



وزارة التعليم العالي
والبحث العلمي

Ministry of Higher Education & Scientific Research



للعلوم الانسانية والتطبيقية

مجلة

السلام الجامعة

مجلة علمية ثقافية محكمة

تصدر عن كلية السلام الجامعة

الرقم الدولي للمجلة: (2522 - 3402)

ISSN- 2959-555X (Print) / ISSN- 2959-5541 (Electronic)

<https://iasj.rdd.edu.iq/journals/journal/view/74>

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق:

(2127) لسنة 2015 ميلادية

العدد التاسع عشر

نيسان 2025م

مجلة

المجلة
العلمية
مجلة فصلية محكمة للعلوم الإنسانية
تصدرها كلية السلام الجامعة



وزارة التعليم العالي
والبحث العلمي

Ministry of Higher Education & Scientific Research



للعلوم الانسانية

مجلة

السلام الجامعة

مجلة فصلية محكمة للعلوم الإنسانية
تُصدرها كلية السلام الجامعة

العدد ١٩

الرقم الدولي للمجلة

ISSN (2522-3402)

<https://www.iasj.net/iasj/journal/378>



٢٠٢٥م

نيسان

١٤٤٦هـ

حقوق النشر محفوظة

- الحقوق محفوظة للمجلة.
- الحقوق محفوظة للباحث من تاريخ تسليم البحث إلا في حالة تنازله خطياً.

﴿ وَقُلْ أَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ،
وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عِلْمِ الْغَيْبِ
وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ﴾

[التوبة: ١٠٥]

- ١ - اسم المجلة: مجلة السلام الجامعة
- ٢ - اختصاص المجلة: العلوم الإنسانية والتطبيقية
- ٣ - جهة الاصدار: كلية السلام الجامعة
- ٤ - الموقع الالكتروني: www.alsalam.edu.iq
- ٥ - البريد الالكتروني: journal@alsalam.edu.iq

المراجعة اللغوية

أ.م.د. سعيد عبد الرضا خميس / اللغة العربية

أ. طارق العاني / اللغة الإنكليزية

الإشراف الطباعي والالكتروني:

أ.م.د. يوسف نوري حمه باقي

لغة النشر:

اللغة العربية، اللغة الإنكليزية

التحكيم العلمي:

البحوث التي تقبل للنشر في المجلة تعرض على أساتذة خبراء متخصصين تختارهم

هيئة تحرير المجلة

مجالات التوزيع

جمهورية العراق، والدول العربية والدول الأجنبية على سبيل التبادل الثقافي والعلمي

مصادر التمويل: ذاتية

رقم الإيداع في المكتبة الوطنية : (2127) لسنة 2015 ميلادية

الرقم الدولي للمجلة : (3402 - 2522) (ISSN).

رئيس التحرير

أ.د. عبد السلام بديوي يوسف الحديثي / عميد الكلية

نائب رئيس التحرير

أ.د. صبيح كرم زامل موسى الكناني / معاون العميد للشؤون العلمية

مدير التحرير

أ.م.د. أحمد عباس محمد /التخصص: فلسفة أصول الدين
قسم علوم القرآن والتربية الإسلامية كلية السلام الجامعة

هاتف مدير التحرير :

٠٧٧١٠٠٤٥٥٦٦

هيئة تحرير مجلة كلية السلام الجامعة

١. الأستاذ الدكتور عبد السلام بديوي يوسف الحديثي / Professor Dr. Abdul Salam Badiwi Yousef Al-Hadithi
لغة عربية — عميد كلية السلام الجامعة / رئيس التحرير
٢. الأستاذ الدكتور صبيح كرم زامل موسى الكناني / Professor Dr. Sabih Karam Zamil Musa Al-Kanani / إدارة
تربوية — معاون العميد للشؤون العلمية — كلية السلام الجامعة / نائب رئيس التحرير
٣. الأستاذ المساعد الدكتور أحمد عباس محمد / Assistant Professor Dr. Ahmed Abbas Mohamed
فلسفة أصول الدين — كلية السلام الجامعة / مدير التحرير
٤. الأستاذ الدكتور محسن عبد علي الفرجي / Professor Dr. Mohsen Abdel Ali Al-Farji
علوم جغرافية — وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / العراق
٥. الأستاذ الدكتور كامل علي الوبة / Professor. Dr. Kamel Ali Al-Webba
علوم تاريخ — جامعة بنغازي / ليبيا
٦. الأستاذ الدكتور عبد الله بلحاج / Professor Dr. Abdullah Belhaj
لغة عربية — جامعة سوسة / تونس
٧. الأستاذ الدكتور حنان صبحي عبد الله / Professor Dr. Hanan Sobhi Abdullah
تخطيط استراتيجي — مركز البحوث / بريطانيا
٨. الأستاذ المساعد الدكتور يوسف نوري حمه باقي / Assistant Professor. Dr. Yousef Noori Hama Baqi
فلسفة في الشريعة الإسلامية — فقه مقارن، قسم الشريعة — كلية العلوم الإسلامية / جامعة بغداد
٩. الأستاذ الدكتور عبد الله هزاع علي الشافي / Professor. Dr. Abdullah Hazza Ali Al-Shafi'i
علم النفس الرياضي / كلية السلام الجامعة
١٠. الأستاذ الدكتور ماجد مطر عبد الكريم / Professor Dr. Majid Matar Abdel Karim
كلية السلام الجامعة
١١. الأستاذ الدكتور ردينة مطر عبد الكريم / Professor Dr. Rudina Matar Abdel Karim
كلية السلام الجامعة
١٢. الأستاذ المساعد الدكتور إبراهيم راشد الشمري / Assistant Professor Dr. Ibrahim Rashid Al-Shammari
إدارة أعمال تنمية بشرية / كلية السلام الجامعة
١٣. الأستاذ المساعد عنيد ثوان رستم / Assistant Professor. Anaid Thanwan Rustom
رئيس قسم المالية والمصرفية / كلية السلام الجامعة

كلمة العدد

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين، وعلى آله الطاهرين وصحبه أجمعين، وبعد:

بين يديك عزيزي القاريء، العدد التاسع عشر من مجلة السلام الجامعة» التي نهضت كالعنقاء من بين الركام وليداً شرعياً جامعياً بين أخواتها المجالات العلمية التي تعتمد المستوعبات العلمية العالمية أحد أهم الجوانب في حساب المعدل التراكمي لتصنيف الجامعات والكليات في العالم يحمل العدد بين طياته بحوثاً ودراسات من نتاج أساتذة الكلية وعدد من الباحثين من خارجها، تخص موضوعات تتعلق بتخصصات الكلية العلمية والإنسانية وهي تعالج موضوعات حيوية تتعلق بحياة الفرد والمجتمع بشكل علمي منهجي، نرجو أن ينتفع منه المختصون والدارسون والمعنيون بالاختصاصات التي تهض بها كلية السلام الجامعة، وطلبة الدراسات العليا وغيرهم داخل العراق وخارجه ونرى من المناسب ونحن نصدر هذا العدد أن نقدم شكرنا وتقديرنا العالي إلى السيد وزير التعليم العالي والبحث العلمي على الدعم الذي قدّمه للتعليم الجامعي الأهلي، ونشكر كذلك السادة الباحثين الذين أسهموا في هذا العدد، وندعو الباحثين والمختصين إلى رفد المجلة والإسهام في أعدادها القادمة... و من الله التوفيق والسداد وللعلم والعلماء الموفقية والازدهار، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

أ.د. عبد السلام بديوي يوسف الحديثي

عميد الكلية

دليل المؤلفين

١. تنشر المجلة البحوث والدراسات التي تقع ضمن مجال تخصصها العلمي.
٢. أن يتسم البحث بالأصالة، والجدة، والقيمة العلمية، وسلامة اللغة، ودقة التوثيق.
٣. يمنح المؤلف الحقوق للمجلة بالنشر والتوزيع الورقي والإلكتروني، والخزن وإعادة استعمال البحث.
٤. أن يكون البحث مطبوعاً على الحاسوب بنظام (office word 2010) على قرص ليزري مدمج (CD) على شكل ملف واحد وتزوّد هيئة التحرير بثلاث نسخ ورقية، ويمكن إرسال البحوث عبر بريد المجلة الإلكتروني.
٥. أن لا يزيد عدد صفحات البحث عن (٢٥) خمس وعشرين صفحة من الحجم (A4).
٦. يُكتب في وسط الصفحة الأولى من البحث ما يأتي:
 - أ. عنوان البحث باللغة العربية.
 - ب. اسم المؤلف باللغة العربية ودرجته العلمية، وشهادته، وجهة انتسابه.
 - ت. بريد المؤلف الإلكتروني.
 - ث. الكلمات المفتاحية.
 - ج. ملخصان أحدهما باللغة العربية والآخر باللغة الانكليزية، يوضعان في بدء البحث على أن لا يتجاوز الملخص الواحد (٢٥٠) كلمة.
٧. يكتب عنوان البحث في وسط الصفحة بحجم خط (١٦ . Bold)
٨. يكتب اسم المؤلف في وسط الصفحة بحجم خط (١٢ . Bold)

سياسة النشر

١. أن لا يكون البحث جزءاً من بحث سابق منشور، أو من رسالة جامعية قد نُوقِشت، ويقدم الباحث تعهداً بعدم نشر البحث أو عرضه للنشر في مجلة أخرى.
٢. يشترط لنشر الأبحاث المستقلة من الرسائل والأطاريح الجامعية موافقة خطية من الأستاذ المشرف وفقاً للأنموذج المعتمد في المجلة
٣. يُبلغ المؤلف بقرار صلاحية النشر أو عدمها في مدة لا تتجاوز شهراً واحداً من تاريخ وصوله إلى هيئة التحرير.
٤. يلتزم المؤلف بإجراء تعديلات المحكمين على بحثه وفقاً للتقارير المرسلة إليه، ومن ثم موافاة المجلة بنسخة معدلة في مدة أقصاها (١٥) خمسة عشر يوماً.
٥. لا يحق للمؤلف المطالبة بمتطلبات البحث كافة كافة بعد النشر.
٦. لا تُعاد البحوث إلى مؤلفيها سواء قبلت أم لم تُقبل.
٧. يخضع البحث للتقويم السري من خبيرين لبيان صلاحيته للنشر.
٨. يدفع المؤلف أجور النشر البالغة (١٢٥,٠٠٠) مائة وخمسة وعشرين ألف دينار عراقي (١٢٥) من داخل العراق، و (١٥٠) دولاراً من خارج العراق.
٩. يحصل المؤلف على نسخة من المجلة المنشور فيها بحثه.
١٠. تعبّر البحوث المنشورة في المجلة عن آراء أصحابها لا عن رأي المجلة.
١١. لا تلتزم المجلة بنشر البحوث التي تخل بشروط من الشروط.
١٢. تلتزم المجلة بفهرسة ورفع البحوث التي تُنشر في المجلة في موقع www.iasj.net المجلات الأكاديمية العلمية العراقية

