

الحديث الذاتي الايجابي وعلاقته بالشغف الأكاديمي عند طلبة أقسام اللغة العربية

**Positive self-talk and its relationship to academic passion among students in
Arabic language departments**

م.م علي جبار جمعة الحلفي

Asst.lect .Ali Jabbar Jumah

الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية

Al-Mustansiriya University / College of Basic Education

alijabbarjumaa@uomustansiriyah .iq.edu

مستخلص البحث

لقد استهدف البحث الحالي عددا من الاهداف منها قياس الحديث الذاتي الايجابي وعلاقته بالشغف الاكاديمي عند طلبة اقسام اللغة العربية والتعرف على دلالة الفرق في الحديث الذاتي الايجابي و الشغف الاكاديمي وفق متغير الجنس ، ومعرفة العلاقة الارتباطية بين متغيري البحث (الحديث الذاتي الايجابي و الشغف الاكاديمي) وقد بنى الباحث مقياسين لهذين المتغيرين فكان عدد فقرات مقياس الحديث الذاتي الايجابي (٣٢) فقرة ، اما مقياس الشغف الاكاديمي فبلغ عدد فقراته (٣٠) فقرة ، وقد راعى الباحث صدق المقياسين بنوعيه الصدق البنائي والظاهري ، وتم استخراج الثبات بطريقتين ؛ طريقة الاختبار وإعادة الاختبار فقد بلغت معاملات الثبات وفق الطريقة الاولى لمقياس الحديث الذاتي (٨٤%) اما مقياس الشغف الاكاديمي فبلغت (٨٦%) والطريقة الاخرى الاتساق الداخلي باستعمال معادلة الفاكرونباخ والتي بلغت معاملات الثبات وفق الطريقة الثانية لمقياس الحديث

الذاتي (٨١%) اما مقياس الشغف الاكاديمي فبلغت (٨٣%) واختار الباحث عينة لبناء المقياسين وقد بلغت (٤٠٠) طالب وطالبة من اقسام اللغة العربية ، واعتمد الباحث عند بناء متغير الحديث الذاتي الايجابي على (نظرية ميكينبوم) ، واعتمد الباحث على دراسة (Vallerand، ٢٠٠٣) في متغير الشغف الاكاديمي وقد استعمل الباحث الوسائل الاحصائية الملائمة للبحث وقد استعان بحقيبة (Spss) للعلوم النفسية والتربوية من اجل الوصول الى نتائج بحثه وقد اظهرت نتائج البحث ما يأتي:

١-وجود فرق ذو دلالة احصائية في الحديث الذاتي الايجابي لدى طلبة اقسام اللغة العربية

٢-لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية في الحديث الذاتي الايجابي على وفق متغير الجنس ذكورا واناثا

٣-وجود فرق ذو دلالة احصائية في الشغف الاكاديمي لدى طلبة اقسام اللغة العربية

٤-لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية في الشغف الاكاديمي على وفق متغير الجنس ذكورا واناثا

٥-وجود علاقة ارتباطية بين الحديث الذاتي الايجابي و الشغف الاكاديمي لدى طلبة اقسام اللغة العربية

الكلمات المفتاحية: الحديث الذاتي الايجابي- الشغف اكااديمي-طلبة اقسام اللغة العربية

Abstract:

The current research targeted a number of objectives, including measuring positive self-talk among students of Arabic language departments and knowing the significance of differences in positive self-talk according to the gender variable, knowing the correlation between the two research variables (positive self-talk and academic passion). The researcher built two scales for these two variables, and the researcher took into account the validity of the two scales in their types: structural validity. the test and retest method and the other method of internal consistency using the Cronbach equation. The researcher chose a sample to build the two scales, which amounted to (400) male and female students from the Arabic language departments. The researcher relied on the previous studies mentioned in the research

sources when building the positive self-talk variable. The researcher relied on the study of (Vallerand, 2003) in the academic passion variable. The researcher used the appropriate statistical means for the research and used the (Spss) package for psychological and educational sciences in order to reach the results of his research. The research results showed the following:

- 1- Students enjoy positive self-talk
- 2- No statistically significant differences were found in positive self-talk according to the gender variable, males and females
- 3- Students in Arabic language departments have academic passion
- 4- No statistically significant differences were found in their academic passion between the sexes

Keywords: positive self-talk- academic passion- Arabic language students

مشكلة البحث:

أن الحديث مع الذات بصورته السلبية يجعل الفرد فاقداً للأمل ويشعر بعدم الكفاءة، فالحديث السلبي يرسل إشارات سلبية للعقل الباطن فيرددها باستمرار ومن ثم يؤثر على تصرفات الفرد وأحاسيسه، وأمّا الحديث الذاتي الإيجابي فيولد مصدر قوة الفرد والتقدير الشخصي السليم وهو مستوى للتقبل يعدُّ (الفتحي، ٢٠٠٠، صفحة ٣٠)، ان عدم شعور الطلبة بعدم الايجابية من حوله يجعل منه محبطاً مما يضعف من قدراته ومن دوافعه للانجاز لذا فإن الافكار السلبية التي ترتبط بقدراتهم ومستواهم او بآراء زملائهم السلبية سيؤثر بصورة واضحة لذا لا بد من ايقاف ذلك التفكير السلبي واستبداله بإيجابي والاستعداد من اجل تعبئة العقل وبرمجته ذلك ما اشارت له دراسة (جواد، ٢٠١٨، صفحة ٣٣) ، الحديث الذاتي السلبي هي صورة لحديث النفس للنفس عن سلبيات وأخطاء النفس والآخرين، ومقابلة كل جانب مضيء في الحياة والنفس بالنكران والإساءة والتجاهل، ويتقلب الذهن في ذكريات مريرة، وأمثال وحكم يائسة وحسرات وآهات، وتتنوع أشكال الحوار السلبي وتعدد ، ويمكن حصر الحوارات السلبية في أربعة أشكال رئيسة وهي: التمني، و السخط والنحيب، و تضييع الوقت، و العجز، هذا ما اشارت اليه دراسة

(الكندي، ٢٠١٨، صفحة ٤)، وكلما قل الحديث الذاتي الايجابي ازدادت نسبة الانخفاض في اداء الافراد وازدادت هزيمتهم النفسية واستصغار الذات وفقدان الحيوية الذاتية والعكس صحيح وان الافراد لا يمكنهم ان يتحدثوا عن انفسهم لانفسهم بشيء ايجابي بصوت مسموع او غير مسموع لانه شخص غير محب لحياته و لا يحب ذاته ولا يمكنه القيام بالدعم الذاتي لنفسه بنفسه ، هذا ما اشار اليه (الطار، ٢٠١٩، صفحة ٥) ، ان الفرد في هذه المرحلة وقبل أن يبدأ بتجربة الحديث الذاتي الإيجابي ؛تكون لديه حوار داخلي سلبي مع ذاته وأيضاً خيالات وأفكار سلبية تحدث في هذه المرحلة مراقبة ذاتية من قبل الفرد تولد عنده حوار ذاتيا جديدا لا يتناسب مع حديثه السابق المسؤول عن سلوكياته القديمة غير المتوافقة وهذا الحديث الجديد يؤثر في البنية المعرفية عند الفرد فيقوم بتنظيم خبراته على وفق المفهوم الجديد الذي اكتسبه عن طريق الحديث الذاتي الإيجابي ليكون أكثر تكيفا (دسوقي، ٢٠٢٠، صفحة ١٢) ، وان تعرض الطلبة لبعض الظواهر السلبية سيؤثر في ادائهم سلبا لذا فإن تعرضهم للشغف القهري سيؤدي بهم الى الشعور بالتأثيرات السلبية كالقلق او التوتر، وذلك ما يجعل المتعلمين يقوم بتأديتها تلك النشاطات خارج اردتهم او مفروضة عليهم وذلك مما سيئول الى جمود ملحوظ وشعور بانفعالات سلبية وعدم الاندماج بأنشطة طوعية مما يقود الى الاحباط وعدم ممارسة وظائفه بكفاءة ذاتية ممتازة ، ذلك ما اشار اليه في دراسته (Vallerand, 2003, p. 45) وان ذلك سيؤدي الى اخفاقهم في اداء الوظائف والانشطة نتيجة الاثار السلبية مما سيؤدي الى شعور الطلبة بالقلق او الاكتئاب ، وان الطلبة الذين عندهم شغف اكايمي انسجامي عالٍ تجاه الدراسة قد اظهروا مستوى عال من الرفاهية النفسية والمشاركة باداء الانشطة اذما قورنوا بزملائهم الاخرين من ذوي الشغف القهري ، كما برزت اهمية الشغف الاكايمي في صحتهم النفسية لان كلا نوعي الشغف انما يهدفان للمشاركة وبذل جهد وطاقة ذلك ما يعزز التوافق النفسي عندهم ، هذا ما اشار اليه (Miles, 2013, p. 234)

لذا يمكننا ان نلخص مشكلة البحث الحالي بالتساؤل الاتي : ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين الحديث الذاتي الإيجابي والشغف الاكايمي عند طلبة اقسام اللغة العربية.

