جامعة سوهاج

كلية التربية

المجلة التربوية

التنافر المعرفي وعلاقته باليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في ضوء بعض المتغيرات في جامعة حفر الباطن

إعداد

د/ سناء جميل محمد مصطفى

أستاذ علم النفس التربوي – القياس والتقويم – المساعد

كلية التربية –جامعة حفر الباطن

المملكة العربية السعودية

تاريخ استلام البحث : ١٣ يوليو ٢٠٢٣م – تاريخ قبول النشر: ٢٤ أغسطس ٢٠٢٣م

DOI: 10.12816/EDUSOHAG.2023.

المستخلص

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التنافر المعرفي واليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن ، ولتحقيق أهداف الدراسة أعدت الباحثة مقياسين، مقياس التنافر المعرفي وتكون من (٤٦) عبارة ومقياس اليقظة العقلية وتكون من(٢٢) عبارة وتم تطبيق المقياسين على عينة مكونة من (١٣٢) طالباً و(١٥١) طالبة أعمارهم (١٨) عاماً وأظهرت نتائج الدراسة أنّ مستوى التنافر المعرفي لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن جاء متوسطاً، وبانحراف معياري قدره (٠.٣٧) كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنافر المعرفي تعزى لمتغيرات الجنس والمسار والمعدل، و أظهرت النتائج أنّ مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن جاء متوسطاً، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغيرات الجنس والمسار، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير المعدل ولصالح ممتاز وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً بين درجة مستوى التنافر المعرفي ومستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن واستنادًا إلى الاطار النظري ونتائج الدراسات السابقة ونتائج الدراسة الحالية تم تقديم بعض التوصيات والبحوث المقترحة.

الكلمات المفتاحية: التنافر المعرفي، اليقظة العقلية، طلبة السنة الأولى المشتركة، جامعة حفر الباطن.

Cognitive dissonance and its relationship Mindfulness among common first year students in the light of some variables at the University of Hafr Al-Batin

Dr. sana jamil mohammad mustafa

College of Education
University of Hafr Al-Batin
Kingdom of Saudi Arabia

Abstract

The study aimed to reveal the relationship between cognitive dissonance and mindfulness among common first year students at the University of Hafr Al-Batin to achieve the objectives of the study, the researcher developed two scales, the cognitive dissonance scale which consisted of (46) items, and the mindfulness scale, which consisted of (22) items. The two scales were applied to a sample of (283) male and female students, the results showed that the level of cognitive dissonance among the common first year students at the University of Hafr Al-Batin was medium. and the results showed that there were no statistically significant differences in the level of cognitive dissonance due to the variables of gender, track and rate.
The results showed that the level of mindfulness among the common first year students at the University of Hafr Al-Batin was medium, and the results showed that there were no statistically significant differences in the level of mindfulness due to the variables of gender and track. the results also showed that there were statistically significant differences in the level of mindfulness due to the rate variable. in excellent favor, the results showed that there was a statistically significant negative correlation between the level of cognitive dissonance and the level of mindfulness among common first year students at the University of Hafr Al-Batin.

key words: Cognitive Dissonance, Mindfulness, common first year students, University of Hafr Al-Batin

المقدمة

يعاني الطلبة في مختلف الجامعات من ضغوطات متكررة خاصة في ظل التطورات التي نعيشها في العصر الحالي قد تؤثر على الاتزان في السلوكيات والتوازن المعرفي والمعتقدات والمعارف لديهم، لذلك تسعى الجامعات إلى فهم أكثر عمقاً للطبيعية البشرية من أجل معرفة أسباب اختلال التوزان المعرفي وتحسين التوافق لدى الطلبة لما له من أهمية كبير تتجلى في رفع التحصيل الأكاديمي والدافعية نحو التعلم.

ورأى اللحياني (2012) Allahyani بأن الإنسان بطبيعته البشرية يسعى جاهداً للبحث عن الاتزان في معارفه ومعتقداته وسلوكه مع بعضها البعض، وأنه يوجد أسباب عديدة لاختلال هذا التوازن منها وجود معرفة متناقضة حول موضوع معين يشغل الفرد ويجعله يسعى للبحث عن حلول لإنهاء هذا التناقض والوصول إلى حالة من الارتياح وحالة من الاتزان الداخلي والرضا عن نفسه وسلوكه حتى لو كانت هذه الحلول التي يلجأ إليها مبنية على خداع الذات.

وأشار ليستر ويانج (2009) Lester & Yang بأن الإنسان يسعى دائماً للإتساق مع نفسه وأن شعوره بالتناقض يعد دافعاً ومحركاً أساسياً لإعادة تنسيق المعرفة وجعلها متسقة فيما بينها.

وقد ظهر مصطلح التنافر المعرفي لأول مرة من قبل فستنجر (Festinger) في عام ١٩٥٧ وصاغ نظرية أسماها بالتنافر المعرفي وعرفها بأنها حالة تتضمن انشغال الفرد ذهنياً بموضوعين أو معتقدين أو فكرين يحتلان نفس الأهمية إلا أنهما متناقضتان في طبيعتيهما.

وعرف سيلامي (2006) Sillamy التنافر المعرفي بأنه: حالة من التوتر الداخلي ناتجة عن أن الفرد موزع بين فكرتين أو عدة أفكار متناقضة. فيما عرفه ستانشي (Stanchi,2013) بأنها حالة نفسية غير مريحة تنتج بسبب تصادم المعقدات الراسخة في ذهن الفرد.

وأشار فستنجر (Festinger) إلى أن الأفراد دائماً لديهم نفور من الاختلاف ويسعون بشكل طبيعي لتجنب هذا الاختلاف بين أفكارهم أو معتقداتهم أو سلوكياتهم والابتعاد عن الدخول في دائرة التنافر من خلال ما يعرف بالتحيز المعرفي وهو الانجذاب والميل إلى الأشياء التي تؤيد معتقداتهم وتتفق مع قناعاتهم الشخصية فضلا عن البحث عن هذه

الأشياء في البيئة المحيطة بهم وتجاهل كل ما يخالف ويتعارض مع معتقداتهم وأفكارهم واتجاهاتهم (Gringart,Helmes& Speelman,2008)

ويوضح فستنجر أن الإنسان مدفوع من قبل حالة عدم الارتياح إلى خفض هذه الحالة وهو خفض التنافر وعدم الاتساق بين المعتقدات وهذا الإجراء يكون موجهاً نحو المعتقد الأكثر مقاومة للتغير (Harmon and Harmon,2008)

وتقوم نظرية التنافر المعرفي على ثلاث مسلمات وهي: أن الفرد لديه معتقد يفضله أكثر من الآخر وأن الفرد ذاته لديه سيطرة كافية على معتقداته، وأن المعتقد الذي تم تبنيه لمرة واحدة يبقى صالحاً مستمراً على مر الزمن (Lester & Yang ,2009).

ويشير جورج وإدوارد (George & Edward,2009) إلى أن شعور الفرد بعدم الراحة النفسية الناجم عن التنافر المعرفي يحدث له عملية انتعاش نفسي يمكن أن تؤدي إلى البحث عن معلومات داعمة للاعتقاد الذي يمتلكه للتقليل من أهمية الاعتقاد الجديد الذي أدى إلى ظاهرة التنافر وتغيير الاعتقاد المتعارض أو المتنافر.

ورأى أحمد (٢٠١٩) أن التنافر يعبر عن الحالة الانفعالية التي تنشأ عندما يكون الفرد في موقف متعارض مع ما يعتقده من آراء ومعتقدات واتجاهات وما ينسجم مع مواقفه ويؤثر على أداء الفرد في كثير من المواقف وخاصة المواقف الجديدة والغير مألوفة فحينما يستقبل الفرد معلومات جديدة قد يحدث تنافراً لحظياً مع المعارف الموجودة بالبنية المعرفي ويؤثر على التناغم المعرفي لدى الفرد وهذا ما قد يتعرض له الفرد في مواقف التفكير وحل المشكلات الصعبة والمعقدة.

ومن الأمثلة على التنافر المعرفي التي قدمها فستنجر عندما يعتقد شخص بأن التدخين مضر لصحته ومع ذلك فإنه يستمر بالتدخين، ومن المواقف الأخرى المسببة للتنافر المعرفي هي الخبرة السابقة فمثلاً تزود الخبرة السابقة الفرد بأن الوقوف تحت المطر يسبب البلل، ولكن إذا لم يكن للفرد خبرة سابقة بالمطر فلن يكون لديه تنافر معرفي إذا وقف تحت المطر (Graham,2007).

وتعتبر اليقظة العقلية (Mindfulness) من المتغيرات الحديثة نسبياً في البحوث النفسية وقد ظهر الاهتمام بدراستها وعلاقتها بالمكونين النفسي والمعرفي وأهميتها للمرونة

النفسية ومواجهة الضغوط وإدارتها وتحفيز الأفراد على إظهار قدراتهم وإمكاناتهم والتعبير عن أفكارهم. (النجار ،٢٠١٩).

وتشير ناجوان (٢٠١٩) إلى تزايد الاهتمام بدراسة اليقظة العقلية على مستوى الدراسات الأكاديمية كمفهوم نفسي وخاصة بعد إدراجه ضمن متغيرات الصحة النفسية والحصول على السعادة والاسترخاء واستطاعت اليقظة العقلية أن تحتل مكاناً في علم النفس فقد استحوذت على اهتمام الباحثين والمعالجين وذي التوجهات السلوكية.

ورأى (٢٠١٣) Kettler بأن اليقظة العقلية طريقة في التفكير تؤكد على أهمية الانتباه إلى البيئة التي يعمل فيها الفرد وأحاسيسه الداخلية من غير إصدار الأحكام الإيجابية أو السلبية لذلك فإن الفرد عندما يقوم بالامتناع عن إصدار الحكم على خبرة ما بأنها إيجابية أو سلبية فإنه يستطيع القيام بعرضه بشكل أفضل وأكثر واقعية وتحقيق استجابة التكيف المطلوبة.

وهناك العديد من التعريفات التي وردت لليقظة العقلية والتي عرفت من خلال المفهوم النفسي على أنها التركيز عن قصد في اللحظة الحاضرة ودون إصدار أحكام تقييمية أي أن يكون الفرد واعياً بـ هنا وهناك وتقبل كل خبرات الحياة الإيجابية والسلبية (الضبع ومحمود،٢٠١٣).

وقدم سيسك(Sisk,2017) تعريفاً لليقظة العقلية من ناحية معرفية تعبر عن طريقة الفرد في التفكير وتؤكد على وعي المتعلم بالبيئة المحيطة وإدارة انفعالاته الداخلية دون إصدار الأحكام.

