السيطرة الإنتباهية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا
– دراسة استكشافية مقارنة–

Attentional control among baccalaureate students
- Comparative exploratory study -

د. فاطيمة بن خليفة*

جامعة غليزان (الجزائر)، fatima.benkhelifa@univ-relizane.dz

تاريخ الاستلام : 2022/05/07 ؛ تاريخ القبول : 2022/12/31

ملخص : يهدف هذا البحث إلى دراسة السيطرة الإنتباهية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا. لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي كما تم تطبيق مقياس السيطرة الانتباهية المكون من بعدين اثنين (تركيز الإنتباه وتحويل الإنتباه) على عينة الدراسة المكونة من (157) طالبا وطالبة من مستوى السنة الثالثة ثانوي.

أسفرت النتائج عن وجود مستوى مرتفع في السيطرة الإنتباهية لدى أفراد عينة الدراسة، وكذلك وجود فروق دالة احصائيا في بعد تركيز الانتباه لصالح الإناث، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة احصائيا تعزى لمتغير التخصص الدراسي في مقياس السيطرة الإنتباهية وأبعاده لصالح التخصصات العلمية.

الكلمات المفتاحية : سيطرة انتباهية؛ طلبة البكالوريا

Abstract: This research aims to study the attentional control among baccalaureate students. To achieve the objectives of the study, the descriptive approach was used, and the attentional control scale consisting of two dimensions (focusing and shifting attention) was applied to the study sample consisting of 157 students from the third year secondary level. The results revealed a high level of attentional control among the members of the study sample, as well as the presence of statistically significant differences in the attention focus dimension in favor of females. The study also found statistically significant differences due to the academic specialization variable in the attentional control scale and its dimensions in favor of scientific disciplines

Keywords : attentional control; baccalaureate students

*لمؤلف المراسل

1- مقدمة

يتطلب تفاعل الإنسان المستمر مع بيئته تحديد هذه البيئة حتى يتمكن من التكيف معها والاستفادة منها والمشاركة في أنشطتها. والشرط الأول لهذه المعرفة أن ينتبه إلى ما يثيره فيها، وأن يدركه بحواسه حتى يتمكن من التأثير فيها والسيطرة عليها. الإنتباه والوعي الحسي هما الخطوات الأولى في تعرض الفرد للبيئة والتكيف معها، وتعتبر البيئة المدرسية مثل أي بيئة أخرى، وسطا متشبعا بالمثيرات المختلفة التي تستلزم التعامل معها وفق أهميتها وضرورة استخدامها في التوافق مع المحيط الدراسي وتحسين عملية التعلم واكتساب المعلومات.

وفي هذا السياق، يعتبر الإنتباه أساس جميع العمليات العقلية الأخرى وهو عامل مهم في التعلم الفعال فهو أحد العوامل الرئيسية فائقة التأثير، فبدونه يكون التعلم صعباً. لذلك، إذا أراد المعلمون تحقيق تغيير سلوك طلابهم في الاتجاه المطلوب، فمن الضروري جدًا اكتساب المهارات لتحفيز اهتمام الطلاب وجذب انتباههم إلى المهام التعليمية وموضوعات التعلم الجديدة، أما بالنسبة للمتعلم فإن الانتباه ضروري في عملية تطبيق المعلومات والمفاهيم، وتشمل الديناميكيات النهائية للتعلم تخصيص الطاقة وتحديد الأولويات واتخاذ القرار، وعليه، بدون الانتباه لا يمكن للدماغ تحديد أولويات المعلومات ولا يمكن للطلاب تطبيق المفاهيم التي تم تعلمها في المدرسة.

2 - إشكالية الدراسة:

يواجه المتعلمون خلال فترة المراهقة العديد من المتغيرات التي تؤثر على أدائهم الأكاديمي ويعتبر التحكم في الانتباه هو أحد العوامل المعرفية المهمة التي تؤثر على الأداء الأكاديمي للطلبة، فيُنظر إلى الإنتباه عمومًا على أنه القدرة على تركيز العقل في اتجاه او موضوع معين خلال فترة زمنية محددة يتم خلالها تحييد اهتمامات أخرى جانبًا. إنها عملية تفاعلية مع موضوع الانتباه ويتطلب ذلك مستوى معينًا من التركيز والمحافظة عليه. في حين أن عملية التركيز يمكن اعتبارها مهارة ذهنية لا يمكن بدونها أن يستمر الانتباه والسيطرة عليه.

يرتبط التحكم الإنتباهي (السيطرة الإنتباهية) بالمناطق الأمامية من الدماغ ويكون نموه وتطوره مرتبطًا بالتغيرات في بنية مناطق الدماغ، ويؤثر تلف الفص الجبهي على دور السيطرة الانتباهية في التحكم في الأفكار والسلوك والانفعالات كما أنها تلعب دورًا مهمًا في التعلم والأداء، والذي قد يتأثر بشكل أكبر بالعوامل الوراثية والنفسية. كما تعمل الذاكرة العاملة والسيطرة الإنتباهية على تعزيز معالجة المعلومات ذات الصلة بالسلوك الموجه نحو الهدف، ويختلف مقدار المعلومات التي يمكن أن تعالجها السيطرة الانتباهية في وقت معين من شخص لآخر. (Subodh & Tara,2020.p.258).

وفي هذا الإطار، تعتبر السيطرة الانتباهية عملية ضرورية تحدث في مهمة تتطلب من الفرد: (1) تحديد أو تطوير هدف معين؛ (2) تخطيط سلسلة من السلوكيات والإجراءات لتحقيق هذا الهدف؛ (3) مقارنة النجاح والكفاءة المحتملة لهذا الهدف؛ (4) تحديد أنسب تسلسل عمليات لتحقيق الهدف؛ (5) بدء

الخطة المختارة نحو تحقيق الهدف؛ (6) مراقبة الأداء كسلسلة من السلوكات أو الإجراءات التي يتم تنفيذها؛ وتثبيط المشتتات لاستمرار التركيز على تحقيق الهدف. (Von Bastian & al,2020.p.8)

كما ذكر (Braver & Barch ,2002) و(Chabris ,Braver Gray,2003) أن الانتباه يلعب دورًا كبيرًا في العمليات المعرفية المختلفة تماما مثل الذاكرة العاملة والذاكرة طويلة المدى والفهم والاستدلال والذكاء السائل العام (Dean,2006). وفي علاقة الانتباه بالذاكرة، لا تتعلق سعة ذاكرة العمل بالاختلافات الفردية في عدد العناصر التي يمكن تخزينها في حد ذاتها، بل تتعلق بالاختلافات في القدرة على التحكم في الانتباه لقمع التداخل وتجنب التشتيت والحفاظ على المعلومات في حالة نشطة وقابلة للإسترجاع بسرعة حيث تشترك سعة الذاكرة العاملة والتحكم في الانتباه في نظام عصبي مشابه (قشرة الفص الجبهي).(Luo & Wang,2017,p1).

