ISSN: 1994-4217 (Print) 2518-5586(online)

Journal of College of Education

Available online at: https://eduj.uowasit.edu.iq

Assis . Lectu. Younis Mohammed Younis Mohammed

Nineveh Education Directorate

Email: williamwat110085@gmail.com

Keywords:

Psychological fitness, goal orientation, students, middle school.

CC BY

A r t i c l e i n f o

Article history:

Received 3.Mar.2025

Accepted 6.Apr.2025

Published 10.May.2025

Psychological fitness and its relationship to goal orientation among middle school students

A B S T R A C T

The goal of the current research is to identify (psychological fitness and its relationship to goal orientation among middle school students), as the researcher adopted the descriptive, correlational approach, and the research sample consisted of (400) male and female students, with (200) male and (200) female students. To achieve the research objectives, the researcher built two research tools. Represented by the psychological fitness scale consisting of (48) items and the goal orientation scale consisting of (34) items, their validity and reliability were confirmed. The researcher applied the two research tools to the research sample. The data was transcribed and processed using the statistical package system (spss), and the results showed the following:

1- The level of psychological fitness among middle school students was high.

2- The level of psychological well-being among middle school students was high.

3- The relationship is positive and statistically significant between psychological fitness and goal orientation, as the two variables reinforce each other, and the higher the psychological fitness, the higher the goal orientation, and vice versa.

© 2022 EDUJ, College of Education for Human Science, Wasit University

DOI: https://doi.org/10.31185/eduj.Vol59.Iss1.4305

اللياقة النفسية وعلاقتها بالتوجه نحو الهدف لدى طلبة الإعدادية

م.م. يونس محمد يونس محمد
مديريـة تربـية محافظة نيـنوى

ملخص البحث:

هدف البحث الحالي الى التعرف على (اللياقة النفسية وعلاقتها بالتوجه نحو الهدف لدى طلبة الإعدادية)، اذ اعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة البحث من (٤٠٠) طالباً وطالبة، بواقع (٢٠٠) طالباً و(٢٠٠) طالبة ، ولتحقيق اهداف البحث قام الباحث ببناء اداتي البحث المتمثلة بمقياس اللياقة النفسية المكون من(٤٨) فقرة ومقياس التوجه نحو الهدف المكون من(٣٤) فقرة ، تم التأكد من صدقهما وثباتهما، وطبق الباحث اداتي البحث على عينة البحث، وقد تم تفريغ البيانات ومعالجتها باستخدام نظام الرزم الإحصائية (spss) ، وأظهرت النتائج ما يأتي:

١- مستوى اللياقة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية كان عال.
٢- مستوى الرفاهية النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية كان عال.
٣- إن العلاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائية بين اللياقة النفسية والتوجه نحو الهدف إذ المتغيران يعززان بعضهما وكلما ارتفعت اللياقة النفسية ارتفع التوجه نحو الهدف والعكس صحيح.

الكلمات المفتاحية: اللياقة النفسية ، التوجه نحو الهدف ، الطلبة ، المرحلة الاعدادية.

المقدمة:

يشهد العالم ثورة معلوماتية وتكنولوجيا هائلة وهذه الثورة مستمرة ويزداد تأثيرها يوماً بعد يوم في مختلف جوانب الحياة الإنسانية، بما فيها العملية التربوية بفلسفتها وأهدافها وأساليبها وكذلك أدواتها. (بدر، ٢٠٠٦: ٢)

ونتيجة لهذه الثورة وتأثيرها تسعى الأمم جاهدة لمواكبة هذا التطور في بناء مجتمعاتها لذلك أصبح القرد المحور الأساس في تلك التطورات. (الداهري، ٢٠٠١: ١)

ويعد التطور السريع في مختلف مجالات الحياة العلمية والعملية والاجتماعية والنمو الكبير في مجال تقنية المعلومات والتغير الذي يشهده العالم، من العوامل التي جعلت الأفراد يعانون التردد والقلق والتوتر الذي لا يتناسب مع قدراتهم واتجاهاتهم. فضلا عن مستوى النضج الذي ينتج عنه ضعف تمكنهم من الطلاقة في التعبير والتفاؤل واتخاذ القرارات المناسبة، بسبب افتقارهم للمعلومات عن ذواتهم وقدراتهم واتجاهاتهم ، وتأثير الآباء والبيئة المحيطة في تكوين شخصياتهم، لذا فقد ظهرت الحاجة إلى مساعدتهم في التعرف على إمكاناتهم الذاتية وتكوين صورة واقعية عنها.
(اليماني، ٢٠٠٩: ١٢)

ولكي تكون تلك الأمم قادرة على مواكبة التطورات فعليها إعداد جيل واعٍ ومثقف ومنظم بحيث يكون دعامة لبناء مجتمع سليم، وهذا من أهداف التربية الحديثة لان هذا الجيل هو مركز الطاقة الفعالة والقادرة على إحداث التغيير في مجالات الحياة المختلفة، وهو أساس التنمية بمجالاتها كافة. (عدس، ٢٠٠٠: ١٥)

اذ يعد مدى اهتمام المجتمع بإعداد هذا الجيل وتوجيهه مقياساً اساسياً لتقدمه ونهضته ليس في الوقت الحاضر فحسب بل لما يمكن ان يكون عليه ذلك المجتمع في المستقبل. (جلجل، ٢٠٠٠: ١١)

وبناءً على كل ما تقدم فقد أصبحت التربية أمام مسؤوليات ومهام جديدة فهي بمثابة الأسلوب الذي يلجأ إليه المجتمع لإتاحة الفرصة لأبنائه كي ينمو كل منهم نمواً سليماً كوحدة متكاملة بجوانبه الجسمية والعقلية والمعرفية والانفعالية والاجتماعية وتلك لا تتحقق إلا إذا تعلم الفرد كيف ينتفع من طاقاته ويستثمرها بفاعلية وكفاءة. (الداهري، ٢٠٠١: ٢)

وتقع على المدرسة مهمة استكمال تنشئة الطالب تنشئة سليمة وتهيئتهم للعمل والإسهام في تطوير المجتمع فللمدرسة الدور الأساس في تشكيل شخصيات الأفراد وتحديد مستقبلهم، فهي من المؤسسات الاجتماعية التي تلعب دوراً مهماً في بناء الفرد وخاصة في المرحلة الإعدادية إذ فيها تتقرر الاتجاهات والمهنية للمراهق ويكتشف الأفراد أنفسهم ويسعون لتحقيق ذواتهم وشخصياتهم، ويستمر تأثير المدرسة لفترة طويلة على نمو المراهقين في الجوانب الفكرية والمعرفية والشخصية. (الصافي، ٢٠٠١: ٦٢)

وتُعد المرحلة الإعدادية من أهم مراحل التعليم فهي منعطف مهم في حياة الطالب وتعد من أكثر مراحل التعليم حساسية لارتباطها بمرحلة عمرية حرجة هي مرحلة المراهقة إذ تتضح فيها الاستقلالية في الرأي والرغبة في إثبات الذات والشخصية ولذلك يفترض ان يكون خريجي المرحلة الإعدادية على قدر من التفكير الواعي والخبرات الكافية التي تؤهلهم إلى إيجاد البدائل للعمل والإنتاج الذي يهيئ الفرد والمجتمع لحقائق وديناميات عصر جديد عصر الثورة التكنولوجية والتغير المتسارع والانفتاح المعلوماتي. (Flavell, 1985,2)

ان مرحلة المراهقة هي مرحلة تغيرات جسمية وعقلية وانفعالية واجتماعية ولهذه المرحلة اهمية بالغة في تكوين شخصية الإنسان وحياته المستقبلية لما يصاحبها من تغيرات (بايولوجية ونفسية واجتماعية) كبيرة وسريعة حيث تزداد فيها سرعة نمو العمليات العقلية كالتفكير والتذكر والإدراك. (خطاب، ٢٠٠٧: ٨٩-٩٠)

ان المدرسة في الوقت الحاضر معنية بشكل مباشر في مساعدة الأفراد على تحسين التفكير لديهم وبكل مستوياته يتوجب عليها القيام بالمهمات التي تؤدي إلى ذلك. (المساعيد، ٢٠٠٨: ٨٥٣)

وإن اللياقة النفسية كمتغير أساسي في الحياة تساعد كثيرا الطالب على مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجههم في حياتهم اليومية بكيفية وقدر كبير من الاتزان النفسي والإمكانية في التحكم الانفعالي عند مواجهة المواقف والضغوط وأن يكون لهم الاستعداد النفسي والشخصي لتحقيق الشعور بالسعادة والمرونة العالية في اختيار البدائل المناسبة للتكيف للبيئة النفسية والاجتماعية. (شابون،٢٠١٥:٧)

ويترتب على ذلك تحقيق الوحدة الجسمية والعقلية والنفسية أشار معهد الدراسات الأمريكية للبحوث المستقبلية في القرن الحادي والعشرين إلى أن اللياقة النفسية هي تحقيق التكامل النفسي والانفعال والعقلي وفن الاداء السلوكي. (عبد الوهاب،٢٠١٦:٢١٣)

وتعد اللياقة النفسية بمثابة حالة عقلية انفعالية ايجابية تتمتع بنوع من الاستقرار النسبي وتمثل تكامل في طاقات الفرد ووظائفه المختلفة كما تمثل توازنا بين القوى الداخلية والخارجية التي توجه السلوك في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد وبالتالي فإن هذه الحالة الإيجابية في التكامل بين طاقات الفرد وامكانياته ووظائفه النفسية والعقلية والدافعية تخلق شخصية متماسكة وقوية تقدر التعامل مع مشكلات الحياة بكل كفاءة وقدرة ومرونة. (شابون،٢٠١٥:٨)

ويرى سولفي (١٩٩٠) salovey إن اللياقة النفسية مهارة إدارة الانفعالات والقدرة في التعبير والتقدير والتنظيم الدقيق للانفعالات سواء داخل الفرد لتعبر عن التوافق والتوازن الشخصي أو مع الآخرين والمحيطين به لتعبر عن التوافق والاندماج الاجتماعي كما تتضمن القدرة على استخدام المشاعر النفسية في تحفيز الدافعية الذاتية والتخطيط السليم لمطالب الحياة. (Salovey,20-21:1990)

