وزارة التـــعـليم العـالي والبحث العـلـمي

جامعة "سعيدة" الدكتور مولاي الطاهر

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قـسم علم النفس وعلوم التربية

شعبة علوم التربية

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر ل.م. د تخصص إرشاد وتوجيه

المرونة العقلية وعلاقتها بالرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي

– دراسة ميدانية بجامعة الدكتور مولاي الطاهر بسعيدة –

إعـــداد الطـالـبة:

مزاري منال

تـحـت إشراف الأسـتاذة:

د. طالحي هجيرة

أعضاء اللجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الصفة
د. مراح عبد الكريم	أستاذ محاضر–أ–	رئيسا
د. طحالي هجيرة	أستاذة محاضرة–أ–	مشرفا ومقررا
أ.د. ورغي سيد احمد	أستاذ دكتور	مناقشا

السنة الجامعية:

2025/2024م

شـــــــكر وتـــــــــقديـــــر

بـــــــــسم آلله الرحمـــــــــان الرحيـــــــــــم

والصلاة والسلام على سيدنا ونبينا وحبيبنا محمد صلى الله عليه وسلم

أولا وقبل كل شيء أشكر الله جل وعلاه الذي وفقني لإتمام هذا العمل، ثم أتقدم بشكري الخاص للأستاذة الفاضلة: "طالحي هجيرة".

التي أشرفت على هذا العمل وعلى مساعدتها القيمة التي كانت حجر الأساس في إتمام هذا العمل.

وأختم بشكري لوالدي و لكل من ساهم من قريب أو بعيد في إنجاز هذا العمل، جزآكم الله خير الجزاء.

مـــــــــنال

الإهـــداء

إلى كل من كلل العرق جبينه ومن علمني أن النجاح لا يأتي إلا بالصبر والإصرار إلى النور الذي أنار دربي والسراج الذي لا ينطفئن وره بقلبي أبدا.. ......

من بذل الغالي والنفيس إستمديت منه قوتي واعتزازي بذاتي....

أبـــــــــــــي. ...

إلى من جعل الجنة تحت أقدامها وسهلت لي الشدائد بدعائها إلى الإنسانة العظيمة التي لطالما أن تقر عينيها في يوم كهذا...

أمــــــــــــي....

لكل من كان عونا وسندا في هذا الطريق الطويل لخطيبي الذي كان سندا لي في هذه المرحلة، ورافقني بالدعم والتشجيع.

أهديكم هذا الإنجاز وثمرة نجاحي الذي لطالما تمنيته أنا اليوم أكملت وأتممت أول ثمراته بفضله سبحانه وتعالى.

فالـــــحمد لله شــــــكرا وحبــــــــا وامـــتـــــنانـــا عـــــلى البـــدء والخــــــــتــــــام.

منال

ملخص الدراسة باللغة العربية:

تهدف الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين المرونة العقلية و الرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق في المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس وكذلك الكشف عن الفروق في المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمي تعرى لمتغير التخصص، والتعرف على درجة المرونة العقلية عند الطلاب الجامعيين, حيث شملت الدراسة عينة من الطلبة الجامعيين اختيرت ب الطريقة العشوائية البسيطة في جامعة الدكتور مولاي الطاهر –بسعيدة–، حيث بلغ عددهم (150 طالب و طالبة) و لتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الباحثة أداة للقياس المرونة العقلية و أداة تقيس الرفاهية الأكاديمية، و تم الاعتماد على المنهج الوصفي، بحيث أسفرت نتائج الدراسة على ما يلي:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيّا عند مستوى الدلالة (0,01)، بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة العقلية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير للتخصص.
- لا توجد فروق في المرونة العقلية ذات دلالة إحصائية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس.
- درجة المرونة العقلية عند أفراد العينة مرتفعة.

ملخص الدراسة بالغة الانجليزية:

Abstract :

The study aims to explore the Relationship between mental resilience and academic well-being among university students, in addition to examining the differences in mental resilience and academic well-being attributed to the variables of gender and specializations. It also seeks to identify the level of mental resilience among university students. The study sample consisted of university students selected the rough simple random sampling at. Dr. Moulay Tahar University - Saida, totaling 150 students (male and female). To achieve the study's objectives, the researcher used a tool to measure mental resilience and another tool to assess academic well-being. The descriptive method was employed, and the study results showed the following:

- There are no statistically significant differences in mental flexibility among university students attributed The to the variable of major.

- Here are no statistically significant differences in mental flexibility among university students at e no statistically significant differences in academic well-being attributed to the gender variable tributed to the gender variable.

- There are no statistically significant differences in academic well-being attributed to the variable of major.

- There are there is a statistically level significant positive correlation at the 0.01 level between mental flexibility and of academic well-being among university students.

- Mental flexibility among the sample participants is high

.

العـــــــــــــنوان	الصفحة
شكر وتقدير	أ
إهداء	ب
ملخص الدراسة باللغة العربية	ت
ملخص الدراسة باللغة الانجليزية	ث
قائمة المحتويات	ج
قائمة الجداول	ذ– ر
قائمة الأشكال	ز
قائمة الملاحق	س
مقدمة	5–2
الفصل الأول: مدخل الدراسة	
1- إشكالية الدراسة وتساؤلاتها	9–7
2- فرضيات الدراسة	10–9
3- أهداف الدراسة	10
4- أهمية الدراسة	10
5- تحديد المصطلحات النظرية	11
6- تعاريفالإجرائية	11
7- حدود الدراسة	12–11
8- دراسة السابقة	18–12
9- التعليق على الدراسات السابقة	21–18
خلاصة الفصل	22
الفصل الثاني: الإطار النظري	
المبحث الأول: المرونة العقلية	

تمهيد	25
1- تعريف المرونة العقلية	26-25
2- أبعاد المرونة العقلية	27-26
3- أهمية المرونة العقلية	29-28
4- النظريات المفسرة للمرونة العقلية	31-30
خلاصة	32
المبحث الثاني: الرفاهية الأكاديمية	
تمهيد	35
1- تعريف الرفاهية الأكاديمية	37-35
2- أبعاد الرفاهية الأكاديمية	37
3- أهمية الرفاهية الأكاديمية	38-37
4- النظرية المفسرة للرفاهية الأكاديمية	40-38
خلاصة	40
المبحث الثالث: العلاقة بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية	
1- تعريف الدافعية العقلية	43-42
2- المرونة العقلية وعلاقتها ببعض المتغيرات ذات الصلة	44-43
3- الرفاهية الأكاديمية وعلاقتها ببعض متغيرات الدراسة	45-44
خلاصة	46
الفصل الثالث: الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية	
تمهيد	48
أولا: الدراسة الاستطلاعية	

1- أهداف الدراسة الاستطلاعية	48
2- عينة الدراسة الاستطلاعية	50-49
3- أدوات الدراسة الاستطلاعية	52-51
4- خصائص سايكومتيرية أدوات الدراسة	65-52
ثانيا: الدراسة الأساسية	
تمهيد	65
1- منهج الدراسة	65
2- عينات الدراسة الأساسية	66
3- اجراءات التطبيق	68
4- الأساليب الاحصائية المستخدمة للدراسة الأساسية	69
5- خلاصة	70
الفصل الرابع: عرض ومناقشة الفرضيات	
تمهيد	72
أولا: عرض نتائج الدراسة	
1-1-عرض نتيجة الفرضية العامة	72
1-2-عرض نتيجة الفرضية الأولى	74-73
1-3-عرض نتيجة الفرضية الثانية	74
1-4-عرض نتيجة الفرضية الثالثة	75-74
1-5-عرض نتيجة الفرضية الرابعة	76
1-6-عرض نتيجة الفرضية الخامسة	81-76
ثانيا: مناقشة نتائج الدراسة	

1- 1-مناقشة نتيجة الفرضية العامة	82-81
1- 2-مناقشة نتيجة الفرضية الأولى	84-82
1- 3-مناقشة نتيجة الفرضية الثانية	85-84
1- 4-مناقشة نتيجة الفرضية الثالثة	85
1- 5-مناقشة نتيجة الفرضية الرابعة	86-85
1- 6-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة	87-86
خاتمة	89
اقتراحات وتوصيات	91
قائمة المصادر والمراجع	96-93
قائمة الملاحق	121-98

قائـــــــــــــمة الجـــداول:

اسم الجداول	الصفحة
الجدول 01 :يبين توزيع أفراد العينة من حيث الجنس	**49**
الجدول 02 :يبين توزيع أفراد العينة من حيث التخصص	**50**
الجدول03 :يبين نتائج تحكم وضوح التعليمات وكفاية الفقرات وملائمة البدائل	**53**
الجدول04 :يبين نتائج تحكم مدى وضوح الصيغة اللغوية للفقرات	**54**
جدول05 :يبين نتائج تحكيم وضوح قياس الفقرة للخاصية	**55**
جدول06:يبين قيم معامل الارتباط بين فقرات مقياس المرونة العقلية والدرجة الكلية للمقياس	**56_55**
جدول رقم07 :يبين الصدق التميزي لمقياس المرونة	**57**
جدول رقم08 :يتم تحكيم وضوح التعليمات وكفاءة الفقرات وملائمة البدائل	**58_57**
جدول رقم09 :يبين نتائج تحكم مدى وضوح الصيغة اللغوية للفقرات.	**58**
جدول رقم10 :يبين نتائج تحكم وضوح قياس الفقرة للخاصية	**59**
جدول رقم11:يبين قيم معامل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للأداة	**60**
جدول رقم12:يبين قيم معامل الارتباط بين فقرات الصحة النفسية والدرجة الكلية للبعد	**61**
جدول رقم13:يبين قيم معامل الارتباط بين فقرات الإنجاز الأكاديمي والدرجة الكلية للبعد	**62**
جدول رقم14:يبين قيم معامل الارتباط بين فقرات بعد العلاقات الأكاديمية والدرجة الكلية للبعد	**63**
جدول رقم15:يبين الصدق التميزي لمقياس المرونة العقلية	**64**
جدول رقم16:يبين نتيجة ألفاكونباخ لمقياس المرونة العقلية	**64**

جدول رقم17:يبين نتيجة ألفاكورنباخ لمقياس المرونة العقلية	**65**
جدول رقم18:يبين توزيع أفراد العينة من حيث التخصص	**66**
جدول رقم19:يوضح العلاقة بين المرونة العضلية والرفاهية الأكاديمية	**67**
جدول رقم20:يبين نتائج اختبار تحليل التباين الثنائي	**72**
جدول رقم21:للفروق في المرونة الفعلية حيث التخصص	**73**
جدول رقم22:يوضح اختبار "ن" للفروق في المرونة العقلية باختلاف الجنس	**74**
جدول رقم23:يوضح نتائج اختبار تحليل التباين الثنائي Manov للفروق في الرفاهية الأكاديمية حيث التخصص	**75**
جدول رقم24:يوضح اختبار "ت" للفروق في الرفاهية الأكاديمية باختلاف الجنس	**76**
جدول رقم25:يوضح حساب المتوسط المرجحة	**77**
جدول رقم26:يبين نتيجة مستوى المرونة العقلية لدى الطالب الجامعي	**78_77**

قـــــــائمة الأشكال:

إسم الأشكال	الصفحة
مخطط – أ –:يوضح أبعاد المرونة العقلية مع النظرية التفسيرية	**33**
الشكل 01: يبين توزيع أفراد العينة من حيث الجنس	**52**
الشكل 02: يبين توزيع أفراد العينة من حيث التخصص	**52**
الشكل 03:يبين توزيع أفراد الجيش من حيث الجنس	**68**
الشكل 04:يبين توزيع أفراد العينة من حيث الجنس	**69**
الشكل 05: يبين توزيع أفراد العينة من حيث التخصص	**69**

قـــــــائمة المـلاحق:

عنوان الملحق	الصفحة
01 :أداة الدراسة أثناء التحكيم	58
02 :أداة الدراسة في صورتها النهائية	108
03 :مخرجات SPSS للدراسة الأساسية	121

مقدمة

مـــــقدمة:

تعتبر فترة التعليم الجامعي من أهم المراحل الحاسمة في حياة الفرد، حيث يبدأ الطالب في تشكيل مستقبله المهني ويكتسب مهارات أكاديمية وشخصية تؤثر بشكل كبير على مسار حياته المستقبلية.

ومع ذلك لا تخلو هذه المرحلة من التحديات والصعوبات التي قد يوجهها الطالب في مختلف الجوانب الأكاديمية والنفسية والاجتماعية. ومن بين العوامل النفسية التي تلعب دورا حيويا في تحقيق التكيف والتقدم الأكاديمي، تبرز المرونة العقلية كأحد المفاهيم الأساسية التي تؤثر بدورها الكبير على الرفاهية الأكاديمية للطالب.

فلهذا على الطالب أن يكون مرن أي قابل في تعديل أفكاره وميولا ته وطموحاته، وعليه أن يتكيف مع الضغوطات والمشاكل التي تواجه أثناء مشواره الدراسي. فالمرونة العقلية هي التي تساعده على التكيف والتحليل والتفكير والفهم وإبداء الرأي مع المواقف بإيجابية مما يسعى ذلك إلى تحقيق أقصى حد من الرفاهية الأكاديمية عند الطلاب.

في مقابل ذلك يبرز مفهوم المرونة العقلية كأحد المتطلبات الضرورية لدى الفرد في مواجهة المواقف المتباينة التي تعترضه، وما يترتب عليها من تغيرات غير متوقعة، وعليه أن يواجه تلك المواقف بأساليب متباينة تتلاءم مع المتغيرات التي تتعلق بها، وأن يتمتع بالمرونة والسلاسة في أفكاره وقدرته على التنقل من فكرة لأخرى دون التقيد في إطار محدد وثابت.**(مبار، 2020، ص380)**.

ويعرفها(**McNuLty et al,2010**)المرونة العقلية: على إنها قدرة الفرد على تغيير وجهته الذهنية تجاه المثيرات الجديدة والطارئة عند مواجهته لموقف أو مشكلة ما، وإنتاج العديد من الأفكار المتنوعة في أقل وقت ممكن سعيا للوصول إلى حل تلك المشكلة. **(صلاح، 2011، ص 21)**.

وتلعب الرفاهية الأكاديمية دورا كبيرا في حياة الطلاب الأكاديمية، فالأفراد الذين يبلغون مستويات عالية من الرفاهية الذاتية يميلون إلى إحراز مستويات من الإبداع وزيادة استمرارهم في المهمة، وتعدد المهام، ولديهم قدر كبير من الثقة وأقل عداء وأقل تمركزا حول الذات. **(سهام، 2021، ص161).**

وعرفها أيضا نبيل عبد الهادي أحمد السيد **(2019، ص77):** –بأنها تقييم الطلاب بالجامعة عن مدى رضاهم عن حياتهم الأكاديمية والمناهج الدراسية، وامتلاك العلاقات الإيجابية مع الآخرين، والشعور باستمرار النمو والتطور الشخصي. **(داليا، 2024، ص 27).**

مع تزايد الضغوط الدراسية والمنافسة داخل الجامعات، تبرز الحاجة إلى دراسة العوامل التي تضمن للطلاب حياة أكاديمية متوازنة. مما ينعكس إيجابا على مستويات رفاهيتهم النفسية وإحساسه بالرضا الأكاديمي، ومن جهة أخرى إذا غاب غابت الرفاهية الأكاديمية والشعور بالسعادة والرضا الأكاديمي قد يعرض حياة الطلاب لمخاطر متعددة تنعكس بالسلب على صحتهم النفسية مثل الانسحاب عن الدراسة، العزلة وانخفاض التحصيل الدراسي.

وأظهرت العديد من الدراسات الحديثة أن عند ارتفاع مستوى المرونة العقلية لدى الطلاب يرتبط بشكل إيجابي بزيادة مستويات الرفاهية الأكاديمية، فالطلاب الذين يتمتعون بمرونة عقلية كبيرة يكون لديهم القدرة والقابلية للتعامل مع الضغوط الأكاديمية والتكيف مع التخصص الذي يناسب قدراتهم العقلية، ومواجهة الفشل الأكاديمي بطريقه صحيحة.

بناءا على هذه المعطيات، فإن دراسة العلاقة بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية، تكتسب أهمية كبيرة سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية من خلال فهم آليات التكيف النفسي، لتطوير برامج تحفيزية تعزز من قدرة الطلاب على مواجهة الضغوط وتحقيق أعلى مستوى من الصحة النفسية والعقلية والأكاديمية. ولهذا جاء بحثنا في هذا السياق ليستكشف

العلاقة الارتباطية بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي، وقد صمم بحثنا في شكله النهائي اعتمادا على الخطة التالية:

- **الفصل الأول :مدخل** إلى البحث ويتكون من الإشكالية والتساؤلات الفرعية وفرضيات الدراسة، وأهدافها، وأهميتها، وتحديد المصطلحات النظرية، والتعارف الإجرائية، الدراسات السابقة والتعقيب على الدراسات السابقة.
- خلاصة
- **الفصل الثاني:** الإطار النظري يتكون من 3 مباحث نظرية:
- **تمهيد:**

❖ **المبحث الأول:** تعريف المرونة العقلية.

– أبعاد المرونة العقلية.

– أهمية المرونة العقلية.

– والنظريات المفسرة للمرونة العقلية.

*خلاصة:

❖ **المبحث الثاني:**

❖ تمهيد:

– تعريف الرفاهية الأكاديمية.

– أبعاد الرفاهية الأكاديمية.

– أهمية الرفاهية الأكاديمية.

– والنظريات المفسرة للرفاهية الأكاديمية.

*خلاصة.

❖ **المبحث الثالث:** يتناول العلاقة ما بين المتغيرين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية من خلال بعض الدراسات السابقة المتناولة لهذه الدراسة.

❖ خلاصة.

- **الفصل الثالث:** خاص بالإجراءات المنهجية والتطبيقية (الخروج إلى الميدان). بحيث ينقسم إلى قسمين أولا الدراسة الاستطلاعية والتي تم التطرق فيها إلى تمهيد، أهداف الدراسة عينة الدراسة، وصف أداة الدراسة ،والخصائص السيكو مترية، والدراسة الأساسية والتي تطرقت فيها إلى تمهيد، منهج الدراسة، عينة الدراسة، والأساليب المستخدمة في الدراسة، خلاصة.
- **الفصل الرابع:** تم التطرق فيه إلى عرض نتائج الفرضيات ومناقشتها.
- وانتهى بحثي بخاتمة واقتراحات وتوصيات وقائمة المصادر والمراجع والملاحق.

الفـــصل الأول: مـــــدخل دراسة

1. إشكالية الدراسة و تساؤلاتها.
2. فرضيات الدراسة .
3. أهداف الدراسة.
4. أهمية الدراسة.
5. تحديد المصطلحات النظرية.
6. التعاريف الإجرائية.
7. حدود الدراسة.
8. الدراسات السابقة.
9. التعليق على الدراسات السابقة

خلاصة الفصل

1. إشكالية الدراسة وتساؤلاتها:

تعتبر المرحلة الجامعية من بين المراحل الأساسية والمهمة والتي تلعب دورا مهما في حياة الطالب الجامعي بحيث يسعى إلى تحقيق أهدافه المستقبلية والمهنية حيث تتسم هذه المرحلة بالاستقلالية والمسِؤولية الأكبر عن القرارات الأكاديمية والشخصية، تمثل الحياة الجامعية بيئة جديدة مليئة بالفرص والتحديات، حيث يكسب الطالب فيها المعارف الأكاديمية والمهارات الحياتية والخبرات الاجتماعية التي تسهم في بناء شخصية.

وانطلاقا على هذا الأساس فإن المرونة العقلية إحدى القدرات العقلية الأساسية التي تساعد الأفراد على التكيف مع المتغيرات والضغوط المختلفة وتمكينهم من التعامل مع التحديات بفعالية، ومن ناحية أخرى يعد مفهوم الرفاهية الأكاديمية جزءا محوريا من حياة الطلاب حيث يشير إلى الحالة النفسية الإيجابية التي تشمل الرضا عن الأداء الأكاديمي و التكيف مع بيئة التعليمية والشعور بالدافعية بالإنجاز بحيث تؤثر المرونة العقلية على الرفاهية الأكاديمية للطالب.

واستنادا لبعض الدراسات التي أجريت حول المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية من بينها **(دراسة عادة مؤيد شهاب,2018)** التي استخدمت فيها تصميم المجاميع الأربعة ذات الاختبار القبلي و البعدي على عينة من طالبات الصف الثالث شعبتي (ح، ط)البالغ عددهن **(48)** ثم تقسم كل مجموعة إلى مجموعتين وفق المقاييس المرونة العقلية و بها أصبح لدينا أربع مجامع مجموعتان تجريبيتان (أصحاب المرونة العقلية –التلقائية – التكيفية) و مجموعتان ضابطتان (أصحاب المرونة العقلية –التلقائية –التكيفية) و بعد جمع البيانات و معالجتها إحصائيا تم التوصل إلى أفضل المجاميع تعلمت مهارة الفقرة العربية المجموعة التجريبية أصحاب المرونة العقلية التلقائية تليها أصحاب المرونة العقلية التكيفية ثم المجموعة الضابطة لأصحاب المرونة العقلية التلقائية تليها أصحاب المرونة العقلية التكيفية بالإضافة إلى **(دراسة عبد الرحمان مسعود2023)**جامعة الأزهر بالدقهلية

التي أشارت نتائجها على إن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين (التجريبية ،الضابطة) في القياس البعدي لمقياس المرونة العقلية. وأيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعتين (التجريبية ،الضابطة) في المقياس البعدي لمقياس الرفاهية الأكاديمية ,وأكدت الدراسات على إن هناك فروق ما بين المرونة العقلية و الرفاهية الأكاديمية لأن وفي المتعلم بتفكيره ,و قدرته على معرفة مشاعره ،يسهم في فهمه لذاته ,مما يسهل و يتيح له الفرصة على إدارة الذات المعرفية ,و القدرة على التخطيط،و الوصول الأمثل لإيجاد الحلول المناسبة للمشكلات التي يتعرض لها الطالب الجامعي ، فلهدا فإن المرونة العقلية تؤثر على الأداء التحصيلي و الأكاديمي للطالب من خلال تغير نظرته الذهنية من خلال تغير أنماط سلوكه بتصرفات مختلفة ، و تشير دراسة **(دامي السيد خليفة 2023)** ، جامعة حلوان حيث توصلت النتائج إلى التحقق من صحة النموذج المقترح و الذي يؤكد الدور الوسيط للمرونة المعرفية في العلاقة بين كل من الذكاء العلمي و مكوناته العقلية الأكاديمية كمتغير مستقل و الأداء الأكاديمي كمتغير تابع كما توصلت إلى وجود فروق في حيوية الذات الأكاديمية ,أهداف إنجاز الأكاديمية ,سعت الحيلة المتعلمة, البحث عن العون الأكاديمي , المرونة المعرفية ببعديها التكيفية و التلقائية و الذكاء العلمي لصالح تخصص المتربص ثم الفني ثم التجاري .

وأوضحت هذه الدراسة على وجود علاقة ارتباطية لكل من المتغيرات الوسطية والتابعة وأن كل منهما يكمل بعضهم البعض.

لذلك تسعى الدراسة الحالية إلى محاولة التعرف على مستوى المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية والعلاقة بينهما لدى عينة من الطلبة الجامعين ومن خلال طرح التساؤل العام التالي: **هل توجد علاقة ارتباطيه بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي؟**

وتتفرع عنه التساؤلات الجزئية التالية:

2.1هل توجد فروق في المرونة العقلية ذات دلالة إحصائية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير الجنس؟

3.1هل توجد فروق في المرونة العقلية ذات دلالة إحصائية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير التخصص؟

4.1 هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص؟

5.1هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس؟

6.1 ما درجة المرونة العقلية عند أفراد العينة؟

2- فرضيات الدراسية:

1.2.الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي.

2.2. الفرضيات الجزئية:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي.
- توجد فروق في المرونة العقلية ذات دلالة إحصائية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق في المرونة العقلية ذات دلالة إحصائية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير التخصص.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص.
- درجة المرونة العقلية عند أفراد العينة مرتفعة.

3- أهداف الدراسة:

- الكشف عن الفروق في المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس.
- الكشف عن الفروق في المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص
- التعرف على العلاقة التبادلية بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي.
- التعرف على درجة المرونة العقلية عند أفراد العينة الجامعيين.

4- أهمية الدراسة:

1. المرونة العقلية تساعد الطلاب على التكيف مع التحديات الأكاديمية من خلال تبني حلول بديلة والتعامل بمرونة مع الضغوط والصعوبات.
2. يجب توفير بيانات يمكن الاستفادة منها في تطوير برامج الدعم النفسي والاجتماعي للطلبة الجامعين.
3. أن تكون لبحثي بصمة في تراث العلمي والأدبي وأن تكون دراستي منطلقا لمزيد من الدراسات في المستقبل.

