



التنبؤ بالقدرة على اتخاذ القرار من خلال اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة لدى عينة من طلاب الجامعة

إعداد

أ.د. / مجدى محمد الشحات

أستاذ علم النفس التربوى ووكيل

الكلية لشئون التعليم والطلاب

كلية التربية جامعة بنها

أ.د. / محمد أحمد غنيم

أستاذ علم النفس التربوى

كلية التربية جامعة بنها

أ / هاله سلطان زين الدين بكر

أستاذ المناهج وطرق تدريس الرياضيات المساعد

كلية التربية بالإسماعيلية جامعة قناة السويس

بحث مشتق من الرسالة الخاصة بالباحثة

التنبؤ بالقدرة على اتخاذ القرار من خلال اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة لدى عينة من طلاب الجامعة إعداد

أ.د. / مجدى محمد الشحات

أستاذ علم النفس التربوى ووكيل
الكلية لشئون التعليم والطلاب
كلية التربية جامعة بها

أ.د. / محمد أحمد غنيم

أستاذ علم النفس التربوى
كلية التربية جامعة بها

أ/ هاله سلطان زين الدين بكر

باحثة دكتوراه بقسم علم النفس التربوى
كلية التربية جامعة بها

المخلص

هدف البحث الحالى إلى الكشف عن مدى إسهام كل من اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ بالقدرة على اتخاذ القرار لدى عينة من طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (٣٠٩) طالب وطالبة بالفرقة الثالثة من شعبتى اللغة الانجليزية والفلسفة بكلية التربية جامعة بها، وقد اشتملت الأدوات على مقياس اليقظة العقلية (إعداد (Bodner & Langer, 2001) ترجمة وتقنين الباحثة، مقياس سلوك حل المشكلة (إعداد (Heppner & Petresen, 1982) ترجمة (نزيه حمدي ١٩٩٨)، مقياس القدرة على اتخاذ القرار إعداد (Lizarraga et al, 2009) ترجمة (علاء الدين عبدالحميد أيوب، عبدالله محمد الجغيمان: ٢٠١٢)، واعتمد البحث على المنهج الوصفى، وقد تم معالجة البيانات باستخدام أسلوب تحليل الانحدار المتعدد، وقد توصلت نتائج البحث إلى إسهام درجات بعض أبعاد اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ بالقدرة على اتخاذ القرار لدى طلاب الجامعة، كما توصلت النتائج ايضا الى ان سلوك حل المشكلة كان أكثر إسهاما من اليقظة العقلية فى التنبؤ بالقدرة على اتخاذ القرار لدى طلاب الجامعة.

الكلمات المفتاحية: القدرة على اتخاذ القرار، اليقظة العقلية، سلوك حل المشكلة.

The Predicting The Ability Of Decision Making by Mindfulness and The Problem Solving Behavior for a sample of the University Students

Abstract

The Present Research aimed to Identifying the Extent to Which Mindfulness and The Problem Solving Behavior in the Predicting The Ability Of Decision Making for a sample of the University Students, The Research was applied on a sample consists of (309) Students (male – female) , study group (Third) Selected from English and Philosophy Section in Faculty of Education Banha university, The researcher use Mindfulness Scale prepared by (Bodner & Langer ,2001) Translation The researcher , The Problem Solving Behavior scale prepared by (Heppner & Petresen ,1982) Translation(Nazez Hamdy ,1998), the Ability Of decision making Scale prepared by(Lizarraga et al ,2009) Translation (Aladdin Abdul Hamid Ayoub & Abdullah Mohammed Aljyeman , 2012) , The researcher uses the descriptive Approach Regression analysis, The Results of the Research Showed that The Score of some Components of Mindfulness and The Problem Solving Behavior were Good Predictors of The Ability Of Decision Making Making for the University Students, also found that The Problem Solving Behavior was more better than Mindfulness in Predicting The Ability Of Decision Making for the University Students.

Key Words: The Ability Of Decision Making , Mindfulness , The Problem Solving Behavior.

مقدمة:

تعد الحياة سلسلة من القرارات المتلاحقة فكثيرا ما تواجهنا مواقف تتطلب منا اتخاذ قرارات تجاهها فاتخاذ القرار يعد من الأمور الأساسية وتتبع أهميته لارتباطه بعمل الانسان اليومي وحياته الشخصية وفي أى مجال من مجالات النشاط الانسانى، فالقدرة على اتخاذ القرار من القدرات اللازمة للطلاب لتخريج شباب قيادى غير متردد قادر على إبداء الرأى وإصدار الأحكام الصائبة على الأشياء، لذا فإن اتخاذ القرار يجب ألا يخضع لعامل الصدفة أو أن يكون القرار غير قابل للتنفيذ بل لابد ان يكون القرار ملائماً ومنطقياً لذلك يعتبر أساس اتخاذ القرار هو وجود ما يعرف بالبدائل.

ويعرف (ماجد محمد عيسى، وليد السيد خليفة: ٢٠١٨، ٥١٦) القدرة على اتخاذ القرار بانها: عملية عقلية تتطلب استخدام مهارات تفكير عليا (كالتحليل والتقييم والاستقراء والاستنباط) فى المفاضلة بين البدائل المتاحة أمام المتعلم واختيار أفضلها وتقييم اختياره من أجل تحقيق هدف يسعى إليه.

ويرتبط مفهوم اتخاذ القرار بمفهوم حل المشكلات فكلاهما من عمليات التفكير العليا التى تتطلب (التحليل والتقييم والاستقراء والاستنباط). (محمود سيد أبوناجى: ٢٠٠٨، ٥١-٥٢) والمشكلة عرفها (D'zurilla, Nezu & Olivarea, 2002, 12-13) بإنها: أى موقف أو مهمة تتطلب استجابة تكيفية مع عدم وجود استجابة فعالة واضحة أو متاحة على الفور للشخص الذى يواجه ذلك الموقف بسبب وجود عقبة واحدة أو أكثر وتلك العقبات قد تتميز بالغموض وعدم القدرة على التنبؤ.

والسلوك الذى يسلكه الفرد للتغلب على هذا العائق هو سلوك حل المشكلة والذى يعرف بانه سلوك موجه لأداء مهمة ذات متطلبات عقلية ومعرفية واكتشاف استجابة جديدة صحيحة لموقف جديد تستطيع ازالة العائق وتمكن الفرد من الوصول إلى هدفه. (السيد محمد ابوهاشم: ٢٠٠٤، ١١) وبما أن اتخاذ القرار وحل المشكلات كلاهما من عمليات التفكير الأساسية وكلاهما يتطلب استخدام الفرد لقدراته العقلية وما لديه من معلومات لمعالجة الموقف.

لذا عندما يتصرف الأفراد فى موقف ما دون تفكير (تصرف تلقائى) بدون وعى (بدون يقظة) فإنه غالبا ما يفقد أو تغيب عنه المعلومات الضرورية لتوسيع الآفاق الذهنية لمعالجة الموقف. (أسماء طه نورى، ٢٠١٣: ٢١١)

والعصر الذى نواكبه اليوم يتميز بالتغيرات السريعة والتطورات المتلاحقة فى جميع مجالات الحياة لذا فلا بد من الاستجابة السريعة واليقظة العقلية والوعى بما يحيط بنا والانفتاح على الحداثة والارتباط العالى بالأهداف لانتاج أفكار مبتكرة والبحث عن ما هو جديد، وجعل التحدى فى الفكر هو المحدد للسلوك المستقبلى. (Langer & Moldoveanu 2000,2)

وتعد اليقظة العقلية من المفاهيم الحديثة نوعا ما خاصة فى البيئة العربية وقد جاء الاهتمام بها للدور الذى تلعبه فى المجالات المتنوعة فى الحياة.

وقد عرفها (Teper, Segal & Inzlicht, 2013, 449) بأنها: الوعى باللحظة الحاضرة مع عدم الحكم والقبول.

وقد لاقت اليقظة العقلية اهتمامًا متزايدًا فى الآونة الاخيرة فى البيئة الاجنبية لما لها من آثار إيجابية فى مختلف المجالات فهى تمكن الفرد من حل المشكلات واتخاذ القرارات. وقد أكد ذلك دراسة (Langer & Moldoveanu, 2000, 2) بأن اليقظة العقلية تعمل على زيادة قدرة الفرد على حل المشكلات من خلال انها تجعله أكثر حساسية للبيئة من حوله، وأكثر انفتاحًا على المعلومات الجديدة، وتعزز وعيه تجاه حل المشكلات بطرق عديدة فأصحاب الفكر اليقظ لا يحرصون أنفسهم فى نطاق رؤية أو طريقة واحدة لحل المشكلات.

كما أشار (Lu, Huangb & Riosc, 2017, 54) إلى أن اليقظة العقلية تؤثر على حل المشكلات من خلال انها تحسن الانتباه والتركيز وتجعل الفرد أكثر قدرة على استخدام المعلومات المتاحة عن الموقف المشكل بشكل فعال والانفتاح على معلومات أكثر، كما أنها تمكن الفرد من التفكير بمرونة والتخطيط، وهذا بدوره يعزز القدرة على حل المشكلات.

كما أكد كل من (Ruedy & Schwetzer, 2010, Karelaia & Reb, 2014) أن اليقظة العقلية تساعد الفرد على اتخاذ القرار حيث يكون أكثر ملاحظة عند اتخاذ القرار وأكثر وعيا للهدف فكثير من القرارات غير الصائبة يرجع سببها الى نقص الوعى.

وقد ذكر (Raglan & Schulkin, 2014, 168) أن اليقظة العقلية تسهم فى اتخاذ قرار ذى كفاءة عالية وذلك انطلاقا من تأثيرها فى تحسين القدرة الذاتية للفرد على إدراك احتياجات القرار مثل الدراسة المتأنية لبدائل القرار، والواقعية فى عملية فحص البدائل، والثقة فى القدرة الذاتية على صنع القرار والتحرر من أثر التحيزات المعرفية والوجدانية.

لذا نلاحظ أن الأفراد الذين هم على وعى بأفكارهم وأهدافهم يكونوا أكثر قدرة على حل المشكلات وأكثر ميلا لاختيار أنسب البدائل.

(Langer & Moldoveanu, 2000, Deniz, Alkim, Akdeniz & Ozteke, 2015)

مشكلة البحث:

يعد اتخاذ القرار من أهم الأمور وأكثرها أثرا في حياة الأفراد فهو احد القدرات التي يجب تعزيزها لدى الأفراد فهو جزء أساسى فى الحياة الشخصية والمهنية، وهو عملية معرفية وحيوية ومطلوبة فى كل مجالات الحياة، فاتخاذ القرار يؤثر على مسار حياة الفرد ومدى شعوره بالرضا عن الحياة ويؤثر على علاقاته الاجتماعية، لذا من المفيد أن يكتسب الأفراد خاصة الشباب المهارات الإيجابية لاتخاذ القرار، وهناك العديد من الدراسات التي أوضحت أهمية تعزيز اتخاذ القرار خاصة فى المراحل الثانوية والجامعية، وأوصت أن يكون التدريب على اتخاذ القرار جزءا من برنامج المناهج الدراسية فى العملية التعليمية.

