كلية التربية
FACULTY OF EDUCATION
قسم علم النفس التربوي

الخصائص السيكومترية لمقياس التجول العقلى لدى عينة من طلاب الجامعة

بحث مستل من رسالة الدكتوراة فى فلسفة التربية
(تخصص علم النفس التربوى)

إعداد

أ / إيمان سمير الغنيمي القرشى

المدرس المساعد بالقسم

إشراف

أ.د/ مجدى محمد أحمد الشحات

أستاذ علم النفس التربوي

وعميد كلية التربية – جامعة بنها

أ.م.د/عبد العزيز محمود عبد الباسط

أستاذ علم النفس التربوى المساعد المتفرغ

كلية التربية – جامعة بنها (رحمه الله)

أ.م.د/ أمل عبدالمنعم محمد حبيب

أستاذ علم النفس التربوى المساعد

كلية التربية–جامعة بنها

1447هـ –2025م

المستخلص

عنوان البحث باللغة العربية: "الخصائص السيكومترية لمقياس التجول العقلى لدى عينة من طلاب الجامعة"

هدف البحث إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التجول العقلى لدى عينة من طلاب الجامعة، بلغت عددها (644) طالباً وطالبةً بالفرقة الثالثة عام بكلية التربية – جامعة بنها، بالتخصصات العلمية والأدبية فى العام الجامعى2025/2024م، بمتوسط عمر زمنى قدره (21,27) سنة، وانحراف معيارى قدره (0,77) سنة، وللتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس تم استخدام الاتساق الداخلى، والصدق العاملى التوكيدى، وصدق مفردات المقياس، وطريقة ألفا لكرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية، وتوصلت النتائج إلى تمتع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة.

الكلمات المفتاحية: التجول العقلى، طلاب الجامعة

Abstract

عنوان البحث باللغة الإنجليزية: " Psychometric Properties of the mind wandering scale among asample of university students"

The aim of the research was to verify thePsychometric Properties of the mind wandering scale among asample of university students. The research sample amounted to (644) male and female students in the third year at the Faculty of Education – Benha University, in scientific and literary specializations in the academic year 2024/2025AD, with an average age of (21.27) years, and a standard deviation of (0.77) years. To verify the validity and reliability of the scale, internal consistency validity, confirmatory factor validity, scale item validity, Cronbach's alpha method, and the split-half method were used. The results showed that the scale has high psychometric properties.

Keywords: Mind Wandering, University Students

المقدمة

تعد المرحلة الجامعية من المراحل المهمة فى حياة الطلاب العلمية والعملية، فهى بيئة شاملة لتطوير الذات وبناء الشخصية، ففيها يتعلم الطلاب كيفية التفكير وتحليل المشكلات، باختصار هى مرحلة النمو الفكرى والشخصى التى تصقل المواهب وتفتح الأبواب أمام مستقبل مشرق وملئ بالفرص.

فالاهتمام بتنمية وعى الطالب بما يقوم به أثناء عملية التعلم يأتى متفقاً مع الاتجاهات الحديثة التى تؤكد على أن بلوغ الطالب حد إدراك ما يتعلمه من معارف علمية، لن يكون كافياً وحده لبلوغ مستوى التعلم الجيد، وأن الطريق إلى ذلك يتطلب أن يكون لديه قدر من الوعى بالأساليب والاستراتيجيات التى استخدمت لتحقيق ذلك القدر من الإدراك لما تعلمه واكتسبه من المعارف العلمية، والوعى أيضاً بأساليب المعالجة الدماغية لهذه المعلومات وكيفية التحكم فى هذه الأساليب والاستراتيجيات بما يمكنه من توليد الأفكار الإبداعية وإدماج الخبرات الجديدة المكتسبة بما هو متوافر لديه من خبرات سابقة ذات علاقة (الشربينى والفرحاتى،2004، ص102)[*].

وقد شهد العصر الحالي ثورة معلوماتية وانفجار معرفي هائل وضغوط حياتية كبيرة تفرض على الطلاب تحديات كبيرة في الاحتفاظ بتركيزهم وتعليق انتباههم أثناء الأنشطة الأكثر تطلباً للانتباه كمهمات التعلم، مما قد يدفع بالكثير منهم إلى التجول العقلي Mind Wandering إثر انفصالهم بشكل إرادي أو غير إرادي عن التركيز في أدائهم لتلك الأنشطة لينجرفوا إلى أفكار ومشاعر غير متصلة بالمهمة الأساسية التي يقومون بها وتضر بأدائهم عليها (بهنساوى،2020، ص228 –229).

وتعود الريادة فى البحث العلمى حول متغير التجول العقلى إلى كل من Singer&Antrobus(1972);Giambra(1995);Kkinger(1999) إلا أن الفضل الأكبر فى انتشار واستجلاء هذا المفهوم يرجع إلى Smallwood & Schooler (2006) (Ostojic ,2018,p.2)، ونظراً لأنه يتضمن تحول الانتباه بعيداً عن المهمة الأساسية، فإنه قد يضر بالأداء نتيجة تفاوت الانتباه أثناء عملية التعلم، فضلاً عن تأثيره السلبى على الحالة المزاجية والوجدانية للمتعلم (Randall , 2015,p.1-2).

فالتجول العقلى ظاهرة تتضمن حدوث تفكير يتسم محتواه بانفصاله عن المثيرات الموجودة فى البيئة الراهنة وعدم ارتباطه بالمهمة التى يضطلع الفرد بأدائها فى لحظة حدوثه (Stawarczyk et al., 2011,p.2)، وهذا ما اتفق عليه الفيل (2019، ص223) فى أن التجول العقلى هو تحول تلقائى فى الانتباه من المهمة الأساسية إلى أفكار أخرى داخلية أو

---

[*] التوثيق في المتن وقائمة المراجع والكتابة العلمية وفقًا للإصدار السابع من الجمعية الأمريكية لعلم النفس (American Psychological Association {APA}, 2020)

خارجية وهذه الأفكار قد تكون مرتبطة بالمهمة الأساسية أو غير مرتبطة بها، كما وصفه Lopze et al. (2021, p.442) بأنه انخفاض القدرة على الانتباه والتركيز على الأفكار والأنشطة المرتبطة بالمهمة الحالية نتيجة لحدوث بعض المثيرات الداخلية والخارجية التى تجذب الانتباه بعيداً عن المهمة، والذى اشتمل على الأبعاد الآتية: (الفشل فى التفاعل الاجتماعى، الفشل فى التفاعل مع الأشياء، عدم الوعى، عدم الانتباه)، وسوف يتم الالتزام به فى البحث الحالي. وفى ضوء أهمية التجول العقلى تستدعى الحاجة إلى وجود مقاييس حديثة وشاملة لقياسه بدقة.

مشكلة البحث

يعد التجول العقلى من المشكلات التى تحتاج إلى اهتمام الباحثين التربويين والنفسيين فى السنوات القادمة، كونه يعد واحداً من أكثر الأنشطة العقلية انتشاراً، إذ تشير التقديرات إلى أن ميل العقل إلى الابتعاد عن (هنا والآن) لصالح الأفكار غير المرتبطة بالأحداث الخارجية الحالية يشكل ما يصل إلى (50%) من ساعات اليقظة (Killings Worth & Gilbert, 2010, p. 932). فالتجول العقلى ظاهرة عقلية تتميز بالتغيير العفوى للانتباه من مؤثر خارجى إلى تفكير عقلى داخلى، وقد وجد إن له تأثيراً سلبياً على التعلم (التميمى، 2022، ص 2).