5- تحديد المصطلحات النظرية:

5 .1 المرونة العقلية (mental flexibility): بأنها هي تغير الوجهة الذهنية أو التنوع في الأفكار غير المتوقعة و توليدها و توجيهها و تحويل مسارها بما يتناسب مع المثير أو المتطلبات الموقف مع سلاسة التفكير وعدم الجمود الفكري. **(ميار، 2020، ص385.)**.

5 .2 الرفاهية الأكاديمية(académie Will being) :هي مجموعة من المؤشرات السلوكية الإيجابية التي تربط بالطالب الجامعي تعبر عن مدى رضاه عن أدائه للمهام الأكاديمية وإمكاناته و طاقته لتحقيق الكفاءة الأكاديمية, وقدرته على بناء علاقات جيدة مع الآخرين أثناء الاندماج الأكاديمي في الأنشطة, وإصراره على تحقيق الإتقان و الجودة في المهام الأكاديمية و اعترافه بالفضل و الامتنان لكل من مد يد العون له أثناء مراحل حياته الأكاديمية **(د. عبد الرحمان 2023, ص 1159)**.

6. التعاريف الإجرائية:

6 .1 التعريف الإجرائي للمرونة العقلية: هي القدرة على التكيف و إنتاج أكبر عدد ممكن الأفكار المتنوعة بطريقة إيجابية و التعامل مع الضغوطات التي تواجهه بطريقة سليمة و صحيحة ،و تقاس إجرائيا بالدرجة التي يتحصل عليها الطالب من خلال استجابته على فقرات مقياس المرونة العقلية.

6 .2 التعريف الإجرائي للرفاهية الأكاديمية: هي مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تعبر عن مدى رضا و توافق و تكيف الطالب الجامعي مع أداء كل مهامه الأكاديمية من اجل تحقيق الرفاهية الأكاديمية و الصحة النفسية ،وتقاس إجرائيا بالدرجة التي يتحصل عليها الطالب من خلال استجابته على فقرات الرفاهية الأكاديمية.

7. حدود الدراسة:

7 .1 حدود زمنية: الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي **(2024-2025)**.

7 .2 حدود مكانية: أجريت الدراسة في جامعة سعيدة الدكتور مولاي الطاهر.

7 .3 حدود بشرية: تمثل الحدود البشرية للدراسة على عينة من الطلبة الجامعيين في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.

8- الدراسات السابقة

8-.1الدراسات المحلية:

1.1.8: دراسة عمار حمامة (2020): بعنوان جودة الحياة الأكاديمية وعلاقتها بجودة مخرجات التعليم العالي لدى عينة من أساتذة كلية علوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة الوادي، التي تهدف إلى معرفة اثر جودة الحياة الأكاديمية على جودة مخرجات التعليم العالي لدى أساتذة جامعة الوادي، كما هدفت إلى معرفة اثر كل من الجنس والرتبة الأكاديمية و الأقدمية في العمل على جودة مخرجات التعليم العالي

وللتحقق من فرضيات الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم أسلوب المسح الشامل لجميع مجتمع الدراسة والذي يتكون من **(126 أستاذ وأستاذة)**، ما استعمل الباحث استبيان جوده الحياة الأكاديمية **(2014المصريوالأغا)**، واستبيان جودة مخرجات التعليم العالي**(الزيادي.2012)**.

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- دل معامل الارتباط (R_2) على قوة المتغيرات بعاد جودة الحياة الأكاديمية مجتمعة ومجالات كل من البيئة المادية والتقنيات المستخدمة، والتعويضات، والعلاقات، والبوابة الأكاديمية في التنبؤ بجوده مخرجات التعليم العالي.
- كشفت الدراسة عن عدم وجود فروق بين الأساتذة في تقديرهم لمستوى جودة مخرجات التعليم العالي بالجامعة تبعا لمتغيرات كل من الجنس ومده الخدمة والرتبة الأكاديمية.

2.1.8: دراسة كوثر ألتيجاني عبد الفتاح أبي ميلود (2024): بعنوان العبء المعرفي وعلاقته بالمرونة العقلية لدى طلبة الجزائر، التي تهدف إلى معرفة العلاقة بين العبء المعرفي والمرونة العقلية لدى طلبة سنه أولى بجامعة حمى لخضر بالوادي، ومعرفة

مستويات كل من العبء المعرفي والمرونة العقلية، مطبقة على عينة قوامها **(64)** طالب وطالبة سنة أولى جدع مشترك من جامعة حمة لخضر الوادي تم اختيارهم بطريقة كرة الثلج ثم التوصل إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين العبء المعرفي والمرونة العقلية لدى عينة الدراسة.
- وجود مستوى مرتفع من العبء المعرفي لدى عينة الدراسة.
- المرونة العقلية الأكثر استخداما عند عينة الدراسة جاءت في المرتبة الأولى المرونة التلقائية أما الثانية فأتت المرونة التكيفية.
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في العبء المعرفي تعزى لمتغير الجنس لدى عينة من الدراسة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة العقلية تعزى لمتغير الجنس لدى عينة من الدراسة.

8. 2 . دراسات عربية:

8. 2. 1: دراسة محمد علي حمد بن الحسن (2017): تحت عنوان المرونة العقلية وعلاقتها بالتفكير ما وراء المعرفي لدى عينة من طلاب الجامعة، والتي تهدف إلى التعرف على مستوى المرونة العقلية والتفكير ما وراء المعرفي لدى طلاب جامعة أم القرى، ومعرفة العلاقة بينهما. ولتحقيق غاية الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي ألارتباطي، وتكونت عينة الدراسة التي تم اختيارها بالطريقة المتيسرة من **(309)** طالبا في مرحلة البكالوريوس، منهم **(163)** طالبا من الكليات العلمية(164) طالبا من الكليات النظرية في جامعة أم القرى بمكة المكرمة، وقد تم استخدام مقاييس لهذا الغرض هما:

- مقاييس المرونة العقلية لعبد الوهاب **(2011)**، والصورة المعربة لمقياس المعرفي لشراو ودينسين **(Shawn and pemmsion1994)**، وقد قام بنقله للعربية كل من الجراح

وعبيدات (**2011**)، وتم التحقق من صدقهما وثباتهما وإجراء بعض التعديلات عليها لتتلاءم مع بيئة الدراسة، وقد كانت نتائج الدراسة على النحو التالي:

- يوجد مستوى مرتفع من المرونة العقلية لدى طلاب جامعة أم القرى (مستوى المرونة التكيفية لديهم أعلى من مستوى (المرونة التلقائية).
- يوجد مستوى مرتفع من التفكير ما وراء المعرفي لدى طلاب جامعة أم القرى، مستوى معالجة المعرفة أعلى من معرفة المعرفة وتنظيم المعرفة في المرتبة الأخيرة،
- عدم وجود فروق في مستوى المرونة العقلية لدى طلاب جامعة أم القرى تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

كما أظهرت النتائج إن مستوى التفكير ما وراء المعرفة في بعدي (تنظيم المعرفة ومعرفة المعرفة) لدى طلاب جامعه أم القرى لا يختلف باختلاف التخصص الدراسي بينما يختلف المستوى في بعد (معالجة المعرفة).لصالح التخصصات العلمية ،وانه توجد فروق في مستوى المرونة العقلية لدى طلاب أم القرى تعزى لمتغير المستوى الدراسي ،وان هناك علاقة ايجابية دالة إحصائيا عند مستوى (**a0,05=**) بين مستوى المرونة العقلية ومستوى التفكير ما وراء المعرفي لدى طلاب جامعة أم القرى ، وقد خرج الباحث بمجموعة من التوصيات من أبرزها :إنشاء مركز يعي بأساليب التفكير السليم وتوظيفه لخدمة الطلاب والمجتمع وتوجيه طلبة الدراسات العليا بالقيام بالعديد من الدراسات التي تخدم العمليات العقلية ليعود نفعها على المجتمع.

8. 2. 2:دراسة د/ميار محمد علي (2020): تحت عنوان المرونة العقلية وعلاقتها بكل من السعادة النفسية واتخاذ القرار لدى معلمة الروضة ، والتي تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن الفروق بين ذوي مؤهلات رياض الأطفال وذوي المؤهلات الأخرى من معلمات الروضة في كل من المرونة العقلية(المرونة التكيفية – المرونة التلقائية)، والسعادة النفسية(

سعادة الحياة – السعادة الوظيفية)، وكذلك الفروق بينهما في اتخاذ القرار، كما تسعى الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين تلك المتغيرات الثلاثة لدى معلمات الروضة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي وتكونت عينة الدراسة من مجتمع معلمات مرحلة رياض الأطفال بمحافظة الشرقية، وقد بلغ أفراد عينة الدراسة الحالية(220) معلمة من معلمات رياض الأطفال.

8. 2.3:دراسة د/سهام خليفة (2021):تحت عنوان الرفاهية الأكاديمية وعلاقتها بسمة ما وراء المزاج لدى طالبات الجامعة، والتي تهدف إلى الكشف عن مستوى كل من الرفاهية الأكاديمية و سمة ما وراء المزاج لدى طالبات الجامعة، إضافة إلى ا لكشف عن العلاقة بين سمة ما وراء المزاج والرفاهية الأكاديمية ،كما هدف إلى دراسة اختلاف كل من الرفاهية الأكاديمية وسمة ما وراء المزاج باختلاف الفرقة الدراسية فضلا عن التعرف على مدى إسهام سمة ما وراء المزاج ف التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى طالبات الجامعة ،وتكونت عينة البحث من(**237**) طالبة من طالبات الفرقة الثانية إلى الرابعة شعبة علم النفس التربوي بكلية البنات جامعة عي نشمس بمتوسط عمري **(20.9#0.9عاما)**،وتمثلت أدوات البحث في مقياسي الرفاهية الأكاديمية وسمة ما وراء المزاج (إعداد الباحثة)،و قد أظهرت النتائج أن مستوى كل من الرفاهية الأكاديمية وسمة ما وراء المزاج لدى طالبات الجامعة، كما كشفت ،نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين سمة ما وراء المزاج والرفاهية الأكاديمية لدى طالبات الجامعة **(ز=0.26)**، وعدم اختلاف الرفاهية الأكاديمية و سمة ما وراء المزاج باختلاف الفرقة الدراسية ،هذا بالإضافة إلى إسهام سمة ما وراء المزاج في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية ومكونيها الاندماج الأكاديمي و الكفاءة الأكاديمية حيث فسرت سمة ما وراء المزاج**% 39،/29،5%2/**من تباين المتغيرات الثلاثة على الترتيب.

8.2.4 دراسة أمل أنور عبد العزيز (2022)): تحت عنوان الرشاقة المعرفية وعلاقتها بالرفاهية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة ،والتي تهدف إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الرشاقة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى عينة من طلبة الجامعة وتحديد مستوى الرشاقة المعرفية و الرفاهية الأكاديمية لدى طلاب كلية التربية ،وتعرف الفروق وفقا لمتغير النوع (**ذكور ،إناث**) وتخصص (**علمي ،أدبي**) وتفاعلاتهما في كل من الرشاقة المعرفية والرفاهية الأكاديمية ،بالإضافة إلى تحديد نسبة إسهام الرشاقة المعرفية في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة ،وتكونت عينة البحث من (**293**)طالبا و طالبة (**100ذكور** ، **93إناث**)، من طلاب الفرقة الثالثة والرابعة ،كلية التربية جامعة المنيا بمتوسط عمري(**20،9**) وانحراف معياري(**0،753**) ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بإعداد أداتين لقياس كل من الرشاقة المعرفية و الرفاهية الأكاديمية ،وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباط ،وقد اطهرت النتائج مستوى مرتفع في كل من الرشاقة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدي عينة البحث ،كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا و موجبة عند مستوى (**0،01**) بين الرفاهية الأكاديمية و الرشاقة المعرفية ،في حين كانت هناك فروق دالة في الرفاهية الأكاديمية وفقا للنوع ولصالح الذكور ،و لم تكن هناك فروق دالة إحصائيا ف الرفاهية الأكاديمية وفقا للتخصص آو التفاعل بين كل من (**النوع والتخصص**) ،في الرفاهية الأكاديمية.

كما أسفرت النتائج عن إسهام الرشاقة المعرفية وأبعادها (الانفتاح المعرفي، المرونة المعرفية، تركيز الانتباه) في التنبؤ بمقدار (**42،5%**) من الرفاهية الأكاديمية. وتم تفسير النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة، كما قدم البحث مجموعة من التوصيات والمقترحات للباحثين والقائمين على العملية التعليمية بالمرحلة الجامعي.

5.2.8: دراسة حسام الدين أبو الحسن حسن علي (2022): تحت عنوان اليقظة العقلية والمرونة المعرفة وعلاقتها بجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة ،والتي تهدف

الدراسة الحالية إلى الكشف عن علاقة جودة الحياة الأكاديمية لكل من اليقظة العقلية والمرونة المعرفية ،والتحقق من الفروق في جودة الحياة الأكاديمية التي تعزى إلى كل من اليقظة العقلية والمرونة المعرفية ،وتحديد النسبي لكل من اليقظة العقلية والمرونة المعرفية في التنبؤ بجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة .اتبعت الدراسة المنهج الوصفي لارتباطي ،وتكونت عينة الدراسة من (**396**) طالب وطالبة من طلاب جامعة جنوب الوادي تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة ، طبق عليهم مقاييس جودة الحياة الأكاديمية واليقظة العقلية والمرونة المعرفية. وأسفرت الدراسة على النتائج التالية :وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين اليقظة العقلية (الأبعاد والدرجة العقلية) وجود الحياة الأكاديمية (الأبعاد والدرجة الكلية)،كما أسفرت عن وجود فروق دالة إحصائيا في جودة الحياة الأكاديمية تعزى لليقظة العقلية (مرتفع ،متوسط ،منخفض)،ووجود فروق دالة إحصائيا في جودة الحياة الأكاديمية التي تعزى للمرونة المعرفية (مرتفع ،متوسط، منخفض) ،كما توصلت إلى إمكانية التنبؤ جودة الحياة الأكاديمية من خلال اليقظة العقلية و المرونة المعرفية لدى طلاب الجامعة .

8. 2. 6دراسة ا. د. اودد أوديشوأسي(2023): تحت عنوان المرونة العقلية لدى الطالبات وكليات أقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة إقليم كردستان العراق، والتي تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على درجة المرونة العقلية لدى طالبات وكليات أقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعات إقليم كردستان العراق ،ودلالة الفروق فيها تبعا لمتغيرات المحافظة، والجامعة، والعمر. واستخدمت المنهج الوصفي المسحي ومن خلال تطبيق مقياس المرونة العقلية من إعداد الباحثتان بعد التحقق من الخصائص السيكو مترية للمقياس . وشمل مجتمع البحث طالبات المرحة الثانية في كليات وأقسام التربية البدنية بجامعات إقليم وكردستان العراق وبلغ عددهن (**138**) طالبة خلال العام الدراسي(**2021-2022**)، وتكونت العينة التي تم اختيارها بالطريقة قصديه من (**121**) طالبة،وبعد تحليل

البيانات إحصائيا بواسطة **SPPS**بينت النتائج أن درجة المرونة العقلية لدى_ الطالبات في جامعات إقليم كردستان العراق هو عال. وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة ف المرونة العقلية تعزى لمتغيرات: المحافظة، الجامعة، والعمر.

8. 2. 7: دراسة زينا كاظم ناصر /لينا عاقل حدادا /أسيد إسماعيل محمد(2024): تحت عنوان المرونة العقلية لدى معلمات رياض الأطفال والتي تهدف الدراسة إلى التعرف

- المرونة العقلية لدى معلمات رياض الأطفال.
- المرونة العقلية لدى معلمات رياض الأطفال المتزوجات وغير متزوجات.
- المرونة العقلية لدى معلمات رياضا لأطفال وفقا لسنوات الخدمة.

اعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج الوصفي في الدراسة، حيث تألفت عينة البحث من(**280)** معلمة للتحلي ل الإحصائي من أصل **(301)**، من مجموع **(180)** معلمة في مديرية تربية النجف الأشراف ،ومن مجموع **(70)** معلمة في قسم التربية المنادرة، واختيرت بالطريقة العشوائية من المديرية العامة لتربية النجف لأشرف وأقسامها في المحافظة كافة للعام الدراسي(**2021-2022**)،وقامت الباحثة ببناء مقياس البحث المتمثل ب (مقياس المرونة العقلية).

9. التعليق على الدراسات السابقة المرتبطة بالمرونة العقلية:

تناولت في بحثي مجموعة من الدراسات حول المرونة العقلية وعلاقتها بالرفاهية لأكاديمية لدى الطالب الجامعي وهي دراسات حديثة يمكن للطالب أن يستفيد من هذه الدراسات التي تم التطرق إليها من حيث مدى توافقها أو اختلافها مع موضوع الدراسة الحالية جاءت كما يلي:

9 .1 من حيث الهدف: تهدف معظم الدراسات التي تم تناولها إلى قياس المرونة العقلية لدى الطالب الجامعي. بحيث تشابهت دراستي الحالية من حيث الهدف مع دراسة كوثر تجاني، وعبد الفتاح أبي ميلود **(2024):** والتي تهدف إلى معرفة العلاقة بين العبء

المعرفي والمرونة العقلية لدى طلبة سنة أولى بجامعة حمة لخضر بالوادي. وتشابهت أيضا مع دراسة أمل أنور عبد العزيز **(2022)** من حيث الهدف إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الرشاقة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى عينة من طلبة الجامعة.

لكن اختلفت دراستي من حيث الهدف مع دراسة زينا كاظم ناصر، لينا عاقل حدادا، أسيد إسماعيل محمد **(2024)** بحيث هدفت إلى التعرف على المرونة العقلية لدى معلمات رياض الأطفال. وكذلك اختلفت مع دراسة ميار محمد علي **(2020)** من حيث الهدف إلى الكشف عن الفروق لدى ذوي مؤهلات رياض الأطفال وذوي المؤهلات الأخرى من معلمات الروضة في كل من المرونة العقلية (المرونة التكيفية، المرونة التلقائية).

9 .2من حيث الحدود الزمنية: بينت من خلال استعراض الدراسات السابقة أن متغير المرونة العقلية متغير حديث على الساحة التربوية و النفسمعرفية، وكل الدراسات التي تناولت هذا موضوع هي دراسات حديثة، من بينها نجد دراسات عربية مثل دراسة زينا كاظم ناصر لينا عاقل حدادا، أسيد إسماعيل محمد **(2024)**، ودراسة مبار محمد علي **(2020)**، ودراسة أ. د. أوديد أود يشو أسي **(2023)**، ودراسة محلية مثل دراسة كوثر تجاني، عبد الفتاح أبي ميلود **(2024)**. وتختلف دراسة محمد علي محمد بن ال حسن2017 عن دراستي باعتبارها دراسة قديمة بحيث الدراسة التي تكون أقل من 5 سنوات تعتبر دراسة قديمة.

9 .3 من حيث مكان الدراسة: معظم الدراسات أقيمت في الجامعة مع الطلبة الجامعيين، وهذا ما يتشابه مع دراستي، إلا دراسة زينا كاظم ناصر، لينا عاقل حدادا، أسيد إسماعيل محمد **(2024)**، ودراسة د. ميار محمد علي **(2020)**، اختلفت عن دراستي الحالية من حيث مكان الدراسة بحيث أقيمت عند معلمات رياض الأطفال، ومعلمات الروضة.

9 .4 من حيث الفئة المستهدفة: معظم الدراسات التي تناولت متغير المرونة العقلية طبقت على طلبة الجامعة وهذا ما يتشابه مع دراستي الحالية. واختلفت مع دراسة زينا كاظم ناصر،

لينا عاقل حدادا، أسيد إسماعيل محمد **(2024)**، ودراسة ميار محمد علي **(2020)** التي استهدفت معلمات رياض الأطفال.

9.5 من حيث المنهج: معظم الدراسات السابقة التي تتوافق مع دراستي الحالية تناولت المنهج الوصفي مثل دراسة زينا كاظم ناصر، لينا عاقل حدادا، أسيد إسماعيل محمد (2024)، ودراسة ميار محمد علي (2020)، واختلفت من حيث المنهج الوصفي الارتباطي مع دراسة محمد علي محمد بن الحسن (2017)، واختلفت عن دراستي مع دراسة أو دويد أود يشو أسي (2023) من حيث المنهج الوصفي المسحي.

9 .6 من حيث الأدوات: جل الدراسات التي تناولت موضوع المرونة العقلية لدى الطالب الجامعي، اعتمدت على مجموعة من المقاييس التي اعتمدتها لبناء مقياس الدراسة الحالية.

10التعليق على الدراسات السابقة المرتبطة بالرفاهية الأكاديمية:

10 .1من حيث الهدف: تهدف معظم الدراسات السابقة التي تم تناولها إلى قياس الرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي، حيث قد تشابهت دراستي الحالية والتي تهدف إلى التعرف على مصطلح المرونة العقلية وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى الطالب الجامعي بحيث تتشابه مع دراسة د. حسام الدين أبو الحسن حسن علي (2022)التي سعت إلى الكشف عن علاقة جودة الحياة الأكاديمية بكل من اليقظة العقلية والمرونة المعرفية لدى الطالب الجامعي، وكذلك تشابهت مع دراسة أمل أنور عبد العزيز(2022) التي هدفت إلى الكشف عن معرفة طبيعة العلاقة الارتباطية بين الرشاقة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى عينة من الطلبة الجامعيين. وكذلك تشابهت دراستي مع دراسة سهام خليفة (2021) التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين سمة ما وراء المزاج والرفاهية الأكاديمية، واختلفت دراستي الحالية مع دراسة عمار حمامة (2020) والتي تهدف إلى معرفة أثر جودة الحياة الأكاديمية على جودة مخرجات التعليم العالي لدى عينة من الأساتذة ، وكذلك جل الدراسات هدفت إلى الكشف

عن الفروق بين متغيرين من متغيرات الدراسة حسب الجنس والتخصص والرتبة الأكاديمية والأقدمية.

10.2 من حيث الحدود الزمنية: تبينت من خلال عرض الدراسات السابقة إن موضوع الرفاهية الأكاديمية لدى الطالب هو متغير حديث على مستوى الساحة التربوية فمن بين الدراسات التي تم التطرق إليها، دراسة د. حسام الدين أبو الحسن حسن علي **(2022)** ودراسة أمل أنور عبد العزيز **(2022)**، ودراسة سهام خليفة **(2021)**، وكذلك دراسة عمار حمامة **(2020)**.

10 .3 من حيث مكان الدراسة: أغلب الدراسات في الوسط الجامعي هذا ما يتشابه مع دراستي الحالية. واختلفت دراسة عمار حمامة **(2020)**، أقيمت على أساتذة من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية وهذا ما يختلف عن دراستي الحالية.

10 .4 من حيث الفئة المستهدفة: كل الدراسات التي تناولت متغير الرفاهية الأكاديمية طبقت على الطلبة الجامعيين وهذا ما يتوافق مع دراستي الحالية. إلا دراسة عمار حمامة **(2020)** اختلفت عن دراستي بكونها طبقت على أساتذة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.

10 .5 من حيث المنهج: اتفقت دراسة أمل أنور عبد العزيز **(2020)** مع دراستي الحالية من ناحية استخدام المنهج الوصفي واختلفت دراسة أوديويدأوديشوأسي**(2023)** مع دراستي الحالية باستخدام المنهج الوصفي المسحي.

10.6 من حيث الأدوات: اتفقت أغلب الدراسات السابقة مع دراستي الحالية من حيث المقاييس مثل دراسة حسام الدين أبو الحسن حسن علي**(2022)**، أستخدم مقياس جودة الحياة الأكاديمية، وكذلك دراسة عمار حمامة استخدمت مقياس جودة الحياة الأكاديمية (المصري والأغا 201

خلاصة الفصل:

توصلت الطالبة في هذا الفصل إلى مشكلة الدراسة وتساؤلاتها وفرضياتها، ومن ثم تطرقت إلى أهداف الدراسة لتصل إلى أهميتها، وصولا إلى تحديد المصطلحات النظرية والإجرائية، وتحديد حدود الدراسة، ثم تحديد الدراسات السابقة التي لها علاقة بموضوع البحث العلمي ثم التعقيب عليها من حيث الهدف والحدود الزمنية ومكان الدراسة والفئة المستهدفة من حيث المنهج والأدوات.

