قياس مستوى الحيوية الذاتية وعلاقتها بالتفكير الثنائي
لدى طلبة كليات التربية الاساسية

Measuring the Level of Self-Vigor and Its Relationship to Divergent Thinking among Students of Basic Education Colleges

م.د. سيف حامد سرحان

م.م. ورود فالح خضير المعموري

م.م احمد سامر لفته

جامعة بابل كلية التربية الاساسية

Assistant Professor Dr. Saif Hamid Sarhan
Assistant Professor Wurood Falih Khudhair Al-Maamouri
Assistant Professor Ahmed Samer Lafta
University of Babylon, College of Basic Education

مستخلص البحث

استهدف البحث الحالي التعرف الحيوية الذاتية وعلاقتها بالتفكير الثنائي لدى طلبة التربية الخاصة، فقد تبنا الباحثون مقياس (عبد،٢٠٢٢) الذي اعتمد في بنائه على تعريف (Ryan&Frederick،١٩٩٧) لقياس الحيوية الذاتية تألف مقياس البحث من(٣٢) فقرة وكانت بدائل التصحيح هي: (تنطبق علي دائما، تنطبق علي أحيانا، تنطبق علي غالبا، لا تنطبق علي ابدا). ومقياس (حمود،٢٠٢١) الذي اعتمد في بنائه على نموذج(1983) Kramer لقياس التفكير الثنائي الذاتية فقد تألف مقياس البحث من(٣٠) فقرة وكانت بدائل التصحيح هي: (تنطبق علي دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق الى حد ما ، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق علي أبدا). استعمل الباحثون المنهج الوصفي الارتباطي وقد اختارت العينة بالطريقة الطبيعة العشوائية فقد بلغ حجم العينة (٢٥) طالبا وطالبة من كلية التربية الاساسية/ قسم التربية الخاصة/ طلبة الدراسات المسائية، كما استخرج الباحثون الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) للمقياس وتوصل الباحثون الى وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرين كما ولخص الباحثون مجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية : قياس مستوى ، الحيوية الذاتية ، علاقتها بالتفكير الثنائي ، طلبة كليات التربية الاساسية

Abstract

The current study aimed to identify self-vitality and its relationship to dichotomous thinking among special education students. The researchers adopted the Abd (2022) scale, which was based on Ryan & Frederick's (1997) definition of self-vitality. The study consisted of (32) items, and the scoring options were: (always applies to me, sometimes applies to me, often applies to me, never applies to me). The Hamoud (2021) scale, which was based on Kramer's (1983) model for measuring self-vitality, consisted of (30) items, and the scoring options were: (always applies to me, often applies to me, somewhat applies to me, rarely applies to me, never applies to me). The researchers used the descriptive correlational approach and selected the sample using a natural random method. The sample size reached (25) male and female students from the College of Basic Education/Department of Special Education/Evening Studies students. The researchers also extracted the psychometric properties (validity and reliability) of the scale, and concluded that there was a correlation between the two variables. The researchers summarized a set of recommendations and proposals.

Keywords: Measuring the level of self-esteem, its relationship to binary thinking, students in colleges of basic education

الفصل الاول :

أولا: مشكلة البحث

يواجه طلبة الجامعة اليوم مشكلة أساسية إلا وهي انخفاض الحيوية الذاتية وما تعكسه من آثار سلبية على حياتهم الاجتماعية والمعيشية والصحية وان سبب انخفاض الحيوية الذاتية يرجع الى عدم وضوح المستقبل لهم لما تعانيه من قلق وإحباط وافتقاد الحلم وقيمة المعنى للحياة، أو أنه يشعر باليأس فضلا عن الصراعات الداخلية، والتعرض للصدمات النفسية حيث ان هذا النمو الخاطئ ينتج عنه ضعف ثقة الفرد بنفسه كما أن الأفراد الذين يعانون من التفكك الأسري والأساليب الخاطئة في التربية تؤدي الى هروب الفرد من الحياة الاجتماعية وعدم تحمل المسؤولية (اخرس، ٢٠١٦ :٣٩٢) تعد مشكلة الافتقار الى الحيوية الذاتية واحدة من المشكلات التي تؤثر على سلوك الفرد فهي مؤشراً للبلادة النفسية ، وهي حالة من الانخفاض في السلوك الارادي الهادف وغياب سلوك المبادرة الذاتية ، مما يؤثر على ادراك الفرد وتحديد مستوى رضاه عن حياته و إن نجاح الطالب وتقدمه يعتمد على مدى حيويته الذاتية، أي: اذا كانت حيوته الذاتية عالية كان نشاطه ومثابرته وإنجازه أقوى، وعلى العكس من ذلك ينخفض نشاط الطالب و مثابرته وهمته وميله للإنجاز عندما تنخفض الحيوية الذاتية لديه نحو تحقيق أهدافه وقد نجد أن سلوك بعض طلبة الجامعة يتميز بضعف النشاط، وفتور الهمة، وضعف العزيمة والإرادة، وفتور في النشاط الاجتماعي، وضعف التفاعل الانفعالي مع الآخرين في بعض المواقف، ويعود ذلك إلى مستوى حيوية الطالب نحو ممارسة سلوك في هذا الموقف دون آخر لذا فإن المرحلة الجامعية تتطلب بطبيعتها إلى التفاعل والتواصل المتبادل بين مجموعة واسعة من الطلبة، وقد يكون من المفيد للطلبة دائما التواصل مع أساتذة الجامعة والزملاء، عن طريق الفاعلية الاجتماعية مع الآخرين وتبادل الأفكار الذهنية، والحيوية الذاتية التي حددها ريان وفريدريك (١٩٩٧) بوصفها شعورًا إيجابيا بالحيوية والطاقة تجاه البيئة التي يتفاعل بها الطلبة وهي أيضا بيئة عاطفية مفيدة للطلبة لزيادة حيويتهم (Ryan&Frederick,1997: P553)

وآثار مفهوم التفكير جدلا واسعا بين مختلف علماء النفس و اختلفت الرؤى حول اساليبه وانماطه و تعقد عملياته و هو كغيره من المفاهيم المجردة و التي يصعب قياسه مباشرة نجد تعدد مسمياته وأنماطه و اوصافه عند العلماء و كذلك اكدوا على تعقده وصعوبة الاحاطة بجميع جوانبه لذا نجدهم يتحدثون عن أنماط التفكير المتعددة على حده (العتوم، ٢٠١٠: ٢١٤). والتفكير كعملية عقلية لا يكون دائما ذات ابعاد إيجابية ونتائج مفيدة بل قد يكون أحيانا عملية عقلية تترتب عليها توابع سلبية وضارة وقد تكون نتائجه غاية في الخطورة في بعض المواقف عندما تكون افكار الافراد واحكامهم وقراراتهم مطلقة وجامدة لا يمكن تغييرها او تعديلها والتمسك بالتفكير الثنائي والذي يتمثل في الأفكار الثنائية التي تمثل في مضمونها مجموعة من التشوهات المعرفية المبالغ فيها والبعيدة عن الحقيقة والتي تؤثر في ممارسة حياتهم وتخطيطهم لها، وفي اتخاذ قراراتهم المستقبلية وبالتالي ينعكس ذلك على صحتهم النفسية والفسيولوجية ((Beck, 1999:٢٣٨