ونظراً لأهمية التجول العقلى بالنسبة للطلاب، فقد اهتمت دراسات كثيرة بالتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياسه، ومن أمثلة هذه الدراسات دراسة (الفيل،2018) والذى قام بإعداد مقياس للتجول العقلى والذى نظر إليه على أنه مفهوم ثنائى الأبعاد هما (التجول العقلى المرتبط بالموضوع، التجول العقلى غير المرتبط بالموضوع)، وقد قام بتطبيقه على عينة تكونت من (63) من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية النوعية جامعة الإسكندرية، وتم حساب صدق المقياس باستخدام الاتساق الداخلى للمفردات والأبعاد، حيث جاءت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (0,01)، والصدق العاملى عن طريق التحليل العاملى حيث كشف عن وجود عامل واحد يفسر (52,718%) من تباين أداء الطلاب، كما كشفت النتائج أن بعدى المقياس أظهرت تشبعات زادت قيمتها عن (0,30) على العامل الوحيد الناتج من التحليل العاملى ولذلك فهى تشبعات دالة إحصائياً، مما يشير إلى صدق المقياس، وتم التحقق من ثبات المقياس من خلال معامل ألفا لكرونباخ حيث أظهرت النتائج أن مفردات المقياس يقل معامل ثباتها عن قيمة معامل ثبات البعد الذى تنتمى إليه، كما تقل عن ثبات المقياس ككل، و حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية حيث بلغت للمقياس ككل (0,819) وهى قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0,01)،وبالتالى أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بمعاملات ثبات مقبولة ودالة إحصائياً.

وفى دراسة (حمودة وسيد، 2023) واللذان قاما بترجمة وتعريب وتقنين مقياس التجول العقلى (إعداد: Carriere et al.,2013) والمتمثل فى بعدين هما (التجول العقلى المتعمد، التجول العقلى التلقائى)، والذى تم تطبيقه على عدد (500) طالباً وطالبةً من طلاب الفرقة الثانية والثالثة عام وأساسى بالتخصصات العلمية والأدبية بجامعة الوادى الجديد، ولحساب صدق المقياس تم استخدام التحليل العاملى التوكيدى حيث توصلت النتائج إلى أن كل معاملات الصدق أو تشبعات عبارات المقياس دالة إحصائياً عند مستوى (0,01)، وتم التحقق من ثبات المقياس من خلال معامل ألفا لكرونباخ ومعامل أوميجا والثبات المركب والصدق التقاربى(AVE) حيث كانت مؤشرات الثبات مرتفعة، وبالتالى تمتع المقياس بمؤشرات صدق وثبات مرتفعة.

وتتبنى الباحثة مقياس Lopze et al., (2021) للتجول العقلى والذى ينظر للتجول العقلى كونه مفهوم رباعى الأبعاد والتى تتمثل في (الفشل فى التفاعل الاجتماعى، الفشل فى التفاعل مع الأشياء، عدم الوعى، عدم الانتباه)، وقد قام بإعداد مقياس لقياس الأبعاد الأربعة للتجول العقلى، وقام معد المقياس بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس على عينة قوامها (265) طالباً بجامعة بارى، حيث تم التحقق من الصدق من خلال التحليل العاملى التوكيدى وتبين أن النموذج العاملى الرباعى يحتوى على مطابقة أفضل للبيانات، كما تحقق معد المقياس من ثبات المقياس من خلال معاملات ثبات ألفا لكونباخ، حيث بلغت قيم معاملات ألفا لكرونباخ للأبعاد (الفشل فى التفاعل الاجتماعى، الفشل فى التفاعل مع الأشياء، عدم الوعى، عدم الانتباه) (0,840، 0,810، 0,830، 0,820) على الترتيب، وهى قيم مرتفعة يمكن الوثوق فيها.

مما سبق يتضح أن أنواع التجول العقلى اختلفت باختلاف توجهات الباحثين الذين اهتموا بتناول هذا المفهوم، كما تعددت بتعدد أهداف الدراسات، وعلى خلاف الدراسات والبحوث السابقة سوف يتبنى البحث الحالي الأنواع الأكثر تعدداً وتنوعاً وهى (الفشل فى التفاعل الاجتماعى، الفشل فى التفاعل مع الأشياء، عدم الوعى، عدم الانتباه) وهذا كما وردت لدى .Lopze et al (2021).

ومن ثم تحددت مشكلة البحث فى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التجول العقلى لدى عينة من طلاب كلية التربية – جامعة بنها من خلال الإجابة على التساؤلين الآتيين:

1- هل يتوافر لمقياس التجول العقلى درجة مقبولة من الصدق؟
2- هل يتوافر لمقياس التجول العقلى درجة مقبولة من الثبات؟

أهداف البحث

يهدف البحث الحالى إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التجول العقلى لدى عينة من طلاب كلية التربية – جامعة بنها.

أهمية البحث

أولاً: الأهمية النظرية للبحث

تتمثل الأهمية النظرية للبحث فى :

1 – حداثة مفهوم التجول العقلى وضرورة دراسته لدى طلاب الجامعة فى الوقت الحاضر.

ثانياً : الأهمية التطبيقية للبحث

تتمثل الأهمية التطبيقية للبحث فى :

1 – مد المكتبة العربية بمقياس مترجم (معرب) للتجول العقلى يمكن الاستفادة منه فى دراسات مقبلة.

2– يوفر البحث الحالى أداة مهمة لقياس التجول العقلى لدى طلاب الجامعة وهذا يمثل إضافة جديدة إلى ما موجود من مقاييس يمكن الاستفادة منها أثناء التطبيق.

مصطلحات البحث

التجول العقلى Mind Wandering **يعرفه Lopze et al. (2021,p.442)** بأنه:" انخفاض القدرة على الانتباه والتركيز على الأفكار والأنشطة المرتبطة بالمهمة الحالية نتيجة لحدوث بعض المثيرات الداخلية والخارجية التى تجذب الانتباه بعيداً عن المهمة "، ويقاس إجرائياً بالدرجة التى يحصل عليها الطالب على مقياس التجول العقلى (إعداد:Lopze et al.,2021، ترجمة: الباحثة)، والمكون من أربعة أبعاد، هى:

1– الفشل فى التفاعل الإجتماعى Failure in social interaction : أى قدرة الطالب على أن يجول بذهنه أثناء التفاعل مع أشخاص آخرين.

2– الفشل فى التفاعل مع الأشياء Failure in interaction with objects : يعنى قدرة الطالب على أن يجول بذهنه أثناء التفاعل مع أشياء كالمتعلقات الشخصية.

3– عدم الوعى Unawareness: وهو عدم قدرة الطالب على إدراك مشاعره وأفكاره وحسه العميق.

4– عدم الانتباهInattention: يشير إلى عدم قدرة الطالب على التركيز على مهمة أو حدث أو موقف معين.

الإطار النظرى

التجول العقلى Mind Wandering

شهد القرن الحادي والعشرون اهتماماً ملحوظاً من قِبل علماء النفس الغربيين بدراسة ما يسمى بالنشاط العقلي المولد ذاتيًّا Self – generated mental activity (أي التفكير في ظل

غياب التنبيه الخارجي)، الذي يشمل توجيه انتباه الفرد نحو أفكاره ومشاعره الداخلية بعيدًا عن اللحظة الحالية التي يمر بها والبيئة الخارجية المحيطة، كما اهتموا بدراسة تأثير هذا النوع من التفكير على أداء الفرد لمهام حياته اليومية، افتراضًا منهم بأن الفرد يمكنه التفكير على نحو أفضل في ظل انخفاض مستوى نشاطه الخارجي الذي يتمثل في انشغاله بأداء مهمة معينة(Ostojic, 2018, p.1-2).

