

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد البشير الإبراهيمي - برج بوعريريج -

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس



رقم التسجيل:

الرقم التسلسلي:

الشعبة: علم النفس

التخصص: علم النفس المدرسي

الصمود الأكاديمي وعلاقته باليقظة العقلية
لدى طلبة الجامعة

(دراسة ميدانية بجامعة محمد البشير الإبراهيمي ببرج بوعريريج)

مذكرة مقدمة لأجل الحصول على شهادة الماستر في تخصص علم النفس المدرسي

إشراف:

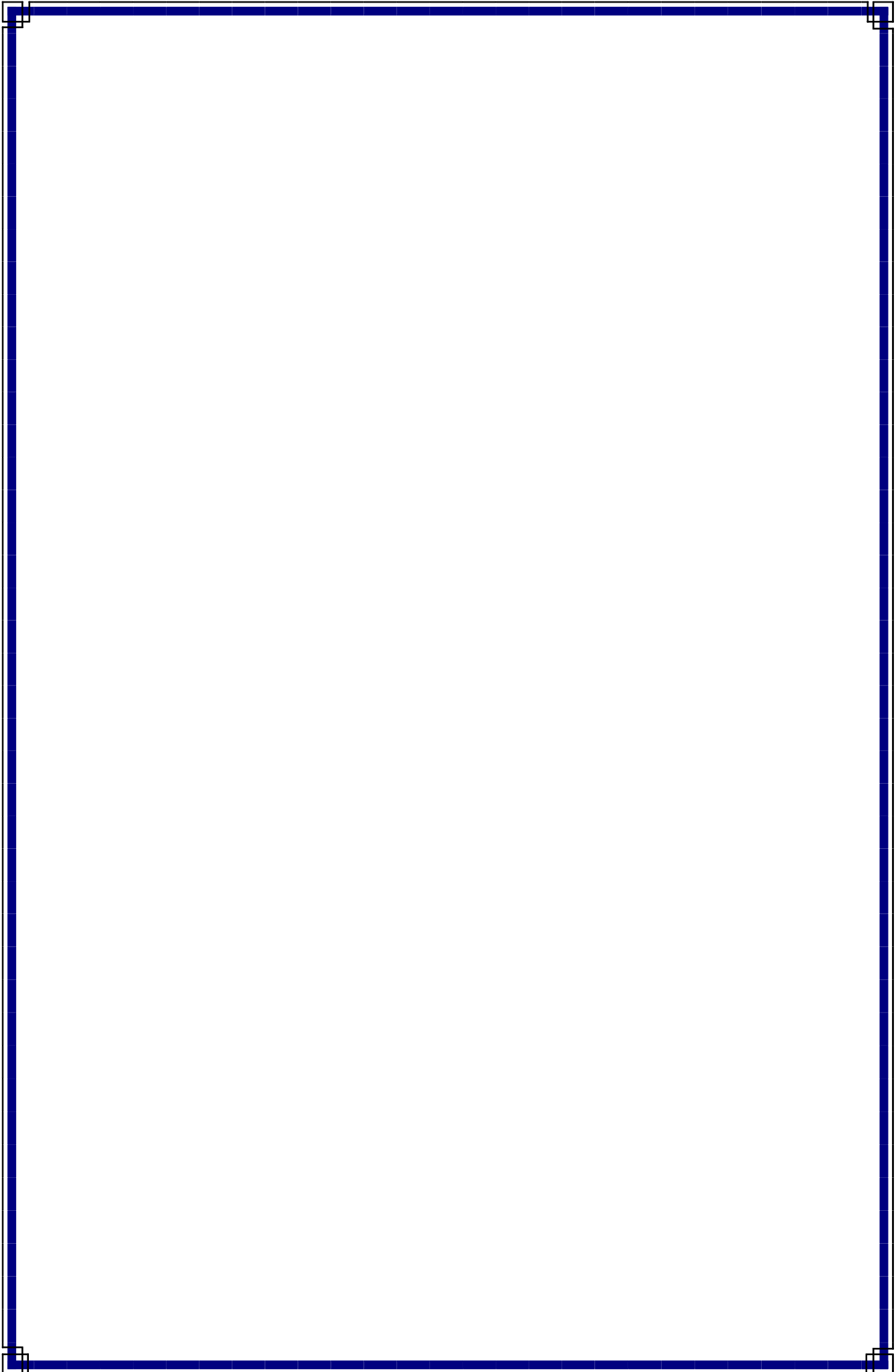
- أ. د. معوش عبد الحميد

إعداد:

- حمديني انتصار

- عبو نسرين

السنة الجامعية: 2024 / 2025



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد البشير الإبراهيمي - برج بوعريريج -

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس



رقم التسجيل:

الرقم التسلسلي:

الشعبة: علم النفس

التخصص: علم النفس المدرسي

الصمود الأكاديمي وعلاقته باليقظة العقلية
لدى طلبة الجامعة

(دراسة ميدانية بجامعة محمد البشير الإبراهيمي ببرج بوعريريج)

مذكرة مقدمة لأجل الحصول على شهادة الماستر في تخصص علم النفس المدرسي

إشراف:

- د. معوش عبد الحميد

إعداد:

- حمدي انتصار

- عبو نسرين

السنة الجامعية: 2024 / 2025

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿... يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ

وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ...﴾

عَلَى الْعِلْمِ الْعَظِيمِ

[سورة المجادلة: الآية 11]

الصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد خاتم الأنبياء وعلى آله
وأصحابه الطيبين أجمعين الحمد لله الذي أعاننا ووفقنا على انجاز هذا العمل المتواضع،
نهدي هذا العمل المتواضع إلى الوالدين الكريمين وإلى جميع أفراد أسرتنا وإلى كل باحث
متطلع للعلم والمعرفة، كما نتقدم بكل الشكر والتقدير إلى أستاذنا المشرف الدكتور معوش
عبد الحميد على اسداءه لنا النصائح والإرشادات طيلة فترة انجاز هذا العمل، فله منا
جزيل الشكر والاحترام، جعلك الله نبراسا للعلم والمعرفة، كما نتقدم بالشكر إلى كل
أساتذتنا في كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية ونخص بالذكر أساتذة علم النفس، كما
نتوجه بشكرنا إلى كل من ساندنا من قريب أو بعيد في إعداد هذا العمل.

الطالبان: - حمدي انتصار

- عبو نسرين

إلى

نهدي هذا العمل المتواضع الى كل من ساهم في تحقيقه و علمنا الصواب
 هدي هذا العمل الى والدينا الذين لهم الفضل في ما نحن عليه اليوم ووفقا بجانبنا في كل
 خطوة نهدي هذا العمل إلى كل من علمنا حرفا وانطبق عليه القول -أظهر الناس اعراقا
 احسنهم اخلاقا- الى هؤلاء كلهم نهدي ثمرة هذا الجهد المتواضع



الطالبان: - حمدي انتصار

- عبو نسرين

ملخص الدراسة :

- هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على علاقة الصمود الأكاديمي باليقظة العقلية لدى طلبة جامعة محمد البشير الإبراهيمي ببرج بوعريريج، بالإضافة إلى معرفة الفروق في مستوى اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث)، ومتغير المستوى الدراسي (ليسانس، ماستر)، وكليات الجامعة.
- ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، وعلى عينة قوامها (150) طالبوالبطالبة، للسنة الجامعية 2025/2024. تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية ولجمع بيانات الدراسة استخدمت الطالبتان أداتين لجمع البيانات تمثلتا في: مقياس الصمود الأكاديمي من اعداد الباحثة أسماء نايف الصرايرة (2023) و مقياس اليقظة العقلية من (إعداد بير وأخرون ترجمة عبد الرحمان 2016) ،وبعد إجراء المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج (SPSS, V 26)، وذلك باستخدام عدة اختبارات إحصائية لمعالجة وتحليل البيانات، أسفرت النتائج إلى ما يلي:
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعه برج بوعريريج حيث ان معامل الارتباط بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي قدر ب (0.37^{**})
 - مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة جامعه برج بوعريريج مرتفع لانه بمقارنة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة الذي قدر ب (127.60) مع المتوسط الحسابي الفرضي الذي قدر ب (117) نرى أنه اكبر منه وأن اختبار T " دال احصائيا - مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة جامعه برج بوعريريج مرتفع
 - مستوى الصمود الاكاديمي لدى طلبة جامعه برج بوعريريج مرتفع لانه توصلنا الى ان اختبار (T) للفروق بين طلبة جامعه برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تبعاً لمتغير الجنس. قدر ب (123) نرى أنه اكبر منه وأن اختبار T" دال إحصائيا فهذا يدل على أن مستوى الصمود الأكاديمي مرتفع لدى طلبة جامعه برج بوعريريج.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعاً لمتغير الجنس لدي طلبة جامعه برج بوعريريج ف كانت قيمة اختبار "T" فقدرت ب (1.15) عند درجة حرية (148)، وهي غير دالة إحصائيا ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعه برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير الجنس.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعاً لمتغير المستوي الدراسي فكانت قيمة اختبار "T" فقدرت ب (-0.14) عند درجة حرية (148)، وهي غير دالة إحصائيا ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعاً لنوع الكلية كانت النتائج الاحصائية غير دالة احصائيا و هذا بالنسبة لكل الكليات .
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعاً لمتغير الإقامة فكانت قيمة اختبار "T" فقدرت ب (-0.23) عند درجة حرية (148)، وهي غير دالة إحصائيا

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعاً لمتغير الجنس لدى طلبة جامعة برج بوعريريج كانت النتائج الإحصائية غير دالة احصائياً
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي كانت النتائج الإحصائية غير دالة احصائياً
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعاً لنوع الكلية (العلوم الإنسانية والاجتماعية، العلوم الطبيعية، الرياضيات والأعلام الألي، الحقوق والعلوم السياسية، الآداب واللغات حيث كانت النتائج الإحصائية غير دالة احصائياً
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعاً لمتغير الإقامة (مقيم في الإقامة الجامعية، غير مقيم في الإقامة الجامعية) حيث كانت النتائج الإحصائية غير دالة
- الكلمات المفتاحية:** الصمود الأكاديمي؛ اليقظة العقلية؛ الطالب الجامعي.

Abstract:

The aim of this study was to explore the relationship between academic resilience and mindfulness among students at Mohamed El Bachir El Ibrahimi University in Bordj Bou Arreridj.

In addition, the study sought to identify differences in the levels of mindfulness and academic resilience based on the variables of gender (male, female), academic level (Bachelor's, Master's), and university faculties.

To achieve the study's objectives, the descriptive method was used, with a sample of 150 male and female students for the academic year 2024/2025. The sample was selected using a stratified random sampling method. To collect the study data, the two students used two instruments: the Academic Resilience Scale developed by researcher Asmaa Nayef Al-Saraira (2023), and the Mindfulness Scale (developed by Baer et al., translated by Abdul Rahman, 2016). After conducting statistical analysis using the SPSS program (Version 26), and applying several statistical tests to process and analyze the data, the results were as follows:

-- There is a statistically significant relationship between mental alertness and academic resilience among students at the University of Bordj Bou Arreridj, as the correlation coefficient between mental alertness and academic resilience was estimated at (**0.37).

- The level of mental alertness among students at the University of Bordj Bou Arreridj is high. Comparing the arithmetic mean of the study sample, which was estimated at (127.60), with the hypothetical arithmetic mean, which was estimated at (117), we find that it is greater than the mean, and that the T-test is statistically significant. - The level of mental alertness among students at the University of Bordj Bou Arreridj is high.

- The level of academic resilience among students at the University of Bordj Bou Arreridj is high. We found that the T-test for differences between students at the University of Bordj Bou Arreridj in the level of mental alertness according to gender was estimated at (123). We find that it is greater than the mean, and that the T-test is statistically significant. This indicates that the level of academic resilience is high among students at the University of Bordj Bou Arreridj.

- There were no statistically significant differences in mental alertness due to the gender variable among students at the University of Bordj Bou Arreridj. The t-test value was estimated at (1.15) with a degree of freedom of (148), which is not statistically significant. Therefore, we accept the null hypothesis and reject the alternative hypothesis. This means that there are no statistically significant differences among students at the University of Bordj Bou Arreridj in their level of mental alertness attributable to the gender variable.

- There were no statistically significant differences in mental alertness due to the academic level variable. The t-test value was estimated at (-0.14) with a degree of freedom of (148), which is not statistically significant. Therefore, we accept the null hypothesis and reject the alternative hypothesis.

- There were no statistically significant differences in mental alertness due to the type of college. The statistical results were not statistically significant for all colleges.

- There were no statistically significant differences in mental alertness based on the residence variable. The t-test value was estimated at (-0.23) with a degree of freedom of (148), which is not statistically significant.

- There were no statistically significant differences in academic resilience based on the gender variable among students at the University of Bordj Bou Arreridj. The statistical results were not statistically significant.

- There were no statistically significant differences in academic resilience based on the academic level variable. The statistical results were not statistically significant.

- There were no statistically significant differences in academic resilience based on the type of college (Humanities and Social Sciences, Natural Sciences, Mathematics and Computer Science, Law and Political Science, Arts and Languages), where the statistical results were not statistically significant.

- There were no statistically significant differences in academic resilience based on the residence variable (residing in university residence, not residing in university residence), where the statistical results were not statistically significant..

Keywords: Academic resilience; mental alertness; University student.

الرقم	الموضوع	الصفحة
01	الآية.....	
02	الإهداء.....	أ
03	شكر وتقدير.....	ب
04	الملخص بالعربية.....	ت
05	الملخص بالإنجليزية.....	ث
06	فهرس المحتويات.....	ج
07	قائمة الجداول.....	خ
08	قائمة الأشكال.....	د
09	قائمة الملاحق.....	ذ
01	مقدمة.....	
أولاً: الخلفية النظرية والدراسات السابقة		
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة		
01	إشكالية الدراسة وتساؤلاتها.....	05
02	فرضيات الدراسة.....	06
03	أهمية الدراسة.....	07
04	أهداف الدراسة.....	07
05	دواعي اختيار الموضوع.....	08
06	تحديد مفاهيم الدراسة إجرائياً.....	08
07	الخلفية النظرية.....	08
08	الدراسات السابقة والتعليق عليها.....	13
أولاً: الدراسة الميدانية		
الفصل الثاني: الطريقة والأدوات.		
	تمهيد.....	37
أولاً:	الدراسة الاستطلاعية.....	37

فهرس المحتويات

37	أهداف الدراسة الاستطلاعية.....	1.1
37	حدود الدراسة الاستطلاعية.....	2.1
37	خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية.....	3.1
37	إجراءات بناء أدوات الدراسة.....	4.1
38	الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.....	5.1
41	الدراسة الأساسية.....	ثانياً:
41	منهج الدراسة.....	1.2
42	مجتمع الدراسة الأساسية وعينتها.....	2.2
42	حدود الدراسة الأساسية.....	3.2
44	وصف شامل لأدوات الدراسة.....	4.2
45	تقنيات المعالجة الإحصائية المستعملة.....	5.2
45	خلاصة.....
51	تمهيد.....
51	عرض نتائج الدراسة وتحليلها.....	01
54	مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها.....	02
59	الاستنتاج العام.....	03
61	04 خلاصة.....
60	05 مقترحات الدراسة.....
65	قائمة المراجع.....
/	قائمة الملاحق.....

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	معامل صدق مقياس اليقظة العقلية باستخدام طريقة الصدق التمييزي	38
02	معامل الارتباط أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية	38
03	يبين معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس اليقظة العقلية	39
04	يبين معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس اليقظة العقلية	39
05	معامل صدق مقياس الصمود الأكاديمي باستخدام طريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية)	40
06	معامل الارتباط أبعاد المقياس الصمود الأكاديمي مع الدرجة الكلية الصمود	40
07	معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الصمود الأكاديمي	41
08	معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس الصمود الأكاديمي	41
09	توزيع عينة الدراسة حسب كليات الجامعة	43
10	توزيع عينة الدراسة حسب متغير الجنس	43
11	توزيع عينة الدراسة حسب متغير المستوى الدراسي:	44
12	معامل بيرسون للعلاقة بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي	51
13	اختبار T لعينة واحدة للفروق بين المتوسط الحسابي الفرضي والمتوسط الحسابي لمقياس اليقظة العقلية	51
14	اختبار T لعينة واحدة للفروق بين المتوسط الحسابي الفرضي والمتوسط الحسابي لمقياس الصمود الأكاديمي	52
15	اختبار (T) للفروق بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تبعا لمغبر الجنس.	52
16	اختبار (T) للفروق بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تبعا لمغبر المستوى الدراسي.	53
17	تحليل التباين anova للفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في مقياس اليقظة العقلية تبعا لمغبر كلية الدراسة	53
18	اختبار (T) للفروق بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تبعا لمغبر مكان الإقامة	54

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	تمثيل بياني رقم (01) يوضح توزيع عينة دراسة حسب الجنس	43
02	تمثيل بياني رقم (02) يوضح توزيع عينة دراسة حسب المستوى الدراسي	44

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
01	الأداة في صورتها النهائية	68
02	مخرجات برنامج SPSS	73

المقدمة:

تعد المرحلة الجامعية مرحلة انتقالية مهمة في حياة الطلاب ففي هذه المرحلة تتحد شكل حياتهم المستقبلية حيث يتعرض طلاب الجامعة للعديد من التحديات والضغوط خلال السعي لتحقيق أهدافهم وطموحاتهم فضلا عن القلق بشأن المستقبل فالمناهج الدراسية ليست العبء الوحيد على الطالب الجامعي ويتطلب مواجهة هذه التحديات والضغوط إلى قوى نفسية تساعد على التكيف والمواجهة الإيجابية لإجتياح هذه المرحلة بنجاح ويعتبر الصمود النفسي احد القوى النفسية التي تميز بين الافراد في تحقيق النجاح ويعتبر الصمود الأكاديمي حالة خاصة من الصمود النفسي حيث يرتبط بالقدرة على تخطي المحن الشديدة التي تمثل تهديدا للنمو التعليمي للطلاب والتعامل الفعال مع الإخفاقات والتحديات والمحن والضغوط في المواقف الأكاديمية هذا بالإضافة إلى الاحتمال المتزايد للنجاح والإنجاز الأكاديمي فطلاب الجامعة يواجهون مشكلات متباينة أكاديمية ونفسية واجتماعية لأنهم يختلفون في كيفية مواجهة هذه المشكلات فقد ينجح البعض في المواجهة والصمود بينما يفشل آخرون وقد ظهر مفهوم الصمود ليحمل إجابات نسبية لخصائص وخبرات الافراد الذين نجحوا في التغلب على التحديات وتركز اليقظة العقلية على وعي الافراد بالخبرات وملاحظة هذه الخبرات اثناء حدوثها دون تقييم اذا كانت هذه الخبرات جيدة أو سيئة . وترتبط اليقظة العقلية بالمواجهة وترتبط اليقظة العقلية بالمواجهة الإيجابية للضغوط وتعزيز السعادة النفسية... الخ ويتطلب الحفاظ على الصمود مرونة نفسية عالية من خلال مهارات اليقظة، فالقدرة على تجاوز الظروف الصعبة يحتاج إلى سمات شخصية مثل اليقظة العقلية وفي سياق تعريف اليقظة العقلية يعرفها لانجرب بأنها مجال مرن للقدرة العقلية يكون غير مرتبك بوجهة نظر خاصة، و يسمح برؤية جيدة و متفتحة على كل الخبرات العقلية و الحسية للشخص و من دون إصدار أحكام (الحارثي ، جانفي 2019، ص 134) .

