

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض

الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر

د/ رضا محمد عبدالفتاح هريدي

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية للبنين بالقاهرة – جامعة الأزهر

RedaHaridy1214.el@azhar.edu.eg

د/ عمر محمود أحمد عبدالله الجعيدي

مدرس علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي كلية التربية

للبنين بالقاهرة – جامعة الأزهر

OmarEljeady933.el@azhar.edu.eg

ملخص البحث:

هدف البحث إلى التعرف على مدى وجود مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار للحياة الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي، والكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي، والتحقق من دور اليقظة العقلية كمتغير وسيط في العلاقة بين الحيوية الذاتية والنهوض الأكاديمي، ومعرفة مدى تشابه نموذج تحليل المسار بين المشاركين في البحث وفقاً للنوع "ذكور – إناث" من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر. وبلغ عدد المشاركين في البحث من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر (٥٤٦) مشاركاً بواقع (٢٠١) من الذكور و(٣٤٥) من الإناث، متوسط أعمارهم (٢٨,٢٩٨) عاماً. وتمثلت أدوات البحث في: مقياس الحيوية الذاتية (إعداد رمضان فرحات، ٢٠٢٣)، ومقياس اليقظة العقلية ومقياس النهوض الأكاديمي (وهما من إعداد الباحثين، ٢٠٢٤). وتم استخدام الأسلوب الإحصائي تحليل المسار Path Analysis للتحقق من مطابقة النموذج المقترح والكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات البحث، كما تم استخدام تحليل المسار متعدد المجموعات Multi-group Path Analysis للكشف عن التشابه في نموذج تحليل المسار لمتغيرات البحث حسب متغير النوع (ذكور، إناث). وتوصلت نتائج البحث إلى وجود مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار للحياة الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، ووجود تأثيرات مباشرة موجبة دالة إحصائياً للحياة الذاتية في كل من: اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي، ووجود تأثيرات مباشرة موجبة دالة إحصائياً لليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي، ووجود تأثيرات غير مباشرة موجبة دالة إحصائياً للحياة الذاتية في النهوض الأكاديمي من خلال اليقظة العقلية كمتغير وسيط، وتشابه نموذج تحليل المسار بين الذكور والإناث من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر. وقد تمت مناقشة وتفسير النتائج مع تقديم بعض المقترحات والتوصيات ذات الصلة.

الكلمات المفتاحية: الحيوية الذاتية؛ اليقظة العقلية؛ النهوض الأكاديمي؛ طلبة برنامج التأهيل التربوي؛ المعلمون قبل الخدمة.

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر

د/ عمر محمود أحمد عبدالله الجعيدي^١

مدرس علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي – كلية التربية للبنين بالقاهرة – جامعة الأزهر

د/ رضا محمد عبدالفتاح هريدي

مدرس الصحة النفسية – كلية التربية للبنين بالقاهرة – جامعة الأزهر

مقدمة:

يشهد عالم اليوم كثيرًا من التطورات والتحولات السريعة المتلاحقة في مختلف الميادين، وفي خِصَمَ ذلك يُنظر إلى العنصر البشري باعتباره الركيزة الأساسية التي تقوم عليها نهضة الأمم وتحقيق الرخاء للمجتمعات؛ لذا، تتجه دول العالم المتقدم نحو تركيز الجهود على تنمية هذا المورد الحيوي، والاستفادة المثلى من قدراته المختلفة بدنية كانت أم عقلية. وتواجه المؤسسات التعليمية تحديات متزايدة في العقود الأخيرة؛ مما يستدعي إعادة النظر في العوامل الشخصية التي تُسهم في تحسين الأداء الأكاديمي والنمو المهني.

وتُعَدُّ كلية التربية للبنين بالقاهرة جامعة الأزهر من أهم مؤسسات المجتمع المصري لإعداد المعلمين في العديد من التخصصات، ويوجد بها نظامان رئيسان لإعداد المعلمين، أولهما نظام تكاملي يُقدَّم للطلبة الملتحقين بكليات التربية من الحاصلين على الشهادة الثانوية الأزهرية أو ما يعادلها، وفي هذا النظام يتم إعداد المعلمين خلال أربع سنوات يدرس فيها المواد التربوية، والثقافية والتخصصية بجانب مقررات متطلبات الجامعة، أما النظام الثاني فهو نظام تنافسي يُقدَّم لخريجي الجامعات والمعاهد العليا من غير خريجي كليات التربية، حيث يلتحق الطلبة بالدبلوم العام في التربية ويدرسون عددًا من المقررات التربوية والثقافية لمدة عام دراسي واحد من خلال برنامج التأهيل التربوي والدبلوم العام في التربية نظام العام الواحد، أو عامين دراسيين من خلال الدبلوم العام في التربية نظام العامين مسائي (أيمن الخصوصي، ٢٠٢٣).

^١ يتوجه الباحثان بأسمى آيات الشكر والتقدير لسعادة الأستاذ الدكتور حسين عبدالعزيز الدريني أستاذ علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي بجامعة الأزهر لتفضله سيادته بمراجعة البحث وإبداء ملاحظاته القيمة وتوجيهاته السديدة سائلين المولى تبارك وتعالى أن يجزيه خير الجزاء في الدنيا والآخرة.

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

ويشير مصطفى عبدالرازق، وعمر الجعدي (٢٠٢٢، ٣٢٧) إلى أن طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر بحاجة إلى تحقيق قدر من التوازن بين الأعباء الأكاديمية المرتبطة بالدراسة ببرنامج التأهيل التربوي والتي تستغرق عامًا جامعيًا ممتدًا يدرسون خلاله (١٦) مقرّرًا دراسيًا أو أكثر من جهة، والأعباء الأخرى المرتبطة بالحياة الأسرية والمهنية وغيرها من الالتزامات التي تقع على عاتق هؤلاء الطلبة من جهة أخرى؛ وهو ما قد يشكل ضغطًا عديدة يخبرونها، إلى جانب الفروق الفردية بينهم في المهارات اللازمة لمتابعة الدراسة ببرنامج التأهيل التربوي.

وفي هذا السياق، يُعد طلبة برنامج التأهيل التربوي فئة حساسة ينبغي أن تتحلى بالعديد من السمات المهمة كالحياة الذاتية Subjective vitality التي تعد بمثابة قوة دافعة توفر الطاقة الإيجابية اللازمة لمواجهة تحديات البيئة التعليمية.

ويشير أيمن الخصوصي (٢٠٢٣) إلى أن الحيوية الذاتية من أهم المتغيرات البحثية الرئيسة في التربية وعلم النفس للمتعلمين بوجه عام ولطلبة الدبلوم العام في التربية بشكل خاص؛ نظرًا لأن انتقال الطلبة من مرحلة تعليمية إلى مرحلة تعليمية جديدة (أعلى) يتطلب طاقةً، وحيويةً، ونشاطًا بدنيًا وذهنيًا يرتبط بأعمال وسلوكيات الطلبة في العديد من الجوانب ذات الصلة بصحتهم النفسية والعقلية، وجودة حياتهم بشكل عام.

وتُعد الحيوية الذاتية أعلى مستويات الصحة والرفاهية النفسية، ويؤثر توافرها وتعزيزها والحفاظ عليها تأثيرًا كبيرًا في تشكيل سلوكيات الأفراد وحياتهم؛ وبالتالي يصبح بلوغ الحيوية الذاتية وزيادتها أمرًا على درجة عالية من الأهمية (Fini et al., 2010, 150-152). وفي السياق التعليمي، يمكن القول إن الأفراد عندما يشعرون بالحيوية والنشاط، يصبحون أكثر استعدادًا لمواجهة التحديات الأكاديمية بشكل مباشر.

وترى سارة مصطفى (٢٠١٨، ٣٧) أن فهم الحيوية الذاتية بشكل أوضح يمكن أن يتحقق عن طريق النظر إلى متلازمة الإرهاق النفسي المزمن Chorionic psychological fatigue syndrome وهي نقيض الحيوية الذاتية؛ إذ تشير متلازمة الإرهاق النفسي المزمن لانهايار قدرة الفرد على المقاومة، والشكوى الدائمة من الأحداث والآخرين؛ مما يؤثر على

وظائفه الجسمية والنفسية إذ يشعر بالتعب والضعف البدني، ويكرر الشكوى من الخمول، كما تتسم أفعاله بالانسحاب الاجتماعي وعدم المبادأة، ويتجنب تحمل المسؤولية، ويعزف عن الاستمرار في معظم الأعمال التي شرع فيها.

وتبين الحيوية الذاتية أهمية العنصر البشري في إيجاد مؤسسات تعليمية فعالة، فعندما تكون لدى الأشخاص طاقة إيجابية، يشعرون بأنهم أكثر حيوية وسعادة، كما أن طاقة وحيوية وإيجابية ونشاط الشخص تنعكس إيجاباً عليه وعلى المحيطين به، حتى أنه عندما يشعر بأن طاقته منخفضة، ثم يلتقي بأشخاص يتمتعون بطاقة عالية من حوله، فإنه يشعر بزيادة طاقته، وبالتالي تؤثر الحيوية الذاتية في عمله ودفاعيته وأدائه وكفاءته (Şener & Gündüzalp, 2020, 931-932).

وترتبط الحيوية الذاتية ارتباطاً موجباً بالعديد من المتغيرات النفسية والتربوية المهمة، وفي مقدمتها متغير اليقظة العقلية والذي توصلت دراسات وبحوث سابقة عديدة لوجود علاقة ارتباطية موجبة بينه وبين الحيوية الذاتية (مثل: Akin et al., 2016؛ Martin-Cuellar et al., 2021؛ عبير الرشدان، ٢٠٢٢؛ نانسي أبو الليمون، وفيصل الربيع، ٢٠٢٢؛ عاصم السماحي، ٢٠٢٤).

وتُعدّ اليقظة العقلية Mindfulness من المفاهيم الحديثة إلى حد ما في مجال علم النفس الإيجابي، وهي نوع من الانتباه الإرادي يُمكن الفرد من التركيز على اللحظة الحالية مع ملاحظة تجاربه الداخلية والخارجية دون إصدار أحكام أو تقييمات سواء بالقبول أو الرفض. وفي هذا السياق، تبرز أهمية اليقظة العقلية في تمكين الفرد من الحفاظ على مستوى عالٍ من الوعي والتركيز، على نحو يساهم في إدارة الضغوط بفعالية وتحقيق الأداء الأكاديمي المنشود. وقد شهدت السنوات الأخيرة تزايداً ملحوظاً في الاهتمام بدمج ممارسات اليقظة العقلية في برامج إعداد المعلمين قبل الخدمة، لا سيما في ظل التحديات النفسية والمهنية المتزايدة التي يواجهها المعلمون في البيئات التعليمية الحديثة؛ إذ ترتبط النتائج النفسية الإيجابية لممارسة اليقظة العقلية بشكل مباشر بزيادة الكفاءة التعليمية؛ حيث يساعد ارتفاع مستوى اليقظة العقلية المعلمين على تبني استجابات أكثر اتزاناً أمام التحديات الصفية، بدلاً من الاستجابات الاندفاعية، وهو ما يؤدي إلى الحفاظ على جو تعليمي داعم (Wu & Qin, 2025).

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

وترتبط اليقظة العقلية ارتباطاً موجباً بالعديد من المتغيرات النفسية والتربوية المهمة، ومن بينها متغير النهوض الأكاديمي والذي توصلت دراسات وبحوث سابقة عديدة لوجود علاقة ارتباطية موجبة بينه وبين اليقظة العقلية (مثل: فاطمة عبدالله، ٢٠٢٢؛ حُسن عنانبه، ومحمد صوالحة، ٢٠٢٥). وقد توصلت نتائج بحث (Satici et al. (2024 إلى وجود تأثير مباشر لليقظة العقلية على النهوض^٢ الأكاديمي Academic buoyancy لدى طلاب الجامعة. كما أشارت نتائج بحث (Mohammad Hosseini et al. (2024 إلى أن الجمع بين النشاط الأكاديمي واليقظة العقلية يُحدث تآزرًا قويًا يثري التجارب التعليمية؛ فالأفراد الذين يمارسون اليقظة العقلية يتحلون بقدر أكبر من الشجاعة والمثابرة في مواجهة التحديات "في إشارة لمضامين النهوض الأكاديمي".

ويشير مصطلح "النهوض الأكاديمي" إلى الاستجابة التكيفية للطلاب للتعامل مع النكسات والتحديات الأكاديمية التي تعد نموذجية في المسار العادي للحياة المدرسية (Putwain et al., 2012; Dang & Middlemiss, 2025)، وقد حظي باهتمام كبير من الباحثين باعتباره مكونًا أساسيًا لسمات الشخصية الإيجابية في التعلم (Zeng et al., 2025)، ويمكنه التنبؤ إيجابًا بالتعلم ذاتي التنظيم (Chen et al., 2025) والازدهار flourishing (Wang et al., 2025)، ويرتبط ارتباطاً موجباً ذا دلالة إحصائية بالصمود الأكاديمي (Iriana et al., 2025)، والاندماج الأكاديمي وعقلية النمو (Fatimah & Suharsono, 2025).

وهناك بعض المبادئ الأساسية وراء النهوض الأكاديمي، بما في ذلك الاستفادة من نقاط القوة بدلاً من نقاط الضعف، واتخاذ نهج استباقي بدلاً من النهج التفاعلي في مواجهة الشدائد والتحديات، والنظر في الحالات "العديدة" و"الصحية" بدلاً من الحالات المتطرفة في تقديم المقترحات (Martin & Marsh, 2020).

وإذا كانت الحيوية الذاتية -في سياق التعليم- تتوافق بشكل وثيق مع دوافع المتعلمين ومستويات مشاركتهم، وتؤثر بشكل إيجابي على أدائهم الأكاديمي؛ فإن النهوض الأكاديمي

^٢ ويُشار إليه أيضاً بمصطلح الطفو الأكاديمي أو الدراسي في العديد من البحوث والدراسات العربية

يمكن أن يشكّل عاملاً محوريًا في نجاح طلبة برنامج التأهيل التربوي خلال مرحلة الإعداد المهني قبل الخدمة، لا سيما في ظل التحديات المتزايدة التي تواجه الأنظمة التعليمية؛ حيث يعبر النهوض الأكاديمي عن قدرة الأفراد على التعامل الفعال مع الإخفاقات والتحديات اليومية في البيئة الأكاديمية مع التركيز على آليات المواجهة الإيجابية التي تمكنهم من الحفاظ على مستوى الأداء المنشود رغم الضغوط التي يخبرونها.

وقد أظهرت نتائج بحث (Fooladi et al., 2023) أن المستويات المرتفعة من النهوض الأكاديمي ترتبط بشكل مباشر بزيادة قدرة المعلمين قبل الخدمة على تبني إستراتيجيات تدريس مبتكرة، كما أظهر ذوو النهوض الأكاديمي المرتفع استخدامًا أكثر تواترًا لتقنيات التقويم التكويني بنسبة (٦٤%) مقارنة بأقرانهم.

وفي ضوء ما سبق، فإن تسليط الضوء على العلاقات القائمة بين الحيوية الذاتية، واليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي "المعلمين قبل الخدمة" أمر حيوي ليس فقط لنجاحهم الشخصي على المستوى الفردي ولكن أيضًا للنجاح في أدوارهم المستقبلية كمعلمين.

مشكلة البحث:

هناك عدة مصادر للوقوف على مشكلة البحث والتي بناءً عليها تولدت لدى الباحثين فكرة البحث الحالي، وفي مقدمة تلك المصادر ما يخبره أو يتعرض له مجتمع البحث من ضغوط وتحديات؛ حيث يواجه بعض طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر صعوبات عديدة في حضور المحاضرات الفعلية بنظام الحضور المباشر وجهًا لوجه أو المحاضرات الافتراضية عن بُعد والتي تستلزم منهم التعامل مع المنصات التعليمية الإلكترونية؛ فضلًا عن وجود تفاوت بين هؤلاء الطلبة من حيث تخصص المؤهل الأصلي، والعمر الزمني، وسنة التخرج، وحجم الالتزامات والمسؤوليات المهنية والأسرية الملقاة على عاتقهم؛ وبالتالي فهم ليسوا مجموعة متجانسة بل توجد بينهم فروق فردية في الخبرات والمهارات والسمات.

ويحتل المعلمون قبل الخدمة [طلبة برنامج التأهيل التربوي أو المعلمون المتدربون] أهمية بالغة اليوم؛ لأنهم سيصبحون المعلمين القادمين الذين سيقبلون عقول الأطفال وقلوبهم ومهاراتهم. ومن الضروري للغاية مساعدة هؤلاء المعلمين من خلال فهم الصعوبات والمعوقات التي تعترض مسيرتهم والعمل على مساعدتهم في تخطيها (Napanoy et al., 2021)؛

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

حيث يواجه بعض المعلمين قبل الخدمة [طلبة برنامج التأهيل التربوي أو المعلمون المتدربون] صعوبات في بناء علاقات إيجابية مع الطلبة لا سيما في سياق التنوع الطلابي والاحتياجات التعليمية الخاصة (Borremans et al., 2025)، كما أنهم بحاجة إلى كفاءات رقمية مهنية متعمقة ليتمكنوا من تعزيز المهارات الرقمية لطلابهم بفعالية (Dolezal et al., 2025)، ويحتاجون أيضًا إلى فهم أكبر فيما يتعلق بأساسيات الذكاء الاصطناعي وأخلاقياته لدمج الذكاء الاصطناعي في التعليم كمتعاون ديناميكي (Guan et al., 2025)، والبعض منهم لا يتقبلون أخطاءهم الشخصية، ويظهرون مستويات مرتفعة من عدم تحمل الإحباط (Zamora et al., 2025).

وقد أشار عاصم السماحي (٢٠٢٤) إلى أن طلبة الدراسات العليا^٣ يتعرضون للعديد من الضغوط النفسية، نتيجة عوامل وظروف متعددة منها عوامل أكاديمية، وأسرية، واجتماعية، أو عوامل نفسية تعزى للطلاب ذاتها، ولكن من الملاحظ أن البعض يتمتع بهمة ونشاط وحماس لتحقيق الأهداف، كما يتمتع بالطاقة والحيوية والقدرة على التوافق والتكيف مع تلك الضغوط، فيما قد تؤثر تلك الضغوط النفسية بشكل سلبي على الطلبة فيفقدون الحماس والنشاط والدافعية للدراسة.