وقد أحدث هذا التوجه تغيرًا جَذريًا في مناخ البحث النفسي السائد في ذلك الوقت، الذي كان ينصب اهتمامه على دراسة سلوك الفرد الظاهري ردًّا على المنبهات التي يتعرض لها في البيئة الخارجية دون الإشارة إلى العمليات المعرفية، والأنشطة العقلية الداخلية لكونها موضوعات لا تخضع للملاحظة، والقياس على نحو موضوعي، ويرجع ذلك إلى انتشار مبادئ المدرسة السلوكية وسيادتها لفترة زمنية طويلة، مما دفع بعض الباحثين المعرفيين لإبداء اعتراضهم على استبعاد السلوكيين المتشددين لأى مفاهيم معرفية عند تفسير السلوك (Smallwood & Schooler, 2014, p. 488-489)

لذا اتفق بعض الباحثين خاصة في أواخر الستينات من القرن الحادي والعشرين على ضرورة التوجه لدراسة التجول العقلي Mind Wandering بوصفه أحد أنماط النشاط العقلي المولد ذاتيًا، والذي أصبح عاملاً مشتركًا في جميع الأنشطة العقلية الأخرى، إذ يقضي الأفراد (30– 50٪) من وقتهم للتفكير في أشياء غير مرتبطة بالسياق البيئي المحيط، وبعيدة عن اللحظة الراهنة التي يمرون بها (الفيل، 2018، ص20).

وقد تم استخدام عدة مصطلحات من قبل الباحثين للتعبير عن مفهوم التجول العقلي في مراحله المبكرة، ومن أهمها: غياب العقل Absent mindedness، أو شرود الانتباه Attentional lapse، نظرًا لكونه تحويل انتباه الفرد تلقائياً عن المهمة الحالية، والتركيز على موضوعات أخرى ليس لها صلة بهذه المهمة، مما يفسر إخفاق الفرد في أدائه لمهامه، وبدراسة هذا المفهوم على نحو أعمق توصل الباحثون إلى أنَّ التجول العقلي قد يحدث على نحو متعمد في بعض الأحيان، وأنَّه نشاط يحدث بصورة طبيعية، ولا يعكس بالضرورة فشلاً في النشاط المعرفي للفرد، مما دفع الباحثون إلى تناول مصطلح آخر أكثر تعبيرًا عن طبيعة هذه الحالة العقلية.(Marcusson-Clavertz ,2016,p.1).

ومِنْ ثَمَّ استخدم كل من Singer، وKlinger، و John Antrobus في أوائل السبعينات من القرن الحادي والعشرين مصطلح أحلام اليقظةDaydreaming للتعبير عن التجول العقلي، نظرًا لتشابه بنيتهما من وجهة نظرهم في ذلك الوقت، كما تم تقييم التجول العقلي بالمقاييس نفسها التي استخدمت لتقييم أحلام اليقظة، وأصبح مصطلح أحلام اليقظة الأكثر تداولاً

في العقود السابقة، ومع التقدم البحثي حول مفهوم التجول العقلي، تراجع الباحثون عن تناول مصطلح أحلام اليقظة للتعبير عنه، نظرًا لاكتشاف طبيعتهما المتباينة، إذ وجدوا أنَّ أحلام اليقظة قد تشمل التفكير التلقائي الذي يحدث خلال الراحة أي عدم انشغال الفرد بمهمة في الوقت الحالي، بينما يحدث التجول العقلي خلال أداء الفرد لمهمة تشعره بالملل، أو مهمة لا تتطلب جهدًا عقليًا كبيرًا(Ostojic, 2018, p. 2).

لذا قدم Smallwood & Schooler (2006, p.964) أول ورقة بحثية تقترح مصطلح التجول العقلي، ومنذ ذلك الحين أصبح هذا المصطلح الأكثر شيوعًا، له بنيته المستقلة عن المفاهيم السابق ذكرها، وبدأ الباحثون في مجال علم النفس المعرفي طرح المزيد من التصورات النظرية الوصفية، والتفسيرية حوله، كما ارتقى الفهم لهذا المفهوم بارتقاء البحث في العلم المعرفي العصبي، وخاصة عند ظهور التطورات التكنولوجية مثل تصوير الرنين المغناطيسي الوظيفي، والذي أصبح أداة أساسية للتحقق من التجول العقلي، وفهم الأساس العصبي له(Smallwood & Schooler, 2014, p.489).

مفهوم التجول العقلى

عرف Smallwood & Schooler (2006, p.947) التجول العقلى بأنه " فصل الانتباه عن المثير الخارجى إلى الأفكار الداخلية ". واتفق فى ذلك كل من. Smallwood et al (2007, p. 818) حيث أشاروا إلى أن التجول العقلى هو" تحول بؤرة الاهتمام Focus of Attentionعن الموضوع الحالي إلى أفكار ومشاعر خاصة بالفرد،كما يعنى فصل العمليات التنفيذيةDecoupling of Executive Processes لمعالجة المعلومات عن المعلومات ذات الصلة إلى مشكلات شخصية أكثر عمومية، ويؤدى إلى القصور في أداء المهمة ".

وينظر كل من McVay &Kane (2010,p.190-191) إلى التجول العقلي على أنه " خبرة تتضمن تحول تفكير الفرد عن مهمة أساسية جارية في اللحظة إلى أفكار خارج نطاق المهمة Off- task thoughts، وبوجه خاص عندما يكون الفرد منخرطاً في مهمة تتطلب للانتباه، وذلك كنتيجة لفشل أو قصور عمليات التحكم التنفيذي في منع الأفكار الخارجة عن نطاق المهمةالأساسية من التداخل معها وعرقلة تحقيق الأهداف المرتبطة بها".

وقد اتفق كل من الفيل (2019، ص223)، Kawagoe et al.(2020,p.1); Blonde et al.(2020,p.1613)، سرحان (2023، ص3)على أن التجول العقلى هو" تحول تلقائي في الانتباه من المهمة الأساسية إلى أفكار أخرى داخلية أو خارجية، وهذه الأفكار قد تكون مرتبطة بالمهمة الأساسية أو غير مرتبطة بها ".

ويضيف بهنساوى (2020، ص235) بأنه "عملية معرفية دائمة الحدوث بقصد أوبدون قصد تؤدي إلى هفوات من الانتباه من خلال فك الارتباط عن البيئة الخارجية وتوليد الأفكار الداخلية التي لا علاقة لها بالمهمة المطروحة ". فى حين أشار إليه حسين (2022، ص306) بأنه " فصل المتعلم عن أداء المهام المطلوبة منه، وخاصة المهام الأكاديمية التي يؤديها إلى مشكلات شخصية، تؤدي بالمتعلم إلى القصور في مهامه الأكاديمية وغير الأكاديمية، ويكون المتعلم في حالة من التشتت، مما يؤدي إلى عواقب سلبية فى عملية التعلم ".

وأخيراً عرفه.Lopze et al (2021,p.442) بأنه " انخفاض القدرة على الانتباه والتركيز على الأفكار والأنشطة المرتبطة بالمهمة الحالية نتيجة لحدوث بعض المثيرات الداخلية والخارجية التى تجذب الانتباه بعيداً عن المهمة ". وسوف يلتزم البحث الحالي بهذا التعريف.

أسباب حدوث التجول العقلى

حينما يحدث التجول العقلي للفرد فإنه يؤدي إلى فصل الانتباه وحدوث مخاوف لا علاقة لها بالمهمة الأساسية، أطلق على التجول العقلي فشل التحكم المعرفي،أى أن الفرد عندما يتعرض لموقف أو مشكلة معينة تحتاج إلى حلول فإن ذلك يتطلب منه الحصول على معلومات تساعده في إيجاد حلول لهذه المشكلة وكذلك ربط هذه المعلومات بالمعلومات والخبرات الموجودة في بنيته المعرفية، إلا أنه لا يستطيع تنظيم المعارف والمعلومات التي يستقبلها داخل بنيته المعرفية فيحدث التجول العقلي الذي يؤدي إلى فصل الانتباه لدى الفرد والانتقال به إلى مساحة تفكير أخرى(Baird et al., 2014, p.1).

