

فاعلية وحدة مقترحة في الثراء النفسى لتنمية المثابرة الأكاديمية لدى الطلاب المعلمين شعبة علم النفس

إعداد

أميرة محمود محمد صميده

مدرس مساعد بقسم المناهج وطرق التدريس
كلية التربية - جامعة الفيوم

أ.م.د/عبير شفيق محمد

أ.د/آمال جمعة عبد الفتاح

أستاذ المناهج وطرق تدريس علم النفس المساعد
كلية التربية بنات القاهرة- جامعة الأزهر

أستاذ المناهج وطرق تدريس الفلسفة وعلم الاجتماع
ووكيل كلية التربية لشنون البيئة وتنمية المجتمع
جامعة الفيوم

أ.م.د/عبد الله إبراهيم يوسف

أستاذ المناهج وطرق تدريس الفلسفة وعلم الاجتماع المساعد
كلية التربية-جامعة الفيوم

المستخلص:

هدف البحث الحالي إلى التعرف على فاعلية وحدة مقترحة في الثراء النفسى فى تنمية المثابرة الأكاديمية لدى الطلاب المعلمين شعبة علم النفس وللوصول لهذا الهدف تم إعداد قائمة بموضوعات الثراء النفسى ، وكتاب الطالب المعلم ودليل معلم ومقياس المثابرة الأكاديمية في البحث الحالي، وتكونت عينة البحث من (32) طالبًا وطالبة ، واستخدم التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة (تطبيق قبلى وبعدي)، وتم تطبيق أساليب المعالجة الإحصائية المناسبة باستخدام برنامج (SPSS-V.23) ، وتوصلت نتائج البحث إلى : فاعلية الوحدة المقترحة في الثراء النفسى فى تنمية المثابرة الأكاديمية لدى الطلاب المعلمين شعبة علم النفس.

الكلمات المفتاحية: الثراء النفسى، المثابرة الأكاديمية ، شعبة علم النفس.

The Effectiveness of a Proposed Unit in Psychological Wealth in Developing Academic Perseverance among Student Teachers, Psychology Section

ABSTRACT

The current research aimed at identifying the effectiveness of a proposed unit in psychological wealth in developing academic perseverance among student teachers at the Psychology section. To reach this goal, a list of psychological wealth topics, the student book, the teacher's guide and the measure of academic perseverance in the current research were prepared. The research sample consisted of (32) male and female students, and the one-group experimental design (before and after application) was used, and the appropriate statistical treatment methods were applied using the SPSS-V program (23). The results of the research revealed the effectiveness of the proposed unit in psychological wealth in developing psychology section students' academic perseverance.

Keywords: psychological wealth, academic perseverance, Psychology Section.

مقدمة البحث :

يتميز العصر الحالى بالتطور الهائل والمذهل في مجالات متعددة وخاصة مجال المعرفة، لذا فإن هذا التطور يتطلب منا في ضوء ذلك مواكبة التغير في مجالات علم النفس المتعددة خاصة فى مجال المناهج وطرق تدريسها من أجل أن تواكب التغير المنشود وفي مواجهة تحديات هذا القرن. ونظراً لأن علم النفس مرتبط بحياة المتعلمين ارتباطاً مباشراً، فقد ركز القائمين علي العملية التربوية بزيادة الأهتمام بمناهج علم النفس حيث يوجد توجه لدى القائمين علي المناهج بأن تقوم تلك المناهج بإكساب المتعلمين لمادة علم النفس بطريقة وظيفية تمكنهم من تطبيق علم النفس في مجالات الحياة.

ويعد الثراء النفسى واحدا من أهم القضايا التى تسهم فى تحقيق تطور مثمر وإيجابى فى شخصية الفرد ، حيث تنعكس جوانب هذا التطور على جميع مناحى حياته بالنجاح. إذ يعكس الثراء النفسى خبرة الحياة المتجددة والهادفة ذات المعنى والتى يشعر فيها الفرد بالرضا عن حياته، ويشارك فى الأنشطة البناءة ويؤمن بالمشاعر الإيجابية والأحاسيس الروحانية ، ويمارسها فالثراء الحقيقى لا يتعلق بالأمور المادية فحسب، بل يتعلق بالإتجاهات الإيجابية التى توجد داخل الفرد ذاته وهو القوة الدافعة لتحقيق أهدافه وطموحاته وجعله عضوا فعالا فى مجتمعه ومشارك كفاء قادر على خدمته وتطويره(إيمان حسنين محمد عصفور، 2016، 240)*.

فالثراء النفسى أساس الشعور بالسعادة. ومن مقومات الثروة النفسية أن يتمتع الإنسان بصحة نفسية وبدنية جيدة، وشعور بالرضا عن حياته، وأن تكون لديه حالة من الروحانية التى تدفعه للشعور بمعنى وقيمة الحياة التى يعيشها، وأن يمتلك علاقات اجتماعية ودودة ومتميزة، وأن يشارك بإيجابية فى الأنشطة المفيدة والجاذبة، وأن تصبح الابتسامة يومية فى حياته، وأن يصبح لديه من القيم والمثل والأهداف ما

* يسير التوثيق فى البحث الحالى وفقاً لما يأتى : اسم المؤلف يليه سنة النشر ثم رقم الصفحة أو الصفحات من المرجع نفسه.

يعمل من أجله، وأن يشعر بأن السعادة لا تتوقف عند الحصول على المال الواسع بل إن المال جزء يسير من هذه الثروة النفسية ويكفي أن يلبي احتياجاته التي تكفيه شر الحاجة.. هنا سوف تصبح الحياة أكثر صحة وبهجة ورضا وسعادة (إد داينر، وروبرت بيزاوس داينر، 2011).

وأكدت العديد من الدراسات على أهمية دراسة موضوعات الثراء النفسى للطلاب ، ومن هذه الدراسات ما يلي:

- دراسة كامل حسن كتلو(2015): أكدت على أهمية الرضا عن الحياة للطلاب وعلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرضا عن الحياة والسعادة لدى عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين.
- دراسة إيمان حسنين محمد عصفور (2016): أوصت بضرورة الاهتمام بنشر ثقافة الثراء النفسى فى المناهج التعليمية عبر المراحل الدراسية المختلفة لتخريج أجيال صحيحة نفسياً وبدنياً.
- دراسة محمود رامز يوسف(2020): أكدت على أهمية الصحة النفسية لطلاب الجامعة و أكدت على جود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين والصحة النفسية والشفقة بالذات لدى طلاب الجامعة.
- دراسة أسماء فتحى لطفى عبدالفتاح(2020): أكدت على أهمية الامتتان لطلاب الجامعة وانه يمكن التنبؤ بالحيوية الذاتية من خلال الامتتان.
- دراسة خالد محمود الزیود(2020): أكدت على أهمية المساندة الاجتماعية للطلاب ووجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين المساندة الاجتماعية وتكيف الطلاب مع البيئة الجامعية.
- دراسة صفية محمد السلمى وهديل بنت عبدالله أكرم (2020): أكدت على أهمية الرضا عن الحياة على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرضا عن الحياة والتنظيم الإنفعالى لدى الطلاب.

- دراسة على موسى الصباحيين والحميدى محمد الضيدان(2020): أكدت على أهمية الرضا عن الحياة وعلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشعور بالوحدة النفسية والرضا عن الحياة.
- دراسة ظافر بن محمد بن حمد الشرمى القحطاني(2020): أكدت على أهمية الرضا عن الحياة وعلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الرضا عن الحياة وأزمة الهوية لدى مستخدمى مواقع التواصل الاجتماعى من طلاب الجامعة وأوصت الدراسة بضرورة الإهتمام بدراسة الطلاب موضوعات الثراء النفسى للتخفيف من المشكلات النفسية والاجتماعية التى يتعرض لها المراهقين والمرتبطة باستخدام مواقع التواصل الاجتماعى.
- دراسة منيرة محمد حمد محمد(2020): أكدت على أهمية الرضا عن الحياة وعلى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين التفكير الإيجابي وتقدير الذات والرضا عن الحياة وأنه يمكن التنبؤ بالتفكير الإيجابي من خلال الرضا عن الحياة.
- دراسة سيد أحمد محمد الوكيل(2020): أكدت على أهمية المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة وعلى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين الرحمة بالذات والمساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الفيوم، وأنه يمكن التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال الرحمة بالذات والمساندة الاجتماعية .
- دراسة شروق غرم الله الزهرانى(2020): أكدت على أهمية المساندة الاجتماعية وعلى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين المساندة الاجتماعية وجودة الحياة وفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة.
- دراسة سمير سالم سعيد الجهنى(2020): أكدت على أهمية المساندة الاجتماعية وعلى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين المساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة.

– دراسة إيمان محمد حسن القرعش (2020): أكدت على أهمية ادراك الأحداث والأنشطة السارة وعلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين كلا من ادراك الأحداث والأنشطة السارة والشعور بالسعادة.

في ضوء ما سبق نجد أن دراسة، موضوعات الثراء النفسى تساعد الطالب على تنمية المشاعر والانفعالات الإيجابية، والرضا والانفتاح على الدنيا، وتنمية المهارات على اختلافها وتوظيفها فى أنشطة هادفة، وإقامة صداقات وعلاقات اجتماعية ايجابية متبادلة مع الآخرين، ومساعدة الطالب على تحديد أهدافه في الحياة بشكل موضوعي، وأن يكون له هدف ورؤية توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابرة والاصرار على تحقيق أهدافه ، والتفاؤل تجاه المستقبل ومساعدته على الرضا عن حياته بشكل عام.

