

## Mind- wandering and its Relationship to Academic Engagement among Umm Al- Qura University Students

Mrs. Taghreed Daefallah Al- Huthale\*<sup>1</sup>, Co- Prof. Nawar Mohammad Saad Al- Harbi<sup>2</sup>

College of Education || Umm Al- Qura University || KSA<sup>1-2</sup>

**Received:**

02/10/2022

**Revised:**

26/10/2022

**Accepted:**

03/11/2022

**Published:**

28/02/2023

**Abstract:** The current study aimed to identify the nature of the relationship between mind- wandering and academic engagement. The study sample consisted of 420 undergraduate students majoring in science and humanities who were selected using the stratified random sampling method. The mind- wandering scale prepared by Elfiel (2018) and the academic engagement scale prepared by Mahasneh et al. (2019) were applied, and the descriptive- correlative approach was also used. The results of the study revealed that the students of Umm Al- Qura University are characterized by a high level of mind- wandering and academic engagement. There was a statistically significant relationship between mind- wandering and academic engagement. The study recommended training students on some exercises that may help reduce mind- wandering and raise the level of focus and attention during tasks, such as mindfulness exercises. The study also stressed the importance of discovering the academic and social problems facing university students and activating the role of academic counseling in order to help them solve these problems in order to increase academic engagement.

**Keywords:** Mind- wandering, Academic Engagement, Umm Al- Qura University students.

\* Corresponding author:

[s44180069@st.uqu.edu.sa](mailto:s44180069@st.uqu.edu.sa)

[u.sa](http://u.sa)

**Citation:** AL- Huthale,

T. D., & Al- Harbi, N, M.

(2023). Mind wandering

and its relation to

Academic Engagement

among Umm Al- Qura

University students.

Journal of Educational and

Psychological Sciences, 7

(7),113 – 134.

[https://doi.org/10.26389/](https://doi.org/10.26389/AJSRP.D021022)

[AJSRP.D021022](https://doi.org/10.26389/AJSRP.D021022)

2023 © AJSRP • National

Research Center, Palestine,

all rights reserved.

• **Open Access**



This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY- NC) [license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

### التجول العقلي وعلاقته بالاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى

أ. تغريد ضيف الله الهذلي\*<sup>1</sup>، أ.م.د/ نوار محمد سعد الحربي<sup>2</sup>

كلية التربية || جامعة أم القرى || المملكة العربية السعودية<sup>2-1</sup>

**المستخلص:** هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التجول العقلي والاندماج الأكاديمي. وقد تكونت عينة الدراسة من 420 طالبًا وطالبة من طلبة مرحلة البكالوريوس في التخصصات العلمية والإنسانية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية التطبيقية. وقد طُبِّق عليهم مقياس التجول العقلي من إعداد الفيل (2018)، ومقياس الاندماج الأكاديمي من إعداد محاسنة وآخرون (2019)، كما تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن طلبة جامعة أم القرى يتمتعون بمستوى مرتفع من التجول العقلي والاندماج الأكاديمي، وأن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين التجول العقلي والاندماج الأكاديمي. وأوصت الدراسة بتدريب الطلبة على بعض التمارين التي قد تساعد في خفض التجول العقلي ورفع مستوى التركيز والانتباه أثناء المهام مثل تمارين اليقظة العقلية، وأكدت على أهمية اكتشاف المشاكل الأكاديمية والاجتماعية التي تواجه طلبة الجامعة وتفعيل دور الإرشاد الأكاديمي لمساعدتهم على حلها لأن ذلك يساهم في زيادة الاندماج الأكاديمي.

**الكلمات المفتاحية:** التجول العقلي، الاندماج الأكاديمي، طلبة جامعة أم القرى.

## مقدمة.

يُعتبر تشتت الانتباه أثناء المحاضرات من أهم المشكلات التي تواجه طلبة الجامعة في قاعات الدراسة وتؤثر على تحصيلهم وأدائهم الأكاديمي، فيكون الطالب غير منتهب تمام للمادة العلمية التي يقدمها المعلم، إذا تحول تفكيره إلى أفكار داخلية لا علاقة لها بمحتوى المحاضرة (عرفان، 2022). وقد أشار عيد (2022) إلى أن هناك تشتتًا يحدث للطلبة أثناء المحاضرات أو عند قيامهم بنشاط بحيث يعيقهم عن أداء المهام والتعلم، وهو ما يُعرف باسم "التجول العقلي"، وهو يُعتبر نوعًا من تحول الانتباه وفقدان الفرد القدرة على التركيز أثناء المهام الأكاديمية.

ويشكل التجول العقلي أحد المعوقات التي تقف أمام تعلم الطلبة، فهو يؤثر بشكل سلبي ومباشر على نواتج التعلم المحتمل حصولها (البياتي وصالح، 2022) لأنه يعطل نجاح الطلبة في أداء المهمات والأنشطة المكلفين بها بالتالي يضعف تحصيل الطالب الدراسي ويمنع حدوث التعلم الفعال، بالإضافة إلى تأثيره على اندماج الطالب في بيئة التعلم، فعندما يتشتت ذهن الطالب بعيدًا عن المحاضرة فإن ذلك يؤدي إلى ضعف مشاركة واندماج الطالب أكاديميًا أثناء المحاضرة، فكل لما زاد التجول العقلي عند الطالب قلل ذلك من مستوى اندماجه الأكاديمي بشكل أكبر، والعكس صحيح (الفيل، 2018). وهذا ما دفع الباحثين والتربويين إلى تركيز الاهتمام بالاندماج الأكاديمي للطلبة أثناء التعلم لأنه يُعتبر مفتاحًا لحل العديد من المشاكل التعليمية (Fredricks & Mccolskey, 2012).

ويُعتبر الاندماج الأكاديمي حالة نشطة يقوم فيها الطالب بالمبادرة بكل حماس وتفاعل من أجل المشاركة في الأنشطة التعليمية المختلفة عن طريق بذل الجهد والتفاعل مع المعلمين والزملاء، وبالتالي تتولد لدى الطالب اتجاهات إيجابية نحو عملية التعلم والمؤسسة التعليمية ككل (طه، 2020). ويرتبط الاندماج الأكاديمي بالنتائج التعليمية الإيجابية، فهو يساعد في إحساس الطلبة بالانتماء والارتباط بالجامعة وإظهار سلوكيات أكثر إيجابية. كما يُعتبر مؤشرًا قويًا على مدى جودة تعلم ونجاح الطلبة أكاديميًا، ويشكل منبئًا جيدًا على رغبة الطالب في إكمال الدراسة (AL- Alwan, 2014)، بالإضافة إلى تأثيره الكبير على التحصيل الدراسي ودافعية الطلبة وتطور جانبهم الشخصي. ولذا يوفر الاندماج الأكاديمي رؤية شاملة عن أداء الطلبة ومدى تقدمهم أكاديميًا (حرب، 2019). وبناءً على ما سبق ذكره، تُعتبر تلك المتغيرات مهمة وذات تأثير كبير على عملية التعلم لدى الطلبة في جميع المراحل عامةً ولدى طلبة الجامعة خاصةً، ولذلك كانت الحاجة لإجراء الدراسة الحالية للكشف عن علاقة التجول العقلي بالاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى.

## مشكلة الدراسة:

تُعتبر مرحلة الجامعة من أهم المراحل التي يخوضها الطالب في حياته، ففيها تُصقل مهاراته وقدراته وتتضح شخصيته وميوله وأهدافه ويتحدد مستقبل الفرد المهني. ولما كان للمرحلة الجامعية من أثر واضح على نهضة وتطور المجتمعات وتحقيق مستقبل زاهر متقدم، فقد توجهت الأبحاث والدراسات التربوية إلى إزالة كل ما يعيق الأهداف التعليمية وتنمية الإمكانيات والقدرات المعرفية للطلبة على أفضل وجه ممكن وذلك لتحسين جودة مخرجات التعليم. وقد أشارت وداعة (2020) إلى وجود انخفاض واضح في جودة مخرجات التعليم الجامعي التي تؤثر على سير وتطور العملية التعليمية والارتقاء بالمستوى الأكاديمي مما يتسبب في هدر هائل للثروات المادية والبشرية، وأرجعت سبب الانخفاض إلى التجول العقلي. وتشير الأبحاث إلى أن التجول العقلي يحدث في أي مكان وخاصةً أثناء أنشطة التعلم، إذ يظهر بنسبة 20-40% أثناء القراءة وحوالي 40% أثناء مشاهدة المحاضرات على الإنترنت، وهو ما تكون له عواقب سلبية على التعلم (Mills et al., 2015). ويذكر (nurgitz 2019) أن طلبة الجامعة هم أكثر عرضةً للتجول العقلي، حيث يزداد الإلهاء والانشغال بسبب التكنولوجيا في بيئات التعلم مثل أجهزة الكمبيوتر المحمولة والهواتف والساعات الذكية.

وقد زادت الحاجة إلى البحث عن حلول لمشكلة التجول العقلي في هذا العصر أكثر من أي وقت مضى، وذلك بسبب تزايد المثيرات والمشتتات المختلفة التي تعيق انتباه الطلبة أثناء المحاضرات وبالتالي تؤثر سلبًا على الأداء الأكاديمي والفهم القرائي والعبء المعرفي والاندماج النفسي والمعرفي ومهارات حل المشكلات (الفيل، 2019). فقد أظهرت نتائج بعض الدراسات وجود مستوى مرتفع من التجول العقلي لدى طلبة الجامعة، كدراسة شلبي وآل معيض (2020) ودراسة الددو (2022) ودراسة البياتي وصالح (2022)، ولكن اختلفت نتائج دراسة حسين (2021) مع ما سبق، حيث أظهرت نتائج دراسته أن أفراد العينة من طلبة الجامعة ليس لديهم تجول عقلي. ونتيجة لتباين نتائج الدراسات السابقة، أصبح من الضروري دراسة مستوى التجول العقلي لدى طلبة الجامعة.