وكثيراً ما يحدث التجول العقلي أثناء قيام الفرد بنشاط معين كالقيادة أو القراءة أو غيره من الأنشطة حينما تكون اليقظة العقلية منخفضة، وفي هذه الحالة لا يتذكر الفرد ما حدث حوله في البيئة المحيطة نظراً لانشغاله بأفكاره وهو ما يعرف بفرضية الانفصال (المراغى، 2020، ص52)، وقد تناولت العديد من الدراسات أسباب التجول العقلى، وخلصت تلك الدراسات إلى أن أهم أسباب التجول العقلي: إما أنها ترجع لعوامل خاصة بالطالب (الطالبة) أو عوامل خاصة بطبيعة المهمة المطلوبة من الطالب.

أولا: العوامل التي ترجع للطالب: تتمثل فى:

1- السعة المحدودة للذاكرة العاملة وانخفاض الوظائف التنفيذية للذاكرة (Mc Vay & Kane, 2010).

2- كثرة الضغوط النفسية والأعباء الملقاه على عاتق الطالب (Mrazek et al.,2013).

3 -الحالة المزاجية السيئة، والرغبة في النوم، والإحساس بالإجهاد (Killingsworth & Gilbert, 2010).

4- القلق بكل أنواعه، كالقلق من الاختبارات، والقلق من المستقبل المهني والأسري (Sullivan, 2016).

ثانيا: العوامل التي ترجع للمهمة: تتمثل فى:

1- المهمة الصعبة التي تسبب ضغطا عقليا حتى يمكن فهمها أو تتطلب قدراً طويلاً من التركيز والانتباه لفهم تسلسل خطواتها (Brosowsky et al.,2023).

2- المهام المعقدة والتي تحتاج إلى تفكير طويل وتخطيط من الطالب فيتجول عقلياً بذهنه بحثاً عن حلول لها (Wammes et al.,2016).

3- المهام التي تتضمن تحديات عقلية واتخاذ قرارات وإيجاد حلول مبدعة للمشكلات والألغاز العملية (Baird et al.,2012).

4- المهام التي ترتبط بمواد علمية أخرى، فتجعل الطالب يركز على الصلات والروابط بين تلك المواد وبعضها البعض (Mills et al.,2011).

أنواع التجول العقلى

أشار كل من Carriere et al.(2013,p.22); Seil et al. (2016, p.606); Ostojic (2018, p.15-21); Mowlem et al.(2019, p.625) إلى أن أنواع التجول العقلى تتمثل فى:

التجول العقلى الإرادى (المتعمد)Deliberate Mind Wandering. وفيه ينتقل انتباه الفرد بشكل إرادى وواعٍ إلى أفكار خارجة عن نطاق المهمة التي يقوم بها، ويتضمن ذلك سيطرة الفرد على معالجة المعلومات ووعيه ورغبته في بدء الأفكار، ومن ثم لا يترتب على إدراك الفرد لحدوثه أي شعور بالدهشة أو الغضب أو فقد السيطرة.

التجول العقلى اللاإرادى أو التلقائى (غير المتعمد) Spontaneous Mind Wandering. وفيه ينتقل انتباه الفرد بشكل لاإرادى وغير واعٍ إلى أفكار خارجة عن نطاق المهمة التي يقوم به، ويتضمن ذلك درجة أقل من سيطرة الفرد على معالجة المعلومات والوعي والرغبة في بدأ الأفكار، إذ يشير إلى هفوات لحظية للانتباه يغيب خلالها وعى الفرد ما وراء المعرفى ببداية نوبة التجول العقلى، وبمجرد إدراك الفرد لحدوث التجول العقلي فإنه قد يشعر بالدهشة أو الغضب أو فقد السيطرة.

كما يرى كل من الفيل (2019، ص223) ;Sullivan (2016, p.34) أن أنواع التجول العقلى تتمثل فى:

التجول العقلى المرتبط بالمادة الدراسية. هو انقطاع إجباري في الانتباه إلى أفكار غير مرتبطة بالمهمة الحالية ولكنها مرتبطة بموضوعات المادة الدراسية والتي تحدث بشكل تلقائي مثل تقييم المهمة وتصفح لبعض الأوراق للتأكد مما يُسمع وهذه الأفكار تزداد لدى الطلاب الخبراء عن الطلاب المبتدئين.

التجول العقلى غير المرتبط بالمادة الدراسية. هو انقطاع إجباري في الانتباه إلى أفكار غير مرتبطة بالمهمة الحالية، كما أنها غير مرتبطة بموضوعات المادة الدراسية والتي تحدث بشكل تلقائي مثل أحلام اليقظة أو التفكير في المستقبل.

وتشير عبد الرحيم (2021، ص62) أن أنواع التجول العقلى تتلخص فيما يأتى:

التجول العقلى المنتج. وهو قدرة الطالب على أن يجول بذهنه وينتج أفكاراً جديدة ومفيدة ومبدعة وهذه الأفكار تكون مرتبطة بالمهمة التى يقوم بتنفيذها الطالب.

التجول العقلى غير المنتج. وهو قدرة الطالب على أن يجول بذهنه حول المهمة التى يقوم بها ولكن يصل إلى أفكار غير مبدعة ولها ارتباط ضعيف بالمهمة التى يقوم بتنفيذها الطالب.

التجول العقلى المشتت. وهو قدرة الطالب على أن يجول بذهنه حول المهمة التى يقوم بها ويفكر فى أشياء بعيدة عن المهمة وذلك قد يكون نتيجة تعرض الطالب للقلق أو الإحباط.

كما أشار Lopze et al. (2021,p.442) إلى أن أنواع التجول العقلى تتلخص فيما يأتى:

الفشل فى التفاعل الاجتماعى Failure in social interaction .أى قدرة الطالب على أن يجول بذهنه أثناء التفاعل مع أشخاص آخرين.

الفشل فى التفاعل مع الأشياء Failure in interaction with objects. يعنى قدرة الطالب على أن يجول بذهنه أثناء التفاعل مع أشياء كالمتعلقات الشخصية.

عدم الوعى Unawareness. وهو عدم قدرة الطالب على إدراك مشاعره وأفكاره وحسه العميق.

عدم الانتباه Inattention. يشير إلى عدم قدرة الطالب على التركيز على مهمة أو حدث أو موقف معين.

إجراءات البحث

تعرض الباحثة منهج البحث وعينته والأدوات المستخدمة والإجراءات التى تم اتباعها.

منهج البحث

يتبع البحث المنهج الوصفى نظراً لمناسبته لطبيعة البحث وأهدافه.

عينة البحث

تكونت عينة الخصائص السيكومترية من (644) طالباً وطالبةً بالفرقة الثالثة عام بكلية التربية – جامعة بنها، بالتخصصات العلمية والأدبية فى العام الجامعى2025/2024م، بمتوسط عمر زمنى قدره (21,27) سنة، وانحراف معيارى قدره (0,77) سنة، وقد تم تم استخدام بيانات هذه العينة فى التحقق من صدق وثبات مقياس التجول العقلى.

مقياس التجول العقلى:(إعداد Lopez et al.,2021، ترجمة: الباحثة)(*).

وصف المقياس *فى صورته الأجنبية*. أعد هذا المقياس (Lopez et al., 2021)، ويتكون من (16) عبارة موزعة على أربعة أبعاد هى (الفشل فى التفاعل الاجتماعى، الفشل فى التفاعل مع الأشياء، عدم الوعى، عدم الانتباه) بمعدل (4) مفردات لكل بعد، بحيث يشير هذا المفهوم إلى انخفاض القدرة على الانتباه والتركيز على الأنشطة والأفكار المرتبطة بالمهمة الحالية نتيجة حدوث بعض المثيرات الداخلية والخارجية التى تجذب الانتباه بعيداً عن المهمة (Lopez et al.,2021,p.442).

طريقة الاستجابة على المقياس. يتم الاستجابة على المقياس من خلال مقياس متدرج من خمس نقاط على طريقة ليكرت، هى (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، وتأخذ هذه الاستجابات الدرجات الآتية (5،4،3،2،1) على الترتيب، ولا توجد عبارات سالبة.