(Colakkadloglu & Celik, 2016, 260)

كما أصبح اكتساب مهارات التفكير وحل المشكلات ضرورة لازمة لمواجهة تغيرات العصر وإحراز التقدم فى جميع المجالات، فأصبحت التربية الحديثة تهتم بتدريب المتعلمين على التفكير البناء وعلى ممارسة مهارات حل المشكلات ليصبحوا قادرين على مواجهة متطلبات حياتهم الواقعية. (مها محمد العتيبي: ٢٠٠٩، ١٧)

فقد أصبح من الأهداف الأساسية فى التعليم تنمية مهارات حل المشكلات واعطاء أهمية إلى الطرق التي يتوصل الطالب من خلالها إلى المعرفة العملية وعدم الاكتفاء بالتركيز على استظهار المعلومات، بل إعطاء الطالب حرية التفكير وفرصة تجريب الحلول المقترحة ليكون ذلك منطلقا له فى الاعتماد على ذاته. (ابراهيم أحمد الحارثى: ٢٠٠٩، ١٥٥)

وقد أجريت عدة دراسات هدفت إلى معرفة العلاقة بين حل المشكلة واتخاذ القرار مثل: (Mumford et al, 2010, Ghorbani & Heravi, 2011, Srimadevi & Saraladevi (2016), فقد أثبتت نتائج هذه الدراسات وجود علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين حل المشكلات و اتخاذ القرار.

وفى نفس السياق أوضح (Ahmadi, 2016, 16-17) ان اليقظة العقلية تساعد الفرد على مواجهة التحديات الصعبة فى الحياة، فهي تحسن الانتباه والتركيز والتوجه نحو الحاضر من خلال الانفتاح على الخبرات والأفكار الجديدة، فهذا بدوره يحسن من مرونة العقل ويمكن الفرد من التعامل مع المشكلات ويكون لديه بصيرة جيدة من خلال التواصل المستمر مع الخبرة.

وقد أكد ذلك نتائج بعض الدراسات مثل (Wupperman, 2006, Giaquinto, 2014, هشام محمد الخولى: ٢٠١٩) التى هدفت إلى معرفة العلاقة بين اليقظة العقلية وحل المشكلات والتي أثبتت وجود علاقة ارتباطية دالة وموجبة بينهما، كما أوضحت أن الأفراد الأكثر يقظة هم أكثر قدرة على حل المشكلات بفعالية.

بينما اختلفت نتائج دراسة (Walsh & Greaney, 2013) التى توصلت الى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية وبين حل المشكلات كما اثبتت دراسة (Keng & Tan, 2017) عدم وجود علاقة ارتباطية دالة بين اليقظة العقلية وحل المشكلة، وان اليقظة العقلية ليس لها تأثيراً على حل المشكلة.

كما ان اليقظة العقلية تدفع الافراد لاتخاذ قرارات واعية ومنطقية فهى ترتبط بزيادة الوعى بخصائص القرار متمثلة فى (ردود الأفعال الانفعالية، المعلومات الموضوعية، تروى الشخصية، رأى الخبراء فى المجال) وهذا بدوره يؤدي لاتخاذ قرار جيد. (Huber, 2010, 20) فعندما يكون الفرد أكثر وعياً يكون أكثر ملاحظة لعملية اتخاذ القرار وهذا يحسن جودة القرارات، فاليقظة العقلية هى عملية أساسية داخل عملية اتخاذ القرار المتكامل لأنها تسهل إعادة التقييم والاكتشاف من خلال عدم الحكم فى الوقت الحاضر، كما ان الوعى يساعد على اختيار البديل الأفضل فى موقف معين. (Galles, 2013, 38)

وقد أكدت نتائج دراسات كلا من (Kalafatoglu & Turgut, 2017 Deniz, 2015 Alkim, Akdeniz & Ozteke, 2013 Galles, 2013) على وجود علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين اليقظة العقلية واتخاذ القرار، وأنه يمكن التنبؤ باتخاذ القرار من خلال اليقظة العقلية، وأن اليقظة العقلية تؤثر على اتخاذ القرار الجيد.

بينما دراسة (Martinovic, 2017) جاءت نتائجها مخالفة لنتائج الدراسات السابقة حيث أوضحت نتائجها إن اليقظة العقلية لم تتنبأ باتخاذ القرار، ولا يوجد أى ارتباط دال إحصائياً بين الأبعاد الخمسة لليقظة العقلية واتخاذ القرار بل الجانب الوحيد لليقظة العقلية الذى ارتبط باتخاذ القرار هو عدم الحكم.

وايضا دراسة (Sigle, 2019) التى أثبتت نتائجها عدم وجود علاقة ارتباطية دالة بين اليقظة العقلية واتخاذ القرار، وان اليقظة العقلية ليس لها تأثير على اتخاذ القرار.

مما سبق يتضح:

- ١- ندرة الدراسات العربية - فى حدود علم الباحثة - التى تناولت العلاقة بين اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة والقدرة على اتخاذ القرار.
- ٢- هناك تناقض فى نتائج الدراسات السابقة التى تناولت العلاقة بين اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة والقدرة على اتخاذ القرار، فالبعض أثبت وجود علاقة ارتباطية دالة بين اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة، والبعض الآخر أثبت عدم وجود علاقة دالة بينهما، وأن اليقظة العقلية ليس لها تأثير على حل المشكلة، وبعض الدراسات اثبتت وجود علاقة ارتباطية دالة بين اليقظة العقلية واتخاذ القرار، والبعض الآخر أثبت عدم وجود علاقة دالة بينهما وأن اليقظة العقلية ليس لها تأثير على اتخاذ القرار.
- ٣- عدم وجود دراسة تناولت متغيرات القدرة على اتخاذ القرار مع اليقظة العقلية وحل المشكلات معا.

لذا فقد تبلورت مشكلة البحث الحالى فى التساؤل الرئيسى التالى:

- هل تسهم اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ بالقدرة على اتخاذ القرار لدى عينة من طلاب الجامعة؟
ويتفرع منه الاسئلة التالية:

- ١- هل تسهم اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ ببعد المهمة لدى عينة من طلاب الجامعة؟
- ٢- هل تسهم اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ بخصائص الفرد متخذ القرار لدى عينة من طلاب الجامعة؟
- ٣- هل تسهم اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ ببعد السياق البيئى لدى عينة من طلاب الجامعة؟

أهداف البحث:

هدفت البحث الحالى الى:

- ١- الكشف عن مدى اسهام اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ بأبعاد القدرة على اتخاذ القرار (المهمة، خصائص الفرد متخذ القرار، السياق البيئى) لدى عينة من طلاب الجامعة.

أهمية البحث

تحدد أهمية البحث الحالى من خلال ما يلى:

- ١- تناوله لموضوع اتخاذ القرار وحل المشكلة فقد أصبحوا مطلباً أساسياً للتعلم لمواجهة المواقف التى نتعرض لها.
- ٢- تناوله لمتغير اليقظة العقلية وهو يعتبر من المفاهيم الحديثة نسبياً فى البيئة العربية على الرغم من كثرة تداوله فى البيئة الأجنبية، والتى أجمعت على الآثار الإيجابية لليقظة العقلية فهناك ندرة فى الدراسات العربية التى تناولته، مما يدعو الباحثين الى الاستفادة من التراث الاجنبى وتزويد الدراسات العربية بمتغير اليقظة العقلية.
- ٣- تناولها لطلاب الجامعة الذى لابد من تنمية المهارات العقلية لديهم حتى يتمكنوا من تحقيق أهدافهم الانجازية.

مصطلحات البحث:

١- القدرة على اتخاذ القرار **The Ability Of Decision Making**

يعرف (Lizarraga et al ,2009) القدرة على اتخاذ القرار على انها: "عملية اختيار الفرد من بين مجموعة من البدائل وصولاً إلى نتيجة معينة تحقيقاً لأهدافه". فى(علاء الدين عبدالحميد أيوب، عبدالله محمد الجغيمان: ٢٠١٢، ٧)

وتعرف القدرة على اتخاذ القرار إجرائياً بانها: "الدرجة التى يحصل عليها الطالب الجامعى على مقياس اتخاذ القرار المستخدم فى الدراسة (إعداد Lizarraga et al ,2009) ترجمة (علاء الدين عبدالحميد أيوب، عبدالله محمد الجغيمان: ٢٠١٢)

٢- اليقظة العقلية **Mindfulness**

تعرفها (Langer & Moldoveanu 2000,2) بانها: عملية تمييز نشطة للفروق وملاحظة أشياء جديدة فى الوقت الحاضر تجعل الفرد أكثر وعياً ومرونة عقلية وحساساً ومنفتحاً للسياق ومنظور أعماله.

وتعرف اليقظة العقلية إجرائياً بانها: "الدرجة التى يحصل عليها الطالب الجامعى على مقياس اليقظة العقلية المستخدم فى الدراسة إعداد (Langer & Bonder , 2001) (ترجمة الباحثة)

٢- سلوك حل المشكلة The Problem Solving Behavior

يعرف (Heppner, 1978) سلوك حل المشكلة بانها: "العمليات الذهنية والمهارات التي يستخدمها الفرد في حله لأي مشكلة يتعرض لها في حياته اليومية وتتمثل في (التوجه العام، تعريف المشكلة، توليد البدائل، اتخاذ القرار، التحقق من النتائج)". في (نزيه حمدي: ١٩٩٨، ٩٢) ويعرف سلوك حل المشكلة إجرائيا بانها: "الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس حل المشكلات المستخدم في الدراسة" (إعداد: Heppner, 1978) ترجمة (نزيه حمدي: ١٩٩٨).

حدود البحث

تتمثل في متغيرات البحث وهي (القدرة على اتخاذ القرار، سلوك حل المشكلة، اليقظة العقلية) والادوات والمقاييس المستخدمة في جمع البيانات، وعينة البحث من طلاب وطالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية بجامعة بنها في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠١٨/٢٠١٩.

المفاهيم الأساسية للبحث:

أولاً: القدرة على اتخاذ القرار The Ability Of Decision Making

تحتاج عملية اتخاذ القرار إلى جهد فكري وإبداعي وقدرة على التفكير العلمي الدقيق المترابط، إضافة إلى قدر عال من الحرية في التصرف والاختيار الجيد بعيداً عن الضغوط. وربما لا توجد وظيفة انسانية تتطلب قدراً كبيراً من الطاقة الفكرية والانفعالية مثلما يتطلب اتخاذ القرار الصائب لاسيما عندما يكون القرار المطلوب اتخاذه ذا أثر طويل المدى في مستقبل الإنسان، وكل منا ربما يتذكر قراراً اتخذه وكان له أثر بالغ في مسيرة حياته. (بوسى عصام جاد: ٢٠١٥، ٤٢١) وقد تعدد الباحثون الذين تناولوا مفهوم اتخاذ القرار مثل (Abidi&Yahia, 2016)، (Omarli, 2017)، (Liu et al, 2018)، حسن سعد عابدين، ابراهيم سيد عبدالواحد: ٢٠١٩) فقد اتفقوا على أن اتخاذ القرار باعتباره: عملية عقلية مركبة يقوم خلالها الفرد بنشاط ذهني معقد يتضمن تحديد مسار العمل بوعي، وتوليد البدائل، واختيار الأفضل لتحقيق الأهداف المنشودة.

العوامل المؤثرة على اتخاذ القرار:

وهناك العديد من العوامل التي تساعد على اتخاذ القرار الجيد منها:

- المستوى التعليمي والثقافي يؤثر على القرارات وخاصة العقلانية فالأفراد ذو المستوى التعليمي العالي لديهم امكانيات أكبر للمطالبة بمزيد من المعلومات الشاملة، وبالتالي اتباع خطة لاتخاذ

القرار بشكل أكثر عقلانية وأيضاً يشارك في تحليل أكثر عمقا لعملية إتخاذ القرار ويمتلك قدرات

معززة لمعالجة المعلومات. (Francioni, Musso & Cioppi, 2015, 2229 - 2231)

▪ العوامل الاجتماعية: وتشمل (الأسرة، الأصدقاء المقربين، الجيران، زملاء الدراسة والعمل، والعلاقات الإجتماعية بين الأفراد والتفاعلات والتأثر بآراء الآخرين فكل ذلك يؤثر فى إتخاذ القرار. (Lautiainen, 2015, 6)

خطوات اتخاذ القرار

يعتبر اتخاذ القرار عملية منظمة ذات خطوات متتابعة ومنطقية من الضروري لمتخذ

القرار أن يتبعها للوصول إلى قرار صائب يحقق هدفه المنشود، وقد اتفق كلا من (Haris

(2017, 2016, Seyidov & Adomaitiene, 2012, Abood & Thabet, 2012) على أن

خطوات اتخاذ القرار تتمثل في أربع خطوات هي: التعرف على طبيعة موقف القرار، تحديد البدائل، اختيار البديل الأفضل، تنفيذ البديل.

