضه في أداء متطلبات مهنته، مما يساعده في إستغلالها بشكل إيجابي في تحسين دافعية إنجاز، وتعزيزه طموحاته الحالية والمستقبلية. (طبيب. كواشي. 2020. ص 5)

وعليها، جاءت هذه الدراسة لتسليط الضوء على ظاهرة اليقظة العقلية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى أساتذة في مرحلة التعليم الابتدائي.

ويمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

- ✓ ما هو مستوى اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي؟
- ✓ ما هو مستوى الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي؟
- ✓ هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي؟

2. فرضيات الدراسة:

- ✓ مستوى عال من اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي؛
- ✓ مستوى عال من الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي؛
- ✓ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي.

3. أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن:

- ✓ مستوى اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي؛
- ✓ مستوى الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي؛
- ✓ العلاقة بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي.

4. أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة في:

- ✓ مساعدة المؤسسات التعليمية في التعامل مع ظاهرة اليقظة العقلية وتأثير على الدافعية للإنجاز من أجل تحسين أداء الأساتذة وتطويره؛
- ✓ تسهم في إثراء الأدب النظري حول موضوع اليقظة العقلية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز؛
- ✓ تعد اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز عاملين أساسيين وهامين لهما أثرهما على تقدم حياة الأستاذ المهنية والشخصية، حيث يساهمان في دفعه إلى تحقيق أهدافه.
- ✓ البحث في العلاقة بين اليقظة العقلية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى الفئة المستهدفة.

5. دوافع الدراسة:

- ✓ تتمثل دوافع هذه الدراسة في النقاط الآتية:
- ✓ ارتباط موضوع الدراسة بمجال تخصصي دراسي.
- ✓ تسليط الضوء على أحد أهم المواضيع التي تساهم في تحسين أداء الأساتذة في الجزائر.
- ✓ محاولة إثراء المكتبة بمواضيع جديدة في مجال علم النفس المدرسي.

6. المفاهيم الإجرائية:

التعريف الإجرائي لليقظة العقلية: هي قدرة عقلية لأساتذة التعليم الابتدائي تساعد في تعزيز انتباههم ويقتضهم وسرعتهم في إيجاد حلول لمشاكلهم، وتقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الأستاذ على عبارات المقياس المستخدم في هذه الدراسة.

التعريف الإجرائي لدافعية الإنجاز: هي حالة الأساتذة التي تدفعهم إلى تطوير أدائهم من أجل تحقيق أهدافهم، وتقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الأستاذ على عبارات المقياس المستخدم في هذه الدراسة.

7. حدود الدراسة:

- تتمثل حدود الدراسة فيما يلي:
- ✓ **الحدود المكانية:** تم إجراء هذه الدراسة في ابتدائيات بلدية زلفانة ولاية غرداية.
- ✓ **الحدود الزمانية:** تم إجراء هذه الدراسة خلال الموسم الدراسي 2024-2025.
- ✓ **المجال البشري:** ركزت هذه الدراسة على أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة كعينة الدراسة.
- 8. الدراسات السابقة والتعقيب عليها:

أ. الدراسات التي تناولت اليقظة العقلية:

دراسة خنفر كريمة، خمقاني نسرين (2023)، بعنوان: اليقظة العقلية وعلاقتها بجودة الأداء التدريسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببعض ابتدائيات مدينة ورقلة:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين اليقظة العقلية وجودة الأداء التدريسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببعض ابتدائيات مدينة ورقلة، وكذا التعرف على مستوى كل من اليقظة العقلية وجودة الأداء التدريسي والفروق الموجودة فيهما باختلاف كل من الجنس والسن.

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الإرتباطي والمقارن، وقد تم استخدام الإستبيان كأداة جمع المعلومات والبيانات، حيث بلغت عينة الدراسة 120 أستاذ وأستاذة.

وقد كشفت هذه الدراسة على مجموعة من النتائج منها:

✓ مستوى مرتفع في كل من اليقظة العقلية وجودة الأداء التدريسي لدى أساتذة التعليم الإبتدائي ببعض ابتدائيات مدينة ورقلة.

✓ وجود علاقة بين اليقظة العقلية وجودة الأداء التدريسي لدى أساتذة التعليم الإبتدائي ببعض ابتدائيات مدينة ورقلة.

✓ عدم وجود فروق في كل من اليقظة العقلية وجودة الأداء التدريسي تعزى لمتغير الجنس والسن. (خنفر، خمقاني، 2023)

دراسة عائشة بولفعة ورائيا بوبلال (2020)، بعنوان: اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التعلم: دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الإجتماعية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين اليقظة العقلية وأساليب التعلم.

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الذي يركز على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع، وقد تم استخدام الإستبيان كأداة جمع المعلومات والبيانات، حيث بلغت عينة الدراسة 300 طالب. وقد كشفت هذه الدراسة على مجموعة من النتائج منها:

✓ مستوى اليقظة العقلية متوسط.

✓ الأسلوب السائد بين الطلبة هو السطحي.

✓ لا توجد فروق في اليقظة العقلية تبعا لمتغير الجنس والتخصص والمستوى والتفاعل بينهم.

✓ لا توجد فروق في أساليب التعلم تبعا لمتغير الجنس والتخصص والمستوى والتفاعل بينهم. (بولفعة، بوبلال، 2020)

ب. الدراسات التي تناولت الدافعية للإنجاز:

دراسة حسين مشوح محمد القطيش، أحمد عايد فنخور الشرفات (2017)، بعنوان: مستوى دافعية الإنجاز لدى معلمي الصفوف الثلاثة الأولى في مدارس البادية الشمالية الشرقية:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى دافعية الإنجاز لدى معلمي الصفوف الثلاثة الأولى في مدارس البادية الشمالية الشرقية.

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي، وقد تم استخدام الإستبيان كأداة جمع المعلومات والبيانات، حيث بلغت عينة الدراسة 178 معلما ومعلمة.

وقد كشفت هذه الدراسة على مجموعة من النتائج منها:

✓ مستوى دافعية الإنجاز للمعلمين بدرجة متوسطة.

✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى المعنوية 0.05 لدافعية الإنجاز تعزى لمتغيرات الجنس، الخبرة. (القطيش، الشرفات، 2017)

دراسة بلي عائشة، ربيعي حفصة (2016)، بعنوان: الدافعية للإنجاز والرضا الوظيفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية: دراسة ميدانية بمدينة الأغواط:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف فروق في دافعية الإنجاز والرضا الوظيفي تعود لبعض العوامل مثل الخبرة والجنس، بالإضافة إلى طبيعة العلاقة بين المتغيرين السابقين.

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي في معالجة هذا الموضوع، وقد تم استخدام الإستبيان كأداة جمع المعلومات والبيانات، حيث بلغت عينة الدراسة 94 معلم ومعلمة.

وقد كشفت هذه الدراسة على مجموعة من النتائج منها:

✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية الإنجاز تعزى لعامل الجنس لدى معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية الإنجاز تعزى لعامل الخبرة.

✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا الوظيفي تعزى لعامل الجنس والخبرة لدى معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية.

✓ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدافعية للإنجاز والرضا الوظيفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية. (بلي، ربيعي، 2016)

ج. الدراسات التي تناولت العلاقة بين اليقظة العقلية بالدافعية للإنجاز:

دراسة منيره عوضه الشهراني، علي محمد الوليدي (2022)، بعنوان: اليقظة العقلية وعلاقتها بالمرونة النفسية والإنجاز الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة أحد رفيدة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على اليقظة العقلية وعلاقتها بالمرونة النفسية والإنجاز

الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية.

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الإرتباطي في معالجة هذا الموضوع، وقد تم استخدام الإستبيان كأداة جمع المعلومات والبيانات، حيث بلغت عينة الدراسة 350 طالبة من طالبات المرحلة الثانوية.

وقد كشفت هذه الدراسة على مجموعة من النتائج منها:

✓ وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين كل بعد من أبعاد اليقظة العقلية والإنجاز الأكاديمي لدى طالبات الثانوية.

✓ يمكن التنبؤ بالمرونة النفسية والإنجاز الأكاديمي لدى طالبات الثانوية من خلال اليقظة العقلية. (الشهراني، الوليدي، 2022)

دراسة أنوار صالح (2019)، بعنوان: اليقظة العقلية وعلاقتها بدافعية الإنجاز والكفاءة التدريسية لدى معلمي العلوم للمرحلة الثانوية في مديريات تربية محافظة الخليل:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على درجة اليقظة العقلية لدى معلمي العلوم في مديريات تربية محافظة الخليل وعلاقتها بدافعية الإنجاز والكفاءة التدريسية.

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الإرتباطي في معالجة هذا الموضوع، وقد تم استخدام الإستبيان كأداة جمع المعلومات والبيانات، حيث بلغت عينة الدراسة 229 طالب.

وقد كشفت هذه الدراسة على مجموعة من النتائج منها:

✓ درجة اليقظة العقلية ودافعية الإنجاز والكفاءة التدريسية لدى معلمي العلوم المرحلة الثانوية في مديريات تربية محافظة الخليل جاءت مرتفعة.

✓ لا توجد فروق في استجابات المبحوثين بالنسبة لليقظة العقلية ودافعية الإنجاز والكفاءة التدريسية لدى معلمي العلوم المرحلة الثانوية في مديريات تربية محافظة الخليل وفقاً لمتغيرات الجنس والتخصص الدراسي.

✓ توجد فروق في استجابات المبحوثين بالنسبة لليقظة العقلية ودافعية الإنجاز والكفاءة التدريسية لدى معلمي العلوم المرحلة الثانوية في مديريات تربية محافظة الخليل وفقاً لمتغيرات المديرية. (أنوار، 2019)

د. التعقيب على الدراسات

من خلال الدراسات السابقة يلاحظ أن هناك دراسات عديدة قامت بدراسة نفس متغيرات الدراسة، ومما تم التوصل إليها من خلال مقارنة الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة ما يلي:

أوجه التشابه:

✓ من حيث المنهج: تشابهت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في اعتمادها على المنهج الوصفي في معالجة الموضوع.

✓ من حيث الأدوات: معظم الدراسات اعتمدت على أداة الإستبيان في جمع البيانات والمعلومات.

أوجه الاختلاف:

✓ من حيث الأهداف: هناك تباين في أهداف الدراسة، حيث أن كل دراسة لها أهدافها التي تختلف عن أخرى.

✓ من حيث العينة: حيث اختلف حجم العينة من دراسة إلى أخرى، وذلك حسب مجتمع الدراسة وإمكانية الباحث.

✓ من حيث النتائج: اختلفت النتائج المتوصل إليها باختلاف أدوات جمع المعلومات وعينة المستهدفة والبيانات والمعلومات المستخدمة في الدراسة.

الفصل الثاني: اليقظة العقلية

تمهيد

1. تعريف اليقظة العقلية
 2. الجذور التاريخية لليقظة العقلية
 3. أهمية اليقظة العقلية
 4. مكونات اليقظة العقلية
 5. أبعاد اليقظة العقلية
 6. النظريات المفسرة لليقظة العقلية
- خلاصة الفصل

تمهيد:

يعد مفهوم اليقظة العقلية من المفاهيم الحديثة التي تناولها عدد من علماء النفس في أواخر القرن الماضي، حيث تمثل مجموعة من الممارسات الهادفة إلى تعزيز الوعي والتركيز في اللحظة الحالية، مما يساعد الفرد على غرس المهارات العقلية الإيجابية التي لها دور فعال في صحة الفرد النفسية، مما تجعل الفرد قادرا على توجيه حياته بطريقة مستقلة عن الآخرين، بالإضافة إلى قدرته على الشعور بعواطفه وانفعالاته بشكل وواضح، وهذا يعزز صحته العقلية ويحسن تواصله وتعاطفه وتحسين صحته البدنية ورضاه عن حياته.