ومن أهم الموضوعات التى يتناولها الثراء النفسى الرضا عن الحياة، والعلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين، والمساندة الاجتماعية، والرضا عن التعليم، والرضا عن العائلة والاصدقاء، والشخصية، والسرور، والصحة النفسية، والصحة البدنية، والهناء النفسى، وتقدير الذات، وجودة الحياة ، والتفاؤل، والحب، والمعنى والهدف من الحياة، والرضا الشخصى

وإذا كان طلب العلم فريضة، ولو كان في أبعد وأقصى البقاع، فإن وراء هذا الطلب دافعاً يحرك طالب العلم ويدفعه إلى سلوك البحث عن العلم، من هنا اهتم الباحثون منذ سنوات عديدة بدراسة المثابرة الأكاديمية، لتحسين سلوكهم في مواقف التعلم، وقد اهتم علماء النفس بمفهوم المثابرة، لأنها تعتبر من أهم الأسس الدافعة لنشاط الفرد الذاتى؛ ويرجع ذلك إلى ميل الفرد إلى توظيف إمكاناته للوصول إلى الهدف الذي ينشده بكفاءة، فيصبح متميزاً بالثقة بنفسه وبالإنتاج والطموح المرتفع، وحب الاستطلاع، والتحدى ، والاستقلالية ، والقدرة على التحمل.

فالمثابرة تشمل اتجاهات معرفية وسلوكية تعكس سمات الشخصية كما ترتبط بالنواتج الإيجابية للصحة النفسية والبدنية وتساعد المثابرة على القدرة على التكيف والتقاؤل وصورة الذات الإيجابية والقدرة على التغلب على المعوقات والمرونة في مواجهة المشكلات (Burns, R Anste , K., 2010 , 528)

كما تساعد المثابرة الأكاديمية الطالب على مواجهة المحن والشدائد والوصول إلى حالة من التوازن النفسى التى كان عليها قبل المرور بالمحنة (أشرف محمد محمد عطية، 2011)، كما أن المثابرة الأكاديمية من السمات الهامة التي لابد أن يتسم بها الشخص الناجح، فلا نجاح بدون بذل جهد، والمثابرة الأكاديمية هي العمود الفقري الذي تعتمد عليه كل مهارات الاستكثار، فلا فائدة لجداول تنظيم الوقت دون مثابرة، (ريهام أحمد الغندور، 2013).

وأكدت العديد من الدراسات على أهمية المثابرة الأكاديمية للطلاب ومن هذه الدراسات ما يلي:

– دراسة سحر منصور أحمد القطاوي و نجوى حسن علي(2016): أكدت على أهمية المثابرة الأكاديمية للطلاب وأكدت على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المثابرة الأكاديمية والصلابة النفسية وتحمل الغموض.

– دراسة ماجدة ياسين القضاة ، وأسماء نايف سلطي الصرايرة(2016): أكدت على أهمية المثابرة الأكاديمية للطلاب وأكدت على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المثابرة الأكاديمية ونمط التعلم(التباعدى -الاستيعابى) لدى الطلاب.

– دراسة أحمد محمد شبيب، وموزة ناصر خميس الشعبية(2017): أكدت على أهمية المثابرة الأكاديمية للطلاب واوصت بضرورة العمل على تنميتها لدى الطلاب.

– دراسة إبراهيم أحمد محمد عبدالهادي(2017): أكدت على أهمية المثابرة الأكاديمية للطلاب وأكدت على وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين

المثابرة الأكاديمية والتكؤ الأكاديمي كما توصل البحث إلى أن المثابرة الأكاديمية، تسهم في التنبؤ بالتكؤ الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية.

– دراسة أميمة عبدالرحيم الذنبيات وأسماء نايف سلطي الصرايرة (2018): أكدت على أهمية المثابرة الأكاديمية للطلاب كما أكدت على وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين المثابرة الأكاديمية والتنظيم الذاتي للتعلم.

– دراسة أماني عبدالنواب صالح حسن (2018): أكدت على أهمية المثابرة الأكاديمية للطلاب كما أكدت على وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين المثابرة الأكاديمية ومستوى الطموح ووجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين المثابرة الأكاديمية والمرونة النفسية لدى الطلاب.

– دراسة علاء الدين عبدالرزاق عقله الشرمان (2020): أكدت على أهمية المثابرة الأكاديمية للطلاب وأكدت على وجود علاقة سببية مباشرة بين المثابرة الأكاديمية وفاعلية الذات الأكاديمية والإصرار وأن المثابرة الأكاديمية لها أثر كبير على التحصيل الأكاديمي لدى الطلاب المعلمين.

– دراسة عايذة فاروق حسين ومنال السعيد محمد سهلوب (2020): أكدت على أهمية المثابرة الأكاديمية للطلاب وأكدت على أن المثابرة الأكاديمية لها أثر على الدافعية للإنجاز والتحصيل وبقاء أثر التعلم لدى الطلاب المعلمين.

مما سبق يتضح أن المثابرة الأكاديمية تعد سمة تدل على التمتع بالصحة النفسية والعقلية للطلاب وهي دليل النجاح والقدرة على مواجهة المواقف الصعبة والمحن التي يتعرض لها الطلاب الجامعيين أثناء دراستهم الجامعية.

وإذا كان معظمنا يحتاج لتنمية المثابرة فإن الطالب المعلم بصفة خاصة يحتاج لتنمية المثابرة الأكاديمية أكثر من غيره ، حيث يعد الانتقال من المرحلة الثانوية إلى المرحلة الجامعية في حد ذاته مصدراً من المصادر الضاغطة، فتقل في هذه المرحلة مصادر الدعم والمساندة الإجتماعية التي كانت سائدة في المرحلة الثانوية، ويتعرض

الطلاب وبخاصة الجدد منهم إلى بيئة اجتماعية جديدة عليهم أن يتكيفوا، وأن يحققوا مستويات أعلى من الانجاز الأكاديمي .

وعلى الرغم من الأهمية البالغة للمثابرة الأكاديمية للطلاب المعلمين إلا أنها لم تجد الاهتمام الكافي بتبنيها للطلاب في هذه المرحلة، فلكي يستطيع الطالب مواجهة الصعوبات والمشكلات الدراسية ينبغي أن يتحلى بالمثابرة الأكاديمية

ومن الدراسات التي أكدت على وجود ضعف في مستوى المثابرة الأكاديمية لدى الطلاب ما يلي:

- دراسة نجلاء محمد فارس(2018): أكدت على أن هناك ضعف في مستوى المثابرة الأكاديمية لدى طلاب كلية التربية النوعية.

- دراسة محمد ضاحى محمد تونى(2019): أكدت على وجود ضعف في مستوى المثابرة الأكاديمية للطلاب واوصى البحث بضرورة إجراء بحوث حول البرامج الطرق والأساليب التي تعمل على رفع مستوى المثابرة الأكاديمية لدى المتعلمين في جميع المراحل الدراسية.

- دراسة منى محمد الجزار وأحمد محمود فخرى(2019): أكدت على وجود ضعف في مستوى المثابرة الأكاديمية للطلاب المعلمين واوصى البحث بضرورة العمل على رفع مستوى المثابرة الأكاديمية للطلاب المعلمين.

تحديد مشكلة البحث :

تتمثل مشكلة هذا البحث في الحاجة الملحة لدراسة موضوعات الثراء النفسى للطلاب المعلمين شعبة علم النفس لمسيرة التغيرات والتطورات الهائلة التي تحدث في المجتمع؛ وذلك لأن دراسة هذه الموضوعات تساعد الطلاب على فهم أنفسهم والواقع الاجتماعي المحيط بهم ومواجهة ما به من قضايا ومشكلات، وحتى يستطيع الطالب المعلم فيما بعد القيام بدوره بشكل فعال ومؤثر لأنه من أهم أركان العملية التعليمية وله الدور الأساسي في تشكيل وعي الطلاب، كما أن موضوعات الثراء

النفسي مثل الرضا عن التعليم ، والتفاؤل، والعلاقات الاجتماعية الايجابية مع الآخرين لها أهمية بالغة في حياة الطالب المهنية فيما بعد ؛ لذا كان من الأفضل أن يتم تدريس هذه الموضوعات ضمن مقررات برنامج إعداد معلم علم النفس ، ولكنها لم تجد الاهتمام الكافي بتدريسها حيث إنها لم تكن ضمن مقررات برنامج إعداد معلم علم النفس لا بشكل مقرر أساسي ولا حتى ضمن المقررات الاختيارية رغم أن هذه الموضوعات تعد من الأهداف الأساسية لإعداد معلم علم النفس.

كما أنه مع صعوبة ظروف الحياة وتعقدها وزيادة انتشار سلوكيات سلبية عديدة وزيادة معدلات الإحباط والقلق وانتشار اللامبالاة، مما يؤكد أن تنمية المثابرة الأكاديمية ضرورة تربوية ومطلبًا أساسيًا من متطلبات إعداد المعلم بصفة عامة ومعلم علم النفس بصفة خاصة.

وللتأكد مما سبق قامت الباحثة بما يلي :

- 1- الاطلاع على توصيف برنامج إعداد معلم علم النفس بكلية التربية؛ ووجدت أنه لا يوجد ضمن المقررات الدراسية مقرر يتناول الثراء النفسي بشكل مستقل ، كما أن الموضوعات المتضمنة في توصيف جميع مقررات علم النفس المتضمنة في البرنامج لا تتضمن موضوعات الثراء النفسي.
- 2- الاطلاع على الاتجاهات الحديثة في إعداد معلم علم النفس، والتحقق من تأكيدها على أهمية تدريس موضوعات الثراء النفسي للطلاب

(Cromby, J., Harper, D., & Reavey, P. ,2007)

(You,D., Ruiz, A., and Warchal, J., 2018)

- 3- نتائج العديد من الدراسات وتأكيدها على أهمية تنمية المثابرة الأكاديمية للطلاب ومن أمثلة هذه الدراسات (دراسة إبراهيم أحمد محمد عبدالهادي، 2017؛ دراسة أميمة عبدالرحيم الذنبيات وأسماء نايف سلطي الصرايرة ، 2018؛ ودراسة علاء الدين عبدالرزاق عقله الشرمان، 2020).