كما أوصت بعض الدراسات السابقة ومنها دراسة الفيل (2018) ودراسة بهنساوي (2020) بضرورة بناء برامج لخفض التجول العقلي لدى طلبة الجامعة وذلك بسبب تأثيراته غير الإيجابية على عملية التعلم، فهو يعيق انجاز المهام والأنشطة المكلف بها الطالب والتي تتطلب انتباهًا مستمرًا كما يضعف أداء الطلبة في اختبارات الذكاء والذاكرة العاملة بالإضافة إلى انعكاسه السلبي على الحالة المزاجية (Mooneyham & Schooler, 2013). كذلك فإن التجول العقلي له تأثير سلبي على الاندماج الأكاديمي للطلبة، حيث تعتمد مشاركة وتفاعل الطلبة على درجة انتباههم وعدم تشتت ذهنهم أثناء المحاضرة، ولذا يُعد تركيز الانتباه وغياب التجول العقلي من أهم العوامل التي تساهم في اندماج الطالب أكاديميًا (Ghasemi et al., 2018).

وقد أشار Wang et al. (2011) إلى أن اندماج الطالب الفعال في بيئة التعلم أمر بالغ الأهمية لنجاح الطلبة أكاديميًا، وهذا ما اتفق معه (AL- Alwan, 2014)، حيث ذكر أن الاندماج الأكاديمي من أهم العوامل التي تؤثر على عملية التعلم، فالطلاب المندمجون أكاديميًا يتمتعون بالكفاءة الذاتية الأكاديمية ويضعون أهدافًا عالية ويشاركون في الأنشطة التعليمية، وهو ما يؤدي بالتالي إلى زيادة تحصيلهم الدراسي ونجاحهم أكاديميًا. وفي المقابل، ذكر (2004) Klem and Connell أن الطلاب غير المندمجين أكاديميًا يكونون أكثر عرضةً لمشاكل سلوكية وعواقب سلبية طويلة المدى مثل التغيب والتسرب وظهور سلوكيات سيئة.

يُعد الاندماج الأكاديمي مهمًا لدى الطلبة في المرحلة الجامعة، فهي مرحلة مختلفة كليًا عن المراحل السابقة لأنها تتضمن صعوبات وخبرات جديدة تتطلب مستوى جيدًا من الاندماج الأكاديمي لاجتيازها والتوافق معها. فعند انتقال الطلبة لمرحلة الجامعة، تنتابهم مشاعر بعدم التكيف مع البيئة الجديدة ومحاولة معرفة قوانين وأنظمة الجامعة وطرق تكوين علاقات جيدة مع أعضاء هيئة التدريس والأقران واختيار التخصص المناسب والتوافق معه، فالاندماج الأكاديمي يساعد الطلبة في التأقلم مع الحياة الجامعية والشعور بالانتماء (الحلو ومتولي، 2020).

ويعتبر بعض التربويين أن هناك تحديًا كبيرًا يواجه المعلمين وأعضاء هيئة التدريس في جعل الطلبة مندمجين أكاديميًا، حيث تتراوح نسبة اندماج الطلاب ما بين 25% إلى 66%. وهذه النسبة تختلف من مرحلة تعليمية إلى أخرى (Harris, 2008)، إذ يتأثر مستوى اندماج الطلبة وخاصةً الجامعيين بما يتعرضون له من ضغوطات أكاديمية واجتماعية ونفسية حيث تقع عليهم مسؤوليات عديدة منها ما يتعلق بأعباء الدراسة الجامعية والعلاقة بين الزملاء وأعضاء هيئة التدريس والامتحانات والأنشطة (عباس، 2019).

وقد كان هناك اختلاف بين نتائج الدراسات السابقة في تحديد مستوى الاندماج الأكاديمي عند طلبة المرحلة الجامعية، حيث كشفت دراسة حبيب وعبد الكريم (2020) ودراسة عبد الحي (2020) عن وجود انخفاض في مستوى الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، بينما أظهرت نتائج دراسة شحاتة (2018) ودراسة محاسنة وآخرون (2019) عن وجود مستوى متوسط من الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. أما دراسة عباس (2019) ودراسة عيلان ورداد (2021)، فقد بينتا وجود مستوى مرتفع من الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. ويتضح من خلال

ما سبق عرضه وجود تباين واضح بين نتائج الدراسات السابقة فيما يتعلق بمستوى الاندماج الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الجامعية، ولذا كان من اللازم دراسة مستوى الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. وبناءً على ما سبق ذكره، جاءت الحاجة إلى دراسة التجول العقلي والاندماج الأكاديمي باعتبارهم متغيرين لهما دور مهم في عملية التعلم، مما يدعم توجه الدراسة الحالي.

#### أسئلة الدراسة:

بناءً على ما سبق؛ يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في الأسئلة التالية:

- 1- ما مستوى التجول العقلي لدى طلبة جامعة أم القرى؟
- 2- ما مستوى الاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى؟
- 3- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التجول العقلي وبين الاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى؟

#### أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى تحقيق ما يأتي:

- 1- التعرف على مستوى التجول العقلي لدى طلبة جامعة أم القرى.
- 2- التعرف على مستوى الاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى.
- 3- الكشف عن العلاقة بين التجول العقلي والاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى.

#### أهمية الدراسة:

##### ● الأهمية النظرية:

- تنبع أهمية الدراسة الحالية من أهمية العينة التي تتكون من طلبة الجامعة، حيث يُعتبرون ثروة وطنية وعماد الأمة، ولذا وجب النهوض بمستواهم المعرفي وتحسين أدائهم الأكاديمي وتنمية عقولهم لتحقيق التنمية في شتى المجالات.
- تستمد هذه الدراسة أهميتها من كونها قد ربطت بين متغيرات تُعد حديثة نسبياً في البيئة العربية، حيث لم تجد الباحثة- في حدود علمها- دراسة عربية سبق وأن ربطت بين التجول العقلي والاندماج الأكاديمي، وهو ما يساعد في فهم طبيعة هذه المتغيرات والكشف عن العلاقة بين هذه المتغيرات مما يساهم في تحسين عملية التعلم.
- زيادة وعي وانتباه الباحثين بكل من التجول العقلي والاندماج الأكاديمي واستثارة اهتمامهم لإجراء المزيد من الدراسات في هذا المجال، مما يساهم في تحسين وتطوير العملية التعليمية.

##### ● الأهمية التطبيقية:

- قد تفيد نتائج الدراسة الحالية في وضع البرامج التدريبية لتحسين الاندماج الأكاديمي وخفض التجول العقلي.
- قد تساهم نتائج الدراسة الحالية في إعطاء مؤشر لأصحاب القرار والمسؤولين لإعادة النظر إلى العملية التعليمية وما تنطوي عليها من مناهج وطرق تدريس وأنشطة في الجامعات في حال ظهور تدني في الاندماج الأكاديمي وتزايد في التجول العقلي لدى طلبة الجامعة.
- قد تساعد نتائج الدراسة في الخروج بمجموعة من التوصيات التي قد تفيد القائمين على تطوير التعليم الجامعي.

## حدود الدراسة:

تحددت الدراسة الحالية فيما يلي:

- الحدود الموضوعية: التجول العقلي والاندماج الأكاديمي.
- الحدود البشرية: طلاب وطالبات جامعة أم القرى.
- الحدود المكانية: جامعة أم القرى – مقر الزاهر للطالبات ومقر العابدية للطلاب.
- الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي (1444هـ- 2022).

## مصطلحات الدراسة:

- التجول العقلي Mind-wandering: ويُعرّف التجول العقلي بأنه: "تحول تلقائي في الانتباه من المهمة الأساسية إلى أفكار أخرى داخلية أو خارجية وهذه الأفكار قد تكون مرتبطة بالمهمة الأساسية أو غير مرتبطة بها" (الفيل، 2018، ص 11). وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس التجول العقلي المستخدم في الدراسة الحالية.
- الاندماج الأكاديمي Academic Engagement: ويُعرّف الاندماج الأكاديمي بأنه: "مساعدة الطالب في تحديد شعوره بالانتماء إلى البيئة التعليمية والشعور بالأمن والأمان، بالإضافة إلى تكوين علاقات قد تكون شخصية أو اجتماعية مع أقرانه الطلبة، كما يشمل المدى الذي يتحدد فيه نجاح وتقدم الطالب في الصفوف الدراسية" (محاسنة وآخرون، 2019، ص 154). وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس الاندماج الأكاديمي المستخدم في الدراسة الحالية.

## 2- الإطار النظري والدراسات السابقة.

## أولاً- الإطار النظري:

## المبحث الأول: التجول العقلي Mind-wandering

جرت دراسة متغير التجول العقلي في آخر ثلاثين عامًا وهو يُعد عاملاً مشتركاً في جميع أنشطة العقل البشرية (Smallwood & Schooler, 2006)، حيث انبثق مصطلح التجول العقلي من نظريات التحكم التنفيذي Theories of Executive Control التي تفسر وتوضح قدرة الأفراد على التحكم في انتباههم وإدراكاتهم وتنظيمها من أجل تحقيق الأهداف وإنجاز المهام وخاصةً عند مواجهة تداخلات أو تشوشات مختلفة. ووفقاً لهذه النظرية، فإن التجول العقلي يعطل تحقيق الهدف عن طريق التدخل بجذب الانتباه بعيداً عن المهمة الأساسية (Randall, 2015)؛ العمري والباسل، (2019).

## مفهوم التجول العقلي:

- قدم العديد من العلماء والباحثين تعريفات متعددة للتجول العقلي، ويرجع العمري والباسل (2019) هذا التعدد والتنوع في التعريفات إلى أهمية المتغير واتساع إبعاده، ومن هذه التعريفات ما يلي:
- "موقفًا تتحول فيه السيطرة التنفيذية من المهمة الأساسية إلى معالجة الأهداف الشخصية" (Smallwood & Schooler, 2006, p.946).

- " تحول تلقائي في الانتباه من المهمة الأساسية إلى أفكار أخرى داخلية أو خارجية وهذه الأفكار قد تكون مرتبطة بالمهمة الأساسية أو غير مرتبطة بها" (الفيل، 2018، ص 11).

