

الصلابة النفسية وعلاقتها بالتفكير التأملي لدى طلبة جامعة تكريت

م.د. اسلام حسام طه

aslam.h.thah@tu.edu.iq

جامعة تكريت / كلية التربية للعلوم الإنسانية

الملخص

يهدف البحث الى دراسة الصلابة النفسية والتعرف على ارتباطها بالتفكير التأملي لدى طلبة جامعة تكريت، ومعرفة الفروق ذات الدلالة الاحصائية وفق متغيري الجنس و التخصص علمي ادبي ، واستخدم الباحث في بحثه المنهج الوصفي ذو العلاقة الارتباطية لأنه يتلاءم مع طبيعة هذه الدراسة. تكون عينة البحث من (٣٠٠) طالب وطالبة. قام الباحث بأعداد مقياس الصلابة النفسية والذي يتكون من ثلاث ابعاد (الاعتماد على النفس ٢ . معالجة المشكلات ٣ - المرونة). وتبني مقياس وحيد (٢٠١٧) للتفكير التأملي لتحقيق اهداف البحث وقد تم استخراج الخصائص السيكوبترية الصدق والثبات باستخدام الوسائل الاحصائية منها معامل ارتباط بيرسون، الاختبار الثاني لعينة واحدة، الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين (واظهرت النتائج الى تمنع طلبة جامعة تكريت بمستوى عال في الصلابة النفسية ومن خلال المقارنة بين الذكور والإناث تبين ان الإناث اعلى في صلابتهن النفسية من الذكور ، لا يوجد فرق في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير التخصص، تمنع عينة البحث بمستوى عال في التفكير التأملي ولا يوجد فرق بين الجنسين ولا فرق في التخصص في التفكير التأملي، وأخيراً ان الصلابة النفسية لها علاقة طردية مع التفكير التأملي .

الكلمات المفتاحية : الصلابة النفسية، التفكير التأملي، طلبة جامعة تكريت.

Psychological resilience and its relation to reflective thinking

among Tikrit University students

Aslam hussam taha

Tikrit University/ College of Education for Humanities

Abstract:

The research aims to identify the level of psychological resilience and its relation to reflective thinking among Tikrit University students, and to

know There were notable statistical differences based on the variables of gender as well as scientific and literary specialization. To address the objectives of the study, the researcher adopted a descriptive-correlational design, as it aligns with the nature of the investigation. The study sample included 300 participants. male and female students. The researcher prepared a psychological resilience scale which consists of three dimensions (self-reliance 2 – problem solving 3 – flexibility). A single scale (2017) for reflective thinking was adopted To meet the aims of the research, statistical procedures—including Pearson's correlation coefficient—were employed to determine the psychometric qualities as well as the validity and reliability of the instrument., the second test for one sample, and the second test for two independent samples. The results showed that Tikrit University students enjoy a high level of psychological resilience. Through comparison between males and females, it was found that females have higher psychological resilience than males. There is no difference in psychological resilience depending on the variable of specialization. The research sample enjoys a high level of reflective thinking, and there are no differences between the sexes or differences in specialization in reflective thinking. Finally, psychological resilience has a direct relationship with reflective thinking.

Keywords: Psychological resilience, reflective thinking, Tikrit University students

الفصل الأول

مشكلة البحث:

أن حياة الإنسان عالما مليئا بالتغييرات والتناقضات لذلك أصبحت حياتنا اليومية تتسم بسرعة الأحداث وتعدها ففي ظل هذه الأحداث التي تبدو فيها الحياة معقدة أدى التقدم العلمي إلى راحة الإنسان في التواصل والتفاعل ولكن في المقابل، ازدادت الضغوط على الجنس البشري ماديا واجتماعيا فقد يتعرض الإنسان لمواقف وأحداث يستطيع التحكم فيها أو لا يستطيع مواجهتها، فلا تسير حياة الأفراد على نفس المنوال دائما، فقد يكون سعيدا اليوم وحزينا غدا لأنه يواجه مشكلات.

والفرد الذي يتبع احداث العراق وما مر به المجتمع في السنوات الاخير من ازمات اقتصادية وعدم توافق سياسي و تدهور امني وما رافقه من قلق و هلع يسبب الارهاب الذي استهدف كل شرائح المجتمع وما ترتب عليها من موجات نزوح جماعي ، القت بضلالها واثارها السلبية على المجتمع بصورة عامة وفئة الشباب بصورة خاصة، اذ خلفت تلك الحقبة الزمنية حالة من الانكسار النفسي والذي أدى الى عدم التفاعل مع البيئة حيث اظهر على سلوك الفرد صلابة نفسية وعدم ادراك الذات وصعوبة في التعامل مع الاخرين لدى الافراد وبعد ان عان الفرد من فقدان لاحق اقاربهم او ذويهم في الاحاديث أدى بالفرد الى ان يكون اكثرا صلابة وعدم القدرة على التعامل بمرؤنة مع الاحاديث ، ولكن حياة الفرد مليئة بالتحولات الاسرية والاجتماعية التي أصبحت مصدر للضغوط القوية لدى الفرد مما يدفع الفرد الى مسairتها ، فان تنايم القدرات على حل المشكلات للفرد أصبحت ضرورية لمواجهة المشكلات (البحيري، ٢٠٠١:٢٨).

وهذا ما دفع ذوي الشأن التأكيد على ضرورة الاهتمام وتطوير العقل البشري بشكل واسع وكبير وإعداد فرد قادر على والتأمل العميق وعلى انتاج أفكار جديدة وتوظيفها في شتى مجالات الحياة المختلفة فالعقل الذي وهبه الله للإنسان والذي قد تميز به عن المخلوقات، وإنه الحد الفاصل الذي يميز به المعرفة السليمة و بين الصح والخطأ والخير والشر ، ن الحاجة إلى التفكير أصبحت اليوم أكثر إلحاحاً من أي وقت مضى، نتيجة التعقيد الكبير الذي فرضته تحديات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات على مجالات الحياة كافة، بما في ذلك المعرفة والتفكير والتأمل الصحيح و ممارساته (جروان، ٢٠١٠: ٢٤).

أهمية البحث:

أن مفهوم الصلاة النفسية هي تلك العملية التي تعمل على إلى توافق الفرد وقدرته على المواجهة الإيجابية للمشكلات ،تشمل الصدمات والأزمات النفسية التي قد يوجهها الفرد مثل الكوارث الطبيعية والحروب والأمراض المزمنة أو غيرها من الصدمات الشديدة، ويشمل هذا المفهوم أيضاً القدرة على تحدي الآثار السلبية لهذه الاضطرابات، والتمكن منها بشكل إيجابي، والعيش بشكل طبيعي ،علاوة على ذلك تعد الصلاة النفسية من الصفات العقلية التي لا تتأثر بالجنس أو معدل الذكاء. إلا أن الخبرات، وتقدير الذات، والتفكير بتأنى في مواجهة الضغوط تشكل عوامل وقائية وتدعم ظهور معدلات عالية من الصلاة النفسية عند مواجهة الضغوط والأزمات (البحيري، ٢٠١١: ٤٨١).

وترى العماوي (٢٠٠٩) ان التفكير التأملي في حياة الفرد أهمية بالغة كونه يسهم في ربط المعلومات السابقة باللاحقة يعطيه ثقة نفسية والاعتماد على النفس في إصدار القرارات التي

تخصه وبذلك يكون تفكيره تأملياً فيسهم في نجاح مهامه وتنمية المسؤولية الفرد (العماوي، ٢٠٠٩: ٥٧).

ان مستوى التفكير التأملي يساعد المجتمع على تحسين وتطوير القدرات في مواجهة المشكلة والتكيف معها فهو يحقق هدف الموقف ويساعد في اكساب الفرد الخبرة (الزغلول، ٢٠٠٢: ٣٠٥).

وتوصلت دراسة سيفاشي ٢٠١٧ إلى أن المعلمين قبل مباشرتهم بالمهنة لديهم مستوى مرتفع من التفكير التأملي ومهارات حل المشكلات كما أشارت الدراسة إلى أن هناك علاقة إيجابية وقوية بين التفكير التأملي وحل المشكلات وبشكل عام أن قدرات المعلمين قبل الخدمة في التفكير التأملي وحل المشكلات ذات مستوى عال (Sivaci, 2017).

اهداف البحث.