تأكيدا لذلك، أظهرت دراسة (Kane & Engel) أن العديد من العمليات المعرفية العليا تقوم بالحفاظ على مكونات الذاكرة العاملة وتوجيهها وتجديدها من خلال التفاعلات مع السيطرة الإنتباهية، ومن ثم استرجاع المعلومات ذات الصلة بالمهام أو الأهداف أو خطط الاستجابة من الذاكرة طويلة المدى حسب الحاجة، كما أظهرت الفروق الفردية في القدرة على التحكم في الانتباه أن السيطرة الانتباهية تتنبأ بضبط النفس، كما تكشف الآثار بعيدة المدى للسيطرة الانتباهية على الأداء الوظيفي والأداء اليومي للأفراد بشكل عام.(Kane & Engel,2002.p.638)

من جهة أخرى، تحدد السيطرة الانتباهية كفاءة تحكم الفرد في الإدراك والانفعال والسلوك وتشير الأدلة المتقاربة من مستويات متعددة من التحليل إلى أن التحكم في الانتباه أمر أساسي لمجموعة متنوعة من المهارات المتعلقة بالتكيف الاجتماعي والأداء الأكاديمي، أيضا يمكن التنبؤ بالتحصيل الاكاديمي والتوافق المدرسي من خلال السيطرة الانتباهية، كما أن المتعلمين الأكثر توافقا يحصلون على درجات أفضل في المدرسة ويظهرون فاعلية أكثر في أداء المهارات المدرسية المطلوبة. (Rueda & Rothbart,2010.p.758)

كذلك، أوضحت دراسة (Burgoyne & al.2022) أنه يمكن للسيطرة الإنتباهية أن تفسر العديد من الإرتباطات الإيجابية بين القدرات المعرفية الواسعة، مثل الذكاء السائل، وسعة الذاكرة العاملة، والذاكرة الحسية، والقدرة على التمييز. علاوة على ذلك عندما يتم نمذجة هذه المتغيرات الكامنة تحت عامل الذكاء العام عالي الترتيب فإننا نجد علاقة قوية بين السيطرة الإنتباهية والقدرة الإدراكية العامة.

أضف لذلك، بينت دراسة " شاه وسليم" (Shah & Saleem) أن الطلاب الذين لديهم مستوى عال من السيطرة الانتباهية في كل من أنشطة الفصل؛ والتعبير عن المشكلات الأكاديمية وغير الأكاديمية؛ وإدارة الوقت؛ والفهم؛ والتنظيم؛ والأداء يظهرون مستوى عال أيضا في تحصيلهم الأكاديمي، بينما من لديهم سيطرة انتباهية ضعيفة في المتغيرات المذكورة فإنهم يظهرون ضعفا في التحصيل الأكاديمي كذلك. (Shah & Saleem,2015.p.102). وهذا يؤكد دور السيطرة الانتباهية في التحصيل الدراسي بناءا على مدى قوة الانتباه على مكونات الموقف التعليمي.

أيضا،ارتبط الانخفاض في مستوى السيطرة الانتباهية بالعديد من الاضطرابات مثل القلق والاكتئاب وفرط النشاط ونقص الانتباه وكذلك الانفعالية العالية (Ho & Mak,2017 p.564).

وانطلاقا من أهمية السيطرة الانتباهية والتي تمثل عاملا هاما في التعلم والأداء الاكاديمي فإنه يمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الرئيسي التالي:

– ما مستوى السيطرة الإنتباهية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا؟

ويندرج تحت السؤال الرئيسي سؤالين اثنين هما:

– هل هناك فروق دالة إحصائيا في مستوى السيطرة الإنتباهية تعزى لمتغير الجنس لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا؟

– هل هناك فروق دالة إحصائيا في مستوى السيطرة الإنتباهية تعزى لمتغير التخصص الدراسي لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا؟

3– فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

– مستوى السيطرة الإنتباهية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا مرتفع.

الفرضيات الجزئية:

– توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى السيطرة الإنتباهية تعزى لمتغير الجنس لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا.

– توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى السيطرة الإنتباهية تعزى لمتغير التخصص الدراسي لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا

4– أهمية الدراسة:

4–1– الأهمية النظرية:

– تكمن اهمية هذه الدراسة في تطرقها لشريحة هامة من فئة المتمدرسين وهم الطلبة المقبلون على شهادة البكالوريا حيث– وفي حدود علم الباحثة– لم تتوفر دراسات محلية أو عربية تبحث متغير السيطرة الانتباهية لدى طلبة هذا المستوى.

– كذلك تكمن أهمية هذه الدراسة فيما ستكشف عنه من نتائج والتي ستساعد في الوقوف على مستوى متغير معرفي مهم سيشكل إنطلاقة في فهم السيطرة الإنتباهية وتأثيرها على الأداء الأكاديمي للطلبة، كما أن هذه الدراسة توفر أدبيات حديثة في موضوع حديث نسبيا.

4–2– الأهمية التطبيقية:

تساهم هذه الدراسة في فتح آفاق البحث أكثر حول تداخل مفهوم السيطرة الإنتباهية مع متغيرات أخرى، معرفية أو سلوكية أو انفعالية محتملة التأثير على الانجاز الأكاديمي مما يسمح بحصرها والعمل على تحديد إجراءات مناسبة لتوظيفها في مصلحة الطالب ونجاحه الدراسي، كما يمكن الاستفادة من هذه الدراسة في بناء برامج ارشادية لتنمية السيطرة الإنتباهية لدى المتعلمين.

5– أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

– الكشف عن مستوى السيطرة الإنتباهية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا.

–الكشف عن الفروق المحتملة في السيطرة الإنتباهية بناءا على متغيري الجنس والتخصص الدراسي لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا.

6- حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: تقتصر الدراسة الحالية على موضوع السيطرة الإنتباهية لدى المقبلين على امتحان البكالوريا

الحدود المكانية: ثانوية بلعباس عبد القادر/ غليزان

الحدود البشرية: طلبة السنة الثالثة ثانوي من الجنسين ومن جميع التخصصات

الحدود الزمنية: الفصل الثالث من السنة الدراسية 2022/2021

7- التحديد الاجرائي لمفاهيم الدراسة:

7-1- السيطرة الانتباهية: تعرف السيطرة الإنتباهية بأنها القدرة على تركيز الانتباه والتحكم فيه والقدرة على تحويله في سبيل إنجاز مهمة معينة، وتعرف إجرائيا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات مقياس السيطرة الانتباهية المطبق في هذه الدراسة.

7-2- الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا: هم التلاميذ الذين يزاولون مرحلة دراستهم بثانوية بلعباس عبد القادر بغليزان، المسجلين بالسنة الثالثة ثانوي وتتروح أعمارهم – في المتوسط – ما بين (17-18) سنة من كلا الجنسين والمقبلين على امتحان شهادة البكالوريا، وهي الشهادة التي تمنح للناجح في امتحان نهاية الدراسة الثانوية.

8- الاطار النظري للدراسة:

8-1- تعريف السيطرة الانتباهية:

– **تعريف "أنجل وآخرون" (Kane & Engel):** السيطرة الإنتباهية هي القدرة على التحكم في الانتباه والتركيز على المعلومات ذات الصلة بالمهمة مع مقاومة تداخل الافكار والأحداث غير ذات الصلة بالمهمة وهي مطابقة لمفهوم الانتباه التنفيذي، والتحكم المعرفي، والأداء التنفيذي بشكل عام.

