مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف
مجلة علمية دولية نصف سنوية ISSN :2602- 554X EISSN :2773-2568
المجلد :08 العدد:01 السنة :2023 ص- ص : 635-655

اليقظة العقلية وعلاقتها بالهيمنة الدماغية لدى تلاميذ سنة ثالثة علوم تجريبية

دراسة ميدانية بثانويات مدينة أفلو-

Mental alertness and its relationship to brain dominance among third-year experimental science students

A field study in Aflou high schools.

عبد الكريم مأمون * فاطمة خثيري
مخبر جودة البرامج في التربية الخاصة والتعليم المكيف- جامعة قاصدي مرباح ورقلة
المركز الجامعي شريف بوشوشة افلو .الجزائر المركز الجامعي شريف بوشوشة افلو. الجزائر
a.maamoun@cu-aflou.edu.dz kha020282@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2023/01/11 تاريخ القبول : 2023/01/24

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة طبيعة العلاقة بين اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة ثالثة علوم تجريبية بمدينة أفلو، وكذلك تحديد مستوى اليقظة العقلية لدى التلاميذ والتعرف على النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية، والكشف عن الفروق الفردية في اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية بين الجنسين، تم الإعتماد على المنهج الوصفي في الدراسة، وتم إجراء الدراسة على عينة إستطلاعية قوامها (30) تلميذ، وعينة أساسية قوامها(72)تلميذ، كما إستخدمنا في الدراسة مقياس اليقظة العقلية ل*أحلام عبد الله(2013)*، ومقياس الهيمنة الدماغية لنيد هيرمان(2002)وخلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

-توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة ثالثة شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو.

-أشارت النتائج إلى وجود مستوى مرتفع من اليقظة العقلية لدى تلاميذ السنة ثالثة شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو.

- النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية هو نمط الأيسر (B) لدى تلاميذ السنة ثالثة شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو.

الكلمات المفتاحية:

اليقظة العقلية، الهيمنة الدماغية، ثالثة ثانوي، علوم تجريبية

Abstract:

The current study aimed to know the nature of the relationship between mental alertness and brain dominance among students of the third year of experimental sciences in Aflou city, as well as to determine the level of mental alertness among students and to identify the dominant pattern of brain dominance patterns, and to reveal individual differences in mental alertness and brain dominance between the sexes.

The descriptive approach was relied on in the study. The study was conducted on an exploratory sample of (30) students, and a basic sample of (72) students. We also used in the study the mental alertness scale of * Ahlem Abdullah (2013)*, and the brain dominance scale for * Ned Hermann (2002)*

The study concluded the following results:

-.There is a statistically significant correlation between mental alertness and cerebral dominance among students of the third year, experimental sciences division, in Aflou.

.The results indicated a high level of mental alertness among students of the third year, Experimental Sciences Division, in Aflou.

.The dominant pattern of brain dominance patterns is the left pattern (B) among students of the third year of the Experimental Sciences Division in Aflou City.

Keywords:

Mental alertness, brain dominance dominance, third secondary, experimental sciences

* المؤلف المرسل .

مقدمة:

لقد تركزت دراسات العلماء والباحثين على مر الزمن على دراسة الإضطرابات والمشكلات النفسية من أجل التشخيص والعلاج مقابل إهمال للجوانب الإيجابية في شخصية الفرد، لذا يعد علم النفس الإيجابي من الإتجاهات الحديثة في علم النفس الذي ظهر على يد "سليغمان" رئيس الرابطة الأمريكية، حيث ركز على أوجه ومواطن القوة في الإنسان بدلا من أوجه الضعف، وعلى الإيجابيات بدلا من السلبيات، بهدف التغلب على الضغوط التي تؤدي بالإنسان إلى إضطرابات بالصحة النفسية، فالعلم النفس الإيجابي هو الدراسة العلمية للسعادة الإنسانية، ودراسة مكامن القوة والفضائل الإنسانية، فالغاية الرئيسية لعلم النفس الإيجابي تتمثل في قياس وفهم وبناء مكامن القوة الإنسانية وفضائلها، وصولا إلى إرشادنا في تطوير الحياة الجديدة مستندا في ذلك لمجموعة من الإستراتيجيات المختلفة، تهدف إلى رسم طريق واضح المعالم لنقل تفكير الإنسان نحو فضاء معرفي ومنهجي أعمق وأوسع، يسمح له بتقبل الإختلاف مع، بإعطائه القدرة على المعايشة والتكيف مع المواقف السلبية.

1. الاشكالية:

تستند فلسفة التعليم المفتوح إلى إعتماد الطلبة على أنفسهم في دراستهم، فهم أحوج مما يكونون إلى إمتلاك المهارات والخصائص التي تمكنهم من تحقيق الإنجازات الأكاديمية، ومن ضمن تلك الخصائص المرتبطة بالإنجاز، والإنتباه، والوعي، والقدرة على الفهم، وحل المشكلات واليقظة العقلية.(شاهين، ريان، 2020، ص. 02).

واليقظة العقلية هي القدرة على الوعي والإنتباه أو الوعي العمدي الآني للأحداث الراهنة (الحاضر) بدلا من التفكير في الماضي أو القلق من المستقبل، لكن دون إصدار أحكام مسبقة ،فهي تنمي لدى الفرد القدرة على التعامل مع الموقف الذي تعرض له ومواجهة الضغوط الحياتية وتجنب الأفكار السلبية والمتطرفة.

وتعتبر اليقظة العقلية من المتغيرات المهمة التي لها إرتباط مباشر بالعملية التعليمية؛ فهي تساعد على زيادة الوعي، وتركيز إنتباه الطلبة للعملية التعليمية، وتعزز المرونة الذهنية لدى الأفراد، وتبرز ما لديهم من قدرات وإمكانات للتوافق مع المواقف والظروف الصعبة الضاغطة التي تواجه الطلبة في الحياة، والإستفادة من الخبرات ونقل ما تعلموه إلى حياتهم العملية. (عاشور،2021،ص ص.3-4).

ويعرف "Hayes" اليقظة العقلية بأنها التدخل والمنهج والعلاج المبتكر مبني على اليقظة العقلية ببعض التقنيات والفنيات التي تعتمد مبادئ تحليل السلوك يستخدم مزيجا إنتقائيا من الإشعارات

والمفارقات ومهارات اليقظة الفكرية إلى جانب مجموعة واسعة من التمارين التجريبية والتدخلات السلوكية الموجهة بالقيم.(الكطراني،و آخرون، 2020، ص.04).

وتستخدم اليقظة العقلية في المساعدة على تحقيق أهداف تعليمية مثل تعزيز مهارات حل المشكلات أو إجراء ممارسات و تدريبات معرفية معينة، وينظر العلماء إلى اليقظة العقلية على أنها عقلية نشطة تتصف بالقدرة على صياغة تميز جديد، فينتج عنها أن يصبح الفرد في الوقت الحاضر(في حالة حضور) وحساس للسياق ووجهة النظر الأخرى و ذو هدف لكنه ليس متحكما به من خلال القواعد والإجراءات الروتينية.(صلاحات، الزغول،2017،ص.22).