4- نتائج العديد من الدراسات التى أكدت على وجود ضعف فى المثابرة الأكاديمية لدى الطلاب ومنها دراسة : (دراسة نجلاء محمد فارس 2018؛ دراسة محمد ضاحى محمد تونى، 2019 ؛ دراسة منى محمد الجزار وأحمد محمود فخرى، 2019)

5- اجراء دراسة استطلاعية على الطلاب المعلمين شعبة علم النفس 2018/ 2019 وبلغ عددهم (17) طالبًا وطالبة ، وذلك من خلال تطبيق (استبانة استطلاع رأى الطلاب المعلمين حول موضوعات الثراء النفسى التى تم دراستها خلال السنوات الدراسية الأربع فى شعبة علم النفس) إعداد الباحثة ، بهدف التعرف على موضوعات الثراء النفسى التى تمت دراستها خلال السنوات الدراسية الأربع

- أكد الطلاب أنهم لم يدرسوا موضوعات الثراء النفسى لا بشكل مقرر أساسى ولا حتى ضمن المقررات الاختيارية.

- أكد الطلاب على أهمية دراسة موضوعات الثراء النفسى بالنسبة لهم لما لها من أثر فعال على حياتهم المهنية فيما بعد.

6- استطلاع اراء الأساتذة المتخصصين فى المناهج وطرق تدريس علم النفس وبلغ عددهم (9) ، وذلك من خلال تطبيق (استبانة استطلاع رأى الأساتذة المتخصصين فى المناهج وطرق تدريس علم النفس عن مدى تضمين موضوعات الثراء النفسى بالمقررات الدراسية التى يقومون بتدريسها)، بهدف التعرف على مدى تضمين موضوعات الثراء النفسى بالمقررات الدراسية التى يقومون بتدريسها)، وأشارت نتائج الدراسة الاستطلاعية الى الآتى:

- أكد جميع الأساتذة المتخصصين أهمية تدريس موضوعات الثراء النفسى لمساعدة الطلاب على فهم ذواتهم وفهم الآخرين ، ومساعدتهم على مواجهة الصعوبات والضغط بطرق أفضل وأكثر كفاءة ومساعدتهم على تحقيق التوافق النفسى والاجتماعى .

- أكد جميع الأساتذة المتخصصين على ضرورة تخصيص مقرر مستقل للطلاب المعلمين وطلاب الجامعة ككل لتدريس موضوعات الثراء النفسى.
- أكد 89% من الأساتذة المتخصصين على أن من أهم موضوعات الثراء النفسى للطلاب المعلمين (الرضا عن الحياة، الرضا عن التعليم، الاتجاهات الإيجابية، الإنفعالات الإيجابية، الصحة النفسية، المساندة الاجتماعية).

لذا يحاول البحث الحالى الإجابة عن السؤال الآتى :

ما فاعلية وحدة مقترحة في الثراء النفسى لتنمية المثابرة الأكاديمية للطلاب المعلمين
شعبة علم النفس؟

ويتفرع من هذا السؤال الأسئلة الآتية :

1- ما موضوعات الثراء النفسى المتطلب تدريسها للطلاب المعلمين شعبة علم النفس ؟

2- ما أسس ومكونات الوحدة المقترحة في موضوعات الثراء النفسى ؟

3- ما فاعلية وحدة مقترحة في الثراء النفسى لتنمية المثابرة الأكاديمية للطلاب المعلمين شعبة علم النفس ؟

حدود البحث :

اقتصر البحث الحالى على :

- 1- طلاب الفرقة الرابعة شعبة علم النفس فى كلية التربية جامعة الفيوم.
- 2- الفصل الدراسي الثانى 2020/2021 .
- 3- بعض موضوعات الثراء النفسى .
- 4- بعض أبعاد المثابرة الأكاديمية كما حددتها كلاً من (أميمة عبدالرحيم الذنبيات وأسماء نايف سلطي الصرايرة، 2018) وهى (التحدى، الإستقلالية، حب الاستطلاع، التحمل والصبر).

أدوات البحث:

اعتمد البحث الحالي على الأدوات الآتية:

أولاً : أدوات التجريب :

- 1- قائمة بموضوعات الثراء النفسي. (إعداد الباحثة)
- 2- كتاب الطالب المعلم . (إعداد الباحثة)
- 3- دليل المعلم . (إعداد الباحثة)

ثانياً : أدوات القياس :

- مقياس المثابرة الأكاديمية (إعداد الباحثة)

أهداف البحث :

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن :

- 1- موضوعات الثراء النفسي المتطلب تدريسها للطلاب المعلمين شعبة علم النفس .
- 2- أسس ومكونات الوحدة المقترحة في موضوعات الثراء النفسي.
- 3- فاعلية وحدة مقترحة في الثراء النفسي لتنمية المثابرة الأكاديمية للطلاب المعلمين شعبة علم النفس.

أهمية البحث:

قد يفيد هذا البحث في:

- 1- يساعد القائمين على تحديث وتطوير برنامج إعداد معلم علم النفس على الاهتمام بتنمية المثابرة الأكاديمية كأحد الأهداف الأساسية لبرامج إعداد المعلم.
- 2- يقدم موضوعات الثراء النفسي للطالب المعلم في صورة حياتية واقعية تساعد على الاستفادة من هذه الموضوعات وتنمي مهارات المثابرة الأكاديمية لديه لمواجهة ضغوط الحياة.

- 3- يقدم نموذجاً إجرائياً لكيفية إعداد وحدة مقترحة مقترحة في الثراء النفسي.
- 4- يقدم نموذجاً إجرائياً لتدريس وحدة مقترحة بعنوان " الثراء النفسي " التي تم إعدادها في ضوء احتياجات الطلاب، وواقع العصر الذي يعيشون فيه .
- 5- يقدم هذا البحث للمهتمين بالاختبارات والمقاييس النفسية مقياساً للمثابرة

الأكاديمية للطلاب المعلمين.

6- يساعد الطلاب المعلمين على تحقيق التوازن بين التطور العلمي الهائل وما ينتج عنه من مشكلات والقدرة على مواجهة هذه المشكلات وحلها بصورة أكثر مرونة.

منهج البحث :

استخدم هذا البحث المنهج الوصفي التحليلي والمنهج التجريبي : يُستخدم المنهج الوصفي التحليلي في الإطار النظري للبحث وفي بناء الوحدة المقترحة وبناء أدواته ، ويُستخدم المنهج التجريبي في التطبيق الميداني لتجربة البحث حيث تضمن التصميم التجريبي للبحث مجموعة واحدة وهى التي تدرس الوحدة المقترحة في الثراء النفسى.

فروض البحث :

حاول البحث الحالى التأكد من صحة الفرض التالى:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي فى مقياس المثابرة الأكاديمية ككل لصالح التطبيق البعدي.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي فى مقياس المثابرة الأكاديمية في كل بُعد من الأبعاد التي يقيسها لصالح التطبيق البعدي

خطوات البحث وإجراءاته:

النزم البحث الحالى بالخطوات والإجراءات الآتية :

1- الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة المتعلقة بما يلي :

- الثراء النفسى.
- المثابرة الأكاديمية.

- 7- إعداد قائمة بموضوعات الثراء النفسى اللازم تدريسها للطلاب المعلمين وعرضها على مجموعة من المحكمين لتحديد مدى مناسبتها لهم .
- 8- تحديد طبيعة موضوعات الثراء النفسى وأهمية تدريسها للطلاب المعلمين.
- 9- إعداد الوحدة المقترحة فى الثراء النفسى من حيث الأهداف والمحتوى ، طرق التدريس، والأنشطة والوسائل التعليمية وأساليب التقويم .
- 10- إعداد كتاب الطالب المعلم في موضوعات الثراء النفسى المتضمنة في الوحدة المقترحة من حيث الأهداف والمحتوى والأنشطة .
- 11- إعداد دليل المعلم الخاص بإجراءات تدريس الوحدة المقترحة.
- 12- إعداد مقياس المثابرة الأكاديمية وعرضه على المحكمين لتحديد مدى صلاحيته للتطبيق.
- 13- حساب صدق وثبات المقياس .
- 14- تطبيق المقياس تطبيقاً قبلياً على الطلاب عينة البحث ورصد النتائج .
- 15- تدريس الوحدة المقترحة في الثراء النفسى للطلاب عينة البحث.
- 16- تطبيق المقياس تطبيقاً بعدياً على الطلاب عينة البحث .
- 17- رصد النتائج ومعالجتها إحصائياً وتفسيرها ومناقشتها.
- 18- تقديم التوصيات والمقترحات بناءً على نتائج البحث .

تحديد مصطلحات البحث :

- **الثراء النفسى Psychological Wealth** : ويمكن تعريف الثراء النفسى بأنه : الإتجاهات الإيجابية ، والإرتقاء الروحى ، والسعادة والشعور بالرضا عن الحياة، والمشاركة فى الأنشطة المتنوعة ، والسعى لتحقيق الأهداف ، وممارسة المشاعر الإيجابية (إيمان حسنين محمد عصفور، 2016، 240)

– **موضوعات الثراء النفسى:** تعرفها الباحثة إجرائياً: بأنها مجموعة من الموضوعات الإيجابية التى تواجه الطالب فى حياته والمتعلقة بسلوكه، وبقدرته على التكيف والتوافق مع أحداث الحياة الضاغطة، وتحتاج هذه الموضوعات إلى مزيداً من البحث والدراسة لمعرفة طبيعتها وآثارها الإيجابية على سلوكه، بهدف تنمية قدرته على الاستخدام الأمثل لكل الموارد المتاحة من أجل تحقيق أهدافه.

– **المثابرة الأكاديمية:** هى القدرة على الإستمرار والمداومة فى العمل وبذل الجهد فى الأداء وتخطى كل الصعوبات والشدائد لإحراز مزيداً من التقدم والإنجاز فى المستويات التعليمية من أجل تحقيق معايير النجاح الأكاديمى (أمانى عبد التواب صالح حسن، 2018، 346).

