بناء مقياس الحيوية النفسية لدى طلبة جامعة الموصل

"Construction of the Psychological Vitality Scale for University of Mosul Students"

Aziza Khaled Khair El-Din
Dr. rana Kamal Jiyad
Assistant Professor
University of Mosul /College of Education For Human Sciences/ Department of Educational and Psychological Sciences

عزيزة خالد خير الدين
أ.م.د. رنا كمال جياد
أستاذ مساعد
جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية

ranak-g@uomosul.edu.iq

الكلمات المفتاحية: بناء، مقياس، الحيوية النفسية، طلبة، جامعة الموصل

Keywords: Construction ,scale ,a psychological vitality, students, University of Mosul

ملخص البحث_

يهدف البحث الحالي الى بناء مقياس الحيوية النفسية لدى طلبة جامعة الموصل ولتحقيق هذا الهدف تم اختيار عينة للتحليل الإحصائي والبالغ عددها (٤٠٠) طالب وطالبة لغرض استخراج القوة التمييزية للفقرات والاتساق الداخلي وتم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء لاستخراج الصدق الظاهري وتم استخراج الثبات بطريقتي الاعادة والفا كرونباخ واصبح المقياس بصيغته النهائية مؤلف من (٥٠)فقرة موزعة على ثلاث مجالات (الوجدان الأيجابي , الانتعاش والابتهاج , حب الحياة)وذات بدائل خماسية (تنطبق عليه بدرجة كبيرة جدا, تنطبق عليه بدرجة كبيرة , تنطبق عليه بدرجة متوسطة , تنطبق عليه بدرجة قليلة , تنطبق عليه بدرجة قليلة جدا) وكانت الدرجات لهذه البدائل هي (٥ ,٤ ,٣ ,٢ ,١)على التوالي وبعد استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس ومؤشراته الاحصائية تم تحقيق الهدف المطلوب وهو بناء مقياس الحيوية النفسية وفي ضوء ذلك تم وضع عدد من التوصيات ومنها :_

١_ تطبيق المقياس للتعرف على مستوى الحيوية النفسية لدى طلبة الجامعة.

٢_استفادة وحدات الارشاد التربوي في الكليات من هذا المقياس للتعرف على مستوى الحيوية النفسية لدى طلبتها واهم المتغيرات النفسية والدراسية المتعلقة والمتاثرة بها واجراء الورش والدورات التي تعمل على زيادتها .

وتم وضع عدد من المقترحات ومنها :_

١:_اجراء دراسة حول علاقة الحيوية النفسية بمتغيرات نفسية مثل (موقع الضبط, فاعلية الذات ,الاتزان الانفعالي)

٢:_اجراء دراسة مقارنة في الحيوية النفسية بين طلبة الكليات الاهلية والحكومية .

٣:_ اجراء دراسات تتعلق بتطبيق برامج ارشادية وتربوية لتنمية الحيوية النفسية.

Abstract:

The current research aims to construct a psychological vitality scale for university students at the University of Mosul. To achieve this goal, a sample of 400 students was selected for statistical analysis. The scale was presented to a group of experts to extract face validity, and reliability was extracted using the re-test and Cronbach's alpha methods. The final version of the scale consists of 50 items distributed across three domains (positive affect, resilience, and love of life) with a five-point Likert scale (applies to me to a very large extent, applies to me to a large extent, applies to me to a moderate extent, applies to me to a small extent, and applies to me to a very small extent). The scores for these options were 5, 4, 3, 2, and 1, respectively.

After extracting the psychometric properties of the scale and its statistical indicators, the desired goal was achieved, which is the construction of the psychological vitality scale. In light of this, several recommendations were made, including:

1. Applying the scale to identify the level of psychological vitality among university students.
2. Utilizing the scale in educational guidance units in colleges to identify the level of psychological vitality among students and the most important psychological and academic variables related to and affected by it, and conducting workshops and courses that work to increase it.

Several proposals were also made, including:

1. Conducting a study on the relationship between psychological vitality and psychological variables such as (locus of control, self-efficacy, and emotional stability).
2. Conducting a comparative study on psychological vitality between students of private and public colleges.
3. Conducting studies related to the application of guidance and educational programs to develop psychological vitality

الفصل الأول

أولا : مشكلة البحث : _

الحيوية النفسية تشير الى أن يكون الفرد متيقظ ومليء بالطاقة والحماس والنشاط وقادر على القيام بالأنشطة دون تعب او ملل فعندما تكون الحيوية النفسية عالية المستوى يكون لدى الفرد طاقة كافية للقيام بالأنشطة بشكل جيد ولكن عندما تكون الحيوية النفسية اقل مستوى سينشأ التعب والإجهاد ولا يستطيع الفرد القيام بالأنشطة و لا تحقيق اهدافه , والحيوية النفسية طاقة تنبع من داخل الفرد وليست طاقة ناتجة عن تهديد معين من البيئة الخارجية ويواجه الطلبة اليوم العديد من التحديات والمشكلات التي تقف أمامهم كعائق عن تحقيق أهدافهم مثل (الخوف من المستقبل , القلق , التوتر)والكثير من المشاكل وقد يستسلم بعض الشباب لهذهِ المشكلات و لا يستطيعوا مواجهتها وهنا يشعر الفرد بأن المستقبل غامض بالنسبة له ويشعر بالتشاؤم نحو المستقبل وعلى النقيض هناك شباب قادرة على مواجهة هذهِ التحديات ويبذلوا اقصى جهد للوصول الى أهدافهم , ويرجع هذا الى الطاقة و الحيوية النفسية النابعة من داخل الفرد وقوة العزيمة و الإرادة لديه ومن هنا تتبلور مشكلة الدراسة الحالية في أعداد مقياس لقياس للحيوية النفسية (طه ,٢٤٦,٢٠٢٤) وان انخفاض الحيوية النفسية يؤدي الى زيادة معاناة الطلبة في بيئتي التعليم والعمل وكلما زادت الحيوية النفسية قل عدد الأخطاء التي يرتكبها الطلبة فضلا عن ذلك يمكن للطلبة ذوي الحيوية النفسية العالية إدارة التوازن بين الدراسة والضغوط الحياتية (جاسم,٢٠٥,٢٠٢١) ويعاني طلبة المرحلة الجامعية في الوقت الحاضر من الغموض والتناقض والافتقاد للحيوية النفسية هو ما يؤدي الى انخفاض الدافعية وتقدير الفرد لنفسه , وزيادة معاناة الطالب في بيئة التعليم والسلبية والشعور باللامبالاة وتجنب التنافس مع الأخرين حتى وان كان تنافسا صحياً وسويًا مما يؤدي الى فتور الهمة وانهيار العزيمة ولاحظت الباحثة مشكلة لدى طلبة جامعة الموصل هي حالات عدم الاكتراث بأهمية المرحلة التي هم فيها وفقدان الطالب للطموح والتخطيط للمستقبل

