



مجلة علوم



ذوي الاحتياجات الخاصة

اليقظة العقلية وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية لدى عينة من
الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم

Mindfulness and its Relationship to Social Isolation Among A
Sample of Gifted the Students with Learning Disabilities.

أ.د/ رمضان علي حسن
أستاذ علم النفس التربوي
كلية تربية جامعة بني سويف

أ.د/ غادة محمد عبد الغفار
أستاذ ورئيس قسم علم النفس
جامعة بني سويف كلية الآداب

غادة موسى احمد موسى

باحثة دكتوراة - كلية علوم ذوي الاحتياجات الخاصة

جامعة بني سويف

2024م

ملخص البحث:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى كل من اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية لدى عينة من الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم ومعرفة العلاقة بين العزلة الاجتماعية واليقظة العقلية لديهم، وتكونت عينة البحث من (60) طالب من الموهوبين ذوي صعوبات التعلم من مدرسة بنى حسين الثانوية الأزهرية، وترواحت أعمارهم ما بين (16-17) سنة، واستخدمت الباحثة مقياس اليقظة العقلية من إعداد (Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer & Tony,2006) و ترجمة : فتحى الضبع ، أحمد طلب ، عائدة العواملة (2014)، و مقياس تقدير خصائص الموهوبين ذوي صعوبات التعلم وهو من إعداد (شرف الدين،2005) ، و مقياس العزلة الاجتماعي (عادل عبد الله ، 2008)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى متوسط من اليقظة العقلية وأيضاً وجود مستوى متوسط من العزلة الاجتماعية لدى عينة الدراسة الحالية، ووجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية .

الكلمات المفتاحية: اليقظة العقلية - العزلة الاجتماعية - الموهوبين ذوي صعوبات التعلم



Abstract:

The current study aimed to reveal the level of both mental alertness and social isolation among a sample of gifted students with learning difficulties and to know the relationship between social isolation and mental alertness. The sample consisted of (60) gifted female students with learning difficulties from Beni Hussein Al-Azhar Secondary School, and their ages ranged between (15-17) years old. The researcher used the Mindfulness scale prepared by: Baer, Smith, Hopkins, Krietemeyer & Tony (2006), translated by: Fathi Al-Dabaa, Ahmed Talab, and Aida Al-Awamleh (2014). A scale for assessing the characteristics of gifted people with learning difficulties, which was prepared by (Sharaf El-Din, 2005), Social Isolation Scale (Adel Abdullah, 2008). The results of the study revealed that there is an average level of Mindfulness and also that there is an average level of social isolation among the sample of the current study and the existence of a statistically significant negative correlation between Mindfulness and social isolation. .

Keywords: Mindfulness – Social Isolation – Gifted With Learning Disabilities

المقدمة:

يظهر الطالب الموهوب ذوي صعوبات التعلم بعض الاضطرابات الاجتماعية / الانفعالية التي تتداخل مع قدرتهم على تكوين الصداقات والحفاظ على العلاقات الاجتماعية، بالإضافة إلى ذلك، غالباً ما ترتبط الصعوبات الاجتماعية و الانفعالية للطلاب الموهوب ذوي صعوبات التعلم مع المخاوف التعليمية ، ففي كثير من الاحيان تعمل هذه القضايا الاجتماعية / الانفعالية، مثل مشاعر الفشل، والغضب، والاكتئاب، والعزلة / الأفكار انتحارية، على حجب الموهبة الخاصة بهم، لذا يحتاج هؤلاء الطلبة إلى أدوات للتغلب على هذه القضايا حتى يروا أنفسهم كمتعلمين ناجحين (الصمادي ، 2015).

وتعد اليقظة العقلية مثل غيرها من المتغيرات البحثية مرت بمراحل عديدة في تطورها ، سواء فيما يتعلق بتعريفها ، أو اظهار مكوناتها من خلال التصورات والنظريات حيث تم تقديم اكثر من نظرية مقترحة لمكونات اليقظة العقلية كمدخل لدراساتها وتعتبر " لانجر " (Langer,2000) من أوائل من قدمت نظريتها حول اليقظة العقلية من خلال اربعة مكونات مترابطة تتمثل في البحث عن الجديد والاندماج وانتاج الجديد والمرونة (Brown,Ryan,&Creswell,2007,211) ، ومن ناحية اخرى فقد ظهرت اليقظة العقلية تحت مظلة العلاج المعرفي السلوكي ضمن ما يطلق عليه بعلاجات الموجه الثالثة Third Wave (الفقي ، 2016) وقد تلقت اهتماماً واضحاً خلال العقود القليلة الماضية كمفهوم نفسي مرتبط بعلم النفس الايجابي وذلك بالرغم من امتداد جذورها إلى التقاليد البوذية منذ ما يقرب من 2500 عام (Dobson,2010) ويعرفها رائد اليقظة العقلية كابات زين (Kabat-zinn,2003) بأنها الوعي الذي يظهر من خلال التنبيه لغرض ما في اللحظة الآتية بدون اصدار ايه احكام وتهدف فنيات وممارسات اليقظة العقلية إلى الملاحظة والتيقظ والتنبيه المستمر . وقد وجدت الباحثة ندرة في الدراسات التي تناولت تلك الفئة من الموهوبين وخاصة في البلاد العربية ومصر، كما اشارت البحوث لاضطرابات وانخفاض في المهارات الاجتماعية لدى هذه الفئة ، وتنعكس تلك المشكلات في شعورهم بالوحدة والعزلة عن أقرانهم

- مشكلة الدراسة :

من المشكلات التي يواجهها الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم أن قدراتهم مرتفعة ولكنه يتزامن أحياناً مع معاناتهم من صعوبات تعلم في بعض المواد الدراسية إلى جانب موهبتهم الأمر الذي قد يؤدي إلى انخفاض التحصيل الدراسي نتيجة معاييرهم وتوقعاتهم المرتفعة التي يضعونها لأنفسهم وبالتالي

يفشلون في تحقيق هذه المعايير، كما أن تحصيلهم المتوقع مرتفع، ويخافوا الفشل ويؤثر ذلك سلبا على شخصيتهم وشعورهم بالعزلة الاجتماعية .

وتؤدي اليقظة العقلية دورا مهما في التعامل مع حالات الانطواء والعزلة الاجتماعية والانغلاق الذهني والقلق والاكتئاب وحالات التوتر من خلال فك العلاقة التلقائية بين تلك الأفكار والعادات وأنماط السلوك غير الصحيحة وارتباطاتها الانفعالية، ومعالجتها والتعايش معها بعقل منفتح والذي ينعكس ايجابيا على تعزيز التنظيم السلوكي الذاتي ، وقد أشارت الدراسات إلى أن أثر التدريب على اليقظة العقلية في علاج حالات القلق والعزلة والاكتئاب والضغط النفسية والقدرة على تنظيم الانفعالات السلبية وعدم توارد الأفكار بصورة متكررة يساعد على حماية الصحة النفسية ووقايتها من الأعراض المرضية.

وتسهم اليقظة العقلية في تجاوز الأوقات العصبية والضاغطة بالانفتاح عليها وتقبلها بدل الهروب منها وذلك من خلال اكتساب مهارة توجيه الوعي والانتباه لمختلف الخبرات ، وتشير نتائج الدراسات المتعلقة بهذا المجال أن من يمارسون اليقظة العقلية بانتظام يؤديون أداء أفضل وتتنخفض لديهم معدلات التوتر والقلق ويبدون أكثر توافقا ورضا في المتوسط عن نظرائهم الاقل يقظة، وأكثر ما يميز اليقظة العقلية أنها تعمل على كبح الأفكار السلبية ، حيث أن هذا الاجترار يعمل على الانسحاب من الحاضر إلى الماضي أو المبالغة في التفكير في أحداث مستقبلية قد لا تحدث أبدا ،وقد شبه بعض المهتمين باليقظة العقلية هذه العملية بجهاز التسجيل التالف الذي يردد نفس الاغنية مرارا ،وبما أن الاجترار حالة غير سارة فاليقظة العقلية تعمل على كف هذا النمط من خلال الاعادة للحظة الحاضرة (shapiro,et al,2006,373)

وفي ضوء ذلك وخبرة الباحثة الذاتية في مجال التعليم نجد أهمية دراسة العلاقة بين اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية لدى تلك الفئة التي لا تلقى ما تستحقه إلى الان من بحوث ودراسات ، ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس :

1- ما مستوى اليقظة العقلية لدى الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم ؟

ينبثق منه سؤالين :

1_ ما مستوى العزلة الاجتماعية لدى الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم ؟

ب_ هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية لدى الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم ؟

- أهداف الدراسة :

- 1- تحديد مستوى اليقظة العقلية لدى الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم
- 2- تحديد مستوى العزلة الاجتماعية لدى الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم
- 3- التعرف على العلاقة بين اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم.