كما تنطلق مشكلة البحث الحالي من الخبرة العملية للباحثين فهما من أعضاء هيئة التدريس ببرنامج التأهيل التربوي التابع لكلية التربية بنين بالقاهرة جامعة الأزهر؛ حيث لاحظا خلال المحاضرات وأثناء التفاعل مع طلبة البرنامج عدة مؤشرات تدعو للتأمل في العلاقات بين كل من: الحيوية الذاتية، واليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي. فقد لاحظا أن بعض الطلبة هم أكثر حيوية وتفاعلاً مع محتوى المناهج الدراسية وتجاوباً مع الأساليب التعليمية المعاصرة، ويتمتعون بمستوى أعلى من التركيز والوعي الذاتي وهو ما ينعكس إيجاباً على أدائهم الأكاديمي مقارنةً بأقرانهم من طلبة البرنامج.

^٣ يعد برنامج التأهيل التربوي من برامج الدراسات العليا؛ حيث يقبل خريجي الجامعات من الحاصلين على درجتي الليسانس والبكالوريوس من غير كليات التربية، ويمنحهم الدبلوم العام في التربية مما يؤهلهم لمواصلة المراحل التالية من الدراسات العليا بكلية التربية.

وتأتي أهمية متغيرات البحث (الحيوية الذاتية، واليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي) في التكيف مع متطلبات التعلم والتعامل الفعال مع الضغوط الأكاديمية كمصدر آخر لاشتقاق المشكلة؛ فالحيوية الذاتية طبقاً لكل من (Ryan & Frederick, 1997, 531; Peterson & Seligman, 2004, 274; Ryan & Deci, 2008, 703; Şener & Gündüzalp, 2020, 931-932) تمثل الطاقة التي يمكن للفرد استخدامها أو تنظيمها لأعمال هادفة تجعل من يتمتعون بها يتحلون بالحماس الذي يوجههم نحو أية أنشطة يختارون الاندماج فيها؛ وذلك لأنها -أي الحيوية الذاتية- تعتمد على الدافعية الذاتية.

كما أن اليقظة العقلية (خاصةً بُعد التصرف بوعي، وبُعد زيادة القبول دون إصدار أحكام) ترتبط ارتباطاً مهماً بانخفاض المشكلات الانفعالية؛ فقد صرح المعلمون الذين أبلغوا عن تحسن في اليقظة العقلية (التصرف بوعي، وقبول مشاعرهم وأفكارهم دون إصدار أحكام) بانخفاض ملحوظ في معاناتهم من المشكلات الانفعالية. وينطبق الأمر نفسه في الاتجاه الآخر: فقد أبلغ المعلمون الذين أبلغوا عن انخفاض في اليقظة العقلية عن معاناتهم من مشكلات انفعالية أكثر. وهو ما يوضح مدى أهمية اليقظة العقلية للمعلمين في مواجهة المشكلات الانفعالية (Kozina et al., 2025, 1).

فضلاً عن أهمية النهوض الأكاديمي بالنسبة للمعلمين؛ حيث أوضح Zhang (2021) أن التدريس مهنة شاقة، تُثقل كاهل المعلمين وتُعرضهم للكثير من الضغوط والتوتر وتحمل العديد من المسؤوليات. ولذلك، قد يشعرون في كثير من الأحيان بالإرهاك الشديد نتيجة هذه الضغوط التي لا تُطاق، فيتكون المهنة. واعترافاً بذلك، تُدرك العديد من الأنظمة التعليمية الآن أهمية مشاعر المعلمين وحالتهم النفسية بعد ظهور علم النفس الإيجابي. ولتحسين أدائهم، ينبغي أن يتحلوا بالصمود والنهوض الأكاديميين في مواجهة النكسات.

كما تنطلق مشكلة البحث الحالي أيضاً من نتائج وتوصيات بعض البحوث والدراسات السابقة؛ حيث دعت سارة مصطفى (٢٠١٨، ٨٦) إلى الاهتمام بدراسة مفهوم الحيوية الذاتية وتنميتها باعتبارها من المفاهيم المهمة الفعالة في علم النفس الإيجابي؛ حيث إنها تعد سمة إيجابية في الشخصية تساعد الفرد على التفاعل بشكل إيجابي مع الآخرين، والشعور بالابتهاج نحو الحياة، وتحفزه وتساعد في اكتساب سمات إيجابية أخرى.

وأشارت فاطمة الزهراء المصري (٢٠٢٠، ٢٤٠-٢٤١) إلى ندرة الدراسات التي تناولت مفهوم الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا على الرغم من أهمية دراسة هذا

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

المفهوم لديهم، فالالتحاق بمرحلة الدراسات العليا والاستمرار فيها، واكتساب مهارات البحث العلمي، والصبر على العقبات والصعوبات التي يواجهها الباحثون، تحتاج إلى تمتعه بقدر من الحيوية والهمة والدافعية والنشاط والمثابرة حتى يصل إلى هدفه المنشود.

وتوصلت نتائج بحث سهيلة شريف (٢٠٢٤، ٣٥٢) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين الحيوية الذاتية بأبعادها الفرعية والنهوض الأكاديمي بأبعاده الفرعية لدى طلاب المرحلة الثانوية الأزهرية. وأن الدرجة الكلية للحياة الذاتية يمكنها التنبؤ بالنهوض الأكاديمي؛ حيث تفسر (٥١,١%) من التباين الكلي للنهوض الأكاديمي، وأن أبعاد الحيوية العقلية والبدنية والاجتماعية تفسر (٤٠,٢%) من التباين الكلي. فضلاً عن أن المستويات المرتفعة من اليقظة العقلية تتنبأ بشكل فعال بزيادة النهوض الأكاديمي لدى الطلاب؛ مما يشير إلى أن اليقظة العقلية يمكن أن تعمل كحائط صد ضد الضغوط الأكاديمية (Soltani Benavandi, 2020).

وقد توصلت نتائج دراسات سابقة عديدة لوجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي لدى عينات متنوعة من المتعلمين في مراحل دراسية عديدة، وكذلك إمكانية التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من اليقظة العقلية مثل دراسات كل من: (عبدالعزیز سليم، ٢٠١٨؛ أحمد بهنساوي، ٢٠٢٠؛ وائل متولي، ٢٠٢١؛ عبدالعزیز حسب الله، ٢٠٢١؛ أماني عبدالمجيد، ٢٠٢١؛ هدى أبو العزم، ٢٠٢٢؛ عائشة يحياء، ونادية العمري، ٢٠٢٣؛ إبراهيم حكيم، ٢٠٢٥).

وقد قام (Mawarni, et al. (2024 بتحليل بعدي للوقوف على فعالية التدخلات القائمة على اليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي، وتم تلخيص النتائج من (١٥) بحثاً مستقلاً شملت (٤٥٠٩) مشاركاً عبر سياقات تعليمية متنوعة، بما في ذلك الولايات المتحدة وكندا وإيران والمملكة المتحدة. وكشف نتائج هذا التحليل عن وجود ارتباط إيجابي كبير بين تدخلات اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي، مع حجم تأثير مرتفع.

وفي حدود اطلاع الباحثين، لم يتطرق بحث عربي لدراسة نمذجة العلاقات بين هذه المتغيرات الثلاثة معاً (الحيوية الذاتية كمتغير مستقل، وكل من: اليقظة العقلية كمتغير وسيط، والنهوض الأكاديمي كمتغير تابع) لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر. وقد استند الباحثان في الجمع بين هذه المتغيرات الثلاثة معاً في نموذج واحد إلى فرضية مفادها أن التفاعل الدينامي بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية قد يُسهم بشكل تكاملي في تعزيز النهوض الأكاديمي، وهو ما لا تُبرزه البحوث السابقة التي تناولت العلاقات الثنائية فقط بين كل اثنين من متغيرات البحث دون المتغير الثالث. وفيما يلي توضيح لأهم النقاط التي استند إليها الباحثان:

- تُعد الحيوية الذاتية مؤشراً على الطاقة والنشاط الداخلي والدافع النفسي لدى الطلاب، في حين تُعبّر اليقظة العقلية عن القدرة على التواجد الكامل في الحاضر والانتباه للتفاصيل والمواقف التعليمية. من خلال دراسة المتغيرين معاً، يمكن للباحثين فهم كيفية تفاعل الطاقة الداخلية والوعي اللحظي في توجيه وتحفيز سلوكيات ومهارات تؤدي إلى تحسين النهوض الأكاديمي.
- كما أنه بالنظر إلى أن لكل من الحيوية الذاتية واليقظة العقلية علاقة إيجابية ملاحظة مع النهوض الأكاديمي عند دراستها بشكل منفرد، فإن الجمع بينهما في نموذج واحد قد يوضح أثر التفاعل بينهما؛ مما يقدم رؤية أعمق لسلوكيات الطالب وتحديد العوامل التي تسهم بشكل أكبر في النهوض الأكاديمي.
- يمكن افتراض أن الحيوية الذاتية تُوفر الطاقة والدافع اللازمين لممارسة تقنيات الوعي واليقظة؛ مما يُمكن الطلاب من تحسين قدرتهم على التركيز وإدارة ضغوط الدراسة؛ وهنا يمكن أن تؤدي اليقظة العقلية دور الوسيط الذي يربط الحيوية الذاتية بالنهوض الأكاديمي.
- يُحتمل أن تكون الارتباطات بين المتغيرات الثلاثة معقدة وغير خطية؛ فقد تظهر تأثيرات مباشرة وغير مباشرة؛ مما يدعو إلى استخدام نمذجة المعادلات البنائية لاستكشاف هذه الآليات التفاعلية الشاملة.
- بالرغم من وجود أدلة على علاقات ثنائية بين كل من الحيوية الذاتية واليقظة العقلية وبين كل منهما والنهوض الأكاديمي، إلا أنه لا يوجد نموذج نظري متكامل يشرح

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

كيف يمكن لهذه المتغيرات الثلاثة أن تعمل معًا لإحداث تأثير تفاعلي يشمل جميع جوانب العملية التعليمية؛ ومن ثم فإن بناء نموذج يشمل المتغيرات الثلاثة معًا قد يُسهم في سد هذه الفجوة المعرفية، ويُوفر إطارًا نظريًا متكاملًا يمكن أن يُستند إليه في البحوث المستقبلية لصياغة برامج تدخل تربوية ونفسية تهدف إلى تحسين الأداء الأكاديمي.

- رغم وجود دراسات سابقة تناولت التأثيرات المباشرة لكل من الحيوية الذاتية واليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي، إلا أن التفاعل المحتمل بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية، وما إذا كان هذا التفاعل يسهم بشكل جوهري في تفسير مستوى النهوض الأكاديمي لدى الطلبة، لا يزال غير واضح في الأدبيات؛ مما يبرر الحاجة إلى استقصاء هذا التفاعل ضمن نموذج تكاملي. بالإضافة إلى أهمية النظر إلى المتغيرات النفسية بوصفها نظامًا متكاملًا تتفاعل فيه السمات الشخصية مع العمليات العقلية في التأثير على الأداء الأكاديمي.

وفي ضوء ما سبق، يمكن صياغة مشكلة البحث الحالي على النحو التالي:

- ما درجة مطابقة بيانات المشاركين في البحث من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر لنموذج تحليل المسار للحياة الذاتية كمتغير مستقل واليقظة العقلية كمتغير وسيط والنهوض الأكاديمي كمتغير تابع؟
- ما التأثيرات المباشرة للحياة الذاتية في اليقظة العقلية لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر؟
- ما التأثيرات المباشرة للحياة الذاتية في النهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر؟
- ما التأثيرات المباشرة لليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر؟
- ما التأثيرات غير المباشرة للحياة الذاتية في النهوض الأكاديمي من خلال اليقظة العقلية كمتغير وسيط لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر؟

- ما تأثير النوع "ذكر - أنثى" في نموذج تحليل المسار للحبوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر؟

هدف البحث:

سعى البحث الحالي إلى التعرف على مدى وجود مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار للحبوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي، والكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين الحبوية الذاتية واليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي، والتحقق من دور اليقظة العقلية كمتغير وسيط في العلاقة بين الحبوية الذاتية والنهوض الأكاديمي، ومعرفة مدى تشابه نموذج تحليل المسار بين المشاركين في البحث وفقاً للنوع "ذكور - إناث" من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.

أهمية البحث:

تتمثل أهمية البحث الحالي فيما يلي:

- التأصيل النظري لمتغيرات البحث الحالي والمتمثلة في: الحبوية الذاتية واليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي.
- محاولة التوصل إلى نموذج يفسر العلاقات بين الحبوية الذاتية واليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي خاصة مع ندرة الدراسات والبحوث التي تناولت هذه المتغيرات مع بعضها البعض.
- إعداد مقياسي اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي، والتحقق من خصائصهما السيكومترية على عينة من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر؛ حيث يمكن الاستفادة من هذين المقياسين في الدراسات والبحوث المستقبلية ذات الصلة.
- الاعتماد على نتائج البحث الحالي في توجيه عناية متخذي القرار من المسؤولين عن برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر لأهمية متغيرات البحث الحالي والمتمثلة في: الحبوية الذاتية واليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي لطلبة البرنامج.
- إمكانية الاستفادة من نتائج البحث الحالي في بحوث لاحقة ذات صلة بمتغيرات البحث الحالي والمتمثلة في: الحبوية الذاتية واليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.

مصطلحات البحث:

(١) نمذجة العلاقات:

بعض الأساليب الإحصائية المستخدمة في الكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات البحث المشاهدة والمتمثلة في: الحيوية الذاتية واليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي.

(٢) الحيوية الذاتية:

يتبنى الباحثان تعريف الحيوية الذاتية لدى رمضان فرحات (٢٠٢٣، ٣٣٣)، والذي عرفها بأنها: "شعور الطالب بالحماس والنشاط والإقبال على الحياة وتظهر من خلال تمتعه بالصحة الجسمية والطاقة الذهنية التي تمكنه من القيام بمهامه بوعي وانتباه، ونظرته الإيجابية للحياة وقدرته على التحكم في انفعالاته وتنظيمها والتعبير عنها، وإحساسه بالهمة أثناء تفاعله مع الآخرين، واستخدام إمكاناته الروحية التي تجعله أكثر ثقة وإحساساً بمعنى وقيمة الحياة". ويتحدد ذلك إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر على مقياس الحيوية الذاتية (إعداد رمضان فرحات، ٢٠٢٣).

(٣) اليقظة العقلية:

يعرفها الباحثان بأنها: "الوعي وتركيز الانتباه الموجّه عمدًا إلى اللحظة الراهنة دون تشتيت، والحفاظ على وعي متواصل بالخبرات الداخلية والخارجية والاستمرار في ذلك دون إصدار أحكام مسبقة بما يتيح استجابة إيجابية وواقعية لما تحتوي عليه المواقف من أحداث ومشاعر وأفكار". ويتحدد ذلك إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر على مقياس اليقظة العقلية (إعداد الباحثين، ٢٠٢٤).

(٤) النهوض الأكاديمي:

يعرفه الباحثان بأنه: "مفهوم يعبر عن قدرة الفرد على التحمل والتكيف الإيجابي مع الضغوط الأكاديمية، ومواجهة التحديات بإيجابية، والتعامل بفعالية مع المواقف الأكاديمية الصعبة، والتمكن من النجاح رغم وجود عوامل قد تعرقل مسار التعلم". ويتحدد ذلك إجرائياً

بالدرجة التي يحصل عليها طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر على مقياس النهوض الأكاديمي (إعداد الباحثين، ٢٠٢٤).

٥) طلبة برنامج التأهيل التربوي:

يُقصد بهم في البحث الحالي "الطلاب والطالبات الملتحقون ببرنامج التأهيل التربوي بمراكز التأهيل التربوي التي تشرف عليها كلية التربية للبنين بالقاهرة جامعة الأزهر خلال العام الجامعي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤ م".

٦) برنامج التأهيل التربوي:

يُقصد به في البحث الحالي "برنامج في التربية يُقدّم -بشكل تنافسي- لخريجي الجامعات من الحاصلين على درجة الليسانس أو درجة البكالوريوس في تخصصات غير تربوية، ويهدف لتأهيلهم وإعدادهم كمتطلب ضروري لممارسة مهنة التدريس، أو الالتحاق بمراحل الدراسات العليا في التربية، ويمنحهم درجة الدبلوم العام في التربية، ويمتد عامًا جامعيًا متصلًا، ويتبع كلية التربية للبنين بالقاهرة جامعة الأزهر من خلال مراكز التأهيل التربوي المنتشرة في محافظات جمهورية مصر العربية".

حدود البحث:

١) طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.

٢) أدوات البحث المستخدمة في البحث الحالي: مقياس الحيوية الذاتية (إعداد رمضان فرحات، ٢٠٢٣)، ومقياس اليقظة العقلية ومقياس النهوض الأكاديمي (وهما من إعداد الباحثين، ٢٠٢٤).

٣) الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤ م.

الإطار النظري للبحث:

المحور الأول: الحيوية الذاتية:

أ) تعريف الحيوية الذاتية:

تشير الحيوية إلى الشعور الإيجابي بالنشاط والطاقة والحماس، الذي ينتج عن خبرة نفسية محددة، وتعكس رفاة الفرد، وتتناسب مع العوامل الجسدية والنفسية التي تؤثر على الطاقة المتاحة للذات (Ryan & Frederic, 1997, 529-530).

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

وتركز الحيوية على الجوانب البدنية والعقلية للأداء، ولذلك يُعرفها قاموس Webster بالهمة البدنية والعقلية، وعلى مستوى أعمق، تعني الشعور بالحياة؛ حيث يشعر الفرد الحيوي بالحماس، والروح، والنشاط، عندما يكون صحيحًا جسديًا، ومندمجًا نفسيًا، ويحاول تحقيق هدفه بدلًا من الشعور بالضيق أو يكون بلا هدف (Peterson & Seligman, 2004, 274). والحيوية الذاتية وفقًا لرأي Rozanski et al. (2005, 641) تعني امتلاك الفرد للطاقة وشعوره بالحماس والانتعاش والإثارة الإيجابية والإقبال على الحياة والفرح والاهتمام، ويدعمها الإحساس بالهدف والشعور بقيمة الذات، واستثمار الطاقة في تحقيق الأهداف والتفاعل مع الآخرين.