وفي هذا الصدد يذكر بيك (Beck ١٩٩٩)ان المشكلة الحقيقية للاضطرابات النفسية والانفعالية تكمن في كون الناس لا تضطرب كثيراً بسبب الأحداث وانما بسبب احكامهم الثنائية ورؤيتهم وتفسيراتهم وتوقعاتهم وافتراضاتهم الخاطئة والمشوهة التي يعزونها إلى تلك الأحداث وبناء على هذا الأساس أكد بيك أن مشكلة التشوهات المعرفية تكمن بالدرجة الأولى في أن الفرد يقوم بتحريف الواقع وتشويه الحقائق بناء على مقدمات مغلوطة وافتراضات خاطئة تنشأ عن تعلم خاطئ حدث في احدى مراحل النمو المعرفي للفرد، أي أن المحتوى المعرفي للفرد في حالة اضطراب ينطوي على تحريف أو تشويه دائم لأحداث الحياة والتزمت في القرار، ولذلك فإن الكثير من الاضطرابات النفسية وعدم التوافق الاجتماعي يعتمد على حد بعيد على التشوهات المعرفية التي تؤثر في عمليتي التفكير والانفعال مما تسبب أساليب تفكير غير منطقية ونظرة سلبية نحو الذات والعالم والمستقبل" (الشمري، ٢٠١٣ :٢). وإن مثل هذا التفكير الثنائي له آثاره الخطيرة أيضاً ، حيث تنتج عنه مجموعة من المشكلات، وهذا ما أكدته مجموعة من الدراسات كدراسة هماكي وكوبان (٢٠١٠ ، Hamaci, Coban) حيث بينت وجود ارتباط إيجابي الاحكام والكلمات الملقة وبين سوء التوافق الاجتماعي او قد يظهر هذا النمط من التفكير في فكرة لا عقلانية كما جاءت في الافكار

اللاعقلانية عند اليس (Ellis) ففي احدى افكاره والتي نصت في ان هناك حل صحيح ودقيق كامل لكل مشكلة، ويجب التوصل إليه وإلا فإن النتائج ستكون خطيرة مما ينعكس الأمر من خلال الافكار والاحكام السلبية الثنائية التي يصيغها الطالب على نفسه وقدراته وامكانياته بأنه لا يستطيع التعلم والاكتساب وتحقيق النجاح وفقا لخصائصه الشخصية وقدراته العقلية (١٥١: ٢٠١٨ Al-Mosawi) غافلا عن اهتماماته واساليبه المفضلة في التعلم والتي من الممكن تنميتها وتعزيزها بغية احراز التقدم والنجاح في الحياة الدراسية (Reid, 1998: 833) من خلال ما تقدم تتلخص مشكلة البحث الحالي بالاجابة عن السؤال الاتي: هل يوجد علاقة ارتباطية بين الحيوية الذاتية والتفكير الثنائي لدى طلبة الجامعة؟

. ثانيا: أهمية البحث

يستعمل مصطلح الحيوية الذاتية في مجال علم النفس على نحو مرادف المصطلحات أخرى مثل الإثارة والطاقة النفسية الفعالة والتنشيط ونظام الطاقة النفسية الفعالة يرتبط بنظام التنشيط الفسيولوجي الذي يعمل على تبادل المعلومات بين الفرد والبيئة المحيطة به والذي يساعد الفرد على انجاز المهام في حالة المستويات المرتفعة للطاقة أو تدفعه الى عدم انجاز المهام ذات المستويات المنخفضة للطاقة وان الضغوط النفسية والشعور بالإجهاد النفسي يختلف من فرد الآخر والذي يتمثل بقدرة الأفراد على مواجهة المواقف المحبطة ومقاومة الإجهاد النفسي أو استجابة الفرد للظروف التي يمر بها عن طريق استفادته من الطاقة النفسية الفعالة الدافعة للسلوك (كامل، ٢٠٠١: ٢١٧). تعد الحيوية الذاتية دالة لمستوى الطاقة والنشاط الذاتي والتلقائي للفرد وتمتعه بروح المثابرة والاجتهاد في تحقيق أهدافه والتغلب على العقبات والتحديات التي تعيق تحقيقها وهي تتطلب وجود التكامل بين الوظائف النفسية والبدنية كتجسيد للحالة النفسية والبدنية المثلى (راتب ،٢٠٠٠: ١١٧).

و أن الشعور بالحيوية الذاتية يدل على مستوى الطاقة والنشاط الذاتي والتلقائي من قبل الفرد وتمتعه بروح المثابرة والعمل على تحقيق أهدافه والتغلب على أي عقبات أو تحديات تحول دون تحقيقه لهذه الأهداف كالحروب ومصادر التوتر والإجهاد النفسي اليومي، إذ أن من النادر أن نجد إنسانا لا يعاني من الإجهاد نتيجة للظروف التي مرت بالمجتمع العراقي مثل الحروب وانعدام الأمن النفسي والاقتصادي والاجتماعي، وترتبط الصحة النفسية للفرد بامتلاكه سمات الشخصية الأصيلة فالأشخاص الذين يعانون من التوتر ومشاعر الحزن والاكتئاب والضغوط النفسية يفقدون العناية بالحياة والقدرة على الاختيار والسلوك وفق ما يشعرون ويعتقدون فالأفراد يشعرون بأنهم متميزون عندما تمنحهم البيئة المحيطة بهم شعورا بالثقة والأمان (جورارد، ١٩٨٨: ٩١). ويعد التفكير من أهم الفعاليات التي يتميز بها الكائن الإنساني عن غيره من الكائنات، وعلى هذا الأساس أخذ الاهتمام بموضوع التفكر يزداد بشكل كبير حيث يمكن وصفه بأنه أعلى مستويات النشاط العقلي، وتدخل في عملية التفكير عمليات متنوعة ومعقدة لكي يصل الفرد إلى القدرة على حل المشكلة، وهذا يعتمد بالأساس على ما موجود لدى الفرد من خبرات ومعارف تشكل لديه ما يسمى بالبنية المعرفية ويمكن القول ان عصر علم النفس الحالي هو عصر التفكير والحاجة الى تجريب طرق جديدة وغير نمطية في حل المشكلات ولاسيما ونحن نعيش زمن السرعة مع كثرة ما يواجهنا من مصاعب وتحديات ومشكلات (٢١: ٢٠١٩ ,Brunt).