- أهمية الدراسة :

أولاً: الأهمية النظرية :

- 1- تتحدد أهمية هذه الدراسة في اطار اهتمام المجتمع بالطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة بصفه عامة والموهوبين ذوي صعوبات التعلم بصفة خاصة .
- 2- إثراء مجال البحث التربوي في حقل التربية الخاصة بموضوع يعد من الموضوعات الهامة في مجال علم النفس والتربية الخاصة فاليقظة العقلية يعد من الاساليب العلاجية الحديثة نسبيا في الدراسات النفسية .
- 3- يعد موضوع الدراسة من الموضوعات الجديدة التي تتناول العلاقة بين اليقظة العقلية و العزلة الاجتماعية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم

ثانياً: الأهمية التطبيقية :

- 1- قد تساعد نتائج هذه الدراسة في تقديم مقترحات للمختصين والمسؤولين عن التعليم بصفة عامة والقائمين على برامج التربية الخاصة بصفة خاصة في حثهم على تضمين بعض ممارسات أنشطة اليقظة العقلية ضمن بعض المقررات والأنشطة المدرسية مما يسهم في تحسين جوانب النمو للأطفال بشكل عام والموهوبين ذوي صعوبات التعلم بشكل خاص.
- 2- يؤمل أن تسهم نتائج هذه الدراسة في تطوير الاجراءات والممارسات من قبل المعلمين والمعلمات باتجاه خفض العزلة الاجتماعية للموهوبين ذوي صعوبات التعلم.



- مصطلحات الدراسة :

اليقظة العقلية:

في الدراسة الحالية تبنت الباحثة تعريف (Langer, 1989) لليقظة العقلية بأنها مجال مرن للقدرة العقلية يتسم بالموضوعية ولا يرتبط بوجهة نظر الفرد الخاصة ويسمح برؤية جيدة ومنفتحة على كل الخبرات العقلية والحسية للفرد بدون اصدار احكام.

العزلة الاجتماعية :

تعرف الباحثة العزلة الاجتماعية إجرائيا : هي مدى ما يشعر به الطالب الموهوب ذوي صعوبات التعلم من وحدة وانعزال عن الآخرين وابتعاد عنهم وتجنب لهم، وانخفاض معدل تواصله معهم واضطراب علاقته بهم، وقلة عدد معارفه وعدم وجود أصدقاء حميمين له، ومن ثم ضعف شبكة العلاقات الاجتماعية التي ينتمي إليها.

الموهوبين ذوي صعوبات التعلم :

تعرف الباحثة الموهوبين ذوي صعوبات التعلم إجرائيا " المتعلمون الذين يمتلكون مواهب أو إمكانات عقلية غير عادية تمكنهم من تحقيق مستويات أداء أكاديمية عالية، و مع ذلك يعانون من صعوبات نوعية في التعلم تجعل مظاهر التحصيل أو الإنجاز الأكاديمي صعبة، وأداؤهم فيها منخفضاً، وتظهر الصعوبات في ؛ التهجئة والتعبير الشفوي، الفهم السمعي، التعبير الكتابي، العمليات الحسابية أو الرياضية، المهارات الأساسية للقراءة والاستدلال الحسابي أو الرياضي.

- الإطار النظري للدراسة:

تعريف اليقظة العقلية :

عرف الربيع، (2019) اليقظة العقلية " حالة من الوعي الحسى، يتميز بصورة مختلفة وفعالة، إذ تترك الفرد منفتحاً على كل ما هو جديد." ، بينما عرفها بهنساوى، (2020) بأنها " حالة من الوعي النفسى الحاضر، المتسمة بالملاحظة التفصيلية للمنبهات الداخلية والخارجية عند ظهورها، والمعتمدة على الممارسات وطريقة معالجة وسمات الشخصية التي تعزز هذا الوعي، المنشأة من خلال الانتباه القصدى

الحاضر في اللحظة، لتساعد الفرد على الحفاظ على ممارسة عدم الحكم بوعى عالى لافكاره أو عواطفه أو تجاربه لحظة بلحظة."

وعرفها العصيمي، الهبيدة، (2020) بأنها " ميل الفرد إلى إبقاء على مشاعره بصورة متوازنة، وكذلك الميل إلى الأخذ بوجهة النظر المتوازنة في المواقف المؤلمة أو المحرجة أو المزعجة أو التي يشعر فيها بمشاعر الفشل وخيبة الامل، واستخدام حب الاستطلاع أو الفضول والانفتاح كطريقة في الوصول للمشاعر المتوازنة"

- مكونات اليقظة العقلية :

تعددت جهات نظر الباحثين الذين تتأولوا اليقظة العقلية وفقا لتوجهاتهم النظرية ، فقد ذكر لانجر (Langer, 1989) اربعة مكونات مترابطة لليقظة العقلية وهي :

1- البحث عن الجديد

2- الارتباط

3- تقديم جديد

4- المرونة

وأشار كل من : البحث عن الجديد ، والارتباط إلى توجه الفرد نحو بيئته ويتضمن البحث عن جديد الميل بانفتاح وفضول نحو البيئة كما يسهم في عملية الارتباط بها . ويشير كل من : تقديم جديد ، والمرونة إلى كيفية تعامل الفرد مع بيئته (Haigh,Moore,Kashdan & Fresco. 2011)

وقام (Kabat – Zinn.2006) بتصميم نموذج لليقظة العقلية مرتكزا على ثلاثة حقائق ، وهذه الحقائق ليست منفصلة عن بعضها وانما متشابكة في عملية واحدة تحدث في وقت واحد ، حيث تكون اليقظة العقلية هي العملية التي تحدث لحظة بلحظة هذه الحقائق هي :

1- القصد :

يمهد القصد الطريق لما هو ممكن ، كما انه يذكر الفرد لحظة بلحظة لماذا يمارسها في المقام الأول ،وتكمن اهمية هذه المرحلة في تحويل مقاصد الفرد إلى سلسلة متصلة من التنظيم الذاتي إلى استكشاف الذات واخيرا التحرر الذاتي .

2- الانتباه :

تشير المرحلة الثانية إلى الاحتفاظ بالانتباه الذي يتضمن ملاحظة العمليات التي تحدث للفرد من لحظة إلى أخرى ، وفي الخبرات الداخلية والخارجية ، كما ان التنظيم الذاتي للانتباه سيكون منبأ بالنتائج في تنمية المهارات الثلاثة معا .
3- الاتجاه :

يشير الاتجاه إلى نوعية اليقظة العقلية وانه يعكس توجيه الخبرة التي تتضمن الفضول والتقبل . وقد ذكر كل من (Shapiro , Carlson , Astin & Freedman, 2006) اربعة مكونات لليقظة العقلية وهى : تنظيم الذات ، وإدارة الذات ، والمرونة الانفعالية ، والمعرفية والسلوكية وتوضيح القيم والتعريض وهذه المكونات متسقة تماما مع حقائق اليقظة العقلية الثلاثة (القصد والانتباه ، والاتجاه) وذكر (Hasker , 2010) مكونين رئيسين لليقظة العقلية وهما : التنظيم الذاتي للانتباه في اللحظة الحالية ، والانفتاح والاستعداد والوعى بالتجارب في اللحظة الحالية .

وحدد (Brown , 2011) مكونين ايضا لليقظة العقلية وتمثل المكون الأول في حاله الوعى كما هى في اللحظة الحالية ، مع الشعور الهادف والمركز الواعى ويشير مفهوم " الهادف " إلى التركيز الموجه ، حيث إن الانتباه لا يتعلق بمثيرات معينة أو يندمج معها مثل (التفكير ، والشعور ، والادراك البصرى) بينما تمثل المكون الثانى في المعالجة المعرفية لليقظة العقلية ، وهذا المكون تم فهمه غالبا على أنه ملاحظة فضولية ومحيدة بدون إصدار أحكام تقييمية على المثيرات كماهى في الوقت الحاضر

- فوائد اليقظة العقلية :

تعود ممارسة اليقظة العقلية التامة في الحياة اليومية على الفرد بفوائد عديدة ، وتجعل مجريات الحياة أكثر متعة وقبولا ، حيث إنه يركز بما يجرى حوله ، ويستمتع به ويزداد شعورا واحساسا كما تساعد اليقظة العقلية التامة على تحويل الفرد من حالة ردة الفعل المستمرة إلى حالة الوعى للأفعال ، وتمكنه من التخلص من العادات السيئة بشكل تدريجى وتفتح الأفق أمامه لرؤية العالم والآخرين بشكل أفضل (Lau , 2006 , et al .) . و اضاف (Deurr, 2008) أن لليقظة العقلية فوائد فسيولوجية ونفسية ، تتمثل النواحي الفسيولوجية في التغييرات التي تحدث لدى الفرد ومنها : خفض الألم المزمن ، وتحسين الوظيفة المناعية ، بينما تتمثل النواحي النفسية في خفض الضغوط النفسية والتوتر ، وخفض أعراض الإكتئاب والقلق ، وتحسين عمليات الانتباه .

