

## الوعي القصدي الآني وعلاقته بالكمال الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا

م.د محمد سليم عويد

mohammeds@uowasit.edu.iq

جامعة واسط/ كلية التربية للعلوم الانسانية

### الملخص

هدفت الدراسة الى تعرف الوعي القصدي الآني وعلاقته بالكمال الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة (٣٠٠) طالبا وطالبة، وقد استخدم الباحث مقياس الوعي القصدي الآني و مقياس الكمال الأكاديمي، وتم التحقق من الصدق ( الظاهري، و البناء) والثبات لكلتا الاداتين باستعمال الاتساق الداخلي الفاكرونباخ وتوصلت الدراسة الى عدة نتائج أهمها : أن طلبة العينة يتمتعون بمستوى من الوعي القصدي الآني أعلى بشكل ملحوظ مما هو متوقع بناء على المتوسط الفرضي. هذا الارتفاع في مستوى الوعي القصدي الآني قد يعكس امتلاك الطلبة خصائص معرفية ووجدانية وسلوكية متميزة، تجعلهم أكثر قدرة على الانتباه والتفاعل الهادف مع محيطهم الأكاديمي والاجتماعي و ارتفاع واضح في مستويات الكمال الأكاديمي لدى أفراد العينة مقارنة بالمتوسط المتوقع نظريا هذا يشير إلى أن الطلبة يظهرون مستوى عالياً من الطموح والمثالية فيما يتعلق بإنجازاتهم الأكاديمية و بينت الدراسة وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة معنوية بين المتغيرين، تعكس هذه النتيجة أن هناك علاقة طردية معتدلة بين الوعي القصدي الآني والكمال الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا.

الكلمات المفتاحية: الوعي القصدي الآني، والكمال الأكاديمي.

### Instant Intentional Awareness and Its Relationship with Academic Perfectionism among Graduate Students

Mohammed saleem waied

University of Wasit/ College of Education for Human sciences

**Abstract:**

The study aimed to investigate the concept of instant intentional awareness and its relationship with academic perfectionism among graduate students. The researcher employed the descriptive method, with a study sample comprising 300 male and female students. The researcher utilized the Instant Intentional Awareness Scale and the Academic Perfectionism Scale. The validity (both face and construct) and reliability of both instruments were verified using Cronbach's alpha for internal consistency.

The study yielded several key findings, the most important of which are: the students in the sample exhibited a significantly higher level of instant intentional awareness than expected based on the hypothetical mean. This heightened level of awareness may reflect the students' possession of distinctive cognitive, emotional, and behavioral characteristics, enabling them to pay greater attention and engage more purposefully with their academic and social environments. Additionally, the study noted a clear rise in the levels of academic perfectionism among the sample compared to the theoretically expected average. This indicates that students demonstrate a high level of ambition and idealism regarding their academic achievements. Moreover, the study revealed a statistically significant correlational relationship between the two variables, indicating a moderate positive relationship between instant intentional awareness and academic perfectionism among graduate students.

**Keywords: Instant Intentional Awareness, Academic Perfectionism.**

-مشكلة البحث:

تمثل الدراسات العليا بمكانتها في السلم التعليمي مرحلة مهمة في نضوج شخصية الطالب، فهي مرحلة متعددة الأوجه تتمثل في التعبير عن الانفعالات والتفاعل مع زملاء التخصص، وتمثل هذه المرحلة انتقالاً نحو البحث العلمي المعمق، مما يتطلب من الطالب قدرة متزايدة على

تحمل المسؤولية، واتخاذ قرارات مستقلة في المسار الأكاديمي، كما أنها تعدّ إعداداً علمياً وثقافياً يساعده على اختيار التخصص الدقيق والمساهمة الفعالة في ميدان المعرفة. في ظلّ تعدّد المهام الجامعية، يبرز الوعي القصديّ الآنّي كأحد الأطر المفاهيمية التي ترتبط بالاستبصار الذاتي والقدرة على التنظيم المعرفي والانفعالي، ويشير إلى انتباه الفرد الحاضر لما يفكر به ويفعله دون حكم، ما يسهم في تعزيز فاعلية اتخاذ القرار الأكاديمي، وتوجيه الجهد نحو الأهداف ذات القيمة الشخصية، وقد أظهرت أبحاث متعددة أن هذا النوع من الوعي يرتبط بارتفاع مستوى المرونة المعرفية والانضباط الذاتي، مما يدعم الأداء الأكاديمي المستقل (Shapiro et al., 2006: 373).

و يعدّ الكمال الأكاديمي من السمات الشخصية المهمة لدى طلبة الدراسات العليا، ويقصد به السعي المتواصل لتحقيق المعايير العالية والنتائج المثلى في الأداء الجامعي، ويجمع بين الطموح المرتفع والضبط الذاتي، ويظهر بعض الطلبة مستويات من الكمال التكيفي الذي يحفزهم نحو التفوق، بينما قد يتسم آخرون بنزعة غير صحية نحو الكمال ترتبط بالقلق والخوف من الفشل، وقد أوضحت الدراسات أن هذا النمط له تأثير مباشر على مستوى الرضا الذاتي والإنجاز الأكاديمي. (Stoeber & Otto, 2006: 295)

وتتبن مشكلة البحث الحالي من خلال محاولة استكشاف العلاقة بين الوعي القصديّ الآنّي والكمال الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا، حيث لم تحظ هذه العلاقة بالبحث الكافي، خاصة في البيئة الجامعية، مما يبرز الحاجة إلى تحليلها بطريقة علمية تسهم في تطوير برامج الدعم الأكاديمي والنفسي.

#### أهمية البحث :

يمكن إجمال أهمية البحث بما يأتي.

#### أولاً: الأهمية النظرية

يستعرض البحث الحالي مفهوم الوعي القصديّ الآنّي بوصفه أحد المفاهيم النفسية المعاصرة المرتبطة بالتركيز الواعي والتنظيم الذاتي، إذ يسلط الضوء على أهمية الانتباه اللحظي المقصود في إدارة السلوك الأكاديمي والوجداني للطلّاب، ويبرز أثره في تحقيق الإنجاز والتحفيز الداخلي، كما يدرس الكمال الأكاديمي كمتغير نفسي يسهم في تفسير سلوك الطلبة الجامعيين من حيث الطموح والتفوق، وما يرتبط به من مشاعر الرضا أو القلق الأكاديمي، وقد ربطت بعض الدراسات بين الوعي القصدي والكمال التكيفي بوصفهما مؤشرين على الصلابة الأكاديمية (Dundas et al., 2017: 275).

–يعد هذا البحث إضافة إلى التراث النفسي والتربوي في البيئة الجامعية العراقية، إذ يعالج العلاقة بين متغيرين لم تحظَ دراستهما معا باهتمام كاف في أدبيات علم النفس التربوي، مما يجعله مسارا جديدا يسهم في تطوير فهم أعمق لسلوك طلبة الدراسات العليا.