وأصبح مفهوم اليقظة العقلية يزداد انتشارا ضمن المجال الأكاديمي لأنها تعد شكلا من أشكال التأمل الذي يساعد الطالب على ضبط أفكار وسلوكياته كما أنها تعد من افضل الطرق للسيطرة على التوتر كونها تعمل على التركيز وعدم التنقل من فكرة لأخرى بشكل سريع... الخ

ولذلك فإن الصمود الأكاديمي يتطلب تدخلات قائمة على اليقظة العقلية وهذا بهدف تحسين الصمود الأكاديمي و ما يهم في دراستنا الحالية هو علاقة الصمود الأكاديمي باليقظة العقلية لدى طلبة جامعة محمد البشير الإبراهيمي ببرج بوعريريج. ومن خلال ما سبق نسعى إلى تقسيم البحث إلى ثلاثة فصول وهي:

الفصل أول: بعنوان "الإطار العام للدراسة" تم التطرق فيه إلى: إشكالية الدراسة، فرضيات الدراسة، أهداف الدراسة، أهمية الدراسة، دواعي اختبار الموضوع، تحديد مفاهيم الدراسة إجرائيا، الخلفية النظرية، الدراسات السابقة والتعليق عليها.

الفصل الثاني: بعنوان "الطريقة والأدوات" تم التطرق فيه إلى: تمهيد، الدراسة الاستطلاعية، أهداف الدراسة الاستطلاعية، حدود الدراسة الاستطلاعية، خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية، إجراءات بناء أداة الدراسة، الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، الدراسة الأساسية، منهج الدراسة، مجتمع الدراسة الأساسية وعينتها، حدود الدراسة، وصف شامل لأدوات الدراسة، تقنيات المعالجة الإحصائية المستعملة، خلاصة.

الفصل الثالث: بعنوان "عرض نتائج الدراسة ومناقشتها" تم التطرق فيه إلى: عرض نتائج الدراسة وتحليلها، مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها في ضوء الفرضيات والتراث النظري. وصولا إلى استنتاج عام، مقترحات الدراسة، خاتمة، قائمة المراجع، قائمة الملاحق.

أولاً: الخلفية النظرية
والدراسات السابقة

الفصل الأول: الإطار العام

11 . 1 . 1

- إشكالية الدراسة وتساؤلاتها.
- فرضيات الدراسة.
- أهداف الدراسة.
- أهمية الدراسة.
- دواعي اختيار الموضوع.
- تحديد مفاهيم الدراسة إجرائيا.
- الخلفية النظرية.
- الدراسات السابقة والتعليق عليها.

1. إشكالية الدراسة وتساولاتها:

إن الطالب الجامعي يمثل صورة وترجمة الكفاءات منظومة التعليم حيث تعد الطاقات الطلابية فاعلة قادرة على القيادة والتغيير لا تترك رهننا للظروف فلا بد من رعاية وتأهيل هذه الفئة لكي يتم بلوغ المقصد الأساسي وهو بناء مشروع تعليمي ومهني ناجح، وجب العمل على تحسين بيئته العلمية من جميع المجالات الاجتماعية النفسية المعرفية التعليمية.

إن للتربية والتعليم دور أساسي في إعداد وتنمية أفكار واتجاهات الطلبة لمواجهة جميع المشكلات والصعوبات في المرحلة الجامعية يعيشون ظروف دراسية مختلفة عن الحياة الدراسية في المراحل التعليمية السابقة التي كانت محدد المهام والموارد وتحت رقابة المدرسة والأسرة عكس المرحلة الجامعية التي تتسع فيها مسؤولياتهم عن أنفسهم وتعلمهم مما قد يحدث تعترضهم صعوبات ومعوقات متعددة المصادر وتحديات أكاديمية قد ينجح البعض في مواجهتها بما لديه من سمات شخصيه وقدرات تمكنه من تحقيق الفاعلية والتغلب على الضغوط وتحقيق مستوى الإنجاز المرغوب.

لذا فمقدرة الطالب على النجاح كما تتأثر بكفاءاته الأكاديمية واستعداداته العقلية ترتبط أيضا بقدرته على استيعاب الضغوط والمشكلات والتحديات الأكاديمية التي يتعرض لها وهو ما يعرف بالصمود الأكاديمي الذي يعد من السمات الشخصية التي تمكن الفرد من التحمل للوصول إلى تحقيق الهدف رغم المعوقات (محمد إسماعيل سيد حميدة، 2019) وهو من المتغيرات الإيجابية في الشخصية التي اتجهت نحوها الدراسات الحديثة كدراسة (نايف الصرايرة، 2019) التي تعتبر الصمود الأكاديمي رسوم متعدد الأبعاد يتكون من جوانب معرفية وجدانية وسلوكية تعكس قدره الفرد على التعامل مع المشاكل والتحديات في المواقف الأكاديمية.

إن الصمود يمكن أن يوجه إلى مخرجات ونواتج المدرسة ويشمل النجاح الأكاديمي، وإذ لم يعطي بناء الصمود عند الطلاب الانتباه الضروري، فيمكن أن يكون له تأثير سلبي على الأداء الأكاديمي للطلاب، بل قد يمتد إلى حياته بأكملها (هناك رفعت عبد اللطيف عليوه، 2021). ويمكن تحسين الصمود الأكاديمي من خلال تعزيز العوامل الوقائية المرتبطة بالصمود الأكاديمي (مني عبد السلام بكري محمد، 2021). وتعد اليقظة العقلية أحد هذه العوامل فالضغوط التي تحيط طلاب الجامعة خاصة الأكاديمية مآكثراً الأسباب المهددة للصحة النفسية الجامعية وهو ما يجعله بحاجة إلى تدخلات وقائية لتحقيق حياة أكاديمية أفضل حيث يعتبر الطلبة أكثر فئات المجتمع حاجة لممارسة اليقظة العقلية لأن مهامهم البيداغوجية تعتمد بالدرجة الأولى على نشاطهم العقلي فهم بحاجة للتركيز والانتباه والانفتاح على

الخبرات والملاحظة والوصف للتعامل بوعي مع الخبرات اليومية وهذا ما أكدته دراسة (بلبل، 2019، ص35).

كما تعرف اليقظة العقلية على أنها الوعي الذي ينشأ من خلال الانتباه المقصود أو المتعمد بطريقه مفتوحة مع عدم إصدار الاحكام وهي حاله من الوعي التي تتصف بالتميز النشط برسم الاحداث التي تترك الفرد مفتحا إلى كل ما هو جديد (الهلموش، 2019، ص 14) ومن جهته أكدت دراسة (زكي هناء محمود، 2019) أن اليقظة العقلية تساعد الطلبة على انتقاء المثيرات والاساليب الملائمة من البيئة الخارجية وتوجههم الانتباه جديد فتجعلهم واعيين بشكل كامل للبيئة الدراسية فإذ ما واجه الطالب موقف مشكل في العملية التعليمية يصبح عقله نشطا ويقضا وتتشكل لديه رغبة تحقيق هدفه الأكاديمي المحدد. وتشير دراسة (Keye, 2016) أن الصمود الأكاديمي يظهر بشكل واضح لدى مرتفعي اليقظة فهم لا يستسلمون للقلق والتفكير في المشكلات إنما يحافظون كما يتعاملون بمرونة مع الأفكار والانفعالات فالوعي والتقبل كمظاهر لليقظة العقلية يعزز الصمود الأكاديمي ويبعث توازن نفسي يساعد على التكيف والتأقلم والمرونة الأكاديمية.

وفي إطار العلاقة بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي فقد كشفت نتائج دراسة (بلبل 2019) عن وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين اليقظة العقلية والصمود، كما أشارت نتائج دراسة (زكي هناء محمود، 2019) أنه يمكن التنبؤ بالصمود من خلال اليقظة العقلية حيث يوجد تأثير مباشر موجب دال إحصائيا لليقظة العقلية في الصمود، وكشفت دراسات أخرى سابقة تفاوتت بين نتائج بحثها غير أن ندرة الدراسات التي تناولت العلاقة بين الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية لدي طلبة الجامعة عربيا عامة ومحليا خاصة في حدود علم الباحثين فقد شكلت لدينا دافعا لدراسة هذه العلاقة في ضوء بعض المتغيرات (كالجنس، والمستوى الدراسي، والإقامة الجامعية) ومن هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة لتلقي الضوء على علاقة كل من الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية لدي طلبة جامعة برج بوعريريج.

ومنه يمكن صياغة إشكالية الدراسة في التساؤلات التالية:

- 1- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعه برج بوعريريج؟
- 2- ما مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة جامعه برج بوعريريج؟
- 3- ما مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعه برج بوعريريج؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لمتغير الجنس لدى طلبة جامعة برج بوعرييج؟

5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لمتغير المستوى الدراسي؟

6- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لنوع الكلية؟

7- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لمتغير الإقامة؟

8- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لمتغير الجنس لدى طلبة جامعة برج بوعرييج؟

9- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لمتغير المستوى الدراسي؟

10- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لنوع الكلية؟

11- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لمتغير الإقامة؟

2. فرضيات الدراسة:

1- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعه برج بوعرييج.

2- مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة جامعه برج بوعرييج منخفض.

3- مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعه برج بوعرييج منخفض.

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لمتغير الجنس لدى طلبة جامعة برج بوعرييج.

5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لمتغير المستوى الدراسي

6- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لنوع الكلية.

7- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لمتغير الإقامة.

8- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لمتغير الجنس لدى طلبة جامعة برج بوعرييج.

9- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لمتغير المستوى الدراسي.

10- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لنوع الكلية.

11- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لمتغير الإقامة.

3- أهمية الدراسة:

ترى الطالبتان أن لهذه الدراسة أهمية كبيرة، وتتمثل في مايلي:

الأهمية النظرية

تكمن الأهمية النظرية للدراسة الحالية كونها من الدراسات الأولى على الصعيد المحلي التي تحاول الربط بين متغيري الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة. كما أن النتائج التي تتوصل إليها الدراسة سوف تساعد مؤسسات التعليم في التركيز على أبعاد الصمود الأكاديمي التي لها آثار مباشرة على التوافق والإنجاز والأداء الأكاديمي للطلبة.

تناولت الدراسة الحالية متغير الصمود الأكاديمي ومتغير اليقظة العقلية لما لها من تأثير كبير في تحسين عملية التعليم ومخرجاتها.

كما تسهم الدراسة الحالية في فهم العوامل المؤثرة في الصمود الأكاديمي لدى طلبة الجامعة التي تساعد الطلبة على تقدمهم الدراسي، مما يساعد في فهم أعمق للعملية التعليمية ومعوقاتهما، والتنبيه من خلال الصمود الأكاديمي لدى الطلبة بيقظتهم العقلية.

الأهمية التطبيقية

تسهم نتائج الدراسة الحالية من وضع برامج إرشادية وعلاجية تقوم على تنمية الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة توجيه التربويين والعاملين جميعا بالحقل التعليمي إلى أهمية الصمود الأكاديمي في حياة الطلبة وفي توافقهم.

توعية الطلبة بالجامعة بأن الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية قد يزيد من قدرتهم على التعامل مع الضغوط والتحديات الأكاديمية بإيجابية

4. أهداف الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- معرفة مستوى الصمود الأكاديمي لدي طلبة جامعة برج بوعريريج
- معرفة مستوى اليقظة العقلية لدي طلبة جامعة برج بوعريريج
- التعرف على الفروق الموجودة بين الطلبة فيالصمود الاكاديمي تبعا لمتغير الجنس و نوع الكلية و المستوى الدراسي و نوع الإقامة.

- التعرف على الفروق الموجودة بين الطلبة فياليقظة العقلية تبعا لمتغير الجنس و نوع الكلية و المستوى الدراسي و نوع الإقامة .

- الكشف عن العلاقة الموجودة الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية لدى طلبة جامعة برج بوعريريج.

5. دواعي اختيار الموضوع:

لابد لأي دراسة علمية تربوية من أسباب تدفع الباحث لاختيار موضوع ما دون سواه لأسباب ذاتية أو موضوعية، وأن اختيارنا لهذا الموضوع كأن للأسباب التي نلخصها في ما يلي:

1.5. أسباب ذاتية:

- تزايد آراء الطلبة السلبية حول انخفاض الدافع لإتمام مسارهـم الدراسي والسعي لتحقيق مسارات ناجحة وهذا ما يدفع للانتفاض حول هذا الوضع والبحث عن أسباب هذا العزوف عن الدراسة وتحقيق رتب عليا .

- أردنا البحث في الموضوع لمعرفة تأثير بعض المتغيرات كاختيار التخصص برغبة أو دون رغبة . وكذا الظروف التي فرضت على الطالب والطالبة أن يقيموا في الإقامة الجامعية وكيفية التعامل مع ظروف الإقامة والتوفيق في واجباتهم .

- كوننا ندرس في جامعة محمد البشير الإبراهيمي دفعا هذا لمعرفة مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلاب جامعتنا ومعرفة تأثير اليقظة العقلية على تحسن المستوى التعليمي للطلبة .

2.5. أسباب موضوعية:

- محاولة تفسير الأسباب التي تؤثر على الصمود الأكاديمي

- تحقيق الأهداف المحددة والتحقق من الفرضيات حول العلاقة بين متغير اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي

- السعي لإجراء بحث جديد نوعا ما من حيث البحث في العلاقة بين متغيرين لم يتم البحث فيهما بكثرة أي دمج معلومات جديدة بين متغيرين مختلفين .

-تم اختيارنا لهذا الموضوع هو محاولة شرح وتفسير هذا العزوف عن اكمال المسارات المتقدمة من البحث العلمي وإيجاد تفسيرات مقنعة .

6. تحديد مفاهيم الدراسة إجرائيا:

1.6. الصمود الأكاديمي:

إصطلاحا: هو تفاعل مجموعة من السمات الشخصية والمهارات المعرفية التي تمكن الطالب من الاستمرار والمثابرة بالرغم من الإخفاق أو الإحباط.

إجرائيا: هو الدرجة الكلية التي يتحصل عليها الطالب في مقياس الصمود الأكاديمي.

2.6. اليقظة العقلية:

تعريف اصطلاحي: يعرفها لانجربأنها مجال مرن للقدرة العقلية يكون غير مرتبك بوجهة نظر خاصة ،و يسمح برؤية جيدة و متفتحة على كل الخبرات العقلية و الحسية للشخص و من دون إصدار أحكام (الحارثي ، جانفي 2019، ص 134) .

- **إجرائيا:** هو الدرجة الكلية التي يتحصل عليها الطالب في مقياس اليقظة العقلية.

3.6. الطالب الجامعي: هو كل فرد منتظم في إحدى مؤسسات التعليم العالي وملتحق ببرنامج

أكاديمي لنيل درجة اللسانس،الماستر،الدكتوراة ، ويشارك في الأنشطة الدراسية والأكاديمية خلال الفصل الدراسي الذي تُجرى فيه الدراسة.

7. الخلفية النظرية:

1.7. الصمود الأكاديمي:

نظريات الصمود الأكاديمي

1- نظرية (Rutter's Theory (1985-1990

يناقش Rutter في نظريته مفهوم الآليات التي تحمي الناس من المخاطر النفسية المرتبطة بالشدائد ، ويجعلها في أربع آليات رئيسة: أولها هو الحد من تأثير المخاطر، فقد يتم تقليل هذا التأثير عن طريق تغيير تقييم عامل الخطر أو عن طريق تغيير التعرض للمخاطر.

ففي الحالة الأولفإن التحكم في التعرض للضغوط بحيث يمكن للفرد التعامل بنجاح مع جرعات أصغر من التجربة قد يخفف من معنى المخاطرة، نظرا لأن الفرد يمكنه التعامل بنجاح في بعض الظروف ، فقد يتم تخفيف تأثير درجة الخطر الأكبر ، مثلا قد تؤدي التجارب السابقة للتوتر أثناء الطفولة والمراهقة في بعض الحالات إلى زيادة المقاومة لمزيد من الضغوط البسيطة ، والتي يمكن أن تترجم إلى مستويات أقل من الأعراض، أما الطريقة الثانية التي يمكن بها تخفيف تأثير المخاطر فتكون من خلال الآليات التي تغير تعرض الطفل لحالة الخطر، على سبيل المثال، يمكن تخفيف تأثير الارتباط مع الأقران الجانحين

على السلوك الجانح اللاحق من خلال إشراف الوالدين على الطفل في البيئة التي تتميز بدرجات عالية من جنوح الأقران، ويشير النوع الثاني من الآليات إلى الحد من ردود الأفعال السلبية المتسلسلة التي تتبع التعرض للمخاطر على سبيل المثال، قد يؤدي فقدان الوالدين في وقت مبكر إلى زيادة احتمالية العلاج المؤسسي الذي له آثار سلبية على نواتج النمو والتطور للطفل، وقد يؤدي المناسب للوالد المتبقي أو توفير ترتيبات الرعاية البديلة إلى التخفيف من تأثير الخسارة الأبوية الأداء في إنتاج هذا التفاعل، أما الآلية الثالثة التي يمكن من خلالها خدمة الوظائف الوقائية في التعرض للمخاطر هي من خلال بناء تقدير الذات وكفاءة الذات، هناك نوعان من الخبرات المؤثرة في بناء تقدير الذات وكفاءة الذات وهما تطوير علاقات حب آمنة ومتاغمة ، وفرص النجاح في إنجاز المهام التي تظهر للأفراد، إن الشعور الناتج عن تقدير الذات والكفاءة الذاتية يمنح الفرد الثقة في أنه يمكنه التعامل بنجاح مع الأمور والمواقف التي يتعرض إليها، كما تعتبر العلاقات الشخصية الآمنة والداعمة وإنجاز المهام بنجاح أمرا مهما لتعزيز المفاهيم الإيجابية وتقدير الذات.

وأخيرا ، تعمل العوامل الوقائية من خلال فرص الحصول على الخبرات التي قد تخفف من تأثير عوامل الخطر المبكرة، يؤدي تأخير الزواج إلى زيادة نطاق الفرص المتاحة للفرد لأنه لن يكون مطلوبا أن يتوقف الفرد عن مواصلة التعليم من أجل العمل ودعم الزوج والأسرة، وفي هذا الصدد حدد Rutter (1990) ثلاثة متغيرات عامة تعمل كعوامل وقائية وهي : (1) تماسك الشخصية ، (2) الترابط الأسري ، و (3) الدعم الاجتماعي، وتشمل عوامل الشخصية مستوى الاستقلالية وتقدير الذات ، كفاءة الذات المزاج الجيد والنظرة الاجتماعية الإيجابية. بالإضافة إلى ذلك ، فإن امتلاك تفكير أكثر مرونة وخيارات سلوكية موسعة كنتيجة للتأثير الإيجابي قد يزيد من الموارد المصادر الشخصية للأفراد المنفتحين في أوقات الشدائد، علاوة على ذلك فإن ميل الأفراد المنفتحين إلى بناء شبكات قوية من الدعم الاجتماعي قد يسمح لهم بالوصول إلى عامل الحماية المهم هذا أثناء المواقف الضاغطة (هنا عبد اللطيف ، 2021، ص199)

1- نظرية (Richardson, 1990):

اقترح ريتشاردسون ما أسماه بنظرية الصمود وما وراء الصمود، والتي تطورت من خلال ثلاث موجات مختلفة من البحث على الصمود، فالموجة الأولى تتعلق بتحديد خصائص الأشخاص الذين يتعاملون بفعالية مع الاضطرابات والموجة الثانية تهتم بالعمليات التي يكتسب فيها الناس هذه الخصائص. أما الموجة الثالثة فهي تركز على التعرف على الصمود الفطري وقدرتنا على تنميته وتطويره من خلال هذا

الخط البحثي ، تم تصور مفهوم الصمود على أنه قوة داخل كل شخص تدفعه إلى السعي لتحقيق الذات والإيثار والحكمة والتوافق مع المصدر الروحي للقوة".

والافتراض الأساسي لهذه النظرية هو فكرة التوازن الروحي البيولوجي والنفسي والذي يسمح لنا بتكيف كل من الجسد والعقل والروح) مع ظروف الحياة التي نعيشها، ويتم مهاجمة هذا التوازن بين الجسد والعقل والروح بشكل روتيني من خلال الضغوطات والأحداث السلبية وغيرها من أحداث الحياة المتوقعة وغير المتوقعة، وتتأثر قدرتنا على التكيف والتعامل مع مثل هذه الأحداث الحياتية بصفات الصمود وإعادة التكامل مع الصمود السابق، هذا التفاعل بين الضغوط اليومية وعوامل الحماية تحدد ما إذا كانت الاضطرابات الخطرة ستؤثر على الفرد بشكل شديد أم لا، كذلك التفاعل بين متطلبات الحياة وعوامل الوقاية ستحدد ما إذا كان الاضطراب سيحدث أم لا، لكن في هذه الحالة تظهر صفات الصمود في التعامل بشكل فعال مع الحياة والحفاظ على هذه التوازن.

