



مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
<https://mkmgt.journals.ekb.eg>
المجلد (٨٨) أكتوبر ٢٠٢٢ م



فعالية وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع ميكروسوفت تيم في تنمية المفاهيم
الصحية واليقظة العقلية والاتجاه نحو الفحص الدوري
لدى طالبات كليات التربية
إعداد
د/ إيمان وفقى أحمد أبودهب
مدرس المناهج وطرق التدريس كلية التربية ، جامعه سوهاج

المجلد (٨٨) العدد (الرابع) الجزء (الأول) أكتوبر ٢٠٢٢ م

المخلص

من منطلق أهمية عنصر الوعي والمعرفة في تكوين المفاهيم الصحية، تتبلور العلاقة بأبعاد اليقظة العقلية ذات التأثير الإيجابي في تكوين الأفكار وإدراك المواقف وطرح رد الفعل السليم، وهذا ما تستلزمه عملية اتخاذ القرار السليم للتقليل أو الحد من ضحايا مرض سرطان الثدي الأكثر شيوعاً بين النساء، وعليه هدفت الدراسة إلى اختبار فاعلية وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (مايكروسوفت تيمز)، في تنمية المفاهيم الصحية واليقظة العقلية والتأثير في اتجاه الطالبات نحو عملية الفحص الدوري، ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام المنهجين التجريبي والوصفي التحليلي من خلال تطبيق تدريس وحدة مطورة وفقاً لأبعاد اليقظة العقلية في سرطان الثدي، بهدف تنمية المفاهيم الصحية وتم إجراء اختبار معرفي قبلي وبعدي على عينة الدراسة العمدية المكونة من ٥٠ طالبة من طالبات كلية التربية الفرقة الرابعة، شعبه طفوله للعام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢، علاوة على تطبيق مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري لدى الطالبات قبلًا وبعديًا. وتوصلت الدراسة إلى فاعلية تدريس وحدة سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي في تنمية المفاهيم الصحية واليقظة العقلية لدى طالبات كلية التربية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية ككل والتي بلغت (٣٩.٦٥١) أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢٠.١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مقياس اليقظة العقلية البعدي الذي له متوسط أعلى وعليه كان لتطبيق برنامج مطور في تدريس وحدة سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي، أثر في تنمية اليقظة العقلية نحو مرض سرطان الثدي، وقد كان لتطبيق برنامج مطور في تدريس وحدة سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي أثر في تكوين اتجاه إيجابي أعلى لدى الطالبات نحو الفحص الدوري لسرطان الثدي ظهر في قيمة (ت) والتي بلغت (69.332)، وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢٠.١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)



Abstract:

The study aimed to test the effectiveness of a suggested unit on breast cancer through an interactive website (Microsoft Teams) in developing health concepts and mental alertness and influencing the students' attitude towards the periodic examination process.

To achieve the aim of the study, the experimental and descriptive analytical approaches were used through the application of teaching the suggested unit according to the dimensions of mental alertness in breast cancer, with the aim of developing health concepts. For the academic year 2021/2022, in addition to applying the trend scale towards periodic examination among female students, before and after. The study found the effectiveness of teaching the breast cancer unit through an interactive website in developing health concepts and mental alertness among fourth year female students of College of Education, where the value of (T) calculated to signify the difference between the mean scores of the students of the research group in the pre and post applications to test health concepts as a whole. There were also statistically significant differences in favor of the post-mental alertness scale, which has a higher average accordingly, the application of the breast cancer unit through an interactive website (Microsoft Teams). The results showed also a higher positive attitude among the female students towards the periodic examination for breast cancer after the application of the breast cancer unit .

Key words: MicrosoftTeams, mental alertness, breast cancer

المقدمة:

يعد مرض سرطان الثدي أكثر أنواع السرطان شيوعًا بنحو ٢.٢ مليون حالة عام ٢٠٢٠ عالميًا، حيث تصاب به امرأة لكل ١٢ ويعد السبب الأول للوفيات بين النساء حيث توفيت به نحو ٦٨٥٠٠٠ امرأة في العالم في نفس العام، وتتفاقم النسب والإحصائيات في البلدان المتوسطة والمنخفضة الدخل عن الدول المقفمة، نظراً للعديد من العوامل منها العادات الصحية وأنماط الغذاء السليم، وارتفاع مستوى الوعي والرعاية والمتابعة (الموقع الرسمي لمنظمة الصحة العالمية ٢٦ مارس ٢٠٢١).

كما يمثل الوعي بسرطان الثدي والتعامل معه في المراحل المبكرة عاملاً أساسياً في نجاح العلاج، وسرطان الثدي أحد أنواع السرطان التي تتشكل في خلايا الثدي وهو أكثر أنواع السرطانات إصابة بين النساء في جميع أنحاء العالم. بالرغم من أنه قد يصيب كل من الرجال والنساء، ولكنه أكثر انتشارًا عند النساء، ومن الجدير بالذكر أن الدعم الكبير عالمياً للتوعية بسرطان الثدي وأعراضه، علاوة على تمويل الأبحاث قد ساعد في إحراز تقدم في تشخيص سرطان الثدي وعلاجه، حيث زادت معدلات البقاء على قيد الحياة لمرضى سرطان الثدي بشكل منتظم، ويرجع ذلك إلى عدد من العوامل، مثل الاكتشاف المبكر، واستخدام علاج جديد يأخذ في الاعتبار الحالة الصحية، وفهم أفضل لطبيعة المرض (ميتسوك، ٢٠١٦).

ووفقاً لما نشرته منظمة الصحة العالمية في تقريرها لعام ٢٠٢٠، فإن الأمراض السرطانية تنتشر في الدول العربية بوتيرة عالية الخطر، حيث تتضاعف بمعدل زيادة ١.٨ ضعف الفترات الزمنية ٢٠٠٢-٢٠٢٠، ومن الجدير بالذكر أن تصنيف جمهورية مصر العربية من حيث الإصابة بسرطان الثدي تحت تصنيف خطير جداً في المرتبة الرابعة في الدول العربية والمرتبة ٣٧ عالمياً، وقد أحرز علاج سرطان الثدي تقدماً كبيراً حيث انخفض معدل الوفيات في البلدان المتقدمة وما زال يؤمل إحراز نفس التقدم في الدول المتوسطة والمنخفضة الدخل، وتعتمد استراتيجيات المواجهة أساسياً على توطيد النظام الصحي الأساسي، وجهود مراكز علاج السرطان في الكشف المبكر والوعي بالأعراض (تقرير منظمة الصحة العالمية بعنوان سرطان الثدي، ٢٦ مارس ٢٠٢١).

والتعرف على السرطان في أقرب وقت ممكن تقليل تكاليف علاجه وزيادة احتمال الشفاء منه، ومن الشائع التأخر في تشخيص السرطان بالبلدان المنخفضة الدخل وتلك المتوسطة الدخل التي يصاب فيها الأفراد بالسرطان في مراحل متقدمة أو نقيليه، والتي يعاني الكثير منها من محدودية سبل الحصول على خدمات التشخيص والعلاج، بما فيها علم الأمراض.

فكان لابد من وضع وتنفيذ خطط وطنية لمكافحة السرطان تركز على الإنصاف والإتاحة في إطار الوفاء بالالتزامات الوطنية المقطوعة، بشأن وضع سياسات وخطط للوقاية من الأمراض غير السارية ومكافحتها، ينبغي أن تقوم البلدان بوضع وتنفيذ خطط وطنية لمكافحة السرطان تقتزن بتوفير ما يكفي من الموارد وجوانب المساءلة لتزويد الجميع بخدمات عالية الجودة، بما يتناسب مع الموارد في مجال الوقاية من السرطان ومكافحته، وبلوغ الغايات المحددة في خطة التنمية المستدامة لعام ٢٠٣٠ (منظمة الصحة العالمية ، ٢٠١٦ ، ٢).

قد أكدت نتائج عدد من الدراسات التي تناولت الوعي الصحي، كدراسة سماح الحلبي (٢٠١٧)، ودراسة أبو سند (٢٠١٨)، ودراسة الرشيدي (٢٠١٨)، على ضرورة الاهتمام ببرامج الوعي الصحي في المدارس والجامعات، عن طريق مناهج العلوم، وعقد دورات تدريبية باستمرار للمعلمين، وتضمين مقررات عن لتربية الصحية لطلاب الجامعات لوقاية من هذه الأمراض.

ووفقاً للمبادرة الرئاسية تحت رعاية السيد رئيس الجمهورية "عبد الفتاح السيسي" فقد تم استهداف ٢٨ مليون مواطنة مصرية، خاصة بعدما سجلت الإحصائيات أن سرطان الثدي أكثر أنواع السرطان انتشاراً بين النساء في مصر بنسبة ٣٢.٤%، ووفقاً لتصريحات الدكتور "حمد عبد العظيم" رئيس اللجنة القومية للمبادرة الرئاسية لصحة المرأة فقد تحسن نسب شفاء المصابات بسرطان الثدي في مصر، بفضل المبادرة على نحو كبير فانخفضت نسب المصابات في المرحلة المتأخرة من مراحل الإصابة من ٥٩% إلى ٢٩%، وقد فحصت المبادرة نحو ١٧ مليون سيدة وقدمت التوعية لعدد ١٢ مليون سيدة بدعم مباشر من رئاسة الجمهورية (عزم، ٣٠ يوليو، ٢٠٢٢).

وعلاوة على ما سبق، فإن اكتساب المتعلم للمفاهيم الصحية عاملاً يمثل أساساً لتحقيق أهداف التربية الصحية التي تتمثل في الحفاظ على سلامة المواطنين، ومواجهة كل ما يهدد الصحة علاوةً على تنمية المهارات الصحية وأنماط السلوك الصحي، والمشاركة في حل المشكلات الصحية والقدرة على اتخاذ القرار السليم حيال المشكلات أو القضايا الصحية، ومواجهة المواقف الطارئة ولتكون التربية الصحية سليمة، لا بد من اعتماد مناهج وطرق وأساليب تدريس وعرض للمحتوى تواكب متطلبات العصر والتغير السريع، فالهدف ليس الحصول على المعرفة فقط ولكن تكوين نمط السلوك الصحي، فسلوك الإنسان يتأثر بالانفعالات وما يستقر في نفسه من اتجاهات وطرق تفكير وإدراك (البرديني، ٢٠١٩). وهذا يرتبط بأبعاد اليقظة العقلية وتكوين الاتجاه.

اليقظة العقلية عامل مهم في التعامل مع المعلومات الجديدة والوعي بأكثر من منظور للمواقف والأحداث؛ كما تسمح اليقظة العقلية بمواجهة الانفعالات أو الأفكار التي تبعث على الكآبة وقبولها وتقليل الانفعال السلبي، وبالتالي تحسين الصحة النفسية (عبد الله، ٢٠٢١)، وتجعل اليقظة العقلية الفرد أكثر وعياً بكل جوانب الذكريات الشخصية وعدم الانتباه ببساطة إلى الجوانب التي تثير الانفعالات المضرة، وبالتالي شعور الفرد بالقلق والفشل فاليقظة العقلية تهتم بتحويل كل ما هو غير شعوري إلى شعوري وبالتالي خلق طرق جديدة للإدراك والتصرف.

كما تعتبر اليقظة العقلية حالة ترتكز على توجيه الانتباه والتركيز ، والوعي بالأفكار والمدرجات الذاتية، وهذا من شأنه تنشيط وتقوية التفكير ما وراء المعرفى لمعالجة المعلومات وتسهيل إعادة الهيكلة المعرفية (Wells,2015,98)، ويتم ذلك من خلال عمليات كف ومراقبة وتقييم الاجهاد وأنماط التفكير السلبية، وتعزيز عمليات التقييم التكيفية (Hussain,2015,137)، ومن ثم يمكن تدعيم اليقظة العقلية في التعلم من خلال تزويد المهام التعليمية بالمعلومات حول الشئ المتعلم بطريقة مشروطة، بجانب توجيه الطلاب إلى تغير الحافز ووضعه في الاعتبار أثناء التعلم لجعلهم أكثر انتباهاً وتيقظاً وتركيزاً على المهمة المتعلمة (Langer,2010,3).

وقد تم وصف اليقظة العقلية: بأنها نوع من عدم الالتزام غير محكوم الإدراك الذي يتمحور حول الوقت الذي يتم فيه قبول كل فكرة أو شعور أو إحساس ينشأ في مجال الانتباه وقبوله، كما هو وذلك من خلال ملاحظة الأفكار والمشاعر كأحداث في العقل، دون الإفراط في تحديد الهوية ودون رد فعل يتسم بنمط التلقائية المعتاد (Bishop,et al,2004).

وتلعب اليقظة العقلية دورًا مهمًا في العملية التعليمية، فهي تعد أحد المتطلبات الأساسية للعديد من العمليات العقلية (كالذكر والادراك والتفكير)، والتي تعد من المتطلبات الأساسية للنجاح الأكاديمي؛ لذا فإن انخفاض مستوى اليقظة العقلية يؤدي إلى ارتفاع مستوى التوتر لدى الفرد ويجعله يواجه صعوبة في عملية التذكر والإدراك والتفكير الإيجابي، مما ينتج على وقوعه في العديد من الأخطاء سواء على صعيد عملية التفكير أو على صعيد السلوك، وتنفيذه مما يؤدي إلى تدني مستوي أدائه وانخفاض مستوى تفكيره (أخرس ، ٢٠١٦ ، ٤١١).

ومن الجدير بالذكر، إن بعد التقبل كأحد أبعاد اليقظة العقلية وثيق الصلة بعلاج القبول والالتزام (ACT)، وهي طريقة مختلفة في مواجهة الأفكار السلبية، فهو يركز على تنمية المرونة النفسية؛ حتى يتمكن الفرد من التعايش مع الأمور غير السارة وعدم السماح لها بالتحكم في الحياة وإدارتها، ولقد توصل العالم النفسي "هايز" وزملاؤه، إلى أن المرونة النفسية تتكون من ست مهارات أساسية، ومنها "defusion"، وهو مصطلح يعني فصل الحافز المثير للمشاعر عن الاستجابة العاطفية غير المطلوبة كجزء من طرق السيطرة، ويعني ذلك أيضًا عدم التسليم للأفكار التلقائية والسعي لتحرير العقل من جميع الأفكار، وبالتالي تساعد اليقظة العقلية على إعادة العقل الكامل أو الاهتمام والانتباه الكامل واتخاذ الاستجابة السليمة (شعيب، ٢٠٢٠: ٧٤:٧٣).

وحيث أن التعلم الرقمي هو الشكل العصري للتعليم عن بعد، والذي يعتمد على تكنولوجيا الاتصال الحديثة المعتمدة على شبكة الانترنت، ليشمل كافة صور التعليم القائم على عدم اشتراط تواجد المعلم والمتعلم في نفس الزمان والمكان باستخدام وسائل اتصال مختلفة، كالتعليم بالوسائط المتعددة وآليات البحث الرقمي والمكتبات الرقمية وبوابات

ومواقع الانترنت ووسائل التواصل الاجتماعية والمنصات التفاعلية التزامنية وغير التزامنية، مثل منصة مايكروسوفت تيمز التفاعلية (Microsoft Times) ، وذلك من أجل إيصال المعلومات للمتعلمين بأسرع وقت وأقل تكلفة وبصورة تمكن من إدارة العملية التعليمية وضبطها، وقياس وتقييم أداء المتعلمين من خلالها (شوملى ، ٢٠٠٨ ، ١٢).

وتعد منصة مايكروسوفت تيمز التعليمية إحدى أدوات التكنولوجيا الحديثة التي يمكن استخدامها في العديد من مجالات العملية التعليمية، بهدف تسهيل عملية التعليم في ظل ما توفره من خصائص ومميزات تساعد في هذا المجال، وتوفر عدد من الفوائد للعملية التعليمية، من خلال ما تتمتع به من خصائص ومقومات مثل العرض المباشر للمادة العلمية في شكل نص وصورة ومقاطع فيديو، وكذلك إمكانية استخدام البريد الإلكتروني للدخول إلى هذه المنصة التعليمية الإلكترونية.

ومن خلال توضيح أثر وأهمية تعزيز المفاهيم الصحية في إطار علاقتها بأبعاد اليقظة العقلية والتي تنطوي على الوعي والإدراك السليم، مروراً بالسلوك والذي هو من أهم ردود للأفعال المطلوبة في مواجهة مرض مثل سرطان الثدي والذي يمثل الكشف المبكر عنه والوعي بأعراضه، عنصراً رئيساً في التقليل من القلق النفسي المصاحب به (عجلان وأمرون ، ٢٠١٩)، ومن خطره على الحياة كانت أهمية تصميم وحدة تعليمية وعرضها باستغلال إمكانيات البيئة التفاعلية في التعليم، والتي تساعد على تقديم المعلومات بسهولة ويسر والوصول إليها، بحيث أن البيئة التفاعلية عبارة عن تصميم يستوعب المادة العلمية، ويسهل الاستفادة من المحتوى بتوظيف التكنولوجيا وإثراء المحتوى ودعم التفاعل والتواصل (السيد وأحمد وعيسى والطنطاوي، ٢٠١١).

ويؤكد حمزة درادكة (٢٠٢٠:٣٥)، على المميزات والسمات التي تميز بيئات التعلم عن بعد من غيرها، ومنها: التفاعلية والفاعلية والتكيفية والإتاحة والوصول والتنوع ومراعاتها الفروق الفردية والتحرر من القيود الزمانية والمكانية، والعمل والتعلم التعاوني، وتعدد طرق التقويم وشرح وتقديم المحتوى التعليمي، كما ويؤكد (Ploj Virtic, Dolenc & Sorgo, 2021:393)، أن برنامج MS-Teams للتعلم عن بعد يعد من أبرز البرامج التعليمية التي يتم استخدامها لمتابعة الدراسة ولممارسة العملية التعليمية عن بعد

في العديد من دول العالم، وخصوصًا بعد انتشار وباء كورونا المستجد، وذلك نظرًا للميزات التي يتضمنها، ومنها: احتواء البرنامج على القنوات النصية التي يمكن لأعضاء الفريق الانضمام إليها ومتابعتها، وإمكانية جدولة الاجتماعات والمكالمات الجماعية، وإمكانية إجراء مكالمات الصوت والصور والفيديو، ومشاركة الشاشة أثناء المكالمات، والمشاركة والتعاون في المستندات، كما ويسمح ميكروسوفت تيمز للمعلمين بتوزيع واجبات الطلاب وتقييم ملاحظاتهم وتسليمهم عبر التيمز باستخدام علامة التبويب " التعيينات" المتوفرة لمشتركي Office 365 for Education، ويمكن أيضًا تخصيص الاختبارات للطلاب من خلال التكامل مع نماذج Office.

كما أشار (Ngoc & Phung, 2021:113)، أن برنامج MS-Teams يحتوي على ميزات مضمنة لعقد الدروس والغرف الصفية بين الطلبة والمعلمين بشكل أشبه بالوجهي، حيث توفر خاصية إرفاق المنشورات والمستندات بصيغة العروض التقديمية (Power Point)، والمواقع التفاعلية، ومقاطع الفيديو، والكتب الإلكترونية بصيغة PDF، فضلاً عن إتاحتها خاصية عمل مجموعات لكل صف. كما ويضيف (Misut & Misutova, 2021:15)، مميزات أخرى لاستخدام برنامج MS-Teams في التعلم عن بعد، ومنها: القدرة على إدارة المحتوى الإلكتروني، ومساعدة الطلبة على تبادل الآراء والأفكار، وتمكين المعلمين من إنشاء فصول افتراضية للطلبة، وإرسال الرسائل والواجبات البيئية والامتحانات الإلكترونية، وتحديد وقت وزمن تسليمها، إضافة لرصد حضور الطلبة وغياهم آليًا، ورصد علاماتهم، وأشار (Bsharat & Behak, 2021:27) و (Phan & Huynh, 2021:97)، إلى أن برنامج MS-Teams يساهم بشكل كبير في تحسين عملية الاتصال، والتواصل بين الطلبة والمعلمين والتعاون بين الطلبة أنفسهم، كما يوفر فرصة أكبر للتفاعل بحرية بين المعلمين وزملائهم؛ كونه يتجاوز حدود الزمان والمكان.

مشكلة الدراسة:

وفقا لما أعلنته منظمة الصحة العالمية فإن مرض السرطان يمثل ثاني سبب رئيسي للوفاة في العالم فقد حصد السرطان في عام ٢٠١٥ نحو ٨.٨ مليون شخص حول العالم بنسبة حالة إلى كل ٦ حالات وفاة على مستوى العالم، ومن الملاحظ أن نسبة

٧٠% من وفيات السرطان تتركز في الدول المنخفضة والمتوسطة الدخل نسبياً، كما أعلنت أنه أغلب وفيات السرطان تنجم عن عوامل تصنف بمخاطر سلوكية؛ وفي أي مجتمع تتعدد الشائعات حيال مرض السرطان ولعل أشهرها أنه مرض قاتل لأمل في الشفاء منه، إلا أن الأبحاث العالمية سجلت أنه مرض يمكن تشخيصه والشفاء منه بالاكشاف المبكر وبيروتوكولات علاج منظمة، ومن الشائعات أيضاً عدم إمكانية تجنبه إلا أن الحقيقة تكمن في أن نحو نسبة ٤٠% من أنواع السرطان يمكن تجنبها أو علاجها، ومن هنا تأتي أهمية عنصر الوعي الوثيق الصلة وأحد مكونات أبعاد اليقظة العقلية في التعامل مع مرض مثل سرطان الثدي وتكوين الاتجاه السليم، حيث يشكل سرطان الثدي نسبة ٢٨% من إجمالي الأورام الخبيثة في العالم واحدة إلى كل ٩ نساء تصاب بسرطان الثدي، وخاصة بعد سن الأربعين كما أنه قد يظهر عند الرجال ولكن بسبب قليلة جداً (رنجوس، ٢٠١٨)، في مبادرة لتقليل حجم المتأثرين من مضاعفاته.

وقد أعلنت منظمة الصحة العالمية أهمية وأثر ودور الكشف المبكر عن مرض سرطان الثدي في خفض معدل الوفيات، وبالتالي برز أهمية عنصر الوعي - كأحد أبعاد اليقظة العقلية - وتشكيله بين فئة النساء والاتجاه نحو الفحص المبكر، وهذا ما أكدت عليه دراسة (حجازي، ٢٠٢٠)، التي أشارت إلى دور الحملات الإعلامية في تشكيل الوعي الصحي بالتطبيق على حملة ١٠٠ مليون صحة المصرية، والذي سبق وأن أشارت له أيضاً دراسة (عبد الرازق، ٢٠١٧) كما أكدت دراسة (ياقوت، ٢٠٢٢) و(سلام، ٢٠١٨) و(بشير، ٢٠١٦)، على دور الإعلام الصحي في الكشف المبكر عن مرض سرطان الثدي وارتباط ذلك بتحسين فرص العلاج، وقد قيمت دراسة (أبو الشيخ، ٢٠٢٠)، اتجاه الطالبات نحو ممارسة الفحص الذاتي بدرجة منخفضة، كما أكد (البدران، ٢٠٢٠) و(الشلول، ٢٠٢٠)، على أهمية ودور التوجيه التربوي لزيادة وعي الإناث بسرطان الثدي، فقد أكدت دراسة (البخيث، ٢٠١٥)، على انخفاض مستوى الوعي بين فئة النساء بإجراءات الكشف والعلاج.