كما تُعرّف الحيوية الذاتية بالطاقة المتاحة للذات، وتعد مؤشرًا بارزًا ومهمًا ووظيفيًا للصحة والدافعية (Ryan & Deci, 2008, 702).

ويمكن القول إن الحيوية الذاتية تعبر عن حالة من الشعور الإيجابي بالحياة، والطاقة التي تتصف بالحماس والامتلاء بالحياة والإحساس بالقوة والشعور بالاقتدار، وتجسد مشاعر الكفاءة والفعالية والإنتاجية والإيجابية التي تدفع الشخص للاستمرار في الحياة بمعنى وهدف واضح وبهمة ونشاط (عبدالعزیز سليم، ٢٠١٦، ١٨٢؛ سارة مصطفى، ٢٠١٨، ٤٤).

ويرى Reshvanloo et al. (2018, 2) أن الحيوية الذاتية نوع من الخبرة النفسية الخاصة التي يشعر من خلالها الفرد بالشغف والتحمس للحياة.

وينكر Ugur et al. (2019, 127) أن الحيوية الذاتية طاقةً نفسيةً تدفع الفرد نحو الإنتاجية والسلوكيات الهادفة، وتمنحه قوة للتعامل مع الصعاب أو الأحداث الضاغطة بشكل فعال، وتدل على تمتعه بمستوى عالٍ من الصحة النفسية.

وتعتبر فاطمة الزهراء المصري (٢٠٢٠، ٢٤٣) عن الحيوية الذاتية بالأفكار والمشاعر والسلوكيات التي تدل على امتلاك الفرد الهمة والطاقة والحماس والدافعية والشعور بالاقتدار لأداء مهامه بفاعلية وكفاءة؛ حيث يتمتع بمستوى مرتفع من الشعور بالصحة البدنية، والطاقة العقلية، والحيوية الانفعالية والاجتماعية والروحية؛ مما يحفزه للاندفاع الإيجابي نحو الإثمار الحياتي ليصبح وجوده ذا معنى وقيمة.

وقد عرفها أيمن الخصوصي (٢٠٢٣، ١٠) بأنها: "حالة الحماسة والهمة والطاقة الإيجابية التي تزود الطلبة بالنشاط المستمر في المهام والأنشطة الحياتية بجد وفعالية، وتمكّنهم من التفكير الهادئ والمتزن، وتشعرهم بالنشاط النفسي الإيجابي من خلال تنظيم وإدارة انفعالاتهم بطريقة تجعلهم يشعرون بالرضا والسعادة النفسية، وتزيد من تأثيرهم في الآخرين، وتأثّر الآخرين بهم، والتي تجعلهم يؤصّلون للقيم الروحية العليا التي تنظم علاقتهم بالله - سبحانه وتعالى - وصلتهم به".

أما سهيلة شريف (٢٠٢٤، ٣٦٢) فقد عرّفها بأنها: "حالة من التمتع بمستوى مرتفع من الحماس والنشاط والامتلاء بالطاقة والإقبال على الحياة، والتنبه والقدرة على ضبط وتنظيم الانفعالات، وامتلاك الطالب لطاقة عقلية تمكّنه من التفكير الهادئ والمتزن".

في حين عرفها عاصم السماحي (٢٠٢٤، ١٥٤١) بأنها: "حالة من الشعور الإيجابي تجاه الحياة، تشير إلى امتلاك الفرد للطاقة والنشاط والحماس والهمة العالية والدافعية التي تمكّنه من أداء مهامه بكفاءة وتفاؤل، ومواجهة التحديات التي يتعرض لها بفاعلية من أجل إنجاز وتحقيق أهدافه".

أما بسيوني سليم، وإيمان عبدالرحمن، وآلاء الورداني (٢٠٢٤، ٢٢٦) فيرون أنها: "امتلاك الفرد الطاقة البدنية التي تمكّنه من إنجاز المهام بهمة ونشاط، والتفكير المتزن الهادئ المنظم، والإقبال على الحياة بفاعلية ونشاط وخلو من الاضطرابات النفسية، وسرعة التجاوب والتواصل الاجتماعي، وينعكس ذلك في تأصيل قيم الحق والخير والجمال".

ويتضح مما سبق تعدد وجهات نظر الباحثين حول مفهوم الحيوية الذاتية؛ حيث نظر إليها البعض على أنها حالة يشعر فيها الشخص بالهمة والإقبال على الحياة، بينما ركز آخرون على أنها خبرة نفسية يشعر من خلالها الشخص بالشغف والتحمس للحياة، في حين اعتبرها البعض طاقة يمتلكها الشخص وتدفعه للمشاركة في الأنشطة، ويتضح من ذلك تعدد أبعاد ومكونات الحيوية الذاتية بحيث تتضمن جوانب بدنية وعقلية واجتماعية وانفعالية وروحية.

ب) مكونات الحيوية الذاتية:

تشير الدراسات والبحوث السابقة إلى أن للحياة الذاتية خمسة مكونات أساسية كما يلي:

١- الحيوية البدنية Physical Vitality:

تتضمن الحيوية الذاتية بعدًا بدنيًا واضحًا في تعريفها وبنيتها العامة، فكلما تمتع الفرد بمستوى عام من الصحة الجسمية حتى وإن كان مصابًا بأمراض أو إعاقات معينة؛ كان أكثر حيوية وهمة ونشاطًا، فالمحدد العام لها شعوره بحسن الحال من الناحية الصحية، وعدم معاناته من الإصابات والأمراض المعيقة للنشاط، وهي دالة في جزء منها لأسلوب الحياة اليومية للفرد من حيث نظام تغذيته ونومه ورعايته الصحية وظروف سكنه وطبيعة البيئة التي يعيش فيها (عبدالعزیز سليم، ٢٠١٦، ١٨٦، ١٨٩).

وتعد الحيوية مؤثرًا على الصحة الجسمية، وترتبط ارتباطًا مباشرًا وتفاعليًا بالعوامل البدنية والنفسية؛ حيث يرتبط المستوى البدني بالوظائف والصحة الجسمية الجيدة، بالإضافة إلى التحرر من التعب والمرض، بينما يعكس المستوى النفسي خبرات الإرادة والتأثير وتكامل الذات على المستويين الشخصي والاجتماعي (Peterson & Seligman, 2004, 274). كما أن الطاقة التي يوجهها الفرد لضبط الذات، وتنظيم الانفعالات، والتحكم في الانتباه والأفكار والدوافع والسلوكيات، تعتمد ولو جزئيًا على توفر مستويات كافية من الجلوكوز في الدم (Gailliot et al., 2007, 325).

ويرى رمضان فرحات (٢٠٢٣، ٣٤٧) أن الحيوية البدنية تعني تمتع الفرد بالصحة الجسمية التي تمده بالطاقة اللازمة لإنجاز مهامه وأنشطته الحياتية بفاعلية، وتساعده على الانتباه لفترة زمنية أطول، وذلك من خلال ممارسته للعادات السلوكية الصحيحة كتجنب الجلوس لفترات طويلة أمام الشاشات، وممارسة الرياضة، وتناول الأطعمة والمشروبات الصحية، والنوم لفترة كافية.

٢- الحيوية العقلية Mental Vitality:

الحيوية العقلية تعني امتلاك الفرد الطاقة العقلية والدافعية العقلية التي تمكنه من التفكير المتزن الهادئ الواضح، وتحمل الضغوط، والتعامل مع المشكلات بفاعلية، واستخدام إستراتيجيات تفكير جديدة (فاطمة الزهراء المصري، ٢٠٢٠، ٢٤٧؛ سارة مصطفى، ٢٠١٨، ٤٤).

وتُعرّف أيضًا بأنها امتلاك الفرد للطاقة الذهنية الكافية التي تمكنه من تطوير إمكانياته وقدراته العقلية باستمرار، وإيجاد طرق ابتكارية لحل المشكلات، وفهم وتحليل الأفكار المعقدة والمسائل الصعبة، وتحديد الإخفاقات التي يتعرض لها والتغلب عليها، والمشاركة بشغف في أنشطة التحدي الفكري التي تستثير عقله (رمضان فرحات، ٢٠٢٣، ٣٤٨).

٣- الحيوية الانفعالية Emotional Vitality:

تشير الحيوية الانفعالية إلى شعور الفرد بالطاقة الإيجابية، والرفاهية الإيجابية التي تعبر عن اندماجه في الحياة واهتمامه بها، وقدرته على تنظيم انفعالاته وسلوكه بشكل فعال (Kubzansky & Thurston, 2007, 1393).

فالحياة الانفعالية هي ارتباط نشط بالعالم، مع قدرة على التنظيم الانفعالي الفعال، وشعور عام بالرفاهية (Tajer, 2012, 325).

وتتمثل الحيوية الانفعالية في شعور الفرد بالهمة والنشاط والحماس والمثابرة والدافعية العالية للإنجاز، وقدرته على ضبط وتنظيم انفعالاته، والمواجهة الإيجابية للمشكلات، وتبنيه اتجاهات نفسية إيجابية نحو الحياة تجعله راضيًا عنها ومستمتعًا بها ومقبلًا عليها بغض النظر عن منغصاتهما (فاطمة الزهراء المصري، ٢٠٢٠، ٢٤٨).

ويمكن القول إن الحيوية الانفعالية هي نظرة الفرد الإيجابية للحياة والتي تجعله سعيدًا متفائلًا مقبلًا عليها بهمة وحماس، مما يمكنه من التحكم وتنظيم انفعالاته والتعبير عنها بكفاءة بشكل لفظي وغير لفظي واستثمار ذلك في التعامل مع المشكلات والمواقف الحياتية التي تواجهه بفاعلية (رمضان فرحات، ٢٠٢٣، ٣٤٨).

٤- الحيوية الاجتماعية Social Vitality:

يتسم الأفراد ذوو المستوى المرتفع من الحيوية بالنشاط، والطاقة، والنشوة، والفاعلية، ونادراً ما يشعرون بالإرهاق، ويعبرون عن حيويتهم وروحهم المعنوية ليس فقط في الإنتاجية والنشاط الشخصي، بل يتعدى ذلك إلى تنشيط الآخرين الذين يتعاملون معهم (Peterson & Seligman, 2004, 273-274).

فبالرغم من أهمية العوامل البدنية أو الفيزيائية، إلا أن الحيوية أيضًا تتأثر تأثرًا كبيرًا بالمتطلبات الاجتماعية والنفسية؛ إذ يمكن أن تؤثر الأحداث الاجتماعية في الفرد الذي يتمتع

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

بالصحة البدنية وتجعله يشعر بالإثارة والنشاط، أو التوتر، والحساسية، والاستنزاف (Ryan & Deci, 2008, 703-704).

وتعتبر الحيوية الاجتماعية عن حالة الانتباه والفهم والاستبصار العام التي يتصف بها بعض الأفراد أثناء التفاعل الاجتماعي، وتزيد من تأثيرهم في الآخرين، وترتقي من مكانتهم الاجتماعية داخل الجماعة (عبدالعزیز سليم، ٢٠١٦، ١٩١).

وقد خلص رمضان فرحات (٢٠٢٣، ٣٤٩) إلى أن الحيوية الاجتماعية تتطوي على شعور الفرد بالنشاط والهمة أثناء تفاعله مع الآخرين مما يزيد من قدرته على التعامل معهم بإيجابية، وتكوين صداقات معهم، والعمل معهم في مجموعات تعاونية، وإقناعهم بفكرة معينة أو التأثير فيهم، وارتقاء مكانته الاجتماعية بينهم.

٥- الحيوية الروحية Spiritual Vitality:

للحيوية الروحية عدة مؤشرات تتمثل في الاندفاع النشط الإيجابي التلقائي من قبل الفرد لتأصيل القيم الروحية العليا كالحق والخير والجمال، مع الشعور بالطمأنينة والصفاء والسكينة العامة (عبدالعزیز سليم، ٢٠١٦، ١٩١).

كما يُشار إلى الحيوية الروحية على أنها قدرة الفرد على التعلق بكل ما هو خير وجدير بالقيمة والتقدير في العالم والكون (نانسي أبو الليمون، ٢٠٢٢، ٦).

ويمكن وصف الحيوية الروحية بأنها تمتع الفرد بالحماس والنشاط الذي يدفعه إلى إدراك هدفه ورسالته في الحياة، والتضحية من أجل تحقيقهما، ملتزماً بقيم الحق والعدل وعمل الخير للآخرين وإيثارهم على ذاته، مما يؤدي إلى شعوره بالسكينة والطمأنينة والاستمتاع بالحياة (رمضان فرحات، ٢٠٢٣، ٣٤٩).

ج) قياس الحيوية الذاتية:

استُخدمت عدة مقاييس تقرير ذاتي لقياس الحيوية الذاتية، ومن أبرزها مقياس Ryan & Frederick (1997, 540)، والذي تم استخدامه في العديد من الدراسات والبحوث الأجنبية، مثل: (Fini et al. (2010)، (Reshvanloo et al. (2018)، وقد تُرجم إلى اللغة العربية واستخدم في بعض الدراسات والبحوث مثل: تحرير جاسم ، وحسن سعيد (٢٠١٩)،

وعبدالعزيز سليم (٢٠١٦)، وأحمد عبدالحميد (٢٠٢٢)، وسارة مصطفى (٢٠١٨)، ويتكون هذا المقياس من نسختين، حيث تتعامل النسخة الأولى مع الحيوية الذاتية باعتبارها فروقاً فردية أي سمة مستقرة، بينما تنتظر النسخة الثانية إلى الحيوية الذاتية باعتبارها حالة، وبلغ عدد عبارات المقياس (٧) عبارات، بواقع (٦) عبارات إيجابية، وعبارة واحدة سلبية، ويجب عنها وفق مقياس ليكرت السباعي. كما أعدت ابتسام محمد، وزهراء كطوف (٢٠٢٠) مقياساً بلغ عدد فقراته (٣٢) مفردة، وقامت ريم الكريديس (٢٠٢٢) بإعداد مقياس يضم (٢٢) عبارة، وصممت نانسي أبو الليمون (٢٠٢٢) مقياساً اشتمل على (١٩) عبارة، وأعدّ محمود ياسين (٢٠٢٢) مقياساً بلغ عدد عباراته (٧) عبارات، وقامت داليا العبد، وسميرة شند، وسارة مصطفى (٢٠٢٣) ببناء مقياس تضمن (٤٠) فقرة، وصممت فاطمة الزهراء النجار ومرفت الصفقي (٢٠٢٣) مقياساً مكوناً من (٥٠) عبارة، وأعدّ رمضان فرحات (٢٠٢٣) مقياساً تألف من (٣٥) عبارة، وقدم أمين الخصوصي (٢٠٢٣) مقياساً يتألف من (٢٢) عبارة، وقامت سهيلة شريف (٢٠٢٤) بإعداد مقياس مكون من (٣٣) عبارة، وأعدّ عاصم السماحي (٢٠٢٤) مقياساً يتألف من (٤٥) عبارة، وقدم بسيوني سليم، وإيمان عبدالرحمن، وآلاء الورداني (٢٠٢٤) مقياساً مكوناً من (٣٠) عبارة.

وفي البحث الحالي تم تطبيق المقياس الذي أعده رمضان فرحات (٢٠٢٣) نظراً لملاءمته لمجتمع البحث فقد قام معدّ المقياس بتطبيقه وحساب خصائصه السيكمترية على طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر أيضاً فضلاً عن كونه مقياساً حديثاً.

د) أهمية الحيوية الذاتية للمعلمين:

في الوقت الراهن، يُعد علم النفس الإيجابي المجال الرئيس الذي يتردد فيه مفهوم الحيوية الذاتية بصورة مكثفة؛ حيث إن الشعور بالحياة والطاقة والنشاط والهمة والإقبال على الحياة والترحيب بها جانب مهم للخبرة البشرية، ومؤشر رئيس من مؤشرات جودة الحياة النفسية (عبدالعزيز سليم، ٢٠١٦، ١٨٥).

ومن خلال الاطلاع على ما ذكره Şener & Gündüzalp (2020 930-933) يمكن للباحثين الحاليين استخلاص أهمية الحيوية الذاتية للمعلمين في النقاط الآتية:

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنموض الأكاديمي

(١) تعزيز الأداء المهني والتعليمي: فالحيوية الذاتية تؤدي دورًا مهمًا في تحسين كفاءة المعلمين وأدائهم في المؤسسات التعليمية. كما أنها ترتبط بزيادة دافعية المعلمين نحو التدريس، وهو ما يؤدي إلى تفاعل أكثر إيجابية مع الطلاب.

(٢) التأثير الإيجابي على الطلاب والمجتمع المدرسي: فالمعلمون الذين يتمتعون بالحيوية الذاتية يظهرون مشاعر إيجابية وسلوكًا بناءً تجاه طلابهم وزملائهم وأولياء الأمور وإدارة المدرسة. كما أنهم يساعدون في تهيئة بيئة تعليمية محفزة تعزز من تحصيل الطلاب وحيويتهم الذاتية.

(٣) التعامل مع ضغوط التدريس بمرونة: إذ تمنح الحيوية الذاتية المعلمين القدرة على التكيف مع تحديات المهنة، مثل ضغوط العمل وتعدد المسؤوليات. وتعزز الصمود النفسي؛ مما يمكنهم من مواجهة الصعوبات والحفاظ على الحماس والطاقة في العمل.

(٤) دور الحيوية الذاتية في تطوير التعليم: فالمعلمون الذين يتمتعون بمنظور إيجابي وحيوي للحياة ينعكس ذلك على جودة التدريس وتطوير العملية التعليمية. وقد أصبح من الضروري قياس مستويات الحيوية الذاتية لدى معلمي ما قبل الخدمة لضمان اختيار معلمين قادرين على الإبداع والابتكار في مجال التعليم.

المحور الثاني: اليقظة العقلية:

أ) تعريف اليقظة العقلية:

تُظهر تعريفات اليقظة العقلية في العلوم النفسية اتفاقًا مفاهيميًا أكبر وتؤكد على (أ) الوعي المتمركز حول الحاضر والانتباه المجرد، و(ب) مواقف القبول وعدم الحكم (Chems-Maarif et al., 2025, 1).

وقد تعددت تعريفات اليقظة العقلية؛ حيث عُرِّفت بأنها: "الوعي الذي ينشأ من خلال الانتباه بطريقة معينة عن قصد، في اللحظة الحالية، وبدون إصدار أحكام" (Kabat-Zinn, 2003, 145).