وتعرف الباحثة المثابرة الأكاديمية إجرائياً بأنها: قدرة الطالب المعلم على الإقبال على التعلم بقدر من الاهتمام والرغبة فى الاستمرار فى التعلم رغم كل التحديات والمعوقات التى يصادفها، ومحاولة تخطيها بهدف الوصول إلى مستوى تحصيلي أفضل.

ثانياً : الإطار النظرى للبحث

1- الثراء النفسى Psychological Wealth :

أ- مفهوم الثراء النفسى Psychological Wealth :

يشير المعنى اللغوى للثراء فى المعاجم المختلفة (الوسيط ، والوجيز ، والمعانى) إلى الكثرة والخير العميم، والغنى، والنماء، والزيادة. ويمكن تعريف الثراء النفسى بأنه : الإتجاهات الإيجابية ، والإرتقاء الروحى ، والسعادة والشعور بالرضا عن الحياة، والمشاركة فى الأنشطة المتنوعة ، والسعى لتحقيق الأهداف ، وممارسة المشاعر الإيجابية (إيمان حسنين محمد عصفور، 2016، 240)

ويشرح الباحثان (إد دينر وروبرت بيسواس دينر، 2011) فى كتابهما السعادة: كشف أسرار الثروة النفسية ، أن "الثروة النفسية هي التجربة التي تجعل حياتنا ممتازة

- أننا نعيش في بيئة مجزية وذات مغزى ومشاركين بطريقة ممتعة ". فالشخص الثري نفسياً هو الشخص الذي لديه ثراء فى المشاعر الإيجابية وهو أيضاً راضٍ بشدة عن الحياة التي يعيشها.

وفى ضوء ما سبق نستنتج أن الثراء النفسى هو أن يفهم ويحدد كل فرد هدفه ومتطلباته من هذه الحياة مع السعى المستمر لتحقيق أهدافه، وأن يتكيف مع ظروفها وأحداثها وأزماتها بطريقة ممتعة وذات معنى، وأن يدرك أن الحياة مليئة بالمفاجآت، وأن يرضى بما كتبه الله سبحانه وتعالى في هذه الحياة.

ب- مقومات الثراء النفسى:

وفيما يلى مجموعة من المكونات الأساسية التى تشكل مقومات الثراء النفسى ، وهى:

- **الرضا عن الحياة:** يرتبط مصطلح الرضا عن الحياة بالاتجاهات الحديثة لعلم النفس الإيجابي، تلك الاتجاهات التي دعمت التركيز على الجوانب الإيجابية من الوجود الإنساني، ويعرف الرضا عن الحياة بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب (السيد مصطفى راغب الأقرع، 2021، 174).

- **الاتجاهات والإنفعالات الإيجابية:** إن الاتجاهات والانفعالات الإيجابية تزود الفرد بالطاقة لتنمية موارده الفكرية والبدنية والاجتماعية (كالسعادة، والبهجة، والأمل، والتفاؤل، والحب، والامتنان)، فالانفعالات الإيجابية تحقق هدفاً محدداً فهي توسع وتبنى مواردنا الشخصية. وتساعد الاتجاهات والإنفعالات الإيجابية على إبطال المشاعر السلبية. والمحافظة على التوازن الإنفعالى للذات الإنسانية. وتجعل مشاعر الحياة ممتعة. وبفضل المشاعر يستطيع الإنسان الإحساس بالسعادة والفرح والمحبة، والمشاعر عديدة ومتناقضة فالإنسان يحب ويكره، ويفرح ويحزن ، كما

تتميز المشاعر بعمقها وقوة تأثيرها. فبقدر أهمية الأمر بالنسبة للفرد ومدى خطورته تتولد داخله مشاعر عميقة أو عابرة (إيمان حسنين محمد عصفور، 2.16، 242).

– **المساندة الاجتماعية:** يتعلق مفهوم المساندة الاجتماعية بمدى اعتقاد الفرد أن البيئة المحيطة وما بها من أشخاص ومؤسسات تعتبر من مصادر الدعم الفعال، فهي تؤثر في الفرد في اتجاهين: اتجاه يتعلق بصحته النفسية؛ إذ تزيد من رضاه عن حياته ومن تقديره لذاته وتوافقه مع من حوله، والاتجاه الآخر يتعلق بمواجهة الآثار السلبية التي تنشأ من الضغوط والخبرات غير السارة التي يتعرض لها الفرد، فالحياة مع الجماعة والانتماء إلى مجموعة الأصدقاء أو إلى شبكة من العلاقات الاجتماعية والأسرية المنظمة تعطي معنى للحياة، وتجعل الفرد قادراً على تحمل الضغوط ومقاومتها (حنان خليل الحلبى، 2021، 473).

– **الصحة النفسية والبدنية:** فالصحة النفسية والبدنية عامل مهم في الثراء النفسى ويجب المحافظة عليها، فهي ثروة لا تقدر بثمن لأنها تمدنا بالقدر والطاقة للقيام بالمهام والأعمال المطلوبة من أجل مواصلة حياة ناجحة. وتشير دلائل الأبحاث الحالية إلى أهمية السعادة للصحة ، وأنه من الواجب على الطبيب أن يسأل المريض عن مدى سعادته وتفاؤله ورضاه، إذا أراد أن يحتفظ بصحته البدنية والنفسية. فبالإضافة إلى أدوية السكر والضغط والكوليسترول المرتفع والنظام الغذائي، فإن الطبيب يمكن أن يحدد للمريض تمارين لامتتان، وتدريباً للاستمتاع للحد من حالة الأمزجة الحزينة والمكتئبة . مما يساعد على تواجد قدر أكبر من الانفعالات الإيجابية (إيمان حسنين محمد عصفور، 2.16، 243).

وتشير دلائل الأبحاث الحالية إلى أهمية السعادة للصحة ، وأنه من الواجب على الطبيب أن يسأل المريض عن مدى سعادته وتفاؤله ورضاه، إذا أراد أن يحتفظ بصحته البدنية والنفسية. فبالإضافة إلى أدوية السكر والضغط والكوليسترول المرتفع

والنظام الغذائى، فإن الطبيب يمكن أن يحدد للمريض تمرينات للامتتان، وتدريبات للاستمتاع للحد من حالة الأمزجة الحزينة والمكتئبة . مما يساعد على تواجد قدرأ أكبر من الانفعالات الإيجابية(أد داينر، وروبرت بيزاوس،2011)

ج- أهمية الثراء النفسى للطالب المعلم:

حددت (إيمان حسنين محمد عصفور، 2016، 244) أهمية الثراء النفسى فيما يلى:

- يدعم الإيمان الدينى ويقوى روح التسامى لدى الفرد.
- يحقق الطمأنينة، والتوازن النفسى فى الشخصية.
- يساعد على تنمية الوعى بالذات والثقة بالنفس.
- يمنح الشعور بالرضا والتفاؤل، وإيجاد معنى الحياة.
- يدعم الصحة النفسية والجسمية.
- يزيد من الرغبة فى العمل. وزيادة الإنتاجية.
- يحقق الفاعلية الذاتية.
- زيادة الفاعلية الاجتماعية.
- زيادة الدافعية للتعلم.
- ينمى المرونة الفكرية وتعديل الإتجاهات.
- زيادة الرغبة فى تحسين الذات، والطموح الإيجابى الداعم.
- زيادة الرغبة فى التطلع لتعلم مهارات وأشياء جديدة دائماً.
- زيادة القدرة على تحمل المصاعب ومواجهة المشكلات بدلا من الهروب منها أو الإنهيار امامها.

2- المثابرة الأكاديمية

أ- تعريف المثابرة الأكاديمية :

تتعدد تعريفات المثابرة الأكاديمية ومنها : هى ميل للاستمرار في محاولة إكمال مهمة معينة على الرغم من المشاق والتعلق بالهدف رغماً عن النتائج العكسية والمقاومة والتثبيط. (Guilford,1952,P.528) كما تعرف على أنها محاولات الطلاب لتأخير إشباع أهداف صغيرة فورية من أجل تحقيق أهداف أكاديمية أكثر مرغوبة لديهم ولكنها بعيدة نسبياً. (فاروق عبد الفتاح موسى، 2011).

كما تعرف بأنها القدرة على الإستمرار والمداومة فى العمل وبذل الجهد فى الأداء وتخطى كل الصعوبات والشدائد لإحراز مزيدا من التقدم والإنجاز فى المستويات التعليمية من أجل تحقيق معايير النجاح الأكاديمي (أمانى عبد التواب صالح حسن، 2018، 346)

وفى ضوء ما سبق نستنتج أن المثابرة الأكاديمية سمه من سمات الشخصية التي تمكن المتعلم من الاستمرار في محاولاته وبذل الجهد لأداء المهام الأكاديمية المطلوب منه أداءها لتحقيق النجاح رغم ما قد يعترض سبيله من صعوبات ومشقات، وتعرف الباحثة المثابرة الأكاديمية إجرائياً بأنها: قدرة الطالب المعلم على الإقبال على التعلم بقدر من الاهتمام والرغبة فى الاستمرار فى التعلم رغم كل التحديات والمعوقات التي يصادفها، ومحاولة تخطيها بهدف الوصول إلى مستوى تحصيلي أفضل.

ب- أبعاد المثابرة الأكاديمية:

حددت كل من (أميمة عبدالرحيم الذنيبات وأسماء نايف سلطي الصرايرة، 2018، 11-12) أبعاد المثابرة الأكاديمية فى:

- **التحدى:** وهو حب الفرد للعمل الجديد والصعب ، وتعرفه الباحثة بأنه: قدرة الطالب المعلم على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة، وتقبلها بما فيها من مستجدات سارة أو ضارة، وقدرته على مواجهة وحل المشكلات الدراسية بفاعلية.

– **الاستقلالية:** هى اعتماد الفرد على ذاته فى القيام بالإعمال ، وتعرفه الباحثة بأنه: قدرة الطالب المعلم على التوجيه الذاتى فى تخطيطه لحياته الدراسية وثقته فى ذاته واعتماده عليها فى مواجهة مشكلاته الدراسية.