1. تعريف اليقظة العقلية:

عرف أنور عباس محمد (2024) اليقظة العقلية بأنها عبارة عن الوعي بالبعد الكلي للخبرات الحاضرة هنا مع الاهتمام بالخبرة المباشرة والقبول دون حكم، سواء كانت غير سارة أو ممتعة، وقبول جميع الخبرات الشخصية مثل الأفكار والمشاعر والأحداث في اللحظة الحالية. (Anwar. 2024. P 890)

وقد عرفها حمودة علي الحاج (2024) بأنها مجال مرّن من القدرات العقلية غير مرتبط بمنظور معين، مما يسمح للأفراد بالحصول على رؤية أوسع لتجارهم، وهذا الانفتاح على جميع التجارب العقلية والحسية يمكّن الأفراد من الامتناع عن إصدار أحكام سلبية قد تقوض قيمتهم وتجارهم. (Hamouda. 2024. P 71)

كما عرفها كل من يحي منصورى ونادية بومجان (2022) بأنها حالة من الوعي الذي يجعل الفرد يركز مجمل انتباهه ووعيه على اللحظة الآنية بحيث يتجنب الوقوع في إصدار الأحكام على أفكاره وملاحظاته وسلوكاته ويسلم بقبول الواقع كما هو عليه. (منصورى. بومجان. 2022. ص 295)

بينما عرفها محمد حبشي حسين (2018) بأنها تكوين افتراضي متعدد الجوانب يتميز بتحول الانتباه الذي يؤدي إلى ملاحظة للخبرات لحظة بلحظة بدون تفسير أو إحكام تفاصيل أو تحليل للخبرة. (حبشي. 2018. ص 25)

يستنتج مما سبق أن اليقظة العقلية هي حالة من الوعي والتركيز المستمر مما يسمح للأفراد بالحصول على رؤية أوسع لتجارهم، بحيث يتجنب الوقوع في إصدار الأحكام على أفكاره وملاحظاته وسلوكاته ويسلم بقبول الواقع كما هو عليه.

2. الجذور التاريخية لليقظة العقلية:

أجمع المختصون على أن مفهوم اليقظة العقلية من حيث نشأته وأصوله فإنها ترجع للثقافات الشرقية القديمة البوذية في الهند، وعلى غرار كثير من مفاهيم علم النفس الإيجابي لا يمكن تناولها بمعزل عن سياقها التاريخي والثقافي لفهمها فهما عميقا، والكشف عن الفوائد التي يمكن بلوغها بواسطتها فقد كان لكل حضارة جوانب قوة مميزة لها يمكن الأخذ منها وتطويرها بعد إخضاعها للدراسة والبحث، حيث أن اليقظة العقلية استمدت شعبيتها من الجذور المفاهيمية للتقاليد البوذية القديمة قبل حوالي 25 قرنا عندما قدمها بوذا والتي قصد بها حالة الوعي والانتباه والتركيز التي تمر خلال اللحظة العابرة والنقية قبل تصور الشيء والتعرف عليه. (دغنوش. 2022. ص 74)

وقد نتجت اليقظة العقلية نتيجة الحركات الدينية، وبالتحديد الديانة البوذية التي تأسست في شمال الهند في 500 قبل الميلاد من طرف زعيم ديني سيدهارتا غوتاما بوذا، كرد فعل لمعاناة الفقراء والمرضى الذي يموتون جوعا وفقرا، فهي الأسلوب الأول المستخدم في التأمل البوذي، حيث بحلول القرن الخامس أصبحت البوذية الإيمان السائد في الهند والصين، ثم انتشر في اليابان، وتؤكد البوذية على موقف عدم التعلق، والتأمل لتطوير وتعزيز الوعي الذاتي، والتركيز على اللحظة الراهنة، مما يؤدي إلى حالة من الحرية النفسية من المعاناة (بوغزة. 2020. ص ص 50-51)، حيث أن اليقظة العقلية تعتبر جزءا أساسيا من تعليماتها أكثر من أي تقليد آخر، وقد اهتم المفكرون البوذيون اهتماما كبيرا خلال عدة قرون بالطريقة التي يعمل بها العقل الإنساني، وبتطوير أساليب لتدريب الذهن والعقل ليكون أكثر حضورا وتركيزا وانتباها، إذ أن التقنيات العملية لليقظة العقلية التي يتم استخدامها في الوقت الحالي وصلت إلينا بشكل كبير من التقاليد البوذية، بالإضافة إلى العناصر التي تم اقتباسها من التدريب الهندي لضبط توجه الجسد " لهاثا يوغا ". (وايت. 2021. ص ص 13-14)

3. أهمية اليقظة العقلية:

تكمن أهميتها في:

- ✓ تيسير الرفاهية النفسية بصورة مباشرة عن طريق إضافة حس الوضوح للخبرات عن طريق تشجيع للتفاعل مع الحياة لحظة بلحظة دون حكم، بالإضافة إلى نقص الضغط المدرك، والأعراض الطبية والنفسية؛
- ✓ تيسير التغير في تنظيم الانتباه، والمعرفة، والإنفعال بواسطة عدم تشجيع نسق الفكر الآلي المعتاد مثل الإجتار والأفكار التسلطية؛ (حبشي. المرجع السابق. ص 28)
- ✓ تساعد الفرد في القدرة على النظر للأشياء بطريقة جيدة ومدروسة، وهذا ما يجعلهم قادرين على اتخاذ الخيار من بين مجموعة من الخيارات؛
- ✓ ترتبط زيادة اليقظة العقلية بزيادة الإبداع، وهذا ما يؤدي إلى تحسين الوعي الذاتي وانخفاض ردود الفعل، مما يحسن القدرة على اتخاذ خيارات تكيفيه أثناء اتخاذ القرارات؛
- ✓ تخفيف الضغط وتحسين الرضا عن العمل، وتعمل أيضا على تحسين الإنتاجية ونوعية حياة الطالب؛

- ✓ تعمل على زيادة قدرة المؤسسات على ملاحظة القضايا ومشكلات ومعالجتها والكشف والاستجابة للتحضير الأولية لأي مشكلة قد تحدث داخل المؤسسة؛
- ✓ تزيد فرص التعلم الجديد، على العكس من النظرة القطعية للأمور الأحادية الاتجاه، التي تجعل الفرد سجين في حدود المعرفة والحياة الروتينية، كما أنها تجعل الفرد يتسم بالمرونة في تقبل الجديد في البيئة من إمكانيات المختلفة؛
- ✓ تعمل على زيادة الإدراك وهذا من خلال تعزيز الوعي بملاحظة الذات الذي يعزز التفكير والمراجعة للكثير من ردود الأفعال التلقائية؛ (بوقصارة. فوطية. 2022. ص 156)
- ✓ تساعد على شعور الفرد بمعنى الحياة واستكشاف معناها، إذ أن الوعي لحظة بلحظة يسهل الإنفتاح على الخبرات والإحساس بها؛
- ✓ تساعد الفرد على مواجهة الضغوط من خلال إدراكه ووعيه وإدارته الجيدة للبيئة من حوله؛
- ✓ خفض المخاوف المرضية، والإكتئاب، والقلق، وتعمل على تحسين عمليات الانتباه، والتسامح، والرضا عن الحياة؛
- ✓ تساعد الفرد على رؤية الأشياء كما هي في الواقع في اللحظة الراهنة والتعايش معها، والصبر حتى تتكشف الأمور في وقتها؛ (السيد. 2018. ص 892)

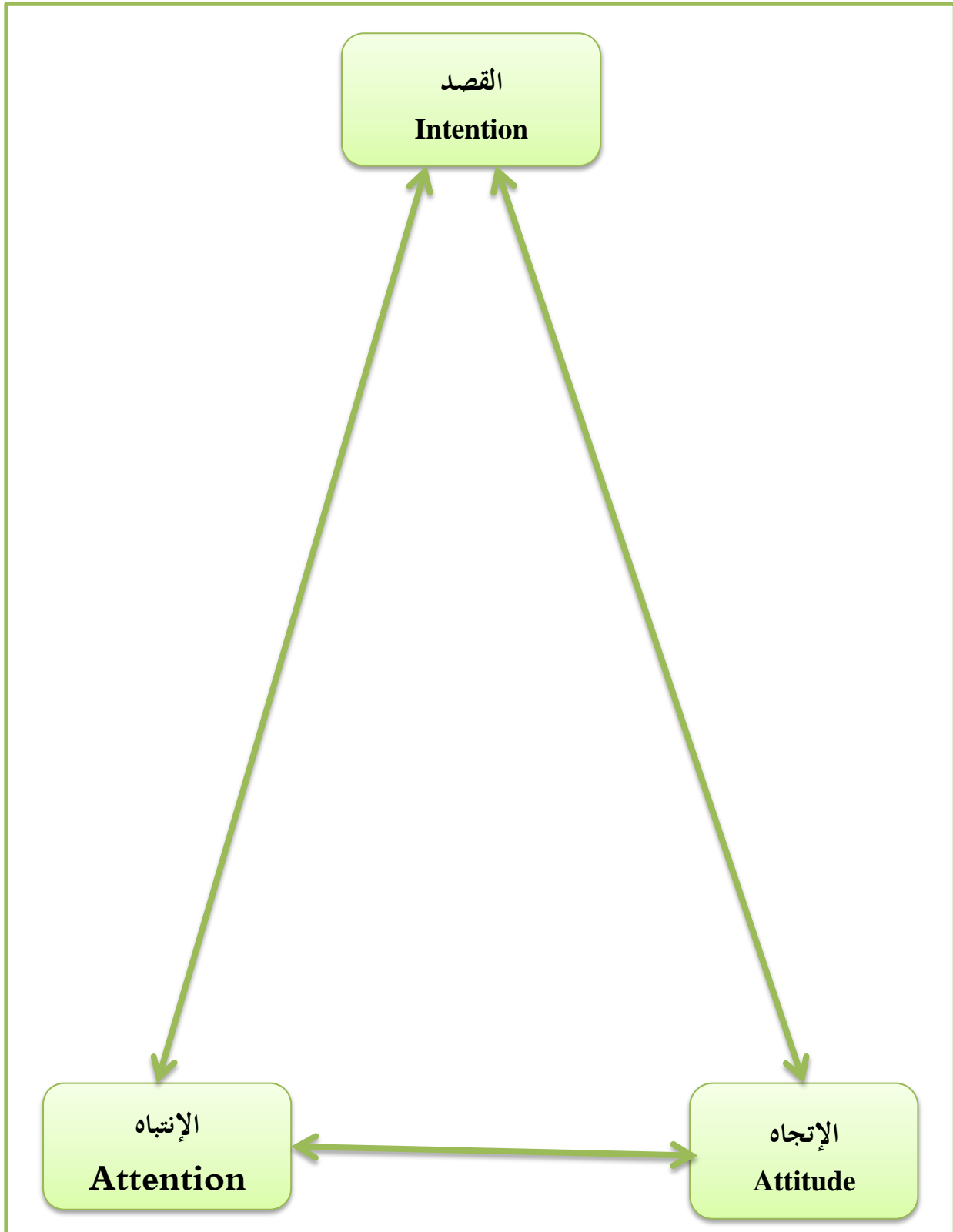
4. مكونات اليقظة العقلية:

تتكون اليقظة العقلية من: (الهاشم. 2017. ص 18)

- ✓ **القصد:** هو العملية الأولى التي تمهد الطريق لما هو ممكن ويذكر الشخص لماذا يمارسها أولاً، وتظهر أهمية هذه المرحلة في كونها تعمل على تحويل عملية القصد لدى الفرد إلى سلسلة متصلة من التنظيم الذاتي إلى استكشاف الذات؛
- ✓ **الانتباه:** يشير إلى الاحتفاظ بالانتباه الذي يتضمن ملاحظة العمليات التي تحصل لدى الفرد بين لحظة وأخرى وفي الخبرات الخارجية والداخلية، كذلك فإن التنظيم الذاتي للأشياء يكون بمثابة المنبئ بالنتائج في تطوير وتنمية المهارات الثلاث معا وتنميتها؛
- ✓ **الاتجاه:** يشير الاتجاه إلى نوعية اليقظة العقلية التي تعكس توجيه الخبرة التي تتشكل من التقبل والفضول.

ويمكن توضيح في الشكل التالي:

الشكل رقم (01): مكونات اليقظة العقلية



المصدر: عبد اللا. محمد (2019)، فاعلية التدريب على اليقظة العقلية كمدخل سلوكي جدلي في تحسين التوجه نحو الحياة وخفض أعراض اضطراب الشخصية التجنبية لدى المطلقات، مجلة الإرشاد النفسي، العدد 60، ص 9.