ونظرا لأهمية الحيوية النفسية لما لها من اثار سلبية عند انخفاضها لدى الطلبة وتأثيرها على مجمل مجالات حياتهم ومنها الدراسية حاولت الباحثة دراسة هذا المتغير الا أنها لم تجد مقياساً مناسباً لعينة البحث الحالي لذا ارتأت بناء مقياس للحيوية النفسية لدى طلبة جامعة الموصل

ثانياً : أهمية البحث :_

يعد طلبة الجامعة بمثابة الركيزة في مسيرة الحياة وقوة فكرية لتحديد ورسم مستقبل الأمم وبما أن الحياة سلسلة من التغيرات التي يسترعي الفرد أن يتوافق معها لإشباع حاجاته والمحافظة على توازنه وهو ما ينطبق على البيئة بمختلف أنواعها تعد المؤسسات التعليمية وعلى رأسها الجامعة بمثابة مؤسسة مهمة لصناعة قادة المجتمع فهي تعنى بتنشئتهم وتعمل على نقل الرسالة العلمية والأخلاقية إليهم ولتحقيق التقدم والازدهار الشخصي والاجتماعي والوطني معاً ولهذا تعد الجامعة مؤسسة التغير الاجتماعي وعنصرا من عناصر الثقافة وجزئاً من نتائج المجتمع الامر الذي جعل وجود هذه المؤسسة ضرورة مُلحة للفرد والمجتمع فهي تهدف الى بناء الانسان وصقل شخصيته من جميع جوانبها المعرفية والعقلية والجسمية والانفعالية والوجدانية وصولا الى بناء شخص محب للعلم والمعرفة راغب في تحسين بيئته واستغلالها من أجل الوصول للهدف المنشود (الشيباني,٢٠٢١ ,٧)

ولقد بين علم النفس الإيجابي ان مفهوم الحيوية النفسية يساعد على فهم الفرد لنفسه وتساعد في التركيز على المستقبل والأهداف اللاحقة وتعد الحيوية النفسية الدرع الواقي من الضغوط النفسية والاحداث الضاغطة المستمرة وقد وجد ان هناك عدة مظاهر للحيوية النفسية وهي الحيوية البدنية: وتشير الى السلامة البدنية وامتلاك مستوى كاف من الطاقة للقيام بالمهام والأنشطة للحياة اليومية , الحيوية الانفعالية: وتشير الى القدرة على التعايش مع الخبرات الانفعالية بقوة اما الحيوية العقلية: هي القدرة على تصور الافكار المعقدة وتحليلها وتُفهم بُنيتها

(Seligman,Csikzentmihalyi.2009,9)

والطلبة الذين لديهم حيوية نفسية يكونون مُفعمين بالطاقة والحيوية النفسية ويقال شخص ذو حيوية نفسية بمعنى شخص مُنتبه ونشيط وممتلئ بالحياة والهمة العالية ويستطيعون اتخاذ القرارات بمفردهم ويتمتعون بأُفق واسع وطاقة إيجابية وتقدم الحيوية النفسية للفرد اكتشافه لنفسهِ وتساعدهُ على التمييز والتفرد والاحساس بالقوة وتحرر الشخص من الصراعات ومن الضغوط الخارجية (ابو حلاوة ومحمد الفيل,٢٠٢٢, ٣٥٥)

وان الحيوية النفسية احد مرتكزات علم النفس الإيجابي ولها اهمية في الدور الذي تلعبه الحيوية النفسية وارتباطها بتحسين اداء الفرد(شاهين , ٤٩,٢٠٢٤)

وتعتبر الحيوية النفسية درعاً واقياً ضد الضغوط النفسية لأنها من الخصائص الأساسية الدافعة للفرد باتجاه تحقيق الأهداف والاستقلالية والتقليل من احتمالية المعاناة من القلق والاكتئاب (عبدالرحيم, ٢٠٢٣: ١٨٠)

ان الاستجابة النفسية السلبية لضغوط التعلم والعلم تكون نتيجة ضعف الحيوية النفسية وانخفاض قيمة ادراك الانجازات الشخصية ويؤدي هذا الى فتور الهمة وانهيار العزيمة (العبيدي ,٢٤,٢٠٢٠)

وتشير العديد من الدراسات والأدبيات الى عدد من الخصائص للشخصية المستمتعة بالحيوية النفسية ومنها أ_ النشاط العام لدى الفرد وهو البحث عن التغيير نحو الأفضل (footer,2001,321)

ب_ الطموح وهو السمة الدالة على الحيوية النفسية والتي يبحث عن التطور واستثمار كل قدرات الفرد ويعد الطموح عاملا مهما وحيويا للبناء النفسي وسر النجاح للفرد والمجتمع (شميلة,٢٠٢٣: ١٠٢)

ج_ الثقة بالنفس هي التي تصنع كل شيء في الحياة وان الشخصية الخاملة هي الواهنة التي لا تثق بنفسها ولا تقدر على أي شيء على الإطلاق وعندما نقرأ تاريخ الناجحين في الحياة نجد انهم كانوا يثقون بأنفسهم دائما عكس الفاشلين الذين كانوا لا يرتفعون بمستواهم الفكري الى مرحلة الثقة بالنفس وأفضل طريقة للثقة بالنفس هي أن يعتقد الفرد بانه أصبح شخصاً حيويا ونشيطا وله القدرة على فعل شيء ما(الدوسري,٢٠٠٨, ١٤١)

د _حب الحياة : ان الشخص المتمتع بالحيوية النفسية ينبض بالحياة لأنه يقدر قيمتها ويسعى جاهدا وبكل لحظة الى تنميتها وتطويرها فالشخص الحيوي يعد صورة ايجابية من صورة الحياة المتجددة والتي ترفض السكون والدمار .(محمد ,٢٠٢٤ :٢٨)

ومما تقدم فأن أهمية البحث النظرية تبرز من خلال الآتي :

١. تعد دراسة الشخصية الحيوية إضافة نوعية لم يكن لها سابقة وقد تكون مفتاحا لدراسات لاحقة في المستقبل .
٢. . دور الحيوية النفسية في تحقيق النجاح الدراسي واكتساب المعارف ذات العلاقة باختصاص الطلبة الدراسي.