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

١. مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.
٢. التعرف على الفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور. إناث).
٣. التعرف على الفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير التخصص (أدبي - علمي)
٤. مستوى التفكير التأملي لدى طلبة الجامعة.
٥. التعرف على الفروق في مستوى التفكير التأملي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور. إناث).
٦. التعرف على الفروق في مستوى التفكير التأملي تبعاً لمتغير التخصص (علمي . أدبي).
٧. العلاقة بين الصلابة النفسية والتفكير التأملي لدى طلبة الجامعة.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة تكريت لعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥)

تحديد المصطلحات:

أولاً: الصلابة النفسية عرفها كل من:-

- ١ - عبد السميم (٢٠١٤): قابلية الفرد وقوته وصبره على مواجهة المحن والصدمات والتغلب عليها وقدرته على العودة مرة أخرى في تحقيق الاتزان والتوافق (عبد السميم، ٢٠١٤، ٣٩: ٢٠٢٠).
- ٢ - جحرب وآخرون (٢٠٢٠) ميكانيزم داخلي يساعد على تعزيز الفرد وجعله أكثر مقاومة للضغوط النفسية، وهي تجعل من الفرد مدركاً ومؤمناً بقدراته وملتزماً بتحقيق أهدافه رغم الصعوبات. (جحرب وآخرون، ٢٠٢٠، ٣٠: ٢٠٢٠)

التعريف النظري: هي قدرة الأفراد في الانخراط بشكل استباقي في التقييم العقلي للضغوطات المحتملة من خلال المستويات المدركة من الالتزام والتحكم والتحدي، وتنويمه وتوليف استجابات مسبقة للتكيف والتي تعزز فرص النمو الشخصي للفرد (Tara, X., & Ahsan, Y., 2025).

التعريف الاجرائي: وهي الدرجة التي يحصل عليها الطالب عن طريق اجاباته عن فقرات مقاييس الشخصية الناضجة الذي اعده الباحث.

ثانياً: التفكير التأملي وعرفه كل من:-

١- **الزبيري (٢٠١٤)**

القدرة على التعامل مع المواقف ومدخلاتها التعليمية بادرالك وفهم والتبصر بها لتحقيق القرار المناسب في الوقت والزمان المناسبين ولتحقيق الأهداف المتوقعة منه (الزبيري، ٢٠١٤).

٢- **صالح (٢٠٢٢)** هو القدرة على مراجعة الأفكار السابقة وتحليلها وتقيمها للوصول إلى قرارات عقلانية مناسبة تقسم بالانفتاح الذهني والمسؤولية الفكرية والتوجه الذاتي (صالح، ٢٠٢٢: ٣٣).

التعريف النظري: عملية معرفية تهدف إلى التقييم النقدي للتجارب الذاتية وتحليلها بصورة متأنية من خلال الانفتاح على وجهات النظر المختلفة وتحدي الافتراضات السابقة (Arshad, 2024: 53).

التعريف الاجرائي: هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال اجابته على مقاييس التفكير التأملي.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

تعترض حياة الإنسان مجموعة من العقبات التي تقف أمامه والتي تمنعه من إشباع دوافعه وتحد من رغباته فيشعر بالقلق والعجز وقلة الحيلة حيث تختلف قدرة الأشخاص في مواجهة الصعوبات التي يتعرض لها؛ فيعاني بعضهم من الاستسلام وبعضهم يمتلك صلابة نفسية تسهم في مواجهة التحديات والتمكن منها بقدر عالٍ من التحمل. (صحي، ٢٠٠٣: ٣٦).

فإن الاتجاه الحديث في الدراسات النفسية توجه نحو المفردات النفسية الإيجابية في الشخصية ، التي تعمل وتوجه الفرد نحو التوافق والتكيف مع متغيرات الحياة المختلفة ومن أهم هذه المتغيرات هو متغير الصلابة النفسية (البحيري، ٢٠١١: ٢٦١).

وقد أشار ديوي إلى التأمل الذي يصفه بأنه حالة تجعل الإنسان حائراً عندما يواجه موقف أو مشكلة ما والتي تكون منطلق عملية التفكير" ثم البحث والقصي لتحقيق حلول للمشكلة والخلاص من الشك فان هذا النوع من النمط في التفكير يتطلب من المتعلم التروي من أجل ملاحظة الموقف المشكل جيداً والامان بها وبالاعتماد على المعلومات السابقة التي تتناول نفس الموضوع ثم التوصل إلى معارف جديدة من خلال ربط الخبرة السابقة بالحاضر (عبدالقادر، ٢٠١٧، ٢٠١٨).

نظريات تناولت الصلابة النفسية:

أولاً: - نظرية الصلابة النفسية لـ "سوزان كوباسا" (Kobasa, 1979)

ان الفكرة الأساسية التي طرحت من قبل العالم كوباسا لمفهوم "الصلابة النفسية" بانها سمة شخصية تساعد الأفراد على التعامل مع الضغوط والتحديات بطريقة إيجابية، وتقلل من احتمالية تأثيرها السلبي على الصحة النفسية والجسدية لذى اكد كوباسا على مجموعة من المكونات راي بانها تساعد الفرد على ان يكون اكثراً صلابة وقوة وتحدياً للمشكلات والموافق التي يمر بها منها:-

١. الالتزام (Commitment):

إحساس الشخص بالاندماج والاهتمام بما يفعله، سواء في العمل أو العلاقات الاجتماعية أو الحياة بشكل عام فالشخص يحس ويرى الحياة ذات معنى، ويشعر بالمسؤولية تجاه ما يقوم به.

٢. التحدي (Challenge):

النظر إلى منعطفات الحياة والمصاعب على أنها فرص للنمو والتطور، لا تهديدات فتمكّنه من ان يتمتع بالمرؤنة النفسية ويحب الاستكشاف.

٣. التحكم (Control):

شعور الفرد بقدرته على التأثير في مجريات الأمور والتحكم في حياته، بدلاً من أن يكون ضحية للظروف

أهمية النظرية:

تُستخدم نظرية كوباسا في العديد من الأبحاث النفسية الخاصة في مجال الصحة النفسية والتنمية

ثانياً: - نظرية روتير (Rutter 2006) .

يستطيع الفرد المتكيف مواجهة الظروف المحيطة فان تأثير الدرجة لهذا الخطر تبدأ تتحصّر بصورة واضحة ، وان عوامل الحماية كما يشير روتير تعمل لتخفيض الخطر والخبرات الصادمة وتشمل هذه العوامل قوة الشخصية والتماسك الاسري والثقة بالنفسة والكفاءة الذاتية والآفاق الايجابية التي تشتراك معاً لبناء شبكة متراقبة من العلاقات الاجتماعية والتي تساعد على تبني الازمات والظروف الصعبة وقد اكد روتير في نظريته على مجموعة من الاليات التي تمكن الفرد من التعامل مع الصعوبات التي تواجهه الفرد.

- الالية الأولى: لتقليل تأثير المخاطر، يتم ذلك عن طريق تقليل التأثير من خلال تقييم عامل الخطر أو عن طريق تعديل التعرض للمخاطر وإن التحكم في التعرض للضغوطات بحيث يتمكن الفرد من التعامل بنجاح مع جرعات صغيرة من التجربة قد يقلل من إدراك الخطر، ويمكن للفرد التعامل بنجاح في بعض المواقف. يمكن أيضاً تفسير هذه النتيجة في سياق نظرية التطعيم ضد الإجهاد، حيث يحدث "التصلب" النفسي من خلال التعرض لمستويات معتدلة من الإجهاد.

قد تزيد التجارب السابقة للإجهاد خلال الطفولة والمراهقة في بعض الحالات من مقاومة الضغوط ، والتي يمكن أن تصبح مستويات أقل من الأعراض

• الآلية الثانية: تشير إلى التخفيف من ردود الفعل المتسلسلة التي تحدث بعد التعرض للخطر وتديم آثاره، على سبيل المثال، قد يزيد فقدان أحد الوالدين المبكر من احتمالية الإيذاع في المؤسسات ، مما له آثار ضارة على النتائج التنموية.