#### ثانيا: الأهمية التطبيقية

–إن التعرف على طبيعة العلاقة بين الوعي القصدي الآني والكمال الأكاديمي يمكن أن يساعد المهتمين في حقل التعليم العالي على تصميم برامج إرشادية تستهدف تعزيز اليقظة الذهنية الواعية، وتشجيع الكمال التكيفي لدى الطلبة، بما ينعكس إيجابا على أدائهم الأكاديمي ونضجهم الشخصي.

–سيوفر هذا البحث أدوات مقننة ومتكيفة لقياس كل من الوعي القصدي الآني والكمال الأكاديمي، ويمكن الاستفادة منها مستقبلا في البحوث النفسية والتربوية، كما يمكن أن تستخدم في بيئات الدعم الأكاديمي الجامعي والإرشاد النفسي للطلبة.

#### –أهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف على:

- الوعي القصدي الآني لدى طلبة الدراسات العليا.
- الكمال الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا.
- العلاقة بين الوعي القصدي الآني والكمال الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا.

#### –حدود البحث:

يتحدد مجتمع البحث الحالي بـ طلبة الدراسات العليا في جامعة واسط للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥.

#### –تحديد المصطلحات:

الوعي      القصدي      الآني: Awareness      Intentional

–Shapiro ,et al 2006 :

حالة ذهنية ينخرط فيها الفرد في متابعة الحاضر بوعي كامل، مع نية مسبقة وانتباه متعمد نحو ما يحدث داخليا وخارجيا، دون إطلاق أحكام، وهو مفهوم يعد منبثقا عن اليقظة الذهنية لكن يركز على عنصر "القصدي" في الانتباه والتركيز، ويرتبط هذا المفهوم بعمليات الضبط المعرفي وتنظيم الانفعال، ويعزز الاستبصار الذاتي لدى الطالب في بيئات التعلم المعقدة (Shapiro et al., 2006: 374).

–التعريف الاجرائي : يعرف الباحث الوعي القصدي الآني إجرائيا بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها طالب الدراسات العليا من خلال إجابته عن فقرات مقياس الوعي القصدي الآني المعتمد في البحث الحالي.

## 2- الكمال الأكاديمي: Stoeber & Otto, 2006 - Academic Perfectionism :

يعرف بأنه نزعة داخلية تدفع الفرد إلى تحقيق معايير أداء عالية جداً في المجال الأكاديمي، مصحوبة بوعي دقيق بالتفاصيل، ورغبة قوية في النجاح وتجنب الفشل، ويأخذ الكمال الأكاديمي شكلين: تكيفي يساهم في رفع الإنجاز، وغير تكيفي يرتبط بالضغط النفسي والخوف من الأخطاء..(Stoeber & Otto, 2006: 295)

### -التعريف الاجرائي :

يعرف الباحث الكمال الأكاديمي إجرائياً بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها طالب الدراسات العليا من خلال استجابته على فقرات مقياس الكمال الأكاديمي المستخدم في هذا البحث.

### -الإطار النظري:

#### أولاً: الوعي القسدي الآني

شهدت العقود الأخيرة توسعاً ملحوظاً في دراسة الوعي القسدي الآني بوصفه أحد المفاهيم النفسية المرتبطة باليقظة الذهنية والتنظيم الذاتي، ويعد هذا الوعي آلية عقلية تتضمن الانتباه المتعمد لما يحدث في اللحظة الراهنة، مقترباً بنية داخلية توجه السلوك نحو هدف محدد، وقد أظهرت البحوث أن هذا النمط من الوعي يساهم في التفاعل الواعي مع البيئات المعقدة ويزيد من فرص اتخاذ قرارات أكاديمية هادفة.(Brown & Ryan, 2003: 822)

يرتبط الوعي القسدي الآني ارتباطاً وثيقاً بوظائف معرفية مثل الانتباه الانتقائي والتفكير التأملي، وقد أشارت دراسات متعددة إلى أن الطلبة ذوي الوعي القسدي المرتفع يميلون إلى ضبط عواطفهم، والتعامل مع التحديات الدراسية بكفاءة، كما يعززون إدراكهم لمتغيرات بيئتهم الأكاديمية بطريقة غير تفاعلية، مما يتيح لهم الحفاظ على التركيز في المهمات ذات الأهمية الأكاديمية.(Shapiro et al., 2006: 374)

قدمت الأدبيات نماذج نظرية متعددة للوعي القسدي الآني، ومنها نموذج "الانتباه الموجه بالنية" الذي اقترحه Bishop وآخرون، حيث يتكون هذا الوعي من مكونين رئيسيين، هما: تنظيم الانتباه تجاه الحاضر، وتبني موقف منفتح غير تقييمي تجاه التجربة، وقد أشار الباحثون إلى أن هذا النموذج يساهم في خفض الاجترار الذهني ويزيد من فاعلية اتخاذ القرار في مواقف الضغط المرتفعة.(Bishop et al., 2004: 230)

تتضمن مكونات الوعي القسدي عدة أبعاد، أولها النية الواعية وهي توجيه الانتباه نحو غاية محددة بوعي، يليها الانتباه اللحظي وهو المراقبة المستمرة للتجربة الحسية والذهنية في الوقت الراهن، إضافة إلى التقبل غير المشروط لما يتم إدراكه، دون محاولة التغيير الفوري أو إصدار الأحكام، وكل هذه الأبعاد مجتمعة تمكن الفرد من الفعل الأكاديمي المدفوع بالقصد والتحكم.(Creswell, 2017: 491).

تشير الأدبيات إلى أن الأفراد يختلفون في قدرتهم على استخدام الوعي القصدي الآني في مواقف الحياة اليومية، إذ يظهر هذا الوعي كاستراتيجية تنظيمية مهمة ترتبط بالتفكير الأخلاقي، والقدرة على تجاوز التشتت الذهني، ويعد من العوامل النفسية الحامية ضد القلق الأكاديمي والاحتراق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا، كما أنه يعزز الارتباط الهادف بالمحتوى المعرفي (Tang et al., 2007: 17152).

من وجهة نظر معرفية، يعد الوعي القصدي الآني آلية لإعادة التوجيه العقلي من التلقائية إلى الإرادة، وقد اقترح البعض أنه يمثل "تفعيلاً ذاتياً للنية"، حيث ينقل الطالب تركيزه من الانشغال بالمشتتات إلى التعامل المباشر مع المهمة الراهنة، كما يرتبط بالتحفيز الداخلي والتعلم المنظم ذاتياً، مما يجعله أداة نفسية فعالة في دعم النجاح الأكاديمي طويل المدى (Vago & Silbersweig, 2012: 296).