كما أكدت دراسة (حجازي، ٢٠٢٠) و (أبو الشيخ، ٢٠٢٠) و (الشلول، ٢٠٢٠)، على وجود حاجة محورية نحو تعزيز عنصر الوعي وتصميم البرامج الموجهة، لذلك للقيام بدور إيجابي في خفض معدل الوفيات من المرض، وقد أشارت دراسات (البدران، ٢٠٥٠) و (عبد الرازق ورشيد، ٢٠١٧)، إلى أهمية تعزيز الوعي في البيئة التربوية والعمل على زيادة التنقيف الصحي، ومن هنا نلمس أثر تطوير وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي بالاعتماد على أبعاد اليقظة العقلية في تنمية المفاهيم الصحية، وخلق الاتجاه الإيجابي نحو الفحص الدوري بين الطالبات ، و أكدت دراسة (Albeshan & Hossain, 2020، Mackey & Brennan, 2020) ، Walsh & Hegarty & Lehane ، على (Wu., & Lee, 2019) ، على أن الاكتشاف المبكر أمر أساسي لتحسين نتائج الشفاء من مرض سرطان الثدي ، حيث يمكن أن تساهم في صنع القرار المستنير من قبل صانعي السياسات الصحية، والأطباء الذين يشاركون في فحص سرطان الثدي في العالم النامي لتحسين رفاهية المرأة، وأكدت دراسة (Bishop et al, 2004) على أهمية اليقظة العقلية للطالبات المعلمات، حيث أن اليقظة العقلية تتضمن عناصر من تنظيم الانتباه والانفتاح والتقبل للتجربة، ومن الفيات التي استخدمت في البرنامج بشكل كبير لتحسي اليقظة العقلية أنشطة الاسترخاء الجسمي والذهني، والذي يبدأ من أطراف الأصابع الباقي أجزاء الجسم، حيث يعد الاسترخاء من الفيات التي تؤدي إلى خفض التوتر وتقليل الشعور بالألم الجسمي.

ويعد التعليم الإلكتروني: كاستراتيجية تدريسية متصلة بمراكز المعلومات عبر شبكة الإنترنت، والتي أصبحت مصدرًا مهمًا للتعليم داخل الفصول جنبًا إلى جنب مع البرمجيات، في صياغة من شأنها أن تجعل التعليم التقليدي شيئًا من الماضي، وستظهر استراتيجيات جديدة للتعلم نتيجة لاستخدامه، وأصبح بالإمكان توفير مناهج دراسية عالية الجودة تتخطى الاقتصار على الجانب المعرفي، وتوصلت دراسة مسلم (٢٠٢١)، في نتائجها إلى فاعلية تطبيق مايكروسوفت تيمز في تنمية مهارات التواصل لدى تلاميذ الصف الثاني الإعدادي من وجهة نظر المعلمين، وأشارت دراسة حسبية غضبان (٢٠٢١) ودراسة علي، وعبد الرحيم (٢٠٢١) في نتائجهما إلى أهمية استخدام تطبيق

مايكروسوفت تيمز في التدريس، كما أشارت دراسة حسن (٢٠٢١، ٣٦٨)، إلى أن منصة مايكروسوفت تميز تركز على مبادئ التعلم البنائي في التدريس، وقد تغيرت من خلالها أدوار المعلم والمتعلم؛ حيث جمعت بين أنظمة إدارة المحتوى الإلكتروني، وشبكات التواصل الاجتماعي، وأوصت دراسة غضبان (٢٠٢١) بضرورة توفير خاصية التعلم الجماعي من خلال المشاريع، واستخدام برمجيات التعليم الإلكتروني لإتاحة الفرصة للمتعلمين للتعلم التعاوني وإنجاز المشاريع، وتقوية شبكة الإنترنت في المنازل؛ ليتمكن المتعلمون من متابعة البث المباشر للفصول الافتراضية عبر منصة فرق مايكروسوفت، وأظهرت نتائج دراسة الصقر (٢٠٢١) Mohamed Elsaqr Elzaied استخدام أغلب أعضاء الهيئة التدريسية والأكاديمية لمنصة مايكروسوفت تيمز في التدريس والتقييم، ولم تسفر نتائج الدراسة عن وجود أي فروق ذات دلالة إحصائية بين مدة فاعلية تطبيق مايكروسوفت تيمز لدى المستخدمين.

ولتوظيف التطبيقات التفاعلية أثر في زيادة الوعي بمرض السرطان وتحقيق لأهداف المرتبطة به، ومنها مايكروسوفت تيمز، كما أكدت على ذلك دراسة (بوين، ٢٠١٧)، إلى أن اختبار فعالية التدخل المستند إلى الويب المصمم لمساعدة النساء على اتخاذ خيارات أفضل لصحة الثدي، من خلال برنامج اشتمل على التدخلات الصحية الناجحة التي تم اختبارها سابقاً ليتم تسليمها عبر الإنترنت، وكانت تأثيرات التدخل أكثر قوة في النساء اللاتي زدن من المعرفة بصحة الثدي وقللن من قلق السرطان أثناء التدخل، وتشير هذه النتائج إلى أنه يمكن تحقيق زيادات في الكشف المبدي للثدي والاتجاه نحوه، فمنصة مايكروسوفت تيمز Microsoft Team، منصة تعليمية تفاعلية تسمح لعضو هيئة التدريس بإنشاء فصل دراسي افتراضي يمكن من خلاله التواصل المباشر بينه وبين الطلاب وكذلك مشاركة الملفات والتطبيقات مما يساعد في تحقيق الأهداف التعليمية المختلفة، وفي ضوء ما سبق يمكن تحديد مشكلة البحث في السؤال الرئيس التالي:

ما فاعلية وحدة مقترحة في سرطان الثدي قائمة علي ميكروسوفت تيمز في تنمية المفاهيم الصحية واليقظة العقلية لدي الطالبات المعلمات؟
ويتفرع من هذا السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية

١. ما فاعلية الوحدة المقترحة في سرطان الثدي القائمة علي ميكروسوفت تيمز في تنمية المفاهيم الصحية؟
٢. ما فاعلية الوحدة المقترحة في سرطان الثدي القائمة علي ميكروسوفت تيمز في تنمية اليقظة العقلية ؟
٣. ما فاعلية الوحدة المقترحة في سرطان الثدي القائمة علي ميكروسوفت تيمز في فهم الطالبة المعلمة للجانب المعرفي عند التعامل مع الأغذية والأطعمة وعلاقتها بسرطان الثدي؟
٤. ما فاعلية الوحدة المقترحة في سرطان الثدي القائمة علي ميكروسوفت تيمز في تنمية الاتجاه نحو الفحص الدوري لدي الطالبات المعلمات ؟
٥. ما التصور المقترح لوحدة سرطان الثدي القائمة على برنامج ميكروسوفت تيمز في تنمية المفاهيم الصحية واليقظة العقلية والاتجاه نحو الفحص الدوري لدي الطالبات المعلمات؟

فروض البحث:

- ١- يوجد فرق دال إحصائي عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية لصالح التطبيق البعدي.
- ٢- يوجد فرق دال إحصائي عند مستوي دلالة (٥.٠) بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في مقياس اليقظة العقلية ككل وفي أبعاده الفرعية ككل على حدة لصالح التطبيق البعدي.
- ٣- يوجد فرق دال إحصائي عند مستوي دلالة (05). بين متوسطي درجات طالب مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري لصالح التطبيق البعدي.

أهداف البحث:

يهدف البحث التالي إلى تحقيق الأهداف التالية:

- ١- بناء وحدة مقترحة في سرطان الثدي قائمة على برنامج ميكروسوفت تميز لتنمية المفاهيم الصحية واليقظة العقلية والاتجاه نحو الفحص الدوري لدى الطالبات.
- ٢- تصميم دروس الوحدة المقترحة من خلال التعلم من خلال برنامج ميكروسوفت تميز.
- ٣- التعرف على فاعلية وحدة المفاهيم الصحية في سرطان الثدي في تنمية اليقظة العقلية للطالبات المعلمات.
- ٤- التعرف على فاعلية وحدة مقترحة في سرطان الثدي في تحسين الاتجاه نحو الكشف الدوري لدي الطالبات المعلمات.

أهمية الدراسة:

يعد سرطان الثدي من أكثر أنواع السرطان انتشاراً وخطورة لدى النساء، ويمثل جانب الوعي بأعراضه وسعة اكتشافه عاملاً أساسياً في حالات الشفاء التام والمحافظة على الحياة، وفي ظل دور المؤسسات التعليمية في تعزيز المفاهيم الصحية، وما يتصل بها من وعي ومعرفة وانفعالات وسلوك إيجابي يساعد في الحفاظ على الصحة واتخاذ القرار القويم والعقلاني، كانت أهمية أبعاد اليقظة العقلية ومن ثم تبلورت أهمية الدراسة من الناحية النظرية في:

- ١- توضيح أهمية وأثر عنصر الوعي بمرض سرطان الثدي في تحقيق الكشف المبكر وخفض معدل الوفيات لأكثر أنواع السرطان شيوعاً بين النساء في مصر خصيصاً والوطن العربي والعالم.
- ٢- تقديم وحدة تفاعلية قائمة على توظيف وتنمية اليقظة العقلية لرفع معدل الوعي وتحسين اتجاه الطالبات نحو الفحص في مواجهة مرض سرطان الثدي.
- ٣- توظيف وحدة تعليمية عن مرض الثدي يكون لها أثر في رفع مستوى الفهم المعرفي عن السلوكيات السلبية والإجراءات السليمة للحماية.
- ٤- تحسين اتجاه الطالبات نحو الفحص الدوري عن سرطان الثدي.

ومن الناحية التطبيقية:

١- المساهمة في تقديم نموذج يمكن تعميمه في زيادة وعي الطالبات، وتحقيق الفهم المعرفي اللازم فيما يتعلق بسرطان الثدي مما يساهم في خفض مستويات الخطورة والوفيات.

٢- تصميم وحدة تعليمية موجهة توظف أبعاد اليقظة العقلية، وبالتالي تساهم في خلق الاتجاه الإيجابي نحو فحص سرطان الثدي بين الطالبات.

حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: تناولت الدراسة فعالية وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي في تنمية المفاهيم الصحية واليقظة العقلية والاتجاه نحو الفحص الدوري، فتمثل حدود اليقظة العقلية في (الملاحظة ، الوصف التفاعل مع الخبرات الداخلية، الحكم على الخبرات الداخلية ،التصرف بوعي).

الحدود البشرية: طالبات كلية التربية - جامعه سوهاج - الفرقة الرابعة شعبه طفوله العام الجامعي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ الفصل الدراسي الثاني
الجدود الزمانية: مارس - ٢٠٢٢ م.

مصطلحات الدراسة:

- مرض السرطان:

هو نمو غير منضبط لخلايا غير طبيعية يمكن أن يحدث في أي جزء من الجسم، حيث تنمو الخلايا الغير طبيعية بسرعة أكبر من الخلايا الطبيعية وتشكل في النهاية ورم سرطاني يتنافس مع الخلايا الطبيعية للحصول على التغذية وإمدادات الدم، كما ينتشر تدريجيًا في مجرى الدم كما يصعب معه علاجها، وبالتالي كلما كان اكتشافه أبكر كلما ارتفعت فرصة علاجه (قامبرو كولينز وإسماعيل، ٢٠١٤: ١).

- سرطان الثدي:

هو نمو غير طبيعي للخلايا المبطنة للثدي وهذه الخلايا تنمو دون حسيب ولا رقيب، ولديها القدرة على الانتشار إلى أجزاء أخرى من الجسم، وكل من النساء والرجال يمكن أن

يصابوا بسرطان الثدي على الرغم من أن سرطان الثدي نادراً في الرجال (Cancer council, 2006).

التعريف الإجرائي:

أحد أنواع السرطان والأكثر شيوعاً بين فئة النساء، حيث يحدث خلل ونمو غير طبيعي في الخلايا المبطنة للثدي لتواصل نموها من دون ضبط، مما يهدد الحياة ويساعد الوعي بأعراضه والكشف المبكر عنه على عملية الشفاء منه من دون تهديد للحياة، وهو ما تساهم الوحدة المقترحة في سرطان الثدي في تكوينه عبر موقع تفاعلي بالاعتماد على أبعاد اليقظة العقلية.

- المفاهيم الصحية:

مجموعة المعلومات والحقائق والمفاهيم التي ترتبط بالجانب الصحي من حياة المتعلم في مختلف المجالات الصحية (السيد، ٢٠١٨: ٣٠٠).

التعريف الإجرائي:

المعلومات والمعارف والحقائق المرتبطة بمرض سرطان الثدي، والتي تغذيها الوحدة المقترحة في سرطان الثدي عبر الموقع التفاعلي بالاعتماد على أبعاد اليقظة العقلية.

- المواقع التفاعلية:

هي عبارة عن مواقع تستخدم تقنيات البرمجة والاتصال وتشتمل على مجموعة من المعلومات والبيانات المخزنة بطريقة نموذجية من دون تكرار والمتصلة مع بعضها البعض وفق علاقات متبادلة (إسماعيل، ٢٠٢٠: ١٨٧٧).

التعريف الإجرائي:

هو موقع تفاعلي (Microsoft team)، وهو مزيج من برنامج وتقنية اتصال استخدمته الباحثة في عرض وشرح الوحدة التعليمية لسرطان الثدي، والتي تعتمد على أبعاد اليقظة العقلية بغرض تنمية المفاهيم الصحية والتأثير في اتجاه الطالبات نحو الفحص الدوري.

- اليقظة العقلية:

هي مراقبة الخبرات الحالية والانتباه المتعمد لها بدلاً من الخبرات الماضية أو المستقبلية مع التقبل للواقع بدون إصدار أحكام، وتنظيم الانتباه للخبرات والتعرف على الأحداث في الواقع وفي اللحظة الحالية وكذلك الانفتاح على الخبرات الأخرى، وهي الوعي بالخبرات وملاحظتها أثناء حدوثها بدون إصدار أحكام أو تقييمات عليها وبدون الاندماج أو التفاعل الزائد معها، وتتضمن اليقظة العقلية تركيز الوعي والانتباه للخبرات الحالية والواقعية في البيئة الداخلية والخارجية بدون إصدار أي أحكام أو تقييمات إيجابية أو سلبية (سعيد وبغدادى، ٢٠٢٢: ٢٤٣).

التعريف الإجرائي:

هي مراقبة الخبرات والمعارف وملاحظة الموضوعات في الموقع التفاعلي، من خلال المشاركة في تدارس الوحدة المقترحة عن سرطان الثدي، والتي تم بناء محتواها بالاعتماد على أبعاد اليقظة العقلية بغرض تعزيز المفاهيم الصحية ودعم الاتجاه الإيجابي نحو الفحص الدوري لسرطان الثدي.

- تطبيق مايكروسوفت تيمز:

يعد مايكروسوفت تيمز نظاماً أساسياً موحداً للاتصال والتعاون، يجمع بين الدردشة المستمرة في مكان العمل واجتماعات الفيديو وتخزين الملفات (بما في ذلك التعاون في الملفات)، وتتكامل التطبيقات مع مجموعة إنتاجية مكتب اشترك مايكروسوفت أوفيس ٣٦٥، وتتميز بامتدادات يمكن أن تتكامل مع المنتجات غير التابعة لشركة مايكروسوفت. (موسوعة ويكيبيديا، ٢٠٢١).

التعريف الإجرائي:

تطبيق يسمح لأعضاء هيئة التدريس بإعداد فرق محددة للصفوف، ومجتمعات التعلم المهنية، وأعضاء هيئة التدريس؛ للتعليم والتعلم عن طريق الاتصال والتواصل باستخدام المحادثات المستمرة في الدراسة، واجتماعات الفيديو، وتخزين الملفات.

الإطار النظري:

حمل الكثير من الناس معتقدات ومعلومات جزئية عن السرطان، يمكن أن تؤثر على مقدرتهم على التعامل مع تشخيص المرض وعلاجه؛ فالسرطان هو اسم شامل لمجموعة من الأمراض تتميز بوجود ورم خارج عن السيطرة في الخلايا، وهي بنيات صغيرة تتركب منها الأعضاء والأنسجة في الجسم ولكن هذه الخلايا تعمل بشكل مختلف وتتجدد بطريقة متشابهة عن طريق الانقسام.

وتشير الأبحاث العلمية المتقدمة اليوم إلى علاقة بين مرض السرطان وبين المادة الجينية المنقولة بالوراثة، وتُنسب هذه العملية لمجوعتين من الجينات: الجينات المثبطة للسرطان، وهي جينات تقي من السرطان، والجينات المكوّنة للسرطان الموجودة عادة في حالة "سبات"، عندما "تستيقظ" الجينات المكوّنة للسرطان في الخلية، نتيجة للتدخين، التعرض غير المراقب للشمس وما شابه ذلك، فإنها تحوّل الخلية الطبيعية إلى خلية سرطانية (حوري، ٢٠١٠: ٧).

ويمثل سرطان الثدي ٢٣٪ من جميع السرطانات الجديدة و ١٤٪ من مجموع وفيات السرطان، هذه الحقيقة الراسخة تجعله أكثر الورم فتكاً عند النساء، وفقاً للدراسات الحديثة، تم تصنيف عوامل الاستعداد وفقاً لربطها بحدوث المرض؛ على سبيل المثال، تؤدي الطفرة في BRCA1 إلى زيادة خطر الإصابة بنسبة ٨٠٪، وتزيد طفرة BRCA2 من الخطر بنسبة ٤٥٪. ويحدث سرطان الثدي المرتبط بهذه الطفرات عند النساء الأصغر سناً، ويبدأ تشخيص سرطان الثدي بالفحص البدني وتشخيصه، من خلال تصوير الثدي بالأشعة أو الموجات فوق الصوتية (Jaherane & Ejanga, 2020)، ومن هنا نلمس أهمية الوعي لدى النساء بهذا المرض وأهمية عنصر الفحص الدوري له.

وبشكل عام فإن الإدراك هو قدرة الإنسان على استيعاب العلاقة بالمحيطات، والإدراك هو قدرة الفرد على استيعاب العلاقة بالمحيط حوله من خلال عمليات استقبال خارجي يعمل على بناء تصورات من المحيط الخارجي، من خلال الحواس والإدراك الجيد للمواقف والمبنى على الوعي والملاحظة، يسمح بفهم المحيط وتحديد العلاقة معه والاستجابة له ويرتبط ذلك بعدم إصدار الأحكام المسبقة الذي يساعد في السيطرة على

القلق والتوتر الناجم عن خبرة سابقة، ومن ثم تبين أن اليقظة الذهنية عنصر رئيس في الحد من التوتر والتقليل من الخوف وزيادة الشعور بالتوازن، وهناك دراسات كثيرة ومن أشهرها التي قام بها البروفيسور jon kabal- zinn في جامعة ماساتشوش؛ والتي أكدت على أن ممارسة التأمل المرتبط باليقظة الذهنية، يحسن الأعراض الجسدية والنفسية لدى الأشخاص ويمنحهم القدرة على التعامل مع التحديات والصعوبات التي يتعرضون لها.”
واليقظة العقلية:-

هي سمة من سمات الوعي والتي تتيح للفرد الانتباه إلى السياق العام للموقف وخلق فئات جديدة من ردود الأفعال، للتعامل مع الموقف الحالي كما أنها حالة من الوعي الحسي الذي يتميز بصورة مختلفة وفعالة، والتي تترك الفرد مفتاحاً على الجديد وحساساً لكل من السياق والمنظور، كما يتصف بالتميز النشط لرسم الأحداث التي تترك الفرد مفتاحاً على كل ما هو جديد، وتتضمن تصوير مشاعر الفرد باعتبارها حالة ذهنية تتميز بالاعتماد المفرط على الخبرات السابقة والفروق الفردية، وعليه تمثل حالة نفسية حرة تحدث عندما يكون الانتباه مستقراً وحاضراً من دون إي ارتباط استثنائي نحو الآراء (الشافعي، ٢٠٢٢).

أهمية اليقظة العقلية:

تساعد اليقظة العقلية على:

١- رفع مستوى وعي الفرد لانتقاء المثيرات الملائمة من البيئة الخارجية، والفرد اليقظ هو من يوجه انتباهه بصورة مباشرة نحو المثيرات الجديدة غير النمطية، فالأفراد اليقظين وواعين بشكل كامل بالبيئة المحيطة وينتبهون لما يدور حوله لحظة بلحظة من دون شروء ذهني.

٢- اليقظة العقلية توسع الرؤية وتزيد فرص التعلم، فحين تسجن النظرة القطعية الأحادية فكر الإنسان وتحده بمعوقات روتينية وتشتت ذهنه وتفكيره وبالتالي تقل قدراته.

٣- تساعد اليقظة العقلية على زيادة عنصر الإدراك، من خلال تعزيز الوعي بالملاحظة للذات الذي يعزز من التفكير والمراجعة لكثير من ردود الأفعال التلقائية والعادات الروتينية اليومية، ولذلك يستخدم تعزيز اليقظة الذهنية للتحكم في أي انفعال أو غضب غير مرغوب أو مواجهة أي ضغوط نفسية.

٤- تساعد اليقظة العقلية على تحويل الانفعالات وردود الأفعال السلبية إلى حالة من التوافق النفسي والاجتماعي.

٥- تقدم اليقظة العقلية دورًا مهمًا وفعالًا في عملية التعلم والتعليم، وقد بدأ استخدامه كأحد الأبعاد الرئيسة في المناهج الدراسية في السويد وأستراليا.

٦- تشمل اليقظة العقلية على القدرات الاستيعابية (اليقظة أو الانتباه) للمهام الإدراكية، كما توضح أن اليقظة أو الاستيعاب يكون للحظة الآنية أو للمواقف الحالية، وبالتالي يصبح الفرد قادرًا على تحديث العمليات المعرفية والمدخلات الحسية، من خلال مهارة الملاحظة للبيئة الخارجية (حلمي وزين العابدين، ٢٠٢٢) و (علي، ٢٠٢٢).

ومن مقومات اليقظة العقلية:

١- حضور الوعي والذي يعد أحد العاملين الداخلي و الخارجي لدى الفرد، بما في ذلك الأفكار و العواطف و الأحاسيس و والمثيرات المحيطة بالفرد، في أثناء إثارتها أو مرورها للفرد في اللحظة الآنية والوعي بالمنبهات من خلال الحواس الجسمية المادية، و حركة الحواس وأنشطة العقل والاتصال المباشر مع الواقع، من خلال الانتباه الذي هو ظاهرة لكل السمات الأساسية، للوعي مما يؤدي للتحكم في ردود الفعل الحسية السريعة و التي دائمًا ما تتأثر بالتجربة الشخصية والذاتية.