ومن هذا المنطلق يشير التفكير الى أنه مستوى عال من العمليات العقلية تشمل : التذكر، والتخيل، والقدرة على حل المشكلات وهذه المجموعة من العمليات والمهارات العقلية يستخدمها الفرد عند البحث عن إجابة السؤال، أو حل المشكلة والناس يستجيبون الى الاحداث على اساس المعاني التي يعزونها الى تلك الاحداث او يفسرونها على اساس مناسبتها للذات تنطوي على تشويه الواقع والحقيقة لاحكام الشخصية، وتستثار مختلف الانفعالات بمختلف التفسيرات، والتفسيرات تثير الاضطرابات الانفعالية التي هي في الحقيقة اضطرابات في التفكير تؤدي الى شخصنة الاحداث أي تجعلها احداث ذاتية للشخص والى استقطاب التفكير وتمحور واستخدام قواعد غير مشروط ومطلقة (Kramer, 2000: 90)

ويذهب بيك (Beck) ان الافكار الاوتوتماتيكية تؤدي الى التشويه المعرفي الذي يعد نتيجة لها ومن امثلة التمثيل الشخصي أي تفسير الاحداث من وجهة النظر الشخصية للافراد ، والتفكير المستقطب أي المتمركز عند احد الطرفين

المتناقضين اما ابيض او اسود ، ويرى بيك (Beck) ايضا ان الاضطرابات النفسية تنشأ نتيجة لعدم الاتساق بين النظام المعرفي والداخلي للفرد وبين المتغيرات الخارجية التي يتعرض لها ذلك الفرد وتحليلها وتفسيرها عن طريق النظام المعرفي الداخلي الذي تميزه ، وجدير بالذكر ان التشويه للواقع تؤدي الى حدوث مجموعة اضطرابات التفكير وينتج عن هذا التشويه افكاراً اوتماتيكية أو تلقائية تبدو مقبولة من وجهة نظر الفرد ، ومن ثم تكون معقوله بالنسبة له، كما انه يفسر كل الاحداث على اساس احكام وصور مطلقة (محمد، ٢٠٠٠ :٦٨-٦١). وبما ان عمليات التفكير هي عمليات قابلة للتعلم من خلال معالجات ممارسات تعليمية معينة وهي عملية التفكير تشتمل على مجموعة من العمليات والمهارات والنشاطات العقلية والمعرفية وهي تتأثر بعمليات التعلم والتعليم والتدريب كونها نابعة من مجموعة الأفكار والمعتقدات إزاء الأشياء والمفاهيم الحياتية (العتوم، ٢٠١٠ : ١٩٧) وبما ان اهمية البحث الحالي تنبع من كونها تتناول موضوعاً مهما، وله تأثير في كافة شرائح وفئات المجتمع وخصوصا المجتمع التعليمي، ومن كونه يدرس فئة من المفترض أن تكون مستقبلا من يحارب مثل الأفكار المخطوءة كالأفكار

اللاعقلانية والمعتقدات السلبية والاحكام والقرارات الثنائية التي تؤثر على هذه العملية العقلية الايجابية الفعالة مما تشكيل ما يسمى بعملية التفكير الثنائي كما ان أهمية التفكير الثنائي تتجلى حينما تتضح مظاهر ودلالات هذا النمط من التفكير ذو الاحكام والصور الثنائية كالحكم السريع والتعميم المفرط والكلمات ثنائية القطب والتركيز على جانب من جوانب المشكلة مع اهمال الجوانب الأخرى التي قد تكون أكثر أهمية والتشبث بالأفكار والمعتقدات الخاصة بالفرد وعدم الاستعداد المناقشة الأفكار الأخرى لقناعاته بخطئها وانحرافها، مما يساعد على تشخيص التفكير الثنائي وتحديد المشكلة وبالتالي محاولة إيجاد الوسائل والأساليب العلمية الفعالة لمواجهة هذه الأفكار وتغييرها وتعديلها بما يناسب التفكير العلمي المنطقي. (Kramer, 2000:88) ومن هنا تأتي ضرورة التخلي عن التفكير الثنائي وأهمية استخدام المنهج العلمي من أجل التأسيس لمجتمع نامي ومتطور ، وأن البداية الحقيقية لكل حداثة تكمن في تفكيك أسس ومناهج تفكيرنا ، والكشف عن العوائق الإبستيمولوجية التي تحجب عنا عيوبها المنهجية والنظرية ، لذا أصبح التعرف على نمط التفكير الثنائي مهم جدا لكون التفكير بشكل عام بعد من أرقى العمليات العقلية التي تميز بها الإنسان ، وأن استخدامه نابع من كون هذا الفرد أصبح قادرا على الاستفادة من خبراته المعرفية السابقة والتي سبق وأن تم خزنها في بنيته المعرفية

(Kramer، ١٩٩٠ :٢٨٠) مما يساعد الطلبة على اكتساب الخبرات والمعلومات والمعارف العلمية التي تخضع لمنطق العقل بالاعتماد على أنماط وأساليب تعلم نشطة كالاسلوب التباعدي باستخدام الخبرات الحسية، والملاحظة التأملية بغية توليد الكثير من الأفكار والحلول وكذلك الأسلوب الاستيعابي باستخدام المفاهيم المجردة والملاحظات التأملية وغيرهما من اساليب التعلم الاخرى(Kolb & Kolb, 2005 :2)

ثالثا: اهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف الى:

١-الحيوية الذاتية لدى طلبة كليات التربية الاساسية.

٢- التفكير الثنائي لدى طلبة كليات التربية الاساسية.

٣-العلاقة الارتباطية بين الحيوية الذاتية والتفكير الثنائي لدى طلبة كليات التربية الاساسية.

رابعا: حدود البحث.

يتحدد البحث الحالي لدى عينة من طلبة جامعة بابل- كلية التربية الأساسية- قسم التربية الخاصة-الدراسة المسائية للعام الدراسي (٢٠٢٤ /٢٠٢٥) لكلا الجنسين.

خامسا: مصطلحات البحث

أولا: الحيوية الذاتية

١- ريان و فريدريك (Ryan & Frederick، ١٩٩٧) هي حالة من الشعور الايجابي بالتنبيه واليقظة والفاعلية والامتلاء بالطاقة والنشاط والتحمس وتعكس مستوى الطاقة الذاتية التي يمكن تنظيمها واستخدامها في نشاط هادف.(Ryan & Frederick 1997, p. 529-565)

٢-سليم (٢٠١٦) الشعور الايجابي بالحياة والطاقة التي تعرب عن نفسها في صيغة التحمس والامتلاء بالحياة والإحساس بالقوة والشعور بالاقتدار ويعتقد بأنها تجسيد لمشاعر الكفاية والانتعاش كون الفرد فعالا ومنتجا ونشطا (سليم، ٢٠١٦: ١٨٢).

التعريف النظري: تبنى الباحثون في البحث الحالي تعريف ريان و فريدريك

(Ryan & Frederick، ١٩٩٧) تعريفا نظريا

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب عن طريق اجابته على مقياس البحث الحالي.