ينظر إلى الوعي القصدي الآني كوسيلة لتحقيق التميز الشخصي والأكاديمي، حيث يعمل كقوة نفسية داخلية تدعم الأداء المستقر، وتقلل من التفاعلات الانفعالية التي تعيق الإنجاز، كما يوفر هذا النوع من الوعي قاعدة مرجعية لتنمية الانضباط الذاتي والقدرة على العمل تحت الضغط، خاصة في بيئات الدراسات العليا التي تتطلب تركيزاً معرفياً عالياً (Keng et al., 2011: 1041).

#### ثانياً: الكمال الأكاديمي :

يعد الكمال الأكاديمي توجهها معرفياً وشخصياً يعبر عن سعي الطالب لتحقيق أداء مثالي في المجال الدراسي، ويتميز بالسعي المستمر نحو تحقيق المعايير العليا والتفوق الأكاديمي، وقد أشار باحثون إلى أن الكمال الأكاديمي يمكن أن يكون تكيفياً حين يقترن بضبط الذات والتحفيز الإيجابي، أو غير تكيفي حين يرتبط بالقلق والخوف من الفشل (Stoeber & Otto, 2006: 295).

أوضح كل من فليت وهويت أن الكمال الأكاديمي يتضمن ثلاثة أنماط رئيسية، هي: الكمال الذاتي، وهو السعي الداخلي لتحقيق التميز، والكمال الاجتماعي المفروض، وهو شعور الفرد بأن الآخرين يطالبونه بالكمال، وكمال الآخرين، وهو توقع الكمال من الآخرين، ويؤثر كل نمط من هذه الأنماط في تجربة الطالب الأكاديمية بشكل مختلف، إذ يرتبط الكمال الذاتي بارتفاع الإنجاز، بينما قد يقود الكمال الاجتماعي المفروض إلى الاحتراق النفسي (Flett & Hewitt, 2002: 52).

أظهرت الأدبيات أن الكمال الأكاديمي يرتبط بأبعاد متعددة في السلوك الطلابي، منها: التنظيم الذاتي، والقلق من الامتحانات، والاجترار الذهني، والانشغال المفرط بالتقييم، ويشير الباحثون إلى أن هذا النوع من الكمال يسهم في دفع الطلبة لتحديد أهداف صارمة، والالتزام بمعايير أداء

مرتفعة، لكنه في الوقت ذاته قد يهدد الصحة النفسية عند عدم القدرة على تحقيق هذه المعايير (Rice & Ashby, 2007: 72).

من مكونات الكمال الأكاديمي ما يرتبط بالضبط الذاتي مثل الالتزام بخطط دراسية دقيقة، ومتابعة الإنجاز بشكل مستمر، ومنها ما يتعلق بالمقارنة الاجتماعية والاحتياج المستمر للتقدير، وقد بينت الدراسات أن الطلبة ذوي الكمال التكيفي يستخدمون استراتيجيات تعلم عميقة، بينما يظهر ذوو الكمال غير التكيفي أنماطاً من الانسحاب والقلق والانشغال بالنتائج دون تركيز فعلي على عملية التعلم. (Dunn et al., 2006: 543)

ينقسم الكمال الأكاديمي إلى أبعاد معرفية وانفعالية وسلوكية، فالمعرفي يشمل التقييم الذاتي المستمر للأداء والاهتمام بالتفاصيل، والانفعالي يظهر في القلق المرتبط بعدم الإنجاز والخوف من الأخطاء، أما السلوكي فيتجلى في الإفراط بالتحضير، وإعادة إنجاز المهمات أكثر من مرة، والتأجيل بسبب السعي للكمال، وهذه الأبعاد الثلاثة تتداخل لتشكل نمطاً من الأداء المضغوط عالي التنظيم لكنه مثقل بالتوتر. (Stoeber et al., 2009: 295–319)

تشير الأبحاث إلى أن الكمال الأكاديمي يتأثر بالعوامل البيئية والاجتماعية كالدعم الأسري، وتوقعات الأساتذة، وتنافس الزملاء، مما يجعله متغيراً متعدد العوامل، وقد أظهرت دراسات عدة أن البيئة التعليمية التي تشجع على الإنجاز وتوفر تغذية راجعة إيجابية تقلل من تأثيرات الكمال غير التكيفي، بينما البيئة الضاغطة تعزز التفكير القائم على النقد الذاتي والقلق من التقييم (Wang et al., 2016: 196–223).

من وجهة نظر النمو الاجتماعي، فإن الكمال الأكاديمي لا يتطور بمعزل عن السياق الثقافي والاجتماعي، فالنظم التربوية التي تعتمد التنافس المفرط وتربط القيمة الذاتية بالتحصيل تزرع لدى الطالب أنماطاً من الكمال القهري، بينما البيئة التي تدعم النمو الذاتي والهدف الشخصي تعزز من الكمال التكيفي المنتج، ولذلك يعد فهم الخلفية الاجتماعية منطلقاً لفهم دافع الكمال وتفسيره أكاديمياً. (Damian et al., 2013: 750–755)

-الدراسات السابقة:

دراسات تناولت الوعي القصدي الآني:

-دراسة (Shapiro et al., 2006):

هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف الآليات النفسية التي تفسر أثر الوعي القصدي الآني (mindfulness with intentionality) على الصحة النفسية العامة، وقد أجريت على عينة من طلبة الدراسات العليا في تخصصات الصحة النفسية بولايات أمريكية مختلفة، وتوصلت إلى أن الطلبة الذين يمتلكون مستويات مرتفعة من الوعي القصدي يتمتعون بتنظيم معرفي وانفعالي أفضل، ولديهم قدرة أعلى على التكيف مع ضغوط الدراسة والمهام التراكمية،

وأوصت الدراسة بإدخال تدريبات اليقظة الواعية ضمن المناهج الأكاديمية لتعزيز الأداء الأكاديمي الذاتي)(Shapiro, Carlson, Astin, & Freedman, 2006, p. 375 دراسة(Tang et al. (2007: استهدفت هذه الدراسة فحص تأثير تدريب قصير على التأمل الذهني الواعي في تحسين الانتباه والتنظيم الذاتي، وطبقت على مجموعة من طلبة الجامعات الصينية، وتوصلت إلى أن المشاركين الذين خضعوا لتدريب الوعي القصدي لمدة خمسة أيام أظهروا تحسناً في الأداء المعرفي، وانخفاضاً في الاستجابات التلقائية، مقارنةً بالمجموعة الضابطة، مما يعكس أثر الوعي القصدي في توجيه الانتباه وتحقيق إنجاز أكاديمي أكثر فاعلية(Tang et al., 2007, p. 17155).