٣. . يتناول البحث الحالي متغير حديث نسبيا وهو متغير الحيوية النفسية وهو من المؤشرات الرئيسة على جودة الحياة النفسية التي تقترن بمشاعر السعادة والأمل والحماس والإقبال على الحياة .

٤. . يعد البحث الحالي استجابة لنتائج البحوث السابقة حيث توصلت الدراسات الى ضرورة تنمية الحيوية النفسية .

اما الأهمية التطبيقية فأنها تتضح من خلال ما يأتي :_

١. أهمية بناء مقياس للحيوية النفسية والذي سيعد اضافة جديدة لمكتبة العلوم التربوية والنفسية.

٢. اهمية التوصل الى نتائج البحث الحالي.

٣. قد يخدم مقياس الحيوية النفسية السادة اعضاء هيئة التدريس في معرفة قدرات طلابهم الذهنية والجسدية والنفسية .

٤. اهمية دراسة موضوع البحث على طلبة الجامعة بوصفهم مؤهلين لقيادة المجتمع عملياً وعلمياً.

ثالثاً : أهداف البحث :_

بناء مقياس الحيوية النفسية لدى طلبة جامعة الموصل

رابعاً : حدود البحث

- الحدود البشرية: طلبة جامعة الموصل للدراسة الصباحية للصفين (الأول_ الرابع)وللتخصصات العلمية والإنسانية
- الحدود الزمانية :العام الدراسي ٢٠٢٤_ ٢٠٢٥
- الحدود المكانية : جامعة الموصل
- الحدود المعرفية : الحيوية النفسية

خامساً : تحديد المصطلحات

الحيوية النفسية Psychological Vitality عرفها كل من :_

1 : بيترسون وسيلجمان(٢٠٠٤)

" تعد الحيوية النفسية احدى متغيرات علم النفس الإيجابي التي هي حالة من التمتع بمستوى مرتفع من الروح المعنوية والفاعلية والنشاط والنشوة وتسهم الى تنشيط الاخرين والهامهم وتحفيزهم للأقبال على الحياة بهمة ونشاط ." (Peterson,Seligman2004)

٢: رون كور توس (٢٠١٢):" امتلاك الشخص لمقومات التحمس للحياة والإقبال عليها بهمة وفعالية مع توفر مستوى مرتفع من الشعور بالليقاة البدنية والعقلية والانفعالية يحفزه باتجاه الاندفاع الايجابي نحو الاثمار الحياتي ليصبح وجوده الشخصي ذا معنى وقيمة في الحياة ".

(Ron Kurtus2012)

٣: سليم (٢٠١٦) : " بانها حالة من الشعور الإيجابي بالحياة والطاقة التي تعبر عن نفسها في صيغة التحمس والامتلاء بالحياة والاحساس بالقوة والشعور بالاقتدار و يعتقد بانها تجسيد لمشاعر الكفاءة والانتعاش وكون المرء فعالا ومنتجا ونشيطا ". (سليم ٢٠١٦ ,١٨٢)

٤: (مصطفى٢٠١٨) " الحيوية النفسية بأنها امتلاء الفرد بالطاقة والقوة التي تدفعه للاستمرار في حياة ذات معنى وهدف تصل به لما يسمى بالرفاهية النفسية ".(مصطفى,٢٠١٨,٤٥)

٥: عبد الفتاح (٢٠٢٠)" الحيوية النفسية بانها شعور عام بالطاقة الحيوية والنشاط والحماس مع التمتع بالقدرة على اداء الفرد لمهامه وأنشطته بتركيز عالٍ وقدرته على انجاز وتحقيق اهداف والتطلع لكل ما هو جديد في حياته ".(عبدالفتاح,٢٠٢٠ ,٢٦٩)

التعريف النظري للحيوية النفسية: هو حالة من النشاط والطاقة الذهنية والإيجابية التي تمكن الفرد من التعامل مع تحديات الحياة اليومية بفعالية وانتاجية وكذلك القدرة على التفكير بوضوح واتخاذ قرارات.

التعريف الإجرائي للحيوية النفسية :الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الحيوية النفسية المستخدم بهذا البحث.

الفصل الثاني

دراسات سابقة ومؤشراتها ومدى الإفادة منها

أولا :الدراسات السابقة

١ : دراسة (الشلاش ٢٠٢٢):

(الحيوية النفسية وعلاقتها بالاستقلال العاطفي)

هدفت الدراسة الشلاش الى التعرف على العلاقة بين الحيوية النفسية والاستغلال العاطفي لدى الأزواج المنفصلين عاطفياً عن زوجاتهم , والتعرف على الفروق بين الأزواج في كل من الحيوية النفسية والاستغلال العاطفي , تبعاً للمرحلة العمرية والمؤهل العلمي اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي , وتكونت عينة الدراسة من (١٨٠) من الأزواج المنفصلين عاطفيا من

زوجاتهم واستخدمت الدراسة مقياسي الحيوية النفسية والاستغلال العاطفي أعداد الباحث واشارت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين كل من الحيوية النفسية والاستغلال العاطفي لدى الأزواج عينة الدراسة كما تبين وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الازواج عينة الدراسة على مقياس الحيوية النفسية لصالح الفئة العمرية الاقل والمؤهل العلمي الاعلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الازواج عينة الدراسة على مقياس الاستغلال العاطفي لصالح الفئة العمرية الاكبر والمؤهل العلمي الاقل وقدم الباحث مجموعة من التوصيات تتضمن العمل على تقديم البرامج الارشادية والدورات التدريبية للشباب المقبلين على الزواج للتعرف على كيفية مواجهة المشكلات الأسرية والحفاظ على الاستقرار الزواجي كما توصى الدراسة بتقديم مراكز الإرشاد النفسي دورات وبرامج إرشادية لتنمية الحيوية النفسية لدى الشباب وبرامج ارشادية للتوعية بمخاطر الاستغلال العاطفي وكيفية التغلب عليه لدى الشباب .(الشلاش ٢٠٢٢)

٣ :علي و علي (٢٠٢٣):

(مستوى الحيوية النفسية لدى طلبة الثانوية)