دليل المقومين

١. يُرجى من المقوم قبل الشروع بالتقويم التثبت من كون البحث المرسل إليه يقع في حقل تخصصه العلمي لتتم عملية التقويم.
٢. لا تتجاوز مدة التقويم (١٠) أيام من تاريخ تسلّم البحث.
٣. تذكر المقوم إذا كان البحث أصيلاً ومهما لدرجة تلتزم المجلة بنشره.
٤. يذكر المقوم مدى توافق البحث مع سياسة المجلة وضوابط النشر فيها.
٥. يذكر المقوم إذا كانت فكرة البحث متناولة في دراسات سابقة، ويتم الإشارة إليها.
٦. يحدّد مدى مطابقة عنوان البحث لمحتواه.
٧. بيان مدى وضوح ملخص البحث.
٨. مدى إيضاح مقدمة البحث لفكرة البحث.
٩. بيان مدى عملية نتائج البحث التي توصل إليها الباحث.
١٠. تجري عملية التقويم بنحو سري.
١١. يُبلغ رئيس التحرير في حال رغب المقوم في مناقشة البحث مع مقوم آخر.
١٢. تُرسل ملاحظات المقوم إلى مدير التحرير، ولا تجري مناقشات ومخاطبات بين المقوم والمؤلف بشأن البحث خلال مدة تقويمه.
١٣. يبلغ المقوم رئيس التحرير في حال تبين للمقوم أن البحث مستل من دراسات سابقة، مع بيان تلك الدراسات.
١٤. يُحدد المقوم العلمي بشكل دقيق الفقرات التي تحتاج إلى تعديل من المؤلف.
١٥. تعتمد ملاحظات وتوصيات المقوم العلمي في قرار قبول النشر وعدمه.

تعهد نقل حقوق الطبع والتوزيع

إني الباحث
صاحب البحث الموسوم بـ)
.....
.....
.....
أتعهد بنقل حقوق الطبع والتوزيع والنشر إلى مجلة (السلام الجامعة) .

التوقيع:

التاريخ:

تعهد الملكية الفكرية

إني الباحث.....
صاحب البحث الموسوم ب).....
.....
.....
.....
.....

أتعهد بأن البحث قد أنجزته، ولم يُنشر في مجلة أخرى في داخل
العراق أو خارجه، وأرغب في نشره في مجلة (السلام الجامعة).

التوقيع:

التاريخ:

عناوين البحوث المقدمة لمجلة الكلية

ت	الباحث	عنوان البحث	رقم الصفحة
١.	أ.د. قصي سعيد أحمد الجبوري م.م. مُجَدِّ إِسْمَاعِيل حَسِين حِيَاد	تغريم فاقد الأهلية بين الشريعة والقانون العراقي	٢٥-١
٢.	أ.د. مُجَدِّ يَحْيَى سَالِم الْجُبُورِي	جوانب من الدَّرس الصَّوْتِي عِنْد مَكِّي الْقَيْسِي (ت ٤٣٧هـ)	٤٨-٢٦
٣.	أ.د. مَحْمُود بَنْدَر عَلِي الْعِيسَاوِي م.م. مَحْمَد أَحْمَد كِبَال الْعَانِي	إذا اجتمع المباشر والمتسبب أضيف الحكم إلى المباشر / نماذج تطبيقية	٦٨-٤٩
٤.	أ.م.د. أحمد عباس مُجَدِّ	سلامة العقيدة وأثرها في صلاح المجتمع	٨٨-٦٩
٥.	أ.م.د. رعد عبد الله فياض	مفهوم الإمامة في سورة البقرة في تفاسير السنة	١١٢-٨٩
٦.	أ.م.د. أنمار شاكر مجيد الشطري	القلق البيئي وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى طلبة جامعة بغداد	١٣٣-١١٣
٧.	أ.م.د. إبراهيم عبد السلام ياسين	سُلْطَةُ الْعَقْلِ فِي تَفْسِيرِ النَّصِّ الْقُرْآنِيِّ	١٤٩-١٣٤
٨.	أ.م.د. حميد معروف حميد الأعظمي	مخالفات الحنبالية للحنفية في حد الردة	١٧٢-١٥٠
٩.	أ.م.د. حسين ناصر حسين م.د. علياء هاشم عبد الأمير	اعتماد القنوات التلفزيونية الفضائية على تصريحات المسؤولين كمصدر للأخبار وانعكاسه على أداء الوظيفة الإعلامية / قناة السومرية التلفزيونية الفضائية نموذجا	١٨٩-١٧٣
١٠.	أ.م.د. سهيل مُجَدِّ حَسِين	الدقائق البيانية والدلالة السياقية قراءة لبلاغة "تشابه المعنى" في نصوص (نهج البلاغة) حرف "الجيم" إنموذجا	٢٢٦-١٩٠
١١.	م.د. هيو طاهر عباس	رسم المصحف الشريف (مصحف الشيخ ملا زادة) للشيخ ملا حسن عبد الله الكردي / دراسة وتحقيق	٢٥١-٢٢٧
١٢.	م.د. حميد جفات ثويني	ذكر الخاص بعد العام في خطاب القرآن / دراسة في نصوص من القرآن	٢٦٤-٢٥٢
١٣.	د. مهند عبد الوهاب مرموص	العلاقة بين المحاصصة السياسية وظاهرة الفساد في العراق بعد العام ٢٠٠٣	٢٨٣-٢٦٥
١٤.	م.د. معاذ حمدي حسون	الفكر الأخلاقي عند الماوردي وكانت / دراسة فلسفية مقارنة	٢٩٩-٢٨٤
١٥.	م.د. أحمد شفيق عرميط الألوسي	خصائص النبي (صلى الله عليه وآله) في الدنيا والآخرة / دراسة عقدية	٣١٢-٣٠٠
١٦.	م.د. نافع حسين علي الدليمي	علم الفقه والكلام عند البصريين أيام العباسيين	٣٣٣-٣١٣
١٧.	د. معد صالح أحمد	المعجم الصوتي معجم الصوتيات للدكتور رشيد العبيدي إنموذجا / دراسة وصفية	٣٥٠-٣٣٤
١٨.	الدكتورة ظلال زين عليا لدكتور سمير شلال فرحان	ميزان المدفوعات في العراق للفترة من ٢٠٠٣ - ٢٠٢٣ مع التركيز على السياسة المالية والنقدية	٣٦٧-٣٥١

٣٨٥-٣٦٨	آيات البأس في القرآن الكريم / دراسة تحليلية	الدكتور علاء عبد الحميد	١٩.
٤٠٦-٣٨٦	أثر استراتيجية دائرة وجهات النظر في تحصيل مادة علم الاجتماع لدى طلاب الرابع الإعدادي	م.د. حردان عبد الغفور رشيد	٢٠.
٤٣١-٤٠٧	الانهاك الأكاديمي وعلاقته بالاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الإعدادية	م.د. ميادة جمعة حسن	٢١.
٤٥٤-٤٣٢	الغيرة ومثلاثتها في النص المسرحي العراقي المعاصر / نماذج مختارة	م.د. صلاح نعمه عبد العالي	٢٢.
٤٨٠-٤٥٥	التوافق المهني لدى المرشدين التربويين في محافظة واسط	م.د. نزار راهي خصاف	٢٣.
٤٩٤-٤٨١	استخدام جهاز مبتكر لقياس زمن السرعة الانتقالية لطلاب المرحلة الإعدادية	م.د. إبراهيم خليل إبراهيم	٢٤.
٥١٤-٤٩٥	العنصر الأخلاقي في حياة الأنبياء في القرآن الكريم	م.م. محمد هاشم جبار مهدي العوادي	٢٥.
٥٣٥-٥١٥	الاشكالات القانونية لفرض الضريبة الخضراء	م.م. حسين عواد محميد	٢٦.
٥٥٧-٥٣٦	الغزو الفكري وأثره على الأمة الإسلامية	م.م. مصطفى محمد صالح عطيه أ.د. محمد محمد صالح عطيه	٢٧.
٥٨٠-٥٥٨	السياسة الخارجية اليابانية تجاه دول مجلس التعاون الخليجي بعد العام ٢٠٠٣	م.م. علي هادي عبد الله القره غولي	٢٨.
٦١٥-٥٨١	دور الحكومة المؤسسية في تحقيق الإفصاح المالي	م.م. زينب عبد الواحد سلوم	٢٩.
٦٣٨-٦١٦	الانتخابات الرئاسية في ساحل العاج لعام ٢٠٢٠ وانعكاساتها المستقبلية	م.م. رعد خضير صليبي	٣٠.
٦٥٤-٦٣٩	أثر القواعد الفقهية في صياغة مواد الدستور العراقي ٢٠٠٥ م / الحقوق الاقتصادية انموذجاً	م.م. عالية حسين محمد أ.د. محمود بندر علي	٣١.
٦٧١-٦٥٥	عبد الغني جميل حياته وشعره	م.م. محمد أحمد حميد	٣٢.
٦٨٣-٦٧٢	Teaching Language through four strands: From Theory to Practice	م.م. سراب سواي يوسف الأكرع Sarab S. Yousif AL-Akraa	٣٣.
٧٠٩-٦٨٤	المفهوم القانوني للإرهاب وتمييزه عن الكفاح المسلح في ضوء قواعد القانون الدولي	الباحثة: خديجة عبد الستار صادق سليمان	٣٤.
٧٢٦-٧١٠	المقصود بالمهني في عقود الإذعان / دراسة مقارنة	أ.د. علي مطشر عبد الصاحب سيف الدين مهدي كاظم	٣٥.
٧٥١-٧٢٧	تأثير الاقتصاد العالمي على استراتيجيات المالية المحلية	الباحث: فاضل صبري نعمه	٣٦.
٧٦٩-٧٥٢	المجتهد وشروطه عند الإمام الشوكاني (ت ١٢٥٠هـ) / دراسة أصولية	أ.د. لقاء عبد الحسين رستم الباحث: نصير سالم عباس	٣٧.
٧٨٥-٧٧٠	ترجيحات الإمام البرزلي في مسائل الطهارة الصلاة / دراسة فقهية مقارنة	الباحثة: علياء ثائر محمد أ.د. سامي جميل أرحم	٣٨.
٨٠٨-٥٨٦	التخصيص بالأدلة المتصلة وتطبيقاته في سورة الأنعام	الباحث: حسن عبد الرضا عسكر	٣٩.