أجرت لي-ز فلوك (Flook,2010) دراسة في مركز أبحاث الوعي باليقظة العقلية ممارسات على الوعي باليقظة الذهنية (30) دقيقة ولمدة(8) أسابيع أظهرت أن التلاميذ الذين صنفو بوظيفية تنفيذية حصلوا على تنظيم سلوكي ومعرفة ما ورائية وضبط تنفيذي شامل هذه النتائج أوضحت أن التدريب على ممارسة اليقظة الذهنية يفيد الطلبة ذوي صعوبات التعلم في الوظيفة التنفيذية.(بديوي، عبد، 2018، ص.421).

وأكد (Bernay,2014) أن اليقظة العقلية ضرورية للمتعلمين حيث تنمي لديهم الرفاهية الشخصية، وتخفض الإجهاد، وتجعلهم أكثر تركيزا في التخطيط للدرس، وفي مراعاة إحتياجات الطلاب كما أنه من الضروري تضمين برامج إعداد المعلمين التدريب على اليقظة العقلية حيث تعزز رفاهية الطلاب والمعلمين، وتعزز كذلك الإحتفاظ بالوظائف. (إسماعيل،2017، ص. 292).

وفي هذا السياق نجد دراسة سانكيثا(Sangeetha,2010) ،هدفت إلى إختبار أثر ممارسة اليقظة العقلية كعامل مهم تخفيف مدة الضغوط ، ورفع مستوى تحصيل الأكاديمي لدى طلبة الصف وقد توصلت الدراسة إلى وجود تأثير وسيط لليقظة العقلية في العلاقة بين التعرض للضغوط ، وما ينتج عنها من إجهاد وتوتر، كما أسفرت نتائج على وجود علاقة إرتباطية موجبة بين اليقظة العقلية والمستويات المرتفعة من التحصيل الأكاديمي. (بولفعة، بوبلال،2020، ص.11).

وتبرز اليقظة العقلية القدرات الإبداعية المخبئة في عقل الفرد والتي مُنعت من الظهور بسبب الأفكار السلبية، لذا فإن اليقظة العقلية تعمل على كبح تلك الأفكار السلبية، مما تجعل الفرد يركز على اللحظة الراهنة وعلى فكرة واحدة، وعدم التنقل من فكرة إلى أخرى بشكل متسارع ومضطرب دون قيود لأفكاره وإبداعاته.

ويعتبر المخ من الأعضاء الرئيسية في الجهاز العصبي فهو بمثابة المحرك الأساسي لجسم الإنسان ومركز للقيادة والسيطرة على الوظائف المعرفية والإنفعالية والحركات الإرادية، فهو مسؤول عن

الأنشطة الحركية والإنفعالية والوجدانية والسلوكية التي يقوم بها الفرد، الذي يتكون بدوره من نصفين كرويين الأيمن و الأيسر ولكل منهما وظائفه وخصائصه.

إكتشف العالم "سبيري" (1960) أن لكل من نصفي الدماغ الأيمن و الأيسر عمل خاص به، وقد أثبت العالم الأمريكي "روجر سبيري" بالبحث أن كل نصف من الدماغ متخصص في أعمال معينة، فمثلا وجد بأن النصف الأيمن مسؤول عن التمييز بين الأشكال والتذوق والإبداع والإحساس بالجمال، أما النصف الأيسر فمسؤول عن الإدراك والتحليل والإتصال خاصة لغة الكلام،وقد نال جائزة نوبل على إكتشافه الفريد، وهذا ما أكدته العديد من الدراسات على نظرية نصفين الكرويين (Roger Seperry) للدماغ من حيث أن أنماط التفكير المهيمن لدى طلبة المدارس و الجامعات بوظائف جانبي الدماغ فالتفكير المعتمد على التحليل واللغة والمنطق هي من وظائف الأيسر للدماغ في حين أن وظائف الجانب الأيمن الدماغ تركز على النمط التفكيري التركيبي والمكاني والبصري والإبداعي وهذه الأنماط في تراجع مستمر، وخصوصا التفكير الإبداعي.(لزرق، بن عبو، 2016، ص.48).

والسيادة الدماغية عرفها "غبرس" (1995) بأنها المراكز العصبية الموجودة في أحد النصفين أكثر نشاطا و تأثيرا في سلوك الفرد من المراكز العصبية الموجودة في النصف الأخر، وقد يسيطر أحد النصفين على سلوك الفرد.(المدني، الضبيبان، 2021، ص.274).

والسيطرة الدماغية تعد من أهم العوامل التي تسهم في العملية التعلمية، فكل نجاح يحققه التلميذ في المؤسسة التعليمية يعتبر الهدف الأساسي من العملية التعليمية والتعلمية بكل ماتتوفر من وسائل بيداغوجية وتربوية، والتي يتم إختيارها بما يتناسب مع القدرات المعرفية و العقلية لكل نمط من أنماط الدماغ.

ويذكر (نوفل،2007) عن (Jensen,2001) أن أبحاث الدماغ الحديثة تشير إلى أن البشرية على عتبة ثورة جديدة في تطبيق نتائج الأبحاث المنبثقة عن علوم الدماغ في العملية التعليمية التعلمية ، إذ من المحتمل أن تقود نتائج الأبحاث المتعلقة بالدماغ إلى تغيرات مهمة في مختلف مجالات العملية التربوية بدءا من أوقات الدوام الدراسي مرورا بالإستراتيجيات التعليمية التعلمية، وأنماط التفكير و أساليب التقويم، إضافة إلى تنظيم البيئة المدرسية.(بلكرد، 2017، ص.03).

ويختلف الأفراد وفقا لطبيعة السيطرة الدماغية المهيمنة والتي تميز كل فرد عن الآخر، من حيث الإستجابة والإدراك للمواقف والأفعال وحل المشكلات، وسيطرة أحد النمطين على الفرد يعطل عمل النصف الآخر مما يؤثر على الأنماط السلوكية للفرد.

وفي هذا الصدد توصلت نتائج دراسات(Herrmann,1986,Clark,1986,McCarthy,1980) بوجود فروق فردية في معالجة المعلومات بين نصفي الدماغ الأيمن و الأيسر، وأن لكل ربع طريقة مفضلة في معالجة المعلومات, فالفروق الفردية في هيمنة الدماغ حقيقة معروفة، حيث يسهم كل نصف كرة من الدماغ في وظائف معينة من الجسم ، كما أن لكل شخص أساليب فريدة لإدراك وتفسير وتوظيف المعلومات الواردة.(جاسم، عباس، 2019، ص.297).

وبمأن اليقظة العقلية من المتغيرات المهمة التي ترتبط بالمنظومة التربوية وذلك لأهميتها في تحسين العملية العلمية التعليمية ،والهيمنة الدماغية هي من المتغيرات التي قد تؤثر في تنمية اليقظة العقلية، فهي تعكس طريقة تعليم والفهم والإدراك لكل المكتسبات المعرفية وكيفية معالجة المعلومات.

بناء على ما تم عرضه تبين لنا مشكلة الدراسة التي تتمثل في الحاجة إلى دراسة طبيعة العلاقة بين اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية. وذلك من خلال الإجابة عن **التساؤلات التالية**:

1- هل توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو؟

2- ما مستوى اليقظة العقلية لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو؟

3- ما النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو؟

2-فرضيات الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية للتحقق من الفرضيات التالية:

1- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو.

2- نتوقع مستوى مرتفع في اليقظة العقلية لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو.

3- النمط السائد من الهيمنة الدماغية هو النمط الأيسر(B) لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو.

3-أهداف الدراسة:

لكل دراسة هدف ومن بين أهداف دراستنا ما يلي:

تتمثل في ما إذا كانت هناك علاقة بين اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو.