أهمية اتخاذ القرار

يحسن اتخاذ القرار عملية التعلم ويعمل على تراكم المعرفة المكتسبة من خلال تنفيذ

القرارات وتوليد معارف جديدة تتحقق من خلال المشاركة فى عملية اتخاذ القرار، كما أن

المشاركة فى اتخاذ القرار يحسن أساليب القيادة، ويعزز جودة القيادة التربوية ويصقل قدرات

الأفراد، فاتخاذ القرار فهو أداة لتدريب قادة المستقبل. (Alshraah,2015,61)

ثانياً: اليقظة العقلية Mindfulness

تعد اليقظة العقلية من المفاهيم الحديثة نسبياً والتي لاقت اهتماماً متزايداً فى عالم

البحث فى علم النفس المعاصر فى السنوات الاخيرة رغم ان اليقظة العقلية لم تعتبر ممارسة

مبتكرة أو حديثة، بل انها لها تاريخاً دينياً طويلاً، فقد يرجع جذورها الى الممارسات الدينية

الشرقية البوذية فى الهند من ٢٥٠٠ عام. (1, Cardaciotto,2005)

وعلى الرغم من الأصول الدينية لليقظة العقلية، فقد تم ترجمتها إلى سياق غير ديني

من قبل العالم Kabat – Zinn عام ١٩٧٣ الذى يعتبر من أوائل من استخدم مفهوم اليقظة

من خلال التأمل كطريقة للحد من الضغوط وهو ما أسماه "الحد من الضغوط القائم على اليقظة

العقلية" وهو ما يتشابه مع البوذية فى الهدف من اليقظة العقلية ولكن فى سياق غير ديني.

(6, Martinovic, 2017)

ولقد تعدد الباحثون الذين تناولوا تعريفات اليقظة العقلية فقد اتفق كلا من (Baginski,2015 Lindsay & Creswell, 2017, Garcia , 2018) سامى محسن (جبريل: ٢٠١٩) على أن اليقظة العقلية هي الوعى والانتباه إلى ما يحدث فى الخبرة الحالية سواء كانت الخبرة داخلية أو خارجية والتعامل مع هذه الخبرات بفضول وانفتاح وقبول.

أبعاد اليقظة العقلية

- أشار (Baer et al ,2006 ,40) إلى أن اليقظة العقلية تتكون من خمسة أبعاد هي:
 - ١- الملاحظة: وتتمثل فى مراقبة الانتباه لأحاسيس وتصورات وأفكار ومشاعر الفرد.
 - ٢- الوصف: ويشير إلى قدرة الفرد على وصف الأفكار والمشاعر التى تواجهه فى الخبرة.
 - ٣- التصرف بوعى: ويشير إلى قدرة الفرد على البقاء حاضرا وواعيا فى الوقت الحاضر ويتجاهل الانحرافات المختلفة التى تحدث بشكل تلقائى.
 - ٤- عدم الحكم على الخبرة: ويشير إلى النظرة الموضوعية للأفكار ورفض إعطاء قيمة لها.
 - ٥- عدم التفاعل: ويشير إلى قدرة الفرد على البقاء هادئا وموضوعيا عندما تواجهه أفكار ومشاعر تثير استجابات انفعالية لديه.

الآثار الإيجابية لليقظة العقلية

لقد لاقى مفهوم اليقظة العقلية اهتمام العديد من الباحثين فى السنوات الأخيرة لما لها من آثار ايجابية فى مختلف المجالات، فقد اشار (Ahmadi ,2016,18) إلى أن اليقظة العقلية تُزيد من شعور الطالب بالسعادة، وهذا يحسن أداء الطالب الدراسى حيث أنها تُزيد من قدرته على التغلب على العقبات وإدارة الضغوط، وتزيد من مشاركته فى الأنشطة الأكاديمية التى تعطى له دفعة طوال الفصل الدراسى.

وتساعد اليقظة العقلية الفرد على التفكير بوضوح وتوفير حلول للمشكلات واتخاذ قرارات علمية وعقلانية من بدائل متعددة، كما أن اليقظة العقلية تسهم فى تحسين جودة اتخاذ القرار ودقته لدى الفرد من خلال أنها تزيد الوعى بانتباهه وانفعالاته وتساعد على التفكير بهدوء والتركيز وتحد من الاخطاء. (Liu et al ,2018 ,230-231)

ثالثاً: سلوك حل المشكلة Problem Solving Behavior

أصبحت الحياه اليوم معقدة ومتغيرة، فقد أصبحت المشكلات معقدة للغاية، لذا فان مهارات حل المشكلات من مهارات القرن الواحد والعشرون اللازمة لنجاح الأفراد فى حل مشاكلهم، وتحقيق أهدافهم وفى بعض الحالات البقاء على قيد الحياه. (Mulry,2016, 1-5) وقد تعددت التعريفات التى تناولت حل المشكلة فقد عرف كلا من (Ozturk & Guven ,2016 Mefoh, Nwoke, Chukwuorji &Chijioke 2017) حل المشكلة بأنه: عملية معرفية موجهة ذاتياً من قبل الفرد للوصول إلى هدف ما يتطلب الوصول إليه اجتياز عقبة أو تخطى صعوبة دون ان يكون مسار الحل واضحاً لديه.

كما عرفها (يسرى أحمد على: ٢٠١٨، هشام محمد الخولى: ٢٠١٩ ٢٨٥) بأنها: عملية يستخدم فيها الفرد كل ما لديه من معارف ومعلومات وخبرات سابقة تساعده فى التغلب على العقبات التى تواجهه فى الحياة.

العوامل المؤثرة على حل المشكلة

حل المشكلة ليس مجرد عملية تنتهى عند العثور على إجابة، بل هو عملية علمية تتطور من فهم المشكلة لتقييم الحل وتتأثر هذه العملية بعدة عوامل منها عوامل تتعلق بالمشكلة مثل: مشكلات العالم غالباً ما تكون معقدة وغير منظمة وهى تختلف عن المشكلات المنظمة جيداً فى طرق عديدة. فالمشكلات غير المنظمة هى نوع من المشكلات التى يواجهها الأشخاص فى الحياة اليومية. فالمشكلة غير المنظمة لها خصائص منها أنها أكثر تعقيداً وأقل وضوحاً والمعلومات عنها غير كافية لحلها وغامضة، ولا يمكن التنبؤ بحلها. ولذا فقد تكون خصائص المشكلة نفسها واحدة من العوامل التى تؤثر على حل المشكلة.

(Park & Jony ,2010 ,31-32)

وهناك عوامل تتعلق بالفرد مثل: هناك مجموعة من السمات الشخصية مثل: الانبساط والانفتاح والضمير والقبول، من أهم العوامل التى تؤثر بشكل إيجابى على حل المشكلة، فهذه السمات تتعلق بكونها منفتحة أمام الخبرات الجديدة المنظمة والموثوق بها والتى هى جوانب حاسمة لحل المشكلات العقلانى. (Koruklu , 2015 , 484)

نماذج حل المشكلة

هناك العديد من النماذج التي تناولت مراحل حل المشكلة فقد اتفق كلا من (Dwiyogo,2016) منى مصطفى كمال: (٢٠١٩) على ان حل المشكلة يتكون من خمس مراحل هي: تحديد المشكلة، استراتيجيات التخطيط من اجل حل المشكلة، تحديد الاستراتيجيات الصحيحة، تنفيذ اجراءات حل المشكلة، التقييم النهائى للحل.

أهمية حل المشكلة

- تعتبر حل المشكلة مهارة حياتية أساسية تسهم في تحقيق العديد من الآثار الإيجابية فهي:
- ١- من العمليات العقلية العليا والتي يتحدد على اساسها نجاح الفرد وكفاءته في التعامل مع مواقف الحياة اليومية ومن هنا تأتي أهمية حل المشكلة في اعداد الطلاب بشكل افضل لتنفيذ ما تعلموه بشكل واقعى.
 - ٢- مساعدة الطلاب على تطوير المهارات اللازمة للنجاح في مواجهة تحديات الحياة وتمثل في (التواصل، القدرة على تبادل الافكار، القدرة على الاستنتاج)
 - ٣- تنمية قدرات التفكير عالية الرتبة مثل التفكير الناقد والقدرة على انتاج معلومات جديدة (Darma ,2018 , 2-3)

الدراسات والبحوث السابقة

نظرا لأهمية متغيرات البحث فهناك العديد من الدراسات والبحوث السابقة التي تناولتها بالدراسة وقد تم تقسيم هذه الدراسات الى ثلاثة محاور على النحو التالى:

دراسات تناولت العلاقة بين اليقظة العقلية واتخاذ القرار مثل:

- دراسة (Deniz et al,2015) بحثت العلاقة بين اليقظة العقلية وأساليب اتخاذ القرار (التجنبى، التسوييف، الحذر الزائد)، و معرفة مدى تنبؤ اليقظة العقلية بتقدير الذات عند اتخاذ القرار وعلى أساليب اتخاذ القرار، شارك في هذه الدراسة عينة مكونة من (٥٩٧) من طلاب الجامعة (٣٢٣ اناث، ٢٧٤ ذكور) بمتوسط عمر (٢١) عام، وقد تم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة فى: مقياس اليقظة العقلية (إعداد Brown & Ryan, 2003)، مقياس اتخاذ القرار (إعداد Mann vediğ., 1998)، وقد تم التوصل إلى النتائج التالية وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة احصائيا عند مستوى ٠,٠١ بين اليقظة العقلية و(الأسلوب

- التجنبى واسلوب التسوييف واسلوب الحذر المفرط) كأساليب اتخاذ قرار، كما أكدت النتائج على ان اليقظة العقلية منبأ دال لتقدير الذات عند اتخاذ القرار ولأساليب اتخاذ القرار.
- كما بحث (Kalafatoglu & Turgut , 2017) العلاقة بين اليقظة العقلية واتخاذ القرار، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٤٦) من طلاب الجامعة والدراسات العليا، وقد تم استخدام الادوات الاتية : مقياس اليقظة العقلية المعرفى الانفعالى اعداد (Feldman,etal,2007)، مقياس اتخاذ القرار اعداد (الباحثان)، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة و دالة احصائيا عند مستوى ٠,٠١, بين اليقظة العقلية ببعديها (القبول والانتباه) وبين اتخاذ القرار.
 - وهدفت دراسة (Martinovic , 2017) إلى معرفة العلاقة بين اليقظة العقلية واتخاذ القرار، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٩٩) فرد (٦٣ رجال، ١٣٦ اناث) بمتوسط عمر (٢٦) عام، وقد تم استخدام الأدوات الاتية : مقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية (إعداد (Baer ,et al,2006)، مقياس اتخاذ القرار (إعداد (Bruine deBruin ,et al,2007)، وأسفرت نتائج الدراسة إلى عدم ارتباط معظم جوانب اليقظة العقلية بشكل دال احصائيا باتخاذ القرار والجانب الوحيد الذى ارتبط بشكل دال باتخاذ قرار أفضل هو عدم الحكم على مشاعرنا وخبراتنا الداخلية، وهذه النتائج تؤكد على الحاجة إلى إجراء مزيد من البحوث بشأن هذا الموضوع من أجل استخلاص نتائج أقوى.