– **حب الاستطلاع:** هو قيام الفرد بالأعمال من أجل تعلم أشياء جديدة، وتعرفه الباحثة بأنه: قدرة الطالب المعلم على بحث عن الجديد وذلك عن طريق الاقتراب من المشكلات والمواقف والمثيرات الجديدة واستكشافها من أجل حلها وتفسيرها.

– **التحمل والصبر:** قدرة الفرد الإيجابية على التكيف مع الضغوط التى تمكنه من أداء وظائفه بشكل جيد، وتعرفه الباحثة بأنه: قدرة الطالب المعلم على تحمل الالم والصعوبة والضغط الدراسى دون عواقب تكيفيه سيئه وذلك لتحقيق أهدافه.

ج- أهمية المثابرة الأكاديمية:

أهتم التربويون وعلماء النفس بالمثابرة الأكاديمية بإعتبارها من أهم الأسس الدافعة لنشاط المتعلم ، لأنها تتبع من داخله ، فعندما يضع المتعلم هدفا محددا يهدف للوصول إليه فإنه يوظف كل إمكانياته من أجل تحقيقه (عصام بن محمود محمد ثابت ، 2018).

فالمثابرة تلعب دوراً فاعلاً فى تحقيق النجاح، والإنجاز، كما أن المثابرة تساعد على تحديد الأهداف وتنفيذ الخطط والأعمال، والتغلب على العقبات، ومواجهة الانتقادات، واستغلال الدافعية والطاقة والنشاط والثقة بالنفس، وهى تتطلب المرونة والتكيف عند المرور بالمواقف التى تتطلب خطة عمل أو نشاط عن طريق الاستمرار فى رسم الخطط واستكشاف الحلول، وابتكار الخيارات المختلفة، ويكون ذلك بتنمية طرق التفكير والمعتقدات والآراء والسلوكيات التى تؤدي إلى زيادة مثابرته ونشاط (منى محمد الجزار وأحمد محمود فخرى، 44، 2019).

3-دراسة موضوعات الثراء النفسى وتنمية المثابرة الأكاديمية :

يرى (سعيد عثمان، 1986) أن فطرة الإنسان محتاجة دوماً إلى نوعاً من الإثراء النفسى فى مراحل نموها كلها ووفقاً لما تنهياً له، ويتفتح فيها، ويتفقد منها من

قابليات جديدة، ومتجددة ، وفريدة ، ومتفردة.. ويرى أن الإثراء النفسى " اختيار وإرادة ، وقصد وتوجيه، إثراء شوق وتوق. إذ ليس أمام الإنسان فى محنة وجدوده ، وإبتلاء حريته، بديل من أن يرتفع دوماً بإنسانيته. ذلك لأنه إذا لم يرتفع إنحدر وازداد أنحداراً. وتوقفه يعنى تقهقره وتراجعته. ويكاد يكون عمل التربية الأسمى هو تبصير الإنسان بهذه الحقيقة الإرتقائية فى وجوده . وتمكينه من أن يكون إنساناً مرتقياً، وعياً، وذوقاً، وحساً، وفهماً، وإدراكاً، وإبداعاً، وتذوقاً، وأخلاقاً....، والوسط الثرى نفسياً الواسع، الرحب، المرن، هو الذى يمنح إحساساً بالحرية النفسية معرفياً ووجدانياً وحركياً.

فالثراء النفسى واحداً من أهم السبل التى تسهم فى تحقيق تطور مثمر وإيجابى فى شخصية الفرد ، حيث تنعكس جوانب هذا التطور على جميع مناحى حياته بالنجاح، كما أنه يساعد على زيادة الرغبة فى تحسين الذات، والطموح الإيجابى الداعم، وزيادة الرغبة فى التطلع لتعلم مهارات وأشياء جديدة دائماً، وزيادة القدرة على تحمل المصاعب مواجهة المشكلات بدلا من الهروب منها أو الإنهيار امامها، وزيادة الدافعية للتعلم (إيمان حسنين محمد عصفور ، 2016)، وجميعها تعد من أبعاد المثابرة الأكاديمية.

فالمثابرة الأكاديمية تشمل اتجاهات معرفية وسلوكية تعكس سمات الشخصية كما ترتبط بالنواتج الإيجابية للصحة النفسية والبدنية وتساعد المثابرة الأكاديمية على القدرة على التكيف والتقاؤل وصورة الذات الإيجابية والقدرة على التغلب على المعوقات والمرونة فى مواجهة المشكلات (Burns, R Anste , K., 2010) ، وجميعها تعد من أهداف يسعى الثراء النفسى إلى تحقيقها. 528، ومما سبق تتوصل الباحثة إلى أن تنمية المثابرة الأكاديمية هدف يسعى الثراء النفسى إلى تحقيقه.

ثالثاً: إعداد أدوات البحث والدراسة الميدانية ونتائجها

(1) إعداد أدوات البحث :

لما كان هذا البحث الحالي يهدف إلى الكشف عن فاعلية وحدة مقترحة في الثراء النفسي لتنمية المثابرة الأكاديمية للطلاب المعلمين شعبة علم النفس.

. فإن ذلك يتطلب إعداد الأدوات الآتية :

- 1- إعداد قائمة بموضوعات الثراء النفسي .
- 2- إعداد الوحدة مقترحة في الثراء النفسي .
- 3- إعداد مقياس المثابرة الأكاديمية

وفيما يلي بيان ذلك بالتفصيل :

1- إعداد قائمة موضوعات الثراء النفسي .

خطوات بناء قائمة موضوعات الثراء النفسي.

(أ) **تحديد الهدف من القائمة:** تهدف هذه القائمة إلى تحديد موضوعات الثراء النفسي اللازمة والمناسبة للطلاب المعلمين شعبة علم النفس.

(ب) **تحديد مصادر اشتقاق القائمة:**

تم الاعتماد في إعداد قائمة الثراء النفسي على المصادر الآتية:

- أهداف تدريس علم نفس.
- أهداف تدريس الثراء النفسي
- الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت موضوعات الثراء النفسي (العربية والأجنبية)
- بعض الأدبيات والكتابات النظرية التي تناولت تلك الموضوعات.
- آراء بعض الأساتذة المتخصصين .

(ج) **الصورة المبدئية للقائمة:** قامت الباحثة بإعداد الصورة المبدئية لقائمة موضوعات الثراء النفسي وتضمنت (20) موضوع وتم وضع خمسة اختيارات أمام

كل موضوع: (مهم جدًا - مهم - متوسطة الأهمية - قليلة الأهمية - غير مهم) ليحدد السادة المحكمون من خلالها درجة مناسبة الموضوع للطلاب.

(د) ضبط القائمة: تم عرض القائمة على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين في المناهج وطرق التدريس وعلم النفس وذلك لتحديد ما يلي:

- إمكانية إدراجها ضمن موضوعات الثراء النفسى.
 - مدى مناسبتها للطلاب المعلمين شعبة علم النفس.
 - تعديل أو حذف ما يرونه من موضوعات .
 - مدى صحة الصياغة اللغوية للموضوعات.
 - إضافة موضوعات أخرى لم تتضمنها القائمة.
- ولقد أبدى السادة المحكمون تعديلاتهم واقتراحاتهم حول الصورة المبدئية للقائمة وتم تعديل صياغة بعض الموضوعات وإضافة أخرى.

(هـ) الصورة النهائية للقائمة

بعد إجراء التعديلات التي رآها السادة المحكمون، تم التوصل إلى القائمة في صورتها النهائية والتي تضمنت (15) موضوع(*) وقد اقتصرَت الباحثة على خمس (5) موضوعات حصلت على أعلى نسب اتفاق بين المحكمين كان لها الصدارة في ترتيب الأولوية.

2- إعداد الوحدة المقترحة فى الثراء النفسى (كتاب الطالب المعلم):*

تتضمن كتاب الطالب ما يلي:

- المقدمة .
- أهمية كتاب الطالب .
- الأهداف العامة للوحدة المقترحة.

(*) ملحق (1) الصورة النهائية لقائمة موضوعات الثراء النفسى .

(*)ملحق (2) كتاب الطالب المعلم في الوحدة المقترحة.

- الأهداف العامة لموضوعات الوحدة المقترحة.
- موضوعات الوحدة المقترحة.
- الاستراتيجيات التدريسية المستخدمة في الوحدة المقترحة.
- الأنشطة التعليمية المتضمنة في الوحدة المقترحة
- الوسائل التعليمية المستخدمة في الوحدة المقترحة.
- المراجع التي يمكن للطلاب المعلمين الرجوع إليها في موضوعات الوحدة المقترحة.
- 3- إعداد دليل المعلم الخاص بموضوعات الوحدة المقترحة *

تضمن الدليل ما يلي :-

- العنوان .
- المقدمة.
- أهمية الدليل.
- الأهداف العامة لموضوعات الوحدة المقترحة.
- الأهداف المتعلقة بتنمية المثابرة الأكاديمية
- الأهداف الإجرائية لموضوعات الوحدة المقترحة.
- موضوعات الوحدة المقترحة والخطة الزمنية لتدريسها.
- استراتيجيات التدريس المستخدمة في تدريس الوحدة المقترحة.
- الوسائل التعليمية المستخدمة.
- الأنشطة التعليمية المستخدمة.
- المراجع الخاصة بموضوعات الوحدة المقترحة.
- أساليب التقويم المستخدمة .

4- مقياس المثابرة الأكاديمية:

خطوات بناء مقياس المثابرة الأكاديمية:

تم بناء المقياس وفقاً للخطوات التالية:

(*) (ملحق (3) دليل المعلم في الوحدة المقترحة.