- معرفة مستوى اليقظة العقلية لدى تلاميذ السنة ثالثة شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو.

- معرفة النمط السائد من الهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة ثالثة شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو.

4-أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة فيما يلي:

- تعتبر الدراسة الحالية بكرا في البيئة العربية عموما والبيئة الجزائرية خصوصا (في حدود علم الباحثة)، وندرة دراسات العربية التي تناولت اليقظة العقلية وعلاقتها بالهيمنة الدماغية لدى تلاميذ سنة ثالثة علوم تجريبية.

- تسليط الضوء على كل من مفهوم اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية من حيث نشأتهما وخلفيتهما مع محاولة إثراء الجانب النظري.

- أهمية تناول متغير اليقظة العقلية بإعتباره متغيرا إيجابيا ينتمي إلى منظومة علم النفس الإيجابي وتأثيراته الإيجابية في جميع مجالات الشخصية والإجتماعية والأكاديمية والمهنية، فهي من المهارات التي يحتاجها الفرد لإمتلاكها للنجاح في جميع المجالات.

- أهمية الشريحة العمرية التي تناولها البحث الحالي وهي المرحلة الثانوية التي تقابل مرحلة المراهقة التي تعتبر مرحلة حرجة في حياة الفرد، ففيها يتعرض التلاميذ إلى ضغوط متعددة ، مما يؤثر ذلك على إنجازهم الأكاديمي وتوافقهم الدراسي.

- قد تفيد نتائج الدراسة في التعرف على أهم العوامل التي تساهم في إنخفاض وإرتفاع مستوى اليقظة العقلية وسيادة أحد الأنماط من الهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية.

5-التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة:

قامت الباحثة بتحديد مصطلحات الدراسة وهي:

1-5 تعريف اليقظة العقلية:عرف "كابات زين" اليقظة العقلية بأنها الوعي الناشئ عن توجيه الإنتباه للخبرة التي تحدث في اللحظة الحالية ،وتقبلها دون إصدار أحكام تقييمية علها.(الوليدي، 2017، ص.45).

وهي الدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد العينة بعد إجابتهم على مقياس اليقظة العقلية بناءا على نظرية لانجر من إعداد أحلام مهدي عبد الله(2013) المستخدم في هذه الدراسة.

2-5تعريف الهيمنة الدماغية: هي ميل أحد النصفين الكرويين إلى السيطرة في أداء جميع الوظائف مما يؤدي إلى تفضيل إستخدام أحد جانبي الجسم، وتدعى أيضا بالسيطرة أو الهيمنة الجانبية.(قشوش، وآخرون، 2019، ص.36).

وهي الدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد العينة بعد إجابتهم على مقياس لهيمنة الدماغية لهيرمان Hermann(2002) المستخدم في الدراسة الحالية.

3-5تعريف تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية: هم تلاميذ الصف الأخير من المرحلة الثانوية شعبة علوم تجريبية وهم على مشارف إجتياز شهادة البكالوريا الذين يدرسون في مدارس التعليم الثانوي العام في بلدية أفلو للعام الدراسي2022/2021.

-منهج الدراسة:

على ضوء العمل والبحث في الدراسة الحالية التي تهدف لمعرفة طبيعة العلاقة بين اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية لدى التلاميذ، قد رأت الباحثة أن المنهج الوصفي هو المنهج المناسب لهاته الدراسة لإحتوائه على خطوات علمية تنطلق من التساؤل و الإفتراض وصولا لإختبار الفرضيات و إستخلاص نتائج أخيرة و جازمة عن موضوع الدراسة والعينة المختارة.

ويعرف المنهج الوصفي بأنه أسلوب من أساليب التحليل المركز على معلومات كافية ودقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد، أو فترة أو فترات زمنية معلومة، وذلك من أجل الحصول على نتائج علمية، ثم تفسيرها بطريقة موضوعية، مما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة. (دويدري،2000،ص.183).

فالمنهج الوصفي يهدف إلى جمع أوصاف علمية كمية وكيفية عن الظاهرة المدروسة كما تحدث في وضعها الطبيعي دون أية محاولة من قبل الباحث في التأثير في هذه الظاهرة أو التلاعب في عواملها و أسبابها.(الزغول،الهنداوي،2014،ص.53).

2-حدود الدراسة:

لكل دراسة حدود تقف عندها، وقد عددت الباحثة محددات الدراسة الحالية في النقاط التالية والتي يتوقف عندها تعميم نتائج هذه الدراسة و المتمثلة فيما يلي:

أ)الحدود المكانية: أجريت الدراسة الميدانية لموضوع اليقظة العقلية وعلاقتها بالهيمنة الدماغية في ثانويات بمدينة أفلو.

ب)الحدود الزمانية: تتحدد هذه الدراسة بالسياق الزمني الذي أجريت فيه، وهو في السنة الجامعية 2022/2021، وإقتصرت الدراسة الميدانية على المدة الزمنية الممتدة من 15ديسمبر حتى 20 جانفي 2022.

ج)الحدود البشرية: تم إختيار العينة الأساسية بلغ عددها(72) تلميذا في ثالثة ثانوية شعبة علوم تجريبية من ثانويات بمدينة أفلو، ومنها تم إختيار (30) تلميذا.

3-مجتمع الدراسة وعينته:

حدد مجتمع الدراسة بالتلاميذ بثانويات مدينة أفلو، حيث تم إختيار هذه المرحلة من حياة الفرد لأنها تعتبر من أهم المراحل الحياتية التي يحدث على مستواها تغيرات نفسية و فيسيولوجية وخصوصا في هذه المرحلة الدراسية التي تقابلها مرحلة المراهقة، والتي بدورها تؤثر على حياته الشخصية و الإجتماعية، فوجود سمة اليقظة العقلية لديه التي تساعده على تعلم كيفية مواجهة الضغوط بشكل واع و التحكم في مواقف الجديدة والغير المألوفة والإستجابة لها بشكل مناسب، ليصبح قادرا على التفاعل أكثر مع الظروف الحياتية بطريقة إيجابية والتي تنعكس على علاقاته الشخصية و الإجتماعية التي من خلالها يكتسب القدرة على التكيف و التوافق النفسي و الإجتماعي والرضا في شتى المجالات الحياتية مما يتحدد لديه النمط المهيمن في أساليب التفكير و معالجة المعلومات، ولأنه من صعب تحديد العدد الإجمالي للمجتمع الأصلي قد أخذنا منه عينة منه لتطبيق أدوات الدراسة عليها، والتي تم إختيارها من مجتمع الدراسة بطريقة قصدية.

ويمكن تعريف العينة بأنها نموذجا يشمل ويعكس جانب أو جزءا من وحدات المجتمع الأصلي المعني بالبحث، تكون ممثلة له، بحيث تحمل صفاته المشتركة.(قنديلجي،2019،ص.186).

3-1الدراسة الإستطلاعية:

كخطوة أولى تتقصاها حيثيات الدراسة و البحث في الإشكالية المطروحة، ثم النزول إلى الميدان، وذلك قصد تجريب أدوات القياس المختارة لهذه الدراسة.

حيث تعرف العينة الإستطلاعية على أنها دراسة إستكشافية تسمح للباحث بالحصول على معلومات أولية حول موضوع بحثه ، كما تسمح لنا كذلك بالتعرف على الظروف والإمكانيات المتوفرة في الميدان ومدى صلاحية الوسائل المنهجية المستعملة قصد ضبط متغيرات البحث.(قصيدة،جعيرن،2017،ص.48).