الخصائص السيكومترية لمقياس التجول العقلى فى البيئة الأجنبية.

صدق المقياس.

تم حساب الصدق بطريقة التحليل العامل التوكيدى وأظهرت النتائج تشبع أبعاد المقياس الأربعة على عامل كامن واحد.

ثبات المقياس.

تم حساب الثبات بطريقة ألفا لكونباخ، والجدول (1) يوضح قيم معاملات الثبات للأبعاد.

جدول 1

معاملات الثبات لمقياس التجول العقلى فى صورته الأجنبية بطريقة ألفا لكرونباخ (ن = 265)

أبعاد المقياس	ألفا لكرونباخ
الفشل فى التفاعل الاجتماعى	0,840
الفشل فى التفاعل مع الأشياء	0,810
عدم الوعى	0,830
عدم الانتباه	0,820

(*) ملحق (2): الصورة النهائية لمقياس التجول العقلى.

وفى البحث الحالي قامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التجول العقلى.

ترجمة المقياس.

تم عرض الصورة المترجمة والمقياس الأصلى الأجنبى المكون من (16) عبارة على مجموعة من أساتذة التربية تخصص مناهج وطرق تدريس اللغة الانجليزية(*) لإبداء ملاحظاتهم حول عبارات المقياس من حيث سلامة الصياغة اللغوية ودقة الترجمة لمفردات المقياس، وقد أبدوا بعض الملاحظات أخذتها الباحثة فى الاعتبار وتم التعديل على العبارات أرقام (1،2،3،4،5،14،16)، والجدول الآتى يوضح هذه العبارات قبل وبعد التعديل.

جدول 2

مفردات مقياس التجول العقلى قبل وبعد التحكيم

رقم المفردة	قبل التحكيم	بعد التحكيم
1	لا أتذكر ما قيل لى لأننى لم أكن منتبهاً للحديث.	لا أتذكر ما قيل لى للتو لأننى لم أكن منتبهاً.
2	أنسى جزءاً من المحادثة التى كنت أتابعها، لأننى لم أكن منتبهاً (أثناء مشاهدتى لبرنامج تليفزيونى، أو عندما أكون مع الأصدقاء أو الأقارب).	لا أتذكر جزءاً من المحادثة التى كنت أتابعها، لأننى لم أكن منتبهاً (أثناء مشاهدتى لبرنامج تليفزيونى، أو عندما أكون مع الأصدقاء أو الأقارب).
3	أفقد مسار الحديث لأننى أنشغل بالتفكير فى شئ آخر.	أفقد مسار الحديث لأننى أثناء الحديث كنت أفكر فى شئ آخر.
4	عندما أبدأ فى التحدث مع فرد ما فإننى لا أتذكر نقطة البداية وما أريد قوله بالضبط.	عندما تبدأ فى التحدث مع فرد ما ثم تدرك أنك لا تعرف / تتذكر نقطة البداية الخاصة بك وما تريد قوله بالضبط.
5	أتجاوز المكان الذى أردت الذهاب إليه أثناء قيامى بمهامى، لأننى كنت أفكر فى شئ آخر (كالمرور بجانب متجر معين، أو المرور على طريق كان يجب أن أسلكه).	أتجاوز المكان الذى أريد الذهاب إليه أثناء قيامى بمهمة ما، لأنى كنت أفكر فى شئ آخر (كالمرور بجانب متجر معين، أو المرور على طريق كان يجب أن أسلكه).
14	أضطر إلى القراءة مرة آخرى بسبب عدم الانتباه.	أنا غير قادر على تركيز الانتباه فيما أقرأ ومن ثم يجب أن أعيد القراءة.
16	عند قراءتى لنص ما دون تركيز، فإنه يجب على قراءته مرة آخرى.	عند قراءتى لنص ما دون تركيز وعدم تذكر أى شئ، فإنه يجب على قراءته مرة أخرى.

(*) ملحق (1): أسماء السادة الأساتذة متخصصى اللغة الإنجليزية.

صدق الترجمة

للتأكد من أن الأداء على الصورة الأصلية من مقياس التجول العقلى والنسخة العربية بعد الترجمة واحد تم تطبيق الصورتين (الأصلية والعربية) على (27) طالباً وطالبةً من طلاب شعبة اللغة الإنجليزية بالفرقة الرابعة عام ممن حصلوا على تقدير جيد جداً فى جلستين منفصلتين وذلك للتعرف على دلالة الفرق بين درجات المجموعتين (العينة المرتبطة) علي المقياس في نسختها الأصلية والعربية، وبعد التصحيح تم تقدير الدرجات علي النسختين وحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية والتباين والنسبة الفائية كما يوضحها جدول (3).

جدول 3

المؤشرات الإحصائية للمقياس التجول العقلي للنسختين الأصلية والعربية (ن = 27)

الدرجة الكلية	النسخة	المتوسط	الانحراف المعياري	التباين	النسبة الفائية ف	الدلالة الاحصائية
التجول العقلي	العربية	44,44	9,61	92,33	0,89	غير دالة احصائيا
	الأصلية	42,63	9,08	82,47		

يتضح من الجدول (3) أن النسبة الفائية علي مقياس التجول العقلي غير دالة إحصائيًا مما يعني تجانس أداء أفراد العينة المرتبطة علي مقياس التجول العقلي في نسختيها الأصلية والعربية.

ومن خلال برنامج SPSS V.25 وباستخدام اختبار كولموجروف – سمير نوف للعينة الواحدة واختبار شابيرو – ويلك تم التحقق من اعتدالية التوزيع كما يوضحها جدول (4).

جدول 4

اختبارات الاعتدالية لمقياس التجول العقلي في نسختيها العربية والأصلية (ن = 27)

الدرجة الكلية	النسخة	كولموجروف – سمير نوف			شابيرو – ويلك		
		الاحصاء	درجة الحرية	قيمة الدلالة	الاحصاء	درجة الحرية	قيمة الدلالة
التجول العقلي	العربية	0,066	27	0,20	0,975	27	0,731
	الأصلية	0,093	27	0,20	0,967	27	0,533

يتضح من الجدول (4) أن قيم (P Value) مقياس التجول العقلي في نسختيها الأصلية والعربية سواء وفقًا لاختبار كولموجروف – سمير نوف واختبار شابيرو – ويلك أكبر من مستوي الدلالة (0,05) وبالتالي فان البيانات تتبع التوزيع الاعتدالي

ثم قامت الباحثة بحساب الفرق بين متوسطي درجات مجموعتي الدراسة (المرتبطة) علي الدرجة الكلية لمقياس التجول العقلي في نسختيها الأصلية والعربية. للوقوف علي مدي دلالة الفرق بينهما وذلك بعد التحقق من شروط الاحصاء البارامتري

جدول 5

نتائج اختبار ت لدلالة الفرق بين متوسطي الأداء علي النسختين الأصلية والعربية للمقياس (ن = 27)

الدرجة الكلية	فرق المتوسطات	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة الاحصائية
التجول العقلي	1,81	1,27	0,737	غير دالة احصائيا

يتضح من الجدول (5) أن قيمة (ت) للدرجة الكلية للمقياس غير دالة إحصائياً مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة بين متوسطي الأداء علي النسختين العربية والأصلية لمقياس التجول العقلي، وذلك ما يؤكد تطابق النسختين العربية المترجمة والأصلية من حيث الدلالة والمعني.

الاتساق الداخلى لمقياس التجول العقلى.

تم حساب الاتساق الداخلى لمقياس التجول العقلي باستخدام معامل ارتباط بيرسون وذلك بحساب معامل ارتباط درجة كل مفردة بدرجة البعد الذي تنتمي إليه وبالدرجة الكلية للمقياس وذلك على عينة الخصائص السيكومترية (ن = 644)، كما يتضح من جدول (6).