أهمية البحث

إن البيئة الجامعية ليست مكاناً عادياً بل انها مجتمع يتفاعل فيه أقطاب العملية التعليمية ويؤثر بعضهم في البعض الآخر. فالعلاقات الاجتماعية بين كل من التدريسيين و الطلبة ، في جو اجتماعي جامعي، وهذا يؤثر بدوره في نتائج التعليم بعضهم مع بعض تؤثر تأثيرا كبيرا ولذا يلزم الامر يجب توافر الظروف والإمكانات الضرورية من تجهيز مناخ نفسي ملائم من اجل الطلبة فلو تم توافر مناخ مناسب يلبي رغبات الطالب سوف يتم

تحقق توافقهم الاكاديمي وسيظهر ابداعه وتفوقه، اما المناخ الذي يخفق في احتواء الطالب سيؤدي بالطالب الى النفور وعدم التوافق الاكاديمي .(المنصوري، ٢٠١٠، صفحة ٩٩) ، وان الافراد الذين يمتازون بحديث ذاتي ايجابي تكون ثقتهم بانفسهم عالية ويتجلى الحديث الذاتي الايجابي عندهم من خلال اعتقادهم ان افكارهم الايجابية ستساعدهم بأن يركزوا اكثر اثناء الدراسة ويكونوا في حالة من الاسترخاء ومما تكون اثاره ايجابية في تقدير ذاتهم ، مما يزيد من دوافعه ليستمر بالتخطيط لوضع اهداف جديدة في المستقبل ويسعى لتحقيقها دون الشعور بالتردد والانسحاب تحت وطأة اي من المشكلات التي يواجهها ، ما اكدته دراسة (جواد، ٢٠١٨) ، أن الطلبة عندما مارسوا التحدّث الإيجابي مع الذات اصبحوا يتمتّعون بميّزات منها القدرة على مواجهة الأزمات والضغوط النفسيّة التي يتعرّضون لها، كما أنّ الشّخص المتعرّض للأزمات والضغوط يتّخذ اتجاه الإيجابيّة في سلوكه عندما يتميز تفكيره بالإيجابيّة من خلال الحديث الدّاخلي وعلاقته بالثّقة بالنّفس ذلك ما اشار اليه (نسيم، ٢٠١٧، صفحة ٣٤) ، ان الشغف يجعل المواقف ممتعة و يشعر الافراد بسعادة غامرة ؛ و بغض النظر عن ميول الافراد، فهو يزيد من خبر الافراد ، الشغف من فرد الى اخر بحسب الموقف ، وللشغف تأثيرات ايجابية تؤدي الى نتائج تصاعديّة ويساهم في توسعة مدارك الفرد واعادة تقييمه الايجابي في الاحداث والمهام ، وان المكافآت تؤدي دورا مهما في رفع درجة الشغف عند الافراد عامة والطلبة خاصة ، هذا ما اشارت اليه دراسة (سالمان، ٢٠٢٢، صفحة ٥٦) التي استهدفت الشغف الاكاديمي وعلاقته بالضغوط الجامعية المدركة ، ان طلبة الجامعة قد انخرطوا في نشاطاتهم الاكاديمية الشخصية وغير الاكاديمية لمدة طويلة ، وهذا مايدل بأن النشاط الشغفي ذات معنى مؤثر في نفس الافراد فهو ذا طبيعة طويلة في الابد وقد لوحظ في عينة البحث انهم قاموا ببعض النشاطات الشخصية بمستويات معتدلة مما يدل ان الشغف التناغمي اكثر انتشار في العينة وقد دعمت تلك الدراسة نتائجها بأن كل من نوعي الشغف التناغمي او الاستحواذي قد احتفظ بخصوصياته ، الى ذلك ، وتبرز أهمية الشغف الاكاديمي بنوعيه بكلا نوعيه انسجامي وقهري من مساهمته بان يوفر الحياة النفسية الجيدة للطلاب فهو يقودهم الى اداء انشطتهم بتناغم و انسجام ويقوم بتحريكهم نحو الاداء الامثل مما سيؤدي الى شعور الطلبة بالرضا عن حياتهم الاكاديمية ، ذلك ما اشار اليه (Vallerand, 2003, p. 34) ، ويمكننا ان نميز بين الطلبة من ذوات الشغف الانسجامي وما بين الذين يميلون الى الشغف القهري على وفق نموذج الشغف الثنائي في المجال الاكاديمي ، فإن الطلبة من ذوي الشغف الانسجامي يمتازون باستثمار اوقاتهم بشكل كبير في مواد الدراسة ويمتازون بمرونة عالية تتضح من خلال ممارستهم للانشطة الاكاديمية والثقافية او الترفيهية على الرغم من بذلهم لجهود كبير في دراستهم ؛ فهم يتمكنون من الموازنة بين دراستهم الاكاديمية وميولاتهم الشغفية وتفاعلاتهم مع جوانب الحياة الاخرى كالعلاقات الاجتماعية او الصداقات ، مضافا الى ذلك احساسهم بمشاعر ايجابية كالنشاط والسعادة واليقظة عند مشاركتهم للانشطة الدراسية واندماجهم في المهام بشكل ايجابي وهادف ، حيث يفهمون ويحللون

المعلومات ، ويربطون الافكار الجديدة بالمعارف السابقة ، وتحققهم الرغبة الحقيقية في جمع المعرفة ، واعتماد الاسلوب الاستكشافي ، وما يدفعهم لذلك هو حرصهم على اكتساب افكار جديدة (الدليمي، ٢٠٢٢، صفحة ١٢)

أهداف البحث: استهدف البحث الحالي التعرف على:

- ١- الحديث الذاتي الايجابي لدى طلبة اقسام اللغة العربية
- ٢- دلالة الفرق الاحصائي في الحديث الذاتي الايجابي عند طلبة اقسام اللغة العربية على وفق متغير الجنس (ذكور - إناث)
- ٣- الشغف الاكاديمي لدى طلبة اقسام اللغة العربية
- ٤- دلالة الفرق الاحصائي في الشغف الاكاديمي عند طلبة اقسام اللغة العربية على وفق متغير الجنس (ذكور - إناث)
- ٥- العلاقة الارتباطية بين الحديث الذاتي الايجابي و الشغف الاكاديمي عند طلبة اقسام اللغة العربية

حدود البحث:

- ١- طلبة اقسام اللغة العربية في جامعتي بغداد والمستنصرية / الدراسة الصباحية من الذكور والاناث ٢- العام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤)م.
- ٣- الحديث الذاتي الايجابي ، الشغف الاكاديمي.

تحديد المصطلحات:

أولاً: الحديث الذاتي الايجابي: positive self talk

يعرفه كل من

١- الفقي (٢٠٠٠) "هو أسلوب لإدراك المعلومات بطريقة صحيحة، وهذا الأسلوب ينعكس في سلوك الفرد عند تعامله مع المواقف الضاغطة، فالشخص الذي يكون مقداماً في مواجهته للضغوط هو شخص متفائل لديه تحييز إدراكي نحو الأبعاد الإيجابية للموقف" (الفقي، ٢٠٠٠، صفحة ٣٤)

٢- خليل (٢٠٠٨) "المهارات العقلية التي تسهم في تعزيز ثقة الفرد بنفسه وتثير لديه الاحساس بالتحكم في المواقف المختلفة عن طريق استبعاد الافكار أو التصورات أو الانفعالات السلبية وتحويلها الي جوانب ايجابية , (خليل، ٢٠٠٨، صفحة ٢٥)

التعريف النظري: يعرفه ألبرت أليس (١٩٩٤) : أنه مجموعة الأفكار والسلوك والمشاعر السلبية والإيجابية التي يكون الفرد مهياً لها من الناحية البيولوجية، إذ يتعلم الفرد أن يفكر ويتصرف ويشعر بأشياء معينة لنفسه وللآخرين (الشناوي، ١٩٩٦، صفحة ٩٥)

التعريف الاجرائي: هو اسلوب لتعديل السلوك المعرفي الذي يهدف الى تعليم الفرد على التحدث الايجابي مع انفسهم من اجل تغيير سلوكهم المشكل ، ويقاس من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على المقياس المعد لهذا الغرض

ثانياً: الشغف الاكاديمي: Academic passion

-دي (Dawson, 2004): "الحاجة الملحة من اجل تحقيق تعليم ذو جودة عالية، والتركيز على تفعيل العناصر البيئية للتعليم وهي: الانتباه، والتحفيز، والاستعداد" (Deci, 2004, p. 12)

التعريف النظري: بأنه "الميل الى النشاط الذي يمارسه الفرد ويرغبه ويندمج فيه إراديا أو غير إرادي ويشعر معه بالمتعة، والمتمثل بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الشغف الثنائي لو فاليراند (Vallerand, 2003, p. 22) بشقيه شغف انسجامي او شغف قهري".

التعريف الاجرائي: انه " ميل قوي تجاه انشطة معينة يفضلها الافراد، ويجعلونها في اولوياتهم ، ويبذلون فيها جهدهم وينظمون فيها طاقتهم من اجل تحقيقها ، ويقاس من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على المقياس المعد لهذا الغرض.