• الآلية الثالثة: احترام الذات والكفاءة الذاتية، هناك نوعان من التجارب التي تؤثر على بناء احترام الذات والكفاءة الذاتية. يتضمن النوع الأول تطوير علاقات حب آمنة ومتوازنة وفرص النجاح في إنجاز المهام أما، النوع الثاني فهو الشعور الناتج بالذات والكفاءة الذاتية الذي يمنح الفرد الثقة بأنه يستطيع مواجهة المهام التي يوجهها بنجاح و تدعيم العلاقات الشخصية الآمنة الناجحة (عباس ، ٢٠١٠ ، ٧٨)

نظريات التفكير التأملي:

أولاً: نظرية معالجة المعلومات **Information processing Theory**

تري هذه النظرية التفكير التأملي على ضمن مبدأ التشابه بين النشاط العقلي الذي يحدث عند الأفراد وعملية معالجة المعلومات التي تجري في الحاسوب الآلي، وينظر أصحاب هذه النظرية أنَّ قدرة الفرد على حل الموقف المشكل واستخدام التفكير التأملي يتوقف على قابلية الفرد على التعرف إلى المعلومات الواردة وتمييزها وتفسيرها وإدراك التشابهات العلاقات القائمة بين عناصر الموقف والقدرة على استرجاع الخبرات الماضية من ذاكرته وربطها بالموقف الحالي للوصول إلى الحل المناسب وإنَّ هذا الأنماذج يهتم بتفسير ثلات عمليات هي:

أ- استقبال المعلومات أو مدخلات التعلم.

ب- عملية معالجة المعلومات وتشمل عمليات التحويل والتمثيل والتخزين .

ت- عمليات استرجاع المعلومات وتشمل التذكر والنسيان وانتقال أثر التعلم(أبو جادو، ١٩٩٨، ١٩١).

ثانياً: نظرية كونج "جبل الجليد للانعكاس" (Iceberg of Reflection Model) ٢٠٢٢

تعتمد هذه النظرية على استعارة "الجبل العائم" لتوسيع مستويات عمق التفكير التأملي، بدءاً من السطح وحتى أعماق الباطن التأملي حيث يمثل الانعكاس الوصفي (Descriptive Reflection)

يمثل قمة الجبل (الجزء الظاهر فوق الماء) الذي يتضمن وصف التجربة أو الحدث كما حدث، بدون تحليل أو تفسير، أما الانعكاس الحواري (Dialogic Reflection) والذي يقع تحت السطح مباشرة ، يقوم على التفاعل الذهني بالسؤال: لماذا؟ وكيف؟ ، او اشبه بعقد ندوة او حوارات داخلية مع الذات، لاستخلاص أسباب الأفعال وتفسيرها والانعكاس والتحول وهو مستوى أعمق

والذي يتضمن إعادة النظر في الطرق والمفاهيم وتصور بدائل إضافية ليتيح تفكير أعمق ، أما الانعكاس النقدي وهو أعمق مستويات التأمل ويقع في قاعدة الجبل الجليدي والذي يتناول العوامل الاجتماعية والثقافية والسياسية التي تؤثر في الموقف ، وتكون أهمية النظرية في تبني فهما واسعاً وعميقاً للتفكير التأملي والذي يساهم في تطوير ممارسات المعلمين والطلبة في تطوير الاستراتيجيات التي تتعلق بالفهم العميق والنقد الذاتي (Quang, N. N. (2022) .).

الدراسات السابقة

اولاً: دراسات تناولت الصلابة النفسيّة

١ - دراسة ميستري (Mistery, 2009) (الصمود النفسي وعلاقته بسلوكيات المراهقين) هدفت الدراسة التعرف على مستويات الصمود النفسي عن المراهقين الذين يسلكون سلوكاً خطراً، ومعرفة العلاقة بينهما (الصمود، سلوك المراهقين) ، تكونت عينة الدراسة من (٤٠١٠) طالب وطالبة في ولاية كاليفورنيا الأمريكية (١٩٦٢ ذكور، ٢٠٤٨، إناث) ، وطبق على هذه العينة عدة مقاييس منها مقاييس الصمود النفسي ومقاييس الاكتئاب ، وبعد معالجة البيانات احصائياً باستعمال الحقيقة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) المتوسط الحسابي اختبار شيفيه ومعامل التباين الثاني مستوى الانحدار ومعامل ارتباط بيرسون ، حيث اظهرت النتائج بعدم وجود فروق دالة احصائياً في الصمود النفسي وفق متغير الجنس ، وكان مستوى الصمود النفسي منخفضاً لدى كل من الذكور والإناث (عاشر، ٢٠١٧، ٧٣:).

٢ - دراسة عبد الفتاح (٢٠١٤) (الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالحكمة وفاعلية الذات)

هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي مع المتغيرات الأخرى الحكمة وفاعلية الذات ، تكونت عينة الدراسة من (٥٤٠) طالب وطالبة من المرحلتين الأولى والرابعة (٢٠٣٢ المرحلة الأولى) (٢٠٢٢ المرحلة الرابعة) وقد بلغ متوسط اعمار العينة (٢٢) عاماً ، طبقت هذه الدراسة عدة مقاييس منها مقاييس الصمود النفسي ومقاييس الحكمة ومقاييس فاعالية الذات ، وبعد معالجة البيانات احصائياً باستعمال الحقيقة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، والقيمة التائية لعينتين مستقلتين والقيمة التائية لعينة واحد ومعامل ارتباط بيرسون ، وتوصلت الدراسة إلى النتائج منها عدم وجود فرق دال احصائياً بين درجات الطلبة من الذكور والإناث في ابعاد الصمود النفسي (التفاؤل ، وفرة الموارد ، الهدف المراد تحقيقه) ، عدم وجود فرق دال احصائياً بين المرحلة الأولى والمرحلة الرابعة في الصمود النفسي ، وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الصمود النفسي من جهة وبين الحكمة وفاعلية الذات من جهة أخرى (عبد الفتاح وآخرون ٢٠١٤: ٥٧).

ثانياً: دراسات تناولت التفكير التأملي:

١- دراسة سيفاشي (Sivaci, 2017) تركيا

"العلاقة بين اتجاهات التفكير التأملي وقدرات حل المشكلات الاجتماعية لمدرسي ما قبل الخدمة"

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى التفكير التأملي لدى المعلمين قبل الخدمة، وكذلك مستوى مهارات حل المشكلات لديهم، بالإضافة إلى تحديد طبيعة العلاقة بين التفكير التأملي وحل المشكلات. تألفت عينة الدراسة من (٤٣٨) طالباً في المرحلة النهائية من دراستهم في كلية التربية بجامعة كيرشهر في تركيا. ولجمع البيانات، استخدم الباحث مقياس التفكير التأملي (RTS) ومقاييس مهارات حل المشكلات (PSI). وقد تم تحليل البيانات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، والاختبار التائي (T-Test)، ومعامل ارتباط بيرسون، بالاعتماد على برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS). وأظهرت النتائج أن معلمي ما قبل الخدمة يمتلكون مستوى مرتفعاً من التفكير التأملي ومن مهارات حل المشكلات. كما كشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباط إيجابية قوية بين التفكير التأملي وحل المشكلات. وبصورة عامة، استنتجت الدراسة أن مستوى كل من التفكير التأملي وحل المشكلات لدى معلمي ما قبل الخدمة كان مرتفعاً (Sivaci, 2017).

٢- دراسة طسطوش (٢٠١٣) (التفكير التأملي والتعلم المنظم ذاتياً والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة طيبة)

. مكان الدراسة : مدينة المنورة - جامعة طيبة المملكة العربية السعودية . عينة الدراسة : ٨٠٧ طالباً وطالبة من جامعة طيبة ،المنورة للعام ٢٠١٣-٢٠١٢ . وجدت النتائج هناك علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين التفكير التأملي والتعلم المنظم ذاتياً، وهذا يعني ان الطلبة الذين يتمتعون بقدرة تأملية افضل يمارسون تنظيماً ذاتياً اعلى في الفهم حيث كان مستوى التفكير التأملي لدى الطلبة «متوسطاً»، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث بينما كان مستوى التنظيم الذاتي مرتفعاً. كذلك، لم توجد فروق حسب النوع أو الكلية لكنها وجدت حسب المستوى الأكاديمي لصالح طلبة السنة الأولى (طسطوش وآخرون، ٢٠١٣).

الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءاته

ثانياً: مجتمع البحث :Population of Research

تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة تكريت ، فقد بلغ مجموع الطلبة للعام الدراسي (٢٠٢٤) - (٢٠٢٥) (٤١٦٥٩) وبواقع (٦٠٦) طالباً و (٢٠٠٥٣) طالبة

ثالثاً: عينات البحث :Samples of Research

أ- عينة التمييز: تم رصد (٤٠٠) طالب بطريقة عشوائية بسيطة بواقع (٢٠٠) طالباً و (٢٠٠) طالبة موزعين على أربع كليات (٢) علمية و (٢) إنسانية و الجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١) عينة التمييز

المجموع	إناث	ذكور	اسم الكلية	التخصص
١٠٠	٥٦	٤٤	الهندسة	العلمية
١٠٠	٥٢	٤٨	علوم الحاسوب والرياضيات	
١٠٠	٣٨	٦٢	التربية الإنسانية	الإنسانية
١٠٠	٥٤	٤٦	الآداب	
٤٠٠	٢٠٠	٢٠٠		المجموع

ج- عينة الثبات: تم اختيار (٤٠) طالب من كلا الجنسين بالإضافة إلى التخصص وبطريقة عشوائية وبالتساوي .

د- عينة البحث الأساسية

استطاع الباحث أن يلجم إلى اختيار عينة طبقية ممثلة للمجتمع الأصلي ، ويكون اختيار العينة بطريقة عشوائية من كل طبقة ، فقد بلغ عدد الذكور (٧٠) طالباً من التخصص العلمي و (٩٠) طالباً من التخصص الإنساني، وقد بلغ عدد الإناث في التخصص العلمي (٨٠) طالبة أما عن عدد الإناث في التخصص الإنساني فقد بلغ (٦٠) طالبة كما موضح في الجدول (٢).

جدول (٢) توزيع طلبة عينة البحث بحسب التخصص والجنس

المجموع	إناث	ذكور	الجنس \ التخصص
١٥٠	٨٠	٧٠	علمي
١٥٠	٦٠	٩٠	إنساني
٣٠٠	١٤٠	١٦٠	المجموع

رابعاً: أدوات البحث:

من أجل تحقيق أهداف البحث الحالي ، اعتمد الباحث على أداتين لقياس متغيرات البحث ، الأداة الأولى بناء مقياس الصلابة النفسية . والأداة الثانية تبني مقياس التفكير التأملي .

وقد اتبع الباحث خطوات محددة في إعداد هاتين الأداتين بحيث يكونان ملائمين لمتغيرات البحث وعلى النحو الآتي

١- مقياس الصلابة النفسية :

وبعد ان اطلع الباحث على ادبيات المقاييس التي خصصت لقياس الصلابة النفسية ومنها مقياس (باعلي ٢٠١٤) و مقياس (عبد السميم، ٢٠١٤) ، و مقياس (كوزي ١٩٩١) وبعد مراجعة المقاييس المذكورة اعلاه مع الاخذ بنظر الاعتبار أستاذة علم النفس والتربية، فوجد الباحث أن من الأفضل القيام بإعداد مقياس للصلابة النفسية، لعدم توفر مقياس عراقي حديث يناسب بيئة المجتمع في الوقت الحالي، كما أن استخدام مقاييس أجنبية قد لا يكون مناسباً لاختلاف الثقافات، ما قد يؤثر على سلامة ودقة النتائج، الأمر الذي يتطلب بناء أداة ذات خصائص سيكومترية دقيقة من صدق وثبات والقدرة على التميز ، وتبعد للخطوات التالية :

- ٠ تحديد ابعاد المقياس .

للغرض التفكير في اعداد ابعاد المقياس التي تكون قادرة على تعطية متغير الصلابة النفسية ، واخذ الباحث بنظر الاعتبار الاطار النظري والتعریف النظري وبعد التعرف على الدراسات والادبيات حول الموضوع فقد قام الباحث بتحديد ثلات ابعاد للصلابة النفسية وهي :

١. الاعتماد على النفس ٢ . معالجة المشكلات ٣ - المرونة

- ج . صياغة فقرات المقياس .

بعد تحديد ابعاد المقياس وفقراته وكل بعد من الابعاد صيغت (٤) فقرة بصيغة أولية على وفق ابعاد المقياس الثلاثة.

- ٠ الصدق **Validity:**

أ- الصدق الظاهري (Face validity)

قام الباحث بعرض المقياس وفقراته و مجالاته على الأساتذة المحكمين البالغ عددهم (٣٠) محكماً لغرض ابداء ارائهم حول صلاحية المقياس وبعد جمع اراء المختصين وتحليلها بواسطة مربع كاي تم قبول (٤١) وحذف (٣) فقرات وبعدها أصبح المقياس متكون من (٣٨) فقرة والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) آراء الخبراء والمحكمين حول صلاحية مقاييس الصلاة النفسية

مستوى الدلاله ٠٠٥	قيمة مربع كاي		عدد المعارضين	عدد الموافقين	النسبة المئوية	النسبة المئوية	العدد	العدد	عدد الفقرات	سلسل الفقرات	المجال
	الجدولية	المحسوبة									
دالة لصالح الموافقين	٣,٨٥	٣٠	%٠	٠	%١٠٠	٣٠	١٢	٦,٥,٣,٢,١ ١٠,٩,٨,٧ ١٥,١٣,١١	الاعتماد على النفس	١٤,١٢,٤	١٢,٦
دالة لصالح المعارضين	٣,٨٣	١٦,١٤	%٨٨	٢٦	%١٣	٤	٣				
دالة لصالح الموافقين	٣,٨٠	٣٢	%٠	٠	%١٠٠	٣٠	١٢	٥,٤,٣,٢,١ ١٠,٩,٨,٧ ١٤,١٣,١١	العلاج المشكلات	١٢,٦	١٠,٣
دالة لصالح المعارضين	٣,٨١	١٣,٣٤	%٨٢	٢٥	%١٧	٥	٢				
دالة لصالح الموافقين	٣,٨٥	٣٠	%٠	٠	%١٠٠	٣٠	١٢	٦,٥,٤,٢,١ ١١,٩,٨,٧ ١٤,١٣,١٢	المرونة	١٠,٣	١٠,٣
دالة لصالح المعارضين	٣,٨٧	١٩,٢٣	%٩١	٢٧	%١٠	٣	٢				

• تعليمات المقاييس

بعد ان اجرى الباحث التطبيق الاستطلاعي تبين ان استجابات الطلبة كانت جيدة وتميزت فقراته بالوضوح بالنسبة للطلبة حيث تبين ان متوسط الوقت المستغرق من قبل الطلبة إثناء اجابتهم على الاستبيان هو (١٥) دقيقة.

• القوة التمييزية لفقرات مقاييس الصلاة النفسية تم سحب عينة عشوائية بلغت (٤٠٠) طالباً وطالبة ومن التخصصين العلمي والإنساني ، تم تعين المجموعتين العليا والدنيا وقام الباحث بحساب القوة التمييزية لفقرات المقاييس واستخدم الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين باستخدام الحقيقة الإحصائية (SPSS) فوجد ان القيمة الثانية اعلى من الجدولية التي تبلغ (١,٩٦٠) وكان مستوى دلالتها (٠,٠٥) ودرجة حريتها (٢١٣) لمجموع فقرات المقاييس الا فقرة واحدة تحمل التسلسل (٣١) وكانت قيمتها المحسوبة اقل من قيمتها الجدولية فتم استبعادها من المقاييس و الجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤) القوة التمييزية لفقرات مقاييس الصمود النفسي *