تهدف الدراسة الحالية الى الكشف عن الحيوية النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية . ولتحقيق أهداف البحث قام الباحثان ببناء مقياس الحيوية النفسية اعتماداً على نظرية (Kurtus,٢٠١٢) وتعريفها للحيوية النفسية وقد تحقق الباحثان من الخصائص السايكومترية للمقياس إذ تم استخراج الاختبار الصدق بطريقتين وهما الصدق الظاهري وصدق البناء كما استخرج الثبات بطريقة إعادة الاختبار فبلغ معامل الثبات (٠,٨٤) وتكون المقياس بصورته النهائية من ١٨ فقرة صالحة لقياس الحيوية النفسية وبعدها تم تطبيق المقياس على عينة البحث الأساسية البالغة (٢٠٠) طالب وطالبة من مديرية تربية ديالى للطلبة المتميزين للسنة الدراسية ٢٠٢٢_٢٠٢٣ م الذين جرى اختيارهم بالطريقة العشوائية , وبعد معالجة البيانات إحصائيا باستخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والاختبار الثاني لعينة واحدة , والاختبار الثاني لعينتين , ومعامل ارتباط بيرسون) وتم التوصل الى جملة من النتائج أبرزها ان العينة لديهم حيوية نفسية و لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية تبعا للجنس في حين وجد هناك فرق دال احصائيا تبعا للمنطقة ولصالح قضاء المقدادية . (علي وعلي :٢٠٢٣)

ثانيا :_ مؤشرات الدراسات السابقة :

١ : الاهداف

حددت الدراسات مجموعة من الاهداف منها دراسة (الشلاش٢٠٢٢) التي هدفت التعرف على مستوى الحيوية النفسية والاستقلال العاطفي والعلاقة بينهما لدى الازواج المنفصلين وكذلك بالنسبة للدراسة (علي وعلي ٢٠٢٣) التي هدفت التعرف على الحيوية النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية .

٢: العينة

تباينت حجم العينات بما يتناسب مجتمع الدراسة حيث تراوحت اعداد العينات كحد أدنى (١٨٠) زوج من الازواج المنفصلين عاطفياً كما في دراسة (الشلاش٢٠٢٢) وكحد أعلى كما في دراسة (علي و علي ٢٠٢٣) تكونت من(٢٠٠) طالب وطالبة اما عينة البحث الحالي فقد بلغت (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة الموصل .

٣ : الادوات

جميع الدراسات السابقة قامت ببناء مقياس للحيوية النفسية يتناسب مع عينتها وكذلك البحث الحالي .

٤: الوسائل الاحصائية :

استخدمت جميع الدراسات السابقة الحقيبة الإحصائية Spss وكل حسب هدفها وكذلك في البحث الحالي سيتم استخدام الحقيبة الإحصائية Spss والوسائل التي تناسب هدف البحث.

٥ : النتائج :

فقد توصلت الدراسات السابقة الى عدد من النتائج التي سوف يتم الاستفادة منها في مناقشة وتفسير نتائج الدراسة الحالية .

ثالثا : _ مدى الإفادة من الدراسات السابقة :

١. أتاح للباحثة تحديد الأهمية والأهداف وصياغة المشكلة للبحث الحالي .
٢. كما أنها افادت الباحثة في الاطلاع على الادوات والمقاييس التي استخدمت في الدراسات السابقة ولم تعتمد الباحثة على اي مقياس لمتغير الحيوية النفسية نظراً للاختلاف في نوع العينة وبعض الأهداف فقد قامت الباحثة ببناء مقياس الحيوية النفسية بما يناسب العينة.
٣. إنها افادت الباحثة في التعرف على الوسائل الأحصائية المستعملة في الدراسات السابقة.

الفصل الثالث

منهجية وإجراءات البحث

يتضمن هذا الفصل التعريف بمنهجية البحث ومجتمع البحث وعينته وبناء اداة البحث فضلا عن التحقق من خصائصهما السيكو مترية بالصدق والثبات والوسائل الإحصائية التي استخدمت لمعالجة البيانات وهي على النحو الاتي :_

أولا _ منهجية البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي والذ يتناسب مع طبيعة الدراسة وهدفها إذ يعرف المنهج الوصفي بأنه "احد اساليب المناهج العلمية التي تهتم بجمع اوصاف دقيقة علمية للظواهر المبحوثة ووصف الوضع الحالي في ضوء نتائجه وتفسيرها .(الياسري ٢٠١٧ ,١٩٢)

ثانيا _ مجتمع البحث :

يعرف مجتمع البحث بأنه جميع مفردات الظاهرة المراد دراستها والتي تسعى الباحثة أن تعمم عليها نتائج البحث (التكريتي ٢٠١٩:٣٧٨)ويتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢٤_٢٠٢٥) موزعين على (١٠) كلية بالتخصصات العلمية والإنسانية وبواقع (١٤,٤٨٧) طالب وطالبة للصف الأول و(١١,١٧٥) طالبا وطالبة للصف الرابع وانسجاماً مع أهداف البحث فقد بلغ مجموع طلبة الصفين الأول والرابع (٢٥,٦٦٢)

ثالثا _ عينات البحث :

تعرف عينة البحث بأنها مجموعة جزئية من مجتمع البحث تسحب عشوائياً او بانتظام طبقي من المجتمع وتكون معبرة عن الكل بمعنى اخر وممثلة لجميع عناصر المجتمع بحيث يمكن تعميم نتائج تلك العينة على مجتمع البحث بأكمله (عباس واخرون ٢٠١١,٢١٨)وفي البحث الحالي سحبت عدة عينات عشوائية لمراعاة التغييرات (الجنس ,الصف, التخصص الدراسي)

١_ عينة الثبات

لغرض استخراج الثبات عبر الزمن لأداة البحث بطريقة الإعادة سحبت عينة عشوائية بواقع (٦٠) طالب وطالبة من كليتي العلوم قسم علوم الحياة و الآداب قسم التاريخ للثبات وبواقع (٣٠) طالب وطالبة من كل كلية كما موضح في الجدول التالي :_

جدول (١)

الكلية	التخصص	أول		رابع		المجموع
		ذكور	أناث	ذكور	أناث	
كلية العلوم قسم علوم الحياة	علمي	٦	٩	٨	٧	٣٠
كلية الآداب قسم التاريخ	أنساني	١٠	٥	٦	٩	٣٠
المجموع الكلي		١٦	١٤	١٤	١٦	٦٠

٢_ عينة البناء

لغرض بناء فقرات مقياس الحيوية النفسية تم اختيار عينة عشوائية مكونة من (٤٠٠) طالب وطالبة بواقع (٢) كليات انسانية (٢) كليات علمية ويتم في عينة البناء الكشف عن القوة التمييزية وعلاقة كل فقرة بالدرجة الكلية وعلاقة كل فقرة بالمجال التابع لها وعينة البناء تم توضيحها في الجدول (٢):