ويعدها(1983) Gardener من القدرات الذكائية الشخصية التي تساعد الفرد على معرفة وفهم مشاعره الذاتية ومشاعر الاخرين وتتضمن جانبان الأول الفهم الذهني للانفعال والثاني يتضمن التأثير الانفعالي على الجانب الذهني لإظهار الخطط الإبداعية. (Gardener,49:1983)

واللياقة ذات دور رئيسي في تشكيل الشخصية الانسانية، وتسهم بدرجة كبيرة في الارتقاء بمستوى وقدرات الفرد واستعداداته، وارتفاع مستوى الكفاءة النفسية في مواجهة الضغوط وظهور القدرات الحقيقية في تجاوز وتحقيق هذه الضغوط النفسية. (علاوي،١٩٩٨:٦٦)

ولما كانت اللياقة النفسية ذات دور رئيسي هام في تعديل الشخصية، وتتسمم بدرجه كبيره في الارتقاء بمستوى قدرات الفرد واستعداداته، فقد اجريت العديد من الدراسات والبحوث التي تناولتها مثل: دراسه مارتينز (1997) Martians التي هدفت الى التعرف على طبيعة العلاقة بين اللياقة النفسية والثقة بالنفس والرضا عن الحياة والتوافق، وقد اشارت نتائج الدراسة الى وجود علاقة قوية بين اللياقة النفسية وهذه المتغيرات المذكورة. (Martians,55:1997))

ان اللياقة النفسية جزء لا يتجزأ من اللياقة الصحية المتكاملة للفرد والتي تعني أن يتمتع بكل من الصحة النفسية والبدنية ايضا وان يتمتع بلياقة عالية متكاملة تشمل (اللياقة العقلية، اللياقة النفسية، اللياقة الاجتماعية،) مع سلامة أجهزته العضوية الحيوية وخلو جسمه من الأمراض المختلفة وجميع هذه اللياقات المختلفة تشكل في مضمونها وحده متكاملة ومترابطة وتتأثر ببعضها البعض ولها تأثيراتها على نشأة الفرد ونموه وتطوره. (ابو زيد،٢٠١٣:١١٧)

ولا يمكن تحقيق النهضة العلمية مالم تكن هناك دافعية تحرك افراد المجتمع من اجل النهوض به فالدافعية تمثل المحرك الرئيسي الذي يقف وراء السلوك الذي يصدر نتيجة لأهداف معينة، وهذه الأهداف تكون مرتبطة بحالة الكائن الحي الداخلية خلال فترة تكون هذا السلوك، هذا من جانب ومثيرات البيئة الخارجية من جانب اخر، مما يعني اننا لا نستطيع معرفة ما يفعله الفرد في العديد من المواقف التربوية أذا اقتصرت معرفتنا على منبهات البيئة، لذا فان من المفترض ان نعرف شيء عن الحالة الداخلية للفرد، كأن نعرف حاجاته وميوله واتجاهاته وعلاقتها بالموقف فضلاً عن معرفة الاهداف التي يريد تحقيقها، وهذه العوامل مجتمعة يطلق عليها تسمية الدوافع. (عدس وتوق،٢٠٠٥: ١٨٣)

لذا فان للدافعية اهمية بالغة في توضيح الكثير من جوانب السلوك الانسان، فأداء الطالب واصراره على القيام بواجباته الاكاديمية يتوقف على ما لديه من دافعية، فدراسة الدافعية تسهم في فهم السلوك الانساني وتكون لدينا تصوراً واضحاً عن الاهداف التي يضعها الفرد لنفسه ويسعى الى تحقيقها، وبذلك يمكن الوصول الى فهم اكثر عمقا ودقة للسلوك الانساني عن طريق دراسة الدافعية وتوجه الدافعية الاهداف التي هي عبارة تمثيلات معرفية للغايات المراد الوصول اليها وانجازها او النواتج السلبية التي يحاول الفرد تجنبها، ودافعية الطالب لتحقيق الهدف تحدد سلوكه وتسهم في تركيز انتباهه واختيار المهمات والانشطة التي يمارسها وتوجيهه في اختيار استراتيجيات العمل فالأهداف تعد من المفاهيم الرئيسية في تحقيق جودة المنتج التعليمي وتنمية ثقة الفرد بذاته من منطلق انها تذكرنا بالمهمة التي بين ايدينا، وتعمل على زيادة المثابرة وتسمح بإيجاد وتطوير استراتيجيات التعلم الجديدة عندما تكون الاستراتيجيات الحالية غير مجدية وتدفع الأفراد للعمل بجد لتقليل التناقض بين ما هم عليه وما يريدون تحقيقه ودفعهم الى المشاركة في نشاطات الانجاز. (الزغول، ٢٠٠٦: ٢)

فالدافعية هي عملية اثارة ومساندة السلوك وتوجيهه نحو هدف التعلم وهي أمر بالغ الأهمية بالنسبة لعملية التعلم والتعليم وهي كالتعلم لا تلاحظ مباشرة وانما يستدل عليها من خلال مؤشراتها السلوكية ومن الالفاظ الدالة عليها وهذا يساعد في فهم تصرفات الطلاب بطريقة ما وعلى نحو معين الا انها تلعب دورا مهما في التعلم ان تجعل الأفراد ينهمكون في نشاطات تسهل التعلم. (السلطي،٢٠٠٤:١٢٧)

يعد متغير الانفتاح على الخبرة اساسيات العملية التعليمية اذا يقع الجهد الاكبر في العملية التعليمية على الأفراد الذين يتلقون خبرات مختلفة بهدف حصولهم على المعارف والمهارات والخبرات خاصة بعد تطور العلوم والمعارف والتكنلوجيا والتقدم في كافة المجالات مما ترك اثر واضحا في زيادة المعلومات الى درجة العيش في عالم موحد وبعد تحسن المستوى المعيشي والاقتصادي لأفراد المجتمع اصبح من السهل الحصول على ما يريدونه من معارف مختلفة عن طريق شبكات التواصل الاجتماعي، اذ اثرت هذه الشبكات على استجابات الأفراد اتجاه التغيرات الحادثة في العالم بإتاحتها الفرصة للحصول على مجموعة متنوعة من الخبرات وتزويدهم بالمعارف، التي تسهم في حل مشكلات المجتمع.
(السعدني، والسيد، ٢٠٠٦: ٢١)

وبنفس السياق نجد ان توجهات الاهداف ذات تأثير واضح في العملية التعليمية، ان قدرة الفرد على احراز التفوق الدراسي يعتمد بدرجة كبيرة على تحديد توجهات اهدافه قبل البدء بالمهمة التعليمية لذا يعد متغير توجهات الهدف من المتغيرات التي تمتلك خاصية التأثير في الحياة اليومية وفي الدراسة الاعدادية وفي كافة مجالات الحياة ويتبنى الأفراد اهدافا مختلفة في اثناء دراستهم فقد يتوجهون نحو اهداف التمكن في المجال التعليمي يجعلهم يركزون على المهمة الدراسية ولديهم الرغبة في الاستغراق في عملية التعلم وان توجه الأفراد نحو هذا الهدف يعزز من تنمية القدرات عن طريق خوض المواقف الصعبة والمتحدية اما توجه الأفراد نحو الاقدام يجعلهم يركزون في القدرة على الاستحقاق الذاتي، وتتجلى القدرة لديهم بأداء الفرد المهمات بصورة افضل من غيرهم والرغبة في التفوق على المعايير القائمة او انجاز النجاح بجهد اقل من الاخرين، اما الأفراد الذي يتوجهون نحو الاحجام فانهم يحاولون تجنب الاحتمالات السالبة لحدوث عملية التعلم كتجنب عدم اكتساب المهارة، لذا نجد ان الاهتمام الرئيسي لدى المدرسين هو هل التوجه الذي يختاره الأفراد سوف يطور العلم والتعلم وهل يؤثر على دافعيتهم لمواصلة المهمة التعليمية وعليه فأن توجهات اهداف الانجاز تحدد المساقات التي يمكن تسجيلها في الفصول

ومع التسليم أن (التوجه نحو الهدف) وغموضه لدى الأفراد يمكن أن يؤدي إلى انخفاض مستوى التحصيل الدراسي وارتفاع نسبة الرسوب والتسرب والشعور باليأس والإحباط وفقدان الأمل، لأنهم غير قادرين على تحقيق الأهداف التي يطمحون إلى الوصول إليها. (الزغول، ٢٠٠٤: ٥٣٩)، في حين أشار بنترش ولندزي (Brintrich Lindsey,2011) إلى أن تفسير التوجهات خاصة في مرحلة التعليم الثانوي القائم على أساس الرغبة في التوجه نحو أهداف نوعية مميزة وتوقعات الفرد في إنجازه تلك الأهداف ولمعرفة السبب المدرك وراء محاولة وصوله إلى الهدف(زايد، ٢٠٠٣: ٧٣) إذ أن دخول الأفراد في المرحلة الاعدادية وهم يحملون أهدافاً يسعون إلى تحقيقها ولكنهم يختلفون في ذلك، فمنهم من يرغب في التفوق ومنهم من يريد النجاح فقط ومنهم، من يتعلم لاكتساب العلم واتقانه والتزود به، ويمكن ملاحظة ذلك أثناء تعامل الأفراد مع هذه الأنواع من الأهداف التي على ضوئها يحددون اختيارهم المعلومات والمعرفة التي يريدون دراستها، إذ أن البعض لديهم ثقة عالية بأنفسهم تساعدهم على تطوير ذاتهم واكتساب المهارات واستثمارها لغرض النجاح، والبعض الآخر يركزون على ذاتهم ويصبحون غير قادرين فتحيطهم نتائج الفشل (الزغول، ٢٠١٢ : ٥٤٢).