قيمة T المحسوبة	المجموعة العليا				قيمة T المحسوبة	المجموعة العليا				قيمة T المحسوبة
	الانحراف المعياري	الوسط حسابي	الانحراف المعياري	الوسط حسابي		الانحراف المعياري	الوسط حسابي	الانحراف المعياري	الوسط حسابي	
٦,٣١	١,٤٧	١,٣٨	١,٤٩	١,٧٣	٢٢	٧,٤٢	١,٤٦	١,٤٢	١,٤٠	١,٧٩
٥,٥٥	١,٤٨	١,٤٢	١,٤٤	١,٧٣	٢٣	٧,٨٨	١,٤٥	١,٤٢	١,٤٢	١,٧٨
١١,٩١	١,٤٩	١,٤٩	١,٣٩	١,٨٥	٢٤	٧,٤٤	١,٤٣	١,٤٣	١,٤٣	١,٧٦
٥,٥٦	١,٥٢	٤٦٧١	١,٣٩	١,٨٥	٢٥	٩,٣٢	١,٤٣	١,٢٢	١,٤٥	١,٧٥
١,١٤	١,٢٢	٢,٧٥	١,٢٧	٢,٧٤	٢٦	٣,٧٧	١,٤٦	١,٤٩	١,٤٧	١,٧٤
٨,٤١	١,٤١	١,٤٧	١,٣٩	١,٩٩	٢٧	٨,٤٨	١,٤٤	١,٣٣	١,٤٧	١,٦٤
٢,٢٨	١,٤٢	١,٧٥	١,٣٤	١,٧٥	٢٨	٥,٥٥	١,٤٦	١,٤٣	١,٤١	١,٧٨
٤,٩٨	١,٤٤	١,١٩	١,٨٨	٢,١٨	٢٩	١٢,٧٧	١,٣٧	١,١٣	١,٣٨	١,٨١
٢,٢١	١,٧٤	١,٤١	١,٧٧	٢,١٩	٣٠	٣,٦٥	١,٤٧	١,٤١	١,٤٩	١,٥٧
٤,٥٢	١,٢٨	١,١٦	١,٧٤	١,٧٥	٣١	٨,١١	١,٤٧	١,٤٤	١,٣٨	١,٨٠
٧,٨٧	١,٤٨	١,٣٢	١,٣٨	١,٧٥	٣٢	٦,٣٢	١,٤٩	١,٣٨	١,٣٩	١,٨٠
١,٣٤	١,٤٦	١,٤٣	١,٢٩	٢,٤٩	٣٣	٤,٠٩	١,٤٢	١,٣٤	١,٤٣	١,٧٥
٤,٩٢	١,٤٨	١,٤٢	١,٤٤	١,٧٩	٣٤	٤,٤٩	١,٤٦	١,٤٢	١,٤٤	١,٧٤
٣,٨٣	١,٤٩	١,١٧	١,٨٩	١,٩٣	٣٥	٦,٨٤	١,٤٢	١,٣٥	١,٨٠	١,٤
٤,٥٤	١,٧٥	١,١٨	١,٧٢	١,٧٣	٣٦	٦,٨٤	١,٤١	١,٤٧	١,٣٣	١,٧٥
٤,١١	١,٤١	١,١٢	١,٥٢	١,٨٥	٣٧	٥,٨٩	١,٤٨	١,٣٤	١,٤٧	١,٩٣
٣,٤١	١,٩١	١,٢٨	١,٨٣	١,٤٩	٣٨	٤,٧١	١,٤٨	١,٢٢	١,٤٩	١,٥٣
٢,٢٢	١,٧٥	١,٤٣	١,٧٧	٢,١٧	٣٩	٦,٣٧	١,٤٨	١,٣٤	١,٤٣	١,٧٣
٣,٧٨	١,٤٧	١,٤٢	١,٤٩	١,٧٤	٤٠	٣,٤٣	١,٤٩	١,٢٨	١,٨١	١,٩٩
٨,٤٧	١,٤٤	١,٢٩	١,٥٦	١,٧٠	٤١	٣,٨٠	١,٤٣	١,٤٤	١,٤٣	١,٧٢
-	-	-	-	-	-	١,٨٦	١,٤٩	٢,٢٢	١,٤١	١,٤٣

*القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة = (٠,٠٥)

س . علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرات) .

ان حساب القوة التمييزية يتحدد من خلال حساب العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس، وكلما كان الارتباط موجباً وعالياً فيدل على احتمالية الحصول على فقرات متجانسة في قياس السمة لمراد قياسها (النبهان، ٢٠٠٤: ٢٩٦)،

وأعتمد الباحث على عينة باللغة (٢٠٠) طالب وطالبة لتحليلها ولحساب القوة التمييزية للفقرات من خلال المجموعتين المتطرفتين، وقام الباحث باحتساب الارتباطات بين درجات المشاركين على كل فقرة والدرجة الكلية له، وذلك للتحقق من اتساق الفقرات مع المقياس ككل. كما تم اختبار الدلالة الإحصائية للمعاملات للتأكد من صلاحية الفقرات ومدى نجاحها في قياس البعد المستهدف، فاتضح للباحث أن الفقرات جميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) والجدول (٥) يبين ذلك

جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقاييس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
١	٠,٦٣٦	٢٧	٠,٦١٢	١٤	٠,٦١١	
٢	٠,٥٨٣	٢٨	٠,٥٨٩	١٥	٠,٥٩٣	
٣	٠,٦٥٢	٢٩	٠,٦٣٣	١٦	٠,٥٠٢	
٤	٠,٥٥٦	٣٠	٠,٦٣٧	١٧	٠,٤٠٢	
٥	٠,٥٤٣	٣١	٠,٥١١	١٨	٠,٥٨٣	
٦	٠,٤١٧	٣٢	٠,٥٦٧	١٩	٠,٥٤٦	
٧	٠,٥٦١	٣٣	٠,٥٨٣	٢٠	٠,٦٣٩	
٨	٠,٥٨٨	٣٤	٠,٦٢٢	٢١	٠,٦٠٩	
٩	٠,٤٨٩	٣٥	٠,٥٧٨	٢٢	٠,٦٣٣	
١٠	٠,٤٨٩	٣٦	٠,٥٦٢	٢٣	٠,٥٨١	
١١	٠,٦١٩	٣٧	٠,٤٩٣	٢٤	٠,٤٧٨	
١٢	٠,٥٠٩	٣٨	٠,٥٤٦	٢٥	٠,٥٥٤	
١٣	-	-	٠,٤٧٨	٢٦	٠,٥٦٢	

أن قيم معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من الفقرات والدرجة الكلية للمقياس امتدت بين الدرجات (٠,٤٧٨ . ٠,٦٣٩) مما يدل على ارتباط إيجابي ودال بين المجموعة الكلية للمقياس والفقرات الفرعية المتكونة منه ؛ فيدل ذلك أن مقياس الصلابة النفسية متجانس في قياس الهدف الذي وضع لأجله.

ح. الثبات .

للتتحقق من ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار ،طبق الباحث الأداة على عينة استطلاعية بلغ عددها (٤٠) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة، وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية من كلا التخصصين العلمي واللنساني لضمان التوازن. وبعد مرور (١٥) يوماً أعاد الباحث تطبيق المقياس على نفس العينة، ثم قام باستخراج معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني، وذلك للتأكد من ان المقياس ثابت ومستقر ، وقد أشار الظاهر (١٩٩٩) إلى ان فرق المدة بين التطبيقين الأول والتطبيق الثاني تتراوح ما بين (٢٠-١٠) يوماً (الظاهر وآخرون، ١٩٩٩، ١٤١-١٤٠).

ومن خلال الاعتماد على معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة في التطبيق الأول والثاني تبين انه يساوي (٠,٨٢) وهو معامل ذي دلالة جيدة ويدل على ثبات جيد ، اذ أشارت أدبيات القياس والتقويم إلى إن الاختبارات الجيدة يتراوح معامل ثباتها بين (٠,٦٠ ، ٠,٨٥) (عودة، ١٩٩٨، ٢٤٠).

طريقة التصحيح (مقياس الصلابة النفسية) .

تم الإجابة على فقرات مقياس الصلابة النفسية على وفق مفاتيح التصحيح الخمسية لكل واحدة من الإجابات حسب مقياس ليكرت الثلاثي (ينطبق على دائمًا ، ينطبق على غالباً ، ينطبق على أحياناً) ، وتعطى للإجابات الدرجات حسب تسلسلها السابق (١ ، ٢ ، ٣) للفقرات السلبية ، وتعطى الدرجات (٣ ، ٢ ، ١) للفقرات الإيجابية ، وبذلك فإن كل درجة عالية يحصل عليها المستجيب على مقياس الصلابة النفسية هي (١١٤) ، وأدنى درجة هي (٣٨) .

٢- مقياس التفكير التأملي :

وصف المقياس : -

للغرض معرفة متغير التفكير التأملي لدى طلبة الجامعة اعتمد الباحث على مقياس (الحادي والعشرين) لكونه قد طبق في بيئه عراقية وعلى طلبة الجامعة ويحمل نفس الخصائص السايكومترية لعينة البحث وقد تكون المقياس من (٣٩-٣٤) فقرة ، ويكون مدرج الإجابة من خمسة بدائل وهي (تنطبق على بدرجة كبيرة جداً-تنطبق على بدرجة كبيرة-تنطبق على بدرجة متوسطة-تنطبق على بدرجة قليلة-تنطبق على بدرجة قليلة جداً) . وللتصحيح أعطيت (٥) درجة للفقرة التي تقيس التفكير التأملي والتي أجبت عنها تنطبق على بدرجة كبيرة جداً. أما إذا أجبت عنها ب تنطبق على بدرجة قليلة جداً فيعطى (١) درجة للفقرات الإيجابية والسلبية .

