الصفاء النفسي وعلاقته بتنظيم الذات الاكاديمي لدى طلبة الجامعة

psychological lucidity & its relationship to academic self-regulation among university students

أ.م.د سعد عبد الله حسون

Dr. Saad Abdullah Hassoun

جامعة كركوك كلية التربية للعلوم الإنسانية

University of Kirkuk / College of Education for Human Sciences

E-mail: saadabdulla٨٣@uokirkuk.edu.iq

٠٧٧٠١٣٥٨٣٤٥

أ.م. د افراح هادي حمادي

Assist. Prof. Dr. Afrah Hadi Hammadi

جامعة بغداد كلية التربية ابن الهيثم للعلوم الصرفة

University of Baghdad / Ibn Al-Haytham College of Education for Pure Sciences

E-mail: afrah.h.h@ihoedu.uobaghdad.edu.iq

٠٧٨٠٣٨٩٢٧٣٤

الكلمات المفتاحية: الصفاء النفسي، تنظيم الذات الأكاديمي، طلبة الجامعة، تنظيم الذات.

Keywords: psychological lucidity, Academic self-regulation, university students, self-regulation.

الملخص

يهدف البحث الحالي بالتعرف على العلاقة بين الصفاء النفسي وفق مجالاته الاربع وتنظيم الذات الأكاديمي وفق مجالاته الخمس، ولتحقيق اهداف الدراسة قام الباحثان ببناء أداتين لكلا المقياسين وتم استخراج الخصائص السايكومترية لكلا المقياسين، وبعدها تم تطبيق المقياسين وتوصل الباحثان للنتائج الاتية:

١- ان طلبة الجامعة يمتازون بالصفاء النفسي وفق مجالات المقياس.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لمجالات مقياس الصفاء النفسي وفق متغير النوع.

٣- ان طلبة الجامعة بمتازون بتنظيم الذات الأكاديمي وفق مجالات المقياس.

٤- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لمجالات مقياس تنظيم الذات الأكاديمي وفق متغير النوع.

٥- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين مجالات الصفاء النفسي وبين مجالات مقياس تنظيم الذات الأكاديمي.

Abstract

This research aims to identify the relationship between psychological lucidity (according to its four domains) and Academic self-regulation (according to its five domains). To achieve the study's objectives, the researchers developed two instruments for each of the two scales and extracted the psychometric properties of both. The scales were then administered, and the researchers arrived at the following results.

١.University students demonstrate psychological lucidity according to the scale's domains.

٢. There are no statistically significant differences in the psychological lucidity scale's domains based on gender.

٣. University students demonstrate Academic self-regulation according to the scale's domains.

٤. There are no statistically significant differences in the Academic self-regulation scale's domains based on gender.

٥. There is a statistically significant correlation between psychological lucidity and Academic self-regulation scale domains.

الفصل الأول

التعريف بالبحث

أولاً: مشكلة البحث:

كان دور علم النفس لعدة عقود هو التركيز في دراسة الجوانب السلبية، وإهمال الجوانب والخصال الايجابية للشخصية الانسانية، وكان الاهتمام بعلاج الاضطرابات النفسية والاضرار السلبية (خليفه، ٢٠٠٩، ص٢). ولم يتم التركيز على الجانب المضيء من حياة الانسان كالتفاؤل والأمل والرضا عن الحياة، فضلاً عن الجوانب الإنسانية الأكثر تحضراً كالسلام الداخلي والأرتياح النفسي، وكذلك الجوانب الاجتماعية الايجابية كعلاقة الأفراد مع بعضهم وعلاقتهم بالواقع من حولهم وغيرها من الجوانب التي تجعل الذات اكثر فاعلية (Shorey,et.al ٢٠٠٧ : p١).وان تغيرات الحياة في مجالاتها المتعددة افرزت مشكلات متعددة وكثيرة مما يؤدي الى زيادة حاجات الفرد، وتعدد الاساليب لاشباعها، وكذلك زيادة اعبائه النفسية وتعقد الوسائل التي تتبع في مواجهة هذه التغيرات (حسون،٢٠٢٤،ص٥٦٨).

وأن ضعف الصفاء النفسي للفرد يؤدي إلى عدم التوازن وحالة من الاضطراب مما يسبب ضرراً بالصحة العامة وبحسب انتونوفسكي فإننا نتعرض باستمرار لتأثيرات الضغوط النفسية التي تهدد حالة الأرتياح والسلام الداخلي (Antonovsky , ١٩٨٧ : p.١٤).

وتشير بعض الدراسات إلى ارتباط المستويات المنخفضة من تنظيم الذات لدى طلبة الجامعة بالانفعالات السلبية لديهم ومنها القلق والخوف من التقييم والذي يتجلى في المواقف الاختبارية (Magno,٢٠٠٢,p.٢٢٥).

وعلى العكس من ذلك فإن الطلاب ذوي التنظيم الذاتي المرتفع يؤدون المهام المرتبطة بالدراسة باجتهاد وثقة عالية، كما أنهم على وعي تام بطريقة اكتسابهم للمعارف والحقائق والمهارات اللازمة لنجاحهم مما يسهل عليهم الوصول إلى طرق النجاح بعيدا كل البعد عن الشعور بالقلق والخوف من الفشل أو الاحباط .

(Zimmerman & Black,٢٠٠٠,p.١٤٦).

ويمثل الانتقال إلى الجامعة تجربة جديدة مرهقة للكثير من الطلاب في المرحلة الجامعية الجديدة، وأحدى التحديات المهمة بالنسبة لهؤلاء الطلاب تكمن في الحاجة إلى تطوير عادات ومهارات التعلم بطريقة تحقق التوافق مع البيئة الأكاديمية الجديدة (Verunt, ٢٠٠٥,p.٢٣).

ويرى الباحثان مشكلة هذا البحث في الاحداث الصعبة والاوضاع المأساوية التي مر بها بلدنا العزيز اذ تعرض أفراد المجتمع العراقي لسنوات عديدة إلى الصراعات والضغوط النفسية بسبب ما مرت به من حروب وتهجير ودمار عم مجالات كثيرة من حياة الناس، فقد تعرض الأفراد يوميا

للصدمات والأحداث المؤلمة والجو المشحون بالعدائية ، مما كان له الأثر في حياة الفرد العراقي بشكل عام وطلبة الجامعات بشكل خاص، فضلاً عن الشعور بمجهولية الأهداف في الوضع الراهن، الذي جاء نتيجة للتغيرات السياسية و الاقتصادية والاجتماعية وما طرأ من مستجدات على القيم والعادات وأساليب الحياة كافة ، الأمر الذي نتج عنه الشعور بالقلق والتوتر والاكتئاب وضعف القدرة على مواجهة المشكلات التي جعلت من الصعوبة بإمكان الأفراد الوصول إلى الحياة النفسية المثلى، ومن خلال ماتم طرحه تنبثق مشكلة البحث الحالي بالتساؤل المطروح ،

هل هناك علاقة بين الصفاء النفسي وبين تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلبة الجامعة؟

ثانياً: اهمية البحث:

يسعى الفرد في كل زمان ومكان إلى ان تسود حياته السلام والصفاء في جميع مراحلها وان يعمها الهناء، ويسعى دائماً بمحاولاته لجلب المصالح المادية والمعنوية والخير لنفسه او لغيره ويدفع عنها الضرر والمخاطر (البرزنجي ،٢٠٢٢، ص ٦) ويُعدَّ الامن والسلام الداخلي النفسي من الحاجات المهمة لبناء الشخصية الإنسانية، وتمتد جذوره من الطفولة وتستمر حتى الشيخوخة عبر مراحل حياته المختلفة، لذا فالصفاء النفسي يُعدَّ من الحاجات العليا للإنسان، ويتحقق بعد ان تتحقق الحاجات الدنيا له (جبر، ١٩٩٦، ص٩١).

ويُعد الصفاء النفسي أحد فروع علم النفس الإيجابي، ويعتبر علم النفس الإيجابي من العلوم التي تهتم بدراسة الخبرات الشخصية كالسعادة، والتسامح، والحيوية النفسية، والسلام الداخلي، وراحة البال (سعيدي، ٢٠٢٢، ص٣٧).

وأن الصفاء النفسي يعد شعوارا داخلياً يتمثل بالطاقة والتجديد، والحب للحياة والآخرين، كما يعد الصفاء النفسي حالة وجدانية يسعى الفرد من خلالها للصواب ويرفض الخطأ فهو حالة من السمو الروحي. التي تذهب بالفرد الى الجمال والصدق والبعد عن العنف والمكائد والأفكار السلبية، وتنبع من شعور الفرد بالامل والطمأنينة وراحة البال. وكما يرى أبو حلاوة والشربيني (٢٠١٦) أن الصفاء النفسي يعد الوجهة اللغوية للقدرة على الاحتفاظ بالهدوء والاتزان الانفعالي، وذلك عند التعرض للضغوط والظروف العصبية، والقلق والضيق النفسي (الشلاش، ٢٠٢٥، ص٢٠).

وتشير دراسة بنجامين (Benjamin,٢٠٢٤) على ان الصفاء النفسي إطار شامل للرفاهية النفسية والأخلاقية، وذلك من خلال قيامه بعدة تجارب على مجموعة من الافراد توصل فيها على إن تحقيق الاستقرار النفسي والنمو الشخصي يعتبررحلةٌ عميقةٌ تشمل أبعادًا مختلفةً من التجربة الإنسانية. وقد دمج إعادة الهيكلة المعرفية، والتنشيط السلوكي، والتأمل الذاتي، والعيش الأخلاقي، وممارسات العقل والجسد. من خلال معالجة التشوهات المعرفية، وتعزيز المرونة العاطفية، وتعزيز النزاهة الأخلاقية، وقد قدم نهجًا شاملًا للصحة النفسية يهدف إلى تحقيق حالة الصفاء النفسي

باعتبارها حالةٌ خاليةٌ من الانحرافات، وتتميز بالوضوح المعرفي، والتوازن العاطفي، والعيش الأخلاقي، والحالة الذهنية الصافية (Benjamin,٢٠٢٤,p.٣).

واشارت ايضاً دراسة الشلاش (٢٠٢٥) التي هدفت الى معرفة العلاقة بين الإيكولاليا وكل من الصفاء النفسي والتعلق غير الأمن إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الإيكولاليا والصفاء النفسي لدى افراد العينة، ووجود علاقة ارتباطية عكسية بين الإيكولاليا والتعلق غير الأمن، كما تبين أن هناك علاقة عكسية بين كل من الصفاء النفسي والتعلق غير الأمن لدى عينة الدراسة، (الشلاش، ٢٠٢٥، ص١٨).

ويشير باندورا الى ان الطلبة الذين لديهم كفاءة ذاتية أكاديمية عالية فقد اثبتوا قدراتهم في ادائهم للوظائف الصعبة والتي تتطلب جهدا عالياً عند هذه الوظائف، وان هؤلاء الافراد اقل عرضة للاضطرابات من غيرهم، وانهم أكثر قدرة لتنظيم ذواتهم (الجباري وكاوة،٢٠١٩، ص٢٩٢).

وإن عملية التنظيم الذاتي الأكاديمي تعتبر عملية اساسية في تكوين قواعد السلوك الجيد في أي مجتمع ومن ثم تكييف هذا باتجاه يتفق وتلك القواعد في ذلك المجتمع وفي العلاقة بين اتجاهات الفرد وسلوكه، ويجب الاخذ بالحسبان مدى اعتماد الفرد على اتجاهاته بشكل فعال كقواعد سلوكية ثابتة في عملية التنظيم الذاتي، اذ يظهر الناس في حياتهم اليومية رغبة في تنظيم ذواتهم، كما ان المفتاح في الوصول الى حياة ناجحة وسعيدة هو القدرة على التنظيم والتحكم في سلوكياتنا، (Pintrich,١٩٩٩p.١٢).