### أنواع التجول العقلي:

يوجد نوعان من التجول العقلي وهما:

#### 1- التجول العقلي المرتبط بالمادة الدراسية:

هو تحوُّل انتباه الطالب بشكل خارج عن رغبته وإرادته إلى أفكار غير مرتبطة بالمهمة الحالية ولكنها مرتبطة بموضوع المادة الدراسية، وهو ما يحدث بشكل عفوي تلقائي (العمري الباسل، 2019؛ الفيل، 2018). وتتمثل ببعض السلوكيات التي يقوم بها الطالب في المحاضرة في تصفح الكتاب لكي يتأكد مما يستمع إليه أثناء المحاضرة أو سؤال زملائه للتأكد من بعض المعلومات التي يستمع إليها أثناء المحاضرة (الحنان، 2021؛ المراغي، 2020).

#### 2- التجول العقلي غير المرتبط بالمادة الدراسية:

وهو تحوُّل في انتباه الطالب بشكل خارج عن إرادته من التفكير بالمهمة الأساسية إلى أفكار أخرى خارجية غير مرتبطة بالمادة الدراسية التي يدرسها، ويحدث هذا بشكل تلقائي (بهنساوي، 2020). وتتضمن هذا الأفكار أحلام اليقظة والتفكير في المستقبل أو الاهتمامات الشخصية مثل التفكير في أحد الأصدقاء أو أحد أفراد العائلة أو التفكير في موعد معين أو موقف معين حدث أو قيام الطالب أثناء المحاضرة بتصفح هاتفه النقال (الحنان، 2021؛ السيد والصفى، 2020).

وقد وضع عبد الرحيم وآخرون (2021) تصنيفًا آخر للتجول العقلي وهو كالتالي:

- 1- التجول العقلي المنتج: وهو إمكانية الطالب أن يجول بعقله وينتج العديد من الأفكار الإبداعية والجديدة والنافعة وتكون هذه الأفكار متصلة ومرتبطة بالمهمة التي يقوم بتنفيذها الطالب.
- 2- التجول العقلي غير المنتج: وهو عندما يتجول عقل الطالب حول المهمة المكلف بها ولكن تكون أفكاره غير مبدعة ومفيدة ويكون ارتباطها بالمهمة المكلف بها ضعيفًا.
- 3- التجول العقلي المشتت: وهو يحدث عندما يجول الطالب بذهنه بعيدًا عن المهمة الرئيسية المكلف بها ويفكر في أشياء أخرى غير مرتبطة بالمهمة الرئيسية، وقد يكون نتيجة لتعرض الطالب لضغوطات من قلق أو إحباطات.

### العلاقة بين التجول العقلي وعملية التعلم:

يؤثر متغير التجول العقلي بشكل كبير على عمليتي التعليم والتعلم لدى الطلبة، فهو نشاط عقلي يقلل من قدرة الفرد على التفكير بفاعلية أثناء قيامه بمهمة ما أو نشاط معين (المراغي، 2020). وهناك علاقة سلبية بين التجول العقلي ونواتج التعلم، فهو يُعتبر عائقًا أمام تعلُّم الطلبة نظرًا لما يسببه من تشتت في الانتباه وفقدان السيطرة على التركيز، وبالتالي تتأثر قدرة الطلبة على مواصلة عملية التعلم بشكل فعال (البياتي وصالح، 2022). ولكي تكون عملية التعلم فعالة، يجب أن تكون قائمة على دمج وتكامل المعلومات من البيئة الخارجية مع تمثيلاتنا الداخلية للعالم، حيث يتم ترميز تلك المعلومات ودمجها في هيكل الذاكرة طويلة المدى، ولكن التجول العقلي يعيق هذا التكامل حين تُفقد تلك المعلومات خلال تجوُّل عقل الطالب أثناء المحاضرات أو عند قيامه بنشاط ما، وبالتالي يؤدي ذلك إلى صعوبة أو تعطيل فهم المادة أو المهمة المطلوبة (smallwood et al., 2007؛ mills et al., 2015).

ويلخص الفيل (2019) تأثير التجول العقلي على عملية التعلم كما يلي:

- يقلل من مستوى رغبة الطالب في التعلم.

- يضعف كفاءة وفاعلية التعلم لدى المتعلمين.
- يضعف عند الطالب حب الاستطلاع والاكتشاف المعرفي والفضول العلمي.
- يؤدي إلى خفض الاتجاه الإيجابي نحو الجامعة والمقررات الدراسية.
- يخفض من مستوى المشاركة والتفاعل الصفي.
- يؤدي إلى زيادة السلوكيات المقاومة للمعلم.

#### استراتيجيات لخفض التجول العقلي أثناء عملية التعلم:

في ضوء انتشار ظاهرة التجول العقلي لدى الطلبة وتأثيراتها وتبعاتها الخطيرة على السياقات الأكاديمية، حيث تؤثر على محصلة ونواتج الطلبة الأكاديمية وكفاءة العملية التعليمية وجودة حياتهم العامة، فقد دعا هذا الباحثين إلى تكثيف الجهود للحد من تفشي تلك الظاهرة، وذلك عن طريق إجراء دراسات تقوم على تدريب الطلبة على بعض الاستراتيجيات التي تقوي مستوى الانتباه والتركيز أثناء أداء المهام (عرفان، 2022). وبناءً على تلك المعطيات، نذكر بشكل مختصر أهم الاستراتيجيات لخفض التجول العقلي:

- إعطاء الطلبة أوقات راحة بشكل منتظم مع الأخذ بالاعتبار قيود النظام المعرفي
- التعلم النشط، وهو يمثل إحدى الاستراتيجيات التي تساعد في خفض التجول العقلي لأنه يهدف إلى جعل الطالب محور العملية التعليمية وانتقال الطالب من المتلقي السلبي إلى التفاعل الإيجابي، كجعل الطلبة يقومون بطرح الأسئلة بأنفسهم مما يؤدي إلى تحسين الانتباه أثناء المحاضرات.
- تشجيع الطلبة على ممارسة التأمل اليقظ، فهو يُعد وسيلة لتقليل الضغط والتوتر وزيادة التركيز والانتباه، حيث يشمل تمارين مثل اليوغا وممارسة التنفس واسترخاء الجسم والعضلات وذلك للحد من الإرهاق الحاصل في قاعات المحاضرات، كما أنه يقوي الوعي بالحاضر ويساعد الطلبة على تعزيز التركيز والانتباه أثناء المهمة (وداعة، 2020).

#### المبحث الثاني: الاندماج الأكاديمي Academic Engagement

بدأ الاهتمام والتركيز على مصطلح الاندماج الأكاديمي في الإطار التربوي في منتصف عام 1990 وبشكل جوهري وأساسي في عام 1984 عندما وضع Alexander Astin (1984) النظرية التنموية لطلبة الجامعات (الحلو ومتولى، 2020). وقد ركزت الأبحاث المبكرة على الاندماج الأكاديمي كوسيلة للوقاية من زيادة معدلات التسرب وترك المدرسة ومشاكل الانضباط وانخفاض مستوى التحصيل الدراسي ومشاعر الملل لدى الطلبة (Fredricks et al., 2004).

#### مفهوم الاندماج الأكاديمي:

هناك عدد كبير من الدراسات التي أكدت على أهمية الاندماج الأكاديمي على الرغم من وجود عدم اتفاق بين الباحثين في الإجماع على تعريف موحد للاندماج الأكاديمي، يرجع ذلك إلى تعدد آراء الباحثين والتوجهات النظرية التي ينتمون إليها. وفيما يلي نذكر أهم تلك التعريفات:

- "مقدار الطاقة الجسدية والنفسية التي يكرسها الطالب للخبرة الأكاديمية" (Astin, 1984p.518).
- "مساعدة الطالب في تحديد شعوره بالانتماء إلى البيئة التعليمية والشعور بالأمن والأمان، بالإضافة إلى تكوين علاقات قد تكون شخصية أو اجتماعية مع أقرانه الطلبة، كما يشمل المدى الذي يتحدد فيه نجاح وتقديم الطالب في الصفوف الدراسية" (محاسنة وآخرون، 2019، ص 154).

## أبعاد الاندماج الأكاديمي:

لقد اختلف الباحثين في تحديد أبعاد للاندماج الأكاديمي، حيث تنوعوا في تصنيف تلك الأبعاد. وفيما يلي نستعرض أهم أبعاد الاندماج الأكاديمي:

### 1- أبعاد الاندماج الأكاديمي (Willms (2003):

يشير Willms (2003) إلى أن الاندماج الأكاديمي يُعتبر هو ميل الطالب نحو التعلم والعمل مع الآخرين في المؤسسة التعليمية وهو ما يتم التعبير عنه عن طريق مشاعر الانتماء. وبناءً على ذلك، يتضح وجود بعدين للاندماج الأكاديمي، وهما:

- البعد النفسي أو العاطفي Emotion component: وهو ما يتعلق بإحساس وشعور الطالب بالانتماء في المؤسسة التعليمية من قبل زملائه ومعلميه والمحيطين به في بيئة التعلم بالإضافة إلى شعور الطالب بمنافع التعلم وبما سيعود عليه من فوائد.
- البعد السلوكي: Behavioural component: وهو يشمل مشاركة الطالب في الأنشطة والفعاليات سواء كانت أكاديمية أو غير أكاديمية (Willms, 2003).