دراسات تناولت العلاقة بين حل المشكلة واتخاذ القرار مثل:

- أوضحت دراسة (Mumford, et al, 2010) العلاقة بين مهارات التفكير الابداعى وبين اتخاذ القرار وذلك على عينة مكونة من (٢٥٨) من طلاب الدكتوراه فى الصحة والعلوم البيولوجية والاجتماعية و تم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة فى مقياس حل المشكة (إعداد (Vincent,et al 2002، مقياس التفكير لابداعى (إعداد (Merrifield, et al 1962) وقد توصلت الدراسة إلى إن اتخاذ القرار يرتبط بالحل الابداعى للمشكلات وانتاج الأفكار ورصد الحل.
- وتناولت دراسة (Ghorbani & heravi, 2011) العلاقة بين طريقة حل المشكلات للمديرين وبين اتجاه الموظفين تجاه المشاركة فى اتخاذ القرارات التنظيمية، وقد تكونت عينة الدراسة من (٨٥) موظفا ومديرا و تم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة فى: مقياس طرق حل المشكلات (إعداد (Hellrigel, et al, 1983)، مقياس اتخاذ القرار (إعداد (Maclegan and Nel,1999)

وقد توصلت الدراسة الى وجود علاقة مباشرة ودالة بين طريقة المديرين فى حل المشكلات وبين توجه الموظفين تجاه اتخاذ القرارات، وأيضا أظهرت عدم وجود علاقة بين الحساسية والانفعال كطرق لحل المشكلات وبين اتخاذ القرار، وأيضا أظهرت أن الموظفين الذين لديهم مديرين يتبعون طرق منطقية فى حل المشكلات هم أكثر ميلا للمشاركة فى اتخاذ القرار .

▪ **وأجرت (بوسى عصام جاد: ٢٠١٦)** دراسة هدفت الى التعرف على العلاقة بين اتخاذ القرار وأسلوب حل المشكلات وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة وتم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة فى مقياس اتخاذ القرار ومقياس اسلوب حل المشكلات والبرنامج التدريبى القائم على الحل الابداعى للمشكلات (إعداد الباحثة) وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة ودالة عند مستوى ٠,٠١ بين اتخاذ القرار وأسلوب حل المشكلات وفاعلية البرنامج التدريبى، حيث وجدت فروق دالة بين متوسطى درجات طلاب المجموعة التجريبية والضابطة لصالح طلاب التجريبية.

دراسات تناولت العلاقة بين اليقظة العقلية وحل المشكلة.

▪ **دراسة (Wupperman , 2006)** والتي هدفت الى بحث العلاقة بين اليقظة العقلية و حل المشكلات الشخصية، وشارك فى هذه الدراسة عينة مكونة من (٣٤٠) من طلاب الجامعة مقسمين إلى (٩٠ ذكور، ٢٥٠ اناث)، وقد تم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة فى: مقياس اليقظة العقلية (إعداد Brown & Ryan, 2003)، مقياس مهارات حل المشكلات (إعداد Platt & Spivack, 1975)، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠١ بين اليقظة العقلية وحل المشكلات الشخصية.

▪ **كما قام (Walsh & Greaney, 2013)** بدراسة استهدفت بحث العلاقة بين اليقظة العقلية وحل المشكلات عن طريق الإستبصار، وشارك فى هذه الدراسة عينة مكونة من (٦٠) شخص مقسمين بين (٢٠ ذكور، ٤٠ إناث) بعمر يتراوح بين (١٨-٦٣) بمتوسط عمر (٢٢) عام، وقد تم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة فى مقياس تورنتو لليقظة العقلية اعداد (Lau, etal, 2006)، مقياس الإستبصار لحل المشكلات اعداد Schooler, etal, (1993)، وكان من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة هى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية وبين حل المشكلات بالإستبصار.

- وتناولت دراسة (Giaquinto,2014) العلاقة بين اليقظة العقلية و حل المشكلات الاجتماعية، وذلك لدى عينة مكونة من (٤٠) من طلاب الجامعة بعمر يتراوح بين (١٨-٢٦)، وقد تم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة فى: مقياس اليقظة العقلية (إعداد Brown& Ryan,2003)، مقياس حل المشكلات الاجتماعية(إعداد D’Zurilla, Nezu,& MaydeuOlivares, 2002)، وقد أسفرت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين اليقظة العقلية وحل المشكلات الاجتماعية.
- وقدم (هشام محمد الخولى: ٢٠١٩) دراسة هدفت الى الكشف عن منبئات القدرة على حل المشكلات فى بيئة التعلم فى ضوء بعض المكونات المعرفية والدافعية والتحقق من جودة النموذج البنائى الذى يفسر التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمنبئات القدرة على حل المشكلات فى ضوء مكونات اليقظة، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالبة جامعية، وقد تم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة فى مقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية (اعداد Bear et al,2006) ترجمة عبدالرقيب البحيرى واخرون ٢٠١٤، وقد توصلت النتائج الى ان يمكن التنبؤ بالقدرة على حل المشكلات من خلال مكونات اليقظة العقلية لدى طالبات الجامعة، كما أشارت النتائج الى وجود تأثيرات مباشرة وغير مباشرة بين مكونات النموذج البنائى لمنبئات القدرة على حل المشكلات فى بيئة التعلم فى ضوء بعض مكونات اليقظة العقلية.

تعقيب عام على الدراسات والبحوث السابقة

- بعد استعراض الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة يتضح ما يلي:
- ١- أن متغير اليقظة العقلية تم دراسته بشكل كبير فى السنوات الأخيرة خاصةً فى البيئة الأجنبية وأن هناك قلة فى الدراسات العربية التي تناولت هذا المتغير وخاصة مع متغيرات الدراسة - ففى حدود علم الباحثة - لا يوجد أى دراسة عربية تناولت متغيرات الدراسة الحالية معاً، ولا توجد سوى دراسة (هشام محمد الخولى: ٢٠١٩) التي هدفت إلى التنبؤ بحل المشكلات من خلال اليقظة العقلية.
 - ٢- هناك تناقض فى نتائج الدراسات السابقة التي تناولت العلاقة بين متغيرات البحث مما دفع الباحثة الى اجراء هذا البحث
 - ٣- الإهتمام المنصب على الفئات العمرية (طلاب الجامعة) فمعظم الدراسات السابقة تناولت هذه الفئة لذلك أجرت الباحثة الدراسة الحالية على هذه الفئة.

فروض البحث:

فى ضوء الاطار النظرى ونتائج الدراسات والبحوث السابقة، يمكن صياغة فروض البحث الحالى على النحو التالى:

- ١- لا تسهم اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ ببعده المهمة.
- ٢- لا تسهم اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ ببعده خصائص الفرد متخذ القرار.
- ٣- لا تسهم اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ ببعده السياق البيئى.

الطريقة والاجراءات**أولاً: منهج البحث:**

تم استخدام المنهج الوصفى نظراً لمناسبته لطبيعة البحث الحالى.

ثانياً: عينة البحث:**مجتمهم البحث:**

تم اشتقاق عينتى البحث الحالية (الاستطلاعية - الاساسية) من بين طلاب الفرقة الثالثة عام بكلية التربية جامعة ببا فى العام الدراسى ٢٠١٨ / ٢٠١٩ م بالفصل الدراسى الثانى (واجمالى عددهم ١١٥٦) وتضمنت عينة الدراسة ما يلى:

١- عينة البحث الاستطلاعية:

تكونت عينة البحث الاستطلاعية من (١٢٠) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة عام شعبتى (اللغة العربية والتاريخ) بكلية التربية بجامعة ببا فى العام الدراسى ٢٠١٨ / ٢٠١٩ م، وتتراوح أعمارهم ما بين (٢٠-٢٢) سنة، بمتوسط عمر زمنى (٢٠,٧٨) سنة، وانحراف معيارى (٤,٤٧)، والهدف من هذه العينة التأكد من الخصائص السيكومترية للمقاييس المستخدمة فى الدراسة الحالية ولتلافي المشكلات التى قد تظهر فيما بعد عند التطبيق على العينة الاساسية للدراسة.

٢- عينة البحث الأساسية:

تكونت عينة البحث الأساسية الأولية من (٣٠٩) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة شعبتى (اللغة الانجليزية والفلسفة) بكلية التربية بجامعة ببا فى العام

الدراسى ٢٠١٨ / ٢٠١٩ وتتراوح أعمارهم ما بين (٢٠-٢٢) سنة، بمتوسط عمر زمنى (٢٠,٨٥) سنة، وانحراف معيارى (٦,٥٠).

ثالثاً: أدوات البحث:

لتحقيق أهداف البحث استخدمت الباحثة الأدوات التالية:

- ١- مقياس القدرة على اتخاذ القرار إعداد (Lizarraga et al, 2009) ترجمة (علاء الدين عبدالحميد أيوب، عبدالله محمد الجيمان: ٢٠١٢)
- ٢- مقياس اليقظة العقلية إعداد (Bodner & Langer, 2001) ترجمة وتقنين الباحثة
- ٣- مقياس سلوك حل المشكلة (إعداد (Heppner & Petresen, 1982) ترجمة (نزيه حمدى ١٩٩٨ وفيما يلى تناول هذه المقاييس وخصائصها السيكمترية:

١- مقياس القدرة على اتخاذ القرار إعداد (Lizarraga et al, 2009)

ترجمة (علاء الدين عبدالحميد أيوب، عبدالله محمد الجيمان: ٢٠١٢)

وصف المقياس فى صورته المترجمة: يتكون المقياس من (٥٩) مفردة موزعة على ثلاثة أبعاد رئيسة يندرج تحتها عشرة أبعاد فرعية على النحو التالى:

البعد الرئيسى الأول: المهمة: يشمل الابعاد (عدم اليقين، ضغط الوقت، المعلومات والأهداف، النتائج المترتبة على اتخاذ القرار).

١- **عدم اليقين:** ويتناول مخاوف الأفراد من الشك والتردد والمخاطر والتغييرات التي يؤدي إليها اتخاذ القرار، ويتكون من (٦ مفردات) من (١-٦).

٢- **ضغط الوقت:** ويحدد كيفية تنظيم الأفراد لأنشطتهم ومقارنة نتائج القرار المتخذ مع ما تم إنفاقه من وقت، ويشتمل على (٥ مفردات) من (٧-١١).

٣- **المعلومات والأهداف:** ويدور حول أهمية وجود بيانات ملائمة وتحديد أهداف محددة لتقدير صعوبة المهمة، ويشتمل على (٨ مفردات) من (١٢-١٩).

٤- **النتائج المترتبة على اتخاذ القرار:** وتحدد المسئولية الشخصية للأثار المترتبة على اتخاذ القرار، ويتكون من (٦ مفردات) من (٢٠-٢٥).

البعد الرئيسى الثانى: خصائص الفرد متخذ القرار: وتشمل الابعاد (الدافعية، التنظيم

الذاتى، معالجة المعلومات، الانفعالات).

- ١- **الدافعية:** ويساعد هذا البعد في عملية اتخاذ القرار ويحافظ على تحقيقه أثناء مرحله المتتابعة ويشتمل على (٥ مفردات) من (٢٦-٣٠).
- ٢- **التنظيم الذاتي:** ويساعد هذا البعد الفرد على التخطيط ومراقبة وتقييم نتائج اتخاذ القرار، ويشتمل على (٨ مفردات) من (٣١-٣٨).
- ٣- **معالجة المعلومات:** ويساعد هذا البعد الفرد على معالجة المعلومات وتحديد الأسباب حول الخطوات الواجب اتخاذها، وتذليل الصعوبات التي تنشأ أثناء عملية القرار، ويتكون من (٦ مفردات) من (٣٩-٤٤).
- ٤- **الانفعالات:** تساعد في تهيئة الجو الملائم لاتخاذ القرار، ويشتمل على (٥ مفردات) من (٤٥-٤٩).