٢- المرونة في الوعي والانتباه بمعنى تغيير الحالة الذهنية، بتغيير الموقف وعدم الجمود على المؤلف، وبالتالي تقديم أفكار حول استجابات لا تنتمي إلى فئة واحدة.

٣- الاستقرار والاستمرارية في الوعي والانتباه، وبالتالي التخلص من المفاهيم الخاطئة والأفكار والانفعالات السلبية.

أبعاد البقطة العقلية: (الزهراني، ٢٠٢٢) و (أبو الليمون والربيع، ٢٠٢٢)

البعد الأول: الملاحظة

تعتبر قوة الملاحظة: أحد أهم السمات التي تساعد على إدراك المواقف والأحداث والمتغيرات، وهناك خلط ينبغي الابتعاد عنه بين الملاحظة والتفكير النقدي، فالتفكير النقدي يعني تحليل المواقف أو المعلومات للوصول إلى نتيجة معينة، وتتضمن قوة الملاحظة القدرة على قراءة مواقف مهمة بعينها بشكل تلقائي ومهاري، وتتعدد مهارات قوة الملاحظة ولها أثر واضح على الأداء واتخاذ القرارات إذ تساعد قوة الملاحظة على:

- ١- القدرة على تحديد ما يجب فعله أو تجنبه وفقاً للظروف المحيطة أو الراهنة.
- ٢- تساعد الملاحظة في جودة عملية التعلم، لتصبح تلك العملية أكثر كفاءة فالشخص الذي يمتلك مهارة الملاحظة هو الأكثر كفاء في التعلم.
- ٣- السيطرة على اللاوعي، الذي قد يحد من تطور ونمو الفرد وتطوير مهاراته، فيصبح الانتباه للتفاصيل إحدى مهارات الخروج من حالة الروتين اللاوعي.

والملاحظة: هي نشاط عقلي للمدركات الحسية وهي مشاهدة مقصودة أو غير مقصودة تفيد في عمليات التعرف، وهي الحصول على الحقائق والمعلومات والخبرات من واقع التصرفات والمواقف والحالة الراهنة للمستفيدين لاستخدامها وتوظيفها، وتتم الملاحظة من خلال التفاعل بين العقل والحواس، ومن ثم فإن التواصل مع اللاوعي والقدرة على غرس وتثبيت ما يجب، وتجاهل ما لا يفيد يقود إلى عملية التخيل الإبداعي فتتحول الصور الذهنية إلى حقائق ملموسة (شميس وراجح، ٢٠٢٠).

والعقل اللاوعي: وهو مقر تكوين الانفعالات حيث سيتم تخزين الذكريات والعقل اللاوعي عادة ما يحتفظ بكل ما يعتبره العقل الظاهري غير مهم، ويعتبر العقل اللاوعي من أحد المسيطرات على تصرفات ومشاعر الإنسان من دون وعي منه، ومن هنا يعتمد العقل على السلوكيات أو التصرفات التي يتعلمها ويتلقاها الناس.

ومن أهم طرق السيطرة على العقل اللاواعي:

- ١- تغذية العقل بالأفكار وتبنيها وصولاً إلى حالة التفكير الهادئ (مثال على ذلك الشعور بصعوبة مادة تعليمية معينة بمجرد إقناع العقل، بعدم صحة ذلك قد تلاحظ تطور القدرة على تجاوز الصعوبات.
 - ٢- ممارسة التأمل بهدف التحكم في العقل، حيث يمنح العقل الهدوء اللازم للسيطرة على الأفكار.
 - ٣- مجادلة الأفكار من خلال عرضها وتصحيح أي اعتقادات غير سليمة بشأنها.
 - ٤- ممارسة التخيل الذي هو أحد أدوات برمجة العقل والتحكم فيه وهو أسلوب يحتاج إلى الاسترخاء والهدوء والاستغراق (طالة، ٢٠٢٠).
- التدريب على تحديد ما هو أساسي في المواقف وما هو فرعي، ويكون الأساسي هو الوثيق الصلة والمباشر أما الفرعي فهو الغير متصل أو غير مؤثر بعد تحديد المعلومات الأساسية في المواقف يتم الربط بينها ذهنياً بشكل منطقي متسلسل.

البعد الثاني: الوصف

يعني: تسمية المشاعر والأحاسيس والخبرات بالكلمات والعمل بوعي وعدم الحكم على التجربة الداخلية وعدم التفاعل مع التجربة الداخلية، والوصف هو تقنية للتعبير حيث يوصف الواصف ما يدركه بصرياً في شكل مكتوب بمعنى أن الوصف رسم الكلمات وتصوير المشاهد، ومن ثم التعبير عن الانفعالات والأحاسيس ويتميز كل نص وصفي بالموصوف وأوصافه وتتمثل خطوات مهارة الوصف في:

أولاً تحديد الموصوفات الرئيسية.

ثانياً: تحديد الموصوفات الفرعية.

ثالثاً: تحديد الامتدادات الوصفية.

ولكل موصوف رئيس عدة موصوفات فرعية، وتتكون الامتدادات للموصوفات الفرعية من جمل فيها جمل اسمية مكونة من مبتدأ وخبر وجمل وصفية صفة وموصوف، ويتسم النص الوصفي بالاستقرار والثبات، على عكس النص السردى الذي فيه تغييرات وحركة، وتعتمد مهارة الوصف بشكل أساسي على تحديد الموصوف الرئيس المراد وصفه

وهو المعلومة أو العنوان الرئيس، ثم تحديد موصوفاته الفرعية ومنها الامتدادات الوصفية ولكن كيف نصف الشخص أو المكان.

وتنظيم الانفعال: يعني الوعي والفهم للانفعالات، ومن ثم القدرة على ضبط السلوكيات الدفاعية المندفعة، وفقاً للأهداف المرغوب تحقيقها عن المرور بخبرة ما، والقدرة على ممارسة الاستخدام المرن لاستراتيجيات تنظيم الانفعال الملائمة للمواقف من أجل تعديل الاستجابة الانفعالية لتحقيق الأهداف الفردية، ولتحقيق المتطلبات الخاصة بالموقف وتنظيم الانفعال عملية مرتبطة بالتنظيم الموجه والتعديل، والتأثير وهو: مجموعة من المهارات المعرفية والانفعالية والسلوكية التي تنظم وتسيطر على الخبرات والتعبيرات الناتجة عن تفاعل الفرد مع بيئته.

وتتطوي أهمية تنظيم الانفعال، على تحكم الفرد وإدارته للانفعالات والاستجابة المرنة للأحداث وبالتالي تحقيق التوافق النفسي في الأداء وثناء القدرة الانفعالية والتمتع بمعدلات ثقة وقدرة على مواجهة الضغوط والمشكلات (السيد، ٢٠١٨).

وعملية تنظيم الانفعال تشمل جانبين:

الجانب الأول:

- ١- اختيار الموقف بمعنى الاقتراب الموجه للموقف المفيد وتجنب الموقف الضار أو المشتت أو غير المفيد للتحكم في تنظيم الانفعال.
- ٢- تعديل الموقف: عندما لا يمكن تجنب ضغط معين يمكن للفرد تعديل الموقف المثير للانفعال لتجنب الأثر الانفعالي السلبي.
- ٣- تحويل الانتباه: وذلك عندما يجد الفرد نفسه في موقف قد يسير انفعالياً سلبياً فيتم تغيير محور الانتباه عنه إما بصرف الانتباه أو بالتركيز على نشاط بديل غير انفعالي.
- ٤- التغيير المعرفي من خلال تغيير طريقة أو أسلوب التفكير في موقف لرفع أو خفض دلالاته الانفعالية.

الجانب الثاني:

ويشمل تعديل الاستجابة باستخدام المداخل التنظيمية لتجنب الشعور بالانفعال السلبي، وذلك بعد فشل الاستراتيجيات السابقة وهذا النوع من التنظيم يساعد الفرد على

تعديل الخبرة من خلال وسائل فسيولوجية أو سلوكية، ومنها إعادة التقييم المعرفي - قمع التعبير الانفعالي.

البعد الثالث: التصرف بوعي

إن الخلايا العصبية هي التي توفر الأساس من الناحية العصبية للوعي الذاتي، فلا تساعد الخلايا العصبية فقط على تقليد الآخرين، ولكنها يمكن أن تتوجه نحو الداخل بهدف تكوين تمثيلات من الدرجة الثانية، ويكون هذا أساس لما يسمى بالاستبطان وتبادلية الوعي الذاتي والوعي بالآخرين، ويرتبط الوعي عادة بمستوى استقبال الحس والتصور، وقد أوضحت الدراسات أن الإنسان منذ عمر أشهر يستطيع إدراك العلاقة بين المعلومات الشعورية والمرئية التي يتلقاها وفي عمر ١٨ شهر يطور إدراك ذاتي انعكاسي وهي مرحلة تلي الإدراك الحسي.

والوعي بالذات هو الانتباه إلى أسلوب التفكير والشعور والتصرف بناء عليهما، أظهرت الأبحاث إصدار الدماغ لأحكام وقرارات بسرعة وثقائية وينشأ التصرف بوعي عندما تفشل التوقعات في التجسد، ومناطق الدماغ المسؤولة عن الدوافع والمشاعر هي ما توجه الانتباه الواعي، ومن هنا ينبغي التدريب على توجيه الانتباه تمهيداً للتصرف الواعي المدرك. المقصود بإتقان التصرف بوعي: هو إتقان تشكيل التفاعل الواعي مع المثيرات والبقاء عن قصد في الحاضر والرصد المستمر للخبرة وتعميق التركيز فيها، وبالتالي الوعي بالخبرة لحظة بلحظة ويتم الوصول إلى مرحلة الإتقان من خلال تمارين التأمل (جوهر، ٢٠٢٢).

ويمكن الاستفادة من علاجات السلوك الجدلي وتشمل سبعة مهارات في تطوير اليقظة العقلية، ومن أولها مهارة العقل الحكيم وهي: حالة ذهنية حيث يتكامل العقل الانفعالي والعقل الواعي، حيث تساعد ممارسات المهارات الستة الأخرى في إمكانية الوصول إلى العقل الحكيم، وتشمل عدم الحكم واليقظة الواحدة والفاعلية ويتكون الوعي الذاتي من التقييم الذاتي والذكاء العاطفي والثقة بالنفس، وهو يركز على التعرف على المشاعر ونقاط القوة والضعف وامتلاك الشعور القوي بالقيمة الذاتية، وينطوي الوعي

الذاتي على قدرة الفرد على تكزين معايير من المعتقد ومن جملة المبادئ وقيم المجتمع وهو إحساس حاد بوعي الذات.

والعقل الواعي هو: التركيز على المنطق والسبب والنتيجة وتلقي المعلومات من خلال الحواس الخمس ومقابلتها لما في الدماغ من خبرات مخزونة، ثم التركيب عليها والبناء بهدف الاستنتاج والعقل الواعي، هو المسئول عن برمجة اللاوعي ومهام التفكير والمنطق تخزين وتنظيم الذكريات وتحريك المشاعر والانفعالات، ويتحكم العقل الواعي في الحواس ولا يحرك الأوامر السلبية ويصنع العادات، ويحتاج لل تكرار لتكون العادة ثابتة ويتعرف على ما يفيد وما لا يفيد ويطلق طاقة لبلوغ الأهداف ويحاول حل العقبات ويجتهد في التنفيذ.

البعد الرابع: التقبل

إن اليقظة العقلية تجعل الفرد متقبلاً لوضعه الراهن حتى حين تعرضه للضغط الانفعالي والألم النفسي الغير محتمل، حيث يواجه الفرد الموقف بدلاً من أن يتجنبه وهذا التقبل يساعد الفرد على حماية نفسه من أعراض القلق المفرط، وتقبل الأفكار الجديدة: بمعنى أن آراء الأفراد تتشكل بناء على الانطباعات الأولية ويتم التمسك بهذه الآراء حتى عندما يظهر دليل معارض، إذ يستخدم الأفراد جميع الأدوات المتاحة لتحسين مقدرتهم على الفهم وتقبل الشك: حيث أن الفكر اليقظ يعني تقبل الشك بشكل جزئي واستمرار التغيير والتعديل (عجلان، ٢٠١٩).

ويمكننا هنا أن نشير إلى مقومات اليقظة العقلية وهي:

الموافقة: بمعنى أن الفرد متفتح لرؤية الأشياء ومعرفتها كما هي اللحظة الحاضرة لفهمها بحيث يكون الفرد أكثر فاعلية في الاستجابة.

التعاطف: ويعني التعاطف أن يتصف الفرد بمشاعر يستطيع من خلاله تفهم مواقف الآخرين في اللحظة الراهنة وفق منظورهم وردود أفعالهم.

التفتح: بمعنى رؤية الفرد للأشياء من حوله ، كما لو أنه رآها لأول مرة فتتولد احتمالات من خلال التركيز على التغذية الراجعة في اللحظة الراهنة.

البعد الخامس (التدريب على عدم إصدار الأحكام)

إن عدم إصدار الأحكام في مفهوم اليقظة العقلية يعني أيضًا التقبل العريض، و يعني عدم إصدار الأحكام التقييمية على الأمور سواء كان محببة أو مفضلة من عدمه، وبالتالي القدرة والسيطرة على الانفعالات والاضطرابات وزيادة معدل التركيز والاستيعاب، ومن ثم حضور الذهن بصرف النظر عن الموقف للتعامل معه في حالة من التحرر من القيود ويفيد عدم إصدار الأحكام الإيجابية أو السلبية في تحرر الفرد من الضوابط أو العوائق التي قد تقف أمام المعرفة، وبالتالي يكون التعرض أكثر واقعية وموضوعية ويحقق استجابة التكيف الجديدة ويساعد على الاستكشاف المستمر.

ويفيد عدم إصدار الأحكام في تحقيق التغيير المعرفي الإيجابي، وبالتالي يستطيع الفرد تغيير أساليب التفكير الخاصة به فيدرك أن الأفكار السلبية اللاعقلانية، والتي تكون مع المزاج السيء لا تمثل تصور حقيقي عن المواقف، وبالتالي اكتساب الإرادة الواعية واكتساب القدرة على التفكير وإدارة الانفعالات، ومن الجدير بالذكر أن عدم اعتياد ممارسة العلاقات الارتباطية للمواقف الزاهنة مع الخبرات السابقة، هو ما يقود إلى إصدار الأحكام المسبقة والتي قد تقف حاجزًا أمام رؤية المواقف بزوايا جديدة أو تقود إلى التسرع في سوء الفهم أو رفض المعرفة جملة وتفصيلاً، ومن هنا يرتبط عدم إصدار الأحكام بتنمية مهارة الفصل وعدم التفكير في أي علاقات ترابطية بين المعرفة وأي خبرة سابقة داخلية أو خارجية. (جوهر، ٢٠٢٢)

ويمثل التعلم عبر المواقع التفاعلية أو في البيئة التفاعلية، أحد نماذج التعلم عبر الانترنت ويقوم على عملية الاتصال المباشر المتزامن والاتصال غير المباشر غير المتزامن، مما يتيح للطلاب الدخول إلى شبكة الإنترنت ويتم وفقاً لخمس مراحل أساسية:

١. مرحلة الوصول للتحفيز: وهي مرحلة أساسية تتم داخل إحدى حجرات الدراسة، يتم فيها إنشاء بيئة ومتطلبات الاتصال والتعرف على المفاهيم العلمية والعناصر الرئيسية لموضوع البحث والدراسة.

٢. مرحلة الاختلاط الاجتماعي عبر الإنترنت: وتتم هذه المرحلة على شبكة الإنترنت، وهي عدة لقاءات غير أساسية (أي غير محددة بموعد يلزم الطلاب بالدخول فيه)، ولكنها

ل طرح الاستفسارات من قبل الطلاب للمعلم أو من قبل الطلاب لبعضهم البعض، للاستفسار عن المشكلات التي تواجههم أثناء البحث يليها لقاء محدد بموعد لمناقشة تلك المشكلات، مع طرح المفاهيم العلمية في الموضوع.

٣. مرحلة تبادل المعلومات: وتتم هذه المرحلة عبر الإنترنت ويقوم فيها الطلاب بمبادلة المعلومات ومواقع الإنترنت الخاصة بموضوع الدراسة، كما يقوم الطالب بإرسال ما تم التوصل إليه إلى المعلم على شكل ملف مرفق على البريد الإلكتروني يطلع عليه المعلم، ثم يتم مناقشة ذلك في الموعد المخصص على الإنترنت.

٤. مرحلة بناء المعرفة: وتتم هذه المرحلة على الإنترنت حيث تحدث لقاءات بين الطلاب وهذه اللقاءات غير رسمية أي غير محددة بموعد الدراسة من قبل المعلم، ل يناقشوا ما تم تجميعه وتبادلته من معلومات وزيارة الموقع الخاص بالمادة، والمحتوى ثم يحدث لقاء مع المعلم على الإنترنت ويتم تحديد موعد تالي للاستزادة.

٥. مرحلة التطوير: وتتم هذه المرحلة على الإنترنت في غرف المحادثة ويعتمد فيها الطلاب على بعضهم البعض في البحث والتعمق، لتجميع المادة اللازمة التي تحتوي على ما توصلوا إليه بشكل أكثر تعمقاً (السيد وأحمد وعيسى والطنطاوي، ٢٠١١).

- المواقع التفاعلية (مايكروسوفت تيمز) :

ساهمت التطورات التكنولوجية والتقنية في تغيير شكل المؤسسات التعليمية على نحو جذري، وأصبح التحدي الأكبر ينصب على كيفية توظيف هذا التطور التقني والتكنولوجي والاستفادة منه في خدمة العملية التعليمية، وتوفير فرص تعلم متنوعة للمتعلمين داخل بيئات التعلم بشكل أمثل، وإدخال العديد من أدوات التعلم الإلكتروني وتطبيقاتها على عملية التعلم، حيث أصبحت عملية التعليم والتعلم وإيصال المعرفة وتخزينها بأشكال عديدة أسهل بعد أن تم استخدام الإنترنت في التعليم، ليظهر أنموذج التعلم عن بعد لكي يساعد الطالب على التعلم من خلال محتوى تفاعلي يعتمد على الفصول والمناهج الإلكترونية بكافة أنماطها و الوسائل المتعددة، فلم يعد اهتمام الطلبة ينصب على المعلم فقط لاكتساب المعرفة والمعلومات بل أصبح مشاركاً معه في اكتسابها (الجار الله و الخريجي، ٢٠٢٠: ٨٧٣).

ومن هذا المنطلق أصبح توظيف تكنولوجيا التعليم عن بعد أهم متطلبات التعلم الفعال ومحل اهتمام المؤسسات التعليمية، حيث حرصت المؤسسات التعليمية على إدخال تطبيقات التعلم عن بعد في مؤسسات بكافة مراحلها التعليمية، بل وعدت بيئات التعلم القائمة على الانترنت الأسلوب الأمثل والأكثر ملاءمة للتعلم، لما له من دور في الخروج من الروتين المتكرر الذي يطغى على الأداء التدريسي (الجعافرة، ٢٠٢٠: ٧٨)؛ حيث توفر تطبيقات التعلم عن بعد بيئات تعلم تفاعلية متكاملة تتيح التواصل بشكل متزامن وغير متزامن من خلال أدوات أكثر تفاعلية تمكن المعلم من نشر الدروس والمحتوى التعليمي والمهام والأنشطة باستخدام النصوص المكتوبة والفيديو والصور والصوت مراعية بذلك الظروف الزمانية والمكانية والفروق الفردية للمتعلمين، بل ولديها القدرة على تنمية وزيادة دافعيتهم للتعلم ومسايرة كل ما هو جديد ف ضوء المستجدات التكنولوجية من خلال استخدام تطبيقات المحادثة المباشرة والسبورة ونقل الملفات وتحقيق المشاركة في ساعات النقاش والحوار بين المعلمين والمتعلمين (الشواربه، ١٤-٢٠١٩: ١٥).

تعد المنصات الإلكترونية مكوناً أساسياً في نظم التعليم عن بعد، حيث تسهم في توفير بيئة تعليمية تفاعلية توظف تقنية الويب ٢، وتجمع بين مميزات أنظمة إدارة المحتوى الإلكتروني وبين شبكات التواصل الاجتماعي وتمكن المعلمين من نشر الدروس والأهداف، ووضع الواجبات وتوزيع الأدوار وتقسيم الطلاب إلى مجموعات عمل وتساعد على تبادل الأفكار والآراء بين المعلمين والطلاب، ومشاركة المحتوى وتطبيق الأنشطة التعليمية والاتصال بالمعلمين من خلال تقنيات متعددة (العنزي، ٢٠١٨، ٣٥).

كما تعمل المنصات الإلكترونية على زيادة تفاعل الطلاب وتنمية قدراتهم العلمية والمعرفية، بالإضافة إلى زيادة دافعية الطلاب نحو التعلم والعمل التشاركي وتسهيل دور عضو هيئة التدريس خلال العملية التعليمية، وزيادة كفاءته وتحسين مستوى ونوعية التعلم، وإكساب الطلاب لمهارات تكنولوجيا المعلومات المتطورة دائما والتغلب على مشكلة بعدى الزمان والمكان اللذان يعترضان المعلم والمتعلم (الرشدي، والسكري، 2018، 13).

وتتعدد المنصات الإلكترونية التي تقدم فرص تعليمية لطلاب التعليم الجامعة، ومنها منصة مايكروسوفت تيمز Microsoft Teams وتعد منصة مايكروسوفت تيمز أحد

التطبيقات والبرامج المقدمة من شركة مايكروسوفت العالمية، بدأ انتشارها في الفترة الأخيرة، خاصة بعد جائحة فيروس كورونا المستجد واتجاه المدارس والجامعات إلى عقد اجتماعاتها وتفعيل نظام الدراسة عن بعد من خلال هذه المنصة.

ويمثل موقع مايكروسوفت تيمز تطبيق للاتصال، وإنشاء الفصول الدراسية التعاونية والاجتماعات يجمع بين المحادثات والمحتوى والمهام والتطبيقات، ومشاركة الملفات معاً في وقت واحد ويسمح للمعلمين بتوزيع وتحويل مهام طالب الصف الدراسي عبر الفرق والاجتماع، بفرق مكون من ١٠ أشخاص إلى ١٠٠٠٠ شخص (دليل استخدام- <https://www.docdroid.net/Microsoftteams>)

ووفق الإحصائيات المعلنة مع العام الثالث لانطلاق نظام الفرق مايكروسوفت تيمز، فقد بلغ عدد المستخدمين النشطين للنظام حوالي ٤٤ مليون مستخدم نشط يومياً، مما يجعله نظام إدارة المهام والتشاركية الأكثر استخداماً في العالم، ومن مميزات مايكروسوفت تيمز التي ساهمت في تسهيل التعلم عن بعدك عقد الاجتماعات عبر الانترنت والدخول في نقاشات مختلفة، وإعداد فرق محددة للفصول ومجموعات التعلم الافتراضية؛ وإعداد القنوات التي تسمح لأعضاء الفريق بالاتصال والمشاركة باستخدام مختلف الصور والنصوص والروابط، ومشاركة وإدارة الملفات وتخزينها وتحريرها بشكل تشاركي، كما تتيح للمعلمين إنشاء الواجبات وتوزيعها وتمكين الطلاب من إكمال واجباتهم وإرسالها بدون مغادرة التطبيق، وتمكين المعلمين من تقديم ملاحظاتهم علي الواجبات وتتبع مستوى تقدم الطلاب(مميزات مايكروسوفت تيمز/<https://e3arabi.com>).