(Kane & Engel,2002.p.638)

– **تعريف "كنودسن" (Knudsen):** السيطرة الإنتباهية مكونً رئيسي للإدراك البشري، والذي يتطلب من الفرد التركيز على المعلومات المتعلقة بالمهمة ومقاومة تداخل المعلومات غير المتعلقة بالمهمة المقصودة. وهناك أربع عمليات أساسية للتحكم في الانتباه تتمثل في الذاكرة العاملة، والتحكم في الحساسية، والاختيار، والتصفية التلقائية للمحفزات البارزة. وكل عملية من العمليات المذكورة تقدم مساهمة مميزة وأساسية للسيطرة الإنتباهية. (Knudsen,2007,p58-59).

- **تعريف "أنزوورث وآخرون" (Unsworth & al):** تشير السيطرة الإنتباهية إلى القدرة على توجيه المعالجة المعرفية والسلوك في خدمة أهداف المهمة، وهي القدرة التي تمثل جانبًا أساسيًا من النسق المعرفي، وتلعب دورًا مهمًا في المستويات العليا من الوظائف. وتتكون السيطرة الإنتباهية من عناصر عديدة منها: التحديد الانتقائي والدينامي للأهداف، والتبديل بين الأهداف، والاستجابات الملائمة والتوافقية عند وجود تعارض بين الأهداف. (Unsworth & al.2012.p.2)

- **تعريف" سيبود وتارا" (Subodh & Tara):** السيطرة الإنتباهية وظيفة تشاركية لتنظيم الأفكار والعواطف وردود الفعل والمشتتات وحل المشكلات والتبديل بين أجزاء متعددة من المعلومات. يتحكم الانتباه التنفيذي في العمليات المعرفية المستمرة مثل صنع القرار والتحكم المعرفي ومعالجة اللغة والعمليات المعرفية الاجتماعية التي تتأثر بمكونات الذاكرة العاملة. (Subodh & Tara,2020.p.251)

تخلص الباحثة إلى تعريف السيطرة الإنتباهية كونها عملية عقلية تتمثل في القدرة على تركيز الانتباه على مهمة محددة واستبعاد المثيرات المحيطة بالإضافة على القدرة على تحويل الانتباه بشكل مرن من مهمة معينة إلى مهمة أخرى بسهولة دون حدوث تشتت في الانتباه، وهي عامل مؤثر في جميع الوظائف التنفيذية والعمليات المعرفية مثل الذاكرة العاملة والتفكير.

8-2- أبعاد السيطرة الانتباهية:

إعتمادا على نظرية " ايزنك وكالفو" قام " ديري بري وريد" (Derry Berry & Reed 2002) بتصميم مقياس يقيس السيطرة الإنتباهية ويتضمن بعدين اثنين هما:

أ- تركيز الإنتباه: هو تجميع كل الافكار والعمليات الذهنية لتحقيق هدف معين، أي تركيز الانتباه وتثبيته بشكل يقظ ومستمر لتحقيق هذا الهدف وإتمام عملية إدخال المعلومات إلى أنظمة الذاكرة بكفاءة عالية.

ب- تحويل الانتباه: يحدث عندما يتم استبعاد المشتتات الدخيلة التي تعرقل عملية الإنتباه، وتعمل المرونة الانتباهية في نفس الوقت على انتقال الانتباه من مهمة إلى أخرى مما يزيد من كفاءة معالجة المعلومات المتعلقة بالمهمة التي يؤديها الفرد.(Fajkowska, & Derryberry,2010)

8-3- النظريات المفسرة للسيطرة الانتباهية:

هناك العديد من النظريات التي فسرت السيطرة الإنتباهية وسنتعرض لأهم وأكثر النظريات شيوعا واعتمادا من طرف الباحثين وهي كالتالي:

8-3-1- نظرية نورمان وشاليس (1986) Norman & Shallis:

يميز "نورمان وشاليس" بين نوعين من العمليات:1)- العمليات الآلية التي تكون متأصلة في الذاكرة وأصبحت احترافية أو متقنة جدا، وهنا يتم تنفيذ الأفعال من خلال سلسلة من القواعد القديمة(المخططات) التي توجه السلوك. 2)- العمليات المسيطرة وتتصف بالوعي الارادي وهي مهمة في كف الاستجابة المسبقة وإجراء تعديلات على المخططات التي تسير عمل الأفعال الآلية ويقوم النظام التنفيذي الرقابي على جمع المعلومات الموجودة في الذاكرة طويلة المدى مع المعلومات الآنية المجهزة في الذاكرة العاملة لغرض تنفيذ المهمة او توحيد المعلومات ومقارنتها مع المهمة المطلوبة.

(Norman & Shallice,1986.p.2)

8-3-2- نظرية السيطرة الانتباهية لـ " أيزنك وكالفو"(1992) Eysenck & Calvo:

تعد هذه النظرية الأكثر انتشارا وتناولا في تفسير السيطرة الانتباهية، وتقوم على مجموعة من المبادئ هي:

- تقوم على افتراض جوهري يقوم على التمييز بين كفاءة المعالجة المعرفية للمعلومات وفاعلية الأداء.
- تؤكد على وجود نظامين للإنتباه والمتمثلين في الانتباه الموجه نحو الهدف والانتباه الذي يحركه الحافز، وتعتبر هذين النظامين من الأنظمة التفاعلية المتوازنة في حالة حدوث عدم تهديد او زيادة مستويات التوتر والقلق لدى الفرد.
- نظام الانتباه الأول المتمركز على توجيه الهدف يتحكم في عمليات الإنتباه الإرادية ويساهم في وظائف نظام التحكم التنفيذي المركزي، بينما نظام الإنتباه الثاني القائم على الحافز مسؤول عن إدخال المعلومات وتسلسلها بنظام الذاكرة.
- عندما يحدث التهديد يكون نظام الانتباه القائم على الحافز هو المهيمن.
- يؤثر القلق سلبيا على كفاءة المعالجة ويضعفها.
- تعتبر السيطرة الانتباهية بعدا من أبعاد التنظيم الذاتي لأن القدرة العالية على التحكم تقوم بتقييد الجوانب الانفعالية السلبية المهددة.(Coombes & al,2019.p.3)

8-3-3- نظرية نيلسون ونارنس (1994) Nelson & Narnas:

يعتقد "نيلسون ونارنس" أن النظام المعرفي يعالج نوعين من المعلومات هما:1)- المعلومات في المستوى الأول (المخططات) وهي الموجودة على السطح وهي وحدات أساسية للتفكير مصدرها المثيرات الخارجية وتقابل العمليات الواعية، و2)- المعلومات في المستوى العميق وهو نموذج معرفي مرتب حسب قواعد معينة تعرف بما وراء المعرفة وتكون غير واعية ويتم استدعاؤها بطريقة ألية وسريعة. بعد ذلك تأتي مرحلة ثالثة لمعالجة النمطين من المعلومات وهي عملية المراقبة حيث يقوم النظام التنفيذي بالمراقبة المستمرة لعمل المخططات المعرفية وتحديثها. (Nelson & Narens,1994.p.2)

8-3-4- نظرية التعقيد والسيطرة المعرفية (1998) Zelazo & Frye:

تأخذ هذه النظرية بعين الاعتبار مسألة تمثيل المعلومات وتعقيد تراكيبها وكيف يتم التخطيط لها، كما تركز على الدور الوظيفي للوعي في تنشيط الهدف المنشود ومساهمة الذاكرة العاملة وارتباطها بالسيطرة الانتباهية. وتقوم هذه النظرية على مجموعة من المبادئ هي:

- يعالج النظام المعرفي نوعان من الاستجابة هما الاستجابة المؤسسة وتمثل الوحدات الاساسية للتفكير والاستجابة التمثيلية وتعني التمثيل العقلي للمعلومات.
- النظام التمثيلي المعرفي ينمو مع العمر ويتضمن مجموعة من التراكيب (تمثيلات عقلية) التي تشكل النظام الذي يسيطر على الأفكار والأفعال.
- التعقيد هو عدد المستويات التي تسيطر على الأنظمة التمثيلية للمعرفة، والزيادة في التعقيد تؤدي إلى زيادة الوعي التأملي للتراكيب.(Zelazo & Frye,1998.p.122-123).