- ويمكن تلخيص فوائد اليقظة من خلال الأمور الاتية (Gazzola , 2016):

1- زيادة التركيز في مجالات الحياة :

حينما نركز انتباهنا على أن نكتسب المزيد من السيطرة والقوه في جميع مجالات حياتنا يحسن التركيز عن طريق اليقظه العقلية أداء الأفراد في العمل وفي الدراسه وفي الحياه الاجتماعيه وحتى في اللعب والتسلية

2- الاستمتاع بما تجلبه حواسنا الينا بشكل اكبر :

يتحسن كل ما نستمتع به من الطعام والموسيقى والفنون والكتب والرياضه وبشكل كبير حين نمتلك القدره على الاسترخاء والتحرر من الضغوط واستحضار الوعي الجسدي والذهني الكامل إلى الحواس

3- زياده الشعور بالرضا والسرور :

عندما نكون متيقظين لأنفسنا ولما يحدث حولنا "هنا والآن" يهدي الذهن من أعباء التفكير في أحداث الماضي واسترجاعه والقلق من المستقبل والتحضير بشكل مبالغ لماذا يحصل فيه وبشكل ينعكس على التهده من أعباء كثيرة ويسمح لنا بان نختبر اكثر فاكثر شعور داخليا بالسلام والسعاده ونصبح أكثر هدوء وراحه

4- زياده اليقظه تجاه مشاعرنا :

حين نكون متيقظين تجاه كينونتنا الداخليه سيكون لدينا قدره متصاعده على ملاحظه حاله مشاعرنا الحقيقيه والتغيرات عليها خاصه ترك السلبيه وهذا ما يعطينا قطر أكبر على إداره هذه المشاعر بشكل واقعي ومثمر أكثر وأكثر كل مره

5- الاتصال بشكل اعمق مع الاخرين :

حين نحقق مستوى معينه من السلام الداخلي وتتسحب الأعباء إلى الورااء بحيث تصبح هي الارضيه سيكون بإمكاننا أن نتصل بشكل أعمق مع الاخرين وأن نعزز عرفاننا بالجميل وتعاطفنا ولربما حبنا للآخرين و تفسير ذلك هو أن ذواتنا تكون أكثر نشاطا وقدره على التواصل مع الآخرين حين تكون الأعباء الذهنيه والحياتيه أقل

6- تفتح الذات تجاه البعد الروحي :

يربط الشعور المتزايد لدى البشر بالحرية الداخليه والسلام والوعي بالشعوب بغايه تتجاوزهم كاشخاص وتفتح الطريق مباشره لاختبار الحياه على نحو ابعد من بعدها المادى وتفتح ذواتنا تجاه بعدها الروحي و معنى الوجود

أن دمج اليقظه العقليه في العلاج النفسي يعد نقله نوعيه لتطور العلاج وطرقه حيث أدى ذلك إلى انتقال الاهتمام من التركيز التقليدي على تغيير الأفكار السلبيه ومحتواها إلى التركيز على زياده الوعي والانتباه بكيفية ارتباط الفرد بالأفكار والمشاعر بدلا من تناولها كتنقيه علاجيه فقط كما في العلاج المعرفي السلوكي الكلاسيكي

المحور الثاني : العزلة الاجتماعية :

عرفها علي ، (2015 ، 12) " بأنها انعزال الفرد عن الآخرين، وشعوره بالوحدة والابتعاد وعدم إقامة علاقات مع الاخرين، وضعف اتصاله بهم، وعجزه عن تفاعله معهم، مما ينتج عنه فشله في اجتذابهم إليه، وعدم الحصول على العلاقات الاجتماعية المطلوبة".

كما تذكر أبو عيشة ، (2020 ، 10) " أن العزلة الاجتماعية هي انعزال الافراد بشكل إجباري وقسري والإرادي عن أنماط حياتهم العامة التي كانوا يعيشونها، نتيجة ظروف معينة قاهرة، مما يحدث اضطراباً في توافقهم الشخصي والاجتماعي".

- خصائص الطالب المنعزل اجتماعيا:

يذكر (Bowker, et al., 2012) أن الطالب الذي يعاني من العزلة الاجتماعية يميل إلى عزل نفسه عن المحيط الاجتماعي الذي يتواجد فيه، كما أنه يعاني من الخوف من التواجد في المواقف الاجتماعية المختلفة، وتكون لديه الرغبة في عدم التفاعل مع الآخرين في السياقات الاجتماعية المألوفة وغير المألوفة لديه .

كما يعد الخجل الاجتماعي أحد السمات النفسية لعزلة الطالب الاجتماعية عن الاخرين، ويستدل عليه من خلال الابتعاد بشكل طوعي عن فرص التفاعل الاجتماعي مع الاخرين، ورغبة الطالب نحو الدخول في صراع داخلي للدخول في التفاعلات الاجتماعية أو الابتعاد عنها من أجل تجنب الحرج الاجتماعي الناتج عنها، والشعور بالإذلال في المواقف الاجتماعية (Coplan,

(Prakash, O'Neil, Armer, 2004

كما ذكر عبد الخالق (2002) أن الطالب المنعزل اجتماعياً يتصف بالخوف من التفاعل الاجتماعي وتبعاته، واليأس، وعدم التقبل فيشعر بالبعد النفسي عن المحيطين به لما ينقصه من مهارات التواصل الاجتماعي فيعجز عن لفت انتباه الآخرين، كما أن علاقاته لا تدوم طويلاً وعادة ما ينسحب عن الآخرين

متجنباً أي نوع من الاختلاط بهم، كما يصعب عليه عقد صلات حميمة مع الآخرين، كما أن العزلة الاجتماعية لا تقتصر على العلاقات وإنما تشمل المشاعر التي يكنها الطالب في داخله من كره للتواصل مع الآخرين، وعدم الاهتمام بهم وبرود أفعالهم، كما أنه لا يهتم بما يدور حوله من أحداث فيشعر بالوحدة النفسية الأمر الذي بدوره يؤدي إلى اضطرابات في شخصية الطالب وتقليل حجم العلاقات الاجتماعية الخاصة به، وتدني مستوى الدعم الاجتماعي الذي يحصل عليه من أعضاء هذه الشبكة، وفقدان الشعور بالولاء لهم. ويرى لودر، غوسينز، وآخرون (Lodder, Goossens, et al, 2016) أن الطالب المنعزل اجتماعياً يكون دائم الشعور بالقلق وعدم الارتياح في المواقف التي تتضمن مواجهة مجموعة من الأفراد، حيث يجد الطالب المنعزل اجتماعياً صعوبة في تحقيق التواصل والتفاعل الاجتماعي الناجح مع الآخرين، وعدم القدرة على تكوين صداقات معهم، فهو دائم الميل إلى تجنب إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين، ومع أفراد الجنس الآخر على وجه الخصوص، كما أن الطالب المنعزل اجتماعياً يكون دائم الانشغال بذاته وتأملها وتقييمها.

-المحور الثالث : الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم :

أولاً : تعريف الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم :

الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم يمثلون مجموعة مهمة من الطلاب الذين يتواجدون في النظام التربوي فمفهوم " الموهوبين ذوي صعوبات التعلم" قد برز بوضوح من خلال مؤتمر أقيم في جامعة جونز هوبكنز بالولايات المتحدة عام (1981) وخلص المشاركون في المؤتمر إلى حقيقة وجود هذه الفئة بما تتطوى عليه من خصائص نوعية متميزة وحاجات خاصة متفردة، وأساليب تشخيص وبرامج أكثر تفرداً وقد ترتب على هذا التناقض المحير ان ظلت هذه الفئة خارج نطاق الخدمات التربوية التي تقدمها أقسام التربية الخاصة لتلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة، كما ألفت صعوبات التعلم النوعية التي يعاني منها هؤلاء التلاميذ ظلالة حجب الرؤى عن الكثير من جوانب تفوقهم ومواهبهم، ومن ثم بات هؤلاء التلاميذ خارج مظلة الموهوبين من ناحية، وخارج مظلة ذوي صعوبات التعلم من ناحية أخرى، مع أنهم لا يزالون يندرجون تحت مظلة فئات ذوي الاحتياجات (القمش ، 2012)

أساليب تعرف التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم:

يعد استخدام الاساليب والمقاييس النفسية والاختبارات التحصيلية من معايير التشخيص والكشف عن التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم لتحديد الطالب الذي يعاني من صعوبات تعليمية مقرونة بالموهبة



ام لا وبالتالي كان من الضروري الرجوع إلى جملة من الأدوات التي يمكن استخدامها لعملية التقييم ومن بين هذه الأدوات

أولاً: الاختبارات النفسية : حتى يتسنى لنا معرفة التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم يمكننا استخدام الاختبارات النفسية ومنها

أ- اختبارات الذكاء: يمكن الاعتماد على مجموعة من الاختبارات لتحديد التلاميذ ذوي الصعوبات التعليمية من فئة الموهوبين من بينها مقياس وكسلر لذكاء الأطفال مقياس ستانفورد بينيه

ب- اختبارات التحصيل المقننه: يتم ذلك باستخدام اختبارات التشخيص الرسميه مثل اختبار التحصيل واسع المدى

ت- استبيان المهارات الإدراكية: يقيس ثمان مجال للمهارات الأكاديمية و ينقسم إلى بعدين يتكون كل بعد من أربع مهارات بالنسبة للبعد الأول يكون خاص بمهارات الإدراك البصري أما البعد الثاني فيقيس مهارات الإدراك السمعي

ثانيا : ملف التقييمات: يتكون من اعمال التلميذ وانشطته في المراحل التعليمية المختلفه بصورة عامه حيث انه يزودنا باستبصار حول تفكير التلميذ وقدراته غير العاديه من وجهة نظر نمائية

ثالثا : معلومات من المدرسين والوالدين: من المهم الاستعانه بترشيحات المعلمين والوالدين في تحديد الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم فالآباء يركزون احيانا على موهبه ابنائهم في مجال معين وفي الوقت نفسه ينشغلون بدرجاته في التحصيل مما يجعلهم يهتمون بالتحصيل اكثر ويهملون الموهبه و بالنسبه للمعلمين نجدهم يهتمون بالسجلات الخاصه بالتلاميذ ويعملون على تدوين الايجابيات والسلبيات كما يضعون تعليقاتهم حول علاقاتهم بزملائهم (الزغبى ، 2009)

وتوجد بعض التصورات لعملية التشخيص ويكون وفق ثلاث خطوات تبدأ بتقييم تحصيل التلميذ بموجب اختبارات مقننه ثم استبعاد الاعاقه الفكرية ويكون ذلك بتطبيق بعض المقاييس مثل مقياس ستانفورد بينيه يليه استبعاد المتأخرين دراسيا مرورا بالكشف عن ذوي صعوبات التعلم بتطبيق بطاريه للمهارات الإدراكية السمعيه البصريه واخيرا الكشف عن انماط موهبه حيث يتم الاستعانه بالاختبارات الابداعيه وبطاريه اختبارات القدرات الخاصه للكشف عن نوعيه هذه القدرات سواء كانت رياضيه أو اللغويه أو فنيه (البحيري ، 2006)

التعقيب:

ومن خلال العرض السابق ذكرت الباحثة واستعرضت محاور البحث الثلاث لليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية كما استعرضت الموهوبين ذوي صعوبات التعلم وقد تناولت في عرضها كل ما يتعلق بهذه المحاور والفائدة المردودة في وصف العلاقة بين اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية واثرها على الموهوبين ذوي صعوبات التعلم كما كان استعراض الباحثة لاهم الادوات التي يمكن استخدامها في عملية التشخيص ، هذا وقد اظهرت الباحثة مدى الفائدة العظيمة للبحث ومردودة على الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم .

الدراسات السابقة

هدفت دراسة (Laura, Claire & Juliet, 2016) إلى استكشاف الخبرات الأكاديمية والاجتماعية للطلاب الموهوبين والمتفوقين الذين يعانون من صعوبات التعلم ، وتكونت العينة من (18) طالب تم استخدام جدول مقابلات منظم لسؤال الطلاب عن أنشطتهم اللاصفية، وصدقاتهم، والتتمر، والدعم، وطموحاتهم المستقبلية. كشف التحليل الظاهري لنصوص المقابلات عن ثمانية مواضيع: الحياة اليومية، والأنشطة الإضافية، والتنمية الاجتماعية، والدعم، وتحديد الهوية، وضعف الإنجاز، وقضايا الصحة العقلية والاقتراحات. كان الطلاب قادرين على تكوين صداقات والاختلاط مع أقرانهم ولكنهم واجهوا مشاكل مع التتمر والعزلة الاجتماعية.

أجرى (Rodynah , Riham, Malak , Amal, Badriya , Abdulhamid,2021) دراسة بهدف تحديد مستوى اليقظة العقلية لدى الطلاب الموهوبين في المرحلة الثانوية وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لديهم ، وتكونت عينة الدراسة (214) طالب وطالبة، واستخدمت الدراسة مقياس اليقظة العقلية (Baer et al. 2006) وتم تقنيه " البحري واخرون "، أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط على مقياس اليقظة العقلية في جميع الصفوف، بينما أظهرت نتائج مقياس المهارات الاجتماعية أن مستوى المهارات الاجتماعية كان مرتفعا لديهم، كما أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha \geq 0.01$)، بين جميع أبعاد مقياس المهارات الاجتماعية والدرجة الكلية للمهارات مقياس اليقظة العقلية، واطهرت الدراسة ايضا وجود علاقة بين اليقظة العقلية والمهارات الاجتماعية.

وقد عمدت دراسة (Teoh, Letchumanan & Han Lee,2021) إلى التدخل القائم على اليقظة الذهنية للتخفيف من الشعور بالوحده وتحسين الترابط الاجتماعي على عينة مكونة (815) طالب ،

وقد استخدمت الدراسة مقياس UCLA-Loneliness ، وقد اظهرت نتائج الدراسة حدوث تحسن كبير في مستوى الشعور بالوحدة نتيجة استخدام اساليب اليقظة العقلية معهم. وهدفت دراسة (خليفة ، 2023) إلى التحقق من فعالية برنامج قائم على اليقظة العقلية في تحسين المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية لدى التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم، حيث تم تطبيق البحث على عينة مكونة من (19) تلميذًا بالصف الخامس الابتدائي من الموهوبين ذوي صعوبات التعلم، بمدريتي القنطرة البيضاء الجديدة والقديمية، بمديرية التربية والتعليم بكفر الشيخ، مقسمين إلى مجموعتين (تجريبية وعددها 11 تلميذًا)، بالمدرسة الجديدة، بمتوسط زمني (133,7) شهرًا، وانحراف معياري (3,4)، وضابطة وعددها (8) تلاميذ بالمدرسة القديمة، بمتوسط زمني (133,5) شهرًا، وانحراف معياري (1,41)، وتم اتباع المنهج شبه التجريبي، كما تم تطبيق مقياسي المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية إعداد الباحثين، والبرنامج القائم على الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات والتي تمثلت في الاستراتيجيات الإيجابية المتمثلة وهي: التقبل، وإعادة التركيز الإيجابي، وإعادة التركيز على التخطيط، وإعادة التقييم الإيجابي، ورؤية الموقف من منظور آخر، إعداد الباحثين، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لكل من المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتتبعي) لكل من المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية لصالح القياسين البعدي والتتبعي، وعدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين القياسين البعدي والتتبعي.

- تعقيب عام على الدراسات السابقة

- 1- من خلال الدراسات السابقة يتضح ندرة الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت متغيرات الدراسة معاً من حيث اليقظة العقلية وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم
- 2- يعاني الموهوبين ذوي صعوبات التعلم من العزلة الاجتماعية قد تكون العزلة ناتجة عن احساسهم بانهم اقل من غيرهم أو نتيجة سوء معاملة في المدرسة أو داخل الاسره أو نتيجة افتقارهم للمهارات التفاعل الاجتماعي مع الاخرين لذلك فتلك الفئة بحاجة إلى دراسة العلاقة بين اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية.

3- أكدت العديد من الدراسات على ان التدخلات القائمة على اليقظة العقلية أسهمت بشكل كبير في خفض العديد من المشكلات في المهارات الاجتماعية ومن بينها العزلة الاجتماعية مثل دراسة (خطاب ، 2021)، وقد استخدمت هذه التدخلات مع فئات صعوبات التعلم والعاديين والموهوبين ذوي صعوبات التعلم.

- فروض الدراسة :

في ضوء اسئلة الدراسة والدراسات والشواهد الميدانية يمكن صياغة الفروض بصورة اجرائية كما يلي:

- 1- يوجد مستوى متوسط من اليقظة العقلية لدى عينة من الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم.
- 2- يوجد مستوى متوسط من العزلة الاجتماعية لدى عينة من الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم .
- 3- توجد علاقة ارتباطية دالة بين اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية لدى الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم .

- منهج الدراسة :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي لملائمته لطبيعة الدراسة ، فالمنهج الارتباطي يسعى نحو جمع بيانات حول الحالة الراهنة بهدف تحديد ما اذا كانت هناك ثمة علاقة بين متغيرين أو أكثر وتحديد مقدار هذه العلاقة من خلال استخدام معامل الارتباط كمقياس لدرجة هذه العلاقة (خطاب ، 2008)

- عينة الدراسة :

1- العينة الاستطلاعية :

تكونت العينة الاستطلاعية من (20) طالبة بالصف الأول الثانوي، و بالصف الثاني من الموهوبين ذوي صعوبات التعلم، و تراوحت أعمارهم من (16-17) بمتوسط أعمار 16.5 عام، و قد هدفت هذه العينة إلى التحقق من- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.



2- عينة الدراسة الأساسية :

اعتمدت الباحثة على طريقة العينة القصدية وتم اختيارهم من مدرسة بنى حسين الازهرية الثانوية وتكونت عينة الدراسة من (60) طالبة بالصف الأول الثانوى من الموهوبين ذوي صعوبات التعلم تتراوح أعمارهن بين (15 - 17) عام ، وكان متوسط أعمارهم (16.30) عام والانحراف المعياري (0.523) عام.

- أدوات الدراسة :

1- مقياس ستانفورد بينيه لقياس الذكاء :

اختبار " ستانفورد بينيه " الصورة الخامسة : (SB5) هو بطارية من الاختبارات المتكاملة والمستقلة في الوقت نفسه وهو يتكون من فئتين متناظرتين من المقاييس : غير اللفظية واللفظية تقيس المجموعة نفسها من العوامل الخمسة التي يتضمنها الاختبار والتي تعتمد على النموذج الهرمي للعوامل المعرفية وفق نظرية كارول وهورن وكاتل وقد اختيرت هذه العوامل الخمسة باعتبارها صاحبة اكبر تشعبات عاملية على عامل الذكاء العام في نموذج وهي الاستدلال التحليلي والاستدلال الكمي والمعالجة البصرية المكانية والذاكرة العاملة والمعلومات وبذلك يمكن الحصول على تقديرين مستقلين لكل من الذكاء اللفظي والذكاء غير لفظي علاوة على التقدير الناتج عن المقياس كاملا لنسبة الذكاء الكلية وتعد الاكثر دقة وثباتا في تقدير الذكاء بوصفه قدرة عقلية عامة غير متجانسة .