الفصل الثاني - الاطار النظري

ظهور مفهوم الحديث الذاتي الايجابي

لقد استعمل مصطلح الحديث الذاتي الايجابي بتخصصات متعددة من اجل وصف جوانب التواصل داخل الشخص نفسه وقد اكتسب هذا المصطلح اهمية خاصة في مجالات بحوث العلاج النفسي مثل العلاج العقلاني والانفعالي والعلاج المعرفي وفي هذه الدراسات ينظر الى الحوار الذاتي بوصفه اداة قوية لتحويل التفكير غير العقلاني الى تفكير منتج والى معتقدات عقلانية مرغوبة (الظاهر، ٢٠٠٤، صفحة ٢٣٠)

وان الحديث الايجابي الذاتي يشار اليه ايضا بالحوار الداخلي او المونولوجي الداخلي اي التواصل داخل الشخصية نفسها وهو الصوت او الكلام الذي يصدر من الداخل وهو الكلام الخفي او الكلام الخاص او الصامت او التصريحات الصادرة عن النفس او التواصل الذاتي او العبارات الموجهة او التفكير اللفظي او الوساطة اللفظية والسمعية او الصورة اللفظية (فانويل، ٢٠١٦، صفحة ١٤٠) وقد ينظر الى الحديث الذاتي على النحو الاتي

أ- عبارات لفظية موجهة في تقرير المصير

ب- متعدد الابعاد في الطبيعة

ج- مفتوحة في التفسير بحكم محتواها

د-دينامية الى حد ما

هـ- تعليمية او تحفيزية (Miles, 2013, p. 874)

ويعرف الحديث الذاتي بانه ما يقوله الناس لانفسهم مع التركيز بوجه خاص على بعض الكلمات المستعملة لتعبير الفرد عن افكاره او معتقداته حول شخصيته او نفسه اذ يمكن لهذه الافكار العفوية التلقائية بان تكون ايجابية او سلبية فاذا كانت الافكار التي تم تشغيلها من خلال رؤوسنا ومخيلتنا هي في معظمها سلبية فمن المرجح بان يكون الفرد متشائما بنظراته للحياة واما اذا كانت افكارنا بمعظمها ايجابية على الأرجح اننا سنكون متفائلين لان الحديث الذاتي هو حوار داخلي لدينا اي هو الكلمات التي نقولها لانفسنا (Sheldon, (2002)., p. 506)

نظرية دونالد هيربرت ميكينبوم D.Meichenbaum

واضع هذه النظرية هو دونالد هيربرت ميكينبوم (DonaldHerbartMeichenbaum) الذي أي أن عملية التعلم لا يمكن أن تنحصر بين مثير واستجابة كما ترى النظرية السلوكية، بل إن هناك عوامل أخرى لها أثر في عملية التعلم وهي التفكير، والإدراك، والبناءات المعرفية، وحديث الفرد الداخلي مع نفسه، وكيف يعزو الأشياء، وهذه كلها تتدخل في عملية التعلم وتتوسط بين المثير والاستجابة التي لها أثر في التأثير على سلوك الفرد.

يعد "دونالد ميكنبوم" Donald meichenbaum أول من استعمل الحديث الذاتي الايجابي لتخلص الفرد من مشكلة ما وذلك عن طريق تغيير طريقة التحدث مع الذات بالأسلوب السلبي واستبداله بالحديث مع الذات بطريقة إيجابية؛ إذ يقوم هذا الأسلوب على فرضية مؤداها أن الأشياء التي يقولها الفرد لنفسه يمكنها أن تلعب دورا بارزا في تحديد السلوكيات التي يقوم بها (بترس، ٢٠١٠، صفحة ١٧٩)

كما يرى أن الوظيفة الأساسية لحديث الايجابي الفرد مع ذاته تعمل تماما مثلما تعمل التعليمات الشخصية المتبادلة من الكبار لأطفالهم فيحفظونها بصورة تلقائية استدعائية ويستخدموها لضبط سلوكهم ،كما يرى أن ثمة وظيفة أخرى لتلك الأحاديث وهي التأثير في البنى المعرفية وتغييرها ومن ثم التأثير في السلوكيات.ويطلق (ميكينبوم) على العملية التي تستخدم الحديث الذاتي في تغيير البنى المعرفية اسم الدائرة الخيرة ،حيث قد ابتكر تلك الطريقة من خلال المزج بين نظرية التعلم الاجتماعي والمنهج السلوكي من خلال مسار تعديل السلوك يبدأ بالحوار الداخلي والبناء المعرفي وينتهي بالسلوك الناتج ،كما أنه يحدد ثلاث مراحل أساسية تعبر عن هذه الطريقة الفعالة في تعديل سلوكيات الأفراد وهي:

المرحلة الأولى: الملاحظة الذاتية Self-Observation

يرى ميكينبوم أن المسترشد في هذه المرحلة وقبل أن يبدأ معه الإرشاد بطريقة الحديث الذاتي الإيجابي ؛ يكون لديه حوار داخلي سلبي مع ذاته وأيضا خيالات وأفكار سلبية (بردان، ٢٠١١، صفحة ٢٩٣)

المرحلة الثانية: السلوكيات والأفكار غير المتكافئة Incompatible thoughts behaviors

تحدث في هذه المرحلة مراقبة ذاتية من قبل المسترشد تولد لديه حوارا داخليا جديدا لا يتناسب مع حديثه السابق المسؤول عن سلوكياته القديمة غير المتوافقة وهذا الحديث الجديد يؤثر في البنية المعرفية للمسترشد فيقوم بتنظيم

خبراته وفقا للمفهوم الجديد الذي اكتسبه عن طريق الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي فيكون أكثر تكيفا (بطرس ج.، ٢٠١٠، صفحة ١٨٣)

المرحلة الثالثة: المعرفة المترتبة على التغيير Knowledge of change

تتضمن هذه المرحلة بأداء المسترشد لمهمات وأنشطة تكيفية جديدة على مدار حياته اليومية والتحدث مع ذاته حول هذه الأعمال وهذا من خلال الفنيات التي يستخدمها المرشد خلال جلسات البرنامج والتي من شأنها أن تحدث التغيير المطلوب لدى المسترشد (صبري، ٢٠١١، صفحة ٢٩٤)

وهذا المراحل تعني أن عملية الإرشاد باستخدام أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي تبدأ بتحديد السلوك المراد تغييره سواء بالتعديل أو التحسين والأحاديث الذاتية السالبة للفرد ثم استبداله بحديث إيجابي جديد يؤدي لتكوين بناءات معرفية جديدة تؤدي للغرض المحدد للعملية الإرشادية.

يرى (دونالد) في نظريته ان عملية التعلم لا يمكن ان تكون محصورة بين مثير او استجابة كما يراها السلوكيون بل هنالك عوامل اخرى لها دور مهم في عملية التعلم الا وهي التفكير والادراك وكذلك الابنية المعرفيه وتحدث الفرد الداخلي الى نفسه وكيف يعزل احداث وكل هذه الامور تتداخل في عمليه التعلم في وسط بين المثير والاستجابة اذ لها اثر في التأثير على سلوكيات الافراد (بطرس، ٢٠١٠، صفحة ١٧٧)

ان الحديث الذاتي الايجابي يعد واحدا من الاستراتيجيات المعرفيه المستعملة من لدن الافراد فانه يصف ما يقوله الافراد لانفسهم وذلك من اجل المزيد من التفكير بقوه وتوجيه سلوكهم وفعالهم ويمكن ان يتجلى ذلك بطرائق لفظيه او غير لفظيه في الفكره او الكلمه او الابتسامه او العبوس وما الى ذلك ، واذا اردنا ان نعرف الحديث الذاتي الايجابي على انه ما يقوله الناس لانفسهم بصوت عال او بصوت صغير داخل رؤوسهم وذلك من اجل تغيير نمط قائم من الفكر وغالبا ما يستعمل الحديث الذاتي بشكل كلمه واحده او كلمتين (Spak, 2014, p. 11)

يعتبر الحديث الذاتي نوع خاص لا يحتاج إلى كلمات أو ألفاظ منتقاة فهو حوار ذهني داخلي غير مسموع في العالم الخارجي يفهم الفرد إشارات دون الحاجة إلى ترجمتها إلى كلمات بعينها ، والحديث الذاتي الايجابي يعني بأنه عبارات وصفية إيجابية يصرح بها الفرد داخل عقله، تولد شعور ارقى لمواصلة الاداء و التحكم في ضغوط بالاستقرار الانفعالي والمنافسة المتوقع حدوثها مع الذات. (القحطاني، ٢٠١٧، صفحة ١)

وعملية تغيير تفكير الفرد (أو الحديث الذاتي من الفرد لنفسه) من الجوانب السلبية إلى الجوانب الايجابية يحتاج إلى ما يطلق عليه " إيقاف التفكير " ويقصد بذلك إيقاف الافكار السلبية وتحويلها إلى أفكار ايجابية (الكاشف، ١٩٩١، صفحة ٤٠)

و يذكر الينر (٢٠١٠) أن مهارة الحديث الذاتي يستعمل لتصحيح العادات السيئة ويعمل علي تركيز الانتباه ويزيد الثقة بالنفس (Linnér, 2010, p. 62)

لذا فهو ان تكتسب مهارة التعامل مع نفسك بوعي وادراك وأن تبعد أفكارا معينة من عقلك وأن تضع أفكار أخرى يتطلب ذلك نظام عقلي يجعل لديك السيطرة الواعية على ذلك ، إن الامر يحتاج للتدريب لتصبح بعد ذلك عادة إيجابية أن تبعد الافكار السلبية أو أن تتعرف عليها وتحتفظ بالإيجابي منها ، وأن ما تعتقد أنك تقدر عليها وأن تعتقد أنك لا تقدر عليها فكلاهما يحتمل الصدق. (القحطاني، ٢٠١٧، صفحة ٣٣)