### 2- ابعاد الاندماج الأكاديمي (Fredricks et al. (2004):

أشار Fredricks et al. (2004) إلى أن للاندماج الأكاديمي ثلاثة أبعاد وهي البعد السلوكي والبعد المعرفي والبعد الانفعالي، وفيما يلي عرض مختصر لتلك الأبعاد:

- البعد السلوكي: Behavioral Engagement: ويتضمن السلوكيات الإيجابية التي يقوم بها الطالب مثل إتباع الأنظمة والقوانين والتفاعل في قاعات الدراسة بطرح الأسئلة والتفاعل الإيجابي وبذل الجهد والمثابرة في إتمام الواجبات المسندة إليه والمشاركة في أنشطة الجامعة وغياب السلوكيات السيئة مثل الهروب أو التخريب أو الوقوع في مشاكل (Fredricks et al., 2004).
- البعد المعرفي Cognitive Engagement: الاندماج المعرفي يظهر في مدى استخدام الطلبة لاستراتيجيات التعلم التي تتضمن التنظيم الذاتي والمهارات فوق المعرفية التي تشمل القدرة على تخطيط ومراقبة وتقييم محتوى التعلم، ويبدى الطلاب ذو الاندماج المعرفي العالي استعدادهم لقبول التحديات والمرونة في حل المشكلات وإبداء تقدير لأهمية التعلم في المؤسسة التعليمية بالإعداد للمستقبل (Jelas et al., 2016).
- البعد الانفعالي Emotional Engagement: يشير الاندماج الانفعالي إلى ردود فعل الطلبة الوجدانية في قاعات الدراسة بما تشمله من شعور الطالب بالملل أو السعادة أو الحزن أو القلق أو الاهتمام، كما يتضمن مشاعر الطالب الإيجابية أو السلبية تجاه المهمة الأكاديمية والزملاء أو المعلمين أو المؤسسة التعليمية ككل ((Fredricks et al., 2004).

### استراتيجيات تسهم في رفع الاندماج الأكاديمي لطلبة الجامعة:

اقترح Garrett (2011) استراتيجيات لتعزيز اندماج الطلاب في البيئة الجامعية وهي كالآتي:

- إظهار الاندماج: ينبغي على هيئة التدريس مشاركة وإظهار مدى حماسهم وشغفهم وحبهم للتعلم أمام طلابهم.
- إدارة مناقشة في الصف حول الاندماج: مناقشة الطلبة حول مفهوم وأهمية الاندماج ومدى ارتباطه بعملية التعلم وأثاره الإيجابية.
- إعطاء خيارات متنوعة للطلبة لإظهار اندماجهم: يختلف كل طالب عن الآخرين في إظهار اندماجه، فالبعض مثلاً يفضل المناقشات داخل مجموعات صغيرة العدد، ولذا يجب إدراك أن بعض أنواع الأنشطة قد تكون غير



مريحة لبعض الطلبة، وبناءً على ذلك يلزم التنوع في الأنشطة من اختبارات قصيرة أو مناقشات صفية وما إلى ذلك، واستخدام مجموعة مختلفة من استراتيجيات التعلم.

#### ثانياً- الدراسات السابقة:

- أ- دراسات تناولت التجول العقلي وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى
- هدفت دراسة (Seli et al. (2019 إلى الكشف عن تأثير زيادة التحفيز في أداء مهمة ما في تقليل التجول العقلي. وقد تكونت عينة الدراسة من 101 من طلاب المرحلة الجامعية الأولى، وتم استخدام مقياس من إعداد الباحث، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي في الدراسة. وأظهرت نتائج الدراسة انخفاضاً في مستوى التجول العقلي لدى عينة الدراسة وذلك بسبب زيادة تحفيز عينة الدراسة.
  - هدفت دراسة حسين (2021) إلى معرفة مستوى التجول العقلي لدى طلبة جامعة واسط كلية التربية للعلوم الإنسانية. وتكونت العينة من 120 طالباً وطالبة، وتم استخدام مقياس للتجول العقلي من إعداد الباحث، واستخدم الباحث المنهج الوصفي في الدراسة. وأظهرت النتائج أن درجة التجول العقلي لدى طلبة الجامعة ككل كانت غير دالة معنوياً، وهذا يعني أنه لم يكن لدى أفراد العينة تجول عقلي.
  - هدفت دراسة البياتي وصالح (2022) إلى التعرف على مستوى التجول العقلي والأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيري النوع (ذكور، إناث) والتخصص (علمي، نظري). وقد تكونت العينة من 300 طالب وطالبة، وقام الباحث ببناء مقياس للتجول العقلي، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن طلبة الجامعة لديهم مستوى عالي من التجول العقلي، وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات العينة تبعاً لمتغير النوع ولصالح الذكور وتبعاً لمتغير التخصص ولصالح التخصص العلمي.
  - هدفت دراسة الددو (2022) إلى معرفة العلاقة بين أسلوبي التعلم (السطحي- العميق) وبين التجول العقلي لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة حلب. وقد تكونت عينة البحث من 110 من الطلاب والطالبات، وتم استخدام مقياس للتجول العقلي من إعداد الباحث، كما تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي في هذه الدراسة. وتوصلت نتائج البحث إلى وجود مستوى مرتفع من التجول العقلي لدى أفراد العينة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التجول العقلي تُعزى لمتغير الجنس.
- ب- دراسات تناولت الاندماج الأكاديمي وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى.
- هدفت دراسة شحاتة (2018) إلى التعرف على العلاقة بين العدالة الأكاديمية لأعضاء هيئة التدريس كما يدركها الطلاب والاندماج الجامعي لديهم ومستوى كل منها والتعرف على أثر متغير النوع على متغير الاندماج الأكاديمي. وتكونت العينة من 1262 من طلاب جامعة الزقازيق، وتم استخدام مقياس للاندماج الأكاديمي من إعداد الباحث، وتم استخدام المنهج الوصفي في الدراسة. وأظهرت النتائج أن مستوى الدرجة الكلية للاندماج الجامعي بأبعاده الثلاثة (السلوكي، الانفعالي، المعرفي) جاء بمستوى متوسط، كما أظهرت النتائج وجود فروق بين الذكور والإناث في الاندماج الجامعي وأبعاده الثلاثة لصالح الإناث.
  - هدفت دراسة (Delfino (2019 إلى معرفة مستوى الاندماج الأكاديمي لطلاب جامعة Partido State، ومعرفة العلاقة بين الاندماج الأكاديمي والأداء الأكاديمي. وقد تم استخدام مقياس للاندماج الأكاديمي من إعداد الباحث، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي في هذه الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من 305 طلاب.

وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الاندماج الأكاديمي في البعد السلوكي والمعرفي والانفعالي لأفراد العينة كان مرتفعاً.

- هدفت دراسة عبد الحي (2020) إلى قياس العلاقة بين اعتماد طلبة الجامعات على وسائل الإعلام الجديد في استقاء المعلومات والأخبار عن جائحة كورونا وبين اندماجهم الأكاديمي. وقد تكونت عينة الدراسة من 450 طالباً وطالبة، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي في الدراسة، وتم استخدام مقياس للاندماج الأكاديمي من إعداد الباحث. وتوصلت نتائج البحث إلى وجود انخفاض في مستوى الاندماج الأكاديمي لطلبة الجامعات، وعدم وجود فروق في الاندماج الأكاديمي تُعزى لمتغير النوع (ذكور، إناث) أو متغير التخصص الدراسي (علمي، نظري).
- هدفت دراسة عيلان ورداد (2021) إلى بناء مقياس للاندماج الأكاديمي لدى طلبة قسم التاريخ والتعرف على مستوى الاندماج الأكاديمي لديهم، وتم استخدام مقياس من إعداد الباحثة، وتكونت عينة الدراسة من 250 طالباً وطالبة. وأظهرت النتائج أنه لدى أفراد عينة البحث اندماج أكاديمي بمستوى عالي.

#### التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال ما تم عرضه سابقاً من جهود بحثية في مجال موضوع الدراسة، نجد أن أهداف الدراسات السابقة قد تنوعت، إذ تناولت متغيرات مختلفة وعلاقتها بمتغيرات متعددة بالإضافة إلى التعرف على مستوى تأثير تلك المتغيرات على أفراد العينة ومعرفة أثر كل من الجنس أو التخصص، كدراسة كل من شحاتة (2018)، و (2019) Seli et al.، و Delfino (2019)، وعبد الحي (2020)، وحسين (2021)، وعيلان ورداد (2021)، والددو (2022)، والبياتي وصالح (2022).

أما من حيث طبيعة العينة، فقد اتفقت الدراسات السابقة في التطبيق على عينة الدراسة من طلبة الجامعة، كدراسة كل من شحاتة (2018)، و Seli et al. (2019)، و Delfino (2019)، وعبد الحي (2020)، وحسين (2021)، وعيلان ورداد (2021)، والددو (2022)، والبياتي وصالح (2022)، وهو ما اتفقت معه الدراسة الحالية.

أما من حيث المنهج المتبع، فقد اتبعت الدراسات السابقة المنهج الوصفي، كدراسة كل من شحاتة (2018)، و Seli et al. (2019) و Delfino (2019)، وعبد الحي (2020)، وحسين (2021)، وعيلان ورداد (2021)، والددو (2022)، والبياتي وصالح (2022)، وهو ما اتفقت معه الدراسة الحالية.

ومن حيث أدوات جمع البيانات المستخدمة في الدراسات السابقة، فقد اعتمد الباحثون على مقاييس من إعدادهم لقياس التجول العقلي والاندماج الأكاديمي، كدراسة كل من شحاتة (2018)، و Seli et al. (2019)، و Delfino (2019)، وعبد الحي (2020)، وحسين (2021)، وعيلان ورداد (2021)، والددو (2022)، والبياتي وصالح (2022).

#### أوجه الاختلاف والتشابه بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

- اتفقت الحالية مع السابقة في تناولها للعلاقة بين متغيرات الدراسة، وبعض المتغيرات المعرفية الأخرى.
- اتفقت الحالية مع الدراسات السابقة في العينة التي أجريت عليها الدراسة، وهم طلبة المرحلة الجامعية.
- اتفقت الحالية مع الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي.
- اختلفت الحالية مع السابقة في تطبيق مقياس الدراسة، إذا تم استخدام مقياس الفيل (2018)، ومقياس محاسنه واخرون (2019) في الدراسة الحالية، بينما اعتمدت الدراسات السابقة على مقاييس من اعداد الباحثين أنفسهم.