وعرفها (Baer et al. (2006, 27) بأنها: "مفهوم متعدد الأوجه يتضمن التركيز على الخبرات الحاضرة أكثر من الانشغال بالماضي أو الأحداث المستقبلية، ومواجهة الأحداث كما هي في الواقع وقبول الخبرات دون إصدار أحكام".

بينما عرّفها عبدالعزيز سليم (٢٠١٨، ٣٦٢) بأنها: "حالة من الوعي بالخبرات الحالية، وتوجيه الانتباه نحو اللحظة الحاضرة بفضول وتقبل، دون اتخاذ أية مواقف تقييمية تجاهها؛ مما يمكن الفرد من تحليل المواقف والأحداث من حوله بشكل دقيق وأكثر انفتاحاً".

وقد عرّفها أمل حبيب، وهبة الناعي (٢٠٢٤، ٢٠٥) على أنها: "تنظيم ذاتي للانتباه والتركيز على اللحظة الراهنة عن عمد دون إصدار أحكام تقييمية مقترناً باتجاهات نفسية كحب الاستطلاع والانفتاح على الخبرة والتقبل والوعي بالتجارب والاهتمام بالظواهر الداخلية والخارجية؛ مما يسهم في مواجهة الصعوبات والتحديات".

بينما يرى محمد زغبى (٢٠٢٤، ١٣٠٧) أن اللحظة العقلية هي: "قدرة الفرد على تركيز الانتباه بطريقة مقصودة في اللحظة الآنية دون تقييم لها أو إصدار أحكام عليها".

في حين عرّفها أحمد جمعة (٢٠٢٤، ١١٠٠) بأنها: "تركيز ووعي التلميذ على اللحظة الحالية، والانتباه إلى مشاعره وأفكاره والبيئة المحيطة به في الوقت الحاضر بنوع من التقبل والمرونة والاندماج وعدم إصدار أحكام عليها".

أما نائلة القحطاني (٢٠٢٤، ١٩٩) فقد حدّدتها بأنها: "الوعي النشاط والتقبل لدى الطلاب للخبرات الحياتية الحاضرة بغرض المواجهة الإيجابية المرنة للأحداث والأشخاص كما هي في الواقع وبدون إصدار أحكام تقييمية مسبقة عليها".

وقد عرّفها إبراهيم عبده (٢٠٢٤، ١٤٣) بأنها: "مفهوم متعدد الأبعاد يتضمن الملاحظة، والوصف، والتصرف بوعي، وعدم الحكم على الخبرات الداخلية، وعدم التفاعل مع الخبرات الداخلية، والتعامل مع اللحظة الراهنة بواقعية وإيجابية".

وترى مرام البارقي، وفاطمة خليفة (٢٠٢٤، ٣٣٥) أن اللحظة العقلية هي: "وعي وإدراك الفرد الكامل بالخبرة الحالية لحظة بلحظة، وزيادة تركيزه لذاته، وإدراكه للأحداث والمشاعر الحالية من حوله، وتقبله للأفكار الجديدة وانفتاحه عليها دون تقييم أو تحيز أو إصدار أحكام ودون ضغط أو تأثير من الخبرات الماضية أو المستقبلية".

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

في حين عرفها عاصم السماحي (٢٠٢٤، ١٥٤٠-١٥٤١) بأنها: "تركيز الانتباه عن قصد على الخبرات الحالية، بدلاً من الانشغال بالخبرات السابقة أو الأحداث المستقبلية، ووصف هذه الخبرات وتقبلها والتعايش معها دون إصدار أحكام تقييمية عليها؛ مما يساعد الطالب على التفكير بشكل أكثر واقعية، وتحقيق استجابة التكيف المطلوبة، وتتضمن الأبعاد التالية: "الملاحظة، والوصف، والتصرف بوعي، وعدم الحكم على الخبرات الداخلية، وعدم التفاعل مع الخبرات الداخلية".

كما اقترح Chems-Maarif et al. (2025, 15) تعريفاً ينص على أن اليقظة العقلية هي: "الوعي المتمركز حول الحاضر، والانتباه المجرد لأحاسيس الجسم والظواهر المعرفية والانفعالية والبيئة الخارجية بموقف متسامح ومتزن".

ويتضح مما سبق تعدد وجهات نظر الباحثين حول مفهوم اليقظة العقلية؛ حيث تباينت التعريفات بعض الشيء وإن كانت تتفق -في المجلد- على أن اليقظة العقلية تدور حول الانتباه الواعي للحظة الحالية، سواء كانت تجارب داخلية (مثل المشاعر والأفكار) أو تجارب خارجية (مثل البيئة المحيطة). كما يشترك معظم الباحثين في الإشارة إلى ضرورة تجنب التقييم أو إصدار الأحكام المسبقة على الخبرات، مما يتيح قبولها كما هي. وتُبرز هذه التعريفات أن اليقظة العقلية تتم بصفة متعمدة وواعية، مما يعزز فهم الفرد لذاته وتفاعله مع الواقع بطريقة غير متحيزة. إلا أن هناك أيضاً بعض نقاط الاختلاف والتمايز بين التعريفات؛ إذ أن بعض التعريفات (مثل: إبراهيم عبده، ٢٠٢٤) تبرز الطبيعة متعددة الأبعاد لليقظة العقلية، حيث تشمل مكونات عديدة، ما يمنحها عمقاً أكبر من كونها مجرد تركيز على اللحظة الحالية. بينما تبرز بعض التعريفات (مثل: أحمد جمعة، ٢٠٢٤؛ نائلة القحطاني، ٢٠٢٤) أهمية تطبيق مفهوم اليقظة العقلية في البيئة التعليمية، مع تسليط الضوء على دور المتعلم في الوعي الذاتي والتركيز على مشاعره وأفكاره والبيئة المحيطة به. ويرى الباحثان الحاليان أن هذا التنوع في التعريفات يُظهر كيف أن اليقظة العقلية قد تطورت لتصبح متغيراً على درجة عالية من الأهمية في مجالات البحث النفسي والتربوي، وأنها باتت قابلة للتطبيق في سياقات مختلفة بما يتناسب مع أهداف البحث والبيئة التعليمية.

(ب) أبعاد وقياس اليقظة العقلية:

وفيما يتعلق بأبعاد أو مكونات اليقظة العقلية فليس هناك ثمة اتفاق بشأنها؛ حيث أعدّ (Baer et al. (2006 استبياناً يتألف من (٣٩) مفردة تتم الاستجابة لها من خلال ليكرت خماسي وتم توزيعها على خمسة أبعاد لليقظة العقلية هي: الملاحظة، والوصف، والتصرف بوعي، وعدم الحكم على الخبرة الداخلية، وعدم التجاوب مع الخبرة الداخلية. في حين قام (Cardaciotto et al. (2008 ببناء مقياس أطاقا عليه مقياس فيلادلفيا لليقظة العقلية The Philadelphia Mindfulness Scale ويضم (٢٠) مفردة موزعة على بعدين اثنين هما: الوعي، والتقبل. في حين قدّم أحمد بهنساوي (٢٠٢٠) مقياساً تعبر مفرداته عن مضامين أربعة مكونات أو أبعاد هي: الملاحظة المتأهبة، والوصف، والوعي المستمر، والتقبل بدون إطلاق أحكام. بينما أعدّ محمد زغبوي (٢٠٢٤) مقياساً يتألف من (٤٠) مفردة تم توزيعها على أربعة أبعاد هي: الملاحظة، والوصف، والتصرف بوعي، والانفتاح على الخبرة الجديدة، وتتم الاستجابة لها من خلال ليكرت خماسي. وقد قام أحمد جمعة (٢٠٢٤) ببناء مقياس يرتكز على أربعة أبعاد هي: الملاحظة، والوصف، والتصرف بوعي، والتقبل، ويبلغ عدد مفرداته (٢١) مفردة تتم الاستجابة لها من خلال ليكرت خماسي. وقد صمم إبراهيم عبده (٢٠٢٤) مقياساً يتألف من (٣٥) عبارة موزعة على خمسة أبعاد هي: الملاحظة، والوصف، والتصرف بوعي، وعدم الحكم على الخبرات الداخلية، وعدم التفاعل مع الخبرات الداخلية، وتتم الاستجابة لمفردات المقياس من خلال ليكرت خماسي. وقام حسين الرويلي (٢٠٢٤) ببناء مقياس مكون من (٣٥) فقرة تتم الاستجابة لها من خلال ليكرت ثلاثي، وتم توزيعها على أربعة أبعاد هي: الملاحظة، والوصف، والتصرف بوعي، والتقبل. وأعدّ عاصم السماحي (٢٠٢٤) مقياساً يتألف من (٤٠) عبارة موزعة على خمسة أبعاد هي: الملاحظة، والوصف، والتصرف بوعي، وعدم الحكم على الخبرات الداخلية، وعدم التفاعل مع الخبرات الداخلية، وتتم الاستجابة لمفردات المقياس من خلال ليكرت خماسي.

ولذا قام الباحثان الحاليان ببناء مقياس جديد تضمّن في صورته النهائية (٢١) عبارة تقرير ذاتي تتم الاستجابة لها من خلال ليكرت خماسي، وتم توزيعها على ثلاثة أبعاد، وحساب خصائصه السيكمترية (كما سيتم تفصيله في الجزء الخاص بأدوات البحث).

(ج) أهمية اليقظة العقلية للمعلمين:

تؤثر ممارسات اليقظة العقلية بشكل كبير على القدرات المعرفية، وخاصة بالنسبة للمعلمين المحتملين [كما هو الحال بالنسبة لطلبة برنامج التأهيل التربوي]؛ حيث إن الانخراط في اليقظة العقلية يزيد من التحكم في الانتباه ويعزز بيئات التدريس الفعالة.

ووفقاً لما ذكره (Schmoyer 2020, 11-15)، تعمل اليقظة العقلية على تعزيز الوظائف التنفيذية مثل: تنظيم الذات، والمرونة المعرفية، والتخطيط، وحل المشكلات، والتي تعد ضرورية لإدارة ديناميكيات الفصل الدراسي، كما أن التدخلات القائمة على اليقظة العقلية تساعد في تنمية الكفاءات الخمس للتعلم الاجتماعي الوجداني وهي: الوعي الذاتي، وإدارة الذات، والوعي الاجتماعي، ومهارات العلاقات، واتخاذ القرارات المسؤولة، وجميعها مهارات بالغة الأهمية للمعلمين الحاليين والمستقبليين.

بالإضافة إلى ذلك، تعمل اليقظة العقلية على تخفيف حدة القلق والتوتر، وهما عاملان يمكن أن يُسببا ضَعْفًا في الأداء المعرفي؛ فاليقظة العقلية تؤدي دوراً في تيسير التفكير الأكثر وضوحاً واتخاذ القرارات المستنيرة، وتحسين فترات الانتباه والتنظيم الانفعالي؛ مما يساعد المعلمين قبل الخدمة على التعامل مع المواقف العصيبة بقدر أكبر من الهدوء وتعزيز فعاليتهم المعرفية (Jennings et al., 2024).

ووفقاً لما ذكره Kerr et al. (2017) فإن للتدريب على اليقظة العقلية عدة آثار إيجابية بالنسبة لمعلمي ما قبل الخدمة [مثل طلبة برنامج التأهيل التربوي]؛ حيث أفاد المشاركون في برنامج اليقظة العقلية بتحسُّن في الوضوح الانفعالي وتحسن في تنظيم الانفعالات السلبية، كما أن التدريب على اليقظة العقلية يساعد الطلاب المعلمين على التحكم في سلوكياتهم الاندفاعية، والتعامل بشكل أكثر تكيفية مع المشاعر المُرهِقة. فضلاً عما أشار إليه (Birchinall et al. 2019) من أن هذه التدخلات قادرة على تخفيف الضغوط وتخفيض التوتر لدى معلمي ما قبل الخدمة، وينبغي النظر في إدراجها في برامج إعداد المعلمين الأولية. وفي سياق متصل، تشير نتائج البحوث أيضاً إلى وجود علاقة موجبة بين اليقظة العقلية والتفكير النقدي لدى المعلمين قبل الخدمة؛ إذ ارتبط التواجد الكامل في اللحظة الحالية

بزيادة المشاركة في ممارسات التفكير النقدي؛ لأن القبول اليقظ يساعد في النمو المعرفي من خلال تمكين الأفراد من التعرف على التحيزات واتخاذ قرارات مستنيرة، وهو ما يجعل المعلمون الذين يمارسون اليقظة العقلية مستعدين بشكل أفضل لمواجهة التحديات وتبني الحلول المبتكرة، علاوة على أن المشاركة في ممارسات اليقظة العقلية تميل إلى تنمية الشفقة بالذات لديهم تلك التي تمكنهم من إظهار اللطف تجاه أنفسهم عند مواجهة النكسات أو التحديات في مسيرتهم المهنية (Chen et al., 2024).

وقد أظهرت نتائج بحث Hepburn, et al. (2021) أن المعلمين قبل الخدمة [طلاب برامج تدريب المعلمين] فئة تعاني من مستويات مرتفعة من الضغوط المدرسية، وأن المستويات الأعلى من الوعي بالانتباه اليقظ قد تكون مرتبطة بمستويات أقل من الضغوط المدرسية ومستويات أعلى من الرفاهية الذاتية. ووفقاً لنتائج بحث Hue & Lau (2015) فإن اليقظة العقلية مؤشر مهم للرفاهية، وقد كان التدريب عليها مفيداً ومجدياً للمعلمين قبل الخدمة، ويمكن تنفيذ مثل هذا التدريب في برامج إعداد المعلمين لتعزيز الرفاهية وإدارة التوتر والحماية من الاحتراق المهني.

بينما استكشف بحث Pan et al. (2022) العلاقة بين اليقظة العقلية وكل من: الذكاء الوجداني، والكفاءة الذاتية، والرفاهية الذاتية لدى معلمات رياض الأطفال، ووجد البحث أنه يمكن التنبؤ بالرفاهية الذاتية مباشرة من اليقظة الذهنية، كما يمكن للذكاء العاطفي والكفاءة الذاتية أن يتوسطا العلاقة بين اليقظة الذهنية والرفاهية الذاتية.

وبالنسبة للمعلمين والمعلمين قبل الخدمة، فإن اليقظة العقلية من المتغيرات الأساسية للتنقل بين ضغوط وتحديات مهنة التدريس (Wu & Qin, 2025)؛ لأنها تؤدي دوراً أساسياً في تعزيز رفاهية المعلمين والمعلمين قبل الخدمة؛ فهي تساعد في تطوير المهارات اللازمة للتعامل مع متطلبات التدريس، كما أنها تقلل بشكل كبير من الضغوط والقلق وأعراض الاكتئاب لدى المعلمين والمعلمين قبل الخدمة، فضلاً عن دورها في تحسين ممارسات التدريس (Beers, 2021; Hirshberg et al., 2020; Juul et al., 2021; Dewhirst & Goldman, 2018).

بالإضافة إلى أن تدريب المعلمين قبل الخدمة على ممارسة اليقظة العقلية يعزز بشكل كبير من تنظيم الانفعال؛ لأن الانخراط في ممارسات اليقظة العقلية يمكن أن يُحسِّن الوضوح الانفعالي؛ مما يسمح للأفراد بتحديد وفهم انفعالاتهم بشكل أكثر دقة، ومن ثم إدارة

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

أفضل للانفعالات السلبية مع احتمالية أقل للاستجابة بشكل اندفاعي للعوامل المسببة للتوتر، واحتمالية أكبر لتبني استجابات أكثر قدرة على التكيف عند مواجهة المواقف الصعبة (Kerr et al., 2017).

وشمل بحث Hirshberg et al. (2020) عينة من معلمي ما قبل الخدمة لمرحلة الطفولة المبكرة شاركوا في تدخل للتدريب على اليقظة العقلية لمدة تسعة أسابيع، وأظهرت النتائج تحسناً ملحوظاً في الدعم التعليمي وتنظيم الفصل الدراسي، وظلت هذه الفوائد واضحة بعد ستة أشهر من التدخل، مما يشير إلى تحسينات دائمة في منهجيات التدريس. بينما كشف بحث نوعي أجراه Hirshberg et al. (2022) عن زيادة الاستجابة للطلاب، وانخفاض مستويات الضغوط، وتحسين التنظيم الانفعالي كنتائج لتدريب معلمي ما قبل الخدمة على ممارسة اليقظة العقلية.

يتضح مما سبق أن لليقظة العقلية فوائد عديدة للمعلمين سواء كانوا على رأس العمل أم معلمين قبل الخدمة ما زالوا في طور الاستعداد للالتحاق بسوق العمل؛ حيث يمكن أن تعمل اليقظة العقلية على تحسين صحتهم ورفاهتهم، فضلاً عن زيادة مشاركتهم ورضاهم المهني، مما يؤدي إلى انخفاض معدلات التغيب والاحترق الوظيفي وترك المهنة. كما تعمل أيضاً على تحسين علاقاتهم مع الطلاب، وتهيئة مناخ داعم في الفصول الدراسية يُمكن جميع الطلاب من التعلم.

المحور الثالث: النهوض الأكاديمي:

يُعَدّ النهوض الأكاديمي عنصراً مهماً في إثراء تجربة التعلم بفضل قدرته على تحفيز المتعلمين وتعزيز إيجابيتهم تجاه التحديات الأكاديمية، كما أنه نظراً لارتباطه الوثيق بالقدرة على التكيف والصمود في وجه التحديات الأكاديمية، يعزز النهوض الأكاديمي الإيجابية النفسية ويسهم في تحسين أداء المتعلمين وتحقيق النجاح التعليمي. وعلاوة على ذلك، يمكن ربط النهوض الأكاديمي بمفاهيم أخرى مهمة في علم النفس التعليمي مثل: الدافعية الذاتية، والتوافق الدراسي، والاندماج الأكاديمي.

أ) تعريف النهوض الأكاديمي:

قدّم الباحثون تعريفات متعددة ومتنوعة لمفهوم النهوض الأكاديمي؛ حيث عرّفه Martin (2008, 54) & Marsh بأنه: "قدرة الطالب على مواجهة التحديات والصعوبات اليومية في الأوساط الأكاديمية، وتجاوز العقبات الدراسية اليومية وتحسين التحصيل الدراسي وصولاً إلى الإنجاز الأكاديمي".