5. أبعاد اليقظة العقلية:

تتمثل هذه الأبعاد في:

✓ **الملاحظة:** تعني الملاحظة والإنتباه للخبرات الداخلية والخارجية مثل الإحساسات والمعارف والإنفعالات والمشاهد والأصوات والروائح؛

✓ **الوصف:** تعني وصف الخبرات الداخلية والتعبير عنها من خلال الكلمات؛ (عبد الحسيب. 2021. ص 258)

✓ **الإنفتاح على الجديد:** هو إحساس الفرد ومعرفته بالمشيريات الجديدة والتفاعل معها، فهو لا يعني المخاطرة ففي الوقت الذي يكون فيه الفرد منفتحاً على الطرق الجديدة يكون في ذات الوقت على وعي بعواقب السلوك فلا يخاطر لأن سلوكه اليقظ يجعله يقيم الأفكار بشكل جيد وفي الوقت المناسب؛ (بولفغة. بوبلال. 2020. ص 23)

✓ **الوعي بوجهات النظر المتعددة:** يعني القدرة على النظر للموقف برؤى مختلفة دون توقف عند رأي، مما يمكنه من الوعي التام للموقف، مع اتخاذ الرأي المناسب؛ (لمغربي. 2023. ص 22)

✓ **عدم الحكم على الخبرات الداخلية:** يعني عدم إصدار أحكام تقيم الأفكار والمشاعر الداخلية للخبرة الحالية سواء كانت جيدة أو سيئة، وكذلك قبول الواقع كما هو بدلاً من الهروب منه؛

✓ **عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية:** يعني الميل إلى السماح للأفكار والمشاعر لتأتي وتذهب دون تشتت تفكير الفرد أو ينشغل بها، وتفقد تركيزه في اللحظة الحاضرة. (عبد الحسيب. المرجع السابق. ص 259)

6. النظريات المفسرة لليقظة العقلية:

تتمثل أشهر هذه النظريات في:

✓ **نظرية لانجر:** ترى لانجر أن اليقظة العقلية تعني القدرة على خلق فئات جديدة و استقبال المعلومات الجديدة والإنفتاح على وجهات نظر مختلفة من السيطرة على السياق، والتأكيد على النتيجة، حيث تفترض هذه النظرية أن جميع القابليات محدودة تكون نتيجة لتقبل غير واع للإبداعات المعرفية السابقة ألوانها، فقد أظهرت نتائج لانجر و بيك (1979) أنه بإمكاننا تحسين الذاكرة بعيدة المدى وقصيرة المدى من خلال المتغيرات السياقية، وذلك يكون مقداراً من المعلومات للمعالجة بصورة شعورية، بحيث طورت لانجر نظرية اليقظة العقلية استناداً إلى البحوث المتعلقة بالسلوك البشري؛ إذ

وضعت في اعتبارها أن السلوك لا يقتصر على حالة اليقظة فحسب لكنه أكثر من ذلك بل هو طريقة لمواجهة الحياة مواجهة كاملة. (بولفة. بوبال. المرجع السابق. ص 26-27)

✓ **النظرية السلوكية:** فالبيئة والتعلم يؤثران على مكونات الشخصية، فينبغي على المشاركين الإستمرار في ممارسة اليقظة العقلية بشكل مستقل، كي يكون لبرامج اليقظة فوائد مستدامة، وتم استخدام النظريات السلوكية للتنبؤ بالسلوكيات الصحية الأخرى وتغييرها، وأظهرت بعض الاتجاهات الإيجابية في ممارسة اليقظة، توضح هذه البحث كيف يمكن أن تكون نظريات تغيير السلوك طبقت للمساعدة في تعزيز ممارسة اليقظة المستقلة خارج إعدادات التدخل، كما يميز تأثير اليقظة العقلية كصفة وممارسة على المرشدة المعرفية للناس وسلوكهم، فهي مرتبطة سلبا بالإفراط في تناول الطعام وتخطي الواجبات. (أبو الحسن. 2021. ص 46)

✓ **نظرية الوعي الذاتي التأملي:** ترى هذه النظرية أن الأفراد يكونوا يقظين لحالتهم الداخلية وسلوكهم من أجل مواصلة تحقيق أهدافهم، إذ أن اليقظة العقلية توجه النظم نحو تجربة عقلية وانفعالية وجسمية، والذي يعد أساسا في تطور المعرفة الذاتية، حيث أن الفرق بين الإنتباه التيقظ والإنتباه التأملي يتعلق بنوعية وطبيعة الإنتباه، ويمثل الوعي قدرتين أساسيتين هما التمكين والسيطرة، كما تؤكد هذه النظرية على الدور الأساسي للسيطرة الواعية للتجربة، فالكائن الواعي يحدد المثيرات التي يراقبها وفقا للإهتمامات والأهداف كي يؤدي كل من الوعي والإنتباه دوره في اختيار الهدف ومتابعة تحقيقه. (دغوش. المرجع السابق. ص 79)

✓ **نظرية تقرير المصير:** ترى هذه النظرية أن الوعي المتفتح له قيمة كبيرة في تيسير اختيار السلوكيات المنسجمة مع حاجيات الفرد وقيمة اهتماماته، حيث تؤكد هذه النظرية أن الحاجة إلى اليقظة العقلية تحدث لدى الفرد عندما تكون حالة التنظيم الذاتي في مستوى منخفض لإعادة بناء التواصل بين عناصر أي نظام مثل العقل أو الجسم أو الفكر أو السلوك، حيث أن اليقظة العقلية تسهل عملية الذاكرة من خلال تنظيم النشاط أو اشباع الإحتياجات النفسية الأساسية، فإن الأشخاص اليقظين عقليا من الخبرات الحسية يكونون أكثر تذكرا من الأشخاص المنخرطين في أعمال تشتت الإنتباه، كما أن لديهم شعور بالحيوية أثناء أدائهم على العمليات المعرفية. (شنين. عاد. 2023. ص 16)

خلاصة الفصل:

يستنتج مما سبق أن اليقظة العقلية هي حالة من الوعي والتركيز المستمر مما يسمح للأفراد بالحصول على رؤية أوسع لتجاربهم، بحيث يتجنب الوقوع في إصدار الأحكام على أفكاره وملاحظاته وسلوكاته ويسلم بقبول الواقع كما هو عليه، حيث أجمع المختصون على أن مفهوم اليقظة العقلية من حيث نشأته وأصوله فإنها ترجع للثقافات الشرقية القديمة البوذية في الهند، وتكمن أهميته في تساعد الفرد في القدرة على النظر للأشياء بطريقة جيدة ومدروسة، وهذا ما يجعلهم قادرين على اتخاذ الخيار من بين مجموعة من الخيارات، ويعد القصد والانتباه والإتجاه من مكونات اليقظة العقلية، ولها عدة أبعاد منها الملاحظة والوصف ... الخ، وقد تعددت النظريات المفسرة لهذا المفهوم واختلفت في تحديد أبعادها وأنواعها.

الفصل الثالث: الدافعية للإنجاز

تمهيد

1. تعريف الدافعية للإنجاز
 2. لمحة تاريخية حول مفهوم الدافعية للإنجاز
 3. المفاهيم المرتبطة بالدافعية للإنجاز
 4. خصائص الدافعية للإنجاز
 5. أهمية الدافعية للإنجاز
 6. النظريات المفسرة لدافعية الإنجاز
- خلاصة الفصل

تمهيد:

يعد موضوع الدافعية للإنجاز من أهم الموضوعات في مجال علم النفس على مستويين النظري والتطبيقي، فهي من المؤثرات التي تؤدي أدوار هامة وحيوية في سلوك الأفراد، حيث أن قدرة المؤسسات على تحقيق أهدافها يعتمد على نجاحها في توفير القدر الكافي من الدافعية للإنجاز للوصول لأهداف محددة، فالدافعية للإنجاز هي من أبرز القوى الحيوية والعاطفية والإدراكية والاجتماعية التي تحرك وتوجه السلوك، إذ أنه يمكن تفسير الكثير من مظاهر السلوك الإنساني في ضوءها لدى الفرد، وذلك لأن أداء الفرد واصراره على القيام بأعمال معينة أو مواصلة هذه الأعمال يتوقف على مستواها.

1. تعريف الدافعية للإنجاز:

عرفها خالد الرابغي (2015) بأنها استعداد الفرد لتحمل المسؤولية، والسعي نحو التفوق لتحقيق أهداف معينة، والمثابرة للتغلب على العقبات والمشكلات التي قد تواجهه والشعور بأهمية الزمن والتخطيط للمستقبل. (الرابغي. 2015. ص 157)

بينما عرفها جون نيكولاس (1984) بأنها سلوك موجه نحو تطوير أو إظهار قدرة عالية بدلا من قدرة منخفضة (Nicholls. 1984. P 328)، حيث يمثل هذا السلوك الدوافع التحفيزية التي تنبع منها جميع تصرفات الفرد، ويؤثر تأثير احتياجات الفرد ومتعته بشكل كبير على اتجاه سلوكه، ويوضع على مشاعرك وأهدافك المتعلقة بالإنجاز،، وهناك أشكال مختلفة من الدافع، بما في ذلك الدافع الخارجي والداخلي والفيسيولوجي والإنجاز. (P.B. Beulahbel . 2019. P 56)

وقد عرفها كلويندر سينغ (2011) بأنها مزيج من متغيرين للشخصية: الميل إلى الاقتراب من النجاح والميل إلى تجنب الفشل، فهي سلوك موجه نحو المهام غالبا ما تتم مقارنة أداء الأفراد بالمعايير أو مع الآخرين للتقييمات، حيث يوفر الدافع أساسا مهما لاستكمال السلوك المعرفي، مثل التخطيط والتنظيم واتخاذ القرار والتعلم والتقييمات. (Singh. 2011. P 162)

كما عرفها كل من إيمانويل وإيرك وبارني سلمون (2014) بأنها مجموعة العمليات النفسية التي تسبب بدء السلوك وتوجيهه وشدته واستمراره، لتحقيق أهداف وأغراض معينة (Affum-Osei. Adom. Barnie. Forkuoh Kwarteng. 2014. P 25-26)، فهي تعبر عن الثقة في النجاح من خلال المثابرة والالتزام الوظيفي والتي تؤدي في نهاية الأمر إلى القيام بالمهام الصعبة في العمل. (الحلواني. 2021. ص 23)

يستنتج مما سبق أن الدافعية للإنجاز هي الحالة الداخلية أو الخارجية للفرد التي تحرك سلوكه موجه نحو تطوير أو إظهار قدرة عالية في إنجاز المهام من أجل السعي نحو التفوق لتحقيق أهداف معينة، والمثابرة للتغلب على العقبات والمشكلات التي قد تواجهه والشعور بأهمية الزمن والتخطيط للمستقبل.

2. لمحة تاريخية حول مفهوم الدافعية للإنجاز:

يرجع استخدام مصطلح الدافعية للإنجاز في علم النفس من الناحية التاريخية إلى ألفرد أدلر الذي أشار إلى أن الحاجة للإنجاز هي دافع تعويضي مستمد من خبرات الطفولة، كما عرض له

كيرت ليفن في ضوء تناوله لمفهوم الطموح، لكن الفضل يرجع إلى هنري موراي حيث كان أول من قدم مصطلح الحاجة للإنجاز بشكل دقيق، بوصفه مكوناً من مكونات الشخصية، وذلك في دراسة له في سنة 1938 بعنوان " استكشافات الشخصية " وجعله واحداً من الدوافع الإنسانية 27 المكتسبة.

لقد تأثر موراي بعلماء التحليل النفسي، وعلى رأسهم فرويد ويونغ، كما تأثر بعلماء الاجتماع والأجناس، وحظي بتدريب عميق في الطب والبيولوجيا، وهذه الخلفية العلمية جعلته ينظر إلى الإنسان على أنه كائن حي نشط، من هذا المنطلق يؤكد على أن فهمنا للسلوك الإنساني لا ينبغي أن يكون في ضوء ما لديه من حاجات أو بنية شخصية، ولكن الكائن الحي والوسط الذي يعيش فيه ينبغي أن يوضعاً معاً في الاعتبار. (خويلد. 2005. ص 36)

كما مرت دراسة الدافعية للإنجاز بعدد من الأطر ومن أمثالها المحاولات التي قام بها كل من ماكلياند واتكنسون وكلارك ولوويل (1953) لقياس الفروق الفردية في قوة الدافعية للإنجاز، وذلك باستخدام فنيات مقياس **Temotie Apperception Test (TAT)** الذي استخدمه موراي، وفي نفس الوقت كانت هناك محاولات لتحديد بدايات الدافعية للإنجاز في أساليب تربية الطفل، وما يرتبط بنمو الدافعية من عوامل اجتماعية وبعدها تركزت جهود الباحثين حول صياغة نظرية الدافعية للإنجاز، حيث اتجه العديد منهم إلى تأصيل التنظير في هذا الميدان، أما في الفترة الأخيرة ركزت العمال على إجراء بعض التغيير في النظرية الأولية للدافعية وعلى البحث في تأثير الإهتمامات الإنجازية على النمو الإقتصادي مقومات المجتمع الإنجازي وعلى تغيير مستوى الحاجات الإنجازات لدى الفرد. (البار. المرجع السابق. ص 65)

وحدد هرمانز (1970) مظاهر الدافع للإنجاز في عشرة (10) جوانب هي: مستوى الطموح، وسلوك تقبل المخاطرة، والحراك الإجتماعي، والمثابرة، وتوتر العمل أو المهمة، وإدراك الزمن، والتوجه للمستقبل، واختيار الرفيق، وسلوك التعرف، وسلوك الإنجاز.