٤٠.	أ.م.د. وسام غالي قاسم	المؤثرون الرقميون ودورهم في صناعة الرأي العام في مواقع التواصل الاجتماعي من وجهة نظر (النخبة الأكاديمية الإعلامية)	٨٠٩-٨٢٨
-----	-----------------------	--	---------



الانهماك الأكاديمي وعلاقته بالاعتدال المزاجي لدى طالبات
المرحلة الإعدادية

Academic Engagement and Its Relationship with Moderation of mood Among
High School Female Students

م.د. ميادة جمعة حسن

Dr. Mayada Juma Hassan

وزارة التربية / الكلية التربوية المفتوحة / مركز واسط الدراسي

mjuma@uowasit.edu.iq

الملخص

الغرض من البحث هو كشف الانهماك الاكاديمي وعلاقته بالاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الاعدادية، استعملت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق أهداف البحث، وتم اختيار عينة البحث الأساسية (٢٠٠) طالبة من المدارس الثانوية والاعدادية في محافظة واسط، ولتحقيق أهداف البحث، قامت الباحثة بتبني مقياس الانهماك الاكاديمي مكون من (٣٣) فقرة ومكونا من ثلاثة مجالات أمام كل فقرة ٥ بدائل متدرجة تعبر عن مدى تكرار السلوك، (١ = أبداً)، (٢ = نادراً)، (٣ = أحياناً)، (٤ = غالباً)، (٥ = دائماً)، وعلى وفق ماجاء في الاطار النظري للبحث والادبيات التربوية والنفسية وبناء مقياس الاعتدال المزاجي وتكون من (٣٦) فقرة، وتم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياسين وهي الصدق بمؤشرين هما (الظاهري والبناء) واتساق المقياسين باستخدام الاتساق الداخلي لفأكرونباخ واطهرت نتائج البحث إلى أن:

- وجود انهماك اكاديمي لدى طالبات المرحلة الاعدادية.
- وجود اعتدال مزاجي لدى طالبات المرحلة الاعدادية.
- وجود علاقة ارتباطية بين الانهماك الاكاديمي والاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الاعدادية.

الكلمات المفتاحية: الانهماك الاكاديمي، الاعتدال المزاجي.

Abstract

The purpose of this study is to examine academic engagement and its relationship with Moderation of mood among high school female students. The researcher employed the descriptive correlational method to achieve the study's objectives. The main sample consisted of 200 female students from secondary and high schools in Wasit Governorate. To achieve the objectives of the research, the researcher adopted the Academic Engagement Scale, which comprises 33 items distributed across three domains. Each item is accompanied by a 5-point Likert scale representing the frequency of the behavior: (1 = Never), (2 = Rarely), (3 = Sometimes), (4 = Often), and (5 = Always). In alignment with the theoretical framework and the relevant educational and psychological literature, a Moderation of mood Scale was also developed, consisting of 37 items. The psychometric properties of both scales were assessed, including validity (face validity and construct validity) and reliability through Cronbach's alpha internal consistency. The study's findings revealed the following: High school female students exhibit academic engagement. High school female students display mood regulation. There is a correlational relationship between academic engagement and Moderation of mood among high school female students.

Keywords: academic engagement, moderation mood.

أولاً: مشكلة البحث:

يُعد الانهماك الأكاديمي والاعتدال المزاجي من المتغيرات المهمة التي تؤثر على الأداء الدراسي والتكيف النفسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية، فالانهماك الأكاديمي يتمثل بمشاركة طالبة النشطة في أنشطة التعلم، بما في ذلك الجوانب السلوكية والانفعالية والمعرفية و أما الاعتدال المزاجي، فيتمثل بالتوازن الوجداني الذي يساعد الطالبات على التعامل مع التحديات الدراسية بفعالية، أن انخفاض مستوى الانهماك الأكاديمي قد يؤدي إلى تحصيل دراسي منخفض ومشكلات سلوكية مثل التسرب من المدرسة. (Alrashidi, et al, 2016:41)

والاعتدال المزاجي يساعد الطالبات على التعامل مع الضغوط الدراسية والحفاظ على توازنهن النفسي، مما ينعكس إيجاباً على أدائهن الأكاديمي، فالتطالبات اللواتي يتمتعن باعتدال مزاجي يكن أكثر قدرة على مواجهة التحديات الدراسية والتكيف مع المتغيرات. وأن الاعتدال المزاجي يمكن الطالبات من إدارة انفعالاتهن بفاعلية، ويقل احتمال تشتيت انتباههن بسبب الاضطرابات الانفعالية ويمكنهم التركيز بشكل أكبر على المتطلبات المعرفية لمهام التفكير، لذا تتبلور مشكلة البحث في الإجابة عن السؤال: ما علاقة الانهماك الأكاديمي بالاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الإعدادية؟

ثانياً: أهمية البحث:

يُعد الانهماك الأكاديمي عاملاً حاسماً في تعزيز نجاح الطلاب ورفع مستوى تحصيلهم الدراسي، حيث يسهم في زيادة نشاطهم العلمي وتطوير قدراتهم المعرفية يتجلى هذا الانهماك من خلال المشاركة الفعالة في الأنشطة التعليمية، وبذل الجهد، والمثابرة، والاهتمام المعرفي، مما يؤدي إلى تحسين الأداء الأكاديمي وتقليل المشكلات السلوكية مثل التسرب من المدرسة و أن الطلاب الذين يمتلكون مستويات عالية من الانهماك الأكاديمي يحققون أداءً أكاديمياً أفضل، ويكونون أكثر قدرة على التكيف الاجتماعي، مما يقلل من احتمالية التسرب الدراسي أن هناك وعياً متزايداً بأهمية الانهماك الأكاديمي كضرورة لضمان جودة التعلم والتحصيل الدراسي، حيث تسعى المؤسسات التعليمية إلى تعزيز هذا المفهوم من خلال توفير بيئات تعليمية محفزة وداعمة للطلاب ويلعب الانهماك الأكاديمي دوراً مهماً في تحسين التوافق الدراسي، حيث يساعد الطلاب على التكيف مع البيئة التعليمية ومتطلباتها، مما ينعكس إيجاباً على تحصيلهم الدراسي.

(Fredericks, 2012: P، 163)

ويوصف الانهماك الأكاديمي بأنه انخراط المتعلم في النشاطات المدرسية، والمشاركة في البيئة المدرسية، والقيام بالأنشطة لتحقيق نتائج منشودة .

(Christenson, et al , 2008,p,1099)

فالانهماك الأكاديمي يمثل الجهد المبذول من المتعلمين ومشاركتهم النشطة في إنجاز المهام التعليمية، مما يؤثر على مستواهم التعليمي، يتجلى ذلك في شدة المشاعر التي تدفعهم إلى المبادرة لبدء نشاطات التعلم ومهامه والاستمرار فيها.

(Fredricks et al , 2004: P 222)

يتداخل المزاج بشكل وثيق مع التعلم الانفعالي، مما يؤثر على فعالية الأفراد وإنتاجيتهم، يُعتبر ضبط المزاج مسؤولية فردية، نظرًا لتأثيره الكبير على السلوك، سواء كان إيجابيًا أو سلبيًا، غالبًا ما تُقيم الحالة المزاجية على بعدين: الإثارة مقابل الهدوء، والمتعة مقابل عدم الرضا، ضمن هذا الإطار، يمكن تصنيف الحالات المزاجية الأساسية مثل السعادة، الغضب، الخوف، الحزن، والمفاجأة على نطاق يتراوح من المتعة العالية والإثارة المعتدلة إلى المتعة المنخفضة وعدم الرضا، بالإضافة إلى ذلك، يرتبط الاعتدال المزاجي بالعمليات المعرفية، مما يعزز الحلول المبتكرة للمشكلات والتفكير المرن والتحليل المدروس.

(Tugade& Fredrickson 2007:311)

وأن الأفراد ذوي المزاج المعتدل يميلون إلى الانخراط في التفكير الإبداعي والتخيلي، تُظهر الأبحاث أن الحالة المزاجية المعتدلة تكون مثالية لمهام مثل التأمل العميق، العصف الذهني، وحل المشكلات التي تتطلب إبداعًا، على سبيل المثال، أظهر الأفراد الذين شُجّعوا على الحفاظ على مزاج معتدل أداءً جيدًا في المهام المعرفية التي تتطلب قدرات إبداعية في حل المشكلات ، يرتبط الاعتدال المزاجي أيضًا بنتائج الصحة العقلية، أظهرت الأبحاث أن الأفراد الذين يستطيعون تنظيم عواطفهم بطريقة صحية يكونون أقل عرضة لحالات مثل القلق والاكتئاب، غالبًا ما تُستهدف استراتيجيات الاعتدال المزاجي في البيئات السريرية لمساعدة الأفراد الذين يعانون من اضطرابات المزاج، تعمل العلاجات مثل العلاج السلوكي المعرفي (CBT) على تعليم المرضى مهارات فعالة لتنظيم المشاعر، وفي تجاربها بجامعة ويسكونسن عام ٢٠٠٢، درست فريدريكسون تأثير الانفعالات على العمليات المعرفية، أشارت نتائج بحثها إلى أن الأفكار تتضخم بسبب المشاعر الإيجابية وتقل بسبب المشاعر السلبية، من خلال هذه التجارب العملية، استنتج أن رفع الحالة المزاجية للمشاركين عبر محفزات إيجابية، مثل المجاملات أو استرجاع الذكريات الجميلة، له آثار إيجابية على العمليات العقلية مثل استرجاع الذاكرة، الطلاقة المعرفية، والإبداع، على العكس، وُجد أن المشاعر السلبية تقيد نطاق الأنشطة العقلية، مما يؤدي إلى انخفاض المشاركة المعرفية.