#### دراسات تناولت الكمال الأكاديمي:

دراسة(Stoeber & Rambow (2007: هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين الكمال الأكاديمي ونمط الدراسة لدى طلاب المرحلة الجامعية الأولى في ألمانيا، وقد استخدمت مقياس الكمال الأكاديمي التكيفي وغير التكيفي، وتوصلت إلى أن الكمال الذاتي التكيفي كان مرتبطاً باستخدام استراتيجيات تنظيمية فعالة، بينما ارتبط الكمال غير التكيفي بمستويات عالية من القلق الأكاديمي وتجنب المهام الصعبة، مما يشير إلى أن نمط الكمال يؤثر بشكل مباشر على نوعية الأداء الأكاديمي(Stoeber & Rambow, 2007, p. 161).

#### دراسة(Damian et al. (2013

هدفت هذه الدراسة إلى تتبع العلاقة بين الكمال الأكاديمي والانخراط الدراسي على مدى ثلاثة فصول دراسية لدى طلبة المرحلة الثانوية، وقد أظهرت نتائج النمذجة الطولية أن الكمال التكيفي يعزز الانخراط والتفاعل الإيجابي مع البيئة التعليمية، بينما يسهم الكمال غير التكيفي في تثبيط الدافعية وزيادة التشتت الذهني، كما أشارت إلى أهمية التدخل المبكر لضبط توجهات الكمال لدى الطلاب(Damian, Stoeber, Negru, & Băban, 2013, p. 753).

#### منهجية البحث و إجراءاته :

##### منهج البحث:

اتبع الباحث منهج البحث الوصفي في تحديد حقائق الموقف ومسحها ووصفها وصفاً تفسيريّاً بدلالة الحقائق المستتبطة، والبحث الوصفي أكثر من مجرد بيانات إذ أن العمل يبتدئ بمتابعة هذه البيانات بدقة وتفسيرها واكتشاف العلاقات الخاصة بها و معانيها (عودة وملكاوي، ١٩٩٢: ١١٢).

مجتمع البحث :تألف مجتمع البحث من طلبة الدراسات العليا في جامعة واسط للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥، إذ بلغ عددهم (٥١٧) طالباً وطالبة.

<sup>١</sup> تم الحصول على هذه البيانات من شعبة الدراسات العليا في الجامعة للعام الدراسي 2024-2025



الجدول (١) طلبة الدراسات العليا مجتمع البحث

الكلية	الدكتوراه	الماجستير	المجموع الكلي
التربية للعلوم الإنسانية	70	370	440
العلوم	16	26	42
الهندسة	0	22	22
الطب	0	5	13
مجموع	86	423	517

عينة البحث الأساسية: تضمنت عينة البحث الأساسية (٣٠٠) طالباً وطالبة من طلبة الدراسات العليا، من المجتمع الأصلي اختيروا بالأسلوب الطبقي العشوائي ، و الجدول (٢) يبين ذلك.

الجدول (٢) عينة التطبيق الأساسية

الكلية	عينة الدكتوراه	عينة الماجستير	حجم العينة
التربية للعلوم الإنسانية	41	214	255
العلوم	9	15	24
الهندسة	0	13	13
الطب	0	8	8
	50	250	300

استعمل الباحث أداتين هما، مقياس الوعي القصدي الآني ومقياس الكمال الأكاديمي، وهما معدان سابقاً، وفيما يلي الإجراءات الخاصة بالتحقق من الخصائص السيكمترية للأداتين.

#### أولاً: مقياس الوعي القصدي الآني:

بعد الاطلاع على الأدبيات المتخصصة في مجالات التنظيم الذاتي واليقظة الذهنية، اعتمد الباحث مقياس Shapiro وآخرين (٢٠٠٦) لقياس الوعي القصدي الآني، وذلك لملاءمته لطبيعة العينة والهدف من البحث.

وصف المقياس: يتكون المقياس في صورته الأصلية من (١٥) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد: (النية الواعية، الانتباه اللحظي، التقبل غير التقييمي)، تصحح الاستجابات وفق مقياس ليكرت الخماسي من ١ (لا تنطبق علي مطلقاً) إلى ٥ (تنطبق علي تماماً)، وتكون أعلى درجة ممكنة (٧٥) وأقل درجة (١٥) بمتوسط فرضي (٤٥)، وقد أثبت المقياس صدقه الظاهري والبنائي واتساقه الداخلي في عدة دراسات سابقة.

#### أبعاد المقياس:

- النية الواعية: الفقرات (1-5)
- الانتباه اللحظي: الفقرات (6-10)

- التقبل غير التقييمي: الفقرات (11-15)

إجراءات الترجمة: تمت ترجمة المقياس إلى العربية ثم الرجوع إلى النسخة الأصلية (الترجمة العكسية)، وتم عرض النسخة المترجمة على (٣) من المختصين في علم النفس وثنائي اللغة للتحقق من دقة الترجمة، وقد بلغت نسبة الاتفاق بينهم (٨٦%)، ما يشير إلى مناسبة النسخة العربية للبيئة البحثية.

الصدق الظاهري: تم عرض المقياس على (١٠) محكمين متخصصين في علم النفس التربوي، واعتمد الباحث آراء (٨) منهم كمؤشر لقبول الفقرات، وقد أُبقيت جميع الفقرات دون تعديل لكونها مناسبة وواضحة، وهو ما يشير إلى صدق ظاهر مقبول للمقياس.

**صدق البناء:**

تم حساب معامل الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، وكانت جميعها دالة عند مستوى (٠.٠٥)، مما يدل على صدق بناء جيد.

التجربة الاستطلاعية: طُبق المقياس على عينة استطلاعية من (٢٠) طالب دراسات عليا، وتبين أن تعليمات المقياس وفقراته واضحة، وبلغ متوسط زمن الاستجابة (٢٤) دقيقة.

التحليل الإحصائي (التمييز): استخدم اختبار "ت" لعينتين مستقلتين (T-test) لقياس الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا (٢٧%) من أصل عينة مكونة من (٣٠٠) طالب، وكانت القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة أعلى من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٦٠)، مما يدل على تميز الفقرات إحصائياً.

الجدول (٣) القوة التمييزية (\*) لفقرات مقياس الوعي القسدي الآتي

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١.	3.7493	0.8327	1.7878	0.7281	15.9597
٢.	3.7493	0.6811	1.8989	0.7789	16.0953
٣.	3.6932	0.678	1.7693	0.7962	16.6574
٤.	3.8063	0.6189	1.7878	0.7635	18.4837
٥.	3.8248	0.7855	1.8804	0.7281	16.3388
٦.	3.7493	0.7154	1.8063	0.7146	17.294
٧.	3.6932	0.6433	1.8804	0.7014	17.1426
٨.	3.7322	0.7466	1.7693	0.7176	17.0596
٩.	3.6767	0.7476	1.6656	0.7087	18.4442

\* القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) هي (١.٩٦) و بدرجة حرية (١٦٠) .