جدول 6

الاتساق الداخلى لمقياس التجول العقلي (ن=644)

م	الفشل في التفاعل الاجتماعي			م	الفشل في التفاعل مع الأشياء			م	عدم الوعي			م	عدم الانتباه		
	معامل الارتباط بدرجة البُعد	معامل الارتباط بالمقياس	معامل ارتباط البعد بالمقياس		معامل الارتباط بدرجة البُعد	معامل الارتباط بالمقياس	معامل ارتباط البعد بالمقياس		معامل الارتباط بدرجة البُعد	معامل الارتباط بالمقياس	معامل ارتباط البعد بالمقياس		معامل الارتباط بدرجة البُعد	معامل الارتباط بالمقياس	معامل ارتباط البعد بالمقياس
1	**0,792	**0,672		5	**0,784	**0,684		9	**0,804	**0,881		13	**0,778	**0,637	
2	**0,629	**0,708	**0,826	6	**0,834	**0,717	**0,845	10	**0,734	**0,898	**0,817	14	**0,833	**0,754	
3	**0,654	**0,831		7	**0,637	**0,591		11	**0,729	**0,772		15	**0,694	**0,718	**0,829
4	**0,584	**0,829		8	**0,591	**0,804		12	**0,758	**0,746		16	**0,660	**0,637	

** احصائيا عند مستوى **0,01** * دال عند مستوي **0,05**

يتضح من الجدول (6) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوي (0,01) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلى.

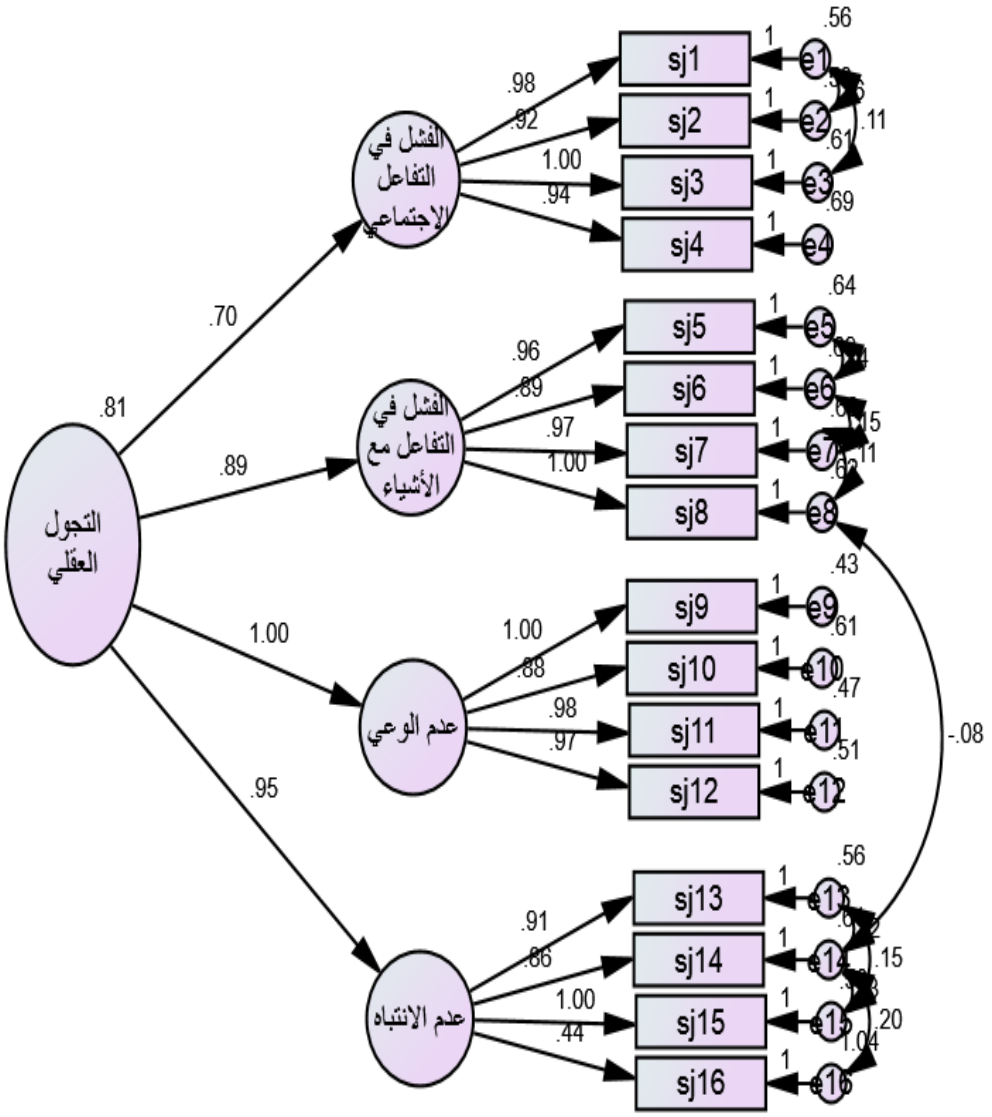
صدق مقياس التجول العقلى.

صدق التحليل العاملى العاملي التوكيدي لمقياس التجول العقلى.

تم استخدام التحليل العاملي التوكيدي على عينة الخصائص السيكومترية (ن = 644) لاختبار مدى مطابقة نموذج اشتق من نظرية ما لمجموعة من البيانات، وبناء عليه تم استخدام التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج Amosالاصدار 26 عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام حيث افترض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس التجول العقلي تنتظم حول أربعة عوامل تنتظم حول عامل كامن واحد وأسفرت النتائج عن تشبع عوامل المقياس علي عامل كامن واحد. ويبين الشكل (1) التالي التمثيل المخطط للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس التجول العقلي.

شكل 1

نموذج التحليل العاملى التوكيدى لمقياس التجول العقلى



ويوضح الجدول (7) مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المفسر لأبعاد مقياس التجول العقلى.

جدول 7

مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المفسر لأبعاد مقياس التجول العقلى

مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدي المثالي للمؤشر	قيمة المؤشر التي تشير الي أفضل مطابقة
مربع كاي (k^2) درجة الحرية df	92,34 94	تكون غير دالة	0
نسبة مربع كاي / درجة الحرية (k^2 /df)	0,982	صفر الي 5	من صفر الي 1
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	0,928	صفر الي 1	1
مؤشر حسن المطابقة المصحح (AGFI)	0,895	صفر الي 1	1
مؤشر المطابقة المعيارية (NFI)	0,936	صفر الي 1	1
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	0,952	صفر الي 1	1
مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	0,919	صفر الي 1	1
مؤشر الافتقار الي المطابقة المعيارية (PNFI)	0,733	صفر الي 1	1
جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	0,069	صفر الي 1	0

تم الرجوع في تحديد المدي المثالي لكل مؤشر وقيم أفضل مطابقة إلي (حسن، 2008، ص370- 371).

وبالنسبة لمؤشرات مطابقة النموذج لبيانات مقياس التجول العقلي فكانت النتائج جيدة حيث كانت قيمة مربع كاي غير دالة عند مستوي (0,01) وبلغت نسبة (مربع كاي / درجات الحرية) (0,982) وبلغ الجذر التربيعي لمتوسط خطأ الاقتراب (RMSEA) (0,069) وجميعها تدل علي تمتع نموذج التحليل العاملي التوكيدي بدرجة جيدة من المطابقة لبيانات مقياس التجول العقلي. وبذلك يتمتع المقياس بدرجة كبيرة من الصدق، ويبين الجدول (8) الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية لتشبعات المفردات علي العوامل الكامنة المرتبطة بها، وكذلك دلالتها الإحصائية.