وتعتبر مهارة الحديث الذاتي الايجابي من إحدى مهارات العقل الضرورية لأداء ممتاز وبلوغ التفوق في النشاط الدراسي وخاصة عندما تزداد الضغوط أو يتطلب التركيز في الاداء والتشجيع من اجل مواصلة التقدم في الاداء، واستعادة حالته الانفعالية الممتازة وزيادة عملية الشحن النفسي من اجل تحقيق انجاز تنافسي. وكما ان في تطوير ثقة الفرد لذاته وتعزيزها، حيث أنه إذا كانت صورة الفرد عن نفسه ايجابية السمات والمدرجات فهو يتمتع بالثقة بالنفس التي تؤهله للدراسة تحت ضغط وتحقيق النجاح. (خليل، ٢٠٠٨، صفحة ٢٠)

لذا نجد ان الحديث الذاتي يشمل علي جميع الافكار الهادفة والأفكار العشوائية التي تخطر علي عقل الطالب ، ويشتمل علي أشياء تم قبولها خارجيا ، ويمكن لحديث الذات أن يكون إيجابيا ، ولكن علي الجانب الاخر يمكن أن يكون الحديث الذاتي سلبيًا ، والمفتاح الحقيقي لنجاح الطالب هو التركيز علي الايجابيات والبعد عن التفكير السلبي. (حسنة، ٢٠٠٩، صفحة ٦)

وتتخذ الحوارات الداخلية كثيرا من الاشكال، ويمكن تقسيمها عامة إلى نوعين هما الحوار وصورتها أن يعتاد الانسان أشكالاً من حديث النفس للنفس عن سمات وخصال الذاتي الايجابي ومواقف محمودة ممن يتعامل معهم تستحق أن يقابلها بالمعروف والاحسان والمرورة على سمات وخصال ومواقف يترفع فيها عن رد الاساءة أو حتى الوقوف عندها، فيقهر فيها وساوس الشيطان أو تقويم النفس دون تجاوز الحدود إلى جلد الذات أو تحقيرها، وأبرز معالم الحوارات الايجابية ما يشتمل على الرغبة في الانجاز، إرادة التعلم، العمل باجتهد (خليل، ٢٠٠٨، صفحة ٤٤)

لذا يعد الحديث الذاتي احد اشكال اعادة التنظيم المعرفي الذي يستهدف تدريب وتوجيه الافراد بان يعدلوا انماط سلوكهم فالحديث الذاتي عندهم هو الذي يوجه السلوك والتفكير والمشاعر فهذا الاسلوب وسيلة للتخلص من المشكلة عند التحدث مع الذات بطريقة سلبية سيقوم باستبداله بالتحدث مع الذات بطريقة ايجابية (الخطيب، ١٩٩٥، صفحة ٢٦٠)

ويقوم هذا الاسلوب على افتراضات مفادها ان الاشياء التي يقولها الناس لانفسهم تؤدي دورا في رسم وتحديد سلوكياتهم التي سيؤدونها مستقبلا (بطرس، ٢٠١٠، صفحة ١٧٩)

دور الحديث الذاتي الايجابي في علاج السلوك

لذا فان العلاج المعرفي السلوكي يقوم على اعاده البناء المعرفي للفرد اذ يتم مساعده ذلك الفرد على تعديل سلوكياته على تعديل انماطه السلوكية على تعديل انماط تفكيره السلبية واكتساب مهارات معرفية جديدة وذلك من اجل التعامل مع المواقف اذ يؤكد ذلك الاتجاه على التعليمات الذاتية للفرد واحاديث الذات لذا فان تعديل اي سلوك معرفيا يتم من طريق تقديم تعليمات للذات والتي تركز على تعليم الافراد التخطيط والتفكير قبل عملية الاستجابة (شلال، ٢٠٢٤، صفحة ٢٢) وتعليمهم ضرورة النظر والتوقف والاستماع جيدا قبل اصدار اية استجابة محددة ومساعدتهم على استعمال حوارهم الداخلي وتقديم تعليمات لذاتهم قبل الاسراع والاندفاع في جميع الامور تبين ان تخلص من اي مشكلة لا يعني ان الفرد سيتخلص من التحدث الى ذاته بطريقة انهزامية وسلبية واستبدالها بالحديث الى الذات بطريقة اكثر ايجابية (الدليمي، ٢٠٢٢، صفحة ٢٤٣)

دور الحديث الذاتي في تعديل السلوك

ان تعديل السلوك يمر بطريقة متسلسل في الاحداث يبدا من الحوار الداخلي والبناء المعرفي والسلوكيات الناتجة وان الاتجاه المعرفي قد ركز على كيفية تقييم الافراد بسبب انفعالهم او الى طريقه عزوه لسبب هذه الانفعالات هل هو سببه ام الاخرون ويرى ان هنالك هدفا من وراء تغيير الافراد لحوارهم الداخلي ويجب ان يحدد حاجة الافراد للشيء الذي يريدون ان يحققوه والشيء الذي يرغبون في احداثه في البيئة وكيف يقيم الفرد المثيرات من حوله ولأي شيء يعزو اسباب سلوكياته وتوقعه عن قدراته الخاصة في معالجة المواقف الضاغطة وان دور الفرد يؤثر على جانبه الفسيولوجي وكذلك يؤثر على مزاجه وان الانفعالات السيزيولوجية فهي بحد ذاتها ليست هي المعيق الذي يقف بوجه الفرد ولكن ما يقوله الفرد مع نفسه حول المواقف التي يتعرض اليها هو الذي سيحدد انفعالاته الحالية (بطرس، ٢٠١٠، صفحة ١٧٩)

وظائف الحديث الذاتي الايجابي

١- قد نجد احدهم يتحدث الى نفسه عندما يشعر بالفخر حين يحدث شيء جميل لهم وهذا النوع من الكلام هو المسمى التعزيز الذاتي فقد يتحدث اناس لانفسهم حينما يكونوا بحاجة الى معرفه ما ينبغي القيام بها او فعلها فتسمى بالادارة الذاتية (shi, (2015), p. 129)

٢- انه اداة معرفيه مهمه تستعمل من قبل الافراد من اجل الوساطه بين اعمالهم او التعلم او المطالبه بنشاطات جديده ومن حيث المضمون فهو يكون عاده من التعليقات على انفعالات الافراد الخاصه او البيانات الافتراضيه او الميولات الذاتيه او التقييم الذاتي او التعبير عن تغير حالتهم المعرفيه .

٣- ان الحديث الذاتي الايجابي يمكن ان يساعد بتعزيز وتركيز الانتباه وزياده ثقه الافراد بأنفسهم وتنظيم جهودهم والسيطرة المعرفية والانفعالية على ردود افعالهم مما يؤدي الى التنفيذ التلقائي

(shi, (2015), p. 76)

٤- انه يقوم بخدمة الاهمية المعرفية والوظائف التنظيمية الذاتية عند الاطفال او كبار السن ومن بين المهمات التي يقوم بخدمتها الحديث الذاتي هي(بروفا) من المعلومات والبيانات واستيعاب القواعد والاداء التنفيذي والتوجه الذاتي وكثيرا ما يتحدث الناس مع انفسهم لاسباب كثيرة بما في ذلك التنظيم الذاتي وحل المشكلات واتخاذ القرارات (Uttl, 2011, p. 30)

الشغف الاكاديمي

فيما يتعلق بمفهوم الشغف توجد وجهتي نظر الاولى منها ترى بأن كلمة شغف قد اخذت من اللاتينية ومعناها (passion) المعاناة فالناس عادة ينظرون لمن يتصرف بشغف على انه يعاني من مشكلة ما ؛ ويعدونه عبدا لشغفه لانه يسيطر عليه ويتحكم في عواطفه، وأما الوجهة الثانية فقد صورت الشغف بايجابية اكثر من الاولى ، وعدته جزءاً من المشاعر الانسانية و منبثقة من نزعاته السلوكية التي تكمن بداخله ، والشغف وجوده ضروري لدى الفرد لكي لمستويات عالية في الاداء . (صالح، ٢٠٢٤، صفحة ١٩)

اراء الفلاسفة حول الشغف

لقد اثار موضوع الشغف تفكير الفلاسفة الاوائل ، وعلى الرغم من قلة الابحاث التي تناولت سايكولوجية الشغف ؛ نجد مساهمات عديدة فسرت طبيعة الانشطة الشغفية ، فقد رأى ارسطو ان الافراد يجب ان لا يخلجوا ان يظهروا شغفهم فهو انما يعكس سماتهم الانسانية السامية ، اما ديكارت فإنه يرى الشغف ما هو الا مشاعر انسانية متأصلة وقوية لدى جميع الافراد فقد تكون ايجابية من وراء سلوك ما ، ومن وجهات نظر اخرى فقد يؤكد من خلالها بعض العلماء ان للشغف وظيفة في تحفيز الافراد في اظهار دوافعهم ورفع مستويات ادائهم ، مثال على ذلك لو ان عدد من الافراد قد بذلوا مستويات مرتفعة من الجهد و الطاقة بقضاء معظم اوقاتهم لانجاز نشاطاتهم المفضلة ، فإن الشغف هو السبب الذي دفعهم الى الوصول لمستويات عالية من الانجاز (Miles, 2013, p. 184)

النظريات التي فسرت الشغف الاكاديمي

هنالك كثير من النظريات التي فسرت الشغف الأكاديمي، منها

نظرية تقرير المصير

اشار (Deci&ryan 2000) الفرد خلال مراحل حياته المختلفة ينخرط في كثير من الأنشطة من أجل إشباع حاجاته النفسية، التي بدورها تمثل أبنية نفسية أساسية تدفعه نحو النشاط. وتتأثر الحاجات النفسية بعاملين : الاستقلال الذاتي الذي يمثل حاجة الفرد لمعرفة نفسه؛ والفرد يشعر بالارتياح عندما يرى أثرا ملموسا وحقيقيا لأفعاله، عند امتلاكه حرية الاختيار، وتوجيه الذات، والشعور بالسيطرة على النشاط. أما العامل الثاني فهو الكفاءة الذاتية، التي تتمثل في اعتقاد الفرد حول قدرته على القيام بمهمة ما؛ فعندما يشعر الفرد بالكفاءة الذاتية من خلال التجارب الناجحة التي يمر بها خلال ممارسته للنشاط، فإنه يطور دافعية ذاتية في المستقبل تجاه الأنشطة المشابهة (Deci&ryan , 2000, p. 244)

نظرية رولند فيو (Roland Viau)

أما نظرية رولند فيو (Roland Viau) فتفسر الشغف الأكاديمي من خلال الطريقة التي تتكون بها الدافعية نحو الانخراط الأكاديمي. وترى هذه النظرية أن دافعية الطالب نحو الانخراط الأكاديمي تتأثر بثلاثة عوامل : عامل يتعلق بإدراك قيمة وأهمية النشاط، حيث يرتفع مستوى الشغف الأكاديمي كلما أدرك الطالب قيمة وأهمية النشاط .