وهكذا نجد أن الأفراد الذين يتجهون نحو هدف (الأداء– الإحجام) سيتحاشون طلب المساعدة لأنهم يخافون من أن طلب المساعدة يجعل الآخرين يدركون بأنها أشارة على أنهم أقل قدرة منهم في الصف، في حين ينشغل الافرادأصحاب التوجه نحو أهداف (الأداء– الإقدام) بالسلوكيات الإنجازية لإثبات قدراتهم للآخرين والحصول على الاعتراف والتقدير الاجتماعي. فضلاً عن تحديد كفايتهم في ضوء علاقتهم بالآخرين(كالحصول على السمعة الجيدة والدرجات التحصيلية العالية)، أما الافرادأصحاب التوجه نحو أهداف (الإتقان) يتسمون بالقدرة على تطوير ذاتهم وصياغة مجموعة من الأهداف الذاتية والمستقبلية ومحاولة تحقيقها. (هريدي،٢٠٠٢: ٧٨)

وفي ضوء ما تقدم أشارت دلائل البحوث والدراسات إلى أن النصف الثاني من القرن العشرين شهد ظهور نظام جديد يمكن للمتعلمين أن يتعلموا وهم معتمدين على أنفسهم في ضوء قدراتهم ومهاراتهم الخاصة، إلا إن هذه القدرات والمهارات تتطور بأساليب ومستويات متباينة، وذلك لاختلاف طبيعة الأهداف التي يسعون إلى تحقيقها، إذ تجد من يتجه نحو (الأداء) في المجال التعليمي مما يجعلهم يركزون على الانطباعات التي يمكن أن تعكسها نتيجة تعلمهم على الآخرين، في حين نجد البعض من يتجه نحو (الإتقان) الذي يدفعهم إلى التركيز على إتقان المهارات ويكونوا أكثر فاعلية في تجهيز المعلومات ويستجيبون إلى دوافعهم الذاتية بالدرجة الأولى، ومن الجدير بالذكر أن التوجه نحو الهدف، سواء كان نحو (الأداء) أم نحو (الإتقان)، له تأثيرات مختلفة على مثابرة الأفراد وتحسين تعلمهم. (الشمري ، ٢٠١٢: ٣).

وفي هذا الصدد كشفت دراسة بارون وآخرون (٢٠٠١) عن الآثار التي تحدثها(أهداف الأداء) و (أهداف الإتقان) على جهود الأفراد وخبراتهم في المجال الدراسي ، اذ ترتبط (اهداف الإتقان) بالانفتاح على العمل مع الزملاء والمشاركة الصريحة والأخذ بآراء الآخرين، فضلاً عن استقبالهم جميع الأفكار سواء أكانت ضعيفة أم قوية، وهذا يساعد على تفسير سبب تعزيز تلك الأهداف للتعلم الناجح والفعال واستحسان العملية التعليمة، في حين يظهر أصحاب (الأداء) درجات أعلى في خيارات زملائهم وتسامح أقل للمخالفة من قبل الآخرين الذين تكون أفكارهم خاطئة بشكل واضح، كذلك لديهم مستوى عال من القلق في تقديم آرائهم، ويستبعدون الآراء الضعيفة لكنهم يستقبلون الأفكار القوية بطرائق ربما تقود في النهاية إلى نجاحهم. (Barron,2001: 320)

- **مشكلة البحث:**

بسبب ما تعرض له المجتمع العراقي من أزمات وحروب أثرت على منظوماته النفسية، والفكرية، والاجتماعية والتي انعكست بدورها على فئاته المختلفة ومنهم طلبة المرحلة الاعدادية لذا أصبح من الضروري إعادة البحث في تلك الجوانب لما قد يساعد في ايجاد حلول لتلك المشكلات، وبما أن طلبة المرحلة الاعدادية يعدن جزءاً من طلبة المؤسسة التربوية ، لذا أصبح من الضروري دراسة الجوانب النفسية لهم وما يمتلكن من لياقة نفسية وكذلك دراسة الجوانب العقلية وما يمتلكن من توجه نحو الهدف لأخذ لمحة عما يفكرن به لاحقا، لذا فأن مشكلة البحث الحالي تتضح في الإجابة عن التساؤلات الآتية:

١- هل أن الأفراد في المدارس الإعدادية لديهم لياقة نفسية؟
٢- هل أن الأفراد في المدارس الإعدادية لديهم توجه نحو الهدف؟
٣- وما العلاقة الارتباطية بين اللياقة النفسية والتوجه نحو الهدف لدى الأفراد في المدارس الإعدادية في مدينة الموصل.

- **أهمية البحث:**

وبما ان طلبة المرحلة الاعدادية يمثلن جزءا مهما من المؤسسة التربوية ، لذا فأن الاهتمام بلياقتهم النفسية وتوجههم نحو الهدف ضروري جدا وعليه فإن أهمية الدراسة الحالية تكمن في توضيح الآتي :-

أ - الأهمية النظرية:

١- أهمية الشريحة التي سيتناولها البحث وهم طلبة المرحلة الاعدادية كونهم سيصبحن طلبة الجامعة في المستقبل فمحاولة التعرف على اي جانب من جوانب شخصيتهم سينعكس على تعاملهم مع المجتمع مستقبلا .
٢- أهمية متغير اللياقة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية لأنه سيقيس مستوى الصحة النفسية لديهم ومالها من أثر عليهم لاحقا.

٣- أهمية متغير التوجه نحو الهدف لدى طلبة المرحلة الاعدادية حيث أن محاولة التعرف على هذا المتغير لديهم سيكشف جانبا مهما في توجههم.

٤- عدم وجود دراسة تناولت العلاقة بين متغيري اللياقة النفسية والتوجه نحو الهدف لدى طلبة المرحلة الاعدادية على حد علم الباحث (لذا تعد هذه الدراسة إضافة جديدة الى المكتبة العراقية والعربية في تناولها لهاتين السمتين).

ب - الأهمية التطبيقية:

١- وضع مقياس للياقة النفسية لطلبة المرحلة الاعدادية يساعد في تقديم مؤشر لما يمتلكن من هذه السمة.

٢- توفير مقياس التوجه نحو الهدف لدى طلبة المرحلة الاعدادية مما يساعد على قياس هذه السمة لديهم.

٣- تأمل الباحث أن يتوصل إلى نتائج تهدف إلى وضع برامج تدريبية لزيادة اللياقة النفسية والتوجه نحو الهدف.

- **أهداف البحث:**

يهدف البحث الحالي الى التعرف على:

١- مستوى اللياقة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

٢- الفروق في مستوى اللياقة النفسية وفقاً لمتغيرات (نوع الجنس (ذكور- اناث) ، المرحلة الدراسية (الرابع- الخامس) ، الفرع (علمي- ادبي)).

٣- مستوى التوجه نحو الهدف لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

٤- الفروق في التوجه نحو الهدف وفقاً لمتغيرات(نوع الجنس (ذكور- اناث) ، المرحلة الدراسية (الرابع- الخامس) ،الفرع (علمي- ادبي)).

٥- علاقة ارتباط اللياقة النفسية مع التوجه نحو الهدف لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

- **حدود البحث:**

يقتصر البحث على طلبة المرحلة الاعدادية المستمرين بالدوم في المدارس النهارية فى مدينة الموصل مركز محافظة نينوى لكلا الجنسين (الذكور، الاناث) وحسب الصفوف الدراسية (الرابع ، الخامس) بفروعها (العلمي ، الادبي) للعام الدراسي ٢٠٢٤_٢٠٢٥.

- **تحديد المصطلحات:**

اولاً- اللياقة النفسية: عرفه كل من:

١- **(Richard, 2001) ريتشارد:** بانها عملية تحديد المشكلات وإيجاد الحلول لها. (Richard, 2001:400)

٢- **الزاملي (٢٠١٥):** بانها مستوى معين من الصحة النفسية يجعل صاحبها متفاهم مع نفسه ومع البيئة المحيطة به سواء أكانت نفسية ، أو اجتماعية مما يحقق للمرء الحد الأمثل للاستقرار النفسي والرضا والتصالح مع النفس والمجتمع. (الزاملي، ٢٠١٥: ٣)

وعرفها الباحث نظرياً : قدرة الأفراد على معرفة وادراك وفهم ذاته مع شعوره بالأمن والطمأنينة وقدرته على تحقيق اهدافه، والتكيف مع البيئة، ومواجهة مشاكله بإيجابية ومرونة، وتحديد نقاط قوته وتنميته، وتشخيص نقاط ضعفه ومحاولة علاجه، فضلا عن فهم الآخرين من المحيطين به، ومحاولة تحقيق التوازن بين متطلباته ومتطلبات المجتمع في محاولة منه للوصول الى استقرار داخلي ثابت نسبياً.

عرفها الباحث اجرائياً: فهو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس اللياقة النفسية المعد لأغراض هذا البحث.

ثانياً: التوجه نحو الهدف: عرفه كل من:

١- (Ames, 1992): انماط دافعية متباينة الخصائص تستدعى بواسطة مهام بيئية أو تعليمية مختلفة وتنشط عندما يتبنى الفرد هدفا معينا قصير أو طويل المدى. (Ames, 1992:226)

٢- التخاينة (٢٠٠٩): نظام من تمثيلات عقلية للاعتقادات أو التصورات والادراكات والتفسير والرغبات والاهتمامات والغايات التي تعمل على تحريك السلوك الإنجازي وتنشيطه واختيار نوعه وتحديد صبغته ومستوى شدته واستمراره الى حين تحقيق الهدف. (التخاينة، ٢٠٠٩:٥)

عرفها الباحث نظرياً: قدرة الفرد على توجيه انتباهه ومدركاته إلى الهدف الذي ينشده مما يؤدي الى تحريك طاقته ويزيد من المثابرة وان تحديد الأهداف تلعب دورا كبيرا في حفز السلوك نحو الإنجاز.

يعرفها الباحث اجرائياً: بانه المهمات التي يسعى الأفراد الى إنجازها وتقاس بالدرجة التي يعبر عنها من خلال الاستجابة عن فقرات المقياس المعد.

