

فعالية برنامج تدريبي إلكتروني مصمم ومقنن لليقظة العقلية وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية على الأداء الأنفاذي لمنفذ الحياه علي المياه بمحافظة المنيا

أ.م.د. محمد غريب عطية بدوي

أستاذ مساعد بقسم الرياضات المائية بكلية التربية

الرياضية - جامعة المنيا

المقدمة ومشكلة البحث :

تعد معظم الانجازات العلمية والتكنولوجية التي حققتها البشرية هي نتاج افكار المبدعين والمفكرين ، والبحث العلمي لا يؤتي ثماره إلا بأيدي الباحثين المتفهمين لأسس البحث العلمي ولمناهجه ووسائله وأدواته والقادرين علي تطبيقها في دراسة المشاكل التي تواجههم وتواجه مجتمعهم في كل ميدان من ميادين الحياة بتطوير مختلف القدرات والمهارات الخاصة التي يحتاجها كل نوع من أنواع النشاطات الرياضية المختلفة لتحقيق أفضل مستوي لديهم .

وفي هذا الصدد يتفق كلاً من "حيدر معن" (٢٠١٩) و "الجنديرا Alejandra" (٢٠٢١) و"شارلي ستوفر H.D. Christopher" (٢٠٢١) و"مشيل فان Michiel van" (٢٠٢١) أن العقود الماضية شهدت اهتماماً شعبياً وأكاديمياً بالتقدم الكبير في مجال الأبحاث والدراسات المتعلقة بالدماغ والذي أفرز زيادة اهتمام الباحثين والعلماء بالفوائد المتعددة لليقظة العقلية وأثار تطبيقاتها المختلفة وفقاً لمكوناتها واختلاف ميكانزيماها أبعادها في مختلف القدرات والمهارات الخاصة التي يحتاجها كل نوع من أنواع النشاطات الرياضية المختلفة لتحقيق أفضل مستوي لديهم وعلي رأسهم مجال الإنفاذ علي المياه الذي هو أشد العوز إلي هذا النوع من القدرة العقلية للتعامل بانتباه مع المثيرات حوله بوعي ومراقبة لكل ما يحدث لأفكاره ومشاعره والتعاشير لحظة بلحظة معها كحالة من الوعي المتوازن الذي يجنب الفرد النقيضين بالتوحد الكامل عن كل ما يجنبه عوامل التشبث لذهنه وكل ما يعوق تركيزه متغلباً علي خصائص الموقف الإدراكي وتحدي طول المدة الزمنية المكلف بها والتي تزيد من مستويات العبء الإدراكي له للحفاظ علي نشاطه وطاقته العقلية لتمكنه من المعالجة الإدراكية بين ظرفي العبء المرتفع والمتقطع والمنخفض من خلال كمية الانتباه اللازمة لمعالجة المعلومات في وقت معين بتنفيذ كافة المتطلبات الإنتباهية المطلوبة بأعلى درجات الكفاءة (١٤:٢) ، (٣٣٠:٣٥) ، (٧٢:١٤) ، (٣٢٦:٥٩) .

وقد اكد كلاً من "عادل النموري" (٢٠٠٨م) و" فان بريكتن P.van Burken T.C" (٢٠٢١) و"الهرين سي. C. Aherne" (٢٠٢١) و"ريبرتوا ارستيغي Roberto Aristegui" (٢٠٢١) اننا في حاجة ماسة الي رفع مستوي اداء المنفذين للتأكيد علي سلامة رواد اماكن السباحة وذلك بتدريب المنفذين العاملين

علي حمامات السباحة من خلال برنامج تحسين الأداء الوظيفي بتمكين الجوانب الحسية وعلي رأسها (السمعية البصرية) والجوانب الإدراكية وعلي رأسها (الذهنية العقلية) كأحد الخطوات الهامة في اعداد جيل من المنقذين الذين يتمتعون بمستوي عالي من الكفاءة حيث ان هذا التوجه له اثره الايجابي ليمثل استثمار بشريا من نوع خاص , واليقظة العقلية وفقا لمكوناتها هي بمثابة شفرات الترجمة والربط بين النواحي الحسية والجسمية والحركية بالنواحي الذهنية لذلك تحتاج إلي طبيعة خاصة تفي بمتطلباتها وبالتالي تأتي البرامج القائمة والمعتمدة على اليقظة الذهنية في أولوياتها لتسهيل وتيسير وزيادة قدرة الفرد للوصول إلي حالة من التوازن والتركيز علي اعتبار أن اليقظة العقلية خبرة انفعالية ايجابية مركبة لكلا من الخبرات الداخلية والخارجية لتمثل أبعاد التوازن بين القوي والمهارة ودمج الوعي بالفعل والتركيز مثل (الإحساسات ، والمعارف ، والانفعالات ، والمشاهد ، والأصوات) لخلق فئات مستحدثة واستقبال معلومات جديدة والنظر في الأشياء بنوعية من الحداثة المدروسة مما يؤدي إلى ردود تلقائية تعمل على اتخاذ خيارات تزيد من قدرته المنقذ لمواجهة التحديات في أدائه تضمن له الاستغراق والانغماس والسرعة والدقة في أداء عمله للوصول إلى أعلى مستوي من الأداء ترافقها حالة من الشعور بالسعادة والاستمتاع الشخصي وانخفاض الإحساس بالزمن والمكان ونسيان الذات عند القيام بعمله (٦ : ٣) . (٦٢:١٢٥) , (١٣:٦٨) , (٦٦:٢٧٨) .

فعملية الانقاذ هي مهمة رياضية ومسؤولية انسانية وواجب اخلاقي على كل منقذ يصادف امامه غريق يصارع الماء بين الحياة والموت , حيث تبدأ اجراءات الانقاذ بإظهار المهارات الحسية السمعية للمنقذ عند سماع اول اشارة استغاثة او القدرات البصرية التمييزية بمشاهدة علامات توحى باحتمالية حصول حالة غرق لتتضمن هذه العملية بعدها جوانب إدراكية عقلية بمراحل عده لتحدد فيها الوجهة المطلوبة وفقا للزمن والمكان ونوعية الغريق والكيفية المطلوبة للتعامل بسرعة ودقه عالية ليظهر فيها التباين بين أنماط التفكير والسيطرة الدماغية للمنقذ في سرعة ترجمة تلك المعلومات الحسية بالتركيز فيها عن قصد خلال اللحظة الراهنة لإصدار أحكام تقييمية بالغة الدقة لتضمن خلق الملاحظة الدقيقة المستمرة والانتباه المنظم والمقصود بالتعامل الواعي لكل ما يحدث في اللحظة الآنية التي يُعاشها بكل تفاصيلها ومكوناتها وأبعادها وأحداثها الراهنة وفقا للظروف المحيطة بالفرد والمكان الذي حدث به الغرق على بعد وقرب الغريق من المنقذ بل والتصرف الصحيح والمتبع لهذه الحالات والتي تلعب فيها اليقظة العقلية الدور الهام لكافة المجريات السابقة لأنها تعزز وتزيد من قدرة الفرد على توزيع الانتباه وتركيزه وبالتالي تيسر وتزيد من حالة التدفق النفسي والانفعالي بتعديل الحالة المزاجية ومنع الآثار الفسيولوجية للقلق بخفض التوتر الحادث من ضغط العمل ليصبح العقل والجسد في تناسق مع تقليل الآثار الجانبية والسلبية للقلق علي الصحة البدنية والنفسية , فنوى السمات والخصائص المرتفعة من اليقظة الذهنية

بالأخص للمنقذين هم أفضل وأكثر قدرة على تنظيم الذات وتنظيم السلوك ويظهرون الأداء الأفضل والأفضل لذلك يعد تنظيم الذات لتركيز الانتباه وتوزيعه إحدى مكونات اليقظة الذهنية (٢٦:٢٣٣) .
(٦٧:٧١٢) ، (٦٦:٢٧٧) ، (٦٣:٤٧٨) .

واقترعا بدور المنقذ الرئيسي في المحافظة علي ارواح رواد اماكن السباحة فقد اهتمت مؤسسات الدولة المتقدمة باختيار المنقذين وفق اختبارات مقننة ومعايير محددة ، ومن اشهر هذه المؤسسات الصليب الاحمر الامريكى (ARC) وجمعية الشبان المسيحيين (YMCA) والاتحاد الدولي للإنقاذ (ILS) واهتمت هذه المؤسسات ايضا بتدريب وصقل المنقذين وكذا تنظيم البطولات الخاصة بهم لزيادة دافعيتهم علي الاستمرار في التدريب ، وإن الاستعانة بالاختبارات المعيارية والمقاييس كوسيلة علمية تتسم بالدقة والموضوعية تمكنا من القيام بعملية الانتقاء والتشخيص والتعرف علي نقاط القوة والضعف ودراسة حالة المنقذين ، حيث أن هناك فروق واضحة بين القدرات بعضها البعض وأن لكل منها خصائصه ومتطلباته في ضوء معطيات يمكنها من تطوير مستوي الأداء (١٢:١٤٧) ، (٢٤:٧٤٧) .

ومن خلال عمل الباحث في مجال الإنقاذ لاحظ الباحث أنه مازالت حالات الغرق تلقي بظلالها علي أمن وسلامة المترددين وتضعهم في حالة من الخطر الدائم مما يلقي بالمسئولية القانونية والجنايئة لمنقذي الحياه علي المياه وتضعهم في محك دائم لقدراتهم المختلفة ونتيجة للفحص والمتابعة الميدانية وجد الباحث أن هؤلاء المنقذين يتمتعون بقدر كافي ومتطور من المستوي الفني والبدني المميز إلا أن مشكلة الغرق ترجع في المقام الأول والأهم إلي القدرات العقلية الذهنية كجانب إدراكي والقدرات السمعية البصرية كجانب حسي في تعزيز الأداء الإنقاذي للمنقذ وتفعيل طاقة الانتباه واليقظة بقدر الإمكان طوال فترة الإنقاذ علي اساس أن اليقظة تمثل نوع ذي طبيعة خاصة من الانتباه يركز علي كشف بعض التغيرات في المحيط التفاعلي لفواصل غير منتظمة من خلال تعزيز الوعي والتركيز الطوعي للمنقذ وقيادة واستحضار كامل انتباهه وتركيزه ووعيه عن قصد لكل ما يحدث في اللحظة الأنية مع عدم انشغاله بتقييم ما يحدث أو ربطه بما قد يحدث أو بما حدث وفقا للتباين السائد في بنية الدماغ للسيطرة علي سرعة معالجة البيانات والمعلومات منذ بدء عرضها ، لأن المنقذ اليقظ عقليا قادر علي تصنيف وعلاج المدخلات الحسية والإدراكية ببالغ السرعة ليتمكن من السيطرة عليها ضمن السياق المخصص لها وهو ما يفقده المنقذ أثناء الإنقاذ بالتعرض لتشتيت الذهن الدائم وزيادة في العبء الإدراكي بفرط المتطلبات الإنتباهية كذلك محدودية الطاقة العقلية في سرعة معالجة المعلومات نتيجة كثرة المثيرات التي يتعرض لها علي الدوام مما يؤثر علي زيادة التشتت وفقدان السيطرة علي الوعي المتوازن لقدراته الذهنية وعدم الإستمرارية بكفاءة في توزيع كامل انتباهه مما يقلل من مستوي الأداء في المهام التتبعية علي المدى الطويل وضعف الاستجابات الكيفية لمواجهة ضغوط الموقف وبالتالي تلاشي الاكتشاف المبكر والتعامل

السريع مع حالات الغرق ، وبناءً عليه فإن اليقظة العقلية صفة ضرورية وقدره مركبة للمنقذ تعتمد علي الجوانب الحسية والإدراكية في المقام الأول وإن المقاييس النفسية لهذه القدرة لا تقي بمنطلقاتها لمواقف شديد الخطورة مرتبط بالحياة والموت كجانب الإنقاذ وبالنظر إلى محدودية الدراسات التي استخدمت التدخلات أو البرامج القائمة على اليقظة الذهنية خاصة في البيئة الرياضية العربية عامة وفي الإنقاذ خاصة علي حدود علم الباحث ، مما أثار فكر الباحث في تصميم نظام إلكتروني وتقنيته كاختبار معياري لليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) كأساس لبناء برنامج تدريبي مقترح علي الأداء الإنقاذي لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

أهداف البحث :

الهدف العام : يهدف البحث الحالي إلي ، دراسة فعالية برنامج تدريبي إلكتروني مصمم ومقنن لليقظة العقلية وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية علي الأداء الإنقاذي لمنقذ الحياه علي المياه بمحافظة المنيا وذلك من خلال تحقيق الأهداف الفرعية الآتية :

- ١- التعرف علي تباين الفروق بين أنماط السيطرة الدماغية لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .
- ٢- التعرف علي مدى مساهمة تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه في اليقظة العقلية كقدره مركبة وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .
- ٣- إمكانية التنبؤ باليقظة العقلية في ضوء مكوناتها لكلا من (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .
- ٤- بناء مستويات معيارية لتقييم اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .
- ٥- تقنين اختبار معياري لقياس اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .
- ٦- بناء مقياس للأداء الإنقاذي لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

- ٧- التعرف علي مساهمة اليقظة العقلية ومكوناتها (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) علي الأداء الإنقادي لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .
- ٨- إمكانية التنبؤ بالأداء الإنقادي في ضوء اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .
- ٩- التعرف علي فاعلية البرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) (عينة البحث) لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنقادي (قيد البحث) .
- ١٠- التعرف علي دلالة الفروق وتباينها للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) (عينة البحث) علي متغير اليقظة العقلية (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنقادي (قيد البحث) .
- ١١- التعرف علي الفروق بين نسب التغير المئوية والكسب المعدل لبلاك بين القياسيين القبلي والبعدي للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) (عينة البحث) لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنقادي (قيد البحث) .
- ١٢- التعرف علي دلالة الفروق وتباينها للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) (عينة البحث) علي متغير اليقظة العقلية (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنقادي (قيد البحث) .
- ١٣- التعرف علي حجم الأثر بين القياسات البعدية للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) (عينة البحث) لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنقادي (قيد البحث) .

١٤- التعرف علي العلاقات الارتباطية بين متغيرات (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) كمكون لليقظة العقلية من جهة والأداء الإنقاضي من جهة أخرى(قيد البحث) للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث) .

تساؤلات البحث :

لتحقيق أهداف البحث يصوغ الباحث الفروض الاستفهامية الآتية :

- ١- ما هي تباين الفروق بين أنماط السيطرة الدماغية لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا ؟
- ٢- ما مدي مساهمة تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه في اليقظة العقلية كقدره مركبة وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا ؟
- ٣- هل يمكن التنبؤ باليقظة العقلية في ضوء مكوناتها لكلا من(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا ؟
- ٤- هل الاختبار المعياري لقياس اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (قيد البحث) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا(عينة البحث)مقنن ومتوافر فيه الشروط والمعايير العلمية ؟
- ٥- هل يمكن وضع وتحديد مستويات معيارية خاصة باليقظة العقلية ومكوناتها (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه)(قيد البحث) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا(عينة البحث) ؟
- ٦- هل يمكن بناء وتقنين مقياس للأداء الإنقاضي لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا ؟
- ٧- ما مدي مساهمة اليقظة العقلية ومكوناتها (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)علي الأداء الإنقاضي لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا ؟
- ٨- هل يمكن التنبؤ بالأداء الإنقاضي في ضوء اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا ؟

٩- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الأولى ذات النمط الأيسر من السيطرة الدماغية علي الأداء الإنفاذي(قيد البحث) وفقا للبرنامج التدريبي المقترح القائم علي النظام الإلكتروني لاختبار اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا(عينة البحث) ؟ وفي أي اتجاه للقياسين القبلي أم البعدي إن وجدت ؟

١٠- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الثانية ذات النمط المتوازن(المتكامل) علي الأداء الإنفاذي(قيد البحث) وفقا للبرنامج التدريبي المقترح القائم علي النظام الإلكتروني لاختبار اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا(عينة البحث) ؟ وفي أي اتجاه للقياسين القبلي أم البعدي إن وجدت ؟

١١- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الأولى ذات النمط الأيمن من السيطرة الدماغية علي الأداء الإنفاذي(قيد البحث) وفقا للبرنامج التدريبي المقترح القائم علي النظام الإلكتروني لاختبار اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا(عينة البحث) ؟ وفي أي اتجاه للقياسين القبلي أم البعدي إن وجدت ؟

١٢- ما الفروق بين نسب التغير المئوية والكسب المعدل لبلاك بين القياسيين القبلي والبعدي للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث) لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه)علي الأداء الإنفاذي(قيد البحث) ؟

١٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطات القياسات البعدي لأفراد المجموعات التجريبية الثلاثة وفقا لأنماط السيطرة الدماغية(النمط الأيمن/النمط الأيسر/النمط المتكامل)(عينة البحث) للبرنامج التدريبي المقترح القائم علي النظام الإلكتروني لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنفاذي(قيد البحث)؟ ولصالح أي مجموعة منهم إن وجدت ؟

١٤- ما هو حجم الأثر بين القياسات البعدي للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث) لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل

العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنقادي(قيد البحث) ؟ ولصالح أي مجموعة منهم إن وجدت ؟

١٥- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين اليقظة العقلية ومكوناتها تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه (قيد البحث) للمجموعات التجريبية الثلاثة في أنماط السيطرة الدماغية(النمط الأيمن/النمط الأيسر/النمط المتكامل) من جهة وبين الأداء الإنقادي لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا(عينة البحث) ؟ وما نوعها إن وجدت ؟

المصطلحات المستخدمة في البحث :

اليقظة العقلية Mindfulness : مستوى الانتباه والوعي الفردي لما يدور من حول الفرد من مواقف وأحداث داخل البيئة المحيطة والقدرة على إيجاد توجهات حديثة واستقبال المعلومات الجديدة والانفتاح على وجهات النظر المختلفة والتوجه نحو الحاضر أو مجموعة مؤشرات سلوكية تتعلق بمقدار قوة واستمرارية الانتباه والملاحظة الآتية ومقدار التعامل الواعي والتأملي لدى الطالبة في المواقف المختلفة وأختيار مدى قبولها للمواقف المختلفة واستبعاد الحكم الفوري عليها(٢١:١٤) , (٣٨:١٢١) , (٥٣:١٢٧).

تحمل العبء الإدراكي Cognitive Load bear : مقاومة فقد قدرة التمييز للكمية الكلية من المعلومات المتصلة بالمهمة المتاحة في البيئة الخارجة حينما تزداد عدد المثيرات أو تزيد مدة الانتباه الانتقائي مع التركيز أو القدرة علي الحفاظ علي الطاقة الذهنية أكبر وقت ممكن دون انخفاض أو المجهود الأكبر المطلوب في الحفاظ علي معالجة المعلومات أكبر وقت ممكن(٣٩:٦٤٧) , (٦٩:٥٣٢) , (٢٨:٢٤٠) .

استدامة توزيع الانتباه sustainability distribution of Attention : القدرة علي دوام تنظيم الانتباه العمدي نحو عدد من المثيرات الخارجية بالتساوي في وقت واحد بتغيير الأوضاع الخاصة بالتأقلم دون تشتيت أو تمييز واختيار مثير بعينه (٤:٣٩) .

تركيز الانتباه concentrate of Attention : تضيق الانتباه من خلال النقطة التي يتم توجيه الانتباه أو تركيزه نحو مثير معين واستمرار الانتباه علي هذا المثير المختار(٥:٢٥٧) .

السيطرة الدماغية brain dominanc السيطرة المخية **cerebra dominance** : هو الاعتماد بشكل كبير علي أحد جانبي الدماغ أكثر من الآخر أثناء معالجة المعلومات والذي يشير بالجانب المسيطر السائد لدي الأفراد وترتب عليه ظهور مفهوم السيطرة الدماغية أو السيادة الدماغية أي أن سيطرة أحد جانبي الدماغ لدي الفرد(٤٢:٢٤٩) , (٧٢:٥١٧) .

الدرجة الخام **Raw Degree** : هو ما حصل عليه المختبر نتيجة أداءه في الاختبار دون أي تعديل أو تغيير (٢١٧:٧) .

الدرجة المعيارية **Standard Degree** : هي الدرجة التي يعبر فيها عن درجة كل فرد علي اساس عدد وحدات الانحراف المعياري لدرجته عن المتوسط (٦٨:١١) .

المئينات **percentiles** : درجة تدل علي الرتب أو المنزلة المئوية التي يحتلها فرد معين بالنسبة لمجموعة من الأشخاص تماثل حالتهم وفق الظاهرة المدروسة (٦٧:١٠) .

المستويات المعيارية **Standard levels** : هي أسس داخلية للحكم علي الظاهرة موضوع التقويم ، تدل علي الرتب المئوية أو المنزلة المئوية التي يحتلها فرد معين بالنسبة لمجموعة من الأشخاص تماثل وفق الظاهرة المدروسة (٤١:١٠) .

الأداء الإنقاذي **rescue performance** : هو مفهوم يرتبط بين أوجه النشاط لبناء متعدد الأبعاد لمستوي أداء المنقذ لمهامه وقدراته علي الإنجاز كمتغير علي المستوي الفردي من خلال الأداء الوظيفي الفعلي والكفاء للمنقذ بما يتمتع به من مجابهة الفلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية ومرونة وتحدي وقدرات ذاتية ومهنية خاصة (تعريف إجرائي) .

الدراسات السابقة :

- قامت " ليندسي ك. لاناغان و ليتزل إميلي سكاو **Lindsey K. Lanagan & Letzel Emily Scow** (٢٠١٥) (٥١) بدراسة بعنوان "التحديات الإدراكية للمراقبة البصرية في مجال الإنقاذ" وتتناول هذه الدراسة المكونات المرئية لوظيفة منقذ الحياة والتحديات الرئيسية التي يواجهها أثناء المراقبة وتشمل هذه التحديات البصرية (تعكر الماء واضطرابه ، انكسار الضوء) تحديات اختلاف التباين الضوئي (العمى الحسي) تحديات التحفيز والبحث عن أهداف متعددة معقدة ، ديناميكية ، غير محددة ونادرة) بما في ذلك على سبيل المثال لا الحصر قضايا اليقظة والانتباه .

- قامت " أنات مائيردانيال وهارتمان أفينوام بوروسكي **Anat Meir Daniel & Hartmann Avinoam Borowsky** (٢٠٢١) (١٩) بدراسة بعنوان فحص القدرات الحسية والإدراكية لرجال الإنقاذ لتوقع المحرضين على مخاطر ركوب الأمواج (دراسة استكشافية) حيث هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف المهارات الحسية والإدراكية للمخاطر المتعلقة بالشواطئ من رجال الإنقاذ من الأمواج عن قرب ورجال الإنقاذ في أحواض السباحة ، والمستفيدين الذين خدموا كمراقبة بتعرض المشاركين إلى تسعة وعشرين مقطع فيديو مدته ١٠ ثوانٍ ، تصور مشاهد حقيقية لركوب الأمواج الخطرة تم التقاطها على طول شواطئ البحر الأبيض المتوسط باليونان من منظور برج المنقذ أثناء مشاهدة كل

مقطع فيديو لراكبي الأمواج الهواه ، طُلب من المشاركين الضغط على زر الاستجابة في حالة تحديد حالة ركوب الأمواج التي قد تشكل تهديداً بالغرق على المستحمين تم فحص بيانات حركة العين والاستجابة السلوكية ، أظهرت النتائج أن رجال الإنقاذ كانوا أكثر وعياً بالسّمات الديناميكية الشكلية في المنطقة القريبة من الشاطئ على سبيل المثال (تيارات التمزق) من أي مجموعة أخرى ، علاوة على ذلك كان رجال الإنقاذ والمراقبة المحترفون في أحواض السباحة أكثر تركيزاً على المستحمين أنفسهم ، بغض النظر عن حالة الشاطئ وخصائصه الديناميكية الشكلية . تؤكد هذه النتائج على أن التجربة تمكن رجال الإنقاذ من ركوب الأمواج من إدراك الظروف الديناميكية الشكلية للتصفح ، ودمج هذه العناصر مع ديناميكيات السباحين ، والتنبؤ بشكل شامل بالمواقف الخطرة في المستقبل. قد يساعد استكشاف وإثبات أوجه القصور المعرفية لدى المستحمين في تقييم تيارات التمزق الرئيسية التي تهدد الحياة ، مثل محرضي مخاطر التصفح (HIS) في إنتاج برامج تثقيف عامة كأسلوب فعال للوقاية من الغرق. تمت مناقشة الآثار المترتبة على سياسات الصحة العامة .

– قامت " فيكتوريا لاکستون ديفيد كرونالد Victoria Laxton & David Crundall " (٢٠٢١) (٧١) بدراسة بعنوان تأثير تجربة حرس الإنقاذ على اكتشاف ضحايا الغرق في مهمة بحث بصري ديناميكي واقعي ، حيث تعد مراقبة حراس الإنقاذ مهمة معقدة لسلامة راكبي الأمواج ، قارنت هذه الدراسة الحالية مهارات البحث عن المنقذين وغير المنقذين باستخدام محفزات ديناميكية وطبيعية (مقاطع فيديو لراكبي أمواج متحالفين والتي تختلف في الحجم المحدد ونوع الغرق ، كان رجال الإنقاذ أكثر دقة واستجابوا بشكل أسرع لأهداف الغرق وفقاً لاستمارات عينية تشرح الأحداث الفعلية لهؤلاء الغرقى وكيفية التصرف معهم سلوكياً ومهنيًا، تم العثور أيضاً على اختلافات بين أهداف الغرق لطبيعة الاستجابة للغرق السلبي في كثير من الأحيان بشكل أقل ، ولكن بشكل أسرع من الغرق النشط ، مما يبرز أن الغرق السلبي قد يكون أقل بروزاً ولكنه مفيد للغاية بمجرد اكتشافه كشفت تأثيرات حجم المجموعة عن انخفاض في سرعات التفاعل عند مستوى حجم مجموعة متوسط ، مما يشير إلى تغيير محتمل في استراتيجيات البحث المرئي مع زيادة حجم المصفوفة ، ومع ذلك فإن قدرة الاختبار على التمييز بين رجال الإنقاذ وغير المنقذين توفر إمكانيات مستقبلية للتدريب وتقييم مهارات مراقبة .

خطة وإجراءات البحث

منهج البحث : لتحقيق أهداف وفروض البحث استخدم الباحث المنهج الوصفي "بطريقة الأسلوب المسحي" لتصميم وتقييم اختبار اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه

وتركيزه)(قيد البحث) وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث) , كذلك لبناء مستويات معيارية لتقييم اليقظة العقلية ومكوناتها(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه)(قيد البحث) وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث)القائم علي النظام الإلكتروني ثم المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة البرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني ولقد استعان الباحث بأحد التصميمات التجريبية وهو التصميم التجريبي لثلاث مجموعات تجريبية بإتباع القياس القبلي والبعدي للمجموعات الثلاث لملائمته وتناسبه مع طبيعة وأهداف البحث .

مجتمع وعينة البحث : تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من المنقذين العاملين بمجمعات حمامات السباحة بمحافظة المنيا وتشمل(نادي القوات المسلحة بالمنيا- نادي الشرطة الرياضي- جامعة المنيا- توجيه عام التربية الرياضية(الممثل)- نادي المنيا الرياضي- نادي المنيا الجديدة الرياضي- نادي الشرطة الرياضي بالمنيا الجديدة- نادي نقابة الأطباء بالمنيا الجديدة(سما بول)- نادي نقابة المهندسين بالمنيا الجديدة- نادي الطيران(سبلاش) المنيا الجديدة- الراعي الصالح(المنيا الجديدة)- سوسنه(المنيا الجديدة)- مركز شباب ثله الرياضي - منتجع حورس السياحي- منتجع إيتاب السياحي- منتجع اتون السياحي- نادي ناصر الفكرية بأبو قرقاص- نادي ناصر بملوي- نادي برتو ملوي- نادي الدقوفي بسمالوط- منتجع سي لايف بمطاي- منتجع البروفاج ومرينا ببني مزار- نادي مغاغة الرياضي- نادي العدوي الرياضي) والبالغ عددهم(١٦٨) منقذ من مجتمع البحث الأصلي والذي تم استبعاد(٣١) منقذ لعدم انتظامهم الكامل في إجراء القياسات والمداومة(١٣٧) منقذ لتطبيق التجربة البحثية عليهم حيث تم توزيعهم كالتالي :-

- (١٠٥) منقذ تم استخدامهم في تقنين اختبار اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه)(قيد البحث) وبناء مستويات معيارية لتقييم اليقظة العقلية ومكوناتها(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه)(قيد البحث) موزعين علي أنماط السيطرة الدماغية بالتساوي(٣٥) منقذ لنمط السيطرة الدماغية الأيسر/(٣٥) منقذ لنمط السيطرة الدماغية المتوازن(المتكامل)/(٣٥) منقذ لنمط السيطرة الدماغية الأيمن .
- (٣٢) منقذ كعينة استطلاعية لتحديد صدق وثبات وموضوعية اختبار اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) ومقياس الأداء الإثناذي(قيد البحث) .
- (٣٦) منقذ تم اختيارهم من واقع(١٠٥) منقذ مسبقا في تقنين الاختبار المعياري لليقظة العقلية وبناء المستويات المعيارية لهم لتطبيق البرنامج التدريبي المقترح القائم علي النظام الإلكتروني لليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) بواقع(١٢) منقذ لنمط السيطرة

- الدماغية الأيسر/(١٢) منقذ لنمط السيطرة الدماغية المتوازن(المتكامل)/(١٢) منقذ لنمط السيطرة الدماغية الأيمن , كما روعي في عينة البحث ما يلي :-
- ١- أن يكون المنقذ حاصل علي شهادة إنقاذ الغرقى والإسعافات الأولية .
 - ٢- أن يكون قائم علي عمله كمنقذ بحمام السباحة .

اعتدالية أفراد العينة في المتغيرات قيد البحث :

قام الباحث بالتأكد من مدى اعتدالية توزيع أفراد المجموعة في ضوء متغيرات معدلات التجانس وتشمل (حدة البصر , سرعة رد الفعل البصري , سنوات خبرة الإنقاذ) ومكونات اليقظة العقلية(تحمل العبء الإدراكي , استدامة توزيع الانتباه , تركيز الانتباه) وقدرة اليقظة العقلية والأداء الإنقاضي(مقياس الأداء الإنقاضي)(قيد البحث) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا(عينة البحث) .

جدول (١)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح

في متغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه)

ومقياس الأداء الإنقاضي(قيد البحث) لمنقذ الحياه علي المياه(عينة البحث) ككل(ن=١٠٥)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح
١	معدلات التجانس	حدة البصر	درجة	6.771	6	1.317	-0.0533	-0.7432
		سرعة رد الفعل	ثانية	0.3950	0.41	0.0637	0.3912	-1.216
		سنوات خبرة الإنقاذ	عدد	4.276	4	0.6721	1.361599	-0.5102
٢	مكونات اليقظة العقلية	تحمل العبء الإدراكي	درجة	1.010	1.092	0.4207	-0.05336	-1.0310
		استدامة توزيع الانتباه	درجة	36.133	35	5.609	0.3912	-0.8427
		تركيز الانتباه	درجة	3.70464	2.5714	2.5669	1.3616	1.12993
٣	اليقظة العقلية	قدرة اليقظة العقلية	درجة	266.861	82.182	381.08	2.291075	2.4899
٤	الأداء الإنقاضي	مقياس الأداء الإنقاضي	درجة	٣٣٠.٧٨٠	٣٣٠	١٧.٠٠١	١.١٣٨٣	٢.٨٥٣٣

يتضح من جدول(١) والذي يشير إلي المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء والتفطح للمتغيرات(قيد الدراسة) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا(عينة البحث) أن معاملات الالتواء والتفطح تقع داخل المنحني المعتدل الطبيعي حيث تراوحت ما بين(+٣,-٣) حيث تراوحت للالتواء ما بين(٢.٢٩١٠٧):- (٠.٠٥٣-) والتفطح ما بين(٢.٨٥٣٣):- (١.٢١٦-) مما يدل علي تكافؤ مجموعة البحث قبل تنفيذ الدراسة الحالية .

وسائل جمع البيانات :

من أجل الحصول على بيانات صحيحة استعان الباحث بالأدوات والأجهزة وعلى الشكل الآتي :-

أولاً : أدوات البحث :

- المقابلات الشخصية .
- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- الاختبارات والمقاييس المستخدمة بالبحث مثل مقياس "ديان Diane " للسيطرة الدماغية ٢٠١٥م (مرفق ١)
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) .
- استمارة للاستبيان السادة الأساتذة والمختصين (الخبراء) حول ترشيح أهم مكونات اليقظة العقلية الخاصة بمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (مرفق ٢) .

جدول (٢)

النسبة المئوية لاستمارة استطلاع رأي السادة الخبراء بالاتفاق والاختلاف
حول مكونات اليقظة العقلية الخاصة بمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

الدلالة الإحصائية	قيمة كا ^٢		عدد الخبراء			اسم الاختبار	م
	جدولية	محسوبة	النسبة المئوية	غير موافق	النسبة المئوية		
معنوي		١٢	صفر	صفر	%١٠٠	١٢	١ تركيز الانتباه
غير معنوي		٠.٣٣٣	%١٠٠	١٢	صفر	صفر	٢ تدفق الانتباه النفسي
غير معنوي		صفر	%٥٨.٣٣	٧	%٤١.٦٦	٥	٣ الانتباه الإرادي الانتقائي
غير معنوي		١.١١	%٥٨.٣٣	٧	%٤١.٦٦	٥	٤ الانتباه الإرادي القسري
غير معنوي		٥.٣٣٣	%١٦.٦٦	٢	%٨٣.٣٣٣	١٠	٥ الانتباه الموجه
غير معنوي		١.٣٣	%٦٦.٦٦	٨	%٣٣.٣٣	٤	٦ الانتباه المتبادل
معنوي		١٢	صفر	صفر	%١٠٠	١٢	٧ تحمل العبء الإداري
غير معنوي		١.١١	%٥٨.٣٣	٧	%٤١.٦٦	٥	٨ تحول الإنتباه المقسم
غير معنوي		٥.٣٣٣	%١٦.٦٦	٢	%٨٣.٣٣٣	١٠	٩ الانتباه الدائم
غير معنوي		١.٣٣	%٦٦.٦٦	٨	%٣٣.٣٣	٤	١٠ سعة الانتباه
معنوي	٣.٨٤	٨.٣٣٣	%٨.٣٣٣	٥	%٩١.٦٦٦	١١	١١ استدامة توزيع الانتباه
غير معنوي		١.٣٣	%٦٦.٦٦	٨	%٣٣.٣٣	٤	١٢ ثبات وسكون الانتباه
غير معنوي		٣.٠٠	%٥٨.٣٣	٥	%٤١.٦٦	٧	١٣ سرعة الاستجابة الإنتباهيه
غير معنوي		١.٨٧	%٥٨.٣٣	٧	%٤١.٦٦	٥	١٤ تتبع الانتباه

غير معنوي	١.٣٣	%٦٦.٦٦	٨	%٣٣.٣٣	٤	الانتباه المتحرك	١٥
غير معنوي	١.٣٣	%٦٦.٦٦	٨	%٣٣.٣٣	٤	عمق الانتباه	١٦
غير معنوي	٠.٣٣٣	%٨٣.٣٣٣	١٠	%١٦.٦٦	٢	حجم الانتباه	١٧
غير معنوي	١.٣٣	%٦٦.٦٦	٨	%٣٣.٣٣	٤	عبء الذاكرة العاملة	١٨

قيمة (كا^٢) الجدولية عند درجة حرية (١) = ٣.٨٤

يتضح من جدول (٢) والذي يشير إلي استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء حول مكونات اليقظة العقلية المنتقاة لمنفذ الحياه علي المياه بمحافظة المنيا والتي تم عرضها علي السادة الخبراء والبالغ عددهم (١٢) خبير من خبراء علم النفس التربوي والصحة النفسية وعلم النفس الرياضي والرياضات المائية والإيقاظ في مصر من أعضاء هيئة التدريس وغيرهم من مدربي الإيقاظ الدولي والتي تم اعتمادها في البحث حيث خضعت هذه الاستمارة الي المعالجة الإحصائية وبلغت قيمة (كا^٢) المحسوبة بين (٨.٣٣:١٢) أعلى من قيمة (كا^٢) الجدولية والتي بلغت (٣.٨٤) بنسبة موافقة تراوحت بين (٨٣.٣٣%:١٠٠%) والتي ارتضاها الباحث كمكونات أساسية لليقظة العقلية أما المكونات الأخرى التي حصلت علي نسبة أقل كانت دلالتها الإحصائية غير معنوية حيث كانت قيمة (كا^٢) المحسوبة أقل من قيمة (كا^٢) الجدولية وبالتالي تم استبعاد هذه المكونات لأنها لا تصلح أن تكون مكون لليقظة العقلية لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

ثانياً : الأجهزة العلمية :

قام الباحث بتحديد الأدوات المستخدمة في البحث وفقاً للشروط الآتية :

- أن تكون ذات فاعلية في قياس الجوانب المحددة للبحث .
- أن يتوفر بها المعاملات العلمية من صدق وثبات وموضوعية .

الأجهزة العلمية : قام الباحث باستخدام الأجهزة العلمية الآتية :

١- لوحة سنلين والتي تتكون من قائمة صفوف من حرف هجائي بأحجام مختلفة ومرتجة في الحجم من أعلى إلى أسفل .

٢- جهاز سرعة رد الفعل مزود بساعة إيقاف ومثير ضوئي وشاشة رقمية وأزرار .

٣- ساعة إيقاف ١/١٠٠ من الثانية .

٤- جهاز حاسوب مزود ببرنامج مخرجات (بصري صوتي) لمجموعة من الحروف والرموز والأرقام والصور والأشكال الهندسية كذلك مزود ببرنامج حاسوب لحساب سرعة الاستجابة الإنباهيه من خلال حساب مجموع زمن الاستجابة .

٥- (٢) لوحة إلكترونية (تابليت) مقاس ١٢ بوصة تعمل باللمس باستخدام قلم إلكتروني ، مصفوف في كل لوحة الحروف والرموز والأرقام والصور والأشكال الهندسية بمقاس واحد ومرتب عشوائيا بحيث يكون الترتيب في اللوحة الأولى مختلف عن ترتب الحروف في اللوحة الثانية (ملحوظة) يمكن ربط اللوحة بخاصية البلوتوث موصله ببرنامج الحاسوب المنتقل (لاب توب) .

ثالثا : الاختبارات

- ١- مقياس (ديان Diane) ٢٠١٥م لتحديد أنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (مرفق ١) .
- ٢- اختبار اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (مرفق ٣) .
- ٣- مقياس الأداء الإنقاذي لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا .

المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث :

التجربة الاستطلاعية :

ان اهم ما يوصي به البحث العلمي للحصول على نتائج دقيقة وموثوق بها هو اجراء التجربة (التجارب الاستطلاعية) والتي تعرف على انها" دراسة تجريبية اولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه الهدف منها اختبار اساليب البحث وادواته" وبهذه تعد التجربة الاستطلاعية هي استطلاع للظروف المحيطة بالظاهرة موضوع الدراسة ، كما وتعد "من الوسائل المهمة والضرورية جدا في تنفيذ البحوث والتي تساعد الباحث على تحديد المشاكل المحتمل الوقوع بها وبهذا يستطيع الباحث عبر (التجارب) الاستطلاعية الوقوف على الخطوات التي سوف يتخذها في تجربته الرئيسي .

أ- التجربة الاستطلاعية الأولى : قام الباحث بإجراء لتجربة الاستطلاعية الاولى أيام ٢-٣-٤/١٠/٢٠٢١م على عينة عشوائية من مجتمع البحث مكونة من (32) منقذ وذلك لغرض التعرف على:-

- كفاية فريق العمل المساعد .
- تنظيم تطبيق تسلسل الاختبارات والوقت الذي تستغرقه (الاختبارات) .
- صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة في الاختبارات .
- صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة في الاختبارات .
- قدرة العينة على تنفيذ الاختبارات ومدى وضوح التعليمات .

ب- التجربة الاستطلاعية الثانية : بإجراء التجربة الاستطلاعية الثانية أيام ١٣-١٤ - ١٥/١٠/٢٠٢١م على نفس افراد العينة الاستطلاعية الاولى وكان الهدف منها الحصول على المعاملات العلمية الموضوعية للاختبارات من معامل صدق وثبات .

أولاً : صدق الاختبارات : للتطبيق قام الباحث بحساب معامل الصدق عن طريق تطبيق الاختبارات على عينة التجربة الاستطلاعية ومن خارج عينة البحث الأساسية وعددهم (٣٢) وقد استخدم الباحث (طريقة المقارنة الطرفية) وتم ترتيب درجاتهم تصاعدياً لتحديد الأرباعي الأعلى ليمثل (٢٧%) لمجموعة المستوى المرتفع وعددهم (٨) والأرباعي الأدنى (٢٧%) لمجموعة المستوى المنخفض وعددهم (٨) لكلاً منهما .

جدول (٣)

دلالة الفروق بين الأرباعي الأعلى والأدنى في الاختبارات قيد البحث بطريقة مان ويتي اللابارومتري (ن=٨)

م	المتغيرات	وحدة القياس	الرابع الأعلى (ن=٤)		الرابع الأدنى (ن=٤)		U	W	قيمة z	احتمالية الخطأ
			متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب				
١	مكونات اليقظة العقلية	درجة	٤.٥٠	٣٦.٠٠	١٢.٥٠	١٠٠.٠٠	٠.٠٠	٣٦.٠٠	٣.٣٦٣-	٠.٠٠١
		درجة	١٢.٥٠	١٠٠.٠٠	٤.٥٠	٣٦.٠٠	٠.٠٠	٣٦.٠٠	٣.٣٩٣-	٠.٠٠١
		درجة	١٢.٥٠	١٠٠.٠٠	٤.٥٠	٣٦.٠٠	٠.٠٠	٣٦.٠٠	٣.٣٦٨-	٠.٠٠١
٢	اليقظة العقلية	درجة	١٢.٥٠	١٠٠.٠٠	٤.٥٠	٣٦.٠٠	٠.٠٠	٣٦.٠٠	٣.٣٦٣-	٠.٠٠١

يتضح من الجدول (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى في الاختبارات قيد البحث وفي اتجاه مجموعة الأرباعي الأعلى حيث أن قيم احتمالية الخطأ دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلى صدق تلك الاختبارات وقدرتها على التمييز بين المجموعات .
ثانياً: ثبات الاختبارات : وبالنسبة لثبات الاختبارات فقد تم إعادة الاختبار بعد (٧) ايام من اجراء التجربة الاستطلاعية الاولى وعلى نفس افراد العينة , وقد استخدم الباحث معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج الاختبارين الاول والثاني وقد توصل الباحث الى كون جميع قيمها المحسوبة اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية والبالغة (٠.٣٤٩) عند درجة حرية (٣٠) وبمستوى دلالة (٠,٠٥) وكما موضح في الجدول (٢٥) .