أما العامل الثاني فهو يتعلق بالإحساس الداخلي لدى الطالب حول قدرته على القيام بالنشاط، حيث يظهر الطالب اهتماما كبيرا بالنشاط كلما كان لديه احساس داخلي قوي بقدرته على الإنجاز. والعامل الثالث يتمثل في قدرة الطالب على التحكم في المثيرات المرتبطة بالنشاط؛ فكلما زادت سيطرة الطالب على المثيرات المؤثرة في النشاط، زاد انخراطه في النشاط (Moeller, 2013, p. 24)

تأثير السمات الايجابية للطلبة ذوي الشغف الاكاديمي الجيد والتحصيل العالي

تؤدي السمات الايجابية لدى الطلبة كالمثابرة والتفاؤل الى تعزيز حب الطلبة وزيادة شغفهم الاكاديمي بالدراسة والتعلم، بدوره يزيد من عملية اندماج الطالب في الانشطة التعليمية، ويرفع من مستويات أدائهم الاكاديمي، ويساعد بأن يحققوا الاهداف التربوية المنوطة بهم ، وأن طلبة الجامعة الذين يتسمون بالعديد من سمات الشخصية الايجابية يتعاملون بشكل أفضل مع المتطلبات والتحديات التي تواجههم في الدراسة، وتجعلهم يحققون معدلات أعلى في التحصيل الدراسي .

انواع الشغف

يقسم الشغف على قسمين:

لقد ميز شيلدون (.Sheldon, 2002) ، بين ابعاد الشغف الانسجامي، والشغف القهري في ايضاح الكيفية في استيعاب الطلبة للنشاطات الشغفية فيما يناسب ميولاتهم ورغباتهم ، مما يؤدي الى دمجهم في هويتهم وفيما يأتي توضيح لكل بعد من أقسام الشغف: الشغف الانسجامي ، والشغف القهري . (Sheldon, 2002), p. 50)

الشغف الانسجامي

ان الشغف الانسجامي ينتج شعور داخلي رغبة قوية ويكون الفرد متحكم فيه فالطلبة يختارون الاندماج من خلال ممارستهم الانشطة الشغفية الاكاديمية وبشكل اختياري وفي حرية تامة ،ومن دون وجود ضغوط خارجية او داخلية قد تؤثر في اختياراتهم ذلك الذي يجعلهم يستمرون بممارستها بكفاءة الى يتم انجازها بنجاح ، وما يتناسب مع انشطتهم الحياتية التي يطلب انجازها ، وعلى ذلك تكون النشاطات من مصادر تكوين بنية الافراد الذاتية ، وبالتالي سيخفف من الصراعات في مجالات اخرى في الحياة ويؤدي الى تكيف الافراد وشعورهم بالراحة والتوازن (Uttl, 2011, p. 55)

الشغف القهري

اما الشغف القهري يكون ناتجا من وشعور قوي داخلي من غير المتحكم فيه حيث يسيطر على مشاعر الطلبة مما يدفع بهم الى ممارسة النشاطات الشغفية الاكاديمية فقط ، ويجعلهم يتجنبون ممارسة نشاطات اخرى كالانشطة الحياتية ، ويقوم الطلبة بتركيز انتباههم في نشاط واحد فقط ويتجاهلون غيره من الانشطة وكثير ما تظهر عندهم مشاعر سلبية اثناء الانشطة الاكاديمية الشغفية او بعدها كالقلق او التوتر ، او عدم قدرتهم على الاداء الافضل ، او حدوث انغلاق على الذات وعدم افادتهم من خبرات غيرهم من الافراد الاخرين (Miles, 2013, p. 23)

ان الطلبة ذوو الشغف الانسجامي يكونون عادة اكثر نشاطا واكثر سيطرة على رغباتهم عند ممارسة انشطتهم الاكاديمية ، فهم يستثمرون وقتا كثيرا من اجل الاهتمام بتلك الانشطة ومتابعة انجازها بيد انهم في ذات الوقت يتمتعون بغاية مرونة عند مشاركتهم في النشاطات الاخرى ان تطلب منهم ذلك ، فهم يتمكنون من موازنة ارتباطاتهم مجالات حياتهم كالعلاقات ، او الصداقات، او العمل، في اثناء مشاركتهم في اي نشاط اكاديمي شغفي ، اما الطلبة من ذوي الالشغف القهري الذين يبذون اكثر سلبية فإن شغفهم يؤثر سلباً في ممارسة انشطتهم الاكاديمية الشغفية في الغالب فتصبح تلك الانشطة هي الجوهر حيث سيهملون غيرها من الانشطة الاخرى، مما سيخلق صراعات كثيرة مع الجوانب المهمة في حياتهم حيث سيتم اهمالها ، فهم يعانون من مشاعر سلبية كالشعور بالذنب والتوتر في اثناء او بعد ممارستهم للانشطة الاكاديمية الشغفية

اما الافراد من ذوي الشغف القهري فإنهم على النقيض و يتميزون باستثمار اوقاتهم في دراستهم استثمار كبيرا ولكنهم لا يقومون بالمشاركة بالانشطة شغفية اخرى ويقترضون على تلك الانشطة التي تتعلق بدراستهم ، فيعدون الدراسة هي جوهر حياتهم ، مما سيؤدي الى صراع مع الجوانب الاخرى من حياتهم

الفصل الثالث / منهج البحث وإجراءاته

أولاً: منهج البحث: اتبع الباحث المنهج الوصفي لملاءمته اهداف البحث الحالي فهو يسعى لكي يحدد وضع الدراسات ثم يصفها بوصف دقيق ويصف الظواهر بتعبير نوعي ، وايضاح الخصائص فيها الكمية رقميا موضحا مقدار وحجم تلك الظاهرة ويتقصى العلاقة بينها (رشيد، ٢٠٢٤، صفحة ١٦٦)

ثانياً: مجتمع البحث: وقد تكون هذا المجتمع من طلبة أقسام اللغة العربية في كليات جامعة بغداد للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤)

جدول (١)

اسم الكلية	الاقسام	عدد الطلبة
كلية الاداب الجامعة المستنصرية	قسم اللغة العربية	٤٩٧
كلية التربية ابن رشد جامعة بغداد	قسم اللغة العربية	٤٩٠
كلية التربية الجامعة المستنصرية	قسم اللغة العربية	٥٦٢
كلية الاداب جامعة بغداد	قسم اللغة العربية	٥٥٠
المجموع		٢٠٩٩

ثالثاً: عينة البحث: وقد اختار الباحث عينته بطريقة عشوائية فقد بلغت (٤٠٠) طالب وطالبة في اقسام اللغة العربية من طلبة جامعتي بغداد والمستنصرية وهي عينة مناسبة على وفق معايير معروفة فاختمها الباحث بطريقة عشوائية على وفق الطريقة الطبقية من اربعة كليات وكانت طريقة الاختيار بأعداد متساوية والكليات هي كلية الاداب الجامعة المستنصرية ، وكلية التربية ابن رشد جامعة بغداد ، وكلية التربية الجامعة المستنصرية ، و كلية الاداب جامعة بغداد .