(Gross, 2014 : 44-61)



يتضح أن الاعتدال المزاجي يلعب دورًا حاسمًا في التعلم الانفعالي والعمليات المعرفية، مما يؤثر على الصحة العقلية والقدرات الإبداعية للأفراد.

ثالثًا: أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١. الانهماك الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الإعدادية.
 ٢. الاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الإعدادية.
 ٣. كشف علاقة الانهماك الأكاديمي بالاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الإعدادية.
- رابعًا: حدود البحث:

يتحدد مجتمع البحث الحالي بـ طالبات المرحلة الإعدادية الصف الرابع والخامس في المدارس الثانوية و الإعدادية في تربية محافظة واسط للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥).

خامسًا: تحديد المصطلحات:

أولًا: الانهماك الأكاديمي **Academic Engagement** فقد عرفه كل من:

-(Veiga et al,2014): هو مشاركة الطلاب في الأنشطة التعليمية والاستغراق بها، بما في ذلك بذل الجهد، المثابرة، والاهتمام المعرفي، بالإضافة إلى الشعور بالحماس والاهتمام، واستخدام استراتيجيات التنظيم الذاتي النشط واستراتيجيات التعلم المتطورة.

(Veiga et al., 2014, p, 39)

-(الفورتية وآخرون، ٢٠١٩): بأنه " مشاركة الطلاب و الاستغراق في الأنشطة و المهام

التعليمية " (الفورتية وآخرون، ٢٠١٩ : ٥٦)

- التعريف الإجرائي:

تعرف الباحثة الانهماك الأكاديمي إجرائيًا بوصفه الدرجة الكلية التي تحصل عليها طالبة المرحلة الإعدادية عينة البحث من خلال إجاباتها عن مقياس الانهماك الأكاديمي المتبنى في البحث الحالي.

- الاعتدال المزاجي Moderation of mood عرفه كل من :

- (Seligman, 2004): قدرة الفرد على التحكم والمرونة عند مواجهة الموقف بطريقة فعالة والإمساك بزمام الأمور أو على الأقل إمتلاك مهارة التعامل معها بما يضمن إستمرار النماء و تحقيق الهدف من ناحية ، وتوفير حالة الإرتياح النفسي للفرد من ناحية أخرى.

(Seligman٢٠٠٤:٣٤)

-(Koda et al,2020) : الحالة المزاجية المتوازنة في السياقات العاطفية والنفسية و التأثيرات

التنظيمية التي تعدل الاستجابات العاطفية، وغالبًا ما تحدد كيفية تعامل الأفراد مع الإجهاد أو



المواقف المعاكسة، التي تعمل على استقرار الحالة المزاجية لدى الأفراد الذين لديهم تاريخ من النوبات الهوسية، مما يسلط الضوء على أهمية اليقظة الذهنية كوسيلة للتدخل. (Koda et al,2020:45)

- (Piber et al2022): الاستجابات المناعية، التي تعدل حالات المزاج وترتبط المستويات الأعلى من إنترفيرون (γ -IFN) لدى كبار السن بزيادة خطر الإصابة بأعراض الاكتئاب بعد اضطرابات النوم، مما يؤكد على دور الاستجابات المناعية في تنظيم الحالة المزاجية. (Piber et al,2022:23)

- **التعريف النظري:** تبنت الباحثة تعريف (Seligman ٢٠٠٤) تعريفا نظريا للدراسة الحالية.

- **التعريف الاجرائي:** هو الدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبة نتيجة اجابته على فقرات مقياس الاعتدال المزاجي المبني في البحث الحالي.

سادسًا: الاطار النظري:

١- **الانهماك الأكاديمي:** الانهماك الأكاديمي يشير إلى مدى التزام وتفاعل المتعلم مع الأنشطة التعليمية، ويتضمن هذا المفهوم عنصرين رئيسيين:

- **الطاقة والوقت المخصصين للأنشطة التعليمية:**

يتعلق الانهماك الأكاديمي بمقدار الوقت والطاقة اللذين يكرسهما المتعلم للأنشطة التي تعزز من تعليمه، سواء داخل الصف الدراسي أو خارجه، وتشمل هذه الأنشطة حضور المحاضرات، أداء الواجبات الدراسية، والمشاركة في النقاشات الأكاديمية.

- **ممارسات المؤسسات التعليمية:**

يشمل هذا الجانب السياسات والممارسات التي تتبعها المؤسسات التعليمية لتحفيز الطلاب على المشاركة الفعالة في الأنشطة الأكاديمية، مثل توفير بيئة تعليمية داعمة وتشجيع التفاعل بين الطلاب وأعضاء هيئة التدريس.

(Kuh ,2003,p20)

- **سمات الانهماك الأكاديمي:**

للانهماك الأكاديمي ثلاثة سمات هي:

- **الإدراك والاستمتاع:**

يتسم الانهماك الأكاديمي بشعور الفرد بالمتعة العميقة والشغف أثناء الدراسة، مما يجعله يشعر بمرور الوقت بسرعة بسبب التركيز التام على مهامه الأكاديمية، يتمثل هذا الشعور في الاندماج الكامل مع المحتوى الدراسي والاستمتاع بتعلمه.

(Tuominen & Salmela, 2014, p٠ 650)



- **الإخلاص في العمل والتفاني في الأداء:** يعبر عن شعور الطالب بالحماس والإلهام تجاه دراسته، بالإضافة إلى إدراكه لأهمية ما يدرسه ومواجهة التحديات بشجاعة، كما يشمل الشعور بالفخر لكونه جزءاً من العملية الأكاديمية، مما يعزز من تفانيه في تحقيق أهدافه التعليمية.
(Tuominen & Salmela, 2014, p. 650)

- **الطاقة والقوة :** تتجلى هذه السمة في الشعور بالمرونة العقلية والمستويات العالية من النشاط والطاقة أثناء أداء المهام الأكاديمية، تشمل هذه السمة بذل الجهود المستمرة واستثمارها في الأنشطة الأكاديمية، ومواصلة العمل بفاعلية رغم الضغوط، مع اتباع أساليب إيجابية لتحقيق الإنجاز الأكاديمي.

(Ouweneel et al., 2014, p. 60)

- **مكونات الانهماك الأكاديمي:**
- **الانهماك المعرفي:** يتمثل في العمليات العقلية والمعرفية التي يستخدمها الفرد أثناء أداء المهام الأكاديمية، وتشمل:
 - المرونة في حل المشكلات والاستعداد للتفكير النشط.
 - الاستمرار في مواجهة الأنشطة الصعبة وربط المعرفة الجديدة بالمعرفة السابقة.
 - التنظيم الذاتي لدعم التعلم وبذل الجهود لفهم المهام الصعبة.
 - استخدام استراتيجيات التعلم وتفضيل التحدي.
 - المشاركة في النقاشات وطرح الأسئلة لتوضيح الأفكار.

(Walker et al., 2006, p. 8)

- **الانهماك الوجداني:** يعبر عن مشاعر الفرد تجاه البيئة الأكاديمية، مثل:
 - الحب والاحترام تجاه المدرسة والمعلمين والأقران.
 - الفرح والسعادة، وعدم الشعور بالملل أو القلق.
 - الشعور بالانتماء إلى المجتمع المدرسي.
 - الإحساس بالدعم والتشجيع من قبل الأقران والمعلمين.

(Fredricks et al., 2004, p. 62)

- **الانهماك السلوكي** يشير إلى السلوكيات المرصودة مباشرة، مثل:
 - المواظبة على الحضور وعدم التغيب عن المدرسة.
 - إتمام الواجبات الدراسية بجودة عالية.
 - المشاركة الفعالة في الأنشطة الدراسية واللاصفية.

(Furrer & Skinner, 2003, p. 150)

- الالتزام بضوابط الصف الدراسي، وفقاً للتعليمات المدرسية، والامتناع عن القيام بأعمال تخريبية في المدرسة مثل العبث بالأثاث أو إثارة الفوضى وغيرها.
- انجاز المهمات الأكاديمية، والمساهمة في المناقشات و الحوار ، وطرح الأسئلة، والانتباه، والتركيز، وبذل الجهود.

(Fredricks et al، 2004p،64)

أولاً: الاعتدال المزاجي (Moderation of mood)

الاعتدال المزاجي ، يُعد مفهوماً محورياً في مجال علم النفس الإيجابي، حيث يعكس قدرة الأفراد على إدارة مشاعرهم والتأثير عليها باستخدام استراتيجيات متعددة، تسلط نظرية Seligman الضوء على الدور الحاسم للاعتدال المزاجي في تعزيز السلوك الإيجابي والرفاهية العامة، تُظهر الأبحاث أن فهم الاعتدال المزاجي يعزز الصحة النفسية والمرونة، حيث يساهم في تحسين إدارة العواطف وتعزيز الرفاهية، كما أن دراسة هذا المفهوم من منظور متعدد الثقافات والعصبية يقدم رؤى عميقة حول الآليات الكامنة التي تسهم في تطويره.

- استراتيجيات تنظيم العاطفة:

-إعادة التقييم المعرفي واليقظة أشارت الأبحاث إلى أن الأفراد يستخدمون استراتيجيات مثل إعادة التقييم المعرفي واليقظة لإعادة تفسير الأحداث بشكل إيجابي مما يحسن تجربتهم العاطفية ويسهم في الصحة النفسية.

(Aldao et al، 2010، pp، 217-237)

-الفروق الفردية: تلعب سمات الشخصية مثل اليقظة دوراً بارزاً في اختيار استراتيجيات تنظيم العاطفة، حيث يميل الأفراد ذوو المستويات العالية من اليقظة إلى استخدام استراتيجيات تكيفية لتنظيم مشاعرهم.

(Brown & Ryan، 2003، pp، 822-848)

- التغيرات عبر العمر:

تتطور استراتيجيات تنظيم العاطفة مع تقدم العمر، يبرع البالغون في استخدام إعادة التقييم المعرفي بشكل أكثر فعالية مقارنةً بالفئات العمرية الأصغر.