ويشير تنظيم الذات إلى العمليات الداخلية التي توجه الفرد نحو الهدف والذي ينطوي على تعديل الافكار أو السلوك أو الاهتمام عن طريق الاستخدام المقصود والمحدد لأساليب واستراتيجيات معينة يتم تقييمها باستمرار، كما ينظر إليه بأنه مزيج من المهارات التي يستخدمها الطلبة للاستراتيجيات المعرفية وما وراء المعرفية المختلفة التي تشمل التخطيط والتنظيم للتعلم. وتحديد الأهداف والرصد الذاتي والتقييم الذاتي، وإدارة الوقت واستراتيجيات إدارة الموارد التي تتمثل بتحكم المتعلمين بسلوكهم ودوافعهم والأهداف التي يريدون تحقيقها (Pintnch,٢٠٠٣,p.٥٣).

وجاءت دراسة محمود وفتحي (٢٠١٢) بهدف معرفة العلاقة بين تنظيم الذات الأكاديمي وقلق الاختبار لدى طلبة الجامعة، والكشف عن الفروق بين الجنسين في أبعاد تنظيم الذات الأكاديمي ، وشارك في هذه الدراسة (٢٨٧) من طلاب وطالبات جامعة الأزهر (١٤٨ ذكور ، ١٣٩ اناث) استخدم الباحثان مقياس تنظيم الذات الأكاديمي ومقياس قلق الاختبار وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائيا بين تنظيم الذات الأكاديمي وقلق الاختبار ، بينما لم توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في أبعاد تنظيم الذات الأكاديمي باستثناء بعدي التحكم في بيئة التعلم والمسؤولية عن التعلم (محمود وفتحي، ٢٠١٢،ص٨٧).

واكدت دراسة العاسمي والعجمي (٢٠١٨) التي هدفت إلى استكشاف العلاقة بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النصية لدى عينة من طلاب جامعة دمشق والكويت، إضافة إلى معرفة الفروق في كل من التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية تبعاً للجنس (ذكور واناث)، وأظهرت نتائج البحث وجود علاقة إيجابية بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية، وفروق دالة بين الذكور والاناث (العاسمي والعجمي، ٢٠١٨، ص٣).

وكذلك اظهرت نتائج دراسة صميلي وابو تيراب (٢٠٢١) التي هدفت الى معرفة طبيعة العلاقة بين الراحة النفسية وتنظيم الذات الأكاديمي لدى طلبة الجامعة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الراحة النفسية وتنظيم الذات الأكاديمي وأبعادها باستثناء الارتباط بين البعد الاجتماعي وبعد التحكم في التنظيم حيث جاء الارتباط غير عال (صميلي وابو تيراب،٢٠٢١، ص٢٨١).

وبهذا تعد عناصر التنظيم الذاتي أحد الجوانب المهمة التي استعملها العلماء والباحثون في ميدان تعديل السلوك ويرى الباحثان إن أهمية البحث الحالي تزداد باهمية الشريحة التي خصها البحث إذ إن اختيار هذه المواضيع لها مبرراتها الاجتماعية والتربوية فمن أهم هذه المبررات و الدواعي إن الصفاء النفسي و تنظيم الذات الاكاديمي للدى طلبة الجامعة، فانهما يكسبان الطالب التوازن والثقه وعدم التردد والخوف من مهارات الأداء الأمثل والسيطرة والتحكم الجيد بهذا الأداء عن طريق عناصر واستراتيجيات التنظيم الذاتي وتوظيفها في المؤسسات الجامعية باعتبارها أرقى المؤسسات العلمية والثقافية الكفيلة بتنشئة و اعداد جيل واعي ومثقف قادر على مواكبة التطور والتقدم في مختلف مجالات الحياة و بناء مجتمع حضاري.

ثالثاً: اهداف البحث: يستهدف البحث التعرف على :

١ – قياس الصفاء النفسي لدى طلبة الجامعة.

٢ – الفروق في الصفاء النفسي على وفق متغير النوع (ذكور–اناث).

٣ – قياس تنظيم الذات الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.

٤ – الفروق في تنظيم الذات الاكاديمي على وفق متغير النوع (ذكور–اناث).

٥ – طبيعة العلاقة بين الصفاء النفسي وتنظيم الذات الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.

رابعاً: حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة كركوك من الدراسة الصباحية ، و لكلا الجنسين (ذكور–اناث) للعام الدراسي ٢٠٢٤–٢٠٢٥ .

خامساً: تحديد المصطلحات

اولاً: الصفاء النفسي psychological lucidity:

قد عرف الصفاء النفسي كل من:

بنتو ,Pinto,٢٠١٥:

تلك الحالة الذهنية والوجدانية التي تتسم بالشفافية والوضوح مع النفس والآخرين، وعدم التأثر بالتشويش والارتباك ,(Pinto ,٢٠١٥,p.٦٢).

بنجامين ,Benjamin, ٢٠٢٤:

عملية منظمة تنقل الفرد من الضيق النفسي إلى الحرية النفسية والوضوح الذهني، وتتضمن مراحل مثل الوعي الذاتي، والتوافق المعرفي والعاطفي، والعيش الأخلاقي، والانسجام مع الاخرين (Benjamin ,٢٠٢٤,p.٧).

التعريف الاجرائي: هو مجموع الدرجات الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس الصفاء النفسي.

ثانياً: تنظيم الذات الاكاديمي Academic self-regulation :

قد عرف تنظيم الذات الاكاديمي كل من :

زيمرمان ,Zimmerman,٢٠٠٠ :

عملية تساعد الطلاب على إدارة أفكارهم وسلوكياتهم وانفعالاتهم من أجل التنقل بنجاح في خبراتهم التعليمية وتوجيه الإجراءات والعمليات الهادفة للطالب نحو اكتساب المعلومات أو المهارات خلال مرحلة التخطيط ، حيث يقوم الطلاب بتحليل مهمة التعلم وتحديد أهداف محددة نحو إكمال هذه المهمة.(العاسمي والعجمي" ٢٠١٨، ص٨).

بينتيش ,٢٠٠٠, Pintich :

عملية نشطة وبناءة يضع المتعلمون أهدافا لتعلمهم ثم يحاولون تقييمها وتنظيمها والسيطرة عليها، مما تجعل الأفراد يملكون تنظيماً ذاتياً.**(Pintich,٢٠٠٠,p٣٢)**.

التعريف الاجرائي: هي مجموع الدرجات الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس تنظيم الذات الاكاديمي.

الفصل الثاني

الاطار النظري

نشأ علم النفس الايجابي للبحث في سبل تعزيز الرفاهية النفسية وتحقيق التوافق والتكيف إذْ كانت بداية هذا العلم كفكرة وأسلوب أرشاد، تم بلورته عن طريق معطيات التفكير الإيجابي على يد مؤسسه مارتن سيلجمان (Martin Seligman) رئيس جمعية اطباء النفس الامريكيين في العام (١٩٩٨)على الرغم من ان مقومات هذا الاتجاه كانت قائمة عملياً من خلال تجارب وابحاث رواد علم النفس الانساني (ماسلو وروجرز) وغيرهم ، وأيضاً حركة العلاج العقلاني الانفعالي والمعرفي تعد من المقومات الأساسية لظهور هذا الاتجاه ، وأهتم سيلجمان بقول ماسلو ان علم النفس قد أمضى أكثر من نصف قرن يهتم في موضوع وحيد وهو المرض العقلي وحث علماء النفس على تنمية الفضائل والمواهب والتركيز على مكامن القوة وتحسين حياة الاسوياء وصولاً لحالة من السلام النفسي والازدهار (حسن، ٢٠٢٣،ص٢٥).

وان من المفاهيم الحديثة التي لم يتم البحث بها على نطاق واسع، أو تحديد مصطلحات مختلفة لها بالأدبيات والدراسات العربية والأجنبية، ومن المفاهيم التي ترتبط بالصفاء النفسي يورد الباحثان ما يلي:

-**راحة البال:** وهو حالة من التوازن بين المشاعر السلبية والإيجابية؛ مما يولد الشعور بالهدوء والسكينة، والانسجام والسلام الداخلي مع النفس.

السلام النفسي: ويعني تمتع الفرد بالاستقرار، والهدوء، والراحة وخلوه من الاضطرابات السلبية: كالقلق والتوتر، والتشتت، ومشاعر الحقد والحسد. (عبد الله، ٢٠٢١، ص٥٤).

-**الطمانية النفسية:** وهو شعور الفرد يقدر كاف من الأمان، والقدرة على التعامل مع الضغوط والمشكلات ومواجهة المستحدثات المستقبلية، و شعوره بقدر مرتفع من الثقة بالنفس". (zotova, ٢٠١٥, ١٨).

الأمن النفسي: وهو الشعور بالمدرعة وراحة البال، والسلام الداخلي والصفاء، وعدم الشعور بالقلق والخوف والرضا بقضاء الله (Al-Domi,٢٠١٢,p.١٧).

النزاهة والشفافية: وتعني تمتع الفرد بالمبادئ والأخلاقيات التي تحافظ على كرامته وإنسانيته وكرامة وإنسانية المحيطين به. (زايد،٢٠١٥ص٢٣)

النماذج المفسرة للصفاء النفسي:

نموذج بنجامين للصفاء النفسي: (psychological lucidity model.٢٠٢٤):

أن مسار الصفاء النفسي وفق نموذج بنجامين (Benjamin) هو عملية منظمة تُرشد الأفراد من حالة الضيق النفسي إلى حالة من الحرية والصفاء الذهني، ويتضمن هذا المسار سلسلة من

المراحل، تُركز كل منها على جوانب مختلفة من الصحة النفسية والتطور الشخصي، تشمل المراحل الرئيسية:

١. الوعي الذاتي والتأمل: تحديد الانحرافات وفهمها من خلال التأمل الذاتي والتدقيق.
٢. التوافق المعرفي والعاطفي: معالجة التشوهات المعرفية وتعزيز التنظيم العاطفي.
٣. التوافق الأخلاقي والنزاهة: مواءمة الأفعال مع القيم الأساسية لتعزيز السلوك الأخلاقي.
٤. الانسجام مع الاخرين: التوافق والتواصل الفعال مع الاخرين.

(Benjamin ,٢٠٢٤, p.٧)

ووفقاً لنموذج بنجامين للصفاء النفسي فانه هناك مجموعة من المبادى الاساسية ، وتشمل المبادئ الأساسية إعادة الهيكلة المعرفية، والتنشيط السلوكي، والتأمل والتحليل الذاتي، والعيش الأخلاقي، وممارسات العقل والجسم. هذه المبادئ مترابطة وتساهم مجتمعةً في تحقيق حالة نفسية مستقرة.وفيما يلي توضيح للمبادى الاساسية وهي :

إعادة الهيكلة المعرفية: تتضمن إعادة الهيكلة المعرفية لتحديد أنماط التفكير غير التكيفية ومعالجتها. وتستخدم تقنيات مثل سجلات الأفكار والاستجواب السقراطي لجلب التشوهات المعرفية إلى الوعي وإعادة صياغتها في سياق أكثر صحة. تعزز هذه العملية الوضوح المعرفي وتساعد الأفراد على تطوير طرق تفكير أكثر تكيفًا.

التنشيط السلوكي: يركز التنشيط السلوكي على زيادة المشاركة في الأنشطة الهادفة. من خلال التخطيط والمشاركة في أنشطة تتماشى مع القيم الشخصية، يمكن للأفراد تقليل سلوكيات التجنب وتعزيز المرونة العاطفية. تُعدّ تقنيات مثل جدولة الأنشطة والتجارب السلوكية جزءًا لا يتجزأ من هذه العملية.

التأمل والتحليل الذاتي: يتضمن التأمل والتحليل الذاتي فحصًا دقيقًا لأفكار الفرد ومشاعره وسلوكياته. وتُعزز تقنيات مثل تدوين اليوميات، والاستقصاء الذاتي الموجه، والتمارين التأملية للوعي الذاتي والبصيرة الشخصية. وتُعد هذه المرحلة حاسمة لتحديد الصراعات النفسية الكامنة وحلها.

الحياة الأخلاقية: تُشدد الحياة الأخلاقية على أهمية مواءمة الأفعال مع القيم الأساسية. فمن خلال تعزيز النزاهة الشخصية والمسؤولية الاجتماعية، يُمكن للأفراد تعزيز شعورهم بالوضوح الأخلاقي والمساهمة بشكل إيجابي في مجتمعاتهم. وتُستخدم تقنيات مثل توضيح القيم وسيناريوهات اتخاذ القرارات الأخلاقية لتعزيز السلوك الأخلاقي.