مؤشرات صدق المقياس وثباته : -

الصدق الظاهري للمقياس : (Face Validity)

وقد تحقق هذا النوع من الصدق في مقياس التفكير التأملي من خلال عرض فقرات المقياس المكون من (٣٩) فقرة على مجموعه من الخبراء المختصين في مجال التربية وعلم النفس لنقدير مدى صلاحية كل فقره من فقرات المقياس ، وبديل الاستجابة عن هذه الفقرات. وبعد الاطلاع على آراء المحكمين والتعرف على نسبتها المؤدية وتحليلها باستخدام مربع كاي لمعرفة الفرق بين اجابات الموافقين من المحكمين وغير الموافقين عند مستوى دلالة (٠٠٥) تم تعديل بعض الفقرات ولم يتم استبعاد أية فقرة جدول (٦) .

جدول (٦) آراء المحكمين حول صلاحية فقرات التفكير التأملي وتعديلها مع النسب المؤدية وقيمة مربع كاي المحسوبة لآرائهم ودلالاتها الإحصائية

أرقام الفقرات	عدد الموافقون	غير الموافقين	قيمة مربع مستوى
---------------	---------------	---------------	-----------------

الدالة ٠٠٥	كاي ١٤	النسبة المئوية	النكرار	النسبة المئوية	النكرار	الفقرا ت	
دالة	١٤	-	-	١٠٠	١٤	٣١	١ ، ٩، ٧، ٣، ٢، ١ ، ١٦، ١٥، ١٤، ١٢ ، ٢٠، ١٩، ١٨، ١٧ ، ٢٤، ٢٣، ٢٢، ٢١ ، ٢٨، ٢٧، ٢٦، ٢٥ ، ٣٢، ٣١، ٣٠، ٢٩ ، ٣٧، ٣٦، ٣٥، ٣٤ ٣٩، ٣٨
دالة	٤.٥٩٠	٥٠	٧	٧٨.٥٦	١١	٨	٤ ، ١٠، ٨، ٦، ٥، ٤ ٣٣، ١٣، ١١
المجموع							٣٩

يتضح من جدول (٦) أن المحكمين البالغ عددهم (١٤) محكماً قد اتفقا على صلاحية (٣١) فقرة أما الفقرات الباقيه فقد أقترح بعض المحكمين تعديلاها لتكون أكثر ملائمة ووضوح ، وقد أخذ الباحث بهذه المقترفات فقام بتعديلها ، ومن ثم عرضت الفقرات المعدلة على المحكمين فتمنى الموافقة عليها وبذلك أصبح المقياس بصيغته النهائية مكون من (٣٩) فقرة ذات محتوى ايجابي وسلبي

٢- ثبات المقياس : (Scale Reliability)

الثبات الحصول على نفس الدرجة او مقاربة في حال اعدنا المقياس مرة أخرى على نفس العينة. (سمارة ، ١٩٨٩ ، ١٤٣ :)

وهناك عدة طرق لحساب ثبات مقياس الصلاحة النفسية هي :-

طريقة التجزئة النصفية : (Spilt-Half)

طبق الباحث الأداة على (٤٠) طالباً وطالبة. وبعد جمع البيانات وتصحيح الاستمرارات، قسمت الفقرات إلى قسمين؛ الأول يضم الفقرات الفردية (١، ٣، ٥، ...) والثاني يضم الفقرات الزوجية (٢، ٤، ٦، ...). وتم حساب الارتباط بين درجات القسمين باستخدام معامل ارتباط بيرسون، فالنتيجة كانت (٠.٧٤). وبعد تصحيحها بمعادلة سبيرمان براون ارتفع معامل الثبات إلى (٠.٨٥)، وهو يدل على أن المقياس لديه درجة جيدة من الثبات.

رابعاً" : التطبيق النهائي :-

بعد أن أكمل الباحث بناء مقياس الصلاة النفسية والتحقق من الصدق لمقياس التفكير التأملي وثباته قام الباحث بتطبيق المقياسين على العينة البالغة (٣٠٠) طالب جامعي خامساً : الوسائل الإحصائية :-

في المعالجة الإحصائية للبيانات الواردة في البحث الحال إستخدم الباحث عدة وسائل إحصائية وهي :-

١- مربع كاي لعينة واحدة : استخدم لمعرفة الفروق بين المحكمين الموافقين وغير الموافقين على فقرات مقياسي البحث

٢- الاختبار الثاني لحساب القوة التمييزية لفقرات الصلاة المعرفية

٣- معامل أرتباط برسون : وقد إستخدم في استخراج معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية

٤- معادلة سبيرمان - براون (Sperman - Brown) استخدم لتصحيح قيمة معامل ارتباط برسون للثبات المستخرج بطريقة التجزئة النصفية .

٥- الاختبار الثاني لمعرفة الفرق بين متوسط درجات العينة النهائية والمتوسط النظري لمقياس البحث

٦- أستخدم الباحث برنامج SPSS (الحقيقة الإحصائية) لغرض معالجة نتائج البحث الحالي .

الفصل الرابع عرض النتائج

عرض النتائج ومناقشتها:-

في هذا الفصل سيتم عرض النتائج التي توصل إليها الباحث وفقاً للأهداف المرسومة للدراسة الحالية إلى التحقق منها، وتحليل نتائجها التي استحصل عليها الباحث من هذا البحث لمعرفة العلاقة بين الصلاة النفسية والتفكير التأملي.

الهدف الأول: - التعرف على مستوى الصلاة النفسية لدى طلبة الجامعة.

طبق الباحث مقياس الصلاة النفسية على العينة البالغة (٣٠٠) طالب وطالبة، فتبين ان الوسط الحسابي للدرجات (٢٦٠.٣١) والانحراف المعياري قد بلغ (١٣.٧٤٠). ولاختبار مستوى الصلاة النفسية، استعمل الباحث الاختبار الثاني لعينة واحدة، وقام بمقارنة الوسط الحسابي للعينة مع الوسط الفرضي البالغ (١.٩٦).

وتوصل إلى أن القيمة الثانية المحسوبة (٣٣.٩٩٣) أعلى من القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٩)، وهذا يدل على أن مستوى الصلاة النفسية لدى العينة عال، والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) (المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة والجدولية لدرجات العينة في الصلاة النفسية)

مستوى دلالة (٠٠٠٥)	القيمة التائية		درجة الحرية	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
دالة	١.٩٦	٣٣.٩٩٣	٢٩٩	٧٦	١٣.٧٤٠	٩٦.٣١	٣٠٠

وتشير هذه النتيجة الى أن طلاب الجامعة يتمتعون بمستوى عال في الصلاة النفسية، وتشير النتيجة على ان الطلاب ثقتهم عالية بالنجاح في دراستهم الجامعية، والتي تتضح من خلال قدراتهم الذاتية، وقدرتهم على حل المشكلات، وتمتعهم بمرنة نفسية عالية ، وهذه العوامل تعمل بشكل هام في بناء ذوات الطلبة ومعتقداتهم وتطوير انفسهم، وتمكنهم من القيام بمسؤولياتهم على أتم جه ، ومن خلال ذلك ان النتيجة التي توصل اليها الباحث كانت تختلف مع دراسة (سيفاسي، ٢٠١٧) ودراسة عبد الفتاح (٢٠١٤) حيث كان مستوى الصلاة النفسية للدراستين هو متذبذب لكلا الجنسين.

الهدف الثاني:- التعرف على الصلاة النفسية وفق متغير الجنس (ذكور- إناث).

بيّنت النتائج أن الوسط الحسابي لعينة الذكور على مقاييس الصلاة النفسية بلغ (٨٥.٨٤) وبلغ الانحراف المعياري (١١.٦٠٨)، بينما بلغ الوسط الحسابي لعينة الإناث (٩٨.٢٥) وبلغ الانحراف المعياري (١٤٠٨٣). للتحقق من دلالة الفروق بين الذكور والإناث، استخدم الباحث اختبار التأي لعينتين مستقلتين، وكانت القيمة التائية المحسوبة تساوي (٥.١٤٢) وهي أكبر من القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠٠٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨). ويتبيّن من هذه النتائج هنالك فرق ذي دلالة إحصائية لصالح عينة الإناث في مستوى الصلاة النفسية، كما هو موضح في الجدول (٨).