الكلية		**التخصص**	**الأول**		**الرابع**		**المجموع**
			ذكور	**اناث**	**ذكور**	**أناث**	
١	**كلية التربية**	**انساني**	**٣٧**	**١٣**	**٢٨**	**٢٢**	**١٠٠**
٢	**كلية علوم سياسية**	**انساني**	**١٢**	**٨**	**١٩**	**١٠**	**٤٩**
٣	**كلية التمريض**	**علمي**	**٣٣**	**٢٨**	**٤٥**	**٥٨**	**١٦٤**
٤	**كلية الهندسة**	**علمي**	**٢٨**	**١١**	**٢٦**	**٢٢**	**٨٧**
المجموع الكلي			**١١٠**	**٦٠**	**١١٨**	**١١٢**	**٤٠٠**

جدول رقم (٢)

٣_أداة البحث

ولغرض تحقيق هدف البحث الحالي وهو بناء مقياس للحيوية النفسية لعدم وجود مقياس جاهز يتناسب مع عينة البحث الحالي تم اتباع الخطوات التالية:_

أ :_ تم تحديد النظرية المعتمدة للبناء وهي (نظرية بيترسون وسيلجمان ٢٠٠٤) والتي تضمنت ثلاثة ابعاد وهي (حب الحياة ,الوجدان الإيجابي , الانتعاش والابتهاج)ويقصد بهذه الأبعاد :_

١_حب الحياة _ يعتبر حب الحياة تعبيرا عن الحماس والاندماج الكامل في الأنشطة اليومية بحيوية وطاقة إيجابية والعيش بشغف ويدل على توجه إيجابي للفرد نحو حياته وتقويم إيجابي لها تدفعه للتمسك وابداء حسن التقدير للحياة .

٢:_الوجدان الإيجابي _هي حالة نفسية وذهنية يشعر فيها الفرد بالسعادة والرضا والتفاؤل ويجعل الانسان أكثر قدرة على مواجهة التحديات وتدفق الافكار والتعامل معها بحكمة وتحسين العلاقات الاجتماعية والإنتاجية ويعزز الثقة بالذات وبناء شخصية قوية .

٣:_الانتعاش والابتهاج _ الانتعاش يعبر عن النشاط في كل اشكاله البدنية والذهنية والانفعالية التي يتمتع بها الفرد وتجعله مفعم بالحياة والابتهاج يشير الى الاستمتاع بالحياة والتفاؤل والشعور بالسعادة والاندفاع الإيجابي نحو تحقيق الذات .

ب :_ قامت الباحثة بصياغة (٥٦) فقرة موزعة على هذه المجالات وفقا للأهمية النسبية التي حددها الخبراء لكل مجال وبواقع (٢٠) فقرة للمجال الاول (حب الحياة) و(٢٠) فقرة للمجال الثاني(الوجدان الايجابي) و(١٦) فقرة للمجال الثالث (الانتعاش والابتهاج) وبذلك تم وضع الصيغة الأولية لمقياس الحيوية النفسية.

ج:_صدق المقياس

الصدق :_ ويعبر عن امكانية المقياس لقياس ما وضع من أجله أو تقدير السمة المراد قياسها. (مجيد ,٢٠١٤ :٩٥)

تم عرض المقياس ثم استخراج عدة انواع من الصدق للمقياس وكما يلي :_

١_الصدق الظاهري : يمثل الصدق الظاهري المظهر العام للمقياس وذلك من حيث نوع المفردات وكيفية صياغتها ومدى وضوحها(العجيلي ,١٩٩٠ :١١) ولاستخراج هذا الصدق تم عرض المقياس بصيغته الأولية المؤلف من (٥٦) فقرة موزعة على المجالات الثلاثة على

مجموعة من الخبراء والمحكمين والبالغ عددهم (٢٠) خبير في التربية وعلم النفس للتأكد من صلاحية الفقرات من حيث صياغتها وبدائلها وانتمائها للمجال الموضوعه فيه وبعد اخذ اراء الخبراء تم استخراج الصدق الظاهري والذي بلغ (٩٢٪)حيث تم فقط دمج عدد من فقرات مع بعضها لتشابهها وهي الفقرة (٤) من المجال الثالث دمجت مع (٢٠)بالمجال الأول والفقرة (١٢)من المجال الثاني دمجت مع الفقرة (٢٠)في المجال الثاني والفقرة (١١)من المجال الاول دمجت مع الفقرة (١٧) في المجال الاول وبذلك اصبح عدد الفقرات (٥٠) فقرة ,موزعة على المجالات الثلاث بواقع (١٦) فقرة المجال الاول و(١٩) فقرة المجال الثاني و(١٥) فقرة المجال الثالث.

٢_ صدق البناء : يدل صدق البناء على الدرجة التي تكشف عن كمية وجود السمة المتعلقة بالمفهوم المراد قياسه (العباسي ,٢٠١٨ :٢٩٠)

وتم التحقق من صدق البناء من خلال ما يأتي :_

أ_ حساب القوة التمييزية للفقرات : لغرض حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الحيوية النفسية تم تطبيق على عينة التمييز المكونة من (٤٠٠) طالب وطالبة من جامعة الموصل وبعدها تم تصحيح نتائج استجابة العينة وحساب الدرجة الكلية لكل طالب وطالبة ومن ثم ترتيب الدرجات الكلية لجميع الطلبة من اعلى درجة الى ادنى درجة وتحديد نسبة (٢٧٪) من العدد الكلي لعينة التمييز التي تمثل المجموعتين العليا والدنيا بواقع (١٠٨) لكل مجموعة وتم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج كل فقرة من المجموعتين العليا والدنيا وثم حسبت القوة التمييزية للفقرات للتحقق من دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وبواسطة الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية .

	مجموعة عليا 108		مجموعة دنيا 108		
الفقرات	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	ت
1	3.4722	1.41063	3.0185	1.51615	2.277
2	4.2963	0.85663	3.6296	1.01937	5.203
3	3.8704	0.90783	3.3426	1.04266	3.967
4	4.4074	0.88642	3.7130	1.37434	4.413
5	4.3426	0.87715	3.4630	1.31438	5.785
6	4.4352	0.83468	3.6759	1.29578	5.119
7	4.2685	0.89240	3.3796	1.28774	5.896
8	4.1852	1.09500	3.6481	1.32068	3.253
9	3.8519	1.17461	3.3056	1.36346	3.155
10	4.2130	1.02356	3.5648	1.35532	3.966
11	2.7500	1.46054	2.3519	1.17063	2.211
12	2.8241	1.59338	2.3519	1.40968	2.307
13	3.5370	1.57922	2.7593	1.62268	3.570
14	2.9259	1.49581	1.7407	1.14688	6.535
15	3.4352	1.65915	2.7222	1.59926	3.215
16	4.5185	0.76710	3.7685	1.25010	5.314
17	4.3056	1.03633	3.7685	1.17295	3.566
18	3.8426	0.95860	3.3056	1.16377	3.702
19	4.2130	0.92777	3.6111	1.11769	4.306
20	3.9815	1.14371	3.6389	1.17177	2.174
21	3.7870	0.99579	3.1389	1.22633	4.264
22	3.8148	1.27630	3.1852	1.23158	3.689
23	3.8704	1.23116	3.1204	1.44505	4.106
24	4.0556	1.06634	3.3148	1.25786	4.668
25	3.0278	1.47540	2.3611	1.36346	3.449
26	3.4907	1.30774	2.3611	1.17972	6.665
27	3.4259	1.60142	2.6574	1.57766	3.553
28	4.3056	0.99961	3.7222	1.23677	3.812
29	3.8796	1.07406	3.3611	1.28586	3.216
30	2.6296	1.37122	2.1759	1.15870	2.626
31	2.3796	1.55111	1.8796	1.13333	2.705
32	2.6944	1.25645	2.0741	1.03854	3.955
	مجموعة عليا 108		مجموعة دنيا 108		
الفقرات	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	ت
33	3.2130	1.61795	2.5463	1.48125	3.158
34	4.2500	1.11175	3.5370	1.41703	4.114
35	4.5926	0.89690	4.1111	1.21773	3.308
36	4.1944	1.12290	3.4352	1.40940	4.379
37	4.7870	0.59673	3.9815	1.31832	5.785
38	4.1574	0.95860	3.8611	1.04531	2.171
39	4.1389	0.83675	3.5648	1.00720	4.556
40	4.2778	0.81840	3.3148	1.15725	7.060
41	4.2037	0.98360	3.5093	1.27884	4.473
42	3.8611	1.23393	3.0648	1.24760	4.716
43	2.9907	1.35685	2.4815	1.15590	2.969
44	3.4630	1.33554	3.0000	1.37399	2.511
45	3.1574	1.47985	2.3426	1.34068	4.241
46	2.7593	1.43956	2.0185	1.12725	4.210
47	3.1204	1.46433	1.9815	1.20731	6.236
48	3.6389	1.40399	2.5000	1.37739	6.018
49	4.2963	0.92987	3.6852	1.32304	3.927
50	4.3148	1.05590	3.8241	1.29578	3.051

ومن خلال الجدول (٣) يتضح ان جميع الفقرات المتعلقة بمقياس الحيوية النفسية كانت جميعها مميزة لكون قيمها التائية جميعا كانت اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)ودرجة حرية ٢١٤ وبهذا بقي المقياس محتفظا بعدد فقراته البالغة(٥٠).

ب_ حساب الاتساق الداخلي للفقرات : ويتم بحساب درجة ارتباط كل فقرة من الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس ومع المجال الخاص بها وقد اخضعت للتحليل الاحصائي جميع عينة البناء والبالغة (٤٠٠) طالب وطالبة باستعمال معادلة بيرسون وتم التحقق من معنوية معاملات الارتباط باستعمال الاختبار التائي المتعلق ب معنوية هذه المعاملات وكما هو مبين في الجدول(٤):-

الاتساق : علاقة الفقرة بالدرجة الكلية وبالمجال التابع له .

الفقرات	مع الدرجة الكلية		مع المجال التابع له		الفقرات	مع الدرجة الكلية		مع المجال التابع له	
	معامل الارتباط	الاختبار التائي	معامل الارتباط	الاختبار التائي		معامل الارتباط	الاختبار التائي	معامل الارتباط	الاختبار التائي
1	0.146	2.944	0.580	14.204	26	0.627	16.057	0.689	18.966
2	0.227	4.650	0.424	9.340	27	0.633	16.312	0.659	17.479
3	0.521	12.177	0.615	15.560	28	0.575	14.021	0.654	17.247
4	0.269	5.572	0.436	9.665	29	0.668	17.908	0.751	22.690
5	0.479	10.886	0.544	12.934	30	0.588	14.503	0.734	21.561
6	0.419	9.206	0.464	10.450	31	0.634	16.356	0.638	16.529
7	0.227	4.650	0.605	15.159	32	0.425	9.367	0.532	12.534
8	0.488	11.154	0.634	16.356	33	0.453	10.137	0.465	10.478
9	0.451	10.081	0.577	14.094	34	0.432	9.556	0.457	10.250
10	0.254	5.239	0.569	13.804	35	0.237	4.867	0.543	12.900
11	0.163	3.296	0.584	14.353	36	0.479	10.886	0.521	12.177
12	0.390	8.450	0.511	11.860	37	0.317	6.668	0.436	9.665
13	0.337	7.141	0.631	16.227	38	0.305	6.389	0.479	10.886
14	0.512	11.891	0.618	15.682	39	0.245	5.041	0.489	11.184
15	0.401	8.733	0.735	21.625	40	0.227	4.650	0.348	7.405
16	0.582	14.278	0.640	16.617	41	0.424	9.340	0.488	11.154
17	0.510	11.828	0.545	12.968	42	0.351	7.478	0.455	10.193
18	0.672	18.103	0.764	23.623	43	0.569	13.804	0.611	15.398
19	0.578	14.131	0.734	21.561	44	0.484	11.034	0.584	14.353
20	0.383	8.272	0.391	8.475	45	0.493	11.305	0.511	11.860
21	0.678	18.401	0.721	20.758	46	0.246	5.063	0.631	16.227
22	0.589	14.540	0.633	16.312	47	0.396	8.604	0.535	12.633
23	0.636	16.442	0.690	19.018	48	0.334	7.069	0.356	7.600
24	0.503	11.611	0.621	15.806	49	0.198	4.030	0.403	8.785
25	0.666	17.812	0.681	18.553	50	0.246	5.063	0.590	14.578

ت جدولية : 1.960 عند 0.05 و 398

اتساق المجالات مع بعضها والدرجة الكلية

المجالات	الوجدان الايجابي	الانتعاش والابتهاج	حب الحياة	الكلي
الوجدان الايجابي		(12.081) 0.518	(12.567) 0.533	(15.560) 0.615
الانتعاش والابتهاج			(13.876) 0.571	(16.705) 0.642
حب الحياة				(16.015) 0.626
الكلي				

ومن خلال الجدول (٤) يتضح ان جميع معاملات الارتباط لعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية وعلاقتها بدرجة المجال الذي تنتمي اليه كانت دالة معنويا باستعمال الاختبار التائي حيث ان جميع القيم التائية المحسوبة لكل معاملات الارتباط كانت اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وعند درجة حرية (٣٩٨) وبذلك تتمتع فقرات المقياس بمؤشر الاتساق الداخلي وبقيت دون حذف اي فقرة .