ترى الباحثة أن الدراسات المتعددة التي تناولت السيطرة الإنتباهية اعتبرت هذا المفهوم مرادفا للانتباه التنفيذي وللتحكم في الإنتباه والضبط الانتباهي، والنظريات التي تناولت السيطرة الانتباهية بدورها متعددة وركزت في تناولها على معطيات محددة. فقد ركز "نورمان وشاليس" في تفسير السيطرة الانتباهية على دور الوعي الارادي والعمليات المتصلة بالذاكرة والدور الوسيط للمخططات المعرفية، أما "أيزنك وكالفو" فيعتبران السيطرة الإنتباهية بعدا من أبعاد التنظيم الذاتي يقوم على نظامين اثنين من الانتباه هما الانتباه الموجه نحو الهدف والانتباه الذي يحركه الحافز. بينما "نيلسون ونارنس" ركزا على معالجة المعلومات وفق نظامين: سطحي وما وراء معرفي، وأخيرا " زالزو وفراي" فقد ناقشا التمثيل المعرفي للمعلومات. وعليه فالسيطرة الانتباهية عملية معرفية معقدة في غاية الأهمية تمر وتتقاطع مع عمليات معرفية متعددة منها التفكير والذاكرة ونظام المخططات المعرفية والنظام التنفيذي الرقابي.

8-4- السيطرة الانتباهية وعملية التعلم:

إن القدرة على التحكم في الانتباه تدعم وظيفتين منفصلتين لكن متكاملتين في مجال العمليات المعرفية والتي تدعم الأداء في العديد من المهام المعرفية وهما: الصيانة وفك الارتباط.

تشير الصيانة إلى العمليات المعرفية التي تدعم تركيز وحفظ المعلومات في حالة نشطة وقابلة للاسترجاع وسط كم من العوامل الدخيلة. على سبيل المثال، الصيانة مطلوبة عند محاولة فهم جزء من النص وسط المشتتات، مثل قراءة رواية في حديقة حيث قد تتضمن مصادر التشتت أفكارًا حول الغذاء أو أصوات المارة في محادثة ما – بعبارة أخرى قد تكون المشتتات عبارة أن أفكار داخلية أو أحداث خارجية. وعلى النقيض من ذلك، يشير فك الارتباط إلى إزالة المعلومات التي لم تعد ذات صلة من المعالجة النشطة ووضع علامة عليها على أنها غير قابلة للاسترداد. على سبيل المثال، يجب على المرء الانسحاب من محادثة المارة من أجل إعادة التركيز على مادة القراءة الخاصة به. ومعظم المهام تتطلب درجات متفاوتة من صيانة المعلومات وفك الارتباط، والسيطرة الانتباهية تدعم هذه الوظائف على نطاق أوسع. (Burgoyne & al.2022.p.4)

من ناحية أخرى، تنظم السيطرة الإنتباهية العمليات المعرفية المختلفة مثل الأفكار والانفعالات وردود الفعل وحل المشكلات والمعلومات المختلفة التي قد يتم قبولها أو رفضها في الذاكرة قصيرة المدى، وحيث أن كلا من النمط الجيني والتدريب يؤثران على الأداء في مهام الانتباه المحددة (Rueda & al,2005) يمكن أن يساعد التدريب المعرفي كبديل للتعلم المدرسي في تحسين السيطرة الانتباهية وتسريعها لدى المتعلمين.

كذلك، تعتبر الذاكرة العاملة والتحكم في الانتباه مرتبطان بشكل واضح وهما عاملان تنبؤيان قويان للأداء الأكاديمي. وبالتالي هناك افتراض أن السيطرة الإنتباهية تقلل من التأثير السلبي للإلهاء الأكاديمي على الأداء الأكاديمي(Deepa & al ,2022.p.67) كما تعتبر استراتيجيات التعلم التي يعتمدها التلميذ عاملا حاسما في تشكيل الفروق الفردية في السيطرة الانتباهية، لذلك يجب اكتشاف هذه الاستراتيجيات وتوجيهها وتدعيمها أو العمل على تعديلها حتى تساهم في تعزيز السيطرة الإنتباهية للتلاميذ في تأدية المهام الدراسية.(Irons & Leber,2020.p.369)

ترى الباحثة أنه في أدبيات البحث ذات الصلة، تم التأكيد على دور السيطرة الإنتباهية في تقليل الإلهاء الأكاديمي وتحسين الإنجازات الأكاديمية للطلاب، ومع ذلك، هناك حاجة إلى موارد معرفية إضافية للتحكم في الانتباه حيث يساعد التأمل في تعزيز السيطرة الانتباهية وتنظيم الأفكار والإنفعالات، وهما مكونان مهمان للتنظيم الذاتي، وكلاهما يؤثر بشكل إيجابي على الأداء الأكاديمي ويجعل من السيطرة الانتباهية مؤشرا هاما على الأداء الأكاديمي يتجاوز الكفاءة الذاتية الأكاديمية. إضافة لأهمية الوقوف على الإستراتيجات المناسبة لزيادة فاعلية السيطرة الانتباهية للمتعلمين خاصة المقبلين على الامتحانات نظرا لثبوت ارتباط السيطرة المرتفعة بمسوى منخفض من القلق، في حين أن المستوى المنخفض من السيطرة الانتباهية يرتبط بالقلق المرتفع وهذا ما يعزز من ضرورة التركيز على عامل السيطرة الإنتباهية خاصة لدى الطلبة المعرضين لمواقف القلق مثل المقبلين على الامتحانات.

9- الاجراءات المنهجية للدراسة:

منهج الدراسة: اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الذي يتناسب مع طبيعة وأهداف الدراسة.

مجتمع الدراسة: تمثل مجتمع الدراسة في جميع طلبة السنة الثالثة ثانوي من غير المعيدين بجميع التخصصات ومن كلا الجنسين والذي قدر عددهم ب(298) تلميذا .