(Gross & Thompson، 2003، pp، 3-34)

- العوامل الثقافية والجنسية:

تختلف استراتيجيات التنظيم العاطفي باختلاف الثقافات، حيث تلعب القيم والمعايير الثقافية دوراً في كيفية التعبير عن المشاعر وتنظيمها، والاختلافات الجنسية وكشفت الدراسات عن اختلافات



بين الجنسين في استخدام استراتيجيات تنظيم العاطفة، مما يبرز الفروق في التكيف مع المشاعر بين الرجال والنساء.

(Matsumoto et al., 2008, pp, 55–74)

- **الآليات العصبية:** قشرة الفص الجبهي واللوزة الدماغية تشير الدراسات العصبية إلى دور قشرة الفص الجبهي في استراتيجيات إعادة التقييم المعرفي، بينما تلعب اللوزة الدماغية دوراً مركزياً في المعالجة العاطفية

(Ochsner & Gross, 2008, p, 818)،

- **نظرية Seligman ٢٠٠٤:** الاعتدال المزاجي، كما ورد في نظرية **Seligman**،

يُعرف كعنصر أساسي في علم النفس الإيجابي، ويعكس قدرة الأفراد على تحقيق التوازن بين المشاعر الإيجابية والسلبية، مما يساهم في رفاهيتهم العامة وصحتهم النفسية، يتضمن هذا المفهوم مهارات ضبط النفس وتنظيم العواطف، مما يساعد الأفراد على تحسين علاقتهم مع أنفسهم ومع الآخرين.

- **أبعاد الاعتدال المزاجي :**

- **تحقيق التوازن العاطفي:** يشدد **Seligman** على أن الاعتدال المزاجي يتطلب تجنب التطرف في العواطف والتصرفات، مما يسمح للأفراد بتحقيق انسجام داخلي يعزز من سعادتهم ورفاههم.

(Peterson & Seligman, 2004, p, 85)

- **التأثير الثقافي والجنس:** تختلف معايير الاعتدال المزاجي بين الثقافات، حيث تلعب السياقات الثقافية دوراً في تشكيل تعريفاته وسلوكياته، علاوة على ذلك، كشفت الدراسات عن اختلافات في استراتيجيات تنظيم العواطف بين الجنسين.

(Matsumoto et al., 2008, p, 55)

- **المرونة التكيفية والنمو الشخصي:**

يساهم الاعتدال المزاجي في تعزيز المرونة التكيفية، مما يسمح للأفراد بالتعامل مع التحديات اليومية بفعالية، كما يدعم النمو الشخصي من خلال تنظيم العواطف بطرق صحية.

(Peterson & Seligman, 2004, p, 7)

- **التأثير على الصحة النفسية والجسدية:**

يربط **Seligman** الاعتدال المزاجي بصحة أفضل ورفاهية عامة، تشير أبحاثه إلى أن الأفراد ذوي المزاج المعتدل أقل عرضة للقلق والاكتئاب وأكثر قدرة على التكيف مع الضغوط النفسية

(Seligman et al., 2009, p, 293)

- **التطبيقات العملية للاعتدال المزاجي في :**



-**التعليم:** يُعتبر الاعتدال المزاجي مكونًا أساسيًا للتعليم الإيجابي، حيث يعزز الأداء الأكاديمي من خلال تحسين التنظيم العاطفي للطلاب.

(Seligman et al., 2009, p, 294)

- **القيادة والعمل في بيئات العمل،** يعزز الاعتدال المزاجي العمل الجماعي والانسجام بين الأفراد، يمكن للقيادات الإيجابية الاستفادة من هذه المهارات لتعزيز إنتاجية الفريق.

(Luthans & Avolio, 2003, p, 241)

- **الاستشارات والعلاج:** تساعد التدخلات العلاجية المستندة إلى نظرية **Seligman** الأفراد على تطوير مهارات تنظيم العواطف، مما يؤدي إلى تحسين الصحة النفسية والمرونة.

(Seligman, 1998, p, 5)

- **تنمية الذكاء العاطفي:** يرتبط الاعتدال المزاجي بجوانب الذكاء العاطفي مثل التنظيم الذاتي والتعاطف، يساعد هذا الارتباط الأفراد على تحقيق توازن عاطفي أفضل

- **صفات الأفراد ذوي الاعتدال المزاجي:** مهارة تنظيم المشاعر الإيجابية والسلبية بشكل متوازن، مرونة عالية في مواجهة التحديات اليومية، اتخاذ قرارات حكيمة ومدروسة تراعي العواقب طويلة المدى.

(Peterson & Seligman, 2004, p, 8)

سابعًا: منهجية البحث وإجراءاته:

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي لأنه يتوافق بشكل أفضل مع أهداف البحث التي تسعى إلى تحديد الوضع الحالي للظاهرة قيد الدراسة وتقديم وصف تفصيلي لها، يتميز هذا المنهج بقدرته على تصوير الظاهرة كما هي موجودة في الواقع بشكل دقيق وشامل، من خلال وصفها كمًا ونوعًا باستخدام الأدوات اللغوية والرياضية للتحليل والتفسير، ويساعد المنهج الوصفي الارتباطي على فهم الظاهرة بعمق عن طريق دراسة العلاقات بين المتغيرات المرتبطة بها، دون التدخل في تلك العلاقات أو محاولة تعديلها، وتتمثل أهمية هذا المنهج في تقديم رؤية شاملة للظاهرة، مما يتيح للباحث تحليل طبيعتها وأبعادها واستكشاف العلاقات بين المتغيرات ذات الصلة، وبالتالي الوصول إلى استنتاجات دقيقة تدعم أهداف البحث. (ملحم، ٢٠٠٠: ٣٢٤)

ثانيًا: مجتمع البحث Population of the Research

يشمل مجتمع البحث الحالي طالبات المرحلة الإعدادية في المدارس الثانوية والإعدادية في محافظة واسط للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥)، وبذلك يتكون مجتمع البحث من (١٢,١٢٢) طالبة موزعات على (٣٦١) مدرسة ثانوية وإعدادية من طالبات الصف الرابع والخامس الإعدادي.



ثالثاً: عينة البحث: تكونت عينة البحث من (٢٠٠) طالبة تم اختيارهن بالأسلوب العشوائي البسيط.

- أداة البحث:

أولاً: مقياس الانهماك الأكاديمي: اعتمدت الباحثة مقياس الانهماك الأكاديمي الذي أعده لام وآخرون (Lam et al, ٢٠١٤)، لدراسة مستويات الانهماك الأكاديمي لدى الأفراد، حيث يتكون المقياس من 33 فقرة موزعة على ثلاثة مجالات رئيسية:

- الانهماك الوجداني: يتضمن 9 فقرات منها 8 فقرات تقيس الانهماك الوجداني الإيجابي، وفقرة واحدة تقيس عكس الانهماك الوجداني.
- الانهماك السلوكي: يتضمن 12 فقرة منها 9 فقرات تقيس الانهماك السلوكي الإيجابي، و 3 فقرات تقيس عكس الانهماك السلوكي.
- الانهماك المعرفي:

يتضمن 12 فقرة، وجميعها تقيس الانهماك المعرفي الإيجابي.

نظام الإجابة والتصحيح يكون أمام كل فقرة 5 بدائل متدرجة تعبر عن مدى تكرار السلوك: (١ = أبداً)، (٢ = نادراً)، (٣ = أحياناً)، (٤ = غالباً)، (٥ = دائماً)، الفقرات السلبية يتم تصحيحها عكسياً.

- الخصائص السيكومترية للمقياس، الاتساق الداخلي: بلغ معامل الاتساق الداخلي للمقياس 78,0، الصدق: تم التحقق من صدق المقياس من خلال: الصدق الظاهري، صدق البناء، الثبات: باستخدام طريقة إعادة الاختبار، درجات المقياس وهي أعلى درجة 165 : درجة. أقل درجة ممكنة 33 : درجة.

المتوسط النظري 99 : درجة.

يُعتبر هذا المقياس أداة فعالة لقياس الانهماك الأكاديمي في مجالاته المختلفة، كما يتماشى مع أهداف البحوث التي تهدف إلى دراسة أبعاد الانهماك الأكاديمي بشكل شامل ودقيق. (LAM ET AL, 2014, p, 213-232)

- إجراءات مقياس الانهماك الأكاديمي للبحث الحالي :

- ١- صدق الترجمة : تمت ترجمة المقياس من اللغة الإنجليزية إلى العربية والعكس، عُرضت النسخة المترجمة على خبيرين مختصين في اللغة الإنجليزية والعلوم النفسية، وبلغت نسبة الاتفاق بينهما 83%، مما يدل على صلاحية الترجمة للتطبيق.
- 2- الصدق الظاهري: للتحقق من مدى ملائمة فقرات المقياس وتعليماته، عُرض المقياس على 10 محكمين متخصصين في العلوم التربوية والنفسية، أكد المحكمون صلاحية المقياس للتطبيق.

3- تجربة وضوح التعليمات والفقرات: تم تطبيق المقياس بشكل استطلاعي على عينة مكونة من ٢٠ طالبة من طالبات المرحلة الاعدادية (١٠ من طالبات الصف الرابع و ١٠ من طالبات الخامس الاعدادي)، أظهرت التجربة أن تعليمات وفقرات المقياس واضحة ومفهومة، واستغرق متوسط الزمن للإجابة عن جميع الفقرات 28 دقيقة.

- التحليل الإحصائي:

- القوة التمييزية للفقرات

- تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من ٢٠٠ طالبة ، اخذت من مجتمع البحث.
- صُنفت الإجابات ترتيبًا تنازليًا من أعلى درجة كلية إلى أدنى درجة كلية.
- حُددت المجموعتان الطرفيتان بنسبة 27% لكل مجموعة (أي ٥٤ طالبة لكل مجموعة).
- باستخدام اختبار t-Test لعينتين مستقلتين، تبين أن جميع الفقرات تميزت بدلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٠٥، حيث كانت القيم التائية المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية 1.96 بدرجة حرية (106).

- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية

- تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية.
- أظهرت النتائج دلالة معنوية إحصائية عند مستوى ٠.٠٠٥، حيث كانت القيم التائية المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية 1.96 بدرجة حرية (198).

- ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام معادلة الفا كرونباخ للاتساق الداخلي اذ سحب عينة مكونة من 50 استمارة من عينة التحليل الاحصائي ، وبلغ معامل الثبات ٠.٨٩.

ثانيًا: الاعتدال المزاجي: Moderation of mood

- مقياس الاعتدال المزاجي:

-بناء الفقرات: يتكون مقياس الاعتدال المزاجي من ٣٦ فقرة موزعة على بعدين رئيسيين: المرونة :يضم ١٨ فقرة. التحكم :يضم 18فقرة.

- أسلوب الإجابة:

- صيغت الفقرات باستخدام ثلاثة خيارات للإجابة :
- والبدائل بالاسلوب اللفظي في فقرات ثلاثية في الاجابة و تمثل أحدهما المزاج الحاد والاخرى المزاج المعتدل والاخيرة المزاج غير الحاد و لذا فإن أعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب عن اجابته على فقرات المقياس هي (١٠٨) درجة لتمثل المزاج الحاد و(٧٢) درجة لتمثل المزاج المعتدل، و(٣٦) درجة لتمثل المزاج الهادئ.

- التحليل المنطقي لفقرات المقياس:

- عرضت الفقرات على ١٠ محكمين في العلوم التربوية والنفسية.
- طُلب من المحكمين تقييم الفقرات بناءً على :
 ١. صلاحية الفقرات لقياس الاعتدال المزاجي.
 ٢. تعديل الفقرات غير المناسبة.
 ٣. ملائمة البدائل الثلاثية للإجابة.
 ٤. اقتراح إضافة أو حذف الفقرات حسب طبيعة عينة البحث.

بناءً على ملاحظات المحكمين، تم تعديل وحذف بعض الفقرات بما يتناسب مع أهداف البحث، اعتمدت الباحثة على اختبار مربع كاي (χ^2) لتحديد صلاحية الفقرات وكانت القيم المحسوبة كانت أكبر من القيمة الجدولية 3.84 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (1)، فأصبحت فقرات المقياس ملائمة لعينة البحث وقادرة على قياس الاعتدال المزاجي بدقة، هذا المقياس يمثل أداة علمية لتحليل مستويات الاعتدال المزاجي بناءً على أبعاد التسامح والمرونة والضبط والتحكم.

- وضوح تعليمات المقياس وفقراته:

لتحديد مدى وضوح تعليمات مقياس الاعتدال المزاجي وفقراته، ومدى فهم المستجيبين لبدائل الإجابة، طبقت الباحثة المقياس بشكل استطلاعي على عينة مكونة من ٢٠ طالبة من طالبات المرحلة الإعدادية (١٠ من طالبات الصف الرابع و ١٠ من طالبات الخامس الإعدادي)، من مجتمع البحث، طُلب من أفراد العينة الإشارة إلى أي غموض قد يواجهه في تعليمات المقياس أو فقراته، أظهرت النتائج أن:

- التعليمات كانت واضحة.

- الفقرات كانت مفهومة ودقيقة من حيث المعنى والصياغة.
- الوقت اللازم للإجابة عن المقياس كان، بمتوسط قدره 15 دقيقة.

- الإجراءات الإحصائية لتحليل الفقرات:

أ- القوة التمييزية لفقرات المقياس

- اعتمدت الباحثة أسلوب المجموعتين الطرفيتين، حيث يتم اختيار عینتين متطرفتين من الأفراد بناءً على درجاتهم الكلية في المقياس.

١. استُخدم الاختبار التائي (t-test) لعینتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين المجموعتين (العليا والدنيا) فقد تم تطبيق المقياس على عينة عشوائية مكونة من ٢٠٠ طالبة.
٢. صُححت استمارات المقياس وتم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة.



٣. رُتبت الدرجات تنازلياً من الأعلى إلى الأدنى.
٤. اختيرت 27% من الدرجات العليا والدنيا، مما شكّل عينتين طرفيتين حجم كل منهما ٥٤ طالبة وهي العينة ذاتها التي طبق عليها المقياس الاول.
٥. طبقت الباحثة الاختبار التائي (t-test) على كل فقرة لتحديد الفقرات المميزة ، وتبين ان الفقرات مميزة إذا كانت القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية والجدول (١) يعرض تفاصيل القيم التائية المحسوبة مقارنة بالقيم الجدولية.

جدول (١)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الاعتدال المزاجي باستعمال أسلوب المجموعتين الطرفيتين

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
5.862	0.7076	1.9074	0.6680	2.6837	١.
4.360	0.6914	1.7778	0.7376	2.3777	٢.
8.623	0.7181	1.5556	0.6391	2.6837	٣.
7.359	0.6987	1.7593	0.6333	2.7037	٤.
3.901	0.6987	1.7593	0.7788	2.3148	٥.
3.383	0.7046	1.6481	0.7288	2.1148	٦.
6.048	0.7782	1.8704	0.6089	2.6837	٧.
6.593	0.7862	1.7963	0.7115	2.7477	٨.
7.329	0.6904	1.7037	0.7755	2.7393	٩.
5.723	0.7181	1.8889	0.8227	2.7393	١٠.
6.78	0.7689	1.7778	0.7054	2.7407	١١.
7.333	0.6914	1.7778	0.6711	2.7393	١٢.
6.457	0.7535	1.8704	0.7366	2.7963	١٣.
5.698	0.7689	1.8889	0.6443	2.6667	١٤.
22.280	0.4046	1.4054	0.1180	2.6832	١٥.

11.360	0.6914	1.5358	0.3331	2.7222	١٦.
19.139	0.4181	1.5356	0.1391	2.6832	١٧.
12.086	0.6984	1.5343	0.1333	2.7037	١٨.
5.495	0.6984	1.5343	0.3388	2.1148	١٩.
6.719	0.4046	1.6481	0.3288	2.1248	٢٠.
13.268	0.4482	1.8504	0.1089	2.6832	٢١.
15.389	0.4862	1.5463	0.3115	2.7555	٢٢.
11.926	0.6904	1.5035	0.3355	2.7493	٢٣.
6.778	0.4181	1.8884	0.8223	2.7393	٢٤.
15.823	0.4689	1.5358	0.3054	2.7407	٢٥.
13.391	0.6914	1.4054	0.1180	2.6835	٢٦.
15.929	0.4535	1.5358	0.3331	2.7555	٢٧.
17.247	0.4689	1.5356	0.1391	2.6835	٢٨.
20.172	0.4046	1.5343	0.1333	2.7037	٢٩.
7.736	0.6914	1.5343	0.3388	2.3448	٣٠.
9.211	0.4181	1.6481	0.3288	2.3148	٣١.
8.661	0.6984	1.8504	0.1089	2.6835	٣٢.
11.591	0.6984	1.5463	0.3115	2.7525	٣٣.
17.278	0.4046	1.5035	0.3355	2.7393	٣٤.
6.622	0.4482	1.8884	0.8223	2.7323	٣٥.
15.037	0.4862	1.5358	0.3054	2.7107	٣٦.

إن جميع الفقرات أظهرت قيم تائية محسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، مما يعني أن الفقرات تمتاز بقدرة تمييزية واضحة بين المجموعتين العليا والدنيا، وإن جميع الفقرات كانت دالة إحصائياً، مما يثبت جودة تصميم الفقرات لقياس الاعتدال المزاجي بدقة.



- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرات)

قامت الباحثة بالتحقق من صدق الفقرات باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) لتحديد العلاقة بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الاعتدال المزاجي والتحليل شمل ٢٠٠ استمارة تمثل عينة البحث وتم استخراج معامل ارتباط بيرسون لكل فقرة بالمقارنة مع الدرجة الكلية، تم استخدام قيمة معامل ارتباط بيرسون الجدولية 0.138 عند مستوى دلالة ٠.٠٥ . فأظهرت النتائج أن جميع معاملات الارتباط كانت أعلى من القيمة الجدولية، مما يشير إلى دلالة إحصائية عالية ، وان جميع الفقرات أثبتت أنها صادقة إحصائياً ومتراصة بشكل كبير مع الدرجة الكلية، مما يعزز من مصداقية المقياس ، والجدول (٢) يعرض تفاصيل قيم الارتباط لكل فقرة مع الدرجة الكلية.

جدول (٢)

صدق فقرات مقياس الاعتدال المزاجي باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

ت	معامل الارتباط	القيمة التائية
١.	0.785	17.83
٢.	0.791	18.19
٣.	0.789	18.07
٤.	0.781	17.60
٥.	0.90	29.05
٦.	0.794	18.38
٧.	0.778	17.42
٨.	0.798	18.63
٩.	0.784	17.77
١٠.	0.788	18.01
١١.	0.792	18.25
١٢.	0.785	17.83
١٣.	0.791	18.19
١٤.	0.789	18.07

17.60	0.781	.١٥
29.05	0.90	.١٦
18.38	0.794	.١٧
17.42	0.778	.١٨
18.63	0.798	.١٩
17.77	0.784	.٢٠
18.01	0.788	.٢١
18.25	0.792	.٢٢
29.22	0.901	.٢٣
17.65	0.782	.٢٤
18.01	0.788	.٢٥
17.83	0.785	.٢٦
18.19	0.791	.٢٧
18.07	0.789	.٢٨
17.60	0.781	.٢٩
29.05	0.90	.٣٠
18.38	0.794	.٣١
17.42	0.778	.٣٢
18.63	0.798	.٣٣
17.77	0.784	.٣٤
18.01	0.788	.٣٥
18.25	0.792	.٣٦

- علاقة درجة الفقرة بدرجة البعد لمقياس الاعتدال المزاجي

قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون لكل فقرة من فقرات مقياس الاعتدال المزاجي مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، واعتُبرت الفقرات ذات دلالة إحصائية إذا تجاوز معامل

ارتباطها القيمة الجدولية 0.138 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 198، وجميع معاملات الارتباط كانت دالة إحصائياً، مما يعكس اتساق الفقرات مع البعد الذي تنتمي إليه، والجدول (3) يوضح تفاصيل القيم الإحصائية للفقرات ضمن كل البعد، تمثل النتائج مؤشراً قوياً على صدق فقرات مقياس الاعتدال المزاجي، حيث أظهرت الفقرات علاقة قوية مع الدرجات الكلية للبعدين، فالمقياس يتمتع بخصائص إحصائية عالية، مما يعزز من موثوقيته وصلاحيته للتطبيق على عينة الدراسة.