ويشير رينشاردسون أن عملية إعادة التكامل تقود إلى أربع نتائج (1) إعادة تكامل الصمود ، حيث يؤدي التكيف إلى مستوى أعلى من التوازن، (2) العودة إلى التوازن الأساسي، في محاولة لتجاوز الاضطراب ، (3) التعافي والشفاء مع الفقد ، مما يؤدي إلى بناء مستوى أقل من التوازن ، (4) حالة خلل وظيفي ، حيث يتم استخدام استراتيجيات غير قادرة على التكيف مثل السلوكيات المدمرة للذات للتعامل مع الضغوطات. وبالتالي، ولذلك يمكن أن ينظر إلى الصمود على أنه منتج لقدرات المواجهة الناجحة.(هناء، عبد اللطيف، 2021،ص200)

3- نظرية تقييم الكائنات للنمو خلال المحن التكيف الإيجابي للأحداث الضاغطة):

تسمى هذه النظرية بالنظرية السيكلوجية الإيجابية للنمو خلال المحن، وتفترض النظرية أن الأفراد يكونوا مدفوعين بطريقة فطرية أو لديهم ميل فطري نحو إعادة وهيكلة بناء المحيط بهم في اتجاه متناغم مع المعلومات الجديدة المرتبطة بالصددمات التي يتعرضون إليها، وهذه الدافعية الفطرية تعتبر سمة أو ميزة للمعالجة الانفعالية المعرفية بعد الصدمة. وتضع النظرية ثلاث نواتج أو مخرجات محتملة للمعالجة المعرفية الانفعالية وهي التمثل وهي العودة إلى خط ما قبل الصدمة ، التكيف السلبي .التكيف الإيجابي ، وتوضح النظرية كيف أن هذه العملية ستقود أوتوماتيكيا إلى تحقيق التغيرات الإيجابية في الرفاهية النفسية، من خلال التكيف الإيجابي للمعلومات المرتبطة بالصدمة، بشرط أن البيئة الإجتماعية تكون قادرة على دعم عملية التكيف الإيجابي، بمعنى أن تكون قادرة على مقابلة الإحتياجات النفسية للأفراد.(هناء، عبد اللطيف ، 2021،ص201)

خصائص الأفراد ذوي الصمود الأكاديمي المرتفع

1 الطلاب الذين لديهم صمود أكاديمي هم طلاب يحافظوا على مستويات عالية من دافعية الإنجاز والأداء الأكاديمي بالرغم من وجود أحداث وظروف مجهدة تجعلهم معرضين لخطر سوء أدائهم في المدرسة ثم انقطاعهم عنها في النهاية (أشرف محمد، محمد عطية، 2011، ص573).

2 يتميز الأفراد الصامدون بمركز التحكم الداخلي ، وصورة الذات الإيجابية والتفاؤل وهي خصائص ينتج عنها الصحة النفسية والبدنية الأفضل لهؤلاء الأفراد ، السلوكيات التكيفية الأكثر إيجابية في مواجهة أحداث الحياة السلبية، كما أنها تعد وقائية ضد بداية اضطراب أي صدمة (أشرف محمد، محمد عطية، 2011، ص573).

يتصفون بالإحساس بالهدف في الحياة، والشعور بالانتماء، والانفعال الإيجابي ، ومهارات حل المشكلات والمرونة والقدرة على تقبل المشاعر السلبية والتعامل معها، والقدرة على مواجهة الضغوط، وتقدير الذات المرتفع، والتواصل الجيد والقدرة على إقامة علاقات مع الآخرين (أشرف محمد، محمد عطية، 2011، ص584).

إن سمات الأفراد الصامدين القدرة على التكيف مع التغيير ، المقبولية، القدرة على الانفعال الإيجابي، مهارات التفكير النقدي، المرونة مهارات التواصل الجيدة، السعادة، تقدير الذات المرتفع خبرات عالية التفاؤل التوقعات العالية الوظيفة العقلية العالية، مركز التحكم) الداخلي، الانفتاح على الخبرة الصبر، القبول الإيجابي للتغيير، ومهارات حل المشكلات (محمد الرفاعي، كمال حمد ، 2019، ص837).

أن من خصائص الصامدون نفسياً أنهم يتميزون بمستوى عال من دافعية الإنجاز والسلامة النفسية، وأنهم قادرين على مواجهة الشدائد والصعاب وترتفع لديهم فعالية الذات والمثابرة والسعي نحو الإنجاز وتجنب الفشل (محمد الرفاعي ، كمال أحمد، 2019 ص838).

2-العوامل المؤثرة في الصمود الأكاديمي

من خلال الصمود الأكاديمي، يتأثر الصمود الأكاديمي بالعديد من العوامل الوقائية التي تسهم في تلطيف الآثار الناجمة عن الأحداث الضاغطة، وتعد بمثابة عوامل مهمة للنجاح الأكاديمي وهي:

أولاً: العوامل الشخصية، وتتمثل في التقييم الإيجابي للذات الأكاديمي، والشعور بالتحكم في النجاح والفشل، والثقة في المهارات المعرفية الخاصة والتحصيل الأكاديمي المرتفع، والدافعية وتقدير الذات المرتفع، والتعاطف ومهارات حل المشكلات، ووجهة الضبط الداخلية، والتفكير الناقد، والحكم الذاتي والشعور بالهدف، وإدارة الوقت.

ثانيا: العوامل البيئية وتتمثل بوجود شبكة داعمة من أفراد العائلة الأصدقاء، الجيران، والأكاديميين الذين تتوفر لديهم الأدوات التي تدعم النجاح الأكاديمي.

ثالثا: العوامل الأسرية وتتمثل في المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة الاحتواء الوالدي، ومستوى تعليم الوالدين

رابعا: عوامل الخطورة البيئية وتتمثل في الفقر، الصراع الأسري، التسلط، نقص المهارات الدراسية الإيجابية.

خامسا: عوامل الوقاية البيئية وتتمثل في المهارات الوالدية الإرشاد الأسري، وفرصة المشاركة الفعالة في الأسرة، والتواصل القائم على الاحترام، وإمكانية توفر القدوة.(الصراصرة، 2023،ص373)

2.7.2. اليقظة العقلية:

1.2.7. مكونات اليقظة العقلية :

و تتمثل في : (بولفعة، بويلال، 2020، ص20-21):

الوعي والقبول : البشر بحاجة للقبول ليكونوا قادرين على العمل مع ما يحدث من مواقف مختلفة في حياتهم فاليقظة تمثل في الواقع أرضية صلبة يمكن من خلالها تقبل تجارب الحياة دون فقد التوازن و الوعي هو تسجيل للمحفزات ويتضمن الحواس الجسمية المادية وأنشطة العقل والاتصال المباشر مع الواقع

المرونة في الوعي والانتباه : المرونة هي سمة ضرورية من سمات اليقظة العقلية والتي تعني القدرة على تغيير الحالات الذهنية بتغيير المواقف وهذا يعني بدوره القدرة على تقديم أفكار حول استجابات لا تنتمي إلى فئة معينة أو مظهر معين .

الاستمرارية في الوعي والانتباه : تعد اليقظة العقلية هي القدرة الكامنة للفرد وفي بدايات حالات اليقظة قد تكون سريعة او غير نظامية أو مستمرة فاستقرار الوعي والانتباه يساعد في التخلص من المفاهيم الخاطئة والأفكار والانفعالات السلبية

2.3.7. مقومات اليقظة العقلية :

و تتمثل في : (بولفعة،بويلال، 2020،ص22)

وضوح الوعي : وهو تسجيل للمحفزات الجسمية المادية وحرارة الحواس وأنشطة العقل والاتصال المباشر مع الواقع

المرونة في الوعي للانتباه والاستقرار : وهي القدرة على تغيير الحالات الذهنية بتغيير المواقف وعدم الجمود على المؤلف وتقديم أفكار حول استجابات لا تنتمي لفئة واحدة .

الاستمرارية في الوعي للانتباه والاستقرار : وهي صفات للوعي والانتباه وهي غير معهودة عند معظم الناس .

3.3.7. أبعاد اليقظة العقلية :

تشير لانجر (1989) إلى أن اليقظة العقلية تتألف من أربعة أبعاد وهي : (المغربي، 2020، ص 22):
التمييز اليقظ :يشير هذا البعد إلى كيفية رؤية الفرد للأشياء وابتكاره للأفكار الجديدة ؛ فالتمييز اليقظ يجعل الفرد ينتج أفكارا جديدة وإبداعا متواصلًا للأفكار .

الانفتاح على الجديد :هو إحساس الفرد ومعرفته بالمشيريات الجديدة والتفاعل معها، فهو لا يعني المخاطرة ففي الوقت الذي يكون فيه الفرد منفتحًا على الطرق الجديدة يكون في ذات الوقت على وعي بعواقب السلوك فلا يخاطر لأن سلوكه اليقظ يجعله يقيم الأفكار بشكل جيد وفي الوقت المناسب .

الوعي بوجهات النظر المتعددة :ويعني القدرة على النظر للموقف بروى مختلفة دون توقف عند رأي ، مما يمكنه من الوعي التام للموقف ، مع اتخاذ الرأي المناسب

كما أشار germer (2005) إلى أن اليقظة الذهنية تتكون بشكل عام من ثلاثة

أبعاد: (الوعي ، التجربة الحالية ، القبول)، فيما ذهب (بيير و آخرون 2006)

ليحدد خمسة أبعاد لليقظة تفسرها بوضوح وهي:

- عدم التأثر بالتجارب الداخلية
- مراقبة وملاحظة ، والإصغاء للإحساس والتصور والمشاعر والتفكير .
- التصرف بوعي .

-الوصف مع الكلمات .

_ الحكم من خلال التجربة

4.3.7. مزايا اليقظة العقلية :

من بين مزايا اليقظة العقلية أنها تساعد الفرد على:

- التعامل بحساسية أكثر مع البيئة .
- الانفتاح على المعلومات الجديدة .

-استحداث فئات جديدة.

-زيادة الوعي بوجهات النظر المتعددة ثم المساهمة في حل المشكلات .

5.3.7. أهمية اليقظة العقلية:

شهدت العقود الثلاثة الماضية اهتماما شعبيا وأكاديميا بالفوائد المتعددة لليقظة العقلية وأثر تطبيقاتها في المجالات المختلفة وذلك نظرا للأهمية التي تتميز بها وفيما يلي سنذكر بعض منها:

اليقظة العقلية عملية حيوية تكمن أهميتها في كونها إحدى المتطلبات الرئيسية للعديد من العمليات العقلية كالتذكر والادراك ، التفكير و التعلم ، فمن دونها قد لا تحدث كل العمليات السابقة الذكر؛ مما قد يتعرض الفرد للوقوع في العديد من لأخطاء سواء على صعيد عملية التفكير أم على صعيد السلوك وتفسيره، كما أنها تعمل على زيادة الادراك من خلال تعزيز الوعي وملاحظة الذات ، وزيادة تدفقا لافكار . (مطلق ، 2019 ، ص 648) .

تتيح اليقظة الذهنية للأفراد القدرة على النظر في الاشياء بطريقة جديدة ومدروسة (مخامرة ، 2018 ص 19) .

6.3.7. عناصر اليقظة العقلية : وتتمثل في أربعة عناصر : (دغوش، 2021، ص 82-83).

اليقظة العقلية المعرفية : والتي تحدث عندما يتحرر العقل ومن الرغبة و الكراهية والتجاهل حيث تشير الرغبة إلى المشاعر الموجهة تجاه الأشياء سواء كانت مادية أو غير مادية وغالبا ما تكون هذه الرغبات مصدر للألم والمعاناة النفسية، ويرجع ذلك كونها تدفع الفرد إلى الوفاء بها أما الكراهية فتنتج من مشاعر الغضب أو التوتر أو الضغط وتكون موجهة إلى شخص أو موقف معين وتكون هي أيضا مصدرا للمعاناة النفسية وثالث المصادر المسببة للمعاناة النفسية هو التجاهل وغالبا ما ينشأ من المشاعر غير الواضحة التي تقود جمود الانفعال.

اليقظة العقلية الانفعالية: وتهدف إلى فهم أفضل للانفعالات سواء أكانت إيجابية أو سلبية فبدون

اليقظة العقلية يمكن أن تحدث هذه الانفعالات أفكار عقلية تؤثر على انفعالات الفرد وجسمه.

اليقظة العقلية الجسمية: التي تتضمن التأمل والوعي بالجسم وكيفية توظيفها في تنمية التركيز بما

يسهم بالتحكم بالنفس بطريقة غير مباشرة حيث يعد الاسترخاء مظهر أساسي لممارسة اليقظة العقلية الجسمية

اليقظة العقلية للظواهر الطبيعية: والتي تتضمن إدراك الفرد لجميع الظواهر على أنها تحدث بطريقة

ثابتة مما يحد من معاناة النفسية ويزيد من فرص النمو النفسي السليم.

7.3.7. نظريات اليقظة العقلية :

وهي كالآتي : (دغوش، 2020، ص547-549):

1-نظرية ايلين لانجر :درست ايلين سلوك اليقظة الذهنية عن طريق ملاحظة السلوك اليومي لناس في مسارات متعددة كالطلبة والمتقاعدين ورجال الأعمال، وقد طورت نظريتها بناء على البحوث المتعلقة بالسلوك البشري حيث لا يقتصر على حالة الرضا فقط بل هو أسلوب لمواجهة الحياة مواجهة كاملة وقد افترضت هذه النظرية أن جميع قابليات الأفراد محدودة نتيجة لتقبل الابداعات لإدراكية وقد توصلت بعد عديد الدراسات إلى فهم كيفية عمل اليقظة العقلية لدى الفرد وكيف تختلف عن المفاهيم الأخرى .فهى ترى أن اليقظة العقلية هي حالة من الوعي تتصف بالتميز النشط لرسم الاحداث التي تترك الفرد منفتحاً لكل ما هو جديد .

ووفقاً للانجرفان السلوك اليقظ يتكون من خمس اشكال للتفاعل مع البيئة والعالم المحيط وهي : تكوين فئات جديدة وتحديث القديمة وتعديل السلوك التلقائي ويؤدي هذا التعديل إلى مزيد من النتائج المرغوبة ففي بعض الحالات يمنع التقييد التلقائي للمهام من النمو و التحسناً لأخذ بوجهات النظر الجديدة ما يشكل للأفراد آراء تقوم على الانطباعات الأولى ويتمسكون بها وتسميه لانجر الالتزامات الإدراكية غير الناضجة . وأخيراً التأييد على العملية بدل النتيجة أي كيف أقوم بذلك بدلاً من هل يمكنني القيام بذلك وذلك بغية الانتباه إلى تحديد الخطوات اللازمة .

2- نظرية الوعي الذاتي التأملي : ترى هذه النظرية أن الافراد يكونون يقظين لحالاتهم الداخلية

وسلوكلهم من اجل مواصلة تحقيق أهدافهم وأن اليقظة العقلية توجه النظم نحو تجربة عقلية وانفعالية وجسمية والذي يعد أساسي في تطور المعرفة الذاتية وأن الفرق بين الانتباه اليقظ والانتباه التأملي يتعلق بنوعيه وطبيعة الانتباه ويمثل الوعي قدرتين أساسيتين هما التمكين والسيطرة اذ تؤكد هذه النظرية على الدور الأساسي للسيطرة الواعية للتجربة وإن الكائن الواعي يحدد المثيرات التي يراقبها وفقاً للاهتمامات والاهداف كي يؤدي كل من الوعي والانتباه دوره في اختيار الهدف و المتابعة لتحقيقه

3- نظرية تقرير المصير : ترى هذه النظرية أن الوعي المتفتح له قيمة كبيرة في تيسير اختيار

السلوكيات المنسجمة مع حاجيات الفرد وقيمه واهتماماته وتؤكد هذه النظرية أن الحاجة إلى اليقظة العقلية تحدث لدى الفرد عندما تكون حالة التنظيم الذاتي في مستوى منخفض للإعادة بناء التواصل بين عناصر أي نظام مثل العقل والجسم والفكر والسلوك وترى هذه النظرية أن اليقظة العقلية ربما تسهل عملية الذاكرة

من خلال تنظيم النشاط واشباع الاحتياجات النفسية الأساسية ووفقا لهذه النظرية فإن الأشخاص المتيقظين عقليا يكونون اثر تذكرنا من الأشخاص المنخرطين في اعمال تشتت الانتباه .

8. الدراسات السابقة والتعليق عليها:

1.8. الدراسات السابقة:

1.1.8. الدراسات المتعلقة بالصمود الأكاديمي

الدراسات العربية

✓ دراسة أسماء نايف الصرايرة 2023

بعنوان الصمود الأكاديمي وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة حيث هدفت الدراسة إلي التعرف علي مستوى كل من الصمود الأكاديمي والكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة الجامعة، والتعرف إلى مستوى الفروق في هذين المتغيرين تبعًا لمتغير الجنس (ذكور، إناث)، ونوع الكلية (علمية، إنسانية)، والسنة الدراسية (أولى، ثانية، ثالثة، رابعة)، كما هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصمود الأكاديمي والكفاءة الذاتية، إضافة إلى معرفة القدرة التنبؤية للصمود الأكاديمي في الكفاءة الذاتية المدركة، وتكونت عينة الدراسة من (728) طالبا وطالبة من طلبة جامعة مؤتة، ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة بإعداد أداتين لقياس كل من الصمود الأكاديمي، والكفاءة الذاتية المدركة، اكشفت النتائج عن وجود مستوى متوسط للصمود الأكاديمي والكفاءة الذاتية المدركة لدى أفراد العينة أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي والكفاءة الذاتية المدركة تُعزى لمتغير السنة الدراسية إذ جاءت لصالح طلبة السنة الرابعة، أما الفروق المتعلقة بنوع الكلية فقد جاءت لصالح طلبة الكليات العلمية، في حين لم تظهر فروق ذات دلالة تُعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين الصمود الأكاديمي والكفاءة الذاتية المدركة.

✓ دراسة مني عبد السلام بكري محمد 2021

بعنوان الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود الأكاديمي لدى طلبة الجامعة حيث هدفت الدراسة إلى استكشاف والتحقق من البنية العالمية والخصائص السيكومترية لمقياس الصمود الأكاديمي لدى عينة من طلاب جامعة أسوان بلغت (180) طالباً وطالبة، مستخدمة التحليل العاملي الاستكشافي، والتحليل العاملي التوكيدي، وتوصلت نتائج البحث أن المقياس يتكون من خمسة أبعاد وهي الدافعية الأكاديمية، التخطيط للمستقبل، الإصرار حل المشكلات التوجيه الداخلي)، كما تمتع المقياس بثبات مرتفع، واتساق داخلي وصدق مرتفع.

✓ دراسة رسميه بنت فلاح بن قاعد العتيبي 2021

بعنوان الصمود الأكاديمي وعلاقته بالكفاءة الذاتية لدى طالبات الدراسات العليا حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصمود الأكاديمي لدى طالبات الدراسات العليا، كما هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الصمود الأكاديمي والكفاءة الذاتية لديهم طبقاً للفئة العمرية، وكذلك امكانية التنبؤ بالصمود الأكاديمي من خلال الكفاءة الذاتية للطالبات، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، كما تكونت عينة الدراسة من (300) طالبة من طالبات الدراسات العليا بجامعة الملك سعود والإمام، واستخدمت الباحثة مقياس الصمود الأكاديمي ومقياس الكفاءة الذاتية من إعداد الباحثة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى مرتفع من الصمود الأكاديمي لدى الطالبات عينة الدراسة، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية طردية قوية بين الصمود الأكاديمي والكفاءة الذاتية لدى الطالبات، ووجود فروق في مقياس الصمود الأكاديمي بين مجموعات الطالبات لصالح الفئة العمرية الأكبر، وكذلك وجود فروق في مقياس الكفاءة الذاتية بين مجموعات الطالبات لصالح الفئة العمرية الأكبر.