ثانيا: التفكير الثنائي

١-(Kramer, 1983)كرامر

هو أحد أنواع التفكير غير السوية التي يركز فيها الفرد على هدف واحد مما يعرقل تنظيم أفكاره ويعوقه على تحقيق أهدافه لانه يفترض وجود إجابة واحدة صحيحة لمشكلة معينة(Kramer 1983:28)

٢-(Jacwes et al, 2010) جاكويس واخرون

هو عبارة عن احكام وقرارات مطلقة ناتجة عن ضعف ادراكي تكمن وراء العديد من التشوهات المعرفية (Al-Mosaiwi, 2018:130)

التعريف النظري: اعتمد الباحثون تعريف (١٩٨٣ ،Kramer) تعريفا نظريا.

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب عن طريق اجابته على مقياس البحث الحالي.

الفصل الثاني :

اولا: مفهوم الحيوية الذاتية.

الجذور التاريخية

أن المفهوم الحيوية الذاتية جذورا عميقة في الفلسفات الغربية حيث تكون باختلاف تسميتها من حضارة الى أخرى لكن كلها تشير الى الطاقة الحياتية أو قوة الحياة لتي تتدفق في الكائنات الحية ويعدونها أساس الحياة والصحة، لذا فإنها تتواجد في أي كائن حي ولكن بدرجات متفاوتة، وتعد كلمة الحيوية (Vitality) النشاط والقدرة على الحياة، ونظرية الحيوية ترى أن الحياة مستمده من مبدأ حيوي غير مادي وليست مجرد تفاعلات كيميائية أو عمليات فيزيائية، ومن الصعب وضع حدود فاصلة بين مصطلح الحيوية Vitality ومصطلح الهمة Vigor إلا أن كليهما يشيران إلى تمتع الشخص بمستوى مرتفع من الطاقة والتحمس والامتلاء بالحياة وغياب مؤشرات البلادة والإعياء والفتور، إلا أن مصطلح (Vigor) وكما يتم وصفه في أدبيات المجال يتضمن ثلاثة مؤشرات هامة هي : الطاقة البدنية، والانطلاق النفسي، والتنبه واليقظة العقلية . أما في الثقافة العربية فنجد أن التعبير الأكثر تداولا هو تعبير (الهمة) والمهمات من الأمور والشدائد، إلى أن يقول هم بالشيء يهم هما نواه وأراده وعزم عليه ، وفعله من الهم، وهو مبدأ الإرادة (ابو حلاوه والشربيني،٢٠١٦: ٢١٧). وكانت المفاهيم الدالة على الحيوية والطاقة والهمة الذاتية محل تناول نظري في عديد من المدارس الفكرية ذات العلاقة بالأداء البشري الوظيفي والصحة النفسية. وربما يكون فرويد (Freud) أول من طرح تصورات نظرية لوصف العلاقة بين الصحة النفسية ومتغير الحيوية أو حسب وصفه اللبيدو (Libido) من وجهة نظر التحليل النفسي الذي يعني بان كل فرد يمتلك قدرا معينا من الطاقة النفسية المنبثقة من غريزة الحياة تدفعه باتجاه المحافظة على ذاته كنسق عضوي، فضلا عن الحفاظ على النوع البشري وضمان استمراره، ويرى فرويد ومن تبعه من أنصار علم نفس انه كلما كانت كمية طاقة الحياة التي يمتلكها الشخص كبيرة كلما كان متحررا من الصراع النفسي وكان أكثر إبداعا وفاعلية وحيوية، وقد عولجت مفاهيم الحيوية والطاقة بصورة عامة في أطار نظريات الدافعية بدءا ب ديفيد ماكيلاند في نظريته الدافع للإنجاز، مرورا بهنري موراي في تصنيفه للحاجات، ثم التصنيف الهرمي للحاجات الإنسانية لدى أبراهام ماسلو، الى أن جاءت دراسات (١٩٨٥) Ryan & Dec عن نظرية الدافعية الداخلية لتقدم صياغة مفاهيمية للحيوية الذاتية مغايرة لما كان سائدا في أدبيات الصحة النفسية وعلم النفس ليصبح بموجبها مفهوم الحيوية الذاتية مفهوما له بنيته الخاصة الفارقة عن كثير من المفاهيم التي تشير الى معاني الهمة والنشاط والفاعلية، وقد حظي مصطلح الطاقة الحيوية بعناية أساتذة الصحة التطبيقية أمثال سيلي (١٩٥٦ Selye). في نظريته المشهورة حول الضغط النفسي، اذ قال أن الأفراد يمتلكون مخزونا محدودا من طاقة التكيف والتي تعد أساسية ومهمة في الحفاظ على الصحة، وقال أن طاقة التكيف تختلف عن الطاقة الحرارية وطبيعتها غير معروفة، ولكن سيلي (يمثل عاملاً أساسيا في الصمود)

(Ryan & Frederick, 1997, P: 529-565)

أنواع الحيوية الذاتية:

بين رون كورتوس (Kurtus2012) بأن الحيوية الذاتية هي حالة تنتاب الفرد عندما يكون مليئاً بالحياة، والطاقة الجسدية، والعقلية، ولديه القدرة على البقاء والاستمرار بالسلوك مع وجود أهداف ذات معنى وقيمة في الحياة، تؤدي بالفرد إلى حالة من الرفاه والرضا عن الذات، ويرى أن الحيوية الذاتية تتضمن أنواعاً عدة، وهي:

الحيوية الجسمية (physical vitality) وهي تجسيد لحالة الصحة والسلامة البدنية الممدة للشخص بالطاقة الحيوية لإنجاز المهمات والأنشطة المتنوعة. وان إصابة الشخص بإعاقة لا تعني فقدانه للحيوية البدنية، حيث تعد الحيوية هي شعور الفردبحالة صحية جيدة وعدم معاناته من الإصابات والأمراض المعيقة للنشاط .

-الحيوية الذهنية (Mental vitality) هي امتلاك الفرد للطاقة العقلية، والقدرات الذهنية الكافية للتعامل مع المشكلات التي تواجهه بهدوء، فهي حالة من اليقظة العقلية، والفاعلية العقلية والتنبيه، و يتطلب ذلك أن يكون الفرد بصحة عقلية جيدة، بحيث يعمل الدماغ بشكل صحيح ضمن تصورات واضحة، فضلاً عن أن العقل البشري يشبه العضلة في احتياجها إلى التدريب والممارسة بنحو دائم، تنشيطاً لحالة اليقظة ما يؤدي إلى سرعة ومنطقية عمليات التفكير واشار الى هذا البعد دراسة (Landry & Allard، ١٩٨٦). اذ فسر الحيوية الذهنية كنظام معتقدات يدل على تمتع الفرد بمستوى مناسب من الصحة النفسية لان الضيق يعيق الأداء الوظيفي للدماغ، مما يؤدي به إلى قصور في العمليات المعرفية ووضوح التفكير (Allard&Landry, 1986, P: 12)

الحيوية الانفعالية (Emotional vitality) تعني قدرة الفرد على التعايش مع خبراته الانفعالية فضلا عن تعبيره عنها وتحريرها بسرعة وطلاقة ايجابية كما تعني امتلاك الفرد القدرة على الضبط والتنظيم الانفعالي مصحوبا بالشعور بحسن الحال والرضا والتعامل مع مختلف المشكلات والتوترات التي تواجه الفرد، وتتطلب الحيوية الانفعالية أن يكون الفرد بصحة عقلية جيدة، بحيث يكون خالياً نسبياً من المؤثرات العقلية التي تؤثر على الثقة، والتحفيز ، والاحترام، والشجاعة، وطريقة التفكير ويمكن أن تجعل الفرد خائفاً وغاضباً، وحزينا، أو لديه مشاعر سلبية أخرى (Kurtus، ٢٠١٢).