وأشار هيلجارد (1979) إلى أن الدافع للإنجاز يعني تحديد الفرد لأهدافه في ضوء معايير التفوق والإمتياز. (خليفة. 2006. ص 15)

3. المفاهيم المرتبطة بالدافعية للإنجاز:

هناك العديد من المفاهيم المشابهة لمفهوم الدافعية للإنجاز من حيث المعنى، من بينها المفاهيم التالية:

✓ **المثير:** هو عامل أو مؤثر خارجي (كالضوء)، أو اجتماعي (كمقاتلة خصم)، أو داخلي (كالتفكير)، أو فسيولوجي (كارتفاع درجة حرارة الجسم)، يثير نشاط الكائن الحي؛

✓ **الباعث:** هو موقف أو مؤثر خارجي، يثير الدافع ويرضيه أو يشبعه في آن واحد، فالدافع يستجيب للباعث، فعلى سبيل المثال الطعام باعث يستجيب له دافع الجوع، فالبواعث قوة من خارج الفرد، والدوافع قوة منبعثة من داخل الفرد؛

✓ **الغاية والغرض:** الغاية هي التي يتجه إليها السلوك لينتهي عندها بعد إشباعها للدافع وإرضائه، أما الغرض هو ما يحدده الفرد في عقله وتفكيره من غايات، ويعمد أو يقرر الوصول إليه أو الإبتعاد؛

✓ **الحافز:** يمثل حالة من التوتر والضييق النفسي التي تثير الفرد إلى التصرف، ولكنه السلوك غير الموجه، حيث يعتبر الحافز الوجه الذاتي أو الداخلي المحرك للدافع؛

✓ **الحاجة:** حالة من فقدان لشيء ما تنشأ بسبب اختلال توازن الفرد الفسيولوجي أو النفسي، وتصاحبها أنواع من القلق والتوتر والإضطراب الذي يزول أو ينخفض بإشباع الحاجة بدرجة معقولة؛ (آدم. عبد الله. علي. 2024. ص ص 213-214)

✓ **العادة:** تشير إلى قوة الميل السلوكية التي ترتقي وتنمو نتيجة عمليات التدعيم، وتتركز على الإمكانية السلوكية؛

✓ **الإنفعال:** اضطراب حاد يشمل الفرد كله، ويؤثر في سلوكه، وفي خبرته الشعورية ووظائفه الفسيولوجية الداخلية، وينشأ في الأصل عن مصدر نفسي؛

✓ **القيمة:** بناء مترابط يتضمن الوجدان، والموقف الحالي الذي يوجد فيه الفرد، وأنها تتكون مما يراه الفرد حسناً أو سيئاً، إيجاباً أو سلباً. (خليفة. 2000. ص ص 80-83)

4. خصائص الدافعية للإنجاز:

لدافعية الإنجاز عدة خصائص منها:

✓ تعد الدافعية للإنجاز وظيفة تنشيطية تعمل على تعبئة الطاقة لدى الفرد وتحفزها نحو الهدف، وتستمر هذه الطاقة معبأة إلى أن يشبع الفرد حاجته أو يحقق هدفه، وعلى أساس أن الدافعية في

شكلها العام ما هي إلا صورة من صور الإستشارة، فقد اتضح أن تعبئة الكائن بدرجة شديدة قد تؤدي إلى تنشئته، ولهذا فإن زيادة الدافعية فوق حد أمثل يعوق الأداء أكثر مما ييسره، وبوجه عام فإن المستوى المتوسط من الدافعية أو الإستشارة الإنفعالية هو أفضل المستويات التي يكون الفرد خلالها على درجة ملائمة من اليقظة والتنبيه للقيام بأعماله ونشاطاته. (جديدي. 2014. ص 218)

✓ تتطلب الدافعية للإنجاز من الرئيس شرح للمرؤوس ما يمكن عمله بعد أن ينهي عملا معينا، وقد تكون هذه توقعات آنية ومتوسطة المدى كتحقيق أهدافهم في الحياة، وغالبا ما يقوم الفرد بتغيير توقعاته عندما يفشل في أداء مهمات معينة، أو عندما ينجح في أدائها، والتوقعات على علاقة وثيقة مع مستوى الطموح وخبرات النجاح والفشل.

✓ توجيه السلوك نحو المصدر الذي يشبع الحاجة أو تحقيق الهدف، فالدافعية للإنجاز توجه سلوك الأفراد نحو الهدف، فهي تساعدهم في اختيار الوسائل المناسبة لتحقيق ذلك الهدف. (آدم. عبد الله. علي. المرجع السابق، ص 217)

✓ تعد الدافعية للإنجاز كمخطط فهي توجه سلوك الفرد، وما ينوي القيام به في المستقبل نحو تحقيق الهدف، وهذا ما أوضحه ميلر في نظرية السلوك الموجه نحو الهدف، حيث يقوم الفرد بالمقارنة بين البيئة والهدف، ثم يقوم بمعالجة البيئة حتى يقلل من التفاوت بينها وبين الهدف، ثم يختبر مرة أخرى التفاوت بين البيئة والهدف، ثم يسعى بعد ذلك لتحقيق الهدف. (جديدي. المرجع السابق، ص 218)

✓ يعد الدافع للإنجاز بعدا أساسيا لدى الأفراد ذوي الدافعية العالية، حيث تبين أن من أهم مظاهر الدافعية العامة الشعور بأهمية الوقت والتفاني في العمل، والسعي نحو الكفاءة في تأدية المهام التي توكل إلى الشخص، والرغبة المستمرة في الإنجاز، كما تبين أيضا تميز ذوي الدافعية العالية بدرجة كبيرة من المثابرة، إذ أن الإستمرار في العمل لفترات طويلة، ومحاولة التغلب على العقبات التي تواجه الفرد، وذلك بهدف السعي لتحقيق الأداء بدرجة عالية من الكفاءة. (خليفة. 2006. ص 9-10)

5. أهمية الدافعية للإنجاز:

تكمُن أهميتها في:

✓ رفع مستوى أداء الفرد وإنتاجيته في مختلف المجالات والأنشطة التي يواجهها، حيث أن مستوى الإنجاز الإقتصادي الموجود في أي مجتمع هو حصيلة الطريقة التي ينشئ بها الأطفال في هذا المجتمع، (آدم. عبد الله، علي، المرجع السابق، ص 219)

✓ توجيه سلوك الفرد وتنشيطه، وإدراكه للمواقف؛

- ✓ شرط ضروري لبدأ التعلم، فمهما كانت المدرسة مجهزة بالأدوات والمعلمين والمناهج الدراسية فلا غنى من توافره؛
- ✓ تجعل التلميذ أكثر اندماجا في عملية لتعلم وتزيد من إقباله على الدراسة واشباع حاجات النمو لديه، كما تزيد من مثابرته في مواقف التعلم؛
- ✓ تيسر عملية التعلم حيث أن وجود دوافع تتسم بالإنجاز لدى المتعلمين شيء أساسي للتعلم، فأفضل المواقف التعليمية هي تلك التي تعمل تكوين دوافع حافزة لدى المتعلمين؛
- ✓ تساعد على فهم السلوك الذاتي وسلوك المحيطين بنا؛
- ✓ ترفع مستوى أداء الفرد وانتاجه في مختلف المجالات والأنشطة التي يواجهها؛
- ✓ حدوث حالة من الإستماع عند تحقيق الهدف والشعور بالنجاح؛
- ✓ تمثل الوسيلة الأساسية لإثارة اهتمام التلميذ ودفعه نحو ممارسة أوجه النشاط التي يتطلبها الموقف التعليمي بالمدرسة، وذلك من أجل اكتساب المعارف والإتجاهات والمعارف المطلوبة؛ (بن لخضر. بوتعني . 2022. ص ص 348-349)
- ✓ إظهار مواظبة عالية على الأنشطة؛
- ✓ إظهار صفة استثنائية في الأداء؛
- ✓ القيام بالأنشطة بدرجة كفاءة عالية؛
- ✓ اهتمام بالمهمة أكثر من اهتمامهم بالأشخاص؛
- ✓ تميز عملهم بالمخاطرة والضغط وتحمل المسؤولية؛
- ✓ تفضيل معرفة نتائج النشاط الذي يشتركون فيه ليحكموا على قدراتهم؛
- ✓ اتسام الأفراد بالواقعية في المواقف التي تتطلب المغامرة أو المخاطرة؛
- ✓ اظهار قدرا كبيرا من المثابرة في أدائهم؛
- ✓ انجاز الأداء بمعدل مرتفع؛
- ✓ حب معرفة نتائج أدائهم لتقييم قدراتهم وتطويرها نحو الأفضل؛
- ✓ اطلاع إلى أداء الموقف التي تتطلب التحدي؛
- ✓ اظهار نوعية متميزة في الأداء؛
- ✓ معرفة واجباتهم أكثر من اعتمادهم على توجيهات الآخرين؛

✓ تحمل المسؤولية فيما يقومون به من أعمال. (الرابغي. المرجع السابق. ص 161)

6. النظريات المفسرة لدافعية الإنجاز:

تتمثل أهم هذه النظريات في:

✓ **نظرية الحاجات الإنسانية:** عرض هنري موراي في سنة 1939 هذه النظرية باعتبارها محركات أصيلة للسلوك الإنساني، ويعتبر من أوائل الباحثين في هذا المجال، إذ قدم مجموعة كبيرة من الحاجات اشتملت على 20 حاجة رئيسية منها الحاجة إلى الإنجاز، حيث أن تصوره ينبثق من تصوره الكلي للشخصية، فهي عنده تكوين فرضي، يمثل قوة تنظيم الإدراك، والتعقل، والنزوع والفعل، والتوتر، إذ أكد موراي أن الأفراد مدفوعون للإنجاز وتحقيق النجاح في المهمات المختلفة ليس من أجل دفع الحصول على التعزيز أو المكافئة، وإنما من أجل الإنجاز بحد ذاته، وحدد موراي حاجة الإنجاز بأنها تقدير الذات وتسخير الإمكانيات العقلية والجسدية تسخيرًا ناجحًا، حيث تتكون هذه النظرية من أربعة (04) مجالات وهي: الطموح والتحمل والمثابرة والرضا المهني. (البندر. 2016. ص ص 414-415)

✓ **نظرية ماكلياند:** نظام شبكي من العلاقات المعرفية والإنفعالية الموجهة أو المترابطة بالسعي من أجل بلوغ مستوى الإمتياز والتفوق، حيث أن تصور ماكلياند في الدافعية للإنجاز له أهمية كبيرة لسببين:

الأول: أنه قدم أساس نظري يمكن من خلاله مناقشة وتفسير نمو الدافعية للإنجاز لدى بعض الأفراد، وانخفاضها لدى البعض الآخر، حيث تمثل مخرجات أو نتائج الإنجاز أهمية كبيرة من حيث تأثيرها الإيجابي أو السلبي على الأفراد.