جدول 8

الأوزان المعيارية وغير المعيارية لتشبعات المفردات علي العوامل الكامنة لمقياس التجول العقلي الناتجة من التحليل العاملي التوكيدي (ن = 644)

العامل الكامن		أرقام المفردات	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	خطأ القياس	قيمة ت	مستوي الدلالة
الدرجة الأولي	الفشل في التفاعل الاجتماعي	1	0,637	0,978	0,062	15,728	0,01
		2	0,608	0,924	0,068	13,553	0,01
		3	0,63	1	-----	-----	0,01
	الفشل في التعامل مع الأشياء	4	0,582	0,942	0,072	13,087	0,01
		5	0,687	0,965	0,056	17,131	0,01
		6	0,655	0,891	0,055	16,07	0,01
		7	0,713	0,975	0,05	19,407	0,01
		8	0,716	1	------	-----	0,01
		9	0,809	1	------	------	0,01
	عدم الوعي	10	0,711	0,875	0,044	19,769	0,01
		11	0,792	0,981	0,043	22,825	0,01
		12	0,776	0,974	0,044	22,206	0,01
		13	0,725	0,914	0,042	21,687	0,01
	عدم الانتباه	14	0,689	0,864	0,043	19,877	0,01
		15	0,747	1	------	-----	0,01
		16	0,347	0,437	0,051	8,564	0,01
الدرجة الثانية	التجول العقلي	الفشل في التفاعل الاجتماعي	1	0,7	0,041	16,977	0,01
		الفشل في التفاعل مع الأشياء	1	0,894	0,045	19,918	0,01
		عدم الوعي	1	1	-----	------	0,01
		عدم الانتباه	1	0,953	0,045	21,044	0,01

يتضح من جدول (8) أن جميع معاملات الصدق أو تشبعات عبارات المقياس بالعوامل الكامنة الأربعة من الدرجة الأولي دالة إحصائيًا عند مستوي (0,01) مما يدل علي صدق عبارات مقياس التجول العقلي، كما أن جميع معاملات الصدق وتشبعات العوامل الكامنة بالعامل

الكامن من الدرجة الثانية دالة إحصائياً عند مستوي (0,01) مما يدل علي صدق العوامل الكامنة من الدرجة الأولي.

أي أن التحليل العاملي التوكيدي قدم دليلاً قوياً علي صدق البنية الكامنة للمقياس وأن التجول العقلي عبارة عن عامل كامن من الدرجة الثانية ينتظم حوله العوامل الكامنة الأربعة من الدرجة الأولي.

صدق مفردات مقياس التجول العقلى.

تم حساب صدق المفردات لمقياس التجول العقلي على عينة الخصائص السيكومترية (ن = 644) باستخدام معامل الارتباط، والجدول (9) يُوضح ذلك.

جدول 9

صدق المفردات لمقياس التجول العقلي (ن=644)

المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
1	0,641	9	0,769
2	0,613	10	0,663
3	0,632	11	0,739
4	0,657	12	0,718
5	0,683	13	0,723
6	0,641	14	0,689
7	0,699	15	0,736
8	0,687	16	0,665

يتضح من الجدول (9) أن مفردات مقياس التجول العقلي جميعها ذات قيم صدق مرتفعة مما يعني أن مفردات المقياس تتمتع بدرجة عالية من الصدق.

ثبات مقياس التجول العقلى.

طريقة ألفا لكرونباخ لمقياس التجول العقلى.

تم حساب الثبات لمقياس التجول العقلى بطريقة ألفا لكرونباخ على عينة الخصائص السيكومترية (ن = 644) لكل بعد على حده، وفى كل مرة يتم حذف درجة كل عبارة من الدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه، ويوضح الجدول (10) ذلك.

جدول 10

ثبات مقياس التجول العقلى بطريقة ألفا لكرونباخ(ن = 644)

الفشل في التفاعل الاجتماعي		الفشل في التفاعل مع الأشياء		عدم الوعي		عدم الانتباه	
المفردة	معامل ألفا لكرونباخ	المفردة	معامل ألفا لكرونباخ	المفردة	معامل ألفا لكرونباخ	المفردة	معامل ألفا لكرونباخ
1	0,753	5	0,820	9	0,841	13	0,728
2	0,672	6	0,810	10	0,849	14	0,721
3	0,729	7	0,805	11	0,823	15	0,742
4	0,670	8	0,810	12	0,825	16	0,809
ألفا للبعد ككل = 0,760		ألفا للبعد ككل = 0,851		ألفا للبعد ككل = 0,871		ألفا للبعد ككل = 0,810	
ألفا لكرونباخ للمقياس ككل = 0,931							

يتضح من الجدول (10) أن جميع معاملات ألفا لكرونباخ لكل بعد فى حالة – حذف درجة العبارة – أقل من معامل ألفا للبعد العام الذى تنتمى إليه العبارة فى حالة وجودها، وهذا يشير إلى أن كل عبارة تسهم بدرجة كبيرة فى ثبات البعد الذى تنتمى إليه.

التجزئة النصفية لمقياس التجول العقلى.

تم تطبيق المقياس علي عينة الخصائص السيكومترية (ن = 644) وتقسيمه إلي نصفين وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات النصفين وحساب معامل الثبات بطريقتي سبيرمان براون وجتمان للتجزئة النصفية كما يوضح ذلك الجدول (11) التالي:

جدول 11

معاملات ثبات مقياس التجول العقلي بطريقة التجزئة النصفية(ن = 644)

طريقة تصحيح معامل الأرتباط	سبيرمان براون	جتمان
الفشل في التفاعل الاجتماعي	0,870	0,859
الفشل في التفاعل مع الأشياء	0,861	0,857
عدم الوعي	0,854	0,843
عدم الانتباه	0,847	0,835
مقياس التجول العقلى ككل	0,872	0,866

يتضح من الجدول (11) أن قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية مرتفعة ودالة إحصائياً مما يعني ثبات المقياس وصلاحيته للتطبيق.

نتائج البحث

1- نتائج السؤال الأول والذى ينص على: هل يتوافر لمقياس التجول العقلى درجة مقبولة من الصدق؟

قامت الباحثة بحساب صدق الاتساق الداخلى وصدق مفردات المقياس والتحقق من البنية العاملية للمقياس، وجاءت النتائج كما بالجداول السابق عرضها، حيث تشير جميعها إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق.

2- نتائج السؤال الثانى والذى ينص على: هل يتوافر لمقياس التجول العقلى درجة مقبولة من الثبات؟

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس من خلال معامل ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية كما جاءت بالجداول السابق عرضها، وتشير جميعها إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

توصيات البحث

فى ضوء ما توصل إليه من نتائج البحث، فإنه يوصى بما يأتى:

1- الاهتمام بطلاب الجامعة فى جميع المراحل الدراسية للتعرف على مستوى التجول العقلى لديهم.

2- إقامة دورات وندوات عن التجول العقلى للتعرف على سلبياته.

البحوث المقترحة

فى ضوء الإطار النظرى، والدراسات والبحوث السابقة يمكن اقتراح إجراء البحوث المقترحة الآتية:

1- مستوى التجول العقلى لدى طلاب الجامعة.

2- الخصائص السيكومترية لمقياس التجول العقلى لدى التلاميذ ذوى فرط الحركة ونقص الانتباه.

3- بناء وقياس التجول العقلى لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

المراجع

المراجع العربية

التميمى، هديل (2022). التجول العقلى لدى طلبة الجامعة. *كلية التربية المقداد، جامعة ديالى*، 1–40.

الشربينى، هانم، والفرحاتى، الفرحاتى (2004). علاقة مهارات ما وراء المعرفة بأهداف الإنجاز وأسلوب عزو الفشل لدى طلاب الجامعة. *دراسات فى التعليم الجامعى*، (7)، 100–148.