الحيوية الاجتماعية (Social vitality) يشير شيدروف (Shedroff، ٢٠١٠) الى إن الانفعالات سواء أكانت سلبية أم ايجابية تأتي من التواصل الاجتماعي في عالم من الخبرة الاجتماعية المتنوعة الواسعة، فلدى البشر حاجات اجتماعية مدمجة في بنيتهم العقلية ، وان الانفعالات البشرية الايجابية والسلبية لا يتم التعايش معها أو خبرتها إلا في مواقف اجتماعية أو أثناء التفاعل الاجتماعي الفعلي المتخيل مع البشر، (Shedroff, 2002, P: ٢٧) .

الحيوية الروحية: وهي قدرة الفرد على التعلق بكل ما هو خير وجدير بالقيمة والتقدير في العالم والكون لذا فان مؤشرات الحيوية الروحية تتمثل في الاندفاع النشط الايجابي التلقائي ، وان كل المواقف التفاعلية للبشر تحتوي على مستويات من الطاقة الفاعلة، وبصورة عامة إذا كان مستوى اطاقة المواقف أعلى من مستواها لدى الفرد كان الفرد في وضعية المساير والمتأثر، أما إذا كان مستوى طاقة الفرد أعلى من مستوى طاقة المواقف والأماكن كلما كان أكثر نشاطا وفعالية وتأثيرا فيما حوله (أبو حلاة ٢٠١٦، ص: ٢٣٠).

الدراسات السابقة

أولا: الحيوية الذاتية

١-(دراسة سليم ٢٠١٦)

الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الاجتماعية الايجابية والتفكير المفعم بالأمل لدى معلمي التربية الخاصة. هدفت الدراسة تعرف العلاقة بين الحيوية الذاتية وسمات الشخصية الاجتماعية الإيجابية والتفكير المفعم بالأمل لدى معلمي التربية الخاصة، وبلغت عينة الدراسة من (١٠١) معلم ومعلمة بمحافظة البحيرة (إدارة دمنهور – إدارة المحمودية للعام الدراسي ٢٠١٥-٢٠١٦) للكشف عن الفروق في حالة الحيوية الذاتية بين ذوي المستويات المرتفعة والمنخفضة من متغيري سمات الشخصية الاجتماعية الايجابية والتفكير المفعم بالأمل، والكشف عن الفروق بين المعلمين في المتغيرات الدراسة، واعتمد الباحثون المنهج الوصفي وعدد من الأساليب الإحصائية مثل معامل الارتباط، والاختبار الثاني، وتحليل التباين وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين الحيوية الذاتية وسمات الشخصية الاجتماعية الايجابية ووجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين الحيوية الذاتية والتفكير المفعم بالأمل، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحيوية الذاتية ترجع إلى سمات الشخصية الاجتماعية الايجابية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحيوية الذاتية ترجع إلى التفكير المفعم بالأمل (سليم ، ٢٠٦١، ص : ١٧٠).

ثانيا: التفكير الثنائي

دراسة (Al-Mosaiw, 2018)

هدفت معرفة أثر التفكير الثنائي على الرفاهية وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) من الذكور والاناث وهدف البحث التعرف على قياس مجالات التفكير الثنائي و تأثيراتها على الرفاهية واستخدمت طورت طريقة جديدة لقياس التفكير الثنائي باستخدام تحليل النص واللغة طبيعية عن طريق المقابلات الميدانية أشارت النتائج الطلبة يستخدمون عبارات واحكام مطلقة وكان المجال النسبي هو الأكثر شيوعا ثم التفكير الديالكتيكي وجاء أخيرا الاستبدادي

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

يتضمن هذا الفصل عرضا للمنهجية المتبعة والإجراءات المتخذة لغرض تحقيق أهداف البحث، والتي تتمثل بتحديد مجتمع البحث، واختيار عينة ممثلة له، وإعداد أداتا البحث تتسمان بالصدق والثبات، وتحديد الوسائل الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات لتحقيق الأهداف.

اولا: منهجية البحث

بما أن البحث يهدف إلى معرفة الحيوية الذاتية وعلاقتها بالتفكير الثنائي فقد تم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي وذلك لملائمته مع طبيعة البحث وأهدافه ويشمل المنهج الوصفي جمع المعلومات والبيانات وتبويبها وتحليلها وقياسها وتفسيرها وهو احد اشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقتنه عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة (ملحم ،٢٠١٠: ٣٧٠).

ثانيا: مجتمع البحث

ويقصد به جميع مفردات أو وحدات الظاهرة تحث البحث فقد يكون المجتمع مكونا من سكان مدينه أو مجموعة من الإفراد في منطقة ما لذا يتضمن مجتمع البحث كلية التربية الاساسية/قسم التربية الخاصة المرحلة الثانية والثالثة في جامعة بابل ذكورا وإناثا للدراسة الأولية المسائية للعام الدراسي (2024_2025) والبالغ عددهم(٥٠) موزعين بواقع (٢٧) ذكور (٢٣) اناث وفيما يلي جدول يوضح عملية التوزيع لقسم التربية الخاصة.

جدول (١)

مجتمع البحث

المرحلة	ذكور	اناث	مجموع
الثانية	١٢	١٥	٢٧
الثالثة	١٥	٨	٢٣
مجموع	٢٧	٢٣	٥٠

ثالثا: عينة البحث

تألفت عينة البحث الحالي من (٢٥) طالب وطالبة اذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية من طلبة كلية التربية الأساسية قسم التربية الخاصة من المرحلة الثانية والثالثة لكون الباحثون تدريسيين في هذا القسم، موزعين وفق متغير الجنس (١٢) طالب و (١٣) طالبة والجدول(٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

عينة البحث

القسم	ذكور	أناث	المجموع
التربية الخاصة	١٢	١٣	٢٥

رابعا: اداتا البحث

بما أن البحث الحالي يهدف الى دراسة العلاقة بين الحيوية الذاتية وعلاقتها بالتفكير الثنائي لدى طلبة الجامعة لذا يتطلب الاعتماد على اداتين لتحقيق أهداف البحث لذلك قام الباحثون بما يأتي:

١-مقياس الحيوية الذاتية :

لغرض قياس الحيوية الذاتية تبنى الباحثون مقياس (عبد،٢٠٢٢) الذي اعتمد في بنائه على تعريف (Ryan&Frederick،١٩٩٧) والذي عرفته: (أنها حالة من الشعور الايجابي بالتنبيه واليقظة والفاعلية والامتلاء بالطاقة والنشاط والتحمس وتعكس مستوى الطاقة الذاتية التي يمكن تنظيمها واستخدامها في نشاط هادف). وقد قام الباحثون بالإجراءات الآتية للتأكد من صلاحية المقياس.