✓ دراسة وفاء كنعان خضير 2019

بعنوان الصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعة تكرت حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير التخصص (علمي- إنساني) والتعرف على مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور-إناث)، حيث تكونت عينة البحث من (260) طالب وطالبة من جامعة تكرت، واستخدمت مقياس الصمود الأكاديمي من إعداد الباحثة حيث توصلت إلى النتائج أن طلبة الجامعة يتمتعون بالصمود الأكاديمي لمواجهة المشكلات والمحن بمستوى عال وبمتوسط حسابي (180.27)، كما تبين أن طلبة الكليات الإنسانية لديهم صمود أكاديمي أعلى من الكليات العلمية في حين أن طلاب الجامعة لمقياس الصمود الأكاديمي أفضل من طالبات الجامعة.

✓ دراسة بلبل (2019)

بعنوان الصمود الأكاديمي وعلاقته باليقظة العقلية وضغوط الحياة المدركة حيث هدفت الدراسة التعرف إلى الفروق بين منخفضي ومرتفعي اليقظة العقلية في كل من الصمود الأكاديمي وضغوط الحياة المدركة، ومدى تأثير كل من الجنس (ذكور، إناث) والمستوى الدراسي (أولى ثانية ثالثة رابعة والتفاعل بينهما، بالإضافة إلى الكشف عن العلاقة بين اليقظة العقلية وكل من الصمود الأكاديمي وضغوط الحياة المدركة. استخدمت الباحثة ثلاثة مقاييس مقياس اليقظة العقلية، ومقياس الصمود الأكاديمي، ومقياس ضغوط الحياة المدركة من إعداد الباحثة ، وتكونت عينة الدراسة من (326) طالب، وتوصلت الدراسة

إلى وجود فروق بين منخفضي ومرتفعي اليقظة العقلية في الصمود الأكاديمي لصالح مرتفعي اليقظة العقلية، ووجود فروق في الجنس في كل من الصمود الأكاديمي وضغوط الحياة المدركة لصالح الإناث، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين اليقظة العقلية والمثابرة والتأمل والدرجة الكلية للصدوم الأكاديمي.

✓ دراسة زكي هناء محمد وآخرون 2019

بعنوان فاعلية برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية في تحسين الصمود الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، حيث هدفت الدراسة إلى إعداد برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية لطلاب المرحلة الجامعية والكشف عن فعالية البرنامج المقترح في تحسين أبعاد الصمود الأكاديمي والدرجة الكلية، و تكونت عينة الدراسة من (60) طالبا وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة بنها، تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة اشتملت أدوات الدراسة على مقياس اليقظة العقلية إعداد كمال إسماعيل 2018 ومقياس الصمود الأكاديمي إعداد ترجمة الباحثين، والبرنامج التدريبي المقترح تم استخدام اختبار (ت) واختبار مربع إيتا للتحقق من صحة الفروض، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى فعالية البرنامج التدريبي في تحسين أبعاد الصمود الأكاديمي وهي (الدأب، ورد الفعل وطلب المساعدة التكيفي، وتجنب الوجدان السالب وتجنب الاستجابة الانفعالية السالبة).

الدراسات الأجنبية

✓ دراسة كاسي (Cassidy 2015)

بعنوان الصمود الأكاديمي والكفاءة الذاتية الأكاديمية حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الصمود الأكاديمي والكفاءة الذاتية الأكاديمية والكشف عن العوامل المنبئة للصدوم الأكاديمي تكونت عينة من (435) طالبًا من طلاب الجامعات البريطانية، تم استخدام مقياسي الكفاءة الذاتية الأكاديمية والصدوم النفسي من إعداد الباحث وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصمود الأكاديمي والكفاءة الذاتية، كما توصلت الدراسة إلى إمكانية التنبؤ بالصدوم الأكاديمي من خلال متغير الكفاءة الذاتية الأكاديمي

✓ دراسة لي وينغ (2019)

بعنوان العوامل المؤدية إلى تنمية الصمود الأكاديمي لدى عينة من الطلاب حيث هدفت الدراسة إلى استكشاف العوامل المؤدية إلى تنمية الصمود الأكاديمي لدى عينة من الطلاب، طبقت الدراسة على عينة قوامها (1720) من الطلاب الريفيين بالصين، ومن الأدوات تم استخدام استبيان الصمود الأكاديمي من

إعداد الباحث وتوصلت النتائج إلى وجود أثر فعال لأسلوب المعاملة الوالدية على تنمية الصمود الأكاديمي لدى الطلاب.

✓ دراسة (Ramezanpouret al, 2019).

بعنوان قياس الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود الأكاديمي (ARS-30) بنسخته الإيرانية، حيث هدفت الدراسة إلى التحقق من صحة وموثوقية مقياس الصمود الأكاديمي (ARS-30) ، طبقت الدراسة على عينة مكونة من (409) من طلاب المدارس الثانوية قاموا بأداء مقياس الصمود الأكاديمي ومقياس التنظيم الذاتي وتوصلت النتائج بتحليل العوامل المحتوى المقياس من حيث المكونات الرئيسية أن هناك ثلاثة عوامل تمثل المثابرة والتأمل والبحث عن المساعدة التكيفية والأثر السلبي والاستجابة العاطفية، كما أظهر تحليل الاتساق الداخلي أن العبارات المتعلقة بكل عامل من العوامل أعلاه لها الارتباط الأكثر دلالة مع الدرجة الإجمالية لهذا العامل كما كان هناك أيضاً ارتباط كبير بين درجات كل عامل. والنتيجة الإجمالية. تم حساب موثوقية هذا المقياس من خلال معامل ألفا كرونباخ وطريقة إعادة الاختبار. وبشكل عام، أظهرت النتائج أن مقياس الصمود الأكاديمي له خصائص سيكو مترية جيدة ويمكن استخدامه كأداة صالحة وموثوقة لقياس الصمود الأكاديمي عند الطلاب.

2.1.8. الدراسات المتعلقة باليقظة العقلية :

1.2.1.8. الدراسات العربية :

✓ دراسة الحربي 2021:

وتناولت مستوى اليقظة العقلية لدى طالبات كلية التربية بجامعة أم القرى في ظل جائحة كوفيد-19-

وهدفنا لتعرف على مستوى اليقظة العقلية لدى طالبات كلية التربية والكشف عن الفروق في

مستوى اليقظة العقلية التي تعزى إلى -:متغير المرحلة الدراسية والتحصيل الدراسي. وقد اعتمدت على

المنهج الوصفي التحليلي . وتمثلت عينتها في طالبات كلية التربية وبلغ عددها 217 طالبة أما أدواتها

فكانت مقياس اليقظة العقلية المعد من طرف الباحثة وهو مكون من 38 عبارة موزعة على خمسة أبعاد

وهي :- الملاحظة - الوصف - العمل نوعي - عدم الحكم على الخبرة الذاتية- عدم التفاعل مع

الخبرة الذاتية .

وتوصلت نتائجها إلى: مستوى اليقظة العقلية كان متوسطا لدى الطالبات، وجود فروق ذات دلالة

تعزى لمتغير المرحلة الدراسية ولصالح الطالبات ،وجود فروق ذات دلالة تعزى للتخصص

الدراسي لصالح تخصص الادارة التربوية والتخطيط وجود فروق دالة تعزى لمتغير التحصيل الدراسي

لصالح الطالبات ذوات التحصيل الدراسي المرتفع

✓ دراسة احمد 2020 :

وكانت بعنوان تحليل مسار العالقات السببية المباشرة وغير المباشرة بين الاتجاه نحو التعلم بالأجهزة المحمولة و اليقظة العقلية والتنظيم الذاتي الأكاديمي والتوجه نحو الهدف والإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ الصف الثالث اعدادي .وقد هدفت الدراسة إلى :تحليل مسار العلاقات السببية المباشرة وغير المباشرة بين الاتجاه نحو التعلم بالأجهزة المحمولة واليقظة العقلية والتنظيم الذاتي الأكاديمي والتوجه نحو الهدف والانجاز الأكاديمي لدى تلاميذ الصف الثالث إعدادي .واعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من 312 تلميذ وتلميذة متوسط أعمارهم 15.1 سنة و تم بناء أدوات الدراسة التالية من طرف الباحثة وهي :الاتجاه نحو التعلم بالتابلت مقياس اليقظة العقلية مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي مقياس التوجه نحو الهدف مقياس الإنجاز الأكاديمي توصلت نتائج الدراسة إلى: وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائيا لكل من تنظيم الذاتي الأكاديمي وتوجهات أهداف -الافتقان والاقدام-)والانجاز الأكاديمي في الاتجاه نحو التعلم بالتابلت المدرسي ، كما توصلت إلى وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائيا اليقظة العقلية في التنظيم الذاتي الأكاديمي. ويوجد تأثير مباشر موجب دال إحصائيا لكل من تنظيم الذاتي الأكاديمي والتوجهات والاهداف (الاداء والاقدام) في الإنجاز الأكاديمي ،وجود تأثير غير مباشر دال احصائيا لليقظة العقلية في كل من الإنجاز الأكاديمي والاتجاه نحو التعلم بالتابلت المدرسي عبر التنظيم الذاتي الأكاديمي .

✓ دراسة الشهاوي 2020:

بعنوان اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين فعالية ذات الأكاديمية والصمود النفسي لدى عينة من الطالب الجامعة المكوفين .
وهدفتم الدراسة الكشف عن العلاقة الارتباطية بين اليقظة العقلية والفعالية الذات الأكاديمية لدى طالب الجامعة المكوفين ، والتعرف على العلاقة الارتباطية بين اليقظة العقلية والصمود النفسي لدى طالبا لجامعة المكوفين، والكشف عن العلاقة الارتباطية بين فعالية ذات الأكاديمية والصمود النفسي لدى طالب جامعة المكوفين، توضيح الفروق بين الجنسين في اليقظة العقلية لدى طالب جامعة المكوفين.
-التحقق من دور اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين فعالية الذات الأكاديمية والصمود النفسي لدى طالب بجامعة المكوفين واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت العينة من 100 طالب وطالبة مكوفين، أما أدواتها فهي مقياس اليقظة العقلية من إعداد الباحث ومقياس الصمود النفسي من

إعداد الباحث، ومقياس فعالية الذات إعداد حمدي (2013)، و أظهرت نتائج الدراسة وجود عالقة ارتباطيه موجبة دالة بين درجة فعالية الذات الأكاديمية والصمود النفسي لدى الطالب المكفوفين، وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين درجة اليقظة العقلية والصمود النفسي، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في إبعاد اليقظة العقلية والدرجة الكلية، دلالة الدور الوسيط لدى اليقظة العقلية في العلاقة بين فعالية الذات الأكاديمية والصمود النفسي لدى الطالب المكفوفين .

✓ دراسة بهنساوي 2020:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العالقة بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي لدى طالب الجامعة التعرف على الفروق في كل من اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي في ضوء متغيرات النوع (ذكر، أنثي) أو التخصص العلمي (علمي أم أدبي) (والفرقة الدراسية) الأولى، الثانية، الثالثة، الرابعة، التعرف على مدى إسهام اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي التعرف على مستوى اليقظة العقلية ومستوى النهوض الأكاديمي، وتكونت العينة من 836 طالبا وطالبة من كلية التربية جامعة بني سويف واعتمدت على المنهج الوصفي الارتباطي، واشتملت أدوات الدراسة مقياس اليقظة العقلية من إعداد الباحث، مقياس النهوض الأكاديمي من إعداد الباحث.

توصلت الدراسة إلى أن كل من اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي مستواهما مرتفع وعدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي تعزى لمتغير النوع و متغير التخصص العلمي و متغير الفرقة الدراسية، وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي وأن اليقظة العقلية تسهم في التنبؤ بشكل متوسط بالنهوض الأكاديمي حيث أنها تفسر نسبة 47 بالمئة من التباين الحاصل في النهوض الأكاديمي .

✓ دراسة عبد اللطيف 2020 :

والتي تناولت الإسهام النسبي لمظاهر اليقظة في التنبؤ بالعرضة للملل لدى الطالب الجامعيين هدفت الدراسة إلى معرفة إلى أي مدى ترتبط اليقظة العقلية بمظاهرها الخمسة بالعرضة للملل لدى عينة الدراسة، معرفة إلى أي مدى تسهم اليقظة العقلية بمظاهرها الخمسة في التنبؤ بالعرضة للملل لدعينة الدراسة واعتمدت الدراسة على المنهج الارتباطي، تكونت العينة من 90 طالبا جامعيًا بالإعتماد على العينة القصدية بمتوسط عمري 20.5 سنة وانحراف معياري 0.95، تم استخدام مقياس الوجوه الخمسة اليقظة العقلية والمعد من طرف بيير وزملائه والمتكون من عوامل هي الملاحظة الوصف التصرف بوعي وعدم

الحكم على الخبرات وعدم التفاعل معها ،مقياس العرضة للملل والمعد من طرف" فارمر و سندروم " 0891 وقد ترجمه الباحث إلي العربية ،توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين العرضة للملل والدرجة الكلية اليقظة العقلية ومظاهرها الخمس فيما عدا عاملين الملاحظة وعدم التفاعل مع الخبرات كان عامل التصرف بوعي أكثر العوامل إسهاما في التنبؤ بالعرضة للملل، كما توصلت نتائج الدراسة إلى انخفاض مهارات التنظيم الذاتي لتفسير المشاعر السلبية المرتبطة بالعرضة للملل .

✓ دراسة مسحل 2019 :

بعنوان جودة الساعة البيولوجية كمنبئ باليقظة العقلية والشعور بالسعادة الإبداع الانفعالي لدى طلاب الجامعة .وهدفنا الدراسة إلى التعرف على تأثير الساعة البيولوجية على اليقظة العقلية والشعور بالسعادة والإبداع ،الكشف عن الفروق بين الجنسين في جوده الساعة البيولوجية التعرف على نسبة إسهام الساعة البيولوجية في اليقظة العقلية والشعور بالسعادة والإبداع الانفعالي ،اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي ،تكونت عينة البحث من طلاب الجامعة وكان عددهم 200 طالب وطالبة تتراوح أعمارهم بين 19 و 20 سنة أما أدواتها فهي -مقياس اليقظة العقلية (تعريب البحري(2014))،ومقياس الشعور بالسعادة (تعريب السيد أبو هاشم 2010) ،مقياس جودة الساعة البيولوجية إعداد الباحثة ،مقياس الإبداع الانفعالي إعداد الباحثة ،وتوصلت نتائجها إلى وجود علاقة دالة إحصائية موجبة بين جودة الساعة البيولوجية و اليقظة العقلية والشعور بالسعادة الإبداع الانفعالي لدى طالب الجامعة ،وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات جودة الساعة البيولوجية وفقا لمتغير النوع (ذكور - إناث) لصالح الإناث كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات مرتفعي ومنخفضي جوده الساعة البيولوجية لصالح مرتفعي الساعة البيولوجية كما ظهرت النتائج تباين إسهاممتغير اليقظة العقلية والشعور بالسعادة والإبداع الانفعالي بنسب مختلفة ودالة إحصائية في التنبؤ بجودة الساعة البيولوجية لدى طالب الجامعة .

2.2.1.8. الدراسات الأجنبية :

✓ دراسة شلورت و آخرون (short and all 2015)

بعنوان الدور الذي يمكن أن يقوم به تنظيم الذات في التأثير في العلاقة بلن اليقظة العقلية والسعادة والرضا عن الحياة ، وذلك على عينة تكونت من 77 طالبا جامعييا ملن كندا ، بلغ متوسط أعمارهم 20 عاما وقد طبق الباحثون مقياس العوامل الخمسة من إعداد all et bear ومقياس إدارة الذات من إعداد mezo 2009 ومقياس الإنفعال السالب و الموجب إعداد Tellegen&Clark ،

(Waston 1988) كشفت النتائج أن تنظيم الذات متغير وسيط في العلاقة بين اليقظة العقلية و الإنفعال الموجب، كما أوضحت النتائج أن الأبعاد الخمس لليقظة العقلية ارتبطت بالسعادة والرضا عن الحياة .

✓ بيلدجوم وكيلي (Keye & Pidgeon 2014)

دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين اليقظة العقلية، والرضا عن الحياة والمرونة النفسية وتكونت عينة الدراسة من 141 طالبا جامعيًا ، وتم تطبيق مقياس الرضا عن الحياة من إعداد (1985 Emmons & Diener) ومقياس اليقظة العقلية من إعداد Ryan & Brown, 2003 وقائمة المرونة النفسية من إعداد Hiw and all 2000 وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية والرضا عن الحياة، والمرونة النفسية لدى عينة الدراسة .

✓ دراسة كريستوف وجيلبرت (Gilbert & Christopher 2010):

هدفت هذه الدراسة إلى قياس اليقظة العقلية في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب الدراسة الإعدادية مؤلفة من 365 طالبا وطالبة أظهرت نتائج الدراسة أن جميع مكونات اليقظة العقلية وهي الملاحظة والوصف والوعي والتقبل ترتبط إيجابياً بتقدير الذات والرضا عن الحياة وترتبط سلبياً بالإدراكات السلبية وإن مكون الملاحظة فقط احد مكونات اليقظة العقلية تتنبأ بتقدير الذات والرضا عن الحياة في حين أن التقبل بالإدراكات السلبية .

✓ دراسة فرانكو و كاليكو franco and gallego 2011

بعنواناثر اليقظة العقلية على الأداء الأكاديمي والقلق ومفهوم الذات هدفت الدراسة إلي كشف عن أثر اليقظة العقلية على الأداء الأكاديمي فضلا عن الزيادة في أبعاد مفهوم الذات وانخفاض القلق كسمة .

2.8. التعليل على الدراسات السابقة:

- من حيث الهدف: اتفقت الدراسات عمارة توفيق ورحو عمر (2023)، رمانة عيسى (2020)، بوحناني مصطفى وبوشلاغم يحي (2017) ودراسة عفانة انتصار وزيدان عفيفة (2007). كما اتفقت معظم الدراسات دراسة الحربي 2021 . دراسة احمد 2020 . دراسة الشهاوي 2020 مع دراستنا الحالية من حيث الهدف وهو الكشف عن العلاقة بين متغير اليقظة العقلية و متغيرات أخرى مختلفة و الكشف عن مستوى تأثير أوتأثر اليقظة العقلية على متغيرات أخرى .

- من حيث العينة: اختلفت الدراسات من حيث العينة عفانة إنتصار وزيدان عفيفة استخدموا (68) طالبا وطالبة، بوحناني مصطفى وبوشلاغم يحي (60) تلميذ وتلميذة، ودراسة رمانة عيسى تمثلت عينتها (17) تلميذ مجموعة البحث التجريبية و(17) تلميذ كعينة ضابطة، دراسة عمارة توفيق ورحو عمر تناولت (40) تلميذا.

كما تناولت دراسة الحربي 2021 عينة من 217 طالبة، دراسة احمد 2020 عينة من 313 تلميذ وتلميذة، دراسة مسحل 2018 عينة من 200 طالب وطالبة

- من حيث الأداة: اتفقت جميع الدراسات حول الأداة المستخدمة وهو مقياس للدراسة على حسب اختلاف المتغيرات واهداف الدراسة

- من حيث النتائج: اختلفت الدراسات فكل دراسة من الدراسات توصلت إلى نتيجة باختلاف المتغيرات الوسيطة واستجابة العينة . اختلاف بيانات الدراسات .

اتفقت معظم الدراسات أن لليقظة العقلية تأثير كبير عل متغيرات أخرى وأنها كذلك تتأثر بمتغيرات مختلفة كالجنس . التخصص . ابعاد اليقظة العقلية . المستوى الدراسي ... الخ

- من حيث الأساليب الإحصائية: اختلفت الدراسات من حيث الأساليب الإحصائية فكل دراسة اعتمدت على أساليب إحصائية مختلفة تخدم أهدافها المحددة .