جدول (٢)

اسم الكلية	الذكور	الاناث
كلية الاداب الجامعة المستنصرية	٥٠	٥٠
كلية التربية ابن رشد جامعة بغداد	٥٠	٥٠
كلية التربية الجامعة المستنصرية	٥٠	٥٠
كلية الاداب جامعة بغداد	٥٠	٥٠
المجموع	٢٠٠	٢٠٠

رابعاً: أداتا البحث: لابد ان يكون هنالك مقياس لهذا البحث مناسباً ، فقد قام الباحث بما يأتي

١-تحديد مفهومي المقياسين :

بعد ان اطلع الباحث على الادبيات والدراسات السابقة التي تناولت الحديث الذاتي الايجابي و الشغف الاكاديمي قام الباحث ببناء مقياسين متبعا ما وجده في المفاهيم والجوانب النظرية لكلا المتغيرين

٢-صياغة فقرات المقياسين:

صاغ الباحث (٣٢) فقرة لاجل مقياس الحديث الذاتي الايجابي في ملحق (٢) بعد اطلاعه على الدراسات السابقة وصاغ كذلك (٣٠) فقرة لاجل مقياس الشغف الاكاديمي في ملحق (٣) واعتمد على دراسة (Vallerand) وقد قام بوضع (٥) من البدائل في كل فقرة

٣-تعليمات كلا المقياسين:

قام الباحث بوضع تعليمات تخص كل مقياس يشرح من خلالها الطريقة الصحيحة للاجابة ، وقد حرص الباحث ان تكون التعليمات واضحة ومفهومة

٤-بدائل المقياسين:

جدول (٣)

الفقرات	تنطبق علي كثيرا	تنطبق علي دائما	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق ابدا
الدرجات الايجابية للفقرات	٥	٤	٣	٢	١
الدرجات السلبية للفقرات	١	٢	٣	٤	٥

ولكي يتأكد الباحث من صلاحيات فقرات المقاييس وقياس الظواهر و السمات التي تقيسها في المقاييس كلاهما ، قام بعرض المقاييس على مجموعة تكونت (١٥) من الخبراء ملحق (١) يطلب منهم ابداء آرائهم بخصوص مدى صلاحية كل فقرة في قياسها للسمات والظواهر المطلوب قياسها من خلال وضع اشارة (صح) في الحقل المخصص لها وفي حال لم تكن صالحة يضع الاشارة ذاتها في حقل التعديل ، وكانت النسبة المعتمدة للباحث (٨٠ %) فأكثر من الخبراء في مدى صلاحية كل الفقرات وقد استبعد الباحث الفقرات التي لم تحصل على تلك النسبة من كلا المقاييس .

وقد قام الباحث بتوزيع استمارات المقاييس على عينة من (٥٠) عدد الذكور (٢٥) وعدد الاناث (٢٥) تم اختيار تلك العينة عشوائيا بالطريقة التطبيقية من مجتمع البحث ذاته من كلية التربية جامعة المستنصرية فتمين لاحقا ان تعليمات الاختبارين واضحة عند الطلبة ومفهومة وكان الوقت الذي استغرقته اطول اجابة (٤٠) دقيقة

عينة التحليل الاحصائية:

تم تطبيق المقاييس للحديث الذاتي الايجابي والشغف الاكاديمي لعينة طلبة اقسام اللغة العربية البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة وبطريقة متساوية واستخرجت القوة التمييزية بوساطة طريقتين هما:

١- طريقة المجموعتين المتطرفتين:

بعد ان صحح الباحث استمارات عينة التحليل الاحصائية البالغة ((٤٠٠)) قام بترتيبها بطريقة تنازلية من اعلى درجة فيها وحتى ادنى درجة واختار (٢٧%) من المجموعة العليا والنسبة ذاتها (٢٧%) من المجموعة الدنيا ثم قام بحساب المتوسطات الحسابية وكذلك الانحرافات المعيارية والقيمة التائية للفقرات جميعها واتضح بأن جميع فقرات مقياس الحديث الذاتي الايجابي مميزة وكانت قيمتها التائية المحسوبة اعلى من القيمة الجدولية (٩٦,١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤)

وقد قام الباحث بالاجراءات ذاتها فيما يختص بمقياس الشغف الاكاديمي وقد اتضح ان فقراته مميزة جميعها وكانت قيمتها التائية المحسوبة اعلى من القيمة الجدولية (٩٦,١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤)

٢- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لاختبار الحديث الذاتي الايجابي:

استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لاجل حساب ارتباط درجة فقره بالدرجه الكليه بمقياس الحديث الذاتي الايجابي في عينة التحليل الاحصائية التي بلغت ((٤٠٠) من الطلاب والطالبات وقد اظهرت نتائج ذلك بان ان معاملات ارتباط الفقرات جميعها ذات دلالة احصائية واعلى من القيمة الجدولية التي بلغت (١١٣,١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) و درجة الحرية (٣٩٨)

الجدول (٣)

معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الحديث الذاتي الايجابي

تسلسل الفقرات	معاملات الفقرات الكلية	ارتباط بالدرجة	تسلسل الفقرات الكلية	معاملات الفقرات الكلية	ارتباط بالدرجة	تسلسل الفقرات	معاملات الفقرات الكلية	ارتباط بالدرجة
.١	٥٥٦,٠٠	.١٢	٤١٤,٠٠	.٢٣	٦٠٧,٠٠			
.٢	٤٦٢,٠٠	.١٣	٥٦٦,٠٠	.٢٤	٤٣٠,٠٠			
.٣	٥٢٢,٠٠	.١٤	٦٢٩,٠٠	.٢٥	٦٤١,٠٠			
.٤	٥٩٣,٠٠	.١٥	٦٣٤,٠٠	.٢٦	٣٧٢,٠٠			
.٥	٤٤٤,٠٠	.١٦	٣٩٠,٠٠	.٢٧	٦٤٤,٠٠			
.٦	١٨١,٠٠	.١٧	١٣٢,٠٠	.٢٨	٦٥٠,٠٠			
.٧	٢٥٣,٠٠	.١٨	٢٩٥,٠٠	.٢٩	٤٣٥,٠٠			
.٨	٥١٦,٠٠	.١٩	٥٦٩,٠٠	.٣٠	٥١١,٠٠			
.٩	٦٨٢,٠٠	.٢٠	٢٥٩,٠٠	.٣١	٥٧٨,٠٠			
.١٠	٦٠٣,٠٠	.٢١	٣١٣,٠٠	.٣٢	٤٠١,٠٠			
.١١	٣٥٦,٠٠	.٢٢	٣٣٥,٠٠					

معامل الارتباط درجات الفقرات والمجموع الكلي لمقياس الشغف الاكاديمي

ثم قام الباحث واستعمل الاجراء نفسه فوجد الباحث معامل ارتباط بيرسون لاجل حساب ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الشغف الاكاديمي في عينة التحليل الاحصائية التي بلغت ((٤٠٠)) من الطلاب والطالبات وقد اظهرت نتائج ذلك بان ان معاملات ارتباط الفقرات جميعها ذات دلالة احصائية واعلى من القيمة الجدولية التي بلغت ((١١٣,١)) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) و درجة الحرية (٣٩٨)

الجدول (٤)

تسلسل الفقرات	معاملات الفقرات الكلية	ارتباط بالدرجة	تسلسل الفقرات	معاملات الفقرات الكلية	ارتباط بالدرجة	تسلسل الفقرات
١	٠,٣٠٢	٠,١٢	١٢	٠,٢٧١	٠,٢٣	٠,٤٠٨
٢	٠,٤٢٣	٠,١٣	١٣	٠,٢٩٢	٠,٢٤	٠,٥١٣
٣	٠,٤١٥	٠,١٤	١٤	٠,٣٩٢	٠,٢٥	٠,٣٠٢
٤	٠,٣١٩	٠,١٥	١٥	٠,٣٥٢	٠,٢٦	٠,٣٠٢
٥	٠,٤٨٦	٠,١٦	١٦	٠,٤٧٩	٠,٢٧	٠,٣٥٠
٦	٠,٤٣٩	٠,١٧	١٧	٠,٤٢١	٠,٢٨	٠,٤٦٣
٧	٠,٤٣٩	٠,١٨	١٨	٠,٢٨٤	٠,٢٩	٠,٢١٧
٨	٠,٣٠٣	٠,١٩	١٩	٠,٤٤٩	٠,٣٠	٠,٣١٢
٩	٠,٢٤٢	٠,٢٠	٢٠	٠,٤٢٧	.	.
١٠	٠,٢١٧	٠,٢١	٢١	٠,٣٨٠	.	.
١١	٠,٤١٧	٠,٢٢	٢٢	٠,٤٨٧	.	.

مؤشرات الصدق لكلا المقياسين:

الصدق : لقد عرفه إيبيل : هو الدقة التي من خلالها يقاس الغرض الذي وضع الاختبار لأجله (الظاهر، ٢٠٠٤، صفحة ١٣٢) فإن كان المقياس صادقا فإنه سيقاس الغرض الذي وضعنا من اجل قياسه .