أ- الصدق الظاهري

ان افضل طريقة للتحقق من استخراج الصدق الظاهري هي عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين (عودة ،٢٠٠٠). ولتحقيق هذا النوع من الصدق عرض الباحثون فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين والمختصين في التربية الخاصة والملحق رقم (١) يوضح اسماء المحكمين. اذ طلب الباحثون من كل واحد منهم ان يؤشر ازاء كل فقرة من حيث كونها صالحة او غير صالحة، او بحاجة الى تعديل مع ذكر التعديل المقترح. وعلى وفق ملاحظات لجنة المحكمين فان جميع الفقرات حصلت على نسبة اتفاق {١٠٠%}.

ب: ثبات المقياس

يقصد بثبات المقياس درجة استقراره اذا طبق لأكثر من مرة بفاصل زمني مناسب (عودة ، ٢٠٠٠ ، ٦٨). ولغرض استخراج ثبات المقياس، استخدم الباحثون التجزئة النصفية، حيث تعتمد على هذه الطريقة على

تجزئة الاختبار المطلوب إلى فقرات فردية وفقرات زوجية (ملحم، ٢٠٠٠، ٦٧) وبعد تطبيق معادلة بيرسون وجد أن معامل الارتباط قد بلغ (٠.٥٧)، وهذه الدرجة تمثل معامل ثبات نصفي الاختبار، وباستعمال المعادلة التصحيحية لسبيرمان –براون قد بلغ معامل الثبات (٠.٦٦)وهذا يؤكد أن معامل الثبات جيد. وبذلك توفر المقياس شروط الثبات بالإضافة إلى شرط الصدق وهكذا فأن المقياس صالح التطبيق.

ج – الصيغة النهائية للأداة:

بعد الانتهاء من اجراءات الصدق والثبات تم اعداد الصيغة النهائية للأداة التي تكونت من (٣٢) فقرة. فقد وضع الباحثون امام كل فقرة اربع بدائل بعد ان اعطى اوزان من (٤) – (١)، للفقرات الإيجابية وبالعكس للفقرات السلبية ويشير الطالب بوضع اشارة (√) في الحقل الذي يناسبه.

د– تصحيح الاداة

يقصد بتصحيح الاداة الحصول على الدرجة الكلية لكل فرد من أفراد العينة وذلك عن طريق جمع الدرجات التي تمثل استجاباتهم على كل فقرة من فقرات المقياس وعلى وفق الاوزان المحددة امام كل بديل من البدائل مع مراعاة الفقرات السلبية والايجابية، وبلغ الوسط الفرضي للمقياس (٨٠) درجة وبلغت اعلى درجة فرضية (١٢٨) درجة وبلغت ادنى درجة فرضية (٣٢) درجة.

جدول رقم (٣)

يوضح اوزان الفقرات بالاتجاهين الإيجابي والسلبي لمقياس الحيوية الذاتية

وزن الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي غالبا	لا تنطبق علي ابدا
الفقرة بالاتجاه الإيجابي	٤	٣	٢	١
الفقرة بالاتجاه السلبي	١	٢	٣	٤

ثانيا: مقياس التفكير الثنائي

تبنى الباحثون مقياس (حمود،٢٠٢١) الذي اعتمد في بنائه على نموذج(1983) Kramer

والذي عرفته (هو أحد أنواع التفكير الذي يفترض وجود اجابه واحده و واضحه لمشكله معينه والمنطق النسبي الذي يدرك فيه الفرد أن هناك غالبا وجهات نظر مختلفة حول اي قضيه معينه وان الإجابة الصحيحة تعتمد على السياق). وقد قام الباحثون بالإجراءات الآتية للتأكد من صلاحية المقياس.

أ: الصدق الظاهري

لتحقيق هذا النوع من الصدق عرض الباحثون فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين والمختصين في قسم التربية الخاصة والملحق رقم (١) يوضح اسماء المحكمين. اذ طلب الباحثون من كل واحد منهم ان يؤشر ازاء كل فقرة من حيث كونها صالحة او غير صالحة، او بحاجة الى تعديل مع ذكر التعديل المقترح. وعلى وفق ملاحظات لجنة المحكمين فان جميع الفقرات حصلت على نسبة اتفاق {١٠٠%}.

ب– ثبات المقياس

لغرض استخراج ثبات المقياس، استعمل الباحثون التجزئة النصفية، حيث تعتمد هذه الطريقة على تجزئة الاختبار المطلوب الى فقرات فردية وفقرات زوجية (ملحم ،٢٠٠٠: ٦٧). وبعد تطبيق معادلة بيرسون وجد ان معامل الارتباط قد بلغ (٠.٦٤)، وهذه الدرجة تمثل معامل ثبات نصفي الاختبار، وباستعمال المعادلة التصحيحية السبيرمان– براون فقد بلغ معامل الثبات (٠.٧٠) وهذا يؤكد أن معامل الثبات على قدر مرتفع من الاستقرار. وبذلك توفر للمقياس شرط الثبات بالإضافة الى شرط الصدق وهكذا فأن المقياس صالح للتطبيق.

ج – الصيغة النهائية للأداة:

بعد الانتهاء من اجراءات الصدق والثبات تم اعداد الصيغة النهائية للأداة التي تكونت من (٣٠) فقرة. فقد وضع الباحثون امام كل فقرة خمس بدائل بعد ان اعطى اوزان من (٥) – (١)، للفقرات الإيجابية وبالعكس للفقرات السلبية ويشير الطالب بوضع اشارة (√) في الحقل الذي يناسبه.