وقد تم تطبيق الدراسة الإستطلاعية على عينة قوامها (30) تلميذا في ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بثانويات بمدينة أفلو، وفيما يلي بعض أهداف هذه الدراسة الإستطلاعية:

- التأكد من ملائمة طريقة إختيار العينة.
- التعرف على الظروف التي يمكن أن ترافق عملية التطبيق بغرض التحكم فيها.
- التأكد من ملائمة أدوات الدراسة
- التأكد من صدق و ثبات أدوات جمع البيانات على العينة الإستطلاعية.
- تحديد ما تستغرقه الدراسة الميدانية من وقت.
- التعرف على مكان ومدى إمكانية إجراء هذه الدراسة.
- التأكد من وضوح اللغة المستعملة و أنه لا يوجد غموض في الكلمات أو العبارات.

2-3العينة الأساسية:

بعد التأكد من سلامة وصلاحية الأدوات، وبعد تحديد عينة الدراسة الأساسية و طريقة إختيارها بشكل نهائي "طريقة قصدية"، ثم التوجه في ميدان الدراسة الأساسية، وثم البدء في عملية تطبيق أدوات الدراسة للتلاميذ الذين يدرسون في ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بثانويات مدينة أفلو، حيث أنهم يجيبون على البنود المرفقة في الأدوات من خلال البدائل الدرجات الموضوعة في كلاهما، فتم الخروج بعينة أساسية تكونت من (72) تلميذا في ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بثانويات بمدينة أفلو.

1-2-3خصائص العينة الإستطلاعية: تتسم عينة الدراسة بعدة سمات و خصائص في ضوء متغيرات الدراسة والتي يمكن أن نوضحها في الجداول التالية:

✓ توزيع عينة حسب الجنس:

جدول رقم(01) يمثل توزيع العينة حسب جنس تلاميذ ثالثة ثانوي.

الجنس		العد	النسبة المئوية%
	الذكور	23	31.95
	الإناث	49	68.05
المجموع		27	%100

المصدر: إعداد الباحثان

4-أدوات جمع البيانات:

لجمع بيانات الدراسة ولغاية تحقيق أهدافها والإجابة عن تساؤلاتها تطلبت الدراسة الحالية إستخدام مقاييس تخدم موضوع الدراسة وتمثلت في:

- الأداة الأولى : مقياس اليقظة العقلية.

- الأداة الثانية: مقياس الهيمنة الدماغية.

4-1وصف مقياس اليقظة العقلية:

قامت أحلام عبد الله 2013 بإعداد مقياس اليقظة العقلية المستخدم في الدراسة الحالية، ويتكون هذا المقياس بصورته النهائية من 35 عبارة، وينطوي على خمسة بدائل للإجابة أمام كل عبارة (ينطبق عليا دائما-ينطبق عليا غالبا-ينطبق عليا أحيانا-ينطبق عليا نادرا-لا ينطبق عليا نادرا)، وتحسب الدرجة الكلية للمستجيب من خلال جمع الدرجات التي تحصل على كل فقرة من فقرات المقياس، وبذلك تكون أعلى درجة يتحصل عليها المستجيب هي 180 وأقل درجة 36،والمتوسط الفرضي108.(عبد الله،2013،ص.359).

جدول رقم(02) يمثل توزيع فئات الدرجات على مقياس اليقظة العقلية.

الدرجة	108-36	180-109
مستوى اليقظة	سمة اليقظة العقلية منخفض	سمة اليقظة العقلية مرتفع

المصدر: إعداد الباحثان

4-2وصف مقياس الهيمنة الدماغية:

المقياس المستخدم في الدراسة الحالية هو مقياس الهيمنة الدماغية الذي أعده هيرمان فهو يعد من أفضل أدوات التشخيص و أكثرها مرونة لأنها يمكن من خلاله على طريقة التفكير الإنسان و بالتالي سلوكه.(الهيلات،2015،ص.87).

يتكون من 20 عبارة و يوجد عند كل عبارة خمسة بدائل(ينطبق عليا دائما-ينطبق عليا غالبا-ينطبق عليا أحيانا-ينطبق عليا نادرا-لا ينطبق عليا نادرا).توجد في المقياس أربع مناطق ABCD. وتحسب الدرجة الكلية للمستجيب من خلال جمع الدرجات التي تحصل على كل فقرة من فقرات المقياس. وتتراوح درجات المقياس بين 0-120، ويصنف مقياس هيرمان الأفراد وفق أربع فئات للنموذج الرباعي الذي يقسم الدماغ إلى أربعة أجزاء هي:الجزء الأيسر العلوي للدماغ A، والجزء الأيسر السفلي للدماغB، والجزء الأيمن السفلي C، والجزء الأيمن العلويD،والدرجات التي يحققها الفرد على كل جزء من الدماغ على مقياس هيرمان تعكس نمط الهيمنة الدماغية السائد لديهA/B/C/D.(مقلد،2020،ص.215).

جدول رقم(03) يمثل توزيع فئات الدرجات على مقياس الهيمنة الدماغية.

الدرجة	33-0	66-34	99-67	120-100
مستوى السيطرة الدماغية	السيطرة الدماغية ضعيفة	السيطرة الدماغية متوسطة	السيطرة الدماغية قوية	السيطرة الدماغية قوية جدا

المصدر: إعداد الباحثان

5-الخصائص السيكومترية لأدوات جمع البيانات :

5-1الخصائص السيكومترية لمقياس اليقظة العقلية:

5-1-1صدق المقياس:

ولحساب الصدق لمقياس *مقياس اليقظة العقلية*إستخدمت الباحثة طريقة المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)، وذلك بأخذ درجات المفحوص على أداة الدراسة وترتيب الدرجات تنازليا ،وأخذ نسبة 27%من حدود الطرفين الدرجات العليا، وحساب متوسطاتهما وقيمة إنحرافهما المعياري ومعرفة الفروق بينهما من خلال الإختبار "ت".

الجدول رقم (04) يبين صدق المقارنة الطرفية لمقياس اليقظة العقلية.

المتغير المقياس	مجموعات المقارنة	العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T	قيمةsig
الدرجة الكلية	الطرف الأعلى	10	163.60	08.22	18	09.31	0.001
	الطرف الأدنى	10	132.40	0668			

المصدر: إعداد الباحثان

نلاحظ من خلال الجدول المحصل عليه أن قيمة (t)بلغت القيمة(9.31) عند درجة الحرية18 بمستوى دلالة إحصائية (0.001) أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المجموعتين العليا و الدنيا، وكان ذلك لصالح المجموعة العليا، أي أن مقياس اليقظة العقلية لدية قدرة تميزية،حيث بلغ المتوسط المجموعة العليا(163.60) بينما متوسط المجموعة الدنيا فقد بلغ (132.40) وهذا ما يؤكد أن المقياس صادق.

5-1-2ثبات المقياس:

ولحساب الثبات لمقياس *مقياس اليقظة العقلية*إستخدمت الباحثة طريقة معامل ألفا-كرونباخ.

الجدول رقم(05) يبين معامل الثبات ألفا-كرونباخ لمقياس اليقظة العقلية.