كما عرّفه Martin & Marsh (2009, 353) بأنه: "القدرة على التغلب على النكسات والتحديات الأكاديمية التي يواجهها الطالب في المسار العادي للحياة الدراسية، والاندماج الناجح بعد الفشل في التعليم من خلال عوامل مثل الكفاءة الذاتية والالتزام والسيطرة"، بينما عرّفه عبدالعزيز سليم (٢٠١٨، ٣٥٢) بأنه: "قدرة الطلاب في التغلب بنجاح على العثرات والتحديات الدراسية التي تعتبر نمطاً عادياً في الحياة الأكاديمية اليومية كانهماض الأداء وقلق الامتحانات ومواعيد المنافسة مع الآخرين وضغط الأداء والمهام الصعبة". أما Datu & Yuen (2018, 208) فقد عرّفاه بأنه: "القدرة على التعامل مع مجموعة كبيرة من التحديات التي يواجهها الطالب باستمرار في المجال الأكاديمي".

في حين ترى رانيا عطية (٢٠٢٠، ١٣٧) أن النهوض الأكاديمي يعني "نجاح الطالب في التغلب على التحديات الأكاديمية اليومية المعتادة والمستمرة نسبياً التي يواجهها في مساره الأكاديمي".

بينما عرّفته أماني عبدالمجيد (٢٠٢١، ١٧٧) بأنه: "بنية نفسية تتمثل في قدرة الطالب على تخطي الانتكاسات والتحديات الأكاديمية اليومية التي يواجهها في حياته الأكاديمية". في حين حدّده وائل متولي (٢٠٢١، ٣٤٣) بأنه: "قدرة الطلاب على التعامل بكفاءة مع الضغوط، والتحديات، والنكسات، والمحن بشكل مستمر في المجال الأكاديمي، وذلك بما يمنع حدوث الفشل الدراسي".

بينما عرّفه مصطفى بسيوني (٢٠٢٣، ٩) بأنه: "قدرة الطالب على التخطيط والتنسيق لمواجهة التحديات والضغوط والإخفاقات بفاعلية، والالتزام بالمشاركة في الأنشطة الأكاديمية المختلفة، والهدوء في إدارة القلق أثناء أداء الامتحانات والمهام الموكلة إليه، ومقاومة الخوف من الفشل فيها، والسيطرة على سلوكياته لتكون أكثر ملاءمة لتحقيق أهدافه المستقبلية".

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

أما سهيلة شريف (٢٠٢٤، ٣٦٢) فقد عرّفته بأنه: "بناء نفسي تكيفي يتضمن قدرة الطالب على التعامل بكفاءة مع التحديات والصعوبات والنكسات المرتبطة بالحياة الدراسية والتصدي لها، وإكمال المهام والتكليفات، والمشاركة الأكاديمية بما يمنع من حدوث الفشل الدراسي". وعرّفته أمل حبيب، وهبة الناغي (٢٠٢٤، ٢٠٦) على أنه: "القدرة على مواجهة التحديات والتعافي من آثار النكسات الأكاديمية التي تواجه الطالب الجامعي بشكل متكرر ونسبي من خلال التخطيط لمعاودة النجاح والتيقن من تجنب الأداء السيء والمثابرة وإقامة علاقات إيجابية مع أساتذته؛ مما يساهم في تجنب حدوث الفشل الأكاديمي والمضي قدماً نحو النجاح والتكيف الأكاديمي".

ويرى إبراهيم حكيم (٢٠٢٥، ٢٠٥) أن النهوض الأكاديمي هو: "بنية تكيفية مرتبطة بالسلوكيات الإيجابية، تتمثل في قدرة الطالب على الاستجابة للتحديات في البيئة الأكاديمية، والتأقلم بفاعلية عند مواجهة النكسات الشائعة التي تتم مواجهتها بشكل منتظم، والتعامل مع النضالات اليومية والتحديات التعليمية والعقبات الأكاديمية التي تواجهه في المعاملات اليومية للحياة الأكاديمية".

مما سبق يتضح أن هذه التعريفات المقدمة لمفهوم النهوض الأكاديمي تُظهر تشابهاً كبيراً من حيث التأكيد على قدرة الطلبة على مواجهة التحديات اليومية في البيئة الدراسية والتغلب على الصعوبات والانتكاسات، مع التركيز على تحقيق نجاح أكاديمي وتحويل النكسات إلى فرص للتعلم والنمو، سواء كانت متعلقة بالأداء الدراسي أو الضغوط النفسية والانفعالية. وتشير بعض التعريفات (مثل: Martin & Marsh, 2009) إلى أن النهوض الأكاديمي لا يقتصر على مواجهة العقبات فحسب، بل يشمل أيضاً القدرة على الاندماج الناجح والتعافي بعد الفشل أو النكسات، مما يبرز الطابع التكيفي لهذا المفهوم. في حين أن بعض التعريفات، (مثل أماني عبدالمجيد، ٢٠٢١؛ إبراهيم حكيم، ٢٠٢٥)، تتعامل مع النهوض الأكاديمي باعتباره بنية نفسية أو تكيفية ترتبط بالسلوكيات الإيجابية التي تساعد الطالب على التكيف مع الضغوط والعقبات الأكاديمية.

وتختلف التعريفات في مدى تفصيل العوامل التي تُسهم في النهوض الأكاديمي؛ فبينما يركز البعض على عناصر مثل الكفاءة الذاتية والالتزام والسيطرة، يُشير آخرون إلى أهمية التخطيط لمعاودة النجاح وإقامة العلاقات الإيجابية. وتعتمد بعض التعريفات على وصف النهوض الأكاديمي كقدرة عامة على التعامل مع التحديات دون الخوض في طبيعة تلك التحديات، بينما تتطرق تعريفات أخرى إلى ذكر تحديات محددة مثل انخفاض الأداء وقلق الامتحانات وضغط الأداء.

وبناءً على ما سبق، يُظهر تنوع التعريفات ثراء هذا المفهوم وتعدد زواياه، مما يستدعي تبني نموذج شامل يأخذ في الاعتبار العناصر النفسية والسلوكية والاجتماعية المسهمة في تعزيز قدرة الطلبة على مواجهة التحديات الأكاديمية وتحولها إلى فرص للنمو والنجاح. ويرى الباحثان الحاليان أن النهوض الأكاديمي مفهوم على درجة كبيرة من الأهمية؛ حيث يسلط الضوء على تحفيز المتعلمين ليكونوا قادرين على التغلب على الصعوبات وتحقيق النجاح رغم الظروف الصعبة التي قد يتعرضون لها. ويعد النهوض الأكاديمي عنصراً أساسياً في بناء القدرات العقلية والنفسية للمتعلمين، ويعزز من تفاعلهم الإيجابي مع بيئة التعلم وتحقيق التقدم الأكاديمي المستمر. كما يسهم النهوض الأكاديمي في تعزيز الشعور بالثقة والإيجابية لدى المتعلمين؛ مما يساعدهم على التعامل بشكل أفضل مع التحديات التعليمية. وعن طريق النهوض الأكاديمي، يمكن للمتعلمين تطوير مهاراتهم في إدارة الضغوط والتحفيز الذاتي؛ مما يسهم في تعزيز أدائهم الأكاديمي وتحقيق النجاح في مختلف المراحل الدراسية.

ب) مكونات وقياس النهوض الأكاديمي:

تم قياس النهوض الأكاديمي في البحوث السابقة من خلال مقاييس تقرير ذاتي كما في بحث Piosang (2016) حيث تم تطبيق مقياس يتضمن (٥٠) عبارة موزعة على خمسة عوامل هي: فاعلية الذات، والتحكم غير المؤكد، والمشاركة الأكاديمية، والقلق، وعلاقة المعلم بالطالب، وتتم الاستجابة له من خلال ليكرت خماسي. كما قام عبدالعزيز سليم (٢٠١٨) بإعداد مقياس يضم (٢٥) عبارة، وتتم الاستجابة له من خلال ليكرت خماسي. وأعد أحمد بهنسوي (٢٠٢٠) مقياساً يغطي خمسة عوامل هي: الكفاءة الذاتية، والتحكم الذاتي، والمثابرة الأكاديمية، والقلق، والعلاقة بين المعلم والطالب، وتتم الاستجابة له من خلال ليكرت خماسي. وكذلك في بحث وائل متولي (٢٠٢١) والذي اعتمد على مقياس يتضمن (٢٤) عبارة موزعة

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

على أربعة مجالات هي: المثابرة الأكاديمية، والكفاءة الأكاديمية، والمرونة الأكاديمية، وحل المشكلات الأكاديمية، وتتم الاستجابة له من خلال ليكرت خماسي، وأعدَّ عبدالعزيز حسب الله (٢٠٢١) مقياسًا مكونًا من (١٢) عبارة تغطي النهوض الأكاديمي كعامل عام وتتم الاستجابة لعبارات هذا المقياس من خلال ليكرت خماسي، وفي بحث إيمان عبدالرحمن، ونور جلال، وسحر محمود (٢٠٢٣) تم الاعتماد على مقياس يتألف من (٣٩) عبارة تم توزيعها على ثلاثة أبعاد رئيسية هي: الدعم النفسي الأكاديمي، والمشاركة الأكاديمية، وفاعلية الذات الأكاديمية، وتتم الاستجابة له من خلال ليكرت خماسي. كما أعدت عائشة يحياء، ونادية العمري (٢٠٢٣) مقياسًا يتضمن (٢٢) عبارة موزعة على ثلاثة مجالات هي: مواجهة الصعاب الأكاديمية، ومواجهة المواقف الضاغطة، والدعم الخارجي، وتتم الاستجابة له من خلال ليكرت خماسي. وقام مصطفى بسيوني (٢٠٢٣) ببناء مقياس يتألف من (٥١) عبارة موزعة على خمسة أبعاد هي: التسيق، والالتزام، والهدوء، والسيطرة، والفاعلية الذاتية، وتتم الاستجابة له من خلال ليكرت خماسي. وصممت أمل حبيب، وهبة الناجي (٢٠٢٤) مقياسًا مكونًا من (٤٣) عبارة موزعة على أربعة مجالات هي: التخطيط لمعاودة النجاح، والتحكم غير اليقيني، والمثابرة الأكاديمية، وعلاقة الطالب بأساتذته، وتتم الاستجابة لعبارات هذا المقياس من خلال ليكرت ثلاثي. وكذلك في بحث سهيلة شريف (٢٠٢٤) والذي اعتمد على مقياس يتضمن (٣٠) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد هي: الكفاءة الذاتية، والمشاركة الأكاديمية، والهدوء وانخفاض القلق، وتتم الاستجابة له من خلال ليكرت خماسي.

ج) أهمية النهوض الأكاديمي للمعلمين:

يمكن أن يُنظر للنهوض الأكاديمي كعامل حاسم يساعد المعلمين في معالجة مشاكلهم المهنية؛ فمن منظور الرفاهية المهنية للمعلمين، يُعدّ النهوض الأكاديمي عاملاً يجمع بين الضغوط الداخلية والخارجية التي تؤثر على التحسّن الأكاديمي وتحقيق الانضباط الذاتي. وينصب تركيز النهوض الأكاديمي على أن النظر في المشكلات التي يواجهها المعلمون أمرٌ بالغ الأهمية، وأن طريقة النظر إليها هي ما يُحدِّث فرقاً بين المعلمين وأساليبهم التدريسية. لذلك، عند ظهور هذه المشكلات، ينبغي على المعلمين السعي جاهدين لعدم فقدان الأمل؛

مما يؤدي إلى إيجاد حلول عملية أكثر، حتى وإن بدت هذه المشكلات مستعصية للوهلة الأولى (Ding & He, 2022, 7).

والمعلمون ذوو النهوض الأكاديمي Buoyant teachers يتعاملون بفاعلية مع ضغوط العمل المدرسي ولا يسمحون لأي شيء بالتأثير على ثقتهم بأنفسهم، ونتيجة لذلك، يتغلبون على الانتكاسات التي تُعد من أسوأ التجارب التي يمر بها المعلمون (Wang & Guan, 2020). ومن هنا يمكن القول إن للنهوض أهمية محورية لأنه يحافظ على معنويات المعلمين مرتفعة؛ مما يؤدي إلى سياق أفضل للتدريس والإبداع لجعل جو الفصل أكثر إنتاجية وتفاعلية (Ding & He, 2022).

ويؤدي النهوض دورًا حاسمًا في تعافي المعلمين من المواقف الصعبة مثل: ضعف التفاعل الصفّي، وعدم التوازن بين العمل والحياة الشخصية، وعبء العمل الثقيل. بالإضافة إلى ذلك، يتأثر مستوى النهوض لدى المعلمين بالتفاعل الديناميكي بينهم وبين الأنظمة البيئية، ولا يُنظر إليه على أنه قدرة فردية فحسب، بل هو نتاج اجتماعي بيئي. ويحتاج المعلمون الذين يتعرضون باستمرار للتحديات إلى أن يكونوا مزودين بمثل هذه الآلية التنظيمية -أي النهوض- للحفاظ على الأداء العقلي الصحي والقدرة على العمل بسهولة (Liu et al., 2022).

وفي هذا السياق، توصلت نتائج بحث Ding & He (2022) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين النهوض الأكاديمي والكفاءة الذاتية، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين النهوض الأكاديمي والاحتراق الوظيفي لمعلمي اللغة الإنجليزية كلغة أجنبية (EFL) في الصين. وقد أجري البحث على عينة قوامها (٣٩٩) معلمًا صينيًا (٣٥٤ أنثى و٤٥ ذكرًا) من (١١) مقاطعة و(١٨) مدينة في الصين.

وكشفت نتائج البحث الذي أجراه Zhi et al. (2024) على (٢٤٢) من معلمي اللغة الإنجليزية كلغة أجنبية بالصين عن وجود علاقات إيجابية وقوية بين النهوض الأكاديمي، والكفاءة الذاتية، والانخراط في العمل work engagement، فضلًا عن دور النهوض الأكاديمي والكفاءة الذاتية في التنبؤ بانخراط أو اندماج هؤلاء المعلمين في العمل، وكيف أنه يجعلهم ملتزمين بمهنة التدريس، ويشاركون بنشاط في البيئة التعليمية على الرغم من أن تدريس اللغة الإنجليزية كلغة أجنبية أو ثانية أمر صعب، ومليء بالتحديات، ويثقل كاهل المعلمين من الناحية الانفعالية.

العلاقة بين متغيرات البحث:

أ) العلاقة بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية:

ترتبط الحيوية الذاتية ارتباطاً موجباً باليقظة العقلية؛ حيث توصلت نتائج دراسات وبحوث سابقة عديدة لوجود علاقة ارتباطية موجبة بينهما (مثل: Akin et al., 2016؛ Martin-Cuellar et al., 2021؛ عبير الرشدان، ٢٠٢٢؛ نانسي أبو الليمون، وفيصل الربيع، ٢٠٢٢؛ عاصم السماحي، ٢٠٢٤؛ سمر محمد، ولطفي إبراهيم، ونوال بخيت، ٢٠٢٤). فقد أجرى Akin et al. (2016) بحثاً للكشف عن دور اليقظة العقلية كمتغير وسيط في العلاقة بين جودة الصداقة friendship quality والحيوية الذاتية. شارك في الدراسة (٢٧٣) طالباً جامعياً (متوسط أعمارهم = ٢١ عاماً، بانحراف معياري = ١,١). وتم تطبيق مقياس جودة الصداقة، ومقياس اليقظة العقلية المعرفية والوجدانية Cognitive and Affective Mindfulness Scale، ومقياس الحيوية الذاتية. ومن بين النتائج التي أظهرها هذا البحث وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية.

وقامت عبير الرشدان (٢٠٢٢) ببحث للتعرف على العلاقة بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية، والتعرف على الفروق في الحيوية الذاتية واليقظة العقلية تبعاً للنوع لدى عينة من طلبة وطالبات جامعة الكويت، تم استخدام المنهج الوصفي المقارن الارتباطي لملائمته لطبيعة البحث، وتكونت العينة من (٢٠٠) طالب و(٢٠٠) طالبة من طلبة جامعة الكويت؛ حيث تم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية، ومقياس اليقظة العقلية، وأشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية لدى أفراد عينة البحث. وأوصى البحث بأهمية الاستفادة من العلاقة الموجبة بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية في مجالات التربية والتعليم والعمل.

وسعى بحث نانسي أبو الليمون وفيصل الربيع (٢٠٢٢) إلى إجراء نمذجة للعلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والكفاءة الذاتية الأكاديمية، لدى طلبة جامعة اليرموك. وتكونت عينة البحث من (١١٩٧) طالبا وطالبة من جامعة اليرموك، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، تبعاً للمستوى التعليمي والنوع. ولتحقيق أهداف البحث، تم استخدام مقياس الحيوية

الذاتية، ومقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية، ومقياس اليقظة العقلية. وقد أظهرت نتائج البحث وجود مستوى مرتفع من الحيوية الذاتية، ومستوى متوسط في كل من اليقظة العقلية والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلبة جامعة اليرموك. كما بينت أن النموذج الأمثل للدراسة هو جميع المقاييس التي تم أخذها: الحيوية الذاتية، واليقظة العقلية، والكفاءة الذاتية الأكاديمية. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية مباشرة ذات دلالة إحصائية بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية، إذ بلغ حجم الأثر (٠,٧٠٦)، كما أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية وغير مباشرة بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية من خلال الكفاءة الذاتية الأكاديمية؛ إذ بلغ حجم الأثر غير المباشر (٠,٦١٣).

وهدف بحث عاصم السماحي (٢٠٢٤) إلى الكشف عن النموذج البنائي للعلاقات بين اليقظة العقلية والحيوية الذاتية والعزم الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية جامعة كفر الشيخ. واشتملت عينة البحث الأساسية على (٩١٠) من طلاب وطالبات الدراسات العليا بكلية التربية جامعة كفر الشيخ، وتراوح أعمارهم بين (٢٣-٤٥) عامًا، بمتوسط عمري قدره (٢٥,٧٥) عامًا، وانحراف معياري قدره (٣٩٧) بواقع (١٢٧) ذكور، و(٧٨٣) إناث، وقد اشتملت أدوات البحث على: مقياس اليقظة العقلية، ومقياس الحيوية الذاتية، ومقياس العزم الأكاديمي، واعتمد البحث على المنهج الوصفي، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس اليقظة العقلية ودرجاتهم على الحيوية الذاتية.