الفصـل الثـــاني: الإطــار النظــري

❖ المبحث الأول: المرونة العقلية

➢ تمهيد.

1. تعريف المرونة العقلية.
2. أبعاد المرونة العقلية.
3. أهمية المرونة العقلية.
4. النظريات المفسرة للمرونة العقلية.

➢ خلاصة

❖ المبحث الثاني: الرفاهية الأكاديمية.

➢ تمهيد.

1. تعريف الرفاهية الأكاديمية.
2. أبعاد الرفاهية الأكاديمية.
3. أهمية الرفاهية الأكاديمية.
4. النظريات المفسرة الرفاهية الأكاديمية.

❖ خلاصة

❖ المبحث الثالث: العلاقة بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية.

➢ خلاصة

المبحث الأول: المرونة العقلية

تمـــهيد:

لقد حظي مفهوم المرونة العقلية بمجموعة من المفاهيم الحديثة في علم النفس التربوي، والتي لاقت اهتماما كبيرا من طرف الخبراء والباحثين. لأن المرونة هي التي تساعد الطالب على التكيف والتعامل مع الضغوطاتبفعالية ومن خلال هذا المحور سأتطرق إلى تعريف المرونة العقلية، والتعرف على أبعادها، وأهميتها، بالإضافة إلى النظريات المفسرة لها.

1. تعريف المرونة العقلية (Mental Flexibilité):

- يعرف **(newnan,2002)**: المرونة بأنها عملية مستمرة يظهر من خلالها الشخص سلوكا تكيفيا ايجابيا في مواجهة مصادر ضغوط النفسية.

- يعرف**(Maslen, 2009)** : المرونة بأنها القدرة الايجابية للشخص على التكيف مع الضغوط النفسية وتمكينه من أداء وظائفه بشكل جيد"**(ميار، 2020، ص386).**

- ويعرفها روسي**(2011)**: على أنها القدرة على بناء المعرفة بطرق مختلفة ومتنوعة بالشكل يعزز التكيف مع المتطلبات المختلفة للتعلم".**(كوثر، 2024، ص 109).**

- **ويرى محمود (2006،ص ،94)**: بأن المرونة العقلية هي قدرة المتعلم على تغيير الحالة الذهبية بتغير الموقف، وتتميز المرونة بالقدرة على توليد مجموعة من الاستجابات المتنوعة والتي تبين استخدامات غير مألوفة لشيء مألوف.**(محمد،2017، ص 14).**

-وعرف عمر(2008): المرونة العقلية "على أنها وصف يطلق على الشخص الذي يستطيع أن يعدل سلوكه لمواجهة التغيرات في البيئة المحيطة به **(محمد، 2017، ص 13).**

- **عرف (Langer, 1997)**:اليقظة العقلية والتي توازي مفهوم المرونة العقلية بأنها ابتكار مستمر لأفكار جديدة، والانفتاح على المعلومات الجديدة، والوعي بأكثر من منظور واحد.

- كما عرف أيضا **(Hassed, 2016)**: اليقظة العقلية والتي توازي مفهوم المرونة العقلية بأنها "مجموعة واسعة من التطبيقات ذات الصلة بالتعليم، حيث تشتمل على تعزيز الصحة

العقلية، وتحسين التواصل، والتعاطف، والتطور العاطفي وتحسين الصحة البدنية، وتعزيز التعلم والأداء". **(هالة، 2017، ص 297)**

❖ وتستخلص الطالبة بناءا على ما تم عرضه: على أن المرونة العقلية هي قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط والتحديات التي يوجهها في حياته، كما تعكس استمرار يته في مواجهة العقبات والسعي نحو تحقيق أهدافه وطموحاته دون الاستسلام.

❖ وتلخص كذلك في الأخير الطالبة على تعريف مجمل للمرونة العقلية من خلال التعاريف السابقة على أنها قدرة المتعلم من تغيير أفكاره ومعتقداته اتجاه موقف معين وذلك من خلال اكتساب معلومات ومهارات جديدة.

2. أبعاد المرونة العقلية (Adaptive Flexibility):

تتطلب المرونة العقلية تغيرات في سلوك الشخص وتفكيره واتجاهاته، وتفرض عليه هذه التغيرات أن يكون على درجة عالية من المطاوعة والقابلية للتغير، فإذا عجز عن التغير عجز عن إشباع دوافعه ومن ثم تعرض للمعاناة من إحباط وفشل، وبالتالي أتفق العلماء على أن المرونة العقلية تتكون من بعدين رئيسين هما:**(زينب، 2016، ص 147).**

1.2. المرونة التكيفية (Adaptive Flexibility):

وهي قدرة الفرد على التغيير في أساليب تفكيره عندما تواجهه مشكلة معينة أو موقف معين ويتطلب منه الحل أو اتخاذ القرار المناسب، ولا يحدث ذلك إلا من خلال تغيير وجهته الذهنية دون التقيد بإطار معين أو فكر معين أو محدد ويمكن النظر إلى المرونة التكيفية على اعتبار أنها الطرف الايجابي للتكيف العقلي والمعرفي، وهي أيضا التغيير في الحلول الممكنة للمشكلات التي يتعرض لها الشخص في البيئة التي يعيش فيها، وهي تغيير في زاوية التفكير لدى الفرد في اتجاهات متعددة، والقدرة على التحليل والتركيب عند الممارسة السلوكية للتعامل مع المهام اليومية بمرونة وابتكارية، وتعتبر قدره الفرض على تغيير الوجهة الذهنية للخروج بحل مناسب للمشكلة وهذا ما يقابل على الطرف الأخر الجنود الفكري عند

التعامل مع المشكلة، وعند تغيير الفرد لوجهته الذهنية للتعامل مع مشكلة ما أو موقف معين، يسعى الفرض لصياغة التصورات حول المشكلة يسهم في حلها، وهي تشير إلى قدره الفرد على إظهار سلوكا ناجحا في مواجهه المشكلة وهذا ما يجعله يتكيف مع المشكلة الجديدة بأوضاعها المختلفة، وإشكالها المتعددة، وهي تتضح عند مواجهة الفرد لمواقف الحياة العملية والخروج بحلول غير تقليدية للمشكلات التي تواجه الفرد.(**ميار، 2020،ص388**).

2.2. المرونة التلقائية (SpontaneousFlexibility):

يشير مفهوم المرونة التلقائية إلى قدرة تمكن الفرد من إنتاج أكبر عدد من الأفكار بحرية وتلقائية، بعيدا عن وسائل الضغط أو التوجيه أو الإلحاح أو التعليمات، ويتطلب الاختيار الذي يقيس هذه القدرة من الفرض أن يتجول بفكرة بكل حرية في اتجاهات متشبعة.

✓ ومن تعريفات المرونة التلقائية ما يلي:

- القدرة على إنتاج أكبر قدر ممكن من الأفكار المتنوعة حول موقف ما مثل الاستخدامات غير التقليدية لأشياء يستخدمها الفرد في حياته اليومية.

- قدرة الفرض على الانتقال من فكره إلى أخرى حول مشكله ما، ومدى تنوعه في الأفكار والحلول التي أنتجها دون التقيد بإطار معين حول الموقف أو المشكلة التي تواجهه.

- قدره الفرد على السرعة في إنتاج أكبر عدد ممكن من الأفكار المتنوعة تجاه موقف معين، وتقاس المرونة التلقائية في مدى سرعة إنتاج الأفكار من جانب الفرد بناء على استعداده الانفعالي وتوجهه العقلي.

التنوع في الحلول الممكنة وسرعة إنتاجها اتجاه مشكلة أو موقف مثير، ويتميز الفرد بتلقائية في إصدار الأفكار(زينب، 2016، ص 138-139).

3. أهمية المرونة العقلية:

إن الأفراد في حياتهم اليومية تعترضهم الكثير من المشكلات والعقبات التي لم يتوقفوا عندها ولن يتقدموا خطوة نحو تحقيق أهدافهم، فالفرد الذي يسلك يوميا نفس الطريق للذهاب للعمل، فهو إمام خيارين إذا ما رأى إن الطريق المعتاد مغلق، إن يبحث عن طريق أخر للوصول للهدف وإما إن يعود من حيث أتى سابحا في فلك الفراغ، ومما لا شك فيه أن المؤسسات الأكاديمية والاجتماعية وغيرها تفضل الخيار الأول وهو التغلب على المشكلة وإيجاد حل لها، الأمر الذي يدعوهم إلى دعم صاحب الخيار الأول وهو ما قرره **تورانس عند الحجازي(2006)** من أنه لكي نحصل على مزيد من هذا السلوك علينا إن ندعمه، وان هذا النوع من التفكير هام بالنسبة للنجاح في مجالات العلوم والفنون والآداب كما انه هام أيضا للنجاح في مجالات العمل المادية مثل وظائف البيع.**(محمد، 2017،ص 20-21).**

فالمرونة العقلية هي مفتاح الإبداع وبعبارة أخرى القدرة على التفكير في أفكار جديدة، وأشياء وروابط جديدة بين الأفكار و ابتكار اختراعات جديدة ، وان الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة العقلية هم أفضل في التعرف على الأخطاء المحتملة في أنفسهم واستخدام الاستراتيجيات للتغلب على هذه الأخطاء وتشير المرونة العقلية إلى القدرة على الانسحاب من مهمة والاستجابة لأخرى، أو التفكير في مفاهيم متعددة في نفس الوقت، ويمكن للأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة إن يفكروا بشكل أكثر إبداعا وان يكونوا متعلمين سريعا قادرون على التكيف مع المواقف الجديدة بشكل أكثر فعالية.(زينا، **لينا، أسيد، 2024،ص434).**

✓ وتتضح أهمية المرونة العقلية في النقاط التالية:

- إن المرونة العقلية تمثل الجانب النوعي من الإبداع، وأن الإبداع يعد أحد الضروريات في عملية إتمام المهام بنجاح بطرق غير تقليدية.

- تشير المرونة إلى درجة السهولة التي يغير بها الفرد وجهته الذهنية تجاه المتغيرات المستجدة حول المشكلة، إذا كان ذلك ضروريا ويسم بإيجابية في حل المشكلة.**(صلاح، 2011، ص 28)**.

- تنتج أهمية المرونة العقلية من تناسبها العكسي مع مستوى التوتر الذي يعاني منه الفرد وبمعنى انه كلما زادت المرونة لدى الفرد قل التوتر الذي يعاني منه، كما أن المرونة تشكل المكانة المركزية في عمليات التكيف. **(محمد، 2017، ص 21)**.

- تعتبر المرونة العقلية الركيزة الأساسية والجوهرة المعرفي والعمود الذي لا يمكننا الاستغناء عنه في عمليه التفكير الإبداعي. **(محمد، 2017، ص 21)**.

واتفقت دراسة**(صلاح الشريف عبد الوهـــاب،2011)** ودراسة **(مروان الحـــربي، 2015)** ودراسة**(bock et,al,2015)** ودراسة **(خالد جمال الدين أبو الحصن، 2019)** على أهمية المرونة العقلية لدى الأفراد وتعني تحسين كفاءة التعلم والتنوع في الرؤى وتطلعات وتحقيق الرضا النفسي ومنح الفرد أساليب متعددة للتفكير من زوايا مختلفة وسلاسة أفكار الفرد وتحقيق أهداف الانجاز والشعور بالاستقلال الذاتي عند اتخاذ القرار وتحقيق التكيف مع متغيرات البيئة والتخلص من الاندفاع في اتخاذ القرارات وفهم الذات وتقديرها وتقييمها والوعي والتمثيل العقلي والتوليد البدائل وتقييمها تظهر في كل سلوكيات الفرد بصفة عامة.**(عبد الرحمن، 2023،ص 1164)**.

4. النظريات المفسرة للمرونة العقلية (نظرية ديلون وفينارد المفسرة للمرونة العقلية):

بين كل من ديلون وفينا رد(**Doillon et vineyard,1999**)في دراستهما على أهمية التفكير المرن وحل المشكلات حيث تتغير المتطلبات التعليمية والمهنية بمعدل متسارع في مجتمعنا,فغالبا ما تتطلب من الأفكار إن يتمكنوا من الجمع بين عناصر التحفيز آو الموقف بأكثر من طريقة للتوصل إلى حل صحيح لمشكله ما. إذ يعد النموذج معالجة المعلومات متعدد المكونات الخاص بديلون (**Dillon**)بمثابة تفصيل للنظرية، فتكون المرونة بدورها من ثلاث مكونات: **التشفير أو الترميز المرن، التركيب أو التجميع المرن والمقارنة المرنة،** فالسمة المميزة الرئيسية لتطور العقل هي القدرة على تطبيق الاستراتيجيات بمرونة وبشكل مناسب .

وتعد المكونات الثلاث نتائج عن دراسات تجريبية تم إجراؤها لقياس المرونة العقلية وهي على النحو الاتي:

- الترميز المرن (**Flex coding**) وهو قدرة الأفراد على الترميز بعدة معاني لكل مثير من المثيرات البيئية.

–التجميع المرن((**Flexible assembly**: إذ يساعد هذا المكون على توليد وإنتاج تكتيكات وأفكار متعددة للوصول إلى الحلول المناسبة للمشكلات.

- المقارنة المرنة (**Flexible comparaison**): إذ يساعد هذا المكون على تطوير قدرة الأفراد على تغيير أو استبدال الحلول التكتيكية عندما يحصل تغييرا في المهمات.

✓ وأوضح كل **من ديلان وفينا رد**(**Dillon & vineyard**)إن المرونة العقلية ليست جديدة فقد تم الاعتراف بها منذ فترة طويلة , فاعتبرت أن القدرة على تغيير أسلوب الفرد في حل المشكلات المعقدة هو عامل مهم في تحقيق نتائج ناجحة، وتعد القدرة على عرض المشكلة من موقف مرن, حيث يتم النظر في الخيارات البديلة بحرية، وهي سمة مهمة

للسلوك الذكي, ومهمة أيضا بشكل خاص في الأداء الإدراكي عالي الرتبة، ويعتقد بأن المرونة العقلية مهمة لأنها تتيح للإنسان التفكير في مجموعة متنوعة من الخيارات أو الحلول السلوكية قبل تنفيذ أمرا صريحا .

1.4. تحسين أو تدريب المرونة العقلية (Improving or training mental Flexi):

أثبت العلماء انه يمكن تدريب المرونة العقلية من خلال العلاج النفسي القائمة العلاج السلوكي المعرفي الذي يساعد الناس على تغيير أنماط أفكارهم وسلوكهم على سبيل المثال الشخص المصاب بالاكتئاب الذي لم يتصل بيه الصديق خلال أسبوع قد يعزو ذلك إلا إن الصديق لم يعد يعجبه في العلاج المعرفي السلوكي، الهدف هو أعاده بناء تفكيرهم للنظر في خيارات أكثر مرونة، مثل أن يكون الصديق مشغولا أو غير قادر على الاتصال به. وأظهرت الدراسات فوائد أهميه تدريب المرونة العقلية، فالمرونة العقلية ضرورية لازدهار المجتمع فيمكن إن يساعد في تعظيم إمكانات الفرد لخلق أفكار مبتكرة واختراعات إبداعية، وفي النهاية هذه هي الصفات التي تحتاجها لحل التحديات اليوم، وليس هناك شك في أن المرونة العقلية تتطلب طاقه ذهنية.

ومن الخطوات المهمة التي ينبغي إتباعها لتحسين المرونة العقلية هي:

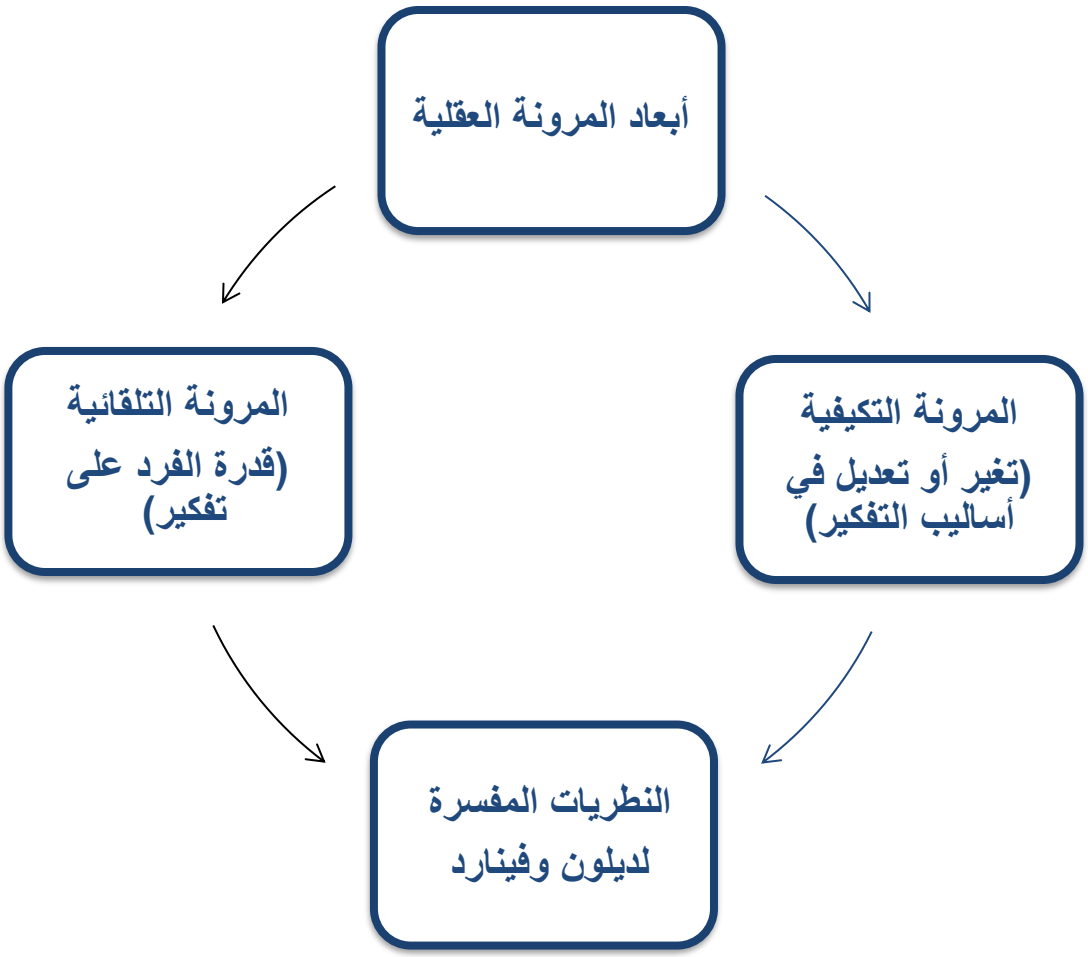
- محاولة الفرد الانتباه والنظر لكل شيء من حوله وإبداء واجهات نظر مختلفة.
- قيام الفرد بتغيير بعض الأشياء في بيئة مما يؤدي ذلك إلى تغيير في تفكيره وعقليته.
- محاوله الحصول على دعم نفسي. باستمرار من خلال مصاحبة أو مجالسة الأشخاص الداعمين له. **(زينا، لينا، أسيد، 2024، ص 436-437)** .

خـــــلاصـــــة:

مما سبق استخلصت أنه لا يوجد أتفاق واضح وموحد بين الباحثين حول مفهوم المرونة العقلية لكن يمكن القول أنه مفهوم شامل باعتبارها من المهارات النفسية الأساسية التي تسهم في تعزيز قدرة الفرد على التكيف الإيجابي مع الضغوطات والتحديات التي تواجهها والتي تعرقل من رفاهيته الأكاديمية، بالإضافة إلى تحديد أبعادها الرئيسية من بينها **المرونة التكيفية- والمرونة التلقائية** بحيث يلعبان دور في تغيير أساليب تفكير الطالب عندما يقع في مشكل أو موقف معين، يمكنانه من إنتاج أكبر قدر من الأفكار من أجل التعامل مع المواقف بحرية وتلقائية. كما تم التطرق إلى النموذج التفسيري الذي قدمه ديلون وفينا رد الذي يشرح فيه آليات عمل المرونة العقلية من خلال ثلاث عمليات معرفية تتمثل في:

-**الترميز المرن**-التجميع **المرن**-**المقارنة المرنة.**

أ. مخطط يوضح أبعاد المرونة العقلية مع النظرية التفسيرية.



(إعدادالطالبة)

المبحـــث الثاني: الرفاهية الأكاديميـــة

تمهيد:

يرتبط مفهوم الرفاهية الأكاديمية بمدى كبير من المخرجات الأكاديمية والنفسية، وقد تم توظيف هذا المفهوم في المجال الأكاديمي وهو يعني رفاهية الطالب بما يتعلق بالعوامل التي ترتبط بالحياة الدراسية والأكاديمية وقد ازداد الاهتمام بهذا المصطلح خلال العقد الأخير من هذا القرن **(سمر، 2023، ص 518)**.بحيث سنتطرق ف هذا الفصل إلى تعريف الرفاهية، وأبعادها وأهميتها، وكذلك النظريات المفسرة للرفاهية الأكاديمية.

1. تعريف الرفاهية الأكاديمية:

- **عرف الزعير (2012،9)**: جودة الحياة الأكاديمية" بأنها مقدار الشعور بالسعادة في جوانب الحياة التي ترتبط بالرضا الوظيفي، وأنشطة المشاركة المجتمعية والمهام والعمل والعلاقات الاجتماعية والتعلم والتدريب لدى أعضاء هيئة التدريس في المؤسسات الجامعية.

وعرفتها أيضا **(عبد الرزاق، 2018)**: بأنها نوعية الحياة داخل البيئة الأكاديمية على مستوى الكلية أو الجامعة ومدى الرضا عنها ودرجة إشباعها لرغبات وطموح المنتسبين إليها من أعضاء هيئة التدريس والطلبة والإداريين. **(عمار، 2020، ص 113)**.

- وعرف أيضا**(الضبع، 2016،9)**: الرفاهية الأكاديمية بأنها مجموعة من المؤشرات التي تعكس إحساس الطالب بمتعة التعلم الأكاديمي، ووضوح الهدف لديه، واعتقاده في فاعليته الدراسية.

- ويعرف الجبليلي**(2021،145)**: الرفاهية الأكاديمية بأنها مجموعة من الاتجاهات الايجابية التي تتمثل في(الرضا الأكاديمي، المشاركة الأكاديمية وإقامة علاقة مع الآخرين).**(أحمد، سيف، عادل، 2022، ص 47)**.

- وعرفها غزالة والسيد **(2019)**:بأنها تقييم الطلاب بالجامعة عن مدى رضاهم عن حياتهم الأكاديمية والمناهج الدراسية وامتلاك العلاقات الايجابية مع الآخرين والشعور باستمرار النمو وتطور الشخصي. **(أمل، 2022، ص20)**.

– ويعرف أيضا فرج عبد القادر طه **(2003)**: إن المصطلح يستخدم للإشارة إلى القدرة على أداء المتطلبات النجاح الدراسي سواء في التحصيل الدراسي، أو سواء في التحصيل بمعناه العام أو النوعي لمادة دراسية معينة. **(بوشارف، لرجام، 2021–2022،ص 24).**

– وتعرف أيضا على أنها مجموعة من المؤشرات والإدراكات التي تعكس إحساس طلاب الجامعة بمتعة التعلم وترابطهم في الجامعة، ووضوح الهدف لديهم، واعتقادهم في فاعليتهم الأكاديمية وما يترتب عن ذلك من انجاز أكاديمي، **(يوسف، وسام، صالحة، 2020،ص816).**

– و تعد الرفاهية الأكاديمية توظيفا لمفهوم الرفاهية في المجال الأكاديمي، إي رفاهية الطلاب في ما يتعلق بالعوامل المختلفة المرتبطة بالحياة الأكاديمية أو الجامعية فلقد زاد خلال العقد الأخير في هذا القرن **(21)** الاهتمام برفاهية الطلاب المتعلقة بالسياق المدرسية فالرفاهية المدرسية ترتبط بمدى واسع من المخرجات النفسية والأكاديمية المتضمنة في انخفاض كل من: القلق والاكتئاب، الاحتراق المدرسي بالإضافة إلى ارتفاع مستويات الانجاز، والسلوك القيادي الايجابي، والقدرة على التكيف مع التغير، والتركيز على التعلم، ومن ثم تعزز الانجاز الأكاديمي، وتعرف الرفاهية المدرسية بوجه عام بأنها جودة الخبرات الذاتية للطلاب داخل المدرسة المتمثلة في المشاعر والانفعالات والعلاقات داخل المدرسة.**(سهام،2021، ص 165).**

– وتستخلص الطالبة بناءا على ما تم عرضه: على إن الرفاهية الأكاديمية هي الحالة العامة للصحة النفسية والعاطفية والاجتماعية للطلاب والمعلمين في السياق التعليمي.