المقياس	عدد البنود	عدد الأفراد	معامل ألفا كرونباخ
الدرجة الكلية	35	30	0.72

المصدر: إعداد الباحثان

نلاحظ من خلال نتائج الجدول المتحصل عليها أن معامل الثبات بلغ القيمة(0.72) وهذا يدل على الثبات، و بمأن هذه القيمة تقترب من الواحد فهي قيمة عالية وتدل على الثبات المرتفع للمقياس و بالتالي فإن مقياس اليقظة العقلية ثابت.

5-2الخصائص السيكومترية لمقياس الهيمنة الدماغية:

5-2-1صدق المقياس:

ولحساب الصدق لمقياس *مقياس الهيمنة الدماغية*إستخدمت الباحثة طريقة المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)، وذلك بأخذ درجات المفحوص على أداة الدراسة وترتيب الدرجات تنازليا ،وأخذ نسبة 27%من حدود الطرفين الدرجات العليا،وحساب متوسطاتهما وقيمة إنحرافهما المعياري ومعرفة الفروق بينهما من خلال الإختبار "ت".

الجدول رقم (06) يبين صدق المقارنة الطرفية لمقياس الهيمنة الدماغية.

المتغير المقياس	مجموعات المقارنة	العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	درجة الحرية	قيمةT	قيمة sig
الدرجة الكلية	الطرف الأعلى	10	85.90	4.65	18	9.44	0.001
	الطرف الأدنى	10	67.40	4.08			

المصدر: إعداد الباحثان

نلاحظ من خلال الجدول المحصل عليه أن قيمة (t)بلغت القيمة(9.44) عند درجة الحرية 18بمستوى دلالة إحصائية (0.001) أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المجموعتين العليا و الدنيا، وكان ذلك لصالح المجموعة العليا، أي أن مقياس الهيمنة الدماغية لدية قدرة تمييزية، حيث بلغ المتوسط المجموعة العليا(85.90) بينما متوسط المجموعة الدنيا فقد بلغ (67.40) وهذا ما يؤكد أن المقياس صادق.

5-1-2ثبات المقياس:

ولحساب الثبات لمقياس *مقياس الهيمنة الدماغية*إستخدمت الباحثة طريقة معامل ألفا-كرونباخ.

الجدول رقم(07) يبين معامل الثبات ألفا-كرونباخ لمقياس الهيمنة الدماغية.

المقياس	عدد البنود	عدد الأفراد	معامل ألفا كرونباخ
الدرجة الكلية	20	30	0.72

المصدر: إعداد الباحثان

نلاحظ من خلال نتائج الجدول المتحصل عليها أن معامل الثبات بلغ القيمة (0.72) وهذا يدل على الثبات، وبمأن هذه القيمة تقترب من الواحد فهي قيمة عالية وتدل على الثبات المرتفع للمقياس و بالتالي فإن مقياس اليقظة الهيمنة الدماغية ثابت.

6-الخطوات الإجرائية للدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة على تساؤلاتها و التحقق من صحة فرضياتها فقد نفذت الباحثة هذه الدراسة وفقا للخطوات التالية:

- إلقاء نظرة على بعض الأطر النظرية و الدراسات السابقة المتعلقة بمتغيرات الدراسة .
- إختبار المقاييس المناسبة لإجراء هذا البحث وتم إختيار كل من مقياس اليقظة العقلية (ل*أحلام عبد الله*)،ومقياس الهيمنة الدماغية (ل*هيرمان*).
- تم تطبيق أدوات الدراسة للتحقق من صدق وثبات المقياسسين على عينة إستطلاعية بلغ عددها(30) تلميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو، ثم بعد التحقق منهما تم تطبيق المقياسين على العينة الأساسية والتي بلغ قوامها(72) تلميذ السنة ثالثة شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو.
- إستخلاص البيانات و جمعها و تبويبها و معالجتها إحصائيا بإستخدام برنامج spss، الخروج بنتائج الدراسة والعمل على تفسيرها و مناقشتها.
- صياغة بعض التوصيات و المقترحات من خلال النتائج المتحصل عليها.

-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير الفرضية الأولى:

1-1عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية الأولى: "توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو".

وللتحقق من صحة الفرضية إستخدم الباحثان معامل الإرتباط بيرسون (R) وذلك للتحقق من وجود علاقة بين درجات اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية ،والجدول التالي يوضح النتائج التي عرضتها المعالجة الإحصائية:

الجدول رقم(08) يبين نتائج معامل الإرتباط بيرسون بين اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية.

المتغيرات	الهيمنة الدماغية		
اليقظة العقلية	معامل الإرتباط	قيمة	sig
	0.3**5		0.001

المصدر: إعداد الباحثان

**دالة عند "0.01".

يتضح من خلال جدول رقم (08) أعلاه عن وجود علاقة طردية دالة إحصائيا بين الدرجة الكلية لليقظة العقلية والدرجة الكلية للهيمنة الدماغية، حيث بلغ معامل الإرتباط 0.35 عند مستوى الدلالة 0.01، وهذا يدل على أنه كلما زاد مستوى اليقظة العقلية عند التلاميذ زاد معه مستوى الهيمنة الدماغية، والعكس صحيح وبالتالي نقول بأن الفرضية التي تنص على وجود علاقة بين اليقظة العقلية والهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة ثالثة علوم تجريبية قد تحققت.

بعد المعالجة الإحصائية من خلال الجدول (08) تبين وجود علاقة إرتباطية بين اليقظة العقلية و الهيمنة الدماغية، بالرغم من عدم وجود دراسات تجمع بين متغيري دراستنا الحالية إلا أننا سنطرح بعض نتائج وتفسيرات للدراسات السابقة التي قد تتفق جزئيا مع تفسيرنا هذا وتدعمه،ففي دراسة بولفعة عائشة و بوبلال رانيا (2020) التي توصلت إلى وجود علاقة بين اليقظة العقلية و أساليب التعلم وفسرت ذلك أن اليقظة العقلية تسهم في تركيز الإنتباه، والمرونة بالتفكير و الإنفتاح على الجديد له أثر في القدرة على إختيار الأسلوب الأمثل للتعلم، والأجدر للتحصيل ذو معنى.

وفي دراسة أبو عوف و آخرون(2017) التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين اليقظة العقلية والأسلوب التفكير التحليلي لدى طلبة الجامعة المتفوقين دراسيا التي دلت على وجود علاقة إرتباطية طردية بين أسلوب التفكير التحليلي و أبعاد اليقظة العقلية ويعزو الباحثون طبيعة هذه العلاقة إلى أن اليقظة العقلية تحث الجوانب الإنفعالية و الإدراكية، فيصبح لدى الفرد قدرة أكبر على تحمل ضغوط الحياة ، وآثار هذه اليقظة العقلية الفائقة هي حالة من الإتزان، وتحقيق وحدة التركيز،والإنفعال عن الضوضاء والتشويش و الإثارة الناتجة عن العواطف الحادة مثل الخوف والحزن والغضب و الإكتئاب أو الرغبات،بل إن هذه الإنفعالات تتأثر بحالة اليقظة العقلية، فتصبح أكثر إستقرارا وبالتالي يتمكن الفرد من التفكير بعقلانية.

وفي دراسة مناري، وبوراس(2021) التي توصلت إلى وجود علاقة بين الهيمنة الدماغية ودقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة ويرى الباحثان أن هناك بعض اللاعبين يتمتعون بنمط (B)الذين يركزون على التنظيم و التخطيط على العمليات العقلية مما يزيد من قدرته على دقة التهديف الجيد،في حين أن هناك بعض اللاعبين يتمتعون بنمط(C) أين يتجهون إلى مختلف مشاعرهم و إنفعالاتهم مما يؤثر بشكل كبير على دقة التهديف.