- **الدراسات السابقة:**

دراسات تناولت اللياقة النفسية:

١- دراسة Martinez – pons (مارتينز بونس) (١٩٩٧)

((طبيعة العلاقة بين اللياقة النفسية واعراض الاكتئاب والرضا عن الحياة وتوجيه الهدف))

هدفت هذه الرسالة الى التعرف على طبيعة العلاقة بين اللياقة النفسية واعراض الاكتئاب والرضا عن الحياة وتوجيه الهدف ، وقد استخدم الباحثان مقياس سمات ما وراء المزاج من اعداد سالوفي واخرون)) ويقيس ثلاثة ابعاد هي الانتباه الوضوح الانفعالي ، اصلاح الانفعالات وذلك على عينة قوامها ١٤٨ من الآباء والمعلمين والمديرين وطلاب الدراسات العليا ممن يتراوحاعمارهم ١٨-٦٠ سنة وقد اظهرت النتائج وجود ارتباط سالب بين اللياقة النفسية والاكتئاب وارتباط موجب بين الرضا عن الحياة واتقان المهام. (Martinez pons, 1997)

٢- دراسة Kaufman (كوفمان) (٢٠٠٣)

أجرى كوفمان دراسة تهدف الى فحص الاختلافات في القدرات والإمكانات البدنية والنفسية الخاصة وقد تمت بين مجموعتين من الأفراد ومقارنة استجاباتهم بينهما ، وبلغت عينة البحث (١٥) فرد وتم تقسيمهم الى مجموعتين احدهما مرتفعة والأخرى منخفضة في كلا اللياقة النفسية والبدنية عن طريق اداء تمارين بدنية وفق مقاييس نفسية محددة وتسجيل بياناتهم اثناء الاداء l وفق معايير وضعتها الكلية الامريكية وذلك باستخدام المنهج التجريبي ، وتوصلت النتائج الى وجود فروق دالة احصائيا بين المجموعتين وذلك لصالح الأفراد مرتفعي اللياقة النفسية. (٢٨: ٢٠٠٣.kaufman)

دراسات تناولت التوجه نحو الهدف:

١-**دراسة أبو هلال وخليل (٢٠٠٥):** هدفت الدراسة الى اختبار فرضيات حول الدافعية الاكاديمية في اطار توجهات علم النفس الاجتماعي وعلم النفس الشخصية اذ بلغت عينة الدراسة (٤٩٠) طالبا وطالبة من طلبة المدارس الإعدادية و (٣٤٠) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة وتم الاعتماد على مقياس اليوت وتشيرتش (١٩٩٧) والمكون من (٨) فقرات

موزعة بالتساوي على ثلاثة ابعاد واستخدم الباحث تحليل مسار عن طريق المعادلات البنائية ومربع كأي كوسائل إحصائية وقد أظهرت النتائج بان الأهداف لا تقتضي بالضرورة إلى الإنجاز والتحصيل وأوضحت الدراسة هناك فرق بين الذكور والاناث بأهداف الاتقان – أداء) ولصالح الذكور. (أبو هلال وخليل ، ٢٠٠٥)

٢-**دراسة التخاينة (٢٠٠٩):** هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التوجهات الهدفية والاكتئاب لدى طلبة جامعة مؤتة والتعرف على الاكتئاب بحسب اختلاف الكلية والنوع الاجتماعية وكذلك التعرف على التوجهات الهدفية باختلاف الكلية والنوع الاجتماعي اذ بلغت عينة الدراسة (٧٩٧) طالبا وطالبة تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية العنقودية تم الاعتماد على مقياس اليوت وتشيرتش (١٩٩٧) والمكون من (٢٤) فقرة لقياس التوجهات الهدفية تم استخدام معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة وتحليل التباين الثنائي لأثر الكلية والنوع الاجتماعي على الاكتئاب وتحليل التباين الثنائي المتعدد الأثر الكلية والجنس على التوجهات الهدفية واظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين التوجهات الهدفية والاكتئاب ووجود علاقة سلبية بين اهداف التمكن والاكتئاب وكذلك أظهرت النتائج عدم وجود فرق عند الأفراد تعزى للنوع الاجتماعي والكلية بالنسبة للتوجهات الهدفية. (التخاينة ، ٢٠٠٩)

منهجية البحث واجراءاته:

اولاً- منهجية البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية الملائمة لطبيعة البحث الحالي اذ في هذا الصدد يعرف مبارك المنهج الوصفي بأنه ذلك المنهج الذي يقوم على وصف ظاهرة من الظواهر للوصول إلى اسباب هذه الظاهرة والعوامل التي تتحكم فيها، واستخلاص النتائج لتعميمها ويتم ذلك وفق خطة بحثية معينة من خلال تجميع البيانات وتنظيمها وتحليلها. (عزيز،٢٠٢٣: ١٩١)

ثانياً: مجتمع البحث:

ويتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة المرحلة الإعدادية للدراسة الصباحية وللعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) والبالغ عددهم (٢٧٤٥٠) طالبا وطالبة موزعين على (٧٣) مدرسة اعدادية، وانسجاما مع حدود البحث فقد بلغ عدد الأفراد بواقع (١٣٩٧٦) ذكراً و (١٣٤٧٤) أنثى وحسب كتاب تسهيل مهمة الباحث ذي العدد ١٤٨٩ بتاريخ ٢٠٢٤/١١/١٧.

ثالثاً: اختيار عينات البحث:

تم اعتماد الأسلوب العشوائي الطبقي في اختيار عينات البحث الأساسية، إذ تكونت عينة البحث من (٤٠٠) طالباَ وطالبة من المرحلة الاعدادية للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥).

رابعاً: أداتا البحث:

أ. مقياس اللياقة النفسية:

اتبع الباحث مجموعة من الخطوات في اعداد فقرات المقياس وصياغتها على النحو الآتي: -

١- في ضوء التعريف الاجرائي لمفهوم اللياقة النفسية ومن خلال اطلاع الباحث على مجموعة من الأدبيات والنظريات والدراسات السابقة ذات العلاقة بالبحث الحالي قام الباحث بأعداد (٤) مجالات وهي (الثقة بالنفس، ادارة الانفعال، الاندماج بالمتجمع، كفاءة مواجهة الضغوط) علما أن بدائل المقياس خماسية (دائما، غالبا، احيانا، نادرا، قليلا) وبالأوزان (١,٢,٣,٤,٥) للفقرات الإيجابية (٥,٤,٣,٢,١) للفقرات السلبية.

٢- قام الباحث بصياغة عدد من الفقرات الخاصة بكل مجال من مجالات اللياقة النفسية وذلك على وفق الأهمية النسبية له إذ أصبح عدد فقرات المقياس بصورته الأولية مكوناً من (٤٨) فقرة.

- استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس:

١- صدق المقياس

للتحقق من الصدق الظاهري عرضت فقرات المقياس بصورته الأولية والبالغة (٤٨) فقرة على مجموعة من الخبراء ملحق رقم (١) لبيان مدى صلاحية كل فقرة من الفقرات لقياس اللياقة النفسية الذي وضعت لقياسه وبيان ما اذا كانت تحتاج إلى تعديل وما هو التعديل الملائم، وقد اعتمد الباحث على نسبة اتفاق (٨٠%) فاكثر لقبول الفقرات، ويرى بلوم أن نسبة اتفاق المحكمين عندما تصل درجتها إلى (٧٥%) فأكثر تعد نسبة معقولة يمكن أن تشعر الباحث بالاطمئنان إلى صدق الأداة ظاهريا وصلاحيتها للتطبيق (بلوم وآخرون ، ١٩٨٣ : ١٢٧) وقد تم قبول جميع الفقرات.

٢- وضوح تعليمات المقياس

قام الباحث باختيار عينة مكونة من (٢٠) طالباً وطالبة من اعدادية الشهاب للبنين بطريقة عشوائية لتكون عينة استطلاعية لأداة البحث وذلك لمعرفة الوقت المستغرق للإجابة عن أداة بحث وكذلك تحديد الفقرات الغامضة أن وجدت وقد استغرق وقت الإجابة عن المقياس بين (٣٠-٤٢) دقيقة وبمتوسط (٣٦) دقيقة.

٣- التحليل الاحصائي للفقرات:

أولا: القوة التميزية لفقرات مقياس اللياقة النفسية.

أ- إيجاد القوة التمييزية للفقرات

إذ قام الباحة بإيجاد القوة التمييزية للفقرات عن طريق اسلوبي المجموعات المتطرفة وعلاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي.

١- أسلوب المجموعتين المتطرفتين:

من أجل الحصول على البيانات التي يتم من خلالها تحليل الفقرات المعروفة قوتها التمييزية بهدف وضع المقياس بشكله النهائي قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة تكونت من (٢٥٠) طالب وطالبة من غير عينة الدراسة الاصلية، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وبواقع (١٢٧) طالب و (١٢٣) طالبة وبعد جمع الاستمارات من الأفراد وتصحيحها للحصول على الدرجة الكلية لكل فرد من أفراد العينة تم ترتيب الاستمارات تنازليا من أعلى درجة الى أدنى درجة وتم اخذ (٢٧%) من الاستمارات التي تمثل الدرجات العليا و (٢٧%) من الاستمارات التي تمثل الدرجات الدنيا الخاضعة للتحليل الاحصائي والبالغة (٢٥٠) استمارة وبذلك ضمت كل مجموعة (٦٨) استمارة، ومن ثم قام الباحث بتطبيق الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين المعرفة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة وكانت القيمة التائية المحسوبة هي المؤشر التمييز للفقرات من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية التي تبلغ (١,٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٣٤) وقد تبين من خلال النتائج أن جميع الفقرات مقبولة وذات تمييز جيد.

ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

قام الباحث بإيجاد علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية لعينة التمييز والبالغة (٢٥٠) طالب وطالبة باستخدام معامل ارتباط بيرسون وظهرت أن جميع معاملات اختبار (ت) لمعامل الارتباط دالة معنوياً عند مستوى (٠,٥) ودرجة حرية

(٢٤٨) إذ تتراوح معاملات اختبار (ت) لمعامل الارتباط بين (١١,٦٥٨- ٢,١٦٢) أي أن القيمة المحسوبة لاختبار (ت) لمعامل الارتباط أكبر من قيمة معامل (ت) لمعامل الارتباط الجدولية البالغة (١,٩٦٠).