جدول (٨) الفرق بين درجات الطلاب والطالبات في الصلاة النفسية

مستوى الدلالة (٠٠٠٥)	القيمة التائية		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	نوع العينة
	الجدولية	المحسوبة				
دالة	١.٩٦	٥.١٣٢	١١.٦٠٨	٨٥.٨٤	١٦٢	الطلاب
			٥.١٤٢	٩٨.٢٥	١٣٨	الطالبات

وعند التوصل الى نتائج الدراسة قد تبيّن بوجود فرق في الصلاة النفسية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث) ولصالح الإناث، حيث يرى الباحث من خلال نتائج بحثه أن الطالبات أكثر صلاة نفسية مقارنة بالذكور .

الهدف الثالث:- التعرف على الصلاة النفسية وفق متغير التخصص (علمي - إنساني).
 النتائج تبين أن الوسط الحسابي لعينة طلبة التخصص العلمي على مقياس الصلاة النفسية بلغ (٩٥.٥٨) درجة بانحراف معياري قدره (١٢.١٤٥)، بينما بلغ الوسط الحسابي لعينة التخصص الإنساني (٩٤.٢١) درجة بانحراف معياري (١٣.٧٠٠). وبعد تطبيق اختبار التائي لعينتين مستقلتين، كانت القيمة التائية المحسوبة (١٠.٦٩٠) أقل من القيمة الجدولية (١٠.٩٦) عند مستوى دلالة (٠٠٠٥) وهذا يعني أنها غير دالة، مما يشير إلى عدم وجود فرق دال إحصائياً بين التخصصين في مستوى الصلاة النفسية دلالة إحصائية وعند مستوى دلالة (٠٠٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨)، فيتبين من ذلك عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية تبعاً لمتغير التخصص (علمي - إنساني) في متغير الصلاة النفسية كما مبين في جدول (٩)

جدول (٩) الفرق بين درجات التخصص العلمي والإنساني على مقياس الصلاة النفسية

مستوى الدلالة .٠٠٥	القيمة التائية		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	التخصص
	الجدولية	المحسوبة				
غير دالة	١.٩٦	١.٦٩٠	١٢.١٤٥	٩٥.٥٨	١٠٣	علمي
			١٣.٧٠٠	٩٤.٢١	١٩٧	إنساني

من خلال نتائج الدراسة تبين عدم وجود لفروق ذي دلالة إحصائية في الصلاة النفسية تبعاً لمتغير التخصص (علمي - إنساني)، وتفق هذه النتيجة مع دراسة (ميسيري، ٢٠٠٩) ودراسة عبد الفتاح (٢٠١٤)

الهدف الرابع:- التعرف على مستوى التفكير التأملي لدى طلبة الجامعة.

بعد أن طبق مقياس التفكير التأملي قد بلغ الوسط الحسابي لدرجات الطلبة (١٥٠.٢٨) بانحراف معياري قدره (١٥.٤٦٣)، بينما كان المتوسط الفرضي (١١٧) درجة وعند استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، توصلت النتيجة إلى أن القيمة التائية المحسوبة (٥٤.٥٦٠) وهي أكبر من القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠٠٠٥) ودرجة حرية (٢٩٩)، مما يبين أن أفراد العينة لديهم مستوى عال من التفكير التأملي، وكما هو موضح في الجدول (١٠).

جدول (١٠) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة والجدولية

درجات (عينة البحث) على مقياس التفكير التأملي

مستوى دلالة (٠٠٠٥)	القيمة التائية		درجة الحرية	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
دالة	١.٩٦	٥٤.٥٦٠	٢٩٩	١١٧	١٥.٤٦٣	١٥٠.٢٨	٣٠

ويتبين من خلال النتائج أن العينة الحالية لديها تفكيراً تأملياً فوق المتوسط، ومن أهم العوامل التي يمكن أن تؤثر على التفكير التأملي لدى طلبة الجامعة هي البيئة الصحفية او المحاضرة

التعليمية التي تشجع على تنوع طرق التعامل مع المواقف التعليمية بلطف ومواجهتها، والعمل على حلها مشكلاتها مستقبلاً من خلال التفكير بتأمل لتحقيق الأهداف المرجوة، وبحكم الظروف الصعبة التي روشت الطالب ومكنته من التغلب على هذه الصعوبات بنجاح من خلال التفكير بتأمل وتأني، حيث ان هذه النتيجة تتفق مع دراسة (سيفاسي، ٢٠١٧) والتي اكدت على ان التفكير التأملي وحل المشكلات له ارتباط وثيق بأهداف الدراسة

الهدف الخامس:- التعرف على التفكير التأملي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث)

أظهرت النتائج أن متوسط درجات الذكور على مقياس التفكير التأملي كان (١٤٠.٥٨) بانحراف معياري (١٢٠.٥٢٢)، بينما كان متوسط درجات الإناث (١٤٠.٠٧) بانحراف معياري (١٨٠.٥٢٠). وقد بلغت القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠٠٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨)، وهذا يدل على عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى التفكير التأملي كما مبين في جدول (١١)

جدول (١١) الفرق بين درجات الطلاب والطالبات على التفكير التأملي

مستوى الدلالة (٠٠٠٥)	القيمة الثانية		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	نوع العينة
	الجدولية	المحسوبة				
غير دالة	١.٩٦	٠.٩١٢	١٢٠.٥٢٢	١٤٠.٦٤	١٦٢	الطلاب
			١٨٠.٥٢٠	١٤٠.٠٧	١٣٨	الطالبات

وقد تبين من نتائج الاختبار الإحصائي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفكير التأملي بين الذكور والإناث، مما يشير إلى أن الجنس لا يعد عاملًا مؤثراً في هذا المتغير، إذ أن (الذكور) لا يختلفون عن (الإناث) في تفكيرهم التأملي. وقد يعزى ذلك إلى زوال الفوارق التقليدية بين الجنسين في مجتمعنا فيما يتعلق بقدراتهم على التفكير التأملي. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (طسطوش، ٢٠١٣) ودراسة (سيفاسي، ٢٠١٧).

الهدف السادس: التعرف على التفكير التأملي وفقاً لمتغير التخصص (علمي- إنساني).

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لدرجات طلبة التخصص العلمي على مقياس التفكير التأملي بلغ (١٤٠.٧٨) بانحراف معياري قدره (١٣٠.٢٨٨)، في حين بلغ المتوسط الحسابي لطلبة التخصص الإنساني (١٢٦.٠٧) بانحراف معياري قدره (١٣٠.٣٨٠). وعند استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، تبين أن القيمة الثانية المحسوبة بلغت (١.٣١٢)، وهي أقل من القيمة الثانية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠٠٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨).

وهذا يشير إلى أن الفروق بين متوسطي المجموعتين غير دالة إحصائياً، مما يدل على عدم وجود فرق بين طلبة التخصصين (العلمي والإنساني) في مستوى التفكير التأملي. وكما مبين في

جدول (١٢)

جدول (١٢) الفرق بين درجات التخصص العلمي والإنساني على مقاييس التفكير التأملي

مستوى الدلالة (٠٠٥)	القيمة الثانية		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	نوع العينة
	الدولية	المحسوبة				
غير دالة	١.٩٦	١.٣١٢	١٣.٢٨٨	١٤٠.٧٨	١٠٣	علمي
			١٤٠.٣٨٠	١٢٦.٠٧	١٩٧	إنساني

وتقسّير النتيجة ان التفكير التأملي لا يتغيّر بتغيّر توجّه التخصص الدراسي، وقد يكون السبب في ذلك هو أن الطّلاب بصورة عامة يتعرّضون لمشاكل حيّاتية متشابهة، فهم جميعاً يتعرّضون لمشكلات سياسية ونفسية واقتصادية واجتماعية ودراسية، كونهم من بلد ومشاكل متقاربة إلى حد ما، فهناك مؤشر واضح على أن التقارب، والتجانس بينهم في جميع التخصصات العلمية.

الهدف السابع:- التعرّف على العلاقة الارتباطية بين الصّلابة النفسيّة والتّفكير التأملي طلبة الجامعة

تحقيقاً لهذا الهدف استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون، وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة بين الصّلابة النفسيّة والتّفكير التأملي، والجدول (١٣) يوضح ذلك.