البعد الرئيسي الثالث: السياق البيئي: ويشمل (الضغط الاجتماعي، الالتزام الجامعي).

- ١- **الضغط الاجتماعي:** ويشير إلى نظرة الفرد في الآثار المترتبة على البيئة أو الأفراد الآخرين عند اتخاذ القرار، ويتكون من (سبع مفردات) من (٥٠-٥٦).
- ٢- **الالتزام الجامعي:** ويشير إلى مراعاة القواعد والقوانين المنظمة للعمل، ويتكون من (ثلاث مفردات) من (٥٧-٥٩).

طريقة الاستجابة على المقياس:

تتم الاستجابة على المقياس من خلال مقياس متدرج من خمس نقاط على طريقة ليكرت هي (مهم بدرجة كبيرة جداً، مهم بدرجة كبيرة، مهم إلى حد ما، غير مهم، غير مهم على الإطلاق) تأخذ التقديرات (١،٢،٣،٤،٥) على الترتيب بحيث تنحصر درجة المقياس بين (٥٩) درجة في حدها الأدنى و(٢٩٥) درجة في حدها الأعلى.

وقد تم حساب الخصائص السيكومترية لمقياس القدرة على اتخاذ القرار في صورته المترجمة

- **ثبات المقياس:** تم حساب الثبات بطريقة الفا كرونباخ، حيث تراوحت قيم معاملات الفا ما بين (,٦٦ - ,٧٦) لابعاد المقياس
- **صدق المقياس:** تم حساب الصدق بطريقة التحليل العاظمى التوكيدي وأشارت النتائج الى تجمع الابعاد على عامل واحد كما ان قيم معاملات المسار لمفردات المقياس تراوحت بين (,٤٩ - ,٩٥) كما تراوحت قيم معاملات المسار للابعاد بين (,٤٩ - ,٨٧) عند مستوى دلالة ,٠١

وفى الدراسة الحالية قامت الباحثة بالتأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس القدرة

على اتخاذ القرار

صدق المقياس

▪ **صدق المحك:** قامت الباحثة باستخدام صدق المحك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات الطلاب على مقياس اتخاذ القرار إعداد (Lizarraga et al 2009), ترجمة (علاء الدين عبد الحميد أيوب، عبدالله محمد الجغيمان : ٢٠١٢) ومقياس اتخاذ القرار إعداد (سيف الدين يوسف عبدون : ١٩٧٩) الصورة (ب) وبلغت قيمة معامل الارتباط بين المقياسين ٠,٦٧٠، وهى قيمة دالة احصائيا عند مستوى ٠,٠١، مما يؤكد على صدق المقياس.

قامت الباحثة بتقدير قيم معاملات الارتباط بين مفردات كل بعد والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه بعد حذف درجة المفردة من درجة البعد وكذلك حساب معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة البعد من الدرجة الكلية للمقياس

▪ **ثبات المقياس:** تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وقد بلغت قيم معاملات ألفا لبعد عدم اليقين ٠,٧٢٤، بعد ضغط الوقت ٠,٧٦٢، بعد المعلومات والأهداف ٠,٦٣٨، بعد النتائج المترتبة على اتخاذ القرار ٠,٦٧٦، بعد الدافعية ٠,٨٣٥، بعد التنظيم الذاتى ٠,٧١١، بعد معالجة المعلومات ٠,٨٢٨، بعد الانفعالات ٠,٨٤٥، بعد الضغط الاجتماعى ٠,٨٥١، بعد الالتزام الجامعى ٠,٦٥٢، وللدرجة الكلية (٠,٩٣٨)، كما تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وقد بلغت قيم معاملات الثبات لبعد عدم اليقين ٠,٧٩٠، بعد ضغط الوقت ٠,٧٧٧، بعد المعلومات والأهداف ٠,٦٦٢، بعد النتائج المترتبة على اتخاذ القرار ٠,٧٥٠، بعد الدافعية ٠,٩١٧، بعد التنظيم الذاتى ٠,٧٦٩، بعد معالجة المعلومات ٠,٩٢٩، بعد الانفعالات ٠,٩١٤، بعد الضغط الاجتماعى ٠,٩١٣، بعد الالتزام الجامعى ٠,٦٤٨، وللدرجة الكلية (٠,٩٤٩) وهذا يعنى تمتع مقياس القدرة على اتخاذ القرار بقيم مرتفعة من الثبات بالنسبة لجميع الأبعاد والمقياس ككل فتطمئن الباحثة على استخدامه مع عينة الدراسة الحالية.

▪ ثبات الاتساق الداخلى لمقياس القدرة على اتخاذ القرار:

قامت الباحثة بتقدير معاملات ثبات مفردات مقياس اتخاذ القرار من خلال تقدير معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه وكانت جميع قيم

معاملات الارتباط للمفردات تتراوح بين (٤١٢, - ٨٣١,)، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية وكانت قيم معاملات الارتباط للابعد تتراوح بين (٢٣٨, - ٩٢٦,) وهي قيم دالة احصائيا مما يعطى مؤشرا جيدا على ثبات الاتساق الداخلى للمقياس.

٣- مقياس اليقظة العقلية إعداد (Bodner & Langer ,2001) ترجمة وتقنين الباحثة

وصف المقياس فى صورته الأجنبية:

يتكون المقياس من (٢١) مفردة موزعة على الأبعاد الأربعة التالية:

١- البحث عن الأشياء: وهى الميل بانفتاح ونشاط لتعلم الاشياء والبحث عن الحقائق

وتمثله (٥) مفردات أرقام (١, ٥, ٩, ١٣, ٢٠)

٢- المرونة: وتشير إلى القدرة على رؤية الموضوع بوجهات نظر متعددة (انتاج افكار

متنوعة) والقدرة على تغيير وجهات النظر وتعديل السلوك بسهولة وتمثله (٤) مفردات

أرقام (٣, ٧, ١١, ١٦)

٣- تقديم الجديد: ويشير إلى الميل الى انتاج وتقديم حلول جديدة وتمثله (٧) مفردات أرقام

(٢, ٦, ١٠, ١٤, ١٧, ١٨, ٢١)

٤- المشاركة: ويشير إلى الميل للتفاعل والمشاركة والملاحظة بنشاط للتفاصيل الدقيقة

والوعى بالتغيرات والتطورات الجديدة المحيطة بالمشكلة وتمثله (٥) مفردات أرقام (٤, ٨,

١٢, ١٥, ١٩)

طريقة الاستجابة على المقياس: تتم الاستجابة على المقياس من خلال مقياس

متدرج من سبع نقاط هى (دائما، موافق بشدة، أوافق الى حد ما، أحيانا، غير موافق الى حد ما،

غير موافق بشدة، دائما لا) تأخذ التقديرات (١,٢,٣,٤,٥,٦,٧) للعبارة الموجبة وارقامها (١,

٣, ٤, ٦, ٩, ١٠, ١١, ١٣, ١٤, ١٦, ١٧, ١٨, ٢٠) والتقديرات (١,٢,٣,٤,٥,٦,٧) للعبارة السالبة وارقامها (٢,

٥, ٨, ٧, ١٢, ١٥, ١٩, ٢١) وبذلك تنحصر الدرجات على

المقياس بين (٢١) درجة فى حدها الأدنى، (١٤٧) درجة فى حدها الأعلى.

الخصائص السيكومترية لمقياس اليقظة العقلية الاجنبى:

قام معد المقياس الاصلى بدراسة الخصائص السيكومترية على النحو التالى : تم حساب الثبات فى المقياس الاصلى بطريقة ألفا كرونباغ وكانت قيمة معامل ارتباط للمقياس الكلى ٨٥، وللابعاد تتراوح بين (٥٤، - ٨٣)، تم حساب الصدق بطريقة التحليل العاملى التوكيدى وأظهرت النتائج تشبع ابعاد المقياس على عامل واحد وقد تراوحت قيم التشبعات بين (٢٨، - ٦٩) وهى قيم دالة احصائيا.

وفى الدراسة الحالية قامت الباحثة بالتأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس اليقظة العقلية وذلك بحساب صدق وثبات المقياس

صدق المقياس

▪ **صدق المحكمين:** تم عرض الصورة المترجمة والمقياس الاصلى الاجنبى المكون من

(٢١) عبارة على مجموعة من أساتذة التربية تخصص مناهج وطرق تدريس اللغة الانجليزية والعربية لابداء ملاحظاتهم حول عبارات المقياس من حيث سلامة الصياغة اللغوية ودقة الترجمة لمفردات المقياس وامكانية تحويل تقدير الدرجات على المقياس من المقياس السباعى الى المقياس الخماسى وقد أبدوا بعض الملاحظات أخذتها الباحثة فى الاعتبار وتم التعديل على العبارات ارقام (٢، ٤، ٩، ١٥، ١٧، ١٨، ١٩، ٢١)

وقد تم تعديل طريقة تقدير الدرجات على المقياس ليصبح مقياس متدرج من خمس نقاط والبدائل هى (موافق تماما، موافق الى حد ما، موافق، غير موافق الى حد ما، غير موافق تماما) وتأخذ الدرجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) للعبارات موجبة الصياغة، والدرجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) للعبارات سالبة الصياغة وبذلك تنحصر الدرجات على المقياس بين (٢١) درجة فى حدها الأدنى، (١٠٥) درجة فى حدها الأقصى، وقد بلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين (٩٠%).

▪ **صدق المحك:** قامت الباحثة بتقدير صدق المحك عن طريق حساب معامل الارتباط بين

درجات الطلاب على مقياس اليقظة العقلية اعداد (Bodner & Langer, 2001) ترجمة وتقنين الباحثة ومقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية اعداد (Baer et al, 2006) ترجمة وتقنين (عبدالرقيب أحمد البحيرى، أحمد على طلب، عائده أحمد عبدالعزيز، فتحى عبدالرحمن الضبع: ٢٠١٧) وجاءت قيمته (٦٨٩،) وهى دالة احصائيا عند مستوى ٠,٠١.

▪ **ثبات المقياس:** تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وقد بلغت قيم معاملات ألفا لبعده البحث عن الأشياء الجديدة ٧٥٩، بعد المرونة ٧٣٨، بعد تقديم الجديد ٧٦٢، بعد المشاركة ٧٥٠، للدرجة الكلية (٧٦٦)، كما تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وقد بلغت قيم معاملات الثبات لبعده البحث عن الأشياء الجديدة ٨٤٩، بعد المرونة ٧٦٦، بعد تقديم الجديد ٨٠٩، بعد المشاركة ٨١٢، للدرجة الكلية (٨٦٢) وهذا يعنى تمتع مقياس اليقظة العقلية بقيم مرتفعة من الثبات بالنسبة لجميع الأبعاد والمقياس ككل فتطمئن الباحثة على استخدامه مع عينة الدراسة الحالية.

▪ ثبات الاتساق الداخلى لمقياس اليقظة العقلية:

قامت الباحثة بتقدير معاملات ثبات مفردات مقياس اليقظة العقلية من خلال تقدير معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه وكانت جميع قيم معاملات الارتباط للمفردات تتراوح بين (٥٥٥ - ٧٩٦)، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس وكانت قيم معاملات الارتباط للابعاد تتراوح بين (٤٦٤ - ٧٦٥) وهى قيم دالة احصائيا عند مستوى ٠١، مما يعطى مؤشرا جيدا على الاتساق الداخلى للمقياس.