أ-الصدق الظاهري:

قام الباحث بعرض المقياسين على مجموعة من المتخصصين في علم النفس والارشاد النفسي وكانت نسبة الاتفاق بين اولئك الخبراء (٨٥%) فأكثر ، فوجدها صالحة من ناحية البدائل وتعليمات الاجابة والتصحيح

ب-صدق البناء:

يعد استخراج القوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية هي احدى المؤشرات في صدق البناء ، وقد قام الباحث بطريقتين لاجل ذلك اولها هو اسلوب العينتين المتطرفتين والثانية هو اسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياسين وتمت الاشارة الى هذا مع الجداول في فقرة عينة التحليل الاحصائية

مؤشرات ثبات المقاييس:

وذلك يعني ان يكون المقياس ثابتا فيما لو طبق على العينة نفسها في مرتين متتاليتين فتكون النتائج متشابهة ، وفيما لو كانت النتائج مختلفة كثيرا يدل بأن معامل المقياس ضعيفة (الشناوي، ١٩٩٦، صفحة ١٥٢)

١-الاختبار وإعادة الاختبار

طبق الباحث المقياسين على عينة تكونت من (٥٠) طالب وطالبة اختارهم بالطريقة الطباقية العشوائية من طلبة جامعة بغداد كلية الاداب قسم اللغة العربية في يوم الموافق ٢٤/١/٢٠٢٣ و وضع الباحث اشارات خاصة من أجل معرفة اسماء الطلبة المستجيبين من دون علمهم واعاد تطبيق واعاد تطبيق المقياس على العينة نفسها بعد اسبوعين من وقت التطبيق الاول وجمع الباحث استمارتي المقياسين معا وقد اتضح بأن معامل ارتباط لمقياس الحديث الذاتي الايجابي بلغت (٨٤%) وهي نسبة معامل ارتباط مقبولة

٢-طريقة الاتساق الداخلي باستعمال (الفكرونباخ):

استخرج الباحث (٥٠) استمارة من عينة التحليل الاحصائية وطبق معادلة الاتساق الداخلي تلك العينة وقد تبين ان معاملات الثبات على وفق تلك الطريقة قد بلغت (٨١%) لمقياس الحديث الذاتي الايجابي ويعد ذلك معامل مقبول للثبات ، واما معاملات الثبات (الفكرونباخ) لمقياس الشغف الاكاديمي قد بلغت (٨٣%)

تطبيق الاداتين:

لقد قام الباحث بتطبيق المقياسين عينة التحليل الاحصائي البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة من الكليات المذكورة ولم تسقط اي فقرة من المقياسين في عملية تحليلها احصائيا بطريقة المجموعتين او علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لذلك اعتمدها واستخرج منها النتائج

الوسائل الاحصائية :

الوسائل الاحصائية التي استعملها الباحث

(حزمة SPSS ، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، مربع كاي، معامل ارتباط بيرسون، الفاكرونباخ،)

الفصل الرابع / عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الاول: التعرف على دلالة الحديث الذاتي الايجابي عند طلبة اقسام اللغة العربية

ومن اجل تحقق الهدف الاول تم توزيع مقياس الحديث الذاتي الايجابي على عينة من طلبة الجامعات والتي بلغ عددها ((٤٠٠) وبعد ا فراغ البيانات تم حساب المتوسط الحسابي والذي بلغ (١٠٧) واما الانحراف المعياري (٦٢,٧) واما الفرضي يبلغ (٩٦) باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة وقد جرى حساب القيمة التائية المحسوبة فقد بلغت (٦٣,١٢) وكانت اعلى من الجدولية والتي تبلغ (١,٩٦) في مستوى دلالة ((٠,٠٥) ودرجه الحريره (٣٩٩) والجدول (٥) سيوضح ذلك

العينة البحثية	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمتان التائيتان		مستوى الدلالة عند (٠,٠٥)
٤٠٠	٩٦	١٠٧	٦٢,٧	المحسوبة	الجدولية	ذات دلالة احصائية
				١٢,٦٣	١,٩٦	

يتضح لنا ان القيمة التائية المحسوبة كانت اعلى من القيمة الجدولية ويعني ذلك بأن عينة الطلبة من اقسام اللغة العربية عندهم حديث ذاتي ايجابي لانهم اسوياء ومتقنين ،وهذه النتيجة تأتي على وفق ما أشار إليه (دونالد هيربرت ميكينبوم) الذي يرى أن خبرات الحديث الجانبي عناصر حاسمة في تشكيل التفكير والمعرفة لهذا يعد الحديث الجانبي كما اشار "دونالد" عبارة عن قدرات شخصية يظهر في ضوء طرائق متنوعة ومتعددة الجوانب، تعكس تطلعات الأفراد من خلال أفكارهم وتوقعاتهم نحو ما سيقع لهم .

الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفرق في الحديث الذاتي الايجابي عند طلبة اقسام اللغة العربية في متغير الجنس

ومن اجل تحقق الهدف الثالث تم توزيع مقياس الشغف الاكاديمي على عينة طلبة الجامعات والتي بلغ عددها (٤٠٠) بواقع (٢٠٠) طالب من الذكور و (٢٠٠) طالبة من الاناث وبعد افراغ بيانات الاستمارات تم حساب المتوسط الحسابي والذي بلغ (٢٢،١٠٧) واما الانحراف المعياري (٦٢،٧) واما المتوسط الحسابي للطالبات يبلغ (٤٢،١٠٦) واما الانحراف المعياري يبلغ (٦٤،٧) وقد تمت المقارنة بين بين المتوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (٤٠٦،٠) وكانت اصغر من الجدولية والتي تبلغ (١،٩٦) في مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩) والجدول (٦) سيوضح ذلك

الجدول (٦)

العينة البحثية	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمتان التائيتان		مستوى الدلالة عند (٠،٠٥)
الذكور	٢٠٠	٢٢،١٠٧	٦٢،٧	المحسوبة	الجدولية	ليست بذى دلالة احصائية
الاناث	٢٠٠	٤٢،١٠٦	٦٤،٧	٤٠٦،٠	١،٩٦	

يتبين لنا من الجدول بأن القيمة التائية المحسوبة كانت اقل من القيمة الجدولية مما يفسر عدم وجود فروق بذى دلالة احصائية في الحديث الذاتي الايجابي بين جنسي الطلبة فهم اذكيا ومتفائلين بمختلف اجناسهم

الهدف الثالث: التعرف على دلالة الفرق في الشغف الاكاديمي عند طلبة اقسام اللغة العربية

ومن اجل تحقق الهدف الثالث تم توزيع مقياس الشغف الاكاديمي على عينة طلبة الجامعات والتي بلغ عددها ((٤٠٠) وبعد افراغ بيانات الاستمارات تم حساب المتوسط الحسابي والذي بلغ (١٧،١٠١) وأما الانحراف المعياري (٦٨،١٢) وأما الفرضي يبلغ (٩٠) باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة وقد جرى حساب القيمة التائية المحسوبة فقد بلغت (٤٩،١٦) وكانت اعلى من الجدولية والتي تبلغ (١،٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩) والجدول (٧) يوضح

جدول ((٧))

نتيجة الاختبار التائي لعينة واحدة من درجات افراد العينة في مقياس الشغف الاكاديمي

العينة البحثية	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة حرية	القيمتان التائيتان	مستوى الدلالة عند (٠،٠٥)
٤٠٠	١٧،١٠١	٩٠	٦٨،١٢	٣٩٩	المحسوبة	ذات دلالة
					الجدوليه	احصائية
					١،٩٦	
					٤٩،١٦	

يظهر من خلال الجدول اعلاه ان عينة البحث يتمتعون بشغف اكايمي تجاه الدراسة والحياة العلمية وحبهم للتعلم ولديهم دافع شغف كبير ، وهذه النتيجة تأتي على وفق ما أشارت إليه نظرية رولند فيو (Roland Viau) التي تفسر الشغف الأكاديمي من خلال الطريقة التي تتكون بها الدافعية نحو الانخراط الأكاديمي. وترى هذه النظرية أن دافعية الطالب نحو الانخراط الأكاديمي تتأثر بثلاثة عوامل: عامل يتعلق بإدراك قيمة وأهمية النشاط

الهدف الرابع : التعرف على دلالة الفرق في الشغف الاكاديمي عند طلبة اقسام اللغة العربية في متغير الجنس

ومن اجل تحقق الهدف الثالث تم توزيع مقياس الشغف الاكاديمي على عينة طلبة الجامعات والتي بلغ عددها ((٤٠٠) بواقع (٢٠٠) طالب من الذكور و (٢٠٠) طالبة من الاناث وبعد افراغ بيانات الاستمارات تم حساب المتوسط الحسابي والذي بلغ (٧٠،١٠٠) واما الانحراف المعياري فمقداره (١٢٨،١٣) واما المتوسط الحسابي للطالبات يبلغ (٣٨،١٠١) واما الانحراف المعياري يبلغ (٢٠٠،١٢) وقد تمت المقارنة بين المتوسطين مع

المتوسط الفرضي الذي بلغ (٩٠) تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (٣٣٤،١) وكانت اصغر من الجدولية والتي تبلغ (١،٩٦) في مستوى دلالة ((٠،٠٥) وبدرجه حريه (٣٩٩) والجدول (٨) سيوضح ذلك

الجدول (٨)

العينة البحثية	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمتان التائيتان		مستوى الدلالة عند (٠،٠٥)
الذكور	٢٠٠	٧٠،١٠٠	١٢٨،١٣	المحسوبه	الجدولية	ليست بذي دلالة احصائية
الاناث	٢٠٠	٣٨،١٠١	٢٠٠،١٢	٣٣٤،١	١،٩٦	

يتضح لنا من خلال الجدول في اعلاه بأن القيمة التائية المحسوبة هي اصغر من القيمة الجدولية مما يعني بعدم وجود فروق ذي دلالة احصائية عند طلبة عينة البحث على وفق متغير النوع والجنس ويعزى هذا لانتمائهم لبيئة مشجعة للحب التعليم والدراسة

الهدف الخامس : علاقة الحديث الذاتي الايجابي بالشغف الاكاديمي عند طلبة اقسام اللغة العربية

ومن خلال استعمال معاملات ارتباط بيرسون لاجل ايجاد اذاما كانت علاقة بين الحديث الذاتي الايجابي و الشغف الاكاديمي عند طلبة اقسام اللغة العربية فقد بلغ ((٤٩٨،٠) وهذا يعد معامل ارتباط موجبة وذات دلالة احصائية بمقارنتها بمعامل ارتباط القيمة الجدولية التي بلغت (١٣٨،٠) ويعني ذلك ان هنالك علاقة بين الحديث الذاتي الايجابي والشغف الاكاديمي عند طلبة اقسام اللغة العربية والجدول يوضح ذلك