الثاني: يتمثل في استخدام ماكلياند لفروض تجريبية أساسية لفهم وتفسير ازدهار وهبوط النمو الإقتصادي في علاقته بالحاجة للإنجاز في بعض المجتمعات والمنطق الأساسي خلف هذا الجانب. (القطيش. الشرفات. 2017. ص ص 214-215)

✓ **نظرية أتكينسون:** اتسمت هذه النظرية بعدد من الملامح التي تميزها عن نظرية ماكلياند، ومن أهم هذه الملامح أن أتكينسون أكثر توجهاً معملياً، وتركيزاً على المعالجة التجريبية للمتغيرات والتي تختلف عن المتغيرات الاجتماعية المراكبة لمواقف الحياة التي تناولها ماكلياند، حيث وضع أتكينسون نظريته في الدافعية للإنجاز في إطار منحى التوقع القيمة متبعاً في ذلك كل من تولمان وليفين حيث

افتراضاً أن دور الصراع بين الحاجة إلى الإنجاز والخوف من الفشل (ميرك. 2017. ص 343)، حيث يتفاعل كل من مستوى الحاجة إلى الإنجاز والخوف من الفشل كما يلي:

الجدول رقم (01): تفاعل مستوى الحاجة إلى الإنجاز والخوف من الفشل

النمط	مستوى الحاجة للإنجاز	مستوى القلق من الفشل
الدافع للإنجاز والنجاح أكبر من الدافع لتحاكي الفشل	مرتفع	منخفض
الدافع لتحاكي الفشل أكبر من الدافع للإنجاز والنجاح	منخفض	مرتفع

المصدر: ميرك. 2017. ص 344

✓ **نظرية الغزو السببي:** صاغ واينر (1972-1986) هذه النظرية التي تهدف إلى توضيح تأثير الدوافع على خبرات النجاح والفشل، وشرح السلوك والتنبؤ في مجالات الإنجاز، حيث تتجه النظرية بالدرجة الأولى إلى فهم كيف يعلل الأفراد أسباب نجاحهم وفشلهم، وكيف يؤثر تعليلهم هذا على دافعهم للإنجاز فيما بعد، وبمعنى آخر: فإن نظرية الغزو لا تهتم بطبيعة الفعل أو الحدث في حد ذاته، وهذه العوامل السببية إذا ما اتسمت بالثبات النسبي في مواقف متكررة من النجاح أو الفشل فإنها تؤثر على الإحتمالية الذاتية للنجاح في مواقف مستقبلية متشابهة، ويضع واينر نظريته في ثلاثة أنماط لتتابع الدافعية في: نقص الدافعية بعد الفشل، زيادة الدافعية بعد الفشل، زيادة الدافعية بعد النجاح. (بن لخضر . بوتعني . المرجع السابق، ص 351)

✓ **نظرية الغرائز:** حاول أصحاب هذه النظرية تفسير دوافع السلوك على أساس الغرائز، حيث أن كل نشاط يقوم به الإنسان مرتبط بها، فالغريزة كما يراها سيجموند فرويد تصدر عن حالة إثارة بدنية أو دافع ملح أو توتر داخل الجسم بهدف تحقيق هدف معين لكي يحقق الإثارة والتوتر، وبالتالي حدوث اللذة والإشباع، فالفرد يكون مدفوعاً طول حياته بالطاقة الغريزية التي أطلق عليها مصطلح " الليبدو ". (البار. 2014. ص 69)

✓ **نظرية التنشيط (الإثارة):** أن المبدأ الذي تقوم عليه النظرية حسب " ونتج وتني " أن كل فرد لديه مستوى معين من الإثارة، حيث أن السلوك يكون موجهاً للإحتفاظ بهذا المستوى، فإذا كانت مثيرات البيئة عالية لدرجة كبيرة، فإن السلوك موجهاً لمحاولة التنشيط والإثارة، أما إذا كان مستوى الإثارة منخفضاً جداً، إذ أن السلوك عندئذ يكون مدفوعاً لمحاولة الإرتقاء بمستوى هذا الأخير فكلما ارتفعت مستويات الدافعية (الإثارة والتنشيط) لدى الفرد كلما تحسن الأداء. (المرجع نفسه، ص 69)

خلاصة الفصل:

يستنتج مما سبق أن الدافعية للإنجاز هي الحالة الداخلية أو الخارجية للفرد التي تحرك سلوكه موجه نحو تطوير أو إظهار قدرة عالية في إنجاز المهام من أجل السعي نحو التفوق لتحقيق أهداف معينة، والمثابرة للتغلب على العقبات والمشكلات التي قد تواجهه، ويرجع استخدام مصطلح الدافعية للإنجاز في علم النفس من الناحية التاريخية إلى ألفرد أدلر الذي أشار إلى أن الحاجة للإنجاز هي دافع تعويضي مستمد من خبرات الطفولة، إذ هناك العديد من المفاهيم المشابهة لمفهوم الدافعية للإنجاز من حيث المعنى، من بينها المثير والباعث والغاية والحافز والحاجة، حيث أن لدافعية الإنجاز عدة خصائص منها: أنها وظيفة تنشيطية تعمل على تعبئة الطاقة لدى الفرد وتحفزه نحو الهدف، وتستمر هذه الطاقة معبأة إلى أن يشبع الفرد حاجته أو يحقق هدفه، ومن أهم النظريات المفسرة لها نظرية الحاجات الإنسانية، نظرية ماكلياند، نظرية أتكينسون وغيرها.

القسم الثاني: الجانب التطبيقي للدراسة

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1. منهج الدراسة
 2. مجتمع الدراسة
 3. أدوات الدراسة
 - 1.3. وصف أداة اليقظة العقلية
 - 2.3. وصف أداة الدافعية للإنجاز
 4. الدراسة الإستطلاعية
 - 1.4. وصف عينة الدراسة الإستطلاعية
 - 2.4. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة
 5. الدراسة الأساسية
 - 1.5. وصف عينة الدراسة الأساسية
 - 2.5. إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية
 - 3.5. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الأساسية
- خلاصة الفصل

تمهيد:

يعد الجانب الميداني جزء مهم ضمن خطوات البحث العلمي والمتعلقة بجهود الباحث في التحقق من موضوع دراسته، وعليه سيتم التطرق في هذا الفصل إلى منهج الدراسة المعتمد ووصف لعينة الدراسة الاستطلاعية وأهدافها، وكذلك وصف أدوات الدراسة واختبار لبعض خصائصها السيكمترية للأداة، بالإضافة إلى وصف لعينة الدراسة الأساسية وخطوات إجرائها، وفي الأخير عرض للأساليب الإحصائية المستعملة حسب ما تقتضيه طبيعة الدراسة ومجرياتها.

1. منهج الدراسة:

وبما أن بصدد الكشف عن العلاقة بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي تم استخدام المنهج الوصفي على اعتبار أنه من أكثر المناهج العلمية التي تتلاءم وطبيعة البحث الذي تقوم به، كما يعتبر هذا المنهج من أكثر مناهج البحث العلمي استعمالاً في البحوث التي تهتم بدراسة الظواهر النفسية والتربوية.

كما يقوم المنهج الوصفي على رصد ومتابعة دقيقة لظاهرة ما بطريقة كمية أو نوعية في فترة زمنية معينة أو على عدة فترات، وذلك بهدف التعرف عليها من حيث المحتوى والمضمون إضافة إلى محاولة الوصول إلى نتائج يمكن أن تساعد في فهم الواقع وتطويره. (عليان ونجم. 2000. ص 43).

2. مجتمع الدراسة:

وقد تمثل مجتمع الدراسة في جميع أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة البالغ عددهم 97 أستاذ في الموسم الدراسي 2024/2025.

3. أدوات الدراسة:

بناء على طبيعة الدراسة الحالية والأهداف المسطرة لتحقيقها وكذا المنهج المتبع فيها، فإن الأداة الأكثر ملائمة لجمع البيانات على مفردات الدراسة هي أداة اليقظة العقلية وأداة الدافعية للإنجاز.

1.3. وصف أداة اليقظة العقلية:

أعد مقياس اليقظة العقلية من طرف خنفر كريمة وخمقاني نسرين (2023)، وذلك في دراسة بعنوان: اليقظة العقلية وعلاقتها بجودة الأداء التدريسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببعض ابتدائيات مدينة ورقلة، وقد كان الهدف من هذه الدراسة قياس اليقظة العقلية، تكونت الصورة الأولى

للمقياس (35) فقرة تم تطبيقها على عينة قوامها (120) أستاذ من أساتذة ابتدائيات مدينة ورقلة، تم اختيارهم بأسلوب عشوائي.

يطلب الإجابة على فقرات المقياس ثم يصحح، بحيث تحسب درجة لكل بدائل مقياس ليكارت الخماسي التي تعبر عن إجابات المستجيبين، وتجمع درجاتها للحصول على الدرجة الكلية على المقياس.

كما استعمل معد الاختبار عدة أساليب في دراسة خصائصه السيكمومترية منها: معامل الثبات ألفا كرومباخ الذي بلغت قيمته 0.79، ومعامل الثبات للتحزئة النصفية حيث بلغت قيمة معامل الارتباط قبل التعديل: 0.64، أما قيمة معامل الارتباط بعد تطبيق معادلة سبيرمان براون لتصحيح الأثر قدرت بـ 0.79، وهي قيمة دالة إحصائيا عند 0.01، وعليه فإن مقياس اليقظة العقلية يتمتع بقدر عالي من الثبات، مما يؤكد ثبات المقياس.

الجدول رقم (02): تصحيح مقياس اليقظة العقلية

البنود	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
البنود الموجبة	5	4	3	2	1
البنود السالبة	1	2	3	4	5

2.3. وصف أداة الدافعية للإنجاز:

أعد مقياس الدافعية للإنجاز من طرف زيدان أحلام (2022)، وذلك في دراسة بعنوان: التدريس وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى معلمين المرحلة الابتدائية " دراسة مقارنة بين المقيمين في المناطق النائية والمقيمين في وسط المدينة "، وقد كان الهدف من هذه الدراسة قياس الدافعية للإنجاز، تكونت الصورة الأولية للمقياس (32) فقرة تم تطبيقها على عينة قوامها (40) معلم في المرحلة الابتدائية، تم اختيارهم بأسلوب عشوائي، وينقسم هذا المقياس إلى بعدين وهما:

التوجه نحو العمل: وفقراته تبدأ من 1 إلى 18.

التوجه نحو النجاح: وفقراته تبدأ من 19 إلى 32.

يطلب الإجابة على فقرات المقياس ثم يصحح، بحيث تحسب درجة لكل من المقاييس الفرعية الثلاثة على حدة، وتجمع درجاتها للحصول على الدرجة الكلية على المقياس.

كما استعمل معد الإختبار عدة أساليب في دراسة خصائصه السيكمترية منها: الصدق الظاهري والصدق المنطقي التي أكدت أن المقياس صادق، مما يؤكد صدق الإختبار.

الجدول رقم (03): تصحيح مقياس الدافعية للإنجاز

البند	تنطبق	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق
البند الموجبة	1	2	3
البند السالبة	3	2	1

4. الدراسة الإستطلاعية:

تسبق الدراسة الأساسية للدراسة الإستطلاعية، والتي لها دور مهم في الحفاظ على دقة الدراسة، كما تمثل نقطة البداية في البحث العلمي لأنها وحدة منهجية متكاملة تهدف إلى جمع معلومات حول مدى الإمكانية العلمية في إجراء بحث ما عن مواقف الحياة الفعلية، إذ يتوقف على نجاحها استمرار عملية البحث العلمي. (بوحوش. 2001. ص 142).

هدفت هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

✓ التأكد من صلاحية الأداة، ومدى بساطة ووضوح عباراتها، وسلامة تعليماتها، ومعرفة الزمن المناسب المطلوب لإجرائها؛

✓ قياس الخصائص السيكمترية للأداة؛

✓ الوقوف على جوانب القصور في الأداة بهدف تعديلها قبل إجراء الدراسة الأساسية.

كما أن استخدام الدراسة الإستطلاعية من خلال عينة إستطلاعية يمثل إجراء وقائي لتفادي المشكلات التي قد تظهر عند تنفيذ الدراسة الأساسية، وتجاهل الدراسة الإستطلاعية قد ينطوي على مخاطرة غير محسوبة العواقب، خاصة إذا تبين وجود مشاكل جدية في تصميم الإستبيان.

1.4. وصف عينة الدراسة الإستطلاعية:

أجريت الدراسة الإستطلاعية بمدينة زلفانة في ثانوية حي 05 جويلية 1962، حيث طبقت الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها 30 أستاذا من أساتذة التعليم الإبتدائي، وقد تم اختيارها بطريقة عشوائية.