٣- مقياس سلوك حل المشكلة (إعداد Heppner & Petresen, 198) ترجمة

(نزيه حمدي ١٩٩٨)

وصف المقياس فى صورته المترجمة: يتكون المقياس من (٤٠) مفردة موزعة على خمسة أبعاد هى:

١- **التوجه العام:** وفيها يميز الفرد الموقف المشكل الذى يواجهه ولا يتصرف بطريقة قهرية

أو تجنبية بل بأسلوب منظم، وتمثله (٨) مفردات هى ارقام (١، ٦، ١١، ١٦، ٢١، ٢٦، ٣١، ٣٦)

٢- **تعريف المشكلة:** وتتضمن جمع المعلومات والبيانات حول الموقف المشكل وتحديد

المشكلة باستخدام عبارات واضحة، كما يتعرف الفرد على مشاعره وانفعالاته ومعلوماته المتعلقة بالموقف المشكل بالاضافة إلى تعرفه على عناصر الموقف المشكل، وتمثله (٧) مفردات هى ارقام (٧، ١٢، ١٧، ٢٢، ٢٧، ٣٢، ٣٧)

٣- **توليد البدائل:** وتشير إلى طرح أكبر عدد ممكن من البدائل دون اخضاعها للتقييم،

وتمثله (٨) مفردات هى ارقام (٣، ٨، ١٣، ١٨، ٢٣، ٢٨، ٣٣، ٣٨)

- ٤- **اتخاذ القرار:** ويتم فيها الموازنة بين البدائل وما يترتب عليها من نتائج إيجابية وسلبية ومدى قابليتها للتحقق ويتم اتخاذ القرار فى ضوء هذه الموازنة ووضع خطة للعمل، وتمثله (١٠) مفردات هي ارقام (٤، ٥، ٩، ١٤، ١٩، ٢٤، ٢٩، ٣٠، ٣٤، ٣٩)
- ٥- **التحقق من النتائج:** وفيها يتم اختبار خطة العمل لمعرفة مدى نجاحها فى تحقيق الأهداف، و تمثله (٧) مفردات هي ارقام (٢، ١٠، ١٥، ٢٠، ٢٥، ٣٥، ٤٠)

طريقة الاستجابة على المقياس:

تتم الاستجابة على مفردات المقياس من خلال مقياس متدرج من أربع نقاط على نظام ليكرت هي (تنطبق بدرجة كبيرة - تنطبق بدرجة متوسطة - تنطبق بدرجة بسيطة - لا تنطبق أبدا) تأخذ التقديرات (٣، ٢، ١، ٤) للعبارات الموجبة وارقامها (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦، ٣٧، ٣٨)، والتقديرات (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦، ٣٧، ٣٨) وبذلك تنحصر الدرجات على المقياس بين (٤٠) درجة فى حدها الأدنى، و(١٦٠) درجة فى حدها الأعلى.

وقد تم حساب ثبات وصدق مقياس سلوك حل المشكلة فى صورته المترجمة على

النحو التالى

▪ **الثبات:** تم حساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق وكانت قيمة معامل ارتباط بيرسون للمقياس الكلى ٨٦٪.

▪ الاتساق الداخلى:

وتم حساب الاتساق الداخلى بطريقة ألفا كرونباخ وقد تراوحت قيم معاملات الفا للابعاد بين (٦٣ - ٧٣) وللدرجة الكلية (٩١).

▪ **الصدق:** تم حساب صدق المقياس بطريقة صدق المحكمين وتراوحت نسبة الاتفاق بينهم من (٩٠-١٠٠%) على مفردات المقياس.

وفى الدراسة الحالية قامت الباحثة بالتأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس سلوك

حل المشكلة

▪ **صدق المحك:** قامت الباحثة باستخدام صدق المحك عن طريق حساب معامل

الارتباط بين درجات الطلاب على مقياس حل المشكلة

إعداد (Heppner & Petresen, 1982) ترجمة (نزيه حمدي ١٩٩٨) ومقياس حل المشكلات اعداد (Dzurilla & Nezu, 1990) ترجمة (عادل محمد العدل : ١٩٩٨) وجاءت قيمة معامل الارتباط ٥٩٩, وهي دالة احصائيا عند مستوى ٠١, .

▪ **ثبات المقياس:** تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وقد بلغت قيم معاملات ألفا لبعده التوجه العام ٧١٤, بعد تعريف المشكلة ٧٣٧, بعد توليد البدائل ٧٨٨, بعد اتخاذ القرار ٨١٣, بعد التحقق من النتائج ٧٧٥, وللدرجة الكلية (٩٠٥), كما تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وقد بلغت قيم معاملات الثبات لبعده التوجه العام ٧٩٧, بعد تعريف المشكلة ٧٧٤, بعد توليد البدائل ٨١٧, بعد اتخاذ القرار ٨٧٢, بعد التحقق من النتائج ٨٤٦, وللدرجة الكلية (٩٣٨) وهذا يعنى تمتع مقياس سلوك حل المشكلة بقيم مرتفعة من الثبات بالنسبة لجميع الأبعاد والمقياس ككل فطمئن الباحثة على استخدامه مع عينة الدراسة الحالية.

▪ ثبات الاتساق الداخلى لمقياس حل المشكلة:

قامت الباحثة بتقدير معاملات ثبات مفردات مقياس حل المشكلة من خلال تقدير معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه وكانت جميع قيم معاملات الارتباط للمفردات تتراوح بين (٤٣٥, - ٧٥١), وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس وقيم معاملات الارتباط للأبعاد تتراوح بين (٤٧١, - ٨٩٦), وهي قيم دالة احصائيا عند مستوى ٠١, مما يعطى مؤشرا جيدا على الاتساق الداخلى للمقياس.

نتائج البحث وتفسيره

نتائج الفرض الأول الذى ينص على:

"لا تسهم أبعاد كل من اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ ببعده المهمة". ولاختبار هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة Stepwise، والجدولين (١،٢) يوضحان ذلك:

جدول (١) نتائج تحليل التباين لنموذج الانحدار المتعدد لدراسة تأثير اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى القدرة على اتخاذ القرار = ٣٠٩ طالب وطالبة

المتغيرات التابعة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة	معامل التحديد R2
المهمة	الانحدار	١٢١٧٣,٢٥٩	٣	٤٠٥٧,٧٥٣	٣٦,٦٨٦	,٠١	,٢٦٥
	البواقي	٣٣٧٣٥,٦٨٠	٣٠٥	١١٠,٦٠٩			
	الكلى	٤٥٩٠٨,٩٣٩	٣٠٨				
خصائص الفرد متخذ القرار	الانحدار	١٤٢٣٧,٦٥١	٣	٢٨٤٧,٥٣٠	٢١,٩٤٨	,٠١	,٢٦٦
	البواقي	٣٩٣١٠,٨٩٩	٣٠٥	١٢٩,٧٣٩			
	الكلى	٥٣٥٤٨,٥٥٠	٣٠٨				
السياق البيئي	الانحدار	١٧٠٦,٧١٦	٢	٨٥٣,٣٥٨	٢٨,٠٤٨	,٠١	,١٥٥
	البواقي	٩٣٠٩,٩٨٩	٣٠٦	٣٠,٤٢٥			
	الكلى	١١٠١٦,٧٠٦	٣٠٨				

جدول (٢) تحليل الانحدار المتعدد للعوامل المنبئة لليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة بالقدرة على اتخاذ القرار

المتغيرات التابعة	المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار (B)	الخطأ المعياري الباني	بيتا	قيمة ت	مستوى الدلالة
المهمة	الثابت	٥٤,٢١٧	٤,٣٩١		١٢,٣٤٧	,٠١
	التحقق من النتائج	,٧٤٢	,٢٤٨	,٢١٧	٢,٩٨٥	,٠١
	تعريف المشكلة	,٧١٩	,٢١٦	,٢١٥	٣,٣٢٢	,٠١
	اتخاذ القرار	,٤٤١	,٢٠٩	,١٥٨	٢,١١٣	,٠٥
خصائص الفرد متخذ القرار	الثابت	٤٢,٥٩٧	٧,٣٨٩		٥,٧٦٥	,٠١
	اتخاذ القرار	,٦٢١	,٢٢٦	,٢٠٧	٢,٧٤٥	,٠١
	تعريف المشكلة	,٦١٣	,٢٣٥	,١٧٠	٢,٦١٤	,٠١
	التحقق من النتائج	,٦٩٣	,٢٧٠	,١٨٨	٢,٥٦٧	,٠١
	المشاركة	,٤٣٩-	,١٩٥	-١١١	٢,٢٥٠-	,٠٥
	البحث عن الأشياء	,٥٧٠	,٢٦٠	,١٠٨	٢,١٩٠	,٠٥
السياق البيئي	الثابت	٢١,٤٧١	٢,٢٦٦		٩,٤٧٧	,٠١
	توليد البدائل	,٣٣١	,١١٥	,٢١٧	٢,٨٨٢	,٠١
	اتخاذ القرار	,٢٨٤	,١٠٣	,٢٠٨	٢,٧٦٨	,٠١

ويتضح من جدولين (١، ٢) دلالة قيمة ف للمتغير المستقل سلوك حل المشكلة عند مستوى ٠,٠١، أى أنه يمكن التنبؤ ببعدها المهمة من أبعاد (التحقق من النتائج، تعريف المشكلة، اتخاذ القرار) كأبعاد لسلوك حل المشكلة، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٢٦٥,٢٦، وتشير هذه القيمة ان كل من ابعاد التحقق من النتائج وتعريف المشكلة و اتخاذ القرار يفسران ٢٦,٥% من التباين الكلى فى بعد المهمة، ويمكن استنتاج معادلة التنبؤ لبعدها المهمة كما يلي: المهمة = ٢١٧,٢١٧ + ٥٤٢ + ٧٤٢ (بعد التحقق من النتائج) + ٧١٩ (بعد تعريف المشكلة) + ٤٤١ (بعد اتخاذ القرار).

وتشير هذه النتيجة الى رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل بشكل جزئي والذي ينص على تسهم أبعاد سلوك حل المشكلة في التنبؤ ببعد المهمة، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ان (التحقق من النتائج وتعريف المشكلة واتخاذ القرار) كأحدى ابعاد سلوك حل المشكلة تؤثر على اتخاذ القرار (المهمة) وترجع النتيجة السابقة هذه الى اهمية تعزيز سلوك حل المشكلة لدى طلاب الجامعة نظرا للارتباط الوثيق بينها وبين اتخاذ القرار، حيث يواجه الانسان في حياته تحديات ومشكلات كثيرة ظهرت نتيجة للتقدم العلمى والتكنولوجى ولكى يتمكن الانسان من مواجهة هذه التحديات لابد من تمتعه بالمهارات العقلية التى تؤهله للتعامل مع هذه التحديات والظواهر المحيطة به والمتمثلة فى (حل المشكلات باتباع طريقة علمية، القدرة على اتخاذ القرارات السليمة تجاه تلك المشكلات) حيث يعتبر حل المشكلة يمثل التفكير واتخاذ القرار يمثل التطبيق العلمى، فابعاد حل المشكلة المتمثلة في (التحقق من النتائج وتعريف المشكلة واتخاذ القرار) يتضمنوا تصرف الفرد بأسلوب منظم تجاه المشكلة المتطلبة اتخاذ قرار نحوها، حيث يقوم بوضع خطة تتكون من عدة مراحل من اجل اتخاذ القرار لتحقيق هدفه وتتمثل فى: جمع المزيد من المعلومات الدقيقة المتصلة بالموقف وتحليل عناصره بوضوح، وهذا ما يتضمنه بعد المعلومات والاهداف كأحد الابعاد الفرعية لبعد المهمة، كما ان ابعاد حل المشكلة تتضمن الموازنة بين البدائل المطروحة والتفكير المتأنى فى نتائج كل بديل ورصد ايجابياته وسلبياته ومدى قابلية البديل للتحقق هذا يساعد الفرد على ان يتخلص من مخاوفه المتمثلة فى الشك والتردد فى اتخاذ القرار وهذا ما يتضمنه بعدى عدم اليقين والتنبؤ بالنتائج المترتبة على اتخاذ القرار كأحدى الابعاد الفرعية لبعد المهمة، كما تتضمن ابعاد حل المشكلة ان يتم تقييم الخطة التى تم اتباعها لمعرفة مدى نجاحها فى تحقيق الهدف فى اقل وقت ممكن وهذا ما يتضمنه بعد ضغط الوقت كأحد ابعاد المهمة.