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق في الاختبارات قيد البحث (ن=٣٢)

معامل الارتباط	إعادة التطبيق		التطبيق		وحدة القياس	المتغيرات		م
	ع	م	ع	م				
٠.٧٥٩	٠.٣٢٢	٠.٦٣٦	٠.٢٦٢	٠.٥٦٩	درجة	تحمل العبء الإدراكي	مكونات اليقظة العقلية	١
٠.٨٩٨	٤.٨٠٢	٣٩.٠٣١	٤.٩٩٩	٤١.٣١٢	درجة	استدامة توزيع الانتباه		
٠.٩٦٤	٢.٩١٣	٦.١٤٠	٢.٤٧٧	٦.٦٩١	درجة	تركيز الانتباه		
٠.٨٧١	٥٤٩.٦٤١	٤٥٩.٦٠٧	٤٧٨.٥٧٨	٦٦٣.٤١٣	درجة	قدرة اليقظة العقلية	اليقظة العقلية	٢

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٤٩

ينضح من جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق للاختبارات قيد البحث قد تراوحت ما بين (٠.٧٥٩، ٠.٩٦٤) وجميعها معاملات ارتباط دال إحصائياً حيث أن قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) مما يشير إلي ثبات تلك الاختبارات .

المعاملات العلمية لمقياس الأداء الإنقاذي لمنقذي الحياة علي المياه :

أولاً : صدق المقياس : استعان الباحث بعدة طرق لحساب صدق المقياس :

١- صدق المحتوي . ٢- صدق المحكمين . ٣- صدق الاتساق الداخلي . ٤- الصدق التلازمي .

١- صدق المحتوي : قام الباحث من خلال تحليل الأطر النظرية والدراسات السابقة والدوريات والمقاييس التي تحدد محاور المقياس واقتراح عدد من العبارات لكل محور .

٢- صدق المحكمين : قام الباحث بعرض محاور المقياس وعبارات كل محور خلال يومي ٦/٧/٢٠٢١م علي ستة خبراء وفقا للمعايير السابق ذكرها في الجداول السابقة واحتوي المقياس علي ثلاثة محاور و(١٣٧) عبارة وذلك بعد حذف وإضافة بعض العبارات وتعديل الصياغة المفهومة للعبارات , واعتبر الباحث نسبة اتفاق الخبراء علي عبارات المقياس معيارا لصدقة .

٣- صدق الاتساق الداخلي : للتحقق من مدي تمثيل عبارات مقياس الأداء الإنقاذي لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا ومدي ارتباط درجات محاور المقياس بالدرجة الكلية للمحور التابع له العبارة ومدي ارتباط درجات محاور المقياس بالدرجة الكلية للمقياس تم تطبيق المقياس خلال الفترة من ٩/٩ إلي ١٢/٩/٢٠٢١م وذلك علي عينة الدراسة الاستطلاعية قوامها (٣٢) منقذ من المنقذين العاملين بمجمعات حمامات السباحة بمحافظة المنيا .

أ- صدق الاتساق الداخلي : تم حساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة بكل محور علي حدة والدرجة الكلية لهذا المحور وذلك علي عينة الدراسة الاستطلاعية والجداول (٧:٥) توضح ذلك .

جدول (٥)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المحور الأول

بالدرجة الكلية للمحور (مجابهة القلق وتعزير السمات الحسية والإدراكية) (ن=٣٢)

الارتباط	الفقرات	رقم العبارة	م
*٠.٣٧٢	أشعر بالاضطراب ودقات غير منتظمة في نبضات قلبي عندما تحدث حالات غرق	١	١
*٠.٣٥٦	أتحكم في السيطرة علي أعصابي حينما تحدث أي حالات غرق	٢	٢
*٠.٤١١	أستطيع السيطرة علي أعصابي حتي لو أن دقات قلبي تصل إلي رقبتي عندما أسمع صفارة المنقذين	٣	٣
*٠.٣٨٢	أحافظ علي هدوئي وثبات انفعالي طوال فترة الإنقاذ	٤	٤
*٠.٣٩٧	أتحكم في نفسي حتي لو شعرت بالاضطراب في معدتي أثناء واجبي الإنقاذي	٥	٥
*٠.٤٤١	أحاول تجنب التفكير في أي شيء يعيقني في عملي كمنقذ مع الحفاظ علي تركيزي بقوة علي	٦	٦
*٠.٣٩٣	لدي القدرة في الوثوق بأدائي وقدراتي في المواقف الصعبة والحرجة	٧	٧
*٠.٤١٢	عندما أشعر بالقلق أستطيع السيطرة علي أعصابي وأملك القدرة علي التركيز .	٨	٨
*٠.٥٨١	أواجه قلقي بقدرتي في التعامل مع المتمردين والغرقى في حالات حدوث الحالات الطارئة .	٩	٩
*٠.٥٧١	أواجه حمي البداية قبل بداية فترة الإنقاذ بثقه كبيرة في ذاتي .	١٠	١٠
*٠.٣٨١	أواجه القلق في بداية فترات الإنقاذ بزيادة الانتباه والتركيز .	١١	١١
*٠.٣٥١	أجد صعوبة في تجميع انتباهي إذا حدث حالة غرق .	١٢	١٢
*٠.٣٧٨	في حالة حدوث اي طارئ يزيدني من الانتباه ولا أعاني من الشرود في الذهن أثناء الإنقاذ .	١٣	١٣
*٠.٦١٧	تقتني بنفسني تجعل مستوي أدائي يصل إلي القمة في حالات الإنقاذ الصعبة .	١٤	١٤
٠.٢٩١	ارتكابي لبعض الأخطاء في الإنقاذ يدفعني لزيادة تركيزي ويقظتي مهما كانت .	١٥	١٥
*٠.٣٦٩	عند اندماجي في وقت الإنقاذ لا ينتابني الإحساس بطول الزمن .	١٦	١٦
٠.٣٣١	تحركات المترددين المستمرة والمشتتة لا تؤثر علي تركيزي وانتباهي في أدائي الإنقاذي	١٧	١٧
*٠.٥٧٧	أستطيع تحليل مواقف الغرق ومعالجتها بسرعة كبيرة لمواجهة ضغوط أخرى .	١٨	١٨

تابع جدول (٥)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المحور الأول

بالدرجة الكلية للمحور (مجابهة القلق وتعزير السمات الحسية والإدراكية) (ن=٣٢)

الارتباط	الفقرات	رقم العبارة	م
*٠.٣٦٩	يزيدني إصرار علي اليقظة بفاعلية حينما أنقذ أي متردد من الغرق .	١٩	١٩
*٠.٣٧٨	أتابع قطاعي بصفة خاصة بكل يقظه وتحسب وقطاع المنقذين الآخرين من حولي	٢٠	٢٠
*٠.٣٩١	أحافظ بكفاءة علي حواسي السمعية والبصرية لأطول فترة ممكنه مهما واجهني من صعوبات.	٢١	٢١

*.٣٥٨	أحافظ علي تركيز انتباهي وتتبع الغرقى أثناء الإنقاذ منذ لحظة البداية .	٢٢	٢٢
*.٤٦٩	لدي القدرة والسرعة لفهم وترجمة المعلومات الحسية والبصرية وتحليلها بدقة عالية في أي طارئ .	٢٣	٢٣
*.٥٦٣	أتحري الصبر والتأني حيال مشكلات الغرق التي تحدث دون توتر أو اضطراب .	٢٤	٢٤
*.٤٨٣	أحافظ علي يقظتي بقدر الإمكان طوال فترة الإنقاذ لمواجهة أي طارئ .	٢٥	٢٥
*.٣٩٤	أقوم بتوزيع انتباهي علي قطاعي بصفة مستمرة ومنظمة دون التركيز علي منطقة بعينها	٢٦	٢٦
*.٣٦٧	اقوم بتركيز انتباهي وتتبع أي خطر لتجنب حدوث أي طارئ .	٢٧	٢٧
*.٣٥٧	اتحمل مستويات عبء الانتباه وشرود الذهن مهما طاللت فترة الإنقاذ .	٢٨	٢٨
*.٣١٨	انتبه إلى كل ما أقوم به من أفعال وأعي كل ما حولي من أحداث وأشياء مهما بلغت من توتر وقلق	٢٩	٢٩
*.٣٨٢	أتميز بذاكرة قوية تزيد من خبرتي كمنفذ في التعامل مع أزمات وطوارئ الغرق	٣٠	٣٠
*.٤٣٧	لدي القدرة على الاستجابة والتعامل مع جميع المواقف الضاغطة من حولي .	٣١	٣١
*.٣٥٠	ادرك النتائج المترتبة على ماأمر به من أحداث ضاغطة في عملي كمنفذ .	٣٢	٣٢
*.٥٢٩	أشعر ان مواجهة الأزمات بهدوء دون قلق جزء من تطوير شخصيتي .	٣٣	٣٣
٠.١٨٧	أتعلم أفكارا جديدة لتصور مواقف يمكن أن أتغلب فيها علي قلقي في حالات الطوارئ الحرجة.	٣٤	٣٤
*.٥٤٨	ألاحظ قصدا أحاسيس جسمي في حالة التوتر والقلق وأغير من لغة جسدي .	٣٥	٣٥
*.٣٥٣	أنتبه للأصوات من حولي بحالة من الوعي الحسي الكامل للتحفز لأي طارئ .	٣٦	٣٦
*.٤٤٤	لدي خبرة لأعمال ومهام الإنقاذ بشكل تلقائي تجنبني من الاضطراب والقلق طوال فترة الإنقاذ	٣٧	٣٧
٠.٢٧٢	أملك القدرة علي التنظيم الذاتي للانتباه بفاعلية نحو تجربة الإنقاذ لسلامة المترددين وأمنهم	٣٨	٣٨
*.٤٦٨	أجيد السيطرة والتوجيه لكل قدراتي الحسية والبصرية والإدراكية في القيام بعمل كمنفذ حيا على المياه	٣٩	٣٩
٠.٢٦١	أوظف مهاراتي الحسية في حل المشكلات التي تواجهني أثناء الإنقاذ	٤٠	٤٠
*.٣٧٣	أستطيع السيطرة علي انفعالي وغضبي في بعض مواقف الغرق الطارئة دون توتر	٤١	٤١

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥=٠.٣٤ * دال عند مستوي ٠.٠٥

ينتضح من جدول (٥) أن جميع عبارات المحور الأول " مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية " ذات دلالة إحصائية أعلى من مستوي معنوية ٠.٠٥ ماعدا العبارات (١٥, ١٧, ٣٤, ٣٨, ٤٠) وسوف يتم استبعادهم من الصورة النهائية للمقياس نظرا لعدم توافر صدقها .

جدول (٦)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات

المحور الثاني بالدرجة الكلية للمحور (المرونة والتحمدي) (ن=٣٢)

الارتباط	الفقرات	رقم العبارة	م
*.٤١٣	أستطيع أن أتعامل مع مواقف الغرق التي تواجهني مهما كانت خطورتها .	٤٢	١
٠.٢٩٨	أستطيع أن أواجه مواقف الغرق بفاعلية وأتكيف معها .	٤٣	٢

*.٥١٧	تفكيري ينحصر في جانب واحد من جوانب مواجهة المشكلة .	٤٤	٣
*.٤٦١	لدي صعوبة في تصحيح أخطائي التي اقع فيها أثناء العمل .	٤٥	٤
*.٣٨٣	أواجه صعوبة في التعامل مع المواقف الجديدة أثناء الإنقاذ واتحدها .	٤٦	٥
*.٥٨٣	أتعامل مع زملائي المنقذين في حالات الغرق الطارئة بكل جهدي .	٤٧	٦
*.٦١٣	أجيد الاتصال بإشارات متفقه مع زملائي المنقذين في حالات الغرق الطارئة .	٤٨	٧
*.٤١٧	أساعد زملائي في القطاعات المختلفة بدقة كبيرة وأداء متفاني .	٤٩	٨
*.٣٦٧	أقبل الانتقادات بصدر رحب في مواجهة الشدائد .	٥٠	٩
*.٣٨٤	أستطيع استعادة توازني في مواجهة شدائد الغرق مهما حدث من صعاب .	٥١	١٠
*.٤٧٢	أأخذ قراري بنفسني في الحالات الطارئة وفي الأزمات دون التأثير علي قراري .	٥٢	١١
*.٣٩٧	لدي الجرأة لمواجهة الواقع مهما كان مؤلماً والتصدي له بكل هدوء .	٥٣	١٢
.١٥٨	عندما أحل مشكلة خاصة بتحقيق السلامة للمتريدين أجد متعة في التحرك لمشكلة أخرى .	٥٤	١٣
*.٥٠٩	قوة إرادتي تدفعني إلي الأداء الجيد وتشجع من أدائي بفاعلية في قطاع الإنقاذ .	٥٥	١٤
*.٤٢٨	عندما تحدث مشكلات الغرق ينتابني شعور أنه لا جدوي من حلها	٥٦	١٥
*.٤٤٨	أمتلك قدرة عالية من التحديات التي تواجهني في حالة حدوث الغرق مهما كانت انواعها .	٥٧	١٦
*.٤١٣	مواجهة ظروف حالة الغرق الصعبة تزيدني قوة وثقة وإصرار علي مواجهتها .	٥٨	١٧
*.٣٩١	أجد متعة في القيام بالمهام الصعبة أثناء الإنقاذ ومواجهة حالات الخطر .	٥٩	١٨
*.٣٥٧	أستطيع التعامل مع واقع الإنقاذ اليومي وقبوله رغم صعوبته .	٦٠	١٩

تابع جدول (٦)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات

المحور الثاني بالدرجة الكلية للمحور (المرونة والتحمدي) (ن=٣٢)

*.٤٦٣	لدي القدرة والمهارة في التعامل مع حالات الغرق التي يحجم عليها المنقذين .	٦١	٢٠
.٢٦٤	عزيمتي لا تضعف أمام حالات الغرق التي يحجم عليها المنقذين .	٦٢	٢١
*.٣٩١	أملك القدرة من شخصيتي في حل المشكلات التي تواجهني أثناء الإنقاذ .	٦٣	٢٢
*.٥٥٩	لدي القدرة علي قيادة عمل الإنقاذ مع زملائي .	٦٤	٢٣
*.٤٧٢	أستطيع السيطرة علي انفعالي في بعض مواقف الغرق الطارئة مهما كانت من صعوبتها .	٦٥	٢٤
*.٤٢٧	أشعر أنني موضع ثقة بمن أتعامل معهم من المنقذين .	٦٦	٢٥
.٢٢٩	لدي الثقة في قدراتي ونفسي بقدرة كبيرة للتعامل مع الشدائد .	٦٧	٢٦
*.٣٦٤	أقوم بعملتي بكل سهولة دون توتر مع زملائي .	٦٨	٢٧
*.٤٠٨	الترم بعلمي جهة المتريدين من تنفيذ القواعد والقوانين لسلامة المتريدين .	٦٩	٢٨
.٢٥١	أحافظ علي هدوئي وقت الأزمات التي يتعرض لها المتريدين علي حمام السباحة .	٧٠	٢٩
*.٤٧٣	لا أتاثر في الميل إلي الحلول الصعبة التي تواجهني في الإنقاذ إذا أضرت لذلك .	٧١	٣٠

*.٣٥٧	مواجهة التهديدات المتعلقة بسلامة المترددين تزيدني إصرارا وتحفز .	٧٢	٣١
*.٦٣٧	لدي القدرة علي مسابرة زملائي المنقذين في الحالات الطارئة من أجل سلامة وأمن المترددين .	٧٣	٣٢
*.٥٣٤	لدي آلية في الاتصال الفعال مع زملائي المنقذين لكل القطاعات للحفاظ علي أمن وسلامة المترددين	٧٤	٣٣
*.٣٨١	لدي قدرات خاصة مع زملائي لكسر حاجز الملل والحفاظ علي اليقظة طول فترة الإنقاذ	٧٥	٣٤
*.٤٩٢	أستطيع بث روح من الأمل والمثابرة مع زملائي لخفض حدة توتر العمل	٧٦	٣٥
*.٤١٣	أستغل أنا وزملائي الإمكانيات المتاحة مهما كانت ضئالتها وقلتها بكفاءة في عمل الإنقاذ	٧٧	٣٦
*.٣٤٩	أواجه الصعاب مع زملائي من تحديات لإثبات قدرتنا علي العمل بكفاءة دون ضجر أو تنفر	٧٨	٣٧
*.٤٤٢	أكون حلقة مرنة ومتصلة مع زملائي لشبكة تأمين كاملة لجميع قطاعات حمام السباحة	٧٩	٣٨
*.٤١٧	انقبل النقد مهما كان لازعاً من رؤسائي وأتغلب عليه بجعله حافزا لي للأمام	٨٠	٣٩
*.٤٢٦	أتحدي نفسي دائما لأحافظ علي مستواي كفاعتي علي الدوام دون أن يقل	٨١	٤٠
٠.١٧٢	لا أجد صعوبة في مواجهة تحديات الإنقاذ وإن وجد يزيدني إصرارا وتحدي	٨٢	٤١
*.٤٨٧	رسالتي كمنقذ حياه علي المياه أسمى من معاملة المنقذين والمترددين لي علي حوض السباحة مهما كانت جافة	٨٣	٤٢
*.٥٧١	يقلني وتركيزي في أعلي درجاته ولا يتأثر مهما حدث من زملائي أو رؤسائي أو المترددين	٨٤	٤٣
٠.١٦٧	ألتزم الحفاظ بقواعد ولوائح وقوانين الإنقاذ كسمة لشخصيتي كمنقذ حياه علي الرغم من عدم التزام المترددين بها	٨٥	٤٤
*.٥١٤	مهما حدث من طارئ أو مشاكل من المترددين علي حوض السباحة لا أبالي في عملي كمنقذ ولا يقيني تركيزي	٨٦	٤٥
*.٤٩١	لدي قناعة تامة بأنني ما أقوم به من عملي كمنقذ حياه علي المياه هو تحدي شخصي لذاتي	٨٧	٤٦
*.٤٢٤	أواجه صعوبات الإنقاذ مهما كانت تحدياتها دون التخلي أو الإحجام عنها	٨٨	٤٧
٠.٢٨٧	لا أتواني في مواجهة تحديات الإنقاذ مهما كانت صعوبتها ومشكلاتها	٨٩	٤٨
٠.٢٤١	أستطيع القيام بمهامي في الإنقاذ بتحدي مهما تعالت الأصوات من حولي لتشتيتي	٩٠	٤٩
*.٣٩١	التقليل من كفانتي كمنقذ حياه علي المياه من زملائي يزيدني إصرار وتحدي وثقة في أدائي	٩١	٥٠

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٣٤٩=٠.٠٥ * دال عند مستوي ٠.٠٥

ينضح من جدول (٦) أن جميع عبارات المحور الثاني " المرونة والتحدي " ذات دلالة إحصائية أعلي من مستوي معنوية ٠.٠٥ ماعدا العبارات (٤٣ , ٥٤ , ٦٢ , ٦٧ , ٧٠ , ٨٢ , ٨٥ , ٨٩ , ٩٠) وسوف يتم استبعادهم من الصورة النهائية للمقياس نظرا لعدم توافر صدقها .

جدول (٧)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات

المحور الثالث بالدرجة الكلية للمحور (القدرات الذاتية والمهنية الخاصة) (ن=٣٢)

الارتباط	الفقرات	رقم العبارة	م
*.٥٤١	أحرص علي أداء عملي بقدر كبير من الثقة والمتعة والمسئولية .	٩٢	١
٠.٢٧١	الترزم بمعايير الأمن والسلامة للمترددين علي إرشادهم بالعمق المناسب .	٩٣	٢

*٠.٤٠٧	لدي القدرة علي مواجهة المشكلات ومواقف الغرق الطارئة والمعقدة بحكمه واتزان .	٩٤	٣
*٠.٤١١	طبيعة عملي الأمنية كمنفذ حياه علي المياه تتطلب مني اليقظة المستمرة والتحفز والاستعداد المستمر .	٩٥	٤
*٠.٣٧٦	لدي القدرة علي ملاحظة الفروقات الدقيقة لأي طارئ بين المترددين باختلاف أعمارهم .	٩٦	٥
*٠.٥٤٧	ربما أحرص علي تلقي التدريب الكافي من أجل القيام بعملية بكفاءة عالية .	٩٧	٦
*٠.٣٦٧	لدي الفناعة التامة أن الإنقاذ هو العمل الذي يحافظ علي أمن وسلامة المترددين .	٩٨	٧
*٠.٣٧٩	أتحري الصبر والتأني حيال مشكلات الغريق المتهيج التي تحدث .	٩٩	٨
*٠.٤٧١	أحافظ علي يقظتي وحضور ذهني الدائم بطاقة كبيره قدر الإمكان طوال فترة الإنقاذ لمواجهة أي طارئ .	١٠٠	٩
٠.٢٢١	أقوم بتوزيع انتباهي علي قطاعي بصفة مستمرة ومنظمة دون التركيز علي منطقة بعينها	١٠١	١٠
*٠.٣٥٤	أجيد الاستخدام والتعامل مع أدوات الإنقاذ بحرفية تامه .	١٠٢	١١
*٠.٤٤٦	لدي استيعاب وفهم لكل أدوات الإنقاذ المعترف بها دوليا .	١٠٣	١٢
*٠.٤٥١	لدي مهاره في القدرة علي السباحة تحت الماء .	١٠٤	١٣

تابع جدول (٧)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات

المحور الثالث بالدرجة الكلية للمحور (القدرات الذاتية والمهنية الخاصة) (ن=٣٢)

*٠.٤١٣	أجيد جملة الأنفاد بكفاءة عالية وأحافظ علي قدراتي بقدر الإمكان .	١٠٥	١٤
*٠.٥٣١	أظهر أداء متواضع في محاكاة تقنية الإنقاذ .	١٠٦	١٥
*٠.٤٢٩	أتعامل مع جميع أنواع الغرقى بكفاءة عالية دون الحاجة إلي مساعده .	١٠٧	١٦
*٠.٥٧١	املك السيطرة والتفاعل مع الغريق المتهيج بكفاءة عالية دون الحاجة إلي مساعده .	١٠٨	١٧
*٠.٤٥٩	أتخلص من جميع المسكات التي أتعرض لها من الغرقى مهما كانت صعوبتها .	١٠٩	١٨
*٠.٤٢٨	اجيد جميع طرق السحب المختلفة للغريق بكفاءة عالية واحترافية عالية .	١١٠	١٩
*٠.٤٧٨	أستطيع تأمين الغريق دون التعرض لأي ضرر أو حتي حافة الحوض .	١١١	٢٠
*٠.٣٨٧	لدي سرعة استجابة لأي حالات غرق طارئة علي حوض السباحة .	١١٢	٢١
*٠.٤٤١	لدي التحفز والاستعداد الدائم لأي حالات غرق طارئة علي حوض السباحة .	١١٣	٢٢
*٠.٣٩١	لدي القدرة عالية في الوصول إلي الغريق بأقصى سرعة ممكنة داخل الماء .	١١٤	٢٣
*٠.٤٠١	لدي طرق مختلفة في حمل الغريق وسحبه بأدوات ومن غير أدوات .	١١٥	٢٤
*٠.٤٢٩	اجيد الإسعافات الأولية باحترافية للتعامل مع الغريق .	١١٦	٢٥
*٠.٦١٢	أتحقق من خطر الغرق وكشفه وتشخيصه وسرعة التعامل معه	١١٧	٢٦
*٠.٥١٧	لدي القدرة علي التفريق بين مستويات خطر الغرق وأتعامل مع كل مستوي بحرفية	١١٨	٢٧
*٠.٤٣٧	أجيد التعامل مع جميع الغرقى بكفاءة بمختلف أعمارهم (الرضيع , الطفل , البالغ)	١١٩	٢٨

*٠.٤٨٩	اجيد جميع طرق الإنعاش القلبي والرئوي لكلا من غرقى ((الرضيع , الطفل , البالغ)	١٢٠	٢٩
*٠.٤٩١	اجيد استخدام أدوات الأوكسجين بكفاءة عالية دون أي ضرر	١٢١	٣٠
*٠.٣٥٤	أستطيع المراقبة بكفاءة وتوزيع انتباهي المستمر في قطاعي خاصة والقطاعات الأخرى بصفه عامه	١٢٢	٣١
*٠.٤٤٥	أحافظ علي بيئة العمل دون أي توتر علي حوض السباحة	١٢٣	٣٢
*٠.٣٧٨	لدي القدرة علي استخدام الموارد المتاحة للقيام بعملتي بكفاءة	١٢٤	٣٣
*٠.٣٦٤	استخدام اشارات صوتيه وحركية للتواصل مع زملائي لتوقع أي طارئ	١٢٥	٣٤
*٠.٤١٢	اتعامل مع اساسيات تقييم الأخطار وإدارة حالات الطوارئ بفاعلية	١٢٦	٣٥
*٠.٥٨٣	أجيد الإجراءات المتعلقة بإدارة حالات الطوارئ وترتيب أولوياتها	١٢٧	٣٦
٠.٣٣٦	لدي طرق مختلفة في حل المشكلات المحتملة	١٢٨	٣٧
*٠.٣٩١	أتعامل مع أدوات الأوكسجين بحرفية عالية لإنعاش القلب	١٢٩	٣٨
*٠.٥٨٧	أجيد عدة طرق إنقاذ مختلفة بأداء عالي جيدا	١٣٠	٣٩
*٠.٥٧١	أتخلص من أي مسكات للغرق تعيفني في أداء إنقاذي	١٣١	٤٠

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥=٠.٣٤٩ * دال عند مستوي ٠.٠٥

يتضح من جدول (7) أن جميع عبارات المحور الثالث " القدرات الذاتية والمهنية الخاصة" ذات دلالة إحصائية أعلي من مستوي معنوية ٠.٠٥ ماعدا العبارات (٩٣ , ١٠١ , ١٢٨) وسوف يتم استبعادهم من الصورة النهائية للمقياس نظرا لعدم توافر صدقها .

ب- حساب الاتساق الداخلي بين درجات محاور المقياس والدرجة الكلية للمقياس : تم حساب قيمة معامل الارتباط بين درجات محاور المقياس والدرجة الكلية لهذا المقياس وذلك عينة الدراسة الاستطلاعية كما في جدول (٨) :

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجات المحاور والدرجة الكلية للمقياس (ن=٣٢)

م	المحاور	معامل الارتباط
١	محور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية	*٠.٧٠٣
٢	محور المرونة والتحدي	*٠.٦٤١
٣	محور القدرات الذاتية والمهنية الخاصة	*٠.٦٠٦

يتضح من جدول (٨) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات المحاور والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائية .

ثانيا : ثبات المقياس : تم حساب ثبات المقياس بطريقة معامل الثبات ألفا كورنباخ (Alpha) :
معامل ثبات ألفا كرونباخ (Alpha) :

تم حساب ثبات المقياس باستخدام معامل الفا لكرونباخ (Alpha) وذلك علي عينة الدراسة الاستطلاعية قوامها (٣٢) منقذ من المنقذين العاملين بجماعات حمامات السباحة بمحافظة المنيا من مجتمع البحث ومن غير عينة البحث الأساسية والجدول (٩) يوضح النتيجة :

جدول (٩)

معاملات ثبات المحاور لمقياس الأداء الإنقاذي

لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا باستخدام ألفا كرونباخ(ن=٣٢)

م	المحاور	عدد العبارات	معامل ألفا
١	محور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية	٣٧	*٠.٥٩٤
٢	محور المرونة والتحدي	٤٢	*٠.٥٢٩
٣	محور القدرات الذاتية والمهنية الخاصة	٣٧	*٠.٦٠٦

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية $0.005 = 0.349$ * دال عند مستوي 0.05

يتضح من جدول (٩) أن قيمة معامل الثبات للدرجة الكلية لمقياس الأداء الإنقاذي لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا بلغت (٠.٧٨٣) كما تراوحت قيم معامل الثبات لمحاور المقياس ما بين (٠.٥٢٩:٠.٦٠٦) مما يدل علي أن المقياس بصفة عامة ومحاوره الفرعية يتميز بدرجة كبيرة من الاستقرار والثبات .

البرنامج التدريبي المقترح :

لتصميم وبناء البرنامج التدريبي المقترح لليقظة العقلية في ضوء مكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقا لأنماط السيطرة الدماغية للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن قام الباحث بالاطلاع علي العديد من المراجع العلمية المتخصصة وكذلك الدراسات السابقة مثل دراسة " محمد الصافي عبدالكريم" (٢٠١٩) (٩) و"محمد إسماعيل سيد حميدة" (٢٠١٩) (٨) فيكتوريا لاكتون Victoria Laxton, (2020) (71) ودراسة" دينكان جيست Duncan Guest" (2020) (٢٩) , ودراسة " يولي ليتوشين Yuli Liu Chin, (2021) (76) , والمقابلات الشخصية (أساتذة متخصصين ومدربين) للتعرف علي مدي مناسبة البرنامج من حيث مدة الاستمرار وتوزيع المدة الإجمالية للبرنامج التدريبي علي المراحل التدريبية في الأسبوع وزمن الوحدة التدريبية اليومية ومكونات حمل التدريب خلال المراحل التدريبية المختلفة ونسب التوزيع داخل البرنامج .

أ- أهداف البرنامج التدريبي المقترح لليقظة العقلية :

أولاً : الأهداف الأساسية للبرنامج التدريبي لليقظة العقلية :

- 1- التعرف علي فاعلية البرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث) لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنقاذي(قيد البحث) .
- 2- التعرف علي الفروق بين نسب التغير المثوية والكسب المعدل لبلاك بين القياسيين القبلي والبعدي للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث) لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنقاذي(قيد البحث) .
- 3- التعرف علي حجم الأثر بين القياسات البعدية للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث) لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنقاذي(قيد البحث) .
- 4- التعرف علي دلالة الفروق وتباينها للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث) علي متغير اليقظة العقلية(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنقاذي(قيد البحث) .
- 5- التعرف علي العلاقات الارتباطية بين متغيرات(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) كمكون لليقظة العقلية من جهة والأداء الإنقاذي من جهة أخرى(قيد البحث) للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث) .

ثانياً : الأهداف الإجرائية للبرنامج التدريبي المقترح :

- هدف وقائي : تدريب عينة البحث على ممارسة اليقظة العقلية حتى تكون أسلوب حياة في التعامل مع الخبرات السلبية التي يتعرضون لها في أدائهم الإنقاذي بخفض أعراض الاضطرابات السلوكية لهم وكذلك

لتنمية واستغلال قدراتهم الحسيه والإدراكية على الوجه الأمثل لمواجهة المشكلات التي تواجههم في حالات الغرق المعقدة والصعبة .

- **هدف علاجي** : يتمثل في اكتساب مهارات لتحسين التوجه نحو عمل الإنقاذ لدى عينة البحث المستهدفة وتنمية نواحي الضعف في قدراتهم الحسية وتمكينهم من سرعة معالجة تلك المعلومات الحسية بقدرة إدراكية عالية

ب- شروط اختيار التدريبات :

- يرتبط التمرين بنفس الأداء الفعلي في النظام الإلكتروني المصمم والمقنن ووفقا للشدة المطلوبة بما يتوافق مع المستويات المعيارية التي وضعت من قبل (قيد البحث) لمجموعات البحث الثلاث وفقا لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن)(عينة البحث) .

- يجب أن تتناسب الأهداف مع احتياجات عينة البحث لتدريبات اليقظة العقلية وفقا لمكوناتها(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) .

- تخضع التدريبات للإشراف الفني الدقيق والتقييم المستمر باعتبارها ذات طابع خاص .

- مراعاة الفروق الفردية والتنوع في التدريبات بما يضمن الاستفادة التامة للمجموعات التجريبية الثلاث.

ج- محتوى البرنامج التدريبي : احتوي البرنامج التدريبي علي مجموعة من الجلسات لتدريبات اليقظة العقلية المقننة وفقا للنظام الإلكتروني المعد سلفا واشتمل البرنامج التدريبي علي(٨) ثمانية أسابيع خلال الفترة من ٢٠/١٠/٢٠٢١م حتي ٢٠/١٢/٢٠٢١م بواقع(٣) جلسات أسبوعيا بإجمالي(٢٤) جلسة تدريبية طوال فترة تنفيذ البرنامج وأتبع الباحث حمل تدريبي مرتفع الشدة بتسارع الوتيرة الزمنية لزمن الاستجابة ومتوسطة الشدة بوتيرة بينية في زمن الاستجابة ووتيرة منخفضة وبعيدة زمنيا في معدل الاستجابة بين الأشكال والأرقام والصور والحروف المعروضة علي الشاشة الإلكترونية ويتم حساب اليقظة العقلية ومكوناتها فيما بعد وفقا للاختبار اليقظة العقلية المعد سلفا بمكوناته لتقدير التباين الحادث بين ما كان عليه المنفذ سابقا وبما حدث من تغيير ملحوظ في مستوياته الحسية الإدراكية الحالية كمتغير في مستوى الأداء الإنفاذي لديه .

د- التخطيط الزمني للبرنامج : من خلال رأى الخبراء وإطلاع الباحث على بعض المراجع قد وجد أن

أنسب طريقة لترتيب وضع خطوات البرامج تكون كالآتي :

جدول (١٠)

نسبة اتفاق الخبراء علي الزمن وعدد الجلسات وتشكيل البرنامج

الدلالة الإحصائية	قيمة ك ^٢		النسبة %	غير موافق	النسبة %	موافق	البرنامج التدريبي	اليقظة العقلية
	جدولية	محسوبة						
معنوي	> .	٥.٣٣٣	%١٦.٦٦	٢	%٨٣.٣٣٣	١٠	٦٠ دقيقة	زمن الجلسة التدريبية

معنوي	٨.٣٣٣	%٨.٣٣٣	٥	%٩١.٦٦٦	١١	٣ جلسات	عدد الجلسات الأسبوعية
معنوي	٨.٣٣٣	%٨.٣٣٣	٥	%٩١.٦٦٦	١١	٢٤ جلسة	إجمالي عدد الجلسات
معنوي	٨.٣٣٣	%٨.٣٣٣	٥	%٩١.٦٦٦	١١	٨ أسابيع	فترة التنفيذ
معنوي	٥.٣٣٣	%١٦.٦٦	٢	%٨٣.٣٣٣	١٠	١٤٤٠ ق	الزمن الكلي للجلسات
معنوي	١٢	صفر	صفر	%١٠٠	١٢	%٥٠ : ١٠٠	شدة الحمل التدريبي
معنوي	٥.٣٣٣	%١٦.٦٦	٢	%٨٣.٣٣٣	١٠	٤:٢ مجموعات بعدد ٨:٤ تكرارات	حجم الحمل التدريبي
معنوي	٥.٣٣٣	%١٦.٦٦	٢	%٨٣.٣٣٣	١٠	تشمل دقيقتين بين كل مجموعة حسب الشدة	الراحة في الحمل التدريبي

هـ - تشكيل البرنامج :

أولاً : شدة الحمل المستخدمة في البحث : لتحديد شدة الحمل المستخدمة في تدريب جلسات اليقظة العقلية استعان الباحث بالمستويات المعيارية والدرجات التائية في ضوء الدرجات الخام والدرجات المعيارية لاختبار اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقاً لتنوع أنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) من تصميم الباحث .

ثانياً : فترة الدوام : أتفق معظم الخبراء في مجال التدريب علي فترة الدوام المقصود بها زمن أداء التمرين الواحد وإن فترة الدوام هنا ترتبط بالعبء الإدراكي وهي فترة زيادة عدد الأخطاء مقارنة بزمن الاستجابة الفعلية للمنقذ علي الدوام وهو مؤشر لمقدار الحفاظ علي الطاقة العقلية أكبر وقت ممكن دون عبء .

ثانياً : التكرار : أتفق معظم الخبراء في مجال التدريب علي أن التكرار مقصود به عدد مرات تكرار التمرين الواحد ويمكن حسابه من خلال مكونات اليقظة العقلية متمثلاً في العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه من خلال عدد الإجابات الصحيحة مقارنة بالإجابات الخاطئة ووفقاً للزيادة التدريجية بالإحساس بالعبء الإدراكي قام الباحث بتشكيل .

و - الخطوات التنفيذية للبحث :

١ - المساعدین : تمت الاستعانة بمبرمج النظام الإلكتروني لليقظة العقلية للوقوف علي سلامة البرمجة وطبيعة تشغيل الجهاز المستخدم (مرفق ٤) كذلك استعان الباحث بمجموعة من الباحثين لطالبة الماجستير والدكتوراه والمنقذين أولي الخبرة وذلك للوعي التام بطبيعة وحدود البحث العلمي وتم تزويدهم بالشرح الوافي لكل جزئية مستخدمة في البحث وكذلك الاختبارات وتعليمات وشروط تنفيذها وترتيب أدائها لتجنب أي أخطاء تذكر وتأكيد عنصر الدقة في التعامل بحرفية مع الأجهزة وعينة البحث .

٢- الدراسة الاستطلاعية : قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية وذلك بتاريخ ٢-٣-٤/١٠/٢٠٢١م وحتى ١٣-١٤-١٥/١٠/٢٠٢١م بغرض التعرف على مدى مناسبة محتويات البرنامج قيد البحث لعينة البحث ومدى مناسبة الأدوات والأجهزة ومدى مساهمة الحمل التدريبي لجلسات اليقظة العقلية لقدرات أفراد العينة وتفهم المساعدين لطريقة القياس ومدى اكتشاف نواحي القصور والضعف التي تظهر أثناء تنفيذ الاختبارات ومعالجة تلك النواحي التي تظهر عند التطبيق وترتيب أداء كل اختبار وتحديد فترة الراحة البيئية بين الاختبارات وقد أسفرت الدراسة الاستطلاعية عن تحديد وتقنين التمرينات المختلفة لليقظة العقلية المستخدمة في البرنامج التدريبي المقترح كما أكدت صحة الادوات المستخدمة وملائمتها للبحث وكذلك تفهم المساعدين لهدف البحث وطريقة القياس .

٣- اختيار العينة الأساسية للبرنامج التدريبي المقترح : قام الباحث باختيار العينة الأساسية لتنفيذ البرنامج التدريبي لليقظة العقلية من نفس مجتمع البحث الأصلي ومن نفس العينة التي تم تطبيق وتقنين اختبار اليقظة العقلية لهم والبالغ عددهم (١٠٥) منقذ ليتم اختيار (٣٦) منقذ للعينة ككل والتأكد من تكافؤ العينة ككل مجتمعين قبل تنفيذ تجربة البحث والجدول (١١) يوضح ذلك :

جدول (١١)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري

ومعامل الالتواء والتفطح في معدلات التجانس ومتغير اليقظة العقلية ومكوناته

(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقادي (قيد البحث)

للأنماط الثلاث (الأسر/المتوازن/الأيمن) من السيطرة الدماغية لمنقذ الحياه علي المياه (عينة البحث)

الأساسية (ككل) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقاً للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن (ن=٣٦)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح
١	حدة البصر	درجة	٦.٧٥	٦	١.٣١٧	١.٢٠٥	٠.٥٨٢-
	سرعة رد الفعل	ثانية	٠.٣٩٢	٠.٣٨	٠.٠٦٧٤	٠.٠٦٢٥	١.٣٤٦-
	سنوات خبرة الإنقاذ	عدد	٤.٢٥	٤	٠.٧٣١	٠.٠٢٨٩	٠.٢٦٧-
٢	تحمل العبء الإدراكي	درجة	٠.٦٢٧٠٠	٠.٥٣٨٧	٠.٢١٦٤	٠.٨٤٠٦	٠.٥٦٦٩-
	استدامة توزيع الانتباه	درجة	٣٧.٢٥	٣٧	٢.٧١٨	٠.١٥٢٩-	١.٠١٠٥-
	تركيز الانتباه	درجة	٥.٥٠١٣	٥.٦٤٥	١.٥٧٤	٠.١٧٢-	١.٤٢٧-
٣	قدرة اليقظة العقلية	درجة	٤٣٤.٢٢٨	٤٣٤.٦٢٨	٢٤٨.١٩٧	٠.٢٧٥٩	١.٠٣٤٧-
٤	مقياس الأداء الإنقادي	درجة	٣٣٨.٣٦١	٣٣٨.٥	١٢.٦٥٦	٠.٤٢٦٧	٠.٨٤٢٧

يتضح من جدول (١١) والذي يشير إلي المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء والتفطح في متغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنفاذي (قيد البحث) للأنماط الثلاث (الأيسر/المتوازن/الأيمن) من السيطرة الدماغية لمتخذ الحياه علي المياه (عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن أن معاملات الالتواء والتفطح تقع داخل المنحني المعتدل الطبيعي حيث تراوحت ما بين (+٣، -٣) وقد تراوحت للالتواء ما بين (١.٢٠٥):(-٠.١٧٢) والتفطح ما بين (٠.٨٤٢٧):(-١.٣٤٦) مما يدل علي تكافؤ مجموعة البحث (ككل) قبل تنفيذ تجربة البحث وفقا للبرنامج التدريبي لليقظة العقلية القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن .

٤- تجانس كل مجموعة من مجموعات البحث الثلاث وفقا لأنماط السيطرة الدماغية : لتحقيق تجانس كل عينة علي حده وفقا لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) في المتغيرات (قيد البحث) قبل تنفيذ تجربة البحث قام الباحث بحساب المتوسط والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح و جدول (١٢) يوضح ذلك :

جدول (١٢)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح في معدلات التجانس

ومتغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنفاذي (قيد البحث) للأنماط الثلاث (الأسير/المتوازن/الأيمن)

من السيطرة الدماغية لمنفذ الحياه علي المياه(عينة البحث) الأساسية الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن (ن_١ = ن_٢ = ن_٣ = ١٢)

النمط الأيمن من السيطرة الدماغية المجموعة الثالثة "					النمط المتوازن من السيطرة الدماغية المجموعة الثانية "					النمط الأيسر من السيطرة الدماغية المجموعة الأولى "					وحدة القياس	المتغيرات	
معامل التفطح	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط	معامل التفطح	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط	معامل التفطح	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط			
١.٦٥-	٠.٨١٢	١.٤٧٧	٦	٧	٢.٦٤٠	٢.٠٥٥	١.١٦٧	٦	٦.٥	٠.٣٢٥-	١.٣٢٦	١.٣٥٦	٦	٦.٧٦	درجة	حدة البصر	معدلات التكافؤ الحسية والمهنية
١.٥٠٠-	٠.١٠٨-	٠.٠٧٨	٠.٣٨	٠.٣٩٦	١.٧٣٠-	٠.٢٩٤	٠.٠٦٧	٠.٣٨	٠.٣٩١	١.٠٣٦-	٠.٠١٨-	٠.٠٦٠	٠.٣٩	٠.٣٨٩	ثانية	سرعة رد الفعل	
٠.٣٣٣٤	٠.٣٢٥-	٠.٧٩٢٩	٥	٤.٥٨٣	١.٢٦٠-	٠.١٦١-	٠.٧٩٢	٤	٤.٠٨٣	٠.٦٥٤	٠.٠٦٢	٠.٥٧٧	٤	٤.١٦٦	عدد	سنوات خبرة الإنقاذ	
١.٤٧٢-	٠.٢٤٣	٠.٢١٨	٠.٦٢٢	٠.٦٦٧	١.٢٢٥-	٠.٣٨١٢	٠.١١٣	٠.٥١	٠.٥٤١	١.٦١٣-	٠.٦١٠	٠.٢٧٦	٠.٥٠٠	٠.٦٧٢	درجة	تحمل العبء الإدراكي	مكونات اليقظة العقلية
٠.٨٩٧-	٠.٧٠٨	٢.٣٠١	٣٧	٣٧.٢٥	١.١٩٨-	٠.٣٢٩	١.٨٥٠	٣٨	٣٨.١٦	١.٩٦٢-	٠.٢٠٧	٣.٦٠١	٣٥.٥	٣٦.٣٣	درجة	استدامة توزيع الانتباه	
١.٣٢٦-	٠.٦٤٨-	١.٦٥٨	٦.٦٩٣	٥.٦٦٦	٠.٩٤٧-	٠.٠٩٥-	١.٥٠٤	٥.٦٤	٥.٧٤٦	١.٧١١-	٠.٢٦٩	١.٦١٢	٤.٦١٧	٥.٠٩١	درجة	تركيز الانتباه	
١.١١٩-	٠.٢٥٣	٢٥٣.٣٤	٤٦١.١٨	٤٣٠.٧٤٧	٠.٧٩٧-	٠.٤٢١	٢٤٢.٩٨	٤٦٥.٨٤	٥٠٥.٥١١	١.٤٧٤-	٠.٣٧٥	٢٤٩.٤٢	٣٢٧.٣٨	٣٦٦.٤٢٧	درجة	قدرة اليقظة العقلية	اليقظة العقلية

الأداء	مقياس الأداء	الإنفاذي	درجة	الأداء	الإنفاذي	الأداء	الإنفاذي	الأداء	الإنفاذي	الأداء	الإنفاذي	الأداء	الإنفاذي	الأداء	الإنفاذي
٢.٨٥٠	٠.١٣٢	٩.٨٠٧	٣٤٢.٥٠	٣٤٤	١.٣٣٨٠	١.٢٩٦٠	١٧.٨٨٧	٣٢٥.٥٠	٣٣٣.١٦٦	٢.٤٤٣	٠.٩٢٩	٥.٤٠١	٣٣٨.٥	٣٣٧.٩١٦	درجة

يتضح من جدول (٢٤) والذي يشير إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء والتقلطح في متغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنفاذي (قيد البحث) لأنماط الثلاث (الأيسر/المتوازن/الأيمن) من السيطرة الدماغية لمنقذي الحياه علي المياه (عينة البحث) والذين سوف يخضعوا للبرنامج التدريبي لليقظة العقلية وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن يشير بأن معاملات الالتواء والتقلطح تقع داخل المنحني المعتدل الطبيعي للمجموعات الثلاث حيث تراوحت ما بين (٣-، ٣+) ، وقد تراوح الالتواء ما بين (١.٣٢٦): (٠.٩٢٩) والتقلطح ما بين (٢.٤٤٣): (١.٤٧٤) للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية المجموعة الأولى ، بينما تراوح الالتواء ما بين (٢.٠٥٥): (٠.١٦١) والتقلطح ما بين (٢.٦٤٠): (١.٧٣٠) للنمط المتوازن (المتكامل) من السيطرة الدماغية المجموعة الثانية ، بينما تراوح الالتواء ما بين (٠.٨١٢): (٠.٦٤٨) والتقلطح ما بين (٢.٨٥٠): (١.٦٥٠) للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية المجموعة الثالثة ، مما يدل علي تجانس مجموعات البحث الثلاث في المتغيرات (قيد البحث) قبل تنفيذ تجربة البحث وفقا للبرنامج التدريبي لليقظة العقلية القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن.

٥- **تكافؤ مجموعات البحث الثلاث** : قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين مجموعات البحث الثلاث وفقا لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه (عينة البحث) في ضوء المتغيرات التالية : "معدلات التكافؤ (حدة البصر ، سرعة رد الفعل ، سنوات خيرة الإنقاذ) ومتغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنفاذي (قيد البحث) ، والجدول (١٣) يوضح ذلك .

جدول (١٣)

تحليل التباين الأحادي الاتجاه بين مجموعات البحث التجريبية الثلاثة
لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه
(عينة البحث) في معدلات التكافؤ الحسية والمهنية و متغير اليقظة العقلية ومكوناته
(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنفاذي (قيد البحث) (ن=١ ن=٢ ن=٣=١٢)

مستوي الدلالة	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	وحدة القياس	المتغيرات	
٠.٦٦٢	٠.٤١٨	٠.٧٥٠	٢	١.٥٠٠	بين المجموعات	درجة	حدة البصر	معدلات التكافؤ الحسية والمهنية
		١.٧٩٥	٣٣	٥٩.٢٥٠	داخل المجموعات			
٠.٩٦٤	٠.٠٣٦	٠.٠٠٠	٢	٠.٠٠٠	بين المجموعات	ثانية	سرعة رد الفعل	
		٠.٠٠٥	٣٣	٠.١٥٩	داخل المجموعات			
٠.٣٤٦	١.٠٩٥	٠.٥٨٣	٢	١.١٦٧	بين المجموعات	عدد	سنوات خبرة الإنقاذ	
		٠.٥٣٣	٣٣	١٧.٧٥٣	داخل المجموعات			
٠.٢٤٩	١.٤٥٢	٠.٠٦٦	٢	١.٣٣	بين المجموعات	متر	تحمل العبء الإدراكي	مكونات اليقظة العقلية
		٠.٠٤٦	٣٣	١.٥٠	داخل المجموعات			
٠.٢٦٢	١.٣٩٥	١٠.٠٨٣	٢	٢٠.١٦٧	بين المجموعات	سم	استدامة توزيع الانتباه	
		٧.٢٣٠	٣٣	٢٣٨.٥٨	داخل المجموعات			
٠.٥٥٢	٠.٦٠٥	1.534	٢	٣.٠٦٨	بين المجموعات	عدد	تركيز الانتباه	
		٢.٥٣٨	٣٣	٣.٧٤٣	داخل المجموعات			
٠.٤٠١	٠.٩٤١	2039792.788	٢	١١٦٢٨٤.٢١٨	بين المجموعات	ثانية	قدرة اليقظة العقلية	اليقظة العقلية
		61811.903	٣٣	58142.109	داخل المجموعات			
.108	2.384	353.861	٢	707.722	بين المجموعات	ثانية	مقياس الأداء الإنفاذي	الأداء الإنفاذي
		148.442	٣٣	4898.583	داخل المجموعات			

* قيمة (ف) الجدولية عند درجتي حرية (٢,٣٣) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٥٥

يتضح من الجدول (١٣) والذي يشير إلي تحليل التباين أحادي الاتجاه بين مجموعات البحث التجريبية الثلاثة لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحاظفة المنيا (عينة البحث) في معدلات التكافؤ الحسية والمهنية و متغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنفاذي (قيد البحث) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات البحث الثلاث مما يشير إلى تكافؤهم في تلك المتغيرات قبل تنفيذ تجربة البحث وفقا للبرنامج التدريبي لليقظة العقلية القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن .

٦- القياسات القبليّة : أجريت القياسات القبليّة في متغيرات البحث لمجموعتي البحث يوم السبت الموافق ١٦-١٨/١٠/٢٠٢١ م .

٧- **تنفيذ البرنامج** : استغرق تنفيذ البرامج التدريبية (٨) أسابيع وتم التطبيق في الفترة من ٢٠/١٠/٢٠٢١م إلى ٢٠/١٢/٢٠٢١م بواقع (٣) جلسات أسبوعياً حيث بلغ زمن الجلسة (٦٠) دقيقة في الجلسة التدريبية الواحدة وقد راعى الباحث أن يتم التدريب كالاتي :

قام الباحث بتنفيذ البرنامج التدريبي المقترح لليقظة العقلية مع المجموعات التجريبية الثلاث مراعيًا تباين اختلافهم في أنماط السيطرة الدماغية (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) وكان يتم التدريب للمجموعات التدريبية الثلاث في نفس الظروف وبنفس الحجم حيث يتم توحيد جلسات التدريب للعينات الثلاث .

٨- **القياسات البعدية**: قام الباحث بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج بإجراء القياسات البعدية للمجموعات التجريبية الثلاث يوم الثلاثاء ٢١-٢٢/١٢/٢٠٢١م وبنفس الشروط التي اتبعت في القياس القبلي

المعالجة الإحصائية المستخدمة في البحث :

- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - الوسيط - معامل الالتواء
- الدرجة المعيارية المعدلة (بطريقة التتابع) - المستوي المعياري - الدرجات التائية
- اختبار مان ويتني اللابارمترتي قيمة (Z) - نسبة المساهمة المئوية
- المستويات المعيارية - مصفوفة الارتباط
- معامل الانحدار المتعدد ومعنوياته - اختبار (ت) للفروق
- الكسب المعدل لبلاك - اختبار إيتا^٢ لفاعلية التأثير
- تحليل التباين الأحادي الاتجاه - اختبار Scheff لأقل فرق معنوي

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

جدول (١٤)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح
في اليقظة العقلية ومكوناتها (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه)
والأداء الإنقادي (قيد البحث) لعينة النمط الأيسر للسيطرة الدماغية لمنقذي الحياه علي المياه (ن=٣٥)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح
١	حدة البصر	درجة	٦.٦	٦	١.٢١٧٥	١.٥٦٨٠	٠.٤٨٢٩
	سرعة رد الفعل	ثانية	٠.٣٩٨	٠.٤١	٠.٠٦٤٤	٠.٢٥٦٠	١.١٧٨
	سنوات خبرة الإنقاذ	عدد	٤.٢٨٥	٤	٠.٥٧٢٤	٠.٦١٠١	٠.٤٣٢
٢	تحمل العبء الإدراكي	درجة	١.١٣١٨	١.١٨٤٨	٠.٤٠٨٩	٠.٤٨٤٤	٠.٦٥٨
	استدامة توزيع الانتباه	درجة	٣٢.١٧١	٣٢	٣.٩٥١	١.٠١١٣	٠.٣٥٢٧
	تركيز الانتباه	درجة	٣.٠٥١٦	٢.٣١٣٣	١.٨٠٠٤	١.٢٩٤٣	٠.٦٣٢٠
٣	قدرة اليقظة العقلية	درجة	١٥٦.٤٣	٦٢.٤٧٨	٢٠٩.٩٥١	١.٨٩٥٨	٢.٤٢٤١
٤	مقياس الأداء الإنقادي	درجة	٣٢٥.٦٨٥	٣٢٦	١٢.٢٦٣	-٠.١٩٥٣	١.١٨٧١

يتضح من جدول (١٤) والذي يشير إلي المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء والتفطح للمتغيرات (قيد الدراسة) لعينة النمط الأيسر من السيطرة الدماغية لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أن معاملات الالتواء والتفطح تقع داخل المنحني المعتدل الطبيعي حيث تراوحت ما بين (+٣, -٣) وقد تراوحت للالتواء ما بين (١.٨٩٥٨) : (-٠.٦١٠١) والتفطح ما بين (٢.٤٢٤١) : (-١.١٨٧١) مما يدل علي تكافؤ مجموعة البحث قبل تنفيذ الدراسة الحالية .

جدول (١٥)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح
في اليقظة العقلية ومكوناتها (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه)
والأداء الإنقادي (قيد البحث) لعينة النمط المتوازن من السيطرة الدماغية لمنقذي الحياه علي المياه (ن=٣٥)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح
١	حدة البصر	درجة	٦.٧٧١	٦	١.٣٣٠	١.١٦١٧	٠.٦٩٣٤
	سرعة رد الفعل	ثانية	٠.٣٩٩٤	٠.٤١	٠.٠٦٣٢	٠.٢١٦٦	١.١٤٤٩

١.١٦٠٨-	٠.٤٢٦٦-	٠.٧٧٠٢	٤	٤.٢٢٨٥	عدد	سنوات خبرة الإنقاذ		
١.٠٦٣٠-	٠.٣٨٠٤	٠.٣٥٦٥	٠.٧٣٠٠	٠.٧٧٥٣	درجة	تحمل العبء الإدراكي	مكونات اليقظة العقلية	٢
١.١١٧٠-	٠.٠١٩٥-	٥.٠٠٣	٤١	٤٠.٢٨٥٧	درجة	استدامة توزيع الانتباه		
٠.٥٨٩٨-	٠.٨٢٦٥	٣.٣٠٩٨	٣.٥٠٥٤	٤.٧٩٤٠	درجة	تركيز الانتباه		
٠.٨٧٧٧	١.٣٦٨٧	٥٣٥.٨٨١	١٩٦.٨٦٢	٤٦١.٤٥٤	درجة	قدرة اليقظة العقلية	اليقظة العقلية	٣
٢.٣٧٥٧	١.٧٤٦٠	٢١.٧١٨٤	٣٢٤	٣٣١.١١٤	درجة	مقياس الأداء الإنقاذي	الأداء الإنقاذي	٤

يتضح من جدول (١٥) والذي يشير إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء والتفطح للمتغيرات (قيد الدراسة) لعينة النمط المتوازن (المتكامل) من السيطرة الدماغية لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أن معاملات الالتواء والتفطح تقع داخل المنحني المعتدل الطبيعي حيث تراوحت ما بين (+٣، -٣) وقد تراوحت للالتواء ما بين (١.٧٤٦٠) : (-٠.٤٢٦٦) والتفطح ما بين (٢.٣٧٥٧) : (-١.١٦٠٨) مما يدل علي تكافؤ مجموعة البحث قبل تنفيذ الدراسة الحالية .

جدول (١٦)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والتفطح

في اليقظة العقلية ومكوناتها (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه)

والأداء الإنقاذي (قيد البحث) لعينة النمط الأيمن من السيطرة الدماغية لمنقذي الحياة علي المياه (ن=٣٥)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفطح
١	حدة البصر	درجة	٦.٧٦٦٠	٦	١.٤١٣٠	٠.٨٣٦٣	١.٣٨٣٠-
	سرعة رد الفعل	ثانية	٠.٥٦٤٥	٠.٣٨	٠.٠٦٤	٠.١٦١٣	١.١٨١٣-
	سنوات خبرة الإنقاذ	عدد	٤.٢٧١٤	٤	٠.٦٧٦١	٠.١٢٧٠	٠.٠٥١٧
٢	تحمل العبء الإدراكي	درجة	١.٤٩٤٧	١.١٨٤٨	٠.٤٠٢٦	٠.٢١٩١-	٠.٦٣٤٧-
	استدامة توزيع الانتباه	درجة	٣٦.٣٨٩	٣٥	٤.٦٥٢٢	٠.٢٨٥٦	٠.٩٨٢٠-
	تركيز الانتباه	درجة	٤.٧٧٧	٢.٣١٣٣	٢.٠٢٥٦	١.١٠٨٨	٠.٣٥٠٥-
٣	اليقظة العقلية	درجة	٣١٣.٩١٨	٦٨.٣٣٥	٢٣٢.٦٨٦	١.٧١٣٨	١.٨٣١١
٤	الأداء الإنقاذي	درجة	٣١٦.٠٧٢	٣٣٩	١٤.٥٦٠٩	٠.٣١٣٥-	٠.٩٩٠٩-

يتضح من جدول (١٦) والذي يشير إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء والتفطح للمتغيرات (قيد الدراسة) لعينة النمط الأيمن من السيطرة الدماغية لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أن معاملات الالتواء والتفطح تقع داخل المنحني المعتدل الطبيعي حيث تراوحت ما بين (+٣، -٣) وقد تراوحت للالتواء ما بين (١.٧١٣٨) : (-٠.٣١٣٥) والتفطح ما بين (١.٨٣١١) : (-١.٣٨٣٠) مما يدل علي تكافؤ مجموعة البحث قبل تنفيذ الدراسة الحالية .

ويعزو الباحث هذا التباين في فروق السيطرة الدماغية لأن الدماغ هو قاعدة العقل ومحوره الأساسي لمصدر التحكم في الجسم ونتيجة حتمية لفك الشفرات الحسية وسرعة ترجمتها ادراكياً يمكن تشكيل مناطق السلوك الحركي للجسم وبالتالي تعالت الصيحات في إعادة النظر إلي أهمية السيطرة الدماغية في سلوك الأفراد لأن الدماغ يعد مركزاً هاماً في معالجة النشاطات الأكثر تأثيراً بحالة الإنجاز في جميع الأعمال وخصوصاً الأعمال شديدة الخطورة والمتعلقة بسلامة وأمن المترددين بحمام السباحة لتمثل التكامل التام بين العقل والجسم بتدفق الطاقة العقلية والبدنية في اتجاه واحد , ولهذا الأمر فإن درابتنا بالمعرفة التامة للجانب المستحوذ والمسيطر علي الأداء البارز للفرد يساعدنا علي تدعيم قدرات هذا الجانب ومن ناحية أخرى تنشيط الجانب الآخر غير المسيطر وهذا يؤدي بنا إلي التنمية المتزنة لوظائف جانبي المخ بصورة تكاملية نشطة تسهم في زيادة السعة العقلية لديهم , لذلك لا بد أن يحظى بإهتمام المختصين في مجال تقنيات العلوم الرياضية بالشكل الكافي وخاصة فيما يتعلق بدراسة جانبي الدماغ ووصف وتحديد مسئولية كل جانب والكشف عن العلاقات المتبادلة بين الوظائف التخصصية والعمليات الحسية العقلية المصاحبة لها كذلك أهمية تأثيرات التدريب عليها وعلاقتها بالجهاز العصبي الذاتي الذي يرتبط بشكل وثيق بعمل العديد من الأجهزة الجسمية الأخرى التي تسهم بشكل كبير في الإنجاز الوظيفي , لقد أصبح الاتجاه العصبي في تفسير السلوك الحركي والمعرفي لعملية انتقال وتجهيز ومعالجة المعلومات علي شكل طاقة كهروكيميائية عصبية ليتم التحكم فيها والهيمنة علي الوظائف المعرفية من (إحساس وانتباه وإدراك وتصور وتفكير) وبالتالي كان لنظرية السيادة الدماغية لهيرمان من أهم النظريات التي وضعت لفهم وتفسير النواحي العقلية والسيادة المخية بما يعرف بـ(نظرية المخ الثلاثي The Triune Brain

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كلاً من "ميرفولاز Merve" (2021) (56), "فيليسام كوردوفا Felisa M. Córdova" (2021) (33) ودراسة "كمال أوزجين Kemal Özgen" (2021) (55) ودراسة "أحمد السيد عبد السلام" (2019) (1) ودراسة "زهرة عبدالحق" (2015) (3). ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول (14/13/12) يتم الاجابة علي التساؤل الأول من تساؤلات البحث حول تباين الفروق بين أنماط السيطرة الدماغية لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

جدول (١٧)

نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد

والمقدار الثابت والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي

ووزن الانحدار المعياري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة

المئوية في متغيرات (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (قيد البحث) المؤثرة في

اليقظة العقلية لمنقذي الحياة علي المياه (عينة البحث) وفقا للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية (ن=٣٥)

نسبة المساهمة %	قيمة (ت)	الخطأ المعياري	قيمة نسبة F للارتباط المتعدد	وزن الانحدار المعياري قيمة Beta	وزن الانحدار العادي قيمة B	التباين المشترك R(Square)	معامل الارتباط R	قيمة الثبات Constant	وحدة القياس	المتغيرات المستقلة
٧٤.٨٩	٢.٧١١	٤٥.٦١٧	٢٢٩.٧٢٨	٠.٥٠٦ ٠.٢١٠ ١.٢٣٩	٢٥٩.٦٣١ ١١.١٦٢ ١٤٤.٤٦٦	0.957	٠.٩٧٨	٩٣٧.٣٨٥-	درجة درجة درجة	تحمل العبء الإدراكي استدامة توزيع الانتباه تركيز الانتباه

*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = (١.٦٩١) .

*قيمة (ف) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٦٤) .

يتضح من جدول (١٧) والذي يشير إلي نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد والمقدار الثابت والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي ووزن الانحدار المعياري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة المئوية في المتغيرات المستقلة (قيد البحث) المؤثرة في اليقظة العقلية (عينة البحث) وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر حيث بلغت قيمة المقدار الثابت ما بين (-٩٣٧.٣٨٥) بينما بلغت قيمة الارتباط المتعدد (٠.٩٧٨) ، وقيمة تباين حادث (٠.٩٥٧) وهي تدل علي نسبة تباين (٠.٩٥٣) وهي تدل علي نسبة تباين ما بين (٤٦%) : (٩٩%) من تباين المتغير التابع لليقظة العقلية لنمط السيطرة الدماغية الأيسر ، وبلغت قيمة النسبة الفائية (٢٢٩.٧٢٧) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) ، وقيمة خطأ معياري بلغت (٤٥.٦١٧) ، وقيمة (ت) محسوبة بلغت (٢.٧١١) وهي دالة أيضا عند مستوى (٠.٠٥) ، كما أن نسبة المساهمة المئوية لهم تراوحت ما بين (٧٤.٨٩%) ويمكن التنبؤ باليقظة العقلية لهم في ضوء نتائج جدول (١٧) دلالات تلك المتغيرات المستقلة المتمثلة في (تحمل العبء الإدراكي ، استدامة توزيع الانتباه ، تركيز الانتباه) وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظه المنيا من خلال المعادلة :

اليقظة العقلية لنمط السيطرة الدماغية الأيسر = 937.385 + 259.631 × تحمل العبء الإدراكي
+ 11.162 × استدامة توزيع الانتباه + 144.466 × تركيز الانتباه .

جدول (١٨)

نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد

والمقدار الثابت والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي

ووزن الانحدار المعياري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة

المئوية في متغيرات (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (قيد البحث) المؤثرة في

اليقظة العقلية لمنقذي الحياة علي المياه (عينة البحث) وفقاً للنمط المتوازن من السيطرة الدماغية (ن=35)

المتغيرات المستقلة	وحدة القياس	قيمة الثبات Constant	معامل الارتباط R	التباين المشترك R (Square)	وزن الانحدار العادي قيمة B	وزن الانحدار المعياري قيمة Beta	قيمة نسبة F للارتباط المتعدد	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	نسبة المساهمة %
تحمل العبء الإدراكي استدامة توزيع الانتباه تركيز الانتباه	درجة درجة درجة	3119.371-	0.99	0.981	991.701 47.676 185.905	0.660 0.445 1.148	530.665	77.562	2.785	78.67

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = (1.691) .

* قيمة (ف) الجدولية عند مستوى 0.05 = (2.64) .

يتضح من جدول (١٨) والذي يشير إلى نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد والمقدار الثابت والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي ووزن الانحدار المعياري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة المئوية في المتغيرات المستقلة (قيد البحث) المؤثرة في اليقظة العقلية (عينة البحث) وفقاً لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) حيث بلغت قيمة المقدار الثابت ما بين (3119.371) بينما بلغت قيمة الارتباط المتعدد (0.993) ، وقيمة تباين حادث (0.981) وهي تدل علي نسبة تباين (0.975) من تباين المتغير التابع لليقظة العقلية لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) وبلغت قيمة النسبة الفائضية (530.665) وهي دالة عند مستوى (0.05) ، وقيمة خطأ معياري بلغت (77.562) ، وقيمة (ت) محسوبة بلغت (2.785) وهي دالة أيضاً عند مستوى (0.05) ، كما أن نسبة المساهمة المئوية لهم تراوحت ما بين (78.67%) ويمكن التنبؤ باليقظة العقلية لهم في ضوء نتائج جدول (18) ووفقاً لدلالات تلك المتغيرات المستقلة المتمثلة في (تحمل العبء الإدراكي ، استدامة توزيع الانتباه ، تركيز الانتباه) وفقاً لنمط

السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا من خلال المعادلة :
اليقظة العقلية لنمط السيطرة الدماغية المتوازي (المتكامل) = 3119.371 - 3119.701 × تحمل العبء الإدراكي + 47.676 × استدامة توزيع الانتباه + 185.905 × تركيز الانتباه .

جدول (١٩)

نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد

والمقدار الثابت والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي

ووزن الانحدار المعياري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة

المئوية في متغيرات (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (قيد البحث) المؤثرة في

اليقظة العقلية لمنقذي الحياة علي المياه (عينة البحث) وفقا للنمط الأيمن من السيطرة الدماغية (ن=35)

المتغيرات المستقلة	وحدة القياس	قيمة الثبات Constant	معامل الارتباط R	التباين المشترك R(Square)	وزن الانحدار العادي قيمة B	وزن الانحدار المعياري قيمة Beta	قيمة نسبة F للارتباط المتعدد	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	نسبة المساهمة %
تحمل العبء الإدراكي استدامة توزيع الانتباه تركيز الانتباه	درجة درجة درجة	1381.736	0.968	0.938	259.253- 38.431- 144.836	0.449- 0.769- 1.261	156.046	60.729	2.170	72.54

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى 0.05 = (1.691) .

* قيمة (ف) الجدولية عند مستوى 0.05 = (2.64) .

يتضح من جدول (١٩) والذي يشير إلي نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد والمقدار الثابت والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي ووزن الانحدار المعياري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة المئوية في المتغيرات المستقلة المتمثلة في (تحمل العبء الإدراكي/استدامة توزيع الانتباه/تركيز الانتباه) (قيد البحث) مؤثرة في مكون اليقظة العقلية لمنقذي الحياة علي المياه (عينة البحث) وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيمن حيث بلغت قيمة المقدار الثابت ما بين (1381.736) بينما بلغت قيمة الارتباط المتعدد (0.968) ، وقيمة تباين حادث (0.938) وهي تدل علي نسبة تباين (0.932) من تباين المتغير التابع لليقظة العقلية لنمط السيطرة الدماغية الأيمن ، وبلغت قيمة النسبة الفائتة (156.046) وهي

دالة عند مستوي (0.05) وقيمة خطأ معياري بلغت (60.729) ، وقيمة (ت) محسوبة بلغت (2.170) وهي دالة أيضا عند مستوي (0.05) كما أن نسبة المساهمة المئوية لهم تراوحت ما بين (72.54%) ويمكن التنبؤ باليقظة العقلية لهم في ضوء نتائج جدول (19) ووفقا لدلالات تلك المتغيرات المستقلة المتمثلة في (تحمل العبء الإدراكي ، استدامة توزيع الانتباه ، تركيز الانتباه) وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيمن لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظه المنيا من خلال المعادلة :

اليقظة العقلية لنمط السيطرة الدماغية الأيمن = 1381.736 - 259.253 × تحمل العبء الإدراكي - 38.431 × استدامة توزيع الانتباه - 144.836 × تركيز الانتباه .

ويعزو الباحث نسبة مساهمة المتغيرات المستقلة لكلاً من (تحمل العبء الإدراكي/استدامة توزيع الانتباه/تركيز الانتباه) (قيد البحث) في متغير اليقظة العقلية لأنماط الثلاث (الأيسر/المتوازن/الأيمن) من السيطرة الدماغية لمجموعات البحث الثلاث إلي فاعلية هذه المكونات وأهمية تأثير مساهمة مكوناتها في اليقظة العقلية كمتغير مركب لمنقذي الحياة علي المياه دون غيرها من المكونات ، كما يبرهن بالدلالة الإحصائية علي النظرة الثاقبة لأراء السادة الخبراء بالدليل القطعي في جدول (1) أن هذه المكونات ركيزة أساسية لا تستقيم بها اليقظة العقلية كمتغير تابع لهذه المكونات وبالأخص لمنقذي الحياة علي المياه ، فالعبء الإدراكي هو إنهاك ذهني مصاحب لفقدن الطاقة العقلية في تفسير ومعالجة البيانات للمنقذ نتيجة طول الفترة التي يتعرض لها أو كثرة المثيرات والمشتتات حول المنقذ في انتقائه لسرعة تفسير الجوانب الأكثر خطورة التي يتعرض لها المتردد في حمام السباحة كذلك عملية استدامة توزيع الانتباه علي القطاع المخصص للمنقذ فاستدامة التوزيع تشمل الحفاظ علي رؤية محيطية أكبر تضمن تتبع الحالات الخطرة المعرضة للخطر طوال الوقت المخصص للإيقاظ لتضمن استدامة سلامة هؤلاء المترددين ثم يأتي دور التركيز في تضيق بؤرة الانتباه علي الحالة المعرضة للغرق بعينها أو الحالة المستهدفة بالإيقاظ مع ضبط الجسم بحالة التحفز القائم علي سرعة الاستجابة لهذه الحالة المعرضة للغرق بل وسرعة تكوين خبرة عقلية داخلية تضبط السلوك الانفعالي دون إحداث أي توتر يذكر لتصميم مسار متبع وفعال في التعامل بكفاءة وحرفية مهنية مع حالة هذا الغريق وهي تمثل اليقظة العقلية التي هي نتاج حسي (بصري سمعي) وإدراكي (ذهني تفسيري) قائم علي هذه المكونات الأساسية والتي بدونها لا تستقيم اليقظة العقلية كمتغير مركب ذو دلالة وأهمية كبيرة جداً لإحدى أخطر وأدق المهن الحساسة المتعلقة بالحياة والموت لتمثل مهنة لها قدسية وواجب مصيري يحافظ علي سلامة وأمن المترددين من الغرق وهي منقذ الحياة علي المياه .

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كلاً من "هيدر تايلور Heather Taylor (2021) (36) ، ودراسة "أناند استانا Anand N. Asthana (2021) (18) ، ودراسة "مارتا مودريغو الأاركون Marta Modrego-Alarcón (2021) (52) ، ودراسة "سونججين إم Sungjin Im (2021) (70) .

ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول (١٩/١٨/١٧) يتم الاجابه علي التساؤل الثاني والثالث من تساؤلات البحث حول التعرف علي مدي مساهمة تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه في اليقظة العقلية كقدره مركبة وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) كذلك إمكانية التنبؤ باليقظة العقلية في ضوء مكوناتها لكلا من (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

جدول (٢٠)

الدرجات الخام والمعيارية والثانية لاختبار اليقظة العقلية وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

م	الدرجة الخام	التكرارات	الدرجة المعيارية	الدرجة الثانية	المستوي المعياري	م	الدرجة الخام	التكرارات	الدرجة المعيارية	الدرجة الثانية	المستوي المعياري
١	768.4042	١	-0.5426376	44.57362366	% 100	١٩	60.07093	١	-0.5426376	44.57362366	% 7.8176217
٢	700.4048	١	-0.5489927	44.51007224	% 91.150569	٢٠	57.64909	١	-0.5489927	44.51007224	% 7.5024437
٣	621.3842	١	-0.5503673	44.49632612	% 80.866847	٢١	57.12525	١	-0.5503673	44.49632612	% 7.4342709
٤	561.0758	١	-0.5540698	44.45930105	% 73.018319	٢٢	55.71429	١	-0.5540698	44.45930105	% 7.2506482
٥	464.1902	١	-0.5801126	44.19887356	% 60.409635	٢٣	45.78982	١	-0.5801126	44.19887356	% 5.9590796
٦	336.6724	١	-0.5855436	44.14456337	% 43.814489	٢٤	43.72015	١	-0.5855436	44.14456337	% 5.689732
٧	318.0917	١	-0.5999887	44.00011261	% 41.396399	٢٥	38.21536	١	-0.5999887	44.00011261	% 4.9733411
٨	179.3	١	-0.6020513	43.97948646	% 23.334073	٢٦	37.42933	١	-0.6020513	43.97948646	% 4.8710475
٩	140.415	١	-0.6061883	43.93811691	% 18.273586	٢٧	35.85281	١	-0.6061883	43.93811691	% 4.6658786
١٠	116.7075	١	-0.6077939	43.92206007	% 15.188295	٢٨	35.24091	١	-0.6077939	43.92206007	% 4.5862461
١١	97.99778	١	-0.6118968	43.88103156	% 12.753415	٢٩	33.67738	١	-0.6118968	43.88103156	% 4.3827686
١٢	92.48332	١	-0.6191843	43.80815694	% 12.035764	٣٠	30.90024	١	-0.6191843	43.80815694	% 4.0213529
١٣	89.84083	١	-0.6260362	43.73963719	% 11.691871	٣١	28.28907	١	-0.6260362	43.73963719	% 3.6815349
١٤	81.26085	١	-0.6374392	43.62560767	% 10.575275	٣٢	23.94359	١	-0.6374392	43.62560767	% 3.1160149
١٥	73.05143	١	-0.6452302	43.54769711	% 9.5069013	٣٣	20.97455	١	-0.6452302	43.54769711	% 2.729624
١٦	65.54074	١	-0.6499135	43.50086492	% 8.5294615	٣٤	19.18985	١	-0.6499135	43.50086492	% 2.4973636
١٧	64.26856	١	-0.6534553	43.46544691	% 8.3639005	٣٥	17.84012	١	-0.6534553	43.46544691	% 2.3217109
١٨	62.47851	١			% 8.1309429						

يتضح من جدول (٢٠) والذي يشير إلي الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعيارية والدرجة الثانية والمستوي المعياري لليقظة العقلية وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر(قيد البحث) لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت (768.4042) بتكرار(١) وهي تقابل درجة

معيارية (1.316096489) ودرجة تائية (63.16096489) ومستوي معياري (١٠٠%) بينما كانت أدني درجة خام كانت (17.84012) بتكرار (١) وهي تقابل درجة معيارية (-0.65345530) ودرجة تائية (43.46544691) ومستوي معياري (2.3217109%) حيث تراوح ما بين (ممتاز) , (مقبول) وتوضع تقديرات درجات المستويات المعيارية طبقاً لما يلي :

جدول (٢١)

تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية لليقظة العقلية وفقاً لنمط السيطرة الدماغية الأيسر

المستوي المعياري	التقدير	الدرجة التائية
%100:80.866847	ممتاز	63.16096489 إلى 59.30302091
%80.866847 :73.018319	جيد	59.30302091 إلى 57.72047059
% 73.018319:60.409635	متوسط	57.72047059 إلى 55.17809837
% 60.409635:2.3217109	ضعيف	55.17809837 إلى 43.46544691

ويعزو الباحث اليقظة العقلية وتقنيته كإختبار معياري وفقاً لمستوياته المعيارية إلى أهمية اليقظة العقلية كأساس حيوي وفاعل للأداء الإنقادي لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر حيث تحظى اليقظة العقلية باهتمام بحثي كبير إذ تستدعي نتائج الانتباه إلي النواتج الإيجابية المرتبطة بأن يكون المنقذ يقظاً عقلياً , كما أن فهم ميكانيزمات العمل القائم علي اليقظة العقلية وأولوياته هي التي تحدد أولويات العمل المطلوب للمنفذ بل والإشارة إلي ما هو مطلوب بالضبط من فرز دقيق لمكونات اليقظة العقلية والتي لا غني عنها في هذا العنصر الحيوي والمركب لليقظة العقلية وبالتالي جاءت مكونات اليقظة العقلية من تحمل للعبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه ضرورة ملحة لبناء عنصر اليقظة العقلية .

ولقد تعددت وجهات نظر الباحثين التي تناولت مكونات اليقظة العقلية وأن طبيعة العمل المنوط به الفرد هو الذي يحدد بدقة هذه المكونات علي اعتبار أن اليقظة العقلية متغير مركب بيني بشكل جوهري علي مجموعة من المكونات الأساسية له وخصوصاً أن كانت طبيعة العمل لا تستقيم إلا علي مركب اليقظة العقلية ووفقاً لصعوبة التعامل مع متغيرات العمل المتنوعة والمنوط بها الفرد وعلي رأسها الإنقاذ لأن هذا النوع من العمل متغيراته غير مستقرة وغير ثابتة يصعب تقييمها ومحاكاتها وضبطها فلا يمكن توقع حالات الخطر والتصدي لها علي الدوام إلا كان المنقذ علي قدر كافي من اليقظة العقلية وبالتالي تنوعت مكوناتها واختلفت طبيعتها الحسية والإدراكية فالعبء الإدراكي مكون هام لليقظة العقلية لتحديد بلوغ الطاقة العقلية لليقظة واستدامة توزيع الانتباه يعبر عن مكون بالغ الأهمية لليقظة العقلية للمنقذ فتحمل المهام الحسية والإدراكية علي المستوي الزماني والمكاني جزء لا يتجزأ من طبيعة عمل المنقذ والتركيز مكون نهائي لليقظة بإعتباره جزء تضيق فيه نواحي الانتباه لأضيق الحدود ويرتبط بالخبرة الحسية والإدراكية معاً بالعمل الفعلي للأداء الإنقادي وبالتالي تعددت وتنوعت هذه المكونات لتشكل في النهاية اليقظة العقلية لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا , واليقظة العقلية وفقاً لمكوناتها تعتبر من المراحل الهامة والأساسية في حياة المنقذ لجلب الوعي بتركيز إلى تجربة واقعية تسهم بشكل كبير في بناء شخصيته وإعداده معرفياً ونفسياً ويسعى فيها إلى تحقيق أهدافه وطموحاته في الأداء الإنقادي ويزيد فيها من معارفه وخبراته ليستعين بها بشكل حيوي في مواجهة العديد من الضغوطات والمشاكل الشخصية في عمله كمنقذ حياة علي المياه كحالة مرنة للعقل والانفتاح علي الجديد وضرورة فعالة لابتنكار أشياء وتصرفات يتعايش معها لتذيق كل الضغوطات وتؤثر بشكل مباشر علي صحته النفسية وتوافقه وكذا علي تحصيله الحسي والإدراكي في عمله المهني , ولهذا وجب علي المنقذ أن يتمتع بمستوى مناسب من اليقظة العقلية والمرونة النفسية لتخطي عمله المهني بنجاح من خلال وعي المنقذ بالخبرات الموجودة في اللحظة التي حدثت فيها المشاكل مع إصدار أحكام دقيقة وسريعة , فالوعي الذي ينبثق عن قصد بالوقت الحاضر وتقييمه هو الأساس الذي بيني عليه الأداء الوظيفي

للمنقذ من خلال بناء متعدد الأبعاد يشمل علي أداء المهمة وفقاً للأسلوب السلس الذي يضمن سلامة وأمن المترددين علي الدوام فالعلاقة بين اليقظة العقلية كسمة والتوازن بنواتج العمل للمنقذ هي التي تحدد المستوي المطلوب الذي يبقي عليه المنقذ خلال فترة الأداء الإنقاذي له كذلك فلسفة توزيع الانتباه وتركيزه دون عبء واقع علي وعي المنقذ أولوية مطلوبة وبالغة التأثير علي طبيعة عمله ونشاط دائم علي تكوين يقظته دون التأثير بضغط العمل واضطرابات المترددين .

كما أن المعايير أحد الوسائل الموضوعية التي يعتمد عليها في تقييم أداء الأفراد ، حيث إن الدرجات الخام المستخلصة من تطبيق الاختبارات ليس لها أي مدلول أو دلالة إذا رجعنا إلى معايير يحدد معنى هذه الدرجات فيدلنا مثلا على مركز الشخص بالنسبة للمجموعة وهل هو متوسط أو فوق المتوسط أو أقل من المتوسط وما مدى بعده عن متوسط المجموعة التي ينتمي إليها وما وضعه بالنسبة إلى أقرانه حسنين ووجود المعايير يسمح للمختبر أن يتعرف مركزه النسبي في المجموعة، وهذا يعتبر إجراء هاما وضروريا لتحقيق شروط التقويم المثلى ، كما يجب ملاحظة أن المعايير ليست مستويات مثلي نسعي إليها ، وإنما هي قيم تحدد مركز الفرد النسبي وتساهم أيضا في وضع درجات كلية لوحدة مختلفة في وحدات قياسية خاصة في اختبارات الأداء وبالتالي كان لاستخدام المستويات المعيارية ضرورة ملحة في تقييم الاختبار القائم علي استخدام تكنولوجيا جديدة تساهم في ضبط وتقنين عنصر مركب وبالغ التعقيد كاليقظة العقلية فالتكنولوجيا الرياضية متجددة ومتطورة باستمرار في خدمة المجالات الرياضية المختلفة والتي يرجع إليها الأسباب الحقيقية في سهولة الحصول علي المعلومات وتسجيلها وتحليلها ، كما أن إيجاد وسائل القياس الأكثر دقة والأقل تكلفة والأسهل في طريقة استخدامها والتي تعطي بيانات علي درجة عالية من الدقة تعتبر من الأمور الهامة في توجهات التطوير العلمي والتكنولوجي في مجالات التربية الرياضية علي صعيد المهام والقدرات الخاصة التي يصعب تحديدها وتقييمها لذلك اتجه الباحث إلي تصميم وتقنين اختبار معياري لليقظة العقلية لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

جدول (٢٢)

الدرجات الخام والمعدية والتائية لاختبار مكون اليقظة العقلية تحمل العبء الإدراكي وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر لمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

المستوي المعدية	الدرجة التائية	الدرجة المعدية	التكرارات	الدرجة الخام	م	المستوي المعدية	الدرجة التائية	الدرجة المعدية	التكرارات	الدرجة الخام	م
%31.868162	55.17673676	0.517673676	١	1.227830832	١٩	%100	35.29558604	-1.4704414	١	0.39128712	١
%31.694257	55.33684875	0.533684875	١	1.234567901	٢٠	%92.3834	36.06226868	-1.39377313	١	0.423547	٢
%31.185583	55.81542693	0.581542693	١	1.254705144	٢١	%88.450854	36.50980291	-1.34901971	١	0.442378	٣
%29.02639	58.03358807	0.803358807	١	1.348039216	٢٢	%82.257266	37.30141875	-1.26985813	١	0.475687	٤
%28.681346	58.41900471	0.841900471	١	1.36425648	٢٣	%79.263436	37.72841931	-1.22715807	١	0.493654	٥
%28.407445	58.73162008	0.873162008	١	1.377410468	٢٤	%78.208622	37.88665216	-1.21133478	١	0.500312	٦
%27.520527	59.78659642	0.978659642	١	1.421800948	٢٥	%78.06178	37.90901897	-1.2090981	١	0.501253133	٧
%26.607524	60.9460665	1.09460665	١	1.470588235	٢٦	%53.149834	43.4926374	-0.65073626	١	0.736196319	٨
%25.694521	62.18793549	1.218793549	٢	1.52284264	٢٧	%41.623167	48.33787544	-0.16621246	١	0.940070505	٩
%27.520527	59.78659642	0.978659642	١	1.421800948	٢٨	%39.03089	49.82171276	-0.01782872	١	1.002506266	١٠
%26.607524	60.9460665	1.09460665	١	1.470588235	٢٩	%36.694037	51.33902861	0.133902861	١	1.066350711	١١
%25.694521	62.18793549	1.218793549	١	1.52284264	٣٠	%35.82451	51.95414277	0.195414277	١	1.09223301	١٢
%24.229702	64.37591689	1.437591689	١	1.614906832	٣١	%34.911506	52.63298979	0.263298979	٢	1.120797011	١٣
%23.030042	66.37515253	1.637515253	١	1.699029126	٣٢	%34.737601	52.76633981	0.276633981	١	1.12640801	١٤
%22.023875	68.21987053	1.821987053	١	1.776649746	٣٣	%34.346314	53.07131465	0.307131465	١	1.139240506	١٥
					٣٤	%33.824598	53.48892374	0.348892374	١	1.156812339	١٦
					٣٥	%33.024633	54.15488453	0.415488453	١	1.184834123	١٧
						%31.8899	55.15684555	0.515684555	١	1.226993865	١٨

يتضح من جدول (٢٢) والذي يشير إلي الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعدية والدرجة التائية والمستوي المعدية لتحمل العبء الإدراكي وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر (قيد البحث) لمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت (0.39128712) بتكرار (١) وهي تقابل درجة

معيارية (-1.4704414) ودرجة تائية (35.29558604) ومستوي معياري (100%) بينما كانت أدني درجة خام كانت (1.776649746) بتكرار (1) وهي تقابل درجة معيارية (1.821987053) ودرجة تائية (68.21987053) ومستوي معياري (22.023875%) حيث تراوح ما بين (ممتاز) , (مقبول) وتوضع تقديرات درجات المستويات المعيارية طبقاً لما يلي :

جدول (٢٣)

تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية لتحمل العبء الإدراكي وفقاً لنمط السيطرة الدماغية الأيسر

المستوي المعياري	التقدير	الدرجة التائية
100:35.29558604%	ممتاز	35.29558604إلى37.30141875
78.06178:82.207%	جيد	37.30141875إلى37.90901897
53.149834:78.06178%	متوسط	37.90901897إلى43.4926374
22.023875:53.149834%	ضعيف	43.4926374إلى68.21987053

ويعزو الباحث المستويات المعيارية لتحمل العبء الإدراكي كإحدى مكونات اليقظة العقلية لأنه مستشف ضروري لطاقة العقل كأساس تقديري للإرهاك الحادث في العقل وفقد السيطرة علي سرعة الاستجابة الحادثة في الدماغ لتفسير وتقييم الوضع الحالي والتعامل معه بحرفية للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية , كذلك تعتبر تقديرات المستويات المعيارية القائمة علي تحويل تلك الدرجات الخام إلي درجات معيارية ثم درجات تائية ثم مستوي معياري أساس في ضبط مستويات هذا العبء علي أساس قائم علي الدقة ليحدد درجة الحمل الزائد علي العقل في تفسير وانتقاء مثير بعينه والتركيز عليه مهما كانت المشتتات علي المستوي الكمي والكيفي لتلك المشتتات .