من خلال الدراسات السابقة يمكن الاستفادة منها في: بعد البحث في الدراسات التي تجمع بين اليقظة العقلية والضمود الأكاديمي عند طلبة الجامعة نخلص إلى قلة الدراسات الجامعة بين هذين المتغيرين وبالتالي تأتي هذه الدراسة لسد فجوة بحثية أخرى و ممهدة لدراسات جديدة في هذا المجال .

اختلفت جميع الدراسات من ناحية الهدف والعينة والنتائج والأساليب الإحصائية مع دراستنا لكن نجد أننا استفدنا من الدراسات السابقة في:

- زودتنا الدراسات السابقة بالتراث النظري الذي ساهم في اثناء ومصادر المعلومات حول النظريات , التعاريف... الخ . رغم ازدياد الرغبة في البحث فيها إلى أننا لاحظنا نقصا من جانب تأليف الكتب المتعلقة بهذا المتغير و شرح تفاصيله ... الخ .

- استطعنا تمييز الأساليب الإحصائية الأنسب للدراسة التي تحقق اهداف البحث ومعرفة المنهج الأنسب الذي يحدد خطة العمل للإجابة على الفرضيات المطروحة .

- استفدنا من ناحية المساعدة في الصياغة الدقيقة للعنوان

-اغلب الدراسات استعملت مقاييس إما عربية أو أجنبية وهذا ما ساعدنا في الاقتداء بها و استعمالها في
دراستنا الحالية .

ثانياً: الدراسة الميدانية

الفصل الثاني: الطريقة والأدوات

تمهيد.

أولاً: الدراسة الاستطلاعية.

- 1.1. أهداف الدراسة الاستطلاعية.
- 2.1. حدود الدراسة الاستطلاعية.
- 3.1. خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية.
- 4.1. إجراءات بناء أداة الدراسة.
- 5.1. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

ثانياً: الدراسة الأساسية.

- 1.2. منهج الدراسة.
- 2.2. مجتمع الدراسة الأساسية وعينتها.
- 3.2. حدود الدراسة.
- 4.2. وصف شامل لأدوات الدراسة.
- 5.2. تقنيات المعالجة الإحصائية المستعملة.

خلاصة.

تمهيد:

بعد ما تطرقنا للجانب النظري لهذه الدراسة المتعلقة بالصمود الأكاديمي واليقظة العقلية، وحددنا الإشكالية وفرضيات البحث ، سنتطرق في هذا الفصل إلى الجانب التطبيقي لمحاولة اختبار الفرضيات وذلك بالاعتماد على تطبيق أدوات الدراسة التي تساعدنا على جمع المعلومات ولقد شمل هذا الفصل مايلي : الإطار الزمني والمكاني للدراسة، منهج الدراسة ، الدراسة الاستطلاعية ، عينة الدراسة ، أدوات الدراسة ، تطبيق الدراسة الأساسية والأساليب الإحصائية التي نعتمد عليها في تحليل وتفسير ومناقشة النتائج.

أولا الدراسة الإستطلاعية

تعرف الدراسة الإستطلاعية أنها الدراسة الأولية للتجربة قبل الدراسة الأساسية لأي بحث علمي.

هي دراسة مبدئية أو مدخل للبحث النهائي التي تهدف إلى تهيئة الظروف والوسائل والإمكانيات للدراسة النهائية (بشنة، بعموشة ، 2020، ص119).

1.1. أهداف الدراسة الاستطلاعية.

تكتسي الدراسة الاستطلاعية أهمية بالغة في البحث العلمي إذ تعتبر دراسة أولية له، حيث تهدف إلى التحقق من صلاحية أدوات جمع المعطيات التي سيستخدمها الباحث في بحثه ومعرفة مختلف الصعوبات والنقائص المسجلة أثناء التطبيق لتداركها فيما بعد ولهذا أجريت الدراسة الاستطلاعية من أجل تحقيق عدة أهداف هما:

- النزول إلى الميدان لمعاينة الواقع والتعرف المسبق للظروف المحيطة بعملية التطبيق وبالتالي تجنب الوقوع في الأخطاء أثناء إجراء الدراسة الأساسية .
- حساب الخصائص السيكومترية الصدق والثبات.
- جمع المعلومات والبيانات عن العينة.
- اختبار الفرضيات البحثية
- التعرف على الصعوبات التي قد يعترض لها الباحث ليتفادها في الدراسة

2.1. حدود الدراسة الاستطلاعية.

تم إجراء الدراسة الإستطلاعية بجامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريريج في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس ذلك يوم الثلاثاء 25 فيفري 2025.

3.1. خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية...

بلغ عدد أفراد العينة (30) طالبا وطالبة من جميع مستويات كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس بكل تفرعاته (مدرسي، عيادي) طور ماستر وطور ليسانس جامعة محمد البشير الابراهيمى برج بوعرييج.

4.1. إجراءات بناء أداة الدراسة..

تمت الدراسة الاستطلاعية يوم 25 فيفري 2025 حيث قمنا بزيارة ميدانية إلى كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس جامعة برج بوعرييج، ووزعنا أداتين جاهزتين المتمثلة في مقياس الصمود الأكاديمي ومقياس اليقظة العقلية على 30 طالب وطالبة وذلك لمعرفة مدى تجاوب وإستعداد العينة للمشاركة في البحث وقد ساعدتنا الدراسة الاستطلاعية في معرفة مدي وضوح بنود المقياس لأفراد العينة والتحديد الدقيق لهم.

5.1. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة

4-1- الخصائص السيكومترية لمقياس اليقظة العقلية في الدراسة الحالية:

4-1-1- الصدق: هو أن تقيس أداة جمع البيانات المطبقة فعلا السمة والخاصية المقاسة (المشهداني، 2019، ص167).

✓ حساب الصدق بطريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):

لحساب هذا النوع من الصدق اتبعت الباحثة مجموعة من الاجراءات تمثلت فيما يلي:

- إيجاد الدرجة الكلية لكل فرد.

- ترتيب الدرجات الكلية التي حصل عليها أفراد العينة البالغ عددهم 30 فرد تصاعديا من الأدنى إلى الأعلى.

- اعتماد المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية، بمعنى تقسيمهم إلى قسمين بناء على درجاتهم الكلية في الاختبارات فقسمت الدرجات إلى 27 % (الثالث الأعلى) و 27 % (الثالث الأدنى)، فأصبح بذلك عدد أفراد كل مجموعة 8 أفراد واستبعدت نسبة 64 % المتحصلين على درجات وسطى، وبعدها طبقنا اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين كما يلي:

الفصل الثاني:

جدول رقم (01): معامل صدق مقياس اليقظة العقلية باستخدام طريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية).

المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F	قيمة T	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المجموعة الدنيا	8	113.37	10.26	0.03	-7.05	14	0.000
المجموعة العليا	8	150.12	10.56				

المصدر: إعداد الباحثين.

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا بلغ (113.37)، والانحراف المعياري بلغ (10.26)، أما المتوسط الحسابي للمجموعة العليا بلغ (150.12) والانحراف المعياري بلغ (10.56)، أما قيمة "ت" لعينتين مستقلتين قدرت ب (-7.05) وهي دالة عند 0.01 وهذا يدل على أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين وهو مؤشر من مؤشرات الصدق.

✓ حساب صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي:

وقد تم ذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس كما يلي

جدول رقم (02): معامل الارتباط أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية.

الأبعاد	الملاحظة	الوصف	التعامل مع الوعي	عدم اصدار الأحكام	عدم اصدار ردود أفعال
معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	0.66**	0.70**	0.71**	0.68**	0.60**

المصدر: إعداد الباحثين.

من خلال الجدول يتبين أن قيم معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية كلها دالة عند 0.01 هذا يدل على أن بنود المقياس متناسقة فيما بينها ومع الدرجة الكلية وهو مؤشر من مؤشرات الدالة على صدق المقياس.

الفصل الثاني:

1-4-1-2- الثبات: يقصد به مدى والاتساق عبرة الزمن في نتائج الأداء لدى نفس الأفراد إن أعيد تطبيق الاختبار (الدليمي، وصالح، 2014، ص119).

✓ حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ

تم حساب معامل الثبات بهذه الطريقة بعد تطبيق مقياس اليقظة العقلية على عينة الدراسة وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (03): معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس اليقظة العقلية.

عينة الدراسة	عدد بنود المقياس	معامل ألفا كرونباخ
30	39	0.79

المصدر: إعداد الباحثين

تم حساب ثبات المقياس باستعمال معادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي، لأننا نريد معرفة مدى اتساق البنود مقياس اليقظة العقلية، كما أن عدد البدائل هو أكثر من بديلين، وعليه نستطيع تطبيق معادلة ألفا كرونباخ وقد بلغت قيمتها لكل بنود المقياس (0.79) وهي تشير إلى درجة عالية من الاتساق الداخلي للمقياس، وعليه المقياس يتمتع بمعامل ثبات عالي.

✓ حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية (معامل سبيرمان براون):

تم حساب معامل الثبات بهذه الطريقة، بعد تطبيق مقياس اليقظة العقلية على عينة الاستطلاعية للدراسة وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (04): معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس اليقظة العقلية.

العينة	عدد بنود المقياس	معامل الارتباط قبل التصحيح	تصحيح معامل بمعادلة سبيرمان براون
30	39	0.79	0.84

المصدر: إعداد الباحثين.

قمنا بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وهي تقسيم الاختبار إلى بنود فردية وبنود زوجية وحساب الثبات عن طريق حزمة الإحصائية spss بطريقة التجزئة النصفية للمقياس لتتوصل حسب هذا الجدول على معامل الارتباط قبل التصحيح الذي قدر (0.79) وبعد تصحيحه عن طريق معادلة سبيرمان براون تحصلنا على معامل ثبات قدر (0.84) وهي قيمة تشير إلى درجة عالية لثبات هذا المقياس.

الفصل الثاني:

2-5-2- مستوى الصمود الأكاديمي

2-5-2- الخصائص السيكومترية لمقياس مستوى الصمود الأكاديمي في الدراسة الحالية:

1-2-5-1- الصدق

✓ حساب الصدق بطريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):

لحساب هذا النوع من الصدق اتبعت الباحثة مجموعة من الاجراءات تمثلت فيما يلي:

- إيجاد الدرجة الكلية لكل فرد.

- ترتيب الدرجات الكلية التي حصل عليها أفراد العينة البالغ عددهم 30 فرد تصاعديا من الأدنى إلى الأعلى.

- اعتماد المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية، بمعنى تقسيمهم إلى قسمين بناء على درجاتهم الكلية في الاختبارات فقسمت الدرجات إلى 27 % (الثالث الأعلى) و 27 % (الثالث الأدنى)، فأصبح بذلك عدد أفراد كل مجموعة 8 أفراد واستبعدت نسبة 64 % المتحصلين على درجات وسطى، وبعدها طبقنا اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين كما يلي:

جدول رقم (5): معامل صدق مقياس الصمود الأكاديمي باستخدام طريقة الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية).

المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F	قيمة T	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المجموعة الدنيا	8	133.12	10.96	0.51	-10.08	14	0.00
المجموعة العليا	8	180.62	7.57				

المصدر: إعداد الباحثين.

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا بلغ (133.12)، والانحراف المعياري بلغ (10.96)، أما المتوسط الحسابي للمجموعة العليا بلغ (180.62) والانحراف المعياري بلغ (7.57)، أما قيمة "ت" لعينتين مستقلتين قدرت (-10.08) وهي دالة عند 0.05 وهذا يدل على أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين وهو مؤشر من مؤشرات الصدق.

الفصل الثاني:

✓ حساب صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي:

وقد تم ذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس الصمود الأكاديمي كما يلي:

جدول رقم (06): معامل الارتباط أبعاد المقياس الصمود الأكاديمي مع الدرجة الكلية الصمود الأكاديمي.

الأبعاد	المثابرة الأكاديمية	المسؤولية الشخصية	التخطيط للمستقبل	التوجه نحو الأهداف	الضبط
معامل الارتباط مع الدرجة الكلية لمقياس الصمود الأكاديمي	0.54**	0.83**	0.71**	0.82**	0.63**

المصدر: إعداد الباحثين

من خلال الجدول يتبين أن قيم معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية كلها دالة عند 0.01 هذا يدل على أن بنود المقياس متناسقة فيما بينها ومع الدرجة الكلية وهو مؤشر من مؤشرات الدالة على صدق المقياس

1-2-2-5- الثبات:

حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ

تم حساب معامل الثبات بهذه الطريقة بعد تطبيق مقياس الصمود الأكاديمي على عينة الدراسة وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (07): معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الصمود الأكاديمي.

عينة الدراسة	عدد بنود المقياس	معامل ألفا كرونباخ
30	41	0.87

المصدر: إعداد الباحثين

تم حساب ثبات المقياس باستعمال معادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي، لأننا نريد معرفة مدى اتساق البنود لمقياس الصمود الأكاديمي، كما أن عدد البدائل هو أكثر من بديلين، وعليه نستطيع تطبيق معادلة ألفا كرونباخ وقد بلغت قيمتها لكل بنود المقياس (0.87) وهي تشير إلى درجة عالية من الاتساق الداخلي للمقياس، وعليه المقياس يتمتع بمعامل ثبات عالي.

✓ حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية (معامل سبيرمان براون):

تم حساب معامل الثبات بهذه الطريقة، بعد تطبيق مقياس الصمود الأكاديمي على عينة الاستطلاعية للدراسة وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (08): معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس الصمود الأكاديمي.

العينة	عدد بنود المقياس	معامل الارتباط قبل التصحيح	تصحيح معامل بمعادلة سبيرمان براون
30	41	0.76	0.86

المصدر: إعداد الباحثين

قمنا بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وهي تقسيم الاختبار إلى بنود فردية وبنود زوجية وحساب الثبات عن طريق حزمة الإحصائية SPSS بطريقة التجزئة النصفية لاستبيان لنتحصل حسب هذا الجدول على معامل الارتباط قبل التصحيح الذي قدر (0.76) وبعد تصحيحه عن طريق معادلة سبيرمان براون تحصلنا على معامل ثبات قدر (0.86) وهي قيمة تشير إلى درجة عالية لثبات هذا الاستبيان

ثانياً: الدراسة الأساسية:

1.2. منهج الدراسة.

يعتمد الباحث في إنجاز بحثه على اختيار منهج يتلاءم مع طبيعة المشكلة أو الموضوع المراد دراسته إذ يعد التوفيق في اختياره أمر بالغ الأهمية، من أجل الوصول إلى حقائق علمية دقيقة وصحيحة حيث يقصد بالمنهج بأنه «فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة إما من أجل الكشف عن حقيقة مجهولة لدينا أو من أجل البرهنة على حقيقة لا يعرفها الآخرون» (سلوم، 2022، ص6).

اعتمدنا في الدراسة الحالية على المنهج الوصفي وهو أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي لوصف الظاهرة أو المشكلة المحددة والتعبير عنها كميًا (بوحوش، 2009، ص137)

وصفي إرتباطي: يصف العلاقة بين متغير الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية.

وصفي مقارن: يقارن بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي

وصفي تحليلي: يستكشف ويحلل ويفسر ويبحث في وجود السمة.

2.2. حدود الدراسة.

تحديد نطاق الدراسة يُعد عاملاً مهماً وأساسياً في أي بحث علمي، حيث يُساعد الباحث على التركيز في معالجة مشكلة البحث بطريقة منهجية ويبعد عن أي خلط أو غموض قد يواجهه ويتحدد

الفصل الثاني:

النطاقات بشكل واضح، يمكن للباحث تقييم وفهم المسائل المتعلقة بالبحث بشكل أفضل. المجالات المحددة يمكن أن تسمح بتأطير البحث في سياق محدد، وتسهيل عملية البحث عن المعلومات ذات الصلة بطريقة مستهدفة. يمكن أن يكون هذا أمراً ضرورياً للحصول على نتائج موثوقة ودقيقة، ولتحقيق أهداف الدراسة بشكل فعال ومن هنا نقول أن لكل دراسة ثلاث مجالات رئيسية:

المجال البشري: طبقت الدراسة الأساسية على (150) طالب وطالبة من جامعة برج بوعريريج موزعة على جميع كلياتها.

المجال الزمني: تم توزيع مقياس الصمود الأكاديمي ومقياس اليقظة العقلية في صورته النهائية في الفترة الممتدة ما بين 16 مارس 2025 الي 19 مارس 2025.

المجال المكاني: حجرات ومدرجات كليات جامعة برج بوعريريج.

3.2. مجتمع الدراسة الأساسية وعينتها.

مجتمع الدراسة هو المجتمع الذي يأخذ منه عينة البحث حيث يعد موضع الإهتمام في البحث وتشير العينة إلى أنها مجموعة جزئية من المجتمع الكلي تحوي بعض العناصر يتم اختيارها منه (فايز و آخرون 2009، صفحة 86).

بما أن طبيعة الموضوع هي التي تحدد طبيعة المنهج، وهذا الأخير بدوره هو الذي يتحدد على أساسه التقنيات والعينات المختارة، وعليه، فلقد قمنا بتحديد مجتمع البحث الذي بلغ 18979 طالب وطالبة في جامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريريج على عينة من طلبتها المسجلين في الموسم الجامعي 2024/2025.

تم اختيار حجم العينة من خلال معادلة تطبيق المعادلة ستيفن ثامسون التالية:

$$N \times p(1-p)$$

$$N = \frac{N \times p(1-p)}{[(n-1) \cdot (q^2 / z^2)] + (p) \cdot (1 - p)}$$

حيث:

N: حجم العينة المطلوب.

N: حجم المجتمع الكلي.

Z: القيمة المعيارية المقابلة لمستوى الثقة المطلوب (مثل 1.96 لمستوى ثقة 95%).

الفصل الثاني:

P: النسبة المتوقعة للظاهرة أو الخاصية المدروسة في المجتمع (إذا لم تكن معروفة، يمكن استخدام 0.50 كقيمة افتراضية).

D: نسبة الخطأ المسموح بها في الدراسة.

وكانت حجم العينة المستخرجة يقدر ب 450 طالب وطالبة ونظرًا لضيق الوقت وكثرة التكاليف المادية إقترح علينا المشرف عينة (150) طالبة وطالبة موزعة علي كل كليات الجامعة حسب الجنس والمستوي الدراسي والإقامة، بحيث تم اختيارهم بطريقة العينة الغير العشوائية الحصيفة وكان توزيعهم حسب الكليات وفق المعادلة التالية:

عدد الطلبة في كل كلية

- عدد طلبة في كل كلية = $150 \times$

عدد الطلبة في المجتمع

جدول رقم (09): توزيع عينة الدراسة حسب كليات الجامعة.

النسبة المئوية	التكرار	الكلية
10 %	15	آداب واللغات أجنبية
16 %	24	حقوق وعلوم سياسية
8.7 %	13	رياضيات واطلام آلي
14.7 %	22	علوم الاقتصادية والتسيير وعلوم التجارة
11.3 %	17	علوم الطبيعة والحياة
2 %	3	علوم المادة
14 %	21	علوم الإنسانية والاجتماعية
15.3 %	23	علوم التكنولوجيا
8 %	12	لغة وأدب عربي
100 %	150 ك	المجموع

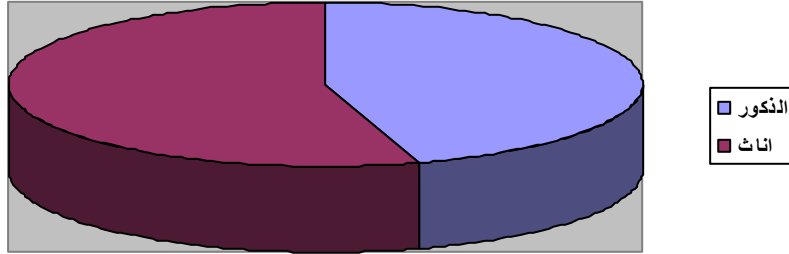
✓ توزيع العينة حسب متغير الجنس:

جدول رقم (10): توزيع عينة الدراسة حسب متغير الجنس.