وعرف قاموس أكسفورد(٢٠١٤) اليقظة العقلية بأنها الحالة النفسية التي تحققت من خلال التركيز على الوعي وقبول المشاعر والأفكار والأحاسيس النفسية والجسدية وأنها نوع من حالة الوعي وإدراك لشيء ما (نوري،٢٠١٢)

ويعرف هاسيد (Hassed,2016) اليقظة العقلية بأنها مجموعة واسعة من التطبيقات ذات الصلة بالتعليم حيث تشتمل على تعزيز الصحة العقلية وتحسين التواصل والتعاطف وتحسين الصحة البدنية وتعزيز التعليم والأداء.

ويشير دافيس وهايس (Davis & Hayes,2011) إلى أن لليقظة العقلية أهمية كبيرة في تنمية الإدراك ما وراء المعرفي من خلال زيادة عمل الذاكرة فتعمل على تعزيز الانتباه

وتقلل من التشتت والإجهاد بالإضافة إلى أنها تزيد من فاعلية العمليات العقلية وترفع من كفاءة الذاكرة العاملة وترفع من درجة التركيز.

وتؤثر اليقظة العقلية على العديد من مجالات الحياة الإنسانية وتزيد القدرة على التعافي من الأحداث والضغوطات السلبية والتخلص منها والعودة للحالة الطبيعة وتساهم بشكل إيجابي في زيادة وعي الفرد وإدراكاته وتعزيز القدرة على التفكير في الخيارات والبدائل المتاحة وتكوين العلاقات الشخصية وزيادة الترابط الاجتماعي وتعزيز القدرة على التعايش والتكيف مع المحيط والتغيرات الحياتية (Ludwig & Kabat-Zinn,2008) .

ويشير ليفرز وماكين وتومز وثوربيرغ وساميوس (Lyvers, Makin, Toms, Thorberg & Samios, 2014) إلى اليقظة العقلية على أنها ذات أهمية كبيرة في حياة الطالب الجامعي تمكنه من تعديل مزاجه للتخلص من الانفعالات غير المرغوبة التي تشتت الانتباه عن تحقيق الأهداف وتحقق التوافق مع الذات وزيادة مستويات الوعي الموجه نحو الأحداث الواقعية وتصورها والتعامل معها بموضوعية.

مشكلة الدراسة

تبلورت فكرة مشكلة الدراسة نتيجة مشاهدة الباحثة اليومية لوجود أفكار ومعتقدات واتجاهات وسلوكيات متضاربة لدى الطلبة في الجامعة مما يؤدي إلى انعكاسات سلبية على العملية التعليمية التعلمية لدى الطلبة وينجم عنه حالة من الشك والريبة وعدم التوازن ، وترى دراسة Roberts(2001) Mcfalls & Cobb- أن التنافر المعرفي قد يتسبب في إحداث التوتر النفسي عندما تتعارض المعرفة الجديدة مع المعرفة الموجودة لدى الفرد وقد أشارت دراسة Devi & Saravanakumar, (2017) إلى أن الأفراد حديثي العهد بأي تجربة حديثة يواجهون تنافراً معرفياً نتيجة عدم الخبرة ونقص التدريب نتيجة اختلاف الظروف المحيطة في البيئة الواقعية تماماً مع ما تعلموه في برنامج التدريب الفعلي ونتيجة لما سبق ذكره فقد دعا ذلك الباحثة للبحث عن متغيرات تساعد في تفسير التباين في مستوى التنافر المعرفي ولذلك فقد وجدت الباحثة من خلال المراجعة العميقة للأدب النظري والدراسات السابقة التي تناولت التنافر المعرفي عدم وجود دراسات تناولت أهمية متغير اليقظة العقلية كمصدر وحل لحالة عدم التوازن المعرفي في آن واحد وعليه فقد هدفت هذه الدراسة إلى معرفة التنافر المعرفي

واليقظة العقلية والعلاقة القائمة بينهما لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن وبشكل أكثر تحديداً تسعى هذه الدراسة إلى الإجابة عن الأسئلة التالية :

١.ما مستوى التنافر المعرفي لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن؟

٢. ما الفروق بين المتوسطات الحسابية لتقديرات طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن لمستوى التنافر المعرفي باختلاف متغيرات (الجنس ، المسار، المعدل)؟

٣. ما مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن؟

٤. ما الفروق بين المتوسطات الحسابية لتقديرات طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن لمستوى اليقظة العقلية باختلاف متغيرات (الجنس ، المسار، المعدل)؟

٥. ما العلاقة بين مستوى التنافر المعرفي واليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن؟

أهداف الدراسة

١. التعرف على مستوى التنافر المعرفي لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن

٢. التعرف على مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن

٣. التعرف على أثر المتغيرات (الجنس، المسار ، المعدل) في استجابات عينة الدراسة لمستوى التنافر المعرفي

٤. التعرف على أثر المتغيرات (الجنس، المسار ، المعدل) في استجابات عينة الدراسة لمستوى اليقظة العقلية

٥.بيان العلاقة بين مستوى التنافر المعرفي ومستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن.

أهمية الدراسة

تتمثل أهمية الدراسة في الأهمية النظرية والأهمية التطبيقية على النحو الآتي:

أولاً: الأهمية النظرية

١.تتمثل أهمية هذه الدراسة من ندرة الدراسات العربية التي تناولت مفهوم التنافر المعرفي وعلاقته باليقظة العقلية، لذا تعد هذه الدراسة محاولة لإثراء المكتبة العربية بدراسات حول هذا الموضوع.

٢. يؤمل من هذه الدراسة أن توفر بناءً معرفياً جيداً للقائمين على العلمية التربوية في جامعة حفر الباطن حول علاقة اليقظة العقلية والتنافر المعرفي التي قد يعيشها كل طالب في كل المجالات العلمية والحياتية وعلى وجه الخصوص في المجال التربوي والأكاديمي.

٣. تكتسب الدراسة أهميتها من خصائص عينة الدراسة وهم طلبة المرحلة الجامعية والتي تمثل مرحلة مهمة في حياة الطلبة .

الأهمية التطبيقية

١.تبصير المسؤولين والقائمين على أمور الطلبة في جامعة حفر الباطن بضرورة تبني البرامج الإرشادية والوقائية والأساليب الملائمة التي تساعد في وضع الاستراتيجيات التي تساعد على تهيئة المناخ الجامعي للتقليل من التنافر المعرفي وتنمية اليقظة العقلية وذلك في ضوء النتائج والمعلومات التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة.

٢.تطبيق المقاييس التي اعدتها الباحثة للتعرف على طلبة الجامعة الذين يعانون من التنافر المعرفي ومساعدتهم للتخفيف من حدة التنافر المعرفي

محددات الدراسة

المحددات الموضوعية: التنافر المعرفي وعلاقته باليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في ضوء بعض المتغيرات في جامعة حفر الباطن.

المحددات المكانية: اقتصرت هذه الدراسة على جامعة حفر الباطن.

المحددات الزمنية: تم تطبيق هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي (٢٠٢٣/٢٠٢٢).

المحددات البشرية: اقتصرت هذه الدراسة على طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن .

التعريفات الإجرائية لمصطلحات الدراسة

التنافر المعرفي: حالة من المواقف المتعارضة بين المعتقد والسلوك يصاحبه عادة شعور بعدم الراحة وهذا الشعور هو ما يجعل الشخص يبحث عن استعادة التوازن بين المعتقد والسلوك بتغير أحدهم (Cassel,Chow&Reiger,2001). ويحدد إجرائياً على أساس درجات الطلبة على مقياس التنافر المعرفي المستخدم في هذه الدراسة

اليقظة العقلية: طريقة مستندة إلى العقل والجسد معاً تساعد الفرد على تغيير طريقته في التفكير وفي نظرته لخبراته بالأخص الخبرات السلبية المؤلمة والمؤدية إلى ضغوطات نفسية وذلك بواسطة طريقتين هما ممارسة التأمل والتنفس العميق (Mark &Danny 2011,) ويحدد إجرائياً على أساس درجات الطلبة على مقياس اليقظة العقلية المستخدم في هذه الدراسة.

طلبة السنة الأولى المشتركة (التحضيرية سابقا) : برنامج دراسي لمدة سنة، يؤهل الطالب او الطالبة للالتحاق بالجامعة من خلال مسارين (هندسي ، صحي) (جامعة حفر الباطن، ٢٠٢١)

دراسات سابقة

قامت الباحثة بالاطلاع على عدد من الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع البحث حيث ظهر لها عدم وجود دراسات سابقة تربط بين المتغيرات معاً موضوع الدراسة وهما التنافر المعرفي واليقظة العقلية، وتم تقسيم الدراسات إلى دراسات تناولت التنافر المعرفي ودراسات تناولت اليقظة العقلية وقد تم ترتيبها وفقاً لتسلسلها الزمني من الأقدم إلى الأحدث وفيما يلي عرض لتلك الدراسات

الدراسات التي تناولت التنافر المعرفي

قام تشو ووود (Chow & Wood,2001) بدراسة هدفت لمقارنة نتائج اختبار التنافر المعرفي بين طلبة الجامعات في كندا وطلاب الجامعات في الولايات المتحدة الأمريكية ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم مقياس التنافر المعرفي لكاسل وتشاو وريجز (Cassel, et al,2001) وتم تطبيقه على عينة مكونة من (٢٦٩) طالباً وطالبة في كندا و (٢٠٤) طالباً وطالبة في الولايات المتحدة الأمريكية ، وأظهرت النتائج انخفاض درجة التنافر المعرفي لدى الطلبة كلما زاد العمر

والمستوى التعليمي للطالب، كما أظهرت النتائج أن طلبة الجامعات في كندا لديهم درجات تنافر معرفي أقل من طلبة الجامعات في الولايات المتحدة الأمريكية.

وأجرى اللحياني (Allahyani,2012) دراسة هدفت إلى الكشف عن المستويات المختلفة لحجم التنافر المعرفي ومستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة أم القرى ، ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام مقياس التنافر المعرفي لكاسل وتشاو وريجز (Cassel, Chow & Reiger, 2001) وطبق على عينة مكونة من (٣٣٦) طالباً وطالبة وأظهرت النتائج أن مستوى التنافر المعرفي جاء دون المتوسط كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التنافر المعرفي وتقدير الذات ولم تظهر النتائج وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التنافر المعرفي تبعاً لمتغير الجنس.