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (157) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من ثانوية بلعباس عبد القادر / غليزان بنسبة (52.68 %) من العدد الكلي، يتوزعون كما هو موضح بالجدول التالي:

الجدول (1): خصائص أفراد عينة الدراسة

الرقم	المستوى الدراسي	التخصص الدراسي	الجنس	العدد	النسبة المئوية
1	السنة الثالثة	علوم تجريبية	ذكور	28	30.11
			إناث	25	26.88
		تقني رياضي	ذكور	14	15.03
			إناث	11	11.83
		رياضيات	ذكور	07	07.54
			إناث	08	08.61
المجموع				**93**	100
2	السنة الثالثة	أداب وفلسفة	ذكور	12	18.75
			إناث	27	42.18
		لغات اجنبية	ذكور	07	10.94
			إناث	18	28.13
المجموع				**64**	**100**
المجموع العام			ذكور	68	43.31
			إناث	89	56.69

المجموع الكلي	**157**	100

المصدر: الباحثة، نتائج البحث الميداني

يظهر من الجدول (1) أن مجموع الذكور بعينة الدراسة بلغ (68) طالبا بنسبة 43.31 % في حين بلغ عدد الاناث (89) طالبة بنسبة 56.69%، كما بلغ عدد الطلبة بالتخصصات العلمية (93) طالبا بنسبة 59.24% وبلغ بالتخصصات الأدبية (64) طالبا بنسبة 40.76%

أداة الدراسة وخصائصها السيكومترية:

تم الاعتماد في هذه الدراسة على مقياس السيطرة الإنتباهية المطور من طرف (Derryberry & al,2002) والذي يتكون من (20) فقرة موزعة على بعدين هما: بعد التركيز على الانتباه وبعد تحويل الانتباه . قام (عبد الرحيم،2021) بترجمته وتحكيمه وحساب قيم الالتواء والتفلطح لجميع فقرات المقياس بحيث كانت تقع كلها في نطاق التوزيع الإعتدالي، ثم قام الباحث بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس وقد تحصل على النتائج التالية:

بالنسبة للصدق، استخدم الباحث التحليل العاملي باستخدام المكونات الأساسية ثم استخدم التحليل العاملي التوكيدي وقياس تشبعات مفردات كل عامل بالبعد الذي يقيسه باستخدام طريقة الاحتمالية العظمى لتسفر النتائج عن وجود عاملين يتضمنا كل من: **بعد تركيز الانتباه** ويقع في 8 فقرات، **وبعد تحويل الانتباه** ويقع في 8 فقرات، بمجموع (16) فقرة للمقياس ككل.

أما بالنسبة للثبات استخدم الباحث معامل آلفا كرونباخ وجتمان وأسفرت النتائج على التوالي عن (0.78 و0.70) على بعد تركيز الانتباه، و(0.71 و0.67) على بعد تحويل الإنتباه وجميعها معاملات ثبات دالة إحصائيا.

كما أن فقرات المقياس خماسية الاستجابة (مقياس ليكرت)، تتم الإجابة عليها من خلال الاختيار من بين خمس استجابات متدرجة وفق القيم التالية: دائما (5)، غالبا (4)، احيانا(3) ، نادرا(2)، أبدا(1).وعليه تبلغ أعلى درجة (40) وأدنى درجة(08) على كل بعد وتبلغ أعلى درجة على المقياس ككل (80) وأدنى درجة(16) .

قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس بتطبيقه على عينة استطلاعية قدرت بـ (40) طالبا وطالبة من خارج عينة الدراسة الأساسية وقد كانت نتائج الصدق والثبات كالتالي:

أولا/ صدق الأداة:

صدق الاتساق الداخلي: قامت الباحثة بحساب التجانس الداخلي من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية لكل بعد بمقياس السيطرة الإنتباهية كما هو مبين في الجدول (2).

الجدول (2): معاملات الإرتباط بين درجات كل فقرة والبعد الذي تنتمي إليه بمقياس السيطرة الانتباهية

تركيز الانتباه		مستوى الدلالة	تحويل الانتباه		مستوى الدلالة
الرقم	معامل الارتباط		الرقم	معامل الارتباط	

1	**0.68	1	0.01	**0.81	0.01
2	**0.87	2	0.01	**0.50	0.01
3	**0.71	3	0.01	**0.52	0.01
4	**0.73	4	0.01	**0.70	0.01
5	**0.78	5	0.01	**0.61	0.01
6	**0.85	6	0.01	**0.69	0.01
7	**0.80	7	0.01	**0.63	0.01
8	**0.72	8	0.01	**0.75	0.01

المصدر: الباحثة، نتائج البحث الميداني بتصرف بناءا على نتائج برنامج spss

كما هو مبين في الجدول (2) تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.50) و(0.87) وكلها معاملات دالة عند مستوى(0.01) مما يجعل من مقياس السيطرة الإنتباهية ذا تجانس جيد يسمح باستخدامه في هذه الدراسة.

وفي الجدول (3) الموالي، تم حساب معاملات الارتباط بين البعدين وبينهما وبين الدرجة الكلية لمقياس السيطرة الانتباهية كما هو مبين أدناه.

الجدول (3): معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد مقياس السيطرة الإنتباهية والدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	التركيز	تحويل الانتباه	المقياس الكلي
تركيز الإنتباه		**0.69	**0.95
تحويل الإنتباه			**0.84

** دالة عند مستوى 0.01

المصدر: الباحثة، نتائج البحث الميداني بتصرف بناءا على نتائج برنامج spss

يظهر من الجدول (3) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا، حيث بلغت بين البعدين (0.69) وما بين بعد تركيز الانتباه والمقياس الكلي (0.95) وما بين تحويل الانتباه والدرجة الكلية للمقياس (0.84) وكلها دالة عند مستوى 0.01 مما يوضح تمتع المقياس بدلالات صدق مرتفعة وذات موثوقية لتطبيقه في الدراسة.

الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية): بعد جمع البيانات وتحليلها تمت المقارنة بين متوسطات الأرباعي الاعلى(27%) والأرباعي الأدنى(27%)، وباستخدام اختبار " ت" في المقارنة بين المتوسطات تحصلنا على النتائج التالية:

جدول (4): نتائج اختبار "ت" لدراسة الفروق بين متوسطات المجموعات الطرفية (ن =22)

المتغيرات	العينة العليا: ن = 11		العينة الدنيا: ن = 11		القيمة التائية		مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة	الجدولية	
تركيز الإنتباه	22.90	02.38	15.18	01.07	09.78	2.84	0.01
تحويل الإنتباه	19.54	03.01	16.72	03.73	04.97		0.01
المقياس ككل	62.18	05.25	47.81	05.61	06.19		0.01

* القيمة التائية الجدولية = (2.84) عند مستوى دلالة (0.01) وبدرجة حرية (20)

المصدر: الباحثة، نتائج البحث الميداني بتصرف بناءا على نتائج برنامج spss

يظهر من الجدول(4) أنه توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات مجموعة الأرباعي الأعلى ومتوسطات مجموعة الأرباعي الأدنى عند مستوى (0.01) على بعدي مقياس السيطرة الانتباهية والدرجة الكلية للمقياس مما يدل على تمتع الأداة بدرجة تمييزية عالية وبالتالي صلاحية المقياس للتطبيق الميداني.