16.2633	0.7014	1.9174	0.7888	3.8248	١٠.
16.9219	0.7789	1.7137	0.7388	3.7322	١١.
19.7223	0.7004	1.6581	0.6491	3.7507	١٢.
16.9334	0.7087	1.8989	0.6543	3.7137	١٣.
16.2633	0.7782	1.7778	0.7115	3.6832	١٤.
17.7824	0.6281	1.8878	0.6327	3.6493	١٥.

### علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية:

حسب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية، على مقياس الوعي القصدي الآني، وبعدها حسبت القيمة التائية لمعامل الارتباط ولكل الفقرات، فتبين أن جميع الفقرات ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) لأن القيمة التائية المحسوبة لمعامل الارتباط اكبر من القيمة الجدولية (١.٩٦) بدرجة حرية (٢٩٨)، لاحظ الجدول (٤) .

الجدول (٤) معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لفقرات مقياس الوعي القصدي الآني

ت	معامل الارتباط	القيمة التائية
١.	0.785	21.875
٢.	0.791	22.318
٣.	0.789	22.169
٤.	0.781	21.688
٥.	0.812	24.016
٦.	0.794	22.647
٧.	0.778	21.377
٨.	0.798	22.858
٩.	0.784	21.802
١٠.	0.728	18.331
١١.	0.792	22.394
١٢.	0.801	23.097
١٣.	0.782	21.659
١٤.	0.783	21.73
١٥.	0.784	21.802

### علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمكون الذي تنتمي إليه :

تم حساب علاقة درجة الفقرة بالمكون الذي تنتمي إليه، باستعمال معامل ارتباط بيرسون، وحسبت الدلالة المعنوية لمعاملات الارتباط للفقرات، وقد بينت النتائج أن جميع قيم الدلالة المعنوية لمعامل الارتباط كانت بدلالة إحصائية، لاحظ الجدول (٥) .

الجدول ( ٥ ) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمكون الذي تنتمي إليه والدلالة المعنوية لمقياس الوعي القصدي الآني \*

المكون	الفقرات	معامل الارتباط	الدلالة المعنوية
النية الواعية	١	0.765	20.605
	٢	0.771	20.899
	٣	0.769	20.767
	٤	0.761	20.249
	٥	0.712	17.604
الانتباه اللحظي	٦	0.774	21.102
	٧	0.758	20.061
	٨	0.778	21.377
	٩	0.764	20.441
	١٠	0.708	17.306
التقبل غير التقييمي	١١	0.772	20.967
	١٢	0.701	16.968
	١٣	0.762	20.313
	١٤	0.763	20.377
	١٥	0.764	20.441

ثبات المقياس :

تم التحقق من ثبات مقياس الوعي القصدي الآني بطريقة :

- الاتساق الداخلي باستخدام معادلة الفاكروبناخ :

تم حساب ثبات مقياس الوعي القصدي الآني باستخدام معادلة الفاكروبناخ، واستخدمت إستجابات عينة ثبات في حساب الثبات وبلغ (٠.٨٠) وهو معامل ثبات جيد ويعد المقياس مناسباً لمقياس الوعي القصدي الآني.

ثانياً : مقياس الكمال الأكاديمي :

اطلع الباحث على عدد من مقاييس الكمال الأكاديمي ومنها مقياس (College Academic Perfectionism Scale - CAPS) الذي كان يلائم أهداف بحثه.

وصف مقياس الكمال الأكاديمي :

الذي طوره *Caesar Liu* و *Sara R. Berzenski* عام ٢٠٢٢. هذا المقياس مناسب لطلاب الدراسات العليا، يتكون المقياس من ٤٤ فقرة ومن الأبعاد الآتية :

\* القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) هي (١.٩٦) بدرجة حرية (٢٩٨).

-الكمال الأكاديمي الصارم: (Rigid Academic Perfectionism) تعكس السعي المفرط لتحقيق معايير أكاديمية عالية.

-الكمال الأكاديمي الناقد للذات: (Self-Critical Academic Perfectionism)

-النقد الذاتي الأكاديمي: (Academic Self-Criticism) الانتقاد المستمر للذات فيما يتعلق بالأداء الأكاديمي.

-الشكوك حول الأفعال: (Doubts About Actions) التردد والشك في جودة الأداء الأكاديمي.

الكمال الأكاديمي المفروض اجتماعيا (Socially Prescribed Academic

Perfectionism): الاعتقاد بأن الآخرين يتوقعون الكمال في الأداء الأكاديمي، يستخدم مقياس ليكرت من ٥ بدائل لتقييم كل فقرة وأظهرت الدراسات أن المقياس يتمتع بموثوقية عالية وصلاحية بنائية جيدة، مما يجعله أداة فعالة لقياس الكمال الأكاديمي عند طلبة الجامعات .  
إجراءات مقياس الكمال الأكاديمي للبحث الحالي :

اتبع الباحث الاجراءات نفسها في اعداد مقياس الوعي القصدي الآني و التي سبق ذكرها.  
- صدق الترجمة: تم ترجمة مقياس الكمال الأكاديمي الى اللغة العربية و بالعكس، وعرضت النسخة المترجمة على خبيرين من المختصين ثنائي اللغة الأنكليزية و العلوم النفسية للتثبت من آرائهم بشأن الترجمة و بيان دقتها، واجراء التعديلات المناسبة على الفقرات المترجمة، ثم بلغت نسبة الاتفاق في الحالتين (80%) وهي تعد صالحة .

- التحليل المنطقي للمقياس: للتحقق من مدى ملائمة فقرات المقياس وتعليماته، عرض على (١٠) من المحكمين التربويين و النفسيين، فاجمعوا على صدقه و صلاحيته للتطبيق و الابقاء على جميع الفقرات المقياس.

-التجربة الاستطلاعية (وضوح التعليمات والفقرات):

طبق الباحث المقياس على عينة استطلاعية عشوائية بلغ عددها (٢٠) طالباً وطالبة، ونتيجة لذلك اتضح أن تعليمات المقياس وفقراته واضحة ومفهومة من حيث المعنى والصياغة وان متوسط الزمن للإجابة عن فقرات المقياس (٣٠) دقيقة.

- التحليل الإحصائي:

تم تطبيق مقياس البحث على عينة التحليل الاحصائي و البالغة (٣٠٠) طالباً وطالبة من اجل تحليل فقراته احصائياً و تحقيقاً لذلك قام الباحث باستخراج المؤشرات الاتية :-

القوة التمييزية لفقرات المقياس :

بعد تطبيق المقياس على أفراد العينة رتبت إجاباتهم ترتيباً تنازلياً من أعلى درجة كلية إلى أقل درجة كلية، ثم حددت المجموعتان المتطرفتان في الدرجة الكلية بنسبة (٢٧%) من أفراد عينة

التمييز في كل مجموعة، فأصبح عدد الأفراد في كل مجموعة (٨١) طالبا وطالبة في كل مجموعة وبعد استعمال المقياس التائي (t-Test) لعينتين مستقلتين في معرفة دلالة الفرق بين المجموعتين المتطرفتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس، بوصف أن القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية للفقرة، بعد استعمال المقياس التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين المتطرفتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس ظهر أن جميع فقرات مميزة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) لأن قيمها التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) بدرجة حرية (١٦٠) ، والجدول (٦) يوضح القوة التمييزية لفقرات مقياس الكمال الأكاديمي.