وهدفت دراسة سلامة (٢٠١٤) إلى معرفة مستوى التنافر المعرفي وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى طلبة الجامعة الهاشمية في ضوء متغيري النوع الاجتماعي والكلية، ولتحقيق أهداف الدراسة تم بناء مقياسين الأول للتنافر المعرفي والثاني للمسؤولية الاجتماعية وتكون مقياس التنافر المعرفي من (٥٠) عبارة في حين تكون مقياس المسؤولية الاجتماعية من (٥٩) عبارة وطبق المقياسين على عينة مكونة من (٣٦٢) طالباً وطالبة وأظهرت النتائج أن مستوى التنافر المعرفي ومستوى المسؤولية الاجتماعية جاء بمستوى متوسط ، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنافر المعرفي ومستوى المسؤولية الاجتماعية تعزى إلى متغيري النوع الاجتماعي والكلية ، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التنافر المعرفي والمسؤولية الاجتماعية.

وأجرى جوازني ويونكي وجرونتشي (Guazzini ,Yoneki ,& Gronchi, 2015) دراسة هدفت إلى التحقق من كيفية تأثير التنافر المعرفي والتأثير الاجتماعي على اتخاذ القرارات وأجريت الدراسة على (٨٠) طالباً وطالبة من طلبة جامعة كامبردج ، وقد بينت النتائج أن التأثير الاجتماعي غير مرتبط كثيراً بمتطلبات اتخاذ القرار وبينت النتائج وجود علاقة إيجابية بين التنافر المعرفي والقرار النهائي حول الأحكام المختارة.

وأجرى العظمات (٢٠١٧) دراسة هدفت إلى الكشف عن علاقة التنافر المعرفي بأساليب التفكير مصادر الدعم الاجتماعي لدى طلبة جامعة اليرموك ، ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام

ثلاثة مقاييس : مقياس التنافر المعرفي المطور من كاسل وتشاور وريجر (Cassel, Chow & Reiger, 2001) والمكون من (٦٤) عبارة ومقياس الدعم الاجتماعي المدرك والمتعدد الأبعاد والمطور من قبل زيمت وداهم وزيمت وفارلي (Zimet Dahlem, Zimet & Farley,1988,) والمكون من (١٢) عبارة ومقياس أساليب التفكير والمطور من قبل ستيرنبرغ وونجر(Sternberg & Wanger,1992) والمكون من (٥٤) عبارة وطبقت هذه المقاييس على عينة مكونة من (٧٧٥) طالباً وطالبة ، وأظهرت النتائج أن مستوى التنافر المعرفي لدى طلبة جامعة اليرموك كان متوسطاً ، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنافر المعرفي تعزى للجنس ولصالح الذكور ، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنافر المعرفي تعزى للكلية ولصالح الكليات العلمية ، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنافر المعرفي تعزى للمستوى الدراسي ولصالح طلبة السنة الأولى.

وقامت نصير (٢٠١٩) بدراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى التنافر المعرفي لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء متغيرات الجنس والجنسية ومستوى التحصيل الدراسي والعمر، وتكونت عينة الدراسة من (٦١٤) طالباً وطالبة واستخدمت في الدراسة مقياس التنافر المعرفي الذي طورته الباحثة، وأظهرت النتائج أن مستوى التنافر المعرفي لدى طلبة جامعة اليرموك كان متوسطاً، كما كشفت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية

في مستوى التنافر المعرفي تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية

في مستوى التنافر المعرفي تعزى لمتغير الجنسية ولصالح الأردنيين، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنافر المعرفي تعزى لمتغير العمر ولصالح الفئة العمرية(٢٠–٢٢) ولم توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنافر المعرفي تعزى لمتغير التحصيل الدراسي.

وأجرت المواجده (٢٠٢٠) دراسة هدفت للكشف عن العلاقة بين التنافر المعرفي والتوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة ولتحقيق أهداف الدراسة تم بناء مقياسين الأول للتنافر المعرفي والثاني للتوافق النفسي وتكون مقياس التنافر المعرفي من (٣٢) عبارة في حين تكون مقياس التوافق النفسي من (٣٧) عبارة وطبق المقياسين على عينة مكونة من (٨٠٠) طالباً وطالبة وأظهرت النتائج أن مستوى التنافر المعرفي جاء بمستوى ضعيف وجاء مستوى التوافق النفسي

بمستوى متوسط ، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنافر المعرفي تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث ، و أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس ، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً التنافر المعرفي والتوافق النفسي.

الدراسات التي تناولت اليقظة العقلية

أجرت تيلاهون (Tilahun,2017) دراسة هدفت إلى التعرف على أثار تدريبان لليقظة العقلية في الحد من الإجهاد لدى طلبة الجامعة ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام مقياس اليقظة العقلية ومقياس الاجهاد وتكونت عينة الدراسة من (٢٨) طالباً وطالبة من طلبة الصحة النفسية في جامعة كاليفورنيا وكشفت النتائج أن الطلبة أظهروا مستوى أقل بكثير للإجهاد بعد التدريب على اليقظة العقلية في القياس البعدي وتوصلت الدراسة أن (٩٥%) من المشاركين يعتقدون بتأثير اليقظة العقلية في خفض مستوى التوتر لديهم في القياس التتبعي.

وسعت دراسة فونديرهايد (Vonderheyde,2017) إلى التعرف إلى العلاقة بين اليقظة العقلية والضغط لدى طلبة جامعة روان، وقد أظهرت النتائج أن مستوى اليقظة العقلية جاء مرتفعاً بينما جاء مستوى الضغط منخفضاً وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين اليقظة العقلية والضغط.

وقام المعموري وعبد (٢٠١٨) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة جامعة بابل ولتحقيق هدف الدراسة اعتمد الباحثان مقياس اليقظة العقلية والمكون من (٢١) عبارة طبق على عينة مكونة من (٦٠٠) طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج أن مستوى اليقظة العقلية جاء مرتفعاً، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير الجنس والتخصص.

وأجرى الخمايسة (٢٠١٨) دراسة هدفت إلى معرفة مستوى اليقظة العقلية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة جامعة مؤتة ولتحقيق أهداف الدراسة تم بناء مقياسين الأول لليقظة العقلية والثاني لجودة الحياة لطلبة الجامعة وتكون مقياس اليقظة العقلية من (٣٩) عبارة في حين تكون مقياس الصلابة النفسية من (٤٨) عبارة وطبق المقياسين على عينة مكونة من (٢٧٩) طالباً وطالبة وأظهرت النتائج أن مستوى اليقظة العقلية ومستوى جودة الحياة جاء بمستوى مرتفع ، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية

وجودة الحياة تعزى لمتغير الجنس ، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة.

وقامت العكاشي (٢٠١٩) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى مستوى اليقظة العقلية ومستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الشارقة ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياسي اليقظة العقلية والصلابة النفسية على عينة مكونة من (٢٥٠) طالباً وطالبة ، وأظهرت النتائج أن مستوى اليقظة العقلية ومستوى الصلابة النفسية جاء بمستوى مرتفع ، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد اليقظة العقلية وفقاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث في بعدي التميز واليقظة ، والتوجه نحو الحاضر لصالح الذكور في بعد الانفتاح على الجديد كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير التخصص كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية ومستوى الصلابة النفسية.

وهدفت دراسة شاهين وريان (٢٠٢٠) التعرف إلى مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة القدس المفتوحة وعلاقتها بمهارات حل المشكلات ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياسي اليقظة العقلية ومهارات حل المشكلات على عينة مكونة من (٢٥١) طالباً وطالبة وأظهرت النتائج أن مستوى اليقظة العقلية جاء بمستوى مرتفع كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية ومهارات حل المشكلات.

وأجرى العازمي (٢٠٢١) دراسة هدفت إلى معرفة مستوى اليقظة العقلية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الكويت ولتحقيق أهداف الدراسة تم بناء مقياسين الأول لليقظة العقلية والثاني والصلابة النفسية وتكون مقياس اليقظة العقلية من (٣٧) عبارة في حين تكون مقياس الصلابة النفسية من (٣٦) عبارة وطبق المقياسين على عينة مكونة من (٣٦٢) طالباً وطالبة وأظهرت النتائج أن مستوى اليقظة العقلية ومستوى الصلابة النفسية جاء بمستوى متوسط ، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغيري الجنس والكلية ، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغيري الجنس والكلية ، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ايجابية

دالة إحصائياً اليقظة العقلية ومستوى الصلابة النفسية.

وقامت الرحيلي (٢٠٢٢) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى اليقظة العقلية لدى عينة من طالبات جامعة طيبة (فرع ينبع) والمتوقع تخرجهن والبالغ عددهن (٢٢٥) طالبة ، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس اليقظة العقلية والمكون من (٣٩) عبارة ، وأظهرت النتائج أن مستوى اليقظة العقلية جاء مرتفعاً ، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية بين المتزوجات وغير المتزوجات ولصالح المتزوجات ، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير التخصص .

وأجرت الحربي والحربي (٢٠٢٣) دراسة هدفت إلى معرفة مستوى كل من اليقظة العقلية والمرونة المعرفية والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طالبات جامعة أم القرى وإمكانية التنبؤ بالكفاءة الذاتية الأكاديمية من خلال اليقظة العقلية والمرونة المعرفية ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس اليقظة العقلية ومقياس والمرونة المعرفية ومقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية على عينة مكونة من (٤٥١) طالبة وقد أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط من اليقظة العقلية ، ووجود مستوى مرتفع من المرونة المعرفية ، ووجود مستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية الأكاديمية، كما أظهرت النتائج أن اليقظة العقلية تسهم في التنبؤ بصورة جيدة بالكفاءة الذاتية الأكاديمية كما أن المرونة المعرفية تسهم في التنبؤ بصورة جيدة وناجحة بالكفاءة الذاتية والأكاديمية.

التعقيب على الدراسات السابقة

يتضح من استعراض نتائج الدراسات السابقة وجود تبايناً واضحاً بين هذه الدراسات من حيث الأهداف والمتغيرات والعينة وفيما يتعلق بالدراسات السابقة التي تناولت محور التنافر المعرفي يلاحظ أن بعض هذه الدراسات هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التنافر المعرفي ومتغيرات أخرى كدراسة المواجدة (٢٠٢٠) ، العظمات (٢٠١٧) ، (Guazzini ,Yoneki ,& Gronchi, 2015) ، سلامة (٢٠١٤) ، (Allahyani,2012) ، في حين أن دراسة نصير (٢٠١٩) هدفت إلى الكشف مستوى التنافر المعرفي فقط ، وتتشابه الدراسة الحالية مع دراسة كل من المواجدة (٢٠٢٠) ، العظمات (٢٠١٧) ، (Guazzini ,Yoneki ,& Gronchi, 2015)، سلامة (٢٠١٤) (Allahyani,2012) في هدفها للكشف عن العلاقة بين التنافر المعرفي ومتغير أخر وفيما يتعلق بالعينة التي أجريت عليها الدراسات يلاحظ أن جميع الدراسات استهدفت عينة واحدة في جامعة محددة باستثناء دراسة (Chow & Wood,2001) والتي

استهدفت عينة من الطلبة في الجامعات الأمريكية والجامعات الكندية وتتشابه الدراسة الحالية مع جميع الدراسات السابقة بأن العينة المستهدفة فيها هي طلبة الجامعة.