ثانيا/ ثبات الأداة:

تم حساب ثبات أداة الدراسة باستخدام معامل ألفا كرونباخ ومن خلال إعادة التطبيق بعد أسبوعين من التطبيق الأول وكانت النتائج كالتالي:

الجدول (5): قيم معاملات ثبات مقياس السيطرة الانتباهية وأبعاده

المتغيرات	معامل ثبات الفا كرونباخ	إعادة التطبيق
تركيز الانتباه	**0.89	**0.82
تحويل الانتباه	**0.81	**0.77
المقياس ككل	**0.80	**0.86

**** دالة عند مستوى 0.01**

المصدر: الباحثة، نتائج البحث الميداني بتصرف بناءا على نتائج برنامج spss

يتضح من الجدول (5) أن معامل ثبات المقياس آلفا كرونباخ بلغ ما بين (0.89) و(0.81) بالنسبة لبعدي المقياس، بينما بلغ معامل ثبات المقياس ككل (0.80)، أما بإعادة التطبيق بلغ معامل الارتباط (0.82) و(0.77) بالنسبة لبعدي المقياس، وبلغ (0.86) بالنسبة للمقياس ككل. وكلها معاملات مرتفعة تدل على ثبات المقياس وصلاحية استخدامه في الدراسة.

الاساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة:

لغرض تحقيق أهداف الدراسة واختبار فروضها تم استخدام الأدوات الاحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي.
- معامل الارتباط لحساب الصدق وثبات إعادة التطبيق
- اختبار ألفا كرونباخ لقياس ثبات فقرات المقياس المستخدم في الدراسة.
- اختبار "ت" T.test لحساب الفروق .

9- عرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها:

عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى والتي تنص على:"مستوى السيطرة الانتباهية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا مرتفع" وللتحقق من هذه الفرضية تم استعمال المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (6): مستوى السيطرة الإنتباهية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا

المتغيرات	افراد العينة	عدد الفقرات	الدرجة القصوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي%	الحكم
تركيز الانتباه	157	08	40	31.48	11.48	%78.70	مرتفع
تحويل الانتباه	157	08	40	23.36	11.43	%58.40	فوق المتوسط
المقياس ككل	157	16	80	54.84	18.48	%68.55	مرتفع

*** يتم حساب الوزن النسبي بقسمة الوسط الحسابي المتوصل إليه للبعد على الدرجة الكلية للبعد ثم ضرب الناتج في 100**

المصدر: الباحثة، نتائج البحث الميداني بتصرف بناءا على نتائج برنامج spss

يتبين من الجدول(6) أن بعد تركيز الانتباه مرتفع لدى عينة الدراسة بمتوسط حسابي (31.48) وبوزن نسبي (78.70%)، بينما بعد تحويل الانتباه جاء فوق المتوسط، بمتوسط حسابي(23.36) وبوزن نسبي(58.40%)، في حين أن مستوى السيطرة الإنتباهية ككل مرتفع وبمتوسط حسابي(54.84) وبوزن نسبي(68.55%)، وبالتالي تحققت الفرضية.

تتفق هذه النتيجة مع دراسة (الداودي،2018) على عينة من طلبة الجامعة قوامها(400) طالبا وطالبة والتي أوضحت إمتلاك الطلبة لمستوى فوق المتوسط في السيطرة الانتباهية، كما تتفق مع نتائج دراسة (الأعجم،2020) على عينة من طلبة الجامعة والتي أوضحت أن طلبة الجامعة يمتلكون درجة عالية من السيطرة الانتباهية، أيضا تتطابق النتائج مع ما توصلت إليه دراسة(حسون وجاسم،2019) على عينة من طلبة الجامعة والتي أوضحت مستوى مرتفعا في السيطرة الإنتباهية لدى عينة الدراسة، كما تتوافق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (كريم،2021) والتي بينت أن طلبة الجامعة يملكون مستوى فوق المتوسط في السيطرة الإنتباهية.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه (الشمري،2015) في دراستها على عينة من طلبة الجامعة حيث أظهرت النتائج مستوى منخفضا في السيطرة الانتباهية لدى عينة الدراسة، كما تناقض

النتيجة المتوصل إليها نتائج دراسة (محمد،2019) والتي أظهرت أن طلبة الجامعة لديهم مستوى منخفضا في السيطرة الإنتباهية، أيضا تختلف النتائج المتوصل إليها مع نتائج دراسة (عداي وعذاب،2020) والتي أجريت على عينة من طالبات مرحلة التعليم الاعدادي والتي أوضحت أن أفراد العينة يملكون سيطرة انتباهية منخفضة.

وتفسر الباحثة النتيجة المتوصل إليها إلى وعي التلاميذ وشعورهم بضرورة السيطرة على أفكارهم وتعلماتهم، خاصة أنهم يمرون بمرحلة مهمة تتمثل في التحضير لامتحان شهادة البكالوريا وهم واعون بحاجتهم الملحة إلى تركيز الانتباه لاستيعاب المواد الدراسية والاستبصار بأهمية فهمها وضرورة التركيز في الاحتفاظ بها بالذاكرة بشكل جيد تحضيرا لاسترجاع المعلومات المكتسبة بشكل مكثف ودقيق في موقف الامتحان.

عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية: والتي تنص على "توجد فروق دالة احصائيا في االسيطرة الانتباهية تعزى لمتغير الجنس لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا"، وللتحقق من هذه الفرضية تم حساب الفروق باستخدام اختبار t.test كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (7): نتائج اختبار"ت" للمقارنة بين متوسطات الذكور والإناث على مقياس السيطرة الإنتباهية

المتغيرات	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
تركيز الإنتباه	ذكور	68	29.14	11.16	02.25	1.96	0.05
	إناث	89	33.26	11.46			
تحويل الإنتباه	ذكور	68	25.35	12.73	01.92	1.96	غير دالة
	إناث	89	21.84	10.14			
المقياس ككل	ذكور	68	54.50	20.35	0.20	1.96	غير دالة
	إناث	89	55.11	17.04			

* القيمة التائية الجدولية = (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (155)

المصدر: الباحثة ، نتائج البحث الميداني بتصرف بناءا على نتائج برنامج spss

يشير الجدول (7) إلى وجود فروق دالة إحصائيا في متوسط درجات بعد تركيز الإنتباه لصالح الإناث، بينما لا توجد فروق دالة إحصائيا في بعد تحويل الانتباه وفي الدرجة الكلية لمقياس السيطرة الإنتباهية تعزى لمتغير الجنس. وبذلك تحققت فرضية البحث جزئيا.

تتفق النتائج المتوصل إليها مع دراسة (الشمري،2015) والتي أوضحت عدم وجود فروق دالة لدى عينة البحث من طلبة الجامعة في السيطرة الإنتباهية ككل تبعا لمتغير الجنس، كما تتفق النتائج المتوصل إليها جزئيا مع دراسة (الداودي،2018) على عينة من طلبة الجامعة والتي أظهرت عدم وجود فروق في السيطرة الانتباهية بين الجنسين (ذكور/إناث)، أيضا تتفق مع دراسة (الأعجم،2020) على طلبة الجامعة

في عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في السيطرة الانتباهية ككل، وتتفق أيضا مع دراسة (كريم،2021) التي أوضحت عدم وجود فروق بين الجنسين لدى عينة البحث من طلبة الجامعة وكذلك مع دراسة(صالح وعبيد،2020) التي أظهرت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في السيطرة الإنتباهية.

وتختلف النتائج المتوصل عليها مع دراسة (محمد،2019) والتي أوضحت فروقا دالة في السيطرة الانتباهية الكلية لدى طلبة الجامعة لصالح الإناث.