جدول (٢٤)

الدرجات الخام والمعيارية والتائية لاختبار مكون اليقظة العقلية

استدامة توزيع الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

م	الدرجة الخام	التكرارات	الدرجة المعيارية	الدرجة التائية	المستوي المعياري
١	41	٤	0.867626433	58.6762643	%100
٢	39	٣	0.511067625	55.1106762	%95.1219512
٨	33	٤	-0.5586088	44.413912	%80.4878049
٤	32	٨	-0.7368882	42.631118	%78.0487805
٥	31	٥	-0.91516761	40.8483239	%75.6097561
٦	29	٥	-1.27172642	37.2827358	%70.7317073
٧	28	٤	-1.45000582	35.4999418	%68.2926829
٨	27	٢	-1.62828522	33.7171478	%65.8536585

يتضح من جدول(٢٤) والذي يشير إلي الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعيارية والدرجة التائية والمستوي المعياري لتحمل العبء الإدراكي وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر(قيد البحث) لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا(عينة البحث)أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت(٤١) بتكرار(٤) وهي تقابل درجة معيارية(0.867626433) ودرجة تائية (58.6762643) ومستوي معياري (١٠٠%) بينما كانت أدني درجة خام كانت(27)بتكرار(2) وهي تقابل درجة معيارية(-1.62828522) ودرجة تائية(33.7171478) ومستوي معياري(65.8536585%) حيث تراوح ما بين (ممتاز) , (مقبول) وتوضع تقديرات درجات المستويات المعيارية طبقاً لما يلي :

جدول (٢٥)

تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية
لاستدامة توزيع الانتباه وفقاً لنمط السيطرة الدماغية الأيسر

المستوي المعياري	التقدير	الدرجة التائية
100:80.4878049%	ممتاز	58.6762643 إلى 44.413912
80.4878049 :75.6097561%	جيد	44.413912 إلى 40.8483239
75.6097561:65.8536585%	متوسط	40.8483239 إلى 33.7171478
65.8536585% فأقل	ضعيف	33.7171478 فأقل

ويعزو الباحث مكون اليقظة العقلية لإستدامة توزيع الانتباه بالأهمية الضرورية لهذا المكون لمساهمته الفعالة في تأمين قطاعات المنقذين المكانية وفقاً للمسافة المنوط بها المنقذ وايضا وفقاً للزمين في الحفاظ علي إستدامة هذا التوزيع بالتتابع البصري الدائم دون تعب في كل منطقة من مناطق القطاع المستهدف بالإنتقاد كذلك ضمان التجزئة المستمرة لهذا التوزيع لتأخير الإحساس بالتعب الذهني المصاحب للإنتباه وبالتالي المحافظة علي الطاقة العقلية لأكبر فترة ممكنة لأن الاستدامة في الانتباه تتطلب الحفاظ بقدر الامكان علي سلامة المترددين طوال الفترة المكلف بها المنقذ والتي يظل فيها بوضع المراقب المستمر .

إن المستويات المعيارية لإستدامة توزيع الإنتباه كإحدى مكونات اليقظة العقلية والتي هي بمثابة ركن أساسي من مكونات الخبرة المعقدة للحفاظ علي تدارك أهداف مختلفة لأكبر مدي ممكن ليضمن استمرار الإدراك لأطول فتره دون ضرر ليضمن تركيز الوعي أوتوماتيكياً وبصوره اليه دون عبء عقلي , ولضمان إستدامة هذه العمليات العقلية في مواقف حساسة وشديدة الخطورة كالمواقف التي يتعرض لها المنقذ كمواقف سريعة التغير ومتعددة الظروف لذلك كان لوجوب التعامل معها ضرورة ملحة للحفاظ علي نواحي الأمن والسلامة أطول فترة ممكنة وبالتالي كان يعد تحويل الدرجات الخام والمعيارية إلي درجات تائية ومستويات معيارية لتحديد الشدة المطلوبة للإستدامة توزيع الانتباه لأطول فترة ممكنة وفقاً لكثرة المنبهات التي يتعرض لها المنقذ أثناء الأداء كأساس لمنقذي الحياه علي المياه لنمط السيطرة الدماغية الأيسر .

جدول (٢٦)

الدرجات الخام والمعدية والتائية لإختبار مكون اليقظة العقلية تركيز الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

م	الدرجة الخام	التكرارات	الدرجة المعدية	الدرجة التائية	المستوي المعياري	م	الدرجة الخام	التكرارات	الدرجة المعدية	الدرجة التائية	المستوي المعياري
١	7.333333	١	-0.54589299	44.54107	%100	١٨	2.303333	١	-0.54589299	44.54107	%31.4090909
٢	7.235472	١	-0.55368419	44.463158	%98.6655272	١٩	2.283333	١	-0.55368419	44.463158	%31.13636359
٣	6.872168	١	-0.55693052	44.4306947	%93.7113818	٢٠	2.275	١	-0.55693052	44.4306947	%31.02272727
٤	6.672412	١	-0.56472172	44.3527827	%90.9874363	٢١	2.255	١	-0.56472172	44.3527827	%30.75
٥	5.875624	١	-0.66749678	43.3250321	%80.1221454	٢٢	1.991176	١	-0.66749678	43.3250321	%27.15240642
٦	4.678923	١	-0.70255717	42.9744282	%63.8034954	٢٣	1.901176	١	-0.70255717	42.9744282	%25.9251337
٧	4.555556	١	-0.74283716	42.5716284	%62.1212121	٢٤	1.797778	١	-0.74283716	42.5716284	%24.51515152
٨	4	٢	-0.75062835	42.4937164	%54.5454545	٢٥	1.777778	١	-0.75062835	42.4937164	%24.24242425
٩	3.545455	١	-0.75841955	42.4158044	%48.3471074	٢٦	1.757778	١	-0.75841955	42.4158044	%23.96969697
١٠	3.166667	١	-0.77010635	42.2989365	%43.1818181	٢٧	1.727778	١	-0.77010635	42.2989365	%23.56060606
١١	3.156667	١	-0.77789755	42.2210245	%43.0454545	٢٨	1.707778	١	-0.77789755	42.2210245	%23.28787879
١٢	3.146667	١	-0.78849312	42.1150688	%42.9090909	٢٩	1.680579	١	-0.78849312	42.1150688	%22.91698564
١٣	2.846154	١	-0.80758155	41.9241844	%38.8111888	٣٠	1.631579	١	-0.80758155	41.9241844	%22.24880382
١٤	2.571429	١	-0.90521561	40.9478439	%35.0649350	٣١	1.380952	١	-0.90521561	40.9478439	%18.83116883
١٥	2.333333	١	-0.94737577	40.5262423	%31.8181818	٣٢	1.272727	١	-0.94737577	40.5262423	%17.35537191
١٦	2.323333	١	-0.95127137	40.4872863	%31.6818181	٣٣	1.262727	١	-0.95127137	40.4872863	%17.21900827
١٧	2.313333	١	-0.98586983	40.1413017	%31.5454545	٣٤	1.173913	١	-0.98586983	40.1413017	%16.00790513

ينتضح من جدول (٢٦) والذي يشير إلي الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعدية والدرجة التائية والمستوي المعياري لتركيز الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر (قيد البحث) لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت (7.333333) بتكرار (١) وهي تقابل درجة معدية (1.413593208) ودرجة تائية (64.1359321) ومستوي معياري (١٠٠%) بينما كانت أدنى درجة خام كانت (1.173913) بتكرار (١) وهي تقابل درجة

معيارية (-0.98586983) ودرجة تائية (40.1413017) ومستوي معياري(16.00790513%) حيث تراوح ما بين(ممتاز) , (مقبول) وتوضع تقديرات درجات المستويات المعيارية طبقاً لما يلي :

جدول(27)

تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية لتركيز الانتباه وفقاً لنمط السيطرة الدماغية الأيسر

الدرجة التائية	التقدير	المستوي المعيارى
64.1359321إلى58.4572813	ممتاز	%100:80.1221454
58.4572813إلى53.7954143	جيد	%80.1221454 :63.8034954
53.7954143إلى51.1506027	متوسط	% 63.8034954:54.5454545
51.1506027إلى40.1413017	ضعيف	% 54.545454 :16.00790513

ويعزو الباحث المستويات المعيارية لتركيز الانتباه كإحدى مكونات اليقظة العقلية باعتباره جوهر الإنتباه بحصر حاسة واحده أو أكثر من حاسة في مثير ما بتضيق بؤرة الانتباه ليشمل نقطة يتم توجيه الانتباه عليها في اختيار مثير ما ضمن مثيرات عديدة والذي يتطلب نهاية عملية الانتباه قبل بداية الاستجابة الحركية أو قبل ردة الفعل المرتبطة بهذا التركيز لضمان تحديد دقيق وسريع لكلاً من ردة الفعل أو الاستجابة الحركية علي مستوي قائم علي ترجمة هذا التركيز إلي مستويات معيارية يكون عليها المنقذ في تقدير هذا المستوي وفقاً لنمط السيطرة القائم علي النمط الأيسر من السيطرة الدماغية , أن المستويات هي معايير قياسية تمثل الهدف أو الغرض المطلوب لأي صفة أو خاصية وبناءً علي ذلك تتضمن عملية تقنين الاختبارات وضع معايير ومستويات وذلك لأن الدرجات التي يسجلها الفرد في أي اختبار لا يكون لها أي دلالة في حد ذاتها ولكي تكتسب هذه الدرجات معني أو مفهوم يجب تحويلها إلي معايير أو مستويات لأنه في ضوء نتائج تطبيق بعض الاختبارات والمقاييس علي عينة من الأفراد فإننا نقرر قبول البعض واستبعاد البعض الأخر .

جدول (٢٨)

الدرجات الخام والمعيارية والتائية لإختبار اليقظة العقلية وفقا لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) لمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

المستوي المعياري	الدرجة التائية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م	المستوي المعياري	الدرجة التائية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م
%7.4783422	44.0953217	-0.5904678	١	144.6698	١٩	%100	77.3517752	2.73517752	١	1934.517	١
%6.9764846	43.91493147	-0.6085068	١	134.9613	٢٠	%87.042753	72.6943567	2.26943567	١	1683.857	٢
%6.5223064	43.75167936	-0.6248320	١	126.1751	٢١	%79.682605	70.04878794	2.004878794	١	1541.474	٣
%5.9190594	43.53484523	-0.6465154	١	114.5052	٢٢	%71.054059	66.94729951	1.694729951	١	1374.553	٤
%5.4046769	43.34995294	-0.6650047	١	104.5544	٢٣	%66.47319	65.30072856	1.530072856	١	1285.935	٥
%5.0225411	43.21259614	-0.6787403	١	97.16193	٢٤	%51.626953	59.964322	0.9964322	١	998.7324	٦
%4.8293824	43.14316619	-0.6856833	١	93.42524	٢٥	%49.40831	59.16684168	0.916684168	١	955.8123	٧
%4.0411892	42.85985403	-0.7140145	١	78.17751	٢٦	%40.675432	56.02785181	0.602785181	١	786.8733	٨
%3.3477972	42.61061771	-0.7389382	١	64.76372	٢٧	%38.342046	55.18912776	0.518912776	١	741.7335	٩
%3.0839241	42.5157698	-0.7484230	١	59.65905	٢٨	%33.070073	53.29414304	0.329414304	١	639.7463	١٠
%2.8631785	42.43642388	-0.7563576	١	55.38868	٢٩	%31.178738	52.61431206	0.261431206	١	603.1581	١١
%2.5650488	42.32926263	-0.7670737	١	49.62131	٣٠	%25.558014	50.59397063	0.059397063	١	494.4242	١٢
%2.3279511	42.24403904	-0.7755960	١	45.03462	٣١	%22.603498	49.53198423	-0.04680157	١	437.2686	١٣
%2.1624766	42.18456007	-0.7815439	١	41.83349	٣٢	%20.887383	48.91513543	-0.10848645	١	404.0701	١٤
%1.9036338	42.09152028	-0.7908479	١	36.82613	٣٣	%15.968362	47.14701743	-0.28529825	١	308.9107	١٥
%1.5154078	41.95197435	-0.8048025	١	29.31583	٣٤	%14.917529	46.76930071	-0.32306992	١	288.5822	١٦
%1.2776927	41.86652885	-0.8133471	١	24.71719	٣٥	%10.787842	45.284905	-0.47150952	١	208.6927	١٧
						%10.17632	45.06509664	-0.49349033	١	196.8627	١٨

يتضح من جدول (٢٨) والذي يشير إلي الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعيارية والدرجة التائية والمستوي المعياري لتركيز الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) (قيد البحث) لمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت (1934.517) بتكرار (١) وهي تقابل درجة معيارية (2.73517752) ودرجة تائية (77.3517752) ومستوي معياري (١٠٠%) بينما كانت أدني درجة خام كانت (24.71719) بتكرار (١) وهي تقابل درجة

معيارية (-0.81334711) ودرجة تائية(41.86652885) ومستوي معياري(١٠.٢٠٧٩٣٩٥%) حيث تراوح ما بين(ممتاز) , (مقبول) وتوضع تقديرات درجات المستويات المعيارية طبقاً لما يلي :

جدول(٢٩)

تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية لليقظة العقلية وفقاً لنمط السيطرة الدماغية المتوازن(المتكامل)

المستوي المعياري	التقدير	الدرجة التائية
100:87.042753%	ممتاز	77.3517752إلي72.6943567
87.042753 :71.054059%	جيد	72.6943567إلي66.94729951
71.054059:66.47319%	متوسط	66.94729951إلي65.30072856
66.47319 :1.2776927%	ضعيف	65.30072856 إلي41.86652885

ويعزو الباحث اليقظة العقلية وتقنيته كاختبار معياري وفقاً لمستوياته المعيارية إلى أهمية اليقظة العقلية كعنصر فعال في الأداء الإنقادي لمنقذي الحياه علي المياه فصياعة هذا العنصر الهام والحيوي في إطار منظم ومقنن يستطيع المنقذ بعد ذلك تتميته تنمية شاملة بل ومن خلال فهم محتوي ما يضمنه هذا العنصر من مكونات حيوية للمنقذ يمكن تقدير أبعاده وتأثيراته القوية علي العمل الإنقادي , بل يمكن التدرج عليه فيما بعد لتعزيزه كقدرة ضرورية لا يستقيم العمل الإنقادي إلا به لذلك تكمن أهمية هذا العنصر في ربط النواحي الحسية التي يعتمد عليها المنقذ من حواس سمعية وبصرية بالنواحي الإدراكية المتمثلة في ترجمة فعلية للواقع الحسي ليشكل خبره نفس حركية يعتمد عليها المنقذ في إجادته للعمل الإنقادي في ظل أصعب الأمور والمواقف الضاغطة التي يتعرض لها من أجل تحقيق أسمى وأفضل المهام علي الإطلاق وهي الحفاظ علي أمن وسلامة المترددين .

وفيما يتعلق بالمعايير وأهميتها بالنسبة للمدرب أن المعايير تساهم في التعرف علي مدي نوعية المستويات كالمستوى المتوسط أو فوق المتوسط لأن وجود المعايير يسمح للمختبر أن يتعرف على مركزه النسبي في المجموعة وهذا يعتبر إجراء هاماً وضرورياً لتحقيق شروط التقويم المثلي الا أنه ونظرا لعدم إمكانية إصدار الأحكام على الدرجات الخام المحصلة من أي اختبار يقوم به الفرد او إصدار هذه الأحكام يكون في عدم وجود محك مما يؤدي إلى دقة التقويم فإننا نلجأ إلى استخدام الدرجات المعيارية بدلاً من الدرجات الخام وللحصول على نتائج جيدة للاختبارات ينصح المدربين بوضع معايير ومستويات خاصة لفرقهم على وحدات الاختبار إذا لم تكن المعايير المرفقة بالاختبار مناسبة لهم وهذا أمر وارد .

لذلك تطلب من الباحث وضع تقديرات معيارية قائمة علي تحويل الدرجات الخام إلي درجات معيارية ثم صياغتها إلي مستويات مئوية لفهم وتقنين مستويات اليقظة العقلية لأن إعداد المستويات المعيارية تعتبر من الخطوات الهامة التي يجب أن تتضمنها مراحل إعداد الاختبار حيث أن معايير الأداء تعد أحد محكات الجودة التي يمكن من خلالها المقاضلة بين مستويات أداء المنفذين وبالتالي كان لتحديد المستويات القياسية التي تعتمد بدرجة كبيرة على استخدام أساليب القياس المناسبة للمقارنة بين ما هو قائم وما ينبغي أن يكون لتطوير وتعديل الخطط والبرامج التدريبية على أسس علمية سليمة من خلال تطبيق اساليب التقويم والقياس اللذان يعتبران الوسيلة الأساسية لمعرفة نواحي القوة والقصور ومراجعة الأهداف وتذليل الصعاب وتجنب الأخطاء لتسهيل عملية الأداء الإنقاذي وتحسين نتائجها وحل مشكلاتها .

ونظراً للتقدم التكنولوجي وظهور تقنيات تتمثل في معدات وأجهزة وأدوات حديثة ذات تقنيات عالية تستخدم في قياس المجالات المهارية والبدنية والفسولوجية والنفسية والعقلية ، فقد ظهرت أهمية محاولة استخدام ما توصلت إليه التكنولوجيا من أدوات قياس متناهية الدقة في تقييم مستوي اداء بعض القدرات وبالأخص للمنقذ لما يحتاجه ، ونتيجة لطبيعة عمل المنقذ في مجال هام وحيوي يرتبط بالحياة والموت فرض علي العاملين في مجال الإنقاذ لبناء أساليب قياس جديدة لاستخدامها في تقنين وبناء بعض الصفات والقدرات التي هي أساس عمل المنقذ ونظرا لأن التكنولوجيا الرياضية متطورة ومنجدة باستمرار يستند إليها لسهولة تسجيلها وتحليلها والحصول علي معلوماتها لتعطي بيانات علي درجة عالية من الدقة فقد ظهرت أهمية محاولة استخدام ما توصلت إليه التكنولوجيا من أدوات قياس متناهية الدقة في تقييم مستوي اداء ، وقد أصبحت ضرورة ملحة لمسيرة التطور السريع الذي اجتاح جميع مجالات الحياة بصفة عامة والمجالات الرياضية والهندسية بصفة خاصة ، قام الباحث بوضع أطار ممنهج لليقظة العقلية وفقاً لنظام إلكتروني تم تصميمه وتقنيه ليتم الاعتماد عليه كعنصر هام وحيوي من صميم عمل منقذ الحياه علي المياه وهو أمن وسلامة المترددين .

جدول (٢٨)

الدرجات الخام والمعيارية والثانية لإختبار اليقظة العقلية وفقا لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) لمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

المستوي المعياري	الدرجة الثانية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م	المستوي المعياري	الدرجة الثانية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م
%7.4783422	44.0953217	-0.5904678	١	144.6698	١٩	%100	77.3517752	2.73517752	١	1934.517	١
%6.9764846	43.91493147	-0.6085068	١	134.9613	٢٠	%87.042753	72.6943567	2.26943567	١	1683.857	٢
%6.5223064	43.75167936	-0.6248320	١	126.1751	٢١	%79.682605	70.04878794	2.004878794	١	1541.474	٣
%5.9190594	43.53484523	-0.6465154	١	114.5052	٢٢	%71.054059	66.94729951	1.694729951	١	1374.553	٤
%5.4046769	43.34995294	-0.6650047	١	104.5544	٢٣	%66.47319	65.30072856	1.530072856	١	1285.935	٥
%5.0225411	43.21259614	-0.6787403	١	97.16193	٢٤	%51.626953	59.964322	0.9964322	١	998.7324	٦
%4.8293824	43.14316619	-0.6856833	١	93.42524	٢٥	%49.40831	59.16684168	0.916684168	١	955.8123	٧
%4.0411892	42.85985403	-0.7140145	١	78.17751	٢٦	%40.675432	56.02785181	0.602785181	١	786.8733	٨
%3.3477972	42.61061771	-0.7389382	١	64.76372	٢٧	%38.342046	55.18912776	0.518912776	١	741.7335	٩
%3.0839241	42.5157698	-0.7484230	١	59.65905	٢٨	%33.070073	53.29414304	0.329414304	١	639.7463	١٠
%2.8631785	42.43642388	-0.7563576	١	55.38868	٢٩	%31.178738	52.61431206	0.261431206	١	603.1581	١١
%2.5650488	42.32926263	-0.7670737	١	49.62131	٣٠	%25.558014	50.59397063	0.059397063	١	494.4242	١٢
%2.3279511	42.24403904	-0.7755960	١	45.03462	٣١	%22.603498	49.53198423	-0.04680157	١	437.2686	١٣
%2.1624766	42.18456007	-0.7815439	١	41.83349	٣٢	%20.887383	48.91513543	-0.10848645	١	404.0701	١٤
%1.9036338	42.09152028	-0.7908479	١	36.82613	٣٣	%15.968362	47.14701743	-0.28529825	١	308.9107	١٥
%1.5154078	41.95197435	-0.8048025	١	29.31583	٣٤	%14.917529	46.76930071	-0.32306992	١	288.5822	١٦
%1.2776927	41.86652885	-0.8133471	١	24.71719	٣٥	%10.787842	45.284905	-0.47150952	١	208.6927	١٧
						%10.17632	45.06509664	-0.49349033	١	196.8627	١٨

يتضح من جدول (٢٨) والذي يشير إلى الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعيارية والدرجة التائية والمستوي المعياري لتركيز الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) (قيد البحث) لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت (1934.517) بتكرار (١) وهي تقابل درجة معيارية (2.73517752) ودرجة تائية (77.3517752) ومستوي معياري (١٠٠%) بينما كانت أدني درجة خام كانت (24.71719) بتكرار (١) وهي تقابل درجة معيارية (-0.81334711) ودرجة تائية (41.86652885) ومستوي معياري (١٠.٢٠٧٩٣٩٥%) حيث تراوح ما بين (ممتاز)، (مقبول) وتوضع تقديرات درجات المستويات المعيارية للآتي :

جدول (٢٩)

تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية لليقظة العقلية وفقا لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل)

المستوي المعياري	التقدير	الدرجة التائية
%100:87.042753	ممتاز	77.3517752 إلى 72.6943567
%87.042753 :71.054059	جيد	72.6943567 إلى 66.94729951
% 71.054059:66.47319	متوسط	66.94729951 إلى 65.30072856
% 66.47319 :1.2776927	ضعيف	65.30072856 إلى 41.86652885

جدول (٣٠)

الدرجات الخام والمعيارية والتائية لاختبار مكون اليقظة العقلية تحمل العبء الإدراكي وفقا لنمط السيطرة الدماغية المتوازي (المتكامل) لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

المستوي المعياري	الدرجة التائية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م	المستوي المعياري	الدرجة التائية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م
%37.015267	44.69855049	-0.53014495	١	0.786937799	١٩	%100	32.91900385	-1.7080996	١	0.291287129	١
%35.793946	45.3366872	-0.46633128	١	0.813788823	٢٠	%90.109846	33.67881381	-1.6321186	١	0.323257826	٢

%33.345306	46.75690428	-0.32430957	١	0.873547621	٢١	%84.086815	34.22910068	-1.5770899	١	0.346412372	٣
%32.856361	47.06584871	-0.29341513	١	0.886547146	٢٢	%79.278292	34.72844906	-1.5271550	١	0.367423568	٤
%31.16776	48.20734919	-0.17926508	١	0.934578322	٢٣	%76.967089	34.99066132	-1.5009338	١	0.378456733	٥
%30.194188	48.92351426	-0.10764857	١	0.964712563	٢٤	%75.963482	35.10949177	-1.4890508	١	0.383456789	٦
%29.498739	49.46403584	-0.05359642	١	0.987456213	٢٥	%73.695644	35.38993154	-1.4610068	١	0.395256917	٧
%28.426434	50.34928739	0.034928739	١	1.024705144	٢٦	%70.812861	35.77234402	-1.4227656	١	0.411347774	٨
%26.995138	51.64049385	0.164049385	١	1.079035533	٢٧	%67.217867	36.29519215	-1.3704807	١	0.433347774	٩
%26.555489	52.06505476	0.206505476	١	1.096899879	٢٨	%62.992297	36.98604773	-1.3013952	١	0.462417062	١٠
%25.784621	52.84441629	0.284441629	١	1.129693252	٢٩	%60.8418	37.37448744	-1.2625512	١	0.478761528	١١
%24.550952	54.19351598	0.419351598	١	1.186459627	٣٠	%58.805301	37.76852687	-1.2231473	١	0.495341615	١٢
%23.647256	55.27108984	0.527108984	١	1.231800948	٣١	%54.197227	38.7694486	-1.1230551	١	0.537457627	١٣
%23.052136	56.02685559	0.602685559	١	1.263601476	٣٢	%50.443031	39.72008157	-1.0279918	١	0.577457627	١٤
%20.98799	58.98032541	0.898032541	١	1.387875299	٣٣	%47.145806	40.67987649	-0.9320123	١	0.617843137	١٥
%20.331721	60.04498604	1.004498604	١	1.432673267	٣٤	%44.100794	41.69372674	-0.8306273	١	0.660503145	١٦
%19.784392	60.98693081	1.098693081	١	1.472307692	٣٥	%41.937194	42.50357795	-0.7496422	١	0.694579439	١٧
						%39.898493	43.34705238	-0.6652947	١	0.730070505	١٨

يتضح من جدول (٣٠) والذي يشير إلى الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعيارية والدرجة التائية والمستوي المعياري لتحمل العبء الإدراكي وفقا لنمط السيطرة الدماغية المتوازي (المتكامل) (قيد البحث) لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت (0.291287129) بتكرار (١) وهي تقابل درجة معيارية (-1.70809962) ودرجة تائية (32.91900385) ومستوي معياري (١٠٠%) بينما كانت أدنى درجة خام كانت (0.786937799) بتكرار (١) وهي تقابل درجة معيارية (-0.53014495) ودرجة تائية (44.69855049) ومستوي معياري (37.015267%) حيث تراوح ما بين (ممتاز), (مقبول) وتوضع تقديرات درجات المستويات المعيارية كالتالي

جدول (٣١)

تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية لتحمل العبء الإدراكي وفقا لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل)

المستوي المعياري	التقدير	الدرجة التائية
%100:84.086815	ممتاز	32.91900385 إلى 34.22910068

75.963482 : 84.086815 %	جيد	34.22910068 الي 35.10949177
75.963482 : 58.805301 %	متوسط	35.10949177 الي 37.76852687
58.805301 : 19.784392 %	ضعيف	37.76852687 الي 60.98693081

ويعزو الباحث المستويات المعيارية لتحمل العبء الإدراكي كإحدى مكونات اليقظة العقلية , فزيادة المتطلبات الإنتباهية تشكل ذلك العبء الواقع علي المنقذ في معالجتها وتفسيرها لذلك يعد العبء الإدراكي صفة ملازمة لكلاً من الجوانب الحسية والإدراكية علي الصعيدين لذلك تعتبر أساساً في نجاح أو فشل العمل الإنقاذي التجهيزي علي الدوام وبالتالي إعتبر مكوناً هاماً من مكونات اليقظة العقلية لأنها صفة ملازمة للمكونات الأخرى علي حده بل ومشكلة تلازم قوي مع عنصر الانتباه الأصلي وهو يقظة المنقذ العقلية , ويتضمن العبء الإدراكي مستويات مختلفة من حيث المظاهر الفزيائية للمثيرات المعروضة وتشمل الرموز والأرقام والأشكال والصور وهو جزء أساسي إعتد عليه الباحث في تصميم وتشكيل النظام الإلكتروني لمنقذ الحياه علي المياه والمستوي الثاني الذي اعتمد عليه الباحث هي الوظيفة والحجم والسرعة المقدمة لهذه الصور والأشكال والرموز والصور, كما أن العبء الإدراكي يسهم في استهلاك السعة الإنتباهية في مثيرات غير مستهدفة علي حساب المثير المستهدف لأنه يعوق الخبرة ذاتها ويقال من تكوين حصيلة معرفية يستند عليها في تعزيز وظيفة الأداء الإنقاذي وبالتالي توقع حدوث الطوارئ والتحفز لها كإحدى الجوانب الوقائية لمنقذ الحياه علي المياه , إن الإدراك الحسي هو العملية العقلية التي بواسطتها تنتقل الأفراد إلى مثيرات العالم الخارجي التي تجذب انتباههم أو تثير حواسهم كعملية عقلية تمكن المنقذ من التوافق مع بيئته حيث تبدأ هذه العملية العقلية بالتهيئات الحسية أي التأثير في أعضاء الحس باستجابة كلية لمجموعة التهيئات الحسية الصادرة عن موضوعات العالم الخارجي , فمن خلال المعطيات الحسية وافترض نشاط معالجة المعلومات تنتقل هذه الوظيفة بين شكلين من المعالجة إما تصاعدية من الجزء إلى الكل تسيرها المعطيات وإما معالجة تنازلية من الكل للجزء مادتها المفاهيم والتصورات , لتصدر عنها الاستجابة بكل ما له من خبرات واتجاهات وميول ومعنى ذلك أن الإدراك الحسي تتدخل فيه عوامل متعددة داخلية وخارجية أو موضوعية وذاتية وبالتالي تختلف نواتج الاستجابة تلك إلي مدي مستويات العبء الذهني الواقع علي المنقذ والذي يختلف وفقاً لنوعين مهمين أولهما كم المعلومات الصادرة من العالم الخارجي وانتقائها والثانية هي سرعة تفسير المعلومات وإدراكها وتداركها فيما بعد وهو المقصود بعينه .

ويعتمد مدي توافر موارد انتباهيه لم يتم استهلاكها في إدراك معلومات غير متصلة وغير معروفة علي مستوي العبء الإدراكي للمعلومات المتصلة فارتفاع مستوي العبء الإدراكي للمعلومات المتصلة كما في تقديم عدد كبير من التهيئات أو زيادة المتطلبات الإنتباهية المتصلة بالهدف يستنفذ كامل موارد الانتباه في معالجتها إدراكية ويتجاوز حدود الوسع الانتباهي المتاح لدى الفرد ولا يترك أي من هذا الوسع متاحاً لمعالجة المعلومات المشتتة غير المتصلة بالهدف ومن ثم لا يتم إدراكها , وعلي الجانب المقابل لبقاء موارد انتباهيه لم تستهلكها عملية إدراك معلومات متصلة لكونها منخفضة العبء الإدراكي كما في حال قلة التهيئات المعروضة أو قلة المتطلبات الإنتباهية للعدد نفسه من التهيئات

المتصلة بالهدف يوجه هذه الموارد تلقائياً دون تحكم من الفرد إلى إدراك المعلومات المشتتة غير المتصلة فيتم تمييزها وتنافس للتحكم في سلوك الاستجابة بإحداث التنشيت والتداخل في الأداء ، وتتطلب في هذه الحالة كعمليات التحكم المعرفي البعدية رفيعة المستوى المقاومة للتنشيت مثل عمليات الذاكرة العاملة والتي تحدث متأخراً في تتابع عملية معالجة المعلومات وتقوم بتحديد أولويات عملية المعالجة للتنبيهات الحالية وتفصي التنبيهات الأخرى ذات الأولوية الأقل من الدخول في عملية تحكم السلوك والتي تعتمد أيضاً كفاءتها علي القيام بهذه الوظيفة علي مستوى العبء المعرفي (مقدار المعلومات التي تحتفظ بها) ، فكلما كان العبء منخفضة (لا تشغل الذاكرة العاملة بالاحتفاظ بمعلومات أو تحتفظ بمقدار صغير من المعلومات في الانساق الفرعية للتخزين والتي نجحت في القيام بوظيفتي الاحتفاظ بأولويات المعالجة وكف المشتتات ذات الأولوية الأقل توفر للموارد اللازمة لعمليتي الاحتفاظ والكف أما إذا كان العبء مرتفعاً تشغل الذاكرة العاملة بالاحتفاظ .

كما إن البنية العاملة لمتغيرات النموذج المعلوماتي في المخ يحتاج إلي طاقة عقلية قوية تساعد علي التنظيم الإدراكي دون تعب ونتيجة لواقع عمل المنفذ في الاحتياج الدائم للمعالجة البصرية والتعامل مع مثيرات مختلفة الكثافة ومتباينة الزمن بين الأعباء الإدراكية المختلفة في نسب القوة والتهاون ولتحقيق الألية في التجهيز الحركي بأقل قدر من الإجهاد الإدراكي وفقاً لعدد الخصائص المستثارة لا بد من فهم مدي أهمية هذا العبء ومعرفة كيفية تقديره لتجنب مشاكله باعتباره المسئول عن تحديد معالجة المعلومات إدراكياً وفقاً للقدرة الذهنية للمنفذ وتقديره للاستجابة الصحيحة في ظل هذا العبء وبناءً عليه تعتبر عملية تجسيد مكون العبء الإدراكي إلي مستويات معيارية ضرورة ملحة لفهم قدرة المنفذ علي تنفيذ المهام الموكلة لديه في الحفاظ علي سلامة وأمن المترددين دون تعب أو جهد فهي بمثابة وسيلة أساسية وضرورية للسيطرة علي فهم التعبير عن العبء والجهد بصيغة رقمية تحمل في مدلولها كل معالم الدقة والوضوح لتقييم طبيعة هذا العبء كإحدى مكونات اليقظة العقلية لنمط السيطرة الدماغية المتوازن لمنقذي الحياه علي المياه .

جدول (٣٢)

الدرجات الخام والمعيارية والتائية لاختبار مكون اليقظة العقلية استدامة

توزيع الانتباه وفقاً لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

م	الدرجة الخام	التكرارات	الدرجة المعيارية	الدرجة التائية	المستوي المعياري
١	49	١	1.721474958	67.2147496	100%
٢	48	٢	1.523278828	65.2327883	97.9591837%
٨	47	٢	1.325082698	63.250827	95.9183674%
٤	46	٢	1.126886568	61.2688657	93.877551%
٥	45	٢	0.928690438	59.2869044	91.8367347%
٦	44	١	0.730494308	57.3049431	89.7959184%

%87.755102	55.3229818	0.532298178	٢	43	٧
%85.7142857	53.3410205	0.334102048	٤	42	٨
%83.6734694	51.3590592	0.135905918	٢	41	٩
%81.6326531	49.3770979	-0.06229021	١	40	١٠
%79.5918367	47.3951366	-0.26048634	٢	39	١١
%77.5510204	45.4131753	-0.45868247	٢	38	١٢
%75.5102041	43.431214	-0.6568786	٢	37	١٣
%73.4693878	41.4492527	-0.85507473	٣	36	١٤
%71.4285714	39.4672914	-1.05327086	١	35	١٥
%69.3877551	37.4853301	-1.25146699	٣	34	١٦
%67.3469388	35.5033688	-1.44966312	٢	33	١٨
%63.2653061	31.5394462	-1.84605538	١	31	١٩

يتضح من جدول (٣٢) والذي يشير إلى الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعيارية والدرجة التائية والمستوي المعياري لتحمل العبء الإدراكي وفقا لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) (قيد البحث) لمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت (٤٩) بنكرار (١) وهي تقابل درجة معيارية (1.721474958) ودرجة تائية (67.2147496) ومستوي معياري (١٠٠%) بينما كانت أدنى درجة خام كانت (٣١) بنكرار (1) وهي تقابل درجة معيارية - (1.84605538) ودرجة تائية (31.5394462) ومستوي معياري (63.2653061%) حيث تراوح ما بين (ممتاز) , (مقبول) وتوضع تقديرات درجات المستويات المعيارية طبقاً لما يلي :

جدول (٣٣)

تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية
لاستدامة توزيع الانتباه وفقاً لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل)

الدرجة التائية	التقدير	المستوي المعياري
67.2147496 إلى 53.3410205	ممتاز	%100:85.7142857
53.3410205 إلى 43.431214	جيد	%85.7142857 :75.5102041
43.431214 إلى 35.5033688	متوسط	% 75.5102041:67.3469388
35.5033688 فأقل	ضعيف	%67.3469388 فأقل

ويعزو الباحث المستويات المعيارية لاستدامة توزيع الانتباه كإحدى مكونات اليقظة العقلية كضرورة ملحة في تشكيل القدرة الأساسية للأداء الإنقادي فتوزيع الانتباه صفة ضرورية لتأمين قطاع المنفذ علي المستويين الزمني والمكاني ليضمن سلامة تأمين المترددين علي الدوام وهو إستحساس نذير خبرة حسية بصرية وسمعية تساعد في تكوين شبكة حماية متصلة بعضها ببعض في كل القطاعات علي حوض السباحة وبناءً علي تنظيم الجوانب الحسية والبصرية للمنفذ في إطار من التوزيع المنتظم فهو يضمن سلامة الحفاظ علي هذا التوزيع لأكثر فترة ممكنة ليشكل سلامة هذا التوزيع دون عبء فالمنفذ

الواعي لا يستطيع أن يكون يقظاً بدون هذا المكون الحيوي لأن توزيع الانتباه يمثل حالة شعورية عقلية مقصودة تستهدف تحفيز حركي ديناميكي لكامل العين والرأس في اتجاهات مختلفة نحو نمط مكاني بوتيرة زمنية منقطعة بحالة من التحفز والاستعداد المستمر لأي طارئ قد يحدث وبالتالي وجب علي الباحث وضعها في قالب معياري قائم علي تحديد مستويات هذا التوزيع بنسب مئوية ودرجات تائية تحدد دقة التوزيع لتضمن عملية تقنين الوضع الديناميكي المستمر للمنقذ من خلال الاستدامة لأكبر فترة ممكنة ليحدد من مكانها طريقة الحمل المتبع في تدريب هذا النمط المتكامل والمتوازن للسيطرة الدماغية وليضمن قوة وقدرة هذا المكون ليتم التدريب عليه في بؤره محيطية واسعة يمارس فيها توزيع الانتباه علي أكثر من مثير متشابه مع زيادة تدريجية في سرعة عرض المثير ليشكل بعدها خبرة ذهنية توجد في الدماغ يستند عليها المنقذ في تكوين سلوكه الإنقاذي ليثبت ويؤكد بدون شك وعن ضرورة أهمية تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية لاستدامة توزيع الانتباه .