وقام كل من سمر محمد، ولطفي إبراهيم، ونوال بخيت (٢٠٢٤) ببحث لفحص العلاقة الارتباطية بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية لدى عينة تكونت من (٢٧٠) من طلاب الفرقتين الثالثة والرابعة (٤٣) إناث، (٢٧) ذكور، تتراوح أعمارهم بين (٢١ : ٢٣) عامًا بمتوسط حسابي (٢٢,٣)، وانحراف معياري (١,٢)، بكلية التربية جامعة المنوفية، وتمثلت أدوات البحث في مقياس الحيوية الذاتية، ومقياس اليقظة العقلية. وتمثلت الأساليب الإحصائية المستخدمة في معامل ارتباط بيرسون، تحليل الانحدار الخطي. وأظهرت نتائج البحث أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين الدرجات الكلية لأفراد العينة الأساسية على الحيوية الذاتية ودرجاتهم الكلية على مقياس اليقظة العقلية.

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

ب) العلاقة بين الحيوية الذاتية والنهوض الأكاديمي:

توصلت نتائج بحث سهيلة شريف (٢٠٢٤) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين الحيوية الذاتية بأبعادها الفرعية والنهوض الأكاديمي بأبعاده الفرعية لدى طلاب المرحلة الثانوية الأزهرية. وأن الدرجة الكلية للحياة الذاتية يمكنها التنبؤ بالنهوض الأكاديمي؛ حيث تفسر (٥١,١%) من التباين الكلي للنهوض الأكاديمي، وأن أبعاد الحيوية العقلية والبدنية والاجتماعية تفسر (٤٠,٢%) من التباين الكلي.

وقام محمد البدرماني (٢٠٢٤) ببحث هدف إلى نمذجة العلاقات بين أبعاد الحيوية الذاتية (البدنية، والعقلية، والانفعالية، والاجتماعية) والاندماج الأكاديمي والطفو [النهوض] الأكاديمي، وبلغ عدد المشاركين في البحث (٥٠٠) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة حلوان، وطُبِّقَت ثلاثة مقاييس، هي: مقياس الحيوية الذاتية ومقياس الاندماج الأكاديمي، ومقياس الطفو [النهوض] الأكاديمي. وكشفت النتائج عن ملائمة النموذج المقترح للعلاقات بين متغيرات البحث لطبيعة بيانات البحث، كذلك وجود تأثير مباشر دال إحصائيًا للحياة البدنية، والانفعالية، والاجتماعية في الطفو [النهوض] الأكاديمي، ووجود تأثير غير مباشر دال إحصائيًا للحياة البدنية، والعقلية، والاجتماعية في الطفو [النهوض] الأكاديمي من خلال الاندماج الأكاديمي.

ج) العلاقة بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي:

ترتبط اليقظة العقلية ارتباطاً موجباً بالنهوض الأكاديمي؛ حيث توصلت نتائج دراسات وبحوث سابقة عديدة لوجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بينهما لدى عينات متنوعة من المتعلمين في مراحل دراسية عديدة، وكذلك إمكانية التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من اليقظة العقلية مثل دراسات كل من: (عبدالعزیز سليم، ٢٠١٨؛ أحمد بهنساوي، ٢٠٢٠؛ وائل متولي، ٢٠٢١؛ عبدالعزيز حسب الله، ٢٠٢١؛ أماني عبدالمجيد، ٢٠٢١؛ هدى أبو العزم، ٢٠٢٢؛ فاطمة عبدالله، ٢٠٢٢؛ عائشة يحياء، ونادية العمري، ٢٠٢٣؛ Mawarni et al., 2024؛ إبراهيم حكيم، ٢٠٢٥؛ حُسن عنانبه، ومحمد صوالحة، ٢٠٢٥).

فقد هدف بحث عبدالعزيز سليم (٢٠١٨) إلى الكشف عن الإسهام النسبي لكل من اليقظة العقلية والتفكير الإيجابي في التنبؤ بالطفو [النهوض] الأكاديمي لدى عينة من طلاب كلية التربية، جامعة دمنهور، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٨) طالبًا وطالبة، منهم (١٢٠) طالبًا و(١٨٠) طالبة بكلية التربية بالفرقة الثالثة عام، واستخدم البحث المنهج الوصفي الارتباطي، وطبقت الأدوات الآتية: استبيان العوامل الخمسة لليقظة العقلية، ومقياس التفكير الإيجابي، ومقياس الطفو [النهوض] الأكاديمي. وكشفت نتائج البحث عن إسهام كل من اليقظة العقلية (الملاحظة، الوصف، التصرف بوعي، عدم الحكم على الخبرة الداخلية، عدم التجاوب مع الخبرة الداخلية)، والتفكير الإيجابي بنسبة (٨٢,٢٠%) من التباين الكلي لدى طلبة التخصصات العلمية والأدبية من نسبة التباين المفسر في الطفو [النهوض] الأكاديمي، وكذلك توصلت الدراسة إلى توسط التفكير الإيجابي بين كل من اليقظة العقلية والطفو [النهوض] الأكاديمي.

وسعى بحث أحمد بهنساوي (٢٠٢٠) إلى التعرف على العلاقة بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، والتعرف على مدى إسهام اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة البحث الأساسية من (٨٣٦) طالبًا وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة بني سويف، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي. واشتملت أدوات البحث على مقياس اليقظة العقلية، ومقياس النهوض الأكاديمي. وتوصلت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي، وأن اليقظة العقلية تسهم بشكل متوسط في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى عينة البحث، حيث أن اليقظة العقلية تفسر نسبة (٤٧%) من التباين الحاصل في النهوض الأكاديمي.

وقام وائل متولي (٢٠٢١) ببحث لتحديد مستوى النهوض الأكاديمي وأبعاده، والكشف عن العلاقات الارتباطية بين النهوض الأكاديمي وأبعاده وكل من الشفقة بالذات وأبعادها واليقظة العقلية وأبعادها، والكشف عن الإسهام النسبي لكل من الشفقة بالذات واليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود. وقد تكونت عينة البحث من (٢٨٠) طالبًا، واستخدم البحث مقياس النهوض الأكاديمي، ومقياس الشفقة بالذات، ومقياس اليقظة العقلية. وأسفرت نتائج البحث عن وجود مستوى مرتفع من النهوض الأكاديمي وأبعاده، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين درجات اليقظة

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

العقلية (الملاحظة، الوصف، التصرف بوعي، عدم الحكم، وعدم التفاعل)، والدرجة الكلية النهوض الأكاديمي، ووجود تأثير دال إحصائيًا لجميع أبعاد اليقظة العقلية على الدرجة الكلية للنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

وهدف بحث عبدالعزيز حسب الله (٢٠٢١) إلى التحقق من التأثير غير المباشر المشروط لليقظة العقلية في قلق الاختبار الإلكتروني لدى طلاب الجامعة عبر الطفو [النهوض] الأكاديمي كمتغير وسيط مُعدل في ضوء بعض المتغيرات الفئوية المُعدّلة، ولتحقيق هذا الهدف تم إعداد مقياس اليقظة العقلية، ومقياس الطفو [النهوض] الأكاديمي، ومقياس قلق الاختبار الإلكتروني، وتم تطبيق هذه الأدوات على عينة قوامها (٦٨٨) طالبًا وطالبة بالتخصصات العلمية والأدبية. ومن النتائج التي توصل إليها البحث: وجود تأثير موجب مباشر دال إحصائيًا لليقظة العقلية في الطفو [النهوض] الأكاديمي.

وسعى بحث أماني عبدالمجيد (٢٠٢١) إلى استكشاف العلاقات بين النهوض الأكاديمي والتدفق النفسي واليقظة العقلية، وكذلك التنبؤ بالنهوض الأكاديمي في ضوء كلٍ من اليقظة العقلية والتدفق النفسي، فضلًا عن نمذجة العلاقات بين النهوض الأكاديمي والتدفق النفسي واليقظة العقلية. ولتحقق من ذلك تم تطبيق أدوات البحث المتمثلة في مقياس اليقظة العقلية، ومقياس التدفق النفسي، ومقياس النهوض الأكاديمي على عينة من طلاب وطالبات كلية التربية جامعة دمنهور، بلغ عددهم (٤٤٣) طالبًا وطالبة ملتحقين بالفرقة الثانية بالكلية. وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين النهوض الأكاديمي واليقظة العقلية، وإمكانية التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من خلال اليقظة العقلية، ووجود تأثير موجب مباشر لليقظة العقلية على النهوض الأكاديمي.

وقامت هدى أبو العزم (٢٠٢٢) ببحث للكشف عن العلاقات بين اليقظة الذهنية والطفو [النهوض] الأكاديمي، والتجول الذهني. وتكونت عينة البحث من (٢٤٠) طالبًا وطالبة من طلاب الصف الأول الثانوي، بمتوسط عمري (١٦,٠٥)، وانحراف معياري ($\pm ٠,٨٦$)، واستخدمت الأدوات التالية: مقياس اليقظة الذهنية، ومقياس الطفو [النهوض] الأكاديمي،

ومقياس التجول الذهني، وتوصل البحث إلى نتائج عدة منها: وجود تأثير إيجابي مباشر لليقظة العقلية على الطفو [النهوض] الأكاديمي لدى طلاب الصف الأول الثانوي. وسعى بحث عائشة يحياء، ونادية العمري (٢٠٢٣) إلى مطابقة نموذج مقترح للعلاقة بين اليقظة العقلية والطفو [النهوض] الأكاديمي والهناء الذاتي لدى عينة من طالبات الدراسات العليا. اتبع البحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وعلى عينة قوامها (٣٠٠) من طالبات الدراسات العليا بجامعة الملك سعود تم تطبيق مقياس اليقظة العقلية، ومقياس الطفو [النهوض] الأكاديمي، ومقياس الهناء الذاتي. وتوصلت النتائج إلى وجود تأثير موجب ودال إحصائياً بين اليقظة العقلية والطفو [النهوض] الأكاديمي.

وأجرى Mawarni et al. (2024) تحليلاً بعدئياً للوقوف على فعالية التدخلات المعرفية السلوكية القائمة على اليقظة العقلية في تنمية النهوض الأكاديمي لدى الطلاب. جمّع البحث نتائج (١٥) دراسة مستقلة شملت (٤٥٠٩) مشاركين من سياقات تعليمية متنوعة، بما في ذلك الولايات المتحدة الأمريكية وكندا وإيران والمملكة المتحدة. وكشفت نتائج التحليل البعدي عن وجود علاقة إيجابية مهمة بين تدخلات اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي، مع حجم تأثير مرتفع. وتبرز النتائج قدرة اليقظة العقلية المُدمجة مع العلاج المعرفي السلوكي على تعزيز النهوض الأكاديمي لدى الطلاب من خلال خفض التوتر وتحسين الوظائف التنفيذية، مثل تنظيم الانفعالات والانتباه واتخاذ القرار.

وهدف بحث إبراهيم حكيمي (٢٠٢٥) إلى الكشف عن الفروق بين مرتفعي ومنخفضي اليقظة العقلية من طلاب الجامعة في النهوض الأكاديمي، والتعرف على مدى إسهام اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وطبق مقياس النهوض الأكاديمي، ومقياس اليقظة العقلية على عينة من الطلبة الجامعيين قوامها (١٥٦) طالباً بواقع (٧٦) من الذكور و(٨٠) من الإناث. وتوصلت نتائج البحث لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي اليقظة العقلية من طلاب الجامعة في النهوض الأكاديمي والفروق في اتجاه مرتفعي اليقظة العقلية، ووجود دلالة إحصائية لإسهام اليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

وهدف بحث حُسن عنانبه، ومحمد صوالحة (٢٠٢٥) إلى التعرف على الدور الوسيط للفاعلية الذاتية الأكاديمية في العلاقة بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي لدى طلبة

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

المدارس الثانوية. وتكونت عينة الدراسة من (٦٢٠) طالبًا وطالبة بالمدارس الثانوية في لواء كفرنجة خلال الفصل الأول (٢٠٢٣/٢٠٢٤). وتم استخدام مقياس اليقظة العقلية، ومقياس الفاعلية الذاتية الأكاديمية، ومقياس النهوض الأكاديمي. وكشفت نتائج تحليل المسار وجود علاقات بنائية موجبة بين اليقظة العقلية والفاعلية الذاتية الأكاديمية والنهوض الأكاديمي، كما أظهرت النتائج أيضًا وجود علاقات مباشرة موجبة دالة إحصائيًا بين أبعاد اليقظة العقلية (عدم التفاعل، والملاحظة، والوصف) والنهوض الأكاديمي، وبيّنت وجود علاقات موجبة غير مباشرة بين أبعاد اليقظة العقلية (الملاحظة الوصف التصرف بوعي، عدم التفاعل) والنهوض الأكاديمي من خلال الفاعلية الذاتية الأكاديمية.

وقام Satıcı et al. (2024) بدراسة بحثية طويلة لفحص العلاقة بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي والدور الوسيط للأمل الأكاديمي. وتم جمع البيانات من (٢٨٧) طالبًا جامعيًا تركيًا شاركوا في الدراسة على فترات (٤) أشهر. وكشفت النتائج عن وجود تأثير مباشر لليقظة العقلية على النهوض الأكاديمي. بالإضافة إلى أن للأمل الأكاديمي تأثيرًا وسيطًا على العلاقة بين اليقظة والنهوض الأكاديمي.

فضلاً عن أن المستويات المرتفعة من اليقظة العقلية تتنبأ بشكل فعال بزيادة النهوض الأكاديمي لدى الطلاب؛ مما يشير إلى أن اليقظة العقلية يمكن أن تعمل كحائط صد ضد الضغوط الأكاديمية (Soltani Benavandi, 2020).

في حين أشارت نتائج بحث Mohammad Hosseini et al. (2024) إلى أن الجمع بين النشاط الأكاديمي واليقظة العقلية يُحدث تآزرًا قويًا يثري التجارب التعليمية؛ فالأفراد الذين يمارسون اليقظة العقلية يتحلون بقدر أكبر من الشجاعة والمثابرة في مواجهة التحديات "في إشارة لمضامين النهوض الأكاديمي".

فروض البحث:

سعى البحث الحالي لاختبار الفروض الآتية:

- (١) لا توجد مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار بين الحيوية الذاتية والنهوض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية كمتغير وسيط لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.
- (٢) لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائية للحياة الذاتية في اليقظة العقلية لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.
- (٣) لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائية للحياة الذاتية في النهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.
- (٤) لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائية لليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.
- (٥) لا توجد تأثيرات غير مباشرة دالة إحصائية للحياة الذاتية في النهوض الأكاديمي من خلال اليقظة العقلية كمتغير وسيط لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.
- (٦) لا يوجد تشابه في نموذج تحليل المسار للحياة الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي وفقاً للنوع "ذكور - إناث" لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.

منهج البحث:

استخدم البحث الحالي المنهج الوصفي السببي المقارن لاختبار صحة نموذج تحليل المسار والكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين الحيوية الذاتية كمتغير مستقل واليقظة العقلية كمتغير وسيط والنهوض الأكاديمي كمتغير تابع، واختبار التشابه في نموذج تحليل المسار بين الذكور والإناث من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.

المشاركون في البحث:

تم تقسيم المشاركين في البحث على النحو التالي:

- أ) **المشاركون في حساب الخصائص السيكومترية للأدوات:** ويقصد بهم المشاركون الذين طُبِّقَت عليهم أدوات البحث في صورتها الأولية للتحقق من خصائصها السيكومترية، وقد بلغ عددهم (١٤٠) مشاركاً من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (٢٤ - ٥٦) عاماً بمتوسط حسابي

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

(٢٨,٤٣٩)، وانحراف معياري (٤,٨٣١)، منهم (٦١) من الذكور و(٧٩) من الإناث.

ب) المشاركون في البحث الأساسي: ويقصد بهم المشاركون الذين طُبِّقَت عليهم أدوات البحث في صورتها النهائية للتحقق من فروض البحث، وقد بلغ عددهم (٥٤٦) مشاركًا من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (٢٤ - ٥٦) عامًا بمتوسط حسابي (٢٨,٢٩٨)، وانحراف معياري (٦,٧٠١)، منهم (٢٠١) من الذكور و(٣٤٥) من الإناث.

أدوات البحث:

أولاً: مقياس الحيوية الذاتية ((إعداد رمضان فرحات، ٢٠٢٣):

يتضمن المقياس (٣٥) عبارة موزعة على المكونات الخمسة للحياة الذاتية (البدنية، والعقلية، والاجتماعية، والانفعالية، والروحية)؛ حيث خُصِّصَتْ لكل مكون (٧) عبارات تعبر عن التعريف الإجرائي له، بواقع (٢٥) عبارة موجبة و(١٠) عبارات سالبة أرقامها (١١، ١٣، ١٧، ١٩، ٢٢، ٢٥، ٢٨، ٣٠، ٣١، ٣٤)، ويوجد أمام كل عبارة من عبارات المقياس خمسة بدائل هي (دائمًا، غالبًا، أحيانًا، نادرًا، لا أبدًا). وتمت صياغة تعليمات المقياس، وتم إعداد مفتاح التصحيح بحيث تُعطى العبارات الموجبة خمس درجات إذا وضع المفحوص (٧) في خانة موافق دائمًا، وأربع درجات إذا وضع (٧) في خانة غالبًا، وثلاث درجات إذا وضع (٧) في خانة أحيانًا، ودرجتين إذا وضع (٧) في خانة نادرًا، ودرجة واحدة إذا وضع (٧) في خانة لا أبدًا، أما العبارات السالبة فتصحح بالعكس، ومن ثم فإن أدنى درجة للمقياس = $١ \times ٣٥ = ٣٥$ درجة، وأعلى درجة للمقياس = $٥ \times ٣٥ = ١٧٥$ درجة. وللتحقق من الصدق قام معد المقياس بالاعتماد على التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي؛ حيث أمكن في ضوء نتائج التحليل الإحصائي استخلاص خمسة عوامل رئيسية، الجذر الكامن لكل منها أكبر من الواحد الصحيح. وتم حساب معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس بطريقة ألفا كرونباخ فبلغت (٠,٨٠٤) وبطريقة مكدونالد أوميغا (٠,٨٣٥) وهو معامل ثبات جيد، كما أن معاملات الثبات

لمكونات المقياس تراوحت بين (٠,٦٤١ - ٠,٧٦٥) بطريقة ألفا كرونباخ، وبين (٠,٦٧٣ - ٠,٧٦٩) بطريقة مكدونالد أوميغا وتعتبر معاملات ثبات مقبولة.