■ مميزات تطبيق مايكروسوفت تيمز:

يمكن عرض مميزات مايكروسوفت تيمز فيما يلي (ويكيبيديا ٢٠٢١، مفتاح، ومحمد، ٢٠٢١، ١٤٠):

١. الاجتماعات عبر الإنترنت: يمكن من خلاله عقد اجتماعات مع أعضاء فريقك ومناقشتهم عبر عمل غرفة في البرنامج مع مشاركة فريقك عنوان (URL) ، وتتيح فرق العمل للمعلمين إعداد فرق محددة للفصول الدراسية ومجموعات التعلم المهنية والتعليمية والموظفين.

٢. إعداد القنوات: وهي موضوعات المحادثة التي تسمح لأعضاء الفريق الاتصال دون استخدام البريد الإلكتروني، كما يمكن للمستخدمين الرد على المشاركات باستخدام مختلف الصور وكذلك الصور المتحركة (GIF) والنصوص والروابط ومشاركة مختلف الملفات.
 ٣. إجراء المكالمات: يوفر تطبيق مايكروسوفت تيمز إجراء مكالمات عدة بين جهات الاتصال لديك كذلك تلقى وتحويل المكالمات.
 ٤. الدردشة الجماعية والخاصة: يمكنك إرسال الرسائل الخاصة للمستخدمين سواء شخص واحد أو مجموعة من الأشخاص يصل ل ٣٠٠ شخص كدردشة جماعية معهم.
 ٥. مشاركة المحتوى: يمكن تبادل مختلف ملفات تطبيقات مايكروسوفت.
 ٦. إدارة الملفات: حيث بإمكان كل فريق الحصول على مساحة تخزينية خاصة به.
 ٧. مساحة العمل: حيث تستخدم في المدارس ومجالات التعليم بمختلف أنواعها، مما يساعد على نجاح العمل أو التعلم عن بعد؛ حيث مكن استخدام مساحات العمل في التعلم بسهولة.
 ٨. تسجيل الملاحظات: يمكن تسجيل ملاحظات الفريق بسهولة في نظام الملاحظات الخاص بمايكروسوفت (On Note) والمدمج بشكل كامل مع نظام الفرق، مما يساعد على تطوير العمل الجماعي.
- بالإضافة إلى توفير بيئة تعليمية تفاعلية متاحة في أي وقت وأي مكان، وبسهولة التعامل مع المنصة وسهولة استخدامها وتوظيفها وإمكانية تحميل الملفات وتسجيل المحاضرات وتخزينها والرجوع إليها في أي وقت، والتواصل بشكل أفضل بين الطلاب والمعلمين وبين الطلاب وبعضهم وزيادة المشاركة والتعاون بينهم، وتمكين المعلمين من الشرح وتبسيط المفاهيم وعرضها بطريقة سهلة وتوفير الوقت والمال والجهد المبذول في الانتقال، والسفر إلى الجامعة وتنمية مهارات تكنولوجيا جديدة لدى الطلاب. واستكمالاً لما أسفرت عنه نتائج هذه الدراسة، توصى الباحثة بضرورة تعديل اللوائح المنظمة للجامعة واعتماد نظم التعليم عن بعد عبر المنصات الإلكترونية، أحد أساليب التعلم المعتمدة والدمج والمزوجة بين التعليم عن بعد عبر المنصات الإلكترونية، والتعليم الوجيه التقليدي في المنظومة التعليمية، وتفعيل التقنيات الحديثة في مجال

التعليم والإستفادة من مزاياها والعمل على تحسينها والتغلب على الصعوبات والمعوقات التي تواجه التعليم عن بعد عبر المنصات الالكترونية، والتي تحول دون الاستفادة منها كضعف البنية التحتية التكنولوجية وتدريب أعضاء هيئة التدريس والطلاب على نظم التعليم عن بعد والعمل على توعيتهم بأهمية استخدام التقنيات الحديثة في مجال التعليم، وتنمية اتجاهات إيجابية لدى الطلاب نحو التعليم عن بعد عبر المنصات الإلكترونية، من خلال إعداد برامج إرشادية تهدف إلى تنمية المهارات الشخصية، ومهارات تنظيم الذات لمساعدتهم على التوافق مع متطلبات العصر وتحقيق التكيف والنجاح الأكاديمي.

منهجية الدراسة

منهج الدراسة:

لتحقيق أهداف البحث استعانت الباحثة بالمنهج الوصفي التحليلي والمنهج التجريبي كما يلي: اتبع البحث الحالي المنهج الوصفي التحليلي "ويختص المنهج الوصفي بجمع البيانات والحقائق وتصنيفها وتبويبها، بالإضافة إلى تحليلها التحليل الكافي الدقيق المتعمق، بل يتضمن أيضاً قدرًا من التفسير لهذه النتائج، لذلك يتم استخدام أساليب القياس والتصنيف والتفسير بهدف استخراج الاستنتاجات ذات الدلالة، ثم الوصول إلى تعميمات بشأن الظاهرة موضوع الدراسة." (صابر وخفاجة، ٢٠٠٢، ٨٧).

والمنهج التجريبي: وهو المنهج الذي يدرس ظاهرة حالية مع إدخال تغييرات في أحد العوامل أو أكثر ورصد نتائج هذا التغيير. (إحسان خليل الاغا، حسن محمود الاستاذ، ٢٠٠٢)، وقد تم اتباع التصميم التجريبي مع تطبيق قبلي، وتطبيق بعدي للتعرف على فاعلية وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (Microsoft team)، في تنمية المفاهيم الصحية واليقظة العقلية بالإضافة إلى مقياس من إعداد الباحثة لقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري لدى طالبات كليات التربية قبل وبعد تدريس الوحدة.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من طالبات الفرقة الرابعة شعبة طفولة، كلية التربية، جامعة سوهاج.
عينة الدراسة:

حددت الباحثة عينة الدراسة بـ (٥٠) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة، شعبه طفولة، كلية التربية، جامعة سوهاج، كعينة قصدية لتمثيل مجتمع الدراسة الميدانية التجريبية مع إجراء تطبيق قبلي وبعدي لأدوات الدراسة المتمثلة في اختبار المفاهيم الصحية، مقياس اليقظة العقلية ومقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري.

إعداد الوحدة المقترحة لسرطان الثدي

بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة، قامت الباحثة بتصميم وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي في تنمية المفاهيم الصحية واليقظة العقلية، والاتجاه نحو الفحص الدوري لدى طالبات كليات التربية لطالبات كلية التربية بجامعة.

تم إعداد محتوى معرفي علمي حول موضوع سرطان الثدي بغرض رفع الوعي وتنمية المفاهيم الصحية وتنمية اليقظة العقلية، وتحفيز الاتجاه نحو الفحص الدوري لدى طالبات كلية التربية مع اتباع أسلوب التقييم المستمر باستخدام تطبيق مايكروسوفت تيم Microsoft team.

الفلسفة التي تستند عليها الوحدة المقترحة

تستند الوحدة المقترحة على الفلسفة القائمة على إلمام الطالبات بالموضوعات الجديدة التي لها علاقة بمرض السرطان والمفاهيم الصحية المتعلقة به، وتحسن اليقظة العقلية لديها؛

الأهداف العامة للوحدة المقترحة

وتمثلت الأهداف في:

١. إلمام طالبات كليات التربية بالمفهوم الكامل لمصطلح مرض السرطان بكافة أنواعه.
٢. إلمام طالبات كليات التربية بالمفهوم الكامل والصحيح لمصطلح سرطان الثدي.
٣. إلمام طالبات كليات التربية بالأسباب المؤدية للمرض.
٤. إلمام طالبات كليات التربية بصورة شمولية على أنواع سرطان الثدي، أخطر أنواعه.

٥. إمام طالبات كليات التربية بكافة الأسباب وراء الإصابة بسرطان الثدي.
 ٦. إمام طالبات كليات التربية بكافة الطرق المعروفة للفحص للتوعية بسرطان الثدي.
 ٧. تنمية وعي طالبات كليات التربية بالهدف من وراء وجود المؤسسات الصحية في مصر، ودور مؤسسة بهية لعلاج سرطان الثدي.
 ٨. تنمية وعي طالبات كليات التربية بالطرق المختلفة لعلاج سرطان الثدي.
 ٩. إمام طالبات كليات التربية بالطرق الوقائية المختلفة من سرطان الثدي.
 ١٠. تمكين طالبات كليات التربية من القدرة على المساعدة في اتخاذ قرارات التغذية السليمة لمرضى سرطان الثدي.
 ١١. تنمية وعي طالبات كليات التربية والمعرفة المبكرة لسرطان الثدي.
- استراتيجية التدريس: التدريس التفاعلي المتزامن عن بعد باستخدام برنامج Microsoft team

نوع الأنشطة التطبيقية: مناقشة مفتوحة – عصف ذهني.

التقويم في الوحدة المقترحة : واشتمل التقويم على الأنواع التالية :

١. التقويم المبدئي : ويستخدم في بداية الدرس، بهدف التعرف على المعلومات السابقة لدى الطالبات، فيما يخص كل موضوعات من الموضوعات المقترحة ومن ثم ربط بالمعلومات الجديدة في الدرس.
٢. التقويم التكويني : ويستخدم أثناء تدريس موضوعات الوحدة ، بهدف تقديم تغذية راجعة عن مدى ما تحقق الطالبات من تقدم أثناء دراسة موضوعات الوحدة المقترحة.
٣. التقويم النهائي : ويستخدم في نهاية الدرس ، بهدف معرفة مدى تحقيق الطالبات الأهداف التعليمية المحددة مسبقاً.

▪ ضبط الإطار العام للوحدة المقترحة والتأكد من صلاحيتها :

بعد الإنتهاء من تصميم إطار العام للوحدة المقترحة تم عرضها في صورتها الأولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في العلوم وطرق التدريس ;وذلك لضبطها واستطلاع رأيهم حول (مناسبة محتوى الوحدة، صلاحيتها لتحقيق الهدف المحدد بنائياً)،

ذلك وقد تم إجراء بعض التعديلات في ضوء مقترحاتهم، وتم صياغة الوحدة المقترحة بشكل نهائي معد للتطبيق، وفيما يلي عرض لموضوعات الوحدة المقترحة: واشتملت الوحدة على عشرة دروس:

جدول (١) موضوعات الوحدة المقترحة

م	الوحدة	عنوان الجلسة	مكونات الجلسة
١	الجلسة الأولى	مفاهيم السرطان بأنواعه	مدخل مفاهيم السرطان وأنواعه نشاط تطبيقي تقويم الختام
٢	الجلسة الثانية	سرطان الثدي، وأسباب الإصابة	مدخل سرطان الثدي، وأسباب الإصابة نشاط تطبيقي تقويم الختام
٣	الجلسة الثالثة	أنواع سرطان الثدي	مدخل أنواع سرطان الثدي نشاط تطبيقي تقويم الختام
٤	الجلسة الرابعة	أسباب الإصابة بسرطان الثدي	مدخل أسباب الإصابة بسرطان الثدي نشاط تطبيقي تقويم الختام
٥	الجلسة الخامسة	طرق الفحص لمرضى سرطان الثدي	مدخل طرق الفحص لمرضى سرطان الثدي نشاط تطبيقي تقويم الختام
٦	الجلسة السادسة	المؤسسات المسنولة في مصر عن سرطان الثدي	مدخل المؤسسات المسنولة في مصر عن سرطان الثدي نشاط تطبيقي تقويم الختام
٧	الجلسة السابعة	طرق العلاج المختلفة لسرطان الثدي	مدخل طرق العلاج المختلفة لسرطان الثدي نشاط تطبيقي تقويم الختام
٨			مدخل طرق الوقاية من سرطان الثدي

الجلسة الثامنة	طرق الوقاية من سرطان الثدي	نشاط تطبيقي تقويم الختام	
الجلسة التاسعة	التغذية السليمة لمرضى سرطان الثدي	مدخل التغذية السليمة لمرضى سرطان الثدي نشاط تطبيقي تقويم الختام	٩
الجلسة العاشرة	التوعية المبكرة لتقليل فرص الإصابة بسرطان الثدي	مدخل التوعية المبكرة لتقليل فرص الإصابة بسرطان الثدي نشاط تطبيقي تقويم الختام	١٠

إعداد أدوات البحث

أولاً: اختبار المفاهيم العلمية

قامت الباحثة بإعداد اختبار لقياس مدى فهم الطالبات للمفاهيم الصحية في الوحدة المقترحة .

الهدف من الاختبار :

- أعدت الباحثة اختباراً لتحديد مستوى الفهم المعرفي للتعرف على فعالية وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي في تنمية المفاهيم الصحية لدى طالبات كليات التربية.
- تحديد أبعاد الاختبار : صيغت مفردات الاختبار من نمط الاختيار من متعدد ذي البدائل الأربعة، وتكون الاختبار من ٤٠ مفردة.
- تم صياغة تعليمات الاختبار بحث تكون واضحة وتم إعداد نموذج الإجابة للاختبار ومفتاح التصحيح.
- إجراء الدراسة الاستطلاعية للاختبار : تم إجراؤها على مجموعة من طالبات الفرقة الرابعة كلية التربية ، شعبة الطفولة المقيدون في العام الجامعي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ ، مكونة من (٣٥) طالبة وذلك لحساب ما يأتي :

أولاً : صدق الاختبار:

من أجل التأكد من ذلك فقد أمكن الاستدلال على ذلك من خلال صدق المحكمين، وذلك بعرضها على لجنة من الخبراء المتخصصين، وكذلك الصدق التمييزي، وأيضاً صدق الاتساق الداخلي، وفيما يلي توضيح لذلك :

أ. صدق المحكمين (الصدق الظاهري) :

قامت الباحثة بعرض الاختبار في صورته الأولية على مجموعة من المتخصصين في مجال المناهج وطرق التدريس ومعلمي وموجهي العلوم؛ وذلك لإبداء الرأي حول مدى ارتباط المفردات بالهدف من الاختبار وذلك وفقاً لبديلين (مرتبطة / غير مرتبطة)، ومدى انتماء المفردات للأبعاد التابعة لها وذلك وفقاً لبديلين (منتمية / غير منتمية)، ومدى مناسبة المفردات لمستوى الطالبات وفقاً لبديلين (مناسبة/ غير مناسبة)، ومدى دقة صياغة المفردات علمياً ولغوياً (دقيقة/ غير دقيقة)، واقتراح التعديل بما يروونه مناسباً سواء بالحذف أو بالإضافة، وبناءً على أرائهم قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي اتفق عليها المحكمين، وقد استبقت الباحثة على المفردات التي اتفق على صلاحيتها السادة المحكمين بنسبة (٨٠.٠٠%) فأكثر، وفيما يلي جدول (٢) يوضح نسب اتفاق المحكمين على الاختبار وما يتضمنه من أبعاد:

جدول (٢) نسب الاتفاق بين المحكمين على اختبار المفاهيم الصحية لدى طالبات

كليات التربية

م	الأبعاد	نسب الاتفاق
١	التذكر	٩١.٨٢%
٢	الفهم	٩٣.٦٤%
نسبة الاتفاق على الاختبار ككل		٩٢.٧٣%

وبناءً على الملاحظات التي أبدتها المحكمين فقد تم الإبقاء على جميع المفردات الواردة بالاختبار، والتي أجمع عليها الخبراء بأنها مناسبة لقياس المفاهيم الصحية لدى طالبات كليات التربية ، وقد بلغت نسبة الاتفاق على الاختبار ككل (٩٢.٧٣%) وهي نسبة مرتفعة تدل على صلاحية الاختبار وذلك بعد إجراء التعديلات التي أشار إليها المحكمين والتي تضمنت تعديل في صياغة بعض مفردات الاختبار.

ب.الصدق التمييزي : تم ترتيب الدرجات الكلية للاختبار ترتيباً تنازلياً ، وأخذ أعلى وأدنى ٢٧% من الدرجات؛ لتمثل مجموعة أعلى ٢٧% الطالبات المرتفعات في مستوى الاختبار، وتمثل مجموعة أدنى ٢٧% من الدرجات الطالبات المنخفضات في مستوى الاختبار، وذلك باستخدام اختبار مان وتيني Mann-Whitney في المقارنة بين رتب المتوسطات لمعرفة معاملات التمييز بين الطالبات ذوي المستويين المرتفع والمنخفض في الاختبار كما هو موضح بالجدول التالي (٣):

جدول (٣) دلالة الفروق بين رتب المجموعات الطرفية (الأربعاء الأعلى، والأربعاء

الأدنى) في اختبار المفاهيم الصحية لدي طالبات كليات التربية

المتغير	مجموعة الأربعة الأعلى (مرتفعي الدرجات) ن = ٩		مجموعة الأربعة الأدنى (منخفضي الدرجات) ن = ٩		قيمة)U(قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب				
المفاهيم الصحية	١٤.٠٠	١٢٦.٠٠	٥.٠٠	٤٥.٠٠	٠.٠٠٠	٤٥.٠٠٠	٣.٦٩٠-	دالة عند مستوى (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٣):

أنه يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوي (٠.٠٥) بين متوسطات رتب مجموعة الأربعة الأعلى ومتوسطات رتب مجموعة الأربعة الأدنى في اختبار المفاهيم الصحية لدي طالبات كليات التربية ؛ كما أن قيمة (U) دالة عند مستوى (٠.٠٥) ؛ مما يدل على الصدق التمييزي للاختبار، وهذا يعني تمتع الاختبار بدرجة عالية من الصدق.

ج.صدق الاتساق الداخلي :

تم التحقق من الاتساق الداخلي لاختبار المفاهيم الصحية من خلال التطبيق الذي تم للاختبار على العينة الاستطلاعية من طالبات كليات التربية ، وذلك كما يلي:

(١) حساب معاملات الارتباط بين مفردات الاختبار والدرجة الكلية للأبعاد التابعة لها :

تم حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة والبعد الرئيس التابع لها، وذلك كما

بالجدول التالي (٤) :

جدول (٤) معاملات الارتباط بين مفردات اختبار المفاهيم الصحية لدي طالبات كليات

التربية والدرجة الكلية للأبعاد الرئيسة التابعة لها

الفهم				التذكر			
معامل ارتباط المفردة بالبعد	المفردة	معامل ارتباط المفردة بالبعد	المفردة	معامل ارتباط المفردة بالبعد	المفردة	معامل ارتباط المفردة بالبعد	المفردة
**٠.٨٤٧	١١	**٠.٨٥٥	١	**٠.٨٠٩	١١	**٠.٨٠٠	١
**٠.٨١٠	١٢	**٠.٧١٩	٢	**٠.٧١١	١٢	**٠.٧١٦	٢
**٠.٨٢٦	١٣	**٠.٦٥٨	٣	**٠.٨٠٠	١٣	**٠.٧٧٧	٣
**٠.٨٥٥	١٤	**٠.٦٠١	٤	**٠.٧١٣	١٤	*٠.٣٣٠	٤
**٠.٨٠٩	١٥	**٠.٨٠٣	٥	**٠.٦٥٨	١٥	**٠.٨٠١	٥
**٠.٤٧٧	١٦	**٠.٥٥٨	٦	*٠.٣٢٧	١٦	**٠.٧٤٨	٦
**٠.٦٨٤	١٧	**٠.٨١٠	٧	*٠.٣٣٠	١٧	**٠.٤٩٢	٧
**٠.٨١٥	١٨	**٠.٨٤٥	٨	**٠.٧١١	١٨	**٠.٨٠٠	٨
**٠.٨٥٠	١٩	*٠.٣٢٧	٩	**٠.٦٥٩	١٩	**٠.٨٥٥	٩
**٠.٨٥٥	٢٠	**٠.٧٧١	١٠	**٠.٧١٨	٢٠	**٠.٧٢٩	١٠

* دالة عند مستوى (٠.٠٥)

** دالة عند مستوى (٠.٠١)

ينضح من الجدول السابق (٤) أن معاملات الارتباط بين مفردات الاختبار والدرجة

الكلية للبعد التابع لها تراوحت ما بين (٠.٣٢٧) ، و(٠.٨٥٥) وجميعها دالة إحصائية

عند مستوى (٠.٠١) ومستوى (٠.٠٥).

(٢) حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد رئيس والدرجة الكلية للاختبار :

تم حساب معاملات الارتباط بين كل بعد رئيس والدرجة الكلية للاختبار ككل، وذلك كما

بالجدول التالي (٥):

جدول (٥) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد رئيس من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية لدى طالبات كليات التربية والدرجة الكلية للاختبار

معامل الارتباط	الأبعاد
**٠.٩٧٦	التذكر
**٠.٩٧٤	الفهم

** دالة عند مستوى (٠.٠٠١)

يتضح من الجدول السابق (٥) أن معاملات الارتباط بين أبعاد الاختبار الرئيسة والدرجة الكلية للاختبار ككل تراوحت ما بين (٠.٩٧٤) ، و(٠.٩٧٦) وجميعها دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠١).

يتضح من الجدولين السابقين (٤) (٥) أن معاملات الارتباطات بين المفردات والدرجة الكلية للأبعاد الرئيسة وكذلك بين الدرجة الكلية لكل بعد رئيس والدرجة الكلية للاختبار جميعها دالة إحصائية؛ وهذا يدل على ترابط وتماسك المفردات والأبعاد الرئيسة والدرجة الكلية للاختبار مما يدل على أن الاختبار يتمتع باتساق داخلي.

ثانياً : ثبات الاختبار

تم حساب ثبات الاختبار بعدة طرق وهي: معامل ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية، وذلك كما يلي :

أ. **معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha (α))** : استخدمت الباحثة هذه الطريقة في حساب ثبات الاختبار وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٣٥) طالبة من نفس مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة الأساسية، ويوضح الجدول (٦) معاملات الثبات لكل بعد من أبعاد الاختبار وكذلك الدرجة الكلية باستخدام معامل ألفا كرونباخ، كما يلي:

جدول (٦) قيم معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد اختبار

المفاهيم الصحية وللإختبار ككل

معامل ألفا كرونباخ	عدد المفردات	الأبعاد
٠.٨١١	٢٠	التذكر
٠.٧٩٨	٢٠	الفهم
٠.٨٣٦	٤٠	الاختبار ككل

وتدل هذه القيم على أن الاختبار يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات لقياس المفاهيم الصحية لدى طالبات كليات التربية.