وتفسر الباحثة النتائج المتوصل إليها في وجود فروق دالة في تركيز الانتباه لصالح الاناث إلى طبيعة الاناث النفسية التي تتميز بارتفاع في الدافعية والطموح يجعلها أكثر تركيزا بهدف النجاح في المهمة خاصة والنجاح الدراسي عامة، من جهة ثانية تعتمد الطالبات عموما على تركيز ربط المعلومات السابقة بالمعلومات الآنية والقدرة على التمييز بين الخيارات المختلفة بشكل أقوى من الذكور، بينما يميل الذكور أكثر لتشتت الانتباه بسبب اهتماماتهم وانشغالاتهم الخارجية بأنشطة متعددة خارج السياق المدرسي أكثر من انشغالهم بالمجال الدراسي مما يشكل عائقا يحول دون تركيز انتباههم في أداء المهام الدراسية المطلوبة.

أما بالنسبة لعدم وجود فروق بين الجنسين في تحويل الانتباه والدرجة الكلية للسيطرة الإنتباهية فيمكن تفسيره بتعرض التلاميذ من كلا الجنسين لنفس المثيرات والمشتتات والأعباء الأكاديمية واهتمامهم بإنجازاتهم الاكاديمية بقدر متقارب، كما أنهم يمرون بنفس المرحلة النمائية بيلوجيا ومعرفيا. وبالتالي نجد لكليهما استجابات متشابهة في ضعف القدرة على التحول المرن من مهمة لأخرى.

عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثالثة: والتي تنص على " توجد فروق دالة إحصائيا في السيطرة الإنتباهية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا "، وللتحقق من هذه الفرضية تم حساب الفروق باستخدام اختبار t.test كما هو موضح بالجدول:

الجدول (8): الفروق في متوسطات التخصصات الدراسية على مقياس السيطرة الإنتباهية وأبعاده

المتغيرات	طبيعة التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
تركيز الإنتباه	علمي	93	33.36	09.45	2.51	1.96	0.05
	أدبي	64	28.75	13.75			
تحويل الإنتباه	علمي	93	25.17	11.63	02.42	1.96	0.05
	أدبي	64	20.73	10.70			
المقياس ككل	علمي	93	58.53	16.49	03.09	2.57	0.01
	أدبي	64	43.48	19.99			

* القيمة التائية الجدولية = (2.57) عند مستوى دلالة (0.01) وبدرجة حرية (155)

و= (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (155)

المصدر: الباحثة، نتائج البحث الميداني بتصرف بناءا على نتائج برنامج spss

يشير الجدول (8) إلى وجود فروق دالة احصائيا في متوسط درجات بعدي (تركيز الانتباه) و(تحويل الانتباه) وكذلك في الدرجة الكلية لمقياس السيطرة الانتباهية بين متوسطات درجات التلاميذ تبعا للتخصص الدراسي لصالح تلاميذ التخصصات العلمية. وبذلك تحققت فرضية البحث.

تتفق النتائج المتوصل إليها مع دراسة (الشمري،2015) والتي أوضحت وجود فروق دالة لدى عينة البحث من طلبة الجامعة في السيطرة الإنتباهية تبعا لمتغير التخصص الدراسي، كما تتفق مع نتائج دراسة (الداودي،2018) على عينة من طلبة الجامعة والتي أظهرت وجود فروق في السيطرة الانتباهية تبعا لمتغير التخصص الدراسي (علمي/ إنساني) لصالح طلبة القسم العلمي.

بينما تتناقض هذه النتيجة مع دراسة (عبد الرحيم،2021) والتي أسفرت عن عدم وجود فروق في السيطرة الانتباهية تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

تفسر الباحثة هذه النتائج اعتمادا على طبيعة التخصصات العلمية التي تحتاج مستوى أعلى من اليقظة العقلية وتحييد عنصر التشتت والوقوع تحت الضغط وقلق الأداء، وممارسة النشاطات العملية مثل النشاطات الميدانية والتجارب العلمية المختلفة والتي تحتاج نشاطا انتباهيا عاليا، حيث أن السيطرة الانتباهية تزيد من وعي المتعلم بأنواع الانشطة المعرفية التي يستخدمها في معالجة المهام المختلفة فضلا عن التخطيط العلمي الجيد والتركيز على النقاط الأساسية في أداء المهام. إضافة لذلك تتطلب التخصصات العلمية مزيدا من الفهم والتطبيق وحل المشكلات والعناية بالحقائق العلمية وهذا يرتبط بشكل مباشر بالوظائف التنفيذية وتعتبر السيطرة الإنتباهية أحد مكوناتها التي تضمن للمتعلم التركيز على المهمة وعدم تحويل انتباهه لمهمة أخرى.

وهذا يتفق أيضا مع وجهة نظر" ماكدونالدز" التي كشفت دراسته عن تأثير اليقظة الذهنية على القلق من خلال بعد تحويل الانتباه في السيطرة الانتباهية حيث أن مهارات اليقظة الذهنية مرتبطة بمهارات السيطرة الإنتباهية بشكل واضح، وأن التركيز العقلي في الانتباه يحمي من أعراض القلق لدى المتعلمين ويوفر لهم مدى أفضل من الانتباه. (MacDonald,2020)

10- الخلاصة:

يرتبط الانتباه بالجانب الادراكي للفرد والذي يوجه الأفكار والسلوكات، ولقد اوضحت أدبيات الدراسة التأثير الجوهري للتحكم في الإنتباه على الصعيد المعرفي والانفعالي والسلوكي، وحيث أن المتعلمين يتعرضون للعديد من المثيرات الدخيلة في الموقف التعليمي فهم بحاجة لمزيد من السيطرة الانتباهية حتى يتمكنوا من ضبط مكتسباتهم المعرفية خاصة بالنسبة لطلبة السنة الثالثة ثانوي المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.

على ضوء النتائج التي تم التوصل إليها تبين أن طلبة السنة الثالثة ثانوي –بشكل عام– يتمتعون بمستوى مرتفع من السيطرة الإنتباهية، كما تبين أنه توجد فروق دالة في بعد تركيز الانتباه لصالح الاناث، بينما لا توجد فروق بين الجنسين في بعد تحويل الانتباه والدرجة الكلية للسيطرة الإنتباهية، كذلك اتضح أنه

توجد فروق دالة في متوسطات الطلبة في السيطرة الإنتباهية والبعدين المكونين لها بين طلبة التخصصات العلمية والتخصصات الأدبية لصالح طلبة الأقسام العلمية.

بناءا على ما سبق نوصي بما يلي:

– توعية التلاميذ بأهمية السيطرة الإنتباهية ودورها في النجاح الأكاديمي.

– تدريب المتعلمين ذهنيا على التحكم في الانتباه وتجاهل المشتتات خاصة عند الإستعداد للإمتحانات.

– التدخل الارشادي المبكر لتفادي الخلل المحتمل في السيطرة الإنتباهية والذي يقلص فرص نجاح الطلبة.

كما يمكن اقتراح دراسات مستقبلية تفيد في الفهم الأعمق لمتغير السيطرة الإنتباهية ومدى تأثيرها على متغيرات أخرى تهم المتعلمين منها:

– إجراء دراسات على متغير السيطرة الإنتباهية على عينات ومستويات دراسية أخرى.