نتائج الفرض الثانى الذى ينص على:

"لا تسهم أبعاد كل من اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ ببعد خصائص الفرد متخذ القرار". ويتضح من جدولين (١، ٢) دلالة قيمة ف للمتغير المستقل سلوك حل المشكلة عند مستوى ٠.١ واليقظة العقلية عند مستوى ٠.٥, , اى انه يمكن التنبؤ ببعد خصائص الفرد متخذ القرار من (اتخاذ القرار، تعريف المشكلة، التحقق من النتائج) كابعاد لسلوك حل المشكلة و(المشاركة، البحث عن الاشياء) كأحدى ابعاد اليقظة العقلية، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٢٦٦, وتشير هذه القيمة ان كل من التحقق من اتخاذ القرار، تعريف المشكلة، التحقق

من النتائج، المشاركة، البحث عن الأشياء يفسران ٢٦,٦% من التباين الكلى فى بعد خصائص الفرد متخذ القرار، ويمكن استنتاج معادلة التنبؤ لبعد خصائص الفرد متخذ القرار كما يلي:

خصائص الفرد متخذ القرار = ٤٢,٥٩٧ + ٦٢١, (اتخاذ القرار) + ٦١٣, (تعريف المشكلة) + ٦٩٣, (التحقق من النتائج) - ٤٣٩, (المشاركة) + ٥٧٠, (البحث عن الأشياء).

وتشير هذه النتيجة الى رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل بشكل جزئي والذي ينص على تسهم أبعاد كل من اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ ببعد خصائص الفرد متخذ القرار، ويمكن تفسير هذه النتيجة فى ضوء ان (اتخاذ القرار وتعريف المشكلة والتحقق من النتائج) كأبعاد لحل المشكلة تلعب دورا فى اتخاذ القرار حيث يتضمنوا قيام الفرد بعمل خطة تتضمن جمع المعلومات المتصلة بالمشكلة ويقوم بطرح البدائل ويدرسها بشكل متأنى ويقارن بين ايجابياتها وسلبياتها ويرتبها وفق اهميتها ومعرفة مدى قابليتها للتحقق وذلك يرتبط بشكل كبير ببعدى الدافعية ومعالجة المعلومات كأحدى الابعاد الفرعية لبعد خصائص الفرد متخذ القرار اللذان يتضمننا تحديد الخطوات الواجب اتباعها لاتخاذ القرار، كما تتضمن ابعاد حل المشكلة المذكورة سابقا ايضا قيام الفرد بتقييم خطة العمل لمعرفة مدى فاعليتها فى اتخاذ القرار وهذا ما يتفق مع التنظيم الذاتى كاحد الابعاد الفرعية لبعد خصائص الفرد متخذ القرار والذي يتضمن التخطيط ومراقبة وتقييم نتائج اتخاذ القرار، كما تتضمن ابعاد حل المشكلة المذكورة سابقا ايضا ان يتعرف الفرد على مشاعره وانفعالاته وان يكون اكثر قدرة على التحكم فيها اثناء مواجهة الموقف المشكل وتقييم البدائل المطروحة بهدوء وهذا ما يتضمنه بعد الانفعالات كأحد الابعاد الفرعية لبعد خصائص الفرد متخذ القرار حيث تساعد الانفعالات فى تهيئة الجو الملائم لاتخاذ القرار، اما فيما يتعلق ببعدى (المشاركة، البحث عن الأشياء) كاحدى ابعاد اليقظة العقلية فنجد انها تساعد الفرد على ان يكون اكثر وعيا واكثر ملاحظة لعملية اتخاذ القرار فهى تيسر طرح خيارات عديدة والتغلب على العقبات التى تواجه الفرد اثناء اتخاذ القرار وهى تسهل التقييم واعادة التقييم للخيارات لرصد الاخطاء وتساعد على اختيار البديل الافضل لذلك فهى تحسن جودة القرار وهذا ما يتضمنه بعد معالجة المعلومات وهو تذليل الصعوبات التى تنشأ اثناء عملية اتخاذ القرار وبعدى الدافعية و التنظيم الذاتى الذى يتضمن التخطيط والتقييم، كما ان اليقظة العقلية تعمل على زيادة التنظيم الانفعالى فهى ترتبط بزيادة الوعى بسمات القرار والمتمثلة فى (التحكم فى الانفعالات السلبية وتروى الشخصية وعدم الحكم على الانفعالات وقبولها) وهذا يؤدى لاتخاذ قرار جيد لان المفتاح الاساسى لاتخاذ قرار فعال هو التنظيم الانفعالى وهذا ما أكده (Kirk, Gu., Sharp, , Hula, , Fonagy.&, Montague.,2016 ,274).

نتائج الفرض الثالث الذى ينص على:

"لا تسهم أبعاد كل من اليقظة العقلية وسلوك حل المشكلة فى التنبؤ بالسياق البيئى". ويتضح من جدولين (١، ٢) دلالة قيمة ف للمتغير المستقل سلوك حل المشكلة عند مستوى ٠,١, أى انه يمكن التنبؤ ببعدها السياق البيئى من (توليد البدائل، اتخاذ القرار) كابعاد لسلوك حل المشكلة، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ١٥٥,٥، يفسران ١٥,٥% من التباين الكلى فى بعد السياق البيئى، ويمكن استنتاج معادلة التنبؤ لبعدها السياق البيئى كما يلى:

$$\text{السياق البيئى} = ٤٧١,٢١ + ٣٣١, (توليد البدائل) + ٢٨٤, (اتخاذ القرار).$$

وتشير هذه النتيجة الى رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل بشكل جزئى والذى ينص على تسهم أبعاد سلوك حل المشكلة فى التنبؤ ببعدها السياق البيئى، ويمكن تفسير هذه النتيجة فى ضوء ان (توليد البدائل، اتخاذ القرار) كاحدى ابعاد سلوك حل المشكلة تتضمن قيام الفرد بطرح خيارات متعددة عندما تواجهه مشكلة ما ويوازن بينها لاختيار افضلها ولكنه لا يستطيع التوصل لكل المعلومات بمفرده بل لابد من الاستعانة بالآخرين خاصة الذين لديهم خبرة فى المجال وهذا يوفر الوقت والجهد وييسر تحقيق الاهداف وهذا ما يتضمنه الضغط الاجتماعى كاحد الابعاد الفرعية لبعدها السياق البيئى والذى يشير الى نظرة الفرد الى الاثار المترتبة على الافراد الاخرين عند اتخاذ القرار، كما يتضمنها (توليد البدائل، اتخاذ القرار) ان الشخص عندما يواجه مشكلة ما فانه يتصرف بأسلوب منظم فى ضوء خطة يسير وفقها وهذا ما يتضمنه الالتزام الجامعى كاحد الابعاد الفرعية لبعدها السياق البيئى والذى يشير الى مراعاة القواعد المنظمة لاتخاذ القرار.

التوصيات التربوية المقترحة:

- فى ضوء نتائج البحث يمكن صياغة مجموعة من التوصيات على النحو التالى:
- ١- توجيه نظر القائمين على العملية التعليمية بأهمية الدور التى تلعبه اليقظة العقلية فى الارتقاء بمستوى الأداء الأكاديمى للطلاب.
 - ٢- تنظيم دورات تدريبية للطلاب المعلمين لتعريفهم باليقظة العقلية وحل المشكلة واتخاذ القرار وفوائد استخدامهم بالنسبة لهم ولطلابهم فى جميع مجالات الحياة المعرفية والانفعالية والاجتماعية.
 - ٣- الاهتمام بتقديم برامج تدريبية لتدعيم القدرة على حل المشكلات الحياتية واتخاذ القرار من خلال تصميم مواقف تعليمية ومهام تدفعهم الى استخدام أنشطة لتنمية هذه القدرات لديهم
 - ٤- دراسة نمذجة العلاقات السببية بين متغيرات البحث الحالى

المراجع

أولاً: المراجع العربية

- ١- إبراهيم أحمد الحارثي. (٢٠٠٩). **تعليم التفكير**. ط ٤، القاهرة : الروابط العالمية للنشر والتوزيع.
- ٢- أسماء طه نوري. (٢٠١٣). **آثر أبعاد اليقظة الذهنية فى الأبداع التنظيمى دراسة ميدانية فى عدد من كليات جامعة بغداد، مجلة العلوم الاقتصادية والإدارية، ١٨ (٦٨)، ٢٣٥-٢٠٦.**
- ٣- السيد محمد أبو هاشم. (٢٠٠٤). **أسلوب حل المشكلات فى التعلم، مجلة كلية التربية جامعة الزقازيق، ١٠ (٣٥)، ١-٦٨.**
- ٤- بوسى عصام جاد. (٢٠١٥). **اتخاذ القرار وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة دراسات عربية فى علم النفس، ١٤ (٣)، ٤١٩-٤٦٣.**
- ٥- بوسى عصام جاد (٢٠١٦). **اتخاذ القرار وعلاقته بأسلوب حل المشكلات والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وفاعلية برنامج تدريبي لتنمية اتخاذ القرار لدى عينة من طلاب الجامعة، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية الآداب، جامعة المنصورة.**
- ٦- حسن سعد عابدين، ابراهيم سيد عبدالواحد. (٢٠١٩). **نمذجة العلاقات السببية بين توجهات الهدف وماوراء المعرفة والتفكير لتألمي واتخاذ القرار لدى طلاب كلية التربية، مجلة كلية التربية جامعة أسيوط، ٣٥ (٤)، ١-٥١.**
- ٧- سامى محسن جبريل. (٢٠١٩). **فعالية برنامج للتدريب على اليقظة العقلية فى خفض الضغط النفسى وتحسين نمط الحياة لدى طلبة جامعة حكومية فى الأردن، دراسات العلوم التربوية، ٤٦ (٤٦)، ٦١-٧٨.**
- ٨- سيف الدين يوسف عبدون. (١٩٧٩). **مقياس اتخاذ القرار**. القاهرة : دار الفكر العربى.
- ٩- عادل محمد العدل. (١٩٩٨). **القدرة على حل المشكلات الاجتماعية وعلاقتها بالذكاء الاجتماعى والمسئولية الاجتماعية ومفهوم الذات الاجتماعى والتحصيل الدراسى، مجلة كلية التربية عين شمس، ٢ (٢٢)، ٩ - ٥٩.**
- ١٠- عبدالرقيب أحمد البحيرى، أحمد على طلب، عائده أحمد عبدالعزيز، فتحى عبدالرحمن الضبع. (٢٠١٤). **الصورة العربية لمقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية : دراسة ميدانية على عينة من طلاب الجامعة فى ضوء أثر متغيرى الثقافة والنوع، مجلة الارشاد النفسى، ٣٩ (٣٩)، ١١٩ - ١٦٦.**