وفي البحث الحالي تم حساب الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية على

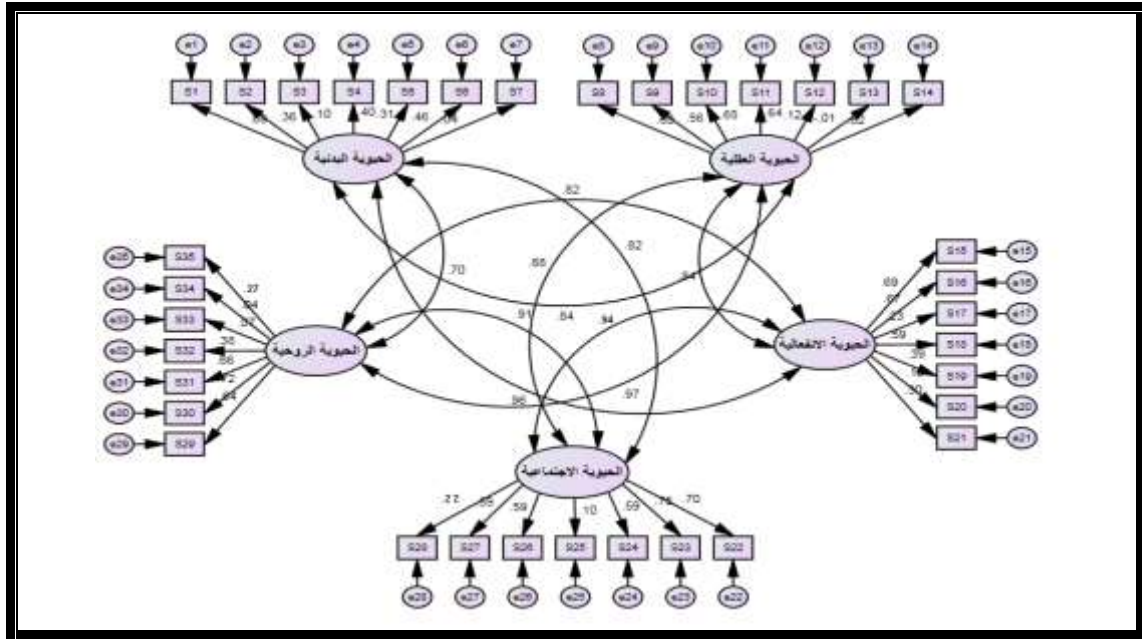
النحو التالي:

أ) الصدق

تم حساب صدق المقياس عن طريق:

١ - التحليل العاملي التوكيدي:

نظرًا لأن الباحثين الحاليين قد تبنيوا مقياس الحيوية الذاتية (إعداد رمضان فرحات، ٢٠٢٣)؛ وبالتالي فإن البنية الأساسية للمقياس محددة مسبقًا من قبل مُعدِّ المقياس؛ لذا استخدم الباحثان التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS. V.24 للتأكد من صدق البنية العاملية للمقياس، والشكل التالي يوضح النموذج المستخرج من التحليل العاملي التوكيدي بعد تطبيق المقياس على المشاركين في حساب الخصائص السيكومترية (ن = ١٤٠ مشاركًا) من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر:



شكل (١) مسار التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الحيوية الذاتية

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

كما تم حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة ودالاتها كما في الجدول التالي:

جدول (١)

معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لمقياس الحيوية الذاتية

رقم العبارة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	مستوى الدلالة
١	الحيوية البدنية	٠,٦٩٠	١			
٢		٠,٣٦١	٠,٦٦٣	٠,١٧٦	٣,٧٦٨	***
٣		٠,٠٩٩	٠,١٧٥	٠,١٦٧	١,٠٥٢	٠,٢٩٣
٤		٠,٤٠٠	٠,٦٨٨	٠,١٦٦	٤,١٥٧	***
٥		٠,٣١٤	٠,٥٤٥	٠,١٦٦	٣,٢٩٣	***
٦		٠,٤٦١	٠,٧٤٠	٠,١٥٦	٤,٧٥١	***
٧		٠,٠٤١	٠,٠٧٢	٠,١٦٤	٠,٤٣٨	٠,٦٦٢
٨	الحيوية العقلية	٠,٦٠٠	١			
٩		٠,٥٥٨	١,١٣٢	٠,٢٠٥	٥,٥١	***
١٠		٠,٦٥٠	١,٢٢١	٠,١٩٧	٦,١٨٣	***
١١		٠,٦٤٢	١,٣٢١	٠,٢١٥	٦,١٢٩	***
١٢		٠,١١٩	٠,٣١٤	٠,٢٤٠	١,٣١	٠,١٩٠
١٣		٠,٠١٤-	٠,٠٣٢-	٠,٢١١	٠,١٥٢-	٠,٨٧٩
١٤		٠,٦٢٢	١,٣٤٤	٠,٢٢٥	٥,٩٨٥	***
١٥	الحيوية الانفعالية	٠,٦٩١	١			
١٦		٠,٦٦٧	٠,٨٧٠	٠,١١٨	٧,٣٦٧	***
١٧		٠,٢٢٩	٠,٤٠٩	٠,١٥٠	٢,٧٢٦	***
١٨		٠,٥٩٢	٠,٨٧٣	٠,١٣٣	٦,٥٧٥	***
١٩		٠,٣٩٣	٠,٦٠٣	٠,١٣٧	٤,٤١٤	***
٢٠		٠,١٠٣	٠,١٦٨	٠,١٤٤	١,١٦٩	٠,٢٤٢
٢١		٠,٣٠٢	٠,٣٩٢	٠,١١٥	٣,٤١١	***
٢٢	الحيوية الاجتماعية	٠,٦٩٩	١			
٢٣		٠,٧٥١	١,١٩٥	٠,١٤٥	٨,٢٦٨	***
٢٤		٠,٥٨٦	٠,٧٧٥	٠,١١٩	٦,٥١٤	***

٠,٢٧٦	١,٠٨٩	٠,١٧٤	٠,١٨٩	٠,٠٩٧		٢٥
***	٦,٥٣	٠,١١٤	٠,٧٤٦	٠,٥٨٨		٢٦
***	٦,٥٤٥	٠,١٢٤	٠,٨١٥	٠,٥٨٩		٢٧
***	٢,٧١١	٠,١٢١	٠,٣٢٨	٠,٢١٧		٢٨
			١	٠,٦٤٤	الحيوية الروحية	٢٩
***	٧,٠٤٦	٠,١٣٧	٠,٩٦٦	٠,٧١٥		٣٠
***	٦,٦٤١	٠,١٣٢	٠,٨٧٦	٠,٦٦٤		٣١
***	٤,٠١١	٠,١٦٩	٠,٦٨٠	٠,٣٧٦		٣٢
٠,٤٧٣	٠,٧١٨	٠,١٧٧	٠,١٢٧	٠,٠٦٥		٣٣
٠,٦٣٤	٠,٤٧٦	٠,١٦٢	٠,٠٧٧	٠,٠٤٣		٣٤
***	٢,٧٩٨	٠,١٣٨	٠,٣٨٦	٠,٢٦٦		٣٥

يتضح من جدول (١) أن القيم الحرجة لجميع قيم معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)؛ مما يشير إلى صدق البنية العاملية للمقياس وفق بيانات المشاركين في حساب الخصائص السيكونومترية، وذلك باستثناء العبارات أرقام (٣-٧-١٢-١٣-٢٠-٢٥-٣٣-٣٤) وبالتالي تم حذفها، وأصبح المقياس مكون من (٢٧) عبارة. كما تم حساب قيم مؤشرات المطابقة للتأكد من حسن مطابقة النموذج كما في الجدول التالي:

جدول (٢)

مؤشرات مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الحيوية الذاتية

م	مؤشرات المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المقبول للمؤشر	القرار
١	النسبة بين X^2 ودرجات الحرية $CMIN / DF$	٢,٠٤٣	أقل من (٥)	مقبول
٢	جذر متوسطات مربع البواقي (RMR)	٠,٠٥٠	الاقتراب من الصفر	مقبول
٣	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٧٩٠	صفر إلى ١	مقبول
٤	مؤشر حسن المطابقة المصحح بـ درجات الحرية (AGFI)	٠,٧١٦	صفر إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٧٠٧	صفر إلى ١	مقبول
٦	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٧١٩	صفر إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٧٩٧	صفر إلى ١	مقبول
٨	مؤشر توكر لوييس (TLI)	٠,٧١١	صفر إلى ١	مقبول
٩	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٧٨٦	صفر إلى ١	مقبول
١٠	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٤٢	٠,٠٨ فأقل	مقبول

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة جاءت في المدى المقبول؛ مما يدل على مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الحيوية الذاتية مع بيانات المشاركين في حساب الخصائص السيكمترية.

ب) الاتساق الداخلي

قام الباحثان الحاليان بتطبيق المقياس على (١٤٠) مشاركاً من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، وذلك لحساب الاتساق الداخلي لعبارات المقياس عن طريق:

- حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة المكون الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد حذف درجة كل عبارة من مجموع البعد والدرجة الكلية:

جدول (٣)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة المكون الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية

العبارة	ارتباطها بالمكون	ارتباطها بالدرجة الكلية	العبارة	ارتباطها بالمكون	ارتباطها بالدرجة الكلية	العبارة	ارتباطها بالمكون	ارتباطها بالدرجة الكلية
١	**٠,٦٩٧	**٠,٦٤٤	١٣	حذفت في التحليل العاملي	٢٥	حذفت في التحليل العاملي		
٢	**٠,٦٧٢	**٠,٤٨٥	١٤	**٠,٧٠٦	**٠,٦٠٨	٢٦	**٠,٦٢٣	**٠,٥٢٧
٣	حذفت في التحليل العاملي		١٥	**٠,٧٢٩	**٠,٦٢٩	٢٧	**٠,٦٨٥	**٠,٥٩٩
٤	**٠,٦٥٤	**٠,٤٨٥	١٦	**٠,٧٧٦	**٠,٦٦٨	٢٨	**٠,٤١٩	**٠,٣٢٩
٥	**٠,٦٢٧	**٠,٥٢٣	١٧	**٠,٤٤٨	**٠,٤٠٢	٢٩	**٠,٦٦٠	**٠,٦١٧
٦	**٠,٥٥٢	**٠,٤٩٣	١٨	**٠,٥٨٣	**٠,٦٠٣	٣٠	**٠,٥٩٢	**٠,٥١٥
٧	حذفت في التحليل العاملي		١٩	**٠,٥٤٥	**٠,٤٢٧	٣١	**٠,٦٩٣	**٠,٥٨١
٨	**٠,٦١٢	**٠,٥٨٢	٢٠	حذفت في التحليل العاملي		٣٢	**٠,٥٦٤	**٠,٤١٠
٩	**٠,٦٣٠	**٠,٦٢٩	٢١	**٠,٤٣٣	**٠,٣٢٩	٣٣	حذفت في التحليل العاملي	
١٠	**٠,٦٦٦	**٠,٦٢٦	٢٢	**٠,٧١٧	**٠,٦٤٨	٣٤	حذفت في التحليل العاملي	
١١	**٠,٧٤٦	**٠,٦٠٧	٢٣	**٠,٧٧٥	**٠,٧٠٣	٣٥	**٠,٤٠١	**٠,٣٨٢
١٢	حذفت في التحليل العاملي		٢٤	**٠,٦١٧	**٠,٦٢٥	-	-	-

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة المكوّن الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

– حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد مع بعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس كما في الجدول التالي:

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها والدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية

الأبعاد	بعد ١	بعد ٢	بعد ٣	بعد ٤	بعد ٥	الدرجة الكلية
الحوية البدنية	–					
الحوية العقلية	**٠,٥٦٦	–				
الحوية الانفعالية	**٠,٥٩٧	**٠,٦٤٨	–			
الحوية الاجتماعية	**٠,٤٣٩	**٠,٧٥٨	**٠,٧٣٦	–		
الحوية الروحية	**٠,٥٦١	**٠,٨١١	**٠,٦٧٨	**٠,٧٤١	–	
الدرجة الكلية	**٠,٧٩٧	**٠,٨٣١	**٠,٨٣٩	**٠,٨٥٦	**٠,٨٢٣	–

يتضح من جدول (٤) أن جميع معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها البعض وبين الأبعاد والدرجة الكلية دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي للمقياس.

ج) الثبات

قام الباحثان الحاليان باستخدام معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس، وذلك بعد تطبيق المقياس على (١٤٠) مشاركًا من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، ويوضح الجدول التالي معامل الثبات لكل بعد من أبعاد مقياس الحيوية الذاتية والدرجة الكلية:

جدول (٥)

معاملات ثبات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية

م	الأبعاد	معامل الثبات
١	الحوية البدنية	٠,٧٤٩
٢	الحوية العقلية	٠,٧٥٤
٣	الحوية الانفعالية	٠,٧٣٦
٤	الحوية الاجتماعية	٠,٧٦٨
٥	الحوية الروحية	٠,٧٢٤
–	الدرجة الكلية	٠,٨٨٧

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

يتضح من جدول (٥) أن معاملات الثبات لأبعاد المقياس تراوحت بين (٠,٧٢٤ - ٠,٧٦٨)، وللدرجة الكلية بلغت (٠,٨٨٧)، وجميعها معاملات ثبات مقبولة إحصائياً، مما يشير إلى الثقة في النتائج التي يمكن التوصل إليها من تطبيق المقياس.

ثانياً: مقياس اليقظة العقلية (إعداد الباحثين)

قام الباحثان الحاليان بإعداد مقياس اليقظة العقلية وفقاً للخطوات الآتية:

(١) الاطلاع على بعض الأدبيات النظرية والدراسات والبحوث السابقة التي تناولت اليقظة العقلية، وبعض المقاييس التي استخدمت لقياس اليقظة العقلية واستناداً إلى عدم اتفاق الدراسات السابقة والمقاييس المستخدمة فيها على مكونات بعينها تم بناء المقياس المستخدم في البحث الحالي في صورته الأولية بدون تحديد مكونات لليقظة العقلية.

(٢) صياغة (٢١) عبارة تقرير ذاتي تقيس اليقظة العقلية؛ بواقع (١٥) عبارة موجبة و(٦) عبارات سالبة أرقامها (١، ٧، ١٠، ١٤، ١٦، ١٩)، ويوجد أمام كل عبارة من عبارات المقياس خمسة بدائل هي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

(٣) صياغة مجموعة من التعليمات تتناسب وطبيعة المقياس.

(٤) إعداد مفتاح التصحيح؛ حيث يصحح المقياس بالنسبة للعبارة الموجبة بإعطاء خمس درجات إذا وضع الطالب (√) في خانة دائماً، وأربع درجات إذا وضع (√) في غالباً، وثلاث درجات إذا وضع (√) في خانة أحياناً، ودرجتين إذا وضع (√) في خانة نادراً، ودرجة واحدة إذا وضع (√) في خانة أبداً، أما العبارات السالبة فتصحح بالعكس، ومن ثم فإن أدنى درجة للمقياس $1 \times 21 = 21$ درجة، وأعلى درجة للمقياس $5 \times 21 = 105$ درجة.

(٥) تحكيم المقياس* من خلال عرضه على بعض الأساتذة المحكمين لإبداء الرأي والمشورة حول وضوح ودقة تعليمات المقياس، وملاءمة عباراته للتعريف الإجرائي

* يتوجه الباحثان بخالص الشكر والتقدير للسادة المحكمين من أساتذة قسمي علم النفس التعليمي والصحة النفسية بجامعة الأزهر لتفضلهم بتحكيم أدوات البحث وإبداء ملاحظاتهم القيمة

لليقظة العقلية، وملاءمة عباراته لطلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، ودقة صياغة عبارات المقياس، وكفاية عدد عباراته، وإضافة أو حذف أو تعديل بعض العبارات.

٦) تطبيق المقياس على (١٤٠) مشاركاً من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، متوسط أعمارهم الزمنية (٢٨,٤٣٩)، بانحراف معياري (٤,٨٣١)، منهم (٦١) من الذكور و(٧٩) من الإناث؛ وذلك لحساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

أ- صدق المقياس: اعتمد الباحثان الحاليان في التحقق من صدق المقياس على التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي:

١- التحليل العاملي الاستكشافي:

يعتمد هذا النوع من الصدق على استخدام أسلوب التحليل العاملي الاستكشافي، وقد قام الباحثان بحساب الصدق العاملي لمقياس اليقظة العقلية في صورته الأولية من خلال مصفوفة الارتباطات لدرجات المشاركين في حساب الخصائص السيكومترية.

وقام الباحثان بحساب مدى كفاية حجم العينة لإجراء التحليل العاملي باستخدام اختبار (Kaiser- Meyer- Olkin Measure of Sampling) K.M.O Test Adequacy؛ حيث تتراوح قيمة هذا الاختبار بين الصفر والواحد الصحيح، وبلغت قيمته في تحليل هذا المقياس (٠,٨٢٢) وهي أكبر من قيمة الحد الأدنى الذي اشترطه Kaiser وهو (٠,٥٠) وبالتالي فإنه يمكن الحكم بكفاية حجم العينة لإجراء التحليل العاملي.