(أ) هدف المقياس : يهدف مقياس المثابرة الأكاديمية إلى التعرف على قدرة الطالب المعلم على الإقبال على التعلم بقدر من الاهتمام والرغبة في الاستمرار في التعلم رغم كل التحديات والمعوقات التي يصادفها، ومحاولة تخطيها بهدف الوصول إلى مستوى تحصيلي أفضل ، أو بعبارة أخرى يهدف إلى الكشف عن فاعلية الوحدة المقترحة في الشراء النفسى لتنمية المثابرة الأكاديمية للطلاب المعلمين شعبة علم النفس.

(ب) تحديد مصادر بناء المقياس : تم الاعتماد في بناء المقياس واشتقاق مادته على المصادر الآتية:

- البحوث والدراسات السابقة العربية والأجنبية التي اهتمت بتنمية المثابرة الأكاديمية.
- بعض المقاييس العربية والأجنبية التي صممت لقياس المثابرة الأكاديمية.

(ج) أبعاد المقياس: يقصد بأبعاد المقياس الجوانب الفرعية التي يقيسها ويتضمن هذا المقياس أربعة أبعاد هي (التحدى، الاستقلالية، حب الإستطلاع، التحمل والصبر).

(د) تحديد نوع مفردات المقياس: تم إعداد مفردات مقياس المثابرة الأكاديمية وفق مقياس ليكرت [طريقة التقديرات المجمع] حيث يطلب من الطالب إعطاء استجابة أمام كل عبارة وهذه الاستجابة تعبر عن المثابرة الأكاديمية لديه، ووفقاً لمقياس ليكرت جاءت العبارات في مستوى خماسي متدرج (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً) ويقوم الطالب بوضع علامة (✓) أمام الاستجابة التي تتفق مع المثابرة الأكاديمية لديه

(هـ) صياغة مفردات المقياس: تم مراعاة أسس بناء الاختبارات والمقاييس عند صياغة مفردات المقياس، وتم توزيع مفردات المقياس على الأبعاد التي يقيسها على النحو الذي يوضحه الجدول الآتي:

جدول (1): جدول توزيع مفردات مقياس القدرة على تحمل الإحباط على الأبعاد الفرعية.

م	الأبعاد	أرقام المفردات التي يقيسها المقياس	المجموع	النسبة المئوية
1	التحدى	1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10	10	25%
2	الاستقلالية	11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20	10	25%
3	حب الاستطلاع	21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 30	10	25%
4	الصبر/ التحمل	31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40	10	25%
		المجموع	40	100%

يتضح من جدول (1) أن النسب المئوية لجميع الأبعاد متساوية حيث تبلغ النسبة المئوية لكل بعد على حدة (25%)

(و) **تعليمات المقياس:** تم إعداد صفحة في مقدمة مقياس المثابرة الأكاديمية تتناول التعليمات الموجهة للطلاب واستهدفت توضيح طبيعة المقياس وكيفية الإجابة عنه، وتم فيها تحديد الزمن الكلي لمقياس المثابرة الأكاديمية . وراعت الباحثة أن تكون التعليمات واضحة ودقيقة بحيث يستطيع الطلاب من خلالها القيام بما هو مطلوب منهم دون غموض أو لبس.

(ز) **الدراسة الاستطلاعية للمقياس:** تم إجراء الدراسة الاستطلاعية لمقياس المثابرة الأكاديمية على عينة عشوائية من طلاب الفرقة الثالثة شعبة علم النفس بكلية التربية ، وكان عددهم (32) طالبًا . وبعد تطبيق المقياس وتصحيحه رصدت درجات طلاب الدراسة الاستطلاعية وكان الهدف من هذه الدراسة هو تحديد ما يلي: زمن المقياس وثبات المقياس، وصدق المقياس.

- **زمن المقياس:** تم تحديد الزمن اللازم للإجابة عن مفردات مقياس المثابرة الأكاديمية من خلال استخدام طريقة التسجيل التتابعي للزمن الذي استغرقه كل طالب

في الإجابة عنه ، ثم حساب متوسط الأزمنة الكلية لجميع الطلاب. وبذلك تم التوصل إلى أن زمن المقياس (30) دقيقة.

– **ثبات المقياس:** اعتمدت الباحثة في حساب معامل ثبات مقياس المثابة الأكاديمية على معامل ألفا كرونباخ وبتطبيق المعادلة على نتائج المقياس وُجد أن معامل ثبات المقياس (0,78) وهو معامل ثبات مرتفع، مما يدعو إلى الاطمئنان عند استخدامه مع أفراد العينة .

– **صدق المقياس:** لتحديد صدق مقياس المثابة الأكاديمية تم حساب الصدق باستخدام الصدق الذاتي للمقياس والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات المقياس. وبما أن معامل ثبات المقياس (0,78) فإن صدقه الذاتي يساوي (88) وهو معامل صدق مرتفع مما يشير إلى أن المقياس صادق بدرجة مطمئنة ، كما تم التحقق من صدق المقياس من خلال من خلال (الصدق الظاهري) للتأكد من صدق محتوى المقياس تمّ عرضه على مجموعة من المُحكِّمين (10) * المتخصصين في المناهج وطرق التدريس، والذين أقرّوا صدق وصلاحيته لتحقيق ما وضع من أجله، وقد تمّ الأخذ بما رآه المُحكِّمون من مقترحات بغية أن يصبح المقياس في أصدق صورة ممكنة من حيث المحتوى الذي يقيسه.

(ح) **الصورة النهائية للمقياس:** بعد إعداد مقياس المثابة الأكاديمية وعرضه على السادة المحكمين وتعديله في ضوء مقترحاتهم وتعديلاتهم، ثم تجربته في صورته النهائية (*)، وقد اشتمل المقياس على (40) مفردة، وتم تحديد الدرجة النهائية للمقياس وهي (200) درجة، والزمن اللازم للإجابة عن المقياس (30) دقيقة.

(ط) **تصحيح المقياس:** تم تصحيح مقياس المثابة الأكاديمية على النحو الذي يوضحه الجدول الآتي :

جدول (2): جدول يوضح طريقة تصحيح مقياس المثابة الأكاديمية

(*) ملحق (4) أسماء السادة المُحكِّمين للمقياس

(*) ملحق (5) الصورة النهائية لمقياس المثابة الأكاديمية

م	نوع العبارة	مستويات الاستجابة ودرجاتها				
		دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	أبداً
1	العبارات الموجبة	5	4	3	2	1
2	العبارات السالبة	1	2	3	4	5

يتضح من جدول (2) أن:

- أعلى درجة يحصل عليها الطالب في هذا المقياس هي: $5 \times 40 = 200$ درجة وتدل على المستوى المرتفع من المثابرة الأكاديمية.
- أقل درجة يحصل عليها الطالب في هذا المقياس هي: $1 \times 40 = 40$ درجة وتدل على المستوى المنخفض من المثابرة الأكاديمية.
- الدرجة المتوسطة التي يحصل عليها الطالب في هذا المقياس هي: $3 \times 40 = 120$ درجة وتدل على التردد أو عدم التأكد، وهي الدرجة الفاصلة بين المثابرة الأكاديمية وعدمها.

ثانياً: إجراءات الدراسة الميدانية :

سارت الإجراءات التجريبية للبحث الحالى وفقاً للخطوات التالية:

(1) أهداف تجربة البحث: تهدف التجربة الأساسية في هذا البحث تعرّف فاعلية الوحدة المقترحة فى الثراء النفسى على تنمية المثابرة الأكاديمية لدى الطلاب المعلمين شعبة علم النفس، وذلك عن طريق المقارنة بين نتائج الطلاب عينة البحث قبل وبعد تطبيق البرنامج.

(2) اختيار عينة البحث: اختيرت عينة البحث وفقاً للخطوات التالية:

- تحديد المجتمع الأصلي الذي تم اختيار عينة البحث منه وهو شعبة علم النفس بكلية التربية جامعة الفيوم.
- اختيار الطلاب المعلمين بالفرقة الثالثة شعبة علم النفس وقد بلغ عددهم (32) طالباً، وتم اختيارهم بطريقة مقصودة .

(3) **الخطة الزمنية لتجربة البحث:** في ضوء الهدف الرئيس للبحث، وفي ضوء الخطوات التي تم اتباعها في إعداد أدوات البحث، تم وضع خطة لتجربة البحث بحيث تتناسب مع إجراءاته وذلك ما يوضحه الجدول الآتي:

جدول (3): الخطة الزمنية لتجربة البحث

م	الموضوع	عدد ساعات تدريسها
1	الرضا عن الحياة	4
2	المساندة الاجتماعية	4
3	الإنفعالات الإيجابية	4
4	الاتجاهات الإيجابية	4
5	الصحة النفسية والبدنية	4
	المجموع	20

يتضح من جدول (3) أن الموضوعات المتضمنة في الوحدة المقترحة استغرق تدريسها (20) ساعة تدريسية.

(4) متغيرات البحث:

(أ) المتغير المستقل: يتمثل في تدريس الوحدة المقترحة في موضوعات الثراء النفسى.

(ب) المتغيرات التابعة: تتمثل في تنمية المثابرة الأكاديمية.

(ج) المتغيرات الوسيطة: تم استخدام التصميم التجريبي المعروف باسم المجموعة التجريبية الواحدة في البحث الحالي، وبالتالي تم تثبيت المتغيرات الوسيطة تلقائياً، والتي تتمثل في العمر الزمني والمستوى الاقتصادي والاجتماعي، وتجانس العينة، والقائم بالتدريس وطبيعة المادة، وذلك لأن التجربة تم إجراؤها على المجموعة نفسها، فكان التطبيق القبلي لأدوات البحث ضابطاً للتطبيق البعدي له.

(5) تطبيق أدوات البحث: لتطبيق أدوات البحث وإجراء التجربة اتبعت الباحثة الخطوات الآتية:

(أ) **التطبيق القبلي لأدوات البحث:** تم تطبيق مقياس المثابرة الأكاديمية في شهر إبريل من العام الدراسي 2020م/2021م في تاريخ 2020/4/4م، وتم تصحيح المقياس ورصدت نتائجها.