وبخصوص الدراسات السابقة التي تناولت محور اليقظة العقلية يلاحظ أن بعض هذه الدراسات هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين اليقظة العقلية ومتغيرات أخرى كدراسة الحربي والحربي (٢٠٢٣) ، العازمي (٢٠٢١) العكاشي (٢٠١٩) ، شاهين وريان (٢٠٢٠)، الخمايسة (٢٠١٨) ، (Vonderheyde,2017) ، ، في حين أن دراسة الرحيلي (٢٠٢٢) و المعموري وعبد (٢٠١٨) هدفت إلى الكشف مستوى اليقظة العقلية فقط ، وتتشابه الدراسة الحالية مع دراسة كل من الحربي والحربي (٢٠٢٣) ، العازمي (٢٠٢١) العكاشي (٢٠١٩) ، شاهين وريان (٢٠٢٠)، الخمايسة (٢٠١٨) ، (Vonderheyde,2017) في هدفها للكشف عن العلاقة بين اليقظة العقلية ومتغير أخر ،وفيما يتعلق بالعينة التي أجريت عليها الدراسات يلاحظ أن جميع الدراسات استهدفت طلبة الجامعة من الذكور والإناث باستثناء دراسة الحربي والحربي (٢٠٢٣) ، الرحيلي (٢٠٢٢) والتي تناولت الطالبات الإناث فقط دون الذكور، وتتشابه الدراسة الحالية مع دراسة العازمي (٢٠٢١) العكاشي (٢٠١٩) ، شاهين وريان (٢٠٢٠)، الخمايسة (٢٠١٨) ، المعموري وعبد (٢٠١٨) بأن العينة التي أجريت عليها الدراسة اشتملت على الطلبة الذكور والإناث.

قد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في المنهجية المتبعة في الدراسة وفي الأساليب الإحصائية المستخدمة وفي تدعيم نتائج الدراسة بالدراسات السابقة، وتتميز هذه الدراسة عن غيرها بأنها الدراسة الوحيدة – في حدود علم الباحثة–التي بحثت في العلاقة بين التنافر المعرفي واليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة .

فروض الدراسة:

١. يختلف مستوى التنافر المعرفي لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن
٢. توجد فروق دالة إحصائياً في التنافر المعرفي لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن باختلاف متغيرات الجنس والمسار والمعدل.
٣. يختلف مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن
٤. توجد فروق دالة إحصائياً في اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن باختلاف متغيرات الجنس والمسار والمعدل.

٥.توجد علاقة بين مستوى التنافر المعرفي واليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن؟

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

من أجل تحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي وهو المنهج العلمي المناسب ويفي بأغراض هذه الدراسة.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن (المركز) المسجلين في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢٣ والبالغ عددهم (١٠٧١) طالباً وطالبة وفق إحصائية وحدة القبول والتسجيل في الجامعة.

عينة التقنين الأساسية

تكونت عينة الدراسة من (٢٨٣) طالباً وطالبة من طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن شكلوا ما نسبته (٢٦%) من مجتمع الدراسة وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية ويوضح جدول توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس والمسار والمعدل.

جدول (١):

توزع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس والمسار والمعدل

المتغير	المستوى/ الفئة	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	١٣٢	%٤٦.٦
	أنثى	١٥١	%٥٣.٤
	المجموع	٢٨٣	%١٠٠
المسار	هندسي	١٧٧	%٦٢.٥
	صحي	١٠٦	%٣٧.٥
	المجموع	٢٨٣	%١٠٠
المعدل	ممتاز	٧٣	%٢٥.٨
	جيد جداً	٧١	%٢٥.١
	جيد	٧٦	%٢٦.٩
	مقبول	٦٣	%٢٢.٣
	المجموع	٢٨٣	%١٠٠

أدوات الدراسة

لأغراض تحقيق أهداف الدراسة تم إعداد أداتين لجمع البيانات(مقياسين) اعتماداً على الأدب النظري وبعض الدراسات السابقة ذات العلاقة، فضلًا عن آراء بعض التربويين المتخصصين، الأول يتعلق بالتنافر المعرفي حيث تم تطويره بالرجوع إلى بعض الدراسات، مثل: المواجده (٢٠٢٠) ، جدوع (٢٠٢٠) ، العظامات (٢٠١٧) ، (Li,2010) وتكون بصورته الأولية من أربعة مجالات: التكيف الشخصي ، الجامعة والتعلم ، السيطرة على المشاعر، الاستمرارية. أمّا المقياس الثاني: اليقظة العقلية تم تطويره بالاستعانة ببعض الدراسات ذات العلاقة مثل: الدهيسات (٢٠٢٢) ، العازمي (٢٠٢١) ، المطيري (٢٠١٩) ، الخمايسة (٢٠١٨) ،(Elices,et al.(2016 وتكون بصورته الأولية من أربعة مجالات: الملاحظة ، الوصف ، العمل بوعي، عدم إصدار الأحكام.

أولاً: مقياس التنافر المعرفي

صدق محتوى مقياس التنافر المعرفي

تكون مقياس التنافر المعرفي بصورته الأولية من(٥٠) عبارة، وللتحقق من صدق المحتوى تم عرضه على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص في مجالات: علم النفس التربوي والقياس والتقويم والإرشاد والصحة النفسية، في عدد من المؤسسات والجامعات الأردنية والسعودية، بلغ عددهم (١٠) محكمين لإبداء آرائهم في وضوح العبارات وسلامتها العلمية واللغوية ، ومدى ملاءمة العبارات للمجالات التي اندرجت تحتها بالإضافة إلى أي آراء أخرى قد يرونها مناسبة سواء بالحذف أو الإضافة أو الدمج، وفي ضوء مقترحات المحكمين وآرائهم فقد تم الإبقاء على العبارات التي حصلت على نسبة موافقة منهم (٨٠%) فأكثر، حيث وصل عدد العبارات النهائية لمقياس التنافر المعرفي إلى(٤٦) عبارة بعد حذف أربع عبارات من المقياس بصورته الأولية، ويبين جدول(٢) مقياس التنافر المعرفي ومجالاته وعدد عباراتها وأرقامها.

جدول (٢)
مجالات مقياس التنافر المعرفي وعدد عباراتها وأرقامها

الأداة	رقم المجال	المجالات	عدد العبارات	أرقام الفقرات
التنافر المعرفي	١	التكيف الشخصي	١٣	١-١٣
	٢	الجامعة والتعلم	١١	١٤-٢٤
	٣	السيطرة على المشاعر	١٣	٢٥-٣٧
	٤	الاستمرارية	٩	٣٨-٤٦
		مجموع الفقرات	٤٦	١-٤٦

صدق بناء مقياس التنافر المعرفي

للتحقق من صدق البناء تم تطبيق مقياس التنافر المعرفي على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة التقنين بلغ عددها(٣٠) طالباً وطالبة وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين العبارة والمجال الذي تنتمي إليه وبين العبارة والمقياس ككل، ويبين جدول (٣) قيم معاملات ارتباط عبارات التنافر المعرفي مع المجال ومع المقياس ككل.

جدول(٣):

قيم معاملات ارتباط عبارات التنافر المعرفي مع المجال ومع المقياس ككل

رقم العبارة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم العبارة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية
١	**٠.٥٥	**0.50	٢٤	**٠.٧٠	**0.٦٧
٢	**٠.٥٧	**0.5٤	٢٥	**0.٦٢	**٠.٥٣
٣	**0.٤٢	**0.٤٠	٢٦	**٠.٦٦	**٠.٦١
٤	**٠.٥٣	**0.٣٨	٢٧	**٠.٥٥	**٠.٥٣
٥	**٠.٤٠	**0.38	٢٨	**٠.٥١	**٠.٣٩
٦	**٠.٤٨	**0.43	٢٩	**٠.٣٨	**٠.٣٥
٧	**٠.٥٢	**٠.٥٠	٣٠	**٠.٥٦	**٠.٥٠
٨	**0.٤٥	**0.٤٣	٣١	**0.٤٠	**0.39
٩	**0.5٨	**0.٥٦	٣٢	**0.٥٠	**0.٤٠
١٠	**٠.٦٣	**٠.٣٨	٣٣	**٠.٧٣	**٠.٧٠
١١	**٠.٥٩	**0.٥١	٣٤	**٠.٥٤	**0.٤٥
١٢	**0.5٨	**0.٥٠	٣٥	**0.٥٦	**0.٥١
١٣	**0.5٠	**0.٤٥	٣٦	**0.٦٧	**0.٦٤
١٤	**0.٧٤	**0.٧٢	٣٧	**0.٧٨	**0.64
١٥	**0.٦٦	**0.٥٩	٣٨	**0.٥١	**0.٤٧
١٦	**0.٧٢	**0.56	٣٩	**0.38	**0.36
١٧	**٠.٧٦	**٠.٧٤	٤٠	**٠.٦٦	**٠.٦٢
١٨	**0.6٣	**0.6٣	٤١	**0.٧٦	**0.٧٠
١٩	**٠.٦٤	**0.٤٩	٤٢	**0.٣٨	**0.٣٧
٢٠	**0.6٥	**0.٥٧	٤٣	**٠.٦٤	**0.6٣
٢١	**0.6٠	**0.٣٧	٤٤	**0.٤٠	**0.٣٧
٢٢	**0.64	**0.٤١	٤٥	**0.٤١	**0.٤٠
٢٣	**٠.٦٢	**0.٥٨	٤٦	**0.٣٩	**0.٣٧

****دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠١)**

يبين جدول(٣) قيم معاملات الارتباط بين العبارة والمجال الذي تنتمي إليه وبين العبارة والدرجة الكلية حيث تراوحت معاملات الارتباط مع المجال بين(٠.٣٨–٠.٧٨) وتراوحت معاملات الارتباط مع الدرجة الكلية بين (٠.٣٥–٠.٧٤) وهي دالة إحصائياً وهي قيم مقبولة لإجراء هذه الدراسة عودة (٢٠١٤).

ثبات مقياس التنافر المعرفي

للتحقق من ثبات مقياس التنافر المعرفي تم احتساب الثبات بطريقة كرونباخ ألفا حيث تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة التقنين بلغ عددها(٣٠) طالباً وطالبة ويبين جدول(٤) قيم معاملات الثبات للمجالات بطريقة كرونباخ ألفا.