الفصل الثاني:

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
45.3 %	68	ذكور
54.7 %	82	اناث
100 %	150	المجموع

المصدر: إعداد الباحثين



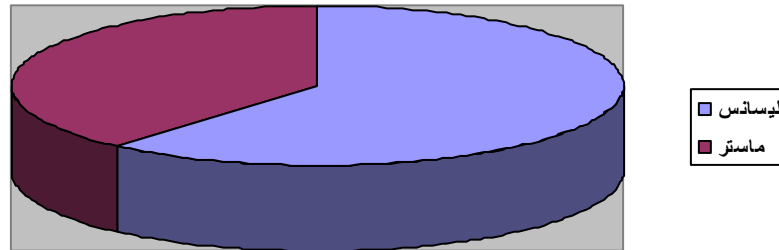
إعداد الباحثان

تمثيل بياني رقم (01) يوضح توزيع عينة دراسة حسب الجنس

توزيع العينة حسب متغير المستوى الدراسي

جدول رقم (11): توزيع عينة الدراسة حسب متغير المستوى الدراسي.

النسبة المئوية	التكرار	المستوى الدراسي
61,3 %	92	ليسانس
38.7 %	58	ماستر
100 %	150	المجموع



المصدر: إعداد الباحثين

شكل رقم (02): توزيع عينة دراسة حسب المستوى الدراسي.

4.2. وصف شامل لأدوات الدراسة.

الفصل الثاني:

1/مقياس الصمود الأكاديمي:

من إعداد الباحثة أسماء نايف الصرايرة (2023) حيث طورت مقياساً للصمود الأكاديمي تكون بصورته الأولية من (45) فقرة ، تتم الإجابة عنها من خلال مقياس ليكرت الخماسي باختيار البدائل الآتية دائماً ، غالباً ، أحياناً نادراً، نادراً جداً) وتمثل رقمياً الترتيب 5، 4، 3، 2، (1) على التوالي، وإذا كانت الفقرة سلبية يكون التدرج الرقمي لها (1، 2، 3، 4، 5).

وتكون المقياس بصورته النهائية من (41) فقرة موزعة على (5) أبعاد المثابرة الأكاديمية (8 فقرات، والمسؤولية الشخصية (8 فقرات ، والتخطيط للمستقبل (8 فقرات، والتوجه نحو الأهداف (9 فقرات والضبط (8 فقرات.

فيما يلي طريقة تصحيح المقياس:

وقد عدت الباحثة المستويات التالية لدرجة الصمود الأكاديمي:

1- الالتزام المنخفض 2- الالتزام المتوسط - الالتزام المرتفع

وتم إعطاء درجات لكل مستوى حسب بالطريقة الحسابية التالية:

تقسيم عدد فئات الأداة على عدد بدائلها $3/1.334$ وبناء على ذلك تكون درجات الالتزام وفق الترتيب الآتي:

1- المستوى المنخفض : من 1 إلى 1331 أي (1 - 2.33)

2- المستوى المتوسط من 2.34 إلى 2.34 (133) أي (2.34 - 3.67)

3- المستوى المرتفع من 3.68 إلى 1.333.68 أي (3.68 - 5).

2/مقياس اليقظة العقلية

إعتمدت الدراسة الحالية علي مقياس اليقظة العقلية من (إعداد بير وأخرون ترجمة عبد الرحمان 2016) مأخوذ من دراسة دغنوش (2023) في خمسة أبعادي (الملاحظة، الوصف، التعامل مع الواقع، عدم إصدار أحكام، علنا الخبرة الداخلية، وعدم إصدار ردود أفعال) ويتكون مقياس من 39 بنداً موزعين علي الأبعاد الخمسة كما يحوي 20 عبارة موجبة و19 عبارة سالبة.

5.2. تقنيات المعالجة الإحصائية المستعملة.

اعتمدت الباحثتان في دراستهما على الحزمة الإحصائية (SPSS). ومن الأساليب الإحصائية المستعملة ما يلي:

- المتوسط الحسابي.

الفصل الثاني:

- الانحراف المعياري.
- تحليل التباين anova.
- اختبار (ت) للفروق.
- ألفا كرونباخ لحساب الثبات
- معامل الارتباط بيرسون للعلاقة والاتساق الداخلي
- سييرمان براون لحساب الثبات بالتجزئة النصفية

خلاصة:

يعتبر هذا الفصل نظرة شاملة لمنهجية البحث حيثقمنا في هذا الفصل بالتطرق إلى إجراءات الدراسة الميدانية، حيث تطرقنا إلى المجال المكاني والبشري والزمني للدراسة، ثم تحدثنا عن العينة المتمثلة في 150 طالبة وطالبة من جامعة برج بوعريريج ثم تحدثنا عن أساليب المعالجة الإحصائية المستخدمة في الدراسة والتي سيتم استخدامها في الفصل الموالي.

الفصل الثالث: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

تمهيد.

1. عرض نتائج الدراسة وتحليلها.
2. مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها.
3. الاستنتاج العام.
4. خلاصة.
5. مقترحات الدراسة

قائمة المراجع

قائمة الملاحق

تمهيد:

بعد القيام بعملية تفرغ الاستبيانات التي وزعت على عينة الدراسة، تم استخدام أسلوب الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، لإجراء المعالجة الإحصائية المناسبة بالاعتماد على الأساليب الإحصائية وذلك للتحقق من فرضيات هذا الدراسة .

لذا فمن خلال هذا الفصل يتم عرض ما تم التوصل إليه من نتائج حول الفرضيات المقترحة و تقديم تفسيرها لها ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة وما يعيشه أصحاب المؤسسات المصغرة يوميا، ثم الخروج باستنتاج عام وتقديم توصيات وخلاصة للدراسة وذلك على النحو التالي :

1. عرض نتائج الدراسة وتحليلها:

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: تنص على أنه توجد علاقة ارتباطية بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعة برج بوعريريج.

جدول رقم (12): معامل بيرسون للعلاقة بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي.

القرار الإحصائي	معامل الارتباط بين المتغيرين	متغيرات الدراسة
دالة إحصائية	0.37**	اليقظة العقلية
		الصمود الأكاديمي

المصدر: إعداد الباحثين

من خلال الجدول يتضح أن معامل الارتباط بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي قدر ب (0.37**) هي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يعني وجود علاقة دالة إحصائية بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعة برج بوعريريج ، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، التي تنص على: وجود علاقة ارتباطية بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعة برج بوعريريج

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: تنص على أن مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة جامعة برج بوعريريج هو مستوى منخفض.

لمعرفة مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة جامعة برج بوعريريج ، نقوم بحساب المتوسط الحسابي الفرضي للدرجات الكلية في مقياس مستوى اليقظة العقلية لعينة الدراسة ونقوم بتطبيق اختبار (T) لعينة واحدة لدرجات مقياس مستوى اليقظة العقلية لهذه الدراسة .

جدول رقم (13): اختبار T لعينة واحدة للفروق بين المتوسط الحسابي الفرضي والمتوسط الحسابي لمقياس اليقظة العقلية.

المتغير	العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى المعنوية sig	اختبار T	درجة الحرية	مستوى الدلالة
مستوى اليقظة العقلية	150	117	127.84	16.54	0.00	8.03	149	دالة

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي الفرضي يقدر ب (117) والمتوسط الحسابي يقدر ب (127.84) والانحراف المعياري قدر ب (16.54)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (8.03) عند درجة حرية (149)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) ومنه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، أي أنه توجد فروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي في مستوى اليقظة العقلية وبمقارنة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة الذي قدر ب (127.60) مع المتوسط الحسابي الفرضي الذي قدر ب (117) نرى أنه أكبر منه وأن اختبار T " دال احصائياً فهذا يدل على أن مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة جامعة برج بوعريريج هو مستوى مرتفع.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة: تنص على أن مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعة برج

بوعريريج هو مستوى منخفض.

لمعرفة مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعة برج بوعريريج ، نقوم بحساب المتوسط الحسابي

الفرضي للدرجات الكلية في مقياس مستوى الصمود الأكاديمي لعينة الدراسة ونقوم بتطبيق اختبار (T) لعينة واحدة لدرجات مقياس مستوى الصمود الأكاديمي لهذه الدراسة .

جدول رقم (14): اختبار T لعينة واحدة للفروق بين المتوسط الحسابي الفرضي والمتوسط الحسابي لمقياس الصمود الأكاديمي.

المتغير	العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى المعنوية sig	اختبار T	درجة الحرية	مستوى الدلالة
مستوى الصمود الأكاديمي	150	123	162.49	19.54	0.00	24.75	149	دالة

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي الفرضي يقدر ب (123) والمتوسط الحسابي يقدر ب (162.49) والانحراف المعياري قدر ب (19.54)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (24.75) عند درجة حرية (149)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) ومنه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، أي أنه توجد فروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي في مستوى الصمود الأكاديمي.

وبمقارنة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة الذي قدر ب (162.49) مع المتوسط الحسابي الفرضي الذي بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير الجنس.

جدول (15): يبين اختبار (T) للفروق بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تبعا لمتغير الجنس. قدر ب (123) نرى أنه أكبر منه وأن اختبار T " دال إحصائياً فهذا يدل على أن مستوى الصمود الأكاديمي مرتفع لدى طلبة جامعة برج بوعريريج.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة: تنص على عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة جامعة برج

الجنس	حجم العينة	متوسط الحسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى المعنوية sig	قيمة t	درجة حرية	مستوى الدلالة
ذكور	68	129.55	16.06	0.34	0.25	1.15	148	غير دالة
إناث	82	126.42	16.89					

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي للجنس الذكور يقدر ب (129.55) والانحراف المعياري قدر ب (16.06)، أما المتوسط الحسابي لجنس إناث فكان (126.42) بينما الانحراف المعياري كان (16.89)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (1.15) عند درجة حرية (148)، وهي غير دالة إحصائياً ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير الجنس.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة: تنص على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

جدول رقم (16): اختبار (T) للفروق بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تبعاً لمغير المستوى الدراسي.

المستوى الدراسي	حجم العينة	متوسط الحسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى المعنوية sig	قيمة t	درجة حرية	مستوى دلالة
ليسانس	92	127.69	16.15	0.39	0.88	-0.14	148	غير دالة
ماستر	58	128.08	17.28					

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي لمستوى الدراسي ليسانس يقدر ب (127.69) والانحراف المعياري قدر ب (16.15)، أما المتوسط الحسابي لمستوى ماستر فكان (128.08) بينما الانحراف المعياري كان (17.28)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (-0.14) عند درجة حرية (148)، وهي غير دالة إحصائياً ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية السادسة: تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير كلية الدراسة.

جدول رقم (17): تحليل التباين anova للفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في مقياس اليقظة العقلية تبعاً لمغير كلية الدراسة.

كلية الدراسة	حجم العينة	متوسط حسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى دلالة sig	درجة حرية	مستوى دلالة
العلوم الطبيعية	17	125.351	20.40				

غير دالة	143	0.79	0.51	17.06	127.64	25	الحقوق والعلوم السياسية
				12.81	124.52	21	اللغات والأدب
				16.36	132.12	16	التكنولوجيا
				12.77	131.33	18	الرياضيات
				17.13	127.78	28	العلوم الاجتماعية
				18.56	127.84	25	التسيير والاقتصاد

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي لكلية الدراسة كان على النحو التالي كلية العلوم الطبيعية قدر ب (125.35)، أما الحقوق والعلوم السياسية فقدر ب (127.64)، فحين متوسط كلية اللغات والآداب فقدر ب (124.52)، وفيما يخص كلية التكنولوجيا فقدر متوسط حسابها ب (132.12) وكلية الرياضيات قدر متوسطها ب (131.33) أما عن كلية العلوم الاجتماعية والتسيير والاقتصاد فكان متوسطهما على التوالي (127.13)، (127.36)، أما عن الانحراف المعياري لكلية الدراسة فكان على التوالي (20.40)، (17.06)، (12.81)، (16.36)، (12.77)، (17.13)، (18.56)، عند درجة حرية (143)، وهي غير دالة إحصائياً ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير كلية الدراسة.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية السابعة: تنص على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير مكان الإقامة .

جدول رقم (18): اختبار (T) للفروق بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تبعا لمغير مكان الإقامة.

مكان الإقامة	حجم العينة	متوسط الحسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى المعنوية sig	قيمة t	درجة حرية	مستوى دلالة
مقيم في الإقامة الجامعية	45	127.35	17.46	0.44	0.81	-0.23	148	غير دالة

					16.21	128.05	105	غير مقيم في الإقامة الجامعية
--	--	--	--	--	-------	--------	-----	------------------------------------

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي لمكان الإقامة مقيم في الإقامة الجامعة يقدر ب (127.35) والانحراف المعياري قدر ب (17.46)، أما المتوسط الحسابي للغير المقيمين في الإقامة الجامعية فكان (128.05) بينما الانحراف المعياري كان (16.21)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (-0.23) عند درجة حرية (148)، وهي غير دالة إحصائياً ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة برج بوعريريج في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير مكان الإقامة.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثامنة: تتص على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة جامعة برح بوعريريج في مستوى الصمود الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس.
جدول(20): يبين اختبار (T) للفروق بين طلبة جامعة برح بوعريريج في مستوى الصمود الأكاديمي تبعا لمغير الجنس.

الجنس	حجم العينة	متوسط الحسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى المعنوية sig	قيمة t	درجة حرية	مستوى دلالة
ذكور	68	162.41	20.48					
اناث	82	162.56	18.85	1.12	0.96	-0.04	148	غير دالة

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي للجنس الذكور يقدر ب (162.41) والانحراف المعياري قدر ب (20.48)، أما المتوسط الحسابي لجنس إناث فكان (162.56) بينما الانحراف المعياري كان (18.85)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (-0.04) عند درجة حرية (148)، وهي غير دالة إحصائية ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة برح بوعريريج في مستوى الصمود الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية التاسعة: تتص على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة جامعة برح بوعريريج في مستوى الصمود الأكاديمي تعزى لمتغير المستوى الدراسي.
جدول(20): يبين اختبار (T) للفروق بين طلبة جامعة برح بوعريريج في مستوى الصمود الأكاديمي تبعا لمغير المستوى الدراسي.

المستوى الدراسي	حجم العينة	متوسط الحسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى المعنوية sig	قيمة t	درجة حرية	مستوى دلالة
ليسانس	92	161.84	19.64					
ماستر	58	163.51	19.51	0.18	0.61	-0.50	148	غير دالة

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي لمستوى الليسانس يقدر ب (161.84) والانحراف المعياري قدر ب (19.64)، أما المتوسط الحسابي لمستوى ماستر فكان (163.51) بينما الانحراف المعياري كان (19.51)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (-0.50) عند درجة حرية (148)، وهي غير

دالة إحصائية ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة بوعريريج في مستوى الصمود الأكاديمي تعزى لمتغير المستوى الدراسي. عرض ومناقشة نتائج الفرضية العاشرة: تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة بوعريريج في مستوى الصمود الأكاديمي تعزى لمتغير كلية الدراسة. جدول(1): يبين تحليل التباين anova للفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في مقياس الصمود

الأكاديمي تبعا لمتغير كلية الدراسة.

كلية الدراسة	حجم العينة	متوسط حسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى دلالة sig	درجة حرية	مستوى دلالة
العلوم الطبيعية	17	165.35	17.14	1.97	0.72	143	غير دالة
الحقوق والعلوم السياسية	25	158.36	22.45				
اللغات والأدب	21	167.76	15.53				
التكنولوجيا	16	158.56	16.92				
الرياضيات	18	152.22	25.94				
العلوم الاجتماعية	28	163.60	15.08				
التسيير والاقتصاد	25	168.92	19.40				

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي لكلية الدراسة كان على النحو التالي كلية العلوم الطبيعية قدر ب (165.35)، أما الحقوق والعلوم السياسية فقد ب(158.36)، فحين متوسط كلية اللغات والآداب فقد ب(167.76)، وفيما يخص كلية التكنولوجيا فقد ب(158.56) وكلية الرياضيات قدر متوسطها ب(152.22) أما عن كلية العلوم الاجتماعية والتسيير والاقتصاد فكان متوسطهما على التوالي(163.60)، (168.92)، أما عن الانحراف المعياري لكلية الدراسة فكان على التوالي (17.14)، (22.45)، (15.53)، (16.92)، (25.94)، (15.08)، (19.40)، عند درجة حرية (143)، وهي غير دالة إحصائية ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة بوعريريج في مستوى الصمود الأكاديمي تعزى لمتغير كلية الدراسة. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الحادية عشر: تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة بوعريريج في مستوى الصمود الأكاديمي تعزى لمتغير مكان الإقامة.

جدول(20): يبين اختبار (T) للفروق بين طلبة جامعة برح بوعريريج في مستوى الصمود الأكاديمي تبعا لمغير مكان الإقامة.

مكان الإقامة	حجم العينة	متوسط الحسابي	انحراف المعياري	قيمة f	مستوى المعنوية sig	قيمة t	درجة حرية	مستوى دلالة
مقيم في الإقامة الجامعية	45	158.55	20.62	1.25	0.10	-1.62	148	غير دالة
غير مقيم في الإقامة الجامعية	105	164.18	18.91					

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي لمكان الإقامة مقيم في الإقامة الجامعية يقدر ب (158.55) والانحراف المعياري قدر ب (20.62)، أما المتوسط الحسابي للغير المقيمين في الإقامة الجامعية فكان (164.18) بينما الانحراف المعياري كان (18.91)، أما قيمة اختبار "T" فقدرت ب (-1.62) عند درجة حرية (148)، وهي غير دالة إحصائياً ومنه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة جامعة برح بوعريريج في مستوى الصمود الأكاديمي تعزى لمتغير مكان الإقامة.

2. مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها.

مناقشة وتفسير الفرضية الأولى:

التي تنص علي وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والصدوم الأكاديمي ويمكن تفسير هذه العلاقة الإرتباطية بأنه كل ما زادت اليقظة العقلية زاد الصدوم لأكاديمي فاليقظة العقلية تؤثر إيجابيا في تحسين الصدوم الأكاديمي وتعمل بمثابة عامل وقائي لمواجهة المواقف الصعبة بنجاح، وبالتالي تدفع الفرد إلى العمل الجاد ومعالجة العقبات وتحسين الأداء، كما تساعد اليقظة العقلية على تجنب تركيز الانتباه أو التعلق بأحداث ماضية أو مستقبلية، وزيادة الدافع للتعامل مع العقبات الحالية لتجنب الفشل وتحقيق الهدف، فضلا عن النظر للعقبات والصعوبات على أنها تحديات وليس فشلا في تحقيق الأهداف، فالصدوم الأكاديمي نتيجة حتمية لذوي اليقظة العقلية المرتفعة و تتفق هذه النتيجة مع دراسات كل من زكي هناء محمود وآخرون 2019 و دراسة بلبل 2019، كما تؤكد مصداقية هذه النتيجة نظرية إيلين لانجر حيث نصت أن اليقظة العقلية أسلوب متكامل لمواجهة الحياة من خلال تكوين فيئات جديدة وتعديل سلوك تلقائي مركزة علي كيف أقوم بذلك بدلا من هل يمكنني القيام به وتطبيق هذه النظرة علي نظرية التكيف الإيجابي للأحداث الضاغطة والصدوم التي تفترض أن الأفراد مدفوعين بطريقة فطرية لإعادة هيكلة وبناء الصعوبات التي يتعرضون لها ومن بين هذه السمات الفطرية اليقظة العقلية التي تحدث تغيرات إيجابية في الصدوم وهذا ما توصلت إليه نتائج دراستنا.