– وبمعنى أخر الرفاهية الأكاديمية تشير إلى شعور الطالب بالرضا والانخراط في بيئته الأكاديمية، بالإضافة إلى قدرته على التكيف مع التحديات الدراسية. هذا الأمر يعزز من تحصيله العلمي ويقلل من مستويات التوتر والاحتراق الأكاديمي.

2. أبعاد الرفاهية الأكاديمية:

1.2. **الكفاءة الأكاديمية:** academic efficacyهي اعتقاد الطالب بقدرته على القيام بالمهام الدراسية على النحو المرغوب فيه، ووضوح الأهداف التعليمية، وامتلاك المهارات اللازمة للنجاح الأكاديمي .

2.2.**الرضا الأكاديمي Academic datisfaction: يشير**إلىرضا الطالب عن تحصيله الأكاديمي وتقبله وارتياحه لتخصصه الدراسي وبيئته الدراسية وشعوره بأهمية ما يدرس .

3.2.**العلاقات الاجتماعية مع الأساتذةوالزملاء .Positive Relations** هي قدرة الطالب على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الزملاء والأساتذة، تتخللها الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين.

4.2. الاستمتاع بالتعلم ofLearningjoy: إلى الشعور بالمدح أثناء التعلم والمشاركة في الأنشطة التعليمية نتيجة لامتلاكه الطاقة التي تمكنه من مواجهة الصعوبات والاندماج الدراسي. **(أمل، 2022، ص 21-22).**

3.أهمية الرفاهية الأكاديمية: تتمثل أهمية الرفاهية الأكاديمية بالنسبة للطلاب في تحقيق الأغراض التالية. (داليا، **2024، ص29).**

1.3. السعي الأكاديمي: وتعني الحالة التي تدفع الطالب للسعي والاستمرار في تحقيق النجاح التعليمي دون اعتبار لوضعه الحالي وللبيئة المحيطة.

2.3. الحرية: وتعني توفير حرية الطالب وفرصته في الاستقلالية لاختيار وتحديد مصير حياته. **(سمر، 2023، ص 518).**

3.3. الاختيار: يعرف بأنه توفير الحرية والفرص والاستقلالية للطالب في اختيار وتحديد مساره الدراسي. **(أمل، 2022، ص24).**

4.3. الشعور الشخصي المؤكد للرفاهية الوجدانية: حيثيتضمن هذا الشعور كل من الاستجابات الوجدانية الايجابية والسلبية.**(سمر، 2023، ص 519).**

وللرفاهية دور أساسي في إمكانية تغيير التفكير انعكاسا للمعرفة وفاعلية الذات، والرضا والنجاح في العلاقات مع الآخرين والاهتمام بسعادتهم والاتجاه الايجابي نحو الذات وتقبل نقاط القوة والضعف، والمشاعر الايجابية نحو الماضي **(أمل، 2022، ص 22).**

فامتلاك الطالب الجامعي لمستوى عالي من الرفاهية الأكاديمية يعني امتلاكه لشخصية ايجابية تستطيع التأثير في الآخرين واحترام الذات ودرجة كبيرة من التفاؤل ودرجة منخفضة من الضغط والتوتر، وترتبط الرفاهية الأكاديمية بحيوية الطالب الجامعي وقدرته على ضبط نفسه، كما يتصف الطلاب ذو الرفاهية الأكاديمية بالقدرة على أداء الواجبات الصعبة والمعقدة والقدرة على التكيف الأكاديمي ويتم غرس الرفاهية الأكاديمية للطلاب من خلال الآباء والمعلمين والشعور بالرضا عن الحياة وأيضا من خلال المشاعر الموجبة تجاه الحاضر والمستقبل.**(سمر، 2023،ص 519).**

4. النظريات المفسرة للمردود الأكاديمي:

بما أن مصطلح المردود الأكاديمي يتماشى علميا ومنهجيا مع مصطلح الرفاهية الأكاديمية فلهما نفس النظريات المفسرة من بينها:

إن الخلفية النظرية التي يمكن الاستفادة منها لتفسير أسباب إختلاف التحصيل الدراسي بين التلاميذ، يمكن أن تستمد من اتجاهان نظريان يركزان على بيان دور التعلم في المجتمع المعاصر من بينها:

1.4. الاتجاه الوظيفي:

يرى أنصار النظرية الوظيفية أن مؤسسة التعليم من أهم المؤسسات الاجتماعية، فمن طريقها يتم نقل القيم الأخلاقية و الثقافية للمجتمع و يتم فيها تغيير الأفراد من حب الذات و الأنانية ، إلى تغليب مصلحة المجتمع والعمل من أجله وهذا مؤكد عليه **دور كايم** أكدتا

لنظرية الوظيفية على أن المجتمع يقوم على مبدأ التوازن، وتحكمه العلاقة الوظيفية بين مؤسساته ونظمه، والمدرسة هي إحدى مؤسسات المجتمع وهي أداة وضع المناسب منهم فـي المكان المناسب، ويعتبر **دوركايم** من أوائل من أسهموا في توضيح المنظور الوظيفي لعلاقة التعليم بالمجتمع، و تتركز في أن المدرسة يجب أن تقوم على وظيفة ونقل القيم و الأخلاق عن طريق عملية التطبيع الاجتماعي. وترى أن العائلات الغنية يربون أبنائهم على قيم وسمات شخصية تؤدي إلى التفوق وهذه القيم والسمات غير موجودة عند عائلات الطبقات الفقيرة.

نستخلص من النظرية السابقة أن مصدر عدم المساواة في التحصيل الدراسي يعود إلى اختلاف قدرات التلاميذ وطموحاتهم وتطلعات أبنائهم لتحصيل دراسي متفوق، وكذلك يعود الاختلاف إلى نوعية المدارس وأهميتها في تحصيل التلميذ خاصة وإن العائلات الغنية تكسب قيم وسمات شخصية تؤدي إلى التفوق.

1.6. الاتجاه الصراع:

تركز نظرية الصراع والتي تمثل النظرية الماركسية الجديدة ونظرية التجديد الثقافي والاتجاهات النظرية الفوضوية عند "**أنيسو فريدي**" على الطبيعة الأسرية في المجتمع ونشر التغيير الاجتماعي، وترى أن الصراع القوي والديناميكية الرئيسية هي التي تمثل الحياة الاجتماعية، دلك أن المجتمعات تتماسك فيما بينها عن طريق الجماعات ذات النفوذ بضرورة التعاون والالتزام كما ترى هذه النظرية أن النظام الاجتماعي مقسوم إلى قسمين:- قسم مسيطر يتمثل في الجماعة المسيطرة وقسم يتمثل في جماعات الخاصة وأن العلاقة بين الجماعتين علاقة استغلال.

وهذا ما رآه كل من" **بآرونزوجنتر**" في كتابهم" **التعليم في أمريكا الرأسمالية**" حيث أقر أن دور المدرسة الرأسمالية تكمن في إعداد القوى العامة لخدمة الرأسمالية، هذا بالإضافة إلى

قيام النظام التعليمي بتبرير شرعية عدم المساواة في العمل بتأكيده أن الحصول على العمل يعتمد على الصراع والجدارة في التحصيل الدراسي.

وعليه فإن الاختلاف من وجهة نظر الصراعيون الرأسماليون يعكس واقع وصفة المدرسة الأمريكية، حيث ترفض هذه الأخيرة إخفاق طلبة الطبقات الفقيرة نتيجة تخلف عقلي أو ثقافي ويؤكدون عدم المساواة بين الجماعات الاجتماعية، تؤدي إلى اختلاف نوعية المدارس من حيث تكلفة الطالب، ونوعية المدرسين والمناهج (بوشارف، **لرخام،2021-2022، ص36-37-38**).

خلاصة:

تناولت في هذا المبحث مفهوم الرفاهية الأكاديمية من خلال مجموعة من التعاريف التي ركزت على شعور الطلبة بالرفاهية أثناء الدراسة والشعور بالرضا والسعادة في البيئة التعليمية. كما تطرقت أيضا إلى أبعاد الرفاهية الأكاديمية التي تتمثل في الكفاءة الأكاديمية، الرضا الأكاديمي، العلاقات الاجتماعية مع الأساتذة والزملاء، الاستمتاع بالتعلم. وتبرز أهمية هذا المفهوم في تعزيز السعي الأكاديمي، وزيادة الشعور بالحرية إضافة إلى الشعور الشخصي المؤكد للرفاهية الأكاديمية مما ينعكس إيجابا على التحصيل الدراسي وجودة الحياة الجامعية. وتم استعراض نظريتين تفسران الرفاهية الأكاديمية والمردود الدراسي وهما: النظرية الوظيفية التي تؤكد على دور المدرسة في نقل القيم ودعم التوازن الاجتماعي ونظرية الصراع التي ترى النظام التعليمي يعكس التفاوت الطبقي ودعم المساواة في التحصيل.

المبحث الثالث: العلاقة بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية

دراسات وبحوث تناولت العلاقة بين الدافعية العقلية والرفاهية الأكاديمية:

بما أن مصطلح الدافعية العقلية يتماشى علميا ومنهجيا مع مصطلح المرونة العقلية فإن:

1. تعريف الدافعية العقلية: Mental Motivation:

1.1. يعرف (الغامدي 2018, 240):الدافعية العقلية والتي توازي المرونة العقلية بأنها حالة داخلية تؤهل الطالب وتحفزه وتوجه سلوكه نحو الإبداع الجاد وحل المشكلات، واتخاذ القرارات، والانخراط في الأنشطة المعرفية.

2.1. ويعرف أيضا (محمد 2019, 115): ان الدافعية العقلية والتي توازي مفهوم المرونة العقلية:بأنها حالة داخلية تحفز عقل الفرد وتعبر عن نزعته للتفكير الإبداعي، حيث تتسم بالثبات التي تجعل منها عادة عقلية لدى الفرد. **(احمد،سيف، عادل ،2022، ص 45)**

✓ من بين الدراسات والبحوث التي تناولت العلاقة بين الدافعية العقلية والرفاهية الأكاديمية:

- وأجرى (**Ekelund**,**vasaLampi**, **Torppa**, **Varhiala**, **Pokkeus**, **Aro**, **2018**)دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الدافعية الأكاديمية والرفاهية العاطفية لدى عينة من المراهقين, وتكونت عينة الدراسة من (**629**) طالب وطالبة، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الدافعية الأكاديمية، ومقياس الرفاهية العاطفية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الدافعية والرفاهية التنبؤ بالرفاهية العاطفية من خلال الدافعية الأكاديمية.

- وأجرى (**عبد الخالق،2011**) دراسة هدفت حب الحياة وارتباطه بالهناء الشخصي واستقلاله عن الدافعية، وتكونت عينه الدراسة من (**516**) طالب وطالبة من جامعة الكويت. وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الهناء الشخصي، ومقياس حب الحياة، ومقياس الدافعية، وباستخدام الأساليب الإحصائية مثل معاملات الارتباط، وتحليل دالة التمايز، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين حب الحياة والهناء الشخصي، وبوجود علاقة بين الهناء الشخصي والدافعية.

- وأجرى (**ثعلب، 2019**) دراسة هدفت إلى التعرف على مدى فعالية برنامج تدريبي قائم على استراتيجيات التعلم الوجدانية في تنمية الدافعية العقلية والهناء الأكاديمي لدى عين من طلبات قسم علم النفس، وتكونت عينة الدراسة من (**60**) طالبة. وتمثلت الأدوات الدراسة في مقياس استراتيجية التعلم الوجدانية، ومقياس الهناء الأكاديمي، ومقياس الدافعية العقلية. نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة

إحصائيّا عند مستوى(**0،01**) بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في التطبيق البعدي للبرنامج لصالح المجموعة التجريبية.

- وهدفت دراسة (**خليفة، 2019**) إلى التحقق من فاعليه البرنامج القائم على قبعات التفكير في تحسين الدافعية العقلية والاندماج الأكاديمي لدى الطلاب المعلمين في ضوء أنماط السيطرة الدماغية لديهم، وتكونت العينة من(**54**) طالبا وطاله يمثلون المجموعة التجريبية. (**45**) يمثلون المجموعة الضابطة. وتمثلت أدوات الدراسة في البرنامج القائم على قبعات التفكير، ومقياس السيطرة الدماغية، ومقياس كاليفورنيا المطور للدافعية العقلية. واستبيان الاندماج الأكاديمي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى فعالية البرنامج القائم على قبعات التفكير في تحسين الدافعية العقلية والاندماج الأكاديمي. (**أحمد، سيف، عادل، 2022، ص49**).

2. المرونة العقلية وعلاقتها ببعض المتغيرات ذات الصلة:

من خلال اطلاع الباحث للدراسات والبحوث السابقة يتحد ان المرونة العقلية ترتبط مع كثير من المتغيرات مثل(الذكاء السائل والذكاء الوجداني والذاكرة العاملة وما وراء الذاكرة والتعلم المنظم ذاتيا واتخاذ القرار والفهم القرائي والصعوبات القراءة والمحادثة والضغوط النفسية والقلق والجدارة الأكاديمية كدراسة(**ناصر حسن، 2019**) ومن أهم هذه الدراسات دراسة (Thormtion, & M,2017 , Harkamp,)التي ربطت بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية، ودراسة (**ميار محمد علي، 2020**) ودراسة (**فيفيان أحمد عشماوي، 2021**) التي ربطت بين المرونة العقلية والحكمة والسعادة النفسية واتخاذ القرار. وأيضا:

- **دراسة، (JONANNKARBACH J، 2019، 1-22) :**

وكانت تهدف إلى دور الذاكرة العاملة في الكتب والمرونة العقلية والذكاء السائل وأثرهم في الفهم القرائي والسرعة القرائية، وتم تطبيق الدراسة على عينة قوامها (**186**)من أطفال المدارس أعمارهم (**09**)سنوات، وتوصلت نتائج الدراسة إلى تباين الذكاء السائل والمرونة العقلية والذاكرة العاملة بتباين الفهم القرائي وسرعة القراءة، ووجود علاقة ارتباطية بين سعة الذاكرة العاملة والذكاء السائل المرتفع مع سرعة القراءة، وأن المرونة العقلية والذكاء السائل على علاقة بالفهم القرائي، ونقطة الاختلاف كانت ترجع إلى الوظائف التنفيذية للفهم والسرعة القرائية.

- **ودراسة (Demirtad ،S ، A، 320-329، 2020)**

كانت تهدف إلى بناء نمذج وبسيط متعدد الأغراض لفهم العلاقات بين التفاؤل والمرونة العقلية وتعديل الحياة الجامعية والسعادة، و تم تطبيق الدراسة على عينة قوامها **(386)**من طلاب الجامعة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقات بين السعادة والمرونة العقلية،و أيضا وجود علاقات متعددة بين متغيرات الدراسة، ووجود فروق دالة إحصائيّا بين متغيرات الدراسة والنموذج الوسيط، وأن المرونة العقلية تتنبأ بنسبة **(50%)** من السعادة .

- **ودراسة (بدوية محمد سعد، 1،89،2021):**

التي هدفت إلى التحقق من وجود علاقة ارتباطية بين المرونة المعرفية وفاعلية الذات ودافعية الإنفاق لدى طلبة الدراسات العليا، وتم تطبيق على عينة قوامها**(250)**طالب وطالبة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق لدى أفراد عينة البحث على مقياس المرونة العقلية وفاعلية الذات ترجع على الجنس والتخصص، وعدم وجود فروق على مقياس دافعية الإتقان ووجود علاقة إرتباطية بين متغيرات البحث، وكشفت الدراسة عن إمكانية التنبؤ بالمرونة المعرفية من خلال دافعية الإتقان وفاعلية الذات البحثية.

- **ودراسة (عفاف سالم المحمدي، 2022, 202, 230):**

وكانت تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين المرونة المعرفية والذكاء الوجداني لدى طالبات المرحلة الثانوية والجامعية، وتم تطبيق الدراسة على عينة قوامها **(533)** طالبة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الذكاء الوجداني والمرونة المعرفية، وعدم وجود فروق بين عينة الدراسة على متغيرات المرونة المعرفية والذكاء الوجداني تبعا لمتغير الجنس والمرحلة الدراسية، وبتطبيق معامل الانحدار أمكن التنبؤ بالمرونة المعرفية بنسبةet**(23%)** بمعرفة مكونات الذكاء الوجداني. **(عبد الرحمان، 2023، ص1168-1169-1170)**.

3. الرفاهية الأكاديمية وعلاقتها ببعض متغيرات الدراسة:ارتبطت الرفاهية الأكاديمية بمتغيرات متعددة كدراسة (سهام **خليفة، 2022)** التي أوضحت العلاقة بين الرفاهية الأكاديمية وسمة ما وراء المزاج. ودراسة **(سمية شكري، وأمل محمد، 2021)** حيث بينت العلاقة بين الرفاهية الأكاديمية والضغوط الأكاديمية ورأس المال النفسي).

- **ودراسة (HiatalJH/Vi ، l،2019):**التي فحصت العلاقة بين الرفاهية الأكاديمية والدافعية والتوجه نحو أهداف الانجاز والتحصيل الأكاديمي والاتصالات الرقمية مع الوظائف العلمية و العاطفية.

- **ودراسة (Wiles، e، 2017):** التي ربطت بين الرفاهية الأكاديمية للطلاب والصحة النفسية لديهم. ودراسة)التي كشفت عن العلاقة بين مكونات الرفاهية الأكاديمية وإدراك الفاعلية الذاتية، ودراسات أخرى مثل

- **دراسة(يوسف شبلي ووسام القصبي و صالحة حسن، 125،80،2020): التي** هدفت إلى تحديد الإسهام النسبي لكل من الصمود و الاحتراق الأكاديمي في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية، وتم تطبيق الدراسة على عينة قوامها **(239)** طالب و طالبة.و أظهرت نتائج الدراسة أن كل من الصمود الأكاديمي و الاحتراق الأكاديمي قد تتنبأ بالرفاهية الأكاديمية. و أن متغير الصمود الأكاديمي أكثر إسهاما من الاحتراق الأكاديمي، و أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط من الرفاهية الأكاديمية و الاحتراق الأكاديمي عند مستوى متوسط من الرفاهية الأكاديمية و الاحتراق الأكاديمي عند مستوى مرتفع من الصمود الأكاديمي.

- **ودراسة (محروس السيد، 240،2021-314):**التي هدفت إلى التعرف على الإسهام النسبي للتفكير الإيجابي و المرونة المعرفية و الضغوط الأكاديمية و الرفاهية الأكاديمية، و تم تطبيقها على عينة **(528)** طالب و طالبة بالجامعة، و توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين الرفاهية الأكاديمية و المرونة المعرفية و التفكير الإيجابي و علاقة سلبية مع ضغوط الأكاديمية، و إمكانية التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية تنبؤا دالا إحصائيا بمعلومية التفكير الإيجابي و المرونة المعرفية. **و دراسة (C.Dese،Huwai&2022،A،Saija،A):**التي هدفت إلى تحديد دور الدعم الاجتماعي و قوة التحمل و الصلابة النفسية للأسرة و الأصدقاء و الآخرين المحيطين في الرفاهية الأكاديمية للطلاب ذوي صعوبات التعلم، و تم تطبيقها على عينة قدرها **(184)** طالب و طالبة، و أوضحت النتائج أن الصلابة و الدعم الاجتماعي له دور في الرفاهية الأكاديمية و الصعوبات التي تواجه طلاب الجامعة، و أن الإنجاز الأكاديمي مع الرفاهية الأكاديمية يزودنا بمفاهيم جديدة كتحديد الذات و مفهوم الذات و استراتيجيات الذات. و لهذا فإن الصمود و الدعم الاجتماعي من العوامل التي تلعب دورا مهم في الرفاهية الأكاديمية و صعوبات التعلم التي تواجه الطلاب **(عبد الرحمان، 2023، ص1168، 1169،1170،1173,1174,1175).**

خلاصــة:

بناءا على تم عرضه من خلال الدراسات السابقة يتضح أهمية تنمية الدافعية العقلية والمرونة العقلية عند الطلاب لها دور كبير في رفع مستوى رفاهيتهم الأكاديمية، وأكدت هذه الدراسات أيضا إلى وضع برامج توعية وتعليمية تساعد الطلاب على تقوية قدراتهم الذاتية والمعرفية من مواجهة التحديات والضغوطات النفسية والاجتماعية والتربوية أثناء مساره الدراسي.

الفصل الثالث: الدراسة الاستطلاعية و الدراسة الأساسية

❖تمـــهيـــــد

1.أولا: الدراســـــة الاستطلاعية.

- أهداف الدراسة الاستطلاعية.
- عينة الدراسة الاستطلاعية.
- أدوات الدراسة الاستطلاعية.
- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

2.ثانيا: الدراســـــة الأساسية.

- تمهيد.
- منهج الدراسة.
- عينة الدراسة.
- إجراءات التطبيق.
- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الأساسية.

❖ خـــــــلاصة

تمهيد:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية كان الهدف منها التحقق من الخصائص السيكو مترية لأداتي المقياس (المرونة العقلية–الرفاهية الأكاديمية) بحيث تم توزيع الاستمارة على عينة من الطلبة الجامعيين بطريقة عشوائية بسيطة، بحيث سنتطرق في هذه الدراسة إلى: أهداف الدراسة–عينة الدراسة–أدوات الدراسة والخصائص السيكو مترية (الصدق–الثبات) وكذلك صعوبات التي واجهتها في الجانب التطبيقي.

أولا: الدراسة الاستطلاعية:

1. أهداف الدراسة الاستطلاعية:

جمع معلومات أساسية حول موضوع المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطلاب الجامعيين، من خلال مراجعة الأدبيات السابقة والمصادر العلمية المتاحة.

- ✓ استطلاع الميدان بغرض التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الطالبة أثناء إجراء الدراسة الميدانية.
- ✓ استطلاع الظروف الأكاديمية والنفسية للطلاب الجامعيين بغرض التعرف على التحديات والضغوط التي قد يوجهونها في حياتهم الدراسية وعلاقتها بالمرونة العقلية.
- ✓ اختبار واختيار الأدوات المناسبة لجمع البيانات في الدراسة الرئيسية، لضمان ملاءمتها للموضوع وتحقيق أهداف الدراسة.
- ✓ تقدير الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة لضمان أنها تقيس المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية بشكل دقيق وموثوق.
- ✓ مراقبة كيفية استجابة العينة الاستطلاعية للأسئلة المطروحة في الأدوات المستخدمة، لفهم مدى وضوح وفعالية الأسئلة في قياس الجوانب المستهدفة.

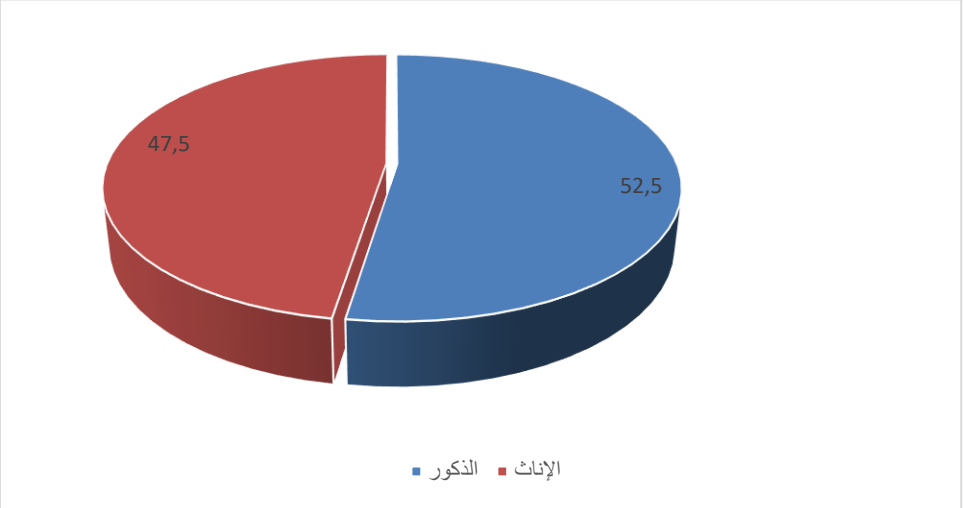
2. عينة الدراسة الاستطلاعية:

شملت عينة الدراسة الاستطلاعية (40) طالب وطالبة بجامعة الدكتور مولاي الطاهر بسعيدة تم اختيارهم بطريقة عشوائية لضمان تمثيل متنوع للطلاب الجامعيين في العينة، مما يساهم في توفير نتائج أكثر دقة وموثوقية، يتوزعون كما يلي:

الجدول رقم (01) يبين توزيع أفراد العينة من حيث الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
الذكور	21	%52.5
الإناث	19	%47.5
المجموع	40	%100

يُظهر الجدول توزيع أفراد العينة المكونة من 40 طالبًا وطالبة من حيث الجنس، حيث نجد بأن الذكور يشكلون نسبة 52.5% من العينة أي أن 21 من العينة هم من الذكور وهي الفئة الغالبة، في حين نجد أن الإناث تشكلن ما نسبته47.5% من العينة أي أن 19 من المشاركين هم من الإناث رغم أنها أقل من نسبة الذكور، إلا أن الفرق بين النسبتين صغير نسبيًا، مما يشير إلى تمثيل شبه متوازن للجنسين في العينة.