جدول(٤):
قيم معاملات ثبات مقياس التنافر المعرفي

الأداة	المجالات	عدد العبارات	كرونباخ ألفا
التنافر المعرفي	التكيف الشخصي	١٣	٠.٨٢
	الجامعة والتعلم	١١	٠.٨٠
	السيطرة على المشاعر	١٣	٠.٨١
	الاستمرارية	٩	٠.٧٨
	التنافر المعرفي ككل	٤٦	٠.٨٨

يبين جدول(٤) معاملات الثبات بطريقة كرونباخ الفا لمقياس التنافر المعرفي حيث تراوحت بين (٠.٧٨–٠.٨٢) للمجالات، وبلغ معامل الثبات الكلي(٠.٨٨).

تصحيح مقياس التنافر المعرفي

اعتمدت الباحثة تدريج ليكرت الخماسي لمقياس التنافر المعرفي حيث حددت خمسة مستويات للتنافر المعرفي وهي: موافق بشدة ويعطى الوزن (٥)، موافق ويعطى الوزن (٤)، محايد ويعطى الوزن (٣)، غير موافق ويعطى الوزن(٢)، غير موافق بشدة ويعطى الوزن (١) إذا كانت العبارات بالاتجاه الموجب وفي حال كانت العبارات بالاتجاه السالب تعكس هذه الأوزان ، وللحكم على استجابات أفراد عينة الدراسة على المقياس اعتمدت الباحثة طريقة الفئات المتساوية، التي تشير إليها غالبية الدراسات السابقة وكثير من المحكمين، والتي تأتي وفقًا للمعادلة الآتية: طول الفئة = الحد الأعلى للتدريج (٥) – الحد الأدنى للتدريج (١) / عدد المستويات(٣) ويبين جدول (٥) هذه المعايير.

جدول (٥)
معايير الدرجات على العبارة الواحدة من المقياس

القيمة	١ - ٢.٣٣	٢.٣٤ - ٣.٦٧	٣.٦٨ - ٥
درجة التقدير	منخفضة	متوسطة	مرتفعة

ثانياً: مقياس اليقظة العقلية

صدق محتوى مقياس اليقظة العقلية

تكون مقياس اليقظة العقلية بصورته الأولية من(25) عبارة، وللتحقق من صدق المحتوى تم عرضه على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص في مجالات: علم النفس التربوي والقياس والتقويم والإرشاد والصحة النفسية، في عدد من المؤسسات والجامعات الأردنية والسعودية، بلغ عددهم (١٠) محكمين لإبداء آرائهم في وضوح العبارات وسلامتها العلمية واللغوية ، ومدى ملاءمة العبارات للمجالات التي اندرجت تحتها بالإضافة إلى أي آراء أخرى قد يرونها مناسبة سواء بالحذف أو الإضافة أو الدمج، وفي ضوء مقترحات المحكمين وآرائهم فقد تم الإبقاء على العبارات التي حصلت على نسبة موافقة منهم (٨٠%) فأكثر، حيث وصل عدد العبارات النهائية لمقياس اليقظة العقلية إلى(٢٢) عبارة بعد حذف ثلاث عبارات من المقياس بصورته الأولية ويبين جدول(٦) مقياس اليقظة العقلية ومجالاته وعدد عباراتها وأرقامها.

جدول (٦)
مجالات مقياس اليقظة العقلية وعدد عباراتها وأرقامها

الأداة	رقم المجال	المجالات	عدد العبارات	أرقام الفقرات
اليقظة العقلية	١	الملاحظة	٦	١-٦
	٢	الوصف	٥	٧-١١
	٣	العمل بوعي	٥	١٢-١٦
	٤	عدم إصدار الأحكام	٦	١٧-٢٢
		مجموع الفقرات	٢٢	١-٢٢

صدق بناء مقياس اليقظة العقلية

للتحقق من صدق بناء مقياس اليقظة العقلية تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة التقنين بلغ عددها(٣٠) طالباً وطالبة وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين العبارة والمجال الذي تنتمي إليه وبين العبارة والمقياس ككل، ويبين جدول (٧) قيم معاملات ارتباط عبارات مقياس اليقظة العقلية مع المجال الذي تنتمي إليه ومع المقياس ككل.

جدول(٧):

قيم معاملات ارتباط عبارات مقياس اليقظة العقلية مع المجال ومع المقياس ككل

رقم العبارة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم العبارة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية
١	**٠.٤٠	**٠.٣٩	١٢	**0.٥٢	**0.4٦
٢	**0.41	**0.40	١٣	**0.٥٨	**٠.٥٠
٣	**0.٧٧	**0.٥٩	١٤	**٠.٨١	**٠.٥٨
٤	**0.٦٤	**0.٦٠	١٥	**٠.٤٧	**٠.٤٠
٥	**0.٥٣	**0.٥٠	١٦	**٠.٦٩	**٠.٥٩
٦	**0.4٨	**0.45	١٧	**٠.٧١	**٠.٥٢
٧	**٠.٦٨	**٠.٤٨	١٨	**٠.٤٢	**٠.٤٠
٨	**٠.٧٧	**0.٦٣	١٩	**٠.٦٦	**0.4٣
٩	**0.٥٣	**0.٥٠	٢٠	**0.٥٣	**0.4٧
١٠	**٠.٥٩	**٠.٤٣	٢١	**٠.٥٧	**٠.٥٣
١١	**0.40	**0.٦٠	٢٢	**0.٧٨	**0.4٥

****دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠١)**

يبين جدول(٧) قيم معاملات الارتباط بين العبارة والمجال الذي تنتمي إليه وبين العبارة والدرجة الكلية حيث تراوحت معاملات الارتباط مع المجال بين(٠.٤١–٠.٨١) وتراوحت معاملات الارتباط مع الدرجة الكلية بين (٠.٣٩–٠.٦٣) وهي دالة إحصائياً وهي قيم مقبولة لإجراء هذه الدراسة عودة (٢٠١٤).

ثبات مقياس اليقظة العقلية

للتحقق من ثبات مقياس اليقظة العقلية تم احتساب الثبات بطريقة كرونباخ ألفا حيث تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة التقنين بلغ عددها(٣٠) طالباً وطالبة ويبين جدول(٨) قيم معاملات الثبات للمجالات بطريقة كرونباخ ألفا.

جدول(٨):
قيم معاملات ثبات مقياس اليقظة العقلية

الأداة	المجالات	عدد العبارات	كرونباخ ألفا
اليقظة العقلية	الملاحظة	٦	٠.٧٩
	الوصف	٥	٠.٧٥
	العمل بوعي	٥	٠.٧٣
	عدم إصدار الأحكام	٦	٠.٨٠
	اليقظة العقلية ككل	٢٢	٠.٨٥

يبين جدول(٨) معاملات الثبات بطريقة كرونباخ الفا لأداة اليقظة العقلية حيث تراوحت بين (٠.٧٣–٠.٨٠) للمجالات، وبلغ معامل الثبات الكلي(٠.٨٥).

تصحيح مقياس اليقظة العقلية

اعتمدت الباحثة تدريج ليكرت الخماسي لمقياس اليقظة العقلية حيث حددت خمسة مستويات لمستوى اليقظة العقلية وهي: موافق بشدة ويعطى الوزن (٥)، موافق ويعطى الوزن (٤)، محايد ويعطى الوزن (٣)، غير موافق ويعطى الوزن(٢)، غير موافق بشدة ويعطى الوزن (١) إذا كانت العبارات بالاتجاه الموجب وفي حال كانت العبارات بالاتجاه السالب تعكس هذه الأوزان ، وللحكم على استجابات أفراد عينة الدراسة على المقياس اعتمدت الباحثة طريقة الفئات المتساوية، التي تشير إليها غالبية الدراسات السابقة وكثير من المحكمين والتي تم الإشارة إليه في جدول رقم (٥).

المعالجة الإحصائية

- تم الاعتماد على برنامج SPSS إصدار رقم (٢٥) للمعالجة الإحصائية
- استخراج معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا(Cronbach-Alpha) لإيجاد ثبات أداة الدراسة.
- استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإجابة عن السؤال الأول والثالث.
- استخراج نتائج تحليل التباين المتعدد (Manova) للإجابة عن السؤال الثاني والرابع.
- استخراج نتائج معامل ارتباط بيرسون للإجابة عن السؤال الخامس.

نتائج الدراسة ومناقشتها

السؤال الأول: ما مستوى التنافر المعرفي لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن؟ للإجابة عن هذا السؤال استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لتقديرات الطلبة على عبارات مقياس التنافر المعرفي ويوضح جدول (٩) هذه النتائج.

جدول (٩)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لتقديرات طلبة السنة الأولى المشتركة لمستوى التنافر المعرفي مرتبة تنازليًا

التسلسل في المقياس	الرتبة	المجالات	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	المستوى
٣	١	السيطرة على المشاعر	٣.٤٩	٠.٥٤	متوسط
٢	٢	الجامعة والتعلم	٣.١٣	٠.٦١	متوسط
٤	٣	الاستمرارية	٢.٨٩	٠.٤٦	متوسط
١	٤	التكيف الشخصي	٢.٧٧	٠.٣٩	متوسط
التنافر المعرفي ككل			٣.٠٨	٠.٣٧	متوسط

يبين جدول(٩) أنّ مستوى التنافر المعرفي لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن بشكل

عام جاءت بمستوى (متوسط) بمتوسط حسابي (٣.٠٨) وانحراف معياري (٠.٣٧) وبشكل تفصيلي كان مستوى التنافر المعرفي لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن للمجالات الفرعية على النحو التالي: جاء مجال (السيطرة على المشاعر) بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي(٣.٤٩) وانحراف معياري (٠.٥٤) وبمستوى متوسط ، في

حين جاء بالمرتبة الثانية مجال(الجامعة والتعلم) بمتوسط حسابي (٣.١٣) وانحراف معياري (٠.٦١) وبمستوى متوسط ، وتلاه في المرتبة الثالثة مجال (الاستمرارية) بمتوسط حسابي (٢.٨٩) وانحراف معياري (٠.٤٦) وبمستوى متوسط، وجاء في المرتبة الرابعة والأخيرة مجال (التكيف الشخصي) بمتوسط حسابي (٢.٧٧) وانحراف معياري (٠.٣٩) وبمستوى متوسط وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الطلبة في السنة الأولى المشتركة ما زالوا يواجهون نوعاً من التناقض بين اتجاهاتهم وسلوكاتهم كونهم ما زالوا يعيشون بمرحلة تشكيل هويتهم وهذا يتطلب منهم إنهاء الصراع الداخلي بين أفكارهم ومعتقداتهم وبين سلوكهم لكنهم ما زالوا يعيشون هذا الواقع ولم يحسموا حالة الصراع عندهم بعد. ويمكن عزو هذه النتيجة أيضاً إلى الميل للتوازن بين القوى النفسية الداخلية وقوى المجتمع الخارجية وبما أن الجامعة تتميز بأنها مجتمع منظم يخضع للأنظمة والتعليمات لذلك فإن الطلبة يحاولون الالتزام بالمعايير والقوانين والأنظمة التي تحددها الجامعة وبالتالي يسعى الطلبة لخلق نوع من التوازن بين المجتمع والعمل على إشباع حاجته وتحقيق رغباته حتى يحظى بقبول الاخرين وعدم رفضهم له. وتعزو الباحثة هذه النتيجة أيضاً لوجود المؤثرات الاجتماعية والنفسية التي يتعرض لها الطلبة والذين لا يزالون تحت تأثير مرحلة المراهقة بخصائصها المختلفة وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة سلامة (٢٠١٤) والعظامات (٢٠١٧) ونصير (٢٠١٩). وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة تشود وود (Chow & Wood ,2001) واللحياني (Allahyani,2012) .