وأصدر هذه النسخة جال رويد " Gale Roid " في عام (2003) وتضمنت تحديثا للصورة الرابعة من مقياس ستانفورد بينيه لقياس الذكاء من خلال تقنيين جديد تماما معتمد على بيانات تعداد الولايات المتحدة الامريكية عام 2000 وتتميز الصورة الخامسة عن سابقتها بانها تستخدم اختبارين مدخلين لتقدير المستوى الذى يتعين بدء المفحوص منه في المجالين اللفظي وغير اللفظي وهما اختبار سلاسل الأشياء أو المصفوفات وينتمى للجزء غير اللفظي واختبار المفردات وينتمى للجزء اللفظي والدرجات الخام على هذين الاختبارين تؤدي لتخطيط طريقة اختبار المفحوص على بقية الاختبارات وتتضمن البطارية اختبارات فرعية لفظية وغير لفظية للوظائف نفسها وبالمسميات نفسها لقياس خمسة عوامل معرفية هي الاستدلال الخام - المعلومات - الاستدلال الكمي - العمليات البصرية المكانية - الذاكرة العاملة .

بينما تغطي الصورة الخامسة لأول مرة قياس خمسة عوامل معرفية في اطار قياس الذكاء الا ان هذا لا يعنى انها تغطي كل العوامل المعروفة والمسئولة عن الاداء العقلي أو انها توفر تقديرا شاملا للأداء العقلي للمفحوص ولكن القياس يستخرج نسبة ذكاء عامة أو كلية ونسبة ذكاء لفظية ونسبة ذكاء غير لفظية (صفوت فرج ، 2011)

2- مقياس تقدير خصائص الموهوبين ذوي صعوبات التعلم وهو من إعداد (نبيل شرف الدين، 2005) :

مبررات استخدام المقياس :

- مناسبة لخصائص العينة
- متعدد الابعاد فانه يقيس اكثر من بعد
- المقياس الوحيد المقنن من قبل الباحث لحد علم الباحثة

وهو يهدف إلى تقدير خصائص الموهوبين ذوي صعوبات التعلم ويتكون من (68) مفردة منها (18) مفردة عكسية موزعة في ستة مكونات.

- المكون الأول:

الخصائص الأكاديمية (7) مفردات ويتعلق بالنمط التعليمي السائد كطرق التدريس وأنماط التعليم والمواد التعليمية والأوقات المناسبة للتعلم وأنظمة الامتحانات ومدى توافق البيئة الدراسية وملاءمتها لخصائص الموهوبين ذوي صعوبات التعلم.

- المكون الثاني:

الخصائص التعليمية (12) مفردة ، و يتمثل في فهم الموضوعات الدراسية بأسلوب خاص ، والانشغال بفلسفتها ، والأسئلة المتعددة والاهتمام بالتفاصيل ، و تفضيل التجريب و خوض التجارب التعليمية عن طريق الخبرة المباشرة ، واتباع أساليب غير تقليدية والافتناع قبل تنفيذ التعليمات ، و تقبل جوانب الصعوبة التعليمية والوعى بها ، والاهتمام بالتمتع بالصحة الجسمية والميل إلى الاجادة والأداء بطريقة فنية، واتباع طقوس معوقة بما تؤدي إلى ظهور المشكلات التعليمية وانخفاض المستوى الدراسي

- المكون الثالث:



المهارات الدراسية (15) مفردة ، وترتبط بمدى كفاءة الطالب في تحديد الأهداف الدراسية ووضع الخطط وكفاءته في تنفيذها بمهارة وثقة ، ومدى امتلاك المهارات الدراسية الأساسية والتنظيمية ، والتغلب على جوانب القصور بحيل دراسية ملائمة مبتكرة ، والوقت المستخدم في التفكير والتعلم ، ومهارة تطبيق التعليمات وفهمها وتطوير جوانبها وقدرته في تنفيذ أفكاره الجديدة وتوصيلها للآخرين ، مستثمرا كافة إمكاناته

- المكون الرابع:

الخصائص المعرفية (8) مفردات وتتمثل في الامكانيات العقلية أو المعرفية العامة والابتكار للطلاب بما يمكنهم من الأداءات المتميزة في المواقف الدراسية وما تتضمنه من متابعة التعليمات والمعلومات واستقبالها عن طريق الحواس المختلفة والوقت المستخدم في فهمها وطرح الأسئلة بشأنها وكفاءة عمليات الذاكرة ، والفهم والحس النقدي وتوارد الأفكار إلى الذهن وثنائها والمنطق المختلف في فهم الأشياء أو الموضوعات مقارنة بالآخرين وما يمثله من كل ذلك من مشكلات دراسية مرتبطة بكفاءة الطلاب وانتقادات المحيطين بهم.

- المكون الخامس:

الخصائص الدافعية (19) مفردة، وتتمثل في فهم الفرد لذاته وثقته بنفسه وتأكيد الطموح واثارة الدافعية والمثابرة والعمل الجاد المتواصل واتساع مدى الاهتمامات والميول والحساسية للانتقادات الذاتية والموضوعية ، ومدى وعيه بتصور الآخرين عن كفاءته والتمسك بالأمل في مستقبل موهبته ، وحسن ادارته له ، ومدى القدرة على مواجهة المواقف الدراسية الضاغطة ، كمكافحة الملل وضبط التهور والاندفاعية والتبدل نحو الامتحانات الرسمية والتهيؤ للدراسة، وما يعكسه على نتائج التحصيل الدراسي . والمكون السادس الخصائص الاجتماعية (7) مفردات ، وتتمثل في الخصائص المتعلقة بصعوبة التعامل مع الآخرين بالمجال التربوي ، أو تأثيراتها غير المباشرة والمشكلات الناتجة عن ذلك في اطار الوعي بجوانب القصور التعليمي وتفضيل عدم المواجهة مع اعتبار هذه الجوانب الاجتماعية أصيلة في الصعوبة أو مسببة لها أو مصاحبة للصعوبة . ويقوم الطالب بالاستجابة على كل مفردة على المقياس المتدرج المكون من خمسة تقديرات هي (5) موافق بدرجة كبيرة جدا ، (4) موافق بدرجة كبيرة، (3) موافق بدرجة متوسطة، (2) موافق بدرجة قليلة، (1) غير موافق، وبذلك تكون أقل درجة على المقياس هي (68)

وأعلى درجة هي (340) درجة , وتستخدم الدرجة الكلية للمقياس وذلك لأن الهدف منه تحديد الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم وفقا لمحك المقياس البالغ ثلثي الدرجة الكلية ويوضح الجدول التالي أبعاد المقياس والعبارات الإيجابية والسلبية كما يلي:

جدول (1) مكونات مقياس خصائص الموهوبين ذوي صعوبات التعلم والعبارات الإيجابية والسلبية

العدد	العبارات السلبية	العبارات الايجابية	المكونات
7	34-6	38-22-14-11-8	الخصائص الاكاديمية
12	13	-51-35-26-13-7-2 65-62-57-53-52	الخصائص التعليمية
15	-19-17-15-9-4-1 45-36-33	66-39-29-28-24-16	المهارات الدراسية
8	21	-50-44-40-20-18-3 56	الخصائص المعرفية
19	46-32-30-25	-43-41-37-27-10-5 -60-58-55-54-49-48 67-63-61	الخصائص الدافعية
7	68	64-59-47-42-31-23	الخصائص الاجتماعية

(1) الصدق Validity :

- صدق المحك:

من خلال تطبيق الباحثة لمقياس الموهوبين ذوي صعوبات التعلم وقائمة الموهوبين (المحك، إعداد علي صلاح، 2022) تم حساب معامل الارتباط بين المقياس والمحك بعد تطبيقهما على العينة الاستطلاعية وبلغت معامل الارتباط 0.861 وهي قيمة كبيرة تؤكد صدق المحك للمقياس.

- الاتساق الداخلي لفقرات المقياس:

استخدمت الباحثة معامل بيرسون لحساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس وجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2) معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس ودرجة المقياس الكلية



الارتباط بالدرجة الكلية	الفقرات						
**0.568	52	**0.647	35	**0.763	18	**0.654	1
**0.654	53	**0.728	36	**0.756	19	**0.713	2
**0.742	54	**0.732	37	**0.747	20	**0.678	3
**0.647	55	**0.624	38	**0.828	21	**0.771	4
**0.624	56	**0.745	39	**0.742	22	**0.764	5
**0.589	57	**0.627	40	**0.724	23	**0.849	6
**0.723	58	**0.696	41	**0.785	24	**0.859	7
**0.829	59	**0.786	42	**0.617	25	**0.734	8
**0.823	60	**0.773	43	**0.686	26	**0.648	9
**0.643	61	**0.669	44	**0.776	27	**0.825	10
**0.617	62	**0.658	45	**0.783	28	**0.893	11
**0.649	63	**0.687	46	**0.689	29	**0.921	12
**0.548	64	**0.646	47	**0.698	30	**0.662	13
**0.593	65	**0.645	48	**0.787	31	**0.635	14
**0.618	66	**0.766	49	**0.636	32	**0.851	15
**0.639	67	**0.812	50	**0.644	33	**0.823	16
**0.648	68	**0.823	51	**0.746	34	**0.819	17

** دال عند مستوى 0.01

يتضح من جدول (2) أن عبارات المقياس كانت دالة عند مستوى دلالة 0.01 مما يدل على الاتساق الداخلي للمقياس.

(2) الثبات Reliability :

- طريقة ماكدونالدز أوميغا McDonald's Omega Method :

استخدمت الباحثة معادلة McDonald's Omega وهي معادلة تستخدم لإيضاح المنطق العام لثبات الاختبارات في حالة عدم توافر شروط معادلة ألفا كرونباك، وبلغت قيمة معامل ثبات المقياس 0.867، وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

- طريقة التجزئة النصفية:

استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية لحساب ثبات المقياس بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية، وجدول (3) يوضح معاملات الثبات.