٤- صدق البناء

وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال المؤشرات الآتية: -

أ. القوة التمييزية لفقرات مقياس اللياقة النفسية.

ب. معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من الفقرات والدرجة الكلية للمقياس أي من خلال الاتساق الداخلي للمقياس.

٥- ثبات المقياس : طريقة الفا كرو نباخ (Cronbach)

وهي من الطرائق التي قدمها كرو نباخ إذ تقوم فكرة هذه الطريقة التي تمتاز بتناسقها وإمكانية الوثوق بنتائجها لتقدير ثبات الاتساق الداخلي للمقياس عندما لا يتم التصحيح بشكل ثنائي (النبهان،٢٠٠٤: ٢٤٨)، وبموجب هذه الطريقة تم سحب عينة البناء بالكامل والبالغة (٢٥٠) طالب وطالبة، وتطبيق معادلة الفا كرو نباخ إذ بلغت قيمة الثبات باستعمال طريقة الفا كرو نباخ (٠,٨٩٢) درجة وتعد هذه القيمة عالية ومؤشراً جيداً للثبات.

وصف مقياس أساليب اللياقة النفسية بصورته النهائية

بعد التحقق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات واستخراج الصدق والثبات للمقياس أصبح اختبار اللياقة النفسية بصيغته النهائية مكون من (٤٨) فقرة ويقابل كل فقرة خمسة بدائل وكانت أعلى درجة هي (٥) وأدنى درجة (١)، والوسطى الفرضي (١٤٤) درجة وبذلك أصبح الاختبار جاهز للتطبيق على عينة البحث.

ثانياً: مقياس التوجه نحو الهدف:

١- **الصدق الظاهري:**

لأجل التأكد من الصدق الظاهري للمقياس تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء المحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية والإدارة التربوية ملحق (١) و البالغة عدد فقراته (٣٤) فقرة ، وبعد الاطلاع على آرائهم وملاحظاتهم جميع الفقرات على نسبة اتفاق اعلى من (٧٥%) فأكثر، اذ أشار بلوم إلى انه عندما يتفق الخبراء بنسبة مقبول ويفضل ان تكون هذه النسبة (٧٥%) وأكثر يكون المقياس صادقا (السماك،٢٠٠٦ :٤٩)، وان جميع الفقرات حصلت على نسبة اتفاق اكثر من (٧٥%) .

٢- **القوة التميزية لمقياس التوجه نحو الهدف:**

لغرض حساب القوة التمييزية تم سحب عينة عشوائية مكونة من (٢٠٠) طالباً وطالبة طبق عليهم مقياس التوجه نحو الهدف وبعد جمع البيانات وتصحيحها، وجمع الدرجة الكلية لكل طالب وطالبة، تم ترتيب الدرجات من أعلى درجة الى أقل درجة وتم تحديد نسبة (٢٧%) من الدرجات العليا والتي كان عدد أفرادها (٥٤)، طالباً وطالبة و(٢٧%) من الدرجات الدنيا بواقع (٥٤) طالب وطالبة على اعتبار ان معامل التمييز يكون أكثر استقرارا في حالة اعتماد هذه النسبة إذا كانت عينة البناء أكبر من (١٠٠) فرد (النبهان ،١٩٦:٢٠٠٤). وبعد تحديد المجموعتين تم حساب القوة التمييزية باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وباستعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية تم التحقق من دلالة الفروق بين المجموعتين (العليا والدنيا) واتضح ان قيمة (ت) المحسوبة اقل من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (١,٩٨٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٠٦) إذ تم اعتماد جميع الفقرات (٣٤).

٣- صدق (الاتساق الداخلي) لمقياس التوجه نحو الهدف:

استخدم الباحث المحك الداخلي المتمثل بالدرجة الكلية للمقياس لاستخراج صدق البناء (العاملي) ولتحقيق ذلك تم توزيع الاستبيان بعد عرضه على السادة الخبراء على عينة البناء وعددها (٢٠٠) استمارة ، فقد احتسبت قيم معامل الارتباط بين درجة الفقرة مع الدرجة الكلية باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) ولغرض التعرف على دلالة قيم معامل الارتباط تبين أن الباحث استخدم اختبار(ت) لمعامل الارتباط وتبين ان قيمة (ت) لمعامل الارتباط البسيط المحسوبة أكبر من قيم (ت) الجدولية البالغة (١,٩٧٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) وقد تبين ان جميع الفقرات دالة احصائياً لأن قيمة (ت) المحسوبة لها اكبر من قيمة (ت) الجدولية.

٤- ثبات المقياس:

لغرض استخراج معامل الثبات لمقياس سمات الشخصية اعتمد الباحث طريقة التجزئة النصفية.

ولغرض الحصول على ثبات المقياس استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية بأسلوب الفقرات (الفردية والزوجية) شملت (٤٠) إستمارة إستبيان (عينة الثبات) ، ثم قسمت إلى نصفين النصف الأول يمثل الفقرات التسلسلات الفردية ، والنصف الثاني يمثل الفقرات التسلسلات الزوجية ، واستخدم معامل الإرتباط البسيط (بيرسون) بين درجات نصفي المقياس فظهرت قيمة (ر) المحتسبة تساوي (٠,٧٦٢) ، ولكي نحصل على تقدير غير متحيز لإثبات الإختبار بكاملة تم إستخدام معادلة (سبيرمان ـ براون) إذ بلغت قيمة معامل الثبات الكلي (٠,٨٦٤) وهو دال احصائياً مما يدل على ثبات المقياس.

٥- وصف مقياس التوجه نحو الهدف بصيغته النهائية

تكون المقياس بصيغته النهائية من (٣٤) فقرة علما ان بدائل المقياس ثلاثية وهي (غالباً، احياناً، نادراً) وبالأوزان (١،٢،٣) للفقرات الايجابية (٣،٢،١) وبذلك تراوحت الدرجة لمقياس التوجه نحو الهدف من (٣٤- ١٠٢) وبمتوسط فرضي (٦٨) والملحق (٧) يبين المقياس بصيغته النهائية، وبذلك اصبحت الاداة جاهزة للتطبيق على افراد عينة البحث الاساسية.

تعليمات الاجابة عن الاداتين:

وضع الباحث تعليمات الإجابة عن فقرات المقياس التي تتضمن اختيار بديل واحد من البدائل وذلك بوضع علامة (√) امام البديل المناسب، والتأكيد على عدم وجود إجابة صحيحة أو خاطئة وأن الاجابة الصحيحة هي التي تناسب المفحوص نفسه، فضلا عن التأكيد على عدم كتابة الاسم وأن الاجابات تستخدم لغرض البحث العلمي مع الحفاظ على سريتها.

خامساً: التطبيق النهائي لأدوات البحث:

بعد أن تأكد الباحث من صدق وثبات وتمييز فقرات أداتي الدراسة (اللياقة النفسية وعلاقته بالتوجه نحو الهدف) وتحقيقاً لأهداف الدراسة طبق المقياسان بصيغتهما النهائية على عينة البحث الأساسية البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة، وذلك من خلال إعطاء المستجيب اداتي البحث دفعة واحدة وتوضيح التعليمات الخاصة بطريقة الإجابة عنها مع التأكيد على ضرورة الإجابة عن كل فقرة بما يتناسب مع المستجيب فضلا عن صدق الإجابة وسريتها وانها ستستعمل لأغراض البحث العلمي فقط وقد امتدت مدة التطبيق النهائي من (٢٠٢٤/١٢/٨) إلى (٢٠٢٤/١٢/١٢).

سادساً- الوسائل الإحصائية: تم معالجة البيانات إحصائياً بالاعتماد على الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss.v25).(الاختبار التائي (T- test) لعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون، النسبة المئوية، معادلة الفا- كرونباخ ، الاختبار التائي لعينة واحدة)

عرض النتائج ومناقشتها:

فيما بآتي عرض ومناقشة النتائج التي توصلنا اليها كما هو موضح أدناه:

١- عرض ومناقشة الهدف الأول: التعرف على مستوى اللياقة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

لغرض التعرف على المستوى العام للياقة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وبعد تطبيق المقياس بصيغه النهائية على عينة البحث الأساسية والبالغ عددها (٤٠٠) طالب وطالبة، وبعد تحليل استجابات الطلبة، فقد تبين ان المتوسط الحسابي المحقق قد بلغ (١٥٩,٧٠٨٠) بانحراف معياري (٢٣,٢٩٣) وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (١٤٤) باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة One sample T-test، والجدول (١) يوضح ذلك.

الجدول (١)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس مستوى اللياقة النفسية لعينة البحث الاساسية

العدد	الوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة الاحصائية
				المحسوبة	الجدولية	
٤٠٠	١٥٩,٧٠٨٠	١٤٤	٢٣,٢٩٣	٧,٢٢٨	١,٩٦٦ (٠,٠٥) (٣٩٩)	يوجد فرق دال

من خلال الجدول (١) أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة (٧,٢٢٨) أكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩)، وهذا يعني وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي المحقق.

ويرى الباحث أن امتلاك طلبة المرحلة الاعدادية مستوى مرتفع من اللياقة النفسية قد يعزى إلى أن البيئة التربوية المحفزة والثقافة التربوية الداعمة تشجع على تطوير القدرات النفسية والعقلية للطلاب، مما يسهم في تحقيق مستوى مرتفع من اللياقة النفسية، وقد يكون لدى طلاب المرحلة الاعدادية مهارات فعّالة للتعامل مع التحديات اليومية وحل المشاكل، مما يساعدهم على التكيف والتغلب على الصعوبات بشكل فعّال ، و أشار (راتب ،٢٠٠٤) إلى أن اللياقة النفسية حالة من الحالات النفسية تجعل الأفراد يتميزون باللياقة النفسية ولديهم توازن في انفعالاتهم ويعرفون كيف يعبرون عنها بشكل مناسب كما أن لديهم القدرة على إظهار الاحترام والعاطفة نحو الآخرين كما أنهم تعلموا التوافق والمواجهة الناجحة للضغوط والمشكلات الشخصية ويشعرون بالمقدرة على العيش مع تغيير انفعالاتهم كما يتسمون أيضاً بعلاقتهم الطيبة والشعور بالرضا والتفاعل الجيد مع الآخرين. (راتب ،٢٠٠٤: ٥٠)

للياقة النفسية دور في تشكيل الشخصية التربوية، وتسهم بدرجة كبيرة في الارتقاء بمستوى قدرات الفرد واستعداداته، وقد أثبتت البحوث أن الأشخاص الذين يفتقرون إلى الكفاءة النفسية يظهرون بمستوى أقل من مستوى قدراتهم الحقيقية، فالفرد مهما بلغت قدراته ومستوياته لا يستطيع تحقيق أهدافه.