الثبات :_ وهو يعني بان المقياس يكون ثابتا إذا اعطى نتائج متقاربة او متشابهة عند تطبيقه على العينة نفسها مرتين في الظروف نفسها (العيسوي ,٢٠٠٥ :٤٩) .

وقد تم التحقق من معامل الثبات باستخدام الطريقتين الاتيتين :_

١ : **طريقة اعادة الاختبار** : إذ تعد طريقة إعادة الاختبار من الطرق المهمة في حساب الثبات عبر الزمن إذ تتم هذه الطريقة من خلال تطبيق الاختبار على مجموعة من الافراد ثم يعاد تطبيق مرة اخرى على العينة في ظروف مشابهة تماما للظروف التي سبق اختبارهم بها ثم حساب معامل الارتباط بين درجات التطبيقين (محمد , ٢٠٠٤: ٧٣_٧٢) وتم تطبيق المقياس على العينة البالغ عددها (٦٠) طالب وطالبة وتم استخراج معامل الثبات لمقياس الحيوية النفسية باستخدام معامل ارتباط بيرسون لإيجاد الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني وقد بلغت درجة معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين (٠,٨١) إذ يعد مؤشرا جيدا لثبات المقياس .

٢: **معادلة ألفا كرونباخ** : وللتأكد من قوة ثبات الأداة تم حساب الثبات عبر الفقرة من خلال معادلة ألفا كرونباخ وبلغ معامل الثبات لمقياس الحيوية النفسية (٠,٨٥) إذ اكد العيسوي ان معامل الثبات يعد جيدا إذا تراوح بين (٠,٧٥_ ٠,٩٠),(العيسوي ,١٩٧٤ :٥٨)كما هو مبين بالجدول (٥) : _

طريقة الحساب	النسبة
١_ أعادة الاختبار	(٠,٨١)
٢_ألفا كرونباخ	(٠,٨٥)

مقياس الحيوية النفسية بصيغته النهائية وطريقة تصحيحهُ:

بعد التأكد من صدق المقياس بطريقة (الصدق الظاهري , صدق البناء بمؤشريه التمييز و الاتساق الداخلي)والثبات بطريقة (اعادة الاختبار , الفا كرونباخ) اصبح المقياس مكون من (٥٠) فقرة ذات بدائل خماسية وهي (تنطبق عليه بدرجة كبيرة جدا , تنطبق عليه بدرجة كبيرة , تنطبق عليه بدرجة متوسطة , تنطبق بدرجة قليلة , تنطبق عليه بدرجة قليلة جدا) وان هذه البدائل تأخذ عند التصحيح الدرجات (٥, ٤, ٣, ٢, ١)على التوالي وعليه فأن اعلى درجة للمقياس يحصل عليها المستجيب (٢٥٠) وادنى درجة (٥٠) درجة وبذلك يكون المتوسط الافتراضي للمقياس (١٥٠) درجة .

الوسائل الاحصائية : استعانت الباحثة ببرنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) لغرض معالجة البيانات حيث استخدمت(معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لدلالة معنوية معامل ارتباط بيرسون ومعادلة ألفا كرونباخ والاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعامل الاتفاق للخبراء).

الفصل الرابع

نتائج البحث

هنا سيتم عرض نتيجة هدف البحث الحالي والمتضمن :

(بناء مقياس الحيوية النفسية لدى طلبة جامعة الموصل)

تم بناء مقياس الحيوية النفسية وفقا للإجراءات السابقة والتي تم عرضها في اجراءات الفصل الثالث وأصبح المقياس يتمتع بالخصائص القياسية كما موضح في الجدول (٦) الآتي :_

الاداة	الحيوية النفسية
العدد	400
الوسط الحسابي	171.8975
الوسيط	173
المنوال	174
المدى	120
الانحراف المعياري	16.95659
التباين	287.526
الحد الأدنى للدرجات	100
الحد الأعلى للدرجات	220
الالتواء	-0.330
التفلطح	0.915

الفصل الخامس

الاستنتاجات :_

تشير نتائج البحث الحالي الى تمتع مقياس الحيوية النفسية الذي تم بناءه بالخصائص السايكومترية والمؤشرات الاحصائية الجيدة واصبح جاهز للتطبيق.

التوصيات :_

في ضوء نتائج البحث تم وضع عدد من التوصيات :_

١. تطبيق المقياس للتعرف على مستوى الحيوية النفسية لدى طلبة الجامعة .
٢. استفادة وحدات الارشاد التربوي في الكليات من هذا المقياس للتعرف على متغير مهم في شخصية الطلبة وهو الحيوية النفسية واهم المتغيرات النفسية والدراسية المتعلقة به والمؤثرة عليه.
٣. اجراء الورش والدورات من قبل رؤساء الاقسام ووحدات الارشاد التربوي في الكليات تعمل على زيادة وتنمية الحيوية النفسية لدى طلبتها .

المقترحات :_

١. اجراء دراسة حول علاقة الحيوية النفسية بمتغيرات نفسية (موقع الضبط, فاعلية الذات ,الاتزان الانفعالي).
٢. اجراء دراسة مقارنة في الحيوية النفسية بين طلبة الكليات الأهلية والحكومية .
٣. اجراء دراسات تجريبية تتعلق بتطبيق برامج ارشادية وتربوية لتنمية الحيوية النفسية .