ممارسات العقل والجسد: تشمل ممارسات العقل والجسد والتأمل الذهني، والتمارين البدنية، وتقنيات الاسترخاء. وتعزز هذه الممارسات الصحة العامة وتساعد على الحفاظ على صفاء الذهن من خلال تقليل التوتر وتعزيز الوعي باللحظة الراهنة.
(Benjamin ,٢٠٢٤, p.p.١٩-٢١) .

نموذج ARC: (التقارب، الواقع، التواصل) للصفاء النفسي :

يُعد نموذج ARC (التقارب، الواقع، التواصل) مفهومًا أساسيًا في PMC، حيث يُركز على المكونات المترابطة للتقارب (الحب وحب الذات)، والواقع (الفهم المشترك لما هو حقيقي)، والتواصل (التعبير والتفاعل الفعال). هذه المكونات ضرورية لتعزيز علاقات صحية وتفاعلات شخصية فعالة للوصول الى الصفاء النفسي وفق مكونات هذا النموذج وهي :.

تنمية التقارب: يتضمن تنمية التقارب تعزيز الحب وحب الذات، وهما أمران أساسيان للمرونة العاطفية والسلوك الأخلاقي. تشمل تقنيات تنمية التقارب ما يلي:

١. تمارين التعاطف مع الذات: مارس التعاطف مع الذات من خلال معاملة نفسك بلطف وتفهم.

٢. تدوين الامتنان: احتفظ بمذكرات امتنان لتقدير التجارب والعلاقات الإيجابية.

٣. أعمال اللطف: مارس أعمال اللطف تجاه الآخرين لتعزيز الشعور بالتواصل والتعاطف. (Meichenbaum,١٩٩٩,p.٣٤).

التوافق مع الواقع: يتضمن التوافق مع الواقع تطوير فهم مشترك لما هو حقيقي، وهو أمر ضروري لاتخاذ قرارات فعالة والتفاعلات الشخصية. تشمل تقنيات التوافق مع الواقع ما يلي:

١. اختبار الواقع: تقييم الأفكار والمعتقدات بانتظام لضمان توافقها مع الواقع الموضوعي.

٢. طلب التغذية الراجعة: طلب التغذية الراجعة من الآخرين لاكتساب وجهات نظر مختلفة وتعزيز الفهم.

٣. ممارسات اليقظة الذهنية: ممارسة اليقظة الذهنية للبقاء في اللحظة الحالية وتقليل التشوهات المعرفية .(Beck,٢٠١١,p.٧٣) .

تحسين التواصل : يتضمن تحسين التواصل تحسين القدرة على التعبير عن الذات والتفاعل بفعالية مع الآخرين. تشمل تقنيات تحسين التواصل ما يلي:

١.الاستماع الفعال: ممارسة الاستماع الفعال من خلال التركيز الكامل على المتحدث، وفهم رسالته، والرد بوعي.

٢.التدريب على الحزم: طوّر مهارات الحزم للتعبير عن الاحتياجات والحدود بوضوح واحترام.

٣.حل النزاعات: تعلّم وطبّق استراتيجيات حل النزاعات لمعالجة النزاعات الشخصية وحلها بشكل بنّاء. (Neff,٢٠١١,p.٩٣).

أنموذج الرعاية والسلام الداخلي (Welfare and Inner Peace) (Allardt ١٩٩٣ model) :(الحب Loving ، الوجودBeing ،الامتلاك Having)

وفق هذا الانموذج يفسر الصفاء النفسي عندما يتم مقارنة السلام الداخلي , والارتياح في بلدان مختلفة قام بها البورت (Allardt١٩٩٣,)، والمستمد من مفهوم الانتعاش الذي تم تداوله سابقاً في السويد والقائم على مؤشرات موضوعية للارتياح ، أذْ أقترح البورت أن يبني أنموذج قائم على مؤشر ذاتي و موضوعي في الوقت نفسه ، لكون ان استعمال مؤشر موضوعي فقط لا يمكنه تقدير مدى رضا الفرد أو عدم رضاه عن جوانب أخرى ، ويمكنه أن يحدد المستوى المعيشي فقط (Lintonen & Knou, ٢٠٠٥, p.٧٢)، واشار البورت (Allardt١٩٩٣,) على أن الموارد القائمة على الشروط المادية ليست إلاّ عنصر من عناصر الأرتياح أو السلام الداخلي ، و اضاف في أنموذجه السياق الإنساني والعلاقة الاجتماعية إلى الشروط المادية ، و قسم الانموذج الى ثلاث أبعاد هي:

١- **الحب:** وهو يعود إلى العلاقات الاجتماعية كالانتماء إلى تنظيمات مختلفة كتنظيمات العمل والارتباط بالمجتمع.

٢- **الوجود** : وهو الجانب الإيجابي الذي يميز نمو الشخصية ،والابتعاد عن الجانب السلبي، ومؤشراته تتمثل في المشاركة في النشاطات المختلفة ، وفي الحياة السياسية وفرصة الاستمتاع بالأنشطة والطبيعة وقد حدد هذا الأنموذج للسلام النفسي أبعاد ذاتية وأخرى موضوعية .

٣- **الامتلاك:** وتعود إلى امتلاك التعليم والصحة ، وكذلك الموارد الاقتصادية والعمل إلى غير ذلك مما يمتلكه الفرد (حسن،٢٠٢٣،ص٣٤-٣٥).

تنظيم الذات الاكاديمي : Academic self-regulation :

يؤكد تنظيم الذات الأكاديمي Academie Self-regulator كما توحي الكلمات الثلاث، على الاستقلالية والتحكم من قبل الفرد الذي يراقب ويوجه وينظم الإجراءات الاكتساب المعلومات وتوسيع الخيرات وتحسين الذات، واشار فريدمان (٢٠٠٠ Timmernan) إلى أن التنظيم الثاني يعني الأفكار والمشاعر والأفعال التي يتم اشتراكها في العمليات العليا وتكوينها بشكل دوري لتحليل الأهداف الاساسية (صميلي وابو تيراب،٢٠٢١،ص٢٨٥).

وأن تنظيم الذات الاكاديمي للطلبة يشمل الجوانب المعرفية، وما وراء المعرفية والسلوكية. والتحفيزية والمنطقية للتعليم، إذ يعد مجتمع طلبة الجامعة غير عادي تبعاً للمتغيرات التي تؤثر على عملية التعلم، ولهذا السبب أصبح من الموضوعات المهمة للبحث في علم النفس التربوي والمعرفي (Zimmerman, & Sohunk,٢٠١١,p.٣٩).

اذ يلعب تنظيم الذات الأكاديمي دوراً مهماً في عملية تعلم الطلبة، حيث يساعد المتعلمين لوضع حدود لأنفسهم، وإدارة عواطفهم وانتباههم وسلوكهم، كما يلعب دورا مهما في بنية الرفاهية العاطفية وعادات العالم لديهم مثل المثابرة والفضول التي تمهد الطريق للتعلم مدى الحياة، ومن خلال مهارات الانتباه والذاكرة والمرونة المعرفية التي يتحملها التنظيم الذاتي يكتسب المتعلم مهارات التخطيط وحل المشكلات (Pascal,٢٠٠٩,p.٤) .

انموذج وين وهادوين (١٩٩٨) (Winne & Hadwin's) :

وضع وين وهادوين (١٩٩٨) (Winne & Hadwin's) نموذج يصف تنظيم الذات الأكاديمي من خلال أربع مراحل هي (أ) تحديد المهام: وتشتمل الانخراط في عدد من العمليات المعرفية لتفسير وتحديد متطلبات المهمة (ب) تحديد الأهداف ووضع الخطط : وهي إن يحدد المتعلمون الأهداف ويضعون خططاً لإنجاز المهمة (ج) اختيار وتكتيكات وأساليب الدراسة : حيث يضع المتعلمون خططهم وتحديد المهام وذلك من خلال استخدام الاستراتيجيات والتكتيكات التحقيق أهدافهم (د) التقييم : ويشمل كيف يتكيف المتعلمون وينظمون تعلمهم على المستويين الحالي والمستقبلي.

ويشمل تنظيم الذات في المجال الأكاديمي على أربعة أبعاد هي أولاً: الإدراك وهو الذي يتعلق بمختلف العمليات العقلية للأفراد التي تنطوي على عمليات واستراتيجيات التعلم المعرفي وما وراء المعرفي كوضع الاستراتيجيات التنظيمية . ثانياً:التحفيز والتأثير، يمثل هذا البعد هدفاً مهما للطلبة كالحديث الداتي عن أهمية أو فائدة المواد التي يتعلمها، وجعل أنشطة التعلم أكثر متعة، ثالثاً، تنظيم الطلبة لانفسهم وسلوكهم باعتبارها احدى ستراتيجيات تعلم الطلبة في تنظيم اوقات دراستهم، رابعاً: تمظيم وضبط البيئة، ويتضمن هذا البعد اماكن الدراسة ووسائل المساعدة. (Walters,٢٠٠٣,p.٩) .

النظرية المعرفية الاجتماعية ألبرت باندورا (١٩٨٦) Social cognitive theory hert Bandura

يعود الفضل إلى (باندورا – ١٩٨٦) في التأكيد على عملية التنظيم الذاتي لدى الأفراد في نظريته التعلم المعرفي الاجتماعي (العتوم، ٢٠٠٥،ص ٢٧١). اذ ادى تطور النظرية المعرفية إلى التأكيد على دور التنظيم الذاتي للسلوك عن طريق كل من التعزيز المباشر والتعزيز بالإنابة والعقاب الذي يدعم الأطفال أثناء نموهم بالتدريج في أي من أنواع السلوك المقبول اجتماعيا، وفي النهاية يكونون أفكارهم الخاصة عن السلوك المناسب والسلوك غير المناسب وينظر الى أفعالهم بناءا على ذلك (أبو علام ، ٢٠٠٤،ص ١٨٢ – ١٨٣) وعلى هذا الأساس أشار (باندورا) إلى إن الأفراد قادرون على تنظيم سلوكياتهم في ضوء النتائج التي يتوقعونها عند القيام بهذه السلوكيات

، ووفقاً لهذا المبدأ أن الأفراد قادرون على إعادة تنظيم السلوكيات وتقويتها بناءاً على التوقعات والنتائج التي يحددونها ، وبما أن الفرد ينظم الأنماط السلوكية في سوء النتائج المتوقعة منها، وان توقع النتائج المترقبة يحدد إمكانية تعلم السلوك من عدمه (الزغول ٢٠٠٩، ص١٨٠) وأن الأعمال والسلوكيات التي تعطي للفرد إحساساً بالفخر والرضا الذاتي تكون مرغوبة أكثر عند القيام بها مقارنة بالاعمال التي تؤدي إلى النقد الذاتي، وبهذا يرى (باندورا) بان التنظيم الذاتي يمثل قابلية الفرد و قدرته على تنظيم الأنماط السلوكية التي يقوم بها في ضوء المنافع التي يتوقعها من جراء ما يقوم به (Bandura,١٩٨١,p.١١٥).

ويعد (باندورا) أول من أشار إلى العلاقة بين معتقدات الفاعلية الذاتية وعناصر التنظيم الذاتي ، ويرى في عملية تكوين المعتقدات الذاتية لدى الفرد والتاثر بهذه المعتقدات يعتبر عملية عقلية، فعندما ينشغل الفرد في عمل ما او مهمة معينة فانه يفسر نتائج هذا العمل وفق هذه التفسيرات فانه يكون معتقدات ويسعى في تطويرها بناءاً على قدراته للقيام بهذا العمل او المهمة المكلف بها واثرها في الاستعدادات كعملية عقلية، و بمجرد قيامه بعمل ما، فانه يستعمل تلك التصورات وقدراته وتطويرها الى القيام بهذه المهام او الاعمال والانشطة المشابهة ويسلك في ضوء تلك المعتقدات، ولهذا يمكن تفسير اختلاف الاداء بين الافراد متماثلي القدرات في ضوء معتقدات الفاعلية الذاتية لديهم (رضوان، ٢٠٠٦ ص ١٦٠).