ب. التجزئة النصفية **Split Half**: كما تم حساب معامل ثبات الاختبار بطريقة التجزئة النصفية، إذ تم تفريغ درجات العينة الاستطلاعية، ثم قسمت الدرجات في الاختبار ككل إلى نصفين، وتم بعد ذلك تم استخراج معاملات الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات النصفين، ثم تصحيحها باستخدام معادلة (سبيرمان - براون)، كما هو موضح في الجدول (٧):

جدول (٧) قيم معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لاختبار المفاهيم الصحية لدى

طالبات كليات التربية

الاختبار	عدد المفردات	الثبات باستخدام معامل بيرسون	معامل الثبات بعد التصحيح (سبيرمان - براون)
اختبار المفاهيم الصحية لدى طالبات كليات التربية.	٤٠	٠.٧٩١	٠.٨٦٩

وتدل هذه القيم على أن الاختبار يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات لقياس المفاهيم الصحية لدى طالبات كليات التربية ، ومن ثم ثبات الاختبار ككل، ويتضح من الجدول أن القيم مناسبة يمكن الوثوق بها وتدل على صلاحية الاختبار للتطبيق.

ثالثا : حساب معامل الصعوبة

قامت الباحثة بحساب معامل صعوبة لكل مفردة من مفردات الاختبار، وجدول (٨)

يبين مؤشر الصعوبة لكل مفردة كما يلي:

جدول (٨) قيم معاملات الصعوبة لمهارات اختبار المفاهيم الصحية لدي طالبات
كليات التربية

المفردة	معامل الصعوبة	المفردة	معامل الصعوبة	المفردة	معامل الصعوبة	المفردة	معامل الصعوبة
١	٠.٥٠	١١	٠.٥٦	٢١	٠.٤٦	٣١	٠.٤٩
٢	٠.٥٥	١٢	٠.٤٦	٢٢	٠.٥٥	٣٢	٠.٥٣
٣	٠.٤٩	١٣	٠.٤٦	٢٣	٠.٥٠	٣٣	٠.٥٠
٤	٠.٥٠	١٤	٠.٥٣	٢٤	٠.٤٩	٣٤	٠.٥٥
٥	٠.٥٣	١٥	٠.٥١	٢٥	٠.٤٦	٣٥	٠.٤٩
٦	٠.٥٩	١٦	٠.٥٠	٢٦	٠.٥١	٣٦	٠.٥٢
٧	٠.٥٥	١٧	٠.٤٧	٢٧	٠.٤٩	٣٧	٠.٥٥
٨	٠.٤٨	١٨	٠.٤٩	٢٨	٠.٥٠	٣٨	٠.٤٩
٩	٠.٥٠	١٩	٠.٥٣	٢٩	٠.٥١	٣٩	٠.٤٦
١٠	٠.٥٨	٢٠	٠.٤٩	٣٠	٠.٤٦	٤٠	٠.٥٨

يتضح من الجدول السابق (٨) أن معاملات الصعوبة قد تراوحت بين (٠.٤٦ - ٠.٥٩)، وهي معاملات صعوبة جيدة، كما بلغ معامل صعوبة الاختبار ككل (٠.٥١) ومن ثم تشير تلك النتائج إلي صلاحية الاختبار للاستخدام.

رابعا : حساب معامل التمييز

قامت الباحثة بحساب معامل التمييز لكل مفردة من مفردات الاختبار ، وجدول ()
يبين مؤشر تمييز المفردات كما يلي:

جدول (٩) قيم معاملات التمييز لمهارات اختبار المفاهيم الصحية
لدى طالبات كليات التربية

المفردة	معامل التمييز	المفردة	معامل التمييز	المفردة	معامل التمييز	المفردة	معامل التمييز
١	٠.٦٠	١١	٠.٥٥	٢١	٠.٥٤	٣١	٠.٦١
٢	٠.٥٨	١٢	٠.٦٠	٢٢	٠.٦٠	٣٢	٠.٥٤
٣	٠.٥١	١٣	٠.٦١	٢٣	٠.٥٥	٣٣	٠.٥٢
٤	٠.٥٣	١٤	٠.٥٣	٢٤	٠.٦٠	٣٤	٠.٥٠
٥	٠.٥٢	١٥	٠.٥٨	٢٥	٠.٥٨	٣٥	٠.٥٥
٦	٠.٦١	١٦	٠.٦٠	٢٦	٠.٦١	٣٦	٠.٥٠
٧	٠.٦١	١٧	٠.٥٠	٢٧	٠.٦٠	٣٧	٠.٦١
٨	٠.٦٠	١٨	٠.٥٢	٢٨	٠.٥٧	٣٨	٠.٥٢
٩	٠.٥٢	١٩	٠.٥٠	٢٩	٠.٥٠	٣٩	٠.٥٧
١٠	٠.٥٧	٢٠	٠.٦٠	٣٠	٠.٥٣	٤٠	٠.٥٥

من خلال الجدول السابق (٩) يتضح أن قيم تمييز مفردات الاختبار تراوحت بين (٠.٥٠ - ٠.٦١) وهي قيم مقبولة تدل على قدرة المفردات على التمييز بين الطالبات، ومن ثم تم الخروج بالاختبار في صورته النهائية بعد التعديلات، هذا وقد بلغ معامل تمييز الاختبار ككل (٠.٥٦)، ومن ثم تشير تلك النتائج إلى صلاحية الاختبار للاستخدام.
ثانياً: مقياس اليقظة العقلية:

أعدت الباحثة مقياس لليقظة العقلية وتم تطويره، بواسطة بعد الاطلاع على عدة مقاييس قننها باحثين لقياس اليقظة العقلية ومنهم (سيد، ٢٠٢١) بأبعاده الخمسة و(جوهر، ٢٠٢٢)، (عبد الرقيب أحمد إبراهيم بحيري) & أحمد علي محمود عام (٢٠١٤) والصادر في مجلة الإرشاد النفسي العدد ٣٩ ص ١٦٦:١١٩ ليتناسب مع متغيرات الدراسة وموضوعها (سرطان الثدي)

الهدف من المقياس :

يهدف هذا المقياس إلى قياس مدى نمو أبعاد اليقظة العقلية لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية، شعبة رياض الأطفال.

- صياغة عبارات المقياس

-تحديد أبعاد المقياس : تم تحديد أبعاد المقياس من خمسة أبعاد شملت (الملاحظة، الوصف، التصرف الواعي، عدم الحكم علي الخبرات الداخلية، عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية)

-إعداد جدول مواصفات مقياس اليقظة العقلية:تم إعداد مقياس اليقظة العقلية وتوزيع المفردات علي أبعاد المقياس كما هو موضح في الجدول التالي :

جدول (١٠) أبعاد مقياس اليقظة العقلية

عدد العبارات	ارقام العبارات	ابعاد مقياس اليقظة العقلية
٨		الملاحظة.
٧		الوصف.
٨		التصرف الواعي.
٨		عدم الحكم على الخبرات الداخلية.
٧		عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية.

صياغة التعليمات لمقياس اليقظة العقلية: قامت الباحثة بصياغة تعليمات المقياس وروعي فيها الوضوح والدقة والسهولة وتحديد التعليمات وعدد المفردات وطريقة الإجابة في ورقة الإجابة المخصصة، وتم اتباع أسلوب ليكارت ذي البدائل الخمسة (أوافق بشدة، أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة).

▪ التجربة الاستطلاعية للمقياس اليقظة العقلية :

تم تطبيق المقياس علي عينة استطلاعية (٣٥) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة شعبة طفولة، وبعد الانتهاء من التطبيق تم تصحيح المقياس ورصد الدرجات تمهيداً للضبط الإحصائي للمقياس .

الخصائص السيكومترية للمقياس اليقظة العقلية لدي طالبات كليات التربية :

قامت الباحثة بالتحقق من توافر الشروط السيكمترية (الصدق - الثبات) للمقياس كالاتي:

أولاً : صدق المقياس:

من أجل التأكد من ذلك فقد أمكن الاستدلال على ذلك من خلال صدق المحكمين، وذلك بعرضها على لجنة من الخبراء المتخصصين، وكذلك الصدق التمييزي، وأيضا صدق الاتساق الداخلي، وفيما يلي توضيح لذلك :

أ.صدق المحكمين (الصدق الظاهري) :

قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المتخصصين في مجال المناهج وطرق التدريس ومعلمي وموجهي العلوم؛ وذلك لإبداء الرأي حول مدى ارتباط العبارات بالهدف من المقياس وذلك وفقاً لبديلين (مرتبطة / غير مرتبطة)، ومدى انتماء العبارات للأبعاد التابعة لها وذلك وفقاً لبديلين (منتمية / غير منتمية)، ومدى مناسبة العبارات لمستوى الطالبات وفقاً لبديلين (مناسبة/ غير مناسبة)، ومدى دقة صياغة العبارات علمياً ولغوياً (دقيقة/ غير دقيقة)، واقتراح التعديل بما يروونه مناسباً سواء بالحذف أو بالإضافة، وبناءً على آرائهم قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي اتفق عليها المحكمين، وقد استبقت الباحثة على العبارات التي اتفق على صلاحيتها السادة المحكمين بنسبة (٨٠.٠٠%) فأكثر، وفيما يلي جدول (١١) يوضح نسب اتفاق المحكمين على المقياس وما يتضمنه من أبعاد:

جدول (١١) نسب الاتفاق بين المحكمين على مقياس اليقظة العقلية
لدى طالبات كليات التربية

م	الأبعاد	نسب الاتفاق
١	الملاحظة.	٩٢.٠٥%
٢	الوصف.	٨٧.٠١%
٣	التصرف بوعي.	٨٩.٧٧%
٤	عدم الحكم على الخبرات الداخلية.	٩٣.١٨%
٥	عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية.	٨٩.٦١%
نسبة الاتفاق على المقياس ككل		٩٠.٣٢%

وبناءً على الملاحظات التي أبدتها المحكمين فقد تم الإبقاء على جميع العبارات الواردة بالمقياس، والتي أجمع عليها الخبراء بأنها مناسبة لقياس اليقظة العقلية لدي طالبات كليات التربية، وقد بلغت نسبة الاتفاق على المقياس ككل (٩٠.٣٢%)، وهي نسبة مرتفعة تدل على صلاحية المقياس وذلك بعد إجراء التعديلات التي أشار إليها المحكمين والتي تضمنت تعديل في صياغة بعض عبارات المقياس.

ب. **الصدق التمييزي** : تم ترتيب الدرجات الكلية للمقياس ترتيباً تنازلياً، وأخذ أعلى وأدنى ٢٧% من الدرجات؛ لتمثل مجموعة أعلى ٢٧% الطالبات المرتفعت في مستوى المقياس، وتمثل مجموعة أدنى ٢٧% من الدرجات الطالبات المنخفضات في مستوى المقياس، وذلك باستخدام اختبار مان وتيني Mann-Whitney في المقارنة بين رتب المتوسطات لمعرفة معاملات التمييز بين الطالبات ذوي المستويين المرتفع والمنخفض في مقياس اليقظة العقلية كما هو موضح بالجدول التالي (١٢)

جدول (١٢) دلالة الفروق بين رتب المجموعات الطرفية (الأربعاء الأعلى، والأربعاء الأدنى) في مقياس اليقظة العقلية لدي طالبات كليات التربية

المتغير	مجموعة الأربعة الأعلى (مرتفعي الدرجات) ن = ٩		مجموعة الأربعة الأدنى (منخفضي الدرجات) ن = ٩		قيمة)U(قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب				
اليقظة العقلية	١٤.٠٠	١٢٦.٠٠	٥.٠٠	٤٥.٠٠	٠.٠٠٠	٤٥.٠٠٠	٣.٥٩٧-	دالة عند مستوى (٠.٠٥)

يتضح من جدول (١٢):

أنه يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوي (٠.٠٥) بين متوسطات رتب مجموعة الأربعة الأعلى ومتوسطات رتب مجموعة الأربعة الأدنى في مقياس اليقظة العقلية لدي طالبات كليات التربية؛ كما أن قيمة (U) دالة عند مستوى (٠.٠٥)؛ مما يدل على الصدق التمييزي للمقياس، وهذا يعني تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق.

ج. صدق الاتساق الداخلي :

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس اليقظة العقلية من خلال التطبيق الذي تم للاختبار على العينة الاستطلاعية من طالبات كليات التربية ، وذلك كما يلي:

(٣) حساب معاملات الارتباط بين عبارات المقياس والدرجة الكلية للأبعاد التابعة لها :

تم حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد الرئيس التابع لها، وذلك كما بالجدول التالي (١٣):

جدول (١٣) معاملات الارتباط بين عبارات مقياس اليقظة العقلية لدي طالبات كليات

التربية والدرجة الكلية للأبعاد الرئيسة التابعة لها

عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية		عدم الحكم على الخبرات الداخلية		التصرف بوعي		الوصف		الملاحظة	
معامل ارتباط العبارة بالبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالبعد	العبارة	معامل ارتباط العبارة بالبعد	العبارة
**٠.٨٠٩	١	**٠.٧٥٩	١	**٠.٨١١	١	*٠.٣٠٧	١	**٠.٤٩٠	١
**٠.٦٨٨	٢	*٠.٣٠٨	٢	*٠.٣٠٧	٢	**٠.٨٢٠	٢	**٠.٨١٠	٢
**٠.٧١٠	٣	**٠.٨٢٢	٣	**٠.٤٩٦	٣	**٠.٧٤٩	٣	**٠.٨٠٠	٣
**٠.٥٥٨	٤	**٠.٨١٧	٤	**٠.٧٧١	٤	**٠.٧١١	٤	**٠.٦٨٩	٤
**٠.٧١٨	٥	**٠.٧١٣	٥	**٠.٨٠١	٥	**٠.٨٢٥	٥	**٠.٧٧٥	٥
**٠.٨١٢	٦	**٠.٨٠٥	٦	**٠.٨٢٥	٦	**٠.٧١٩	٦	**٠.٨٠٥	٦
**٠.٨٢٣	٧	**٠.٨٢١	٧	**٠.٥٨٨	٧	**٠.٨٠٣	٧	*٠.٣١٠	٧
		**٠.٨٢٥	٨	**٠.٨٠٠	٨			**٠.٨١٦	٨

* دالة عند مستوى (٠.٠٥)

** دالة عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من جدول (١٣) أن معاملات الارتباط بين عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد التابع لها تراوحت ما بين (٠.٣٠٧) ، و(٠.٨٢٥) وجميعها دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) ومستوى (٠.٠٥).

٤) حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد رئيس والدرجة الكلية للمقياس :
تم حساب معاملات الارتباط بين كل بعد رئيس والدرجة الكلية للمقياس ككل، وذلك كما
بالجدول التالي (١٤):

جدول (١٤) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد رئيس من أبعاد مقياس اليقظة
العقلية لذي طالبات كليات التربية والدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	معامل الارتباط
الملاحظة.	٠.٩٩٠**
الوصف.	٠.٩٨٩**
التصرف بوعي.	٠.٩٩٠**
عدم الحكم على الخبرات الداخلية.	٠.٩٩٣**
عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية.	٠.٩٨٣**

* دالة عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من الجدول السابق (١٤) أن معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس الرئيسة
والدرجة الكلية للمقياس ككل تراوحت ما بين (٠.٩٨٣) ، و(٠.٩٩٣) وجميعها دالة
إحصائية عند مستوى (٠.٠١).

يتضح من الجدولين السابقين (١٣) (١٤) أن معاملات الارتباطات بين العبارات
والدرجة الكلية للأبعاد الرئيسة وكذلك بين الدرجة الكلية لكل بعد رئيس والدرجة الكلية
للمقياس جميعها دالة إحصائياً؛ وهذا يدل على ترابط وتماسك العبارات والأبعاد الرئيسة
والدرجة الكلية للمقياس مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلي.

ثانياً : ثبات المقياس

تم حساب ثبات المقياس بعدة طرق وهي: معامل الفا كرونباخ، والتجزئة النصفية،
وذلك كما يلي :

أ.معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha (α)): استخدمت الباحثة هذه الطريقة
في حساب ثبات المقياس، وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٣٥) طالبة من نفس مجتمع
الدراسة ومن خارج عينة الدراسة الأساسية، ويوضح الجدول (١٥) معاملات الثبات لكل
بعد من أبعاد المقياس وكذلك الدرجة الكلية باستخدام معامل ألفا كرونباخ، كما يلي:

جدول (١٥) قيم معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية وللمقياس ككل

الأبعاد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
الملاحظة.	٨	٠.٧٧٦
الوصف.	٧	٠.٨٢٥
التصرف بوعي.	٨	٠.٨١٠
عدم الحكم على الخبرات الداخلية.	٨	٠.٧٩٥
عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية.	٧	٠.٨٠٦
المقياس ككل	٣٨	٠.٨٤٩

وتدل هذه القيم على أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات لقياس اليقظة

العقلية لدي طالبات كليات التربية.

ب. التجزئة النصفية **Split Half**: كما تم حساب معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، إذ تم تفرغ درجات العينة الاستطلاعية، ثم قسمت الدرجات في المقياس ككل إلى نصفين، وتم بعد ذلك تم استخراج معاملات الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات النصفين، ثم تصحيحها باستخدام معادلة (سبيرمان - براون)، كما هو موضح في الجدول (١٦):

جدول (١٦) قيم معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس اليقظة العقلية لدي

طالبات كليات التربية

المقياس	عدد العبارات	الثبات باستخدام معامل بيرسون	معامل الثبات بعد التصحيح (سبيرمان - براون)
مقياس اليقظة العقلية لدي طالبات كليات التربية.	٣٨	٠.٨١٣	٠.٨٨٠

وتدل هذه القيم على أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات لقياس اليقظة

العقلية لدي طالبات كليات التربية ، ومن ثم ثبات المقياس ككل، ويتضح من الجدول أن القيم مناسبة يمكن الوثوق بها وتدل على صلاحية المقياس للتطبيق.

إعداد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري

الهدف من المقياس:

تم الاطلاع علي الدراسات السابقة التي قامت بإعداد مقاييس الاتجاهات الصحية (حنان حسن أحمد (٢٠٠٧)، (الرنيتيسي، ٢٠١٩).

- يهدف مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري لمرض السرطان تحديد اتجاهات طالبات كلية التربية شعبة الطفولة الفرقة الرابعة نحو الفحص الدوري لسرطان الثدي. حيث يتكون المقياس من (٤٠) عبارة بعد الاتجاهات المعرفية (١٠) عبارات . بعد الاتجاهات الوجدانية ، والبعد الثاني وشمل الاتجاهات الوجدانية وتكون من عدد (١٠) عبارات، والبعد الثالث احتوى على الاتجاهات السلوكية وضم عدد (١٠) عبارات، والبعد الرابع الاتجاهات الانفعالية وضم عدد (١٠) عبارات.

ولقد قامت الباحثة بوضع تدرج خماسي بحيث تكون الاستجابة لكل عبارة هي (موافق بشدة / موافق / محايد/ غير موافق / غير موافق بشدة).

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتجاه نحو الفحص لدي طالبات كليات التربية:

قامت الباحثة بالتحقق من توافر الشروط السيكومترية (الصدق - الثبات) للمقياس

كالآتي:

أولاً : صدق المقياس:

من أجل التأكد من ذلك فقد أمكن الاستدلال على ذلك من خلال صدق المحكمين وذلك بعرضها على لجنة من الخبراء المتخصصين، وكذلك الصدق التمييزي، وأيضاً صدق الاتساق الداخلي، وفيما يلي توضيح لذلك :

أ. صدق المحكمين (الصدق الظاهري) :

قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المتخصصين في مجال المناهج وطرق التدريس ومعلمي وموجهي العلوم؛ وذلك لإبداء الرأي حول مدى ارتباط العبارات بالهدف من المقياس وذلك وفقاً لبديلين (مرتبطة / غير مرتبطة)، ومدى انتماء العبارات للأبعاد التابعة لها وذلك وفقاً لبديلين (منتمية / غير منتمية)، ومدى مناسبة العبارات لمستوى الطالبات وفقاً لبديلين (مناسبة/ غير مناسبة)، ومدى دقة صياغة العبارات علمياً ولغوياً (دقيقة/ غير دقيقة)، واقتراح التعديل بما يروونه مناسباً سواء بالحذف

أو بالإضافة، وبناءً على آرائهم قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي اتفق عليها المحكمين، وقد استبقت الباحثة على العبارات التي اتفق على صلاحيتها السادة المحكمين بنسبة (٨٠.٠٠%) فأكثر، وفيما يلي جدول (١٧) يوضح نسب اتفاق المحكمين على المقياس وما يتضمنه من أبعاد:

جدول (١٧) نسب الاتفاق بين المحكمين على مقياس الاتجاه نحو الفحص لدي طالبات كليات التربية

م	الأبعاد	نسب الاتفاق
١	الاتجاهات المعرفية	%٩١.٨٢
٢	الاتجاهات الوجدانية	%٩٠.٩١
٣	الاتجاهات السلوكية	%٩٣.٦٤
٤	الاتجاهات الانفعالية	%٧٧.٠٢
نسبة الاتفاق على المقياس ككل		%٨٨.٣٥

وبناءً على الملاحظات التي أبدتها المحكمين فقد تم الإبقاء على جميع العبارات الواردة بالمقياس والتي أجمع عليها الخبراء بأنها مناسبة لقياس الاتجاه نحو الفحص لدي طالبات كليات التربية، فيما عدا عبارات بعد الاتجاهات الانفعالية التي لم تصل الى نسبة (٨٠.٠٠%)، ولذلك فقد تم رفض ذلك البعد واستبعاد عباراته، وبذلك فقد بلغت نسبة الاتفاق على المقياس ككل بعد استبعاد بعد الاتجاهات الانفعالية (٩٢.١٢%)، وهي نسبة مرتفعة تدل على صلاحية المقياس وذلك بعد إجراء التعديلات التي أشار إليها المحكمين، والتي تضمنت تعديل في صياغة بعض عبارات المقياس.

ب. الصدق التمييزي : تم ترتيب الدرجات الكلية للمقياس ترتيباً تنازلياً ، وأخذ أعلى وأدنى ٢٧% من الدرجات؛ لتمثل مجموعة أعلى ٢٧% الطالبات المرتفعات في مستوى المقياس، وتمثل مجموعة أدنى ٢٧% من الدرجات الطالبات المنخفضات في مستوى المقياس، وذلك باستخدام اختبار مان وتيني Mann-Whitney في المقارنة بين رتب المتوسطات لمعرفة معاملات التمييز بين الطالبات ذوي المستويين المرتفع والمنخفض في مقياس الاتجاه نحو الفحص كما هو موضح بالجدول التالي (١٨)

جدول (١٨) دلالة الفروق بين رتب المجموعات الطرفية (الأربعاء الأعلى، والأربعاء الأدنى) في مقياس الاتجاه نحو الفحص لدي طالبات كليات التربية.

المتغير	مجموعة الأرباعي الأعلى (مرتفعي الدرجات) ن = ٩		مجموعة الأرباعي الأدنى (منخفضي الدرجات) ن = ٩		قيمة (U)	قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب				
الاتجاه نحو الفحص	١٤.٠٠	١٢٦.٠٠	٥.٠٠	٤٥.٠٠	٠.٠٠٠	٤٥.٠٠٠	٣.٦٢٥-	دالة عند مستوى (٠.٠٥)

يتضح من الجدول السابق (١٨)

أنه يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوي (٠.٠٥) بين متوسطات رتب مجموعة الأرباعي الأعلى ومتوسطات رتب مجموعة الأرباعي الأدنى في مقياس الاتجاه نحو الفحص لدي طالبات كليات التربية ؛ كما أن قيمة (U) دالة عند مستوى (٠.٠٥) ؛ مما يدل على الصدق التمييزي للمقياس، وهذا يعني تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق.