جدول (١٣) معامل الارتباط بين الصّلابة النفسيّة والتّفكير التأملي

الدرجة الكلية	المتغير
	الصلابة النفسيّة
٠.٦٧٨	التفكير التأملي

قيمة (٢) الجدولية = ٠.١١٣ وهذا يدل على أن الارتباط دال عند مستوى دالة (٠٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨).

ويعزّز الباحث هذه النتيجة إلى أن الصّلابة النفسيّة لها علاقة طردية بالتفكير التأملي للطلبة الجامعية وعلى الرغم من تباين مستوى الصّلابة النفسيّة من فرد لآخر، يمكن وصفها سمة ثابتة نسبياً لديه، فالطالب يتعرّض للكثير من المواقف الحيّاتية المختلفة وقد تختلف في شدتها، فيمكن اعتمادها كمعايير للحكم على مدى ثبات الصّلابة النفسيّة.

النّصائح:

١- تعزيز ثقافة التعبير الحر وتشجيع العاملين على أداء مهامهم بكل فاعلية، وأن تحفّزهم على طرح آرائهم ومقترناتهم دون خوف من العواقب السلبية مثل حرمانهم من الامتيازات، بما يضمن بيئة عمل داعمة ومحفّزة.

٢- توسيع دائرة اتخاذ القرار والاشراك مع المدرسين في معالجة مشكلات العمل داخل المدرسة، مع اعتبار أن ذلك جزء من مهامهم وخصائصهم، وعدم الاقتصار على قرارات مدير المدارس، خصوصاً في الحالات التي قد يفتقر فيها المدير للخبرة، مما يستوجب الحصول على خبرات من الفريق.

المقتراحات:

- ١ - تفاصيذ دراسة مشابهة على مديري المدارس الثانوية، بهدف اكتشاف مستوى الصلابة، وتحليل علاقتها بعدد من المتغيرات الأخرى ذات الصلة مثل النمو المعرفي التنظيم الذاتي
- ٢ - إجراء مقارنة بحثية بين مدراء مدارس الريف ومدراء مدارس المدينة، للكشف عن الفروقات في مستوى الصلابة النفسية وتأثير البيئة التعليمية على هذا الجانب.

المصادر

- ١ - أبو جادو، محمد صالح علي، ١٩٩٨، علم النفس التربوي ،الأردن ،دار المسيرة للنشر والتوزيع ،الأردن.
- ٢ - البحيري ، محمد رزق (٢٠١١). تباين الصمود النفسي بتباين بعض المتغيرات لدى عينة من الايتام ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، مجلد ٢١ ، العدد ٦٩.
- ٣ - البحيري، السيد (٢٠٠١)، أساليب التفكير في الرياضيات، ط١، الرياض، السعودية.
- ٤ - جخرب ، محمد عرفات ٢٠٠٢ ،التقويم اللغوي :طرقه ومعاييره في المدرسة الجزائرية،السنة الخامسة من منهج تعليم اللغة العربية ١٣: (مطبوعة جزء من نشرة تعليمية).
- ٥ - جخرب محمد عرفات وعلي حرات (٢٠٢٠) رسالة دكتوراه منشورة،الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة ماستر قسم علم النفس وعلوم التربية والارطقونيا بجامعة عمار ثليجي،جامعة قاصدي ،الجزائر .
- ٦ - جিروان، فتحي عبد الرحمن (٢٠١٠)، تعليم التفكير ومفاهيم وتطبيقات، ط٥، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ٧ - الحديدي، حميد صالح احمد محمد، (٢٠٢١)المخططات الذاتية وعلاقتها بالتفكير التأملي والبداع الانفعالي لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه ، كلية التربية للعلوم الإنسانية ،قسم العلوم التربوية والنفسية، جامعة تكريت ،العراق.
- ٨ - الزبيري، شريفة (٢٠١٤)، فاعلية استخدام حافظة "عينات عمل المعلم" في تمية التفكير التأملي لدى الطالبات بقسم التربية الخاصة، كلية التربية، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، المجلد الثالث، العدد (١٢)، كانون الاول.
- ٩ - الزغول، عماد عبد الرحيم (٢٠٠٢)، مبادئ علم النفس التربوي، ط٢، دار الكتاب الجامعي، العين، الامارات العربية المتحدة.
- ١٠ - سمارة، عزيز وآخرون (١٩٨٩)، مبادئ القياس والتقويم في التربية، ط٢، دار الفكر، عمان، الأردن.

- ١١- صالح ، اكرم محمد (٢٠٢٢) اثر برنامج تعليمي قائم على مهارات التفكير التأملي في تنمية مهارات ماوراء المعرفة لدى طلبة المرحلة الثانوية ،مجلة كلية التربية ،جامعة الازهر ،مجلد ٤١، عدد ٢٠٢ / ص ٢١١-٢٦٠.
- ١٢- صبحي ٢٠٠٣ الصحة النفسية للإنسان. مصر: الدار اللبناني مصر.
- ١٣- طشطوش، رامي عبد الله & الترجمي، سليمان (٢٠١٣). "التفكير التأملي والتعلم المنظم ذاتياً والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة طيبة".
- ٤- الظاهر، زكريا محمد وآخرون (١٩٩٩)، مبادئ القياس والتقويم في التربية، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ١٥- عاشر، باسل محمد عبدالله (٢٠١٧) . الصمود النفسي وعلاقته و بالاتزان الانفعالي لدى مرضى العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية في قصاع غزة، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية . الجامعة الاسلامية في غزة ، فلسطين .
- ١٦- عباس ، محدث (٢٠١٠) . الصلابة النفسية كمنبع بخض الضغوط النفسية والسلوك، العدوانى لدى معلمى المرحلة الإعدادية ، مجلة كلية التربية، مجلد ٢٦ .
- ١٧- عبد السميم، ورد محمد مختار (٢٠١٤) . الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة والأداء الأكاديمي لدى الطالبة الجامعية ،رسالة ماجستير ،جامعة عين شمس، مصر.
- ١٨- عبد الفتاح،فاتن فاروق &شيري مسعد حليم ٢٠١٤،الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالحكمة وفاعليات الذات،مجلة كلية التربية بور سعيد،العدد ١٥،الجزء ١.
- ١٩- عبد القادر، بشير محمود (٢٠١٧)، مهارات التفكير التأملي لدى تلميذ الصف التاسع الأساسي في مدينة حمص، (رسالة ماجستير)، مجلة جامعة البعث، المجلد (٣٩)، العدد (٣)، كلية التربية، جامعة البعث، ص ١١-٤٢.
- ٢٠- العماوي، جيهان احمد (٢٠٠٩)، أثر استخدام طريقة لعب الأدوار في تدريس القراءة على تنمية التفكير التأملي لدى طلبة الصف الثالث الأساسي، رسالة ماجستير(غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.
- ٢١- عودة، احمد سليمان (١٩٩٨)، القياس والتقويم في العملية التدريسية، ط ٢، دار الأمل للنشر والتوزيع، جامعة عمان، الأردن.
- ٢٢- مكاوي ، صالح فؤاد محمد (٢٠١٢) . الطاقة النفسية الفعالة وعلاقتها بمعنى الحياة لدى الشباب الجامعي المشاركين في ثورة (٢٥) يناير ، مجلة دراسات تربوية ونفسية ، العدد (٧٦) يوليو ، مصر .
- ٢٣- النبهان، موسى . (٢٠٠٤) . أساسيات القياس في العلوم السلوكية، ط ١، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن .

- 24–Arshad,m,&naz,t.(2024). thinking reflectively: insights from academic leaders in higher education .journal of Asian development studies ,13(4) retrieved from.
- 25–Tara, X., & Ahsan, Y. (2025). Cognitive hardiness in the workplace: A systematic review and call for future research Management Review Quarterly.
- 26–Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11.
- 27–Quang, N. N. (2022). Post-lesson affordance-based reflective discussion in ELT classes. *TESOL Journal*.
- 28–Sivaci, S (2017) The relationship between reflective thinking tendencies and social problem solving abilities of pre-service teachers, Ahi evran university, journal of education and training studies, vol 5 , no 11 , p21–31 , Turkey .
- 29–Tara, X., & Ahsan, Y,2025 Quang, affordance-based reflective discussion in ELT classes *TESOL Journal*.
- 30–Al–Nasiri, Hadla Yahya, Psychological Flexibility and Its Relationship to Assertive Behavior among University Students, Tikrit University Journal for Humanities, Volume (29), Issue (10), 299, 2022.