ويمكن تفسير طبيعة هذه العلاقة من وجهة نظر الباحثان من خلال أن المتمدرس الناجح يحتاج لأن يتسم بسمة اليقظة العقلية ويتمتع بخصائص الشخص اليقظ عقليا من خلال مقدرته على التعامل مع البيئة المحيطة وذلك بتعزيز الإستجابات التكيفية لمواجهة الضغوط ، واليقظة العقلية

أيضا تعمل على مساعدة التلميذ على الوعي اللحظة باللحظة مما يسهل له الإنفتاح على الخبرات الجديدة، كما أن اليقظة العقلية من شأنها أن تساعد التلميذ على أن يتعامل مع الضغوط التي تواجهه بمرونة و إيجابية وخصوصا أن التلاميذ في هذه المرحلة المصيرية فهم على مشارف إجتياز شهادة البكالوريا التي تعتبر من أهم المراحل الدراسية والتي تسبب للتلميذ الكثير من الضغوط والمشاكل النفسية والإنفعالية فاليقظة العقلية تساعده على أن يحول إدراكاته السلبية إلى إدراكات إيجابية ،إضافة إلى أنها توجه التلميذ على التركيز على الوعي باللحظة الراهنة وعلى فكرة واحدة دون التفكير في الماضي أو القلق من المستقبل و دون إصدار أحكام مسبقة (الفشل)، وإكتساب التلميذ لهذه الخاصية تمكنه من الإنتباه إلى جوانب المشكلة بوجهة نظر أخرى وتجعله أكثر تركيزا ووعيا و إدراكا بإستراتيجيات مواجهتها مما تكسبه المرونة الإيجابية التي تجعله بدورها أكثر إتزانا من الناحية النفسية و الإنفعالية.

لذلك فإن التدريب على اليقظة العقلية يساعد التلميذ على تنمية المرونة في التفكير مما يجعله يختار الأسلوب المناسب لأحد التفضيلات لديه من الهيمنة الدماغية وبذلك تكون لديه القدرة على الإستجابة والإدراك للمواقف وحل مشكلاته حسب النمط المهيمن لديه فلكل تلميذ أسلوبه الفريد في تفسير ومعالجة المعلومات، مما يساعده على تحسين تحصيله الدراسي.

2-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير الفرضية الثانية:

2-1عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية الثانية: "نتوقع مستوى مرتفع في اليقظة العقلية لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو."

وللتحقق من صحة الفرضية قام الباحثان بحساب المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي وذللك لحساب درجات التلاميذ السنة ثالثة ثانوي علوم التجريبية في اليقظة العقلية، والجدول التالي يوضح النتائج التي عرضتها المعالجة الإحصائية:

الجدول رقم(09) يبين نتائج المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي في درجات التلاميذ في اليقظة العقلية.

المقياس	عدد الأفراد	عدد البنود	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
اليقظة العقلية	72	35	105	130.12	15.944	مرتفع

المصدر: إعداد الباحثان

من خلال جدول رقم(09) نقارن بين المتوسط الحسابي والفرضي حيث نجد قيمة المتوسط الحسابي الذي بلغ قيمة(130.12) أكبر من قيمة المتوسط الفرضي الذي بلغت قيمته(105)مما يدل على أن مستوى اليقظة العقلية لدى التلاميذ ثالثة ثانوي علوم تجريبية كان مرتفعا، وبالتالي نقول أن الفرضية التي تنص على توقع مستوى مرتفع من اليقظة العقلية لدى تلاميذ السنة الثالثة علوم تجريبية قد تحققت.

إتفقت نتيجة الدراسة الحالية في دلالتها على وجود مستوى مرتفع من اليقظة العقلية لدى التلاميذ مع دراسة أبو عوف آخرون(2017) التي خلصت نتائجها إلى أن درجة اليقظة العقلية لدى الطلاب كان مرتفعا وأعزو الباحثين نتيجة إلى عدة عوامل :-النظرة الذاتية الإيجابية للدراسة حيث أمكنهم الرقي بمستواه التعليمي عبر تفوقهم الأكاديمي، وهذا ما أكسب الطلاب والطالبات الثقة التي تمكنهم من الإنتباه لمواقف الحياة.

الشعور الذاتي لدى الطلاب إمكانية الإرتقاء بقدراته النفسية و العلمية يمثل دافعا ذاتيا نحو مقاومة التي تعترض طريقه.

النضج المعرفي والفكري الذي وصل إليه المتفوقين الجامعة في المرحلة الجامعية تمكنهم من تحقيق الضبط الذاتي للأفعال.

وتشابهت ايضا مع دراسة أحلام عبد الله(2013) التي فسرت نتيجة دراستها أن اليقظة العقلية تعني التركيز الإنتباه على حياتنا في هذه اللحظة بقبول وحب الإستطلاع، وأحد التغيرات في التربية الحديثة هي الطلب من الطلاب أن يركز و إنتباههم لمرات عديدة في اليوم في اليقظة تعلم الطلبة كيفية التركيز و الإنتباه وهذه الطريقة تعزز من التعلم الأكاديمي و العاطفي و الإجتماعي

بينما إختلفت مع دراسة بولفعة عائشة و بوبلال رانيا(2020) التي توصلت نتيجة الدراسة على وجود مستوى متوسط من اليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة وفسرت الباحثتان نتيجة الدراسة إلى أفراد العينة يعايشون مرحلة بالغة الأهمية في تحديد مستقبلهم و الرغبة في إثبات الذات وبناء نجاحهم في هذه المرحلة يتحدد نجاح مستقبلهم من الناحية المهنية وهذا يزيد من شعور الطلبة بالمسؤولية إزاء هذه المرحلة بالذات و الذي قد يتفاقم لدى البعض يكون قلقا مبالغ فيه مما يقلل من مستوى اليقظة العقلية،فإن زادت الضغوط النفسية يتسبب ذلك في إنخفاض مستوى اليقظة العقلية.

وأعزى الباحثان نتيجة الدراسة الحالية إلى العادات والتقاليد التي نشأ عليها التلاميذ التي تعتبر من المصادر الأساسية التي يكتسب من خلالها التلميذ المهارات و القدرات العقلية والمعرفية التي تساعد

بدورها على تنمية اليقظة العقلية لديهم، و أيضا الإنفجار المعرفي و التكنولوجي الذي شهده العصر الحالي و إتساع مواقع إتصال الإجتماعي التي أصبحت مصدرا من المصادر الهامة للتعلم و لإستسقاء المعلومات الجديدة التي تحتوي على أشياء مثيرة وجديدة و غير العادية من شأنها أن تثير إنتباه هذه الفئة وخصوصا في هذه المرحلة يكون لديهم حس مرتفع من الإستطلاع و الإكتشاف للمعلومات الجديدة والغير عادية مما يجعلهم ذوي رؤية واسعة و متطلعة لكل ماهو جديد وغير عادي وهي من خصائص الأشخاص اليقظين عقليا، وبذلك يتعلمون إستراتيجيات جديدة للمواقف الصعبة وحلها بحلول منطقية وطرق جديدة، وتنمي لديهم درجة من التنظيم الذاتي للإنتباه و الإنفتاح والإستعداد و الوعي وهذا مايؤدي إلى إستبصار الموقف الذين يتعاملون معه وتكون هذه القدرة على التركيز طبيعية و متأصلة في طبيعة الإنسانية.