٢- عرض ومناقشة الهدف الثاني: التعرف على الفروق في مستوى اللياقة النفسية وفق متغيرات الجنس (ذكور، اناث)، الفرع (علمي – إنساني) والمرحلة الدراسية (الرباع، الخامس).

الفروق في مستوى اللياقة النفسية تبعاً لمتغيرات:

أ- متغير الجنس (ذكور، إناث):

للتعرف على الفروق في مستوى اللياقة النفسية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث). استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، فقد بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الذكور (١٦٠,١٣٥) بانحراف معياري (٢٢,٤٦١)، أما المتوسط الحسابي لدرجات الإناث فقد بلغ (١٥٩,٢٧٧) بانحراف معياري (٢٤,١١٧)، والجدول (٢) يوضح ذلك.

الجدول (٢)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق في مستوى اللياقة النفسية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور،إناث).

الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية
الذكور	٢٠٠	١٦٠,١٣٥	٢٢,٤٦١	٠,٦٨٥	١,٩٦٦ (٠,٠٥)(٣٩٨)	غير دال
الاناث	٢٠٠	١٥٩,٢٧٧	٢٤,١١٧			

من خلال الجدول (٢) أظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة (٠,٦٨٥) اصغر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦٦) عند مستوى (٠,٠٥) درجة حرية (٣٩٨)، مما يدل على عدم وجود فرق ذي دلالة احصائية بين المتوسطين الحسابيين بين طلبة الجنسين (ذكور، إناث).

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الأفراد من الجنسين ذكور وإناث قد يمرون بنفس الظروف ونفس الضغوط والصعوبات، فكلاهما يعمل جاهدا لتخطي هذه العقبات ومقاومة الضغوط وحل المشكلات التربوية التي يتعرضون لها لا فرق في ذلك بين الذكر والأنثى فأهدافهم متشابهة، وأيضا هناك تشابه في تلقيهم للدعم الاجتماعي من الأسرة والزملاء والمدرسين.

ب- متغير الفرع (علمي، ادبي).

للتعرف على الفروق في مستوى اللياقة النفسية وفقاً لمتغير الفرع (علمي، ادبي). استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، فقد بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الفرع العلمي (١٥٥,٢٤٥) بانحراف معياري (١٤,٠٤٧)، أما المتوسط الحسابي لدرجات الفرع الادبي فقد بلغ (١٦٤,١٦٧) بانحراف معياري (١٦,٤٧٨)، والجدول (٢) يوضح ذلك.

الجدول (٢)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق في مستوى اللياقة النفسية وفقاً لمتغير الفرع (علمي، ادبي)

الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة الاحصائية
علمي	٢٠٠	١٥٥,٢٤٥	١٤,٠٤٧	٨,٠٠٤	١,٩٦٦ (٠,٠٥)(٣٩٨)	دال
ادبي	٢٠٠	١٦٤,١٦٧	١٦,٤٧٨			

من خلال الجدول (٢) أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة (٨,٠٠٤) أكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦٦) عند مستوى (٠,٠٥) درجة حرية (٧٩٨)، مما يدل على وجود فرق ذي دلالة احصائية بين المتوسطين الحسابيين بين طلبة الفرع (علمي، ادبي) ولصالح الفرع الادبي.

وقد يعزو الباحث السبب إلى أن طلبة الفرع الادبي لديهم تفاعل اجتماعي أكبر، حيث يشمل التعامل مع الناس وتبادل الأفكار والمناقشات الفكرية ، هذا التفاعل الاجتماعي يمكن أن يعزز الشعور بالانتماء والتواصل الاجتماعي، مما يؤدي في النهاية إلى الراحة النفسية واللياقة النفسية الأفضل ، وفي بعض الأحيان، قد تتطلب الفرع العلمي استخدام تكنولوجيا

متقدمة وبرمجيات معقدة، مما قد يزيد من مستويات الإجهاد والتحديات التقنية، وهذا يمكن أن يؤثر سلباً على اللياقة النفسية ، وقد يواجه طلاب الفرع العلمي تحديات في الحصول على الاعتراف والتقدير بجهودهم، خاصة إذا كانت النتائج غير واضحة أو تتطلب وقتًا طويلاً للتحقق منها، مما قد يؤثر على لياقتهم النفسية ، فضلا عن ذلك قد تمنح الفرع الادبي الطلاب الفرصة للمشاركة في العمل الإبداعي والإنجازات الشخصية، سواء كان ذلك من خلال كتابة مقالات أدبية أو القيام بأبحاث في مجالات العلوم الاجتماعية. وهذا الشعور بالإنجاز والمساهمة يمكن أن يرفع من مستوى الثقة بالنفس والراحة النفسية واللياقة النفسية.

ج – المرحلة الدراسية (الرابع – الخامس)

للتعرف على الفروق في مستوى اللياقة النفسية وفقاً لمتغير المرحلة الدراسية (الرابع – الخامس) استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، فقد بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الصف الرابع (١٥٦,٩٣٥) بانحراف معياري (٢٢,٩٥٠)، أما المتوسط الحسابي لدرجات الصف الخامس فقد بلغ (١٦٢,٤٤١) بانحراف معياري (٢٣,٧١١)، والجدول (٣) يوضح ذلك.

الجدول (٣)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق في مستوى اللياقة وفقاً المرحلة الدراسية (الرابع –الخامس)

المرحلة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية
الرابع	٢٠٠	١٥٦,٩٣٥	٢٢,٩٥٠	٣,٧٥٥	١,٩٦٦ (٠,٠٥)(٣٩٨)	دال
الخامس	٢٠٠	١٦٢,٤٤١	٢٣,٧١١			

من خلال الجدول (٣) أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة (٣,٧٥٥) أكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦٦) عند مستوى (٠,٠٥) درجة حرية (٣٩٨)، مما يدل على وجود فرق ذي دلالة احصائية بين المتوسطين الحسابيين وفق متغير المرحلة الدراسية ولصالح الصف الخامس.

ويمكن أن يعزو الباحث سبب معنوية الفروق لصالح طلبة الصف الخامس إلى التطور الشخصي والنمو العقلي، فمن الممكن أن يكون لدى الأفراد في الصف الخامس تجارب أكثر وأعمق في الحياة ، وقد يكونون قد تعلموا كيفية التعامل مع التحديات التربوية والاجتماعية بشكل أفضل مما كانوا عليه في الصف الرابع، هذا التطور الشخصي يمكن أن يسهم في زيادة مستوى الثقة بالنفس واللياقة النفسية ، فقد يواجه الطلاب في الصف الرابع تحديات كبيرة في التكيف مع متطلبات الدراسة الاعدادية، بما في ذلك زيادة الضغوط والتحديات الجديدة للتكيف مع الحياة ، قد يكونون قد اكتسبوا المزيد من المهارات والاستراتيجيات للتعامل مع هذه الضغوط.

ثالثاً: التعرف على مستوى التوجه نحو الهدف لدى طلبة جامعه الموصل بشكل عام وفقاً لمجالاته

لغرض التعرف على مستوى التوجه نحو الهدف لدى طلبة المرحلة الاعدادية وبعد تطبيق المقياس بصيغه النهائية على عينة التطبيق للدراسة البالغ عددها (٤٠٠) طالباً وطالبة من عينة البحث وبعد تحليل استجابات الأفراد في ضوء بدائل الإجابة تبين ان المتوسط الحسابي يساوي (٧٧,٢٦٨) بانحراف معياري (٩,٢٢٤) درجة، وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (٦٨) درجة باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة one sample t–test اتضح ان القيمة التائية المحسوبة (٩,٢٢٤) اكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩)،

وهذا يعني وجود فرق دال احصائيا بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي وبلغ مستوى طلبة المرحلة الاعدادية في متغير التوجه نحو الهدف بمستوى (مرتفع) والجدول (٥) يبين ذلك .

الجدول (٥)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس مستوى التوجه نحو الهدف للعينة الكلية

التوجه نحو الهدف	العدد	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي	المتوسط الافتراضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
الدرجة الكلية	٤٠٠	٣٤	٧٧,٢٦٨	٦٨	٩,٢٢٤	١٢,٢١٤	١,٩٦٦ (٠,٠٥) (٣٩٩)	دال

من خلال الجدول (٥) يتبين أن طلاب المرحلة الإعدادية يتسمون بتوجه قوي نحو تحقيق أهدافهم، ويتمتعون بمستوى عالٍ من التفاني في تحقيق أهدافهم التعليمية. يمكن تفسير هذا السلوك بأن الطلاب يسعون جاهدين لتحقيق التميز والإتقان من خلال تطوير مهاراتهم وقدراتهم. يظهر أن هدف الطلاب الرئيسي هو السعي نحو التميز الأكاديمي وتحسين معدلاتهم التعليمية، ويمكن أن يرتبط هذا التوجه القوي برغبة الطلاب في الاستفادة القصوى من إمكانياتهم قبل بدء أي مهمة دراسية. كما يظهر أن الطلاب يشعرون بالحاجة إلى اتقان المواضيع وتطوير مهاراتهم، وهو ما يعكس اهتمامهم بالتحصيل العلمي والإتقان، تعكس اتجاهات الطلاب نحو المعرفة والتحصيل العلمي تأثيرات البيئة المحيطة بهم، وتعكس رغبتهم في تحقيق النجاح والتفوق في مجال الدراسة. يمكن أيضاً أن يعزى ذلك إلى التشجيع الذي يتلقونه من الأسرة والمدرسة والمجتمع، حيث يُشجع على تحقيق أهداف الأداء ويُحفز على الابتعاد عن الركود.