جدول ((٩))

حجم العينة الكلي	قيمة معاملات الارتباط	مستوى الدلالة
٤٠٠	٤٩٨،٠	ذات دلالة احصائية

الاستنتاجات و التوصيات و المقترحات

اولاً: الاستنتاجات

لقد توصل الباحث الى عدد من الاستنتاجات في ادناه ما يأتي:

- ١- ان طلبة اقسام اللغة العربية يتمتعون بقدر عال من الحديث الذاتي الايجابي لذا لديهم نظرة ايجابية فيما يدور بحاضرهم ومستقبلهم
- ٢- ان طلبة اقسام اللغة العربية يتمتعون بشغف اكاديمي كبير متقارب ذكور واناثا
- ٣- لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية في الحديث الذاتي الايجابي بمتغير الجنس لدى طلبة اقسام اللغة العربية
- ٤- وجود علاقة ارتباطية بين الحديث الذاتي الايجابي والشغف الاكاديمي لدى طلبة اقسام اللغة العربية

ثانياً: التوصيات

وقد أوصى الباحث بعدد من التوصيات :

- ١- التأكيد على زيادة استغلال الحديث الذاتي الايجابي والدعوة الى الندوات والورشات المختصة بذلك
- ٢- رعاية الطلبة الجامعيين وتعزيز الشغف الاكاديمي عندهم وحثهم على حب العلم ومواكبة التحضر
- ٣- تعاون المؤسسات الاكاديمية لنشر التفاؤل والحديث الايجابي في كل مفاصل المقررات الدراسية

ثالثاً: المقترحات:

وقد اقترح الباحث عددا من المقترحات

- ١- اجراء دراسة في الحديث الذاتي الايجابي وعلاقته بالشغف الاكاديمي لدى طلبة المرحلة الاعدادية
- ٢- اجراء دراسات تجريبية بشكل برامج ارشادية في تنمية الوعي الذاتي و الحديث الذاتي الايجابي
- ٣- اجراء دراسة في الحديث الذاتي الايجابي وعلاقته بالدافعية نحو التعليم لدى طلبة الجامعة

١٢. المصادر والمراجع
١٣. بطرس ، جوزيف حنا. (٢٠١٠). العلاقات التربوية وابعادها الفكرية والفلسفية. بيروت: دار الشؤون الثقافية.
١٤. بطرس، حافظ (٢٠١٠). تعديل وبناء سلوك الاطفال. الاردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع، .
١٥. بردان ، محمود صالح. (٢٠١١). علم النفس التربوي المعاصر. عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.
١٦. جواد، حسين حمزة (٢٠١٨). معاذ صالح الحديث الذاتي الايجابي وعلاقته بتقدير الذات المهارية لدى لاعبي تنس كرة القدم . العراق: بحث منشور ، مجلة الكوفة لعلوم التربية البدنية.
١٧. حسنة ، رياض حيدر. (٢٠٠٩). العلاقات الذاتية المعرفية. بابل: دار الصادق للنشر والطباعة.
١٨. خليل، أحمد صلاح الدين (٢٠٠٨). الحديث الذاتي كاستراتيجية لتطوير المهارت العقلية ومستوى الاداء لدى لاعبي التنس. القاهرة: بحث منشور ، مجلة عين شمس ، المجلد ٣٤ ، العدد ١٣٠.
١٩. الخطيب ، مصطفى. (١٩٩٥). السلوكيات الادائية. مصر: الدار الوطنية للنشر والتوزيع.
٢٠. دسوقي ،حنان فوزي. (٢٠٢٠). فعالية الارشاد باسلوب الحديث الذاتي الايجابي في تحسين مناصرة الذات لدالمراهقين المعاقين حركيا ر. القاهرة: بحث منشور ، مجلة علوم ذوي الاحتياجات الخاصة مج ٢ ، ع ١ ، كلية التربية جامعة المينا،مصر.
٢١. الدليمي ، سيف رضوان. (٢٠٢٢). الشغف العلمي وعلاقته بالتوافقات النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي للنشر والتوزيع.
٢٢. رشيد. ، ليث صباح (٢٠٢٤). فاعلية أنموذج *Gubins* في تحصيل طلبة المرحلة الثانية بقسم الفيزياء لمادة منهج البحث. العراق: بحث منشور ، مجلة كلية التربية للعلوم الانسانية / الجامعة المستنصرية ، المجلد ٢ ، العدد ٣.
٢٣. سالمان ، الشيماء محمود. (٢٠٢٢). الشغف الاكاديمي وعلاقته بالضغط الجامعية المدركة لدى المعوقين بصريا. القاهرة: بحث منشور ، جامعة بني سويف ، عدد أبريل الجزء الثاني.
٢٤. شلال ،ابراهيم حسن. (٢٠٢٤). القيم التربوية البيئية لدى طلبة المرحلة الاعدادية. العراق: مجلة كلية الاداب / الجامعة المستنصرية ، المجلد ٤٨ ، العدد ١٠٦.
٢٥. صالح، فيصل ميسر (٢٠٢٤). فاعلية استراتيجية الحلقة السقراطية في تحصيل مقرر طرائق التدريس المتخصصة لدى طلبة كلية التربية الأساسية ودافعية الانجاز لديهم. العراق: بحث منشور ، مجلة كلية التربية الأساسية / الجامعة المستنصرية ، المجلد ٣٠ ، العدد ١٢٦.

٢٦. الشناوي ، محمد محروس. (١٩٩٦). *العملية الإرشادية والعلاجية*. مصر : دار غريب للطباعة والنشر.
٢٧. صبري،، مشتاق عمار (٢٠١١). *التغيرات الفكرية بين التنظير والتطبيق*. عمان: دار الشروق للنشر والطباعة.
٢٨. الظاهر ، زكريا محمد. (٢٠٠٤). *مبادئ القياس والتقويم*. القاهرة: دار الثقافة والعلم.
٢٩. العطار ، محمود مغازي. (٢٠١٩). *الحديث الذاتي الايجابي وعلاقته بالتدفق النفسي والهزيمة النفسية لدى طلاب كلية التربية*. القاهرة: بحث منشور ، المجلة المصرية للبحوث النفسية ، عدد ١٠٢ ، مجلد ٢١.
٣٠. فانويل،، سيمور (٢٠١٦). *العلاجات النفسية الوظيفية*. القاهرة: دار مفكرون للنشر والتوزيع.
٣١. الفقي ، ابراهيم. (٢٠٠٠). *حديث الذات*. القاهرة: دار الفكر للنشر والتوزيع.
٣٢. القحطاني. ، فاطمة مصلح (٢٠١٧). *الحوار الذاتي مدخل التواصل الإيجابي مع الآخرين*، السعودية: مركز الملك عبدالعزيز للحوار الوطني. سلسلة كتب الامة الالكترونية.
٣٣. الكاشف، خيون ، ا. (١٩٩١). *الصراع النفسي الداخلي*. القاهرة: دار الشؤون الثقافية.
٣٤. الكندري. ، عبدالله يوسف (٢٠١٨). *حديث الذاتي وعلاقته بالاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم في الكويت*. الكويت: بحث منشور مجلة علوم التربية البدنية.
٣٥. ملحم،، سامي يوسف (٢٠٢٢). *القياس والتقويم في التربية وعلم النفس*. الأردن: دار المسير للنشر والطباعة.
٣٦. المنصوري،، أمل عبد الرزاق (٢٠١٠). *مستوى التفاعل الاجتماعي وعلاقته بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة قسم الارشاد النفسي*. العراق: بحث منشور ، مجلة كلية التربية ، جامعة البصرة ، المجلد ٢ ، العدد ١١٢.
٣٧. نسيم ، قجالي. (٢٠١٧). *الحديث الداخلي وعلاقته بالثقة بالنفس وفق مستوى النتائج الرياضية المحققة لدى لاعبي لكرة القدم*. الجزائر: مذكرة ماستر، جامعة محمد بو ضياف، الجزائر.
38. Deci&ryan . (2000). *The intrinsic motivation of Richard Ryan*. uk: Delia O'Hara.
39. Deci, E. L. (2004). *Self-determination theory: A macrotheory of human motivation*. Canadian: development, and health. Psychology, 49(3), 182– 185.
40. Linnér, L. (2010). : *The effects of instructional and motivational self-talk on self-efficacy and performance in golf playersy*, . mixac: , (C-essay in sport

- psychology 61–90 ECTS credits). School of Social and Health Sciences. Halmstad Universit.
41. Miles, A. N. (2013). (*The use of self-talk during elite cricket batting performance 1*. london: Psychology of sport and exercise , 14 (6) 874–88.
 42. Moeller. (2013). *Moeller Electric Corporation*. uk: production company.
 43. Sheldon, M. R. ((2002).). *The Self-Concordance Model of healthy goal-striving: When personal goals correctly represent the person*. . Handbook of self-determination research. The University of Rochester Press, 31–83.
 44. shi, X. B. ((2015)). *The relationship of self-talk frequency to communication* . apprehension and public speaking anxiety Personality and Individual Differences , 129.
 45. Spak. (2014). *The examination of self-talk and cognitive anxiety among collegiate* . , athletes, Master , Ithaca colleg.
 46. Uttl, B. H. (2011). *2011 Are inner speech self-repot questionnaires reliable and valid ?* . Procedia-social and behavioral Sciences,30,1719–1723.
 47. Vallerand, R. J. (2003). *les picon del amy*. london: Mageau.