الجدول (٦) القوة التمييزية لفقرات مقياس الكمال الأكاديمي \*

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١.	3.814851	0.7242	1.07764	0.83439	22.29725
٢.	3.731994	0.662	1.079215	0.08599	35.76451
٣.	3.741185	0.1843	1.514823	0.76657	25.41465
٤.	3.986045	0.2914	1.473405	0.49377	39.44191
٥.	3.923348	0.8449	1.458386	0.03404	26.23586
٦.	3.799059	0.9426	1.859478	0.01182	18.51778
٧.	3.985536	0.4903	1.314543	0.34509	40.0938
٨.	3.94257	0.6966	1.996564	0.35263	22.43181
٩.	3.814629	0.8708	1.505434	0.11841	23.64865
١٠.	3.858114	0.5328	1.875313	0.90907	16.93576
١١.	3.88179	0.1242	1.407612	0.59464	36.65617
١٢.	3.805594	0.4877	1.64097	0.39775	30.95612
١٣.	3.545895	0.7454	1.986015	0.84206	12.48367
١٤.	3.89165	0.3731	1.042088	0.74057	30.92699
١٥.	3.564364	0.744	1.214928	0.46858	24.04847
١٦.	3.555267	0.9707	1.054338	0.48246	20.76443
١٧.	3.895713	0.7845	1.744944	0.13918	24.29483
١٨.	3.878694	0.4014	1.66274	0.72589	24.04346
١٩.	3.586993	0.9383	1.183905	0.04884	23.01881

\* القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) هي (١.٩٦) بدرجة حرية (١٦٠).

20.96757	0.73044	1.914272	0.4372	3.897537	.٢٠
20.1009	0.64889	1.757015	0.6945	3.879821	.٢١
29.72318	0.49373	1.293922	0.4992	3.61272	.٢٢
22.2447	0.70192	1.656066	0.5122	3.803744	.٢٣
33.83557	0.57233	1.402426	0.1396	3.617187	.٢٤
28.9431	0.18284	1.338515	0.6998	3.664548	.٢٥
20.47371	0.76878	1.906316	0.4577	3.941661	.٢٦
32.90661	0.13721	1.051424	0.704	3.673885	.٢٧
21.92564	0.76747	1.306628	0.4939	3.530033	.٢٨
15.23393	0.93671	1.249304	0.9908	3.55723	.٢٩
25.80867	0.7295	1.73168	0.2361	3.93045	.٣٠
16.35851	0.04652	1.693708	0.9971	3.508021	.٣١
28.75269	0.62116	1.553869	0.1935	3.632373	.٣٢
19.37896	0.32712	1.53485	0.9723	3.743735	.٣٣
19.88766	0.9556	1.403823	0.3123	3.625357	.٣٤
30.76481	0.37249	1.810442	0.3805	3.630606	.٣٥
31.01459	0.76274	1.111237	0.2986	3.933929	.٣٦
20.412	0.43117	1.781115	0.7171	3.67885	.٣٧
22.5595	0.87999	1.719927	0.0779	3.934346	.٣٨
54.45133	0.25152	1.064608	0.3434	3.63991	.٣٩
59.19066	0.13347	1.591739	0.3032	3.770462	.٤٠
45.24024	0.0304	1.433226	0.4205	3.552467	.٤١
22.04719	0.13335	1.640905	0.8093	3.65017	.٤٢
23.18063	0.2418	1.822854	0.8064	3.991201	.٤٣
26.07838	0.4065	1.34246	0.6373	3.532771	.٤٤

-علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

حسب معامل ارتباط بيرسون ( Pearson's Correlation Coefficient ) بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمستجيب على كل مقياس، وبعدها حسبت الدلالة المعنوية لمعامل الارتباط ولكل فقرة فأتضح أن كل الفقرات ذات دلالة معنوية لمعامل ارتباطها بدلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) لأن القيمة الناتجة للدلالة المعنوية لمعامل الارتباط المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية (١.٩٦) بدرجة حرية (١٩٨) والجدول (7) يوضح ذلك.

الجدول ( 7) قيم معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية والدلالة المعنوية لفقرات مقياس الكمال الأكاديمي \*

ت	معامل الارتباط	الدلالة المعنوية
١.	0.546	11.24868
٢.	0.472	9.234222
٣.	0.564	11.80404
٤.	0.428	8.165509
٥.	0.749	19.52443
٦.	0.746	19.31122
٧.	0.714	17.58061
٨.	0.792	22.37811
٩.	0.552	11.42315
١٠.	0.844	27.16192
١١.	0.691	16.4818
١٢.	0.473	9.278444
١٣.	0.532	10.83988
١٤.	0.745	19.25144
١٥.	0.603	13.04322
١٦.	0.515	10.36143
١٧.	0.834	26.07833
١٨.	0.424	8.077402
١٩.	0.774	21.13316
٢٠.	0.513	10.30548
٢١.	0.526	10.66785
٢٢.	0.437	8.394163
٢٣.	0.689	16.40054
٢٤.	0.819	24.608
٢٥.	0.780	21.51135
٢٦.	0.765	20.53462
٢٧.	0.620	13.63087
٢٨.	0.484	9.560645
٢٩.	0.546	11.24868
٣٠.	0.472	9.234222

\* القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) هي (١.٩٦) بدرجة حرية (298) .



11.80404	0.564	.٣١
8.165509	0.428	.٣٢
19.52443	0.749	.٣٣
19.31122	0.746	.٣٤
17.58061	0.714	.٣٥
22.37811	0.792	.٣٦
11.42315	0.552	.٣٧
27.16192	0.844	.٣٨
16.4818	0.691	.٣٩
9.278444	0.473	.٤٠
10.83988	0.532	.٤١
19.25144	0.745	.٤٢
13.04322	0.603	.٤٣
10.36143	0.515	.٤٤

الجدول ( ٨ ) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه والدلالة المعنوية لمقياس الكمال الأكاديمي \*

ت	معامل الارتباط	الدلالة المعنوية
١.	0.679	الكمال
٢.	0.762	الأكاديمي
٣.	0.666	الصارم
٤.	0.737	
٥.	0.651	
٦.	0.460	
٧.	0.543	
٨.	0.478	
٩.	0.488	
١٠.	0.613	
١١.	0.633	
١٢.	0.591	

\* القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) هي (١.٩٦) بدرجة حرية (298).