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

- 1- تدعيم الإطار النظري، والمرتبطة بالتجول العقلي والاندماج الأكاديمي.
- 2- الاستفادة من الاطلاع على الدراسات السابقة في اختيار المقياس المناسب للتجول العقلي والاندماج الأكاديمي.
- 3- بعد الاطلاع ومعرفة نتائج الدراسات السابقة، تم الاستفادة منها في تفسير نتائج الدراسة الحالية.
- 4- تباين نتائج الدراسات السابقة في مستوى كل من التجول العقلي والاندماج الأكاديمي لدى افراد العينة؛ كان سبب الى اجراء الدراسة الحالية حول هذه المتغيرات.

### 3- منهجية الدراسة وإجراءاتها.

#### منهج الدراسة Research Methodology

انطلاقاً من تحديد مشكلة الدراسة وأهداف وتساؤلات الدراسة التي تم وضعها، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي في الدراسة الحالية، وذلك لمناسبة هذا المنهج في تحقيق غاية الدراسة الحالية، حيث يهدف المنهج إلى وصف الظاهرة وصفاً علمياً دقيقاً وتفسيرها ومحاولة الكشف عن العلاقة بين المتغيرات ودرجة ارتباطها، فقد يكون الارتباط موجباً أو سالباً أو يكون ذا دلالة إحصائية أو يعود إلى عوامل الصدفة (دمهوري وآخرون، 2000).

#### مجتمع الدراسة Research Population

تكوّن مجتمع الدراسة الحالية من جميع طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة بمرحلة البكالوريوس في التخصصات العلمية والإنسانية والبالغ عددهم (92628) طالباً وطالبة في العام الدراسي 1444 هـ- 2022 م.

#### عينة الدراسة Research Sample

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية التطبيقية من مجتمع الدراسة، وتكونت عينة الدراسة الحالية من 420 طالباً وطالبة من طلبة جامعة أم القرى.

#### خصائص عينة الدراسة Sample Properties

تم وصف عينة الدراسة تبعاً للمتغيرات التصنيفية، ويبين الجدول (1-3) خصائص عينة الدراسة الحالية.

جدول (1-3): خصائص عينة الدراسة

النسبة المئوية	العدد	الجنس
49%	206	ذكر
51%	214	أنثى
100%	420	المجموع
		العمر
94%	395	من 18 إلى 25 سنة
6%	25	من 26 إلى 33 سنة
100%	420	المجموع
		التخصص
49%	206	علمي
51%	214	نظري/إنساني
100%	420	المجموع

النسبة المئوية	العدد	الجنس
		السنة الدراسية
29.8%	125	الأولى
18.1%	76	الثانية
23.1%	97	الثالثة
29%	122	الرابعة
100%	420	المجموع
		المرحلة الدراسية
100%	420	بكالوريوس

### أدوات الدراسة

تمثلت أدوات الدراسة فيما يلي:

- 1- مقياس التجول العقلي من إعداد الفيل (2018).
  - 2- مقياس الاندماج الأكاديمي من إعداد محاسنة وآخرون (2019).
- وفيما يلي وصف لأدوات الدراسة وطرق تقنيها:

### أولاً- التجول العقلي:

- وصف المقياس:

قد قام الفيل (2018) ببناء مقياس التجول العقلي معتمداً على بعض المقاييس السابقة في الدراسات الأجنبية، بالإضافة إلى اطلاعه على العديد من الأطر النظرية في الدراسات الأجنبية السابقة التي تناولت موضوع التجول العقلي، وقد استفاد منها في بناء هذا المقياس. وتكون المقياس بصورته النهائية من (26) فقرة، موزعة على بعدين، وشمل التجول العقلي المرتبط بالموضوع (12) فقرة، والتجول العقلي غير المرتبط بالموضوع (14) فقرة.

- الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الاصلية:

للتحقق من صدق المقياس قام الباحث باستخدام الصدق العاملي من خلال تحديد الجذور الكامنة لمصفوفة الارتباطات لمقياس التجول العقلي، ويوضح جدول (2-3) الجذور الكامنة لمصفوفة الارتباطات لمقياس التجول العقلي.

جدول (2-3) الجذور الكامنة لمصفوفة الارتباطات لمقياس التجول العقلي (ن-63)

الجذور المستخلصة من عملية التحليل			الجذور الكامنة الأولية			العوامل
النسبة التجميعية للتباين المفسر %	نسبة التباين المفسر %	القيمة	النسبة التجميعية للتباين المفسر %	نسبة التباين المفسر %	القيمة	
52,718	52.718	1,054	52,718	52,718	1.054	1
			100	47,282	0,946	2

ويتضح من خلال الجدول السابق وجود عامل واحد فقط يفسر التباين الكلي، بعد اهمال العامل الاخر لان جذوره الكامن أقل من الواحد الصحيح؛ ولذا يمكن القول بان التحليل العاملي كشف عن وجود عامل واحد يفسر (52.718%) من تباين أداء الطلاب في مقياس التجول العقلي؛ وبذلك يمكن ان نطلق عليه عامل التجول العقلي، حيث ان مفردات المقياس تشبعت به بصورة جوهرية.

ومن ثم تم حساب تشبعت بعدى مقياس استراتيجيات التجول العقلي على العامل الوحيد الناتج من التحليل العاملي، وجدول (3-3) يبين ذلك.

جدول (3-3) تشبعت بعدى مقياس التجول العقلي على العامل الوحيد الناتج من التحليل العاملي (ن=63)

التشبع على العامل الوحيد	الأبعاد
0,582	التجول العقلي المرتبط بالموضوع
0,591	التجول العقلي غير المرتبط بالموضوع

يتضح من الجدول السابق ان بعدى مقياس التجول العقلي أظهرت تشبعت زادت قيمتها عن (0,30) على العامل الوحيد الناتج من التحليل العاملي ولذلك فهى تشبعت دالة احصائيا.

الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

أ- الصدق

1- الاتساق الداخلي: تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات البعد مع الدرجة الكلية لذلك البعد لمقياس التجول العقلي وبين بعدى المقياس والدرجة الكلية له، وذلك للتحقق من صدق البنية وتجانسها. ويبين الجدول (4-3) معاملات ارتباط الفقرات لكل بُعد مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتهي إليه تلك الفقرات. جدول (4-3): معاملات ارتباط الفقرات لكل بُعد مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه تلك الفقرات

التجول العقلي المرتبط بالموضوع		التجول العقلي غير المرتبط بالموضوع	
رقم الفقرة	معامل الارتباط مع البعد	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع البعد
1	**0.600	1	**0.634
2	**0.541	2	**0.739
3	**0.634	3	**0.731
4	**0.497	4	**0.573
5	**0.695	5	**0.662
6	**0.493	6	**0.696
7	**0.565	7	**0.673
8	**0.631	8	**0.742
9	**0.620	9	**0.660
10	**0.760	10	**0.672
11	**0.633	11	**0.736
12	**0.607	12	**0.495
		13	**0.703
		14	**0.562

\*\* دال عند (0.01)

يبين الجدول (4-3) أن جميع قيم معاملات ارتباط بيرسون للفقرات مع أبعادها الفرعية التي تنتهي إليها كانت دالة عند (0.01)، وذلك لجميع فقرات المقياس. كما تم حساب معامل ارتباط كل بُعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في الجدول (5-3).

جدول (5-3): معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية له

البعد	كرونباخ ألفا
التجول المرتبط بالموضوع	**0.770
التجول غير المرتبط بالموضوع	**0.884

يبين الجدول (5-3) أن قيم معامل ارتباط بيرسون لارتباط الأبعاد الفرعية بالدرجة الكلية على المقياس كانت دالة إحصائياً، وتبعاً لما سبق فإن مقياس التجول العقلي يتمتع بمقدار مقبول من الصدق.

## 2- ثبات المقياس

- ثبات الاتساق الداخلي:

تم التحقق من ثبات تجانس فقرات المقياس باستخدام طريقة كرونباخ ألفا وطريقة التجزئة النصفية لجتمان. ويبين الجدول (6-3) معامل ثبات مقياس التجول العقلي ببعديه كما يلي:  
جدول (6-3): معامل ثبات كرونباخ ألفا والتجزئة النصفية

التجزئة النصفية	كرونباخ ألفا	البعد
0.810	0.842	التجول المرتبط بالموضوع
0.893	0.899	التجول غير المرتبط بالموضوع
0.897	0.897	التجول العقلي

يُظهر الجدول (6-3) تمتع جميع أبعاد مقياس التجول العقلي بمعاملات ثبات مقبولة جيدة تزيد عن 0.8. وتبعاً لما سبق، تشير نتائج الصدق والثبات إلى تمتع مقياس التجول العقلي بخصائص سيكومترية جيدة تبرر استخدامه في الدراسة الحالية.

## ثانياً- مقياس الاندماج الأكاديمي:

- وصف المقياس:

أعد هذا المقياس محاسنة وآخرون (2019) بهدف معرفة علاقة الاندماج الأكاديمي بالتوجهات الهدافية لدى طلبة الجامعة. ولبناء المقياس، اطلع الباحثون على العديد من المقاييس الأجنبية للاندماج الأكاديمي، وذلك بغرض قياس الاندماج الأكاديمي بأبعاده الثلاثة (السلوكي، الانفعالي، المعرفي)، حيث يتكون المقياس بصورته النهائية من (44) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد: الاندماج السلوكي (12) فقرة، والاندماج الانفعالي (17) فقرة، والاندماج المعرفي (15) فقرة.

## الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الاصلية:

للتحقق من ثبات المقياس قام الباحث باستخدام الاتساق الداخلي Internal consistency حيث تم حساب معامل الاتساق الداخلي باستخدام طريقة كرونباخ ألفا Cranbach Alfa والجدول التالي (7-3) يوضح قيم معاملات الثبات:

جدول (7-3) قيم معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات مقياس الاندماج الأكاديمي

المقياس	البعد	عدد العبارات	ألفا كرونباخ
مقياس الاندماج الأكاديمي	البعد الأول: السلوكي	12	0,70
	البعد الثاني: الانفعالي	17	0,65
	البعد الثالث: المعرفي	15	0,76
	للمقياس ككل	44	0,73

لقد اتضح من خلال الجدول (7-3) ان قيم معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ بلغت (0,73)، وهذه يدل على ان مقياس الاندماج الأكاديمي يتمتع بدرجة ثبات مقبولة يمكن الاعتماد عليها في التطبيق الميداني للدراسة.

## الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

أ- صدق المقياس

## 1- الاتساق الداخلي:

تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات البعد مع الدرجة الكلية لذلك البعد في مقياس الاندماج الأكاديمي وبين أبعاد المقياس الثلاثة والدرجة الكلية، وذلك للتحقق من صدق البنية وتجانسها. ويبين الجدول (8-3) معاملات ارتباط الفقرات لكل بُعد مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتهي إليه تلك الفقرات. جدول (8-3): معاملات ارتباط الفقرات لكل بعد مع الدرجة الكلية للبعد التي تنتمي له تلك الفقرات.

الاندماج المعرفي		الاندماج الانفعالي		الاندماج السلوكي	
معامل الارتباط مع البعد	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع البعد	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع البعد	رقم الفقرة
**0.455	2	**0.545	3	**0.442	1
**0.432	5	**0.535	6	**0.480	4
**0.644	8	**0.618	9	**0.581	7
**0.555	11	**0.667	12	**0.497	10
0.094	14	**0.559	15	**0.405	13
**0.615	17	**0.500	18	**0.474	16
**0.561	20	**0.652	21	0.082	19
**0.559	23	**0.543	24	**0.436	22
**0.688	26	**0.627	25	**0.583	29
**0.566	27	**0.654	28	**0.652	32
**0.617	30	0.140	31	**0.452	35
**0.668	33	**0.551	34	**0.441	38
**0.596	36	**0.592	37		
**0.670	39	**0.552	40		
**0.700	41	**0.485	42		
		**0.665	43		
		**0.606	44		

\*\* دال عند (0.01)

يبين الجدول (8-3) أن جميع قيم معاملات ارتباط بيرسون للفقرات مع أبعادها الفرعية التي تنتهي إليها كانت دالة عند (0.01)، ما عدا الفقرات (14، 19، 31) وبالتالي سيتم حذفها. كما تم حساب معامل ارتباط كل بُعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في الجدول (8-3). جدول (8-3): معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية له.

الاندماج المعرفي	الاندماج الانفعالي	الاندماج السلوكي
**0.860	**0.902	**0.822

يبين الجدول (8-3) أن قيم معامل ارتباط بيرسون لارتباط الأبعاد الفرعية بالدرجة الكلية على المقياس كانت دالة إحصائياً، وتبعاً لما سبق فإن مقياس الاندماج الأكاديمي يتمتع بمقدار مقبول من الصدق.

ب- ثبات المقياس

1- ثبات الاتساق الداخلي:

تم التحقق من ثبات تجانس فقرات المقياس باستخدام طريقة كرونباخ ألفا وطريقة التجزئة النصفية لاجتماع. ويبين الجدول (9-3) معامل ثبات مقياس الاندماج الأكاديمي وأبعاده الثلاثة كما يلي:  
جدول (9-3): معامل ثبات كرونباخ ألفا والتجزئة النصفية.

التجزئة النصفية	كرونباخ ألفا	البعد
0.618	0.704	الاندماج السلوكي
0.791	0.871	الاندماج الانفعالي
0.789	0.860	الاندماج المعرفي
0.832	0.913	الاندماج الأكاديمي

يُظهر الجدول (9-3) تمتع جميع أبعاد مقياس الاندماج الأكاديمي بمعاملات ثبات مقبولة تزيد عن 0.6، كما أن المقياس ككل يتمتع بمعامل ثبات مرتفع، إذ أن معامل الثبات يُعتبر مقبولاً إذا بلغت قيمته بين (0.60) إلى أقل من (0.7)، وجيداً إذا تراوحت بين (0.7) إلى أقل من (0.9)، ومرتفعاً إذا زادت عن (0.9) تبعاً لما أشار إليه Streiner (2003). وبناءً على ما سبق، تشير نتائج الصدق والثبات إلى تمتع مقياس الاندماج الأكاديمي المكوّن من 41 فقرة بصورته النهائية بخصائص سيكومترية جيدة تبرر استخدامه في الدراسة الحالية.

#### 4- عرض النتائج ومناقشتها.

نتيجة السؤال الأول: "ما مستوى التجول العقلي لدى طلبة جامعة أم القرى؟ وللإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية الموزونة لاستجابات عينة الدراسة على أبعاد مقياس التجول العقلي كما هو موضح في جدول (1-4).

جدول رقم (1-4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الموزونة

المقياس	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
التجول العقلي	التجول المرتبط بالموضوع	3.560	0.625	مرتفع
	التجول غير المرتبط بالموضوع	3.402	0.769	مرتفع
	الكلّي	3.475	0.573	مرتفع

\*\* دال عند مستوى دلالة 0.01

ويتضح من الجدول السابق ما يلي:

- بلغ متوسط أداء أفراد عينة الدراسة على فقرات بُعد التجول المرتبط بالموضوع (3.560)، بانحراف معياري بلغ قرابة (0.63). وتبعاً لذلك، يمكن القول بأن أفراد عينة الدراسة تمتعوا بدرجة مرتفعة من سمة التجول المرتبط بالموضوع، كما أن متوسط الأداء على هذا البعد كان أعلى بالمقارنة مع الشكل الثاني وهو غير المرتبط بالموضوع.
- بلغ متوسط أداء أفراد عينة الدراسة على فقرات بُعد التجول غير المرتبط بالموضوع (3.402)، بانحراف معياري أكبر يشير إلى التباين في الرأي النسبي بلغ قرابة (0.77). وتبعاً لذلك، يمكن القول بأن أفراد عينة الدراسة تمتعوا بدرجة مرتفعة من سمة التجول غير المرتبط بالموضوع أيضاً.
- بلغ متوسط أداء أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس التجول العقلي عموماً (3.475)، بانحراف معياري بلغ قرابة (0.57). وتبعاً لذلك، يمكن القول بأن أفراد عينة الدراسة قد تمتعوا بدرجة مرتفعة من التجول العقلي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بعدة أسباب، فقد يرجع السبب إلى وجود مشاكل اجتماعية أو عاطفية أو اقتصادية يعاني منها الطلبة أو شعورهم بالملل أو الإرهاق أو النعاس أثناء المحاضرة وتؤدي إلى تشتت انتباههم وعدم



قدرتهم على التركيز أثناء المحاضرة. وهذا يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (Kane et al. (2007) من أن الطلاب تتجول عقولهم بشكل أكبر في حالة التعب أو التوتر أو عند مشاركة نشاط غير ممتع وممل أو عدم توافق قدرة الفرد مع المهمة بخلاف الطلاب الذين يشعرون بالسعادة ويمارسون أنشطة ممتعة تقل لديهم فرص التجول العقلي. كما يمكن أن يُعزى السبب إلى وجود مثيرات في البيئة الخارجية تكون قريبة إلى اهتماماتهم وأهدافهم الشخصية أكثر من الاستماع والتركيز في المحاضرة في ظل التطور التكنولوجية الذي نشهده وانتشار وسائل التواصل الاجتماعي وهو ما نتج عنه كم هائل من المثيرات المشتتة التي جذبت انتباه وتركيز الطلبة إليها بكونها أكثر جاذبية ومنتعة مقارنةً بمثيرات التعلم. وهذا يتفق مع ما ذكره (Nurgitz (2019) من أن طلبة الجامعة أكثر عرضة للتجول العقلي بسبب التكنولوجيا المتاحة لهم في بيئة التعلم مثل الهواتف والساعات الذكية وأجهزة الكمبيوتر. كذلك يمكن إرجاع السبب في ارتفاع مستوى التجول العقلي إلى صعوبة أو سهولة المهمة التي يقوم بها الطلبة أثناء المحاضرة، فيتناقص التجول العقلي ويزيد تركيز الطالب عند المهام الصعبة التي تحتاج إلى تخطيط واتخاذ قرار مقارنةً بالمهام السهلة والمألوفة لدى الطالب والتي يزداد التجول العقلي وعدم التركيز والانتباه فيها.

وتتفق هذه النتيجة جزئيًا مع نتائج دراسة الددو (2022) ودراسة البياتي وصالح (2022) فيما يتعلق بوجود مستوى مرتفع من التجول العقلي لدى طلبة الجامعة. واختلفت نتائج الدراسة الحالية جزئيًا مع نتائج دراسة Seli et al. (2019)، حيث أظهرت وجود انخفاض في مستوى التجول العقلي. أما نتائج دراسة حسين (2021) فقد كشفت أن أفراد العينة ليس لديهم تجول عقلي.

#### نتيجة السؤال الثاني: "ما مستوى الاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى؟

وللإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية الموزونة لاستجابات عينة الدراسة على أبعاد مقياس الاندماج الأكاديمي، كما هو موضح في جدول (2-4).

جدول رقم (2-4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الموزونة

المقياس	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
الاندماج الأكاديمي	الاندماج السلوكي	3.792	0.584	مرتفع
	الاندماج الانفعالي	3.707	0.673	مرتفع
	الاندماج المعرفي	3.774	0.634	مرتفع
	الكلية	3.753	0.548	مرتفع

\*\* دال عند مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- بلغ متوسط أداء أفراد عينة الدراسة على فقرات بعد الاندماج السلوكي (3.792)، بانحراف معياري كان الأقل نسبيًا وهو ما يشير إلى تجانس نسبي لاستجابات عينة الدراسة حول المتوسط بلغ قرابة (0.58). وتبعًا لذلك، يمكن القول بأن طلبة عينة الدراسة تمتعوا بدرجة مرتفعة من الاندماج السلوكي، كما أن متوسط الأداء على هذا البعد كان الأعلى قيمة بالمقارنة مع بقية أشكال الاندماج.
- بلغ متوسط أداء أفراد عينة الدراسة على فقرات بعد الاندماج الانفعالي (3.707)، بانحراف معياري كان الأعلى نسبيًا وهو ما يشير إلى تباين نسبي لاستجابات عينة الدراسة حول المتوسط بلغ قرابة (0.67). وتبعًا لذلك، يمكن القول بأن طلبة عينة الدراسة تمتعوا بدرجة مرتفعة من الاندماج الانفعالي.
- بلغ متوسط أداء أفراد عينة الدراسة على فقرات بعد الاندماج المعرفي (3.774)، بانحراف معياري بلغ قرابة (0.63). وتبعًا لذلك، يمكن القول بأن طلبة عينة الدراسة تمتعوا بدرجة مرتفعة أيضًا من الاندماج المعرفي.