جدول (3)

صدق فقرات مقياس الاعتدال المزاجي باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

ت	البعد	معامل الارتباط	الدلالة	ت	البعد	معامل الارتباط	الدلالة
١.	المرونة	٠.٧٤٢	دالة	١.	التحكم	٠.٥٣٧	دالة
٢.	المرونة	٠.٦٣٢	دالة	٢.	التحكم	٠.٦٨٧	دالة
٣.	المرونة	٠.٦٩٢	دالة	٣.	التحكم	٠.٥٧٧	دالة
٤.	المرونة	٠.٧٣١	دالة	٤.	التحكم	٠.٧٨٧	دالة
٥.	المرونة	٠.٧٤٤	دالة	٥.	التحكم	٠.٥٨٧	دالة
٦.	المرونة	٠.٥٧٧	دالة	٦.	التحكم	٠.٧٨٧	دالة
٧.	المرونة	٠.٦٣٢	دالة	٧.	التحكم	٠.٨٢١	دالة
٨.	المرونة	٠.٧٤٢	دالة	٨.	التحكم	٠.٦٦٧	دالة
٩.	المرونة	٠.٦٣٢	دالة	٩.	التحكم	٠.٥٩٩	دالة
١٠.	المرونة	٠.٦٩٢	دالة	١٠.	التحكم	٠.٩٢٧	دالة
١١.	المرونة	٠.٧٣١	دالة	١١.	التحكم	٠.٦١٧	دالة
١٢.	المرونة	٠.٧٤٣	دالة	١٢.	التحكم	٠.٥٥٩	دالة
١٣.	المرونة	٠.٥٨٢	دالة	١٣.	التحكم	٠.٨٢١	دالة
١٤.	المرونة	٠.٦٥٥	دالة	١٤.	التحكم	٠.٦٦٧	دالة

١٥	المرونة	٠.٧٢٢	دالة	١٥	التحكم	٠.٥٩٩	دالة
١٦	المرونة	٠.٧١٢	دالة	١٦	التحكم	٠.٩٢٧	دالة
١٧	المرونة	٠.٦١١	دالة	١٧	التحكم	٠.٦١٧	دالة
١٨	المرونة	٠.٥٣٢	دالة	١٨	التحكم	٠.٥٥٩	دالة

- **ثبات مقياس الاعتدال المزاجي:** الاتساق الداخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ:

يُعد معامل ألفا كرونباخ الأداة الأساسية لقياس الثبات القائم على الاتساق الداخلي بين فقرات المقياس، يعتمد هذا الأسلوب على قياس الترابط بين الفقرات وتقسيم المقياس إلى أجزاء بعدد فقراته، بحيث يتم التعامل مع كل فقرة كمقياس فرعي مستقل، (Nunnally, 1970:25) بعد حساب معامل ألفا كرونباخ بناءً على بيانات عينة البحث (٢٠٠ طالبة)، بلغ معامل الثبات لمقياس الاعتدال المزاجي ٠.٨٨، مما يدل على ثبات عالٍ .

تطبيق المقياسين: طبقت الباحثة المقياسين على عينة البحث الأساسية المتكونة من (٢٠٠) طالبة من طالبات المرحلة الإعدادية.

الوسائل الإحصائية: اعتمدت الوسائل الإحصائية الآتية:

- الاختبار التائي لعينة واحدة.
- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين.
- معامل ارتباط بيرسون.
- معادلة الفا كرونباخ.
- اختبار مربع كاي.

ثامناً: عرض نتائج البحث وتفسيرها:

- **الهدف الاول:** لقياس الانهماك الاكاديمي لدى طالبات المرحلة الإعدادية ، استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة T-test، وأظهرت النتائج أن متوسط درجات الانهماك الاكاديمي لعينة البحث يساوي (١٥٠.٢٥٤) درجة ، وعند تحديد دلالة الفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (٩٩) تبين وجود فرق بدلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (56.743) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) بدرجة حرية (199)، الجدول (٤) يوضح ذلك.

الجدول (٤) نتيجة الاختبار التائي لعينة واحدة لدرجات العينة على مقياس الانهماك الأكاديمي

العينة	المتوسط الفرضي	متوسط العينة	الانحراف المعياري	درجة حرية	القيمة التائية t		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
٢٠٠	٩٩	١٥٠.٢٥٤	١٢.٧٧٤	١٩٩	56.743	١.٩٦	٠.٠٥

أظهرت النتيجة وجود فرق دال احصائياً بين متوسط العينة و المتوسط الفرضي للمقياس وتبين أن الطالبات يتمتعن بمستوى عالٍ من الانهماك الأكاديمي، وهو مؤشر إيجابي يعكس مدى التزامهن وتفاعلهن مع العملية التعليمية والذهنية الإيجابية التي يظهرنها أثناء انخراطهن في الأنشطة التعليمية، حيث تتضمن هذه الحالة مشاعر التقاني، الحيوية، والقدرة على التركيز لفترات طويلة و النتائج التي تشير إلى ارتفاع مستويات الانهماك الأكاديمي لدى الطالبات تدل على وجود بيئة تعليمية محفزة ومشجعة، كما قد تعكس هذه النتائج جودة الممارسات التعليمية المستخدمة من قبل المدرسة، وتوفر الدعم النفسي والأكاديمي للطالبات، مما يساهم في تعزيز شعورهن بالرضا والتحفيز نحو التعلم، إلى جانب ذلك، يُعبر المستوى العالي من الانهماك الأكاديمي عن عوامل شخصية متعلقة بالطالبات أنفسهن، مثل تمتعهن بالدافعية الذاتية، والطموح الأكاديمي، والقدرة على التكيف مع التحديات الدراسية، فالطالبات اللواتي يحرصن على الالتزام بالمهام الدراسية، ويشاركن بفعالية داخل الصف، يُظهرن مستويات أعلى من الإنجاز الأكاديمي والتحصيل العلمي، إن الانهماك الأكاديمي لا يُعتبر مجرد مؤشر لنجاح الطالبة الحالي فقط، بل يُعد عاملاً مهماً لتحقيق التفوق على المدى الطويل؛ فهو يرتبط مباشرة بتطوير مهارات التفكير الناقد، والاستقلالية في التعلم، والقدرة على حل المشكلات، لذلك، من المهم الاستمرار في تعزيز هذا المستوى من الانخراط من خلال توفير بيئة داعمة تُراعي احتياجات الطالبات الأكاديمية والشخصية، وعندما تشير النتائج إلى مستوى عالٍ من الانهماك الأكاديمي لدى الطالبات، فهذا يعكس تفاعلاً إيجابياً مع التعلم، ويؤكد على أهمية الاستثمار في تعزيز العوامل التي تدعم هذا التفاعل، سواء من خلال تطوير أساليب التدريس أو تحسين المناخ المدرسي.

الهدف الثاني: قياس الاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الاعدادية، استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة T-test، وأظهرت النتائج أن متوسط درجات لعينة البحث يساوي (٧٩.٩٢٥) درجة، وعند تحديد دلالة الفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي للمقياس البالغ

(٧٢) تبين وجود فرق بدلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (12.511) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) بدرجة حرية (199)، الجدول (٥) يوضح ذلك.

الجدول (٥) نتيجة الاختبار التائي لعينة واحدة لدرجات العينة على مقياس الاعتدال المزاجي

العينة	المتوسط الفرضي	متوسط العينة	الانحراف المعياري	درجة حرية	القيمة التائية t		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
٢٠٠	٧٢	٧٩.٩٢٥	٨.٩٥٨	١٩٩	12.511	١.٩٦	٠.٠٥

أظهرت النتيجة وجود فرق دال احصائيا بين متوسط العينة و المتوسط الفرضي ولصالح متوسط العينة، وتشير النتيجة إلى أن الطالبات لديهن اعتدال مزاجي، وهو مؤشر مهم يعكس التوازن النفسي والعاطفي الذي يتمتعن به، اعتدال المزاج يعني أن الطالبات قادرات على التفاعل مع المواقف المختلفة بمرونة وهدوء، بعيداً عن التوتر الشديد أو الانفعالات المفرطة، ويُعد ذلك أمراً إيجابياً يؤثر بشكل مباشر على الأداء الأكاديمي والاجتماعي للطالبات ويُعتبر الاعتدال المزاجي من العوامل المهمة التي تُساعد على تحقيق الاستقرار النفسي، فالطالبة التي تتمتع بمزاج معتدل تُظهر قدرة أعلى على التكيف مع المتغيرات الدراسية والبيئية، وتستطيع التعامل مع الضغوط الأكاديمية بشكل فعال، ويؤدي هذا التوازن العاطفي إلى تحسين علاقاتهن مع الزميلات والمعلمين، مما يعزز بيئة تعليمية إيجابية ومثمرة، من الناحية الأكاديمية، الطالبات ذوات الاعتدال المزاجي يكنّ أكثر قدرة على التركيز والاستمرار في أداء المهام الدراسية دون الشعور بالإحباط أو التشتت، هذا التوازن ينعكس على تحصيلهن العلمي، إذ يساعدهن في التخطيط الجيد للدراسة وإدارة الوقت بكفاءة، كما يُساهم المزاج المعتدل في تنمية مهارات التفكير الإيجابي وحل المشكلات بطرق بناءة وهادئة، على الصعيد الاجتماعي، اعتدال المزاج يُسهم في بناء علاقات صحية ومستقرة. فالطالبة المعتدلة المزاج تتفهم احتياجات الآخرين وتُبدي مرونة في التعامل مع اختلاف الآراء والمواقف، هذا يُعزز من مكانتها الاجتماعية، ويجعلها نموذجاً للتفاعل الإيجابي والاحترام المتبادل، وتُعد النتيجة التي تشير إلى اعتدال المزاج لدى الطالبات مؤشراً إيجابياً يُبنى عليه لتعزيز الصحة النفسية وتحسين جودة الحياة الدراسية، من الضروري استمرار دعم الطالبات من خلال توفير بيئة تعليمية محفزة، وتشجيع الأنشطة التي تُسهم في تعزيز هذا التوازن، ليكون أكثر قدرة على مواجهة التحديات المستقبلية بثقة وهدوء.