جدول (٣٤)

الدرجات الخام والمعيارية والثائية لاختبار مكون اليقظة العقلية تركيز الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) لمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

المستوي المعياري	الدرجة الثانية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م	المستوي المعياري	الدرجة الثانية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م
%24.749163	46.655681	-0.33443190	١	2.846154	١٩	%100	80.3675938	3.036759382	١	11.5	١
%24.488294	46.538813	-0.3461187	١	2.816154	٢٠	%98.608695	79.744298	2.974429801	١	11.34	٢
%24.575250	46.577769	-0.34222310	١	2.826154	٢١	%96.736521	78.9055756	2.890557559	١	11.1247	٣
%23.229813	45.9750214	-0.40249786	١	2.671429	٢٢	%93.44	77.4287541	2.742875407	١	10.7456	٤
%22.360248	45.5854615	-0.44145384	١	2.571429	٢٣	%90.040869	75.9059645	2.59059645	١	10.3547	٥
%22.028985	45.4370577	-0.45629422	١	2.533333	٢٤	%72.395217	68.0008206	1.800082059	١	8.32545	٦
%21.681159	45.2812338	-0.47187662	١	2.493333	٢٥	%71.416149	67.562204	1.756220399	١	8.212857	٧
%19.349973	44.236877	-0.57631230	١	2.225247	٢٦	%62.546583	63.5886932	1.35886932	١	7.192857	٨
%16.879795	43.1302522	-0.68697478	١	1.941176	٢٧	%62.111801	63.3939133	1.339391326	١	7.142857	٩
%15.806763	42.6495404	-0.73504596	١	1.817778	٢٨	%58.464347	61.7598765	1.17598765	١	6.7234	١٠
%15.545893	42.5326724	-0.74673276	١	1.787778	٢٩	%58.396135	61.7293177	1.17293177	١	6.715556	١١
%15.057208	42.3137443	-0.76862557	١	1.731579	٣٠	%49.526570	57.7558069	0.77558069	١	5.695556	١٢
%14.187643	41.9241844	-0.80758155	١	1.631579	٣١	%48.657004	57.366247	0.736624702	١	5.595556	١٣
%13.5194	41.6248157	-0.83751843	١	1.554731	٣٢	%48.309178	57.2104231	0.721042307	١	5.555556	١٤
%13.467739	41.6016719	-0.83983281	١	1.54879	٣٣	%39.515191	53.2707707	0.327077065	١	4.544247	١٥
%11.06719	40.5262423	-0.94737577	١	1.272727	٣٤	%39.463652	53.2476814	0.324768144	١	4.53832	١٦
%10.207939	40.1413017	-0.98586983	١	1.173913	٣٥	%30.743083	49.34092	-0.06590800	١	3.535455	١٧
						%30.482213	49.224052	-0.07759480	١	3.505455	١٨

يتضح من جدول (٣٤) والذي يشير إلي الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعيارية والدرجة الثانية والمستوي المعياري لتركيز الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) (قيد البحث) لمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت (11.5) بتكرار (١) وهي تقابل درجة معيارية (3.036759382) ودرجة ثانية (80.3675938) ومستوي معياري (١٠٠%) بينما كانت أدني درجة خام كانت (2.846154) بتكرار (١) وهي تقابل درجة

معيارية (-0.33443190) ودرجة تائية(46.655681) ومستوي معياري(١٠.٢٠٧٩٣٩٥%) حيث تراوح ما بين(ممتاز) , (مقبول) وتوضع تقديرات درجات المستويات المعيارية طبقاً لما يلي :

جدول (٣٥)
تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية لتركيز الانتباه وفقاً لنمط السيطرة الدماغية المتوازن(المتكامل)

الدرجة التائية	التقدير	المستوي المعياري
75.9059645 إلى 80.3675938	ممتاز	100:90.040869%
67.562204 إلى 75.9059645	جيد	90.040869 : 71.416149%
63.3939133 إلى 67.562204	متوسط	71.416149:62.111801%
40.1413017 إلى 63.3939133	ضعيف	62.111801: 10.207939%

ويعزو الباحث المستويات المعيارية لتركيز الانتباه كإحدى مكونات اليقظة العقلية والتي من خلالها تشكل المكون الأذق لنمط السيطرة الدماغية المتوازن علي اعتبار أن المنفذ يستخدم الفصين الأيسر والأيمن من الدماغ في اتجاه واحد ليضمن قبول صيغة الانتباه الانتقائي لهذه اللحظة الأتية ويعزز من تدارك الأحداث الفجائية بنوعية من التحفز التام لها لمواجهة سرعة ومصادقية عقلية لأن الانطباعات القائمة علي الإدراك الحسي صعب تلاشيها في الذاكرة لتكون بعدها مسار تنوع مع البرنامج الحركي في الذاكرة يوجه المنفذ علي أساسه إلي المسار المطلوب في الأداء الإنفادي ليضمن التعامل بهدوء من حالة رد الفعل المطلوب في معالجة تلك المعلومات وفلترتها بدقة كبيرة علي اعتبار أن تركيز الانتباه هي حاله تتحصر فيها الطاقة النفسية والوظائف العقلية لموضوع ما ومقابلته بالاستجابة المناسبة , فتركيز الانتباه هو مظهر من مظاهر نزوع العقل نحو إثباع الشعور بأكبر مدي ممكن من المعرفة وهو من صميم ما يتطلب عمل المنفذ بتوجيه الشعور نحو استقبال كل ما هو جديد استعداد لأدائه دون خوف أو توتر ليشبع حاجاته الأدائية في واجبه الإنفادي لذا كان لتركيز الانتباه الأهمية الحيوية لمعرفة صياغة مستوياته المعيارية لفهمه علي الوجه الأمثل في تقنين مستوياته وتوجيهها في الأداء الإنفادي لمنفذ الحياه علي المياه لنمط السيطرة الدماغية المتوازن(المتكامل) , إن الاستعانة بالاختبارات المعيارية والمقاييس كوسيلة علمية تتسم بالدقة

والموضوعية تمكننا من القيام بعملية الانتقاء والتشخيص والتوجيه والتعرف علي نقاط القوة والضعف ودراسة حالة المنقذين علي جميع المستويات , حيث أن هناك فروق واضحة بين الأنشطة والمهام الرياضية وخاصة جوانب وقدرات المنقذين بعضها البعض وأن لكل منها خصائصه ومتطلباته في ضوء معطيات يمكن العمل عليها وتتميتها من منظور تطوير مستوي الأداء المستقبلي للمنقذ .

جدول (٣٦)

الدرجات الخام والمعدية والثانية لاختبار اليقظة العقلية وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيمن لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

المستوي المعياري	الدرجة الثانية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م	المستوي المعياري	الدرجة الثانية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م
%7.7643676	44.76794362	-0.523205	١	67.47615	١٩	%100	65.80197759	1.580197759	١	869.0489	١
%7.6417738	44.7399865	-0.526001	١	66.41075	٢٠	%86.491516	62.72141208	1.272141208	١	751.6536	٢
%7.1741702	44.63335103	-0.536664	١	62.34705	٢١	%73.539472	59.76774075	0.976774075	١	639.094	٣
%6.8904133	44.5686412	-0.543135	١	59.88106	٢٢	%65.286762	57.88573742	0.788573742	١	567.3739	٤
%6.5820141	44.49831177	-0.550168	١	57.20092	٢٣	%61.193945	56.95238384	0.695238384	١	531.8053	٥
%5.7342567	44.30498348	-0.569501	١	49.83349	٢٤	%56.426626	55.86521229	0.586521229	١	490.375	٦
%5.4680468	44.24427519	-0.575572	١	47.52	٢٥	%49.708119	54.33307882	0.433307882	١	431.9879	٧
%5.2917112	44.20406244	-0.579593	١	45.98756	٢٦	%27.717685	49.31823226	-0.06817677	١	240.8802	٨
%4.823991	44.09740036	-0.590259	١	41.92284	٢٧	%26.193935	48.97074613	-0.10292538	١	227.6381	٩
%4.6040968	44.04725421	-0.595274	١	40.01185	٢٨	%21.640418	47.9323315	-0.20676685	١	188.0658	١٠
%3.9430735	43.89651003	-0.610348	١	34.26724	٢٩	%14.261952	46.24969642	-0.37503035	١	123.9433	١١
%3.8082615	43.86576658	-0.613423	١	33.09565	٣٠	%12.324758	45.80792564	-0.41920743	١	107.1082	١٢
%3.5597672	43.80909827	-0.619090	١	30.93612	٣١	%11.403989	45.59794736	-0.44020526	١	99.10624	١٣
%3.5597214	43.80908783	-0.619091	١	30.93572	٣٢	%10.977377	45.50065998	-0.44993400	١	95.39878	١٤
%3.195537	43.72603677	-0.627396	١	27.77078	٣٣	%9.4566437	45.15386165	-0.48461383	١	82.18286	١٥
%2.3312095	43.52892972	-0.647107	١	20.25935	٣٤	%8.4608035	44.92676354	-0.50732364	١	73.52852	١٦

%2.22312	43.50428026	-0.649571	١	19.32324	٣٥	%8.2421012	44.87688921	-0.51231107	١	71.62789	١٧
						%7.8632937	44.7905034	-0.52094966	١	68.33587	١٨

يتضح من جدول (٣٦) والذي يشير إلي الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعيارية والدرجة التائية والمستوي المعياري لتركيز الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيمن (قيد البحث) لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت (869.0489) بتكرار (١) وهي تقابل درجة معيارية (1.580197759) ودرجة تائية (65.80197759) ومستوي معياري (١٠٠%) بينما كانت أدني درجة خام كانت (19.32324) بتكرار (١) وهي تقابل درجة معيارية (-0.649571) ودرجة تائية (43.50428026) ومستوي معياري (2.22312%) حيث تراوح ما بين (ممتاز)، (مقبول) وتوضع تقديرات درجات المستويات المعيارية طبقاً لما يلي :

جدول (٣٧)

تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية لتحمل العبء الإدراكي وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيمن

الدرجة التائية	التقدير	المستوي المعياري
62.72141208 إلى 65.80197759	ممتاز	100:86.491516 %
59.76774075 إلى 62.72141208	جيد	86.491516 : 73.42229 %
55.86521229 إلى 59.76774075	متوسط	73.42229 : 56.426626 %
43.50428026 إلى 55.86521229	ضعيف	56.874081 : 2.22312 %

ويعزو الباحث هذه التقديرات لمكون اليقظة العقلية من العبء الإدراكي إلي أهمية هذا العنصر في تحديد كفاءة عمل المنقذ في الأداء الإنقاذي كذلك الاعتماد علي استراتيجية منهجية جديدة قائمة علي القدرات الحسية والإدراكية بخلاف القدرات البدنية والفنية والتي كان يظن البعض أنها السبيل الوحيد في تعزيز مهام المنقذ في العمل الإنقاذي ولكن نتيجة التتبع الميداني وجد الباحث أن الاعتماد المباشر في أولويات المنقذ لعمله الإنقاذي قائم علي تعزيز قدراته الحسية والإدراكية والتي هي أساس عمله في سرعة توقع واكتشاف الغريق بدقة عالية من الانتباه كجانب وقائي يحدد فيه نوعية الخطر الذي يتعرض له المتردد علي حمام السباحة مع نوعية الغريق نفسه ثم يليه الاستجابة الفعلية وسرعة رد الفعل بناءً علي هذا الخطر القائم مع التعامل بحرفية مع نوعية الغريق وضبط سلوكه نحو الطمأنينة والسكينة وإزالة الخوف منه وبالتالي كان لليقظة العقلية الدور الهام والحيوي في تمكين المنقذ من أدائه الإنقاذي علي أكمل وجه بما يضمن تحقيق أمن وسلامة المترددين , لذلك كان لوضع هذا المحور الحيوي والهام في صيغة معيارية غاية في الأهمية بل وضرورة حتمية لتحديد أولويات المستوي الذي سيكون عليه المنقذ من وعي ويقظة وبالتالي تحديد متطلبات تصرفاته وخبرته بأسلوب من الحرفية المهنية تحت الضغوط المختلفة وقدرته في السيطرة التامة علي انفعالاته مهما بلغت من مسارها . ونتيجة للتطور الحادث في مجال التكنولوجيا وخاصة مجال القياس والتقييم اتخذ الباحث منهجية متطورة في صياغة عنصر اليقظة العقلية في قالب علمي علي تعزيز تكنولوجيا خاصة تضع اليقظة

العقلية بعيداً عن طرق تقييمها التقليدية إلى منهجية ملموسة ومحسوسة يمكن إدراكها فعلياً والتعامل معها بشكل واقعي يضمن معرفتها وتقييمها وتقنيها بل والتدريب عليها لتطويرها في مجال له أولويه بإدراك قيمة هذا العنصر بعيداً عن أساليب متعارف عليها وبديهيته ووفقاً لجوانبها الحسية والإدراكية من منظور منطور ومبتكر يحدد مستوياتها بدقة كبيرة ليكون نواة حيوية يعتمد عليها في أحد الأمور الهامة التي تتعلق بحياة الناس ليعزز من قدرات الأداء الإنقاذي لمنقذ الحياة علي المياه وليضمن سلامة وأمن المترددين علي مهما كانت أعمارهم .

ان الدرجات الخام المستخلصة من تطبيق الاختبارات ليس لها مدلول او دلالة الا اذا رجعنا إلى معيار ثابت يحدد معنى هذه الدرجات وللوصول إلى معايير ثابتة يجب تحويل الدرجات الخام الى درجات معيارية بواسطة جمع العلامات الخام لعدد كبير من الأفراد الذين سوف تطبق عليهم هذه المعايير، ثم يتم تحليل هذه العلامات إحصائياً للخروج بمستويات معيارية مناسبة ومحددة بهذا الخصوص ومن المعروف أن المعايير إحدوي الاهداف الاساسية التي ترمي اليها عملية تقنين الاختبارات حيث تشتق المعايير من عينة التقنين التي تمثل المجتمع الأصلي المدروس والدرجات الخام المستخلصة من تطبيق الاختبارات هي مصدر المعايير باستخدام بعض الاساليب الاحصائية المعينة , وتبرز قيمة استخدام المعايير في مجال التربية البدنية عند استخدام الاختبارات التي على شكل درجات معيارية(موحدة في وحدتها) لتسهل بذلك عملية التقويم وعادة ما تأخذ هذه المعايير شكل جداول تعمم علي العينات المنوط بها التعميم لتكون قائمة على أساس علمي سليم للحكم على أهمية وقيمة الاداء من خلال اكتشاف نقاط الضعف وإيجاد الحلول المناسبة لمعالجتها ونقاط القوة للتأكيد عليها والارتقاء بها , وبالتالي تكوين مجموعات متقاربة المستوى ليستطيع كل فرد أن يحدد مكانة ومستواه ومدى التقدم الذي يصل اليه لتوجيهه . ولذلك كان لزاماً علي الباحث تحديد مستويات مكون اليقظة العقلية من العبء الإدراكي للوصول إلي مقدار الطاقة العقلية لمنقذ الحياة علي المياه .

جدول (٤٠)

الدرجات الخام والمعيارية والتائية لاختبار مكون اليقظة العقلية

استدامة توزيع الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيمن لمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

م	الدرجة الخام	التكرارات	الدرجة المعيارية	الدرجة التائية	المستوي المعياري
١	44	٢	1.402464645	64.0246465	% 100
٢	43	٢	1.224185241	62.2418524	%97.7272727
٨	42	٣	1.045905837	60.4590584	%95.4545455
٤	41	٢	0.867626433	58.6762643	%93.1818182
٥	40	١	0.689347029	56.8934703	%90.9090909
٦	38	١	0.332788221	53.3278822	%86.3636364
٧	37	٣	0.154508817	51.5450882	%84.0909091
٨	36	١	-0.02377059	49.7622941	%81.8181818
٩	35	٥	-0.20204999	47.9795001	%79.5454546
١٠	34	٣	-0.3803294	46.196706	%77.2727273
١١	33	٣	-0.5586088	44.413912	%75
١٢	32	٢	-0.7368882	42.631118	%72.7272727
١٣	31	٥	-0.91516761	40.8483239	%70.4545455
١٤	28	٢	-1.45000582	35.4999418	%63.6363636

يتضح من جدول (٤٠) والذي يشير إلي الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعيارية والدرجة التائية والمستوي المعياري لتحمل العبء الإدراكي وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيمن (قيد البحث) لمنفذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت (٤٤) بتكرار (٢) وهي تقابل درجة معيارية (1.402464645) ودرجة تائية (64.0246465) ومستوي معياري (١٠٠%) بينما كانت أدنى درجة خام كانت (٢٨) بتكرار (2) وهي تقابل درجة معيارية (-1.45000582) ودرجة تائية (35.4999418) ومستوي معياري (63.2653061%) حيث تراوح ما بين (ممتاز)، (مقبول) .

جدول (٤١)

تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية استدامة توزيع الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيمن

الدرجة التائية	التقدير	المستوي المعياري
51.5450882 إلى 64.0246465	ممتاز	84.0909091 : %100
44.413912 إلى 51.5450882	جيد	٧٥.٠٠٠ : %84.0909091
35.4999418 إلى 44.413912	متوسط	٧٥ : %63.6363636
35.4999418 فأقل	ضعيف	63.6363636 % فأقل

ويعزو الباحث المستويات المعيارية لاستدامة كإحدى مكونات اليقظة العقلية إلي الدور الحيوي لهذا المكون في تشكيل سلوك الأداء الإنفاذي حيث تقسم وتجزأ مهام باحث الانتباه بالتساوي للنواحي الحسية

متمثلة في القدرات السمعية والبصرية علي النمطين المكاني والزمني من خلال المعرفة التامة بالاستحواذ علي مجريات الأحداث والتحكم فيها وخصوصاً الأحداث الفجائية التي تطرأ علي مهام عمل المنفذ بل ويساهم أيضاً في تعزيز الانتباه المشترك بين المنقذين بعضها البعض من خلال مجموعة من الإماءات والتواصل البصري وتعبيرات الوجه ليكون شبكة اتصال لمجموع القطاعات المختلفة علي حمام السباحة تضمن أمن وسلامة المترددين وبالتالي احتاج الباحث إلي تحويل ذلك البيانات الخام لمكون استدامة توزيع الانتباه إلي درجات ثائية ومستويات معيارية تصيغ أسس مستويات هذا المكون لتوضيح درجاته الأعلى والأدنى ليتمكن الباحث فيما بعد من صياغته صياغة علمية لتدريب هذا المكون ورفع نسبته المكونة لليقظة العقلية لمنقذي الحياه علي المياه .

ويعتبر توزيع الانتباه عملية معرفية ذات تأثير حاسم في صنع القرار ومفتاحاً لتحديد أسلوب التفكير وأولوياته لفصل جميع المشتتات التي تحيط بالمنفذ ويسعي جاهداً بعدها إلي تحديد البؤرة للمرحلة المراد التركيز عليها فيما بعد لذلك يعتمد عليها كأساس في نقل محتويات البيئة المحيطة حول المنفذ ونتيجة لحسن التوزيع وتنظيم عملية الانتباه يستطيع المنفذ تقليص الطاقة الذهنية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة في حالة من التحفز الدائم دون فقد السيطرة علي ترجمة المدركات الحسية فالفاصل الزمني بين المدركات الحسية وترجمتها إلي نواحي إدراكية قليل جداً لايتعدي اللحظات ونتيجة للكم الكبير من تلك المعلومات الحسية الذي يصل إلي الدماغ تبدأ الدماغ وفقاً لأنماط سيطرتها في سرعة ترجمتها والتحكم فيها وإصدار الحكم الحركي القائم علي تلك المعلومات وبالتالي يعتبر توزيع الانتباه بمثابة رادار يرصد كافة مشتتات الواقع بكل ما فيه ثم يبعث تلك المشتتات علي الدوام ليبدأ بعدها انتقاء الواحد واستبعاد الباقي ثم مرحلة التركيز والتحديد بشكل دقيق لإصدار الأحكام المنوط بها المنفذ .

جدول (٤٢)

الدرجات الخام والمعدية والتانية لاختبار مكون اليقظة العقلية تركيز الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيمن لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

المستوي المعياري	الدرجة التانية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م	المستوي المعياري	الدرجة التانية	الدرجة المعيارية	التكرارات	الدرجة الخام	م
%31.40909091	44.54107	-0.545892	١	2.303333	١٩	%100	64.1359321	1.413593208	١	7.333333	١
%31.13636363	44.463158	-0.553684	١	2.283333	٢٠	%98.66552728	63.7547036	1.375470358	١	7.235472	٢
%30.34090909	44.2359148	-0.576408	١	2.225	٢١	%93.71138182	62.3394169	1.233941695	١	6.872168	٣
%29.38636364	43.9632229	-0.603677	١	2.155	٢٢	%94.30396364	62.5087041	1.250870409	١	6.915624	٥
%29.11363636	43.8853109	-0.611468	١	2.135	٢٣	%93.24398591	62.2058926	1.220589257	١	6.837892	٦
%26.74331551	43.2081641	-0.679183	١	1.961176	٢٤	%91.56222273	61.7254511	1.17254511	١	6.714563	٧
%26.47058824	43.1302522	-0.686974	١	1.941176	٢٥	%90.98743637	61.5612477	1.156124771	١	6.672412	٤
%25.9251337	42.9744282	-0.702557	١	1.901176	٢٦	%62.53030304	53.4316922	0.343169221	١	4.585556	٨
%24.51515152	42.5716284	-0.742837	١	1.797778	٢٧	%62.12121213	53.3148242	0.331482425	١	4.555556	٩
%24.24242425	42.4937164	-0.750628	١	1.777778	٢٨	%٥٥.83834864	50.0913076	0.20913076	١	4.241479	١٠
%22.24880382	41.9241844	-0.807581	١	1.631579	٢٩	%43.18181819	47.9042703	-0.20957296	١	3.166667	١١
%22.16985641	41.9016309	-0.809836	١	1.625789	٣٠	%39.08391608	46.7335929	-0.32664070	١	2.866154	١٢
%21.97607655	41.8462724	-0.815372	١	1.611579	٣١	%38.81118881	46.655681	-0.33443190	١	2.846154	١٣
%21.83971291	41.8073165	-0.819268	١	1.601579	٣٢	%38.4020979	46.538813	-0.3461187	١	2.816154	١٤
%21.70334928	41.7683605	-0.823163	١	1.591579	٣٣	%35.06493506	45.5854615	-0.44145384	١	2.571429	١٥
%17.62809918	40.6041542	-0.939584	١	1.292727	٣٤	%32.63636363	44.8916739	-0.51083260	١	2.393333	١٦
%17.35537191	40.5262423	-0.947375	١	1.272727	٣٥	%31.95454545	44.696894	-0.53031060	١	2.343333	١٧
						%31.54545454	44.580026	-0.54199742	١	2.313333	١٨

يتضح من جدول (٤٢) والذي يشير إلي الدرجات الخام وتكرارها والدرجات المعيارية والدرجة التانية والمستوي المعياري لتركيز الانتباه وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيمن(قيد البحث) لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا(عينة البحث) أنه قد تبين أن أفضل درجة خام كانت(7.333333) بتكرار (١) وهي تقابل درجة معيارية(1.413593208)

ودرجة تائية (64.1359321) ومستوي معياري (100%) بينما كانت أدني درجة خام كانت (1.272727) بتكرار (1) وهي تقابل درجة معيارية (-0.33443190) ودرجة تائية (40.5262423) ومستوي معياري (17.35537191%) حيث تراوح ما بين (ممتاز) , (مقبول) وتوضع تقديرات درجات المستويات المعيارية طبقاً لما يلي :

جدول (٤٣)

تقديرات الدرجات التائية للمستويات المعيارية تركيز الانتباه وفقاً لنمط السيطرة الدماغية الأيمن

الدرجة التائية	التقدير	المستوي المعياري
61.5612477 إلى 64.1359321	ممتاز	90.98743637 : 100%
53.4316922 إلى 61.5612477	جيد	62.12121213 : 90.98743637%
50.0913076 إلى 53.4316922	متوسط	50.0913076 : 62.12121213%
40.5262423 إلى 50.0913076	ضعيف	17.35537191 : 50.0913076%

ويعزو الباحث المستويات المعيارية لتركيز الانتباه كأحدى مكونات اليقظة العقلية علي اعتبار أن تركيز الطاقة العقلية علي معلومات منتقاه يحسن المعالجة المعرفية والإدراكية في مهمة الأداء الإنفاذي لمنفذ الحياه علي المياه لتكون خبرة عقلية وذهنية ليصبح المنفذ معتاداً علي الأثارة والتأقلم للاستجابة الأقل فالأقل تأثيراً مهما كان هذا المثير طفيف وبالتالي ملاحظة المثير مهما كانت ضآلته وهو الأساس علي وجود رد فعل مستمر لذلك يلزم المنفذ وجود طاقة عقلية تضمن ذلك علي الدوام وبالتالي احتاج الباحث إلي تقديرات الدرجات التائية المحولة من الدرجات الخام ليتم صياغتها في مستويات معيارية يعتمد عليها الباحث في تحديد كون تركيز الانتباه ليتم التعامل بحرفية مطلقة مع تنوع واختلاف أنماط التفكير والإدراك والمعالجة لتعزيز الأداء الإنفاذي لمنفذ الحياه علي المياه بمحافظه المنيا .

لذلك فقد رأى الباحث ضرورة العمل علي وضع مستويات معيارية باستخدام منظومة آلية لتقييم مستوي اليقظة العقلية في ضوء مكوناتها (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه للمساعدة على تصنيف المنقذين للمساعدة علي الارتقاء بالعملية التدريبية بوضع مستويات معيارية دقيقة يتم بنائها وتقنينها في ضوء ما وفرته الأساليب العلمية والأجهزة التكنولوجية الحديثة .

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كلاً من " أليان Allen Kiburz " (٢٠٢١) (١٦) , ودراسة" وايكوز Witkiewitz, " (٢٠٢١) (٧٥) , ودراسة" ريتشيل Ritchie, T. " (٢٠٢١) (٦٥) , ودراسة "كليفنجر Clevenger W " (٢٠٢١) (٢٥) .

ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول كلاً من (٢٠/٢١/٢٢/٢٣/٢٤/٢٥/٢٦/٢٧) لنمط السيطرة الدماغية الأيسر و جدول كلاً من (٢٨/٢٩/٣٠/٣١/٣٢/٣٣/٣٤/٣٥) لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) , و جدول كلاً من (٣٦/٣٧/٣٨/٣٩/٤٠/٤١/٤٢/٤٣) لنمط السيطرة الدماغية الأيمن يتم الاجابة علي التساؤل الرابع والخامس من تساؤلات البحث حول امكانية بناء مستويات معيارية لتقييم اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) والقدرة علي تقنين اختبار معياري لقياس اليقظة العقلية في ضوء مكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظه المنيا .

ثالثاً: مقياس الأداء الإنفاذي لمنفذ الحياه علي المياه بمحافظه المنيا :

أ- هدف المقياس : الوقوف علي تقدير وتقييم مستوي الأدائية في جانب الإنفاذ والتي يتمتع بها منقذ الحياه علي المياه بمحافظه المنيا .

ب- خطوات بناء المقياس : في ضوء أهداف البحث قام الباحث ببناء مقياس للتعرف علي الأداء الإنقاذي لمنقذ الحياه علي المياه بمحافظة المنيا مسترشدا بالخطوات التالية :

١- مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة : قام الباحث ببناء مقياس الأداء الإنقاذي لمنقذ الحياه علي المياه بمحافظة المنيا بالاطلاع علي العديد من المراجع العلمية التي تناولت موضع الإنقاذ بصفة عامة والقدرات والسمات التي يجب أن يتمتع بها المنقذ من النواحي الفنية والبدنية والمتطلبات النفسية والسيكولوجية لمواجهة صعوبات مهنة الإنقاذ كذلك التحديات التي تواجهه كطبيعة عمله كمنقذ حياه علي المياه في توفير جوانب الأمن والسلامة للمتريدين مثل دراسة"دبليو أندرو هاريل W. Andrew Harrell (٢٠٢١)(٧٤) ودراسة " مايكل بوتسون Michael Butson (٢٠٢١)(57) ودراسة " مايكل بوتسون Jack Brockman (٢٠٢١)(40) ودراسة" كريستينا ديل ريال أنطونيو-Cristina Del-Real Antonio (٢٠٢٠)(27) ودراسة "عادل حسنين النمورى & عبد الحميد بن عبد الله الأمير (٢٠٠٨)(٦) .

٢- توجيه سؤال استكشافي(مفتوح) : تم إعداد استمارة تم توزيعها علي(٦٠) منقذ قائم علي رأس عمله كمنقذ حياة علي المياه فئة حمامات سباحة(مسابح) بمحافظة المنيا خلال الفترة من ٢٢-٢٣/٨ إلي ٢٥-٢٦/٨/٢٠٢٠م وتضمنت الاستمارة توضيح مفهوم الأداء الإنقاذي لمنقذ الحياة علي المياه وقد تم توجيه السؤال الاستكشافي التالي " كيف تقوم بأدائك الإنقاذي بفاعلية وتحدي وكفاءة كمنقذ حياة علي المياه ؟ " وقد بلغ عدد العبارات(المصادر) التي تم الحصول عليها من أفراد عينة السؤال المفتوح(٥١) عبارة وقد تم حساب النسبة المئوية لكل عبارة لتوضيح درجة الأهمية لكل عبارة وفقا للجدول التالي :

جدول (٤٤)

العبارات التي تم الحصول عليها نتيجة السؤال المفتوح

م	الفقرات	عدد المقترحين	النسبة المئوية %
١	تفكيري ينحصر في جانب واحد من جوانب مواجهة مشكلة الغرق .	٢١	41.17647059
٢	لدي صعوبة في تصحيح أخطائي التي اقع فيها أثناء العمل واواجهه بالتحدي .	١٨	35.29411765
٣	أواجه صعوبة في التعامل مع المواقف الجديدة أثناء الإنقاذ .	٢٤	47.05882353
٤	أتعامل مع زملائي المنقذين في حالات الغرق الطارئة .	١٣	25.49019608
٥	أجيد الإتصال بإشارات متفقه مع زملائي المنقذين في حالات الغرق الطارئة .	١٥	29.41176471
٦	أساعد زملائي في القطاعات المختلفة بنقطة كبيرة دون تضجر مني .	١٧	33.33333333
٧	أقبل الإنتقادات بصدر رحب في مواجهة الشدائد التي تحيط بي وأواجهها.	٣٢	62.74509804

49.01960784	٢٥	أستطيع إستعادة توازني في مواجهة شدائد الغرق .	٨
37.25490196	١٩	أتخذ قراري بنفسي في الحالات الطارئة وفي الأزمات دون التأثير علي قراري .	٩
19.60784314	١٠	لدي الجرأة لمواجهة الواقع مهما كان مؤلماً والتصدي له بكل هدوء .	١٠
23.52941176	١٢	عندما أحل مشكلة خاصة بتحقيق السلامة للمتريدين أجد متعة في التحرك لمشكلة أخرى .	١١
17.64705882	٩	قوة إرادتي تدفعني إلي الأداء الجيد وتشجع من أدائي بفاعلية في قطاع الإنقاذ .	١٢
31.37254902	١٦	عندما تحدث مشكلات الغرق يبتأبني شعور أنه لا جدوي من حلها	١٣
45.09803922	٢٣	أواجه الصعاب مع زملائي من تحديات لإثبات قدرتنا علي العمل بكفاءة دون ضجر أو تنفر	١٤
27.45098039	١٤	أكون حلقة مرنة وملتصدة مع زملائي لشبكة تأمين كاملة لجميع قطاعات حمام السباحة	١٥
33.33333333	١٧	انقبل النقد مهما كان لازعاً من رؤسائي وأتغلب عليه بجعله حافزاً لي للأمام	١٦
15.68627451	٨	أتحدى نفسي دائماً لأحافظ علي مستواي كفايتي علي الدوام دون أن يقل	١٧
23.52941176	١٢	لا أجد صعوبة في مواجهة تحديات الإنقاذ وإن وجد يزيدني أصراراً وتحدي	١٨
21.56862745	١١	أواجه صعوبات الإنقاذ مهما كانت تحدياتها دون التخلي أو الإحجام عنها	١٩
41.17647059	٢١	لا يبتأبني الإحساس بطول الزمن عند إندماجي في وقت الإنقاذ .	٢٠
37.25490196	١٩	أصوات وتحركات المتريدين علي حوض السباحة لا تؤثر علي تركيزي في أعمال الإنقاذ .	٢١
47.05882353	٢٤	ضعف الإضاءة من حولي لا يؤثر علي ولا يضعف من تركيزي في أعمال الإنقاذ .	٢٢
25.49019608	١٣	أستطيع تحليل مواقف الغرق ومعالجتها بسرعة كبيرة لمواجهة ضغوط أخرى .	٢٣
39.21568627	٢٠	انطلع دائماً للتصدي لقلقي مهما كان بتحفيظ ذاتي وتقتي بنفسي	٢٤
33.33333333	١٧	يبتأبني صدام وزغلة عند سماعي لصفارات زملائي أثناء الحالات الطارئة	٢٥
21.56862745	١١	أشعر بالغثيان الدائم عند إقدامي علي فترة الإنقاذ منذ البداية	٢٦
43.1372549	٢٢	أحشي من عدم تركيز إنتباهي في تتبع الغرقى أثناء الإنقاذ	٢٧
37.25490196	١٩	أشعر بالإضطراب في معدتي أثناء واجبي الإنقاذي	٢٨
49.01960784	٢٥	تظهر قدراتي العالية في الإنقاذ أثناء المواقف الحساسة والخطرة	٢٩
54.90196078	٢٨	أحاول تجنب التفكير في أي شئ يعيقني في عملي كمنفذ	٣٠
35.29411765	١٨	لدي القدرة في الوثوق بأدائي وقدراتي في المواقف الصعبة والحرجه	٣١
23.52941176	١٢	لدي القدرة علي قيادة عمل الإنقاذ مع زملائي .	٣٢
58.82352941	٣٠	أستطيع السيطرة علي إنفعالي في بعض مواقف الغرق الطارئة دون توتر .	٣٢
56.8627451	٢٩	أشعر أنني موضع ثقة بمن أتعامل معهم من المنقذين .	٣٣
52.94117647	٢٧	لدي الثقة في قدراتي ونفسي بقدرة كبيرة للتعامل مع الشدائد .	٣٤
33.33333333	١٧	احيد جميع طرق السحب المختلفة للغريق بكفاءة عالية وإحترافية عالية .	٣٥
47.05882353	٢٤	أستطيع تأمين الغريق دون التعرض لأي ضرر أو حتي حافة الحوض .	٣٦
31.37254902	١٦	لدي سرعة إستجابة لأي حالات غرق طارئة علي حوض السباحة .	٣٧

25.49019608	١٣	لدي التحفز والإستعداد الدائم لأي حالات غرق طارئة علي حوض السباحة .	٣٨
31.37254902	١٦	لدي القدرة عالية في الوصول إلي الغريق بأقصى سرعة ممكنة داخل الماء .	٣٩
23.52941176	١٢	لدي طرق مختلفة في حمل الغريق وسحبه بأدوات ومن غير أدوات .	٤٠
21.56862745	١١	احيد الإسعافات الأولية بإحترافية للتعامل مع الغريق .	٤١
23.52941176	١٢	أنحقق من خطر الغرق وكشفه وتشخيصه وسرعة التعامل معه	٤٢
21.56862745	١١	لدي القدرة علي التفريق بين مستويات خطر الغرق وأتعامل مع كل مستوي بحرفية	٤٣
47.05882353	٢٤	أستطيع التعامل مع جميع الغرق بكفاءة بمختلف أعمارهم (الرضيع , الطفل , البالغ)	٤٤
43.1372549	٢٢	احيد جميع طرق الإنعاش القلبي والرئوي لكلا من غرقى ((الرضيع , الطفل , البالغ)	٤٥
47.05882353	٢٤	أحافظ علي يقظتي بقدر الأماكن طوال فترة الإنقاذ لمواجهة أي طارئ .	٤٦
31.37254902	١٦	أقوم بتوزيع إنتباهي علي قطاعي بصفة مستمرة ومنظمة دون التركيز علي منطقة بعينها	٤٧
19.60784314	١٠	اقوم بتركيز إنتباهي وتتبع أي خطر لتجنب حدوث أي طارئ .	٤٨
23.52941176	١٢	مسئوليتي هي مركز قوتي وثقتي في قدراتي	٤٩
31.37254902	١٦	أحافظ علي كامل قدراتي البدنية لإستعدادي الدائم لأي طارئ	٥٠
33.33333333	١٧	أحافظ علي كفاءتي الفنية في إيجادة سباحات الإنقاذ علي وجه الخصوص علي الدوام	٥١

وقد تم مراجعة العبارات وإعادة صياغتها وترتيبها وحذف ما هو غير مفهوم أو غير واضح ولا يتمشى مع أفراد العينة وتم إضافة هذه العبارات إلي العبارات التي تم الحصول عليها من مراجعة الكتب والمراجع والأبحاث وفقا لأطرها النظرية المرتبطة بالإنقاذ عامة والأداء الإنقاذي لمنقذي الحياة علي المياه .

٣- تحديد المحاور المقترحة لمقياس الأداء الإنقاذي لمنقذ الحياة علي المياه بالخطوات التالية :

من خلال العبارات التي تم الحصول عليها من الخطوة الأولى والثانية والثالثة , ثم وضع العبارات في مجموعات ووضع عنوان (محور) يشمل محتوى تلك العبارات وقد بلغ عدد المحاور في بداية إعداد المقياس إلي ستة محاور هي :

- المحور الأول : محور المرونة والملائمة للأداء الإنقاذي .
- المحور الثاني : محور التحدي والمواجه للأداء الإنقاذي .
- المحور الثالث : محور مجابهة القلق والإضراب للأداء الإنقاذي .
- المحور الرابع : محور السمات الشخصية والكفاءة الذاتية .
- المحور الخامس : محور الكفاءة المهنية الخاصة .
- المحور السادس : محور القدرات الخلاقة للأداء الإنقاذي .

- ٤- تحديد المفهوم النظري الإجرائي للمحاور المقترحة : قام الباحث من خلال القراءات النظرية بوضع تعريفات إجرائية للمحاور المقترحة لمقياس الأداء الإنقاضي .
- ٥- عرض المحاور المقترحة علي الخبراء : تم عرض المحاور المقترحة علي (٦) من المحكمين وذلك في الفترة من ٢٧/٨/٢٠٢١ إلي ٢٨/٨/٢٠٢١ م , وقد راعي الباحث من اختيار المحكمين أن يكونوا من المتخصصين في مجال الإنقاذ المحلي والدولي وذلك بهدف :
- مدي مناسبة المحاور المقترحة للمقياس .
- إضافة أو حذف أو تعديل محاور المقياس .

جدول (٤٥)

نتائج استطلاع آراء الخبراء في محاور المقياس المقترح (ن=٦)

م	المحاور	مناسب	غير مناسب	أري تعديل	نسبة الموافقة %
١	المرونة والملائمة للأداء الإنقاضي	٢	-	٤	٣٣.٣٣%
٢	التحدي والمواجهة للأداء الإنقاضي	٣	-	٣	٥٠%
٣	مواجهة القلق والإضراب للأداء الإنقاضي	٢	-	٤	٣٣.٣٣%
٤	السمات الشخصية والكفاءة الذاتية	١	٥	-	١٦.٦٦%
٥	قدرات الكفاءة المهنية الخاصة	٦	-	-	١٠٠%
٦	القدرات الخلاقة للأداء الإنقاضي	٢	٤	-	٣٣.٣٣%

يوضح جدول (٤٥) استجابات الخبراء للمحاور المقترحة , حيث تم تعديل مسمي المرونة والملائمة للأداء الإنقاضي وكذلك التحدي والمواجهة لأداء الإنقاضي إلي المرونة والتحدي للأداء الإنقاضي , وتعديل مسمي محور مواجهة القلق والاضطراب للأداء الإنقاضي إلي محور مواجهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية , ومحور السمات الشخصية والكفاءة المهنية الخاصة إلي محور القدرات الذاتية والمهنية الخاصة للمنقذ .

كما ارتضي الباحث المحور الذي حصل علي نسبة موافقة ١٠٠% مع تعديله بما يتناسب مع قبول السادة الخبراء وبالتالي أصبحت المحاور المقررة للمقياس هي ثلاثة محاور بدلا من ستة محاور مع اختلاف ترتيب هذه المحاور وفقا للأولوية كالتالي وهي :

- المحور الأول : محور مواجهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية .
المحور الثاني : محور المرونة والتحدي للأداء الإنقاضي .
المحور الثالث : محور القدرات الذاتية والمهنية الخاصة .

٦- اقتراح عبارات لكل محور من محاور المقياس : صاغ الباحث عبارات محاور المقياس في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص بكل محور وقد استعان بالعبارات التي حصل عليها من السؤال

الاستكشافي ومسترشداً بالمقاييس والاستبيانات السابقة والمتعلقة بالجوانب الشخصية للمنقذين حيث تم الحصول علي بعض العبارات من تلك المقاييس والقراءات وتم تعديل صياغتها بما يتناسب مع عينة البحث , وتم إعداد المقياس في ضوء الخبرات السابقة حيث تم إعداد وصياغة العبارات تحت كل محور من المحاور الثلاثة السابقة كلا حسب طبيعته وتكونت الصورة الأولية للمقياس من ثلاثة محاور و(٧٠) عبارة وقد راعي الباحث في صياغة العبارات ما يلي :

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة .
 - ألا توشح العبارة بنوع الاستجابة .
 - ألا تشمل العبارة علي أكثر من معني .
 - أن تكون العبارة مناسبة لمستوي فهم العينة .
 - الابتعاد عن العبارات الصعبة .
 - الابتعاد عن المفردات البديهية .
 - أن تكون لغة كل مفردة مفهومة .
- ٧- الصدق المنطقي لمحاور وعبارات المقياس : قام الباحث بعرض المقياس(عبارات ومحاور) في صورته الأولية علي السادة الخبراء وذلك في الفترة من ٢٩/٨/٢٠٢١ إلى ٣٠/٨/٢٠٢١م وتم التوصل إلي ما يلي :-

- حذف بعض العبارات من المقياس .
- تعديل الصياغة اللفظية لبعض العبارات .
- إضافة عبارات جديدة للمقياس .

جدول (٤٦)

العبارات المستبعدة والمعدلة من الصورة الأولية للمقياس(ن=٦)

م	المحاور	عدد العبارات	العبارات المعدلة	العبارات المستبعدة	أرقام العبارات التي تم تعديلها	أرقام العبارات التي تم حذفها	العدد النهائي
١	محور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية	٩	٤	٥	٥٠/٤٣/٤٢/٢٤/٢٠	٤٧/٣٧/٢١/١٠	٤٥
٢	محور المرونة والتحدي	٥	٥	-	٥١/٤٦/٤٥/٤٤/٤٣	-	٥١
٣	محور القدرات الذاتية والمهنية الخاصة	١	-	١	-	٨	٤٠
	المجموع	١٥	٩	٦	ارقام العبارات وفقا لكل محور		١٣٦

يتضح من جدول(٤٦) أن عدد العبارات التي تم استبعادها من الصورة الأولية للمقياس(٦) عبارات بنسبة مئوية بلغت(٤.٤١%) من العدد الكلي للعبارات , كما أن عدد العبارات التي تم تعديلها من الصورة الأولية للمقياس(٩) عبارات بنسبة مئوية بلغت(٦.٣٣%) من العدد الكلي للعبارات وبالتالي يكون عدد العبارات المتفق عليها من وجهة نظر السادة الخبراء(١٣٦) عبارة بنسبة مئوية قدرها(٩٥.٧٧%) من العدد الكلي لعبارات المقياس من أصل(١٤٢) عبارة .

جدول (٤٧)

العبارات التي تم تعديلها طبقاً لرأي السادة الخبراء في الصورة الأولى (ن=٦)

م	المحاور التابع لها العبارة	رقم	صيغة العبارة المعدلة
١	محور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية	٢٠	تحركات المترددين المستمرة والمشتتة لا تؤثر علي تركيزي وانتباهي في أدائي الإنقاذي
		٢٤	أتابع قطاعي بصفة خاصة بكل يقظه وتحسب وقطاع المنقذين الآخرين من حولي
		٤٢	لدي خبرة لأعمال ومهام الإنقاذ بشكل تلقائي تجنبني من الاضطراب والقلق طوال فترة الإنقاذ
		٤٣	أملك القدرة علي التنظيم الذاتي للانتباه بفاعلية نحو تجربة الإنقاذ لسلامة المترددين وأمنهم
		٥٠	أجيد السيطرة والتوجيه لكل قدراتي الحسية والبصرية والإدراكية في القيام بعملية كمنقذ حياة علي المياه
٢	محور المرونة والتحدي	٤٣	رسالتي كمنقذ حياة علي المياه أسمى من معاملة المنقذين والمترددين لي علي حوض السباحة مهما كانت جافة
		٤٤	يقظتي وتركيزي في أعلى درجاته ولا يتأثر مهما حدث من زملائي أو رؤسائي أو المترددين علي حوض السباحة
		٤٥	ألتزم الحفاظ بقواعد ولوائح وقوانين الإنقاذ كسمة لشخصيتي كمنقذ حياة علي الرغم من عدم التزام المترددين بها
		٤٦	مهما حدث من طارئ أو مشاكل من المترددين علي حوض السباحة لا أبالي في عملي كمنقذ ولا يفقدني تركيزي
		٥١	التقليل من كفاءتي كمنقذ حياة علي المياه من زملائي يزيدني أصرار وتحدي وثقة في أدائي

يتضح من جدول (٤٧) العبارات التي تم تعديلها طبقاً لرأي السادة الخبراء في الصورة الأولى وفقاً لمحور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية ومحور المرونة والتحدي من مقياس الأداء الإنقاذي لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا .

جدول (٤٨)

العبارات التي تم إضافتها طبقاً لرأي السادة الخبراء (ن=٦)

م	المحاور التابع لها العبارة	رقم	صيغة العبارة
١	محور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية	٤٥	أوظف مهاراتي الحسية في حل المشكلات التي تواجهني أثناء الإنقاذ
		٤٦	أستطيع السيطرة علي انفعالي وغضبي في بعض مواقف الغرق الطارئة دون توتر
		٤٧	لدي القدرة والسرعة علي فهم وترجمة المعلومات الحسية والبصرية وتحليلها بدقة عالية

يتضح من جدول (٤٨) أنه تم إضافة ثلاث عبارات وذلك في محور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية ورقم العبارات المضافة هي (٤٧/٤٨/٤٩) وذلك في الصورة الثانية لمقياس الأداء الإنقاذي لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا .

٨- عرض المقياس في صورته الثانية علي الخبراء : تم إعداد الصورة الثانية للمقياس بعد حذف وإضافة بعض العبارات وتعديل صياغة العبارات طبقاً لآراء السادة الخبراء وتكونت الصورة الثانية والقبل نهائية للمقياس علي (٣) محاور (١٣٩) عبارة وتم عرض المقياس مرة أخرى خلال الفترة من ١/٩ إلى ٢/٩/٢٠٢١م علي السادة الخبراء للتحقق من صدق عبارات المقياس وأجمع السادة الخبراء علي صدق العبارات المقترحة , وتم وضع المقياس في صورته قبل النهائية والتي تكونت من ثلاث (٣)

محاور و(١٣٩) عبارة .

جدول (٤٩)

توزيع العبارات السلبية داخل المقياس

م	المحاور التابع لها العبارة	رقم	صيغة العبارة السلبية
١	محور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية	١	أشعر بالاضطراب ودقات غير منتظمة في نبضات قلبي عندما تحدث حالات غرق
		١٤	أجد صعوبة في تجميع إنتباهي إذا حدث حالة غرق .
		٤٤	ينتابني صداع وزغلة عند سماعي لصفارات زملائي أثناء الحالات الطارئة
٢	محور المرونة والتحدي	٤٥	أشعر بالغثيان الدائم عند إقدامي علي فترة الإنقاذ منذ البداية
		٣	تفكيري ينحصر في جانب واحد من جوانب مواجهة المشكلة .
		٤	لدي صعوبة في تصحيح أخطائي التي اقع فيها أثناء العمل .
٣	محور القدرات الذاتية والمهنية الخاصة	١٥	عندما تحدث مشكلات الغرق ينتابني شعور أنه لا جدوي من حلها
		٦	لا أحرص علي تلقي التدريب الكافي من أجل القيام بعملية بكفاءة عالية
		١٦	أظهر أداء متواضع في محاكاة تقنية الإنقاذ .

يتضح من جدول(٤٩) أن عدد العبارات السلبية في المحور الأول محور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية(٤) عبارات وهي عبارة رقم(١/٤٤/٤٥) , كما بلغ عدد العبارات السلبية في المحور الثاني محور المرونة والتحدي(٣) عبارات وهي عبارة رقم(٣/٤/١٥) , كما بلغ عدد العبارات السلبية في المحور الثالث محور القدرات الذاتية والمهنية الخاصة(٢) عباراه وهي عبارة رقم(١٦/٦) .

٩- طريقة تصحيح المقياس : للمقياس درجة إستجابة وفق ميزان تقدير رباعي(دائما , غالبا , أحيانا , أبداً) حيث يعبر ذلك عن درجات (٤ , ٣ , ٢ , ١) للعبارات الإيجابية و(١ , ٢ , ٣ , ٤) للعبارات السلبية , وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين(١٣٧) درجة كحد أدنى(٥٤٨) درجة كحد أقصى ويوضح الجدول رقم(٧) الحد الأدنى والأقصى للدرجات في المحاور الفرعية والدرجات الكلية للمقياس .

جدول (٥٠)

العبارات المستبعدة والمعدلة من الصورة الأولية للمقياس(ن=٦)

م	المحاور	الحد الأدنى للدرجة	الحد الأعلى للدرجة
١	محور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية	٤٧	١٨٨
٢	محور المرونة والتحدي	٥٠	٢٠٠
٣	محور القدرات الذاتية والمهنية الخاصة	٤٠	١٦٠
	المجموع	١٣٧	٥٤٨

جدول (٥١)

مقياس الأداء الإنفاذي لمنقذ الحياه علي المياه بمحافظة المنيا في صورته النهائية

المحور	رقم العبارة	الفقرات	إتجاه العبارة
	١	أشعر بالإضطراب ودقات غير منتظمة في نبضات قلبي عندما تحدث حالات غرق	سلبي
	٢	أتحكم في السيطرة علي أعصابي حينما تحدث أي حالات غرق	إيجابي
	٣	أستطيع السيطرة علي أعصابي حتي لو أن دقات قلبي تصل إلي رقبتني عندما أسمع صفارة المنقذين	إيجابي
	٤	أحافظ علي هدوني وثبات إنفعالي طوال فترة الإنقاذ	إيجابي
	٥	أتحكم في نفسي حتي لو شعرت بالإضطراب في معدتي أثناء واجبي الإنفاذي	إيجابي
	٦	أحاول تجنب التفكير في أي شئ يعيقني في عملي كمنقذ مع الحفاظ علي تركيزي بقوة علي	إيجابي
	٧	لدي القدرة في الوثوق بأدائي وقدراتي في المواقف الصعبة والحرجه	إيجابي
	٨	عندما أشعر بالقلق أستطيع السيطرة علي أعصابي وأملك القدرة علي التركيز .	إيجابي
	٩	أواجه قلقي بقدرتي في التعامل مع المتمردين والغرق في حالات حدوث الحالات الطارئة .	إيجابي
	١٠	أواجه حمي البداية قبل بداية فترة الإنقاذ بثقه كبيرة في ذاتي .	إيجابي
	١١	أواجه القلق في بداية فترات الإنقاذ بزيادة الإنتباه والتركيز .	إيجابي
	١٢	أجد صعوبة في تجميع إنتباهي إذا حدث حالة غرق .	سلبي
	١٣	في حالة حدوث اي طارئ يزيدني من الإنتباه ولا أعاني من الشرود في الذهن أثناء الإنقاذ .	إيجابي
	١٤	ثقتني بنفسني تجعل مستوي أدائي يصل إلي القمة في حالات الإنقاذ الصعبة .	إيجابي
	١٥	عند إندماجي في وقت الإنقاذ لاينتابني الإحساس بطول الزمن .	إيجابي
	١٦	تحركات المتمردين المستمرة والمشتته لا تؤثر علي تركيزي وإنتباهي في أدائي الإنفاذي	إيجابي
	١٧	أستطيع تحليل مواقف الغرق ومعالجتها بسرعة كبيرة لمواجهة ضغوط أخري .	إيجابي
	١٨	يزيدني إصرار علي اليقظة بفاعلية حينما أنقذ أي متردد من الغرق .	إيجابي
	١٩	أتابع قطاعي بصفة خاصة بكل يقظه وتحسب وقطاع المنقذين الآخرين من حولي	إيجابي
	٢٠	أحافظ بكفاءة علي حواسي السمعية والبصرية لأطول فترة ممكنه مهما واجهني من صعوبات .	إيجابي
	٢١	أحافظ علي تركيز إنتباهي وتتبع الغرق أثناء الإنقاذ منذ لحظة البداية .	إيجابي

محور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية

إيجابي	لدي القدرة والسرعة لفهم وترجمة المعلومات الحسية والبصرية وتحليلها بدقة عالية في أي طارئ .	٢٢
--------	---	----

تابع جدول (٥١)

مقياس الأداء الإنفاذي لمنقذ الحياه علي المياه بمحافظة المنيا في صورته النهائية

إيجابي	أتحري الصبر والثأني حيال مشكلات الغرق التي تحدث دون توتر أو إضطراب.	٢٣	تابع محور مواجهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية
إيجابي	أحافظ علي يقظتي بقدر الأمكان طوال فترة الإنقاذ لمواجهة أي طارئ .	٢٤	
إيجابي	أقوم بتوزيع إنتباهي علي قطاعي بصفة مستمرة ومنتظمة دون التركيز علي منطقة بعينها	٢٥	
إيجابي	اقوم بتركيز إنتباهي وتتبع أي خطر لتجنب حدوث أي طارئ .	٢٦	
إيجابي	اتحمل مستويات عبء الإنتباه وشرود الذهن مهما طالت فترة الإنقاذ .	٢٧	
إيجابي	أتميز بذاكرة قوية تزيد من خبرتي كمنقذ في التعامل مع أزمات وطوارئ الغرق	٢٨	
إيجابي	لدي القدرة على الإستجابة والتعامل مع جميع المواقف الضاغطة من حولي .	٢٩	
إيجابي	ادرك النتائج المترتبة على ماأمر به من أحداث ضاغطة في عملي كمنقذ .	٣٠	
إيجابي	أشعر أن مواجهة الأزمات بهدوء دون قلق جزء من تطوير شخصيتي .	٣١	
إيجابي	ألاحظ قصدا أحاسيس جسمي في حالة التوتر والقلق وأغير من لغة جسدي .	٣٢	
إيجابي	أنتبه للأصوات من حولي بحالة من الوعي الحسي الكامل للتحفز لأي طارئ .	٣٣	
إيجابي	لدي خبرة لأعمال ومهام الإنقاذ بشكل تلقائي تجنبني من الإضطراب والقلق طوال فترة الإنقاذ	٣٤	
إيجابي	أملك القدرة علي التنظيم الذاتي للإنتباه بفاعلية نحو تجربة الإنقاذ لسلامة المترددين وأمنهم	٣٥	
إيجابي	أجيد السيطرة والتوجيه لكل قدراتي الحسية والبصرية والإدراكية في القيام بعمل كمنقذ حياه علي المياه	٣٦	
إيجابي	أستطيع السيطرة علي إنفعالي وغضبي في بعض مواقف الغرق الطارئة دون توتر	٣٧	محور المرونة والتحدى
إيجابي	أستطيع أن أتعامل مع مواقف الغرق التي تواجهني مهما كانت خطورتها .	٣٨	
سلبي	تفكيري ينحصر في جانب واحد من جوانب مواجهة المشكلة .	٣٩	
سلبي	لدي صعوبة في تصحيح أخطائي التي اقع فيها أثناء العمل .	٤٠	
إيجابي	أواجه صعوبة في التعامل مع المواقف الجديدة أثناء الإنقاذ واتحداها .	٤١	
إيجابي	أتعامل مع زملائي المنقذين في حالات الغرق الطارئة بكل جهدي .	٤٢	
إيجابي	أجيد الإتصال بإشارات متفقه مع زملائي المنقذين في حالات الغرق الطارئة .	٤٣	
إيجابي	أساعد زملائي في القطاعات المختلفة بدقة كبيرة وأداء متفاني .	٤٤	
إيجابي	أقبل الإنتقادات بصدر رحب في مواجهة الشدائد .	٤٥	

إيجابي	أستطيع إستعادة توازني في مواجهة شدائد الغرق مهما حدث من صعاب .	٤٦
إيجابي	أأخذ قراري بنفسني في الحالات الطارئة وفي الأزمات دون التأثير علي قراري .	٤٧
إيجابي	لدي الجرأة لمواجهة الواقع مهما كان مؤلماً والتصدي له بكل هدوء .	٤٨
إيجابي	قوة إرادتي تدفعني إلي الأداء الجيد وتشجع من أدائي بفاعلية في قطاع الإنقاذ .	٤٩
سلبى	عندما تحدث مشكلات الغرق ينتابني شعور أنه لا جدوي من حلها	٥٠
إيجابي	أمتلك قدرة عالية من التحديات التي تواجهني في حالة حدوث الغرق مهما كانت انواعها .	٥١
إيجابي	مواجهة ظروف حالة الغرق الصعبة تزيدني قوة وثقة وإصرار علي مواجهتها .	٥٢
إيجابي	أجد متعة في القيام بالمهام الصعبة أثناء الإنقاذ ومواجهة حالات الخطر .	٥٣
إيجابي	أستطيع التعامل مع واقع الإنقاذ اليومي وقبوله رغم صعوبته .	٥٤
إيجابي	لدي القدرة والمهارة في التعامل مع حالات الغرق التي يحجم عليها المنقذين .	٥٥
إيجابي	أملك القدرة من شخصيتي في حل المشكلات التي تواجهني أثناء الإنقاذ .	٥٦
إيجابي	لدي القدرة علي قيادة عمل الإنقاذ مع زملائي .	٥٧
إيجابي	أستطيع السيطرة علي انفعالي في بعض مواقف الغرق الطارئة مهما كانت من صعوبتها .	٥٨
إيجابي	أشعر أنني موضع ثقة بمن أتعامل معهم من المنقذين .	٥٩
إيجابي	أقوم بعلمي بكل سهولة دون توتر مع زملائي .	٦٠
إيجابي	التزم بعلمي جهة المترددين من تنفيذ القواعد والقوانين لسلامة المترددين .	٦١
إيجابي	لا أتاثر في الميل إلي الحلول الصعبة التي تواجهني في الإنقاذ إذا أضرت لذلك .	٦٢
إيجابي	مواجهة التهديدات المتعلقة بسلامة المترددين تزيدني إصراراً وتحفز .	٦٣
إيجابي	لدي القدرة علي مساندة زملائي المنقذين في الحالات الطارئة من أجل سلامة وأمن المترددين .	٦٤
إيجابي	لدي آلية في الاتصال الفعال مع زملائي المنقذين لكل القطاعات للحفاظ علي أمن وسلامة المترددين	٦٥
إيجابي	لدي قدرات خاصة مع زملائي لكسر حاجز الملل والحفاظ علي اليقظة طول فترة الإنقاذ	٦٦
إيجابي	أستطيع بث روح من الأمل والمثابرة مع زملائي لخفض حدة توتر العمل	٦٧
إيجابي	أستغل أنا وزملائي الإمكانيات المتاحة مهما كانت ضئيلتها وقيلتها بكفاءة في عمل الإنقاذ	٦٨
إيجابي	أواجه الصعاب مع زملائي من تحديات لإثبات قدرتنا علي العمل بكفاءة دون ضجر أو تنفر	٦٩
إيجابي	أكون حلقة مرنة ومتصلة مع زملائي لشبكة تأمين كاملة لجميع قطاعات حمام السباحة	٧٠
إيجابي	أقبل النقد مهما كان لازعاً من رؤسائي وأتغلب عليه بجعله حافزاً لي للأمام	٧١

إيجابي	أتحدى نفسي دائما لأحافظ علي مستواي كفاعتي علي الدوام دون أن يقل	٧٢
إيجابي	رسالتي كمنقذ حياه علي المياه أسمى من معاملة المنقذين والمتريدين لي علي حوض السباحة مهما كانت جافة	٧٣
إيجابي	يقظتي وتركيزي في أعلي درجاته ولا يتأثر مهما حدث من زملائي أو رؤسائي أو المتريدين	٧٤
إيجابي	مهما حدث من طارئ أو مشاكل من المتريدين علي حوض السباحة لا أبالي في عملي كمنقذ ولا يفقدني تركيزي	٧٥
إيجابي	لدي قناعة تامة بأنني ما أقوم به من عملي كمنقذ حياه علي المياه هو تحدي شخصي لذاتي	٧٦
إيجابي	أواجه صعوبات الإنقاذ مهما كانت تحدياتها دون التخلي أو الإحجام عنها	٧٧
إيجابي	التقليل من كفاعتي كمنقذ حياه علي المياه من زملائي يزيدني أصرار وتحدي وثقة في أدائي	٧٨

تابع جدول (٥١)

مقياس الأداء الإنقاذي لمنقذ الحياه علي المياه بمحافظة المنيا في صورته النهائية

إيجابي	أحرص علي أداء عملي بقدر كبير من الثقة والمتعة والمسئولية .	٧٩
إيجابي	لدي القدرة علي مواجهة المشكلات ومواقف الغرق الطارئة والمعقدة بحكمه واتزان .	٨٠
إيجابي	طبيعة عملي الأمنية كمنقذ حياه علي المياه تتطلب مني اليقظة المستمرة والتحفز والاستعداد المستمر .	٨١
إيجابي	لدي القدرة علي ملاحظة الفروقات الدقيقة لأي طارئ بين المتريدين باختلاف أعمارهم .	٨٢
سلبى	ربما أحرص علي تلقي التدريب الكافي من أجل القيام بعملي بكفاءة عالية .	٨٣
إيجابي	لدي القناعة التامة أن الإنقاذ هو العمل الذي يحافظ علي أمن وسلامة المتريدين .	٨٤
إيجابي	أتحري الصبر والتأني حيال مشكلات الغريق المتهيج التي تحدث .	٨٥
إيجابي	أحافظ علي يقظتي وحضور ذهني الدائم بطاقة كبيره قدر الإمكان طوال فترة الإنقاذ لمواجهة أي طارئ .	٨٦
إيجابي	أجيد الاستخدام والتعامل مع أدوات الإنقاذ بحرفية تامة .	٨٧
إيجابي	لدي استيعاب وفهم لكل أدوات الإنقاذ المعترف بها دوليا .	٨٨
إيجابي	لدي مهاره في القدرة علي السباحة تحت الماء .	٨٩
إيجابي	أجيد جملة الإنقاذ بكفاءة عالية وأحفاظ علي قدراتي بقدر الإمكان .	٩٠
إيجابي	أظهر أداء متواضع في محاكاة تقنية الإنقاذ .	٩١
إيجابي	أتعامل مع جميع أنواع الغرقى بكفاءة عالية دون الحاجة إلي مساعده .	٩٢
إيجابي	املك السيطرة والتفاعل مع الغريق المتهيج بكفاءة عالية دون الحاجة إلي مساعدة .	٩٣
إيجابي	أخلص من جميع المسكات التي أتعرض لها من الغرقى مهما كانت صعوبتها .	٩٤
إيجابي	اجيد جميع طرق السحب المختلفة للغريق بكفاءة عالية واحترافية عالية .	٩٥

محور القدرات الذاتية والمهنية الخاصة

إيجابي	أستطيع تأمين الغريق دون التعرض لأي ضرر أو حتي حافة الحوض .	٩٦
إيجابي	لدي سرعة استجابة لأي حالات غرق طارئة علي حوض السباحة .	٩٧
إيجابي	لدي التحفز والاستعداد الدائم لأي حالات غرق طارئة علي حوض السباحة .	٩٨
إيجابي	لدي القدرة عالية في الوصول إلي الغريق بأقصى سرعة ممكنة داخل الماء .	٩٩
إيجابي	لدي طرق مختلفة في حمل الغريق وسحبه بأدوات ومن غير أدوات .	١٠٠
إيجابي	اجيد الإسعافات الأولية باحترافية للتعامل مع الغريق .	١٠١
إيجابي	أتحقق من خطر الغرق وكشفه وتشخيصه وسرعة التعامل معه	١٠٢
إيجابي	لدي القدرة علي التفريق بين مستويات خطر الغرق وأتعامل مع كل مستوي بحرفية	١٠٣
إيجابي	أجيد التعامل مع جميع الغرقى بكفاءة بمختلف أعمارهم (الرضيع , الطفل , البالغ)	١٠٤
إيجابي	اجيد جميع طرق الإنعاش القلبي والرئوي لكلا من غرقى ((الرضيع , الطفل , البالغ)	١٠٥
إيجابي	اجيد استخدام أدوات الأوكسجين بكفاءة عالية دون أي ضرر	١٠٦
إيجابي	أستطيع المراقبة بكفاءة وتوزيع انتباهي المستمر في قطاعي خاصة والقطاعات الأخرى بصفه عامه	١٠٧
إيجابي	أحافظ علي بيئة العمل دون أي توتر علي حوض السباحة	١٠٨
إيجابي	لدي القدرة علي استخدام الموارد المتاحة للقيام بعملية بكفاءة	١٠٩
إيجابي	استخدام اشارات صوتيه وحركية للتواصل مع زملائي لتوقع أي طارئ	١١٠
إيجابي	اتعامل مع اساسيات تقييم الأخطار وإدارة حالات الطوارئ بفاعلية	١١١
إيجابي	أجيد الإجراءات المتعلقة بإدارة حالات الطوارئ وترتيب أولوياتها	١١٢
إيجابي	أتعامل مع أدوات الأوكسجين بحرفية عالية لإنعاش القلب	١١٣
إيجابي	أجيد عدة طرق إنقاذ مختلفة بأداء عالي جيدا	١١٤
إيجابي	أتخلص من أي مسكات للغريق تعيقني في أداء إنقاذي	١١٥

يتضح من جدول(٥١) الأرقام الجديدة لعبارات المقياس في الصورة النهائية بعد حذف بعض العبارات نتيجة إجراء المعاملات العلمية , كما يتضح أيضا من الجدول أن جميع العبارات اتجاهاها إيجابي ما عدا ستة(٦) عبارات اتجاهاها سلبي وأرقامهم(١, ١٢, ٣٩, ٤٠, ٥٠, ٨٣) .

جدول(٥٢)

الحد الأدنى والحد الأقصى لدرجة كل محور في الصورة النهائية
من مقياس الأداء الإنقاذي لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا

م	المحاور	عدد العبارات	الحد الأدنى للدرجة	الحد الأعلى للدرجة
١	محور مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية	٣٧	٣٧	١٤٨
٢	محور المرونة والتحدي	٤١	٤١	١٦٤

١٤٨	٣٧	٣٧	محور القدرات الذاتية والمهنية الخاصة	٣
٤٦٠	١١٥	١١٥	المجموع	

يوضح جدول (٥٢) الحد الأدنى والحد الأقصى لدرجة كل محور في الصورة النهائية من مقياس الأداء الإنقاضي لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا أن عدد العبارات الكلية بلغ (١٣٧) درجة مقسمة علي الثلاث محاور من خلال (٣٧) درجة للمحور الأول و (٤١) درجة للمحور الثاني و (٣٧) درجة للمحور الثالث بينما كانت الدرجة الكلية للمقياس للحد الأدنى تراوحت (١١٥) درجة للمحور الأول (٣٧) والمحور الثاني (٤١) درجة والمحور الثالث (٣٧) درجة , بينما كانت الدرجة الكلية للمقياس للحد الأعلى تراوحت (٤٦٠) درجة للمحور الأول (١٤٨) والمحور الثاني (١٦٤) درجة والمحور الثالث (١٤٨) درجة .

إن الأداء الإنقاضي لمنقذ الحياه علي المياه هو الحصيلة النهائية لما يحمله المنقذ من نواحي انفعالية وحسية (بصرية سمعية) وإدراكية (ذهنية عقلية) وسمات شخصية وقدرات ذاتية ومهنية خاصة تسهم بشكل أساسي في ترجمة واقعية لكفاءته , وتمكن المنقذ من عمله الإنقاضي ووضعه بصورة كبيرة جداً في مصافي المنقذين ذوي الخبرة والحرفية لتسمو بمشاعره نحو واجبات رسالته المقدسة في الحفاظ علي أمن وسلامة المترددين لتشكل في النهاية منقذ الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كلاً من " كاسبر ادلبورج Kasper " ودراسة Adelborg (٢٠٢١) (٤٩) ودراسة "سكوت براون, K.C. Scott-Brown, (٢٠٢١) (٤٨) ودراسة " كريستيان أبليراس غوميز Cristian Abelairas-Gómez (٢٠٢١) (٢٦) .

ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول (٥٢/٥١/٥٠/٤٩/٤٨/٤٧/٤٦/٤٥/٤٤) يتم التحقق من الفرض السادس من فروض البحث والذي يجيب علي التساؤل السادس من تساؤلات البحث حول إمكانية بناء وتقنين مقياس للأداء الإنقاضي لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا يمكن بناء وتقنين مقياس للأداء الإنقاضي لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

جدول (٥٣)

نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد والمقدار الثابت

والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي ووزن الانحدار

المعياري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة المئوية في متغير

اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (قيد البحث) المؤثرة في

الأداء الإنفاذي لمنفذي الحياة علي المياه (عينة البحث) وفقا للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية (ن=٣٥)

المتغيرات المستقلة	وحدة القياس	قيمة الثبات Constant	معامل الارتباط R	التباين المشترك R(Square)	وزن الانحدار العادي قيمة B	وزن الانحدار المعياري قيمة Beta	قيمة نسبة F للارتباط المتعدد	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	نسبة المساهمة %
تحمل العبء الإدراكي استدامة توزيع الانتباه تركيز الانتباه اليقظة العقلية	درجة	٣٦٦.٣٣٩	٠.٧٠٩	0.502	٥.٢٧٨ ٣.٢٥٣- ٢٥.٦٦١ ٠.١٣٠-	٠.١٧٦ ١.٠٤٨- ٣.٧٦٧ ٢.٢٢٠-	٧.٥٦٠	٩.٢١٣٤	٤.٧١٦	٤٦.٤١

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = (١.٦٩١) .

* قيمة (ف) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٦٤) .

ينضح من جدول (٥٣) والذي يشير إلي نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد والمقدار الثابت والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي ووزن الانحدار المعياري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة المئوية في المتغيرات المستقلة (قيد البحث) المؤثرة في اليقظة العقلية (عينة البحث) وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر حيث بلغت قيمة المقدار الثابت ما بين (٣٦٦.٣٣٩) بينما بلغت قيمة الارتباط المتعدد (٠.٧٠٩) ، وقيمة تباين حاد (٠.٥٠٢) وهي تدل علي نسبة تباين (٠.٤٣٦) من تباين المتغير التابع لليقظة العقلية لنمط السيطرة الدماغية الأيسر ، وبلغت قيمة النسبة الفائية (٧.٥٦٠) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) ، وقيمة خطأ معياري بلغت (٩.٢١٣٤) ، وقيمة (ت) محسوبة بلغت (٤.٧١٦) وهي دالة أيضا عند مستوى (٠.٠٥) ، كما أن نسبة المساهمة المئوية لهم تراوحت (٤٦.٤١%) ويمكن التنبؤ بمستوي الأداء الإنفاذي لهم في ضوء نتائج جدول (٥٣) ووفقا لدلالات تلك المتغيرات المستقلة المتمثلة في (تحمل العبء الإدراكي ، استدامة توزيع الانتباه ، تركيز الانتباه ، اليقظة العقلية) وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر لمنفذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا من خلال المعادلة التالية :

$$\text{مستوي الأداء الإنفاذي لنمط السيطرة الدماغية الأيسر} = ٣٦٦.٣٣٩ + ٥.٢٧٨ \times \text{تحمل العبء}$$

الإدراكي - ٣.٢٥٣ × استدامة توزيع الانتباه + ٢٥.٦٦١ × تركيز الانتباه - ٠.١٣٠ × اليقظة العقلية .

جدول (٥٤)

نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد والمقدار الثابت

والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي ووزن الانحدار

المعياري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة المئوية في متغير

اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (قيد البحث) المؤثرة في

الأداء الإنفاذي لمنقذي الحياة علي المياه (عينة البحث) وفقاً للنمط المتوازن من السيطرة الدماغية (ن=٣٥)

المتغيرات المستقلة	وحدة القياس	قيمة الثبات Constant	معامل الارتباط R	التباين المشترك R(Square)	وزن الانحدار العادي قيمة B	وزن الانحدار المعايري قيمة Beta	قيمة نسبة F للارتباط المتعدد	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	نسبة المساهمة %
تحمل العبء الإدراكي	درجة	٥٩٩.٦٤٨	٠.٧٣٩	٠.٥٤٦	-	١.٨٦١-	٩.٠١٥	١٥.٥٨١	٥.٠٢٢	٥٤.٣٤
استدامة توزيع الانتباه	درجة				١١٣.٣٥٥	٠.٥٨٩-				
تركيز الانتباه	درجة				٢.٥٣٤-	٥.١٨٤-				
اليقظة العقلية	درجة				٣٤.٠١٤-	٤.٥٣١				
					٠.١٨٣-					

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = (١.٦٩١) .

* قيمة (ف) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = (٢.٦٤) .

ينتضح من جدول (٥٤) والذي يشير إلي نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد والمقدار الثابت والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي ووزن الانحدار المعايري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة المئوية في المتغيرات المستقلة (قيد البحث) المؤثرة في اليقظة العقلية (عينة البحث) وفقاً لنمط السيطرة الدماغية الأيسر حيث بلغت قيمة المقدار الثابت ما بين (٥٩٩.٦٤٨) بينما بلغت قيمة الارتباط المتعدد (٠.٧٣٩) ، وقيمة تباين حانث (٠.٥٤٦) وهي تدل علي نسبة تباين (٠.٤٨٥) من تباين المتغير التابع لليقظة العقلية لنمط السيطرة الدماغية الأيسر وبلغت قيمة النسبة الفائية (٩.٠١٥) وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) ، وقيمة خطأ معياري بلغت (١٥.٥٨١) ، وقيمة (ت) محسوبة بلغت (٥.٠٢٢) وهي دالة أيضاً عند مستوى (٠.٠٥) ، كما أن نسبة المساهمة المئوية لهم تراوحت (٥٤.٣٤%) ويمكن التنبؤ بمستوي الأداء الإنفاذي لهم في ضوء نتائج جدول (٥٤) ووفقاً لدلالات تلك المتغيرات المستقلة المتمثلة في (تحمل العبء الإدراكي ، استدامة توزيع الانتباه ، تركيز الانتباه ، اليقظة العقلية) وفقاً لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا من خلال المعادلة التالية :

مستوي الأداء الإنفاذي لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) = ٣٦٦.٣٣٩ - ١١٣.٣٥٥ × تحمل العبء الإدراكي - ٢.٥٣٤ × استدامة توزيع الانتباه - ٣٤.٠١٤ × تركيز الانتباه - ٠.١٨٣ × اليقظة العقلية .

جدول (٥٥)

نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد والمقدار الثابت

والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي ووزن الانحدار

المعياري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة المئوية في متغير

اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (قيد البحث) المؤثرة في

الأداء الإنفاذي لمنقذي الحياة علي المياه (عينة البحث) وفقا للنمط الأيمن من السيطرة الدماغية (ن=٣٥)

المتغيرات المستقلة	وحدة القياس	قيمة الثبات Constant	معامل الارتباط R	التباين المشترك R(Square)	وزن الانحدار العادي قيمة B	وزن الانحدار المعياري قيمة Beta	قيمة نسبة F للارتباط المتعدد	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	نسبة المساهمة %
تحمل العبء الإدراكي استدامة توزيع الانتباه تركيز الانتباه اليقظة العقلية	درجة	٣٨٠.٠٨٥	٠.٣٨٨	٠.٣٠٧	٣٥.٢١٠- ٠.٠٦٤- ١.٦٣٥ ٠.٠٤٤-	٠.٩٧٤- ٠.٠٢٠- ٠.٢٢٧ ٠.٧٠٤-	٤.٧٥٧	١٢.١٢٥	٢.٧٨٦	٣٥.١٧

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = (١.٦٩١) .

* قيمة (ف) الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = (٢.٦٤) .

يتضح من جدول (٥٥) والذي يشير إلي نتائج تحليل معامل الانحدار المتعدد والمقدار الثابت والارتباط المتعدد والتباين المشترك ووزن الانحدار العادي ووزن الانحدار المعياري وقيمة (ف) والخطأ المعياري وقيمة (ت) ونسبة المساهمة المئوية في المتغيرات المستقلة (قيد البحث) المؤثرة في اليقظة العقلية (عينة البحث) وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر حيث بلغت قيمة المقدار الثابت ما بين (٣٨٠.٠٨٥) بينما بلغت قيمة الارتباط المتعدد (٠.٣٨٨) ، وقيمة تباين حدث (٠.٣٠٧) وهي تدل علي نسبة تباين (٠.٣٠٧) من تباين المتغير التابع لليقظة العقلية لنمط السيطرة الدماغية الأيسر وبلغت قيمة النسبة الفأئية (٤.٧٥٧) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٥) ، وقيمة خطأ معياري بلغت (١٢.١٢٥) ، وقيمة (ت) محسوبة بلغت (٢.٧٨٦) وهي دالة أيضا عند مستوي (٠.٠٥) كما أن نسبة المساهمة المئوية لهم تراوحت (٣٥.١٧%) ويمكن التنبؤ بمستوي الأداء الإنفاذي لهم في ضوء نتائج جدول (٥٥) ووفقا لدلالات تلك المتغيرات المستقلة المتمثلة في (تحمل العبء الإدراكي ، استدامة توزيع الانتباه ، تركيز الانتباه ، اليقظة العقلية) وفقا لنمط السيطرة الدماغية الأيسر لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا من خلال المعادلة التالية :

مستوي الأداء الإنفاذي لنمط السيطرة الدماغية الأيسر = ٣٨٠.٠٨٥ - ٣٥.٢١٠ × تحمل العبء الإدراكي - ٠.٠٦٤ × استدامة توزيع الانتباه + ١.٦٣٥ × تركيز الانتباه - ٠.٠٤٤ × اليقظة العقلية .

ويعزو الباحث هذه المساهمات الواضحة التأثير في اليقظة العقلية ومكوناتها (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) في الأنماط الثلاث من السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) علي اختلاف نسبها إلي الضرورة البالغة في تشكيل الأداء الإنقادي لمنقذي الحياه علي المياه وإن اليقظة العقلية بمكوناتها هي ركن ذو أهمية بالغة في تكوين المنفذ الكفاء بل وأساس ضروري لا يمكن إغفاله أو تناسيه لأن اليقظة العقلية هي تقنية مركزة بدقة نحو خبرة العمل الإنقادي الناشئة من القدرة الحسية والإدراكية معاً بوصفها حالة ذهنية مركبة تضمن تعزيز إمكانات المنفذ وإبرازها فيما بعد لجميع النواحي الفنية والمهارية باعتبارها تأتي في طبيعة عمل المنفذ وأساس لبناء كل المهام لجميع متطلبات الأداء الإنقادي وبالتالي ضرورة تنميته والرفي به وتوفير كل المتاح للارتقاء به والسعي الدؤوب إلي ابتكار طرق جديدة ومبتكرة تقوم علي معالجة تقويم اليقظة العقلية وفقاً لمكوناتها المستحوذة علي طبيعة عمل المنفذ ليقدّم بشكل جديد ومتغير يستند علي مواكبة تكنولوجياه حديثة تسير التطور وتكون نواة لوضع منقذ يقظ محترف يواجه صعوبات وضغوط هذه المهنة ليحقق من خلالها رسالة إنسانية أولاً ومهنية ثانية وهي سلامة وأومن المترددين ليكون عالم بدون غرقى .

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كلاً من " زوجيا إفرين Zogay Evrin" (٢٠٢١)(٧٨) ودراسة " زاربر أدلبورغ, Zarper Adelborg" (٢٠٢١)(٧٧) ودراسة" ريببكا تي Rebecca T" (٢٠٢١)(٦٤) .

ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول(٥٣/٥٤/٥٥) يتم الاجابة علي التساؤل السابع والثامن من تساؤلات البحث حول التعرف علي مدى مساهمة اليقظة العقلية ومكوناتها(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) في الأداء الإنقادي وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) كذلك إمكانية التنبؤ بالأداء الإنقادي في ضوء اليقظة العقلية ومكوناتها لكلا من(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظه المنيا .

جدول (٥٦)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي

للمجموعة التجريبية الاولى لمنقذي الحياه علي المياه للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية

(عينة البحث)الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقاً للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن لليقظة العقلية ومكوناته(تحمل

العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقادي(قيد البحث)(ن=١٢)

م	المتغيرات	وحدة القياس	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	متوسط الفروق	الخطأ المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	مستوي الدلالة
١	تحمل العبء الإدراكي	درجة	٠.٦٧٢١	٠.٥٩٥٠	0.0771	٠.٠١٠	٧.١٠٥	دال
	استدامة توزيع الانتباه	درجة	٣٦.٣٣٣	٤٧.٨٣٣٣	11.500	٠.٤٨٤	٢٣.٧٣	دال
	تركيز الانتباه	درجة	٥.٠٩١	٦.٤٢٧٩	١.٣٣٦٩	٠.١٤٧	٩.٠٣٤	دال
٢	اليقظة	درجة	٣٦٦.٤٢٧	٦٥٦.٥٨٠	290.15	٤٥.٨٣	٦.٣٣١	دال

								العقلية	
دال	٨.٦٦٨	٢.٤٩٩	21.667	٣٥٩.٥٨٣	٣٣٧.٩١٦	درجة	مقياس الأداء الإنفاذي	الأداء الإنفاذي	٣

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ١.٧٩٦

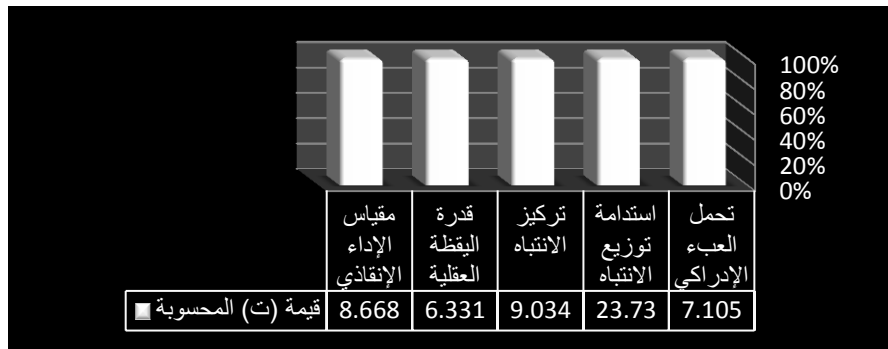
يوضح جدول (٥٤) دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ المعياري ومستوي الدلالة للمجموعة التجريبية الاولى لمنقذي الحياة علي المياه للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية (عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقاً للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنفاذي (قيد البحث) أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوي ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الأولى للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية (عينة البحث) وفي اتجاه القياس البعدي حيث أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوي (٠.٠٥) في متغيرات (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) كمكون لليقظة العقلية والأداء الإنفاذي (قيد البحث) .

يعزو الباحث هذه الفروق في متغيرات البحث إلي فاعلية البرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني وقدرته علي تطوير اليقظة العقلية ومكوناته وأن النظام الإلكتروني له فاعلية هامة ومصداقية كبيرة لكي يبني عليه برنامج تدريبي يتمشى مع طبيعة نمط السيطرة الدماغية الأيسر لمنقذي الحياة علي المياه ويكون نواة لتنمية اليقظة العقلية وفقاً لمكوناته , حيث كانت الفروق واضحة التأثير في مكون اليقظة العقلية لتحمل العبء الإدراكي من خلال الفروق الواضحة بين القياس القبلي والبعدي والذي بلغ (٠.٠٧٧١) وهي فروق واضحة لصالح القياس البعدي ونسبة خطأ معياري بلغ (٠.٠١٠) وبقية (ت) محسوبة بلغت (٧.١٠٥) ومستوي دال فالعبء الإدراكي هو صفة ملازمة لجميع مكونات اليقظة العقلية وهو مؤشر بالغ الحساسية يستشعر من خلاله أي تعب أو جهد يحدث للعقل في ترجمة واقع الجوانب الحسية والإدراكية معاً وبالتالي تكون له دلالة في تمكين المنقذ من أداء الإنفاذي من خلال ضمان استدامة توزيع الانتباه وتركيزه وبالتالي زيادة اليقظة العقلية لأكثر وقت ممكن , وبالنسبة للمكون الثاني من اليقظة العقلية وهو استدامة توزيع الانتباه الأثر الكبير لفاعلية البرنامج التدريبي لليقظة العقلية وفقاً لنمط السيطرة الدماغية الأيسر حيث بلغت الفروق بين القياسين القبلي والبعدي بمقدار بلغ (١١.٥٠٠) ونسبة خطأ معياري بلغ (٠.٤٨٤) وبقية (ت) محسوبة بلغت (٢٣.٧٣٠) وبمستوي دلالة وبالتالي أصبح للبرنامج التدريبي قيمة واضحة للنهوض بهذا المكون الذي يضمن تنظيم وترتيب توزيع الانتباه بما يضمن استدامته علي الدوام وبالتالي ارتباط هذا المكون بالمحور المكاني والزمني مجتمعين في هذا المكون من مكونات اليقظة العقلية فالمحور المكاني هنا مرتبط بالقطاع أو المسافة المخصصة للمنقذ والمطلوب الإنفاذ فيها والتي يتكون فيها الانتباه موزع وفقاً

للرؤية المحيطة المطلوبة بما يضمن نتيج الحالات الطارئة في القطاعات الأخرى للمنقذين أما المحور الزمني وهو ضمان استدامة هذا التوزيع طوال الفترة المطالب بها المنقذ في الفترات الوقتية المخصصة له وبالتالي تأهب المنقذ لأي طارئ يحدث علي الدوام دون جهد أو تعب مهما طالت الفترات الوقتية للمنقذ ، وبالنسبة للمكون الثالث من مكونات اليقظة العقلية وهو تركيز الانتباه كإحدى الركائز الأساسية لليقظة العقلية كان للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني هو السبيل في تطوير هذا المكون الهام حيث كانت فروق الدلالة واضحة وقوية بين القياسين القبلي والبعدي والتي بلغت (١.٣٣٦٩) بقيمة خطأ معياري بلغ (٠.١٤٧) بقيمة (ت) محسوبة بلغت (٩.٠٣٤) وبمستوي دال وهذا يدل علي قدرة النظام الإلكتروني علي تقديم برنامج تدريبي يتوافق مع اليقظة العقلية لمنقذ الحياه علي المياه لنمط السيطرة الدماغية الأيسر لأن تركيز الانتباه هو تضيق بؤرة الانتباه نحو الحالة الطارئة المعرضة للغرق وبالتالي تغطي علي الإدراك الفعلي للمنقذ بواقع التعامل والتصرف مع هذه الحالة بل والتحفز الفعلي لها وترتيب أولويات رد الفعل لأسلوب التعامل المنتظر مع هذه الحالة لذلك يظهر هذا المكون دلالاته ليفصل بين الإدراك الحسي والواقع الفعلي للمنقذ .

أما بالنسبة لمتغير اليقظة العقلية كقدرة فعلية مكونه من (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) فهو الأساس الذي وضع النظام الإلكتروني من أجله بل وتم صياغة برنامج تدريبي له بما يتوافق مع نمط السيطرة الدماغية الأيسر ليشكل في النهاية ركيزة يستند عليها لتطوير أداء المنقذ الفاعل نحو اداءه الإنقاذي حيث جاءت الفروق بين القياسين القبلي والبعدي ذات دلالة واضحة والتي بلغت (٢٩٠.١٥) بنسبة خطأ معياري بلغت (٤٥.٣٣) وبقيمة (ت) محسوبة بلغت (٦.٣٣١) وبمستوي دال لذلك اعتبرت قدرة اليقظة العقلية بمثابة صمام أمان يمكن الاعتماد عليه بصورة كبيرة في تشكيل شخصية المنقذ في مختلف الجوانب بل وأسلوب عمل أساسي في تعزيز الأداء الإنقاذي ليضمن تحقيق سلامة وأمن المترددين علي حمام السباحة .