جدول (3)

معاملات ماكدونالدز اويجا للثبات ومعاملات التجزئة النصفية لثبات المقياس

الأبعاد	معامل سيرمان	الدلالة	McDonald's Omega Reliability
درجة المقياس الكلية	0.889	0.01	0.867

يتضح من جدول (3) ارتفاع معاملات الثبات للمقياس.

3- مقياس العوامل الخمسة لليقظة العقلية :

إعداد 2006 ، Baer , Smith , Hopkins , Krietemeyer & Tony وترجمة فتحى الضبع ، احمد طلب ، عائدة العوامله عام (2014)، يتكون المقياس من (39) عباره مقسمة على 5 أبعاد (الملاحظة - الوصف - التصرف بالوعى - عدم الحكم على خبرات الداخلية - عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية) وبها الاستجابات التالية (تنطبق تماما - تنطبق بدرجة كبيرة - تنطبق بدرجة متوسطة ، تنطبق بدرجة قليلة ، لا تنطبق) وقد اعطيت الاستجابات على عبارات المقياس قيما هي (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) على ذات الترتيب اذا كانت العبارة موجبه الاتجاه ، والعكس صحيح في حاله العبارة سالبة الاتجاه وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع درجة اليقظة العقلية أو درجة الصفة التي يقيسها البعد الفرعى وقد تمتع المقياس بالخصائص السيكومترية التالية :



- صدق الاتساق الداخلي :

للتحقق من الصدق الداخلي تم استخدام معامل الاتساق الداخلي لقياس الصدق البنائي وذلك باستخدام اسلوب الاتساق الداخلي بين ابعاد المقياس حيث تم احتساب معامل ارتباط (بيرسون) بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس .

جدول (4) معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية

رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
1	**0,530	16	**0,529	31	**0,507
2	*0,436	17	**0,718	32	**0,620
3	**0,524	18	**0,525	33	**0,266
4	**0,691	19	**0,732	34	**0,684
5	**0,678	20	**0,555	35	**0,716
6	**0,527	21	**0,501	36	**0,323
7	**0,302	22	**0,821	37	**0,615
8	**0,724	23	**0,579	38	**0,442
9	**0,529	24	**0,742	39	**0,652
10	**0,280	25	**0,577		
11	**0,723	26	**0,425		
12	**0,492	27	0,188		
13	**0,814	28	**0,718		
14	**0,372	29	**0,552		
15	**0,577	30	**0,734		

** مستوى الارتباط دال احصائياً عند مستوى (0,05)

وكما يتضح من الجدول (4) أعلاه أن جميع معاملات الارتباط بين العبارات المكونه للأبعاد مرتبطة بقيم موجبه وذلك عند دلالة احصائية (0,05) حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (ر = 0,742) و (ر = 0,266) ، عدا الفقرة السادسة لبعد الوصف وهي الفقرة رقم (27) في المقياس التي تنص على يمكنني التعبير بالكلام عما اشعر به من ضيق " حيث بلغت قيمة الارتباط (ر = 0,188) وبدلالة احصائية اعلى من (0,05) ، لذلك تم استبعادها من الدراسة لعدم ارتباطها بفقرات البعد . ومن النتائج

أعلاه هناك درجة عالية من الاتساق الداخلي وذلك بتأكيد ارتباط البعد بعباراته وهذا يدل على درجة الصدق الداخلي لكل بعد .

- الصدق البنائي :

بعد الصدق البنائي للمقياس مهم للتأكد من ارتباط الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس وبذلك تم استخدام اختبار الارتباط (بيرسون) كما هو موضح جدول (5)

جدول (5) معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية

معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس	البعد
**0.460	الملاحظة
**0.942	الوصف
**0.716	التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة
**0.494	عدم الحكم على الخبرات الداخلية
**0.417	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية

** مستوى الارتباط دال احصائيا عند مستوى (0.01)

يتبين من الجدول (5) اعلاه ان جميع معاملات الارتباط بين الأبعاد المكونه للمقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس دالة احصائيا عند مستوى (0.05) وبقيم موجبه حيث تراوحت بين (0.942 - 0.41) مما يعنى ارتباط المقياس بأبعاده وهذا يدل على درجة الصدق البنائي لمقياس اليقظة العقلية .

- الثبات :

تم استخدام معامل ألفا كرونباخ للتحقق من ثبات المقياس كما هو موضح بالجدول (6)

جدول (6) معاملات ألفا كرونباخ لثبات مقياس اليقظة العقلية (الأبعاد والدرجة الكلية)

قيمة معامل ألفا كرونباخ	البعد
0.71	الملاحظة
0.68	الوصف



0.76	التصرف بوعى في اللحظة الحاضرة
0.72	عدم الحكم على الخبرات الداخلية
0.66	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية
0.841	الدرجة الكلية للمقياس

من خلال نتائج الجدول (6) اعلاه تبين أن معامل ألفا كرونباخ لمقياس اليقظة العقلية مرتفعة (0.841) وتعد هذه القيم مرتفعة لمدى ثبات المقياس.

4- مقياس العزلة الاجتماعية :

أعدت هذا المقياس في الأصل دى يونج - جير فيلد وفان تيلبورج عام (1990)، وذلك لمقياس العزلة الاجتماعية وفق لما يدركه الأفراد وما يخبرونه من وحدة ومدى تقييمهم لعزلتهم عن الآخرين ، و انخفاض معدل تواصلهم معهم . ويتألف هذا المقياس من (30) عبارة ويوجد أمام كل منها 5 اختيارات هي (موافق بشدة - موافق - متردد - ارفض إلى حد ما - ارفض تماما)، تؤخذ الدرجات (4-3-2-1- صفر) على التوالي باستثناء العبارات التي تحمل أرقام (1-5-7-16-19-25-26-30) فتتبع عكس هذا التدرج وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (صفر - 120) وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع معدل احساس الفرد بالعزلة الاجتماعية والعكس صحيح .

الجدول (7) يبين العزلة الاجتماعية حسب درجات المقياس

الابعاد	الفقرات
الحرمان الشديد	28-23-21-17-15-12-6
مشاعر الحرمان المرتبطة ببعض مواقف المشكلة	24-22-20-14-9-4-3
فقد الصحة	29-18-11-8-2
الاختلاط بالآخرين	27-25-16-13-5
اقامة علاقات ذات المغزى وهدف	30-26-19-10-7-1

- الخصائص السيكومترية لمقياس العزلة الاجتماعية:

(1) الصدق Validity :

اعتمدت الباحثة في حساب صدق المقياس على ما يلي:

- الصدق المنطقي (صدق المحكمين) Logical Validity

تم عرض الصورة الأولية للمقياس على أعضاء هيئة التدريس في مجال علم النفس والتربية الخاصة، والذين كانت لهم دراسات أو أبحاث في هذا المجال أو أحد المتغيرات المرتبطة به ، وكان هدف العرض: التأكد من مناسبة العبارات للمفهوم المراد قياسه، وتحديد غموض بعض العبارات لتعديلها، وحذف بعض العبارات غير المرتبطة بمفهوم التفضيلات، أو غير مناسبها لطبيعة وخصائص الطلاب، وفي ضوء آراء السادة المحكمين تم تعديل الفقرة (15) والفقرة (21) ، لتكرار بعضها ، والتي لم تحظ بنسبة اتفاق تتراوح بين (90 % - 100 %) ، ويوضح جدول (8) بعض العبارات التي تم تعديلها.

جدول (8) العبارات التي تم تعديل صياغتها للمقياس

م	العبارات قبل التعديل	العبارات بعد التعديل
1	لايوجد هناك من يشغل نفسه بي و بأموري.	اشعر بانى وحيد لا احد يهتم بامورى .
2	ليس لدى في الواقع اى اصدقاء حقيقيين بمعنى الكلمة	ليس لدى صديق حقيقى اثق فيه

- أصبح المقياس بعد تعديل الفقرات التي لم تحظ بنسبة اتفاق تتراوح بين (90 % - 100 %) من السادة المحكمين في صورته الأولية يشتمل على (30) فقرة، وتم تطبيقه على عينة الدراسة الاستطلاعية للاستقرار على الصورة النهائية للمقياس.

- صدق المحك:

من خلال تطبيق الباحثة لمقياس العزلة ومقياس العزلة الاجتماعية (المحك، إعداد محمد ، 2008) تم حساب معامل الارتباط بين المقياس والمحك بعد تطبيقهما على العينة الاستطلاعية، وبلغ معامل الارتباط 0.896 وهي قيمة كبيرة تؤكد الصدق المحكي للمقياس.

- الاتساق الداخلي لفقرات المقياس:

استخدمت الباحثة معامل بيرسون لحساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس وكانت

جدول (9) معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس ودرجة المقياس الكلية

الفقرات	الارتباط بالدرجة الكلية	الفقرات	الارتباط بالدرجة الكلية
1	**0.678	16	**0.747



**0.828	17	**0.771	2
**0.742	18	**0.764	3
**0.724	19	**0.849	4
**0.785	20	**0.859	5
**0.617	21	**0.734	6
**0.686	22	**0.648	7
**0.776	23	**0.825	8
**0.783	24	**0.893	9
**0.689	25	**0.921	10
**0.698	26	**0.662	11
**0.787	27	**0.635	12
**0.636	28	**0.851	13
**0.644	29	**0.823	14
**0.746	30	**0.819	15

** دال عند مستوى 0.01

يتضح من جدول (9) أن عبارات المقياس كانت دالة عند مستوى دلالة 0.01 مما يدل على الاتساق الداخلي للمقياس.