(ب) **تدريس الوحدة المقترحة:** بعد الانتهاء من التطبيق القبلي لأدوات البحث ، تم البدء في تدريس الوحدة المقترحة في الثراء النفسى وذلك في الأسبوع الأول من شهر إبريل، وذلك في الفترة من (2020/4/5 : 2020/5/5).

(ج) **التطبيق البعدي لأدوات البحث:** تم تطبيق مقياس المثابرة الأكاديمية في شهر مايو على الطلاب المعلمين عينة البحث من العام الدراسي 2020م/2021م في تاريخ 2020/5/19م ، وتم تصحيح المقياس ورصدت نتائجها. ومعالجتها إحصائياً، تمهيداً لتفسيرها وتقديم التوصيات والمقترحات.

ثالثاً: نتائج البحث:

وسوف يتم عرض نتائج البحث من خلال اختبار صحة الفروض:

بالنسبة للفرض الأول من فروض البحث الذي ينص على ما يلي : " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب عينة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في لمقياس المثابرة الأكاديمية ككل لصالح التطبيق البعدي "وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة بحساب قيمة (ت) للمقارنة بين متوسطي درجات التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس المثابرة الأكاديمية ويتضح ذلك من الجدول الآتي:

جدول (6):قيمة (ت) ودلالاتها الإحصائية للفرق بين متوسطي درجات الطلاب عينة البحث

في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس المثابرة الأكاديمية ككل

البيانات الإحصائية التطبيق	العدد (ن)	المتوسط الحسابي (م)	الانحراف المعياري (ع)	درجة الحرية	قيمة (ت) الجدولية		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة الإحصائية	حجم التأثير (d)
					0.01	0.05			
القبلي	32	57.50	13.78	31	2.70	2.02	48.22	0.01	17.32

						6.06	168.81	32	البعدي
--	--	--	--	--	--	------	--------	----	--------

يتضح من الجدول السابق ارتفاع متوسط درجات الطلاب عينة البحث في التطبيق البعدي في مقياس المثابرة الأكاديمية عن متوسط درجاتهم في التطبيق القبلي ، حيث بلغ متوسط درجاتهم في التطبيق البعدي (168.81) ، بينما بلغ متوسط درجاتهم في التطبيق القبلي (57.50)، وأن قيمة (ت) المحسوبة (48.22) وقيمة (ت) الجدولية تساوي (2.02) عند مستوى ثقة 0.05 وتساوي (2.70) عند مستوى ثقة 0.01 عند درجة حرية (31) ، وكذلك يتضح أن حجم التأثير كبير حيث أنه أكبر من 0.8 وهو يساوي (17.32) . مما سبق يتضح أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على وجود فرق ذو دلالة إحصائية لصالح التطبيق البعدي . وبذلك تم التحقق من صحة الفرض الأول .

اختبار صحة الفرض الثاني: بالنسبة للفرض الثاني من فروض البحث والذي ينص على ما يلي : " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب عينة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في مقياس فى مقياس المثابرة الأكاديمية في كل بعد من الأبعاد التى يقيسها كلاً علي حدة لصالح التطبيق البعدي " . ولقد قامت الباحثة بحساب قيمة (ت) للمقارنة بين متوسطي درجات الطلاب عينة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في مقياس المثابرة الأكاديمية في كل بعد من الأبعاد التى يقيسها كلاً علي حدة كما يلي :

جدول (7): قيمة (ت) ودلالاتها الإحصائية للفرق بين متوسطي درجات الطلاب عينة

البحث

في التطبيقين القبلي والبعدي في مقياس مقياس المثابرة الأكاديمية
في كل بعد من الأبعاد التى يقيسها

المهارات المتضمنة في مقياس مهارات الذكاء الوجداني	التطبيق	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	حجم التأثير (d)
التحدى	القبلي	32	13.41	3.18	44.20	0.01	15.88
	البعدي	32	42.75	1.72			
الاستقلالية	القبلي	32	14.53	4.37	37.88	0.01	13.61
	البعدي	32	42.53	2.44			
حب الاستطلاع	القبلي	32	14.78	3.61	44.10	0.01	15.84
	البعدي	32	42.47	2.46			
التحمل والصبر	القبلي	32	14.78	4.03	34.78	0.01	12.50
	البعدي	32	41.06	2.41			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية ، وكذلك يتضح أن حجم التأثير كبير حيث أنه أكبر من (0.8) في كل بعد من أبعاد مقياس المثابة الأكاديمية. مما يدل على وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب عينة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في مقياس المثابة الأكاديمية في كل بعد من الأبعاد التي يقيسها لصالح التطبيق البعدي وفيما يلي بيان ذلك:

– **البعد الأول:التحدى:** يتضح من الجدول السابق ارتفاع متوسط درجات الطلاب عينة البحث في التطبيق البعدي لمقياس المثابة الأكاديمية في البعد الأول (التحدى) عن متوسط درجاتهم في التطبيق القبلي ، حيث بلغ متوسط درجاتهم في التطبيق البعدي (42.75) ، بينما بلغ متوسط درجاتهم في التطبيق القبلي (13.41)، وأن قيمة (ت) المحسوبة تساوي (44.20) أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ثقة (0.01)، وكذلك يتضح أن حجم التأثير كبير حيث أنه أكبر من (0.8) مما

يدل علي وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب عينة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في البعد الأول (التحدى) لمقياس المثابرة الأكاديمية.

- **البعد الثانى: الاستقلالية:** يتضح من الجدول السابق ارتفاع متوسط درجات الطلاب عينة البحث في التطبيق البعدي لمقياس المثابرة الأكاديمية فى البعد الثانى (الاستقلالية) عن متوسط درجاتهم في التطبيق القبلي ،حيث بلغ متوسط درجاتهم في التطبيق البعدي (42.53) ، بينما بلغ متوسط درجاتهم في التطبيق القبلي (14.53)، وأن قيمة (ت) المحسوبة تساوي (37.88) أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوي ثقة (0.01)، وكذلك يتضح أن حجم التأثير كبير حيث أنه أكبر من (0.8) مما يدل علي وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب عينة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في البعد الثانى (الاستقلالية) لمقياس المثابرة الأكاديمية.

- **البعد الثالث: حب الاستطلاع:** يتضح من الجدول السابق ارتفاع متوسط درجات الطلاب عينة البحث في التطبيق البعدي لمقياس المثابرة الأكاديمية فى البعد الثالث (حب الاستطلاع) عن متوسط درجاتهم في التطبيق القبلي ،حيث بلغ متوسط درجاتهم في التطبيق البعدي (42.47) ، بينما بلغ متوسط درجاتهم في التطبيق القبلي (14.78)، وأن قيمة (ت) المحسوبة تساوي (44.10) أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوي ثقة (0.01)، وكذلك يتضح أن حجم التأثير كبير حيث أنه أكبر من (0.8) مما يدل علي وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب عينة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في البعد الثالث(حب الاستطلاع) لمقياس المثابرة الأكاديمية.

- **البعد الرابع: التحمل والصبر:** يتضح من الجدول السابق ارتفاع متوسط درجات الطلاب عينة البحث في التطبيق البعدي لمقياس المثابرة الأكاديمية فى البعد الرابع(التحمل والصبر) عن متوسط درجاتهم في التطبيق القبلي ، حيث بلغ متوسط درجاتهم في التطبيق البعدي (41.06) ، بينما بلغ متوسط درجاتهم في التطبيق القبلي

(14.78)، وأن قيمة (ت) المحسوبة تساوي (34.78) أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ثقة (0.01)، وكذلك يتضح أن حجم التأثير كبير حيث أنه أكبر من (0.8) مما يدل على وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب عينة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في البعد الرابع (التحمل والصبر) لمقياس المثابرة الأكاديمية.

وفي ضوء ما سبق، تشير نتائج البحث الحالي في مجملها إلى فاعلية الوحدة المقترحة في الثراء النفسي في تنمية المثابرة الأكاديمية لدى الطلاب المعلمين شعبة علم النفس.

فاعلية الوحدة المقترحة في الثراء النفسي:

ولتحديد فاعلية (الوحدة المقترحة في الثراء النفسي) في تنمية المثابرة الأكاديمية، قامت الباحثة بحساب النسبة المعدلة للكسب ودلالاتها في مقياس المثابرة الأكاديمية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (8) النسب المعدلة للكسب لبلاك ودلالاتها لمقياس المثابرة الأكاديمية

الدلالة الإحصائية	النسبة المعدلة للكسب	النهاية العظمى	متوسط درجات التطبيق البعدي	متوسط درجات التطبيق القبلي	الدليل الإحصائي / الأداة
دالة	1.34	200	168.81	57.50	مقياس المثابرة الأكاديمية

يتضح من جدول (8) أن النسبة المعدلة للكسب لمقياس المثابرة الأكاديمية أكبر من (1.20) مما يدل على فاعلية الوحدة المقترحة في الثراء النفسي في الجوانب التي يقيسها مقياس المثابرة الأكاديمية وهذه النتيجة تؤكد النتائج السابقة .

رابعاً: تفسير النتائج في ضوء الدراسات السابقة ودلالاتها التربوية:

- تفوق درجات الطلاب عينة البحث في التطبيق البعدي لمقياس المثابرة الأكاديمية على درجاتهم في التطبيق القبلي وتتفق هذه النتيجة مع نتائج

الدراسات الآتية: (دراسة نجلاء محمد فارس، 2018؛ دراسة محمد ضاحى محمد تونى، 2019، دراسة منى محمد الجزار وأحمد محمود فخرى، 2019) مما يدل على فاعلية الوحدة المقترحة فى الثراء النفسى فى تنمية المثابرة الأكاديمية لدى الطلاب المعلمين شعبة علم النفس؛ وذلك لأن الوحدة المقترحة تضمنت طرق تدريس حديثة وأنشطة ووسائل تعليمية وأساليب تقويم متعددة ومتنوعة ومواقف واقعية من الحياة اليومية مما ساعد على تحسين مستوى المثابرة الأكاديمية لديهم.