ويبرز أيضاً دور البيئة الأسرية في تعزيز هذا السلوك الإيجابي، حيث يتجلى تأثير طموح الآباء وتشجيعهم على تحقيق الأهداف التربوية. يُظهر الطلاب تفانيًا كبيرًا في الحصول على تقدير إيجابي من قبل المجتمع، ويُظهر فهمهم لأهمية التعلم في حياتهم اليومية، حيث يعتبرون الدراسة العلمية أساسية لتحقيق النجاح والرضا الذاتي، ويؤكدون على أهمية العمل الجاد من أجل تحقيق الأهداف المستقبلية.

رابعاً: التعرف على الفروق في التوجه نحو الهدف وفقاً لمتغيرات:

أ: نوع الجنس (ذكور – اناث)

ب: المرحلة الدراسية (الرابع– الخامس)

ج: الفرع (علمي– ادبي):

للتعرف على الفروق في التوجه نحو الهدف وفقاً لمتغير(الجنس) استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين. والجدول (٦) يبين ذلك.

جدول (٦) يبين المتوسط الحسابي والقيمة التائية لعينة البحث حسب الجنس(ذكور–اناث)

التوجه نحو الهدف	الجنس	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية
الكلي	الذكور	٢٠٠	٧٧,٣٤٨	٩,٢٢٨	٠,٢٤٧	١,٩٦٦ (٠,٠٥) (٣٩٨)	غير دال احصائياً
	الاناث	٢٠٠	٧٧,١٨٨	٩,٣٧٨			

يتبين من الجدول (٦) انه لا يوجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في لان قيمة (ت) المحسوبة بلغت (٠,٢٤٧) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة(١,٩٦٦) عند درجة حرية (٣٩٨) ونسبة خطأ (٠,٠٥) ، وتعكس هذه النتيجة طبيعة المرحلة الدراسية التي بلغها الافرادذكوراً وإناثاً إذ أن اهتماماتهم وتطلعاتهم للنواحي العلمية والفكرية قد تتقارب إلى حد كبير وبخاصة وهم في المراحل الدراسية الأخيرة من حياتهم الثانوية، كما يمكن تفسير هذه النتيجة بأن توجهات تحقيق الأهداف والتوجه نحوها غير مختصه بنوع جنس معين سواء كان من الذكور أم الإناث حيث وأن تبني هذه الأهداف متاحة لكلا الجنسين ويشترك بها الجميع وهي نتيجة متوقعة وطبيعية تعود للتقارب الكبير بين طلبة في النضج العقلي والانفعالي والمستوى العلمي مما جعلهم متقاربون الى حد كبير في التوجه نحو تحقيق الأهداف.

ب: المرحلة الدراسية (الرابع – الخامس)

للتعرف على الفروق في التوجه نحو الهدف السائدة على وفق متغير المرحلة الدراسية (الرابع– الخامس) استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين. والجدول (٧) يبين ذلك.

جدول (٧) يبين المتوسط الحسابي والقيمة التائية لعينة البحث حسب المرحلة الدراسية (الرابع –الخامس)

ت	الجنس	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية
التوجه نحو الهدف	الرابع	٢٠٠	٧٧,٠٤٩	٨,٩٧٥	٠,٨٧٢	١,٩٦٦ (٠,٠٥) (٣٩٨)	غير دال احصائياً
	الخامس	٢٠٠	٧٧,٤٨٧	٩,٢٧٨			

يتبين من الجدول (٧) انه لا يوجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الصف الرابع والخامس في متغير التوجه نحو الهدف لان قيمة (ت) المحسوبة بلغت (٠,٨٧٢) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦٦) عند درجة حرية (٣٩٨) ونسبة خطأ (٠,٠٥)

ويعزو الباحث السبب الى انه إذا كانت الظروف الدراسية في المرحلتين متشابهة بشكل كبير، مثل البرامج التعليمية والأساليب التدريسية والبنية الإدارية، فقد يكون هناك استمرارية في تأثير هذه العوامل على مستوى التوجه نحو الهدف ، كما انه إذا استمرت التأثيرات الاجتماعية والأسرية على الطلاب بشكل مماثل خلال المرحلتين، فإن هذا قد يسهم في استمرار تجاربهم وتوجيهاتهم نحو الهدف ، إضافة الى ذلك قد يكون لدى الطلاب تجارب شخصية مماثلة في المرحلتين الرابعة والخامسة، مما يؤدي إلى استمرار التوجه الشخصي نحو الهدف ، وإذا كان النظام التعليمي يشجع على التوجه نحو الأهداف ويوفر بيئة تعلم مناسبة في المرحلتين، فإن هذا قد يحد من الفروق في مستوى التوجه ، وقد يكون لدى الطلاب تطورات عقلية واجتماعية مماثلة خلال المرحلتين، مما يؤدي إلى استمرار الاتجاه نحو تحقيق الأهداف.

ج: الفرع (علمي– أدبي):

جدول (٨) يبين المتوسط الحسابي والقيمة التائية لعينة البحث حسب الفرع (علمي– انساني)

التوجه نحو الهدف	الجنس	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية
	العلمي	٢٠٠	٧٩,٤٩٧	٩,٨٨٥	٤,٢٢٨	١,٩٦٦ (٠,٠٥) (٣٩٨)	دال احصائياً لصالح العلمي
	الادبي	٢٠٠	٧٥,٠٣٩	٨,٧٥٢			

يتبين من الجدول (٨) انه يوجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين (علمي– ادبي) في متغير التوجه نحو الهدف لان قيمة (ت) المحسوبة بلغت (٤,٢٢٨) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦٠) عند درجة حرية (٣٩٨) ونسبة خطأ (٠,٠٥)، إذ يتبين ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الهدف وفقاً لمتغير الفرع (علمي – ادبي). ولصالح الفرع العلمي، ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى طبيعة الفرع العلمي الذي يجعل الأفراد في بيئة تدفعه وتمنحه القدرة على تبني وتنمية توجهات أهداف الإتقان وذلك لأن الفرع العلمي دراستهم مبنية على حقائق علمية غير قابلة للخطأ وللإجابات المتعددة في حين الفرع الادبي تحتمل أكثر من رأي في أحيان كثيرة ، وقد يعود ذلك الى طبيعة الدراسة العلمية الذي يمتاز بها ذوو الفرع العلمي والتي تعتمد على الانتباه، والتركيز العالي ولا تعتمد على الحفظ والتذكر قياساً مع ذوي الفرع الأدبي، كما و يرى الباحث أن الفرع العلمي الذي يحتاج إلى قدر كبير من الفهم والتفكير وقليل من الحفظ وأنها تشغل الطالب بالمذاكرة والتحدي الشخصي، لذلك تبنوا تحقيق الهدف بمستوى أكبر من الفرع الادبي وذلك من أجل الرضا نفوسهم والطمأنينة وشعورهم بالتكيف بالدراسة العلمية وبالتالي تفوقوا على أقرأنهم من طلبة الفرع الادبي في مستوى الأداء.

خامساً: التعرف على علاقة ارتباط اللياقة النفسية مع التوجه نحو الهدف لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

ولتحقيق هدف البحث الحالي تم اعتماد معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة الارتباطية بين متوسطي التجول العقلي والتوجه نحو الهدف و، الجدول (٩) يبين ذلك.

جدول (٩)

العلاقة بين اللياقة النفسية والتوجه نحو الهدف بشكل عام

العدد	معامل الارتباط	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند (٠,٠٥)
		المحسوبة	الجدولية	
٤٠٠	٠,٥٤٧ –	١٣,٠٣٦	١,٩٦٦	توجد علاقة دالة عكسية

يتبين من الجدول (٩) ان قيمة ت المحتسبة لمعامل ارتباط بيرسون بلغت (١٣,٠٣٦) وقيمة ت الجدولية (١,٩٦٦) وبدرجة حرية (٣٩٨) عند مستوى (٠،٠٥)، وهذا يعني انه توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائياً بين التجول العقلي والتوجه نحو الهدف لان قيم ت لمعامل الارتباط المحتسبة أكبر من قيم ت الجدولية عند نسبة خطأ (٠,٠٥). **أي كلما ارتفعت قيمة مستوى اللياقة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية انخفض مستوى التوجه نحو الهدف والعكس صحيح.**

ويرى الباحث ان اللياقة النفسية يشكل أحد المعيقات التي تقف أمام تعلُّم الطلبة، فهو يؤثر بشكل سلبي ومباشر على نواتج التعلم المحتمل حصولها لأنه يعطل نجاح الأفراد في أداء المهمات والأنشطة المكلفين بها بالتالي يضعف تحصيل الطالب الدراسي ويمنع حدوث التعلم الفعال بالإضافة إلى تأثيره على مستوى التوجه نحو هدف الطالب في بيئة التعلم،

فعندما يتشتت ذهن الطالب بعيدًا عن المحاضرة فإن ذلك يؤدي إلى ضعف مشاركة واندماج الطالب أكاديميًا أثناء المحاضرة، فكلما زاد التجول العقلي عند الطالب قلل ذلك من مستوى التوجه نحو الهدف بشكل أكبر، والعكس صحيح (الفيل، ٢٠١٨). وهذا ما دفع الباحثين والتربويين إلى تركيز الاهتمام بالتوجه نحو تحقيق الهدف للطلبة أثناء التعلم لأنه يُعتبر مفتاحًا لحل العديد من المشاكل التعليمية. (Fredricks & Mccolskey ٢٠١٢).

الاستنتاجات:

بعد تحليل النتائج التي توصل إليها الباحث ومناقشته استنتج ما يلي:

١- لقد أظهرت نتائج البحث الحالي بأن طلبة المرحلة الاعدادية رغم الضغوطات اليومية وأعباء الدراسة يمتلكون مستوى عال من اللياقة النفسية.

٢- أظهرت النتائج أن طلبة المرحلة الاعدادية يتمتعون بمستوى عال من التوجه نحو الهدف.