مناقشة وتفسير الفرضية الثانية:

التي تنص علي أن مستوي اليقظة العقلية لدي طلبة جامعة برج بوعريريج منخفض وكطلبة باحثين نرى ذلك النتيجة منطقية وقد يرجع أن الطالب الجامعي في وما تلقاه من معلومات معرفية واكتساب الخبرات المعرفية والاجتماعية والشخصية ومن خلال المناهج الدراسية والتواصل الاجتماعي مع زملائه ذلك إلى رغبة الطلاب بتحقيق مستويات عالية من الأداء الأكاديمي والتنافس مع الطلبة للوصول إلى التفوق والنجاح لتحقيق أفضل النتائج وهذا مما يتطلبه مجتمعاتنا بالوقت الحاضر التي تحتاج إلى شخصية تتمتع بصدوم مرتفع لمواجهة التحديات، وانطبقت نتائج هذه الدراسة مع العديد من الدراسات كدراسة الشهاوي 2020 التي أشارت أن طلبة الجامعة يمتلكون قدرة عالية على مواجهة التحديات الأكاديمية، مثل ضغوط الدراسة والامتحانات، ويتمتعون بمرونة نفسية تمكنهم من التغلب على الإخفاقات والتكيف مع متطلبات البيئة الجامعية. ارتفاع الصدوم الأكاديمي يعكس قدرة الطلبة على الاستمرار في تحقيق أهدافهم التعليمية رغم الصعوبات، مما يدل على تمتعهم بسمات مثل المثابرة، وضبط النفس، والمرونة الفكرية والانفعالية.

مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة:

والتي ارتأت نتيجتها الوجود مسوي مرتفع من الصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعة برج بوعريبيج ويمكن تفسير ذلك طلاب الجامعة غالبا يكونون في عمر ذهني ناضج نسبياً (بين 18-25 سنة) حيث تكتمل الكثير من القدرات المعرفية غير أن طبيعة الدراسة الجامعية تتطلب تفكيراً نقدياً، وتحليلاً منطقياً، وقدرة على حل المشكلات، مما قد يعزز اليقظة العقلية، فالتعرض المستمر للتحديات العلمية والاجتماعية يجعلهم في حالة انتباه عقلي دائم وهذا ما تطابق مع دراسة **وفاء كنعان خضير (2019)** التي أشارت أن التدريب الأكاديمي ومهارات التفكير العليا التي تتطلبها المقررات الجامعية أنشطة مثل البحث العلمي والمناقشات الصفية تنمي الانتباه الواعي والتأمل الذاتي الحاجة لإدارة الوقت وتنظيم الحياة الدراسية والاجتماعية.

مناقشة وتفسير الفرضية الرابعة:

تؤكد نتائج هذه الفرضية بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعاً لمتغير الجنس إناث وذكور وذلك لتشابه القدرات الأساسية بين الجنسين قد تكون اليقظة العقلية (الانتباه، الوعي اللحظي، التركيز الذهني) مهارة أو خاصية عقلية مشتركة تتطور بشكل متقارب عند الذكور والإناث، ولا تتأثر بشكل كبير بالاختلافات البيولوجية بينهما، كما نلاحظ في الأونة الأخيرة بأنه يتم توفير فرص متساوية تقريباً لكلا الجنسين في ما يتعلق بالتعليم، التدريب الذهني، والأنشطة التي تنمي اليقظة، مما يقلل من احتمالية ظهور فروق بين الذكور والإناث كما نرى محاولات للتوازن بين الجنسين في التعليم والتنمية الذاتية فأصبح هناك تقارب في المهارات الذهنية والعقلية بين الجنسين، غير ذلك فإن طبيعة اليقظة العقلية مرتبطة بالقدرة على الوعي باللحظة الحالية دون إصدار أحكام، وهي مهارة قد تكون أكثر ارتباطاً بعوامل مثل الممارسة الشخصية، الخبرات الحياتية، أو الصحة النفسية، وليس بالخصائص بين الذكور والإناث.

مناقشة وتفسير الفرضية الخامسة:

تشير نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية بين طلبة الليسانس وطلبة الماجستير، وتدل هذه النتيجة على أن التقدم في المستوى الدراسي الجامعي (من الليسانس إلى الماجستير) لا يؤدي بالضرورة إلى تحسن في مستوى اليقظة العقلية.

ويمكن تفسير ذلك بأن اليقظة العقلية قد تكون سمة شخصية نسبياً مستقرة لا تتأثر بشكل كبير بالعمر الأكاديمي أو الخبرة الجامعية، بل تتعلق بعوامل فردية مثل نمط التفكير، أو الخصائص المعرفية الذاتية.

كما قد يعود ذلك إلى أن طبيعة البرامج التعليمية في الليسانس والماستر لا تتضمن تدريبات مركزة على تنمية مهارات اليقظة الذهنية بشكل مباشر.

مناقشة وتفسير الفرضية السادسة:

توصلت نتائج هذه الفرضية إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لليقظة العقلية تبعاً لاختلاف كلية التدريس حيث أن اليقظة العقلية كمهارة أو كوظيفة معرفية لا تتأثر بالتخصص الجامعي، بل قد تكون مرتبطة بعوامل أعمق مثل: الشخصية، القدرات المعرفية الأساسية، أنماط التفكير، الصحة النفسية، فجميع الكليات الجامعية تتطلب من الطالب تطوير مهارات الانتباه والتركيز والوعي الذهني، مما يؤدي إلى مستوى متقارب من اليقظة العقلية بين الطلاب مهما اختلف تخصصهم وقد تعود أيضاً إلى أن المناهج الجامعية في مختلف الكليات تعتمد في جزء كبير منها على التعلم الذاتي، المسؤولية الفردية، مما يجعل طلاب كل الكليات يطورون يقظتهم العقلية بدرجات متشابهة. ذاما أشارت إليه نظرية الوعي الذاتي التأملي إلى أن اليقظة الذهنية أو العقلية مرتبطة بأساليب الحياة الفردية (مثل جودة النوم، ممارسة التأمل أو الوعي اللحظي) أكثر من ارتباطها بنوع التخصص الأكاديمي.

مناقشة وتفسير الفرضية السابعة :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعاً لمتغير الإقامة:

توصلت نتائج هذه الفرضية إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لليقظة العقلية تبعاً لمتغير الإقامة وهذا يعود إلى أن اليقظة العقلية كمهارة خاصة بكل فرد وسمات شخصيته وفي حدود هذه الدراسة تم التوصل إلى سواء الطلبة الذين يقيمون في الإقامة الجامعية أو غير المقيمين في الإقامة الجامعية هذا لا يؤثر على اليقظة العقلية (الانتباه، الوعي اللحظي، التركيز الذهني)، وهذا يعود إلى تشابه الظروف تقريبا بين الإقامة وبين ظروف البيت عند أغلبية الطلبة نفس النظام الغذائي، مثلا توفر الانترنت في الإقامة مثلما توفرها في البيوت وربما أيضا التأثير الإيجابي لجماعة الرفاق يقلل من ضغوط الابتعاد عن العائلة فذلك الجو حسب بعض الآراء فإنه يخفف من أعباء الابتعاد عن محيط الأسرة و دفع العائلة. كما أن هناك من يتخذها من الجانب الإيجابي حيث يحمل زمام مسؤوليته عن نفسه من كل الجوانب فيصبح أكثر مسؤولاً عن نفسه وحماية نفسه من المشاكل ، محاولة حل العقبات التي تعرقه ربما تعلم أكثر كيفية التعامل مع المجتمع الخارجي ومع مختلف سمات الشخصيات.

تفسير نتائج الفرضية الثامنة :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعاً لمتغير الجنس لدى طلبة جامعة برج بوعرييج

توصلت نتائج الدراسة بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعاً لمتغير الجنس لدى طلبة جامعة برج بوعرييج وهذا يعود لعدة أسباب أهمها أنه لا فرق بين الذكر والأنثى في درجة الصمود الأكاديمي الاختلاف الذي بينهما هو كيفية التعبير عن هذا الصمود واستراتيجيات تطبيقه ومواجهة العراقيل و حل المشكلات التي يواجهونها سواء المشكلات الأكاديمية أو الاجتماعية بين جماعة الرفاق.... الخ . وهذا ما تقره نظرية روتر حيث يناقش Rutter في نظريته مفهوم الآليات التي تحمي الناس من المخاطر النفسية المرتبطة بالشدائد ، ويجعلها في أربع آليات رئيسة : أولها هو الحد من تأثير المخاطر، فقد يتم تقليل هذا التأثير عن طريق تغيير تقييم عامل الخطر أو عن طريق تغيير التعرض للمخاطر. كما أن الاختلافات البيولوجية لا تؤثر في الصمود الأكاديمي لدى كل من الجنسين فكل منهما طموحات وأهداف مسطرة يسعون لبلوغها بالرغم من اختلاف السبل لوصولها وتحدي العقبات التي تعرقل خطوات الوصول إلا أن استراتيجيات التعلم، سمات الشخصية، الفرص التي تعطى لهم من طرف الطاقم التعليمي، برامج التنمية والتدريب... الخ تقريبا متشابهة لدى الجنسين لذلك لا يوجد اختلاف في الصمود الأكاديمي و هذا ما لم يتوافق مع دراسة دراسة وفاء كنعان خضير 2019 و دراسة بلبل (2019) حيث توصلت في دراساتهم إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصمود الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس .

تفسير نتائج الفرضية التاسعة :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي:

توصلت الدراسة إلى أن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي وهذا يعود لعدة أسباب من بينها أنه لكل طالب من أي مستوى دراسي لديه أهداف يسعى للوصول إليها على حسب كل مستوى دراسي ومتطلباته الأكاديمية.

ويمكن تفسير ذلك بأن الصمود الأكاديمي قد تبين سمة شخصية نسبياً مستقرة لا تتأثر بشكل كبير بالعمر الأكاديمي أو الخبرة الجامعية، بل تتعلق بعوامل فردية مثل نمط التفكير، أو استراتيجيات حل المشكلات... الخ

كما أنا تقارب المدى العمري بين المستويات الثلاث للمرحلة الجامعية يجعل من العوامل التي من شأنها التأثير في درجة الصمود الأكاديمي غير متوفرة وعليه تقارب درجات كل مستوى إلى الحد الذي لم تكشف عن فروق بينهم، هذا ما لم يتوافق مع دراسة دراسة أسماء نايف الصرايرة 2023 حيث توصلت في دراستها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى الدراسي .

تفسير نتائج الفرضية العاشرة :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لنوع الكلية.

توصلت نتائج الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لنوع كلية التدريس حيث أن الصمود الأكاديمي كمهارة لمواجهة التحديات والعراقيل التي تواجه الطالب في مسيرته الأكاديمية لا تتأثر بالتخصص الجامعي، بل قد تكون مرتبطة بعوامل أعمق مثل: الشخصية، القدرات المعرفية الأساسية، أنماط التفكير، الصحة النفسية، فجميع الكليات الجامعية تتطلب من الطالب تطوير مهارات حل المشكلات و قدرات الاقناع، وتسيير الوقت والوعي الذهني والذكاء الاجتماعي في التعامل مع مختلف الشرائح من جماعة رفاق ،طاقم إداري أو أساتذة. مما يؤدي إلى مستوى متقارب من الصمود الأكاديمي بين الطلاب مهما اختلف تخصصهم وقد تعود أيضاً إلى أن المناهج الجامعية في مختلف الكليات تعتمد في جزء كبير منها على التعلم الذاتي، المسؤولية الفردية، ولهذا فإنها الصمود الأكاديمي يتعلق بمتغيرات أخرى كالقدرة على التحمل ، تجاوز الضغوط، استراتيجيات حل المشكلات، أكثر من تعلقه بالتخصص الدراسي .

تفسير نتائج الفرضية الحادية عشر :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لمتغير الإقامة

توصلت نتائج الدراسة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لمتغير الإقامة وهذا يرجع لعدة أسباب من بينها أن الظروف التي أجبرتهم على الإقامة الجامعية لا يجب أنتضيع هذه التضحيات و التخلي عن دفء العائلة لأجل أسباب وعراقيل وتحديات ...الخ لذلك يجب أن يقاوموا كل ما يواجههم لإكمال مسارهم الدراسي، كما أن الشريحة من الطلبة الذين لا يقيمون في الإقامة كذلك لديهم اهداف يحاولون تحقيقها . لذلك فإن متغير الإقامة ليس له تأثير في درجة الصمود الأكاديمي فكل طالب

يواجه تحديات مختلفة عن الطالب الأخر وكل واحد يحاول تخطيها حلها... للوصول إلى هدفه وتحقيق ذاته. وما تحدثت عنه نظرية تقييم الكائنات للنمو خلال المحن التكيف الإيجابي للأحداث الضاغطة) تسمى هذه النظرية بالنظرية السيكلوجية الإيجابية للنمو خلال المحن، وتفترض النظرية أن الأفراد يكونوا مدفوعين بطريقة فطرية أو لديهم ميل فطري نحو إعادة وهيكلة بناء المحيط بهم في اتجاه متناغم مع المعلومات الجديدة المرتبطة بالصددمات التي يتعرضون إليها، وهذه الدافعية الفطرية تعتبر سمة أو ميزة للمعالجة الإنفعالية المعرفية بعد الصدمة. وتضع النظرية ثلاث نواتج أو مخرجات محتملة للمعالجة المعرفية الإنفعالية وهي التمثل وهي العودة إلى خط ما قبل الصدمة ، التكيف السلبي .التكيف الإيجابي .

3. الاستنتاج العام

من خلال الإجراءات الميدانية لهذه الدراسة التي هدفت الي التعرف على العلاقة بين الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية لدى طلبة جامعة برج بوعريريج ، وبعد التحليل وإثراء متغيرات الدراسة وتطبيق مقياس الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية وجمع البيانات ومعالجتها إحصائيا وتفسيرها على ضوء ما أسفرت عليه الدراسات السابقة والجانب النظري توصلنا إلى:

توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعه برج بوعريريج.

إن مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة جامعه برج بوعريريج مرتفع.

إن مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلبة جامعه برج بوعريريج مرتفع.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لمتغير الجنس لدى طلبة جامعه برج بوعريريج.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لمتغير المستوي الدراسي.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لنوع الكلية.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اليقظة العقلية تبعا لمتغير الإقامة.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لمتغير الجنس لدى طلبة جامعه برج بوعريريج.

بوعريريج.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لمتغير المستوي الدراسي.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لنوع الكلية.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود الأكاديمي تبعا لمتغير الإقامة.

6. مقترحات الدراسة

1.6. مقترحات الدراسة

في اطار النتائج المستخلصة من الدراسة الحالية يمكن أننضع مجموعة من الاقتراحات البحثية لتعزيز البحوث المتعلقة بمتغيرات الدراسة :

-إجراء دراسات حول اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التعامل مع الضغوط الدراسية لدى طلبة الجامعة حيث وجدنا أنها تؤثر على المسار الأكاديمي.

-إجراء دراسة مماثلة في جامعات أو بيئات مختلفة لمعرفة الفروق في النتائج وتفسيرها .

-إجراء دراسة حول اليقظة العقلية وأسلوب المعاملة الوالدية لدى الطلبة المتفوقين

- محاولة تصميم برامج تدريبية قائمة على تقوية اليقظة العقلية لدراسة تأثيرها على متغير الصمود الأكاديمي.
- اجراء دراسات تهدف لقياس درجات اليقظة العقلية عند فئات مختلفة من المجتمع حيث أن اغلب الدراسات اقتصرت على فئة الطلبة .
- اجراء دراسات للوقوف على سمات وخصائص الأشخاص الذين يتمتعون بيقظة عقلية عالية وتحديدها ضمن مسار علمي ممنهج يمكننا من تعميم النتائج المتحصل عليها .

خاتمة

من خلال ما تم عرضه في هذه الدراسة حول العلاقة بين الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية يتضح لنا أهمية هذه الأخيرة لتأثيرها الإيجابي في تحسين الصمود الأكاديمي حيث تبين أن ارتفاع مستويات اليقظة العقلية يرتبط بزيادة قدرة الطلبة على الصمود في مواجهة التحديات الأكاديمية. ويعكس هذا الارتباط أهمية تعزيز مهارات اليقظة الذهنية لدعم الأداء الأكاديمي وتحقيق التكيف الإيجابي مع الضغوط.

وقد توصلت دراستنا الحالية إلى وجود علاقة إرتباطية بين الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية لدي طلبة جامعة برج بوعريريج، وعدم وجود فروق في مستوي كل من اليقظة العقلية والصمود الأكاديمي تبعا لكل المتغيرات المدروسة (الجنس، المستوى الدراسي والإقامة ونوع الكلية). كما توصلت الدراسة إلى ارتفاع مستوي كل من الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية لدي الطلبة وتعكس هذه النتائج أهمية إرتفاع درجة الانتباه إلى الجوانب النفسية والمعرفية التي تؤثر على قدرة الطلبة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية والقدرة علي مواجهة التحديات الجامعية.

وتبرز أهمية هذه الدراسة في كشفها عن الحاجة الملحة إلى تطوير برامج إرشادية وتدريبية تستهدف تنمية مهارات اليقظة العقلية وتعزيز الصمود الأكاديمي بين الجنسين وبين التخصصات بما يسهم في تحسين الأداء والتحصيل العلمي. وعليه توصي الدراسة بضرورة إدراج ممارسات تربوية تهتم بالجانب النفسي للطلبة، وتشجيع مزيد من البحوث المستقبلية التي تستقصي العوامل المؤثرة في هذه الظاهرة بهدف اقتراح حلول عملية فاعلة كما تدعو إلى إجراء دراسات مستقبلية أوسع تشمل عينات مختلفة من جامعة برج بوعريريج خاصة و الجامعات علي المستوي الوطني عامة ومتغيرات إضافية لزيادة تعميق الفهم بالعوامل المؤثرة في الصمود الأكاديمي واليقظة العقلية للنهوض بمؤسسات التعليم العالي إلي جودة التعليم والأداء الأكاديمي والمهني الناجح.

قائمة المراجع

قائمة المراجع :

الكتب

- بوحوش, عمار . الذنبيات, محمد محمود.(2009). مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث. ط5.الجزائر: دار ديوان للمطبوعات الجامعية.
- الدليمي, عصام حسن. صالح علي, عبد الرحيم.(2014). البحث العلمي أسسه ومناهجه. ط1.عمان: دار الرضوان.
- سلم, توفيق عبد الله.(2022). ط1.لبنان: الجامعة اللبنانية لكلية. الآداب والعلوم الإنسانية.
- المشهداني, سعد سلمان.(2019). منهجية البحث العلمي. ط1.عمان: دار أسامة.
- أشرف, عطية.(2015). الصمود الأكاديمي وعلاقته بتقدير الذات لدي عينة من طلاب التعليم المفتوح. مجلة رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية. العدد (21). ص-ص621_571.
- الأعرس, صفاء.(2010). الصمود من منظور علم النفس الإيجابي. مجلة الدراسات النفسية. المجلد 20(العدد16).
- بنت فلاح بن قاعد العتيبي, رسمية.(2021). الصمود الأكاديمي وعلاقته بالكفاءة الذاتية لدي طالبات الدراسات العليا-دراسة ميدانية بكلية التربية جامعة سوهاج-المجلة التربوية-المجلد 2(العدد87). ص-ص889-999.
- بوبلال,رانيا.بولفعة,عائشة). 2020/2019 .) اليقظة العقلية وعلاقتها بأساليب التعلم دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الاجتماعية بجامعة قاصدي مرياح ورقلة .مذكرة لنيل شهادة الماستر الاكاديمي .جامعة قاصدي مرياح .ورقلة .
- بركات, عبد الحق.كهينة, عميار.(2022). مستوى اليقظة العقلية لدى عينة من تلاميذ تعليم المرحلة الثانوية -دراسة ميدانية بثانوية بن مستورة العربي-.مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية . المجلد 7(العدد 2). ص-ص 663-686.
- بوحارة,هنا.(جوان 2023). اليقظة العقلية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين - دراسة ميدانية على عينة م الطلبة الجامعيين بجامعة سيدي بلعباس . مجلة العلوم الإنسانية لجامعة ام البواقي .المجلد 10(العدد 01).ص-ص 364-382.
- بوعموشة, نعيم. حناش, بثثة.(2020). الصدق والثبات في البحوث الاجتماعية.مجلةدراسات في علوم الإنسان والمجتمع.المجلد 3.(العدد 3). ص_ص117-130.