13.96468	0.629		.١٣
14.00482	0.630		.١٤
15.57722	0.670		.١٥
18.50086	0.731		.١٦
11.88334	0.567		.١٧
10.08134	0.504		.١٨
14.02598	0.631		.١٩
10.43931	0.517	نقد الذات	.٢٠
15.60542	0.671	الأكاديمي	.٢١
13.49682	0.616		.٢٢
15.59277	0.670		.٢٣
12.0309	0.572		.٢٤
10.46903	0.519		.٢٥
15.03946	0.657		.٢٦
11.25133	0.546		.٢٧
9.524816	0.483		.٢٨
8.598895	0.446		.٢٩
10.83478	0.532	الشكوك حول	.٣٠
10.73885	0.528	الأفعال	.٣١
12.61642	0.590		.٣٢
16.75252	0.696		.٣٣
17.65261	0.715		.٣٤
10.80581	0.531		.٣٥
11.15428	0.543		.٣٦
18.41717	0.730		.٣٧
9.881316	0.497	الكمال	.٣٨
10.27004	0.511	المفروض	.٣٩

8.565676	0.444	اجتماعيا	٤٠.
10.66205	0.525		٤١.
10.93791	0.535		٤٢.
15.51092	0.668		٤٣.
12.84885	0.597		٤٤.

### ثبات المقياس :

تحقق الباحث من ثبات المقياس باستعمال معادلة الفا كرونباخ، من خلال درجات عينة الثبات البالغ حجمها (٦٠) طالباً وطالبة اختيروا بالأسلوب العشوائي من مجتمع البحث، لتقدير الاتساق الداخلي للمقياس، وقد بلغ معامل الفا كرونباخ (٠.٨٥) وهو معامل ثبات موثوق به للاتساق الداخلي بين فقرات المقياس .

### تطبيق الاداتين:

تم تطبيق الاداتين على عينة البحث الأساسية والبالغة (٣٠٠) طالباً وطالبة، لاحظ الجدول (٢).

### الوسائل الاحصائية :

تحقيقاً لأهداف البحث الحالي استخدمت الوسائل الإحصائية الآتية :-  
معادلة الفا كرونباخ الاختبار التائي لعينتين مستقلتين: استعمل في حساب القوة التمييزية الاختبار التائي لعينة واحدة : استعمل في معرفة دلالة الفرق بين متوسط درجات كل أداة من الاداتين والمتوسط الفرضي لكل أداة، ومعامل ارتباط بيرسون .

### عرض نتائج البحث و تفسيرها:

#### ١-الهدف الاول:

خصص الهدف الأول لقياس الوعي القسدي الآني لدى طلبة الدراسات العليا، وتحقيقاً لذلك استعمل المقياس التائي لعينة واحدة T-test، وأظهرت النتائج أن متوسط درجات مقياس الوعي القسدي الآني لعينة البحث يساوي ( ٦٢.٥٩٤٥ ) درجة، وعند تحديد دلالة الفرق بين المتوسط العينة والمتوسط الفرضي للمقياس البالغ ( ٤٥ ) اتضح أن الفرق كان بدلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (26.14) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) بدرجة حرية ( ٢٩٩ )، لاحظ الجدول ( ٩) يوضح ذلك.

الجدول (٩) نتيجة الاختبار التائي لعينة واحدة لدرجات العينة على مقياس الوعي القسدي الآني

مستوى الدلالة	القيمة التائية t		درجة حرية	الانحراف المعياري	متوسط العينة	المتوسط الفرضي	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
٠.٠٥	١.٩٦	26.14	٢٩٩	١١.٦٥٨	٦٢.٥٩٤٥	٤٥	٣٠٠

أظهرت نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٢٦.١٤)، وهي أكبر بكثير من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٩) و يشير هذا إلى أن الفرق بين متوسط درجات العينة البالغ (٦٢.٥٩٤٥) والمتوسط الفرضي (٤٥) هو فرق معنوي إحصائياً، مما يعني رفض الفرضية الصفرية لصالح الفرضية البديلة.

تشير النتيجة إلى أن طلبة العينة يتمتعون بمستوى من الوعي القسدي الآني أعلى بشكل ملحوظ مما هو متوقع بناء على المتوسط الفرضي وهذا الارتفاع في مستوى الوعي القسدي الآني قد يعكس امتلاك الطلبة خصائص معرفية ووجدانية وسلوكية متميزة، تجعلهم أكثر قدرة على الانتباه والتفاعل الهادف مع محيطهم الأكاديمي والاجتماعي.

بناء على هذه النتائج، يمكن الاستفادة من مستوى الوعي القسدي الآني العالي لدى الطلبة من خلال تصميم برامج وأنشطة تعليمية تدعم هذا التوجه وتعزز من استخدام المهارات المعرفية الواعية داخل القاعات الدراسية. كما توصي الدراسة بضرورة استمرار المؤسسات الأكاديمية في تطوير البيئة التعليمية لتعزيز هذا النوع من الوعي الذي يسهم في رفع مستويات التحصيل الأكاديمي والكفاءة الذاتية لدى الطلبة.

## ٢-الهدف الثاني:

خصص الهدف الثاني لقياس الكمال الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا، وتحقيقاً لذلك استعمل المقياس التائي لعينة واحدة T-test، وأظهرت النتائج أن متوسط درجات الكمال الأكاديمي لعينة البحث يساوي (211.398) درجة وبانحراف معياري مقداره (14.3256) درجة، وعند معرفة دلالة الفرق بين هذا المتوسط والمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (١٣٢) اتضح أن الفرق كان بدلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (95.99) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) بدرجة حرية (٢٩٩)، لاحظ الجدول (١٠) يوضح ذلك.

الجدول (١٠)نتيجة الاختبار التائي لعينة واحدة لدرجات العينة على مقياس الكمال الأكاديمي

العينة	المتوسط الفرضي	متوسط العينة	الانحراف المعياري	درجة حرية	القيمة التائية t		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
٣٠٠	١٣٢	211.398	14.3256	٢٩٩	95.99	١.٩٦	٠.٠٥

أظهرت نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٩٥.٩٩)، وهي أعلى بكثير من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٩) و يشير هذا الفرق الكبير إلى وجود دلالة إحصائية قوية، مما يؤدي إلى رفض الفرضية الصفرية القائلة بعدم وجود فرق بين متوسط درجات العينة على مقياس الكمال الأكاديمي والمتوسط الفرضي، وبالتالي قبول الفرضية البديلة.