2.4. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

يعد الصدق والثبات من الخصائص الأساسية التي تمنح الأداة صلاحية لقياس الظاهرة موضوع الدراسة، وفيما يلي عرض لطرق حساب صدق وثبات الأداة المستخدمة في بحثي الحالي:
أ. الصدق:

✓ صدق المقارنة الطرفية: لمعرفة هذا النوع من الصدق تم تطبيق الأداتين على عينة الدراسة الإستطلاعية، وتمثل النتائج المتحصل عليها من إجابات أفراد العينة في الجداول التالية:
الجدول رقم (04): يبين نتائج اختبار " ت " لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعتين الطرفيتين على أداة اليقظة العقلية

العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
العينة العليا	10	98.30	5.47	08.71	18	0.01
العينة الدنيا	10	73.40	7.18			

يتضح من خلال الجدول السابق أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا، المقدّر ب (98,30) أكبر من المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا والمقدّر ب (73.40)، وبلغت قيمة " ت " المحسوبة (08.71)، ودرجة الحرية (18)، مما يدل أن الفرق بين طرفي الأداة دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01)، هو ما يدل على أن الأداة على درجة من الصدق يجيز تطبيقها في الدراسة الأساسية.

الجدول رقم (05): يبين نتائج اختبار " ت " لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعتين

الطرفيتين على أداة الدافعية للإنجاز

العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
العينة العليا	10	69.10	2.72	07.45	18	0.01
العينة الدنيا	10	56.70	4.49			

يتضح من خلال الجدول السابق أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا، المقدّر ب (69,10) أكبر من المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا والمقدّر ب (56.70)، وبلغت قيمة " ت " المحسوبة

(07.45)، ودرجة الحرية (18)، مما يدل أن الفرق بين طرفي الأداة دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01)، هو ما يدل على أن الأداة على درجة من الصدق يجيز تطبيقها في الدراسة الأساسية.

ب. الثبات:

يشير الثبات إلى "مدى اتساق نتائج الاستبيان"، لحساب ثبات المقياس تم الاعتماد على طريقتين وهما:

✓ معامل ألفا كرونباخ: قامت الطالبة بحساب ثبات الأدوات في هذه الدراسة بطريقة استخراج معامل ألفا كرونباخ كما يلي:

الجدول رقم (06): يبين قيم الثبات لمعامل ألفا كرونباخ لأداة اليقظة العقلية

المقياس	الدرجة الكلية للمقياس
معامل α (الفا كرونباخ)	0.89
عدد العبارات	23
العينة	30

يمثل الجدول أعلاه معامل الثبات ألفا كرونباخ لأداة اليقظة العقلية حيث قمت بتطبيق المقياس على عينة إستطلاعية مكونة من 30 أستاذ ثم حساب معامل ألفا كرونباخ ببرنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) لقياس الثبات، وقد بلغ معامل الثبات الكلي للمقياس 0.89، وهو معامل جيد، ومنه يمكن القول أن الاستبيان ثابت وصالح للتطبيق على العينة، إذ يشير عوض (1998) أنه كلما وصل معامل الثبات بين +0.70 و +0.90 دل ذلك على ثبات مرتفع.

الجدول رقم (07): يبين قيم الثبات لمعامل ألفا كرونباخ لأداة الدافعية للإنجاز

المقياس	الدرجة الكلية للمقياس
معامل α (الفا كرونباخ)	0.75
عدد العبارات	17
العينة	30

يمثل الجدول أعلاه معامل الثبات ألفا كرونباخ لأداة الدافعية للإنجاز حيث قمت بتطبيق المقياس على عينة إستطلاعية مكونة من 30 أستاذ ثم حساب معامل ألفا كرونباخ ببرنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) لقياس الثبات، وقد بلغ معامل الثبات الكلي للمقياس

0.75، وهو معامل جيد، ومنه يمكن القول أن الاستبيان ثابت وصالح للتطبيق على العينة، إذ يشير عوض (1998) أنه كلما وصل معامل الثبات بين $0.70+$ و $0.90+$ دل ذلك على ثبات مرتفع.

✓ **ثبات التجزئة النصفية:** قامت الطالبة بحساب ثبات الأدوات في هذه الدراسة بطريقة استخراج التجزئة النصفية كما يلي:

الجدول رقم (08): يمثل حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية لأداة اليقظة العقلية

معامل الارتباط بين النصفين	0.84
معامل تصحيح سبيرمان-براون	0.91

يوضح الجدول أعلاه نتائج حساب ثبات الاستبيان بطريقة التجزئة النصفية حيث قام البرنامج بتقسيمه إلى قسمين، حيث أظهر معامل الثبات لمعامل الارتباط - ر بيرسون - وبلغ قيمته 0.84 وتم إخضاعه لمعامل التصحيح سبيرمان و براون فبلغت قيمته 0.91، ومنه يمكن القول أن هذا الاستبيان ذو ثابت جيد.

الجدول رقم (09): يمثل حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية لأداة الدافعية

للإنجاز

معامل الارتباط بين النصفين	0.83
معامل تصحيح سبيرمان-براون	0.90

يوضح الجدول أعلاه نتائج حساب ثبات الاستبيان بطريقة التجزئة النصفية حيث قام البرنامج بتقسيمه إلى قسمين، حيث أظهر معامل الثبات لمعامل الارتباط - ر بيرسون - وبلغ قيمته 0.83 وتم إخضاعه لمعامل التصحيح سبيرمان و براون فبلغت قيمته 0.90، ومنه يمكن القول أن هذا الاستبيان ذو ثابت جيد.

5. الدراسة الأساسية:

لقد سمح التأكد من الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) للأداة، ضمن إجراءات الدراسة الاستطلاعية من متابعة الدراسة الأساسية، وتطبيق الأداة على مجتمع الدراسة، وذلك وفق خطوات ومراحل منهجية تطبيقية.

1.5. وصف عينة الدراسة الأساسية:

قدرت عينة الدراسة في الموسم الدراسي 2025/2024 بـ 60 أستاذًا من ابتدائيات بلدية زلفانة، حيث تم اعتماد أسلوب العينة العشوائية البسيطة.

2.5. إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية:

تم توزيع 67 إستمارة على أساتذة التعليم الإبتدائي ببلدية زلفانة وقد تم إسترجاع 60 إستمارة صالحة للمعالجة الإحصائية، في حين لم يتم استرجاع باقي الإستمارة.

3.5. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الأساسية:

لمعالجة البيانات المتحصل عليها من خلال تطبيق الدراسة الأساسية تم اعتماد على الأساليب الإحصائية التالية:

- اختبار الفروق "ت" لدراسة الفروق بين الفئة العليا والدنيا لقياس صدق المقارنة الطرفية.
 - معامل الارتباط بيرسون لحساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية، وللتعرف على العلاقة بين متغيري الدراسة.
 - معامل ألفا كرومباخ لحساب الثبات.
 - التكرار والنسب المئوية (لوصف العينة).
 - اختبار "ت" لعينة واحدة الذي اشتمل على حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.
- ولقد تمت المعالجة الإحصائية باستعمال برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية نسخة (20) (SPSS).

خلاصة الفصل:

تطرق في هذا الفصل إلى الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية مما تتضمنه من المنهج المتبع في الدراسة وأدوات جمع المعلومات والخصائص السيكومترية المستخدمة إلى الأساليب الإحصائية لذلك سوق أتطرق في الفصل الموالي إلى عرض نتائج الدراسة المتوصل إليها وتفسيرها وتحليلها ومناقشتها.

الفصل الخامس: عرض وتحليل وتفسير نتائج الدراسة

تمهيد:

1. عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الأولى.
2. عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الثانية.
3. عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الثالثة.

تمهيد:

يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل نتائج الدراسة الحالية في ضوء الفرضيات التي تم طرحها وعرض وتحليل ومناقشة كل فرضية على حدى، مع محاولة إبراز أوجه التشابه ولاختلاف بين نتائج هذه الدراسة والدراسات السابقة في متغيرات الدراسة وتعليل حسب الواقع المحيط بدراسة، وهذا ما توصلت اليه من نتائج بعد المعالجة الإحصائية للبيانات.

1. عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

تنص هذه الفرضية على ما يلي: مستوى عال من اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة.

لاختبار هذه الفرضية قمت بتطبيق اختبار " ت " لعينة واحدة من أجل المقارنة بين متوسط درجات عينة الدراسة على مقياس اليقظة العقلية والمتوسط الافتراضي الناتج عن حاصل ضرب عدد بنود المقياس ومتوسط درجات البدائل أي $23 \times 3 = 69$ وكانت النتائج كما يلي:

الجدول رقم (10): يبين نتائج اختبار ت لعينة واحدة للمقارنة بين متوسط درجات عينة

الدراسة لأداة اليقظة العقلية

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي	60	85.96	69	09.99	59	13.15	0.000

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه يلاحظ أن عدد أفراد العينة بلغ (60) أما المتوسط الفرضي لدرجات أفراد العينة قد قدر بـ (69) في حين المتوسط الحسابي قد بلغ (85.96) وبانحراف معياري قدره (9.99)، وتم اختبار الفرق بين المتوسطين، وتبين أنه لصالح المتوسط النظري باعتماد اختبار (T. test) لعينة واحدة، إذ بلغت درجة الحرية (59) والقيمة التائية (13.15) في حين بلغت قيمة مستوى الدلالة الإحصائية (Sig): 0.00 عند مستوى المعنوية 0.05، وهي قيمة دالة إحصائية، فالمتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة على الاستبيان بلغ 85.96 أكبر المتوسط الفرضي المقدّر 69، وهذا يؤكد فرضية الدراسة القائلة " مستوى عال من اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة ".

وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة خنفر كريمة وخمقاني نسرين (2023) التي أظهرت وجود مستوى مرتفع في اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببعض ابتدائيات مدينة ورقلة، كما تتفق أيضا مع دراسة يحي منصوري ونادية بوجمان (2022) التي توصلت إلى وجود مستوى مرتفع من اليقظة العقلية لدى المراهقين المتمدرسين في الطور المتوسط.

وتختلف الدراسة الحالية مع دراسة حميد بوغناس (2022) التي أظهرت أن مستوى اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي كان متوسطا، كما تختلف أيضا مع دراسة أسماء لمغربي (2023) التي توصلت إلى أن مستوى اليقظة العقلية لدى تلاميذ السنة الثانية بثانوية علي ابن أبي طالب بعين صالح متوسط.

يمكن تفسير المتوسط المرتفع لليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة في أن طبيعة مهامهم التربوية والتعليمية التي تتطلب اليقظة العقلية عالية كونهم يتعاملون مع التلاميذ في مرحلة الطفولة، حيث يحتاجون إلى مراقبة وتوجيه وتعليم طوال الوقت، مما يتطلب قدرة على ضبط النفس والتفكير بشكل نقدي ومختلف وجديد، وهذا يحسن من تركيزه وانتباهه ووعيه، كما أن توفير إدارة المدرسة للجو المناسب الذي يساعد الأساتذة على تلبية المتطلبات الأساسية للقيام بمهامهم بأكبر كفاءة ممكنة، مما يدفعهم إلى تعزيز يقظتهم العقلية، بالإضافة إلى ذلك امتلاك الأساتذة لقدرات عقلية متميزة، والخبرة الطويلة في مجال التدريس التي تكسبهم مهارات تفكير مرنة ومتجددة تعزز من يقظتهم العقلية.

2. عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

تنص هذه الفرضية على ما يلي: مستوى عال من الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة.

لاختبار هذه الفرضية قمت بتطبيق اختبار " ت " لعينة واحدة من أجل المقارنة بين متوسط درجات عينة الدراسة على مقياس الدافعية للإنجاز والمتوسط الافتراضي الناتج عن حاصل ضرب عدد بنود المقياس ومتوسط درجات البدائل أي $17 \times 3 = 51$ وكانت النتائج كما يلي:

الجدول رقم (11): يبين نتائج اختبارات لعينة واحدة للمقارنة بين متوسط درجات عينة

الدراسة لأداة الدافعية للإنجاز

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي	60	62.78	51	07.26	59	12.55	0.000

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه يلاحظ أن عدد أفراد العينة بلغ (60) أما المتوسط الفرضي لدرجات أفراد العينة قد قدر بـ (51) في حين المتوسط الحسابي قد بلغ (62.78) وبانحراف معياري قدره (7.26)، وتم اختبار الفرق بين المتوسطين، وتبين أنه لصالح المتوسط النظري باعتماد اختبار (T. test) لعينة واحدة، إذ بلغت درجة الحرية (59) والقيمة التائية (12.55) في حين بلغت قيمة مستوى الدلالة الإحصائية (Sig): 0.00 عند مستوى المعنوية 0.05، وهي قيمة دالة إحصائية، فالمتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة على الاستبيان بلغ 62.78 أكبر المتوسط الفرضي المقدر 51، وهذا يؤكد فرضية الدراسة القائلة " مستوى عال من الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة ".

وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة تشفين دليلة وشعبانة جمعة (2022) التي أظهرت وجود مستوى الدافعية للإنجاز التدريسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي كان مرتفعاً، كما تتفق أيضاً مع دراسة جمال بريزة (2024) التي توصلت إلى أن هناك مستوى مرتفع من الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي.

وتختلف الدراسة الحالية مع دراسة طبيب فايزة وكواشي إيمان (2020) التي أظهرت أن الدافعية للإنجاز لدى معلمي المرحلة الابتدائية لولاية قلمة منخفضة، كما تختلف أيضاً مع دراسة حسين القطيش وأحمد الشرفات (2017) التي توصلت إلى أن مستوى دافعية الإنجاز للمعلمين الصفوف الثلاثة الأولى في مدارس البادية الشمالية الشرقية بدرجة متوسطة.

يمكن تفسير المتوسط المرتفع لدافعية الإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة في أن لديهم كفاءة في أداءهم المهني مما ينعكس على رفع مستوى دافعتهم للإنجاز، فضلاً عن الرغبة على تحسين أداءهم الأكاديمي بهدف سعيهم نحو تحقيق نجاح مساهم المهني والعملي (الترقية)، كما

أن هناك بيئة عمل مشجعة لدافعية إنجازهم من خلال الدعم المقدم من طرف إدارة المدرسة وزملاء في العمل وأولياء التلاميذ، وبالتالي تعزيز حاجتهم في تحقيق الذات والإنجاز بشكل مستمر.

3. عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

تنص هذه الفرضية على ما يلي: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة.

لاختبار هذه الفرضية قمت بتطبيق اختبار معامل الارتباط " بيرسون " بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة، وكانت النتائج كما يلي:

الجدول رقم (12): يبين العلاقة بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم

الابتدائي

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
اليقظة العقلية	0.86	0.000
الدافعية للإنجاز		

من خلال الجدول السابق يلاحظ أن معامل الارتباط بلغت 0.86، وقيمة الدلالة الإحصائية تساوي 0.00 وهي أقل من 0.05، وبما أن قيمة المعامل أكبر من 0.70 يدل على أن الارتباط قوي طردي بمعنى كلما زادت اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي زادت الدافعية للإنجاز لديهم، وهذا يؤكد فرضية الدراسة القائلة " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة ".

وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة وليد أبو الحسن وأحمد محمد ومحمود عبد العزيز (2021) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة على مقياسي اليقظة العقلية والتوجه نحو المستقبل عند مستوى دلالة 0.01، كما تتفق أيضا مع دراسة محمد علي (2020) التي توصلت إلى أنه توجد علاقة موجبة دالة إحصائية بين اليقظة العقلية ودافعية الإنجاز لدى الطالبات بالطفولة المبكرة بالجامعة.

وتختلف الدراسة الحالية مع دراسة نورة دغنوش (2022) التي أظهرت عدم وجود علاقة دالة إحصائية بين اليقظة العقلية والإنجاز الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

يمكن تفسير وجود علاقة دالة إحصائية بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة في كونهم يتمتعون بمستوى عالي من اليقظة العقلية مما يرفع من دافعتهم للإنجاز من خلال تعزيز تركيزهم وانتباههم أثناء أداء مهامهم التعليمية، فضلا عن مساعدتهم في إدارة ضغوطهم وانفعالاتهم مما يحافظ على دافعتهم للتدريس رغم التحديات، كما يعزز وعيهم الذاتي الذي يدفعهم نحو الإستمرار والتطور المهني، وبالتالي فإن الأساتذة اليقظين عقليا أكثر قدرة على دافعتهم الداخلية وتقديم أداء فعال ومستمر.

الاستنتاج العام

لقد جاءت الدراسة الحالية بعنوان اليقظة العقلية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز (دراسة ميدانية على عينة من أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة) من أجل تسليط الضوء على بعض الأهداف المتمثلة في:

- ✓ تحديد مستوى اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي؛
 - ✓ التعرف على مستوى الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي؛
 - ✓ إظهار طبيعة العلاقة بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي؛
- وبالتالي تم التوصل إلى مجموعة من النتائج المتمثلة في:
- ✓ مستوى اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة عال؛
 - ✓ مستوى الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة عال؛
 - ✓ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي ببلدية زلفانة.

تبقى النتائج المتوصل إليها مشتركة من حيث التوجه العام في دراسة كل من اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز مع إمكاني تناولها في مراحل دراسية أخرى.

فجدية وحادثة موضوع الدراسة الحالية جدير بجلب انتباه الباحثين نحوه، ونظرا لما لليقظة العقلية من دور هام في تحسين نمط تفكير الأساتذة وصولا بهم إلى درجات عالية من الوعي، فامتلاك الأستاذ لهذه الخاصية يمكنه من الإنتباه إلى جوانب متعددة للمشكلات التي يواجهها، كما يساعده على تحقيق التوازن والإنسجام النفسي والإنفعالي، فاليقظة العقلية تسهم في تعزيز الإنجاز من خلال تنمية التركيز الإيجابي نحو السعي لتحقيق أهداف معينة، والتفوق في أدائه مهامه، وتجاوزه للمعايير الموضوعية سواء كانت شخصية أو خارجية، وبالتالي تدعم حب التحدي، والمثابرة، والسعي نحو النجاح، وتفادي الفشل، ومن هنا تتضح العلاقة بين اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز، إذ أن مستوى اليقظة العقلية مرتفع يعزز نزعة الأستاذ الفردية للتفوق والنجاح في أدائه مهامه، ويحفزه على تحقيق أداء يفوق المعايير المعتادة.

الاقتراحات والتوصيات:

- ✓ اجراء مزيدا من الدراسات الميدانية حول أهمية اليقظة العقلية كأسلوب لتحسين الطموح والإنجاز الأكاديمي؛

الإستنتاج العام

- ✓ المشاركة في الدورات التدريبية والإرشادية والعلاجية التي تساعد في تنمية اليقظة العقلية والدافعية للإنجاز لدى أساتذة؛
- ✓ القيام بممارسة تمارين التأمل والإسترخاء التي تهدف إلى تعزيز اليقظة العقلية لدى أساتذة مثل تمارين اليوغا؛
- ✓ تعزيز الحوافز الذاتية لدى أساتذة من خلال تحديد الأهداف المهنية والشخصية وتعزيز التفكير الإيجابي؛
- ✓ تحسين بيئة العمل والدعم الإجتماعي للأساتذة من يعزز يقظتهم العقلية ودافعيتهم للإنجاز.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

المراجع باللغة العربية:

أولاً: الكتب:

1. خليفة. عبد اللطيف (2000)، الدافعية للإنجاز، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، مصر.
2. خليفة. عبد اللطيف (2006)، مقياس الدافعية للإنجاز، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، مصر.
3. الديب. حسناء (2012)، التقويم الذاتي وأثره على دافعية التلاميذ نحو التعلم ومستوى تحصيلهم الدراسي، مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع، مصر.
4. الربيعي. خالد (2015)، عادات العقل ودافعية الإنجاز، مركز ديونو لتعليم التفكير، عمان.
5. وايت. تيسا (2021)، اليقظة الذهنية: دليلك خطوة - خطوة نحو حياة أكثر سعادة، ترجمة: سامي العرجان، فاطمة الشيعي، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، ط 1.

ثانياً: البحوث الجامعية:

6. البار. الريمساء (2014)، المناخ التنظيمي وعلاقته بدافعية الإنجاز: دراسة ميدانية في مؤسسة سونطراك - بسكرة -، مذكرة ماستر أكاديمي، جامعة محمد خيضر، بسكرة.
7. بوعزة. رجة (2020)، فاعلية برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية لتخفيض الضغط المدرك لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً - دراسة تجريبية بمدينة ورقلة -، أطروحة دكتوراه، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
8. بولفعة. عائشة، بوبلال. رانيا (2020)، اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التعلم: دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الاجتماعية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة، مذكرة ماستر أكاديمي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
9. خويلد. أسماء (2005)، الدافعية للإنجاز في ظل التوجيه المدرسي بالجزائر: دراسة ميدانية لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي بمدينة ورقلة، مذكرة الماجستير، جامعة ورقلة، ورقلة.
10. دغنوش. نورة (2022)، اليقظة العقلية، الضغوط النفسية والإنجاز الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه، جامعة محمد خيضر، بسكرة.

11. شنين. نسرین، عاد. لامية (2023)، اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي: دراسة ميدانية ببعض ثانويات مدينة - ورقلة -، مذكرة ماستر أكاديمي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
12. لمغربي. أسماء (2023)، اليقظة العقلية وعلاقتها بجودة الحياة: دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الثانية ثانوي بثانوية على بن أبي طالب بان صالح، مذكرة ماستر أكاديمي، جامعة غرداية، غرداية.
13. الهاشم. أماني (2017)، درجة توافر اليقظة الذهنية لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية في محافظة عمان وعلاقتها بدرجة ممارسة سلوك المواطنة التنظيمية للمعلمين من وجهة نظرهم، رسالة الماجستير، جامعة الشرق الأوسط، الأردن.
ثالثا: المجالات العلمية:
14. أبو الحسن. وليد (2021)، اليقظة العقلية وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية، مجلة دراسات تربوية واجتماعية.
15. آدم. محمد، عبد الله. محمد، علي. موسى (2024)، الفروق في دافعية الإنجاز لدى عينة من طلبة السنة الرابعة بكلية الشارقة للعلوم التربوية، مجلة الإرشاد النفسي، العدد 02.
16. بن لخضر. وداد، بوتعني. فريد (2022)، دافعية الإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية - دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية تمنراست -، مجلة المقدمة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، العدد 02.
17. البندر. زينة (2016)، دافعية الإنجاز لدى طلبة المرحلة الإعدادية حول تخصصي الإحيائي والتطبيقي (دراسة مقارنة)، مجلة الفتح، العدد 68.
18. بوقصارة. حياة، فوطية. فتيحة (2022)، التفكير التحليلي وعلاقته باليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية بكلية العلوم الاجتماعية جامعة خميس مليانة، مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية، العدد 03.
19. جديدي. عفيفة (2014)، الدافعية: أهميتها ودورها في عملية التعلم، مجلة معارف، العدد 17.

20. حبشي. محمد حسين (2018)، الخصائص السيكومترية لمقياس اليقظة العقلية: مقارنة بين نظرية القياس التقليدية والنماذج الأحادية والمتعددة لنظرية الإستجابة للمفردة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد 99.
21. الحلواني. شيماء (2021)، دافعية الإنجاز لدى المعلمين بمنطقة القدس وفق نظرية مكلياند وعلاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، العدد 33.
22. السيد. هدى (2018)، اليقظة العقلية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين، مجلة دراسات نفسية، العدد 04.
23. عبد الحسيب. ميار (2021)، اليقظة العقلية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية بجامعة حلوان، مجلة دراسات تربوية واجتماعية.
24. عبد اللا. محمد (2019)، فاعلية التدريب على اليقظة العقلية كمدخل سلوكي جدلي في تحسين التوجه نحو الحياة وخفض أعراض اضطراب الشخصية التجنبية لدى المطلقات، مجلة الإرشاد النفسي، العدد 60.
25. القطيش. حسين، الشرفات. أحمد (2017)، مستوى دافعية الإنجاز لدى معلمي الصفوف الثلاثة الأولى في مدارس البادية الشمالية الشرقية، مجلة الدراسات والبحوث الإجتماعية، العدد 21.
26. مبراك. موسى (2017)، الدافعية، تعاريفها، أنواعها، أهميتها، وظائفها، نظرياتها وعلاقتها بالتعلم المدرسي، مجلة المفكر، العدد 01.
27. منصوري. يحيى، بوجان. نادية (2022)، مستوى اليقظة العقلية لدى المراهقين المتمدرسين في الطور المتوسط: دراسة ميدانية لمتوسطيين من ولاية تيبازة، مجلة دفاتر المخبر، العدد 01.