أما بالنسبة للأداء الإنقاذي الذي يشكل صميم العمل لمنقذ الحياه علي المياه فكان للبرنامج التدريبي لليقظة العقلية القائم علي النظام الإلكتروني وفقاً لنمط السيطرة الدماغية الأيسر الأثر في تكون الفروق الواضحة بين القياسين القبلي والبعدي والتي بلغت (٢١.٦٦٧) بنسبة خطأ معياري تراوحت (٢.٤٩٩) وبقيمة (ت) محسوبة بلغت (٨.٦٦٨) وبمستوي دال الأثر شديد الأهمية لفاعلية البرنامج التدريبي وأن اليقظة العقلية بجميع مكوناتها هو محور تطوير هذا العمل الإنقاذي لمنقذ الحياه علي المياه علي اعتبار أن الأداء الإنقاذي لمنقذ الحياه علي المياه حصيلة حتمية ناتجة عن تطوير اليقظة العقلية بمكوناتها لتساهم بشكل لا يدع مجال للشك بفاعلية النظام الإلكتروني المصمم وأن كل ما ترتب من برمجة وتقنين واختبار لليقظة العقلية ومكوناتها هو السبيل الأول والمنشود لضمان أمن وسلامة المترددين علي حمام السباحة .



شكل (١)

رسم بياني يوضح قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الأولى من نمط السيطرة الدماغية الأيسر في المتغيرات (قيد البحث)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من " اليس جرايسورد Elise N. Griswold (٢٠٢١) (٣٠) ودراسة ريببكا "Rebecca T (٢٠٢١) (64) ودراسة " مونتغمري سي K. Montgomery (٢٠٢١) (٤٧)"

ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول (٥٦) يتم التحقق من الفرض التاسع من فروض البحث والذي يجيب علي التساؤل التاسع من تساؤلات البحث حول التعرف علي وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الأولى ذات النمط الأيسر من السيطرة الدماغية علي الأداء الإنقاضي (قيد البحث) وفقاً للبرنامج التدريبي المقترح القائم علي النظام الإلكتروني لاختبار اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) لمنفذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) وفي أي اتجاه القياس البعدي .

جدول (٥٧)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية لمنفذي الحياه علي المياه للنمط المتوازن (المتكامل) من السيطرة الدماغية (عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقاً للنظام الإلكتروني المصمم والمقن لليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاضي (قيد البحث) (ن=١٢)

م	المتغيرات	وحدة القياس	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	متوسط الفروق	الخطأ المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	مستوي الدلالة
١	مكونات	درجة	٠.٥٤١١	٠.٤١٤٣	0.1268	٠.٠١٢	٩.٨٢٥٠	دال
	اليقظة	درجة	٣٨.١٦٦	٥٤.٩١٦٦	16.750	٠.٤١٠	٤٠.٧٩٨	دال

العقلية	تركيز الانتباه	درجة	٥.٧٤٦٤	٩.٠٨٧٠	٣.٣٤٠٦	٠.٢١٢	١٥.٦٨٥	دال
اليقظة العقلية	قدرة اليقظة العقلية	درجة	٥٠٥.٥١١	١٣١٠.٨٩٨	805.387	١٠٧.٢٨٩	٧.٥٠٧	دال
الأداء الإنقاضي	مقياس الأداء الإنقاضي	درجة	٣٣٣.١٦٦	٣٨٠.٩١٦	47.75	٢.٨٧١	١٦.٦٣٠	دال

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ١.٧٩٦

يوضح جدول (٤٨) دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ المعياري ومستوي الدلالة للمجموعة التجريبية الثانية لمنقذي الحياه علي المياه للنمط المتوازن (المتكامل) من السيطرة الدماغية (عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاضي (قيد البحث) أنه توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الأولى للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية (عينة البحث) وفي اتجاه القياس البعدي حيث أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) في متغيرات (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) كمكون لليقظة العقلية والأداء الإنقاضي (قيد البحث) .

ويعزو الباحث هذه الفروق في متغيرات البحث إلي فاعلية البرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني وإمكانيته الكبيرة التي ساهمت في تطوير اليقظة العقلية ومكوناته فالاستفادة من التكنولوجيا العلمية المتاحة وتطويعها بما يخدم سلامة البشرية في موضع متعلق بالحياة والموت كالإنقاذ لهو فريضة حتمية يتطلب اللهاث خلفها من أجل السمو بأرواح الناس دون العبث بها بل وتقديم نموذج علي الدوام متمثل في منقذ يتمتع بقدرات مهنية خاصة لهو السبيل الوحيد في الحفاظ علي سلامتهم وبالتالي كان لتفصيل برنامج تدريبي لليقظة العقلية يتمشى مع قالب النظام الإلكتروني لنمط السيطرة الدماغية المتوازن هو ما سعي إليه الباحث في تطبيق هذا البحث حيث جاءت الفروق في مكون العبء الإدراكي واضحه وقوية بين القياس القبلي والبعدي والتي بلغت (٠.١٢٦٨) بقيمة خطأ كبير بلغ (٠.٠١٢) وقيمة (ت) محسوبة بلغت (٩.٨٢٥٠) ومستوي دلالة قوي حيث ساهم في تقليل معدلات العبء الإدراكي بفروق كبيرة جدا ساهمت في تشكيل الخبرة لديه علي اعتبار تأخير تأخير العبء الإدراكي مهما اختلفت شدة المثيرات أو قوتها فالمنقذ علي طاقة عقلية قوية علي الدوام لأن العبء مكون يربط المكون الحسي بالإدراكي وهو شديد الحساسية للجهد وبالتالي كلما قل العبء زاد من خواص العقل في معالجة النظام الحسي وترجمة معلوماته المتواترة وفقاً لخواصه الفزيائية .

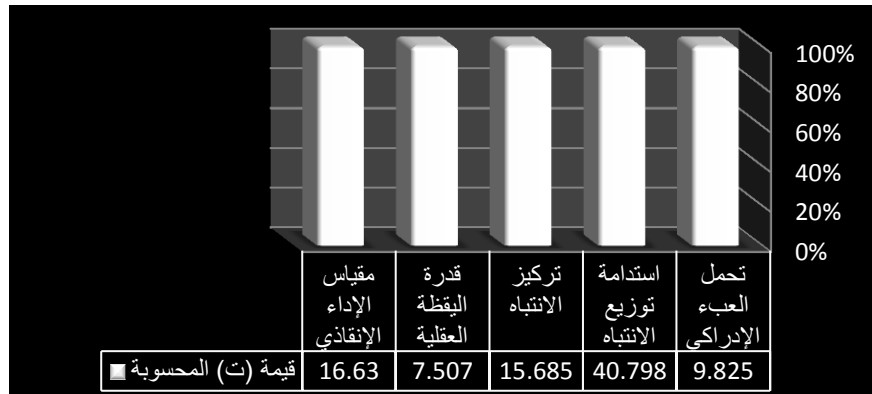
وبالنسبة لمكون استدامة توزيع الانتباه كإحدى مكونات اليقظة العقلية فقد كان للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني الأثر الواضح في الاستفادة الفعلية منه في التطبيق المنظم للمعرفة العلمية

بتسخير حواس المنقذ وترتيب إدراكها وخواصها لتشمل تحرير هذه الإمكانيات الحسية بأعلى درجاتها وسلامة توجيهها بسرعة عالية للمخ لمعالجتها لجعل المنقذ علي أهبة الاستعداد الدائم لأي طارئ قد يحدث لذلك كانت الفروق بين القياس القبلي والبعدي عالية والتي بلغت (١٦.٧٥٠) بنسبة خطأ طفيف بلغت (٠.٤١٠) وقيمة (ت) محسوبة عالية التباين بين القياسين القبلي والبعدي بلغت (٤٠.٧٩٨) وبمستوي دال لذلك ساهم البرنامج التدريبي لليقظة العقلية القائم علي تكنولوجيا هذا الجهاز في تعزيز فهم درجات توزيع الانتباه وتحديدها بدقة للسيطرة علي درجات أبعادها ورسم صورة توضيحية بالغة الدقة للنهوض بهذا المكون الهام من اليقظة العقلية وهو ما ساعد البرنامج في تدارك الانتباه وتصحيح مساره بتقليل عدد الأخطاء وزيادة مفرطه في عدد الإجابات الصحيحة باستجابة قوية وسريعة تضمن لمكون اليقظة العقلية من توزيع الانتباه الفاعلية واستدامة الأداء .

وبالنسبة لمكون اليقظة العقلية لتركيز الانتباه الأثر الواضح لفاعلية البرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني لليقظة العقلية في الاستفادة من الحاسب الألي لتطويعه ليستقبل البيانات ويعالجها وفقا لتعليمات مخزنة فيه ليتم استقبالها علي هيئة معلومات لتترجم واقع ما تم الوصول إليه من تركيز الانتباه من خلال التباين بين الإجابات الصحيحة والخاطئة التي تبرز مكون اليقظة العقلية من تركيز الانتباه وبناءً عليه كانت الفروق واضحة بين القياسين القبلي والبعدي والتي بلغت (٣.٣٤٠٦) بنسبة خطأ معياري قليلة بلغت (٠.٢١٢) وقيمة (ت) محسوبة بلغت (١٥.٦٨٥) وبمستوي دال فالتركيز العقلي هو تضيق بؤرة الانتباه لأقصى درجة من الثبات يتم فيها جمع كافة الأفكار والعمليات الفكرية بنقطة واحدة بنوع من الحصر الذهني البالغ السرعة لنمط السيطرة الدماغية المتوازن ليكون سلوك حركي موجه يتفاهم مع الجانب الإدراكي ليمثل خبرة الأداء الإنقاذي .

وبالنسبة لقدرة اليقظة العقلية التي صيغة مكوناته ليمثل نواة مركبة تشكل قدرة اليقظة العقلية تساهم لبناء مسار ليصبح درب المنقذ في أساس عمله وركيزة هامة للأداء الإنقاذي لأن المنقذين الذين يتصرفون بطريقة تفتقد إلي اليقظة العقلية فأنهم غالباً ما يكونون غير قادرين علي الانفتاح علي خبرات جديدة تمكنهم من التفكير الإيجابي في المواقف والحالات الطارئة مهما كانت صعوبتها ومهما بلغت حالات التعقيد بها بدلاً من البقاء عالقين في محتوى وحيز قديم يعجز عن مواجهة كل ما هو جديد , لأن التفكير الإيجابي نحو مواجهة الضغوط وخاصة ضغوط عمل المنقذ هي بحاجة إلي الإنقاذ والتدريب والوصول بها إلي مستوي عالي وبالتالي كان المنقذ بحاجة ماسة إلي برنامج تدريبي لليقظة العقلية قائم علي اساس علمي وتوجه تكنولوجي يواكب التقدم العلمي الحادث ويكون محور لبناء اليقظة العقلية وفقاً لنمط السيطرة الدماغية المتوازن لذلك كانت الفروق بين القياسين القبلي والبعدي له دلالة واضحة والتي بلغت (٨٠٥.٣٨٧) بنسبة خطأ معياري بلغت (١٠٧.٢٨٩) وقيمة (ت) محسوبة بلغت (٧.٥٠٧) وبمستوي دال .

وبالنسبة للأداء الإنفاذي الذي يمثل الركيزة التي بني عليها كل ما سبق من تكنولوجيا مبتكرة وتصميم اختبار لليقظة العقلية ومكوناته وبرنامج تدريبي وفقاً لنمط السيطرة الدماغية المتوازن هو الواقع المهني الأساسي لمنقذ الحياة علي المياه والذي من خلاله يضمن واقع ملموس وهو سلامة وأمن المنقذين من الغرق علي الدوام وبما يحقق من رؤية فاعله لعالم بدون غرقى وبالتالي كان للأداء الإنفاذي بين القياسين القبلي والبعدي الفروق الواضحة والتي بلغت (٤٧.٧٥) بنسبة خطأ معياري بلغت (٢.٨٧١) وبقيمة (ت) محسوبة بلغت (١٦.٦٣٠) وهو دليل واضح يبرهن عن كل ما تم الترتيب له ويؤكد علي نظرة الباحث الثاقبة في اختيار مكون له مساهمه أولية كبيرة للمنقذ يترتب عليه هذا الأداء الأنفاذي ويأتي كطليعة يبني عليها جميع مهام المنقذ من مجابهة للقلق وتعزيز للسماة الحسية والإدراكية بنوع من المرونة والتحدي ليضمن سلامة القدرات الذاتية والمهنية الخاصة التي لا غني عنها .



شكل (٢)

رسم بياني يوضح قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الثانية من نمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) في المتغيرات (قيد البحث)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من " أمير تشو آرون ماي; Mingrui Zeng; (٢٠٢١) (60) ودراسة "شون يوان تشنغ Shun-Yuan Cheng" (٢٠٢٠) (68) ودراسة "عنبر تشو Amber Choo" (٢٠٢٠) (١٧) .

ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول (٥٧) يتم الاجابة علي التساؤل العاشر من تساؤلات البحث حول التعرف علي وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الثانية ذات النمط المتوازن (المتكامل) من السيطرة الدماغية علي الأداء الإنفاذي (قيد البحث) وفقاً للبرنامج التدريبي المقترح القائم علي النظام الإلكتروني لاختبار اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) لمنقذ الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) وفي أي اتجاه القياس البعدي .

جدول (٥٨)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي

للمجموعة التجريبية الثالثة لمنقذي الحياة علي المياه للنمط الأيمن من السيطرة الدماغية

(عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن لليقظة العقلية ومكوناته (تحمل

العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنفاذي (قيد البحث) (ن=١٢)

م	المتغيرات	وحدة القياس	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	متوسط الفروق	الخطأ المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	مستوي الدلالة
١	مكونات اليقظة العقلية	درجة	٠.٦٦٧٦	٠.٦١٦٧	0.0509	٠.٠٠٠٦	٧.٩٣٢	دال
	استدامة توزيع الانتباه	درجة	٣٧.٢٥	٤٢	4.75	٠.٢٧٨٦	٢٧.٨١٢	دال
	تركيز الانتباه	درجة	٥.٦٦٦٤	٦.٢٦٨٨	٠.٦٠٢٤	٠.٠٧٦٩	٧.٨٢٨	دال
٢	قدرة اليقظة العقلية	درجة	٤٣٠.٧٤٧	١٦٦.٦١٢	264.135	٢٦.٥٤٦٦	٥.٠٢٢	دال
٣	مقياس الأداء الإنفاذي	درجة	٣٤٤	٣٤٩	5	٢.٢٤٣٩	٧.٢٧٩	دال

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ١.٧٩٦

يوضح جدول (٥٨) دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ المعياري ومستوي الدلالة للمجموعة التجريبية الثالثة لمنقذي الحياة علي المياه للنمط الأيمن من السيطرة الدماغية (عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغيرات (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) كمنكون لليقظة العقلية والأداء الإنفاذي (قيد البحث) أنه توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الثالثة للنمط الأيمن من السيطرة الدماغية (عينة البحث) وفي اتجاه القياس البعدي حيث أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) في متغيرات (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) كمنكون لليقظة .

حيث كان لمكون اليقظة العقلية من العبء الإدراكي الدور الرئيسي لإثبات فاعلية البرنامج التدريبي المقترح لليقظة العقلية القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن وفقاً لنمط السيطرة الدماغية الأيمن حيث اعتمدت تصميمات العبء الإدراكي في معالجتها للعبء الإدراكي علي طبيعة تغير المهمة في مركز العرض سواء بتغيير حجم العرض أم بتغيير متطلبات المعالجة للعرض وفقاً لبرنامج اليقظة العقلية المقنن والمصمم لقواعد النظام الإلكتروني لنمط السيطرة الدماغية الأيمن وذلك لبحث تأثير معالجات العبء الإدراكي للمعلومات المتصلة بالمهمة في الانتباه الانتقائي للمنقذ وتجاهل التنبيه غير المتصل بالمهمة والذي يظهر في المحيط المجاور للعرض وهو ما وضع البرنامج من أجله لذلك كانت الفروق واضحة التأثير في هذا المتغير والتي بلغت (٠.٠٥٠٩) بنسبة خطأ معياري بلغت (٠.٠٠٦) وقيمة (ت) محسوبة بلغت (٧.٩٣٢) وبمستوي دال .

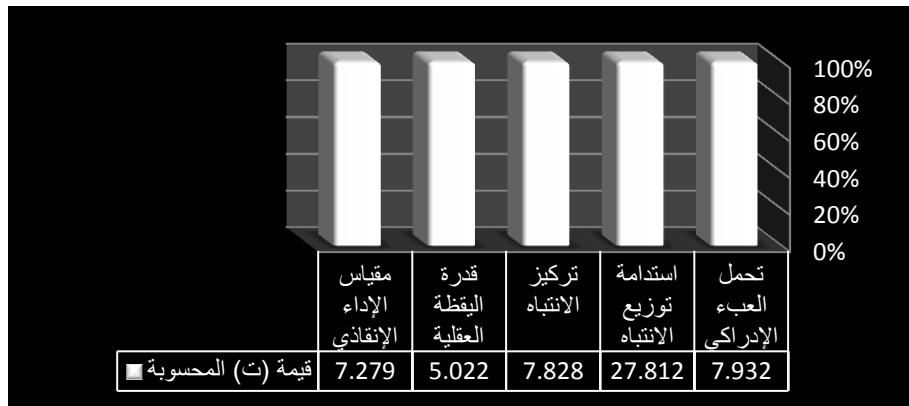
وبالنسبة لمكون اليقظة العقلية من استدامة توزيع الانتباه الذي اعتمد عليه منقذي الحياة علي المياه من ذوي السيطرة الدماغية من النمط الأيمن في تدريبهم علي النظام الإلكتروني والذي وضع كمحتوي قوي ساعد في تغيير الوضع القائم لما كان عليه المنقذ في بداية التطبيق وما اصبح عليه المنقذ في هذا العنصر من خلال تفعيل النظام الإلكتروني وبالتالي كانت الفروق متباينة حيث بلغت (٠.٠٥٠٩) بنسبة خطأ معياري بلغت (٠.٠٠٠٦) بقيمة (ت) محسوبة بلغت (٧.٩٣٢) بمستوي دال إن لتوزيع الانتباه ضرورة تكاملية لعنصر اليقظة العقلية لأن تنظيم توزيع الانتباه ضرورة ملحه تضمن للمنفذ التعرف على تحديد بعد المكان وفقا للقطاع المطلوب والموكل للمنفذ الإنقاذ به بالنسبة لزملائه الآخرين وارتفاع العمق المطلوب الإنقاذ به ووجه المتردد الذي يشكل الخطر بالنسبة للمكان والعمق من أجل تحديد الوجهة التالية لليقظة وهو تركيز الانتباه عليه لتحديد سرعة الاستجابة المطلوبة بعد ذلك مع الدوام لأنها تمثل قاعدة يستند عليها فيما بعد لمكون اليقظة العقلية الثاني وهو تركيز الانتباه وبشكل فيما بعد ركناً اساسي في تقدير اليقظة العقلية ككل .

وبالنسبة لمكون اليقظة العقلية في تركيز الانتباه والذي جاء بمدلوليته هامة تبين فاعلية البرنامج التدريبي لليقظة العقلية وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن بدقة لمراعاته لمستويات ومعايير نمط السيطرة الدماغية الأيمن لأن تركيز الانتباه هو نمط يفصل بين المسار الحسي والإدراكي يعقبه تنفيذ القرار الحركي لضمان التنفيذ السليم وفقاً للإدراك المسيطر فالمستشعرات الداخلية تختلف فروقها بين المنقذين بعضها البعض إزاء المستشعرات الخارجية لذلك كان لتدريب تركيز الانتباه كإحدى مكونات اليقظة العقلية ضرورة ملحه لجعل المنقذ أكثر حساسية للمعلومات البيئية وبالتالي كانت الفروق لها مدلول واضح بين القياسين القبلي والبعدي والذي بلغ (٠.٦٠٢٤) بنسبة خطأ معياري بلغت (٠.٠٧٦٩) وبقيمة (ت) محسوبة بلغت (٧.٨٢٨) وبمستوي دال .

وبالنسبة لليقظة العقلية كقدرة مركبة واسباسية وضعت واختيرت كمتغير قوي وله التأثير الأول في مجريات الأداء الإنقاذي ولولاه ما كان للمنفذ القيمة الفعلية لأدائه الفني والمهني ولا مهامه فالتقدير الكمي للعمليات التي تحدث في الدماغ وتبعاً للمواقف الطارئة تعتمد علي التفاعل المشترك بين مفهومي التنشيط والكف وهي مسئولة عن العمليات الإدراكية والعمليات العقلية العليا , وبعد التنشيط والكف إحدى الوظائف التنفيذية الرئيسية لليقظة العقلية لتخطيط وضبط الانفعالات ومرونة التفكير واتخاذ القرارات لتسمح للمنفذ بفرض التنظيم والتوقع الدائم لبيئة مجهولة المواقف تحفها المخاطر من جميع جوانبها كانت الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لها تأثير كبير علي المجموعة الثالثة لعينة البحث من نمط السيطرة الدماغية الأيمن والذي بلغ (٢٦٤.١٣٥) بنسبة خطأ معياري بلغت (٢٦.٥٤٦٦) بقيمة (ت) محسوبة بلغت (٥.٠٢٢) .

وبالنسبة للأداء الإنقاذي الذي هو ترجمة واقعية علي الأرض وبيان عملي قوي لبنية تدريب اليقظة

العقلية بمكوناتها وأسلوب هام يربط بين البرنامج ومنظومته التكنولوجية المصممة خصيصاً له لوضع المنقذ في حالة من النمو الذاتي يتشكل فيها خبرة حسية وإدراكية عالية تسمح بتركيز الطاقة العقلية علي معلومات منتقاه ليحسن من المهام المعرفية والإدراكية لفهم طبيعة المواقف الصعبة والتعامل معها بنوع من السرعة والدقة العالية لتكون صورة واقعية للأداء الإنقاذي لمنقذ الحياة علي المياه لذلك كان للفروق المتباينة بين القياس القبلي والبعدي في الأداء الإنقاذي صورة واضحة لفاعلية البرنامج التدريبي لليقظة العقلية لمنقذي النمط الأيمن من السيطرة الدماغية والذي بلغ (٥) بنسبة خطأ معياري بلغت (٢.٢٤٣٩) وقيمة (ت) محسوبة بلغت (٧.٢٧٩) وبمستوي دال .



شكل (٣)

رسم بياني يوضح قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسيين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الثالثة من نمط السيطرة الدماغية الأيمن في المتغيرات (قيد البحث)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من " بيث ريكين Beth Rieken" (٢٠٢١) (٢٢) ودراسة " كير سانا K Keerthana" (٢٠٢٠) (46) ودراسة " أنيش جوبتا Anish Gupta" (٢٠٢٠) (٢٠). ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول (٥٨) يتم الإجابة علي التساؤل الحادي عشر من تساؤلات البحث حول التعرف علي وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠٥ بين متوسطي القياسيين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الثالثة ذات النمط الأيمن من السيطرة الدماغية علي الأداء الإنقاذي (قيد البحث) وفقاً للبرنامج التدريبي المقترح القائم علي النظام الإلكتروني لاختبار اليقظة العقلية ومكوناته (تحميل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) وفي أي اتجاه القياس البعدي .

جدول (٥٩)

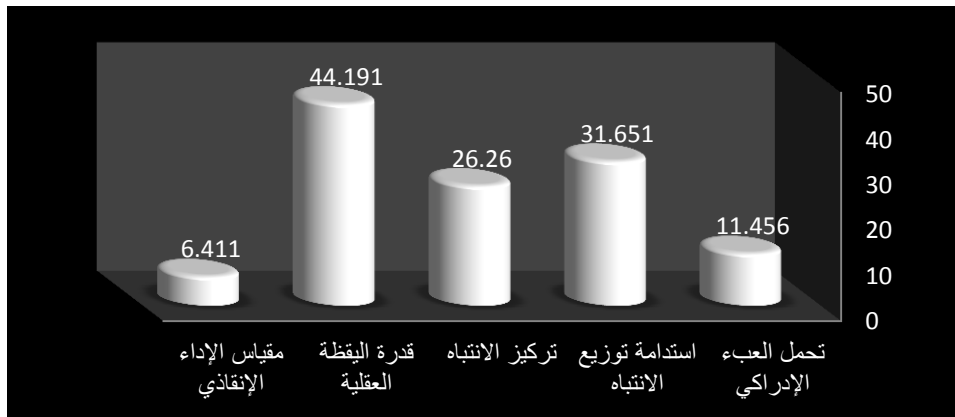
الفروق بين نسب التغير المئوية والكسب المعدل لبلالك بين القياسيين القبلي والبعدي للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) (عينة البحث) علي متغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاضي (قيد البحث) (ن=٢=٣=١٢)

النمط الأيمن من السيطرة الدماغية				النمط المتوازن من السيطرة الدماغية				النمط الأيسر للسيطرة الدماغية				وحدة القياس	المتغيرات	
الكسب المعدل لبلالك	نسبة التغير %	متوسط القياس البعدي	متوسط القياس القبلي	الكسب المعدل لبلالك	نسبة التغير %	متوسط القياس البعدي	متوسط القياس القبلي	الكسب المعدل لبلالك	نسبة التغير %	متوسط القياس البعدي	متوسط القياس القبلي			
١.٢٣٣	٧.٦٢٤٣	٠.٦١٦٧	٠.٦٦٧٦	١.٨٣٨	٢٣.٤٣٣٧	٠.٤١٤٣	٠.٥٤١١	١.٢٩٩	١١.٤٥٦	٠.٥٩٥٠	٠.٦٧٢١	متر	تحمل العبء الإدراكي	مكونات
١.٢٨١	١٢.٧٥١٦	٤٢	٣٧.٢٥	١.٩١٩	٤٣.٨٨٧٢	٥٤.٩١٦٦	٣٨.١٦٦	١.٣٧٣	٣١.٦٥١	٤٧.٨٣٣٣	٣٦.٣٣٣	سم	استدامة توزيع الانتباه	اليقظة
١.٢٤٨	١٠.٦٣٥٥	٦.٢٦٨٨	٥.٦٦٦٤	١.٨٧٨	٥٨.١٣٣٧	٩.٠٨٧٠	٥.٧٤٦٤	١.٣١٧	٢٦.٢٦٠	٦.٤٢٧٩	٥.٠٩١	عدد	تركيز الانتباه	العقلية
١.٢٣٦	٣٠.٩٥٢٩	٥٦٤.٠٧٦	٤٣٠.٧٤٧	١.٩٦٨	٦١.٤٣٧٨	١٣١٠.٨٩٨	٥٠.٥٥١١	١.٣٨٣	٤٤.١٩١	٦٥٦.٥٨٠	٣٦٦.٤٢٧	عدد	قدرة اليقظة العقلية	اليقظة العقلية
١.٢٥٩	٤.٧٤٧٩	٣٦٠.٣٣٣	٣٤٤	١.٩٤٦	١٤.٣٣١٩	٣٨٠.٩١٦	٣٣٣.١٦٦٦	١.٣٦٥	٦.٤١١	٣٥٩.٥٨٣	٣٣٧.٩١٦	سم	مقياس الأداء الإنقاضي	الأداء الإنقاضي

يتضح من الجدول (٥٩) والذي يشير إلي الفروق بين نسب التغير المئوية والكسب المعدل لبلالك بين القياسيين القبلي والبعدي للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) (عينة البحث) علي متغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاضي (قيد البحث) حيث بلغت النسبة المئوية لمعدل التغير لمنقذي نمط السيطرة الدماغية الأيسر والتي تمثل المجموعة التجريبية الأولى والتي بلغت من (٦.٤١١:٤٤.١٩١) بنسب كسب معدل لبلالك بلغ (١.٢٩٩:١.٣٨٣) بينما بلغت النسبة المئوية لمعدل التغير لمنقذي نمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) والتي تمثل المجموعة التجريبية الثانية والتي بلغت

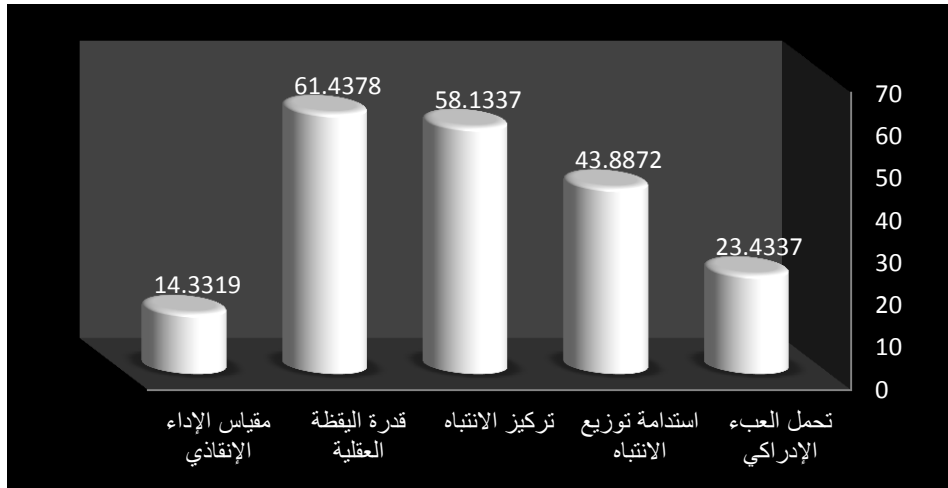
من (١٤.٣٣١٩:٦١.٤٣٧٨) لمعدلات التغير كذلك الكسب المعدل لبلاك بلغ (١.٨٣٨:١.٩٦٨) بينما بلغت النسبة المئوية لمعدل التغير لمنقذي نمط السيطرة الدماغية الأيمن والتي تمثل المجموعة التجريبية الثالثة والتي بلغت من (٤.٧٤٧٩:٣٠.٩٥٢٩) بنسب كسب معدل لبلاك بلغت (١.٢٣١:١.٢٨١) .

ويعزو الباحث نسب التغير المئوية ونسب الكسب المعدل لبلاك في متغير اليقظة العقلية ومكوناته والأداء الإنفاذي (قيد البحث) إلى فاعلية البرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث) والتي مثلت نسب متباينة فيما بينها وكانت دليلاً علي ضلوع برنامج اليقظة العقلية بقوة في مراعاة التباين الإدراكي وتوفير بيئة غنية توفر معطيات حسية عديدة تزيد من نمو الدماغ بنسبة ٢٠% لكل نمط من أنماط السيطرة الدماغية علي حدة لأن جميع أجزاء الدماغ الطبيعي جاهزة للاستخدام والتطوير لجميع الأحوال ولكن يختلف المنقذين في الطريقة التي اعتادوا عليها في التفكير بسبب خبراتهم الحياتية المعتادة دون النظر إلي التدارك الفعلي لفهم نمط الجزء المسيطر للدماغ ففي الوقت الذي ترى فيه غالبية الدراسات سيطرة النصف الأيمن من الدماغ على نشاطات التفكير الإبداعي لبعض المهام والمهن الصعبة توصل البعض الآخر إلى سيطرة النصف الأيسر على تلك المهام وهذا التباين الحادث لا بد أن يوضع في نطاق بحثي ليكون موضع الفصل فيه وبالتالي تطلب الأمر وضع منهاج تدريبي منظم لرفع السيطرة والاستحواذ علي مقاليد معالجة المهام الحسية للمنقذ وتعزيز خبرة المنقذ علي اعتبار أن اليقظة العقلية نشاط عقلي مركب ومعقد واجب التوجيه لزيادة القدرة علي اكتشاف علاقات جديدة وحلول مبتكرة في الأداء الإنفاذي بما يضمن سلامة وأمن المترددين علي الدوام .



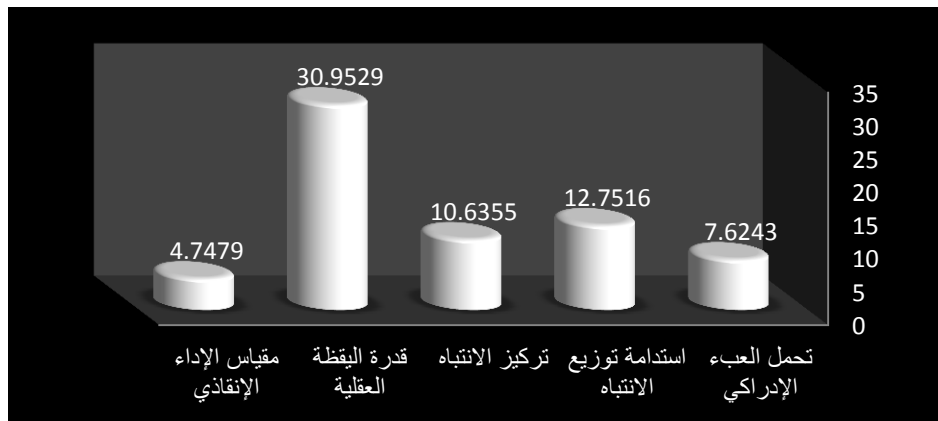
شكل (٤)

رسم بياني يوضح النسبة المئوية بين القياسيين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الأولى من نمط السيطرة الدماغية الأيسر في المتغيرات (قيد البحث)



شكل (٥)

رسم بياني يوضح النسبة المئوية بين القياسيين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الثانية من نمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) في المتغيرات (قيد البحث)



شكل (٦)

رسم بياني يوضح النسبة المئوية بين القياسيين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية الثالثة من نمط السيطرة الدماغية الأيمن في المتغيرات (قيد البحث)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من " جيني بيج Jenny Page (٢٠٢١) (٤٣) ودراسة "أرنست جي. Ernest J. (٢٠٢١) (32) ودراسة " جامبوا توز, Gamboa-Tuz (٢٠١٨) (٣٤) . ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول (٥٩) يتم الاجابة علي التساؤل الثاني عشر من تساؤلات البحث حول الفروق بين نسب التغير المئوية والكسب المعدل لبلاك بين القياسيين القبلي والبعدي للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط

الأيمن)(عينة البحث) لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه)علي الأداء الإنقاذي(قيد البحث) .

جدول (٦٠)

تحليل التباين الأحادي الاتجاه بين القياسات البعدية لمجموعات البحث التجريبية الثلاث وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية(اليسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياة علي المياه(عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقاً للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاذي(قيد البحث)(ن=١ ن=٢ ن=٣=١٢)

المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
مكونات اليقظة العقلية	تحمل العبء الإدراكي	بين المجموعات	٠.٢٩٦	٢	٠.١٤٨	٣.٩٤٧	٠.٠٢٩
		داخل المجموعات	١.٢٣٩	٣٣	٠.٠٣٨		
	استدامة توزيع الانتباه	بين المجموعات	٦٢٦.١٦٧	٢	٣١٣.٠٨٣	٤١.٥٦	٠.٠٠٠
		داخل المجموعات	٢٤٨.٥٨٣	٣٣	٧.٥٣٣		
	تركيز الانتباه	بين المجموعات	٦٠.١٥٤	٢	٣٠.٠٧٧	١٠.٤٨	٠.٠٠٠
		داخل المجموعات	٩٤.٦٧١	٣٣	٢.٨٦٩		
اليقظة العقلية	قدرة اليقظة العقلية	بين المجموعات	٣٩٧٧٧٢٦.٧٨٢	٢	١٩٨٨٨٦٣.٣٩١	٩.٣٤٤	٠.٠٠٠
		داخل المجموعات	٧٠٢٤٣٩٩.٣١٧	٣٣	٢١٢٨٦٠.٥٨٥		
الأداء الإنقاذي	مقياس الأداء الإنقاذي	بين المجموعات	٣٥١٧.٣٨٩	٢	١٧٥٨.٦٩٤	١٢.٥١	٠.٠٠٠
		داخل المجموعات	٤٦٣٨.٥٠٠	٣٣	١٤٠.٥٦١		

* قيمة(ف)الجدولية عند درجتي حرية(٢,٣٣) ومستوى دلالة(٠.٠٥)=٣.٥٥

ينضح من جدول(٥٩) والذي يشير إلي تحليل التباين بين مجموعات البحث الثلاث وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية(اليسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظة المنيا(عينة البحث) في متغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاذي(قيد البحث) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات البعدية لمجموعات البحث الثلاث في متغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاذي(قيد البحث) .

ويعزو الباحث هذه الفروق الدالة إحصائياً لمجموعات البحث الثلاث إلي التوافق الكامل للبرنامج التدريبي القائم علي اليقظة العقلية ومكوناته ودقته الكبيرة في التعامل مع أنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) بجميع مستوياتها المعيارية والثانية التي عبرت عنها بشكل يحمل معه تصميم بطابع خاص من التقنية المستحدثة بتكنولوجيا جديدة تستخدم نوعية خاصة تحمل في طياتها برمجية مدروسة ومكوله لحاسب ألي يستقبل فيها البيانات في صورة حقائق وأرقام يتولى معالجتها وفقاً لتعليمات مخزنة وضعت خصيصاً بما يتماشى مع هذه المستويات وفقاً للطبيعة المختلفة التي قدرت لها كل عينة من عينات البحث باختلاف أنماط التفكير والسيطرة الدماغية بأنواعها الثلاث (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لتشكل منظومة معاصرة ومتجددة لتطوير عنصر لا يستقيم عمل المنفذ من دونه الا وهو متغير اليقظة العقلية بمنظوره الحسي والإدراكي وتصبح فيما بعد نواة انطلاق إلي الأمام لمنقذي الحياة علي المياه .

لقد أصبحت التكنولوجيا بمعانيها طفرة تحمل كل معاني المصادقية والواقعية والوصول إليها واستغلالها بل وتطويرها لهو سبيل يسعي إليه كل باحث لحل المشكلات التي تواجه البحث العلمي لتتوالى تطورات التكنولوجيا المذهلة في جوانبها المختلفة باعتباره علماً فائق التطور نجح في دفع ركب الحضارة إلي الأمام في زمن وجيز ليكون نواة يعتمد عليها في اتخاذ قرارات مصيرية تشكل في النهاية خبرة مهنية خاصة للأداء الإنقاذي في جانب شديد الخطورة يرتبط بالحياة والموت لتكنولوجيا لا يمكن تتاسيها لمنقذي الحياة علي المياه بمحافظه المنيا .

وحيثما جاءت قيمة (ف) المحسوبة أكبر من (ف) الجدولية عند مستوي (0.05) في جميع متغيرات البحث يستلزم إجراء أحد اختبارات المقارنة لتحديد اتجاه هذه الفروق ولذا سوف يستخدم الباحث اختبار شيفيه (Scheffe) لأقل فرق معنوي .

جدول (٦١)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات البعدية

لمجموعات التجريبية الثلاثة وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية

(الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياة علي المياه (عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي

وفقاً للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغير اليقظة العقلية ومكوناتها (تحمل العبء الإدراكي

واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاذي (قيد البحث) باستخدام اختبار Scheff لأقل فرق معنوي

أقل فرق معنوي	الخطأ المعياري	الفرق بين المتوسطات			المتوسط الحسابي	أنماط السيطرة الدماغية	وحدة القياس	المتغيرات المستقلة
		النمط الأيمن	النمط المتوازن	النمط الأيسر				
0.089	0.079			-	0.0950	النمط الأيسر	تحمل العبء	1

٠.٩٦٣	٠.٠٧٩	-	٠.٢٠٢٣٨*	0.18072*	٠.٤١٤٣	التمط المتوازن	الإدراكي	
٠.٠٥١	٠.٠٧٩	-	٠.٢٠٢٣٨*	0.2166	٠.٦١٦٧	التمط الأيمن		
٠.٠٠٠	١.١٢٠			-	٤٧.٨٣٣	التمط الأيسر	درجة	استدامة توزيع الانتباه
٠.٠٥٤	١.١٢٠			-	٥٤.٩١٦	التمط المتوازن		
٠.٠٠٠	١.١٢٠	-	٩.٩١٦٦٧*	2.83333*	٤٢	التمط الأيمن		
0.002	0.691			-	٦.٤٢٧٩	التمط الأيسر	درجة	تركيز الانتباه
٠.٩٧٤	٠.٦٩١			-	٩.٠٨٧٠	التمط المتوازن		
٠.٠٠١	٠.٦٩١	-	٢.٨١٨٢٠*	0.15906	٦.٢٦٨٨	التمط الأيمن		
٠.٠٠٦	١.٨٨٣			-	٦٥٦.٥٨٠	التمط الأيسر	درجة	قدرة اليقظة العقلية
٠.٨٨٧	١.٨٨٣			-	١٣١٠.٨٩٨	التمط المتوازن		
٠.٠٠٢	١.٨٨٣	-	٧٤٦.٨٢١٨*	92.50411	٥٦٤.٠٧٦١	التمط الأيمن		
٠.٠٠٠	٤.٨٤٠			-	٣٥٩.٥٨٣٣	التمط الأيسر	درجة	مقياس الأداء الإنفاذي
٠.٩٨٨	٤.٨٤٠			-	٣٨٠.٩١٦٦	التمط المتوازن		
٠.٠٠١	٤.٨٤٠	-	٢٠.٥٨٣٣٣*	0.75000	٣٦٠.٣٣٣٣	التمط الأيمن		

يتضح من الجدول (٦١) والذي يشير إلي دلالة الفروق بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعات التجريبية الثلاث وفقا لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه (عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغيرات (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) كمكون لليقظة العقلية والأداء الإنفاذي (قيد البحث) باستخدام اختبار Scheff لأقل فرق معنوي ما يلي :-

- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي القياسيين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى للنمط الإيسر من السيطرة الدماغية والمجموعة التجريبية الثانية من النمط المتوازن (المتكامل) من السيطرة الدماغية في متغير تحمل العبء الإدراكي (قيد البحث) وفي اتجاه المجموعة التجريبية الثانية للنمط المتوازن من السيطرة الدماغية , بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي القياسيين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى للنمط الإيسر من السيطرة الدماغية والمجموعة التجريبية الثالثة من النمط الأيمن من السيطرة الدماغية في متغير تحمل العبء الإدراكي (قيد البحث) , بينما توجد فروق غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي القياسيين البعدين للمجموعة التجريبية الثانية للنمط المتوازن (المتكامل) من السيطرة الدماغية والمجموعة التجريبية الثالثة للنمط الأيمن من السيطرة الدماغية في متغير تحمل العبء الإدراكي (قيد البحث) وفي اتجاه المجموعة التجريبية الثانية للنمط المتوازن من السيطرة الدماغية .
- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي القياسيين البعدين للمجموعات التجريبية الثلاث وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية (الإيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه (عينة البحث) في متغير استدامة توزيع الانتباه وفي اتجاه المجموعة التجريبية الثانية للنمط المتوازن من السيطرة الدماغية .
- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي القياسيين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى للنمط الإيسر من السيطرة الدماغية والمجموعة التجريبية الثانية من النمط المتوازن (المتكامل) من السيطرة الدماغية في متغير تركيز الانتباه (قيد البحث) وفي اتجاه المجموعة التجريبية الثانية للنمط الإيسر من السيطرة الدماغية والمجموعة التجريبية الثالثة من النمط الأيمن من السيطرة الدماغية في متغير تركيز الانتباه (قيد البحث) , بينما توجد فروق غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي القياسيين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى للنمط الإيسر من السيطرة الدماغية والمجموعة التجريبية الثالثة للنمط الأيمن من السيطرة الدماغية في متغير تركيز الانتباه (قيد البحث) وفي اتجاه المجموعة التجريبية الثانية للنمط المتوازن من السيطرة الدماغية .
- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي القياسيين البعدين للمجموعة التجريبية الأولى للنمط الإيسر من السيطرة الدماغية والمجموعة التجريبية الثانية من النمط المتوازن (المتكامل) من السيطرة الدماغية في متغير قدرة اليقظة العقلية المركبة (قيد البحث) وفي اتجاه المجموعة التجريبية الثانية للنمط المتوازن من السيطرة الدماغية , بينما لا توجد فروق دالة

إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي القياسيين البعديين للمجموعة التجريبية الأولى للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية والمجموعة التجريبية الثالثة من النمط الأيمن من السيطرة الدماغية في متغير قدرة اليقظة العقلية المركبة (قيد البحث) ، بينما توجد فروق غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي القياسيين البعديين للمجموعة التجريبية الثانية للنمط المتوازن (المتكامل) من السيطرة الدماغية والمجموعة التجريبية الثالثة للنمط الأيمن من السيطرة الدماغية في متغير قدرة اليقظة العقلية المركبة (قيد البحث) وفي اتجاه المجموعة التجريبية الثانية للنمط المتوازن من السيطرة .