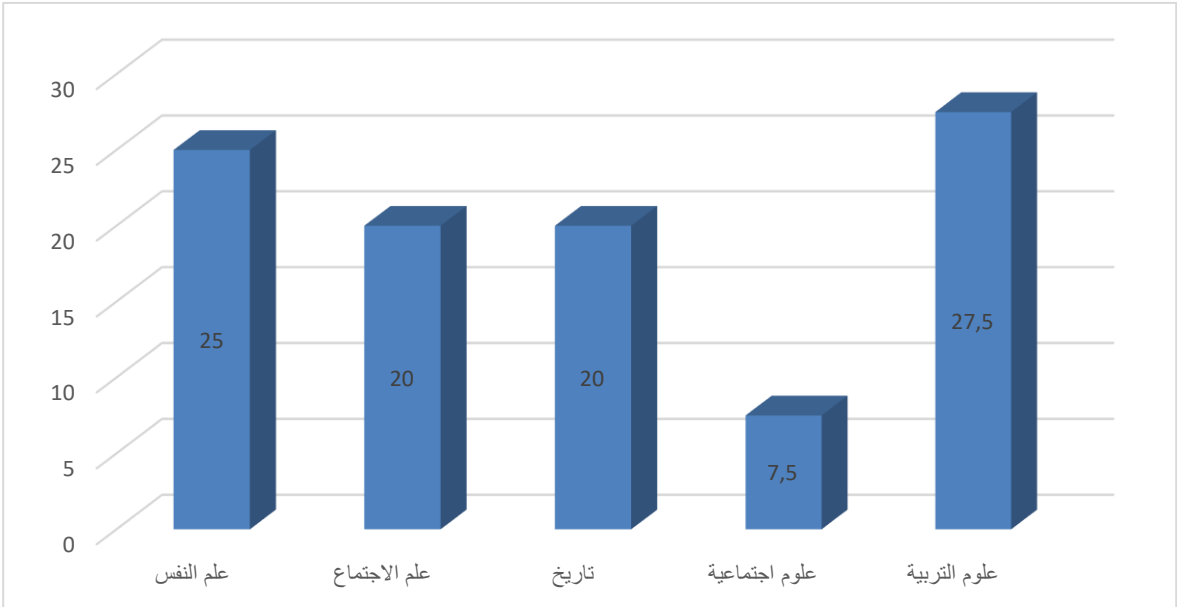


الشكل رقم (01) يبين توزيع أفراد العينة من حيث الجنس

الجدول رقم (02) يبين توزيع أفراد العينة من حيث التخصص

التخصص	التكرار	النسبة المئوية
علم النفس	10	%25
علم الاجتماع	8	%20
تاريخ	8	%20
علوم التربية	11	%27.5
المجموع	40	%100

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن غالبة أفراد العينة هم من تخصص علوم التربية حيث بلغ عددهم (11) بنسبة (27.5%)، يليهم طلبة علم النفس بعددهم البالغ (10) وبنسبة (25%)، ونجد أن هناك تساوي في طلبة تاريخ وعلم الاجتماع حيث بلغ عددهم (8) أساتذة بنسبة (20%)، وأقل عدد نجده لطلبة علوم اجتماعية حيث بلغ عددهم (3) أساتذة بنسبة (7.5%)



الشكل رقم (02) يبين توزيع أفراد العينة من حيث التخصص

3. أدوات الدراسة:

1.3 وصف مقياس المرونة العقلية:

قام بإعداد هذا المقياس عبد الوهاب (2011) وهو موجه لأعضاء هيئة التدريس بغية قياس المرونة التكيفية والمرونة التلقائية لديهم، وقد تحقق من صدق وثبات المقياس وهو صالح لتطبيقه في البيئة العربية، حيث قام عبد الوهاب (2011) بإعداد هذا المقياس خماسي الاستجابة (موافق جدا، موافق، غير متأكد، غير موافق، غير موافق جدا) حيث يعطي موافق جدا (5 درجات)، موافق (4 درجات)، غير متأكد (3 درجات)، غير موافق (2 درجتان)، غير موافق جدا (1 درجة واحدة). وأسماه بمقياس المرونة العقلية وهدف لقياس مدى تغير الوجهة الذهنية أو التنوع في الأفكار غير المتوقعة وتوليدها وتوجيهها وتحويل مسارها بما يتناسب مع المثير أو متطلبات الموقف مع سلاسة التفكير وعدم الجمود الفكري، ويتكون المقياس من (26) عبارة توزعت على بعدين هما:

- المرونة التكيفية: وتقيسها العبارات من (1) إلى (15).
- المرونة التلقائية: وتقيسها العبارات من (16) إلى (26).

2.3 وصف مقياس الرفاهية الأكاديمية:

تمثل هدف هذا المقياس في التعرف على الرفاهية الأكاديمية، حيث قامت الطالبة بمراجعة العديد من الدراسات المشابهة و الاطلاع على مختلف المقاييس التي لها نفس أغراض الدراسة الحالية كدراسة عبد الحفيظي يحي (2016) بعنوان تقنين مقياس جودة الحياة لمحمود منسي وعكا كاظم على الطلبة الجامعيين، بالإضافة إلى دراسة لقمامة العتيبي بعنوان تصميم مقياس جودة الحياة الأكاديمية لطلاب الجامعة، فضلا على الخروج الميداني و الاتصال المباشر مع بعض الأساتذة الجامعيين و جمع أراءهم و اقتراحاتهم و تصوراتهم للموضوع بغرض بناء أداة دقيقة.

وقد تضمن المقياس في صورته الأولية (29) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد وهي :

- البعد الأول: الصحة النفسية ويضم (09) فقرات.
- البعد الثاني: الإنجاز الأكاديمي ويضم (10) فقرات.
- البعد الثالث: العلاقات الأكاديمية ويضم (10) فقرات.

لقد تم تحديد خمسة بدائل للإجابة على فقرات المقياس وهي (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا) بالأوزان (5-4-3-2-1).

4. الخصائص السيكومترية:

قبل تطبيق أداة الدراسة لابد من التأكد من صلاحيتها من حيث الصدق والثبات ، وهو يعرف بالخصائص السيكومترية، ويشير الصدق إلى مدى قدرة أداة القياس على قياس ما تم تصميمها لقياسه، بمعنى آخر يتعين التأكد من أن الأداة تعكس فعلاً الجوانب التي تهدف إلى قياسها، وفي سياق هذه الدراسة يجب التأكد من أن الأداة المستخدمة لقياس **المرونة العقلية و الرفاهية الأكاديمية** قادرة بالفعل على قياس هذين المتغيرين بشكل دقيق. فإذا كانت الأداة تمتلك صدقًا عاليًا، فهذا يعني أنها ستتمكن من تقديم قياسات حقيقية وموثوقة لهذه الجوانب، مما يساهم في ضمان دقة النتائج المستخلصة من الدراسة.

1.4 الصدق:

اعتمدت الطالبة في هذه الدراسة على صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي لضمان صلاحية المقاييس المستخدمة في قياس المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية، وفيما يلي تفصيل لهذه الخطوة:

1.1.4 مقياس المرونة العقلية:

أ. صدق المحكمين:

تم الاعتماد على مجموعة من المحكمين الخبراء في المجال الأكاديمي والنفسي لمراجعة مقياس الدراسة، حيث قام المحكمون بتقييم محتوى الأداة للتأكد من مدى توافق الأسئلة

والعناصر مع الموضوعات التي تهدف الدراسة إلى قياسها (المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية)، وهذه الخطوة تساعد في التأكد من أن الأداة تغطي جميع الأبعاد المهمة للموضوع بشكل كامل، كما تساهم في تحديد أي نقاط قد تكون غامضة أو غير دقيقة، مما يساهم في تحسين الأداة وضمان موثوقيتها.

بعد اكتمال الصورة الأولية لمقياس المرونة العقلية، عرض على خمسة (5) محكمين من أساتذة جامعيين لإبداء رأيهم، وبعد الحصول على الاستمارات وعددها (5)، تم تفريغها، وأعطت النتائج التالية:

الجدول (03) يبين نتائج تحكيم وضوح التعليمات و كفاية الفقرات وملائمة البدائل

	آراء المحكمين	
	تكرار الموافقة	نسبة الموافق
مدى وضوح التعليمات	5	%100
البيانات الشخصية	5	%100
مدى ملائمة البدائل	2	%40

من خلال الجدول الآتي نجد أن المحكمين وافقوا على مدى وضوح التعليمات100% مما يعني أن التعليمات كانت واضحة وسهلة الفهم لجميع المحكمين. هذا يضمن أن المشاركين في الدراسة سيستطيعون فهم التعليمات بشكل جيد دون أي غموض، مما يساهم في ضمان دقة الإجابات التي سيتم جمعها، كما نجد أن نسبة الموافقة على البيانات الشخصية كانت أيضا نسبتها 100%، بينما نجد أن 40% فقط من المحكمين وافقوا على ملائمة البدائل المقترحة ذا يشير إلى أن بعض البدائل المطروحة في الأداة قد تحتاج إلى تعديل أو تحسين لتتناسب بشكل أفضل مع الأهداف المحددة للدراسة لذا سيتم تعديل هذه البدائل.

الجدول (04) يبين نتائج تحكيم مدى وضوح الصيغة اللغوية للفقرات

الفقرات	آراء المحكمين	
	تكرار الموافقة	نسبة الموافق
من 1 إلى 10، من 12 إلى 21، 23، 25، 26	5	%100
11، 22، 24	4	%80

انطلاقا من جدول أعلاه الذي يوضح مدى وضوح الصياغة اللغوية للفقرات، نرى أن كل المحكمين وافقوا على الفقرات (من 1 إلى 10، من 12 إلى 21،23، 25، 26) بنسبة 100%، بينما أن الفقرات (11، 22، 24) قد تمت الموافقة عليها بنسبة 80%، وعليه يمكن القول أن الصياغة اللغوية لهذه الفقرات كانت واضحة تمامًا لجميع المحكمين، وبالتالي يمكن التأكد من أن هذه الفقرات سهلة الفهم ومناسبة للقياس الدقيق للمرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية.

الجدول (05) يبين نتائج تحكيم وضوح قياس الفقرة للخاصية

انطلاقا من جدول أعلاه الذي يوضح قياس الفقرة للخاصية نلاحظ أن كل المحكمين وافقوا على الفقرات (من 1 إلى 10، من 12 إلى 21،23، 25، 26) بنسبة 100%، بينما أن الفقرات (11، 22، 24) قد تمت الموافقة عليها بنسبة 80%، وهذا يشير إلى أن هذه الفقرات تعكس بشكل واضح الخاصية التي تم تصميمها لقياسها، مما يعني أنها قادرة على قياس المرونة العقلية و الرفاهية الأكاديمية بطريقة دقيقة وواضحة.

ب. صدق الاتساق الداخلي:

يتم التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال دراسة العلاقة بين الفقرات المختلفة للمقياس و الدرجة الكلية للمقياس ، والتأكد من أن كل بند في الأداة مرتبط ارتباطًا منطقيًا بالمتغير الذي تم تصميم الأداة لقياسه.

تم تطبيق معامل ارتباط بيرسون لتحديد مدى ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس وقد تم التوصل إلى النتائج التالية:

الجدول رقم (06) يبين قيم معامل الارتباط بين فقرات مقياس المرونة العقلية والدرجة الكلية للمقياس

الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة
01	**0.242**	**غير دال**	**14**	0.377*	دال عند 0.05
02	0.376*	دال عند 0.05	**15**	0.430**	دال عند 0.01
03	0.408**	دال عند 0.01	**16**	0.376*	دال عند 0.05
04	0.415**	دال عند 0.01	**17**	0.333*	دال عند 0.05
05	0.568**	دال عند 0.01	**18**	0.647**	دال عند 0.01
06	0.468**	دال عند 0.01	**19**	0.501**	دال عند 0.01
07	0.320*	دال عند 0.05	**20**	0.538**	دال عند 0.01
08	0.439**	دال عند 0.01	**21**	0.442**	دال عند 0.01
09	**0.226**	**غير دال**	**22**	0.557**	دال عند 0.01
10	0.355*	دال عند	**23**	0.438**	دال عند

		0.05			0.01
11	0.538**	دال عند 0.01	**24**	0.569**	دال عند 0.01
12	**0.187**	**غير دال**	**25**	0.471**	دال عند 0.01
13	0.425**	دال عند 0.01	**26**	**0.199**	**غير دال**

من خلال الجدول يتضح بأن معامل ارتباط بيرسون بين فقرات مقياس المرونة العقلية والدرجة الكلية للمقياس كان جاءت أغلبها دالة عند (0.01) و(0.05) وكان قيم الارتباط متراوحة ما بين (0.333) كأدنى ارتباط و(0.647) كأعلى ارتباط مما يعني أن هذه الفقرات ترتبط ارتباطا إيجابيا قويا بالدرجة الكلية للمقياس أي أن هذه الفقرات تعد مؤشرات جيدة لقياس المرونة العقلية وأنها تساهم في المقياس بشكل فعال، كما نلاحظ أن الفقرات المتبقية (1، 9، 12، 26) كانت غير دالة وتراوحت قيم ارتباطها ما بين (0.187)و(0.242) يمكن أن يعني ذلك أن هذه الفقرات قد تكون غير مؤثرة في قياس المتغير المستهدف وبالتالي سيتم حذفها ليصبح المقياس يتكون في صورته النهائية من (22) فقرة.

إذن يمكن القول أن نتائج صدق الاتساق الداخلي قد أشارت إلى أغلب فقرات المقياس أظهرت ارتباطا دالا مع الدرجة الكلية مما يعكس صلاحية المقياس في قياس المرونة العقلية بشكل فعال هذه الفقرات تساهم بشكل كبير في تحديد مستوى المرونة العقلية لدى الأفراد، لكن هناك بعض الفقرات التي لا تتناسب مع المقياس من حيث العلاقة مع الدرجة الكلية (مثل الفقرات 1، 9، 12، 26)، مما يستدعي إزالتها لتحسين دقة المقياس وزيادة فعاليته في قياس المرونة العقلية

ج. صدق المقارنة الطرفية:

الجدول رقم (07) يبين الصدق التمييزي لمقياس المرونة العقلية

	حجم العينة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة u لمان وتني	الدلالة المعنوية	القرار
الفئة العليا	8	10.94	87.50	12.5	0.038	دال
الفئة الدنيا	8	6.06	48.50			

يتضح من خلال الجدول أن قيمة الدلالة المعنوية جاءت تساوي (0.038) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني أن مقياس المرونة العقلية يتمتع بقدرة تمييزية كبيرة.

2.1.4 مقياس الرفاهية الأكاديمية:

أ. صدق المحكمين: بعد اكتمال الصورة الأولية لمقياس الرفاهية الأكاديمية، عرض على خمسة (5) محكمين من أساتذة جامعيين لإبداء رأيهم، وبعد الحصول على الاستمارات وعددها (5)، تم تفريغها، وأعطت النتائج التالية:

الجدول (08) يبيننتائج تحكيم وضوح التعليمات وكفاية الفقرات وملائمة البدائل

	آراء المحكمين	
	تكرار الموافقة	نسبة الموافق
مدى وضوح التعليمات	5	%100
البيانات الشخصية	5	%100
مدى ملائمة البدائل	5	%100

من خلال الجدول الآتي نجد أن المحكمين وافقوا على مدى وضوح التعليمات بنسبة 100%مما يعني أن التعليمات كانت واضحة وسهلة الفهم بالنسبة لجميع المحكمين، هذا يعكس أن المقياس يوفر توجيها دقيقا للمشاركين، مما يساهم في تحقيق قياس دقيق للرفاهية الأكاديمية، كما وافق كل المحكمين على البيانات الشخصية بنسبة 100%، كما نجد أن نسبة ملائمة البدائل كانت مقدرة بـ 100% وهذا يشير إلى أن البدائل في المقياس كانت مناسبة تماما للهدف من القياس، وكانت قادرة على تمثيل الإجابات بشكل صحيح.

الجدول (09)يبين نتائج تحكيم مدى وضوح الصيغة اللغوية للفقرات

الفقرات	آراء المحكمين	
	تكرار الموافقة	نسبة الموافق
البعد الأول الصحة النفسية (1-9)	5	%100
البعد الثاني: الإنجاز الأكاديمي (1-10)	5	%100
البعد الثالث: العلاقات الأكاديمية (1-10)	5	%100

انطلاقا من جدول أعلاه الذي يوضح مدى وضوح الصياغة اللغوية للفقرات يتضح بأن البعد الأول الصحة النفسية كانت موافقة كل المحكمين على صياغته اللغوية 100%مما يعني أن **صياغة الفقرات** المتعلقة بالصحة النفسية كانت واضحة تماما لجميع المحكمين وهذا يشير إلى أن الأسئلة المرتبطة بالصحة النفسية قابلة للفهم بسهولة ولا تثير أي غموض لدى المشاركين في المقياس، كما نجد أن البعد الثاني الإنجاز الأكاديمي كانت نسبة الموافقة عليه أيضا تساوي 100% وهذا يعكس أن الفقرات التي تتعلق بالإنجاز الأكاديمي كانت صحيحة لغويا، ومفهومة بوضوح، مما يعزز من قدرة المقياس على قياس هذا البعد بشكل دقيق،

بالإضافة إلى ذلك نجد أن البعد الثالث العلاقات الأكاديمية هو أيضا كانت نسبة الموافقة على كل فقراته 100% مما يعني أن الفقرات المتعلقة بالعلاقات الأكاديمية كانت مكتوبة بلغة واضحة وسهلة الفهم، ما يسهل على المشاركين الإجابة على الأسئلة دون أي صعوبة في الفهم.

الجدول (10)يبين نتائج تحكيم وضوح قياس الفقرة للخاصية

الفقرات	آراء المحكمين	
	تكرار الموافقة	نسبة الموافق
البعد الأول الصحة النفسية (1-9)	5	%100
البعد الثاني: الإنجاز الأكاديمي (1-10)	5	%100
البعد الثالث: العلاقات الأكاديمية (1-10)	5	%100

انطلاقا من جدول أعلاه الذي يوضح قياس الفقرة للخاصية نلاحظ أن كل المحكمين وافقوا على فقرات البعد الأول الصحة النفسية بنسبة 100% مما يعني أن هذه الفقرات التي تقيس الصحة النفسية قابلة للقياس بشكل دقيق أي كانت مفهومة وملائمة للهدف المقصود منها، كما نجد أن نسبة الموافقة على البعد الثاني الإنجاز الأكاديمي كانت نسبة الموافقة عليه

100%مما يعني أن الفقرات المتعلقة بالإنجاز الأكاديمي قادرة على قياس الإنجاز الأكاديمي بشكل دقيق وفعال وفقا لما هو مقصود من المقياس، أيضا نجد أن فقرات البعد الثالث العلاقات الأكاديمية كانت نسبة الموافقة عليها 100% والذي يشير إلى أن الفقرات التي تقيس هذا البعد كانت مفهومة و قادرة على قياس بعد العلاقات الأكاديمية بشكل دقيق.

ب. صدق الاتساق الداخلي:

بغرض التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس الرفاهية الأكاديمية تم تطبيق معامل ارتباط بيرسون لتحديد مدى ارتباط كل بعد مع الدرجة الكلية للأداة، وكذلك ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للبعد وقد تم التوصل إلى النتائج التالية:

الجدول رقم (11) يبين قيم معامل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للأداة

البعد	معامل الارتباط	الدرجة الكلية
الصحة النفسية	0.820**	دال عند 0.01
الإنجاز الأكاديمي	0.430**	دال عند 0.01
العلاقات الأكاديمية	0.777**	دال عند 0.01

تظهر نتائج الجدول رقم (10) قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد المختلفة للمقياس والدرجة الكلية، والتي تم حسابها باستخدام **معامل ارتباط بيرسون**،كما هو موضح في الجدول تتفاوت معاملات الارتباط بين الأبعاد، ولكن جميعها دالة إحصائيا عند مستوى **دلالة (0.01) كما** وتراوحت قيم معامل ما بين (0.430) كأدنى ارتباط لبعد الإنجاز الأكاديمي و(0.820) كأعلى ارتباط لبعد الصحة النفسية.

أظهرت النتائج وجود علاقة قوية بين كل من الصحة النفسية (0.820) والعلاقات الأكاديمية (0.777) مع الدرجة الكلية للمقياس، بينما كانت العلاقة مع الإنجاز الأكاديمي (0.430) **متوسطة**، هذه النتائج تدعم صحة المقياس وتؤكد أنه مقياس موثوق لقياس الرفاهية الأكاديمية، ويمكن الاعتماد عليه في الدراسة الحالية.

الجدول رقم (12) يبين قيم معامل الارتباط بين فقرات بعد الصحة النفسية والدرجة الكلية للبعد

الفقرة	معامل الارتباط	الدرجة الكلية	الفقرة	معامل الارتباط	الدرجة الكلية
01	0.773**	دال عند 0.01	**06**	0.829**	دال عند 0.01
02	0.564**	دال عند 0.01	**07**	0.704**	دال عند 0.01
03	0.682**	دال عند 0.01	**08**	0.380*	دال عند 0.05
04	0.861**	دال عند 0.01	**09**	0.346*	دال عند 0.05
05	0.761**	دال عند 0.01			

توضح نتائج الجدول أعلاه العلاقة بين كل فقرة من فقرات بعد الصحة النفسية والدرجة الكلية لهذا البعد باستخدام **معامل ارتباط يرسون، حيث يتضح أن**كل الفقرات تظهر **دلالة إحصائية** عند مستوى 0.01 أو 0.05، مما يعني أن الارتباطات بين الفقرات والدرجة الكلية للبعد هي علاقات موثوقة تعكس حقيقة تأثير الفقرات على قياس هذا البعد.

كما أظهرت معظم الفقرات علاقات قوية مع الدرجة الكلية للبعد بمعاملات ارتباط عالية تتراوح بين (0.564)و (0.861)، مما يعكس أن هذه الفقرات تسهم بشكل كبير في قياس

الصحة النفسية ، و بشكل عام نتائج معاملات الارتباط تشير إلى صدق فقرات هذا البعد في قياس الصحة النفسية، حيث أن أغلب الفقرات تساهم بشكل ملحوظ في تحديد هذا البعد.

الجدول رقم (13) يبين قيم معامل الارتباط بين فقرات بعد الإنجاز الأكاديمي والدرجة الكلية للبعد

الفقرة	معامل الارتباط	الدرجة الكلية	الفقرة	معامل الارتباط	الدرجة الكلية
01	0.489**	دال عند 0.01	**06**	0.706**	دال عند 0.01
02	0.717**	دال عند 0.01	**07**	0.550**	دال عند 0.01
03	0.538**	دال عند 0.01	**08**	0.662**	دال عند 0.01
04	**0.013**	**غير دال**	**09**	0.481**	دال عند 0.01
05	0.581**	دال عند 0.01	**10**	0.644**	دال عند 0.01

يظهر الجدول أعلاه النتائج التي تم الحصول عليها من معاملات الارتباط بين فقرات بعد الإنجاز الأكاديمي والدرجة الكلية للبعد حيث نجد أن أغلب الفقرات كانت ذات **علاقات قوية ومتوسطة مع درجة البعد الكلية حيث** جاءت أغلبها دالة عند مستوى دلالة (0.01) كما وتراوحت قيم معامل ما بين (0.481) كأدنى ارتباط و(0.717) كأعلى ارتباط، بينما نجد فقرة واحدة ليست ذات دلالة إحصائية (الفقرة 04) جاءت غير دالة كما أن قيمة معامل ارتباطها قدرت بـ (0.013) لذا سيتم حذفها ليصبح بعد الإنجاز الأكاديمي يتكون في صورته النهائية من (09) فقرات.

كما نجد أن الفقرات 02، 06، 08، 10 أظهرت علاقات قوية مع الدرجة الكلية للبعد، ما يعني أنها تشكل جزءا كبيرا من المقياس في قياس الإنجاز الأكاديمي، بينما نجد أن **الفقرات** 01، 03، 05، 07، **09** أظهرت علاقات متوسطة إلى قوية، مما يعكس أنها تساهم بشكل ملحوظ في قياس هذا البعد، الفقرة04 أظهرت ارتباطا ضعيفا جدا مع الدرجة الكلية للبعد و جاءت غير دالة وبالتالي يجب حذفها.