ج.صدق الاتساق الداخلي :

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس الاتجاه نحو الفحص من خلال التطبيق الذي تم للاختبار على العينة الاستطلاعية من طالبات كليات التربية ، وذلك كما يلي:

(٥) حساب معاملات الارتباط بين عبارات المقياس والدرجة الكلية للأبعاد التابعة لها:

تم حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد الرئيس التابع لها، وذلك كما بالجدول التالي (١٩):

جدول (١٩) معاملات الارتباط بين عبارات مقياس الاتجاه نحو الفحص لدي طالبات

كليات التربية والدرجة الكلية للأبعاد الرئيسة التابعة لها

الاتجاهات السلوكية		الاتجاهات الوجدانية		الاتجاهات المعرفية	
**٠.٨٣٣	١	**٠.٤٨٥	١	**٠.٥٢٢	١
**٠.٨٣٦	٢	**٠.٨٢٦	٢	**٠.٨٠٠	٢
**٠.٤٨٩	٣	**٠.٧١٤	٣	**٠.٧١٩	٣
**٠.٧١٠	٤	**٠.٨١٣	٤	**٠.٥٢٩	٤
**٠.٥٠٦	٥	**٠.٨٠٥	٥	**٠.٨١٢	٥
**٠.٧٨٨	٦	**٠.٧٧٩	٦	**٠.٨٣٠	٦
**٠.٤٩٦	٧	**٠.٨٢٦	٧	**٠.٨٢٢	٧
**٠.٥٦٣	٨	**٠.٨٣٠	٨	**٠.٨٣٥	٨
**٠.٧١٨	٩	**٠.٧١٩	٩	**٠.٥٠٠	٩
**٠.٨٣٢	١٠	**٠.٦٧٨	١٠	**٠.٨٠٧	١٠

** دالة عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من الجدول السابق (١٩) أن معاملات الارتباط بين عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد التابع لها تراوحت ما بين (٠.٤٨٥) ، و(٠.٨٣٦) وجميعها دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) ومستوى (٠.٠٥).

(٦) حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد رئيس والدرجة الكلية للمقياس:

تم حساب معاملات الارتباط بين كل بعد رئيس والدرجة الكلية للمقياس ككل، وذلك كما بالجدول التالي (٢٠):

جدول (٢٠) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد رئيس من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص لدي طالبات كليات التربية والدرجة الكلية للمقياس.

معامل الارتباط	الأبعاد
**٠.٩٧٦	الاتجاهات المعرفية
**٠.٩٦٩	الاتجاهات الوجدانية
**٠.٩٨٣	الاتجاهات السلوكية

** دالة عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من جدول (٢٠) أن معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس الرئيسة والدرجة الكلية للمقياس ككل تراوحت ما بين (٠.٩٦٩) ، و (٠.٩٨٣) وجميعها دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١).

يتضح من الجدولين السابقين (١٩) (٢٠) أن معاملات الارتباطات بين العبارات والدرجة الكلية للأبعاد الرئيسة وكذلك بين الدرجة الكلية لكل بعد رئيس والدرجة الكلية للمقياس جميعها دالة إحصائية؛ وهذا يدل على ترابط وتماسك العبارات والأبعاد الرئيسة والدرجة الكلية للمقياس مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلي.

ثانياً : ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بعدة طرق وهي: معامل ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية، وذلك كما يلي:

أ.معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha (α)): استخدمت الباحثة هذه الطريقة في حساب ثبات المقياس وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٣٥) طالبة من نفس مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة الأساسية، ويوضح الجدول (٢١) معاملات الثبات لكل بعد من أبعاد المقياس وكذلك الدرجة الكلية باستخدام معامل ألفا كرونباخ، كما يلي جدول (٢١) قيم معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص والمقياس ككل.

الأبعاد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
الاتجاهات المعرفية	١٠	٠.٨١٨
الاتجاهات الوجدانية	١٠	٠.٨٢٩
الاتجاهات السلوكية	١٠	٠.٨٠٤
المقياس ككل	٣٠	٠.٨٦٥

وتدل هذه القيم على أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات لقياس الاتجاه نحو الفحص لدي طالبات كليات التربية.

ب.التجزئة النصفية Split Half: كما تم حساب معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، إذ تم تفرغ درجات العينة الاستطلاعية، ثم قسمت الدرجات في المقياس ككل إلى نصفين، وتم بعد ذلك تم استخراج معاملات الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات

النصفين، ثم تصحيحها باستخدام معادلة (سبيرمان - براون)، كما هو موضح في الجدول (٢٢):

جدول (٢٢) قيم معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الاتجاه نحو الفحص لدي طالبات كليات التربية.

المقياس	عدد العبارات	الثبات باستخدام معامل بيرسون	معامل الثبات بعد التصحيح (سبيرمان - براون)
مقياس الاتجاه نحو الفحص لدي طالبات كليات التربية	٣٠	٠.٨٣٣	٠.٩٠١

وتدل هذه القيم على أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات لقياس الاتجاه نحو الفحص لدي طالبات كليات التربية، ومن ثم ثبات المقياس ككل، ويتضح من الجدول أن القيم مناسبة يمكن الوثوق بها وتدل على صلاحية المقياس للتطبيق.

■ أساليب المعالجة الإحصائية:

تم استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS ver.22 في إجراء التحليلات الإحصائية، والأساليب المستخدمة في هذا البحث هي:

- معادلة كوبر Cooper لإيجاد نسب الاتفاق بين المحكمين على أدوات القياس.
- أسلوب ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لحساب ثبات أدوات القياس.
- معامل ارتباط بيرسون Pearson لتقدير الاتساق الداخلي لأدوات القياس.
- اختبار مان وتيني Mann-Whitney في المقارنة بين رتب المتوسطات لمعرفة معاملات التمييز بين الطالبات ذوي المستويين المرتفع والمنخفض في الاختبار والمقاييس.
- معاملات السهولة والتمييز لاختبار المفاهيم الصحية.
- اختبار "ت" للمجموعات المرتبطة t-test لبحث دلالة الفروق بين درجات التطبيقين القبلي والبعدي لتحديد مقدار النمو في المفاهيم الصحية واليقظة العقلية والاتجاه نحو الفحص، وتم التحقق من دلالتها عن طريق قيمة (ت).
- مقياس حجم التأثير " η^2 " (محمد، ٢٠١٦، ٢٦٧-٢٧٣) لبيان قوة تأثير المعالجة التجريبية على المتغيرات التابعة.

- نسبة الكسب المعدلة لبلاك Blake (عبد الحفيظ ، وآخران ، ٢٠٠٤ ، ٢٣٦) لبيان مدى فاعلية المتغير المستقل على المتغيرات التابعة.
خطوات تنفيذ تجريبه البحث:

قامت الباحثة بالتجربة الاساسيه للبحث والتي استغرقت شهر وقد مرت التجربة الأساسية للبحث بالخطوات التالية:

١- اختيار عينه البحث : تم اختيار عينه البحث من طالبات الفرقة الرابعة شعبة طفولة المقيدات في العام الجامعي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ ، وتم اختيار ٥٠ طالبة تمثلت في عينه البحث الرئيسة.

٢- تطبيق أدوات الدراسة قبلياً:

تم التطبيق القبلي لأدوات البحث المتمثلة في اختبار المفاهيم الصحية ، مقياس اليقظة العقلية، مقياس الاتجاهات نحو الفحص الدوري وذلك عن طريق توزيع الاختبار والمقاييس إلكترونياً، من خلال إرسال الرابط إلى عينه البحث عن طريق التوزيع الإلكتروني وذلك لضمان دقة الإجابات.

٣- تنفيذ تجربة البحث:

بعد الانتهاء من تطبيق أدوات البحث قبلياً تم تنفيذ تجربة وفقاً للخطوات التالية:

أ- تنفيذ لقاء تمهيدي مع الطالبات لتعريفهم بالوحدة الدراسية والهدف منها ومحتواها، وكيفية تنفيذ الانشطة المختلفه فيها، وتحديد مواعيد الجلسات واللقاءات علي برنامج ميكروسوفت تيم .

ب- إجراء جلسات تدريبية علي استخدام منصة ميكروسوفت التفاعلية، وقد استغرق التدريب جلستان كل جلسة تدريبية استغرقت ساعة تدريب.

ج.تطبيق البرنامج وتم تطبيق معادلة جاك جيوجان لحساب نسبة الكسب للتعرف على مدى فعالية الوحدة في تحقيق الفهم المعرفي، وبالتالي تنمية المفاهيم الصحية واليقظة العقلية ومن ثم تم التوصل إلى نتائج الدراسة:

١. كما تم تدريس المقرر عن بعد باستخدام تقنيات التواصل الحديثة، برنامج مايكروسوفت تيمز.

٢. تم إجراء التطبيق البعدي لأدوات البحث (الاختبار المعرفي - مقياس اليقظة العقلية - مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري).

٣. تم رصد النتائج وتحليلها وتفسيرها وتقديم التوصيات والمقترحات.

نتائج البحث ومناقشتها:

يتم - فيما يلي - عرض للنتائج التي أسفرت عنها تجربة البحث الميدانية وذلك من خلال الإجابة عن أسئلة البحث واختبار صحة كل فرض من فروض البحث، ثم تفسير ومناقشة هذه النتائج في ضوء الإطار النظري للبحث والدراسات السابقة

أولا : التحقق من صحة الفرض الأول من فروض البحث:

▪ والذي ينص على أنه : " يوجد فرق دال إحصائي عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية لصالح التطبيق البعدي " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة (ت) لمتوسطين مرتبطين ومدى دلالتها للفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية، وجدول (٢٣) يوضح ذلك :

جدول (٢٣) يبين المتوسطات الحسابية ومتوسط الفرق بين درجات طالبات مجموعة البحث قبل التجريب وبعده، وقيمة " ت " ومستوي دلالتها بين التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية.

الأبعاد	التطبيق	العدد ن	المتوسط الحسابي م	متوسط الفرق بين التطبيقين ف	الانحراف المعياري ع	الانحراف المعياري للفروق ع _ف	درجات الحرية د.ح	ت المحسوبة	الدلالة	قيمة η^2	قيمة d	حجم التأثير
التذكر	القبلي	٥٠	٤.٧٨	١٣.٦٠	٢.٨٠٩	٣.٤٤٠	٤٩	٢٧.٩٥٢	دالة عند مستوى ٠.٠٥	٠.٧٩٦	٣.٩٥٣	كبير
	البعدي	٥٠	١٨.٣٨									
الفهم	القبلي	٥٠	٣.٣٦	١٤.٢٨	٢.٣٦٣	٣.٣١٤	٤٩	٣٠.٤٧١	دالة عند مستوى ٠.٠٥	٠.٨٢٣	٤.٣٠٩	كبير
	البعدي	٥٠	١٧.٦٤									
الاختبار ككل	القبلي	٥٠	٨.١٤	٢٧.٨٨	٣.٨١٢	٤.٩٧٢	٤٩	٣٩.٦٥١	دالة عند مستوى ٠.٠٥	٠.٨٨٧	٥.٦٠٧	كبير
	البعدي	٥٠	٣٦.٠٢									

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) لدرجات حرية (٤٩) = ٢.٠١٠

يتضح من جدول (٢٣) ما يلي:

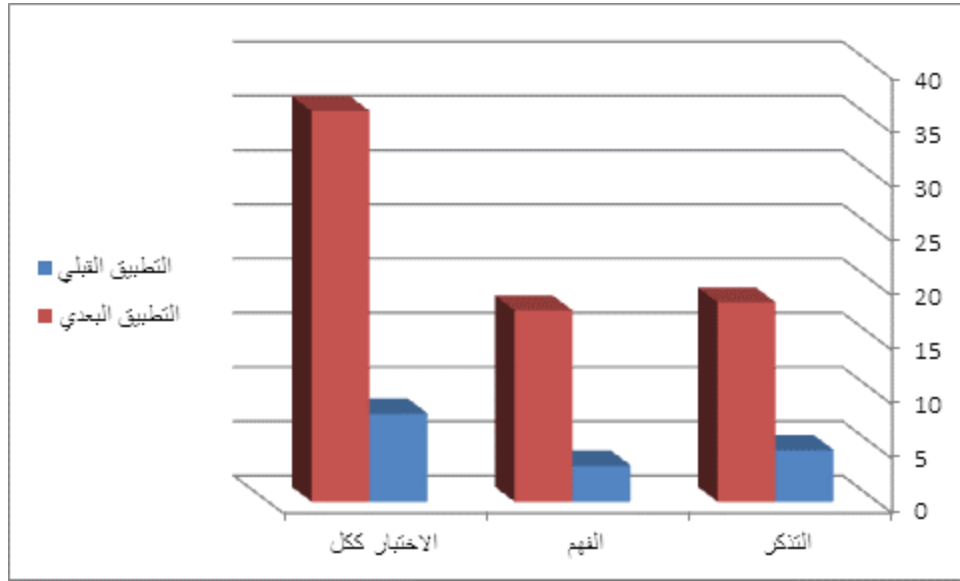
■ ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في كل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية، حيث حصلت الطالبات في التطبيق القبلي على متوسط أقل من التطبيق البعدي، وقيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية، جاءت أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢.٠١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (η^2) "لكل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية " جاءت كبيرة وأشارت الى أن التباين الحادث في مستوى كل بعد من أبعاد اختبار بعد المفاهيم الصحية (المتغير التابع)، يرجع إلى

استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) جاءت كبيرة في كل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل على كل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية.

- ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في اختبار المفاهيم الصحية ككل، حيث حصل الطالبات في التطبيق القبلي على متوسط (٨.١٤) بانحراف معياري قدره (٣.٨١٢)، وفي التطبيق البعدي على متوسط (٣٦.٠٢) بانحراف معياري قدره (٢.٥٢٧)، كما بلغ متوسط الفرق بين التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية ككل (٢٧.٨٨) درجة، وقيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية ككل والتي بلغت (٣٩.٦٥١) أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢.٠١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية ككل لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (η^2) " لاختبار المفاهيم الصحية " هي (٠.٨٨٧) وهذا يعني أن نسبة (٨٨.٧%) من التباين الحادث في مستوى المفاهيم الصحية ككل (المتغير التابع)، يرجع إلى استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) بلغت (٥.٦٠٧) وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل وذلك لأن قيمة (d) أكبر من (٠.٨).

- مما سبق يتضح انه قد حدث نمو واضح ودال في كل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية كل على حدة وككل لدى طالبات مجموعة البحث؛ وذلك نتيجة لاستخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي.

ويعني هذا قبول الفرض الأول من فروض البحث ، كما أنه يشير هذا إلى أنه حدث نمو واضح ودال في أبعاد اختبار المفاهيم الصحية لدى طالبات مجموعة البحث.
- ويمكن التعبير عن هذه النتيجة من خلال الشكل التالي (١) :



شكل (١) يوضح متوسطات الحسابية للتطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية لدى طالبات مجموعة البحث.

وللتحقق من فاعلية الوحدة المقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي تم تطبيق نسبة الكسب المعدلة لبلاك Blake ودلالاتها على المفاهيم الصحية، وقد جاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي (٢٤) :

جدول (٢٤) نسبة الكسب المعدلة لبلاك Blake ودلالاتها على المفاهيم الصحية لدى طالبات مجموعة البحث.

المتغير	الدرجة العظمى	المتوسط القبلي	المتوسط البعدي	درجة الكسب	نسبة الكسب المعدلة لبلاك Blake	دلالاتها
المفاهيم الصحية	٤٠	٨.١٤	٣٦.٠٢	٢٧.٨٨	١.٥٧٢	مقبولة

يتضح من جدول (٢٤) أن:

- الوحدة المقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي تتصف بالفاعلية فيما يختص بتنمية المفاهيم الصحية، حيث بلغ معدل الكسب (١.٥٧٢)، وهي تعد نسبة مقبولة؛ وهذا يدل على أن استخدام الوحدة المقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي فعالة في تنمية المفاهيم الصحية لدى طالبات كليات التربية (عينة البحث).

ثانياً : التحقق من صحة الفرض الثاني من فروض البحث:

▪ والذي ينص على أنه : " يوجد فرق دال إحصائي عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس اليقظة العقلية ككل وفي أبعاده الفرعية كلاً على حدة لصالح التطبيق البعدي ".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم حساب قيمة (ت) لمتوسطين مرتبطين ومدى دلالتها للفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس اليقظة العقلية، وجدول (٢٥) يوضح ذلك:

جدول (٢٥) يبين المتوسطات الحسابية ومتوسط الفرق بين درجات طالبات مجموعة البحث قبل التجريب وبعده، وقيمة " ت " ومستوي دلالتها بين التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس اليقظة العقلية.

الأبعاد	التطبيق	العدد ن	المتوسط الحسابي م	متوسط الفرق بين التطبيقين ف	الانحراف المعياري ع	الانحراف المعياري للفروق عند	درجات الحرية د.ح	ت المحسوبة	الدلالة عند مستوي ٠.٠٥	قيمة η^2	قيمة d	حجم التأثير
الملاحظة	القبلي	٥٠	٩.٣٠	٢٨.٢٤	١.٩٩٢	٣.٣٨٤	٤٩	٥٩.٠٠٩	دالة عند مستوي ٠.٠٥	٠.٩٤٦	٨.٣٤٥	كبير
	البعدي	٥٠	٣٧.٥٤									
الوصف	القبلي	٥٠	٨.٤٤	٢٤.٥٠	٢.٠٧٢	٣.٣٤٠	٤٩	٥١.٨٧٥	دالة عند مستوي ٠.٠٥	٠.٩٣١	٧.٣٣٦	كبير
	البعدي	٥٠	٣٢.٩٤									
التصرف بوعي	القبلي	٥٠	٩.٢٤	٢٩.١٤	١.٨٥٨	٣.٣٥٠	٤٩	٦١.٥٠١	دالة عند مستوي ٠.٠٥	٠.٩٥٠	٨.٦٩٨	كبير
	البعدي	٥٠	٣٨.٣٨									
عدم الحكم على الخبرات الداخلية	القبلي	٥٠	٩.٢٢	٢٨.٨٨	٢.١٤١	٣.٦٢٣	٤٩	٥٦.٣٦١	دالة عند مستوي ٠.٠٥	٠.٩٤١	٧.٩٧١	كبير
	البعدي	٥٠	٣٨.١٠									
عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية	القبلي	٥٠	٨.٠٤	٢٤.٦٢	١.٧١٤	٣.٥٧٩	٤٩	٤٨.٦٣٧	دالة عند مستوي ٠.٠٥	٠.٩٢٢	٦.٨٧٨	كبير
	البعدي	٥٠	٣٢.٦٦									
المقياس ككل	القبلي	٥٠	٤٤.٢٤	١٣٥.٣٨	٤.٣٦٤	٨.٤٥٦	٤٩	١١٣.٢٠٦	دالة عند مستوي ٠.٠٥	٠.٩٨٥	١٦.٠١٠	كبير
	البعدي	٥٠	١٧٩.٦٢									

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) لدرجات حرية (٤٩) = ٢.٠١٠

يتضح من جدول (٢٥) ما يلي:

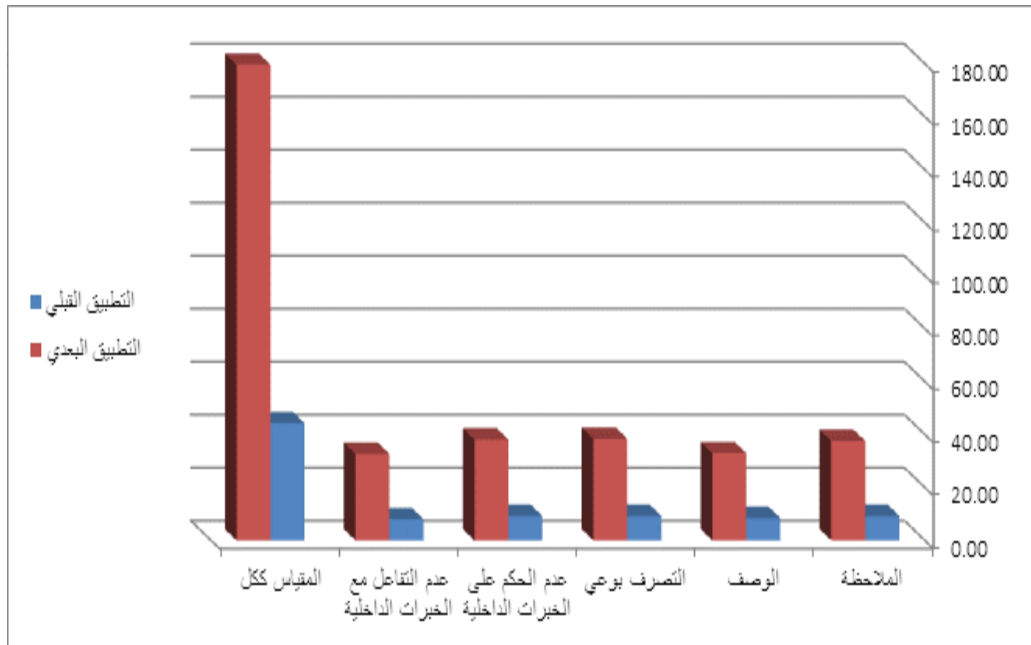
- ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في كل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية ، حيث حصلت الطالبات في

التطبيق القبلي على متوسط أقل من التطبيق البعدي، وقيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية، جاءت أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢٠١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (η^2) " لكل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية " جاءت كبيرة وأشارت إلى أن التباين الحادث في مستوى كل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية (المتغير التابع) يرجع إلى استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) جاءت كبيرة في كل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل على كل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية.

■ ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في مقياس اليقظة العقلية ككل، حيث حصل الطالبات في التطبيق القبلي على متوسط (٤٤.٢٤) بانحراف معياري قدره (٤.٣٦٤)، وفي التطبيق البعدي على متوسط (١٧٩.٦٢) بانحراف معياري قدره (٦.٤٣٠)، كما بلغ متوسط الفرق بين التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس اليقظة العقلية ككل (١٣٥.٣٨) درجة، وقيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس اليقظة العقلية ككل والتي بلغت (١١٣.٢٠٦)، أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢٠١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس اليقظة العقلية ككل لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (η^2) " لمقياس اليقظة العقلية " هي (٠.٩٨٥) وهذا يعني أن نسبة (٩٨.٥%) من التباين الحادث في مستوى اليقظة العقلية ككل (المتغير التابع) يرجع إلى استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) بلغت (١٦.٠١٠) وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل وذلك لأن قيمة (d) أكبر من (٠.٨).