د– تصحيح الاداة

يقصد بتصحيح الاداة الحصول على الدرجة الكلية لكل فرد من أفراد العينة وذلك عن طريق جمع الدرجات التي تمثل استجاباتهم على كل فقرة من فقرات المقياس وعلى وفق الاوزان المحددة امام كل بديل من البدائل مع مراعاة الفقرات السلبية والايجابية، وبلغ الوسط الفرضي للمقياس (٩٠) درجة وبلغت اعلى درجة فرضية (١٥٠) درجة وبلغت ادنى درجة فرضية (٣٠) درجة. وجدول(٤) يبين ذلك

جدول رقم (٤)

اوزان الفقرات بالاتجاهين الإيجابي والسلبي لمقياس التفكير الثنائي

وزن الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق الى حد ما	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
الفقرة بالاتجاه الإيجابي	٥	٤	٣	٢	١
الفقرة بالاتجاه السلبي	١	٢	٣	٤	٥

خامسا: التطبيق النهائي

بعد أن تم التحقق من الصدق والثبات للمقياس قام الباحثون بتطبيقه على عينة والبالغة (٢٥) طالب وطالبة من قسم التربية الخاصة في كلية التربية الأساسية/المرحلة الثانية والثالثة/جامعة بابل للعام الدراسي (٢٠٢٤/٢٠٢٥) وتم توزيع الاستبيانات بصورة حضورية وجرت العملية بانسيابية دون أي مشاكل

سادسا: الوسائل الإحصائية

من اجل تحقيق اهداف البحث الحالي فقد تمت معالجة بياناته بالوسائل الإحصائية التالية:-

١- اختبار التائي t-test لعينة واحدة: لاختبار الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي لدرجة العينة على المقياس.

٢- معامل الارتباط بيرسون: لحساب التجزئة النصفية لاستخراج ثبات المقياس

٣- معادلة سبيرمان- براون: استعملته لتصحيح معمل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس البحث

٤- الانحراف المعياري.

٥- الوسط الحسابي الفرضي.

٦- الوسط الحسابي.

الفصل الرابع:

أولا: عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضا للنتائج التي توصل إليها هذا البحث على وفق أهدافه الموسومة ومناقشه النتائج ومن ثم بيان التوصيات والمقترحات في ضوء هذه النتائج

الهدف الاول: الحيوية الذاتية لدى كليات التربية الاساسية.

تحقق هذا الهدف من خلال تطبيق الباحثون لمقياس الحيوية الذاتية على أفراد العينة البالغ عددهم (٢٥) طالباً وطالبة وبعد المعالجة الاحصائية ظهر ان الوسط الحسابي لأفراد عينة البحث (١٠٠.٤) وبانحراف معياري (١٦.٤٧) والوسط الفرضي للمقياس البالغ (٨٠) وبعد استخدام الأختبار التائي لعينة واحدة ظهر ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (٢.٠٥) وهي اعلى من القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٤) كما مبين في الجدول.

جدول (٥) يوضح

نتيجة الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس الحيوية الذاتية

عدد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
٢٥	١٠٠.٤	١٦.٤٧	٨٠	٢.٠٥	١.٩٦	٠.٠٥	٢٤

أن طلبة الجامعة يتمتعون بحيوية ذاتية، فعلى الرغم من الظروف البيئية التي يعيشون فيها، والواقع الاجتماعي والسياسي، وموجات المظاهرات المطالبة بالحقوق المشروعة التي يتحمل مسؤوليتها الشباب، ومنهم طلبة الجامعة، وأن لديهم القدرة على مواجهة الصعاب والشدائد، وإحساسهم بأنهم الطاقة الهائلة الشابة القادرة على التغيير، بما يمتلكونه من إرادة، واصرار، وعدم استسلام، فنجاحهم وتفوقهم يأتي مع ضمان حقوقهم المشروعة، وأن لديهم حرية الاختيار والإرادة في المضي في الدراسة، على الرغم من المتاعب الجسمية والفكرية، إلا أنهم متحمسون مندفعون لمواجهة مسيرتهم الدراسية بطاقة جسمية وعقلية عالية.

الهدف الثاني: التفكير الثنائي لدى طلبة كليات التربية الاساسية

تحقق هذا الهدف من خلال تطبيق الباحثون لمقياس التفكير الثنائي على أفراد العينة البالغ عددهم (٢٥) طالباً وطالبة وبعد المعالجة الاحصائية ظهر ان الوسط الحسابي لأفراد عينة البحث (١٠٦.٠١) وبانحراف معياري (١٢.٩٦) والوسط الفرضي للمقياس البالغ (٩٠) وبعد استخدام الأختبار التائي لعينة واحدة ظهر ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (٢.٢٤) وهي اعلى من القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٤) كما مبين في الجدول.

جدول (٦)

نتيجة الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس التفكير الثنائي

عدد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة المحسوبة	التائية الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
٢٥	١٠٦.٠	٢.٩٦١	٩٠	٢.٢٤	١، ٩٦	٠ ،،٥	٢٤

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النظرية التي تبناها الباحثون بأن طلبة الجامعة وباعتبارهم فئة مثقفة من فئات المجتمع وبحكم ثقافتهم وتعليمهم الجامعي فقد كانت انماطهم في التفكير تمتاز بالعلمية والمنطقية بالإضافة الى المرونة أي إمكانية تغيير وتعديل أفكارهم وقرارتهم تجاه المواقف والاحداث الحياتية كما أن تفسيراتهم لهذه الاحداث والمواقف عادة ما كانت تتسم بالعزو المنطقي لأسبابها ومبرراتها ولذلك كانت أفكارهم ومعتقداتهم واحكامهم إزاء الاحداث خاضعة لإرادة وسيطرة ذاتية شعورية ويتسمون بمعتقدات مركزية إيجابية مما جنبهم الوقوع تحت وطأة التفكير الثنائي ودلالاته وصوره الثنائية في التعامل مع المواقف والآخرين ومواجهة المشكلات اليومية ومما يدلل على ذلك فقد كانوا لا يعانون من اضطرابات انفعالية ونفسية ناشئة عن تشوهات معرفية وادراكية انما كانت انماطهم في التفكير ومعتقداتهم الفكرية وافتراضاتهم سليمة ومنطقية عن انفسهم وعن العالم المحيط بهم.

الهدف ثالث:

يتضمن الهدف ثالث عن كشف العلاقة بين الحيوية الذاتية وعلاقتها بالتفكير الثنائي لدى افراد العينة حيث استخدم الباحثون معامل الارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة الارتباطية بين درجات المقياسين وبلغ معامل الارتباط (٥٦. ٠) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية ضعيفة بين المتغيرين.

ثانيا: الاستنتاجات

من خلال النتيجة في البحث الحالي استنتج الباحثون ما يلي:-

١- ان الطلبة لديهم الحيوية الذاتية.

٢- ان الطلبة لديهم التفكير الثنائي.

٣- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المتغيرين لدى افراد عينة البحث.

ثالثا: التوصيات

١- في ضوء نتائج البحث الحالي توصل الباحثون الى التوصيات الاتية:-

٢- التأكيد على قياس الحيوية الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية لما له من تأثير على مسيرتهم الدراسية.

٣- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المتغيرين لدى افراد عينة البحث.

ثالثا: التوصيات

في ضوء نتائج البحث الحالي توصل الباحثون الى التوصيات الاتية:-

١-التأكيد على قياس الحيوية الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية لما له من تأثير على مسيرتهم الدراسية.