الجدول رقم (14) يبين قيم معامل الارتباط بين فقرات بعد العلاقات الأكاديمية والدرجة الكلية للبعد

الفقرة	معامل الارتباط	الدرجة الكلية	الفقرة	معامل الارتباط	الدرجة الكلية
01	0.418**	دال عند 0.01	**06**	0.623**	دال عند 0.01
02	0.622*	دال عند 0.01	**07**	0.546**	دال عند 0.01
03	0.549**	دال عند 0.01	**08**	0.713**	دال عند 0.01
04	0.576**	دال عند 0.01	**09**	0.474**	دال عند 0.01
05	0.543**	دال عند 0.01	**10**	0.566**	دال عند 0.01

أظهرت نتائج المبينة في الجدول أعلاه التي تم الحصول عليها من معاملات الارتباط بين فقرات بعد العلاقات الأكاديمية والدرجة الكلية للبعد وجود **علاقات متفاوتة**، تتراوح بين **قوية ومتوسطة، كما جاءت** كلها دالة عند مستوى دلالة (0.01) كما وتراوحت قيم معامل ما بين (0.418) كأدنى ارتباط و(0.623) كأعلى ارتباط.

يتبين أيضا من خلال النتائج أن الفقرتين 08، 06 أظهرت علاقات قوية جدا مع الدرجة الكلية للبعد، مما يشير إلى أن هذه الفقرات لها تأثير كبير في قياس العلاقات الأكاديمية، بينما الفقرات 02، 03، 04، 05، 07، 10 أظهرت علاقات متوسطة إلى قوية مع الدرجة الكلية للبعد مما يعني أنها تساهم بدرجة ملحوظة في قياس العلاقات الأكاديمية، بينما الفقرة 01 أظهرت علاقة متوسطة مع الدرجة الكلية للبعد، مما يعني أنها قد تكون أقل تأثيرًا مقارنة بالفقرات الأخرى، ولكن لا تزال تساهم في قياس العلاقات الأكاديمية.

ج. صدق المقارنة الطرفية:

الجدول رقم (15) يبين الصدق التمييزي لمقياس المرونة العقلية

	حجم العينة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة u لمان وتني	الدلالة المعنوية	القرار
الفئة العليا	8	12.50	100	0.000	0.001	دال
الفئة الدنيا	8	4.50	36			

يتضح من خلال الجدول أن قيمة الدلالة المعنوية جاءت تساوي (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني أن مقياس الرفاهية الأكاديمية يتمتع بقدرة تمييزية.

2.4 الثبات:

فيما يخص الثبات فقد تم الاعتماد على ثبات بطريقة ألفا كورنباخ وهي إحدى أكثر الطرق استخداما لقياس الثبات في المقاييس النفسية والتربوية،وفيما يلي تفصيل لهذه الخطوة :

1.2.4 ثبات مقياس المرونة العقلية:

الجدول رقم (16) يبين نتيجة ثبات ألفا كورنباخ لمقياس المرونة العقلية

عدد الفقرات	معامل الثبات
22	0.833

بناء على هذه النتيجة المبينة في الجدول أعلاه لثبات مقياس المرونة العقلية باستخدام معامل ألفا كرونباخ وبالنظر لقيمة معامل الثبات البالغة (0.833)، يمكن القول أن**مقياس المرونة العقلية** يتمتع بثبات **قوي**، هذا يعزز من موثوقية المقياس وهو ما يجعله **مناسبًا للاستخدام في الدراسة الأساسية** بثقة عالية.

2.2.4 ثبات مقياس الرفاهية الأكاديمية:

الجدول رقم (17) يبين نتيجة ثبات ألفا كرونباخ لمقياس المرونة العقلية

عدد الفقرات	معامل الثبات
28	0.847

بناء على هذه النتيجة المبينة في الجدول أعلاه لثبات مقياس الرفاهية الأكاديمية باستخدام معامل ألفا كرونباخ وبالنظر لقيمة معامل الثبات البالغة (0.847)، يمكن القول أن**مقياس الرفاهية الأكاديمية** يتمتع بثبات **قوي**، هذا يعزز من موثوقية المقياس وهو ما يجعله **مناسبا للاستخدام في الدراسة الأساسية** بثقة عالية.

ثانيا: الدراسة الأساسية:

تمهيد :بعد الانتهاء من الدراسة الاستطلاعية تطرقت الباحثة إلى إجراء الدراسة الأساسية من خلال تفريغ نتائج الاختبار وإدخالها في البرنامج الإحصائي بإجراء العمليات الحسابية من اجل التحقق من صحة الفرضية أو عدمها بواسطة منهج الدراسة وعينت الدراسة وإجراءات التطبيق والأساليب الإحصائية .

1. **منهج الدراسة**:يعد اختيار المنهج المناسب خطوة أساسية لضمان دقة البحث وبما أن موضوع الدراسة الحالية يتمثل في"المرونة العقلية وعلاقتها بالرفاهية الأكاديمية

لدى الطالب الجامعي"فقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي باعتباره الأنسب والأكثر ملائمة للموضوع.

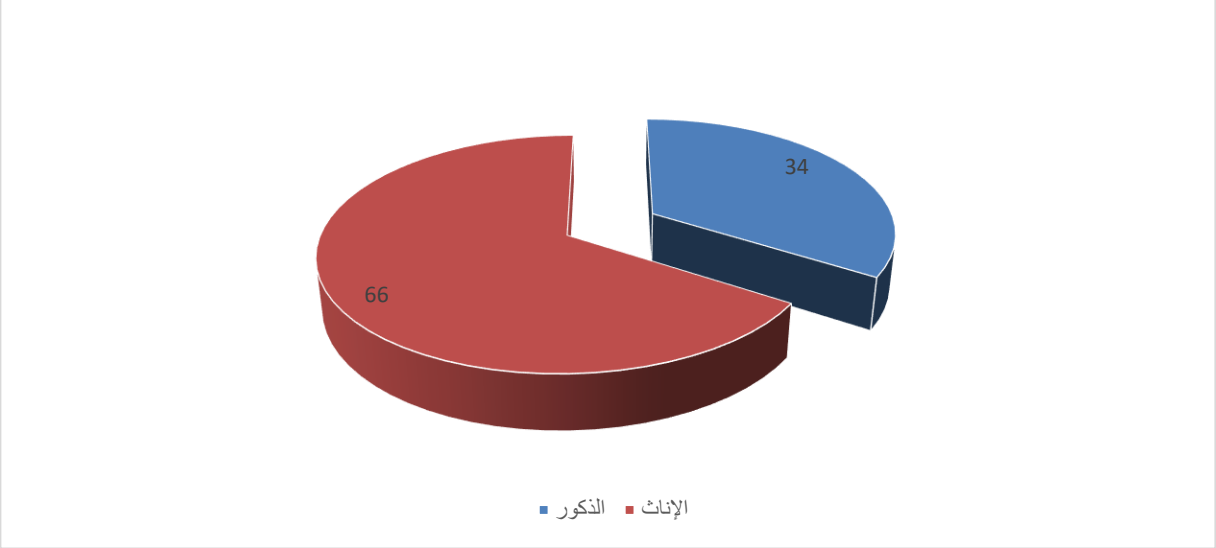
2. عينة الدراسة الأساسية:

شملت عينة الدراسة الأساسية (110) طالب وطالبة بجامعة الدكتور مولاي الطاهر بسعيدة تم اختيارهم بطريقة عشوائية لضمان تمثيل متنوع للطلاب الجامعيين في العينة، مما يساهم في توفير نتائج أكثر دقة وموثوقية، يتوزعون كما يلي:

الجدول رقم (18) يبين توزيع أفراد العينة من حيث الجنس

	التكرار	النسبة المئوية
الذكور	37	%34
الإناث	73	%66
المجموع	110	%100

يُظهر الجدول توزيع أفراد العينة المكونة من 110 طالبًا وطالبة من حيث الجنس، حيث نجد بأن الإناث يشكلون نسبة 66% من العينة أي أن (73) من العينة هم من الإناث وهي الفئة الغالبة، في حين نجد أن الذكور ويشكلون ما نسبته66% من العينة أي أن (73) من المشاركين هم من الذكور.

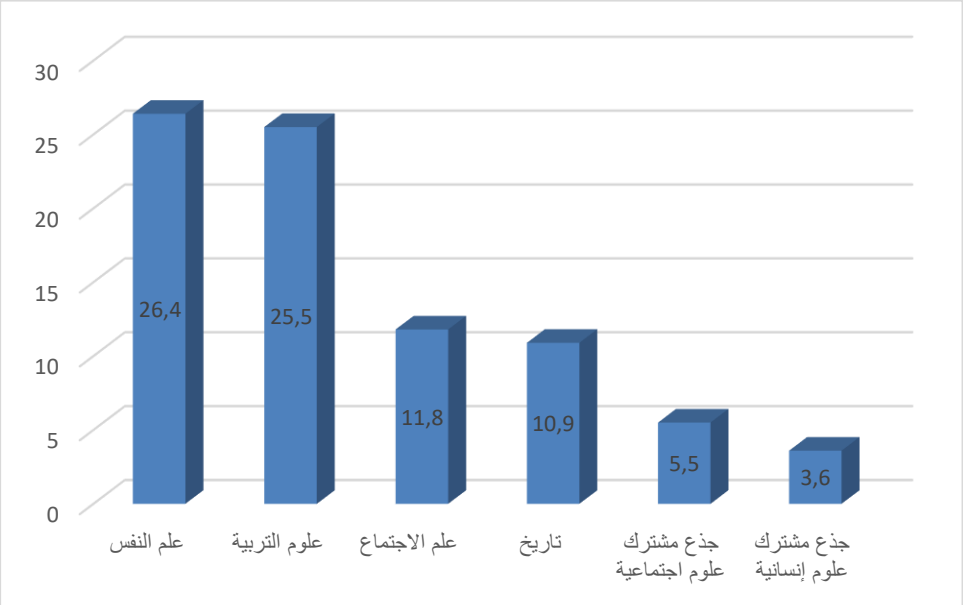


الشكل رقم (03) يبين توزيع أفراد العينة من حيث الجنس

الجدول رقم (19) يبين توزيع أفراد العينة من حيث التخصص

التخصص	التكرار	النسبة المئوية
علم النفس	29	%26.4
علوم التربية	28	%25.5
علم الاجتماع	13	%11.8
تاريخ	12	%10.9
المجموع	110	%100

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن غالبة أفراد العينة هم من تخصص علم النفس حيث بلغ عددهم (29) بنسبة (26.4%)، يليهم طلبة علوم التربية بعددهم البالغ (28) وبنسبة (25.5%)، ونجد أن عدد طلبة علم الاجتماع بلغ (13) بنسبة (11.8%)، ثم طلبة تاريخ (12) طلبة بنسبة (10.9%)، يليهم طلبة جذع مشترك علوم اجتماعية (6) طلبة والذين يمثلون ما نسبته (5.5%)، وأقل عدد نجده لطلبة جذع مشترك علوم إنسانية حيث بلغ عددهم (4) طلبة بنسبة (3.6%)



الشكل رقم (19) يبين توزيع أفراد العينة من حيث التخصص

3. إجراءات التطبيق:

بغرض جمع البيانات بشكل دقيق تم توزيع مقاييس الدراسة الحالية خلال السنة الجامعية 2025/2024عن طريق مجموع من الخطوات، فبعد التحقق من صلاحية مقياس المرونة العقلية ومقياس الرفاهية الأكاديمية، تم توزعهم على عينة مكونة من (110) طالب وطالبة الذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، ثم بعد استكمال الإجابات، تم مراجعة الاستبيانات للتأكد من عدم وجود إجابات غير مكتملة قد تؤثر على دقة التحليل، بعدها تمت تحليل البيانات باستعمال برنامج التحليل الإحصائيSPSS في نسخته (26) لاستخراج النتائج المتعلقة بالتحقق من صحة الفرضيات.

وصف المقاييس المستخدمة في الدراسة في صورتهم النهائية:

1-مقياس المرونة العقلية: تكون المقياس في صورته الأولية على (26) فقرة و بعد حساب الخصائص السيكومترية له تم تعديله و ذلك بحذف الفقرات الغير دالة عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.05 و 0.01) و هي كالتالي (01-09-12-26) و أصبح المقياس يتكون في صورته النهائية من (22) فقرة ، مع الاحتفاظ بالبدائل و درجات تصحيحها.

2-مقياس الرفاهية الأكاديمية:تكون المقياس في صورته الأولية من (29) فقرة موزعة على ثلاث أبعاد رئيسية و هي: البعد الأول –الصحة النفسية يتكون من 9 فقرات
البعد الثاني–الانجاز الأكاديمي يتكون من 10 فقرات ، و البعد الثالث –العلاقات الأكاديمية يتكون من (10) فقرات و أصبح المقياس يتكون في صورته النهائية من (22) فقرة بحيث حذفت الفقرة (04) في بعد الانجاز الأكاديمي .

4.الأساليب الإحصائية:

لتحليل البيانات المتعلقة بالدراسة الحالية تم استخدام مجموعة من **الأساليب الإحصائية** وهي:

- التكرارات.
- النسبة المئوية.
- معامل ارتباط بيرسون.
- معامل ثبات ألفا كرونباخ.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي عينتين مستقلتين.
- تحليل التباين الثنائي MANOVA.

خلاصة:

تطرقت في هذا الفصل الى الإجراءات المنهجية والتطبيقية للدراسة بما فيها الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية والتي تم التطرق فيها الى الهدف من هذه الدراسة وكذلك عينة الدراسة والمنهج المستخدم، والخصائص السيكومترية وأدوات جمع البيانات حول مقياس

المرونة العقلية والرفاهية الاكاديمية في صورتهم النهائية من خلال معالجتهما بواسطة الأساليب الإحصائية.

الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات المقترحة.

تمهيد:

اولا: عرض نتائج الدراسة:

1.1.عرض نتيجة الفرضية العامة.

2.1.عرض نتيجة الفرضية الفرعية الأولى.

3.1.عرض نتيجة الفرضية الفرعية الثانية.

4.1.عرض نتيجة الفرضية الفرعية الثالثة.

5.1.عرض نتيجة الفرضية الفرعية الرابعة.

6.1. عرض نتيجة الفرضية الفرعية الخامسة.

ثانيا: مناقشة نتائج الدراسة:

1.1.مناقشة نتيجة الفرضية العامة.

2.1. مناقشة نتيجة الفرضية الفرعية الأولى.

3.1.مناقشة نتيجة الفرضية الفرعية الثانية.

4.1. مناقشة نتيجة الفرضية الفرعية الثالثة.

تمهيد:

بعد الانتهاء من الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية، تطرقت الطالبة الى عرض النتائج الفرضيات ثم مناقشة هذه الفرضيات في مدى موافقة ومعارضة نتائج الدراسة السابقة والاطر النظرية مع نتائج الدراسة الحالية.

عرض نتائج الدراسة:

1. عرض نتيجة الفرضية العامة:

نصت على انه: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي.

الجدول رقم (20) يوضح العلاقة بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية

	العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة
المرونة العقلية–الرفاهية الأكاديمية	110	0.492**	0.000	دالعند 0.01

من خلال نتائج الجدول أعلاه يظهر أن قيمة معامل الارتباط بيرسون (R)بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي بلغ (0.492)، وهي قيمة مقبولة تدل على وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01)، وعليه فإنه يمكن القول إن الفرضية القائلة توجد علاقة ارتباطية بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي تحققت.

2. عرض نتائج الفرضيات الجزئية:

1.2 عرض نتيجة الفرضية الجزئية الأولى:

توجد فروق في المرونة العقلية ذات دلالة إحصائية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير التخصص

الجدول (21)يبيننتائج اختبار تحليل التبيان الثنائي Manovaللفروق في المرونة العقلية حسب التخصص

	مجموع الرتب	درجة الحرية	متوسط الرتب	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الثابت	466809,920	1	466809,920	3637,232	,000
التخصص	119,320	6	19,887	,155	,988
الخطأ	13219,235	103	128,342		
المجموع	751831,000	110			
المجموع المصحح	13338,555	109			

تظهر لنا معطيات الجدول أن قيمة "ف" لتحليل التباين الثنائي قدرت بـ (0.155) كما جاءت قيمة مستوى المعنوية (0.988) وهي أكبر من (0.05) مما يعني أنه لا يوجد فروق في المرونة العقلية تعزى لمتغير التخصص

2.2 عرض نتيجة الفرضية الجزئية الثانية:

توجد فروق في المرونة العقلية ذات دلالة إحصائية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير الجنس

الجدول رقم (22) يوضح اختبار "ت" للفروق في المرونة العقلية باختلاف الجنس

	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	الدلالة المعنوية	مستوى الدلالة
ذكر	37	82.59	12.196	108	1.121	0.265	0.05
أنثى	73	81.10	10.429				

يتبين لنا من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي للطلبة الذكور بلغ (82.59) بانحراف (12.196) بينما متوسط الطالبات الإناث فقد بلغ (81.10) بانحراف (10.429)، كما جاءت قيمة اختبار "ت" تساوي (1.121) عند دلالة معنوية مقدرة بـ (0.265) وهي غير دالة إحصائيا لأنها أكبر من (0.05) وبالتالي يمكن القول أنه لا توجد فروق في المرونة العقلية تعزى لمتغير الجنس

3.2 عرض نتيجة الفرضية الجزئية الثالثة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص

الجدول (23) نتائج اختبار تحليل التبيان الثنائي Manova للفروق في الرفاهية الأكاديمية حسب التخصص

	مجموع الرتب	درجة الحرية	متوسط الرتب	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
النموذج المصحح	1008,116[a]	6	168,019	,788	,582
الثابت	757606,201	1	757606,201	3551,212	,000
التخصص	1008,116	6	168,019	,788	,582
الخطأ	21973,747	103	213,337		
المجموع	1228393,000	110			
المجموع المصحح	22981,864	109			

تظهر لنا معطيات الجدول أن قيمة "ف" لتحليل التباين الثنائي قدرت بـ (0.788) كما جاءت قيمة مستوى المعنوية (0.582) وهي أكبر من (0.05) مما يعني أنه لا يوجد فروق في الرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص

4.2 عرض نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس

الجدول رقم (24) يوضح اختبار "ت" للفروق في الرفاهية باختلاف الجنس

	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	الدلالة المعنوية	مستوى الدلالة
ذكر	37	107.16	12.325	108	1.279	0.204	0.05
أنثى	73	103.42	15.442				

يتبين لنا من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي للطلبة الذكور بلغ (107.16) بانحراف (12.325) بينما متوسط الطالبات الإناث فقد بلغ (103.42) بانحراف (15.442)، كما جاءت قيمة اختبار "ت" تساوي (1.279) عند دلالة معنوية مقدرة بـ (0.204) وهي غير دالة إحصائيا لأنها أكبر من (0.05) وبالتالي يمكن القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس

5.2 عرض نتيجة الفرضية الجزئية الخامسة:

درجة المرونة العقلية عند الطلاب مرتفعة

بما أن السلم المعتمد في الدراسة هو سلم خماسي فإنه توجد أربعة مسافات بين كل درجة وأخرى، وتم تحديد طول الفترة من خلال قسمة أعلى بديل على عدد المسافات (5/4) فتحصلنا على مسافة تساوي 0.80.

الجدول رقم (25) يوضح حساب المتوسطات المرجحة

المتوسط المرجح	الدرجة
من 1 إلى 1.79	توجد بدرجة قليلة جدا
من 1.80 إلى 2.59	توجد بدرجة قليلة
من 2.60 إلى 3.39	توجد بدرجة متوسطة
من3.40 إلى 4.19	توجد بدرجة كبيرة
من 4.20 إلى 5	توجد بدرجة كبيرة جدا

الجدول رقم (26) يبين نتيجة مستوى المرونة العقلية لدى الطالب الجامعي

رقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
01	أحاول الوصول إلى حلول المشكلة حتى لو بدت كأنها مستحيلة	3,88	1,060	توجد بدرجة كبيرة
02	يمكنني تغيير طريقة تفكيري حول المشكلة التي تواجهن	3,92	0,978	توجد بدرجة كبيرة
03	أعمل على إعادة ترتيب المشكلة لأصل إلى حلها	3,86	1,109	توجد بدرجة كبيرة

04	أحاول التعايش مع المواقف التي تواجهني لكي أتمكن من حلها	3,97	1,195	توجد بدرجة كبيرة
05	تحليل المشكلة إلى عناصر بسيطة يسهم في إنتاج أفكار متنوعة لحلها	3,76	1,075	توجد بدرجة كبيرة
06	الحوارات حول موقف ما تجعلني أكثر قدرة على إنتاج الأفكار المتنوعة	4,24	0,942	توجد بدرجة كبيرة جدا
07	أوظف مهاراتي الشخصية التي تتناسب مع المشكلات التي تواجهني للوصول للحل	4,01	1,027	توجد بدرجة كبيرة
08	أستطيع التعامل مع الظروف الطارئة التي تواجهني في مواقف مختلفة	3,54	1,211	توجد بدرجة كبيرة
09	تكرار الأنماط السلوكية في مهاراتي الحياتية تسهم في تنوع أفكاري وحداثتها	3,55	1,135	توجد بدرجة كبيرة
10	أستطيع التوقف عن الاستمرار في حل مشكلة ما وأتكيف مع الحلول المقترحة الجديدة	3,56	1,245	توجد بدرجة كبيرة
11	أسعى لإنتاج أكبر قدر من الأفكار المتنوعة حول أي مشكلة تواجهني	3,71	1,087	توجد بدرجة كبيرة

12	أهتم بالأفكار المتنوعة حتى لو كانت غريبة حول المشكلة التي تواجهني	3,69	1,141	توجد بدرجة كبيرة
13	يمكنني تطويع الفكرة لكي تتناسب مع الموقف الذي يواجهني	3,69	1,025	توجد بدرجة كبيرة
14	أسمع لأفكاري بالخروج من الإطارات المحددة أثناء مواجهتي للمشكلة	3,62	1,347	توجد بدرجة كبيرة
15	يمكنني الانتقال بين الأفكار طالما يفيدني ذلك في مواجهة موقف ما	3,76	1,219	توجد بدرجة كبيرة
16	استخدام الأفكار غير التقليدية في مواجهة مشكلة ما طالما يسهم ذلك في حلها	3,58	1,259	توجد بدرجة كبيرة
17	لدي قناعة أن تنوع أفكاري يعد تميزا	3,94	1,287	توجد بدرجة كبيرة
18	أفضل تغير اتجاهاتي نحو موضوع ما إذا التغير يؤدي إلى نتائج إيجابية	3,85	1,159	توجد بدرجة كبيرة
19	أفضل تكرار محاولاتي لحل المشكلة مهما كلفني ذلك من وقت وجهد	3,70	1,305	توجد بدرجة كبيرة
20	استخدمي لأكثر من فكرة في مواجهة موقف ما يدفعني	3,70	1,225	توجد بدرجة كبيرة

	لمواجهة مواقف أخرى			
21	تكراري في تنوع أفكاري حول المواقف التي تواجهني من الجمود الفكري	3,50	1,252	توجد بدرجة كبيرة
22	أسعى أن أتبع أكبر قدر من الأفكار حول موضوع ما عند مشاركة زملائي	3,85	1,137	توجد بدرجة كبيرة
	المرونة العقلية	**3.72**	**0.502**	**توجد بدرجة كبير**

توضح نتائج الجدول أعلاه المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات الطلبة حول المرونة العقلية حيث يتبين أن الفقرة رقم (06) كانت تشير لدرجة موافقة كبيرة جدا وهذا ما أكدته قيمة متوسطها الحسابي البالغة (4.24) وهي تقع ضمن الفئة الخامسة من فئات المتوسط المرجح والذي يشير لدرجة كبيرة جدا، أما الفقرات المتبقية فكلها كانت تشير لدرجة كبيرة بقيم متوسط متراوحة ما بين (3.54) و(4.01) وهي فئات متوسطات تقع ضمن الفئة الرابعة من فئات المتوسط المرجح والذي يشير لدرجة كبيرة.