الهدف الثالث: لكشف العلاقة بين الانهماك الاكاديمي و الاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الاعدادية، وبعد استعمال معامل ارتباط بيرسون ظهر بأن العلاقة بين المتغيرين لدى طالبات المرحلة الاعدادية قد بلغت (0.68) وباستعمال الاختبار التائي لمعامل الارتباط ظهر بأن القيمة التائية المحسوبة (13.05) هي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) والجدول (٦) يوضح ذلك، اذ توجد علاقة ارتباطية بين الانهماك الاكاديمي والاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الاعدادية.

جدول (٦) معامل الارتباط بين الانهماك الاكاديمي والاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الاعدادية

العدد	نوع العلاقة	معامل الارتباط	القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة
٢٠٠	الانهماك الاكاديمي	0.68	13.05	دالة
	الاعتدال المزاجي			

تشير نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الانهماك الاكاديمي ومستوى الاعتدال المزاجي لدى الطالبات، وهذه العلاقة تُعدّ من العوامل المهمة التي تؤثر على جودة الأداء الأكاديمي والاستقرار النفسي، فالانهماك الأكاديمي يعكس مستوى التفاني والحيوية والتركيز في الأنشطة التعليمية، بينما يشير الاعتدال المزاجي إلى حالة التوازن النفسي والقدرة على التعامل مع المواقف المختلفة بهدوء ومرونة، والعلاقة بين الانهماك الأكاديمي والاعتدال المزاجي علاقة تبادلية وتكاملية، فالطالبة التي تتمتع بمزاج معتدل تكون أكثر قدرة على التركيز والانخراط بفعالية في التعلم، ويعود ذلك إلى قدرتها على إدارة مشاعرها والتحكم في الضغوط الدراسية، مما يُعزز من قدرتها على إنهاء المهام الدراسية بكفاءة وتحقيق مستويات عالية من الأداء الأكاديمي ويسهم الانهماك الأكاديمي بدوره في تحقيق الاعتدال المزاجي، فالطالبة التي تشعر بالتفاعل الإيجابي مع العملية التعليمية وتحقق إنجازات ملموسة تكتسب شعورًا بالرضا والثقة بالنفس، مما ينعكس إيجابًا على استقرارها النفسي وتوازنها العاطفي، وهذا التوازن يُمكنها من مواجهة الصعوبات الدراسية أو الحياتية دون الانزلاق إلى التوتر أو الإحباط، كما أن الاعتدال المزاجي يُعتبر عاملاً مساعدًا في الحفاظ على الانهماك الأكاديمي، فالطالبة التي تتمتع بحالة مزاجية متزنة تكون أكثر تحفيزًا للمشاركة في الأنشطة الصفية واللامنهجية. كما تكون أكثر قدرة على التركيز لفترات طويلة دون تشتت أو شعور بالإجهاد العاطفي.

الاستنتاجات: من خلال النتائج التي تم التوصل إليها يمكن استنتاج ما يأتي:

- يُعد امتلاك طالبات المرحلة الإعدادية للانهماك الأكاديمي مؤشراً مهماً يعكس مستوى التفاني، التركيز، والدافعية لديهن نحو الدراسة والأنشطة التعليمية.
- وجود الاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الإعدادية الاعتدال المزاجي فالتالبة التي تتمتع بمزاج معتدل تكون أكثر قدرة على مواجهة الضغوط الدراسية بهدوء واتزان، كما تتميز بالقدرة على إدارة مشاعرها بطريقة إيجابية تُساعدُها على التركيز في الدراسة وتحقيق أهدافها التعليمية.
- توجد علاقة طردية إيجابية بين الانهماك الأكاديمي والاعتدال المزاجي لدى طالبات المرحلة الإعدادية، فالتالبة التي تتمتع بمزاج معتدل تكون أكثر دافعية للتعلم والانخراط في الأنشطة التعليمية، مما يُعزز إحساسها بالإنجاز والرضا النفسي.
- **التوصيات:** توصي الباحثة ما يأتي:
- تعزيز الانهماك الأكاديمي من خلال ورش العمل والمؤتمرات المتخصصة
- يُسهم إشراك الطالبات في ورش العمل والبرامج التدريبية في تنمية مهاراتهن الأكاديمية والمعرفية وتعزيز ثقتهن بأنفسهن.
- يجب توعية الطالبات بأن الاعتدال المزاجي يُعدّ عاملاً رئيسياً في تحقيق التوازن النفسي، والذي بدوره ينعكس إيجابياً على أدائهن الدراسي.
- يمكن تنظيم جلسات توعوية وورش نفسية تسلط الضوء على استراتيجيات إدارة الانفعالات وتعزيز التفكير الإيجابي.
- **المقترحات:** تقترح الباحثة المقترحات الآتية:
- دراسة مقارنة لتحليل مستويات الانهماك الأكاديمي والاعتدال المزاجي عند طلبة الجامعة.
- العلاقة بين الانهماك الأكاديمي والدعم الأسري لدى طلبة المرحلة الإعدادية.
- العلاقة بين الاعتدال المزاجي ومستوى تحفيز الطالب لأداء مهامه الدراسية.
- تأثير الاعتدال المزاجي في قدرة الطالب على مواجهة التوتر الدراسي
- **المصادر:**
- الفورتية، سامية عبد الحميد، أبو مصطفى، نظمي، أبو مصطفى، مؤمن نظمي (٢٠١٩)، التنبؤ بالاندماج الأكاديمي في ضوء مفهوم الذات الأكاديمي والطموح الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية في جامعة مصراته، مجلة جامعة مصراته للعلوم الإنسانية.
- ملحم، سامي محمد (٢٠٠٠) القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط٢، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217–237.
- Alrashidi, O., Phan, H. P., & Ngu, B. H. (2016). Academic Engagement: An overview of its definitions, dimensions, and major conceptualisations. *International Education Studies*, 9(12), 41. <https://doi.org/10.5539/ies.v9n12p41>.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822–848.
- Christenson, S. L., Reschly, A. L., Appleton, J. J., Berman, S., Spanjers, D., & Varro, P. (2008). Best practices in fostering student engagement. In A. Thomas, & J. Grimes (Eds.), *Best practices in school psychology V* (pp. 1099-1120).
- Fredericks, J.; McCloskey, W. (2012). The measurement of student engagement. A Comparative Analysis of various methods & student self-report instruments' in handbook of research on student engagement S. Christenson .A. L. Research & Wylie, Eds.
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, 74 (1), 59-109.
- Furrer, C., & Skinner, E. (2003). Sense of relatedness as a factor in children's academic engagement and performance. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 148-162.
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical issues. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 44-61). The Guilford Press.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2003). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 3–34). Guilford Press.
- Koda, M., Enoki, H., & Kondo, T. (2020). The moderation effect of mindfulness on the past manic episodes and current mood symptoms. *Pacific Journal of Psychology*, 84, 126. https://app.scholarai.io/paper?paper_id=SS_ID:1e249a27043c40db69b5dea762735a3cc1c231c1
- Kuh, G.D., Palmer, M. and Kish, K. (2003) "The Value of Educationally Purposeful Out of Class Experiences." In: Skipper, T.L. and Argo, R. (eds.) *Involvement in Campus Activities and the Retention of First Year College Students*. The First-Year Monograph Series No 36. Columbia, SC: University of South Carolina, National Resource Center for the First Year Experience and Students in Transition, pp. 19–34.
- Lam, S.-f., Jimerson, S., Wong, B. P. H., Kikas, E., Shin, H., Veiga, F. H., . . . Zollneritsch, J. (2014). Understanding and measuring student engagement in school: The results of an international study from 12 countries. *School Psychology Quarterly*, 29(2), 213-232.
- Luthans, F., & Avolio, B. J. (2003). Authentic leadership: A positive developmental approach. *Advances in Developing Human Resources*, 5(3), 241.
- Matsumoto, D., Yoo, S. H., & Nakagawa, S. (2008). Culture and emotion regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(6), 55–74.



- Ouweneel, E., Le Blanc, P. M., & Schaufeli, W. B. (2014). On being grateful and kind: Results of two randomized controlled trials on study-related emotions and academic engagement. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 148(1), 37-60.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Oxford University Press.
- Piber, D., Olmstead, R., Cho, J., Guzman, M., & Irwin, M. (2022). Interferon- γ moderation of poor sleep maintenance and depressed mood in community-dwelling older adults. *Psychological Medicine*, 52(3), 113. https://app.scholarai.io/paper?paper_id=SS_ID:9c932a9072e8a58087f6c1c764e2b225c4ef7aea
- Seligman, M. E. P. (1998). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. Pocket Books.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Seligman, M. E. P., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2007). Regulation of positive emotions: Emotion regulation strategies that promote resilience. *Journal of Happiness Studies*, 8(3), 311-333.
- Tuominen-Soini and Salmela-Aro, (2014) H. Tuominen-Soini, K. Salmela-Aro Schoolwork engagement and burnout among Finnish high school students and young adults: Profiles, progressions, and educational outcomes *Developmental Psychology*, 50 (2014), pp. 649-662.
- Veiga, F. H., et al. (2014). Student Engagement in School: Conceptualization and Relations with Personal Variables and Academic Performance. *Revista de Psicodidáctica*, 19(1), 39-58.
- Walker, C.O., Greene, B. A., & Mansell, R.A. (2006). Identification with academics, intrinsic/extrinsic motivation, and self-efficacy as predictors of cognitive engagement. *Learning and Individual Differences*, 16, 1-12.





للعلوم الانسانية والتطبيقية



وزارة التعليم العالي
والبحوث العلمي

Ministry of Higher Education & Scientific Research

AL-SALAM UNIVERSITY COLLEGE

Issued by the University College of Peace



The international number of the magazine:(3402 - 2522)
ISSN- 2959-555X (Print) / ISSN- 2959-5541 (Electronic)
<https://iasj.rdd.edu.iq/journals/journal/view/74>

NO.19
A.H 1446
A.D 2025

Registration No. at the House
Of books and documents:
(2127) - year (2015)

مكتبة مرمر

موبايل: 07704250907