– إجراء دراسات تبحث في علاقة السيطرة الإنتباهية بمتغيرات أخرى مثل العبء المعرفي والطموح الأكاديمي.

قائمة المراجع:

1. الأعجم، نادية محمد رزوقي.(2020). اتخاذ القرار وعلاقته بالسيطرة الإنتباهية لدى طلبة الجامعة. مجلة ديالي، العدد(83). العراق. ص ص: 576– 602
2. حسون، إلهام علي وجاسم، زينة خالد.(2019). السيطرة الإنتباهية وعلاقتها ببعض الحركات الأرضية في جمناستك الأجهزة. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية. المجلد 19.العدد(1)،الجزء(2). ص ص:8–17
3. الداودي، فرح مازن صالح.(2018). السيطرة الإنتباهية وعلاقتها بالذكاء الثلاثي الابعاد لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير في علم النفس التربوي. كلية التربية للعلوم الصرفة/ ابن الهيثم. جامعة بغداد، العراق.
4. الشمري، ثناء عبد الودود عبد الحافظ.(2015). التداخل المعرفي والسيطرة الإنتباهية وعلاقتهما بالقلق الإمتحاني لدى طلبة الجامعة. رسالة دكتوراه في علم النفس التربوي. كلية التربية/ إبن رشد جامعة بغداد، العراق.
5. صالح، علي عبد الرحيم وعبيد، مروة عبادي.(2020). الحكمة الإختبارية وعلاقتها بالسيطرة الإنتباهية لدى طلبة الدراسات العليا. *مجلة القادسية للعلوم الانسانية، 23*(4)، ص ص: 121– 148.
6. عبد الرحيم، طارق نور الدين محمد.(2021). الفروق في السيطرة الإنتباهية والدافعية العقلية لدى الطلاب المتفوقين وغير المتفوقين أكاديمياً في ضوء النوع الاجتماعي والتخصص الدراسي والمستوى الأكاديمي. *مجلة البحث العلمى فى التربية، 22*(6)، ص ص: 194–233.

7. عداي، نور عباس وعذاب، نشعة كريم.(2020). السيطرة الإنتباهية لدى طالبات المرحلة الاعدادية الصف الخامس الاحيائي. مجلة جامعة جنوب الوادي الدولية للعلوم التربوية، العدد(5). ص ص:1-27
8. كريم، ياسمين علوان.(2021). التجول العقلي وعلاقته بالسيطرة الإنتباهية لدى طلبة الجامعة. مجلة البحوث التربوية والنفسية. المجلد(18)، العدد (70). ص ص:500- 533
9. محمد، محمد عباس.(2019). التفكير الجانبي وعلاقته بالسيطرة الإنتباهية لدى طلبة الجامعة. مركز البحوث التربوية والنفسية.المجلد(30)، العدد (3). جامعة بغداد. ص ص:563- 602

10. Burgoyne, A. P., Mashburn, C. A., Tsukahara, J. S., & Engle, R. W. (2022). Attention control and process overlap theory: searching for cognitive processes underpinning the positive manifold. *Intelligence*, *91*, 101629.
11. Coombes, S. A., Higgins, T., Gamble, K. M., Cauraugh, J. H., & Janelle, C. M. (2009). Attentional control theory: Anxiety, emotion, and motor planning. *Journal of anxiety disorders*, *23*(8), 1072-1079.
12. Dean, S. (2006). *Understanding an achievement gap: Exploring the relationship between attention, working memory, and academic achievement*. University of Pennsylvania.
13. Deepa, V., Sujatha, R., & Baber, B. (2022). Moderating role of attention control in the relationship between academic distraction and performance. Higher Learning Research Communications, 12(1), 64–80.
14. Derryberry, D., & Reed, M. A. (2002). Anxiety-related attentional biases and their regulation by attentional control. *Journal of abnormal psychology*, *111*(2), 225-236
15. Fajkowska, M., & Derryberry, D. (2010). Psychometric properties of Attentional Control Scale: The preliminary study on a Polish sample. *Polish Psychological Bulletin*, *41*(1), 1-7.
16. Ho, S. M., Yeung, D., & Mak, C. W. (2017). The interaction effect of attentional bias and attentional control on dispositional anxiety among adolescents. *British Journal of Psychology*, *108*(3), 564-582.

17. Irons, J. L., & Leber, A. B. (2020). Developing an individual profile of attentional control strategy. *Current Directions in Psychological Science*, *29*(4), 364-371.
18. Kane, M. J., & Engle, R. W. (2002). The role of prefrontal cortex in working-memory capacity, executive attention, and general fluid intelligence: An individual-differences perspective. *Psychonomic bulletin & review*, *9*(4), 637-671.
19. Knudsen, E. I. (2007). Fundamental components of attention. *Annu. Rev. Neurosci.*, *30*, 57-78.
20. Luo, X., Zhang, L., & Wang, J. (2017). The benefits of working memory capacity on attentional control under pressure. *Frontiers in Psychology*, *8*, 1105.
21. MacDonald, H. Z., & Olsen, A. (2020). The Role of Attentional Control in the Relationship Between Mindfulness and Anxiety. *Psychological Reports*, *123*(3), 759–780
22. Nelson, T. O., & Narens, L. (1994). Why investigate metacognition. *Metacognition: Knowing about knowing*, *13*, 1-25.
23. Norman, D. A., & Shallice, T. (1986). Attention to action. Willed and automatic control of - 130 -ehaviour . Cognitive Neuroscience: A reader (pp. 1-18).
24. Rueda, M. R., Checa, P., & Rothbart, M. K. (2010). Contributions of attentional control to socioemotional and academic development. *Early education and development*, *21*(5), 744-764.
25. Rueda, M. R., Rothbart, M. K., McCandliss, B. D., Saccomanno, L., & Posner, M. I. (2005). Training, maturation, and genetic influences on the development of executive attention. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *102*(41), 14931-14936.
26. Shah, S. M. H., & Saleem, S. (2015). Level of attention of secondary school students and its relationship with their academic achievement. *Journal of Arts and Humanities*, *4*(5), 92-106.

27. Shah, S. M. H., & Saleem, S. (2015). Level of attention of secondary school students and its relationship with their academic achievement. *Journal of Arts and Humanities*, *4*(5), 92-106.
28. Subodh .K.,Tara .S (2020). ROLE OF EXECUTIVE ATTENTION IN LEARNING, WORKING MEMORY AND PERFORMANCE: A BRIEF OVERVIEW. International Journal of Research in Social Sciences.10(1),251-261
29. Unsworth, N., Brewer, G. A., & Spillers, G. J. (2012). Variation in cognitive failures: An individual differences investigation of everyday attention and memory failures. *Journal of Memory and Language*, *67*(1), 1-16.
30. Von Bastian, C. C., Blais, C., Brewer, G., Gyurkovics, M., Hedge, C., Kałamała, P., & Wiemers, E. (2020). Advancing the understanding of individual differences in attentional control: Theoretical, methodological, and analytical considerations.
31. Zelazo, P. D., & Frye, D. (1998). Cognitive complexity and control: II. The development of executive function in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, *7*(4), 121-126.