نظرية الأسلوب المنظم (هيجنز و گروكلانسكي (٢٠٠٠)

Theory of organizing style @Higgins & Kruglansko, ٢٠٠٠)

أشار كل من (هيجنز و گروكلانسكي٢٠٠٠,hgane &k ruglansk) الى نظرية الأسلوب المنظم، ويحدد التعليم الذاتي بحسب هذه النظرية هي جميع الإجراءات التي يتبعها الافراد في الكفاح من اجل تحقيق اهدافهم، والذي يتعلم من خلالها أعلى نطاق عن طريق سلسلة من الإجراءات، وهذه الإجراءات تتضمن تحسين وتحقيق الأهداف، واختيار عينة العمل ومن ثم التحقق من الأهداف ، وعبر هذه الاجراءات يحتاج الفرد الى عملية التقييم ، ومن ثم تقرير استخدام افضل الوسائل المتوفرة التي تؤدي في الوصول الى الهدف، و الالتزام باستخدام هذه الستراتيجيات المختارة حتى النهاية والى ان يحققوا تلك الاهداف(kruglancki,٢٠٠٤,p.٧٩).

واستندت هذه النظرية بالأساس على بعدي التنقل (Locomotion) والتقييم (Assessment) وعلى الرغم من ان هذه النطرية قد اعطيت وظيفتين أكثر استعمالا مقارنة بما وصفته نظرية الضبط الذاتي لكارفر، إذ يشير التقييم (Assessment) وفق هذه النظرية إلى جزء رئيسي من عملية التنظيم الذاتي، فعندما يقوم الفرد بعملية التقييم فانه يقارن ويعطي التقديرات المحتملة للجهد الذي بذل والذي هو مطلوب للوصول الى الهدف، وكذلك الاجراءات التي يتطلبها للوصول للهدف،

أما بعد التنقل (Locomotion) فانه يشير إلى الجزء الأخر من التنظيم الذاتي والذي يستند الى الفعل، ويكون ذلك عندما يلتزم الفرد باسلوب التنفيذ بطريقة تكون خطوة–بخطوة (Step by Step) حتى الوصول الى الهدف (leuglanski, et,٢٠٠٢,p.٤٣).

ومع ذلك يمكن النظر إلى بعدى التنقل والتقييم على إنهما مفهومان يعتمد احدهما على الآخر في بناء التنظيم الذاتي الاكاديمي، ولكن يختلف مقدار وحجم كل منهما تبعاً لاختلاف الاشخاص وطبيعة المواقف، وعلى سبيل المثال ان بعض المواقف يمكن ان تحفز الافراد على اهتماماتهم بشكل اكبر على بعد التنقل في حين تحفز مواقف اخرى ان يعتمد الاخرون على بعد التقييم ، وفضلا عن ذلك فان بعض الافراد يفضلون بعد التنقل والبعض الاخرون يفضلون بعد التقييم وهذه الفروق الفردية تفسر وفق نظرية الاسلوب المنظم بانها تعود او ناشئة عن التنشئة الاجتماعية او المزاج الشخصي للفرد (kruglanski,٢٠٠٤,p.٢٩٩).

الفصل الثالث

إجراءات البحث

مجتمع البحث: .

تمثل مجتمع البحث بطلبة جامعة كركوك والبالغ عددهم (٢١٩٧٤) طالب وطالبة ، بواقع (١١٨٢١) طالب وطالبة للتخصص العلمي، و(١٠١٥٣) للتخصص الانساني ، اما من حيث النوع بواقع (١٢٣٧٩) اناث، و(٩٥٩٥) من الذكور، للعام الدراسي، (٢٠٢٤-٢٠٢٥).

عينة البحث:

تألفت عينة البحث من (٤٠٠) طالب تم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية الاختيار(المتساوي) من (٨) كليات وبواقع (٤) كليات علمية و(٤) كليات انسانية ، وقد تم اختيار أعداد متساوية من طلبة الجامعة على وفق متغير التخصص والجنس (ذكور –اناث).

أدوات البحث:

أولا: مقياس الصفاء النفسي :

تحقيقا لأهداف البحث قام الباحثان ببناء مقياس الصفاء النفسي ، وقد اطلع الباحثان على عدد من الأطر النظرية ، التي تم الاعتماد عليها في تحديد المفهوم، ولأعداد الفقرات تم الاطلاع على ايضاً على الدراسات السابقة ومنها دراسة (بنجامين، ٢٠٢٤)ودراسة(الشلاش، ٢٠٢٥) ، واعد الباحثان (٥٢) فقرة لمقياس الصفاء النفسي موزعة على مجالات المقياس الاربعة وهي : المجال الاول : الوعي الذاتي والتأملي، والمجال الثاني: التوافق المعرفي والعاطفي، والمجال الثالث : التوافق الاخلاقي والنزاهة، والمجال الرابع : الانسجام مع الاخرين، بواقع (١٣) فقرة لكل مجال من مجالات المقياس ، ووضع خمس بدائل لكل فقرة وهي كالاتي (تنطبق علي بشكل كبير، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي أحيانا، لا تنطبق، لا تنطبق علي ابداً) ، وتم عرض المقياس بصيغته الاولية على عدد من الخبراء المحكمين[١] بشأن صلاحية فقرات المقياس وبدائله ، وبعد جمع آراء الخبراء المحكمين، حصلت الفقرات على نسبة اتفاق (٨٠ %) وقد تم الأخذ بآراء الخبراء بتعديل بعض الفقرات، وقد سقطت الفقرة (٥) (١٢) و(١٥) و(٢٧) و(٣٩)من فقرات المقياس، وبهذا اصبح المقياس (٤٧) فقرة.

---

[١] ١ - أ.د- جنار عبدالقادر احمد. جامعة كركوك / كلية التربية للعلوم الانسانية/ قسم العلوم التربوية والنفسية. .

٢ – أ.د- علاء الدين كاظم عبدالله جامعة كركوك / كلية التربية للعلوم الانسانية/ قسم العلوم التربوية والنفسية.

٣- أ.م.د- ذكرى عبدالحافظ عبداللطيف" جامعة كركوك / كلية التربية للعلوم الانسانية/ قسم العلوم التربوية والنفسية..

٤- أ.م.د- ذر منير العاني." جامعة الانبار / كلية التربية. .

٥- أ.م.د- سلمى حسين كامل ."جامعة كركوك / كلية التربية للعلوم الانسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية.

٦ - أ.م.د- صلاح عدنان مهدي جامعة واسط / كلية التربية لاساسية/ قسم التربية وعلم النفس.

٧- أم.د- قصي جابر ام معين ."الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية/ قسم التربية وعلم النفس.

٨- أ.م.د- طه عبدالحميد محمود ." جامعة كركوك / كلية التربية للعلوم الانسانية/ قسم العلوم التربوية والنفسية.

وضوح تعليمات المقياس وفقراته :

تم تطبيق المقياس على عينة بلغت (٤٠) طالب وطالبة من كليات جامعة كركوك تم اختيارهم من (٤) كليات علمية وانسانية ومن الذكور والاناث بنسب متساوية، ، وذلك لمعرفة وضوح فقرات الأداة وتعليماتها وحساب الوقت، واتضح ان جميع الفقرات واضحة، وبلغ الوسط الحسابي لوقت الاجابة (١٢) دقيقة.

تصحيح الاختبار:

يتم تصحيح الاختبار وفق مقياس ذات خمس بدائل وهي عبارة عن مواقف يتم اختيارها ،وقد اعطيت هذه المواقف اوزان (٥، ٤، ٣، ٢، ١).

التحليل الإحصائي للفقرات:

من اجل الحصول على بيانات يتم بموجبها تحليل الفقرات لمعرفة القوة التمييزية لإعداد المقياس بشكل نهائي، قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة بلغت (٤٠٠) طالب ، تم اختيارهم عشوائيا من طلبة جامعة كركوك، ومن ثم حسبت مستوى القوة التميزية، وعلى النحو الآتي:

أ-طريقة المجموعتين المتطرفتين :-

تم حساب القوة التميزية لكل فقرة من فقرات المقياس من خلال استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلا لة الفروق بين المجموعتين (العليا والدنيا) في درجات كل فقرة وبعد تحليل النتائج ومقارنة القيمة التائية المحسوبة بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)ودرجة حرية (٣٩٨). تبين أن جميع الفقرات دالة والجدول (١) يبين ذلك

جدول رقم (١)

تمييز فقرات مقياس الصفاء النفسي باستعمال طريقة العينتين الموازنة الطرفية

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمةالتائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	التباين	الوسط الحسابي	التباين	
١	٣,٣٦	١,١٣	١,٨٤	٠,٦٥	١٢,٤١
٢	٤,٠١	٠,٧٢	٢,٦٥	١,٢٧	١٠,٧٥
٣	٤,٣٦	٠,٥٣	٢,١٤	١,١٥	١٧,٢٦
٤	٤,١٣	٠,٦٤	٢,٣٦	٠,٩٨	١٤,٨٩
٥	٤,٢٠	٠,٤٨	٢,٢٠	١,١٣	١٨,٨٥

٦	٤,١٨	١,٢٥	٣,٠٤	١,٨٥	٥,٩٠
٧	٤,٢٧	١,١٢	٣,٣٢	١,٦٥	٥,٣٠
٨	٤,٧٢	٠,٣٢	٣,٢٧	١,٧٥	٩,٢٦
٩	٤,٤٦	١,٢٣	٣,٣٤	١,٩٧	٥,٧٧
١٠	٤,٢٩	٠,٨٦	٢,٩١	١,٥٥	٨,١٧
١١	٣,٧٢	١,٣٢	٢,٦٩	١,٢٠	٦,٩٧
١٢	٣,٧٨	٠,٩٩	١,٩٩	١,٠٧	١٣,٠٩
١٣	٣,٧٣	١,٠٠	٢,٧٩	١,٦٩	٦,٢٠
١٤	٣,٥٨	١,٤٩	١,٨٧	١,٠٤	١٠,٨١
١٥	٤,١٣	٠,٦٤	٢,١٨	٠,٩٩	١٥,٦٢
١٦	٤,٤٥	٠,٧٩	٣,١٣	١,٧٤	٧,٦٥
١٧	٤,٤٥	٠,٩٣	٣,٥٦	١,٠٠	٥,٨٩
١٨	٤,٧٣	٠,٣٤	٣,٧٤	١,٦٩	٦,٤٢
١٩	٣,٠٧	٢,٥٥	٢,٤١	٢,٠٣	٢,٨١
٢٠	٤,٢٤	١,١٩	٣,٦١	١,٦٧	٣,٣٤
٢١	٤,٤٦	٠,٧٤	٣,٦١	١,٦٧	٥,٠٦
٢٢	٤,٢٢	١,٢٨	٣,٢١	١,٣٢	٥,٨١
٢٣	٤,٤٠	٠,٩٩	٣,٠٧	٢,٠٤	٧,١١
٢٤	٤,٥٨	٠,٧٨	٢,٩٤	١,٧٩	٩,٤٦