(2) الثبات Reliability :

- طريقة ماكدونالدز أوميغا McDonald's Omega Method :

استخدمت الباحثة معادلة McDonald's Omega وهي معادلة تستخدم لإيضاح المنطق العام لثبات الاختبارات في حالة عدم توافر شروط معادلة ألفا كرونباخ، وبلغت قيمة معامل ثبات المقياس 0.821، وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

- طريقة التجزئة النصفية:

استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية لحساب ثبات المقياس بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية، وجدول (7) يوضح معاملات الثبات.

جدول (10)

معاملات ثبات ماكدومالذر أوميجا ومعاملات التجزئة النصفية لثبات المقياس

الأبعاد	معامل سيرمان	الدلالة	McDonald's Omega Reliability
درجة المقياس الكلية	0.866	0.01	0.821

يتضح من جدول (10) ارتفاع معاملات الثبات للمقياس.

- إجراءات الدراسة :

- تم اختيار عينة البحث من طالبات المرحلة الثانوية من مدرسة بنى حسين الازهرية للعام الدراسي 2024/2023
- تم تطبيق ادوات الدراسة على افراد العينة (مقياس تقدير خصائص الموهوبين ذوي صعوبات التعلم - مقياس اليقظة العقلية - مقياس العزلة الاجتماعية)
- تم معالجة البيانات باستخدام المقاييس الاحصائية البارامترية .
- تم معالجة نتائج الدراسة احصائيا باستخدام الأساليب الاحصائية المناسبة من خلال البرنامج الاحصائي " SPSS "

- التحليلات الاحصائية المستخدمة :

للتحقق من كفاءة أدوات الدراسة السيكومترية، ومعالجة الفروض استخدمت الباحثة عدداً من الأساليب الإحصائية هي:

1- النسب والتكرارات المئوية لصدق المحكمين.

2- معادلة ماكدونالذر أوميجا للتحقق من ثبات الأدوات.

3- المتوسط الحسابي.

4- الانحراف المعياري.

5- معامل ارتباط بيرسون.

- نتائج الدراسة ومناقشتها

لتحقيق أهداف الدراسة وفي ضوء منهج وعينة الدراسة وعلى ضوء ما أسفرت عنه المعالجات الإحصائية، تعرض الصفحات القادمة ما تم من نتائج على النحو التالي:

الفرض الأول:

للتحقق من صحة الفرض الذي ينص على أنه " يوجد مستوى متوسط من اليقظة العقلية لدى الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم

جدول (11) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاداء افراد عينة الدراسة على مقاييس الدراسة

مستوى العينة	الانحراف المعياري	المتوسط	ابعاد مقياس اليقظة العقلية
مرتفع	0.73	3.71	الملاحظة
متوسط	0.44	3.33	الوصف
منخفض	0.87	2.57	التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة
متوسط	0.83	3.37	عدم الحكم على الخبرات الداخلية
متوسط	0.73	3.14	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية
متوسط	0.46	3.20	الدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية

يتضح من جدول (11) ما يلي:

- أن المتوسط الحسابي لدرجات اليقظة العقلية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم بلغ (3.20) درجة

بانحراف معياري قدره (0.46)، وبتحديد طول الفئة يتبين بأنه يشير إلى مستوى متوسط من اليقظة

العقلية، ونجد أن هذه النتيجة توافقت مع دراسة (Rodynah , Riham, Malak , Amal, Badriya)

(Abdulhamid ، ، 2021)، حيث توصلت إلى أن مستوى اليقظة العقلية لدى الموهوبين ذوي صعوبات

التعلم كان متوسطاً وذلك من خلال حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجاميع ودرجات

أفراد العينة على مقياس اليقظة العقلية . وجاء اعلى اشكال التعبير عن اليقظة العقلية لدى هؤلاء الطلاب

في الملاحظة ، يليه عدم الحكم على الخبرات الداخلية ، يليه الوصف ، ثم عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية، والاقبل جاء في التصرف بوعي في اللحظة الحاضرة والذي يحتاج لدرجة نضج اعلى لدى الافراد وهو ما يحتاج لخبرات اعلى وتدريب اعلى للطالبات بتلك المرحلة وفي ظل ظروف اضطرابهم.

ويمكن تفسير النتيجة بأن عينة الدراسة لديهم مستوى متوسط لليقظة العقلية حيث أن هذه المرحلة بها تغييرات تشمل الجوانب الشخصية لديهم، والتي من ضمنها تتحدد الكثير من سلوكياتهم وتصرفاتهم ونتيجة لتلك التطورات التي تحدث لهم والتي قد تؤدي إلى قلة وعيهم واهتمامهم باللحظة الحالية والتسرع في اصدار الاحكام وصعوبة التعامل بالانفتاح والقبول مع الاحداث ويؤدي هذا إلى الشعور بعدم القدرة على التفاعل مع الاخرين وهذا بدوره يقلل من مستوى اليقظة العقلية .

الفرض الثاني:

للتحقق من صحة الفرض الذي ينص على أنه " يوجد مستوى من العزلة الاجتماعية لدى الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم "

جدول (12) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس العزلة الاجتماعية لدى عينة الدراسة

مستوى العينة	الانحراف المعياري	المتوسط	ابعاد مقياس العزلة الاجتماعية
مرتفع	0.79	4.14	الحرمان الشديد
متوسط	0.46	3.33	مشاعر الحرمان المرتبطة ببعض مواقف المشكلة
متوسط	0.49	3.36	فقد الصحبة
متوسط	0.48	3.22	الاختلاط بالآخرين
منخفض	0.85	2.55	اقامة علاقات ذات المغزى وهدف
متوسط	0.41	3.32	المتوسط الكلي للمقياس

يتضح من جدول (12) ما يلي:

- أن المتوسط الحسابي لدرجات العزلة الاجتماعية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم قد بلغ (3.32) بانحراف معياري قدره (0.41)، وبتحديد طول الفئة يتبين بأنه يشير إلى مستوى متوسط من العزلة

الاجتماعية، ونجد أن هذه النتيجة توافقت مع دراسة كلا من دراسة (Letchumanan & Han Lee ، 2021، Teoh، 2021) و دراسة (الرشيدى ، 2023).

وجاءت اعلى درجات العزلة تظهر في الحرمان الشديد يليه فقد الصحبة ثم الحرمان في بعض مواقف المشكلة ثم الاختلاط بالآخرين واقامة علاقات ذات المغزي وهدف. وتتفق تلك المظاهر مع متطلبات المرحلة العمرية لتلك الفئة والضغوط التي يتعرض لها الطلاب بتلك المرحلة ومعاناتهم من ضغوط الموهبة ومعانات صعوبات التعلم لديهم.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بعدد من العوامل منها السمات الشخصية الايجابية للطلبة الموهوبين ذوي صعوبات التعلم وهذه السمات الشخصية تتيح لهم اكتساب بعض المهارات الاجتماعية لتحقيق التفاعل الاجتماعي واقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين ومساعدتهم في التعبير عن أنفسهم وما يشعرون به بكلمات مناسبة تصف بشكل ملائم افكارهم ومشاعرهم وايضا مساعدتهم على قبول الخبرات والاحداث والانفعالات الحياتية السارة وغير السارة دون الحكم عليها .

الفرض الثالث:

للتحقق من صحة الفرض الذي ينص على أنه " توجد علاقة ارتباطية دالة بين اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية لدى الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم " .

جدول (13) معاملات ارتباط بيرسون بين العزلة الاجتماعية واليقظة العقلية

الكلية	اقامة علاقات ذات المغزي وهدف	الاختلاط بالآخرين	فقد الصحبة	مشاعر الحرمان المرتبطة ببعض مواقف المشكلة	الحرمان الشديد	العزلة الاجتماعية اليقظة العقلية
- **0.705	**0.558-	**0.712-	**0.758-	**0.740-	**0.785-	الملاحظة
- **0.771	**0.788-	**0.734-	**0.785-	**0.630-	**0.694-	الوصف
- **0.875	**0.733-	**0.869-	**0.825-	**0.897-	**0.676-	التصرف بوعى في اللحظة الحاضرة

*0.524-	**0.524-	**0.550-	**0.502-	**0.625-	**0.703-	عدم الحكم على الخبرات الداخلية
-	**0.758-	**0.597-	**0.532-	**0.519-	**0.506-	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية
**0.567						
-	**0.714-	**0.725-	**0.732-	**0.708-	**0.700-	اليقظة العقلية ككل
**0.725						

** دال عند (0.01)

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيا بين درجات العينة على مقياس اليقظة العقلية ودرجاتهم على مقياس العزلة الاجتماعية . كما يتضح تحقق الفرض الثالث حيث وجدت علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية .

ويمكن أن تفسير النتيجة حول وجود علاقة سالبة دالة احصائيا بين اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية لدى عينة الدراسة كونها تتفق مع دراسة دراسة (Beauchemin, et al ، 2008) ودراسة (Teoh, Letchumanan & Han Lee ، 2021) ودراسة (خطاب ، 2021)، ويمكن أن تعزى وجود تلك العلاقة السالبة ما بين اليقظة العقلية والعزلة الاجتماعية لوجود مستوى من اليقظة العقلية متوسط لديهم أدى إلى توسيط درجة العزلة الاجتماعية لديهم ، حيث أنها تساعد على إقامة العلاقات الاجتماعية والاندماج الاجتماعي مع الآخرين، كما أنها تعمل على تحسين قدرة الفرد على تحمل المشاعر السلبية وتزيد من قدرته على التعامل مع الآخرين .