السؤال الثاني: ما الفروق بين المتوسطات الحسابية لتقديرات طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن لمستوى التنافر المعرفي باختلاف متغيرات (الجنس ، المسار، المعدل)؟

للإجابة عن هذا السؤال استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطلبة باختلاف متغيرات كل من:(الجنس، المسار، المعدل) ويبين جدول(١٠) هذه النتائج

جدول (١٠)
المتوسطات الحسابية والانحرافات لتقديرات طلبة السنة الأولى المشتركة لمستوى التنافر المعرفي باختلاف متغيرات الجنس ، المسار ، المعدل

المتغيرات	المستويات	المجالات	التكيف الشخصي	الجامعة والتعلم	السيطرة على المشاعر	الاستمرارية	الدرجة الكلية
الجنس	ذكور	المتوسط الحسابي	٢.٧١	٣.٠٤	٣.٤٣	٢.٨٠	٣.٠١
		الانحراف المعياري	٠.٣٧	٠.٥٥	٠.٤٥	٠.٤٩	٠.٣٣
	إناث	المتوسط الحسابي	٢.٨٢	٣.١٩	٣.٥٣	٢.٩٦	٣.١٤
		الانحراف المعياري	٠.٤٠	٠.٦٤	٠.٦٠	٠.٤٢	٠.٤٠
المسار	هندسي	المتوسط الحسابي	٢.٧٨	٣.٠٣	٣.٤٦	٢.٨٢	٣.٠٤
		الانحراف المعياري	٠.٢٨	٠.٣٩	٠.٤٤	٠.٣٤	٠.٢٦
	صحي	المتوسط الحسابي	٢.٧٤	٣.٢٩	٣.٥٢	٣.٠٠	٣.١٤
		الانحراف المعياري	٠.٥٣	٠.٨٣	٠.٦٧	٠.٥٩	٠.٥١
المعدل	ممتاز	المتوسط الحسابي	٢.٩٦	٣.٦٧	٣.٨٠	٣.١٨	٣.٤١
		الانحراف المعياري	٠.٤٦	٠.٦٤	٠.٥٤	٠.٤٢	٠.٣٨
	جيد جدا	المتوسط الحسابي	٢.٦٩	٣.١٩	٣.٥٥	٢.٨٧	٣.٠٩
		الانحراف المعياري	٠.٣٦	٠.٥٦	٠.٥٣	٠.٤٩	٠.٣٣
	جيد	المتوسط الحسابي	٢.٨٠	٢.٩١	٣.٢٦	٢.٨٥	٢.٩٧
		الانحراف المعياري	٠.٢٨	٠.٢٨	٠.٤٦	٠.٣٨	٠.٢٤
	مقبول	المتوسط الحسابي	٢.٥٩	٢.٦٧	٣.٣١	٢.٦١	٢.٨٢
		الانحراف المعياري	٠.٣٥	٠.٣٤	٠.٤٣	٠.٣٧	٠.٢٥

يلاحظ من جدول (١٠) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لتقديرات التحضيرية لمستوى التنافر المعرفي باختلاف متغيرات الجنس، المسار، المعدل ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق ذات دلالة إحصائية استخرجت نتائج تحليل التباين متعدد المتغيرات (MANOVA) وجدول (١١) يبين هذه النتائج.

جدول (١١)

نتائج تحليل التباين متعدد المتغيرات (MANOVA) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمستوى التنافر المعرفي باختلاف متغيرات الجنس والمسار والمعدل

مصدر التباين	المجالات	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
الجنس هوتلينج (٠.٠١٨) ف(١.١٥٩) ح (٠.٣٣٠)	التكيف الشخصي	٠.106	1	٠.106	.987	٠.321
	الجامعة والتعلم	٠.226	1	٠.226	1.097	٠.296
	السيطرة على المشاعر	٠.121	1	٠.121	.516	٠.473
	الاستمرارية	٠.508	1	٠.508	3.284	٠.071
المسار هوتلينج (٠.٠٥٣) ف(٣.٥١٨) ح (٠.١٠٨)	التكيف الشخصي	٠.298	1	٠.298	2.778	٠.097
	الجامعة والتعلم	1.268	1	1.268	6.156	٠.114
	السيطرة على المشاعر	٠.020	1	٠.020	.085	٠.771
	الاستمرارية	٠.606	1	٠.606	3.923	٠.069
المعدل ويليكس لامبدا (٠.٤١٨) ف(٢٢.٧٢٢) ح (٠.٠٠٠)	التكيف الشخصي	7.716	3	2.572	23.982	٠.478
	الجامعة والتعلم	37.688	3	12.563	61.009	٠.132
	السيطرة على المشاعر	12.539	3	4.180	17.762	٠.076
	الاستمرارية	13.665	3	4.555	29.464	٠.147
الخطأ	التكيف الشخصي	28.636	267	٠.107		
	الجامعة والتعلم	54.979	267	٠.206		
	السيطرة على المشاعر	62.829	267	٠.235		
	الاستمرارية	41.278	267	٠.155		
الكلي	التكيف الشخصي	44.098	282			
	الجامعة والتعلم	105.395	282			
	السيطرة على المشاعر	83.527	282			
	الاستمرارية	60.981	282			

يبين جدول (١١) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفرادِ عينة الدراسة حول مستوى التنافر المعرفي باختلاف متغيرات الجنس والمسار والمعدل على جميع المجالات ولمعرفة دلالة الفروق على الدرجة الكلية تم استخدام اختبار تحليل التباين الثلاثي ((Three Way ANOVA وجدول (١٢) يبين هذه النتائج.

جدول (١٢)
نتائج تحليل التباين الثلاثي لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية باختلاف متغيرات الجنس والمسار والمعدل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
الجنس	0.197	1	0.197	٢.٥١١	٠.١١٤
المسار	٠.052	1	٠.052	٠.٦٦٠	٠.٤١٧
المعدل	14.393	3	٤.٧٩٨	٦١.٢٥٥	٠.٥٤٧
الخطأ	20.912	267	٠.٠٧٨		
الكلي	40.495	282			

يبين جدول (١٢) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفرادِ عينة الدراسة حول مستوى التنافر المعرفي باختلاف متغيرات الجنس والمسار والمعدل ويعزى ذلك إلى أن طبيعة التنافر المعرفي لدى الجنسين متشابهة كما أن الأفكار والمعتقدات التي يتبنوها واحدة وبما أن التنافر المعرفي لم يتأثر بمسار التعليم والمعدل فهذا يفسر أن الطلبة باختلاف مسارهم التعليمي ومعدلاتهم يواجهون التنافر المعرفي بصراعاته المختلفة بنفس الآلية ولا يعتمد على نوع المسار الذي يسلكونه ، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة سلامة (٢٠١٤) واللحياني (٢٠١٢) في حين اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة العظامات (٢٠١٧) والمواجدة (٢٠٢٠) نصير (٢٠١٩).

السؤال الثالث: ما مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن؟ للإجابة عن هذا السؤال استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لتقديرات الطلبة على عبارات مقياس اليقظة العقلية ويوضح جدول (١٣) هذه النتائج.

جدول (١٣)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لتقديرات طلبة السنة الأولى المشتركة لمستوى اليقظة العقلية مرتبة تنازليًا

التسلسل في المقياس	الرتبة	المجالات	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	المستوى
١	١	الملاحظة	٣.٥٧	٠.٥٧	متوسط
٢	٢	الوصف	٣.٥٢	٠.٧٢	متوسط
٤	٣	عدم إصدار الأحكام	٣.٠٨	٠.٥١	متوسط
٣	٤	العمل بوعي	٢.٩٠	٠.٦٣	متوسط
اليقظة العقلية ككل			٣.٢٧	٠.٣٧	متوسط

يبين جدول (١٣) أنّ مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن بشكل

عام جاءت بمستوى (متوسط) بمتوسط حسابي (٣.٢٧) وانحراف معياري (٠.٣٧) وبشكل تفصيلي كان مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن للمجالات الفرعية على النحو التالي: جاء مجال (الملاحظة) بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي(٣.٥٧) وانحراف معياري (٠.٥٧) وبمستوى متوسط ، في حين جاء بالمرتبة الثانية مجال(الوصف) بمتوسط حسابي (٣.٥٢) وانحراف معياري (٠.٧٢) وبمستوى متوسط ، وتلاه في المرتبة الثالثة مجال (عدم إصدار الأحكام) بمتوسط حسابي (٣.٠٨) وانحراف معياري (٠.٥١) وبمستوى متوسط، وجاء في المرتبة الرابعة والأخيرة مجال (العمل بوعي) بمتوسط حسابي (٢.٩٠) وانحراف معياري (٠.٦٣) وبمستوى متوسط وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى العمر الزمني حيث يؤثر العمر الزمني في اليقظة العقلية فكلما زاد العمر الزمني للفرد ارتفع مستوى اليقظة لديه وبما أن عينة الدراسة هي من فئة الشباب فمن الطبيعي أن يكون مستوى اليقظة بالنسبة لديهم في المستوى المتوسط ، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى الخصائص النمائية لعينة الدراسة (مراهقة متأخرة) حيث إن الطلبة في مرحلة الجامعة يتعرضون للكثير من الضغوطات والصراعات مما يجعلهم منشغلين في حل هذه الصراعات والتخفيف من هذه الضغوطات وهذا بدوره يؤدي إلى انشغالهم مما يؤدي إلى قلة التركيز والوعي بالذات فتقل اليقظة العقلية لديهم.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة الحربي والحربي (٢٠٢٣)، العازمي (٢٠٢١)، وتختلف هذه النتيجة مع نتائج العكاشي (٢٠١٩) وشاهين وريان (٢٠٢٠) و الخمايسة

(٢٠١٨) والرحيلي (٢٠٢٢) والمعموري وعبد (٢٠١٨) وفونديرهايد (Vonderheyde,2017).

النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: ما الفروق بين المتوسطات الحسابية لتقديرات طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن لمستوى اليقظة العقلية باختلاف متغيرات (الجنس، المسار، المعدل)؟ للإجابة عن هذا السؤال استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات الطلبة باختلاف متغيرات كل من:(الجنس، المسار، المعدل) ويبين جدول(١٤) هذه النتائج

جدول (١٤)
المتوسطات الحسابية والانحرافات لتقديرات طلبة السنة الأولى المشتركة لمستوى اليقظة العقلية باختلاف متغيرات الجنس، المسار، المعدل

المتغيرات	المستويات	المجالات	الملاحظة	الوصف	العمل بوعي	عدم إصدار الأحكام	الدرجة الكلية
الجنس	ذكور	المتوسط الحسابي	٣.٥٤	٣.٤٥	٢.٦٧	٣.٠٤	٣.١٨
		الانحراف المعياري	٠.٥٩	٠.٦٧	٠.٥٥	٠.٥١	٠.٣٥
	إناث	المتوسط الحسابي	٣.٥٩	٣.٥٧	٣.٠٩	٣.١١	٣.٣٤
		الانحراف المعياري	٠.٥٤	٠.٧٥	٠.٦٣	٠.٥٠	٠.٣٦
المسار	هندسي	المتوسط الحسابي	٣.٥٤	٣.٦٥	٢.٨٠	٣.٠٧	٣.٢٧
		الانحراف المعياري	٠.٥٠	٠.٥٧	٠.٥٥	٠.٤٧	٠.٣١
	صحي	المتوسط الحسابي	٣.٦٠	٣.٢٨	٣.٠٦	٣.٠٩	٣.٢٧
		الانحراف المعياري	٠.٦٥	٠.٨٦	٠.٧١	٠.٥٦	٠.٤٤
المعدل	ممتاز	المتوسط الحسابي	٣.٨١	٣.٨٦	٣.٢٣	٢.٩٦	٣.٤٦
		الانحراف المعياري	٠.٤١	٠.٥٨	٠.٥٩	٠.٣٢	٠.٢٩
	جيد جدا	المتوسط الحسابي	٣.٦٢	٣.٥١	٢.٨٢	٣.٠٠	٣.٢٥
		الانحراف المعياري	٠.٦٨	٠.٧٢	٠.٦١	٠.٦٩	٠.٤٢
	جيد	المتوسط الحسابي	٣.٤٢	٣.٤١	٢.٨٥	٣.٢١	٣.٢٣
		الانحراف المعياري	٠.٤٠	٠.٥٦	٠.٦٣	٠.٤١	٠.٢٥
	مقبول	المتوسط الحسابي	٣.٤٠	٣.٢٤	٢.٦٥	٣.١٤	٣.١٢
		الانحراف المعياري	٠.٦٣	٠.٨٧	٠.٥٣	٠.٤٩	٠.٤١

يلاحظ من جدول (١٤) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لتقديرات التحضيرية لمستوى اليقظة العقلية باختلاف متغيرات الجنس، المسار، المعدل ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق ذات دلالة إحصائية استخرجت نتائج تحليل التباين متعدد المتغيرات (MANOVA) وجدول (١٥) يبين هذه النتائج.

جدول (١٥)
نتائج تحليل التباين متعدد المتغيرات (MANOVA) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمستوى اليقظة العقلية باختلاف متغيرات الجنس والمسار والمعدل

مصدر التباين	المجالات	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
الجنس هوتلينج (٠.١٤٩) ف(٩.٨٢٧) ح (٠.٠٢٠)	الملاحظة	1.523	1	1.523	5.514	0.201
	الوصف	٠.941	1	٠.941	2.367	0.125
	العمل بوعي	10.227	1	10.227	36.289	٠.062
	عدم إصدار الأحكام	٠.095	1	٠.095	٠.499	٠.481
المسار هوتلينج (٠.١٥٩) ف(١٠.٥١٦) ح (٠.٣٢٠)	الملاحظة	٠.033	1	٠.033	٠.120	٠.730
	الوصف	11.619	1	11.619	29.222	٠.100
	العمل بوعي	٠.062	1	٠.062	٠.222	٠.638
	عدم إصدار الأحكام	٠.541	1	٠.541	2.848	٠.093
المعدل ويليكس لامبدا (٠.٦٦٦) ف(٩.٦٨٤) ح (٠.٠٠٠)	الملاحظة	9.065	3	3.022	10.940	٠.000
	الوصف	21.538	3	7.179	18.056	٠.000
	العمل بوعي	16.667	3	5.556	19.715	٠.000
	عدم إصدار الأحكام	5.016	3	1.672	8.800	٠.000
الخطأ	الملاحظة	73.749	267	٠.276		
	الوصف	106.163	267	٠.398		
	العمل بوعي	75.243	267	٠.282		
	عدم إصدار الأحكام	50.728	267	٠.190		
الكلي	الملاحظة	91.035	282			
	الوصف	146.272	282			
	العمل بوعي	112.830	282			
	عدم إصدار الأحكام	72.909	282			

يبين جدول (١٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفرادِ عينة الدراسة حول مستوى اليقظة العقلية باختلاف متغيرات الجنس والمسار على جميع المجالات كما يبين جدول (١٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفرادِ عينة الدراسة حول مستوى اليقظة العقلية باختلاف متغير المعدل على جميع المجالات ولمعرفة دلالة الفروق على الدرجة الكلية تم استخدام اختبار تحليل التباين الثلاثي(Three Way ANOVA) وجدول (١٦) يبين هذه النتائج .

جدول (١٦)
نتائج تحليل التباين الثلاثي لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية باختلاف متغيرات الجنس والمسار والمعدل .

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
الجنس	1.871	1	1.871	17.258	٠.175
المسار	٠.321	1	٠.321	2.964	٠.086
المعدل	4.964	3	1.655	15.263	٠.000
الخطأ	28.947	267	٠.108		
الكلي	38.388	282			

يبين جدول (١٦) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفرادِ عينة الدراسة حول مستوى اليقظة العقلية باختلاف متغير الجنس و المسار وقد يعزى ذلك إلى أن الطلبة سواء كانوا ذكوراً أو إناثاً يظهرون مستوى متقارب من اليقظة العقلية حيث أن الطلاب والطالبات يشتركون بنفس الوعي بالخبرات التفاعل معها وإصدار الأحكام وأن الطلبة بغض النظر عن جنسهم يخضعون لنفس المهام والمسؤوليات الأكاديمية ويطلب منهم امتلاك نفس المهارات التي تعينهم في دراستهم .وفيما يتعلق بمتغير المسار فيمكن تفسير النتيجة بأن الطلبة سواء كانوا في المسار الصحي أو الهندسي يمرون بخبرات وظروف متشابهة ومطالبون بالمهام والواجبات نفسها وأن الطلبة في جميع المسارات يخضعون لنفس الأنظمة والتعليمات الجامعية وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة العازمي (٢٠٢١) وشاهين وريان (٢٠٢٠) والمعموري وعبد (٢٠١٨) والخمايسة(٢٠١٨) وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة العكاشي (٢٠١٩) .

كما يبين جدول (١٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفرادِ عينة الدراسة حول مستوى اليقظة العقلية باختلاف متغير المعدل ولمعرفة لمن تعود هذه الفروق، تم إجراء اختبار المقارنات البعدية باستخدام طريقة شيفيه وجدول (١٧) يبين هذه النتائج.

جدول (١٧)
نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية تبعاً لمتغير المعدل

المجال	المعدل	جيد جدا	جيد	مقبول
الملاحظة	ممتاز	*٠.١٩٢٩	*٠.٣٩٨٦	*٠.٤١٧٥
	جيد جدا	------	٠.٢٠٥٧	٠.٢٢٤٦
	جيد	-٠.٢٠٥٧	------	٠.٠١٨٩
الوصف	ممتاز	*٠.٣٤٢٠	*٠.٤٤٧١	*٠.٦١٩٠
	جيد جدا	------	٠.١٠٥٢	٠.٢٧٧٠
	جيد	-٠.١٠٥٢	------	٠.١٧١٩
العمل بوعي	ممتاز	*٠.٤١٥٨	*٠.٣٨٨٤	*٠.٥٨٧٦
	جيد جدا	------	٠.٠٢٧٥	٠.١٧١٧
	جيد	-٠.٠٢٧٥	------	٠.١٩٩٢
عدم إصدار الأحكام	ممتاز	*٠.٠٤٨٢	*٠.٢٥٣٧	*٠.١٧٩٠
	جيد جدا	------	٠.٢٠٥٥	-٠.١٣٠٨
	جيد	-٠.٢٠٥٥	------	٠.٠٧٤٧
الدرجة الكلية	ممتاز	*٠.٢١١٧	*٠.٢٢٩٤	*٠.٣٣٩٣
	جيد جدا	------	٠.٠١٧٧	٠.١٢٧٦
	جيد	-٠.٠١٧٧	------	٠.١٠٩٩

يبين جدول (١٧) أن مصادر الفروق فيما يتعلق بجميع المجالات والدرجة الكلية كانت بين المعدل (ممتاز ، جيد جدا ، جيد ، مقبول) ولصالح معدل ممتاز وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الطلبة ذوي التحصيل الأكاديمي المرتفع لديهم مستوى أعلى من اليقظة العقلية مقارنة مع غيرهم وقد يكون ذلك راجعاً إلى امتلاكهم مهارات الإدراك والمرونة والدقة في إدراك ما يحدث خلال المحاضرات.

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: ما العلاقة بين مستوى التنافر المعرفي واليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن؟

للإجابة عن هذا السؤال استخرجت معاملات ارتباط بيرسون بين مستوى التنافر المعرفي ومستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن وجدول (١٨) يبين هذه النتائج.