الفيل، حلمى (2018). برنامج مقترح لتوظيف أنموذج التعلم القائم على السيناريو (SBL) فى التدريس وتأثيره فى تنمية مستويات عمق المعرفة وخفض التجول العقلى لدى طلاب كلية التربية النوعية جامعة الاسكندرية. *مجلة كلية التربية*،*33*(2)،2–66.
DOI:10.21608/MUJA.2018.106929

الفيل، حلمى(2019). *متغيرات تربوية حديثة على البيئة العربية (تأصيل وتوطين)*. مكتبة الأنجلو المصرية.

المراغى، إيهاب(2020). استخدام استراتيجية عباءة الخبير فى تدريس الهندسة بأسلوب تكاملى على التحصيل وخفض درجة التجول العقلى والحد من أسبابه لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة تربويات الرياضيات*، *23* (1)، 31–79.
DOI:10.21608/ARMIN.2020.80893

بهنساوى، أحمد(2020). برنامج تدريبى قائم على اليقظة العقلية لتنمية الضبط الذاتي وأثره في خفض التجول العقلى لدى طلاب الجامعة. *مجلة البحث العلمى فى التربية*،*5*(21)،227–267. DOI:10.21608/JSRE.2020.106008

حسن، عزت (2008).*الإحصاء المتقدم للعلوم التربوية والنفسية والاجتماعية، تطبيقات باستخدام برنامج ليزرل LISREL8.8*. دار المصطفى للطباعة والترجمة.

حسين، هبة الله (2022). التجول الرقمىالعقلى والخوف من الفشل الأكاديمى لدى طلاب الدراسات العليا طلاب الدبلوم العام – طلاب الدبلوم الخاص: دراسة مقارنة. *مجلة الارشاد النفسى*، (70)، 299–334.

حمودة، حمودة، وسيد، هبة (2023). النموذج البنائى للعلاقات بين التجول العقلى والملل الإبداعى والانفتاح على الخبرة لدى طلاب الجامعة باستخدام تحليل الشبكة السيكومترية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 33(121)، 189–268.

سرحان، جنان (2023). التجول العقلى وعلاقته بأساليب التعلم وفقا لنموذج جراشا وريتشمان لدى طلبة الجامعة. *مجلة العلوم الانسانية*، *29*(4)، 1−21.
DOI:10.33855/0905-029-004-043

عبدالرحيم، مرفت (2021). التجول العقلى وعلاقته بالحل الإبداعى للمشكلات لدى طلاب المرحلة الثانوية بالوادى الجديد. *المجلة العلمية لكلية التربية*، (36)، 55–76.

المراجع الأجنبية

Baird , B., Smallwood , J., Lutz , A. &Schooler , J. (2014). The decoupled mind: Mind – Wandering disrupts cortical phase – Locking to perceptual Events ,*Journal of cognitive Neuroscience*,*y* (x), 1 – 12. DOI: 10.1162 /jocn-a-00656

Baird , B., Smallwood , J., Mrazek , M.&Kam , J. (2012). Inspired by Distraction: Mind wandering facilitates creayiveIncubation ,*psychological science* ,*23* (10) , 1117 – 1122.
DOI: 10.1171/ 0556791612446024.source:pubmed

Blonde, P., Makowski, D., Sperduti, M. & Piolino, P. (2020). In Medio Stat Virtus: intermediate levels of mind wandering improve episodic memory encoding in a virtual environment. *Psychological Research*, *85* , 1613–1625. DOI: 10.1007/ s00426−020- 01358-5

Brosowsky, N., DeGutis, J., Esterman, M., Smilek, D., & Seli, P. (2023). Mind wandering, motivation, and task performance over time: Evidence that motivation insulates people from the negative effects of mind wandering. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice.10* (4) , 475 – 486.
DOI:10.1037/ cns 0000263.

Carriere, J., Seil ,p. & Smilek ,D.(2013). Wandering in Both and Body: Individual Differences in mind wandering and intattention predict fidgeting ,*Canadian Journal of Experimental psychology* ,*67*(1), 19-31. DOI: 10.1037/ a0031438

Kawagoe, T., Onoda, K. & Yamaguchi, S. (2020). the association of motivation with mind wandering in trait and state levels. *PLoS ONE*, *15*(8),1 – 9. DOI: 10.1371/journal.pone.0237461

Killingsworth, M. & Gilbert, D. (2010). A wandering mind is an unhappy mind. *Science*, *330*(6006), 932- 940.
DOI: 10.1126/science.1192439

Lopez,A.,Caffo,A., Tinella,L. &Bosco,A. (2021). The four factors of mind wandering Questionnaire: content, construct, and Clinical validity. *Assessment*, *30* (2) , 433 – 447. DOI:10.1177/1073191111058688

Marcuusson – Clavertz ,D.(2016). *The diversity of mind wandering: The role of individual differences and cognitive factors* (Unpulished Doctoral Dissertation). Lund university.

McVay, J. & Kane, M. (2010). Does Mind Wandering Reflect Executive Function or Executive Failure? Comment on and Smallwood and Schooler (2006) Watkins (2008). *Psychological bulletin*, *136*(2), 188-207. DOI: 198. 10.1037/a0018298.

Mills,C.D'mello, S., Bosch ,N. &Olney , A. (2011). *Mind wandering during learning with an intelligent Tutoring system. In: Conatic., Heffernan, N., Mitrovic , A., Verdejo, M.(eds). Artiificial Intelligence in Education. (ALED 2015) Lecture notes in computer science* , (9112). http: //www.springer.com/series/1244

Mowlem, F., Skirrow, C., Reid, P., Maltezos, S., Nijjar, S., Merwood, A., Barker,E.,Cooper,R.,Kuntsi,J.& Asherson, P. (2019). Validation of the Mind Excessively Wandering Scale and the relationship of mind wandering to impairment in adult ADHD. *Journal of Attention Disorders*, *23*(6), 624-634. DOI:10.1177/1087054716651927

Mrazek,M.,Franklin, M.,Phillips,D.,Baird,B.,&Schooler,J.(2013). Mindfulness training improves working memory capacity and GRE performance while reducing mind wandering. *Psychological Science* ,1 – 6. DOI: 10.1177/0956797612459659

Ostojic, D. (2018*). Investigating mind wandering in university and community samples* (Unpublished Doctoral Dissertation). University of Windsor. https://scholar.uwindsor.ca/etd

Randall, J.(2015). Mind Wandering and self –directed learning: Testing the Efficacy of Self – Regulation Interventions to reduce mind wandering and enhance online traning performance(Unpublished Doctoral Disserertation). Rice University.

Seli, P., Risko, E., Smilek, D., & Schacter, D. (2016). Mind-Wandering with and Without Intention. *Trends in cognitive sciences*, *20*(8), 605–617. DOI:10.1016/j.tics.2016.05.010

Smallwood, J., & Schooler, J. (2006). The restless mind. *Psychological Bulletin*, *132*(6), 946-958. DOI:10.1037/0033.2909.132.6.946.source:pubmed

Smallwood, J., & Schooler, J. (2014). The science of mind wandering: empirically navigating the stream of consciousness. *Annual review of psychology*, *66* , 487-518. DOI:10.1146/annurev-psych-010814-015331.source..pubmed

Smallwood, J., O'Connor, R., Sudbery, M., &Obonsawin, M. (2007). Mind-wandering and dysphoria. *Cognition and Emotion*, *21* (4), 816-_842. DOI:10.1080/02699930600911531

Stawarczyk, D. , Majerus, S. , Maj, M. , Van der Linden, M., &D'Argembeau, A. (2011). Mind-wandering: Phenomenology and function as assessed with a novel experience sampling method.*Department of Cognitive Sciences,University of Liege, 1-51*.

Sullivan,Y.(2016). *Costs and benefits of mind wandering in atechnological setting: findings and implications(*Unpublished Doctoral Disserertation). University of North Texas.

Wammes, J., Seli, P., Cheyne, J., Boucher, P., & Smilek, D. (2016).Mind wandering during lectures II: Relation to academic performance. *Scholarship of Teaching and Learning in Psychology*, 1-16. DOI:/10.1037/stl0000055