بينما جاء المتوسط الحسابي المرجح لمقياس يشير لدرجة كبيرة المرونة العقلية حيث بلغ (3.72) وهو متوسط يقع ضمن الفئة الرابعة من المتوسط المرجح والدال على درجة كبيرة.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة:

عبرت النتيجة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي، حيث يمكن تفسير هذه النتيجة بان المرونة العقلية هي التي تؤدي إلى الرفاهية الأكاديمية، فكلما زادت المرونة العقلية عند الطلاب كلما زاد عندهم لرفاه الأكاديمي والدافعية للتعلم، وهذا يتماشى مع الأطر النظرية التي تفيد بأن الأفراد القادرين على التكيف العقلي بشكل أفضل يتعاملون مع الضغوط الأكاديمية بصورة أكثر فعالية، مما يساهم في تعزيز رفاهيتهم النفسية والدراسية.

وهذا ما اتفقت معه دراسة **(أمل أنور عبدالعزيز، 2022)**: والتي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا وموجبة عند مستوى **(0.01)** وكذلك دراسة حسام الدين أبو الحسن **2022**أكدت على وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين اليقظة العقلية والمرونة المعرفية وجودة الحياة الأكاديمية والتي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا في بعد اليقظة العقلية (الإبعاد والدرجة الكلية للمتغير) ،وكذلك دراسة زينا كاظم ناصر وآخرون وأشارت هذه الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين المرونة العقلية لدى معلمات رياض الأطفال المتزوجات وغير المتزوجات.

وبالتالي تشير كل هذه الدراسات إلى وجود علاقة بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية بحيث المرونة العقلية تؤثر بشكل كبير على الرفاهية الأكاديمية وهي التي تساعد الطالب على التكيف والاندماج مع الجماعة في الوسط الجامعي، حيث بلغ **(0.492)**، وهي قيمة مقبولة تدل على وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة**(0,01)**.

مناقشة نتائج الفرضيات الجزئية:

1/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى: التي أشارت نتائجها إلى عدم وجود فروق في المرونة العقلية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير التخصص

ويمكن تفسير هذه النتيجة المتحصل عليها بأنه لا توجد فروق دالة إحصائيا باعتبار المرونة العقلية مفهوم ايجابي للرفاهية الأكاديمية وقد يعزى ذلك إلى أن المرونة العقلية تعتبر سمة لا تتأثر بشكل كبير بمجال التخصص الأكاديمي، وأن الفرد هو الذي يستطيع آن يختار التخصص الذي يناسبه ويبدي كل قدراته وميولا ته اتجاه التخصص، بمعنى أن المرونة العقلية لا تأثر على الرفاهية الأكاديمية في التخصص عند الطلاب، وقد أظهرت النتائج أن قيمة "ف" لتحليل التباين الثنائي قدرت بـ **(0.155)** في حين جاء تمست و قيمة الدلالة المعنوية**(0.988)** وهي أكبر من **(0.05)**. مما يعني انه لا يوجد فروق في المرونة العقلية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير التخصص ، ومن بين الدراسات التي أسفرت على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة العقلية تعزى لمتغير التخصص من بينها دراسة(**محمد علي محمد بن الحسن2017**) والتي كانت نتائجها على النحو الآتي:-

يوجد مستوى مرتفع من المرونة العقلية لدى طلاب الجامعة أم القرى(مستوى المرونة التكيفية لديهم أعلى من مستوى المرونة التلقائية).- يوجد مستوى مرتفع من التفكير ما وراء المعرفي لدى طلاب جامعه ام القرى، مستوى معالجة المعرفة أعلى من معرفه المعرفة وتنظيم المعرفة في المرتب والأخيرة.- عدم وجود فروق في مستوى المرونة العقلية لدى طلاب جامعه أم القرى تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

وكذلك دراسة أمل أنور عبد العزيز 2022 التي كشفت النتائج إلى وجود فروق ترجع إلى النوع (ذكور إناث) آو التخصص (علمي، أدبي) وتفاعلاتهما في الرشاقة المعرفية، ويمكن أن نستنتج في الأخير انه لا توجد فروق في التخصص وفق المتغيرات

2/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية: والتي أشارت نتائجها إلى" عدم وجود فروق في المرونة العقلية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير الجنس. "

وهذا راجع إلى إن كل من الذكور والإناث لديهم مستوى واحد من الرفاهية الأكاديمية .بحيث أظهرت النتيجة أن المتوسط الحسابي للطلبة الذكور بلغ (82.59) بانحراف (12.196) بينما متوسط الطالبات الإناث فقد بلغ (81.10) بانحراف (10.429)، كما جاءت قيمة اختبار "ت" تساوي (1.121) عند دلالة معنوية مقدرة بـ (0.265) وهي غير دالة إحصائيا لأنها أكبر من (0.05). فعدم وجود فروق بين الجنسين متوقع لأننا نتحدث عن التركيبة الفيزيولوجية بين الذكور والإناث بل عن الرفاهية الأكاديمية التي يمكن أن يشارك فيها كلا من الجنسين وهذا يتماشى ويتفق مع دراسة كوثر ألتيجاني، عبد الفتاح آبي ميلود(2024):

حيث توصلت إلى نتيجة عدم وجود فروق داله إحصائيا في المرونة العقلية تعزى لمتغير الجنس لدى عينة من الدراسة، وكذلك اتفقت دراسة أوديشو أسي (2023): حيث توصلت نتيجتها إلى عدم وجود فروق في المرونة العقلية تعزى لمتغيرات (المحافظة–الجامعة–العمر). وبناءا على ذلك تتوافق النتائج الحالية مع معظم الدراسات السابقة، مما يشير إلى أن المرونة العقلية لا تتأثر بشكل دال إحصائيّا بمتغير الجنس. وقد يكون سبب هذا النمط المعرفي يتشكل من خلال الخبرات والتحديات الشخصية بدل من أن يكون ناتجا عن اختلافات بيولوجية آو اجتماعيه بين الجنسين.

3/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة: والتي أشارت نتائجها إلى "عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية للرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص".

وهذا راجع إلى أن قيمة "ف" لتحليل التباين الأحادي قدرت بـ (0.788) في حين جاءت قيمة مستوى الدلالة تساوي (0.582) وهي أكبر من (0.05). وهذا راجع إلى أسباب شخصية تتعلق بالطالب مثل البيئة الجامعية، أساليب التدريس، الدعم النفسي والأكاديمي التي قد يكون لها الأثر الأكبر. وأظهرت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة في الرفاهية الأكاديمية بناءا على التخصص. وهو ما يتوافق مع نتائج دراسة أمل أنور عبد العزيز(2022): والتي أظهرت نتائجها إلى أن هناك فروق دالة إحصائيا في الرفاهية الأكاديمية وفقا للتخصص أو التفاعل بين كلا من (النوع والتخصص) في الرفاهية الأكاديمية. واتفقت كذلك دراسة سهام خليفة (2021): والتي أسفرت نتائجها إلى عدم

اختلاف الرفاهية الأكاديمية وسمة ما وراء المزاج باختلاف الفرقة الدراسية. وهذا يدل على أن التخصص الأكاديمي قد لا يكون محددا رئيسيا للرفاهية الأكاديمية.

4/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة: التي أشارت نتائجها إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الأكاديمية تعزى لمتغير الجنس".

بحيث تشير النتائج إلى أن الذكور والإناث لا يختلفون في مستوى الرفاهية الأكاديمية بشكل دال إحصائيّا رغم الفارق الطفيف في المتوسطات لصالح الذكور. وتشير الدلالة الإحصائية أن المتوسط الحسابي للطلبة الذكور بلغ (107.16) بانحراف (12.325) بينما متوسط الطالبات الإناث فقد بلغ (103.42) بانحراف (15.442)، كما جاءت قيمة اختبار "ت" تساوي (1.279) عند دلالة معنوية مقدرة بـ (0.204) وهي غير دالة إحصائيا لأنها أكبر من (0.05). وقد يفسر هذا التباين الطفيف إلى أن الجنس ليس عاملا حاسما في تحديد الرفاهية الأكاديمية، بل قد تكون المتغيرات الأكثر مرتبطة بالضغوط النفسية أو بالسياق الثقافي والاقتصادي. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة عمار حمامة (2020): والتي كانت نتائجها: عدم وجود فروق بين الأساتذة في تقديرهم لمستوى جوده مخرجات التعليم العالي بالجامعة تبعا لمتغيرات كل من الجنس الرتبة الأكاديمية. واتفقت نتيجة دراسة أمل أنور عبد العزيز (2022): إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا ترجع إلى النوع (الذكور وإناث) أو التخصص (علمي–أدبي) وتفاعلاتهما في الرشاقة المعرفية. بمعنى أن الرفاهية الأكاديمية لا تأثر بشكل كبير على الجنس

5/ عرضومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة: –والتي أشارت نتيجتها إلى "درجة المرونة العقلية عند الطلاب مرتفعة"

والتي تشير النتائج إلى أن الطلبة يتمتعون بمستوى مرتفع من المرونة العقلية، مما يعكس قدرتهم على التكيف والانسجام مع المواقف الدراسية. وتشير النتائج الإحصائية بأن المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات الطلبة حول أبعاد المرونة العقلية والدرجة الكلية حيث يتضح أن متوسطات الأبعاد تراوحت ما بين (3.66) لبعد المرونة التلقائية و(3.73) لبعد المرنة التكيفية وهي تقع ضمن الفئة الرابعة التي تشير إلى توجد بدرجة كبيرة، كما وقد جاء المتوسط الحسابي المرجح للمرونة العقلية ككل يشير لوجود درجة كبيرة لاستجابات حيث بلغ (3.72) وهو متوسط يقع ضمن الفئة الرابعة أيضا. وهذا دليل على أن طلبة الجامعة يمتلكون مستويات جيدة في المرونة العقلية وهذا مؤشر إيجابي باعتبارهم أن لديهم قدرات تفكير عالية. وتتفق هذه الدراسة مع دراسة محمد علي محمد بن الحسن (2017) والتي كانت نتيجته غالى وجود مستوى مرتفع من المرونة العقلية لدى طلاب جامعه آم القرى (مستوى المرونة التكيفية لديهم أعلى من مستوى المرونة التلقائية). دراسة كوثر التجاني، عبد الفتاح أبي ميلود (2024) التي اتفقت على أن المرونة العقلية الأكثر استخداما عن الدراسة جاءت المرتبة الأولى التلقائية أما الثانية فاتت المرونة التكيفية، وهنا الطالب يتلقى المعلومات تلقائيا ليستجيب الدماغ إلى تلك الاستجابات ذلك من خلال التكيف والانسجام مع المواقف الدراسية.

خـــــاتمة

في الأخير نستنتج أن المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية وجهان لعملة واحدة ويكملان بعضهما البعض، حيث تعتبر المرونة العقلية من المهارات النفسية التي تساعد الطلبة على التعامل مع الضغوط والمواقف الصعبة التي يمر فيها أثناء فترة الدراسة، وهذا ما ينعكس بشكل ايجابي على الطلبة وعلى شعورهم بالرضا والسعادة والصحة النفسي داخل البيئة الأكاديمية، بحيث الطلاب الذين كون لديهم مرونة عقلية عالية يكون اقل تجاوزا ويحسون برفاهية أكثر وأكثر. لهذا فلهذا نستنتج أن المرونة والرفاهية الأكاديمية لهما علاقة وثيقة جدا. واستندت الطالبة في دراستها الحالية على جانبين النظري والتطبيقي لتحقيق الأهداف والتي تحدد إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي بجامعة الدكتور مولاي الطاهر–سعيدة–، وكذا معرفة ما إذا كان هناك فروق في المرونة العقلية والرفاهية تعزى لمتغيري الجنس والتخصص وفي الأخير تم الإجابة على السؤال العام للدراسة واثبات الفرضيات الجزئية ووضع تفسيرات في ضوء النتائج. بحث تم الكشف على انه هناك علاقة ارتباطيه بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية بحيث بدون المرونة العقلية لا يكتمل الرفاهة الأكاديمي بشكل صحيح.

اقتراحـــات وتوصيـات

في ضوء الدراسة الحالية أوصي كطالبة بما يلي:

- ضرورة تفعيل دور الإرشاد الأكاديمي والنفسي داخل الجامعات لتقديم الدعم المناسب للطلبة.
- توفير بيئة تعليمية للطلبة داعمة ومحفزة تساعد على تنمية الإيجابي لدى الطلبة، من خلال تعزيز ثقتهم بنفسهم مما تنعكس إيجابا على رفاهيتهم الأكاديمية.
- العمل على تنمية المرونة العقلية لدى الطلبة من خلال تصميم برامج إرشادية تدريسية، تساعدهم على تعزيز مهارات التكيف الإيجابي مما يسهل في تحسين مستوى رفاهيتهم الأكاديمية
- الاهتمام بقياس مؤشرات الرفاهية الأكاديمية بشكل دوري من قبل الجهات المختصة داخل الجامعة بهدف تحديد الاتجاهات النفسية التي تعزز من قدراتهم المعرفية.
- يجب خلق روح مبادرة في نفوس الطلبة و القيام بأنشطة ثقافية تعزز من رفاهيتهم الأكاديمية.

قائمة المصادر والمراجع

1. أحمد عبد الحليم عبد العزيز النحال، أ. د. سيف الدين يوسف عبدون، أ. د. عادل عبد المعطي الأبيض، (2022)، العدالة العقلية وعلاقتها بالرفاهية الأكاديمية لدى عينة من طلاب، جامعة الأزهر، مجلة التربية، العدد 196، الجزء 05.

2. أحمد عبد الهادي ضيف كشار، (2022)،الدور الوسيط للدافعية الأكاديمية الذاتية في العلاقة بين الرفاهية النفسية والعمود الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية، جامعة الطائف، ص 435–486، مجلة بحوث ودراسات نفسية، مج 18، ع 3.

3. أمل أنور عبد العزيز، (2022)،الرشاقة المعرفية وعلاقتها بالرفاهية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، جامعة المنيا، مجلة كلية التربية، العدد 132، جزء 2.

4. د. عبد محمد عبد الرحمن مسعود، (2023)، أثر التدريب على ما وراء الذاكرة في المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى عينة من طلاب كلية التربية، جامعة الأزهر، المجلد 89.

5. د. حسام الدين أبو الحسن حسن علي، (2022)، اليقظة العقلية والمرونة المعرفية وعلاقتها بجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، جامعة جنوب الوادي ،مجلة كلية الآداب بقنا (دورية أكاديمية علمية محكمة)، العدد (57).

6. د. دامي السيد خليفة، (2023)، نموذجة العلاقات بين العقلية الأكاديمية والذكاء العملي والمرونة المعرفية والأداء الأكاديمي لدى الملتحقين بجامعة حلوان من التعليم الفني ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، العدد 119، المجلد 33 .

7. د. داليا محمد همام محمد، (2024)، نموذجة العلاقات السببية بين الرشاقة المعرفية والتجول العقلي والرفاهية الأكاديمية لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة بني سويف، مجلة بحوث ودراسات الطفولة، كلية التربية للطفولة المبكرة (12)6.

8.د. سمر توفيق عبد الله وهبه، (2023)، الفضول المعرفي وعلاقته بدافعية الإتقان والرفاهية الأكاديمية لدى عينة من طلاب الجامعة، جامعة–الأزهر–، مجلة الإرشاد النفسي، كلية الدراسات الإنسانية.

9.د. سهام خليفة، (2021)، الرفاهية الأكاديمية وعلاقتها بسمة ما وراء المزاج لدى طالبات الجامعة، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد22، العدد السادس.

10. د. صلاح شريف عبد الوهاب، (2021)، المرونة العقلية بكل من منظور زمن المستقبل وأهداف الإنجاز لدى هيئة التدريس، مجلة البحوث التربية النوعية، جامعة المنصورة، عدد خاص (20).

11. د. لفا محمد العتبى، (2014)، تصميم مقياس جودة الحياة الأكاديمية لطلاب الجامعة، مجلة القراءة والمعرفة، مصر، مجلد ع 148 ص 241– 280.

12. د. يوسف محمد شبلي، د. وسام حمدي القصبي، د. صالحة أحمد حسن امحديش، 2020)،النموذج البنائي للعلاقات المتبادلة بين الرفاهية الأكاديمية وكل من: الكمالية والعمود الأكاديميين والتحصيل لدى طلبة الجامعة، جامعة الملك خالد، المجلة التربوية، العدد 74.

13. د. يوسف محمد شلبي، د. وسام حمدي القصبي، د. صالحة أحمد حسن امحديش، 2020)، الإسهام النسبي لكل من: –الصمود والاحتراق الأكاديمي في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، جامعة الملك، المجلد77، العدد الأول.

14. د. يوسف محمد يوسف عيد، (2023)، مستوى جودة الحياة الأكاديمية وعلاقتها بالأمن النفسي بين طلبة الجامعة المتفوقين وغير المتفوقين دراسيا، جامعة الملك خالد، مجلة الإرشاد النفسي والتربية الخاصة المشارك، العدد 74، جزء 3.

15. د، ميار محمد محمد علي، (2020)،المرونة العقلية وعلاقتها بكل من السعادة النفسية واتخاذ القرار لدى معلمة الروضة، العدد14، كلية التربية للطفولة المبكرة إدارة البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية)

16. زينا كاظم ناصر، لينا عاقل حدادا، أسيد إسماعيل محمد، (2024)، المرونة العقلية لدى معلمات الرياض، شباط، مجلة كلية التربية الأساسية.

17. زينب محمد أمين محمد،(2016)، تقنين مقياس المرونة العقلية لدى طلاب الجامعة، كلية التربية بأسوان، العدد 27.

18. عمار حمامة،(2020)، جودة الحياة الأكاديمية وعلاقتها بجودة مخرجات التعليم العالي لدى عينة من أساتذة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الوادي، مجلة العلوم النفسية والتربوية، 8 10.

19. غادة مؤيد شهاب،(2018)، تأثير أسلوب التعليم المتمركز حول المشكلة وفق المرونة العقلية (التلقائية– التكيفية) في تعلم مهارة القفزة العربية على جهاز بساط الحركات الحركية، جامعة بغداد، مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد 30، العدد 3.

20. كوثر تجاني، عبد الفتاح أبي ميلود2، (2024)، العبء المعرفي وعلاقته بالمرونة العقلية لدى طلبة سنة أولى بجامعة حمة لخضر بالوادي، جامعة الجزائر (2)، جامعة ورقلة الجزائر، مجلة العلوم النفسية والتربوية ،610.

21. محمد علي محمد بن حسن،(2017)، المرونة العقلية وعلاقتها بالتفكير ما وراء المعرفي لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى، كلية التربية.

22. محمد محمود بني يونس، سعود بن محمد الشمري، أحمد عبد الله الزعارير، (2016)، المرونة العقلية والاجتماعية وعلاقتها بالتقبل البن شخصي لدى طلاب جامعة تبوك،دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية،المجلد 43،ملحق 01.

23. المطري، علي سعيد سليم و العذوبي، خالد بن حميد بن سالم والسعدية، صالحة بنت جمعة وأديونو،(2024)،العدالة الأكاديمية لهيئة التدريس وعلاقتها بالاندماج الجامعي لدى طلبة جامعة الشرقية بسلطنة عمان ،المجلة العربية للتربية النوعية، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مصر مج8،ع(32)، 289-328، المجلة العربية للتربية والتوعية.

24. هالة خير ستاري إسماعيل، (2017)، المرونة النفسية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية (دراسة تنبؤية)، جامعة جنوب الوادي، مجلة الإرشاد النفسي، العدد 5،جزء 1.

قائمة الملاحق

ملحق رقم (01) أداة الدراسة أثناء التحكيم

جامعة الدكتور مولاي طاهر
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
شعبة علوم التربية
تخصص إرشاد وتوجيه

بيانات خاصة بالمحكم
المحكم:
التخصص
الدرجة العلمية:

استبيان تحكيمي
في إطار التحضير مذكرة الماستر ب "المرونة العقلية وعلاقتها بالرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي" لذا أرجو منكم أساتذتي الكرام الإجابة على المطالب التحكمية المرفقة بوضع علامة(X)في خانة المناسبة
شكرا على تعاونكم
إليك أستاذي (تي) الكريم:
الخاصية المقاصة: المرونة العقلية وعلاقتها بالرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي
التساؤل العام: هل توجد علاقة ارتباطية بين المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي؟
التساؤلات الفرعية:
هل هناك علاقة ارتباطية(موجبة) دالة إحصائية بين المرونة العقلية و الرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي؟
هل توجد فروق في المرونة العقلية ذات دلالة إحصائية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير الجنس؟

هل توجد فروق في المرونة العقلية ذات دلالة إحصائية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير التخصص؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في للرفاهية أكاديمية تعزى لمتغير الجنس ؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في للرفاهية أكاديمية تعزى لمتغير التخصص ؟

ما درجة المرونة العقلية عند أفراد العينة ؟

المطالب التحكمية :

- التعليمات
- مدى وضوح الصياغة اللغوية للفقرات

- مدى كفاية البدائل و ملائمتها

➢ التعليمات

أستاذي الفاضل , أستاذتي الأفاضل : فيما يلي مجموعة من العبارات منك أن تقرأها بتمعن و تكون الإجابة بوضع علامة (X)في خانة المناسبة مع العلم انه لا توجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة و أن إجابتك سوف تستغل لغرض البحث العلمي و فقط و شكرا جزيلا على تعاونكم مع فائق الاحترام و التقدير .