تعتبر هذه النتيجة عن ارتفاع واضح في مستويات الكمال الأكاديمي لدى أفراد العينة مقارنة بالمتوسط المتوقع نظرياً هذا يشير إلى أن الطلبة يظهرون مستوى عالياً من الطموح والمثالية فيما يتعلق بإنجازاتهم الأكاديمية، ويسعون إلى الأداء المثالي وتحقيق المعايير الأكاديمية العالية هذا التوجه قد يكون مرتبطاً بزيادة دافع الإنجاز وشعور أقوى بالمسؤولية تجاه الواجبات الدراسية. تعزز هذه النتائج أهمية الانتباه إلى ظاهرة الكمال الأكاديمي بين الطلبة، إذ يمكن أن تكون مؤشراً إيجابياً على الرغبة في التفوق، لكنها قد تترافق أيضاً مع ضغوط نفسية إذا لم يتم إدارتها بالشكل المناسب

### ٣-الهدف الثالث:

التعرف على العلاقة بين الوعي القصدي الآني والكمال الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا وتحقيقاً لهذا الهدف قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين درجات الطلبة في الوعي القصدي الآني والكمال الأكاديمي وقد بلغ معامل الارتباط بينهما (٠.٢٥٦)، وللتحقق من دلالة تلك العلاقة تم مقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط تبين أنها اقل من الجدولية لاحظ الجدول (١١).

الجدول (١١)معامل الارتباط بين الوعي القصدي الآني والكمال الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا

المتغيرات	معامل الارتباط	الجدولية
الوعي القصدي الآني	٠.٢٥٦	4.571585
الكمال الأكاديمي		داله عند ٠.٠٥

أظهرت نتائج التحليل الارتباطي أن قيمة معامل الارتباط بين الوعي القصدي الآني والكمال الأكاديمي بلغت (٠.٢٥٦)، وهي قيمة موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بما أن معامل الارتباط أكبر من الصفر ودال، فهذا يشير إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة معنوية بين المتغيرين، تعكس هذه النتيجة أن هناك علاقة طردية معتدلة بين مستوى الوعي القصدي الآني ومستوى الكمال الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا، بمعنى أنه كلما زاد مستوى وعي الطالب بقصديته الآنية وانتباهه الواعي لتصرفاته وأهدافه، ارتفعت مستويات تطلعه إلى الإنجاز الأكاديمي المثالي و هذه العلاقة توضح أن الطلبة الذين يتمتعون بدرجة أعلى من الوعي الذاتي الآني قد يظهرون أيضاً طموحاً أكاديمياً أكبر وسعيًا إلى التفوق والتميز، و تقدم هذه النتيجة دلالة مهمة للممارسات الأكاديمية، حيث تشير إلى أن تعزيز مهارات الوعي القصدي الآني لدى الطلبة قد يسهم بشكل إيجابي في تطوير سلوكيات الكمال الأكاديمي لديهم. لذا توصي الدراسة بإدراج برامج تدريبية وتنموية تركز على بناء مهارات الوعي الذاتي، والانتباه اللحظي، وإدارة السلوكيات الهادفة، بما يؤدي إلى رفع مستويات الإنجاز الأكاديمي بطريقة صحية ومنتزعة.

**الاستنتاجات:**

- وفي ضوء نتائج البحث يستنتج الباحث ماياتي:
- لدى طلبة الدراسات العليا وعي قصدي اني .
  - يتمتعون طلبة الدراسات العليا بمستوى عالي من الكمال الأكاديمي .
  - توجد علاقة ارتباطية داله بين الوعي القصدي الانني و الكمال الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا.

**التوصيات:**

- في ضوء النتائج يوصي الباحث ما يأتي:
- عمل ورش عمل دورية لطلبة الدراسات العليا لزيادة الوعي القصدي الانني
  - عمل أنشطة تعليمية لزيادة الكمال الأكاديمي لطلبة الدراسات العليا وتحفيزهم.

**المقترحات:**

- اجراء دراسة مماثلة عن طلبة الدراسات العليا و لمتغيرات البحث الحالي و مقارنة نتائجها بالبحث الحالي.
- اجراء دراسة مماثلة عن الهوية الاجتماعية وعلاقته بمتغيرات اخرى مثل الاستبعاد الاجتماعي وغيرها.
- اجراء دراسة مماثلة عن الكمال الأكاديمي وعلاقته بمتغيرات اخرى مثل الوعي الثقافي وغيرها.

**المصادر :**

- عودة، احمد سليمان وملكاوي، فتحي حسن (١٩٩٩): اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية، ط٢، الاردن، مكتبة الكتاني.
- Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J., ... & Devins, G. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11(3), 230-241. <https://doi.org/10.1093/clipsy/bph077>
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822-848. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>

- Creswell, J. D. (2017). Mindfulness Interventions. *Annual Review of Psychology*, 68, 491–516. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-042716-051139>
- Damian, L. E., Stoeber, J., Negru, O., & Băban, A. (2013). Perfectionism and school engagement: A three-wave longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 55(6), 750–755. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.06.006>
- Dundas, I., Binder, P. E., Hansen, T. G. B., & Stige, S. H. (2017). Does a short self-compassion intervention for students increase healthy perfectionism? *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 17(3), 275–286. <https://www.ijpsy.com/volumen17/num3/468.html>
- Dunn, J. G. H., Gotwals, J. K., & Dunn, J. C. (2006). An examination of the domain specificity of perfectionism among intercollegiate student-athletes. *Personality and Individual Differences*, 40(3), 543–553. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.07.012>
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism: Theory, research, and treatment. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10458-000>
- Keng, S. L., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. *Clinical Psychology Review*, 31(6), 1041–1056. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.04.006>
- Liu, C., & Berzenski, S. R. (2022). College Academic Perfectionism Scale: Development and validation. *Journal of Psychoeducational Assessment*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/07342829211069799> (College Academic Perfectionism Scale: Development and Validation

- Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2007). An efficient method for classifying perfectionists. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 72–85. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.64.1.72>
- Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A., & Freedman, B. (2006). Mechanisms of mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*, 62(3), 373–386. <https://doi.org/10.1002/jclp.20237>
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295–319. [https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004_2).
- Stoeber, J., Feast, A. R., & Hayward, J. A. (2009). Self-oriented and socially prescribed perfectionism: Differential relationships with intrinsic and extrinsic motivation and test anxiety. *Personality and Individual Differences*, 47(5), 423–428. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.04.014>
- Tang, Y. Y., Ma, Y., Wang, J., Fan, Y., Feng, S., Lu, Q., ... & Posner, M. I. (2007). Short-term meditation training improves attention and self-regulation. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 104(43), 17152–17156. <https://doi.org/10.1073/pnas.0707678104>
- Vago, D. R., & Silbersweig, D. A. (2012). Self-awareness, self-regulation, and self-transcendence (S-ART): A framework for understanding the neurobiological mechanisms of mindfulness. *Frontiers in Human Neuroscience*, 6, 296. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2012.00296>.
- Wang, K. T., Yuen, M., & Slaney, R. B. (2016). Perfectionism and burnout in Asian students: A study of high school students in Hong Kong. *The Counseling Psychologist*, 44(2), 196–223. <https://doi.org/10.1177/0011000014566474>