٢٥	٤,٠٣	١,٥٩	٣,٠٠	١,٩٧	٥,٠٢
٢٦	٤,٤٧	٠,٩٣	٣,٠٧	١,٦١	٨,١٦
٢٧	٤,٠٢	١,٦٧	٣,١٢	١,٧٨	٤,٤٦
٢٨	٤,٤٤	٠,٦٤	٣,٤٣	١,٥٨	٦,٢٧
٢٩	٤,٤٨	٠,٦٧	٢,٩٠	١,٩٤	٩,٠٦
٣٠	٤,٦٢	٠,٧٥	٣,١٨	٢,٣٨	٧,٥٤
٣١	٤,٣١	٠,٤٦	٣,٣٤	١,٢٧	٨,١٣
٣٢	٤,٣٠	٠,٥٣	٢,٤٣	١,٥٩	١٥,٣٢
٣٣	٤,٤٣	٠,٦٧	٢,٨٦	١,٧٠	١٠,٧٧
٣٤	٣,٣٦	١,١٣	١.٨٧	٠,٨٦	١٠,٩٢
٣٥	٤,٠٢	٠,٧١	٢,٢٣	١,١٨	١٤,١٠
٣٦	٣,٥٨	١,٥٤	٣,٠٧	١,٦٨	٢,٦٤
٣٧	٣,٨٣	١,٤٧	٢,٤٤	١,٧٨	٧,١٧
٣٨	٤,١٠	١,٦٢	٢,٩٤	١,٧٤	٥,٨٧
٣٩	٤,٤٨	٠,٧٢	٣,٣٤	١,٥٠	٧,٠٨
٤٠	٣,٣٢	٢,١٥	٢,٥٨	١,٩٨	٢,٣٩
٤١	٣,٧١	١,٥٥	٣,٨٦	١,٧٠	٣,٨٣
٤٢	٣,٣٢	١,٢١	٢,١٣	١,٢٠	٧,٤٥
٤٣	٣,١٣	١,٦٣	٢,١٦	١,٥٦	٥,٦٤

٤٤	٣,٨٢	٠,٨٠	١,٩٤	٠,٨٩	١٥,٣٤
٤٥	٣,٩٢	٠,٨١	٣,٢٥	١,٨٣	٤,٣٤
٤٦	٤,٢٧	٠,٥٥	٢,٨٩	١,٣٢	١٢,٠٥
٤٧	٣,٧١	١,٥٥	٣,٨٦	١,٧٠	٣,٨٣

وفي ضوء هذا الإجراء كانت جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة(٠,٠٥)

ب-طريقة الاتساق الداخلي:

وباستعمال البيانات نفسها التي اعتمدت في طريقة المجموعتين المتطرفتين،ثم حساب معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية ولجميع الاستمارات ، وعند اختبار دلالة معاملات الارتباط باستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) ، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا عند مستوى دلالة **(٠,٠٥)** ودرجة حرية (٣١٨) لجميع الفقرات ، والجدول رقم (٢) يوضح ذلك

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الصفاء النفسي

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط*
١	٠,٣٤	١٧	٠,٤٧	٣٣	٠,٦٥
٢	٠,٣٢	١٨	٠,٣٩	٣٤	٠,٣٣
٣	٠,٣٩	١٩	٠,٥٢	٣٥	٠,٦٥
٤	٠,٤٥	٢٠	٠,٥١	٣٦	٠,٦٢
٥	٠,٦١	٢١	٠,٤٧	٣٧	٠,٣٥
٦	٠,٣١	٢٢	٠,٤٩	٣٨	٠,٣٨
٧	٠,٥٥	٢٣	٠,٣٥	٣٩	٠,٣٧

٨	٠,٥٩	٢٤	٠,٦٨	٤٠	٠,٣٧
٩	٠,٧١	٢٥	٠,٥١	٤١	٠,٥٣
١٠	٠,٦٩	٢٦	٠,٦٠	٤٢	٠,٣٧
١١	٠,٤٢	٢٧	٠,٣٦	٤٣	٠,٥٤
١٢	٠,٤٠	٢٨	٠,٣٢	٤٤	٠,٤٣
١٣	٠,٣٧	٢٩	٠,٣١	٤٥	٠,٧٠
١٤	٠,٤٦	٣٠	٠,٤٦	٤٦	٠,٤١
١٥	٠,٥٧	٣١	٠,٣٧	٤٧	٠,٤٧
١٦	٠,٦٣	٣٢	٠,٣٩		

التحليل العاملي Factor Analysis

بعد إجراءات تحليل فقرات مقياس الصفاء النفسي ،أصبح المقياس مكوّناً من (٤٧)فقرة، وقام الباحثان بإجراء التحليل العاملي لفقرات المقياس ، مستعينا بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وأستعمل الباحثان طريقة المكونات الأساسية التي أشارت إلى أن مساهمة العامل بمجموع الاشتراكيات لا تقل عن الواحد (Ferguson,١٩٨٩,p.٥٣٤) .ونتج عن ذلك وجود اربعة عوامل بحيث أن كل عامل قد تشبع (Loading) بـ(٤٧)متغير (الفقرات) والتي يقصد بها درجة ارتباط الفقرة بالعامل. ، ويتضح بعد اجراء الصدق العاملي الاتي:

أن العامل الأول تشبع بـ(١٢)فقرة والعامل الثاني بـ(١٢)فقرة والعامل الثالث بـ (١١) فقرة والعامل الرابع بـ (١٢) فقرة على وفق أعلى قيمة تشبع عند كل فقرة بين العوامل الأربعة.وهكذا تم تحديد عدد الفقرات لكل عامل استناداً إلى معيار ثيرستون (Therston) الذي أشار إلى أهمية أن تكون الفقرة مشبعة بشكل له دلالته العملية في عامل معين وضعيفة في العوامل الأخرى(أبو النيل,١٩٨٦,ص.٣٣) ويُعد التشبع قريبا من الصفر إذا كان أقل من (٠,٣٠) ،واستعمل هذا كمعيار تُقبل على أساسه المتغيرات (الفقرات) في العامل.

-مؤشرات الصدق Validity Indexes

لقد كان لمقياس الصقاء النفسي، عدة مؤشرات للصدق، وفيما يأتي عرض لتلك المؤشرات:

أ-الصدق الظاهري Face Indexes:

وقد تحقق الصدق الظاهري لمقياس الصقاء النفسي، وذلك حينما عِرضت فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء في علم النفس كما مر ذكره.

ب-صدق البناء Contrast Validity :

أشارت الدراسات السابقة التي اعتمدت مقياس الصقاء النفسي ، والإطار النظري المعتمد ،إلى أن للمقياس عدة عوامل،وهذا ما كشف عنه التحليل العاملي الذي قام به الباحثان ،حيث كان للمقياس أربع عوامل (المجال الاول : الوعي الذاتي والتأملي، والمجال الثاني: التوافق المعرفي والعاطفي، والمجال الثالث : التوافق الاخلاقي والنزاهة، والمجال الرابع : الانسجام مع الاخرين)،وعلى هذا الأساس فإن صدق البناء قد تحقق حينما توفر لدى الباحثان معيار يقرر على أساسه ،أن المقياس يقيس بناءاً نظرياً محدداً.

إن الباحثان عدّ كل عامل من العوامل الاربعة ،مقياساً فرعياً (Subscale) وقد قام الباحثان باستخراج صدق البناء لكل من المقاييس الفرعية الاربعة، واتضح أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة بين المجالات .

٢-الصدق العاملي:

تحقق الصدق العاملي لمقياس الصفاء النفسي من خلال الإجراءات التي أتبعها الباحثان في التحليل العاملي لفقرات المقياس.

-مؤشرات الثبات Reliability Indexes :

قد قام الباحثان باستخراج ثبات مقياس الصفاء النفسي بطريقتين هما:

أ-طريقة الاختبار- إعادة الاختبار

ب-طريقة الاتساق الداخلي (معامل الفاكرونباخ) والجدول رقم (٣) يوضح ذلك:

جدول رقم (٣):

الثبات بطرقة اعادة الاختبار ومعامل الفاكرونباخ

مؤشرات الثبات	الوعي الذاتي والتأملي	التوافق المعرفي والعاطفي	التوافق الاخلاقي والنزاهة	الانسجام مع الاخرين
إعادة الاختبار	٠,٨٤	٠,٨١	٠,٨٦	٠,٨٣
معامل الفاكرونباخ	٠,٨٥	٠,٨٤	٠,٨٦	٠,٨٤

١٠-المؤشرات الإحصائية لمقياس الصفاء النفسي :

لحساب المؤشرات الإحصائية لمقياس الصفاء النفسي (بمقاييسه الفرعية الأربعة) ،وتم استعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وجدول (٤) يوضح ذلك:

جدول(٤)

المؤشرات الإحصائية لمقياس الصفاء النفسي

ت	المؤشرات الإحصائية	المجالات			
		الوعي الذاتي والتأملي (١٢) فقرة	التوافق المعرفي والعاطفي (١٢) فقرة	التوافق الاخلاقي والنزاهة (١١) فقرة	الانسجام مع الاخرين (١٢) فقرة
١	الوسط الفرضي	٣٦	٣٦	٣٣	٣٦
٢	الوسط الحسابي	٤٥,٨	٤٦,٢	٤٢,٢	٤٣,٩
٣	الوسيط	٣٤,٠٠	٣٠,٠٠	٣٠,٠٠	٣٠,٠٠
٤	المنوال	٣٢,٠٠	٣١,٠٠	٣٢,٠٠	٣١,٠٠
٥	الانحراف المعياري	٩,٩	٨,١	٧,٦	١٠,٨

٦	التباين	٩٨,٠١	٦٥,٦١	٥٧,٧٦	١١٦,٦٤
٧	الخطأ المعياري للتقدير	٠,٣١٨	٠,٢٩٥	٠,٣٠٢	٠,١٧٧
٨	الالتواء	-٠,٣٢١	-٠,٢٧٦	-٠,٠٦٩	٠,٠٨٨
٩	التفرطح	٠,٤٢٢	-٠,٣٢٧	٠,٣٤٥	٠,٤٧٣
١٠	المدى النظري	٦٤	٦٠	٥٦	٦٠
١١	أقل درجة	١٢	١٢	١١	١٢
١٢	أعلى درجة	٦٠	٦٠	٥٥	٦٠

ثانيا: تنظيم الذات الاكأديمي :.

تحقيقا لأهداف البحث قام الباحثان باعداد مقياس تنظيم الذات الاكاديمي، ولأعداد الفقرات تم الاطلاع على عدد من الدراسات السابقة منها (دراسة محمود وفتحي ، ٢٠١٢) و (دراسة العاسمي والعجمي ٢٠١٨) و (دراسة صميلي وابو تيراب ،٢٠٢١) حيث اعد الباحثان (٦٠) فقرة،، موزعة على مجالات المقياس الخمس بواقع (١٢) فقرة لكل مجال، وهي : المجال الاول: استقبال المعلومات، والمجال الثاني: تقييم المعلومات، والمجال الثالث: احداث التغييرات الواعية، والمجال الرابع: وضع خطة وحلول، والمجال الخامس: تنفيذ الخطة وتقييمها، ولغرض التأكد من صلاحية الفقرات في قياس ما وضعت لأجله تم عرضه بصيغته الأولية على عدد من المحكمين، لبيان صلاحية الفقرات ووضوح التعليمات، وبعد جمع آراء المحكمين حصلت الفقرات على نسبة اتفاق (٨٠)، وقد تم الأخذ بآراء الخبراء واقتراحاتهم فيما يخص تعديل بعض الفقرات، وقد سقطت (٣) فقرات من فقرات المقياس، وبهذا اصبح المقياس يتكون من (٥٧) فقرة.

وضوح تعليمات المقياس وفقراته :

تم تطبيق الاختبار على عينة بلغت (٤٠) طالب وطالبة من كليات جامعة كركوك تم اختيارهم من (٤) كليات علمية وانسانية ومن الذكور والاناث بنسب متساوية، ، وذلك لمعرفة وضوح فقرات الأداة وتعليماتها وحساب الوقت، واتضح ان جميع الفقرات واضحة، وبلغ الوسط الحسابي لوقت الاجابة (٢٠) دقيقة.

تصحيح الاختبار:

يتم تصحيح الاختبار وفق مقياس ذات خمس بدائل وهي عبارة عن مواقف يتم اختيارها ،وقد اعطيت هذه المواقف اوزان (٥، ٤، ٣، ٢، ١).