- ١١- علاء الدين عبدالحميد أيوب، عبدالله محمد الجعيان. (٢٠١٢). أثر اكتساب الحكمة فى تنمية التفكير الجدلى ومهارات اتخاذ القرار لدى طلاب جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية، *المجلة المصرية لعلوم المراهقة*، (٥)، ٣٤-٦٩.
- ١٢- ماجد محمد عيسى، وليد السيد خليفة. (٢٠١٨). فعالية برنامج قائم على التعلم الاستراتيجى فى خفض حدة الاجهاد الاكاديمى وتحسين مهارات اتخاذ القرار لدى طلاب كلية التربية بجامعة الطائف، *مجلة كلية التربية بأسيوط*، ٣٤ (٣)، ٤٩٩-٥٦٧.
- ١٣- محمود سيد أبوناجى. (٢٠٠٨). أثر استخدام نموذج التعلم البنائى فى تدريس العلوم على التحصيل وتنمية مهارات اتخاذ القرار والميول العلمية لدى تلاميذ الصف الأول الإعدادى، *مجلة كلية التربية جامعة أسيوط*، ٢٤ (١)، ٢٩ - ٧٩.
- ١٤- منى مصطفى كمال. (٢٠١٩). برنامج تعليمى مقترح قائم على التعلم المستند الى الدماغ فى اكتساب المفاهيم العلمية لمادة العلوم والقدرة على حل المشكلات لتلاميذ الصف السابع من التعليم الأساسى، *مجلة كلية التربية جامعة سوهاج*، (٥٩)، ٣٥١-٤٠٠.
- ١٥- مها محمد العتيبي. (٢٠٠٩). القدرة على التفكير الاستدلالي والتفكير الابتكارى وحل المشكلات وعلاقتها بالتحصيل الدراسى فى مادة العلوم لدى عينة من طالبات الصف السادس الابتدائى بمدينة مكة المكرمة، *رسالة دكتوراة غير منشورة*، كلية التربية، جامعة ام القرى ،السعودية.
- ١٦- نزيه حمدى. (١٩٩٨). علاقة مهارة حل المشكلة بالاكنتاب لدى طلبة الجامعة، *دراسات العلوم التربوية*، ٢٥ (١)، ٩٠-١٠٠.
- ١٧- هشام محمد الخولى. (٢٠١٩). نموذج بنائى للقدرة على حل المشكلات فى ضوء بعض المكونات المعرفية والدافعية لدى طالبات الجامعات، *مجلة كلية التربية جامعة سوهاج*، (٥٩)، ٤٠١-٤٥٣.
- ١٨- يسرى أحمد على. (٢٠١٨). برنامج قائم على التعلم المستند الى الدماغ فى تدريس الرياضيات لتنمية حل المشكلات واتخاذ القرار لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، *مجلة القراءة والمعرفة*، (٢٠١)، ٢٧٥-٢٩٧.

ثانيا المراجع الأجنبية:

- 19- Abidi ,R. &Yahia , I .(2016). The use of Social Media in managers' decision making process ,**Proceedings of the Marketing Spring Colloquy**,(6),344–363.
- 20- Abood,S.&Thabet,M.(2017). Impact of Leadership Styles on Decision Making Styles among Nurses' Managerial Levels , **Journal of Nursing and Health Science** , 6(5) , 71-78.
- 21- Ahmadi ,A.(2016). **Mindfulness Among Students** . New York: Cambridge University Press, .
- 22- Al Shraah , A.(2015). The Impact of Decision Making Styles on Organizational Learning: An Empirical Study on the Public Manufacturing Companies in Jordan , **International Journal of Business and Social Science** , 6(4) , 55 – 62 .
- 23- Baer,R.,Smith,G.,Hopkins,J.,Krietemeyer,J.&Toney,L.(2006). Using Self-Report Assessment Methods to Explore Facets of Mindfulness ,**Assessment** ,13(1), 27-45.
- 24- Baginski ,A. (2015). Attention Regulation, Emotion Regulation, andCognitive Flexibility as Mediators of the Relationship Between Mindfulness and Academic Achievement in High School Students, **Degree of Master** , Eastern Illinois University
- 25- Cardaciotto,L.(2005). Assessing Mindfulness: The Development of a Bi-Dimensional Measure of Awareness and Acceptance ,**Degree of Doctor** , Drexel University.
- 26- Colakkadioglu,O. &Celik, D. (2016). The Effect of Decision-Making Skill Training Programs on Self-Esteem and Decision-Making Styles, **Eurasian Journal of Educational Research** ,(65) , 259-276 .
- 27- Darma ,K.(2018). Improving mathematical problem solving ability through problem-based learning and authentic assessment for the students of Bali State Polytechnic, **Journal of Physics Conference Series**, 9(53) ,1-11.

Availiable at :http: // doi :10.1088/1742-6596/953/1/012099

- 28- Deniz ,M. , Alkim,A., Akdeniz,S. &Ozteke , H .(2015) . The Prediction of Decision Self Esteem and Decision Making Styles by Mindfulness ,**International Online Journal of Educational Sciences**, 7 (1), 45-50 .
- 29- Dwiyojo,W.(2016). Teaching And Learning Process ; Thinking Problem Solving , **The Online Journal of New Horizons in Education** ,6(3),121-129.
- 30- D'zurilla,T.,Nezu,A.&Olivarea,A.(2002). **Social Problem Solving Theory And Assessment** . In Chang ,E., D'Zurilla ,T.&Sanna ,L.(2004). **Social Problem Solving Theory, Research, and Training** . Washington: American Psychological Association.
- 31- Galles,J .(2013). An exploration of Mindfulness in its Relation to Career Thoughts , vocational identity and Decision making style , **Degree of Doctor** The Florida State university , Florida University.
- 32- Garcia ,C. (2018). Mindfulness:A Practice for Improved Middle Manager Decision Making ,**Degree of Doctor** , Graduate Faculty ,University of Maryland.
- 33- Ghorbani ,M. & Heravi,S. (2011) . The Relationship Between Managers Problem-Solving Method and Employees Trend Toward Participation in Organizational Decision Makings ,**World Applied Sciences Journal**, 12 (10): 1866-1876.
- 34- Giaquinto,M.(2014) . Mindfulness , Social Problem solving ,Social Anxiety and quality of life in college students with Autism Spectrum Disorders , **Degree of Doctor** , Columbia University.
- 35- Haris , I. (2012). Determinant Factors of Decision Making Process in Higher Education Institution (A Case of State University of Gorontalo, Indonesia) ,**Global Journal of Management and Business Research** , 12(18) , 32 – 40 .
- 36- Huber ,M.(2010). From Mindless to Mindful Decision Making: Reflecting on Prescriptive Processes , **Psychology and Neuroscience Graduate Theses & Dissertations.**, Paper 9.

- 37- Kalafatoglu, Y & Turgut, T. (2017). The effects of mindfulness on Overconfidence, **Journal of Administrative Sciences / Yonetim Bilimleri Dergisi**,15(29), 175-191.
- 38- Karelaia ,N.& Reb ,J.(2014). Improving Decision Making Through Mindful ness , Cambridge University Press.
Avaliable at : [http : // www.insead.edu](http://www.insead.edu)
- 39- Keng,S& TanJ.(2017). Effects Of Brief Mindful Breathing and Loving – Kindness Meditation on Shame Social Problem Solving Abilities among Individuals with High Borderline Personality Traits , **Behav Res Ther** , (97),43 - 51 .
- 40- Kirk , U, Gu, X., Sharp, C, Hula, A, Fonagy, P. & Montague, P. (2016). Mindfulness training increases cooperative decision making in economic exchanges: Evidence from fMRI, **Neuroimage**, (138) , 274-283.
- 41- Koruklu ,N.(2015). Personality and Social Problem-Solving: The Mediating Role of Self-Esteem, **Educational Sciences: Theory &Practice**,15(2),481-487 .
- 42- Langer ,E. & Moldoveanu,M.(2000). The Construct Of Mindfulness, **Journal of Social Issues** ,56 (1) , 1-9.
- 43- Lindsay,E.& Creswell ,J.(2017). Mechanisms of mindfulness training: Monitor and Acceptance Theory (MAT) ,**Clinical Psychology Review** , (51) , 48–59.
- 44- Liu,S., Liu,Y.& Ni ,Y.(2018). A Review of Mindfulness Improves Decision Making and Future Prospects,**Psychology** , (9), 229-248.
- 45- Lu,S., Huangb,C&Riosc,J.(2017). Mindfulness and academic performance: An example of migrant children in China ,**Children and Youth Services Review** ,(82) ,53–59 .
- 46- Martinovic,T.(2017). Relationship Between Mindfulness and Decision Making Outcome ,**Degree of Master** ,Lunds University.

- 47- Mefoh ,P., Nwoke , M., Chukwuorji , J.&Chijioke , A.(2017). Effect of cognitive style and gender on adolescents' problem solving ability ,**Thinking Skills and Creativity** ,(25) , 47–52.
- 48- Mulry , B.(2016). Increasing Social Problem-Solving Skills in Early Childhood ,**Degree of Doctor**, New England College.
- 49- Mumford,M.,Brown,R., Connelly,S., Murphy,S. ,Waples,E.,Antes,A .& et al.,(2010) .. Creativity and Ethics: The Relationship of Creative and Ethical Problem-Solving,**Creat Res J** ,22(1), 74–89.
- 50- Omarli, S. (2017). Which Factors have an Impact on Managerial Decision-Making Process? An Integrated Framework , **Degree of Doctor** , University of Budapest, Hungary .
- 51- Ostafin , B &Kassman,K .(2012) , Stepping Out of History : Mindfulness Improves Insight Problem solving ,**Consciousness and Cognition**,(21),1031-1036.
- 52- Ozturk,T. &Güven,B.(2016). Evaluating Students' Beliefs in Problem Solving Process: A Case Study ,**Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education**, 12(2), 411-429.
- 53- Park ,S.& Jang ,S.(2010). Critical Factors Influencing Problem-Solving Ability in Online Learning Environment ,**The Sun Journal of Education Research** ,25-56.
- 54- Raglan,G. & Schulkin,J.(2014). Decision Making, Mindfulness, and Mood: How Mindfulness Techniques can Reduce the Impact of Biases and Heuristics through Improved Decision Making and Positive Affect ,**Journal of Depression and Anxiety** ,4(1),1-8.
- 55- Ruedy ,N.& Schweitzer ,M.(2010). In the Moment: The Effect of Mindfulness on Ethical Decision Making , **Journal of Business Ethics**, 95(1), 73-87.
- 56- Seyidov,J & Adomaitienė,R. (2016). Factors Influencing Local Tourists Decision Making on Choosing A Destination : A case of Azerbaijan , **Ekonomika** ,95(3) ,112-127.

- 57- Sigle ,V.(2019). The Effect of Mindfulness Meditation on the Decision to Engage in Deception , **Degree of Doctor**, Faculty of Behavioural Management and Social Sciences, University of Twente.
- 58-Srimadevi, T. & Saraladevi, K. (2016). Decision Making and Self Confidence on Problem Solving Ability among Higher Secondary Students Studying Mathematics ,**International Journal of Innovative Research in Science Engineering and Technology**,5(3) ,3509-3514
- 58- Teper,R., Segal,Z.&Inzlicht ,M.(2013). Inside the Mindful Mind: How Mindfulness Enhances Emotion Regulation Through Improvements in Executive Control, **Current Directions in Psychological Science** , 22(6) 449– 454.
- 59- Walsh,M.& Greaney,J.(2013).Mindfulness and Creative Performance: Effects of Brief and Sham Mindfulness Meditation on Insight Problem Solving,, Dissertation submitted as a requirement for the **Degree of BSc (Hons) Applied Psychology**, Dun Laoghaire Institute of Art, Design and Technology.
- Available at :<https://www.researchgate.net/publication/236143523>.
- 60- Wupperman, P.(2006). Are Deficits in Mindfulness Core Features of Borderline Personality Disorder?, **Degree of Doctor**,University of North Texas.