وهذا ما يشير إلي انه قد حدث نمو واضح ودال في كل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية كل على حدة وككل لدى طالبات مجموعة البحث؛ وذلك نتيجة لاستخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي .

ويعني هذا قبول الفرض الثاني من فروض البحث ، كما أنه يشير هذا إلى أنه حدث نمو واضح ودال في أبعاد مقياس اليقظة العقلية لدى طالبات مجموعة البحث. ويمكن التعبير عن هذه النتيجة من خلال الشكل التالي (٢) :



شكل (٢) يوضح متوسطات الحسابية للتطبيقين القبلي والبعدي لمقياس اليقظة العقلية لدى طالبات مجموعة البحث.

وللتحقق من فاعلية الوحدة المقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي تم تطبيق نسبة الكسب المعدلة لبلاك Blake ودالاتها على اليقظة العقلية ، وقد جاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي (٢٦) :

جدول (٢٦) نسبة الكسب المعدلة لبلاك *Blake* ودلالاتها على اليقظة العقلية لدى طالبات مجموعة البحث.

المتغير	الدرجة العظمى	المتوسط القبلي	المتوسط البعدي	درجة الكسب	نسبة الكسب المعدلة لبلاك Blake	دلالاتها
اليقظة العقلية	١٩٠	٤٤.٢٤	١٧٩.٦٢	١٣٥.٣٨	١.٦٤١	مقبولة

يتضح من الجدول (٢٦) السابق أن :

- الوحدة المقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي تتصف بالفاعلية فيما يختص بتنمية اليقظة العقلية ، حيث بلغ معدل الكسب (١.٦٤١)، وهي تعد نسبة مقبولة؛ وهذا يدل على أن استخدام الوحدة المقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي فعالة في تنمية اليقظة العقلية لدى طالبات كليات التربية (عينة البحث).

ثالثا : التحقق من صحة الفرض الثالث من فروض البحث:

▪ والذي ينص على أنه : " يوجد فرق دال إحصائي عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري لصالح التطبيق البعدي " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة (ت) لمتوسطين مرتبطين ومدى دلالتها للفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري، وجدول (٢٧) يوضح ذلك :

جدول (٢٧) يبين المتوسطات الحسابية ومتوسط الفرق بين درجات طالبات مجموعة البحث قبل التجريب وبعده، وقيمة " ت " ومستوي دلالتها بين التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري.

الأبعاد	التطبيق	العدد	المتوسط الحسابي	متوسط الفرق بين التطبيقين	الانحراف المعياري	الانحراف المعياري للفرق	درجات الحرية	ت المحسوبة	الدلالة	قيمة η^2	قيمة d	حجم التأثير
الاتجاهات المعرفية	القبلي	٥٠	١١.٦٨	٣٥.٠٨	٢.٨٦٠	٦.٤١٧	٤٩	٣٨.٦٥٦	دالة عند مستوى ٠.٠٥	٠.٨٨٢	٥.٤٦٧	كبير
	البعدي	٥٠	٤٦.٧٦									
الاتجاهات الوجدانية	القبلي	٥٠	١١.٣٨	٣٤.٤٨	٢.٤٥٧	٧.٢٨٢	٤٩	٣٣.٤٨٠	دالة عند مستوى ٠.٠٥	٠.٨٤٩	٤.٧٣٥	كبير
	البعدي	٥٠	٤٥.٨٦									
الاتجاهات السلوكية	القبلي	٥٠	١١.١٨	٣٦.٠٦	١.٨٢٦	٤.٤٤٢	٤٩	٥٧.٤٠٣	دالة عند مستوى ٠.٠٥	٠.٩٤٣	٨.١١٨	كبير
	البعدي	٥٠	٤٧.٢٤									
المقياس ككل	القبلي	٥٠	٣٤.٢٤	١٠٥.٦٢	٤.٤٠١	١٠.٧٧٢	٤٩	٦٩.٣٣٢	دالة عند مستوى ٠.٠٥	٠.٩٦٠	٩.٨٠٥	كبير
	البعدي	٥٠	١٣٩.٨٦									

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) لدرجات حرية (٤٩) = ٢.٠١٠

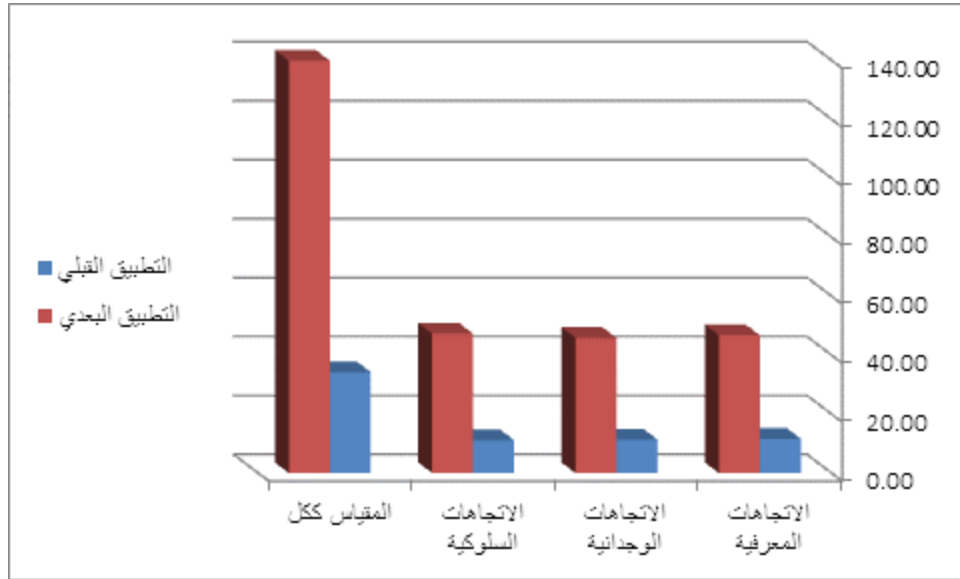
يتضح من جدول (٢٧) ما يلي:

- ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في كل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري، حيث حصلت الطالبات في التطبيق القبلي على متوسط أقل من التطبيق البعدي، وقيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري جاءت أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢.٠١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود

فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (η^2) " لكل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري " جاءت كبيرة وأشارت الى أن التباين الحادث في مستوى كل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري (المتغير التابع) يرجع إلى استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) جاءت كبيرة في كل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل على كل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري.

ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري ككل، حيث حصل الطالبات في التطبيق القبلي على متوسط (٣٤.٢٤) بانحراف معياري قدره (٤.٤٠١)، وفي التطبيق البعدي على متوسط (١٣٩.٨٦) بانحراف معياري قدره (٩.٦٨٣)، كما بلغ متوسط الفرق بين التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري ككل (١٠٥.٦٢) درجة، وقيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري ككل والتي بلغت (٦٩.٣٣٢) أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢.٠١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري ككل لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (η^2) " لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري " هي (٠.٩٦٠) وهذا يعني أن نسبة (٩٦.٠%) من التباين الحادث في مستوى الاتجاه نحو الفحص الدوري ككل (المتغير التابع) يرجع إلى استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) بلغت (٩.٨٠٥) وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل .

- وهذا ما يشير إلي انه قد حدث نمو واضح ودال في كل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري كل على حدة وككل لدى طالبات مجموعة البحث؛ وذلك نتيجة لاستخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي.
- ويعني هذا قبول الفرض الثالث من فروض البحث ، كما أنه يشير هذا إلى أنه حدث نمو واضح ودال في أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري لدى طالبات مجموعة البحث.
- ويمكن التعبير عن هذه النتيجة من خلال الشكل التالي (٣) :



- شكل (٣) يوضح متوسطات الحسابية للتطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري لدى طالبات مجموعة البحث.
- وللتحقق من فاعلية الوحدة المقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي تم تطبيق نسبة الكسب المعدلة لبلاك Blake ودلالاتها على الاتجاه نحو الفحص الدوري ، وقد جاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي (٢٨) :

جدول (٢٨) نسبة الكسب المعدلة لبلاك *Blake* ودلالاتها على الاتجاه نحو الفحص الدوري لدى طالبات مجموعة البحث

المتغير	الدرجة العظمى	المتوسط القبلي	المتوسط البعدي	درجة الكسب	نسبة الكسب المعدلة لبلاك Blake	دلالاتها
الاتجاه نحو الفحص الدوري.	١٥٠	٣٤.٢٤	١٣٩.٨٦	١٠٥.٦٢	١.٦١٧	مقبولة

يتضح من جدول (٢٨) أن:

- الوحدة المقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي تتصف بالفاعلية فيما يختص بتنمية الاتجاه نحو الفحص الدوري ، حيث بلغ معدل الكسب (١.٦٤١)، وهي تعد نسبة مقبولة؛ وهذا يدل على أن استخدام الوحدة المقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي فعالة في تنمية الاتجاه نحو الفحص الدوري لدى طالبات كليات التربية (عينة البحث).

ثالثاً: مناقشة النتائج:

يتضح من خلال تحليل النتائج السابقة، أن الوحدة المقترحة في سرطان الثدي القائمة على استخدام استراتيجيات التعلم الرقمي لها فاعلية في تنمية المفاهيم الصحية واليقظة العقلية، واتجاهاتهم نحو الفحص الدوري لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية شعبة طفولة من خلال ما يلي:

مناقشة الفرض الأول: والذي ينص على أنه: " يوجد فرق دال إحصائي عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية لصالح التطبيق البعدي ".

أظهرت النتائج:

-ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في كل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية، حيث حصلت الطالبات في التطبيق القبلي على متوسط أقل من التطبيق البعدي، وقيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية جاءت أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢.٠١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود فرق ذو دلالة

إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (٢) (η^2) لكل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية "، جاءت كبيرة وأشارت الى أن التباين الحادث في مستوى كل بعد من أبعاد اختبار بعد المفاهيم الصحية (المتغير التابع) يرجع إلى استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) جاءت كبيرة في كل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل على كل بعد من أبعاد اختبار المفاهيم الصحية.

وارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في اختبار المفاهيم الصحية ككل، حيث حصل الطالبات في التطبيق القبلي على متوسط (٨.١٤) بانحراف معياري قدره (٣.٨١٢)، وفي التطبيق البعدي على متوسط (٣٦.٠٢) بانحراف معياري قدره (٢.٥٢٧)، كما بلغ متوسط الفرق بين التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية ككل (٢٧.٨٨) درجة، وقيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية ككل والتي بلغت (٣٩.٦٥١) أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢.٠١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار المفاهيم الصحية ككل لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (٢) (η^2) " لاختبار المفاهيم الصحية " هي (٠.٨٨٧) وهذا يعني أن نسبة (٨٨.٧%) من التباين الحادث في مستوى المفاهيم الصحية ككل (المتغير التابع) يرجع إلى استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) بلغت (٥.٦٠٧) وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل وذلك لأن قيمة (d) أكبر من (٠.٨).

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض: ترجع هذه النتيجة إلى فاعلية وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي في تنمية المفاهيم الصحية لدى الطالبات المعلمات بكلية التربية ، حيث أثرت الوحدة المقترحة على تغيير مفاهيم الطالبات المعلمات فيما يتعلق بالصحة والمرض ، ومحاولة أن تكون الصحة هدفاً لكل منهم ، كما اهتمت الوحدة

المقترحة بتقييم مستوى الوعي المعرفي لمرض سرطان الثدي ، وأوضحت الوحدة المقترحة أن المفاهيم واكتسابها خطوة لا بد منها حتى يصبح التعليم الصحي ذا معنى، حيث أن المفاهيم الصحية تساعد على تفسير المواقف والظواهر الصحية الجديدة التي لم يسبق للطالبة تعلمها، فعندما تتعلم الطالبة المفهوم الصحي فإنه يصبح بوسعها تطبيقه مرات عديدة في عدد من المواقف التعليمية، دون الحاجة إلى تعلمه من جديد، مثل (مفهوم التسوق الصحي، الملصق الغذائي، الرياضة ، ... الخ)، حيث أن نشر المفاهيم الصحية بين الطالبات المعلمات هو ضرورة ملحة لما لها تأثير قوي على تعديل سلوك الطالبات المعلمات فيما يخص الجوانب الصحية، مما يساهم في الحد من انتشار بعض أمراض العصر عامة ومرض سرطان الثدي خاصة بسبب تدني مستوى الوعي الصحي وهذا ما سعت إليه الوحدة المقترحة وعملت على غرسه في نفوس الطالبات من خلال أنشطة ميكروسوفت تيم.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة بأن عرض المعلومات بالوحدة المقترحة عن سرطان الثدي وأنواعه وأعراضه وطرق الإصابة به، بطريقة جذابة عن طريق الموقع التفاعلي من خلال استراتيجيات تدريسية مختلفة ، قد ساهم في تحفيز الطالبات المعلمات في الإطلاع على مزيد من المفاهيم الصحية، وكيفية الوقاية من مرض سرطان الثدي، وتنمية قدرات اتطالبات المعلمات على بناء التوقعات المستقبلية لمرض سرطان الثدي ، مما ساهم في تنمية هذه المفاهيم لديهن، عقب دراسة الوحدة المقترحة.

وهذا يتفق مع نتائج دراسة (أبو الشيخ، ٢٠٢٠)، التي اهتمت بتقييم مستوى الوعي المعرفي بالفحص الذاتي عن سرطان الثدي، وأوضحت أهمية وجود معززات لتنمية المعرفة والاتجاه كما اتفقت النتائج مع دراسة (البدران، ٢٠٢٠) والتي أكدت على أهمية وجود دعم لعنصر المعرفة والوعي بمرض سرطان الثدي، وكذلك دراسة (Patel & Halpern & Desai, & Keeter & Bennett & Brannigan, 2020)، التي أكدت على فاعلية حملات التوعية عبر الإنترنت وأثره في تكوين الاتجاه نحو الفحص الدوري لدى النساء، كما أكدت دراسة (dos-Santos-Silva & De Stavola & Junior, & Nogueira & Aquino & Bustamante-Teixeira & e Silva, 2019)، على

وجود علاقة بين مستوى الوعي والمعرفة والمستوى الثقافي، وبين المفاهيم الصحية والاتجاه نحو التعامل مع مرض سرطان الثدي ونسب ومعدلات الوفاة نتيجة له. مناقشة الفرض الثاني: والذي ينص على أنه : يوجد فرق دال احصائي عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي، لمقياس اليقظة العقلية ككل وفي أبعاده الفرعية كلاً على حده لصالح التطبيق البعدي ."

أظهرت النتائج ما يلي:

▪ ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في كل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية، حيث حصلت الطالبات في التطبيق القبلي على متوسط أقل من التطبيق البعدي، وقيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية جاءت أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢.٠١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (η^2) " لكل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية " جاءت كبيرة وأشارت الى أن التباين الحادث في مستوى كل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية (المتغير التابع) يرجع إلى استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) جاءت كبيرة في كل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل على كل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية.

▪ ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في مقياس اليقظة العقلية ككل، حيث حصل الطالبات في التطبيق القبلي على متوسط (٤٤.٢٤) بانحراف معياري قدره (٤.٣٦٤)، وفي التطبيق البعدي على متوسط (١٧٩.٦٢) بانحراف معياري قدره (٦.٤٣٠)، كما بلغ متوسط الفرق بين التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس اليقظة العقلية ككل (١٣٥.٣٨) درجة، وقيمة (ت)

المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس اليقظة العقلية ككل والتي بلغت (١١٣.٢٠٦) أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢٠١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس اليقظة العقلية ككل لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (η^2) " لمقياس اليقظة العقلية " هي (٠.٩٨٥) وهذا يعني أن نسبة (٩٨.٥%) من التباين الحادث في مستوى اليقظة العقلية ككل (المتغير التابع) يرجع إلى استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) بلغت (١٦.٠١٠) وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل وذلك لأن قيمة (d) أكبر من (٠.٨).

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض: ترجع هذه النتيجة إلى فاعلية وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي في تنمية اليقظة الذهنية، والتدريب على اليقظة العقلية في إدراك ووعي الفرد بالاستراتيجيات التنظيم والضبط التي تتحكم في انفعالاته واستراتيجيات التقييم المعرفي ووعيه بهذه الاستراتيجيات، وكيفية استخدامها في المواقف المختلفة بما يتناسب مع الحالة الراهنة، وتفسر هذه النتيجة في إطار أنشطة الوحدة المقترحة المتنوعة والتي ارتكزت على التدريب على التيقظ المستمر في إدراك الحالة الراهنة، واستيعابها والتحكم فيها ومعالجتها باستراتيجيات مناسبة والتصرف بوعي، بالإضافة إلى بعض الأنشطة التي هدفت على التدريب على المراقبة والتحكم والضبط عن عمد بشكل مقصود، للتحكم في تلك العمليات من خلال الوعي اليقظ للممارسة، حيث أن الوعي بممارسة اليقظة العقلية تمك الفرد من الابتعاد عن المعالجات التي تركز على الذات، وإعادة الهيكلة المعرفية، وتوجيه الانتباه للتفكير المرن وتمثل ذلك في أنشطة التميز التي ساهمت في خلق جو من الارتباك والخلط بين المعارف والانفعالات للفرد، وبالتدريب اليقظ لمهارات الوعي بإدراك الاختلافات البيئية في سياق الفرد المعرفي، وكيفية التمييز بينها ومهارة مراقبة نتائج الخلط والتميز أدى الي توجيه إنتباه الفرد الي أهمية التدريب الواعي للمهارات التفكير المرن، من خلال ربط اليقظة العقلية وبين مستوى التنظيم الانفعالي والدعم الاجتماعي.

وهذا يتفق مع دراسات (الحارثي، ٢٠٢٢)، والتي ربطت بين اليقظة العقلية وبين مستوى التنظيم الانفعالي والدعم الاجتماعي، ويمكننا الاستشهاد بذلك في موضوع مرض سرطان الثدي والاتجاه النفسي نحوه كما يتسق مع نتائج دراسة (حجازي، ٢٠٢٠)، والتي أكدت على وجود أثر للحملات الموجهة في تشكيل الوعي كأحد أبعاد اليقظة العقلية بالتطبيق على حملة ١٠٠ مليون صحة المصرية، والتي كان لها دورها في زيادة معلومات المرأة المصرية حول موضوع سرطان الثدي، وكذلك دراسة (الشلول، ٢٠٢٠) و (عبد الرزاق ورشيد، ٢٠١٧)، من خلال الربط بين جهود نشر الوعي والمعرفة ومواجهة سرطان الثدي.

مناقشة الفرض الثالث، والذي ينص على أنه : " يوجد فرق دال احصائي عند مستوي دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري لصالح التطبيق البعدي ."

أظهرت النتائج ما يلي:

▪ ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في كل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري، حيث حصلت الطالبات في التطبيق القبلي على متوسط أقل من التطبيق البعدي، وقيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري جاءت أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢٠١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لكل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (η^2) " لكل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري " جاءت كبيرة وأشارت الى أن التباين الحادث في مستوى كل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري (المتغير التابع) يرجع إلى استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) جاءت كبيرة في كل بعد من أبعاد مقياس

الاتجاه نحو الفحص الدوري وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل على كل بعد من أبعاد مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري.

- ارتفاع متوسط درجات التطبيق البعدي عن متوسط درجات التطبيق القبلي لطالبات مجموعة البحث في مقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري ككل، حيث حصل الطالبات في التطبيق القبلي على متوسط (٣٤.٢٤) بانحراف معياري قدره (٤.٤٠١)، وفي التطبيق البعدي على متوسط (١٣٩.٨٦) بانحراف معياري قدره (٩.٦٨٣)، كما بلغ متوسط الفرق بين التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري ككل (١٠٥.٦٢) درجة، وقيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طالبات مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري ككل والتي بلغت (٦٩.٣٣٢) أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت (٢٠.١٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بدرجة حرية (٤٩)؛ وهذا يعني وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري ككل لصالح التطبيق البعدي، وقيمة مربع آيتا (η^2) " لمقياس الاتجاه نحو الفحص الدوري " هي (٠.٩٦٠) وهذا يعني أن نسبة (٩٦.٠%) من التباين الحادث في مستوى الاتجاه نحو الفحص الدوري ككل (المتغير التابع) يرجع إلى استخدام وحدة مقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي (المتغير المستقل)، كما أن قيمة (d) بلغت (٩.٨٠٥) وهي تعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل.

ويمكن تفسير نتيجة هذال الفرض: ترجع هذه النتيجة إلى تأثير استخدام الوحدة المقترحة في سرطان الثدي عبر موقع تفاعلي في تنمية الاتجاه نحو الفحص الدوري، من حيث تغير أن المعتقدات الخاطئة التي تحملها الثقافة المصرية - قد تؤثر على عدم حرص المرأة- غالباً - على اتباع طرق الوقاية من المرض مثل "الكشف الدوري العام أو الخاص بالثدي والرحم"، وقد يرجع السبب في ذلك إلى عدم وجود الشكوى التي تستدعي الفحص، بالإضافة إلى الخوف من اكتشاف مرض (ما) من جراء الفحص، والحرص من الكشف على الرحم تحديداً لأنه يكشف عورة المرأة، كما قد تخشى المرأة من استخدام أدوات قد تؤلمها وتؤذيها أثناء الكشف على الرحم، وهذا ليس مثيراً للدهشة فإذا كانت

الثقافة المصرية لا تولى "الصحة" الاهتمام والرعاية إلا وقت الشكوى الضرورية، فلا عجب من إهمال طرق الوقاية من المرض دون وجود الشكوى من الأساس.

وتفسر هذه النتيجة: بأنه توجد بعض المعلومات لدى أفراد العينة عن المرض ولكنهن بحاجة إلى توعية كافية بأسباب مرض سرطان الثدي، لتعزيز وقايتهن منه مما يزيد من معرفتهن بأسباب مرض سرطان الثدي، وهذا يدل على قصور في دور حملات التوعية بهذا المرض، وهذا يدل على أن هناك حاجة ملحة لزيادة حملات التوعية بهذا المرض وتفعيل دورها في التعريف بالمرض وأسبابه، و أن أبرز ملامح وعي الطالبات المهلمات بأضرار مرض سرطان الثدي والمشكلات الناتجة عنه، تتمثل في سماعهن عن أضرار مرض سرطان الثدي والمشكلات الناتجة عنه وتفسير هذه النتيجة، بأن النساء يتبادلن عادة المعلومات المتعلقة بأضرار المرض مما يعزز من وعيهن بأضرار مرض سرطان الثدي والمشكلات الناتجة عنه، فضلاً أكثرهن اطلاعاً على المصادر الإلكترونية المتعلقة بالمعلومات عن سرطان الثدي، وأن أبرز ملامح مستوى الوعي بأعراض المرض وتطور مراحلها، تتمثل في أن للنساء معلومات عن أعراض المرض وتفسر هذه النتيجة بأن النساء يتلقين توعية كافية حول أعراض المرض، لحثهن على المراجعة السريعة في حالة تعرضهن للمرض، مما يعزز من معرفتهن بأعراض المرض، وأن أبرز ملامح مستوى الوعي بطرق الوقاية والعلاج من مرض سرطان الثدي تتمثل في أن النساء علم بان اكتشاف المرض في مراحل المبكرة يساعد على الشفاء منه تمام.