التحليل الإحصائي للفقرات:

من اجل الحصول على بيانات يتم بموجبها تحليل الفقرات لمعرفة القوة التمييزية لإعداد الاختبار بشكل نهائي، قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة بلغت (٤٠٠) طالب ، تم اختيارهم عشوائيا من طلبة جامعة كركوك، ومن ثم حسبت مستوى القوة التميزية، وعلى النحو الآتي:

أ-طريقة المجموعتين المتطرفتين :-

تم حساب القوة التميزية لكل فقرة من فقرات المقياس من خلال استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلا لة الفروق بين المجموعتين (العليا والدنيا) في درجات كل فقرة وبعد تحليل النتائج ومقارنة القيمة التائية المحسوبة بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨). تبين أن جميع الفقرات دالة إحصائيا وجدول (٥) يوضح ذلك:

جدول (٥)

القوة التمييزية لفقرات مقياس تنظيم الذات الاكاديمي بطريقة المجموعتين المتطرفتين

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	التباين	الوسط الحسابي	التباين	
١	٣,٣٦	١,١٣	١,٨٤	٠,٦٥	١٢,٤١
٢	٤,٠١	٠,٧٢	٢,٦٥	١,٢٧	١٠,٧٥
٣	٤,٣٦	٠,٥٣	٢,١٤	١,١٥	١٧,٢٦
٤	٤,١٣	٠,٦٤	٢,٣٦	٠,٩٨	١٤,٨٩
٥	٤,٢٠	٠,٤٨	٢,٢٠	١,١٣	١٨,٨٥
٦	٤,١٨	١,٢٥	٣,٠٤	١,٨٥	٥,٩٠

٧	٤,٢٧	١,١٢	٣,٣٢	١,٦٥	٥,٣٠
٨	٤,٧٢	٠,٣٢	٣,٢٧	١,٧٥	٩,٢٦
٩	٤,٤٦	١,٢٣	٣,٣٤	١,٩٧	٥,٧٧
١٠	٤,٢٩	٠,٨٦	٢,٩١	١,٥٥	٨,١٧
١١	٣,٧٢	١,٣٢	٢,٦٩	١,٢٠	٦,٩٧
١٢	٣,٧٨	٠,٩٩	١,٩٩	١,٠٧	١٣,٠٩
١٣	٣,٧٣	١,٠٠	٢,٧٩	١,٦٩	٦,٢٠
١٤	٣,٥٨	١,٤٩	١,٨٧	١,٠٤	١٠,٨١
١٥	٤,١٣	٠,٦٤	٢,١٨	٠,٩٩	١٥,٦٢
١٦	٤,٤٥	٠,٧٩	٣,١٣	١,٧٤	٧,٦٥
١٧	٤,٤٥	٠,٩٣	٣,٥٦	١,٠٠	٥,٨٩
١٨	٤,٧٣	٠,٣٤	٣,٧٤	١,٦٩	٦,٤٢
١٩	٣,٠٧	٢,٥٥	٢,٤١	٢,٠٣	٢,٨١
٢٠	٤,٢٤	١,١٩	٣,٦١	١,٦٧	٣,٣٤
٢١	٤,٤٦	٠,٧٤	٣,٦١	١,٦٧	٥,٠٦
٢٢	٤,٢٢	١,٢٨	٣,٢١	١,٣٢	٥,٨١
٢٣	٤,٤٠	٠,٩٩	٣,٠٧	٢,٠٤	٧,١١
٢٤	٤,٥٨	٠,٧٨	٢,٩٤	١,٧٩	٩,٤٦
٢٥	٤,٠٣	١,٥٩	٣,٠٠	١,٩٧	٥,٠٢

٢٦	٤,٤٧	٠,٩٣	٣,٠٧	١,٦١	٨,١٦
٢٧	٤,٠٢	١,٦٧	٣,١٢	١,٧٨	٤,٤٦
٢٨	٤,٤٤	٠,٦٤	٣,٤٣	١,٥٨	٦,٢٧
٢٩	٤,٤٨	٠,٦٧	٢,٩٠	١,٩٤	٩,٠٦
٣٠	٤,٦٢	٠,٧٥	٣,١٨	٢,٣٨	٧,٥٤
٣١	٤,٣١	٠,٤٦	٣,٣٤	١,٢٧	٨,١٣
٣٢	٤,٣٠	٠,٥٣	٢,٤٣	١,٥٩	١٥,٣٢
٣٣	٤,٤٣	٠,٦٧	٢,٨٦	١,٧٠	١٠,٧٧
٣٤	٣,٣٦	١,١٣	١.٨٧	٠,٨٦	١٠,٩٢
٣٥	٤,٠٢	٠,٧١	٢,٢٣	١,١٨	١٤,١٠
٣٦	٣,٥٨	١,٥٤	٣,٠٧	١,٦٨	٢,٦٤
٣٧	٣,٨٣	١,٤٧	٢,٤٤	١,٧٨	٧,١٧
٣٨	٤,١٠	١,٦٢	٢,٩٤	١,٧٤	٥,٨٧
٣٩	٤,٤٨	٠,٧٢	٣,٣٤	١,٥٠	٧,٠٨
٤٠	٣,٣٢	٢,١٥	٢,٥٨	١,٩٨	٢,٣٩
٤١	٣,٧١	١,٥٥	٣,٨٦	١,٧٠	٠,٨٣**
٤٢	٣,٣٢	١,٢١	٢,١٣	١,٢٠	٧,٤٥
٤٣	٣,١٣	١,٦٣	٢,١٦	١,٥٦	٥,٦٤
٤٤	٣,٨٢	٠,٨٠	١,٩٤	٠,٨٩	١٥,٣٤

٤٥	٣,٩٢	٠,٨١	٣,٢٥	١,٨٣	٤,٣٤
٤٦	٤,٢٧	٠,٥٥	٢,٨٩	١,٣٢	١٢,٠٥
٤٧	٣,٩٠	١,٠٩	٢,٦٢	١,٤٨	٨,٢٤
٤٨	٤,٢١	١,٣٠	٢,٧٨	٢,٣٧	٧,٧٦
٤٩	٣,٧٩	١,٠٤	٢,١٤	١,١٧	١٢,٣٢
٥٠	٣,٧٢	٠,٩٦	٣,٧٧	١,٣٨	٠,٤١**
٥١	٤,٠١	٠,٩٧	٢,٥٣	١,٤٤	١١,٨٣
٥٢	٣,٨٨	١,٦٨	٢,٨٨	١,٧٠	٥,٠٤
٥٣	٤,٢٥	٠,٦٧	٣,١٢	٢,١٣	٧,٥٢
٥٤	٤,٠٢	٠,٨١	٣,٠٠	١,٤٧	٨,١٦
٥٥	٤,١٨	١,٠٣	٣,٨٦	١,٥٤	١,٩٠**
٥٦	٤,١٠	٠,٥٢	٢,٢٨	٠,٩٩	١٦,٤٧
٥٧	٣,٤٦	١,١٢	٢,٤٣	١,٢٥	٧,٦٤

وفي ضوء هذا الإجراء كانت جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة(٠,٠٥)ما عدا الفقرات (٤١)،(٥٠)،(٥٥)كانت غير مميزة لأن القيمة التائية المحسوبة لها هي (٠,٨٣)،(٠,٤١)،(١,٩٠) على التوالي ،وهي أقل من القيمة الجدولية (١,٩٦٠)،وعليه أسقطت الفقرات الثلاثة من المقياس.

ب-طريقة الاتساق الداخلي:

وباستعمال البيانات نفسها التي اعتمدت في طريقة المجموعتين المتطرفتين،ثم حساب معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية ولجميع الاستمارات ،وهكذا فقد تراوحت حدود معاملات الارتباط من (٠,٠٦٢-٠,٧١).وعند اختبار دلالة

معاملات الارتباط باستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) ، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (**٠,٠٥**) ودرجة حرية (٣١٨) لجميع الفقرات ، ما عدا الفقرات (٤١)و(٤٧)و(٥٠)و(٥٥) فان قيمة معامل الارتباط لهذ الفقرات ليست ذات دلالة إحصائية وهي أقل من القيمة الجدولية (١,٩٦٠) وعليه أسقطت هذه الفقرات الأربعة من المقياس .و جدول (٦) يوضح ذلك

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس تنظيم الذات الاكاديمي

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط*
١	٠,٣٤	٢٠	٠,٤٧	٣٩	٠,٦٥
٢	٠,٣٢	٢١	٠,٣٩	٤٠	٠,٣٣
٣	٠,٣٩	٢٢	٠,٥٢	٤١	٠,٠٧٨**
٤	٠,٤٥	٢٣	٠,٥١	٤٢	٠,٦٢
٥	٠,٦١	٢٤	٠,٤٧	٤٣	٠,٣٥
٦	٠,٣١	٢٥	٠,٤٩	٤٤	٠,٣٨
٧	٠,٥٥	٢٦	٠,٣٥	٤٥	٠,٣٧
٨	٠,٥٩	٢٧	٠,٦٨	٤٦	٠,٣٧
٩	٠,٧١	٢٨	٠,٥١	٤٧	٠,٠٦٢**
١٠	٠,٦٩	٢٩	٠,٦٠	٤٨	٠,٣٧
١١	٠,٤٢	٣٠	٠,٣٦	٤٩	٠,٥٤
١٢	٠,٤٠	٣١	٠,٣٢	٥٠	٠,٠٨١**
١٣	٠,٣٧	٣٢	٠,٣١	٥١	٠,٧٠

١٤	٠,٤٦	٣٣	٠,٤٦	٥٢	٠,٤١
١٥	٠,٥٧	٣٤	٠,٣٧	٥٣	٠,٤٧
١٦	٠,٦٣	٣٥	٠,٣٩	٥٤	٠,٣٩
١٧	٠,٣١	٣٦	٠,٤٢	٥٥	٠,٠٧٩**
١٨	٠,٣٠	٣٧	٠,٥٥	٥٦	٠,٤٤
١٩	٠,٤٢	٣٨	٠,٦٢	٥٧	٠,٤٧

٧- التحليل العاملي Factor Analysis

بعد إجراءات تحليل فقرات مقياس تنظيم الذات الاكاديمي ،أصبح المقياس مكوّناً من (٥٤)فقرة ، وقام الباحثان بإجراء التحليل العاملي لفقرات المقياس ، مستعينان بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وأستعمل الباحثان طريقة المكونات الأساسية التي أشارت إلى أن مساهمة العامل بمجموع الاشتراكيات لا تقل عن الواحد (Ferguson,١٩٨٩,p.٥٣٤) .ونتج عن ذلك وجود ثلاثة عوامل بحيث أن كل عامل قد تشبع (Loading) بـ(٥٤)متغير (الفقرات) والتي يقصد بها درجة ارتباط الفقرة بالعامل.كما أن التباين المتجمع للعوامل الخمسة الناتجة عن تحليل مصفوفة الارتباط ، ويتضح بعد اجراء الصدق العاملي الاتي:

أن العامل الأول تشبع بـ(١٢)فقرة والعامل الثاني بـ(١١)فقرة والعامل الثالث بـ (١٠) فقرة والعامل الرابع بـ (١٠) فقرة والعامل الخامس بـ (١١) فقرة على وفق أعلى قيمة تشبع عند كل فقرة بين العوامل الخمسة.وهكذا تم تحديد عدد الفقرات لكل عامل استناداً إلى معيار ثيرستون (Therston) الذي أشار إلى أهمية أن تكون الفقرة مشبعة بشكل له دلالته العملية في عامل معين وضعيفة في العوامل الأخرى(أبو النيل,١٩٨٦,ص.٣٣) ويُعد التشبع قريبا من الصفر إذا كان أقل من (٠,٣٠) ،واستعمل هذا كمعيار تُقبل على أساسه المتغيرات (الفقرات) في العامل.

٨-مؤشرات الصدق Validity Indexes

لقد كان لمقياس تنظيم الذات الاكاديمي ،عدة مؤشرات للصدق ،وفيما يأتي عرض لتلك المؤشرات:

أ-الصدق الظاهري Face Indexes :

وقد تحقق الصدق الظاهري لمقياس تنظيم الذات الاكاديمي ،وذلك حينما عِرضت فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء في علم النفس كما مر ذكره .

ب-صدق البناء Contrast Validity :

أشارت الدراسات السابقة التي اعتمدت مقياس تنظيم الذات الاكاديمي، والإطار النظري المعتمد ،إلى أن للمقياس عدة عوامل،وهذا ما كشف عنه التحليل العاملي الذي قام به الباحثان ،حيث كان للمقياس خمسة عوامل (المجال الاول: استقبال المعلومات، والمجال الثاني: تقييم المعلومات، والمجال الثالث: احداث التغييرات الواعية، والمجال الرابع: وضع خطة وحلول، والمجال الخامس: تنفيذ الخطة وتقييمها)،وعلى هذا الأساس فإن صدق البناء قد تحقق حينما توفر لدى الباحثان معيار يقرر على أساسه ،أن المقياس يقيس بناءاً نظرياً محدداً.