المصادر:

- طه,منة الله عماد عبد الرؤوف.(٢٠٢٤)الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية ,جامعة عين شمس كلية التربية,مج٤٨,عدد٢.
- جاسم ,ضياء نمر(٢٠٢١),الحيوية الذاتية لدى طلبة السادس الاعدادي ,جامعة بغداد ,كلية الاداب قسم علم النفس,عدد١٣٨.
- أبو حلاوة ,محمد السعيد والفيل ,و حلمي محمد (٢٠٢٢):قضايا معاصرة في علم النفس التربوي والصحة النفسية ,ط١,دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ,الإسكندرية.
- شاهين ,سارة محمد سيد محمد ,(٢٠٢٤)الحيوية الذاتية كمنبئ للصلابة المهنية لدى اعضاء هيئة التدريس بالجامعات ,جامعة عين شمس ,ع (٢٥) ج ٤.
- عبدالرحيم ,محمد احمد محمود ,(٢٠٢٣),المرونة المعرفية وعلاقتها بالحيوية الذاتية, جامعة عين شمس ,عدد(٢٥٥.(
- العبيدي ,عفراء ابراهيم خليل اسماعيل ,٢٠٢٠,الحيوية الذاتية لدى طلبة الجامعة في ضوء المتغيرات , المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية ,مج٢ عدد١.
- شميلة ,نجاة موسى الفيتوري(٢٠٢٣)مستوى الطموح لدى طلبة الدراسات العليا الاكاديمية الليبية فرع مصراته قاعات الجامعة الاسمرية السالمية انموذجا .مجلة الجمعية الليبية لعلوم التربية ,عدد٢٢ الجزء الثاني ,ليبيا.
- الدوسري,عبدالرحمن علي(٢٠٠٨) كيف نزرع الثقة في انفسنا وفي من حولنا ,دار الحضارة للنشر والتوزيع , الرياض .
- سليم,عبدالعزيز ابراهيم(٢٠١٦)الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الاجتماعية والتفكير المفعم بالأمل لدى معلمي التربية الخاصة ,مجلة الارشاد النفسي ,كلية التربية , جامعة عين شمس ,٤٧(١.(
- مصطفى ,سارة(٢٠١٨)فاعلية برنامج ارشادي انتقائي لتنمية الحيوية الذاتية لدى عينة من الشباب الجامعي مجلة الارشاد النفسي ,جامعة عين شمس,٥٦ .
- عبد الفتاح , د. اسماء فتحي لطيف (٢٠٢٠): الامتنان وجودة النوم كمنبئ بالحيوية الذاتيةلدى طلاب كلية التربية جامعة المنيا مجلة البحث في التربية وعلم النفس ,٣٥,العدد الاول.
- الشلاش , عمر بن سليمان (٢٠٢٣)الحيوية النفسية وعلاقتها بالاستغلال العاطفي لدى الازواج المنفصلين عاطفيا عن زوجاتهم .مجلة العلوم النفسية والتربوية عدد ١ مجلد ٧ ,المؤسسة العربية للعلوم لنشر البحوث ,المملكة العربية السعودية.

❖ الياسري , محمد جاسم ,(٢٠١٧)البحث التربوي ومناهجه وتصاميمه .ط١,النجف الاشرف دار الضياء للطباعة والنشر .

❖ عباس واخرون ,(٢٠١١). مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس .دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة , عمان المملكة الاردنية الهاشمية ط٥.

❖ العباسي ,عامل فاضا خليل (٢٠١٨)أساليب البحث العلمي والتحليل الاحصائي في العلوم السلوكية دار نون للطباعة والنشر والتوزيع الموصل العراق.

❖ مجيد, سوسن شاكر (٢٠١٤). الاختبارات النفسية .نماذج ط٢ دار الصفاء للنشر والتوزيع عمان الاردن.

(References)

❖ **Taha, M. A. A. R. (2024). Psychometric properties of the Self-Vitality Scale. Ain Shams University, Faculty of Education, Vol. 48, No. 2.**

❖ **Jassim, D. N. (2021). Self-Vitality among Sixth-Grade Students. University of**

❖ **Baghdad, College of Arts, Department of Psychology, No. 138.**

❖ **Abu Halawa, M. S., Al-Fil, W., & Helmy, M. M. (2022). Contemporary Issues in Educational Psychology and Mental Health. 1st ed. Dar Al-Wafa for Printing and Publishing, Alexandria.**

❖ **Shahin, S. M. S. (2024). Self-Vitality as a Predictor of Professional Resilience among University Faculty Members. Ain Shams University, Vol. 25, No. 4.**

❖ **Abdul Rahim, M. A. M. (2023). Cognitive Flexibility and its Relationship with Self-Vitality. Ain Shams University, No. 255.**

❖ **Al-Ubaidi, A. I. K. I. (2020). Self-Vitality among University Students in Light of Variables. Scientific Journal of Educational Sciences and Mental Health, Vol. 2, No. 1.**

❖ **Shamila, N. M. F. (2023). Level of Ambition among Graduate Students at the Libyan Academy of Graduate Studies, Misurata Branch. Libyan Journal of Educational Sciences, No. 22, Part 2.**

❖ **Al-Dosari, A. A. (2008). How to Plant Self-Confidence in Ourselves and Others. Dar Al-Hadara for Publishing and Distribution, Riyadh.**

- **Salem, A. I. (2016). Self-Vitality and its Relationship with Social Personality Traits and Hopeful Thinking among Special Education Teachers. Journal of Psychological Guidance, Faculty of Education, Ain Shams University, Vol. 47, No. 1.**
- **Mustafa, S. (2018). Effectiveness of a Selective Guidance Program in Developing Self-Vitality among a Sample of University Youth. Journal of Psychological Guidance, Ain Shams University, No. 56.**
- **Abdul Fattah, A. F. L. (2020). Gratitude and Sleep Quality as Predictors of Self-Vitality among Students at the Faculty of Education, Minya University. Journal of Research in Education and Psychology, Vol. 35, No. 1.**
- **Al-Shalash, O. S. (2023). Psychological Vitality and its Relationship with Emotional Exploitation among Emotionally Separated Husbands. Journal of Psychological and Educational Sciences, Vol. 7, No. 1.**
- **Al-Yasiri, M. J. (2017). Educational Research and its Methods. 1st ed. Najaf, Dar Al-Dhiya for Printing and Publishing.**
- **Abbas et al. (2011). Introduction to Research Methods in Education and Psychology. Dar Al-Masira for Publishing and Distribution, Amman, Jordan, 5th ed.**
- **Al-Abbasi, A. F. K. (2018). Scientific Research Methods and Statistical Analysis in Behavioral Sciences. Dar Noon for Printing and Publishing, Mosul, Iraq.**
- **Majid, S. S. (2014). Psychological Tests. 2nd ed. Dar Al-Safa for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.**
- **Peterson C., & Seligman M. (2004). Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification. New york: Oxford University Press.**
- **Footer, ٨٠ (٢٠٠١). Cultural-Historical Activity Theory as**
- **Practical Theory: Illuminating the Development of a Conflict.**
- **Series in Applied Psychology. Psychology Press. ISBN.**