المراجع باللغة الأجنبية:

28. Affum-Osei. Emmanuel, Asante Adom. Eric, Barnie. Josephine, Forkuoh Kwarteng. Solomon (2014), **ACHIEVEMENT MOTIVATION, ACADEMIC SELF-CONCEPT AND ACADEMIC ACHIEVEMENT AMONG HIGH SCHOOL**

STUDENTS, European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences, No 02.

29. Ali Hadjer. Hamouda (2024), **Mental Alertness in Adolescents**, Journal of psychological and Education Studies, Vol 40, No 01.

30. Anwar Abbas. Mohammed (2024), **Mental Alertness among Students of the Chemistry Department at the College of Education for Pure Sciences - Ibn Al-Haytham -**, Linguistic and Philosophical Investigations, No 01.

31. Bency. Beulahbel (2019), **Achievement Motivation and Achievement of Higher Secondary Students of Kanyakumari District**, Shanlax International Journal of Education, No 4.

32. Nicholls. John G (1984), **Achievement Motivation: Conceptions of Ability, Subjective Experience, Task Choice, and Performance**, Psychological Review, No 03.

33. Rani. Rekha (2016), **General Mental Alertness in Visually Challenged and Sighted Students**, IRA International Journal of Education and Multidisciplinary Studies, No 01.

34. Singh. Kulwinder (2011), **Study of Achievement Motivation in Relation to Academic Achievement of Students**, International Journal of Educational Planning & Administration, No 02.

الملاحق

الملحق رقم (01): أداة الدراسة

جامعة غرداية

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا

أخي الأستاذ وأختي الأستاذة

في إطار إنجاز بحث علمي يهدف إلى معرفة علاقة اليقظة العقلية بالدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي، أضع بين أيديكم مجموعة من العبارات والمطلوب منكم قراءة كل عبارة بعناية والإجابة عنها كاملة دون استثناء، وذلك من خلال وضعك لعلامة (X) على الإجابة التي تمثل رأيك بصراحة تامة، وستحاط إجاباتكم بالسرية التامة وأشكركم مسبقا على تعاونكم معنا.

مثال توضيحي: بعد قرائتك لعبارة:

(تشعر بالراحة) وكانت إجابتك لهذه العبارة نادرا فسوف تكون بالشكل الآتي:

العبارات	تنطبق علي أبدا	تنطبق علي نادرا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي كثيرا	تنطبق علي عادة
أجد نفسي قادر على الإصغاء والعمل في آن واحد.	X				

البيانات الشخصية:

الجنس:

السن:

الخبرة:

أداة اليقظة العقلية

العبارة	تنطبق علي أبدا	تنطبق علي نادرا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي كثيرا	تنطبق علي عادة
1. أجد نفسي قادر على الإصغاء والعمل في آن واحد.					
2. يشغل جزء من تفكيري بعيدا عن العمل الذي أقوم به.					
3. أستخدم كل الأدوات المتاحة لتحسين قدرتي على الفهم.					
4. أحاول حل جميع المشكلات.					
5. لدي القدرة على ابتكار الحلول المجردة للمشكلات.					
6. أقوم بحل المشكلات التي تواجهني بطرق مختلفة.					
7. أستخدم بعض استراتيجيات التفكير الجديدة لمواجهة المواقف الصعبة.					
8. أرى أن جميع المواد الدراسية مترابطة مع بعضها.					
9. أصاب بالشرود الذهني كثيرا.					
10. أحاول الاستفادة من آراء أصدقائي لحل مشكلة معينة.					
11. من الصعب أن أجد الكلمات أصف بها ما أفكر به.					
12. أندمج في الفعاليات مع الآخرين دون أن أكون متأكد إنني منتبه إليهم.					
13. أنا شخص مرن.					
14. أستطيع الحكم فيما إذا كانت أفكارى جيدة أو غير جيدة.					
15. أقوم بالمهام الموكلة إلي بشكل آلي دون أن أعي ما أفعله.					
16. أنحدث عن أخطائي وأجدها سبيلا لأتعلم منها.					
17. أميل إلى تحريب كل ما هو جديد.					
18. أنا شخص مبدع.					
19. أتمتع بروح الدعاية والفكاهة.					
20. أشعر بالقلق من أي تطورات تحدث في حياتي.					
21. لا أجيد إختيار الكلمات التي تصف إحساسي.					
22. أتعلم كل الأفكار.					
23. أمتلك أفكار غير عقلانية.					

أداة الدافعية للإنجاز:

العبارة	نادرا	أحيانا	كثيرا	عادة
24. لا أترك عمل اليوم إلى الغد.				
25. أشعر بالكسل كلما ذهبت إلى العمل.				
26. عندي قدرة كبيرة على الصبر.				
27. أفضل الأعمال التي تتطلب بذل جهد كبير.				
28. أسعى لإنهاء العمل بإتقان.				
29. أشعر بالمال والتعب بعد فترة قصيرة من بداية العمل.				
30. أحاول التفوق على زملائي في العمل.				
31. أتوقف عن إتمام عملي عند تواجهي فيه مشكلات وصعوبات.				
32. الفوز وحده هو هدفي من المنافسات.				
33. أحاول تجنب المشكلات في العمل.				
34. أتجنب تحدي الآخرين في عملي.				
35. أحاول إضاعة الوقت حتى ينتهي وقت العمل.				
36. أبذل جهدا محدودا في تحقيق هدفي وهو النجاح بأعلى المعدل.				
37. أدرس ساعات إضافية في تحقيق هدف ذي قيمة.				
38. أحرص على القيام بعمل كل ما يطلب مني مهما كانت درجة صعوبته.				
39. أسعى إلى النجاح لأن ذلك يحقق لي الإحترام.				
40. أخطئي في العمل تؤدي إلى إحباطي.				

الملاحق

الملحق رقم (02): الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة

صدق المقارنة الطرفية لأداة اليقظة العقلية

Statistiques de groupe

	التصنيف	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
اليقظة العقلية	العليا	10	98,3000	5,47824	1,73237
	الدنيا	10	73,4000	7,18331	2,27156

Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances	Test t pour égalité des moyennes								
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différen ce erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
اليقظة العقلية	Hypothèse de variances égales	,821	,377	8,716	18	,000	24,90000	2,85677	18,89816	30,90184
	Hypothèse de variances inégales			8,716	16,823	,000	24,90000	2,85677	18,86791	30,93209

صدق المقارنة الطرفية لأداة الدافعية للإنجاز

Statistiques de groupe

	الدرجات	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الدافعية للإنجاز	العليا	10	69,1000	2,72641	,86217
	الدنيا	10	56,7000	4,49815	1,42244

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	T	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
الدافعية للإنجاز	Hypothèse de variances égales	1,156	,296	7,455	18	,000	12,40000	1,66333	8,90547	15,89453
	Hypothèse de variances inégales			7,455	14,826	,000	12,40000	1,66333	8,85108	15,94892

معامل ألفا كرومباخ لأداة اليقظة العقلية

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,894	23

معامل ألفا كرومباخ لأداة الدافعية للإنجاز

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,754	17

ثبات التجزئة النصفية لأداة اليقظة العقلية

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,836
		Nombre d'éléments	12 ^a
	Partie 2	Valeur	,754
		Nombre d'éléments	11 ^b
	Nombre total d'éléments		23
Corrélation entre les sous-échelles			,849
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,918
	Longueur inégale		,918
Coefficient de Guttman			,886

a. Les éléments sont : 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23.

b. Les éléments sont : 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22.

ثبات التجزئة النصفية لأداة الدافعية للإنجاز

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,625
		Nombre d'éléments	9 ^a
	Partie 2	Valeur	,386
		Nombre d'éléments	8 ^b
	Nombre total d'éléments		17
Corrélation entre les sous-échelles			,830
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,907
	Longueur inégale		,907
Coefficient de Guttman			,874

a. Les éléments sont : 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17.

b. Les éléments sont : 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16.

الملاحق

الملحق رقم (03): نتائج فرضيات الدراسة

Test T

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي	60	85,9667	9,99316	1,29011

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 69				
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %
					Inférieur Supérieur
اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي	13,151	59	,000	16,96667	14,3852 19,5482

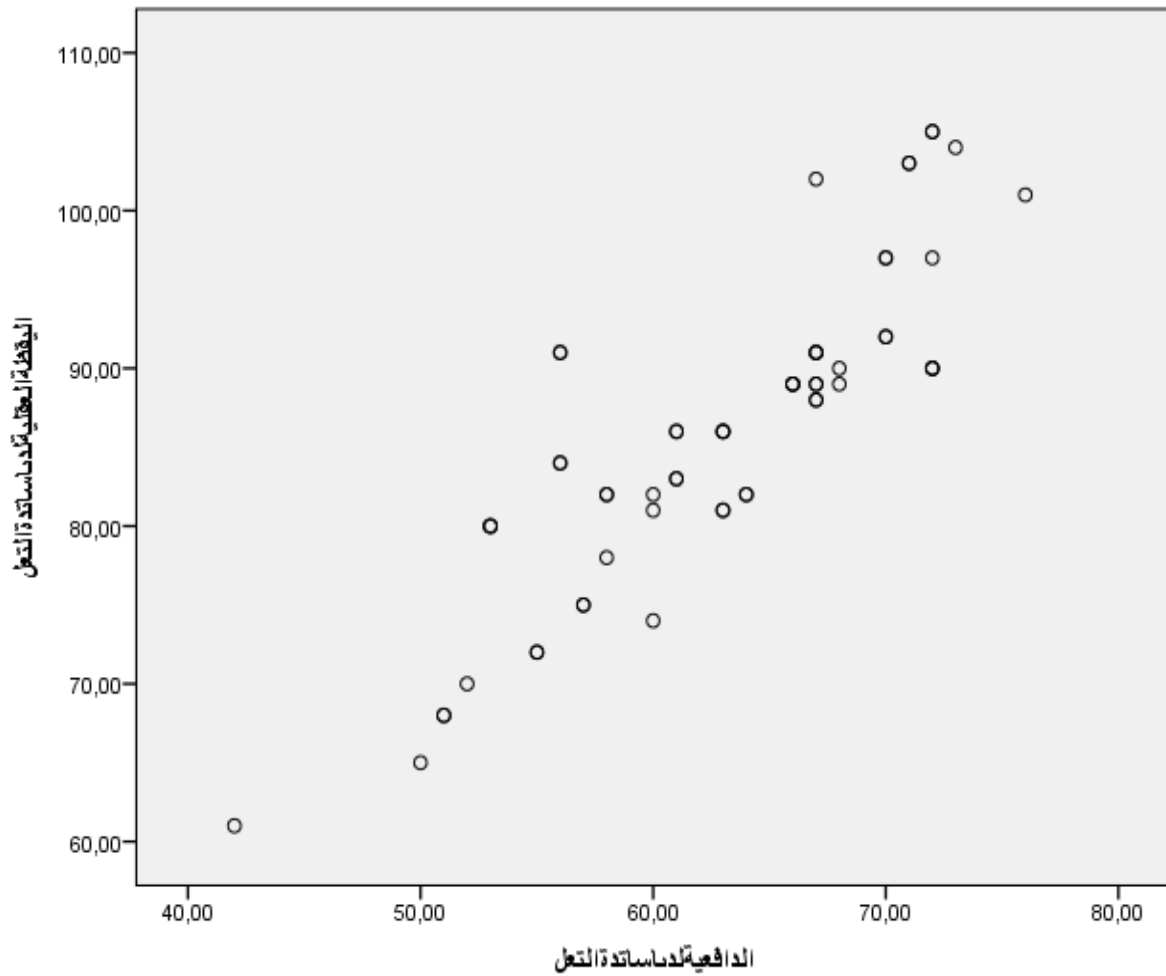
Test T

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي	60	62,7833	7,26751	,93823

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 51				
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %
					Inférieur Supérieur
الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي	12,559	59	,000	11,78333	9,9059 13,6607



Corrélations

Corrélations

	اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي	الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي
اليقظة العقلية لدى أساتذة التعليم الابتدائي	1	,865**
Corrélacion de Pearson		,000
Sig. (bilatérale)		
N	60	60
الدافعية للإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي	,865**	1
Corrélacion de Pearson		,000
Sig. (bilatérale)		
N	60	60

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).