- بلغ المتوسط الحسابي لأداء أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس الاندماج الأكاديمي ككل (3.753)، بانحراف معياري بلغ قرابة (0.55). وتبعًا لذلك، يمكن القول بأن أفراد عينة الدراسة قد تمتعوا بدرجة مرتفعة من الاندماج الأكاديمي بشكل عام.

ويمكن تفسير نتيجة ارتفاع مستوى الاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى بأن المرحلة الجامعية تُعتبر أكثر حرية واستقلالية لدى الطالب بخلاف المراحل السابقة، حيث سهولة التعامل مع أعضاء هيئة التدريس، والفرص الكثيرة في إيجاد صداقات جديدة ومتنوعة، بالإضافة إلى قدرة الطالب على التعديل والتغيير في المواد الدراسية، وهذه العوامل كلها تولّد لدى الطالب شعورًا بالانتماء مع المحيطين واندماجًا في البيئة الجامعية. كما يمكن إرجاع السبب إلى الدور الذي تلعبه الجامعة في توفير ما يحتاجه الطالب من مرافق وخدمات مثل المختبرات والمكتبات والأنشطة المختلفة لجميع الطلبة، بالإضافة إلى توفير قاعات مناسبة وأوقات ملائمة للمحاضرات مما ينعكس على إحساس الطالب بالانسجام والتوافق مع البيئة الجامعية. وهذا يتفق مع ما ذكره Pace (1984) عن أهمية المرافق والخدمات التي توفرها الجامعة في حصول الطالب على الاندماج الأكاديمي.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية جزئيًا مع نتائج دراسة Delfino (2019) ودراسة عيلان ورداد (2021) فيما يتعلق بوجود مستوى عالي من الاندماج الأكاديمي لدى أفراد العينة، بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية جزئيًا مع نتائج دراسة شحاتة (2018) فيما يتعلق بوجود مستوى متوسط من الاندماج الأكاديمي لدى أفراد العينة، كما اختلفت نتائج الدراسة الحالية جزئيًا مع نتائج دراسة عبد الحي (2020) والتي توصلت إلى وجود انخفاض في مستوى الاندماج الأكاديمي لدى أفراد العينة.

نتيجة السؤال الثالث: "هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التجول العقلي وبين الاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى؟"

ولمعرفة ما إذا كانت هناك علاقة دالة إحصائية بين التجول العقلي والاندماج الأكاديمي لدى طلبة جامعة أم القرى، تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين هذه الأبعاد، وقد جاءت النتائج كما يوضحها الجدول (3-4).

جدول (3-4): نتائج قيم معامل ارتباط بيرسون بين التجول العقلي والاندماج الأكاديمي وأبعادهما

المجال	الاندماج السلوكي	الاندماج الانفعالي	الاندماج المعرفي	الاندماج الأكاديمي
التجول المرتبط بالموضوع	**0.187	**0.455	**0.606	**0.511
التجول غير المرتبط بالموضوع	- 0.340**	0.051	0.047	- 0.054

يبين الجدول (3-4) ما يلي:

- وجود علاقة خطية موجبة دالة إحصائية بين كل من التجول المرتبط بالموضوع وبين الاندماج السلوكي بلغت (0.187)، مما يعني أنه بازياد مستوى الاندماج السلوكي يزداد وبشكل ضئيل التجول المرتبط بالموضوع، والعكس صحيح.
- وجود علاقة خطية موجبة دالة إحصائية بين كل من التجول المرتبط بالموضوع من جهة، والاندماج الانفعالي والاندماج المعرفي والاندماج الأكاديمي ككل من جهة أخرى. وقد بلغت معاملات الارتباط بالترتيب (0.455، 0.606، 0.511)، مما يعني أنه بازياد مستوى كل من الاندماج الانفعالي والمعرفي والاندماج الأكاديمي ككل يزداد التجول المرتبط بالموضوع، والعكس صحيح.
- وجود علاقة خطية سالبة دالة إحصائية بين كل من التجول غير المرتبط بالموضوع وبين الاندماج السلوكي بلغت (-0.340)، مما يعني أنه بازياد الاندماج السلوكي يقل مستوى التجول غير المرتبط بالموضوع، والعكس صحيح.

- عدم وجود علاقة بين التجول غير المرتبط بالموضوع وبين كل من الاندماج الانفعالي، والاندماج المعرفي، والاندماج الأكاديمي ككل.

وبناءً على ما سبق ذكره، يمكن تفسير وجود علاقة طردية بين التجول العقلي المرتبط بالموضوع وابعاد الاندماج الأكاديمي، فقد أظهرت النتائج أنه عندما يزداد مستوى الاندماج الأكاديمي بأبعاده (السلوكي، المعرفي، الانفعالي) يزيد التجول العقلي المرتبط بالموضوع. ويرجع السبب في ذلك إلى خصائص الطلبة أنفسهم، فالطلبة الذين يتمتعون بمستوى اندماج أكاديمي مرتفع، يتميزون بأداء أكاديمي عالي ويحصلون على تقديرات جيدة ويسعون دائماً إلى تحقيق أفضل أداء في الاختبارات، فهم مجتهدون وحريصون على أدائهم الأكاديمي. فيقوم بعض الطلبة ببعض السلوكيات التلقائية التي تؤدي إلى تشتت انتباههم وتحول تفكيرهم بعيداً عن موضوع المحاضرة. ولكن تلك الأفكار تكون مرتبطة بالموضوعات الدراسية، كتفكير الطلبة بمستواهم الدراسي أو التفكير في كيفية الاستعداد للاختبارات. وهذا يتفق مع ما ذكره الحنان (2021) من أن بعض الطلبة يتحول انتباههم بشكل تلقائي من الاستماع والتركيز أثناء المحاضرة إلى الانشغال بأمور أخرى تؤدي إلى التشتت وعدم التركيز. مثال على ذلك: تصفح بعض الطلبة للكتاب أثناء المحاضرة ليتأكد مما يستمع إليه، أو سؤال زميله للتأكد من بعض المعلومات التي يستمع إليها أو كتابة الملاحظات الجانبية بينما يلقي الأستاذ المحاضرة. ويرجع كل ذلك إلى اجتهاد وحرص الطلبة على تحصيلهم الأكاديمي. أما الجانب الثاني فهو التجول العقلي الغير مرتبط بالموضوع، فقد أظهرت النتائج انه كلما زاد مستوى الاندماج السلوكي قل مستوى التجول العقلي الغير مرتبط بالموضوع. وهذا يرجع إلى أن الطلبة عندما يقومون بسلوكيات إيجابية مثل التفاعل في قاعات الدراسة بطرح الأسئلة والمناقشة والمشاركة في الأنشطة المختلفة يقل لديهم التفكير بموضوعات خارج المحتوى الدراسي، كالتفكير في أحد الأصدقاء أو التفكير في موقف معين أو موعد معين، وذلك لأن تركيزهم يكون منصب على التفاعل مع الأساتذة أثناء المحاضرات. كما وكشفت النتائج عن عدم وجود علاقة بين التجول العقلي الغير مرتبط بالموضوع وكل من الاندماج الانفعالي، والاندماج المعرفي، والاندماج الأكاديمي ككل. وذلك يرجع إلى ان التجول العقلي الغير مرتبط بالموضوع له علاقة باهتمامات الطلبة الخاصة، فعندما تتجول عقول الطلبة أثناء المحاضرة بأفكار خارج محتوى المحاضرة كالتفكير بزيارة أحد الأصدقاء فهذا يحدث بسبب اهتماماتهم الخاصة.

### التوصيات والمقترحات.

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج، توصي الباحثة وتقتح ما يلي:

- 1- تدريب الطلبة على بعض التمارين التي قد تساعد في خفض التجول العقلي ورفع مستوى التركيز والانتباه أثناء المهام مثل تمارين اليقظة العقلية.
- 2- أهمية اكتشاف المشاكل الأكاديمية والاجتماعية التي تواجه طلبة الجامعة وتفعيل دور الإرشاد الأكاديمي لمساعدتهم على حلها لأن ذلك يساهم في زيادة الاندماج الأكاديمي.
- 3- كما تقتح الباحثة إجراء دراسات في الموضوعات الآتية:
  1. التجول العقلي والاندماج الأكاديمي في بيئة التعلم الإلكتروني مقارنةً ببيئة التعلم التقليدي.
  2. إجراء دراسات حول التجول العقلي وعلاقته بالاندماج الأكاديمي لدى الموهوبين والعادين.