وتفسر هذه النتيجة بأن معرفة النساء بأن اكتشاف المرض في مراحل المبكرة يساعد على الشفاء منه تماماً، ويبين وعيهن بأهمية الكشف المبكر عن المرض، وفي هذا الجانب دلالة واضحة على وعيهن بمرض سرطان الثدي بصورة عامة، كما يتضح أيضاً أبرز ملامح مستوى الوعي بأعراض المرض وتطور مراحلها تتمثل في أن للنساء معلومات عن أعراض المرض، وتفسر هذه النتيجة بأن النساء يتلقين توعية كافية حول أعراض المرض لحثهن على المراجعة السريعة في حالة تعرضهن للمرض، مما يعزز من معرفتهن بأعراض المرض، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه دراسة (Thackeray & others, 2013) ارتفاع مستويات الأنشطة الإلكترونية ذات الصلة بسرطان الثدي مقارنة بسرطان

الرئة، و تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (Patel & Halpern & Desai, & Keeter & Bennett & Brannigan, 2020) التي أكدت على فاعلية حملات التوعية عبر الإنترنت وأثره في تكوين الاتجاه نحو الفحص الدوري لدى النساء كما أكدت دراسة (dos-Santos-Silva & De Stavola & Junior, & Nogueira & Aquino & Bustamante-Teixeira & e Silva, 2019) على وجود علاقة بين مستوى الوعي والمعرفة والمستوى الثقافي وبين المفاهيم الصحية والاتجاه نحو التعامل مع مرض سرطان الثدي ونسب ومعدلات الوفاة نتيجة له.

التوصيات:

ومما سبق نوصي بالتالي:

- ١- تركيز الجهود في تعميم الوحدات المعرفية التي تعزز من المفاهيم الصحية ليس فقط في مرض سرطان الثدي ولكن على مستوى الأمراض والأوبئة الشائعة.
- ٢- اتباع أبعاد اليقظة العقلية في تطوير البرامج التعليمية، من منطلق الحصول على مستوى الفهم المعرفي المطلوب وتحقيق أهداف التأثير.
- ٣- استغلال فاعلية ونجاح المواقع التفاعلية في تعزيز الاستجابات السلوكية لتحسين مستوى مهارات الطالبات.
- ٤- تكرار وتعميم تجربة الدراسة في مختلف المؤسسات التعليمية لفاعليتها في مواجهة مشكلة سرطان الثدي.
- ٥- العمل على تطوير مهارات الطلاب من وقت لآخر لاستخدام منصات التعليم عن بعد بشكل يحقق الأهداف التعليمية المنشودة.
- ٦- إنشاء إدارة صحية في كل كلية من كليات الجامعة مهمتها الاهتمام بالتنسيق الصحي لمنسوبات الجامعة، فيما يتعلق بالأمراض المختلفة، كذلك ضرورة البحث في العوامل التي تحد من مستوى الوعي بالمرض لدى النساء ووضع الحلول المناسبة لها.
- ٧- إقامة ورش العمل والندوات العلمية للبحث في كيفية تحسين مستوى الوعي بمرض سرطان الثدي لدى النساء.

- ٨- على وسائل الإعلام القيام بدورها في تحسين مستوى الوعي بمرض سرطان الثدي لدي النساء.
- ٩- ضرورة وضع مجلة دورية للتوعية بمرض سرطان الثدي، وكذلك إعداد كتيب تعريفى عن مرض سرطان الثدي، الوقاية والعلاج يوزع على جميع منسوبات الجامعة، بالإضافة إلى أهمية تدريس مقرر جديد بعنوان الطب الوقائي لجميع طالبات الجامعة.
- ١٠- توظيف التقنية في تصميم المناهج مع مراعاة الاهتمام بالأنشطة والتدريبات التي تسهم في تنمية المفاهيم الصحية لدى الطالبات المعلمات.
- ١١- الاهتمام بتدريب المعلمات على استخدام البرمجيات التعليمية في عملية التدريس لما لها من أثر إيجابي على أداء الطالبات المعلمات.
- ١٢- تضمين برامج إعداد المعلم داخل كليات التربية مقررات للتوعية بالأمراض السارية وغير السارية.

المقترحات:

- تطبيق هذه الدراسة على عينات أخرى من كليات عملية مثل (كلية الهندسة - العلوم ... وغيرها).
- وحدة مقترحة في كيمياء السرطانات لتنمية المفاهيم الصحية لطلاب المرحلة الثانوية.
- برنامج تدريبي لمعلمى العلوم أثناء الخدمة لتنمية مهارات المفاهيم الصحية في ضوء الأزمات الصحية المعاصرة.

المراجع

أولاً: المراجع العربية

- أنيل وكولينز قامير ، كارين وإسماعيل، السيد، ٢٠١٤ التوعية بمرض السرطان في المجتمع المسلم، بحوث الرعاية الصحية والاجتماعية، جامعة شيفيلد .
- أبو الليمون، نانسي كمال عبد الكريم & والربيع، فيصل. (٢٠٢٢). نمذجة العلاقات السببية بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلبة جامعة اليرموك. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، مج(٣٠) ، ع(٣).فلسطين
- أبو غنايم، سامية محمد الصغير، حلمي، جيهان أحمد، & زين العابدين، أسماء. (٢٠٢٢). اليقظة العقلية وعلاقتها بالاستقلالية الذاتية لدى طلاب الثانوية العامة. *مجلة كلية التربية*. مج(١٩)، ع(١١٤)، ١٦٣-١٩٠. كلية التربية ، جامعة بنى سويف.
- أبوالقاسم ، سالم مفتاح ، وفرة ، محيي الدين محمد (٢٠٢١): التعليم عن بعد وتطبيقاته (الفرص والتحديات)، *مجلة القلعة*، جامعة المرقب، كلية الآداب والعلوم بمسلاته، ع١٦، يونيو، ص ص ١٢٧-١٤٣.
- أحمد، حنان حس(٢٠١٦). العوامل المرتبطة بعدم التطبيق الفعلي لإجراءات الفحص الطبي للمقبلين على الزواج ودور الممارسة العامة في مواجهتها. *مجلة الخدمة الاجتماعية*، (٥٥). الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، القاهرة.
- اسماعيل، أحمد اسماعيل حسين. (٢٠٢٠). استخدام بيئة تعلم نقال لتنمية مهارات إنتاج قواعد بيانات المواقع التفاعلية لدي طلاب المرحلة الثانوية الأزهرية. *مجلة كلية التربية بالمنصورة*، (١١٢)٤، كلية التربية ، جامعة المنصورة ، ١٨٥٧-١٨٨٩.
- آل منصور، فاطمة منصور & تركستاني، مريم حافظ. (٢٠٢٢). اتجاهات معلمات المرحلة الابتدائية في برامج دمج التلميذات الصم وضعيفات السمع نحو التدريس التشاركي مع معلمة صماء مساعدة. *المجلة السعودية للعلوم التربوية*، مج(١). ع(١٠)، جامعة الملك سعود، ١٢٥-١٤٩.
- البرديني، محمد (٢٠١٩). المفاهيم الصحية المدرجة في كتب التربية الإسلامية للصفين التاسع والعاشر في الأردن: المفاهيم الصحية المتضمنة في كتب التربية الإسلامية للصفين التاسع والعاشر الأساسيين في الأردن. *مجلة العلوم التربوية و النفسية*، ج ٣. ع(٢٩)،الأردن. ١٠٢-٨٧.
- تقرير منظمة الصحة العالمية بعنوان سرطان الثدي، ٢٦ مارس ٢٠٢١ من <https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>

- الجارالله، سليمان ،و الخريجي ، عبد الله (٢٠٢٠): استدامة نظام التعليم الإلكتروني في المملكة العربية السعودية من خلال تحليل آراء المستفيدين في منصة تويتر في ظل جائحة كورونا (كوفيد-١٩). مجلة الإدارة العامة، ٦٠ (عدد خاص)، ٨٧٣-٩٢٨.
- الجعافرة، حنان (٢٠٢٠): اتجاهات معلمي اللغة العربية الإنجليزية نحو برامج التعلم عن بعد في مديرية التربية والتعليم في قسبة الكرك، مجلة العلوم التربوية والنفسية، مج٤، ع(٣٣)، المركز القومي للبحوث غزة. فلسطين. ٧٧-٩١.
- جوهر، إيناس سيد علي عبدالحميد . (2022) . تنمية اليقظة لخفض الضغوط المدركة وتحسين الفاعلية الذاتية لدى عينة من معلمات رياض الأطفال المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة ببورسعيد، العدد ٢٢، جامعة بورسعيد. ص ٢٢١-٣١٠
- الحارثي، ساره مفلح شالح. (٢٠٢٢). التنظيم الانفعالي والدعم الاجتماعي كمتغيرين وسيطين في العلاقة بين اليقظة العقلية والرفاه النفسي، لدى عينة من السيدات المصابات بالأمراض المزمنة. العلوم التربوية: مجلة علمية محكمة ربع سنوية، مج(٣٠). ج(١) . ع(١)، جامعة القاهرة. ٨٣-١١٩.
- حسن ، حسن عوض ، وعبد النبي ، مروة نبيل (٢٠٢١): توظيف المنصات التشاركية " Team Microsoft" لتنمية الكفايات الرقمية في تدريس الرياضيات لدى الطلاب المعلمين واتجاههم نحو التشارك، مجلة تربويات الرياضيات، مج ٢٤، ع ٧، يوليو، الجمعية المصرية لتربويات الرياضيات، القاهرة، ص ص ٢٨٧-٣٨٠.
- حسن ، عزت عبد الحميد محمد (٢٠١٦) : الإحصاء النفسي والتربوي "تطبيقات باستخدام برنامج SPSS 18"، القاهرة ، دار الفكر العربي .
- الحلبي ، سماح إحسان طه (٢٠١٧): دور الإدارة المدرسية في تنمية الوعي الصحي لدى طلبتها بمدارس وكالة الغوث الدولية بمحافظة غزة وسبل تفعيله، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
- درادكة، حمزة (٢٠٢٠): درجة امتلاك معلمي المرحلة الثانوية لمهارات استخدام برنامج في التعليم عن بعد بمدارس مملكة البحرين في ضوء المتغيرات. المجلة الفلسطينية للتعليم المفتوح والتعليم الإلكتروني، مج(١)، ع(١٥)، جامعة القدس المفتوحة. ٣٣-٤٤.
- دياب، شيماء محمد، سعيد، محمد حسين، بغدادي، مروة مختار. (٢٠٢٢). اليقظة العقلية لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية: دراسة مقارنة في ضوء النوع. مجلة كلية التربية، مج ١٩. ع(١١٤)، كلية التربية . جامعة بنى سويف . ٢٣٨-٢٥٥.

- الرشدى ، عبد الله بن أحمد ، والسكران ، عبد الله بن فالح (٢٠١٨): المتطلبات التربوية لتوظيف المنصات التعليمية الالكترونية في العملية التعليمية في المرحلة الثانوية من وجهة نظر المشرفين التربويين والمعلمين. **مجلة البحث العلمي في التربية**، مج(١) ، ع١٩٤ ، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس .
- الرشيدى ، عايش عيد (٢٠١٨): التربية الوقائية ومتطلبات الوعى الصحى بمدارس التعليم العام بدولة الكويت، رياض الأطفال أنموذجًا، **مجلة العلوم التربوية**، ع(٢)، ج(١) ، الكويت.
- الرنتيسي، أحمد محمد(٢٠١٩) ، . مواقف طلبة الجامعات نحو أهمية الفحص الطبي قبل الزواج "دراسة ميدانية مطبقة على عينة من طلبة الجامعات بغزة " ، **المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية**، ج(٢) ، ع (١٢). الأردن.
- الزهراني، بندر سعيد أحمد العلم. (٢٠٢٢). اليقظة العقلية وعلاقتها بالإبداع الوجداني لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**، مج(١) ، ع(٦٤). كلية العلوم الاجتماعية جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- السنوسي ، هالة عبد القادر (٢٠١٩). أدوار المنصات الالكترونية E-platforms والشبكات الاجتماعية Social Network كليات تعلم تواصلية تشاركية في التعليم الإلكتروني في ضوء خبرة الطالبة. **مجلة كلية التربية**، العدد ١٨١، الجزء الثالث ، جامعة الأزهر.
- سيد، الحسين بن حسن (٢٠٢١). الأبعاد الخمسة لليقظة العقلية كمنبيء بالهناء الذاتي الوظيفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية، **المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية**، مج(٥) . ع ١٦ ، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب. ص ٦٩-١٠٢
- السيد، مروة محمود الشناوي. (٢٠١٨). توظيف القصة الرقمية في تنمية بعض المفاهيم الصحية لدى طفل الروضة. **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية**، مج(٢٦). ع(٣). الجامعة الإسلامية. السعودية.
- السيد، نبيل عبد الهادي أحمد . (2018) . بعض المتغيرات النفسية المساهمة في اليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية جامعة الأزهر بالقاهرة. **مجلة كلية التربية**، مج (٧١) ، ع(٣)، كلية التربية ، جامعة طنطا، ٨٥-١.
- الشافعى، انتصار نصر بكر. (٢٠٢٢). اليقظة العقلية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة الجامعة. **مجلة كلية التربية**، ع (٢)، كلية التربية، جامعة المنوفية، ٣٩٥-٤٢٦

- شعيب، علي محمود (٢٠٢٠). اليقظة العقلية والمرونة النفسية والذكاء الانفعالي كمنبئات بالتعلم الانفعالي الاجتماعي في عينة من الطلاب المعلمين بكلية التربية. *المجلة الدولية للبحوث في العلوم التربوية*، مج ٣، ع (٢)، كلية التربية، جامعة المنوفية. ٦٥-١٠٤.
- شمس، عبد الرقيب أحمد محمد و راجح، بهية محمد. (٢٠٢٠). دور الملاحظة الميدانية في جمع البيانات النوعية. *مجلة جامعة البيضاء*، مج(٢)، ع(٣)، جامعة البيضاء. ٥٧-٧١.
- الشواربه، داليا(٢٠١٩): درجة استخدام طلبة الدراسات العليا في الجامعات الأردنية الخاصة للمنصات التعليمية الإلكترونية واتجاهاتهم نحوها، *رسالة دكتوراة*، جامعة الشرق الأوسط، عمان، الأردن.
- شوملي، قسطندي (٢٠٠٨). الأنماط الحديثة في التعليم العالي الرقمي المتعدد الوسائط أو التعليم المتميز، المؤتمر السادس لعمداء كلية الآداب في الجامعات الأعضاء في اتحاد الجامعات العربية، جامعة الجنان، لبنان.
- طالة، لامية (. 2020). الرسائل الإعلامية الخفية ومخاطبة اللاوعي عند المتلقي. *الخطاب والتواصل*، ع (٧)، المركز الجامعي بلحاج بو شعيب عين تموشنت مخبر الخطاب التواصلي الجزائري الحديث، ١٦٩-١٨٧.
- عبد الحفيظ، أخلص محمد، مصطفى حسين باهي، عادل محمد النشار (٢٠٠٤) : *التحليل الإحصائي في العلوم التربوية*، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- عبد الحفيظ، أخلص محمد، وباهي، مصطفى حسين، والنشار، عادل محمد (٢٠٠٤) : *التحليل الإحصائي في العلوم التربوية*، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية
- عبد الله، أشجان. (٢٠٢١). الضغوط الأسرية لمريضات سرطان الثدي الانتشاري. *المجلة العلمية للخدمة الاجتماعية*، مج ١٣ ع(١)، جامعة أسيوط، ١-١٩.
- عجلان، أمال، وعمرون، مروة. (٢٠١٩). دور مركز التحكم في إدارة القلق من الموت لدى مرضى السرطان دراسة ميدانية على عينة من النساء المصابات بسرطان الثدي في مؤسسة مستشفى الزهراوي بالمسيلة.
- عزام، إسلام (٣٠ يوليو ٢٠٢٢). صحة المرأة»: خفض مصابات سرطان الثدي بالمرحلة المتأخرة من ٥٩% إلى ٢٩% بفضل الاكتشاف المبكر وتوفير أفضل العلاجات، جريدة أخبار المال الاقتصادية من <https://almaalnews.com/>
- عزت عبد الحميد محمد حسن (٢٠١٦) : *الإحصاء النفسي والتربوي تطبيقات باستخدام برنامج SPSS18*، القاهرة، دار الفكر العربي

- علي ، هاني ، عبد الرحيم ، خالد (٢٠٢١): تقييم تجربة المدرسة البريطانية بدولة الكويت في التعليم الإلكتروني أثناء جائحة فيروس كورونا " Covid-19 " من وجهة نظر أولياء الأمور، مجلة الدراسات التربوية والإنسانية، مج ١٢، ع ١، ص ص ١٣٥-١٨٤.
- علي، عبد العظيم حسن. (٢٠٢٢). اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين القلق الاجتماعي والاعتراب النفسي لدي المراهقين. مجلة كلية الآداب. مج(٢٠)، ع(٢٠)، جامعة بورسعيد، ٢٠(٢٠)، ١٦٣-٢٠١.
- العنزى، شيماء سالم (٢٠١٨): المنصات الالكترونية التعليمية ودورها فلا تنمية قيم المواطنة لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدارس المملكة العربية السعودية. رسالة، دكتوراه، كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن .
- محمد، حسبية غضبان (٢٠٢١)، معوقات استخدام التعليم الإلكتروني عبر منصة مايكروسوفت تميز للصف الثاني عشر للعام ٢٠٢٠-٢٠١٩ خلال جائحة كورونا (Covid-19) الكويت، المؤتمر الدولي الافتراضي للتعليم في الوطن العربي: مشكلات وحلول، إثراء المعرفة للمؤتمرات والأبحاث، يناير، الكويت ، ص ص ٤١٠-٤٢٨.
- محمود إبراهيم عبدالرحمن أبو سند(٢٠١٨): فاعلية وحدة مقترحة على تطبيقات الويب ٢.٠ فى تنمية الوعي بأضرار المخدرات لدى طلبة الصف الحادى عشر، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
- مسلم ، محمد إبراهيم (٢٠٢١) استخدام تطبيق مايكروسوفت تميز للتعلم عن بعد في تنمية مهارات التواصل اللغوي لدى تلاميذ الصف الثاني الإعدادي من وجهة نظر معلمي اللغة العربية، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، مج(١٣٤)، ع ١٣٤، رابطة التربويين العرب ، ١٨٣-٢١٥.
- منظمة الصحة العالمية (٢٠١٦) . الوقاية من السرطان ومكافحته فى سياق مهد متكامل . الدورة الأربعون بعد المائة ، ديسمبر ٢٠١٦م.
- ناظم رنجوس. (٢٠١٨). سرطان الثدي. مجلة جامعة تشرين، سلسلة العلوم الطبية، مج ، ٤٠ ، ع(٣).
- ثانياً: المراجع الأجنبية
- Albeshan, S. M., Husain, S. Z., Mackey, M. G., & Brennan, P. C. (2020). Can breast self-examination and clinical breast examination along with increasing breast awareness facilitate earlier detection of breast cancer in populations with advanced stages at diagnosis?. Clinical breast cancer, 20(3), 194-200.
- Amin, T. T., Al Mulhim, A. R., & Al Meqihwi, A. (2009). Breast cancer knowledge, risk factors and screening among adult Saudi women in a primary health care setting. Asian Pac J Cancer Prev, 10(1), 133-138.

-
- Bsharat, T.R., & Behak, F. (2021): The Impact of Microsoft Teams' App in Enhancing Teaching-Learning English during the Coronavirus (COVID-19) from the English teachers' perspectives in Jenin city. *Malaysian Journal of Science Health & Technology*.
 - Dos-Santos-Silva, I., De Stavola, B. L., Junior, N. L. R., Nogueira, M. C., Aquino, E. M., Bustamante-Teixeira, M. T., & e Silva, G. A. (2019). Ethnoracial and social trends in breast cancer staging at diagnosis in Brazil, 2001–14: a case only analysis. *The Lancet Global Health*, 7(6), e784-e797.
 - Jaherane, N. S., & Ejang, A. A. (2020). Cancer physical therapy (diagnostic diagnosis and genetic attempts). *Journal of Pure and Applied Sciences*, 19(1), 110-127.
 - Misut, M., & Misutova, M. (2021): How Students Perceive Online Teaching IT Subjects within the MS TEAMS Environment. *Central-European Journal of New Technologies in Research. Education and Practice*, 3(1), 15-22.
 - Mitsuk, A. (2016). Breast cancer information for young women. *Turku: Turun Applied Sciences*.
 - Mohamed E, E.(2021) Kwait University First Online Learning Imposed y COVID-19 An Assessment of the Usability of the E-Learning Platform, 138(35) , march, 11-33.
 - Ngoc, T. P., & Phung, L. T. K. (2021, March): Online Language Learning via Moodle and Microsoft Teams: Students' Challenges and Suggestions for Improvement, In 17th International Conference of Asia Association of Computer-Assisted Language Learning (Asia CALL 2021) (pp.106-113). Atlantis Press.
 - Patel, M. S., Halpern, J. A., Desai, A. S., Keeter, M. K., Bennett, N. E., & Brannigan, R. E. (2020). Success of prostate and testicular cancer awareness campaigns compared to breast cancer awareness month according to internet search volumes: a google trends analysis. *Urology*, 139, 64-70.
 - Phan, T. T.& Huynh, D. T(2021): Improving Non-Majored Students' Fluency in the English-Speaking Skill in the Online Environment via MS-Team. In 17th International Conference of the Asia Association of Computer-Assisted Language Learning (Asia CALL 2021). Atlantis Press.
 - Ploj V, M., Dolenc, K., D& Sorgo, A.S (2021): Changes in Online Distance Learning Behaviour of University Students during the Coronavirus Disease 2019 Outbreak, and Development of the Model of Forced Distance Online Learning Preferences. *European Journal of Educational Research*, 10(1), 393-411.
 - Thackeray ,R, Burton Scott H, G& Carrier Christoph, Rollins Stephen, Draper Catherine R. (2013): Using Twitter for breast cancer prevention: an analysis of breast cancer awareness.
 - Walsh, S., Hegarty, J., Lehane, E., Farrell, D., Taggart, L., Kelly, L.,... & O'Mahony, M. (2022). Determining the need for a breast cancer awareness educational intervention for women with mild/moderate levels of intellectual disability: A qualitative descriptive study. *European Journal of Cancer Care*, 31(4), e13590.



مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
<https://mkmgt.journals.ekb.eg>
المجلد (٨٨) أكتوبر ٢٠٢٢م



-
- Wu, T. Y., & Lee, J. (2019). Promoting breast cancer awareness and screening practices for early detection in low-resource settings. *European Journal of Breast Health*, 15(1), 18.