٣- إن العلاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائية بين اللياقة النفسية والتوجه نحو الهدف إذ المتغيران يعززان بعضهما وكلما ارتفعت اللياقة النفسية ارتفع التوجه نحو الهدف والعكس صحيح.

التوصيات:

في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها يوصي الباحث بما يأتي:

١- يجب تشجيع الأفراد على تطوير ثقتهم بأنفسهم وقدراتهم، وتذكيرهم بإمكانية تحقيق النجاح في الدراسة وفي الحياة ووضع اهداف تعزيزية من قبل اساتذتهم.

٢- زيادة مستوى الإهتمام والرعاية والدعم لطلبة المرحلة الاعدادية في العملية التعليمية واعطاهم الدور الأكبر في المشاركة والمساهمة وفي مجالات الأنشطة الصفية في الجامعة للحفاظ على ما يتمتعون به من لياقة نفسية وتوجه نحو الهدف والعمل على رفع وتطوير هذا المستوى لان له تأثير كبير على مستوى الطلاب.

٣- تحفيز الأفراد على تطوير مهاراتهم الشخصية والاجتماعية والمهنية وتقديم الدعم لتحسين مستواهم الشخصي.

المقترحات:

في ضوء ما سبق يقدم الباحث جملة من المقترحات أهمها:

١- إجراء دراسة حول علاقة اللياقة النفسية بقلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

٢- إجراء دراسة حول علاقة توجه نحو الهدف بالدافع المعرفي لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

المصادر :

١- ابو زيد، حسن يوسف. (٢٠١٣): **اللياقة النفسية وعلاقتها بالسلوك الابداعي لدى المدربين مدرس بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية بكلية التربية الرياضية للبنين**، جامعة بنها.

٢- أبو هالل ، ماهر محمد و خليل نمر درويش (٢٠٠٥) : البناء العاملي لتوجهات الأهداف وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المدارس وطلبة الجامعة ، دراسة للدافعية في اطار علم النفس الاجتماعي والشخصية ، **مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية** ،م(٣٢)، ع(١)، الأردن.

٣- بدر، بثينة محمد، (٢٠٠٦): اثر التدريب على استراتيجيات ما وراء المعرفة في تنمية اساليب التفكير لدى طالبات قسم الرياضيات في كلية التربية بمكة المكرمة، **مجلة المستقبل التربية العربية**، المركز العربي للتعليم والتنمية، العدد (٤١)، أبريل، المجلد (٤١).

٤- بلوم، بنيامين، وآخرون. (١٩٨٣): **تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني**، ترجمة محمد أمين المفتي ،دار ماكجروهيل للنشر، المركز الدولي للترجمة ،نيويورك .

٥- بني مفرج، احمد يوسف (٢٠٠٩): توجهات اهداف الانجاز لدى طلبة جامعة اليرموك وعلاقتها بكل من الفاعلية الذاتية والتعلم المنظم ذاتيا، **(رسالة ماجستير غير منشورة)**، جامعة اليرموك.

٦- التخاينة ، ميرفت أمين(٢٠٠٩): التوجهات الهدفية وعلاقتها بالاكتئاب لدى طلبة جامعة مؤتة ، **(رسالة ماجستير غير منشورة)** ، الأردن.

٧- خطاب، احمد علي ابراهيم (٢٠٠٧): أثر استخدام استراتيجية ما وراء المعرفة في تدريب الرياضيات على التحصيل وتنمية التفكير الابداعي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، **(رسالة ماجستير غير منشورة)**، ، كلية التربية، جامعة الفيوم.

٨- الداهري، صالح حسن احمد ووهيب مجيد الكبيسي. (٢٠٠١): **علم النفس العام**، ط١، دار الكنزي للنشر والتوزيع، اربد، الأردن.

٩- راتب، أسامة كامل. (٢٠٠٤): **تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي**، ط٢، دار الفكر العربي، القاهرة.

١٠-الزاملي ،علي حسين هاشم . (٢٠١٥): **اللياقة النفسية كمؤشر لقبول الافرادالمتقدمين لكمية التربية الرياضية** . جامعة القادسية.

١١-زايد ، نبيل محمد (٢٠٠٣) : **الدافعية والتعلم** ، ط ١ ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة، مصر .

١٢-الزغول، رافع (٢٠٠٦): انماط الاهداف عند طلبة جامعة مؤتة وعلاقتها باستراتيجيات الدراسة التي يستخدمونها، **المجلة الاردنية في العلوم التربوية**، العدد٢، ص١١٥- ١٢٧.

١٣-الزغول، عماد عبد الرحيم، (٢٠٠٤): **علم النفس العام: اكتساب المعرفة وحل المشكلات**، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

١٤-الزغول، عماد عبد الرحيم،(٢٠١٢): **مبادئ علم النفس التربوي** ، ط ٢ ، دار الكتاب الجامعي – العين ، دولة الامارات العربية المتحدة .

١٥-السعدني، عبدالرحمن والسيد عودة، ثناء، (٢٠٠٦): **التربية العملية مداخلها واستراتيجيتها**، ط١، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

١٦-السلطي، نادية سميح (٢٠٠٤): **التعلم المستند الى الدماغ**، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن

١٧-السماك، عبد الله (٢٠٠٦)، "**اساسيات القياس والتقويم**"، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

١٨-شابون، شيماء. (٢٠١٥): **للياقة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات العقلية لدى لاعبي الأنشطة الرياضية بكليتي التربية الرياضية**، جامعة الزقازيق.

١٩-الشمري، صادق كاظم جريو (٢٠١٢) توجهات أهداف الاتجار وعلاقتها بالتحكم الذاتي لدى طلبة جامعة بغداد، **(أطروحة دكتوراه غير منشورة)**، كلية التربية / ابن رشد، العراق.

٢٠-الصافي، عبد الله بن طه (٢٠٠١): المناخ المدرسي وعلاقته بدافعية الانجاز ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الاعدادية بمدينة ابها، **مجلة رسالة الخليج العربي**، العدد ٧٩، السنة الثانية والعشرون.

٢١-عبد الوهاب، هدى عبد الحميد. (٢٠١٦): **اساليب التفكير لدى ناشئي بعض الألعاب الجماعية وعلاقتها باللياقة والتوجه نحو التفوق الرياضية**، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

٢٢-عدس، عبد الرحمن ومحي الدين توق (٢٠٠٥): **المدخل الى علم النفس**، ط٦، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان – الاردن.

٢٣-عدس، محمد عبد الرحيم (٢٠٠٠): **المدرسة وتعليم التفكير**، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

٢٤-عزيز، تمار محمد.(٢٠٢٣) :الشفقة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسيه لدى المرشدات التربويات في المدارس الإعدادية. **مجله ابحاث كليه التربية الأساسية**، المجلد ١٩، العدد٣ ،٢٠٢٣، جامعه الموصل.

٢٥-علاوي، محمد حسن. (١٩٩٨): **مدخل في علم النفس الرياضي**، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

٢٦-المساعيد، أصلان صبح (٢٠٠٨): تطوير مقياس لمهارات ما وراء المعرفة، **مجلة جامعة الملك سعود**، م (٢٠)، العلوم التربوية والدراسات الإسلامية، ص٨٥١-٨٨٤.

٢٧-النبهان، موسى. (٢٠٠٤): **اساسيات القياس في العلوم السلوكية**، ط١، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان – الاردن.

٢٨-هريدي، عادل، (٢٠٠٣): الفروق الفردية في الذكاء الوجداني، **دراسات عربية في علم النفس**، المجلد الثاني، العدد الثاني.

٢٩-اليماني، عبدالكريم علي، (٢٠٠٩): استراتيجيات التعلم والتعليم، ط١، زمزم ناشرون وموزعون، عمان، الاردن.

30- Barron , E. & Harackiewicz, J. (2001): Achievement goalsand optimal motivation : Testing multiple models, Journal of personality and social psychology, Vo. 80 , No. 4 .

31- Fredricks, J. A., & McColskey, W. (٢٠١٢). The measurement of student engagement: A comparative analysis of various methods and student self- report instruments. In S. L. Christenson, A. L. Reschly, & C. Wylie (Eds.), Handbook of research on student engagement .

32- Garden s Howand,(1983),The mind science,History of cognitive revolution,Newyork basic book,49

33- Kaufman,G.L(2003):the valldity of ratings of perceived exertion of Acme execise quid lines :an investigation of in dividuals highrs Lawin aerobic fitness "Eugene,oR,kinesidagy pu blications,university of aregon

34- Martin s pons M.,(1997),The relation of emotion intelligence with selected area of personality functioning, imagination cognition &peasonality,p24.

35- Martinez-pons,M.(1997) .the relation of emotional in telligence wih selected areas of personality unctioning.lmagination,Cognition and personali

36- Richard:L.(2001),Daft:organization theory and Decision,7thed south western,College publishing,Vanderbilt universiting,U.S.A

37- Salovey,pMayer j,j(1990),Emotional intelligence imagination cognition and personal ity, journal of intelligence a(20-21).

ملحق(١)

أسماء السادة الخبراء والمختصين

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
١	ا.د. أحمد يونس محمود	الارشاد التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/ موصل
٢	ا.د. ذكرى يوسف الطائي	علم النفس التربوي	كلية التربية الأساسية/ موصل
٣	ا.د. صبيحة ياسر مكطوف	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/ موصل
٤	ا.د. فضيلة عرفات محمد	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/ موصل
٥	ا.د. ندى فتاح زيدان	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/ موصل
٦	ا.د. جاجان جمعة حمود	علم النفس التربوي	جامعة دهوك / كلية التربية الأساسية
٧	ا.د. إيمان محمد شريف	علم النفس التربوي	كلية التربية الأساسية/ موصل
٨	ا.م.د.انور قاسم العزاوي	قياس وتقويم	كلية التربية الأساسية/ موصل
٩	ا.م.د. صابر طه ياسين	علم النفس التربوي	كلية التربية الأساسية/ موصل
١٠	ا.م.د ياسر احمد ميكائيل	علم النفس التربوي	كلية التربية الأساسية/ موصل