إن الباحثان عدّ كل عامل من العوامل الخمسة ،مقياساً فرعياً (Subscale) وقد قام الباحثان باستخراج صدق البناء لكل من المقاييس الفرعية الخمسة، واتضح أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة بين المجالات .

٢-الصدق العاملي:

تحقق الصدق العاملي لمقياس تنظيم الذات الاكاديمي من خلال الإجراءات التي أتبعها الباحثان في التحليل العاملي لفقرات المقياس.

٩-مؤشرات الثبات Reliability Indexes :

قد قام الباحثان باستخراج ثبات مقياس تنظيم الذات الاكاديمي بطريقتين هما:

أ-طريقة الاختبار- إعادة الاختبار

ب-طريقة الاتساق الداخلي (معامل الفاكرونباخ):

والجدول رقم (٧) يوضح ذلك :

مؤشرات الثبات	استقبال المعلومات	تقييم المعلومات	احداث التغيرات الواعية	وضع الخطة والحلول	تنفيذ الخطة
إعادة الاختبار	٠,٨٣	٠,٨١	٠,٨٥	٠,٨٣	٠.٨٤
معامل الفاكرونباخ	٠,٨٤	٠,٨٣	٠,٨٧	٠,٨٤	٠.٨٥

١٠-المؤشرات الإحصائية لمقياس تنظيم الذات الاكاديمي:

لحساب المؤشرات الإحصائية لمقياس تنظيم الذات الاكاديمي (بمقاييسه الفرعية الخمسة) ،تم استعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وجدول (٨) يوضح ذلك:

جدول(٨)

المؤشرات الإحصائية لمقياس تمظيم الذات الاكاديمي

ت	المؤشرات الإحصائية	المجالات				
		استقبال المعلومات (١٢) فقرة	تقييم المعلومات (١١) فقرة	احداث التغيرات الواعية (١٠) فقرة	وضع الخطة والحلول (١٠) فقرة	تنفيذ الخطة (١١) فقرة
١	الوسط الفرضي	٣٦	٣٣	٣٠	٣٠	٣٣
٢	الوسط الحسابي	٤٢,٨	٣٨,٢	٣٧,٢	٣٩.٧	٤٠,٩
٣	الوسيط	٤٧,٠٠	٤٠,٠٠	٣٩,٠٠	٣٩.٠٠	٤٠,٠٠
٤	المنوال	٤٦,٠٠	٤٩,٠٠	٤٦,٠٠	٤١,٠٠	٤١,٠٠
٥	الانحراف المعياري	٩,٩	٨,١	٧,٦	٨,١	١٠,٨

٦	التباين	٩٨,٠١	٦٥,٦١	٥٧,٧٦	٦٥,٦١	١١٦,٦٤
٧	الخطأ المعياري للتقدير	٠,٣١٨	٠,٢٩٥	٠,٣٠٢	٠,٢٩٥	٠,١٧٧
٨	الالتواء	-٠,٣٢١	-٠,٢٧٦	-٠,٠٦٩	-٠,٢٧٦	٠,٠٨٨
٩	التفرطح	٠,٤٢٢	-٠,٣٢٧	٠,٣٤٥	-٠,٣٢٧	٠,٤٧٣
١٠	المدى النظري	٥٨	٥٠	٤٨	٥٠	٥٤
١١	أقل درجة	١٢	١١	١٠	١٠	١١
١٢	أعلى درجة	٦٠	٥٥	٥٠	٥٠	٥٥

وعند ملاحظة المؤشرات الإحصائية لمقياس تنظيم الذات الاكاديمي ولكل مقياس فرعي، أنها تتسق مع معظم مؤشرات المقاييس العلمية،إذ تقترب درجات كل مقياس فرعي وتكراراتها نسبياً من التوزيع الأعتدالي بما يسمح بتعميم نتائج تطبيق هذا المقياس .

الفصل الرابع : عرض نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها:

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث الحالي على وفق أهدافه وتفسير هذه النتائج ومن ثم الخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات، وكما يأتي:

١. الهدف الأول – قياس الصفاء النفسي لدى طلبة الجامعة :

وكانت نتائج البحث الحالي بعد عرض الوسط الحسابي والوسط الفرضي والانحراف المعياري لكل مجال من مجالات الصفاء النفسي، وعند إجراء الاختبار التائي t– test لعينة واحدة ومقارنتها بالقيمة التائية الجدولية(١.٩٦) ، إذ تبين ان جميع المجالات دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وان الجدول رقم (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة والجدولية لعينة طلبة الجامعة على مقياس الصفاء النفسي

مجالات الصفاء النفسي	العدد	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة عند مستوى (٠.٠٥)
الوعي الذاتي والتأملي	٤٠٠	٣٩٩	٤٥.٦	٨.٣٧	٣٦	١٤.٨٤	١.٩٦	دالة
التوافق المعرفي والعاطفي			٤٦.٢	٨.٣١	٣٦	١٥.٨٢	١.٩٦	دالة
التوافق الاخلاقي والنزاهة			٤٢.٧	٦.٤٨	٣٣	١٧.٠٤	١.٩٦	دالة
الانسجام مع الاخرين			٤٣.٤	٩.٢٤	٣٦	١٠.٨٨	١.٩٦	دالة

ويتضح من الجدول اعلاه ان جميع مجالات الصفاء النفسي باعتبارها مقاييس فرعية دالة عند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يتفق مع الادبيات السابقة، ويفسر الباحثان هذه النتيجة على ان طلبة الجامعة يمتلكون الوعي والنضج المعرفي ولديهم توافق وانسجام مع الاخرين لانهم يمتلكون مهارات ومعرفة نتيجة الخبرات الاكاديمية التي تؤهلم لانه يكونوا اكثر كفاءة واستقراراً نفسياً وشعوراً بالامان والصحة النفسية .

٢. الهدف الثاني– تعرف الفروق في الصفاء النفسي وفق مجالاته لدى أفراد العينة تبعاً لمتغير النوع (الذكور و الإناث).

تبين نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمجالات مقياس الصفاء النفسي وفقاً لمتغير النوع (ذكور –اناث) وعند استعمال الاختبار التائي t–testلعينتين مستقلتين حيث كانت القيمة المحسوبة لمجالات مقياس تنظيم الذات الاكاديمي غير دالة، وبدرجة حرية (٣٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وهي أقل من القيمة الجدولية (١.٩٦) مما يشير إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث . والجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمجالات مقياس الصفاء النفسي وفقاً لمتغير النوع

مجالات الصفاء النفسي	النوع	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالةعند ٠.٠٥
الوعي الذاتي والتأملي	ذكور	٢٠٠	٤٥.١	٩.٥٣	١,٢٥	١,٩٦٠	غير دالة
	اناث	٢٠٠	٤٤.٨				
التوافق المعرفي والعاطفي	ذكور	٢٠٠	٤٥.٩	٧.٩٧	١.٠٤	١,٩٦٠	غير دالة
	اناث	٢٠٠	٤٥.٧				
التوافق الاخلاقي والنزاهة	ذكور	٢٠٠	٤٢.٤	٨.٠١	١.٦٧	١,٩٦٠	غير دالة
	اناث	٢٠٠	٤٢.٧				
الانسجام مع الاخرين	ذكور	٢٠٠	٤٣.١	٩.٣٣	١.٧٢	١,٩٦٠	غير دالة
	اناث	٢٠٠	٤٢.٨				

وبما ان القيمة التائية المحسوبة اقل من القيمة التائية الجدولية فانه لاتوجد فروق لصالح النوع بين الذكور والاناث، ويعزو الباحثان هذه النتيجة أن طلبة الجامعة في مرحلة الشباب ولديهم تقارب بالمستوى العمري والعلمي والثقافي، وتقارب ايضاً بالطموح والرغبات مما جعلهم لا يختلفون عن بعضهم البعض في هذه السمة من اجل وصولهم الى الصورة الايجابية المثلى التي تميزهم عن بعضهم.

٣. الهدف الثالث : قياس تنظيم الذات الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.

عند مقارنة الوسط الحسابي والوسط الفرضي والانحراف المعياري لكل مجال من مجالات تنظيم الذات الاكاديمي بعد معالجتها باستعمال الاختبار الثائي لعينة واحدة تبين ان جميع المجالات دالة عند مقارنتها بالقيمة الثائية الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ، والجدول رقم (١١) يوضح ذلك:

جدول رقم (١١)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة والجدولية لعينة طلبة الجامعة على مجالات مقياس تنظيم الذات الاكاديمي

مجالات تنظيم الذات الأكاديمي	العدد	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة عند مستوى (٠.٠٥)
استقبال المعلومات	٤٠٠	٣٩٩	٤٦.٨	٨.٣٤	٣٦	١٦.٧٢	١.٩٦	دالة
تقييم المعلومات			٤٤.٧	٦.٢٣	٣٣	٢٠.٩٦	١.٩٦	دالة
احداث التغيرات الواعية			٣٩.٨	٩.٣٢	٣٠	١٤.٣٥	١.٩٦	دالة
وضع الخطة والحلول			٣٨.٧	٧.٣٢	٣٠	١٤.٣٨	١.٩٦	دالة
تنفيذ الخطة وتقييمها			٤٢.٥	٨.٧٥	٣٣	١٤.٣٦	١.٩٦	دالة

ويتضح من الجدول اعلاه ان القيمة التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، مما يشير على ان طلبة الجامعة يمتلكون هذه المكونات الخمس للتنظيم الذاتي الاكاديمي، وهذا ما يتفق مع الدراسات السابقة ، ويفسر ايضاً على انهم لديهم النضج المعرفي والعلمي في التعامل وادارة المعرفة وتكوين الاراء واتخاذ القررات .

٤-الهدف الرابع : تعرف الفروق في تنظيم الذات الاكاديمي وفق مجالاته لدى أفراد العينة تبعاً لمتغير النوع (الذكور و الإناث).

تبين نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمجالات مقياس تنظيم الذات الاكاديمي وفقاً لمتغير النوع (الذكور و الإناث) وبعد استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية (١.٩٦) اذ تبين غير دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وجدول (١٢) يوضح ذلك.

الجدول (١٢)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمجالات مقياس تنظيم الذات الاكاديمي وفقاً لمتغير النوع (الذكور و الإناث)

مجالات تنظيم الذات الاكاديمي	النوع	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالةعند ٠.٠٥
استقبال المعلومات	ذكور	٢٠٠	٤٦.٣	٨.٣٧	١.٢٣	١,٩٦	غير دالة
	اناث	٢٠٠	٤٦.٩				
تقييم المعلومات	ذكور	٢٠٠	٤٤.١	٦.٧١	١.٠٨	١,٩٦	غير دالة
	اناث	٢٠٠	٤٣.٩				
احداث التغيرات الواعية	ذكور	٢٠٠	٣٩.٣	٨.٤٣	١.٦٢	١,٩٦	غير دالة
	اناث	٢٠٠	٣٨.٩				
وضع الخطة والحلول	ذكور	٢٠٠	٣٨.٦	٧.٠٥	١.٧٠	١,٩٦	غير دالة
	اناث	٢٠٠	٣٨.٢				
تنفيذ الخطة وتقييمها	ذكور	٢٠٠	٤٢.٤	٨.٥١	١.٢٥	١.٩٦	غير دالة
	اناث	٢٠٠	٤١.٨				

وبما ان القيمة التائية المحسوبة اقل من القيمة التائية الجدولية فانه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية على مستوى النوع (ذكور –اناث) وتفسر هذه النتيجة وفق نظرية باندورا بان الافراد بغض النظر عن النوع يسعون وبشكل دائم الى بناء التنظيم الذاتي في تطوير مهاراتهم واعتماد استراتيجيات تحققهم للوصول الى الاهداف، ويعزو الباحثان هذه النتيجة على ان طلبة الجامعة في بيئة مشتركة تعليمية وثقافية واجتماعية ساعدت كلا من الذكور والاناث باتاحة المجال لهم في بناء تكوينهم الشخصي والذاتي بشكل متوازن وملاءم لكلا الجنسين.