## أولاً- المراجع بالعربية:

- بهنساوي، أحمد فكري. (2020). برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية لتنمية الضبط الذاتي واثره في خفض التجول العقلي لدى طلاب الجامعة. مجلة البحث العلمي في التربية، 5 (21)، ص ص 227- 267.
- البياتي، عثمان صالح، وصالح، عامر مهدي. (2022). التجول العقلي وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. مجلة أداب الفراهيدي، 14 (48)، ص ص 554- 579.
- حبيب، أمل عبد المنعم، وعبد الكريم، السيدة السيد. (2020). الاسهام النسبي لكل من العبء المعرفي والذكاء الروحي والاندماج الجامعي والرجاء في التنبؤ بالاحترق التعلّم لدى طالبات جامعة ببشة. العلوم التربوية، 28 (4)، ص ص 123- 252.
- حرب، سامح حسن. (2019). تباين الاندماج الأكاديمي والتحصيل الدراسي بتباين مستوى الأسلوب التنظيمي الحركة والتقييم والضمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، 30 (119)، ص ص 1- 80.
- حسين، حازم عبد الكاظم. (2021). التجول العقلي وعلاقته بطلاقة الاشكال لدى طلبة جامعة واسط كلية التربية للعلوم الإنسانية أنموذجا. مجلة كلية التربية، (42)، ص ص 425- 440.
- الحلو، نرمين مصطفى حمزة، ومتولى، شيماء بهيج محمود. (2020). أثر توظيف منصة إلكترونية قائمة على استخدام موقع Easy Class لتنمية مهارات إدارة المعرفة الشخصية والاندماج الأكاديمي لدى الطالبة المعلمة كلية الاقتصاد المنزلي. مجلة كلية التربية 20 (1)، ص ص 105- 179.
- الحنان، أسامة محمود محمد محمد. (2021). برنامج قائم على التلمذة المعرفية في تدريس الرياضيات لتنمية التنور الرياضي وخفض التجول العقلي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة تربويات الرياضيات، 24 (2)، ص ص 152- 206.
- الدودو، عماد. (2022). أسلوب التعلم السطحي والعميق وعلاقتهما بالتجول العقلي العفوي والمتعمد لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة حلب في المناطق المحررة. مجلة تبيان للعلوم التربوية والاجتماعية، 2 (1)، ص ص 234- 267.
- دمنهوري، رشاد، السلام، فاروق، الكفورى، صبحى، النجار، علاء، وبلخى، هاشم. (2000). المدخل الى علم النفس العام ط2. دار زهران للنشر والتوزيع.
- السيد، نبيل عبد الهادى، والصفى، مروة عبد الباسط. (2020). أثر برنامج تعليمي قائم على بعض مهارات التفكير المنظومي في تنمية الكفاءة التدريسية المدركة وخفض التجول العقلي لدى الطالبات المعلمات بجامعة الأزهر. العلوم التربوية، 28 (2)، ص ص 47- 132.
- شحاته، غادة محمد. (2018). العدالة الأكاديمية لاعضاء هيئة التدريس كما يدركها الطلاب وعلاقتها بالاندماج الجامعي لديهم. مجلة كلية التربية، 1 (115)، ص ص 1- 105.
- شلبي، يوسف محمد، وآل معيض، عائض عبد الله محمد. (2020). نمذجة العلاقات السببية بين التجول العقلي وكل من اليقظة العقلية والانفعالات الأكاديمية والتحصيل لدى طلبة الجامعة. المجلة التربوية، 2 (84)، ص ص 611- 667.
- طه، رياض سليمان. (2020). الاندماج الأكاديمي وعلاقته بالشغف الأكاديمي والتفاؤل والرجاء لدى طلاب الجامعة: دراسة في نمذجة العلاقات. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، 44 (3)، ص ص 291- 372.
- عباس، حلا يحيى. (2019). الاندماج الجامعي لدى طلبة كلية التربية جامعة القادسية. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، (43)، ص ص 2063- 2083.
- عبد العلي، حسام فايز. (2020). اعتماد طلبة الجامعات على وسائل الإعلام الجديد في استقاء المعلومات والأخبار عن جائحة كورونا كوفيد- 19 وعلاقته بالاندماج الأكاديمي لديهم. مجلة البحوث الإعلامية، 54 (4)، ص ص 2605- 2656.
- عبد الرحيم، مرفت عبد العظيم، وواعر، نجوى احمد، وحمودة، عبد الواحد حمودة، وسيد، هبة زيدان. (2021). التجول العقلي وعلاقته بالحل الإبداعي للمشكلات لدى طلاب المرحلة الثانوية بالوادي الجديد. المجلة العلمية - كلية التربية - جامعة الوادي الجديد، (36)، ص ص 55- 76.
- عرفان، أسماء عبد المنعم. (2022). فعالية التدريب على بعض استراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا في الحد من التجول العقلي لدى طالبات الجامعة منخفضات التحصيل الأكاديمي. المجلة المصرية للدراسات النفسية 32 (114)، ص ص 86- 21.

- العمري، عائشة بلهش، والباسل، رباب محمد عبد الحميد. (2019). برنامج مقترح لتوظيف التعلم المنتشر في التدريس وتأثيره على تنمية نواتج التعلم وخفض التجول العقلي لدى طالبات كلية التربية. تكنولوجيا التربية- دراسات وبحوث، (38)، ص ص331-398.
- عيد، سماح محمد. (2022). التفكير التأملي وخفض التجول العقلي لدى تلاميذ الصف الثاني الاعدادي. المجلة العلمية لكلية التربية، 38 (3)، ص ص 2-55.
- عيلان، رشا نعمة، وردام، يحيى عبيد. (2021). الاندماج الأكاديمي لدى طلبة قسم التاريخ. المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية، (20)، ص ص 94-110.
- الفيل، حلمي محمد حلمي. (2019). متغيرات تربوية حديثة على البيئة العربية (تأصيل وتوطين). مكتبة الانجلو المصرية.
- الفيل، حلمي محمد. (2018). برنامج مقترح لتوظيف أنموذج التعلم القائم على السيناريو عمق مستويات تنمية في وتأثيره التدريس في المعرفة وخفض التجول العقلي لدى طلاب كلية التربية النوعية جامعة الإسكندرية. مجلة كلية التربية، 33 (2)، ص ص2-66.
- محاسنة، احمد، والعلوان، احمد، والعظامات، عمر. (2019). الانغماس الأكاديمي وعلاقته بالتوجهات الهدافية لدى طلبة الجامعة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 15 (2)، ص ص 149-166.
- المراغي، إيهاب السيد شحاتة. (2020). استخدام استراتيجيات عباءة الخبير في تدريس الهندسة بأسلوب تكاملي على التحصيل وخفض درجة التجول العقلي والحد من أسبابه لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة تربويات الرياضيات، 23 (1)، ص ص31-79.
- وداعة، زينة نزار. (2020). واقع التجول العقلي لدى طلبة الجامعة في العراق في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية 8 (2)، ص ص 447-462.

#### ثانياً- المراجع بالإنجليزية:

- Al- Alwan, A. F. (2014). Modeling the relations among parental involvement, school engagement and academic performance of high school students. *International Education Studies*, 7 (4).
- Delfino, A. P. (2019). Student engagement and academic performance of students of Partido State University. *Asian Journal of University Education*, 15 (1), n1.
- Fredricks, J. A., & McColskey, W. (2012). The measurement of student engagement: A comparative analysis of various methods and student self- report instruments. In S. L. Christenson, A. L. Reschly, & C. Wylie (Eds.), *Handbook of research on student engagement* (pp. 763–782). Springer Science + Business Media. [https://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7\\_37](https://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7_37)
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the Concept, State of the Evidence. *Review of Educational Research*, 74 (1), 59- 109.
- Garrett, C. (2011). Defining, detecting, and promoting student engagement in college learning environments. *Transformative Dialogues: Teaching and Learning Journal*, 5 (2).
- Ghasemi, M. R., Moonaghi, H. K., & Heydari, A. (2018). Student- related factors affecting academic engagement: A qualitative study exploring the experiences of Iranian undergraduate nursing students. *Electronic physician*, 10 (7), 7078- 7085. <http://dx.doi.org/10.19082/7078>.
- Harris, L. (2008). A phenomenographic investigation of teacher conceptions of student engagement in learning. *Australian Educational Researcher*, 35 (1), 57- 79.
- Jelas, Z. M., Azman, N., Zulnaidi, H., & Ahmad, N. A. (2016). Learning support and academic achievement among Malaysian adolescents: The mediating role of student engagement. *Learning Environments Research*, 19 (2), 221–240. <https://doi.org/10.1007/s10984-015-9202-5>
- Kane, M. J., Brown, L. H., McVay, J. C., Silvia, P. J., Myin- Germeyns, I., & Kwapil, T. R. (2007). For whom the mind wanders, and when: an experience- sampling study of working memory and executive control in daily life. *Psychological Science*, 18 (7), 614–621. <https://cutt.us/48pUc>

- Klem, A. M., & Connell, J. P. (2004). Relationships matter: Linking teacher support to student engagement and achievement. *Journal of school health*, 74 (7), 262- 273.
- Mills, C., D’Mello, S., Bosch, N., & Olney, A. M. (2015, June 22- 26). Mind wandering during learning with an intelligent tutoring system[Conference Session]. In *International conference on artificial intelligence in education*, Madrid, Spain. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-19773-9\\_27](https://doi.org/10.1007/978-3-319-19773-9_27).
- Mooneyham, B. W., & Schooler, J. W. (2013). The costs and benefits of mind- wandering: A review. *Canadian Journal of Experimental Psychology/Revue canadienne de psychologie expérimentale*, 67 (1), 11–18. <https://doi.org/10.1037/a0031569>
- Nurgitz, R.. (2019). *Mind Wandering and Academic Success: Insight into Student Learning and Engagement* (publication no.27540821) [ Master's thesis, University of Windsor- Canada]. ProQuest Dissertations and theses Global.
- Randall, J. G.. (2015). *Mind Wandering and Self- directed Learning: Testing the Efficacy of Self- Regulation Interventions to Reduce Mind Wandering and Enhance Online Training Performance*[Doctoral Dissertation, Rice University] Rice Digital Scholarship Archive.<https://hdl.handle.net/1911/88440>.
- Seli, P., Schacter, D. L., Risko, E. F., & Smilek, D. (2019). Increasing participant motivation reduces rates of intentional and unintentional mind wandering. *Psychological Research*, 83 (5), 1057- 1069.
- Smallwood, J., & Schooler, J. W. (2006). The Restless Mind. *Psychological Bulletin*, 132 (6), 946- 958.
- Smallwood, J., Fishman, D., & Schooler, J. (2007). Counting the cost of an absent mind: Mind wandering as an underrecognized influence on educational performance. *Psychonomic Bulletin & Review*, 14 (2), 230- 236.
- Wang, M. T., Willett, J. B., & Eccles, J. S. (2011). The assessment of school engagement: Examining dimensionality and measurement invariance by gender and race/ethnicity. *Journal of School Psychology*, 49 (4), 465- 480.
- Willms, J. D. (2003). *Student engagement at school. A sense of belonging and participation*. Paris: Organisation for Economic Co- operation and Development.