ويعزو الباحث تفوق المجموعة التجريبية الثانية من السيطرة الدماغية إلي الكفاءة التامة في التعامل مع النظام الإلكتروني بكفاءة وأن البرنامج التدريبي لليقظة العقلية كانت نسبة الاستجابة له أعلى للمجموعة التجريبية الثانية من نمط السيطرة المتوازن (المتكامل) واستحوذ علي الفروق الأكبر في متغيرات البحث علي الرغم من تساوي المجموعات في الدلالة قبل تنفيذ تجربة البحث وبالتالي تفعيل فصي الدماغ معاً في السيطرة الدماغية كان الأساس الأكبر الذي حقق هذه الفروق وثبت بالقطع بأن المخ لا يعمل على أساس وظائف مستقلة ترتبط بمراكز معينة ولا يعمل كاستجابة أو رد فعل معين ولكنه يعمل في إطار من الاتساق والترابط والفاعلية أي يعمل ككل كمركب واحد في تنظيم الحركات الإرادية لجميع العمليات كالعقد العصبية القاعدية ومهاد المخ والتي لها ارتباط مع الانعكاسات الاسترشادية بتدوير الرأس وتحريك العينين مع المثيرات السمعية البصرية مع المخيخ لتدعيم الذاكرة العاملة البصرية المكانية بحد يفوق اللاتناظر الوظيفي ليعزز توازن السيطرة الدماغية الوظائف السيكولوجية والفيسيولوجية في تنظيم التيارات العصبية المؤدية إلي النشاط الحركي والأوضاع الحركية المختلفة التي يتخذها الجسم أثناء الوضعية المرادة لرد الفعل المطلوب تجاوباً مع طبيعة الموقف وبالتالي المساهمة الكبيرة في فروق الأداء الإنقادي لمنقذي الحياة علي المياه لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) لما تميزوا به من إبداع متشعب وغير محدد وتديلاً للنسب المئوية في معدلات التغير التي جاءت في جدول (59) بين القياسات القبلية والبعديّة بأعلى نسب مئوية لمعدلات التغير .

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من " ميرري كسيل غارسيا Meritxell García " (2021) (54) ودراسة "جوناثون ويبير Jonathon Webber" (2021) (45) ودراسة "هبة أبو جرادة Hiba Abujaradeh" (2021) (37) .

ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول (61/60) يتم الاجابة علي التساؤل الثالث عشر من تساؤلات البحث حول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي 0.05 بين متوسطات القياسات البعديّة لأفراد المجموعات التجريبية الثلاثة وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية (النمط الأيمن/النمط الأيسر/النمط المتكامل) (عينة البحث) للبرنامج التدريبي المقترح القائم علي النظام الإلكتروني لمتغير

اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاضي (قيد البحث)، ولصالح المجموعة التجريبية الثانية لمنقذي الحياة علي المياه لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) .

جدول (٦٢)

حجم الأثر بين القياسات البعدية

للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن

للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياة علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية

(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) (عينة البحث) علي متغير اليقظة العقلية ومكوناته

(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاضي (قيد البحث) (ن=١ ن=٢ ن=٣=١٢)

اتجاه	حجم الأثر	النمط الأيمن	النمط المتوازن	النمط الأيسر	وحدة القياس	المتغيرات
المجموعة التجريبية	ايتا ٢	متوسط القياس البعدي	متوسط القياس البعدي	متوسط القياس البعدي		
الثانية	٠.٢٩	٠.٦١٦٧	٠.٤١٤٣	٠.٥٩٥٠	متر	مكونات الإدراكي
الثانية	٠.٧١	٤٢	٥٤.٩١٦٦	٤٧.٨٣٣٣	سم	استدامة توزيع الانتباه
الثانية	٠.٣٨	٦.٢٦٨٨	٩.٠٨٧٠	٦.٤٢٧٩	عدد	تركيز الانتباه
الثانية	٠.٣٦	٥٦٤.٠٧٦	١٣١٠.٨٩٨	٦٥٦.٥٨٠	عدد	قدرة اليقظة العقلية
الثانية	٠.٤٣	٣٦٠.٣٣٣	٣٨٠.٩١٦	٣٥٩.٥٨٣	سم	مقياس الأداء الإنقاضي

يتضح من الجدول (٦٢) والذي يشير إلي حجم الأثر بين القياسات البعدية للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياة علي المياه وفقا لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) (عينة البحث) علي متغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاضي (قيد البحث) بأن حجم الأثر عالي وفقاً لمعامل ايتا ٢ وفي اتجاه المجموعة الثانية لنمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل)

ويعزو الباحث هذه التقديرات لمعامل ايتا ٢ وهو حجم الأثر للمجموعات التجريبية الثلاث المستقلة والذي صيغة معاملاته بأن (٠.٠١) بمستوي صغير و (٠.٠٦) بمستوي متوسط و (٠.١٤) فأكثر بمستوي عالي يدل علي الفروق الواضحة بين الاستجابة الفعلية للبرنامج التدريبي للمجموعات التجريبية الثلاث في القياسات البعدية بل يبرهن علي تفوق المجموعة التجريبية الثانية لنمط السيطرة الدماغية

المتوازن(المتكامل) في المتغيرات(قيد البحث) والتي بلغت في مكونات اليقظة العقلية من متغيرات(تحمل العبء الإدراكي/استدامة توزيع الانتباه/ تركيز الانتباه)(٠.٢٩/٠.٧١/٠.٣٨) , بينما جاءت في قدرة اليقظة العقلية بقيمة(٠.٣٦) , وجاءت في الأداء الإنفاذي بقيمة(٠.٤٣) وهي نسبة عالية للمجموعة الثانية لنمط السيطرة الدماغية المتوازن(المتكامل) مقارنة بالمجموعتين الأولى والثالثة لنمط السيطرة الدماغية(الأيسر/الأيمن) فالمجموعة الثانية من نمط السيطرة الدماغية المتوازن(المتكامل) استطاعة الاستفادة من توازن قدرات الفصين معاً الأيسر والأيمن في تناغم تام لتعويض ضعف العمليات الحسية والإدراكية في أي منهما علي حده وبالتالي كانت الفروق عالية التأثير بينهم في القياسات البعدية , حيث استفادة المجموعة الثانية من رسائل كيميائية تربط المعلومات بالذاكرة بتحويل المعلومات التي يستقبلها الدماغ الى أشكال مناسبة للمعالجة العقلية لتنظيم التعامل والتحكم في الإشارات العصبية الحسية والتحكم والاستجابة لها بسرعة وترجمتها وفقاً للعمليات العقلية العليا وفي مقدمتها اليقظة العقلية إلي إشارات عصبية تنتقل فيها الأوامر من المراكز العليا في المخ لتحدث ترابط للجهة اليسرى بالجهة اليمنى للدماغ لتؤدي الي إحداث تغيير في بيئة وبنية الجسم الداخلية توافقاً مع البيئة الخارجية وخاصة مع الأداء الإنفاذي في الحالات الطارئة والانفعالية ليستقبل الجهاز الانفعالي المعطيات الحسية من خلال الحواس ثم يرسلها الى مسار سريع عبر الاميجدالا اذا كانت المعلومات تحمل في طياتها تهديداً, او يقوم بإرسالها الى الهيبيوكامبوس لتحليلها والتفكير فيها في القشرة الدماغية

لقد أثارت الدراسات النفسية والفسولوجية-التشريحية للدماغ وبخاصة ما يتعلق بظاهرة السيطرة الدماغية تساؤلات وجدلاً بين علماء النفس والتربية حول كيفية الاستفادة من نتائج تلك الدراسات في تطوير القدرات العقلية للإنسان وتطويعها في المجالات المختلفة , وبخاصة القدرات العقلية العليا التي تشكل العمود الفقري لبعض المهن الأساسية التي لا يستقيم العمل من دونها بل وتشكل خطورة كبيرة في حالة نقصانها وعلي رأسها عمل منقذ الحياة علي المياه الذي يعتمد في المقام الأول علي اليقظة العقلية .

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من " كاميرون أغز Cameron Aggs " (٢٠١٨)(٢٣) ودراسة " جون إي ديتون John E. Deaton " (٢٠٢١)(٤٤) ودراسة" مايكل إي هارير Michael E. Harrer" (٢٠١٨)(58) .

ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول(٦٢) يتم الاجابة علي التساؤل الرابع عشر من تساؤلات البحث حول حجم الأثر بين القياسات البعدية للبرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في(النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن)(عينة البحث) لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنفاذي(قيد البحث) , ولصالح المجموعة

التجريبية الثانية من نمط السيطرة الدماغية المتوازن (المتكامل) .

جدول (٦٣)

مصفوفة الارتباط للمجموعة التجريبية الاولى

لمنقذي الحياه علي المياه للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية(عينة البحث)

الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغير اليقظة العقلية

ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاضي(قيد البحث)(ن=١٢)

م	المتغيرات	وحدة القياس	١	٢	٣	٤	٥
١	تحمل العبء الإدراكي	درجة	-				
٢	استدامة توزيع الانتباه	درجة	-٠.٧٢٧	-			
٣	تركيز الانتباه	درجة	-٠.٨٧٢	٠.٦٠٩			
٤	قدرة اليقظة العقلية	درجة	-٠.٧٦٥	٠.٧٣٥	0.972		
٥	مقياس الأداء الإنقاضي	درجة	-٠.٦٤١	٠.٥٩٧	0.5٨١	0.694	-

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي(٠.٠٥)=٠.٥٧٦

يتضح من الجدول (٦٣) والذي يشير إلي مصفوفة الارتباط للمجموعة التجريبية الاولى لمنقذي الحياه علي المياه للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية(عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغيرات(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) كمكون لليقظة العقلية والأداء الإنقاضي(قيد البحث) ما يلي :-

- يوجد ارتباط دال سالب عكسي بين اختبار(تحمل العبء الإدراكي) من جهة وبين اختبار(استدامة توزيع الانتباه/تركيز الانتباه/قدرة اليقظة العقلية/مقياس الأداء الإنقاضي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب(-٠.٧٢٧/-٠.٨٧٢/-٠.٧٦٥/-٠.٦٤١) وجميعها دالة .
- يوجد ارتباط دال موجب طردي بين اختبار(استدامة توزيع الانتباه) من جهة وبين اختبار(تركيز الانتباه/قدرة اليقظة العقلية/مقياس الأداء الإنقاضي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب(٠.٥٩٧/٠.٧٣٥/٠.٦٠٩) وجميعها دالة .
- يوجد ارتباط دال موجب طردي بين اختبار(تركيز الانتباه) من جهة وبين اختبار(قدرة اليقظة العقلية / مقياس الأداء الإنقاضي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب(٠.٥٨١/٠.٩٧٢) وجميعها دالة .
- يوجد ارتباط دال موجب طردي بين اختبار(قدرة اليقظة العقلية) من جهة وبين اختبار(مقياس

الأداء الإنقاضي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب (0.694) وجميعها دالة .

جدول (٦٤)

مصفوفة الارتباط للمجموعة التجريبية الثانية

لمنفذي الحياه علي المياه للنمط المتوازن(المتكامل) من السيطرة الدماغية(عينة البحث)
الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغير اليقظة العقلية
ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنقاضي(قيد البحث)(ن=١٢)

م	المتغيرات	وحدة القياس	١	٢	٣	٤	٥
١	تحمل العبء الإدراكي	درجة	-				
٢	استدامة توزيع الانتباه	درجة	٠.٨٨٧-	-			
٣	تركيز الانتباه	درجة	٠.٩٦٤-	٠.٨٣٧	-		
٤	قدرة اليقظة العقلية	درجة	٠.٩٤٧-	٠.٩٥٨	0.917	-	
٥	مقياس الأداء الإنقاضي	درجة	٠.٦٧١-	٠.٦٤٢	0.642	٠.٨١٥	-

قيمة(ر) الجدولية عند مستوي(0.05)=0.576

ينضح من الجدول(٦٤) والذي يشير إلي مصفوفة الارتباط للمجموعة التجريبية الثانية لمنفذي الحياه علي المياه للنمط المتوازن(المتكامل) من السيطرة الدماغية(عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغيرات(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) كميون لليقظة العقلية والأداء الإنقاضي(قيد البحث) ما يلي :-

- يوجد ارتباط دال سالب عكسي بين اختبار(تحمل العبء الإدراكي) من جهة وبين اختبار(استدامة توزيع الانتباه/تركيز الانتباه/قدرة اليقظة العقلية/مقياس الأداء الإنقاضي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب(-/0.887/0.964-/0.947/0.671) وجميعها دالة .

- يوجد ارتباط دال موجب طردي بين اختبار(استدامة توزيع الانتباه) من جهة وبين اختبار(تركيز الانتباه/قدرة اليقظة العقلية/مقياس الأداء الإنقاضي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب(0.837/0.958/0.642) وجميعها دالة .

- يوجد ارتباط دال موجب طردي بين اختبار(تركيز الانتباه) من جهة وبين اختبار(قدرة اليقظة العقلية/مقياس الأداء الإنقاضي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب(0.917/0.642) وجميعها دالة .

- يوجد ارتباط دال موجب طردي بين اختبار(قدرة اليقظة العقلية) من جهة وبين اختبار(مقياس

الأداء الإنفاذي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب (٠.٨١٥) وهي دالة .

جدول (٦٥)

مصفوفة الارتباط للمجموعة التجريبية الاولى

لمنقذي الحياه علي المياه للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية(عينة البحث)

الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغير اليقظة العقلية

ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) والأداء الإنفاذي(قيد البحث)(ن=١٢)

م	المتغيرات	وحدة القياس	١	٢	٣	٤	٥
١	تحمل العبء الإدراكي	درجة	-				
٢	استدامة توزيع الانتباه	درجة	٠.٥٨٧-	-			
٣	تركيز الانتباه	درجة	٠.٧٦٤-	٠.٦٣٧	-		
٤	قدرة اليقظة العقلية	درجة	٠.٧٤٧-	٠.٦٠٨	0.٧17	-	
٥	مقياس الأداء الإنفاذي	درجة	٠.٥٧١-	٠.٦٤٢	0.571	0.681	-

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي(٠.٠٥)=٠.٥٧٦

يتضح من الجدول(٦٥) والذي يشير إلي مصفوفة الارتباط للمجموعة التجريبية الاولى لمنقذي الحياه علي المياه للنمط الأيسر من السيطرة الدماغية(عينة البحث) الخاضعين للبرنامج التدريبي وفقا للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن في متغيرات(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) كمكون لليقظة العقلية والأداء الإنفاذي(قيد البحث) ما يلي :-

- يوجد ارتباط دال سالب عكسي بين اختبار(تحمل العبء الإدراكي) من جهة وبين اختبار(استدامة توزيع الانتباه/تركيز الانتباه/قدرة اليقظة العقلية/مقياس الأداء الإنفاذي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب(-/٠.٥٨٧-/٠.٧٦٤-/٠.٧٤٧-/٠.٥٧١) وجميعها دالة .

- يوجد ارتباط دال موجب طردي بين اختبار(استدامة توزيع الانتباه) من جهة وبين اختبار(تركيز الانتباه/قدرة اليقظة العقلية/مقياس الأداء الإنفاذي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب(٠.٦٣٧/٠.٦٠٨/٠.٦٤٢) وجميعها دالة .

- يوجد ارتباط دال موجب طردي بين اختبار(تركيز الانتباه) من جهة وبين اختبار(قدرة اليقظة العقلية/

مقياس الأداء الإنفاذي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب(٠.٧١٧/٠.٥٧١) وجميعها دالة .

- يوجد ارتباط دال موجب طردي بين اختبار(قدرة اليقظة العقلية) من جهة وبين اختبار(مقياس

الأداء الإنفاذي) من جهة أخرى حيث بلغت معدلات الارتباط علي الترتيب (0.681) وهي دالة . ويعزو الباحث هذه العلاقات الارتباطية لليقظة العقلية ومكوناتها والأداء الإنفاذي(قيد البحث) للمجموعات التجريبية الثلاث لأنماط السيطرة الدماغية(الأسر/المتوازن/المتكامل) إلي تتاغم متغيرات البحث باعتبارها مصفوفة واحدة تؤثر وتتأثر فيما بينها وأن جميعها تكون حلقة واحدة علي الرغم من تباين هذه الارتباطات واختلاف نسبة ارتباطها فيما بينها وبالأخص لمنقذي الحياة من نمط السيطرة المتوازي(المتكامل) فكانت أعلى نسب للارتباط فيما بينها أكثر من المجموعة الأولى لنمط السيطرة الدماغية الأسر وأكثر من المجموعة الثالثة من نمط السيطرة الدماغية الأيمن وجميعهم يبرهنون بما لا يدعي مجال للشك بأن البرنامج التدريبي لليقظة العقلية للنظام الإلكتروني المصمم والمقنن كان متوافقاً لمجموعات البحث الثلاث وجاء نسب الارتباط متباينة لاختلاف انماط التفكير في قدرتها علي التجاوب لمتطلبات المتغيرات والتي ترتبط بالإحساس الزماني والمكاني للاستجابة للحظة للمنقذ والتي ترتبط بالقدرة علي سرعة ترجمة المثير البصري والسمعي في المخ وتكوين الاستجابة المناسبة للجسم في الأداء المطلوب منه لأن المثير البصري والسمعي للمنقذ يقوم علي العمليات المعرفية من خلال أعمال الفكر والذاكرة فهي بذلك تسهل تذكر المعلومات المتضمنة بها واستقبالها لفترة طويلة وكلما كانت المعلومات أو البيانات غير واضحة أو غير مكتملة أو مشوشة بأي درجة فإن درجة الاستجابة في هذه الحالة تكون أقل مما هو متوقع مما يشكل خطر بالغ علي أمن وسلامة المترددين ويجعلهم عرضة للغرق وبالأخص في حالات الغرق التي تعد من أعقد الاستجابات باعتبارها تمارس تحت ضغط , كما شكل البرنامج التدريبي لليقظة العقلية تعزيز دور الاحساسات العضلية المطلوبة تدريجياً بالمشاركة مع الحوافز الواردة عن طريق حاسة اللمس والتوازن الحسي والحركي ففي البداية كان الاحساس الحركي غير واضح ومختل وغير كامل ، لذ ساهم البرنامج علي تكوين وتكامل التوقيت السليم للحركة فلحركة توقيت مكاني بجانب التوقيت الزماني والحركي , فجميع القدرات المتعلقة بالأداء الإنفاذي تؤدي من خلال اليقظة العقلية ومكوناتها بل تعد البوابة الأساسية لتعزيز مهام الأداء الإنفاذي من مجابهة القلق وتعزيز السمات الحسية والإدراكية وقدرات الذاتية ومهنيه خاصة تمارس بنوع من مرونة وتحدي وعلي العكس فالابتعاد عن اليقظة العقلية وتدريبها يعطي تشنت للذهن والعقل وينحي كل مهام المنقذ الأخرى دون استغلال ويصبغ علي المنقذ صبغة اللامبالاة ويعرض المترددين للغرق المؤكد وبالتالي كان الارتباط الدال مع كل المتغيرات الأخرى بالإيجاب أو السلب نتيجة حتمية لفاعلية البرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن بدقة لليقظة العقلية ومكوناته(تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه .

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من" نيلسون اولي ندوبيسي Nelson Oly Ndubisi

"(2021)(61)دراسة " إميلي أنثيس Emily Anthes"(2017)(31)دراسة " جيمس كارمودي

James Carmody (٢٠١٨) (41) .

ومن خلال عرض وتفسير ومناقشة جدول (٦٣/٦٤/٦٥) يتم الاجابة علي التساؤل الخامس عشر من تساؤلات البحث حول وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين اليقظة العقلية ومكوناتها تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه (قيد البحث) للمجموعات التجريبية الثلاثة في أنماط السيطرة الدماغية (النمط الأيمن/النمط الأيسر/النمط المتكامل) من جهة وبين الأداء الإنقادي لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا (عينة البحث) من جهة أخرى أما نوعها فهي الارتباط الدال الموجب الطردي مع جميع المتغيرات بينما الارتباط الدال العكسي مع متغير تحمل العبء الإدراكي .

الاستنتاجات والتوصيات :

أولاً : الاستنتاجات : في حدود عينة البحث والأدوات المستخدمة وفي حدود النتائج التي توصل إليها

الباحث وعلي ضوء مناقشتها :

١- التوصل إلي تباين الفروق لأنواع أنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

٢- التوصل إلي نظام إلكتروني مقنن لليقظة العقلية إعتماًداً علي مكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (قيد البحث) ووفقاً لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

٣- التوصل إلي بناء اختبار معياري لقياس اليقظة العقلية إعتماًداً علي مكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (قيد البحث) وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا يحقق الشروط والمعايير العلمية .

٤- إمكانية الوصول إلي معادلة القيمة التنبؤية باليقظة العقلية في ضوء مساهمة مكوناتها (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (قيد البحث) ووفقاً لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

٥- إمكانية بناء ووضع مستويات معيارية لتقييم اليقظة العقلية ومكوناتها (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا

٦- بناء مقياس للأداء الإنقادي لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

٧- إمكانية الوصول إلي التنبؤ بالأداء الإنقادي ووضع معادلة تنبؤية في ضوء مساهمة اليقظة العقلية ومكوناتها (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) (قيد البحث) وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

- ٨- فاعلية البرنامج التدريبي القائم علي النظام الإلكتروني المصمم والمقنن للمجموعات التجريبية الثلاث لمنقذي الحياه علي المياه وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية المتمثل في (النمط الأيسر/النمط المتوازن/النمط الأيمن) (عينة البحث) لمتغير اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) علي الأداء الإنقاذي (قيد البحث)
- ٩- التوصل لدلالة الفروق للقياسات القبليّة والبعدية ونسب التغير المئوية والكسب المعدل لبلاك لكل مجموعة من مجموعات البحث التجريبية الثلاث وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا
- ١٠- تحديد تباين الفروق وحجم الأثر للقياسات البعدية لمجموعات البحث التجريبية الثلاث وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا
- ١١- التوصل إلي العلاقات الارتباطية لجميع المتغيرات (قيد البحث) مع إيضاح نوعية العلاقات الارتباطية لمجموعات البحث التجريبية الثلاث وفقاً لأنماط السيطرة الدماغية (الأيسر/المتوازن/الأيمن) لمنقذي الحياه علي المياه بمحافظة المنيا .

ثانياً : التوصيات :

- في ضوء أهداف البحث وبناءً علي ما أسفرت عليه نتائج البحث وفي حدود العينات المختارة يقوم الباحث بالتوصيات التالية :-
- ١- ضرورة الاستعانة باختبار اليقظة العقلية ومكوناته (تحمل العبء الإدراكي واستدامة توزيع الانتباه وتركيزه) بمستوياته المعيارية كدليل حسي وإدراكي استرشادي لانتقاء المنقذين العاملين بحمامات السباحة بمحافظة المنيا .
- ٢- ضرورة الاهتمام باليقظة العقلية علي مستوى عالي باعتبارها إحدى الركائز الأولى والأساسية في عمل المنقذ ثم يأتي من بعدها المكونات الفنية والبدنية للمنقذ .
- ٣- أهمية الاعتماد علي أنماط التفكير للسيطرة الدماغية المختلفة والوقوف عليها لدراساتها كعمل مهني ووظيفي بالمؤسسات الرياضية .
- ٤- ضرورة الأخذ بتطويع تكنولوجيا المستخلصة من الهيئات المختصة بمجال السباحة والإنقاذ ككليات التربية الرياضية والاتحادات الحكومية المختصة والاتحادات الخاصة كاتحاد الغوص والإنقاذ .
- ٥- وضع منهاج علمي ككتب استرشادي لمنقذي الحياه علي المياه لفئة المسابح يتضمن الدليل الحسي والإدراكي للمنقذين كإحدى النماذج التي تدرس للمنقذين في الاتحادات والأكاديميات المعترف بها .

المراجع العربية

- ١- أحمد السيد عبد السلام : أنماط السيطرة الدماغية وعلاقتها ببعض المهارات النفسية لدى حكام رياضه الكاراتيه , مجلة كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة جامعة بنها , المجلد(٢٤) الجزء العاشر (ديسمبر) ٢٠١٩ م .
- ٢- حيدر معن إبراهيم : اليقظة العقلية والمعتقدات المعرفية وكيفية قياسها , دار أمجد للنشر والتوزيع , الطبعة الأولى , العراق ٢٠١٩ م .
- ٣- زهرية عبد الحق : السيطرة الدماغية وعلاقتها بالتفكير الإبداعي لدى طلبة الجامعات في الأردن , المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد 11 ، عدد ٢ 2015 م . 239- 254 .
- ٤- سامي صالح العرجان , فاطمة عبد الله الشخي : اليقظة الذهنية - دليلك خطوة خطوة نحو حياة أكثر سعادة , دار الفكر , الطبعة الأولى , المملكة الأردنية الهاشمية ٢٠٢١ م .
- ٥- سحر مصطفى البب : أثر برنامج تدريبي مقترح لتنمية تركيز الانتباه في تلاميذ بأعمار ١٠/١٢ سنة خلال درس التربية الرياضية رسالة ماجستير غير منشورة , كلية التربية الرياضية , جامعة تشرين سوريا ٢٠٢١ م .
- ٦- عادل حسنين النمورى , عبد الحميد بن عبد الله الأمير : " تأثير برنامج مقترح لتحسين بعض الصفات البدنية والمهارية الخاصة لمنقذي أحواض السباحة " , بحث منشور , المؤتمر الدولي الأول للتربية البدنية والرياضة والصحة , كلية التربية الرياضية بقسم التربية البدنية والرياضة , كلية التربية الأساسية , جامعة الكويت , من ١-٣ إبريل ٢٠٠٨ م .
- ٧- قاسم حسن الصميدعي : الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي , الطبعة الأولى , مطبعة أربيل , العراق ٢٠١١ م .
- ٨- محمد إسماعيل سيد حميدة : فعالية برنامج قائم على اليقظة الذهنية في تنمية التدفق النفسي وأثره على السعادة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية(دراسة تنبؤية تجريبية) , مجلة الإرشاد النفسي والصحة النفسية , كلية التربية جامعة عين شمس , العدد 41 , ج 2 , يناير ٢٠٢٠ م
- ٩- محمد الصافي عبدالكريم : فاعلية التدريب علي اليقظة العقلية كمدخل سلوكي جدلي في تحسين الاتجاه نحو الحياه وخفض أعراض اضطراب لشخصية , مجلة الإرشاد النفسي , كلية التربية جامعة الإسكندرية , العدد 60 , ج 1 , ديسمبر ٢٠١٩ .
- ١٠- محمد حسن علاوي , محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي , دار الفكر العربي , القاهرة 2008م .
- ١١- محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية الرياضية والبدنية , الجزء الأول , ط٦ , دار الفكر العربي , ٢٠٠٤ م .

١٢- محمد فتحي الكرذاني : إنقاذ الغرقى , دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر , الإسكندرية ٢٠٠٩م .

المراجع الأجنبية

- 13- Aherne, C., Moran, A., & Lonsdale, C. (2011). The effect of mindfulness training on athletes, flow: An initial investigation. *Sport Psychologist*, 25, PP 77-189.
- 14- Alejandra Alonso-CalveteAntón Lage-Rey : Does a short intervention with vibration foam roller recover lifeguards better after a water rescue? A pilot study, *The American Journal of Emergency Medicine*, Volume 49, November 2021, Pages 71-75.
- 15- Alison Pepperd, Christina Congleton: *Mindfulness – Emotional Intelligence Series*, UK, Oxford2020
- 16- Allen, T., & Kiburz, K. (2021) Trait mindfulness and work-family balance among working parents: The mediating effects of vitality and sleep quality. *Journal of Vocational Behavior*, 80(2), 372-379.
- 17- Amber Choo; Aaron May : Virtual mindfulness meditation: Virtual reality and electroencephalography for Beach lifeguard, *Journal of Sport and Social Issues*, vol. 38, 4: pp. 366-389. , 2021 .
- 18- Anand N. Asthana : Biobehavioral Mechanisms of Mindfulness Ingredients as a Treatment for Chronic Stress: An RDoC Perspective, *The International Journal of Management Education*, Volume 19, Issue 3, November 2021, 100548 .
- 19- Anat Meir Daniel Hartmann Avinoam Borowsky: Examining lifeguards' sensory and perceptual abilities to anticipate surf hazard instigators – An exploratory study *Safety Science* Volume 143, November 2021, 105421 pp. 314-321.
- 20- Anish Gupta; Zahran Mhaskar : Prefrontal Cortical Activation While Doing Mindfulness Task: a Pilot Functional Near-Infrared Spectroscopy Study, ٢٠٢٠، ٤٢nd Annual International Conference of the IEEE

- Engineering in Medicine & Biology Society (EMBC) .
- 21- Bergen-Cico, D & Cheon, S. (2013). The Mediating Effects of Mindfulness and Self-Compassion on Trait Anxiety. Science+Business Media New York, PP1-15.
- 22- Beth Rieken ; Mark Schar ; An exploration of the relationship between mindfulness, academic skills, and professional skills, Emergency Medicine Australasia Volume ٣٣, Issue ٣ ٢٠٢١
- 23- Cameron Aggs, Matthew Bambling: Examination of a pilot intervention program to change lifeguard supervision behaviour at Australian public swimming pools, Australian Journal of Career Development, vol. ٣٠, ١: pp. ٤٢-٣٣. , First Published March ٢٤, ٢٠٢١.
- 24- Charles W. Finkl,: Encyclopedia of Coastal Science, Series of Aqua Sciences lifeguard, 2021 PP 741-747 .
- 25- Clevenger, W., Gawrysiak, M., Anderson, S. & Stuart, G. (2016). The relationship between dispositional mindfulness, borderline personality features, and suicidal ideation in a sample of women in residential substance use treatment. Psychiatry Research, 238, 122-1280
- 26- Cristian Abelairas-Gómez, Candela GómezS-González : visual search patterns, detection rates and the influence of Visual memory experience , Applied Cognitive Psychology Volume 32, Issue 1 First published: 26 October 2021 .
- 27- Cristina Del-Real Antonio M. Díaz-Fernández : Environment understanding, signage perception and safety education in Biscay beachgoers under the view of lifeguards, The American Journal of Emergency Medicine Volume 38, Issue 10, October 2020, Pages 2019-2027.
- 28- Deane E. Aikins Douglas C. Johnson : Thought suppression failures in combat PTSD: A cognitive load hypothesis, Behaviour Research and Therapy S, Volume 65, May 2021, Pages 237-247.

- 29- Duncan Guest, Christina J. : Visual search for drowning swimmers: Investigating the impact of lifeguarding experience , Applied Cognitive Psychology Volume ٣٠, Issue ١ First published: ٢٤ October ٢٠٢٠ .
- 30- Elise N. Griswold; Daniel J. Klionsky: Lifeguard Final Exam— Encouraging the Use of Active Learning, Journal of Microbiology & Biology Education.2015 [1935–7885] .
- 31- Emily Anthes, W. Andrew Harrell W. Andrew Harrell: The Motivated and Mindful Perceiver: Relationships Among Motivated Perception, Mindfulness, and Self-Regulation, Journal of Molecular behavioral Sciences , Vol. 21, No. 2, (May/June 2021), pp. 46–53 .
- 32- Ernest J. Barthélemy Nqobile S. Thango : Lifeguards and Physically Risky Prosocial Groups: A comparison based on personality theory, International Journal of Selection and Assessment Volume 20, Issue 2 First published: 17 May 2021 .
- 33- Felisa M. Cordova: Design of a Decision-making Tool to Identify Cross-correlation Brain Dominances. Procedia Computer Science, Volume 91, 2021, Pages 65–74.
- 34- Gamboa-Tuz, Samuel D. et al. : Measured occupational solar UVR exposures of lifeguards in pool settings, American Journal of Industrial Medicine Volume 52, Issue 8 First published: 01 July 2020
- 35- H.D.Christopher Mccurry P : Help je kind met mindfulness angst te overwinnen : Opvoeden met aandacht en acceptatie, Pronto, Canada (2020) PP323–333 .
- 36- Heather Taylor, Clara Strauss :The Effects of Internet-Delivered Mindfulness Ingredients Training on Stress, Coping, and Mindfulness in University Students, Clinical Psychology Review , Available online 30 August 2021, 102078 .
- 37- Hiba Abujaradeh, Pushpa Viswanathan : Trait Mindfulness and Mindfulness Practices in Adolescents with Type 1 Diabetes: Descriptive

- and Comparative Study, Journal of Pediatric Health Care Available online 5 September 2021.
- 38– HuihuiWang^aMengchengWang:Which comes first? Modeling the longitudinal association between mindfulness and neuroticism , Personality and Individual Differences27 August 2021
- 39– Iris Güldenpenning,Wilfried Kunde, Matthias Weigelt, : Cognitive load reduces interference by head fakes in basketball, Acta PsychologicaVolume 203, February 2020, pp634–653 .
- 40– Jack Brockman: Does Supervision by a Lifeguard Make a Difference in Rule Violations? Effects of Lifeguards' Scanning, Psychological Reports, vol. 89, 2: pp. 327–330. , First Published Oct 1, 2020.
- 41– James Carmody, Ruth A. Baer, Emily L. B. Lykins, Nicholas Olendzki: The effect of mindful attention training for modulation Career path : Exploring the mindfulness, Journal of behavioral Psychology Volume 65, Issue 6 First published: 06 March 2021
- 42– Jeffrey S. Kreutzer, John DeLuca: Encyclopedia of Clinical Neuropsychology, Neurosurgery, and Psychiatry Virginia Commonwealth University – Medical Center 2021, PP247–251.
- 43– Jenny Page, Victoria Bates, Geoff Long, : Beach lifeguards: visual search patterns, detection rates and the influence of experience, Journal of Rail and Rapid Transit, vol. 215, 3: pp. 217–230. , First Published May 1, 2021.
- 44– John E. Deaton : Lifeguard Visionary Software. 2021 S.W. Vermont, Suite a Portland, Ergonomics in Design, vol. 2, 1: pp. 39–40. , First Published Jan 1, 2021.
- 45– Jonathon Webber, Kevin Moran, David Cumin: Paediatric cardiopulmonary resuscitation: Knowledge and perceptions of surf lifeguards, Journal of Paediatrics and Child HealthVolume 55, Issue 2 First published: 26 June 2018 .

- 46- K Keerthana; R Yamini; N Dhesigan; Lifeguards' Vigilance: Effects of Child-Adult Ratio and Lifeguard Positioning on Scanning by Lifeguards, Psychological Reports, vol. ٨٤, ١: pp. ١٩٧-١٩٣. , First Published Feb ١, ٢٠٢٠ .
- 47- K. Montgomery;C. Mundt: Lifeguard-a personal physiological monitor for extreme environments,The 26th Annual International Conference of the IEEE Engineering in Medicine and Biology Society, New York 2021.
- 48- K.C. Scott-Brown, P.D.J. Cronin : Detect the unexpected : The science of visual observation of beaches (a case study) , Policing: An International Journa , ISSN: 1363-951X Publication date: 20 January 2021
- 49- Kasper Adelborg, Christian Dalgas: The Effect Visual Training of Lifeguard Experience upon the Detection of Drowning Victims in a Realistic Dynamic Visual Search Task , Ophthalmic and Physiological Optics Volume 31, Issue 3 First published 16 March 20٢١ .
- 50- Kemal Özgen Berna, Tataroğlu Hüseyin Alkan : An examination of brain dominance and learning styles of pre-service mathematics teachers , Procedia – Social and Behavioral Sciences Volume 15, 2021, Pages 743-750 .
- 51- Lindsey K. Lanagan – Letzel Emily Scow : Perceptual Challenges of Visual Surveillance in Lifeguarding , Journal of Coastal Research, Vol. 35, No. 4 (July 2015), pp. 776-783.
- 52- Marta Modrego-Alarcón, Yolanda López-del-Hoyo : Efficacy of Ingredients amindfulness-based programme with and without virtual reality support to reduce stress in university students: A randomized controlled trial, Behaviour Research and Therapy Volume 142, July 2021, pp103-108
- 53- Mary W. Silver, John M. Colford,: Organisational Citizenship Behaviour of MBA students: The role of mindfulness and resilience , The

International Journal of Management Education 19 August 2021 Pages
123–151

- 54– Meritxell García–Quintanilla et al. : Gaze behaviour of experienced and novice beach lifeguards – An exploratory in situ study, Scientific American Mind, Vol. 21, No. 2, SPECIAL ISSUE: MALE VS. FEMALE BRAINS (May/June 2010), pp1641–1671.
- 55– Merve Oflaz : The effect of right and left brain dominance in language learning, Procardia – Social and Behavioral Sciences, Volume 15, 2021, Pages 1507–1513 .
- 56– MerveOflaz : The effect of right and left brain dominance in language learning, Procardia – Social and Behavioral Sciences, Volume 15, 2021, Pages 1507–1513 .
- 57– Michael Butson, John Tower, Eric C Schwarz : Lifeguard turnover in aquatic and recreation centres: Perspectives from managers, Australian Journal of Career Development, vol. 30, 1: pp. 33–42. , First Published March 24, 2021.
- 58– Michael E. Harrer : a program Mindfulness and the mindful therapist: possible contributions to hypnosis and hospitalization I have rugby players, Personality and Individual Differences Volume 184, January 2021, 111185 .
- 59– Michiel van Vreeswijk, Jenny Broersen : Mindfulness en schematherapie, Antwerp, Belgium 2021 PP323–333 .
- 60– Mingrui Zeng;Shyhnan Liou : The Efficacy of a Virtual Reality–Based Mindfulness Intervention , 2020 IEEE International Conference on Artificial Intelligence and Virtual Reality (AIVR) 2021.
- 61– Nelson Oly Ndubisi, : Organizational mindfulness, mindful organizing, and sustaining awareness and resource sustainability Beach lifeguards, Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society Annual Meeting, vol. 39, 14: pp. 933. , First Published Oct 1, 2021.

- 62- P. van Burken T.C. de Boer G. Browne : Mindfulness en fysiotherapie , USA , Virginia 2017 PP122-127 .
- 63- Padmasiri de Silva : Mindfulness-based Emotion Focused Counselling, Monash University Melbourne, VIC, Australia 2021 PP 447-502
- 64- Rebecca T. Schofield; Grant A. Wilde; Potential Field Implementation for Move-to-Victim Behavior for a Lifeguard Assistant Unmanned Surface Vehicle, 2018 IEEE International Symposium on Safety, Security, and Rescue Robotics (SSRR) Year: 2018 .
- 65- Ritchie, T. D & Bryant, F. B. (2012). Positive state mindfulness: a multidimensional model of mindfulness in relation to positive experience .International Journal of Wellbeing , Organizational Behavior and Human Decision Processes Volume 167, November 2021, Pages 189-205
- 66- Roberto Aristegui, Javier Garcia Campayo, Patricio Barriga, : Relational Mindfulness, Fundamentals and Applications, Palisades Park, NJ, USA 2021 PP 271-281
- 67- Sayyed Mohsen Fatemi : Critical Mindfulness, Exploring Langerian Models , Department of Psychology, Harvard University , Cambridge, MA USA 2021.
- 68- Shun-Yuan Cheng; Xiaobin Wu; Health training APP design: A comprehensive model of mindfulness feedback system, Journal of Safety Research, Volume 38, Issue 3, 2020, Pages 372-367
- 69- Sieroff. Eric (2004): La Neuropsychologie, Approche Cognitive des Syndromes Cliniques, éd Colin, Paris,
- 70- Sungjin Im, Julie Stavas Gideon Caplovitz : Effects of Mindfulness Ingredients-Based Stress Reduction on Psychological Symptoms and Telomere Length: A Randomized Active-Controlled Trial, Volume 84, March 2021, 101972 .
- 71- Victoria Laxton, David Crundall : The Effect of Lifeguard Experience

- upon the Detection of Drowning Victims in a Realistic Dynamic Visual Search Task , The International Journal of Aquatic Research and Education, 2021, PP 203–214.
- 72– Virgil Zeigler–Hill, Todd K. Shackelford: Encyclopedia of Personality and Individual Differences, Oakland University Virginia United States2020, PP516–519.
- 73– Virgil Zeigler–Hill, Todd K. Shackelford: Encyclopedia of Personality and Individual Differences, Oakland University Virginia United States2020, PP516–519.
- 74– W. Andrew Harrell : Lifeguards' Vigilance: Effects of Child–Adult Ratio and Lifeguard Positioning on Scanning by Lifeguards, Psychological Reports, vol. 84, 1: pp. 193–197. , First Published Feb 1, 2021 .
- 75– Witkiewitz, K., Bowen, S., Douglas, H.& Hsu, S. (2021)Mindfulness–based relapse prevention for substance craving. *Addict Behav.* 38(2), 1563–1571.
- 76– Yuli LiuChin H. Wu :Beach lifeguards: visual search patterns, detection rates and the influence of experience, Coastal Engineering21 August 2021
- 77– Zarper Adelborg, Christian Dalgas : Mouth–to–mouth ventilation is superior to mouth–to–pocket mask and bag–valve–mask ventilation during lifeguard CPR:The American Journal of Emergency Medicine Volume 35, Issue 11, November 2021, Pages 1774–1775
- 78– Zogay Evrin & Lukasz Iskrzycki : The usage of Ambu® AuraGain™ laryngeal mask airway by the lifeguardsThe American Journal of Emergency Medicine Volume 36, Issue 12, December 2021, Pages 2331–2332