٢- تعزيز عملية التوجيه والإرشاد التربوي للطلبة، من قبل الجامعات من أجل دعم حيويتهم الذاتية في استثمار إمكانياتهم وقدراتهم الحقيقية، مما يدفعهم إلى الأنشطة التي تظهر كفاءتهم واستقلالهم في اتخاذ القرارات والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية، وتفريغ انفعالاتهم، مما يؤدي إلى تعزيز حيويتهم الذاتية.

٣- الاستفادة من أداة البحث التفكير الثنائي بالدراسات المستقبلية المشابهة لمفاهيم البحث .

٤-تخصيص محاضرات من خلال الدورات التطويرية والتأهيلية للطلبة للتوعية بالآثار السلبية الوخيمة التي تترتب على هذا النمط من التفكير.

رابعا: المقترحات

١. إجراء دراسة تتناول الحيوية الذاتية، وعلاقتها بمتغيرات أخرى في المجال النفسي، كالمناعة النفسية، الضغوط المهنية، أو الكفاح الأخلاقي.

٢.اجراء دراسة تتناول العلاقة الارتباطية بين الحيوية الذاتية ومتغيرات نفسية أخرى كالدعم الاجتماعي والذكاء الروحي.

٣. فعالية برنامج ارشادي لتنمية الحيوية الذاتية في تحسين الاندماج الاكاديمي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية

٤-استعمال مقياس التفكير الثنائي على عينات أخرى من الشباب غير طلبة الجامعة.

المصادر العربية

القران الكريم

-أبو حلاوة، محمد سعيد الشربيني عاطف مسعد (٢٠١٦) علم النفس الإيجابي نشأته وتطوره، نماذج من قضاياه، ط١، عالم الكتب، القاهرة، مصر.

-أخرس، نائل محمد عبد الرحمن (٢٠١٦) أثر برنامج اليقظة الذهنية في خفض أعراض الوهن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة الجوف المجلة الدولية للبحث في التربية وعلم النفس المجلد ٤. العدد ٢. البحرين .

.- برافين، لورانس أ، (٢٠١٠) علم الشخصية، ترجمة عبد الحليم محمود السيد وأخرون مراجعة عبد الحليم محمود السيد، الجزء الأول، الطبعة الأولى، القاهرة، مصر، المركز القومي للترجمة.

-جاسم ، ضياء نمر (٢٠٢٠) الحيوية الذاتية وعلاقتها بالكفاح الشخصي لدى طلبة المرحلة الاعدادية رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد كلية الآداب ، العراق.
-جورارد سدني ولندز من، تد (١٩٨٨) الشخصية السليمة، ترجمة: حمد علي، موفق الحمداني، بغداد، مطبعة التعليم العالي، جامعة بغداد العراق.
-راتب كامل (٢٠٠٠) تدريب المهارات النفسية وتطبيقها في المجال الرياضي (٢) دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
-سليم (٢٠١٦) الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الاجتماعية الايجابية والتفكير المفعم بالأمل لدى معلمي التربية الخاصة مجلة الارشاد النفسي، مركز الارشاد النفسي جامعة عين شمس / ع (٤٧)، ج (١)
-الشمري، عمار عبد علي حسن (٢٠١٣) . التشوهات المعرفية والعدوى الانفعالية وعلاقتها بالشخصية الهدمية اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الاداب جامعة بغداد
-العتوم، عدنان يوسف .(٢٠١٠) . علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق عمان، الأردن
-محمد عبد الله . (٢٠٠٠). العلاج معرفي السلوكي أسس وتطبيقات، القاهرة در الرشاد.
-كامل، محمد علي (٢٠٠١) دراسة مقارنة لبروفيلات الضغوط النفسية والاجهاد النفسي لدى ثلاث مجموعات ذات مستويات مختلفة للطاقة النفسية الفعالة، مجلة كلية التربية. جامعة طنطا.

المصادر الأجنبية

-Allard, R & Landry, R. (1986). Subjective Ethnolinguistic Vitality viewed as a Belief System. Journal of Multilingual and Multicultural Development 7,(1), pp:1-12.
-Al-Mosaiwi, Mohammed (2018). The Impact of Absolute Thinking on Wellbeing, Thesis submitted for the degree of Doctor of Philosophy School of Psychology and Clinical Language Sciences
-Brown, K. W., Ryan, R. M., & Creswell, J. D. (2007). Mindfulness: theoretical foundations and evidence for its salutary effects.. Psychological Inquiry, 18.(٤)
-Beck, A. T (1999). Scientific foundations of cognitive theory and therapy of depression. New York: Wiley
-Brunt, J. (2019). Caring thinking: the new intelligence Australasian Journal of Gifted Education, 5(1), 21-25
-Conner, T. S., Brookie, K. L., Carr, A. C., Mainvil, L. A., & Vissers, M. C. M. (2017). Let them eat fruit! The effect of fruit and vegetable consumption on psychological wellbeing in young adults: A randomized controlled trial. PLoS One, 1..(٢)

Esser, R. (2008): Vitality, A Psychiatrists Answer to lifes Problems vol.5-.
.- Kramer, D. (1983). Absolute thinking, its absolute essentials, the hospitality of international books.
…….D. A. (1990). Conceptualizing wisdom: The primacy of affect-cognition relations. In R. J Sternberg (Ed.), Wisdom: Its nature, origins, and development (pp. 279-313). Cambridge, England: Cambridge University Press.
…….D. (2000). Effect of Rational and Irrational Statements on Intensity and Inappropriateness of Emotional Distress and Irrational Beliefs inPsychotherapy Patient. British J. Clinical Psychology, 32 (30), 319-325.
-Kolb, A. (2005). The Kolb Learning Style Inventory-Version 3.1 2005 Technical Specifications, 15 May, 2-5. W
-Lavrusheva, Olga. (2020). The concept of vitality. Review of the vitality-related research domain. New Ideas in Psychology. 56, 100752
-Mello L.K., (2016) The Relationship Between Involuntary Unemployment,Self Esteem, Intrinsic Motivation, and Subjective Vitality of Adult Professionals, A Dissertation Doctor, Capella University...
-Rayner, S. & Riding, R. (1997). Towards to Categorization of Cognitive Styles and Learning Styles, Journal of Educational Psychology, Vol. 17, No. 1 & 2, Pp. 5-27.
-Reid, J (1998). Learning styles in the ESL/EFL class room Boston, MA: Heinle & Hinle. Rowing,
-Ryan, R. M. (1993). Agency and organization: Intrinsic motivation, autonomy and the self in psychological development. In J. Jacobs (Ed.), Nebraska Symposium on Motivation: Vol. 40. Developmental perspectives on motivation (pp. 1-56). Lin coln: University of Nebraska Press White.
-Ryan, R. M., & Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. Journal of Personality and Social Psychology, 57, 749-761.
-Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), Handbook of self-determination research. Rochester, NY: The University of Rochester Press.