- جمال محمد السيد .(أكتوبر 2018) .هدى. اليقظة العقلية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين من الجنسين . مجلة دراسات نفسية .مجلد 28 عدد 4 .ص-ص 833-945.
- الحارثي ،سعد محمد عبد الله .(جانفي 2019).اليقظة العقلية و علاقتها بأعراض القلق لدى طلاب الكلية التقنية بمحافظة بيشة . المجلة التربوية .العدد 57. ص-ص 130-157
- خثيري.فاطمة.مأمون,عبد الكريم.(2023) .اليقظة العقلية وعلاقتها بالهيمنة الدماغية لدى تلاميذ سنة الثالثة علوم تجريبية -دراسة ميدانية بثانويات مدينة أفلو - . مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف . المجلد 08 (العدد 01) . ص-ص 635-655.
- دغوش,نورة.2020.اليقظة العقلية من منظور علم النفس الإيجابي . مجلة علوم الانسان والمجتمع. مجلد 09 (العدد 04) . ص-ص 533-559.
- دغوش,نورة.(2022/2021). اليقظة العقلية , الضغوط النفسية والانجاز الاكاديمي لدى طلبة الجامعة . رسالة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه علوم في علم النفس تخصص ارشاد وتوجيه .جامعة محمد خيضر.بسكرة .
- رفعت عبد اللطيف عليوه, هناء.(2021). إسهام التفكير الإيجابي في التنبؤ بالصمود الأكاديمي لدى طلاب كلية التمريض.مجلة البحث في التربية وعلم النفس لجامعة سوهاج. المجلد36(العدد4).ص_ص 179-230.
- زكي هناء. محمد وآخرون.(2019). فاعلية برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية في تحسين الصمود الأكاديمي لدي طلاب الجامعة. المجلة المصرية للدراسات النفسية.مجلد 29(العدد104). ص_ص 468-409.
- سيد حميدة, محمد إسماعيل. حسن الخطيب, وليد حسن عاشور.(2019). الصمود الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والرجاء وفاعلية الذات الأكاديمية ودافعية المثابرة لدي طلاب الجامعة. المجلة المصرية للدراسات النفسية. المجلد 29(العدد102). ص_ص 315-381.
- عبد السلام بكرى محمد, مني.(2021). الخصائص السيكو مترية لمقياس الصمود الأكاديمي لدي طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية لجامعة أسوان. مجلد 36(العدد 6). ص-ص 259-272.
- العايب ,كلثوم.(2022) . تأثير اليقظة العقلية والمرونة النفسية على قلق المستقبل المهني لدى الطلبة المقبلين على التخرج بجامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعد الله . مجلة دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية . مجلد 22 (العدد 01) . ص-ص 58-77.

- العسولي, عبد الصمد.(2020). المنهج الوصفي التحليلي في مجال البحث العلمي. *مجلة المنارة للدراسات القانونية والإدارية*. (العدد 29). ص_ص63-64.
- كمال, حسن. عطية, إسماعيل.(2018). التباين في إستراتيجيات المواجهة الأكاديمية وأساليب اتخاذ القرار طبقا لمستوي الاستقلال والسمود الأكاديمي لدي عينة من طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية جامعة المنفوية*. المجلد 32(العدد3). ص_ص259-272).
- كنعان خضير, وفاء. مهدي شهاب, أحمد.(2018). الصمود الأكاديمي لدي طلبة جامعة تكثر. *مجلة جامعة تكثر للعلوم الإنسانية*. مجلد 25(العدد 6). ص_ص504-525.
- لمغربي, أسماء.(2023/2022). اليقظة العقلية وعلاقتها بجودة الحياة -دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الثانية ثانوي بثانوية علي بن ابي طال بان صالح. تخصص علم النفس المدرسي. جامعة غرداية.
- محمد الرفاعي, زينب. كمال أحمد, بدرية.(2019). الصمود النفسي وعلاقته بالدافع للإنجاز لدي عينة من طلاب الدراسات العليا بالوافدين. *مجلة دراسات عربية*. المجلد 18(العدد 4). ص_ص835-884.
- مطلبك,فاطمة عباس .(2019). تأثير اليقظة العقلية في التحفيز الإيجابي لدى طلبة جامعة route educational and social journal . مجلد 6 عدد 2 .
- نايف الصرايرة, أسماء.(2023). الصمود الأكاديمي وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدي طلاب جامعة مؤتة. *مجلة مؤتة للدراسات الإنسانية والاجتماعية*.(العدد1). ص_ص365-408.
- ناجواني,نجلاء.(2019).اليقظة العقلية لدى طلبة التعليم ما بعد الأساسي في ضوء بعض المتغيرات في محافظة المسقط . مجلد 13 (العدد 02). *جامعة السلطان قابوس كلية التربية* . ص- ص 234-220.
- الهشلمون عز الدين,رانية.(2019).اليقظة الذهنية وعلاقتها بجودة الأداء لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظة الخليل.رسالة لنيل مذكرة ماجستير في التوجيه و الارشاد النفسي و التربوي . جامعة الخليل.فلسطين.

قائمة الملاحق

ملحق رقم (01): أداة الدراسة في صورتها النهائية.

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد البشير الابراهيمى برج بوعريريج
كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية
قسم علم النفس
شعبة علم النفس المدرسي
تخصّص علم النفس المدرسي

• اخي الطالب/ أختي الطالبة .تحية طيبة وبعد
نضع بين أيديكم هذه الاستمارة التي تتكون من إستبانهين نرجو منكم الإجابة على بنود هذين المقياسين
بدقة وموضوعية دون ترك أي فقرة دون إجابة، وهذا من خلال وضع إشارة (X) أمام البديل الذي يتناسب
واجابتم، مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وأن جميع المعلومات الواردة تستعمل
لأغراض البحث فقط .

وشكرا لتعاونكم

البيانات العامة للطالب / الطالبة :

- الجنس: ذكر أنثى

- المستوى الدراسي : ليسانس : ماستر :

- كلية الدراسة:

- مكان الإقامة :

مقيم في الإقامة الجامعية

غير مقيم في الإقامة الجامعية

قائمة الملاحق

الرقم	البنود	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	إطلاقا
1	أثناء المشي أتعمد ملاحظة إحساسات جسدي وهو يتحرك					
2	أجيد إنتقاء الكلمات التي نصف مشاعري أو إنفعالاتي					
3	أنتقد نفسي لوجود عواطف أو إنفعالات غير عقلانية أو غير مناسبة لدي					
4	أدرك مشاعري و إنفعالاتي دون الحاجة إلى إصدار رد فعل نحوها					
5	يتشتت ذهني و أفقد إنتباهي بسهولة عند عمل شئ ما					
6	عندما أستحم أو أغتسل أظل نكتبها للإحساسات التي يحدثها الماء على جسدي					
7	يمكنني بسهولة صياغة أفكار و آرائي و توقعاتي في كلمات					
8	لا أولي إهتماما لما أفعله لأنني أشعر بالقلق و تراودني أحلام اليقظة أو أكون مشتتا					
9	أراقب مشاعري دون أن أدمج فيها أي لا أتناول معها .					
10	أخبر نفسي بأنه لا يجب أن تكون مشاعري على النجوم الذي أشعر به .					
11	ألاحظ كيف تؤثر الأطعمة و المشروبات على أفكار و إحساساتي الجسدية و إنفعالاتي.					
12	من الصعب علي أن أجد الكلمات التي تصف ما تفكر به .					
13	من السهل أن يتشتت إنتباهي					
14	أعتقد أن بعض أفكار غير عادية او سيئة و لا يجب أن أفكر بهذه الطريقة					
15	أنتبه لإحساساتي مثل حركة الهواء على شعري أو ضوء الشمس على وجهي					
16	لدي صعوبة في التفكير في الكلمات المناسبة التي تعبر عن مشاعري نحو الأشياء					
17	أستطيع أن أحكم على افكاري هل هي صحيحة أو خاطئة(سيئة)					
18	أجد أنه من الصعب علي أن أبقى منتبها لما يحدث في الوقت الراهن					
19	عندما يكون لدى افكار و تخيلات محزنة أو مؤلمة أترجع و أبقى على وعي بهذه التخيلات و الأفكار دون أن أجعلها تسيطر					

				أنتبه الى الأصوات مثل دقات الساعة و تغريد الطيور و أصوات السيارات و المارة....	20
				في المواقف الصعبة أستطيع أن أتوقف دون أن أصدر رد فعل فوري (في الحال) .	21
				عندما يكون لدي إحساس في جسدي فإنه من الصعب علي أن أصفه لأنني لا أجد الكلمات المناسبة لذلك .	22
				أبدو و كأنني أعمل بطريقة آلية دون وعي واضح لما أفعله	23
				عندما تكون لدي افكار و تخيلات محزنة أشعر بالهدوء بعد أن تنتهي بوقت قصير .	24
				أخبر نفسي بأنه لا ينبغي أن أفكر بالطريقة التي أفكر بها	25
				أنتبه لعبير و روائح الأشياء .	26
				حتما عندما أكون في غاية الضيق أستطيع وصف حالتي بكلمات مناسبة .	27
				أندفع لممارسة الأنشطة دون أن أكون منتبها لها في الحقيقة .	28
				عندما تكون لدي أفكار أو تخيلات محزنة أستطيع فقط ملاحظتها ولا أصدر أي ردة فعل نحوها	29
				أعتقد أن بعض إنفعالاتي سيئة أو غير مناسبة و لا يجب علي أن أشعر بهذه الطريقة .	30
				ألاحظ العناصر البصرية في الفن أو الطبيعة مثل الألوان و الأشكال و الملمس أو كثافة الضوء أو الظل .	31
				من ميولي أو إتجاهي الطبيعي التعبير عن خبراتي	32
				عندما تكون لدي افكار أو تخيلات محزنة فإنني ألاحظها فقط لكن لا أفكر فيها .	33
				أودي الأعمال أو المهام بصورة تلقائية (أوتوماتكية) دون أن أكون على وعي بما أفعله .	34
				عندما تكون لدي أفكار أو تخيلات محزنة أحكم على نفسي بأنني جيد أو سيئ بناءا على محتوى هذه الأفكار أو التخيلات .	35
				أنتبه للكيفية التي تؤثر بها إنفعالاتي على أفكاري و سلوكي.	36
				أستطيع عادة وصف ما أشعر به في الوقت الراهن بتفصيل واضح	37
				أجد نفسي أفعل أشياء دون إنتباه أو إلتفات لها.	38
				لا أرضى عن نفسي عندما تكون لدي أفكار غير عقلانية (خاطئة)	39

قائمة الملاحق

الرقم	البند	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	نادراً جداً
1	أنجز الأعمال الدراسية في وقتها المحدد.					
2	أنجز الأعمال الدراسية التي يعتقد الآخرون أنها تتطلب جهد					
3	أميل إلي الإستمرار في العمل لمدة طويلة					
4	أركز في الأعمال الدراسية إلي النهاية حتي وإن كانت غير ممتعة					
5	أنجز الأعمال الدراسية التي أخفق فيها معظم زملائي.					
6	أتوقع أن يكون أدائي مميزاً في المهام الدراسية الموكلة إلي.					
7	أعتقد أن درجاتي هي انعكاس حقيقي لما أبدله من جهد					
8	أبذل قصارى جهدي لأداء المهام الدراسية الصعبة					
9	أحرص على الالتزام بمواعيد المحاضرات.					
10	أقوم بعملية دون الحاجة إلي المراقبة					
11	أبذل كل جهد في أي عمل أكلف بيه					
12	ألتزم بالمشاركة في المناسبات التي تخص أفراد أسرتي					
13	يمكنني الاعتماد على نفسي دون مساعدة الآخرين.					
14	أحافظ علي ممتلكات الجامعة					
15	لا يضايقني أن تلقي عليا مسؤوليات عائلية					
16	أعتذر دائماً عندما أتصرف بأسلوب غير لائق					
17	أفكر كثيراً في المستقبل					
18	أضع لنفسي أهدافاً بعيدة وأسعى إلي تحقيقها					
19	أضع خطة لمذاكرة المواد الدراسية ومراجعتها					
20	عندما اضنع خططي أكون متأكداً من قدراتي على تنفيذها بنجاح.					
21	أعمل للمستقبل وفقاً لخطة رسمتها لنفسي					
22	أستطيع تنفيذ الخطط التي أضعتها					

					أخطط لمستقبلي الدراسي	23
					يتطلب الإنجاز وضع خطط محددة لكل عمل	24
					أفكر في تنمية قدراتي كي أحقق أهدافي المستقبلية	25
					لدي هدف في الحياة أسعى لتحقيقه مهما حدث	26
					من خلال دراستي أبحث عن فرص اكتساب مهارات جديدة	27
					أرى أن وصولي إلى أهدافي يعتمد على جهودي المبذولة.	28
					أشعر بسعادة عند الحصول على درجات أعلى من زملائي	29
					أهتم بالحصول على معلومات جديدة لزيادة رصيدي المعرفي	30
					أمل أن أحصل على فهم أوسع وأعمق للمواد التي أدرسها	31
					أحب المواد الدراسية التي تحفز حب الاستطلاع لدي حتى لو كانت صعبة	32
					لدي القدرة بفعالية لتحقيق الأهداف طويلة الأجل.	33
					التزم بالمواعيد مع الآخرين	34
					أشعر بأنني شخص يمكن الاعتماد عليه	35
					أرفض الأمور التي تسيء إلي	36
					سأبذل قصارى جهدي للتوقف عن التفكير في الأفكار السلبية	37
					أنظم أموري بشكل جيد.	38
					يسهل علي السيطرة على نفسي	39
					يصعب أن يثبط الآخرون من عزيمتي	40
					من الصعب علي إفشاء الأسرار.	41

شكرا لكم على التعاون

ملحق رقم (2): مخرجات برنامج (SPSS).

مخرجات الفرضية الأولى:

Correlations

		الصمود الأكاديمي	اليقظة العقلية
الصمود الأكاديمي	Pearson Correlation	1	,375**
	Sig. (2-tailed)		,018
	N	150	114
اليقظة العقلية	Pearson Correlation	,375**	1
	Sig. (2-tailed)	,018	
	N	114	114

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

مخرجات الفرضية الثانية

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
اليقظة العقلية	150	127,8467	16,54310	1,35074

One-Sample Test

Test Value = 117

	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
اليقظة العقلية	8,030	149	,000	10,84667	8,1776	13,5157

مخرجات الفرضية الثالثة:

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الصمود الأكاديمي	150	162,4933	19,54302	1,59568

One-Sample Test

Test Value = 123

	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper

قائمة الملاحق

الصمود الأكاديمي	24,750	149	,000	39,49333	36,3402	42,6464
------------------	--------	-----	------	----------	---------	---------

مخرجات الفرضية الرابعة:

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
اليقظة العقلية	ذكور	68	129,5588	16,06645	1,94834
	اناث	82	126,4268	16,89403	1,86563

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means				95% Confidence Interval of the Difference		
		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
اليقظة العقلية	Equal variances assumed	,345	,558	1,156	148	,250	3,13199	2,71027	-2,22384	8,48783
	Equal variances not assumed			1,161	145,212	,248	3,13199	2,69752	-2,19948	8,46347

مخرجات الفرضية الخامسة:

Group Statistics

	المستوى الدراسي	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
اليقظة العقلية	ليسانس	92	127,6957	16,15498	1,68427
	ماستر	58	128,0862	17,28125	2,26914

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means				95% Confidence Interval of the Difference		
		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
اليقظة العقلية	Equal variances assumed	,392	,532	-,140	148	,889	-,39055	2,78284	-5,88979	5,10868
	Equal variances not assumed			-,138	115,205	,890	-,39055	2,82591	-5,98803	5,20692

مخرجات الفرضية السادسة:

Descriptives

البقضة العقلية

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
العلوم الطبيعية	17	125,3529	20,40815	4,94970	114,8600	135,8458	92,00	172,00
العلوم السياسية والحقوق	25	127,6400	17,06087	3,41217	120,5976	134,6824	94,00	154,00
اللغات والأداب	21	124,5238	12,81257	2,79593	118,6916	130,3560	90,00	147,00
تكنولوجيا	16	132,1250	16,36205	4,09051	123,4063	140,8437	105,00	170,00
رياضيات	18	131,3333	12,77866	3,01196	124,9787	137,6880	113,00	152,00
العلوم الاجتماعية	28	127,7857	17,13424	3,23807	121,1418	134,4297	92,00	172,00
التسيير والاقتصاد	25	127,3600	18,56269	3,71254	119,6977	135,0223	92,00	172,00
Total	150	127,8467	16,54310	1,35074	125,1776	130,5157	90,00	172,00

ANOVA

البقضة العقلية

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	856,369	6	142,728	,511	,799
Within Groups	39921,105	143	279,169		
Total	40777,473	149			

مخرجات الفرضية السابعة:

Group Statistics

	مكان الإقامة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
البقضة العقلية	مقيم في الإقامة الجامعية	45	127,3556	17,46445	2,60345
	غير مقيم في الإقامة الجامعية	105	128,0571	16,21421	1,58234

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
البيضة العقلية	Equal variances assumed	,449	,504	-,237	148	,813	-,70159	2,95693	-6,54485	5,14167
	Equal variances not assumed			-,230	78,008	,818	-,70159	3,04660	-6,76688	5,36371

مخرجات الفرضية الثامنة:

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الضمود الأكاديمي	ذكور	68	162,4118	20,48533	2,48421
	اناث	82	162,5610	18,85297	2,08196

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الضمود الأكاديمي	Equal variances assumed	1,120	,292	-,046	148	,963	-,14921	3,21614	-6,50470	6,20628
	Equal variances not assumed			-,046	137,900	,963	-,14921	3,24128	-6,55824	6,25982

مخرجات الفرضية التاسعة

Group Statistics

	المستوى الدراسي	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الضمود الأكاديمي	ليسانس	92	161,8478	19,64181	2,04780

قائمة الملاحق

ماستر	58	163,5172	19,51180	2,56202
-------	----	----------	----------	---------

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الاصمود الأكاديمي	Equal variances assumed	,180	,672	-,508	148	,612	-1,66942	3,28483	-8,16064	4,82181
	Equal variances not assumed			-,509	121,925	,612	-1,66942	3,27986	-8,16226	4,82343

مخرجات الفرضية العاشرة:

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
					العلوم الطبيعية	17		
العلوم السياسية والحقوق	25	158,3600	22,45529	4,49106	149,0909	167,6291	111,00	195,00
اللغات والأداب	21	167,7619	15,53353	3,38969	160,6911	174,8327	138,00	198,00
تكنولوجيا	16	158,5625	16,92323	4,23081	149,5447	167,5803	125,00	191,00
رياضيات	18	152,2222	25,94010	6,11414	139,3225	165,1219	97,00	197,00
العلوم الاجتماعية	28	163,6071	15,08823	2,85141	157,7565	169,4577	132,00	195,00
التسيير والاقتصاد	25	168,9200	19,40129	3,88026	160,9115	176,9285	124,00	198,00
Total	150	162,4933	19,54302	1,59568	159,3402	165,6464	97,00	198,00

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	4362,474	6	727,079	1,979	,072
Within Groups	52545,019	143	367,448		
Total	56907,493	149			

مخرجات الفرضية الحادي عشر:

Group Statistics

	مكان الإقامة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الصمود. الأكاديمي	مقيم في الإقامة الجامعية	45	158,5556	20,62386	3,07442
	غير مقيم في الإقامة الجامعية	105	164,1810	18,91163	1,84559

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الصمود. الأكاديمي	Equal variances assumed	1,258	,264	-1,624	148	,106	-5,62540	3,46307	-12,46885	1,21805
	Equal variances not assumed			-1,569	77,185	,121	-5,62540	3,58584	-12,76545	1,51465