وتجعل اليقظة العقلية التلاميذ أكثر مرونة في التفكير و الإستبصار وتقبلا للأفكار و المعلومات الجديدة مما يساعدهم ذلك على إختيار قرارات المناسبة وذلك من خلال القدرة على حل المشكلات عن طريق الوعي للتخلص من المفاهيم الخاطئة والسلبية،ويمكن أيضا تفسير نتيجة الدراسة إلى طبيعة المسؤوليات و المهام الملقاة على عاتق التلاميذ وفق نظام التعلم المفتوح التي تتطلب الإعتماد على نفسه في الدراسة والتركيز عليها للرقي بمستواه الدراسي لأنه كلما زاد المستوى التعليمي زاد المتعلم أكثر في إكتساب المعلومات والمعارف.

3-عرض وتحليل ومناقشة وتفسير الفرضية الثالثة:

3-1عرض وتحليل الفرضية الثالثة:

نص الفرضية الثالثة: "النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية هو النمط الأيسر (B) لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي شعبة علوم تجريبية بمدينة أفلو."

وللتحقق من صحة الفرضية قام الباحثان بحساب تكرارات والنسب المئوية (للأنماط السائدة) وذلك للكشف عن النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي علوم التجريبية ، والجدول التالي يوضح النتائج التي عرضتها المعالجة الإحصائية:

الجدول رقم(10) يبين نتائج حساب التكرارات والنسب المئوية لأنماط الهيمنة الدماغية لدى التلاميذ.

العينة	النمط A		النمط B		النمطC		نمطD	
	عدد	%	عدد	%	عدد	%	عدد	%
72	14	19.44	28	38.88	15	20.84	15	20.84

المصدر: إعداد الباحثان

من خلال جدول رقم(10) نجد أن النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية لدى التلاميذ هو النمط (B)عدد 28 وبنسبة 38.88%،وتساوى كل من نمط (C) ونمط (D) بنسبة 20.84%، وفي الأخير نمط (A) بنسبة 19.44%، وبالتالي نقول أن الفرضية التي تنص النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية هو النمط الأيسر (B)لدى تلاميذ السنة الثالثة علوم تجريبية قد تحققت.

إتفقت الدراسة الحالية مع دراسة مقلد(2020) التي أسفرت نتائجها إلى شيوع النمط (B) المرتبط بالجزء الأيسر السفلي للدماغ، وفسرت الباحثة النتيجة في ضوء ما أشار إليه"ALghraiben" من إعتماد نشاط نصفي الدماغ على طبيعة المهام والأنشطة التي يعالجها الفرد، حيث يكثر بمؤسساتنا تعليمة إستخدام إستراتيجيات تعلم وطرق تدريس تركز على وظائف الجانب الأيسر

وفي هذا الصدد توصلت دراسة عبد الرحيم(2016) أن النمط الهيمنة الدماغية السائد لدى الطالب هو نمط الأيسر وعزى الباحث هذه النتيجة أن غالبية أفراد العينة يستخدمون اليد اليمنى و أن أصحاب اليد اليسرى أقل منهم بكثير.

بينما إختلفت دراسة مناري وبوراس(2021) حيث دلت نتيجتها على أن النمط السائد من أنماط الهيمنة الدماغية هو نمط(A) لدى لاعبي كرة القدم وفسرا الباحثان النتيجة إلى أن هذا الأخير يتميز بالعقلانية و الحزم و يجيد حل المشكلات منطقيا ويميز بين الناس بسهولة ويحلل القضايا ويقوم بالقياسات الدقيقة.

ويعزي الباحثان هذه النتيجة إلى محتوى المناهج والمقررات الدراسية وأساليب و الإستراتيجيات التدريس التي تعتمد عليها المؤسسات التعليمية التي تهتم بالتحصيل العقلي والتفكير والمنطقي، كونها تعزز وظائف الجزء الأيسر من الدماغ لما تشتمله من موضوعات تتطلب مهارات تواصل اللفظي و مهارات التحليل والمنطق و الإستنتاج، كما ترجع نتيجة إلى طبيعة المواد الدراسية التي تختص بها شعبة علوم التجريبية ذات طابع العلمي التي تعتمد على الحساب والأرقام والدقة والبحث والتجريب والمنطق والتحليل التي من شأنها أن تنشط وظائف الجزء الأيسر من الدماغ الذي يتميز صاحبه تفضيل الطرق التقليدية في التفكير وهو متسلسل يفضل التعامل مع الأشياء والأفكار واحدة تلو الأخرى لديه القدرة على التخطيط التحليلي ،منظم ويفضل الأشياء مرتبة والعمل في الأماكن الهادئة، يجيد تذكر الأشياء و إدراك المعاني و الإستجابة للتعليمات اللفظي،كما يفضل مواد العلمية الصعبة يمتاز بالتفكير التحليلي والمنطق حاضر الذهن دائما، يميل إلى المسائل الرياضية.كما للطرق التدريسية التقليدية و التلقين دور في تنمية وظائف النمط الأيسر من الدماغ .

ويمكن تفسير النتيجة إلى أن التلاميذ في هذه المرحلة دائمي البحث ولديهم حب للإستطلاع و إكتشاف و تقصي مصادر للمعلومات وذلك عن طريق إستخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة يساعد ذلك على تنمية قدراتهم في التحليل و التفكير المنطقي و الإدراك والمهارات اللغوية واللفظية وبذلك تعزز وظائف الجزء الأيسر من الدماغ.

خاتمة:

آخر ما توصلنا إليه في البحث في هذا الموضوع سواءا نظريا أم تطبيقيا هو أن علم النفس الإيجابي هو فرع جديد من فروع علم النفس يحمل رؤية منهجية جديدة تسعى لإعادة التوازن لعلم النفس, وتتركز إهتمامات علم النفس الإيجابية على إثراء القوة الإنسانية وإكتشاف مكامن القوة والضعف لدى الفرد، فمهمة المعالج النفسي ينبغي أن لا يتم تكريسها في تخليص المريض النفسي من معاناته ،بل يجب إعادة بناء شخصيته ووجدانه ليصبح ذو شخصية إيجابية وفعالة مع ذاته والمجتمع الذي يعيش فيه راض عن حياته ويعيش بسعادة بقية حياته، و اليقظة العقلية من المفاهيم التي إرتبطت بعلم النفس الإيجابي و تمثل تلك القدرة على الإنتباه إلى ما يحدث الآن بدلا من التفكير في الماضي أو القلق بشأن المستقبل، كما أن اليقظة العقلية من شأنها أن تكون كمدخل علاجي لعدة إضطرابات نفسية فهي تحسن الجانب النفسي و الجسمي على حد سواء،فهي تساعد التلميذ على مواجهة الضغوط والقلق و التوتر من بيئته المدرسية خصوصا في ظل التغيرات الفيسيواوجية والنفسية ضمن مرحلة المراهقة، وترتبط اليقظة العقلية إرتباطا إيجابيا بالهيمنة الدماغية حيث تعتبر اليقظة العقلية إحدى المتطلبات الأساسية للعديد من العمليات العقلية كالتذكر و الإدراك و التفكير المرتبطة بوظائف النصفين الكرويين فهي تمكن الفرد من التفكير الإيجابي بدلا من البقاء عالقا بالتفكير بالمواقف القديمة عند مواجهة المواقف الجديدة، والتدريب على ممارسة اليقظة العقلية يساعد على تنشيط وظائف النصفين الكرويين و أساليب التفكير المتعلقة بأنماط الهيمنة الدماغية مما يجعل التلميذ أكثر إنفتاحا على الخبرات الجديدة وقدرة على حل المشكلات ومواجهة الضغوط ومعالجته للمعلومات بأسلوبه الذي ينفرد به حسب التفضيلات لديه من الهيمنة الدماغية، فكلما كان التفكير إيجابيا كان أكثر قدرة على تنشيط النمط المهيمن لديه ويؤدي بدوره إلى تحسين مستواه وتحصيله الدراسي.