الهدف الخامس : العلاقة بين الصفاء النفسي وتنظيم الذات الاكاديمي لدى طلبة الجامعة .

يهدف التعرف على طبيعة العلاقة بين مجالات (عوامل) الصفاء النفسي وبين مجالات (عوامل) تنظيم الذات الاكاديمي لدى طلبة الجامعة، قام الباحثان باستخراج معاملات الارتباط بين كل المجالات، والجدول رقم (١٣) يوضح ذلك:

جدول(١٣)

معاملات الارتباط بين مجالات(عوامل) الصفاء النفسي وبين مجالات(عوامل) تنظيم الذات الاكاديمي

تنظيم الذات الاكاديمي الصفاء النفسي	استقبال المعلومات	تقييم المعلومات	احداث التغيرات الواعية	وضع الخطة والحلول	تنفيذ الخطة وتقييمها
الوعي الذاتي والتأملي	٠,٢٣	-٠,٢١	-٠,١٦	٠,٢٢	٠.٢٨
التوافق المعرفي والعاطفي	٠,٢٧	٠,٣٠	٠,٣٤	٠,٢٩	٠.٢٧
التوافق الاخلاقي والنزاهة	٠,١٩	٠,١٧	٠,٢٣	٠,١٣	٠.١٥
الانسجام مع الاخرين	٠.٣٢	٠.١٩	٠.٣٧	٠.٢١	٠.١٧

ويتضح من الجدول اعلاه، انه هناك علاقة ارتباطية بين مجالات الصفاء النفسي ومجالات تنظيم الذات الاكاديمي،باستثناء بعض الضعف لقسم من المجالات، ويفسر الباحثان هذه النتيجة الارتباطية بين المجالات لكلا المتغيرين الى طبيعة الترابط والتوافق بينهما وارتباط احدهما بالاخر، وذلك لان البيئة الجامعية بما توفره من تنشئة اكاديمية وعلمية واجتماعية وثقافية مما جعلت افرادها اكثر وعياً وفهماً وانسجاماً إذ جعلهم يتصفون بمجالات الصفاء النفسي وكذلك بناء ذواتهم الاكاديمية من خلال التفاعل الاجتماعي وطبيعة مهامهم العلمية والعملية مما جعلهم يتصفون بمجالات تنظيم الذات الاكاديمي ، وحققت هذه البيئة علاقة ارتباطية دالة بين مجالات كلا المقياسين.

التوصيات :

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي ، يمكن للباحثان أن يوصيان بما يأتي :

١. اعتماد مقياس الصفاء النفسي وتنظيم الذات الاكاديمي في المؤسسات التربوية والتعليمية وذلك للافادة منهما في مجال القياس والتشخيص والتقويم .
٢. العمل على توفير بيئة جامعية مناسبة من خلال تطوير برامج تسهم على تعليم الطلبة على التوافق الذاتي للوصول الى الصفاء النفسي والشعور بالارتياح وكذلك قدرة الطلبة على تقبل الاخرين واندماجهم وتوافقهم الاكاديمي .

المقترحات :

يقترح الباحثان إجراء دراسات مستقبلية تتمثل بما يأتي:

١. إجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي على شرائح أخرى مختلفة في المجتمع.
٢. إجراء دراسات تتناول علاقة الصفاء النفسي ومتغيرات اخرى لم يتناولها البحث مثل (المرونة النفسية والاتزان الانفعالي والصحة النفسية).

٣. إجراء دراسات تتناول تنظيم الذات الاكاديمي على شرائح اخرى من الطلبة.
٤. إجراء دراسات تتناول علاقة تنظيم الذات الاكاديمي ومتغيرات اخرى لم يتناولها البحث مثل (الصمود النفسي وسمات الشخصية والتنشئة الاجتماعية والكفاءة الذاتية).

المصادر

١. أبو النيل،(١٩٨٦):**التحليل العاملي لذكاء وقدرات الإنسان**،دراسة عربية وعالمية،بيروت دار النهضة العربية.
٢. ابو علام ، رجاء محمود.(٢٠٠٤) . **مناهج البحث في العلوم النفسية التربوية** ،القاهرة، دار النشر للجامعات .
٣. البرزنجي ، ذكريات عبد الواحد محمد .(٢٠٢٢). **الهناء الذاتي وعلاقته بالتوجه نحو مساعدة الاخرين والهيبة الخارجية المدركة لدى مدرسي المرحلة الاعدادية** ، اطروحة دكتوراه – الجامعة المستنصرية – كلية التربية – قسم العلوم التربوية والنفسية .
٤. الجباري، جنار عبدالقادر، وكاوة،علي محمد (٢٠١٩):**ادمان الانترنت وعلاقته بدافع الانجاز لدى طلبة كلية الاداب**،مجلة جامعة كركوك، الدراسات الانسانية، مج ١٤، ع١، ص٢٩١-٣١٤.
٥. جبر, محمد .(١٩٩٦). "**بعض المتغيرات الديموغرافية المرتبطة بالأمن النفسي**", مجلة علم النفس, المجلد العاشر, الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة– مصر،١٩٩٦.
٦. حسون، سعد عبدالله (٢٠٢٤): **الحاجات الارشادية والكفاءة الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية النازحين وغير النازحين في محافظة كركوك**، مجلة جامعة كركوك للدراسات الانسانية، مج ١٩، ع١، ص٥٦٨-٥٩٢.
٧. خليفة ، عبد اللطيف محمد .(٢٠٠٩) .**الانشطة والاحداث السارة لدى طلاب الجامعة** ، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية ، (٥)١-٦٤.
٨. راضون ،ربيع عبده أحمد،(٢٠٠٦):**التعلم المنظم ذاتياً وتوجهات أهداف الإنجاز ،نماذج ودراسات معاصرة**،ط ٥،عالم الكتاب،القاهرة.
٩. زايد، اميرة عبدالسلام (٢٠١٥) **الجامعة وقيم النزاهة في البحث العلمي**، (رؤية تنموية) منتدى الشراكة في مجال البحث العلمي – النزاهة العلمية (١٢٥-١٤٦).

١٠. الزغول، عماد رحيم (٢٠٠٩) **مبادى علم النفس التربوي**، ط١، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

١١. سعيدي، عبد الله (٢٠٢٢) **السعادة لدى الطلبة الجامعيين في ضوء متغيري الجنس والوظيفة**، مجلة دراسات إنسانية واجتماعية، جامعة وهران(٢) محمد بن أحمد ، ١١(١) ٢٥- ٤٢.

١٢. الشلاش ،عمر بن سليمان (٢٠٢٥): **الإيكولاليا وعلاقتها بالصفاء النفسي والتعلق غير الآمن**، رسالة ماجستير منشورة، كلية العلوم والدراسات الإنسانية بشقراء –جامعة شقراء – المملكة العربية السعودية.

١٣. صميلي، حسن بن ادريس وابو تيراب ، احمد يعقوب (٢٠٢١):**الراحة النفسية وعلاقتها بتنظيم الذات الأكاديمي لدى طلبة الجامعة ،جامعة جازان**، مجلة الإرشاد النفسي، العدد ٦٦ ، ج ١، أبريل ٢٠٠١.

١٤. العاسمي، رياض نائل والعجمي، راشد مانع (٢٠١٨): **التنظيم الذاتي الاكاديمي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة جامعة دمشق والكويت**، مجلة اكاديمية شمال اوروبا المحكمة– الدنمارك، الاصدار الاول.

١٥. عبد الله ، محمد احمد (٢٠٢١) **السلام النفسي، أهميته، وأثره، وطرق تحصيله في ضوء السنة النبوية**، المؤتمر العلم الدولي الأول " الوثائق الازهرية في رحاب العلوم الاسلامية ٩-١٠ كتوبر، ٢٠٢١ ، القاهرة.

١٦. العتوم، عدنان يوسف (٢٠٠٥) **علم النفس التربوي، النظرية والتطبيق**، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

١٧. محمود، عبدالمنعم عرفة وفتحي، طارق محمد (٢٠١٢): **تنظيم الذات الاكاديمي وعلاقته بقلق الاختبار لدى طلبة الجامعة**، مجلة دراسات في التربية وعلم النفس، العدد ٢٩، الجزء الثالث.

References

١. Al-Domi, M. M. (٢٠١٢): Faith and psychological security in the Holy Quran. European Journal of Social Sciences, ٣٢(١), ٥٢-٥٨.
٢. Anyonovsky, J., (١٩٨٧): Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness. New York: Dell.
٣. Bandura, A. (١٩٩١): Social cognitive theory of self-regulation. Organizational Behavior and Human Decision Processes,٥٠(٢):٢٤٨-٢٨٧.
٤. Benjamin Koch (٢٠٢٤): The Pathway to Mental Clarity: A Comprehensive Framework for Psychological and Ethical Well-being, **Research** · June ٢٠٢٤ DOI: ١٠,١٣١٤٠/RG.٢. https://www.researchgate.net/publication/٣٨١٤٠٨٣.
٥. Beck, J.S., (٢٠١١): Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond. ٢nd ed. New York: Guilford Press.
٦. Shorey, K., (٢٠٠٧):Development validation of the comfort and conformity of gender expression scale, university of Missouri-Columbia, doctoral dissertation.
٧. Magno ، R.& Mayer، R.E .(٢٠٠٠): A Learner-Centered Approach to Multimedia Explanations: Deriving Instructional Design Principles From Cognitive Theory، Interactive Multimedia Electronic Journal of Computer-Enhanced Learning .
٨. Meichenbaum, D., (١٩٩٩): Cognitive-Behavior Modification: An Integrative Approach. New York: Plenum.
٩. Neff, K.D., (٢٠١١): Self-Compassion: The Proven Power of Being Kind to Yourself. New York: HarperCollins.
١٠. Pascal, C.,(٢٠٠٩). With our best future in mind, implementing early learning in Ontario, question's printer for Ontario.
١١. Pint rich, P.,(١٩٩٩): Understanding interference and inhibition process from a motivational and self- regulation learning perspective, comments on Dempster and Corkill, educational psychology review, ١١(٢), ١٠٥- ١١٥.
١٢. Pint rich, P., Schunk, D.,(٢٠٠٣): Motivation in education, through research and application, Engle Wood, Cliffs, NJ. second edition, Prentice Hall Merrill.
١٣. Pinto, S., Fumincelli, L., Mazzo, A., Caldeira, S., & Martins, J.,(٢٠٠٥): Comfort, well- being and quality of life. Discussion of the

differences and similarities among the concepts. Porto biological journal, ٢(١), ٦-١٢.

١٤. Lintonen,.V., Knou, M.G.., (٢٠٠٥): Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Depression: A New Approach to Preventing Relapse. New York: Guilford Press.

١٥. Kruglanski, A. W. (٢٠٠٤):The psychology of closed mindedness:Essays in social psychology, USA: New York Taylor Francis Books, Inc..

١٦. Vermunt, J (٢٠٠٥): Relations between student learning andpersonal and contextual factors and academic performance.J.of Higher Education, ٤٩ (٣), ٢٠٥ – ٢٣٤.

١٧. Williams، R. (٢٠٠٣): Self-Questioninganai to metacoghation reading، Horizon، vol. ٣٧، p:٣٠-٤٧.

١٨. Zimmerman, B.J &Black ,M .(٢٠٠٠): Student difference in self regulated learning : Relating grade sex and giftedness to self - efficacy and strategy use, Journal of Educational Psychology ,٨٢ (١),(p:٥١-٥٩).

١٩. Zimmerman B. J., Schunk D. H. (٢٠١١): Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance. New York, NY: Taylos and Francis.

٢٠. Zotova, O. (٢٠١٥): Emotional Security of People. *Journal of Siberian Federal University. Humanities & Social Sciences*, ٩(٨), ١٨١٦-١٨٣٣.

٢١. https://pdfs.semanticscholar.org.