جدول (١٨):
معامل ارتباط بيرسون بين مستوى التنافر المعرفي ومستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن

التنافر المعرفي / اليقظة العقلية	التكيف الشخصي	الجامعة والتعلم	السيطرة على المشاعر	الاستمرارية	الدرجة الكلية
الملاحظة	-**٠.١٥	-**٠.٥٤	-**٠.٤١	-**٠.٣٣	-**٠.٤١
الوصف	-**٠.١٧	-**٠.٤٠	-**٠.٣٢	-**٠.٢٠	-**٠.٣٨
العمل بوعي	-**٠.٢٣	-**٠.٤٧	-**٠.٣٧	-**٠.٤١	-**٠.٥٠
عدم إصدار الأحكام	-**٠.٣٤	-**٠.١٨	-**٠.٢٩	-**٠.١٣	-**٠.٣٢
الدرجة الكلية	-**٠.٠٢	-**٠.٥٢	-**٠.٣٥	-**٠.٣٤	-**٠.٤٢

**دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠١)

يبين جدول(١٨) وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً بين درجة مستوى التنافر المعرفي ومستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن على الدرجة الكلية وعلى جميع المجالات حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط (٠.٠٢- ,٠.٥٤-) وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن من كان لديه قدر عالي من اليقظة العقلية لا بد وأن يقل عنده الشعور بالتنافر المعرفي فالطلبة اليقظين عقلياً يتميزون بالصحة العقلية والتوازن المعرفي ولديهم القدرة على العمل الجاد والتمسك بأهدافهم وعندما يواجهون صعوبات في التوزان المعرفي يفكرون في إيجاد حلول بديلة لتحقيق التوازن المعرفي ويستطيعون التصرف بوعي ولديهم القدرة الكافية لتقييم قدراتهم وتوظيفها في مختلف المواقف التي تواجههم . ولم تجد الباحثة أي دراسة تتفق أو تختلف مع نتيجة هذا السؤال.

التوصيات والبحوث المقترحة

اعتماداً على الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة ونتائج الدراسة الحالية أوصت الباحثة بما يلي:

١.تدريب أعضاء هيئة التدريس في الجامعات على تخفيف التنافر المعرفي في المساقات الدراسية.

٢.عقد دورات تعليمية من أجل تنمية مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة.

البحوث المقترحة

١.إجراء المزيد من الدراسات للمساعدة في خفض التنافر المعرفي لدى طلبة الجامعة.

٢.إجراء دراسات مشابهة للدراسة الحالية ضمن متغيرات أخرى.

قائمة المراجع

المراجع العربية

احمد، منال (٢٠١٩). النموذج السببي للعلاقات بين القدرة على حل المشكلات الإحصائية وفاعلية الذات البحثية والتنافر المعرفي ووجهه الضبط لدى طلاب مرحلة الدراسات العليا بكلية التربية. *مجلة التربية جامعة بورسعيد*، (٢٧) , ٧٤–١٣٨.

جدوع، ثامر (٢٠٢٠). *التنافر المعرفي وعلاقته بفاعلية الذات ومستوى الطموح المهني لدى المرشدين التربويين في محافظة اربد*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة عمان العربية. عمان. الأردن.

الحربي، هتون والحربي، نوار (٢٠٢٣). اليقظة العقلية والمرونة المعرفية كمنبأت بالكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طالبات جامعة أم القرى. *مجلة العلوم التربوية والنفسية* ٧ (٤) ٩٦–١٢٠.

الخمايسة، معاذ (٢٠١٨). *اليقظة العقلية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة جامعة مؤتة*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة. الكرك. الأردن.

الدهيسات، هبة (٢٠٢٢). *اليقظة العقلية وعلاقتها بمهارات حل المشكلات لدى طلبة جامعة مؤتة*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة. الكرك. الأردن.

الرحيلي، عهود (٢٠٢٢). اليقظة العقلية لدى عينة من الطالبات المتوقع تخرجهن في جامعة طيبة بفرع ينبع في ضوء متغيري الزواج والتخصص. *مجلة جامعة سوهاج* ٩٨، ٤٥٩–٤٩٠.

سلامة، ثريا (٢٠١٤). *مستوى التنافر المعرفي وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى طلبة الجامعة الهاشمية في ضوء بعض المتغيرات*. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الهاشمية. عمان. الأردن.

شاهين، محمد وعبد الفتاح، ريان (٢٠٢٠) مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة القدس المفتوحة وعلاقتها بمهارات حل المشكلات. *المجلة الفلسطينية للتعليم المفتوح* ٨ (١٤) ١–١٣.

الضبع، فتحي ومحمود، احمد (٢٠١٣). *فاعلية اليقظة العقلية في خفض أعراض الاكتئاب لدى عينة من طلبة الجامعة*. *مجلة الإرشاد النفسي* (٣٤) ١–٧٥.

العازمي، عبد الرحمن (٢٠٢١). *اليقظة العقلية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الكويت*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة. الكرك. الأردن.

العظامات، عمر (٢٠١٧). *التنافر المعرفي وعلاقته بأساليب التفكير ومصادر الدعم الاجتماعي لدى طلبة جامعة اليرموك*. أطروحة دكتوراه غير منشورة. جامعة اليرموك. اربد. الأردن.

العكاشي، بشرى (٢٠١٩). القدرة التنبؤية لليقظة العقلية في تحديد مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة الشارقة. *المجلة الدولية للأبحاث التربوية*، ٤٣ (٣) ٢٦٣–٢٩٠.

المطيري، بندر (٢٠١٩). *المرونة النفسية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلبة جامعة الكويت*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة. الكرك. الأردن.

المعموري، على وسلام، عبد (٢٠١٨). اليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة. *مجلة جامعة بابل* ٢٥ (٢) ٢٢٩–٢٤٧.

المواجدة، براءة (٢٠٢٠). *التنافر المعرفي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة. الكرك. الأردن.

النجار، حسني (٢٠١٥). اليقظة العقلية وعلاقتها بالحاجة إلى المعرفة والاندماج الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية. *مجلة كلية التربية* ٣٠ (٣) ٩٢–١٥٥.

نجوان، نجلاء (٢٠١٩). اليقظة العقلية لدى طلبة التعليم ما بعد الأساسي في ضوء بعض المتغيرات في محافظة مسقط. *مجلة الدراسات النفسية والتربوية* (١٣) ٢٣٤–٢٢٠.

نصير، سها (٢٠١٩). *التنافر المعرفي لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء متغيرات الجنس والجنسية ومستوى التحصيل الدراسي والعمر*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة اليرموك.اربد. الأردن.

نوري، اسماء (٢٠١٢). أثر أبعاد اليقظة العقلية الذهنية في الإبداع التنظيمي من كليات جامعة بغداد. *مجلة العلوم الاقتصادية والإدارية*. ١٨ (٦٨) ٢٣٦–٢٠٦.

المراجع الأجنبية

Allahyani,M.(2012).The relational between cognitive dissonance and Decision –Making Styles in a Sample of Female Students at the University Umm Alqura.*The Educational Journal,132* (3),641-663.

Cassel, R. N. Chow,P. & Reiger, R, C.(2001) . *The cognitive dissonance test.*(DISS). Chula Vista, California; Project Innovation.

Chow,P & Wood, W.(2001) Comparing Canadian and United States High School Students on cognitive dissonance Test Scores. *Journal of Instructional Psychology ,28* (3),137-140.

Davis,D & Hayes,J(2011).*What are the benefits of mindfulness? Practice review of psychotherapy-related research Psychotherapy*,48(2)198-208.

Devi, K.R. & Saravanakumar, AR. (2017). Cognitive Dissonance, Locus of Control, Self-efficacy and Academic Performance of Novice Teachers. Paripex – Indian *Journal of Research*, 6 (2), 198-199.

Elicem,M ,Pascual, J, Portella ,M , Feliu-Soler ,A, Martin-Blanco ,A Carmona (2016). *Impact of Mindfulness Trailing on Borderline personality Disorder : A Randomized Trial.*

George, B.& Edward, M.(2009) .Cognitive dissonance and purchase involvement in the consumer behavior context. *The IUP Journal of Marketing Management*, 8 (3&4) , 1- 24.

Graham,R .(2007). Theory Cognitive dissonance as it Pertains to Morality. *Journal of Scientific Psychology*,20-23.

Gringart,E,Helmes,E,Speelman,C (2008).Harnessing cognitive dissonance to promote positive attitudes toward older workers in Australia .*Journal of Applied Social Psychology ,38* (3) , 751-778

Guazzini, A Yoneki,E ,& Gronchi ,G.(2015). Cognitive dissonance and social influence effects on Preference judgments: an eye tracking based system for their automatic assessment .*international journal of human – computer studies 73*, 12-18 .

Harmon-Jones, E & Harmon- Jones,C (2008). Cognitive dissonance theory after 50 years of development. *Journal Zeitschrift fur sozial psychologie ,38* (1) 7-16.

Hassed,C(2016).mindful learning ,Why a Hention matters in education *International Journal of school and educational psychology 4* (1),52-60.

Kettler,K(2013*). Mindfulness AND cardiovascular risk in college student*,New York. The Eagle Feather, 10 (5).

Lester,D & Yang.B (2009).Tow sources of human irrationality: cognitive dissonance and brain dysfunction .*journal of socio-economics,38* (4),658-662.

Li,Y(2010*).Collision Chinese student Experience of cognitive dissonances Regarding christiaty in United states* .Master this is liberty university ,USA.

Ludwig, D. S., & Kabat-Zinn, J. (2008). *Mindfulness in medicine*. Jama, 300(11), 1350-1352.

Lyvers, M., Makin, C., Toms, E., Thorberg, F. A., & Samios, C. (2014). *Trait Mindfulness in Relation to Emotional Self-Regulation and Executive Function.* Mindfulness, 5(6), 619-625

Mark,W.Danny,P (2011) , *Mindfulness: A Rectical Guige To Finding Peace In Frantic word ,Piaktus*

Mc Falls, E. and Cobb-Roberts, D. (2001). Reducing resistance to diversity through cognitive dissonance instruction. *Journal of teacher education,* 52 (2), 164-172.

Pidgeon, A. M. & McGillivray, C. J., (2015). Resilience attributes among university students: a comparative study of psychological distress, sleep disturbances and mindfulness. *European Scientific Journal, 11* (5) 33-48.

Sillamy, N(2006).Dictionnaire de la psychologie,Paris.Larousse..

Sisk,D(2017)Mindfulness Practices That Can Be Implemented in the Regular Classroom .*Journal of Yoga and Physiotherapy*, 2, 1-4.

Stanchi,K (2013).What cognitive dissonance tells us about tone in persuasion. *Brooklyn Journal of Low and Policy, 22* (1),93-133.

Sternberg,R&Wanger ,R(1992). *Thinking Styles Inventory, Unpublished Test Yale University.*

Tilahun,L(2017).*The effect of mind fluleness training on stress level of university students* .MAI,55 (2), 5-18.

Vonderheyde,E(2017).*The relational ship between mindfulness and stress among college .A thesis submitted to the department of educational services and leadership college of education* ,Rowan University .

Zimet ,G ,Dahlem ,Zimet ,S & Farley,G.(1988).The Multidimensional Scale of Perceived Social Support .*Journal Of Personality Assessment* , 52 (1),30-41.