1. تحكيم مدى وضوح العبارات و التعليمات:

	واضحة	غير واضحة
الصياغة اللغوية		

2. البيانات الشخصية :

الجنس :

ذكر ☐ أنثى ☐

التخصص :

	كافية	غير كافية
البيانات الشخصية		

3. مدى وضوح الصياغة اللغوية للفقرات و ملائمتها

الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	صياغة اللغوية	
			واضحة	غير واضحة
مقياس المرونة العقلية				

	العبارات	واضحة	غير واضحة	تقيس	لا تقيس	التعديل
01	اسعي لفهم مكونات المشكلة لأصل إلى حلها					
02	أحاول الوصول إلى حلول المشكلة حتى لو بدت كأنها مستحيلة					
03	يمكنني تغير طريقة تفكيري حول المشكلة التي تواجهن					
04	أعمل على إعادة ترتيب المشكلة لأصل إلى حلها					
05	أحاول التعايش مع المواقف التي تواجهني لكي أتمكن من حلها					

06	تحليل المشكلة إلى عناصر بسيطة يسهم في إنتاج أفكار متنوعة لحلها					
07	الحوارات حول موقف ما تجعلني أكثر قدرة على إنتاج الأفكار المتنوعة					
08	أوظف مهاراتي الشخصية التي تتناسب مع المشكلات التي تواجهني للوصول للحل					
09	أسعى لتكوين ارتباطات بين أفكاري تجاه موقف ما وأنماط سلوكي					
10	أستطيع التعامل مع الظروف الطارئة التي تواجهني في مواقف المختلفة					
11	تكرار الأنماط السلوكية في مهاراتي الحياتية تسهم في تنوع أفكاري وحداثتها					
12	الفرد الذي يتمسك برأيه تجاه موقف ما يعد جامدا فكريا					
13	أستطيع توقف عن الاستمرار في حل مشكلة ما و أتكيف مع الحلول المقترحة الجديدة					
14	أسعى لإنتاج أكبر قدر من الأفكار المتنوعة حول أي مشكلة تواجهني					
15	أهتم بالأفكار المتنوعة حتى لو كانت غريبة حول المشكلة التي تواجهني					
16	يمكنني تطويع الفكرة لكي تتناسب مع الموقف الذي يواجهني					
17	أسمع لأفكاري بالخروج من الإطارات المحددة أثناء مواجهتي للمشكلة					
18	يمكنني الانتقال بين الأفكار طالما يفيدني ذلك في مواجهة موقف ما					
19	استخدام الأفكار غير التقليدية في مواجهة مشكلة ما طالما يسهم ذلك في حلها					
20	لدي قناعة أن تنوع أفكاري يعد تميزا					
21	أفضل تغير اتجاهاتي نحو موضوع ما إذا التغير يؤدي إلى نتائج إيجابية					
22	أفضل تكرار محاولاتي لحل المشكلة مهما كلفني ذلك من وقت وجهد					
23	استخدمي لأكثر من فكرة في مواجهة موقف ما يدفعني لمواجهة مواقف أخرى					
24	تكراري في تنويع أفكاري حول المواقف التي تواجهني من الجمود الفكري					
25	أسعى أن أتبع أكبر قدر من الأفكار حول موضوع ما عند مشاركة زملائي					
26	أكون جامدا و غير مكترث إذا تقيدت بأفكاري					

			صياغة اللغوية

الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	واضحة	غير واضحة

البعد الأول : الصحة النفسية						
	الفقرات	واضحة	غير واضحة	تقيس	لا تقيس	التعديل
01	أشعر بالحماس و الدفعية أثناء الدراسة					
02	أوجه صعوبة في تعامل مع ضغوط الدراسة					
03	أستطيع إدارة وقتي بشكل جيد لتحقيق أهدفي دراسية					
04	أشعر بالارتياح النفسي عندما أتواجد في بيئة مدرسية					
05	لدي ثقة كبير في اكتسابي للمعرفة من طرف الأساتذة الذي يدارسونني					
06	المعرفة التي أكتسبها من المواقف التعليمة جعلتني قادرا على اتخاذ قرارات بشكل جيد أثناء توجدي في دراسة					
07	أشعر بالثقة في كفاءتي الشخصية في التحصيل و الإنجاز					
08	لدي القدرة على تحقيق طموحاتي وفقا لقدرتي الدراسية					
09	أشعر بالسعادة و رضا عن حياة أثناء توجدي في جامعة					

الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	صياغة اللغوية	
			واضحة	غير واضحة

البعد الثاني : الإنجاز الأكاديمي						
	الفقرات	واضحة	غير واضحة	تقيس	لا تقيس	التعديل
01	أشعر بالرضا عن مستوي الأكاديمي					
02	أضع خططا واضحة لتحقيق أهدافي الدراسية					
03	أشعر بالإنجاز عند إتمام المهام الدراسية المطلوبة مني					
04	أوجه صعوبة في تركيز أثناء المذكرة					
05	أعتقد أنني أحقق تقدما في دراستي مقارنة بالأهداف التي وضعتها لنفسي					
06	أحرص على تحسين مهارتي الأكاديمية باستمرار مثل: قراءة ,كتابة , تحليل					
07	أستطيع استنتاج معلومات جديدة من خلال خبراتي الأكاديمية					

08	أومن بأهمية مصادر الحديثة بالحصول على معارف الأكاديمية					
09	أشعر بأهمية التخطيط لمستقبلي الأكاديمي					
10	أشعر بالفخر بإنجازاتي الأكاديمية					

الفقرات	ملائمة	غير ملائمة	صياغة اللغوية	
			واضحة	غير واضحة

البعد الثالث : العلاقات الأكاديمية

	الفقرات	واضحة	غير واضحة	تقيس	لا تقيس	التعديل
01	أشعر بأن لدي دعما أكاديميا من أصدقائي و زملائي في الدراسة					
02	أشارك في الأنشطة الأكاديمية الجماعية المرتبطة بالدراسة					
03	أساعد زملائي عند اتخاذ قراراتهم في المواقف التعليمية المختلفة					
04	أشعر بالسعادة أثناء العمل الجماعي الأكاديمي					
05	أنا راض على علاقتي مع أساتذتي					
06	عندما أكون في موقف تعليمي يحفزني على الابتكار					
07	أستطيع بناء علاقات إيجابية مع زملائي في دراسة					
08	أشعر إنني أستطيع الاعتماد على أساتذتي في تقديم الدعم العاطفي و الأكاديمي خلال الدراسة					
09	أشارك في مجموعات دراسية تساعدني على فهم المواد بشكل أفضل					
10	أتمتع بعلاقات إيجابية مع أعضاء هيئة التدريس					

- ❖ تحكيم مدى الصياغة اللغوية وانتمائها للأبعاد
- ❖ تحكيم مدى كفاية الأبعاد

المرونة العقلية		
ملاحظات التعديل	مدى الكفاية	
	غير كافية	كافية

الرفاهية الأكاديمية		
ملاحظات التعديل	مدى الكفاية	المجال
	غير كافية	كافية	الأبعاد
			البعد الصحة النفسية
			البعد الإنجاز الأكاديمي
			البعد العلاقات الأكاديمية

❖ تحكيم مدى كفاية البدائل و ملائمتها

البدائل	كافية	غير كافية	ملائمة	غير ملائمة
دائما غالبا أحيانا نادرا أبدا موافق جدا موافق غير متأكد غير موافق غير موافق جدا				

الجـــمـــهـــوريـــــــــة الجـــزائـــريـــة
الديمـــقـــراطـيـــة الـشـــعـــبـيـــة
وزارة التـــــعـــلـيـــم العـــــالي والبـــحث العـــلـــمـــي
جـــــامعة سعيدة – د. الطاهر مولاي –
كـــلية الـــعلـــوم الإنســـانية و الاجتمـــاعية
قســـم :علـــوم اجتمـــاعية
شعبـــة :علـــوم تربيـــة
تخصـص :إرشـــاد و توجيـــه

اســـتبيـــان

أعزائي الطلبة : الســـلام عليـــكم ورحمـــة الله و بركـــاته

في إطار إنجاز بحث علمي لتحضير مذكرة تخرج الماستر تخصص إرشاد وتوجيه الموسومة ب "المرونة العقلية وعلاقتها بالرفاهية الأكادمية لدى الطالب الجامعي " أدعوكم للإجابة على عبارات هذه الإستبانة علما أنه لاتوجد إجابات صحيحة و أخرى خاطئة و إنما لكل فرد حالته الخاصة التي يعبر عنها بوضوح علامة (X) في خانة التي تنطبق على حالته و أن إجابتك سوف تنشغل لغرض البحث العلمي و فقط وشـكرا جزيلا على تعـــاونكم مع فائـــق الإحتـــرام و التقـــدير

البيـــانات الشـخصـــية:

الجنـــس :

ذكـــر ☐ انثـــى ☐

التخـــصـص :

الفقـــــرات:

	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	أحاول الوصول إلى حلول المشكلة حتى لو بدت كأنها مستحيلة	5	4	3	2	1
02	يمكنني تغير طريقة تفكيري حول المشكلة التي تواجهن	5	4	3	2	1
03	أعمل على إعادة ترتيب المشكلة لأصل إلى حلها	5	4	3	2	1
04	أحاول التعايش مع المواقف التي تواجهني لكي أتمكن من حلها	5	4	3	2	1
05	تحليل المشكلة إلى عناصر بسيطة يسهم في إنتاج أفكار متنوعة لحلها	5	4	3	2	1

06	الحوارات حول موقف ما تجعلني أكثر قدرة على إنتاج الأفكار المتنوعة	5	4	3	2	1
07	أوظف مهاراتي الشخصية التي تتناسب مع المشكلات التي تواجهني للوصول للحل	5	4	3	2	1
08	أستطيع التعامل مع الظروف الطارئة التي تواجهني في مواقف المختلفة	5	4	3	2	1
09	تكرار الأنماط السلوكية في مهاراتي الحياتية تسهم في تنوع أفكاري وحداثتها	5	4	3	2	1
10	أستطيع توقف عن الاستمرار في حل مشكلة ما و أتكيف مع الحلول المقترحة الجديدة	5	4	3	2	1
11	أسعى لإنتاج أكبر قدر من الأفكار المتنوعة حول أي مشكلة تواجهني	5	4	3	2	1
12	أهتم بالأفكار المتنوعة حتى لو كانت غريبة حول المشكلة التي تواجهني	5	4	3	2	1
13	يمكنني تطويع الفكرة لكي تتناسب مع الموقف الذي يواجهني	5	4	3	2	1
14	أسمع لأفكاري بالخروج من الإطارات المحددة أثناء مواجهتي للمشكلة	5	4	3	2	1
15	يمكنني الانتقال بين الأفكار طالما يفيدني ذلك في مواجهة موقف ما	5	4	3	2	1
16	استخدام الأفكار غير التقليدية في مواجهة مشكلة ما طالما يسهم ذلك في حلها	5	4	3	2	1
17	لدي قناعة أن تنوع أفكاري يعد تميزا	5	4	3	2	1
18	أفضل تغير اتجاهاتي نحو موضوع ما إذا التغير يؤدي إلى نتائج إيجابية	5	4	3	2	1
19	أفضل تكرار محاولاتي لحل المشكلة مهما كلفني ذلك من وقت وجهد	5	4	3	2	1
20	استخدمي لأكثر من فكرة في مواجهة موقف ما يدفعني لمواجهة مواقف أخرى	5	4	3	2	1
21	تكراري في تنويع أفكاري حول المواقف التي تواجهني من الجمود الفكري	5	4	3	2	1
22	أسعى أن أتبع أكبر قدر من الأفكار حول موضوع ما عند مشاركة زملائي	5	4	3	2	1

الجـــمـــهـــوريـــــــــة الجـزائـريـــة
الديمـــقـراطيـــة الـشـــعـبـيـــة
وزارة التـــعـــلـيـــم العـــالي والبـــحث العـلـــمـــي
جـــامعة سعيدة – د. الطاهر مولاي –
كـلية الـعـلـــوم الإنسانية و الاجتمـاعية
قســـم :علـــوم اجتمـــاعية
شعبـــة :علـــوم تربيـــة
تخصـص :إرشـــاد و توجيـــه

اســـــتبيـــان

أعزائي الطلبة : الســـــلام عليـــكم ورحمـــــة الله و بركـــاته

في إطار إنجاز بحث علمي لتحضير مذكرة تخرج الماستر تخصص إرشاد وتوجيه الموسومة ب "المرونة العقلية وعلاقتها بالرفاهية الأكاديمية لدى الطالب الجامعي " أدعوكم للإجابة على عبارات هذه الإستبانة علما أنه لاتوجد إجابات صحيحة و أخرى خاطئة و إنما لكل فرد حالته الخاصة التي يعبر عنها بوضوح علامة (X) في خانة التي تنطبق على حالته و أن إجابتك سوف تنشغل لغرض البحث العلمي و فقط وشـكرا جزيلا على تعـــــاونكم مع فائـــق الإحتـــرام و التقـــــدير

البيـــانات الشـخصـــــية:

الجنـــــــس :

ذكـــــــــر ☐ انثـــــــى ☐

التخـــصـص :

الفقـــــــرات:

البعد الأول : الصحة النفسية						
	الفقرات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	أشعر بالحماس و الدفعية أثناء الدراسة	5	4	3	2	1
02	أوجه صعوبة في تعامل مع ضغوط الدراسة	5	4	3	2	1
03	أستطيع إدارة وقتي بشكل جيد لتحقيق أهدافي دراسية	5	4	3	2	1
04	أشعر بالارتياح النفسي عندما أتواجد في بيئة مدرسية	5	4	3	2	1
05	لدي ثقة كبير في اكتسابي للمعرفة من طرف الأساتذة الذي يدارسونني	5	4	3	2	1
06	المعرفة التي أكتسبها من المواقف التعليمة جعلتني قادرا على اتخاذ قرارات بشكل جيد أثناء توجدي في دراسة	5	4	3	2	1
07	أشعر بالثقة في كفاءتي الشخصية في التحصيل و الإنجاز	5	4	3	2	1

08	لدي القدرة على تحقيق طموحاتي وفقا لقدراتي الدراسية	5	4	3	2	1
09	أشعر بالسعادة و رضا عن حياة أثناء توجدي في جامعة	5	4	3	2	1
البعد الثاني : الإنجاز الأكاديمي						
	الفقرات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	أشعر بالرضا عن مستوي الأكاديمي	5	4	3	2	1
02	أضع خططا واضحة لتحقيق أهدافي الدراسية	5	4	3	2	1
03	أشعر بالإنجاز عند إتمام المهام الدراسية المطلوبة مني	5	4	3	2	1
04	أعتقد أنني أحقق تقدما في دراستي مقارنة بالأهداف التي وضعتها لنفسي	5	4	3	2	1
05	أحرص على تحسين مهارتي الأكاديمية باستمرار مثل: قراءة ,كتابة , تحليل	5	4	3	2	1
06	أستطيع استنتاج معلومات جديدة من خلال خبراتي الأكاديمية	5	4	3	2	1
07	أومن بأهمية مصادر الحديثة بالحصول على معارف الأكاديمية	5	4	3	2	1
08	أشعر بأهمية التخطيط لمستقبلي الأكاديمي	5	4	3	2	1
09	أشعر بالفخر بإنجازاتي الأكاديمية	5	4	3	2	1
البعد الثالث : العلاقات الأكاديمية						
	الفقرات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	أشعر بأن لدي دعما أكاديميا من أصدقائي و زملائي في الدراسة	5	4	3	2	1
02	أشارك في الأنشطة الأكاديمية الجماعية المرتبطة بالدراسة	5	4	3	2	1
03	أساعد زملائي عند اتخاذ قراراتهم في المواقف التعليمية المختلفة	5	4	3	2	1
04	أشعر بالسعادة أثناء العمل الجماعي الأكاديمي	5	4	3	2	1
05	أنا راض على علاقتي مع أساتذتي	5	4	3	2	1
06	عندما أكون في موقف تعليمي يحفزني على الابتكار	5	4	3	2	1
07	أستطيع بناء علاقات إيجابية مع زملائي في دراسة	5	4	3	2	1
08	أشعر إنني أستطيع الاعتماد على أساتذتي في تقديم الدعم العاطفي و الأكاديمي خلال الدراسة	5	4	3	2	1
09	أشارك في مجموعات دراسية تساعدني على فهم المواد بشكل أفضل	5	4	3	2	1
10	أتمتع بعلاقات إيجابية مع أعضاء هيئة التدريس	5	4	3	2	1

ملحق (02) أداة الدراسة في صورتها النهائية

Corrélations

		الأكاديمية.الرفاهيمة	النفسية.الصحة	الأكاديمي.الإنجاز	الاكاديمية.العلاقات
الأكاديمية.الرفاهيمة	Corrélation de Pearson	1	,820**	,430**	,777**
	Sig. (bilatérale)		,000	,006	,000
	N	40	40	40	40
النفسية.الصحة	Corrélation de Pearson	,820**	1	,058	,505**
	Sig. (bilatérale)	,000		,720	,001
	N	40	40	40	40
الأكاديمي.الإنجاز	Corrélation de Pearson	,430**	,058	1	,016
	Sig. (bilatérale)	,006	,720		,921
	N	40	40	40	40
الاكاديمية.العلاقات	Corrélation de Pearson	,777**	,505**	,016	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,001	,921	
	N	40	40	40	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		الأكاديمية.الرفاهيمة	النفسية.الصحة	الأكاديمي.الإنجاز	الاكاديمية.العلاقات
الأكاديمية.الرفاهيمة	Corrélation de Pearson	1	,820**	,430**	,777**
	Sig. (bilatérale)		,000	,006	,000
	N	40	40	40	40
النفسية.الصحة	Corrélation de Pearson	,820**	1	,058	,505**
	Sig. (bilatérale)	,000		,720	,001
	N	40	40	40	40
الأكاديمي.الإنجاز	Corrélation de Pearson	,430**	,058	1	,016
	Sig. (bilatérale)	,006	,720		,921
	N	40	40	40	40
الاكاديمية.العلاقات	Corrélation de Pearson	,777**	,505**	,016	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,001	,921	
	N	40	40	40	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		الأكاديمية.الرفاهيمة	النفسية.الصحة	الأكاديمي.الإنجاز	الاكاديمية.العلاقات
الأكاديمية.الرفاهيمة	Corrélation de Pearson	1	,820**	,430**	,777**
	Sig. (bilatérale)		,000	,006	,000
	N	40	40	40	40
النفسية.الصحة	Corrélation de Pearson	,820**	1	,058	,505**
	Sig. (bilatérale)	,000		,720	,001
	N	40	40	40	40
الأكاديمي.الإنجاز	Corrélation de Pearson	,430**	,058	1	,016
	Sig. (bilatérale)	,006	,720		,921
	N	40	40	40	40
الاكاديمية.العلاقات	Corrélation de Pearson	,777**	,505**	,016	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,001	,921	
	N	40	40	40	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		الأكاديمية.الرفاهيمة	النفسية.الصحة	الأكاديمي.الإنجاز	الاكاديمية.العلاقات
الأكاديمية.الرفاهيمة	Corrélation de Pearson	1	,820**	,430**	,777**
	Sig. (bilatérale)		,000	,006	,000
	N	40	40	40	40
النفسية.الصحة	Corrélation de Pearson	,820**	1	,058	,505**
	Sig. (bilatérale)	,000		,720	,001
	N	40	40	40	40
الأكاديمي.الإنجاز	Corrélation de Pearson	,430**	,058	1	,016
	Sig. (bilatérale)	,006	,720		,921
	N	40	40	40	40
الاكاديمية.العلاقات	Corrélation de Pearson	,777**	,505**	,016	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,001	,921	
	N	40	40	40	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		الأكاديمية.الرفاهيمة	النفسية.الصحة	الأكاديمي.الإنجاز	الاكاديمية.العلاقات
الأكاديمية.الرفاهيمة	Corrélation de Pearson	1	,820**	,430**	,777**
	Sig. (bilatérale)		,000	,006	,000
	N	40	40	40	40
النفسية.الصحة	Corrélation de Pearson	,820**	1	,058	,505**
	Sig. (bilatérale)	,000		,720	,001
	N	40	40	40	40
الأكاديمي.الإنجاز	Corrélation de Pearson	,430**	,058	1	,016
	Sig. (bilatérale)	,006	,720		,921
	N	40	40	40	40
الاكاديمية.العلاقات	Corrélation de Pearson	,777**	,505**	,016	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,001	,921	
	N	40	40	40	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		الأكاديمية.الرفاهيمة	النفسية.الصحة	الأكاديمي.الإنجاز	الاكاديمية.العلاقات
الأكاديمية.الرفاهيمة	Corrélation de Pearson	1	,820**	,430**	,777**
	Sig. (bilatérale)		,000	,006	,000
	N	40	40	40	40
النفسية.الصحة	Corrélation de Pearson	,820**	1	,058	,505**
	Sig. (bilatérale)	,000		,720	,001
	N	40	40	40	40
الأكاديمي.الإنجاز	Corrélation de Pearson	,430**	,058	1	,016
	Sig. (bilatérale)	,006	,720		,921
	N	40	40	40	40
الاكاديمية.العلاقات	Corrélation de Pearson	,777**	,505**	,016	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,001	,921	
	N	40	40	40	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		النفسية.الصحة
النفسية.الصحة	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	40
a1	Corrélation de Pearson	,773**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
a2	Corrélation de Pearson	,564**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
a3	Corrélation de Pearson	,682**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
a4	Corrélation de Pearson	,861**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
a5	Corrélation de Pearson	,761**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
a6	Corrélation de Pearson	,829**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
a7	Corrélation de Pearson	,704**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	39
a8	Corrélation de Pearson	,380*
	Sig. (bilatérale)	,015
	N	40
a9	Corrélation de Pearson	,346*
	Sig. (bilatérale)	,029
	N	40

Corrélations

		الأكاديمي.الإنجاز
الأكاديمي.الإنجاز	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	40
b1	Corrélation de Pearson	,489**
	Sig. (bilatérale)	,001
	N	40
b2	Corrélation de Pearson	,717**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	39
b3	Corrélation de Pearson	,538**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
b4	Corrélation de Pearson	-,013
	Sig. (bilatérale)	,938
	N	40
b5	Corrélation de Pearson	,581**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
b6	Corrélation de Pearson	,706**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
b7	Corrélation de Pearson	,550**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
b8	Corrélation de Pearson	,662**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
b9	Corrélation de Pearson	,481**
	Sig. (bilatérale)	,002
	N	40
b10	Corrélation de Pearson	,644**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40

Corrélations

		الاكاديمية.العلاقات
الاكاديمية.العلاقات	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	40
c1	Corrélation de Pearson	,418**
	Sig. (bilatérale)	,007
	N	40
c2	Corrélation de Pearson	,622**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
c3	Corrélation de Pearson	,549**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
c4	Corrélation de Pearson	,576**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
c5	Corrélation de Pearson	,543**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
c6	Corrélation de Pearson	,623**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
c7	Corrélation de Pearson	,546**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
c8	Corrélation de Pearson	,713**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
c9	Corrélation de Pearson	,747**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
c10	Corrélation de Pearson	,566**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40

Rangs

	groupe	N	Rang moyen :	Somme des rangs
المرونة.العقلية	عليا	8	10,94	87,50
	دنيا	8	6,06	48,50
	Total	16		

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombred'éléments
,847	28

Tests statistiques[a]

	المرونة.العقلية
U de Mann-Whitney	12,500
W de Wilcoxon	48,500
Z	-2,055
Sig. asymptotique (bilatérale)	,040
Sig. exacte [2*(sig. unilatérale)]	,038[b]

a. Variable de regroupement : groupe

b. Non corrigé pour les ex aequo.

Rangs

	groupe	N	Rang moyen :	Somme des rangs
الرفاهيمة.الأكاديمية	عليا	8	12,50	100,00
	دنيا	8	4,50	36,00
	Total	16		

Tests statistiques[a]

الرفاهيمة.الأكاديمية

U de Mann-Whitney	,000
W de Wilcoxon	36,000
Z	-3,363
Sig. asymptotique (bilatérale)	,001
Sig. exacte [2*(sig. unilatérale)]	,000[b]

a. Variable de regroupement : groupe

b. Non corrigé pour les ex aequo.

Corrélations

		العقلية_المرونة	الأكاديمية_الرفاهية
العقلية_المرونة	Corrélation de Pearson	1	,492**
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	110	110
الأكاديمية_الرفاهية	Corrélation de Pearson	,492**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	110	110

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Facteursintersujets

		Libellé de valeur	N
التخصص	1	علم النفس	29
	2	علوم التربية	28
	3	علم الاجتماع	13
	4	تاريخ	12
	5	إعلام واتصال	18
	6	جذع مشترك علوم اجتماعية	6
	7	جذع مشترك علوم انسانية	4

Tests des effetsintersujets

Variable dépendante: المرونة_العقلية

Source	Somme des carrés de type III	ddl	Carrémoyen	F	Signification
Modèlecorrigé	119,320[a]	6	19,887	,155	,988
Constante	466809,920	1	466809,920	3637,232	,000
التخصص	119,320	6	19,887	,155	,988
Erreur	13219,235	103	128,342		
Total	751831,000	110			
Total corrigé	13338,555	109			

a. R-deux = ,009 (R-deux ajusté = -,049)

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenneerreur standard
العقلية_المرونة	ذكر	37	83,59	12,196	2,005
	أنثى	73	81,10	10,429	1,221

Test des échantillonsindépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différenc emoyenn e	Différenc eerreur standard	Inférieur	Supérieur
المرونة_العقلية	Hypothèse de variances égales	2,393	,125	1,121	108	,265	2,499	2,230	-1,921	6,919
	Hypothèse de variances inégales			1,064	63,280	,291	2,499	2,347	-2,192	7,189

Facteursintersujets

		Libellé de valeur	N
التخصص	1	علم النفس	29
	2	علوم التربية	28
	3	علم الاجتماع	13
	4	تاريخ	12
	5	إعلام واتصال	18
	6	جذع مشترك علوم اجتماعية	6
	7	جذع مشترك علوم انسانية	4

Tests des effetsintersujets

Variable dépendante: الرفاهية_الأكاديمية

Source	Somme des carrés de type III	ddl	Carrémoyen	F	Signification
Modèlecorrigé	1008,116[a]	6	168,019	,788	,582
Constante	757606,201	1	757606,201	3551,212	,000
التخصص	1008,116	6	168,019	,788	,582
Erreur	21973,747	103	213,337		
Total	1228393,000	110			
Total corrigé	22981,864	109			

a. R-deux = ,044 (R-deux ajusté = -,012)

Statistiques de groupe

Statistiques descriptives

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenneerreur standard
الأكاديمية_الرفاهية	ذكر	37	107,16	12,325	2,026
	أنثى	73	103,42	15,442	1,807

Test des échantillonsindépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différencemoyenne	Différenceerreur standard	Inférieur	Supérieur
الرفاهية_الأكاديمية	Hypothèse de variances égales	3,058	,083	1,279	108	,204	3,738	2,922	-2,054	9,529
	Hypothèse de variances inégales			1,376	88,167	,172	3,738	2,715	-1,658	9,133

	N	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type
a1	109	1	5	3,88	1,060
a2	110	2	5	3,92	,978
a3	109	0	5	3,86	1,109
a4	108	0	5	3,97	1,195
a5	110	1	5	3,76	1,075
a6	109	1	5	4,24	,942
a7	110	1	5	4,01	1,027
a8	108	0	5	3,54	1,211
a9	107	0	5	3,55	1,135
a10	110	1	5	3,56	1,245
a11	110	0	5	3,71	1,087
a12	108	1	5	3,69	1,141
a13	109	1	5	3,69	1,025
a14	105	0	5	3,62	1,347
a15	110	0	5	3,76	1,219
a16	110	1	5	3,58	1,259
a17	107	1	5	3,94	1,287
a18	110	1	5	3,85	1,159

a19	107	0	5	3,70	1,305
a20	108	0	5	3,70	1,225
a21	109	0	5	3,50	1,252
a22	109	1	5	3,85	1,137
المرونة العقلية	110	48	105	81,94	11,062
N valide (liste)	87				

ملحق (03) مخرجات (spss) للدراسة اللأساسية