التوصيات

- تضمين المناهج الدراسية لانشطة تنمية اليقظة العقلية ودورها في تنمية العلاقات الاجتماعية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة بفئاتهم المختلفة.
- ألا يقتصر الاهتمام بالخصائص العقلية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم بل ضرورة التركيز على الخصائص الانفعالية والاجتماعية.
- الاهتمام بتنمية المتغيرات النفسية الايجابية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم.

البحوث المقترحة :

- دراسة تطور اليقظة العقلية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم في المراحل التعليمية المختلفة.
- اليقظة العقلية وعلاقتها باساليب التعلم لدى ذوي صعوبات التعلم.



-اليقظة العقلية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم .

-صعوبات التعلم واثرها على زيادة العزلة الاجتماعية .

المراجع العربية

- أبو عيشة، زاهدة جميل . (2020). عوامل البيئة الاسرية كمنبئات للسلوكيات الانتحارية لمواجهة العزلة الاجتماعية اثناء الحجر الصحي المنزلي لكوفيد 19 ، مجلة كلية التربية بجامعة أسيوط . 36 (7)، 1-36.
- البحيري ، محمد رزق . (2009). اسهام بعض المتغيرات النفسية في التنبؤ بالألكسيثيميا لدى عينة من التلاميذ من ذوي صعوبات تعلم القراءة الموهوبين موسيقيا . مجلة دراسات نفسية ، 4(19)، 815 - 883.
- الصمادي ، جميل (2015) .الموهوبون مزدوجو الاستثنائية (الموهوبون ذوو الاعاقة)، المؤتمر الدولي الثاني للموهوبين والمتفوقين ، جامعة الإمارات العربية المتحدة ، 119-131 الربيع ، فيصل . (2019). النكاء الانفعالي وعلاقته باليقظة الذهنية لدى طلبة جامعة اليرموك . المجلة الاردنية في العلوم التربوية ، 15 (1) ، 179 - 97.
- الرشيدي ، في (2023) ، فاعلية مشاركة الوالدين في تحسين التفاعل الاجتماعي لدى الاطفال الموهوبين ذوي صعوبات التعلم . مجلة الطفولة جامعة القاهرة ، (43) ، 996-1026.
- الزغبى ، أمل (2014) ، فعالية برنامج تدريبي قائم على نظرية التعلم المعرفي الاجتماعي في تنمية الكفاءة الذاتية المهنية لدى الطالبات معلمات التربية الخاصة (مسار صعوبات التعلم)، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، 15 (2) ، 583 - 627.
- العصيمي ، عبد الله سليمان سعود ؛ الهبيدة ، جابر مبارك (2020) ، قياس مستوى الشفقة بالذات وعلاقته بالازدهار النفسى والوجدانى والاجتماعى لدى طلبة الجامعة. مجلة دراسات الطفولة بكلية الدراسات العليا للطفولة بجامعة عين شمس ، 87 (23) ، 1-20.
- اللقى ، أمال ابراهيم (2016) . فعالية العلاج بالتقبل والالتزام في تنمية المرونة النفسية لدى امهات اطفال الاوتيزم ، مجلة الارشاد النفسى ، مصر ، 47(2) ، 93 - 136.
- القمش، مصطفى نوري (2012). الموهوبون ذوو صعوبات التعلم، عمان ، الاردن : دار الثقافة للنشر والتوزيع.

- بهنساوى ، أحمد فكرى (2020)، اليقظة العقلية وعلاقتها بالنهوض الاكاديمى لدى طلاب الجامعة. *المجلة التربوية، كلية التربية بجامعة بنى سويف*، (78)، 12-73.
- خطاب ، على ماهر (2008) . *مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية* ، مكتبة الانجلو المصرية بالقاهرة .
- خليفة ؛ وليد بن السيد احمد ، على ؛ احمد بن غانم احمد (2023) . *فعالية برنامج قائم على الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات في تحسين المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية لدى التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم* ، مجلة الجامعة الاسلامية للعلوم التربوية والاجتماعية بجامعة الاسلامية بالمدينة المنورة ، 124 - 188.
- شرف الدين ، نبيل فضل (2005) ، *مقياس خصائص الموهوبين ذوي صعوبات التعلم* ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- عبد الخالق، أحمد (2002)، *قياس الشخصية. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية* .
- علي، طلعت أحمد (2015) ، *فعالية برنامج إرشادي أسري للحد من الضغوط الوالدية وتخفيف العزلة الاجتماعية لدى أطفالهم المعاقين عقليًا*، مجلة كلية التربية بجامعة أسيوط، 31 (1) .
- فرج ، صفوت (2011) . *ستانفور د بينيه - الصورة الخامسة المعايير العربية* ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- محمد ، عادل عبد الله (2008). *مقياس العزلة الاجتماعية*، دار الرشاد للطباعة والنشر، الطبعة الرابعة، القاهرة.

المراجع الأجنبية:

- Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). *Using Self-Report Assessment Methods to Explore Facets of Mindfulness. Assessment, 13, 27-45.*
- Bowker, J., Markovic, A., Cogswell, A., & Raja, R. (2012). *Moderating effects of aggression on the associations between social withdrawals subtypes and peer difficulties during early adolescence. Journal of Youth and Adolescence, 41, 995-1007.*



- Brown, K. W., Ryan, R. M., & Creswell, J. D. (2007). *Mindfulness: Theoretical foundations and evidence for its salutary effects. Psychological Inquiry*, 18(4), 211–237.
- Brown, P.(2011). *Teaching mindfulness to individual schizophrenia, unpublished doctoral dissertation, the university of Montana, Missoula.*
- Carolyn Barber , Conrad Mueller . (2016) . *Social and Self-Perceptions of Adolescents Identified as Gifted, Learning Disabled, and Twice-Exceptional . Roeper Review*, 33(2):109–120.
- Coplan, R., Prakash, K., O’Neil, K., & Armer, M. (2004). *Do you “want” to play? Distinguishing between conflicted shyness and social disinterest in early childhood. Developmental Psychology*, 40, 244– 258.
- Dobson,K.S. (2010). *Handbook of Cognitive Behavioral Therapies*. New York. The Guilford Press.
- Duerr, M., & Consulting, F. D. (2008). *The use of meditation and mindfulness practices to support military care providers: A Prospectus. Northampton: Center for Contemplative Mind in Society.*
- Gazzola, R. (2016). *An Investigation of the Therapeutic Use of Mindfulness Practice. (Doctoral dissertation)*. City University of Seattle.
- Gonzalez, L. L.; Amutio, A.; Oriol X.; Bisquerra, R. (2016). *Habits related to relaxation and Mindfulness of high school students: Influence on classroom climate and academic performance, Revista de Psicodidctica*, 21 (1), 121–138.

- Haigh, E.A., Moore, M.T., Kashdan, T.B., & Fresco, D.M. (2011). *Examination of the Factor Structure and Concurrent Validity of the Langer Mindfulness/Mindlessness Scale. Assessment*, 18(1), 11–26.
- Hasker, S.M. (2010). *Evaluation of the mindfulness – acceptancecommitment approach for enhancing athletic performance, DAL-B*, 71(09).
- Jahne R. Coutts-Smith · Wendy J. Phillips . (2023) . *The Role of Trait Mindfulness in the Association between Loneliness and Psychological Distress,(2023) , Asian American Journal of Psychology,14(8)*.
- Kabat-Zinn, J. (2006). *Mindfulness-based interventions in context: past, present, and future . Clinical Psychology: Science and Practice*, 10, 144–156
- Langer, E. J. (1989). *Mindfulness*. New-York: Addison-Wesley
- Langer,E.J.(2000) *Mindful learning . Current directions in psychological science* , 9(6),220–223.
- Lau, M. A, & McMain, S. F. (2005). *Integrating mindfulness meditation with cognitive and behavioural therapies: The challenge of combining acceptance-and change-based strategies. The Canadian Journal of Psychiatry*, 50(13), 863–869.
- Laura Tan, Claire Hughes & Juliet Foster . (2016) . *Abilities, Disabilities and Possibilities: A qualitative study exploring the academic and social experiences of gifted and talented students who have co-occurring learning disabilities . Journal of Pedagogic Development*, 6 (2),21–56.



-
- Lodder, G., Goossens, L., Scholte, R., Engels, R., & Verhagen, Masten , A.S.,& Reed, M. G. J. (2002). *Resilience in development. Handbook of positive psychology.*
 - Rodynah Alfodhly , Riham Aljafari , Malak Alabdullatif , Amal Alghamdi , Badriya AlOtaibi , Abdulhamid Alarfaj . (2021) . *Mindfulness and its relationship to social skills among gifted students . Journal of Gifted Education and Creativity , 8(2).300–321.*
 - Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A., & Freedman, B. (2006). *Mechanisms of mindfulness. Journal of Clinical Psychology, 62(3), 373–386.*
 - Siew Li Teoh,Vengadesh Letchumanan and Learn–Han Lee . (2021) . *Can Mindfulness Help to Alleviate Loneliness? A Systematic Review and Meta–Analysis . Monash University Malaysia, Selangor, Malaysia , (12),1–12.*