قائمة المراجع:

- أبوعوف،طلعت محمد محمد،و عبد اللاه،عبد الرسول عبد الباقي عبد اللطيف،و محمود،محمد عبد العظيم محمد.(2021).*اليقظة العقلية وعلاقتها بأسلوب التفكير التحليلي لدى طلبة الجامعة المتفوقين دراسيا*.كلية التربية ،جامعة سوهاج،القاهرة.
- إسماعيل،هالة خير سناري.(2017).*المرونة النفسية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية (دراسة تنبؤية)*.مجلة الإرشاد النفسي،جامعة عين شمس القاهرة.(50)،28-335.
- بديوي،زينب حياوي،و عبد،مها صدام.(2018).*اليقظة الذهنية لدى طلبة الجامعة*.مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية،العراق.43(01)،418-442.
- بلكرد،محمد .(2017). *بناء مقياس للكشف عن أنماط التفكير حسب نظرية هيرمان لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي*.مذكرة دكتورا غير منشورة،جامعة عبد الحميد بن باديس ،مستغانم.
- بن زروق ،العياشي،و بن مسعود، نجمة.(2016).*علاقة أساليب التفكير بأنماط السيطرة الدماغية لدى طلبة الجامعة*.مجلة معارف،البويرة،الجزائر.(20)،209-242.
- بولفعة،عائشة،و بوبلال،رانيا.(2020).*اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التعلم-دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الإجتماعية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة*.مذكرة ماستر غير منشورة،جامعة قاصدي مرباح،ورقلة ،الجزائر.
- جاسم رفعت عبدالله،و عباس مها طاهر.(2019).*الهيمنة الدماغية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة*.مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية،العراق.(04)،294-309.
- دويدري، رجاء وحيد.(2000).*البحث العلمي أساسياته النظرية وممارسته العلمية*.(ط.1).دمشق:دار الفكر.
- الزغول ,عماد عبد الرحيم،و الهنداوي ,علي فاتح.(2014).*مدخل إلى علم النفس*.(ط.8).الإمارات العربية المتحدة:دار الكتاب الجامعي.
- شاهين،محمد عبد الفتاح،و ريان،عادل عطية.(2020).*مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة القدس المفتوحة وعلاقتها بمهارة حل المشكلات*.المجلة الفلسطينية للتعلم المفتوح والتعلم الإلكتروني.فلسطين.2(14)،1-14.
- صلاحات،محمد علي،و الزغول،رافع عقيل.(2018).*القدرة التنبؤية للعوامل الكبرى للشخصية باليقظة العقلية لدى طلبة جامعة يرموك*،مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية ،فلسطين.9(25)،21-38.
- عاشور،مريم رجاء سعدي.(2021).*اليقظة العقلية و فاعلية الذات الأكاديمية كمنبئات بقلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخريجين في الجامعات الفلسطينية ،جامعة الأقصى*،مذكرة ماجستير في علم النفس و الإرشاد النفسي،جامعة الأقصى،غزة،فلسطين.
- عبد الرحيم، طارق نور الدين محمد.(2016).*البنية العاملية و النيورلوجية لمقياس الهيمنة الدماغية (EDDS)في ضوء متغيري السيطرة الدماغية و النوع لدى طلاب كلية التربية بسوهاج*، مصر:المجلة العلمية لكلية التربية النوعية،1(06)،645-674.
- عبد الله،أحلام مهدي.(2013).*اليقظة الذهنية لدى طلاب الجامعة*.مجلة الأستاذ،2العراق.(205)،343-366.
- قشوش،صابر،و إسماعيلي يامنة، ولراحيس إبراهيم.(2019).*فاعلية برمجة مقياس نيد هيرمان للسيطرة الدماغية(ABCD)على بعض المتغيرات (الدقة،سرعة،الإستجابة،في درجة الرضا والإندفاع نحو الإستجابة ،الكلفة)*،الأكاديمية للدراسات الإجتماعية و الإنسانية،جامعة حسيبة بن بوعلي،شلف،الجزائر.(21)،190-200.
- قصيدة ،سلوى،و جعيرن يمينة.(2017).*أساليب التعلم وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة البكالوريا*،مذكرة ماستر غير منشورة،جامعة عمار ثليجي،الأغواط،الجزائر.
- قمر مجذوب، محمد احمد (2022). *السيطرة الدماغية وعلاقتها بالتفكير الإبداعي وبعض المتغيرات لدى عينة من طلبة قسم علم النفس بكلية التربية جامعة دنقلا*،مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف، جامعة باتنة1 الحاج لخضر. الجزائر. 07 (03) .710-730.
- قنديلجي،عامر إبراهيم.(2019).*منهجية البحث العلمي*.الأردن:دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.
- الكطراني،إكثار خليل إبراهيم،و الطعان،و مائدة مروان مجي.(2020).*أثر أسلوب اليقظة العقلية في تنمية الشفقة بالذات لدى عينة من طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية*،مجلة أبحاث البصرة،العراق.
- لزرق،نوال،وبن عبو،الجيلالي.(2016).*التكوين البيداغوجي الفارقية وفق نظرية الهيمنة الدماغية لهيرمان*،دراسة حالة:طلبة تخصص إدارة الموارد البشرية،كلية العلوم الإقتصادية بجامعة معسكر،جامعة معسكر،الجزائر.

- المدني حنين فهد صبري،و الضبيان نوال بنت عبد الله.(2021).*الهيمنة الدماغية وعلاقتها بالتحصيل المهني لدى الموهوبين بمدارس رعاية الموهوبين بمدينة جدة*،دراسات عربية في التربية وعلم النفس،جدة.(134)،269-309.
- مطلك،فاطمة عباس.(2019).*تأثير اليقظة العقلية في التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة*، Route Educational of Sociol Sience journal.(08)،645-676.
- مقلد،هالة كمال الدين حسين.(2020).*أنماط الهيمنة الدماغية المنبئة بأبعاد الذكاء الناجح لدى طلاب كلية لتربية النوعية جامعة المنيا*،مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية،مصر.14(9)،149-236.
- مناري،إبراهيم،و بوراس،يونس.(2021).*الهيمنة الدماغية وعلاقتها بدقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم،دراسة ميدانية على فريق نجم شباب مقرة لفئة أقل من 21سنة* ،مذكرة ماستر غير منشورة جامعة محمد بوضياف،المسيلة،الجزائر.
- الهيلات، مصطفى قسيم.(2015).*مقياس هيرمان لأنماط التفكير*.(ط.1).عمان:مركز ديبونو لتعليم والتفكير.
- الوليدي،علي بن محمد.(2017).*اليقظة العقلية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد*،مجلة جامعة الملك خالد للعلوم التربوية،مملكة العربية السعودية.(28)،41-68.