خامساً: توصيات البحث ومقترحاته:

1- توصيات البحث:

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج هذا البحث توصي الباحثة بما يأتي:
- ضرورة اهتمام القائمين على إعداد معلم علم النفس بتنمية المثابرة الأكاديمية.
- ضرورة تحديث برامج إعداد معلم علم النفس حتى تتماشى المقررات الدراسية مع متطلبات معلم المرحلة الثانوية ومع التطورات والتغيرات العلمية وطبيعة المجتمع المصري.
- الاهتمام بالأنشطة والوسائل التعليمية التي تنمي الوعي بالثراء النفسى وتحسن مستوى المثابرة الأكاديمية لدى الطلاب المعلمين.
- إعداد برنامج تدريبي لمعلمي علم النفس لتنمية الوعي بالثراء النفسى وقوة التحمل النفسى.

2- مقترحات البحث:

- في ضوء نتائج هذا البحث تقترح الباحثة إجراء الدراسات الآتية:
- فاعلية وحدة مقترحة في الثراء النفسى لتنمية التنظيم الإنفعالى والتفكير الجانبى لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- فاعلية برنامج تدريبي مقترح لتنمية الوعي بالثراء النفسى ومهارات التفكير التحليلى لدى معلمي علم النفس.

– فاعلية برنامج مقترح في الثراء النفسى لتنمية الصلابة النفسية ومهارات التفكير التحليلي لدى الطلاب المعلمين شعبة علم النفس.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- 1- إبراهيم أحمد محمد عبدالهادي (2017). الإسهام النسبي للمثابرة الأكاديمية والمعتقدات المعرفية في التنبؤ بالتلكؤ الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية بجامعة الإسكندرية. *مجلة الدراسات التربوية والإنسانية، جامعة دمنهور ، كلية التربية، 9(3)، ص ص 121-238.*
- 2- أحمد محمد شبيب، وموزة ناصر خميس الشعبية (2017). بعض الممارسات الأكاديمية المرتبطة بأبعاد المثابرة الأكاديمية لدى طلبة الصف الثاني عشر بمحافظة الشرقية: دراسة تنبؤية. *مجلة العلوم التربوية، جامعة جنوب الوادي ، كلية التربية بقنا، (32)، ص ص 99-127.*
- 3- إد داينر، وروبرت بيزاوس داينر (2011). *السعادة كشف أسرار الثروة النفسية/ ترجمة معتز سيد عبد الله). القاهرة: المركز القومي للترجمة.*
- 4- أسماء فتحى لطفى عبدالفتاح (2020). الامتتان وجودة النوم كمنبئ بالحيوية الذاتية لدى طلاب كلية التربية جامعة المنيا: دراسة سيكومترية - كLINيكية. *مجلة البحث في التربية وعلم النفس، جامعة المنيا ، كلية التربية، 35(1)، ص ص 257 - 316.*
- 5- أشرف محمد محمد عطية (2011). *الصمود الأكاديمي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب التعليم المفتوح، مجلة دراسات نفسية ، 21(4).*
- 6- أماني عبدالنواب صالح حسن (2018). القدرة التنبؤية للمرونة النفسية ومستوى الطموح بالمثابرة الأكاديمية لدى طالبات المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط ، كلية التربية، 34(6)، ص ص 337-388.*

- 7- أميمة عبدالرحيم الذنيبات وأسماء نايف سلطي الصرايرة (2018). المثابرة الأكاديمية وعلاقتها بالتنظيم الذاتي للتعلم لدى طلبة جامعة مؤتة. رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، عمادة الدراسات العليا، الأردن.
- 8- إيمان حسنين محمد عصفور (2016). الثراء النفسي .. الطريق إلى التنمية المستدامة. المؤتمر السنوي الرابع عشر: من تعليم الكبار إلى التعليم مدى الحياة للجميع من أجل تنمية مستدامة. جامعة عين شمس، مركز تعليم الكبار، ص ص 239-246.
- 9- إيمان محمد حسن القرعيش (2020). إدراك الأحداث والأنشطة السارة وعلاقتها بالشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، (14)، ص ص 139-176.
- 10- حنان خليل الحلبي (2021). المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية كمنبئات بالتوجه الإيجابي نحو المستقبل لدى عينة من طالبات جامعة القصيم. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، مركز رفاد للدراسات والأبحاث، (2)9، ص ص 469-487.
- 11- خالد محمود الزيود (2020). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بتكيف طلبة كلية التربية الرياضية مع البيئة الجامعية في جامعة اليرموك. دراسات - العلوم التربوية، الجامعة الأردنية ، عمادة البحث العلمي، (2)47، ص ص 249-269.
- 12- ريهام أحمد الغندور (2013). فاعلية موقع تفاعلي في تنمية المهارات الأساسية والمثابرة على الإنجاز اللازمة في مقرر صيانة الأجهزة التعليمية لدى طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية النوعية، رسالة ماجستير، كلية التربية النوعية، جامعة طنطا.

13- سحر منصور أحمد القطاوي و نجوى حسن علي(2016). المثابرة الأكاديمية وعلاقتها بالصلافة النفسية وتحمل الغموض لدى عينة من طلاب الجامعة المصرية والسعودية: دراسة مقارنة عبر ثقافية. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس ، مركز الإرشاد النفسي،(48)، ص 53-90.

14- سمير سالم سعيد الجهنى(2020). أثر المساندة الاجتماعية على كل من التحصيل الدراسي وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة بالمملكة العربية السعودية. مجلة القراءة والمعرفة، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، (226)، ص ص313-340.

15- سيد أحمد عثمان(1986). الإثراء النفسى: دراسة فى الطفولة ونمو الإنسان. القاهرة: مكتبة الإنجلو المصرية.

16- سيد أحمد محمد الوكيل(2020). الرحمة بالذات والمساندة الاجتماعية كمنبئين بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الفيوم. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، الجمعية المصرية للمعالجين النفسيين، (3)8، ص ص 367 - 421.

17- السيد مصطفى راغب الأقرع(2021). دور معنى الحياة كعامل وسيط بين التدين والرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين في دولة الكويت. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، 15(1)، ص ص168-183.

18- شروق غرم الله الزهرانى(2020). المساندة الاجتماعية وفعالية الذات وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة بمحافظة جدة. مجلة جامعة الملك عبدالعزيز - الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبدالعزيز، 28(2)، ص ص183-202.

- 663

- 24- على موسى الصباحيين والحميدى محمد الضيدان(2020). الرضا عن الحياة وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطلاب الوافدين فى الجامعات السعودية. *مجلة الدراسات الاجتماعية /السعودية*، جامعة الملك سعود ، الجمعية السعودية للدراسات الاجتماعية، (3)، ص ص43-72.
- 25- فاروق عبد الفتاح موسى (2011). *مقياس المثابرة الأكاديمية لطلاب الإعدادي والثانوي والجامعة*، كراسة التعليمات، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- 26- كامل حسن كتلو(2015). السعادة وعلاقتها بكل من التدين والرضا عن الحياة والحب لدى عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين. *دراسات-العلوم التربوية*، عمادة البحث العلمى، الجامعة الأردنية، 42(2)، ص ص661-679.
- 27- ماجدة ياسين القضاة ، و أسماء نايف سلطي الصرايرة(2016). علاقة انماط التعلم حسب قائمة كولب بالمثابرة الأكاديمية لدى طلبة جامعة مؤتة. *رسالة ماجستير*، جامعة مؤتة، عمادة الدراسات العليا، الأردن.
- 28- محمد ضاحى محمد تونى(2020). *نمطي الفصل المقلوب (النمطي / المزدوج) وعلاقتها ببنية مهارات إدارة المعرفة الشخصية والمثابرة الأكاديمية لدى طلاب قسم تكنولوجيا التعليم. مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية*، جامعة المنيا ، كلية التربية النوعية، (22)، ص ص1-70.
- 29- محمود رامز يوسف(2020). فاعلية برنامج إرشادي تكاملي في تنمية الشفقة بالذات لتحسين الصحة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية،الجمعية المصرية للدراسات النفسية*،30(108)، ص ص 327 - 384.

- 30- منى محمد الجزار وأحمد محمود فخرى (2019). التفاعل بين نمطي المحفزات (شارات / أشرطة تقدم) وأسلوب التعلم (كلي / تحليلي) ببيئة التعلم الإلكتروني وأثره على تنمية مهارات انتاج المقررات الإلكترونية والمثابرة الأكاديمية لدى الطلاب المعلمين. *تكنولوجيا التعليم، الجمعية المصرية لتكنولوجيا التعليم*، 29(7)، ص ص5-107.
- 31- منيرة محمد حمد محمد (2020). التفكير الإيجابي وعلاقته بتقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طالبات المرحلة الجامعية بالمملكة العربية السعودية. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب*، 119(1)، ص ص71-94.
- 32- نجلاء محمد فارس (2019). استخدام التعلم القائم على المشروعات عبر نظم إدارة التعلم الاجتماعية وأثره على المثابرة الأكاديمية وتنمية مهارات إنتاج مشروعات جماعية إبداعية لدى طلاب كلية التربية النوعية. *مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، كلية التربية*، 34(3)، ص ص640-677.

ثانيًا: المراجع الأجنبية:

- 33-Burns, R Anste , K. J (2010) . The Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Testing the invariance of a uni-dimensional resilience measure that is independent of positive and negative affect. *Personality and Individual Differences*, 48 (5),PP527-531
- 34-Cromby, J., Harper, D., & Reavey, P. (2007). Mental health teaching to UK psychology undergraduates: report of a survey. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 18(1),PP 83–90.

- 35- Guilford, J.P. (1952). *General Psychology*. New Delhi, Affiliated East- west press, Pvt., Ltd. 2nd Ed
- 36-You,D., Ruiz, A., and Warchal, J.(2018). The Presentation of Ethics in Undergraduate Psychology Syllabi: A Review. *Teaching of Psychology, Society For Teaching of Psychology*, 45(4),PP 346-350