وقد تم إجراء التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية باستخدام برنامج (SPSS) وأخذ الباحثان بمحك جيلفورد لمعرفة حد الدلالة الإحصائية للتشبعات وهو اعتبار التشبعات التي تصل إلى (٠,٣٠) أو أكثر تشبعات دالة، ولإعطاء معنى سيكولوجي للمكونات المستخرجة تم تدويرها تدويراً متعامداً باستخدام طريقة الفارماكس لكايذر Kaiser Varimax، وفي ضوء نتائج التحليل العاملي أمكن استخلاص ثلاثة عوامل رئيسة الجذر الكامن لكل منهما أكبر من الواحد الصحيح، والجدول التالي يوضح ذلك:

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

جدول (٦)

تشبعات العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد لمقياس اليقظة العقلية

العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث
١			٠,٤٢٠	١٢	٠,٦٤٧		
٢	٠,٦٦٥			١٣	٠,٦١٩		
٣		٠,٦٤١		١٤		٠,٦٣٥	
٤		٠,٥٤٩		١٥	٠,٥٥٤		
٥	٠,٤٨٠			١٦		٠,٧٧٧	
٦		٠,٦٧٣		١٧	٠,٥٥٢		
٧		٠,٦٣٧		١٨		٠,٥٠٥	
٨	٠,٦١١			١٩		٠,٥٩٦	
٩		٠,٥٢٩		٢٠	٠,٤٩٨		
١٠			٠,٦٩٣	٢١	٠,٦١٢		
١١		٠,٧١٠		-	-	-	-
الجذر الكامن				٣,٦٤٣	٢,٩١١	٢,٦٨٨	
نسبة التباين				١٧,٣٤٧	١٣,٨٦٢	١٢,٧٩٩	

يتضح من جدول (٦) ما يلي:

١- اشتمل العامل الأول على (٩) عبارات تشبعت تشبعًا دالًا إحصائيًا تراوحت قيمها ما بين (٠,٤٨٠ : ٠,٦٦٥)؛ حيث تشبعت جميع عباراته تشبعًا موجبًا، وهي العبارات أرقام (٢-٥-٨-١٢-١٣-١٥-١٧-٢٠-٢١)، وقد بلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٣,٦٤٣)، وفُسِّر نسبة (١٧,٣٤٧) من التباين الكلي المفسر، وبفحص محتوى عباراته يمكن تسمية هذا العامل (الانتباه والتركيز)؛ حيث إنها السمة الغالبة على عبارات هذا العامل.

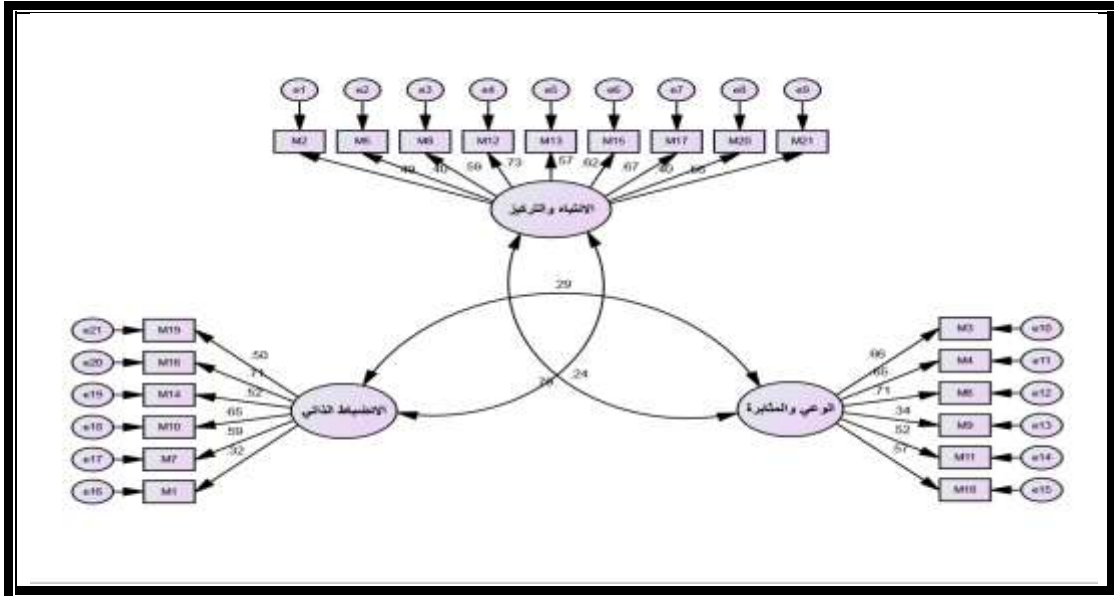
٢- اشتمل العامل الثاني على (٦) عبارات تشبعت تشبعًا دالًا إحصائيًا تراوحت قيمها ما بين (٠,٥٠٥ : ٠,٧١٠)؛ حيث تشبعت جميع عباراته تشبعًا موجبًا، وهي العبارات أرقام (٣-٤-٦-٩-١١-١٨)، وقد بلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٢,٩١١)،

وفسّر نسبة (١٣,٨٦٢) من التباين الكلي المفسر، وبفحص محتوى عباراته تسمية هذا العامل (الوعي والمثابرة)؛ حيث إنها السمة الغالبة على عبارات هذا العامل.

٣- اشتمل العامل الثالث على (٦) عبارات تشبعت تشبعًا دالًا إحصائيًا تراوحت قيمها ما بين (٠,٤٢٠ : ٠,٧٧٧)؛ حيث تشبعت جميع عباراته تشبعًا موجبًا، وهي العبارات أرقام (١-٧-١٠-١٤-١٦-١٩)، وقد بلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٢,٦٨٨)، وفسّر نسبة (١٢,٧٩٩) من التباين الكلي المفسر وبفحص محتوى عباراته يمكن تسمية هذا العامل (الانضباط الذاتي)؛ حيث إنها السمة الغالبة على عبارات هذا العامل.

٢- التحليل العاملي التوكيدي:

استخدم الباحثان الحاليان التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS. V.24 للتأكد من صدق البنية العاملية للمقياس المستخرجة من التحليل العاملي الاستكشافي، والشكل التالي يوضح النموذج المستخرج من التحليل العاملي التوكيدي بعد تطبيق المقياس على المشاركين في حساب الخصائص السيكمترية (ن = ١٤٠) مشاركًا من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر:



شكل (٢) مسار التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الليقظة العقلية

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

كما تم حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة ودلالاتها كما في الجدول التالي:

جدول (٧)

معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لمقياس اليقظة العقلية

رقم العبارة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	مستوى الدلالة
٢	الانتباه والتركيز	٠,٤٨٥	١			
٥		٠,٣٩٦	٠,٩٩٧	٠,٢٧١	٣,٦٧٦	***
٨		٠,٥٨٧	١,٥٠٩	٠,٣١٩	٤,٧٣١	***
١٢		٠,٧٢٩	١,٨٢٦	٠,٣٤٧	٥,٢٥٧	***
١٣		٠,٥٦٨	١,٣٦٣	٠,٢٩٣	٤,٦٤٨	***
١٥		٠,٦١٨	١,٢٨٤	٠,٢٦٤	٤,٨٦٣	***
١٧		٠,٦٦٦	١,٤٣	٠,٢٨٣	٥,٠٤٨	***
٢٠		٠,٤٠١	١,٠٤٦	٠,٢٨٢	٣,٧١١	***
٢١		٠,٥٦٣	١,٢٤١	٠,٢٦٨	٤,٦٢٥	***
٣	الوعي والمثابرة	٠,٦٥٨	١			
٤		٠,٦٥	١,٠٠٧	٠,١٦	٦,٢٧٤	***
٦		٠,٧١١	١,٠١	٠,١٥١	٦,٧٠٨	***
٩		٠,٣٤٥	٠,٦٧١	٠,١٨٧	٣,٥٨١	***
١١		٠,٥٢٥	٠,٩١٤	٠,١٧٤	٥,٢٤٩	***
١٨		٠,٥٦٧	٠,٩٢	٠,١٦٤	٥,٦١٣	***
١	الانضباط الذاتي	٠,٣١٩	١			
٧		٠,٥٩١	٢,٠٠٤	٠,٦٤٩	٣,٠٨٦	٠,٠٠٢
١٠		٠,٦٥	٢,١٨١	٠,٦٩٢	٣,١٥٢	٠,٠٠٢
١٤		٠,٥١٦	١,٨٦٢	٠,٦٢٦	٢,٩٧٤	٠,٠٠٣
١٦		٠,٧٠٧	٢,٢٩٩	٠,٧١٩	٣,١٩٦	٠,٠٠١
١٩		٠,٥٠٤	١,٨٧٧	٠,٦٣٦	٢,٩٥١	٠,٠٠٣

يتضح من جدول (٧) أن القيم الحرجة لجميع قيم معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت دالة إما عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) أو عند مستوى دلالة (٠,٠١)؛ مما يشير إلى صدق البنية العاملية للمقياس وفق بيانات المشاركين في حساب الخصائص السيكومترية. كما تم حساب قيم مؤشرات المطابقة للتأكد من حسن مطابقة النموذج كما في الجدول التالي:

جدول (٨)

مؤشرات مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس اليقظة العقلية

م	مؤشرات المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المقبول للمؤشر	القرار
١	النسبة بين X^2 ودرجات الحرية $CMIN / DF$	١,٣١٣	أقل من (٥)	مقبول
٢	جذر متوسطات مربع البواقي (RMR)	٠,٠٣٩	الاقترب من الصفر	مقبول
٣	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٨٦٣	صفر إلى ١	مقبول
٤	مؤشر حسن المطابقة المصحح بـ درجات الحرية (AGFI)	٠,٨٣٠	صفر إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٧٧٣	صفر إلى ١	مقبول
٦	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٧٨٧	صفر إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٩١٦	صفر إلى ١	مقبول
٨	مؤشر توكر لويس (TLI)	٠,٩٠٢	صفر إلى ١	مقبول
٩	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩١٣	صفر إلى ١	مقبول
١٠	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٤٧	٠,٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من جدول (٨) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة جاءت في المدى المقبول؛ مما يدل على مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس اليقظة العقلية مع بيانات المشاركين في حساب الخصائص السيكومترية.

ب) الاتساق الداخلي

قام الباحثان بتطبيق المقياس على (١٤٠) مشاركاً من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، وذلك لحساب الاتساق الداخلي لعبارات المقياس عن طريق:

- حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد حذف درجة كل عبارة من مجموع البعد والدرجة الكلية:

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنموض الأكاديمي

جدول (٩)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية

العبارة	ارتباطها بالبعد	الدرجة الكلية	العبارة	ارتباطها بالبعد	الدرجة الكلية	العبارة	ارتباطها بالبعد	الدرجة الكلية
١	**٠,٤٧٧	**٠,٣٨٥	٨	**٠,٦٧١	**٠,٥٤٦	١٥	**٠,٦٣٦	**٠,٥٧٧
٢	**٠,٥٩٠	**٠,٤٤٢	٩	**٠,٥٦٩	**٠,٤٠٩	١٦	**٠,٧٤٥	**٠,٥٤١
٣	**٠,٧٠٤	**٠,٥٢٢	١٠	**٠,٧١٦	**٠,٤٧٦	١٧	**٠,٦٥٨	**٠,٥٧٤
٤	**٠,٦٦٨	**٠,٥٩٩	١١	**٠,٦٦٩	**٠,٥٠٣	١٨	**٠,٦٣٢	**٠,٥٥٧
٥	**٠,٥١٤	**٠,٤٥٣	١٢	**٠,٧٣١	**٠,٦١٥	١٩	**٠,٦٢٦	**٠,٤٩٣
٦	**٠,٧٣٣	**٠,٦٠٤	١٣	**٠,٦٣٥	**٠,٥٥٨	٢٠	**٠,٥٤٧	**٠,٤٥٤
٧	**٠,٦٥٧	**٠,٥١٧	١٤	**٠,٦٢٧	**٠,٤٣١	٢١	**٠,٦٢٥	**٠,٥٤٧

يتضح من جدول (٩) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

- حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد مع بعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس كما في الجدول التالي:

جدول (١٠)

معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية

الأبعاد	بعد ١	بعد ٢	بعد ٣	الدرجة الكلية
الانتباه والتركيز	-			
الوعي والمثابرة	**٠,٥٩٦	-		
الانضباط الذاتي	**٠,٤٨٨	**٠,٤٧٥	-	
الدرجة الكلية	**٠,٨٣١	**٠,٧٧٧	**٠,٧٠٦	-

يتضح من جدول (١٠) أن جميع معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها البعض وبين الأبعاد والدرجة الكلية دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي للمقياس.

ج) الثبات

قام الباحثان باستخدام معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس، وذلك بعد تطبيق المقياس على (١٤٠) مشاركاً من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، ويوضح الجدول التالي معامل الثبات لكل بعد من أبعاد مقياس اليقظة العقلية والدرجة الكلية:

جدول (١١)

معاملات ثبات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية

م	الأبعاد	معامل الثبات
١	الانتباه والتركيز	٠,٨٠٠
٢	الوعي والمثابرة	٠,٧٥٣
٣	الانضباط الذاتي	٠,٧٣١
-	الدرجة الكلية	٠,٨٤٢

يتضح من جدول (١١) أن معاملات الثبات لأبعاد المقياس تراوحت بين (٠,٧٣١ - ٠,٨٠٠)، وللدرجة الكلية بلغت (٠,٨٤٢)، وجميعها معاملات ثبات مقبولة إحصائياً، مما يشير إلى الثقة في النتائج التي يمكن التوصل إليها من تطبيق المقياس.

ثالثاً: مقياس النهوض الأكاديمي (إعداد الباحثين)

قام الباحثان الحاليان بإعداد مقياس النهوض الأكاديمي وفقاً للخطوات الآتية:

(١) الاطلاع على بعض الأدبيات النظرية والدراسات والبحوث السابقة التي تناولت النهوض الأكاديمي، بعض المقاييس التي استخدمت لمقياس النهوض الأكاديمي؛ حيث استخلص الباحثان منها أربعة مكونات للنهوض الأكاديمي وهي: الالتزام، ورباطة الجأش، والثقة والتحكم، والتنسيق.

(٢) صياغة التعريفات الإجرائية للنهوض الأكاديمي ولكل مكون من مكوناته.

(٣) صياغة (٢٨) عبارة موزعة على المكونات الأربعة للنهوض الأكاديمي حيث خصص الباحثان لكل مكون (٧) عبارات تعبر عن التعريف الإجرائي للمكون، بواقع (١٥) عبارة موجبة و(١٣) عبارة سالبة أرقامها (٢، ٥، ٧، ٨، ٩، ١١، ١٢، ١٤، ١٦، ٢٠، ٢١، ٢٤، ٢٦)، ويوجد أمام كل عبارة من عبارات المقياس خمسة بدائل هي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

(٤) صياغة مجموعة من التعليمات تتناسب وطبيعة المقياس.

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

(٥) إعداد مفتاح التصحيح؛ حيث يصحح المقياس بالنسبة للعبارات الموجبة بإعطاء خمس درجات للمشاركة إذا وضع علامة أسفل خانة دائماً، وأربع درجات إذا وضع علامة أسفل خانة غالباً، وثلاث درجات إذا وضع علامة أسفل خانة أحياناً، ودرجتين إذا وضع علامة أسفل خانة نادراً، ودرجة واحدة إذا وضع علامة أسفل خانة أبداً، ومن ثم فإن أدنى درجة للمقياس = $1 \times 28 = 28$ درجة، وأعلى درجة للمقياس = $5 \times 28 = 140$ درجة.

(٦) تحكيم المقياس* من خلال عرضه على بعض الأساتذة المحكمين لإبداء الرأي والمشورة حول وضوح ودقة تعليمات المقياس، وملاءمة عباراته للتعريف الإجرائي للنهوض الأكاديمي، وملاءمة عباراته لطلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، وتمثيل عبارات كل مكون من مكونات النهوض الأكاديمي للتعريف الإجرائي للمكون، ودقة صياغة عبارات المقياس، وكفاية عدد عباراته، وإضافة أو حذف أو تعديل بعض العبارات.

(٧) تطبيق المقياس على (١٤٠) مشاركاً من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر لحساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

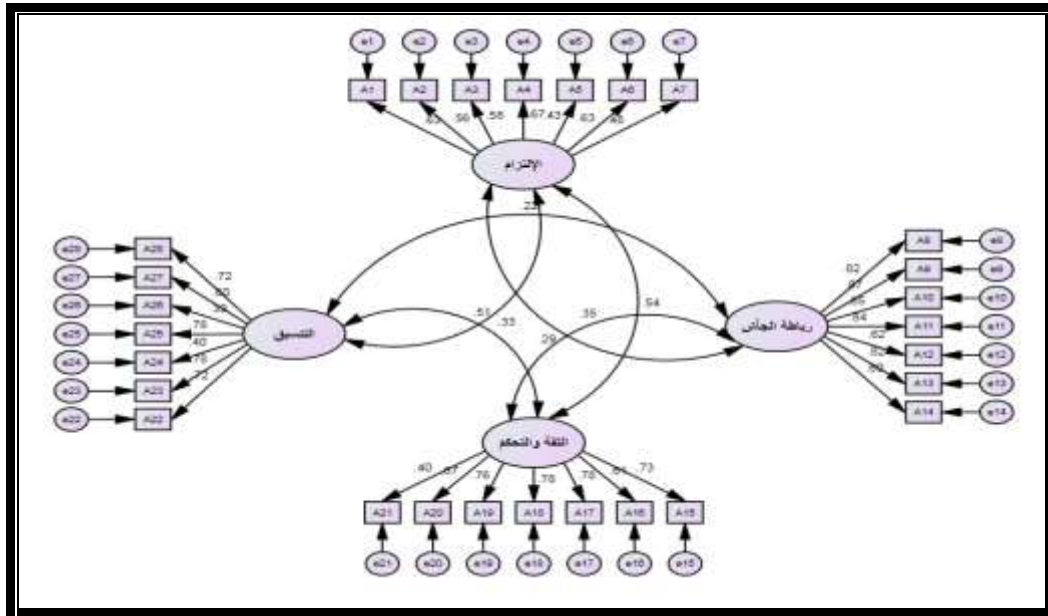
أ- صدق المقياس: اعتمد الباحثان في التحقق من صدق المقياس على التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي:

١- التحليل العاملي التوكيدي:

قام الباحثان ببناء المقياس بعد الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة التي استهدفت قياس النهوض الأكاديمي وتحديد أبعاده؛ حيث لاحظا اتفاق بعض الدراسات والبحوث السابقة حول أربعة أبعاد تشكّل بنية هذا المفهوم؛ وبالتالي فإن البنية الأساسية للمقياس محددة مسبقاً في ضوء ما اتفقت عليه هذه الدراسات والبحوث، لذا استخدم الباحثان التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS. V.24 للتأكد من صدق البنية العاملية للمقياس، والشكل

* يتوجه الباحثان بخالص الشكر والتقدير للسادة المحكمين من أساتذة قسمي علم النفس التعليمي والصحة النفسية بجامعة الأزهر لتفضلهم بتحكيم أدوات البحث وإبداء ملاحظاتهم القيمة

التالي يوضح النموذج المستخرج من التحليل العاملي التوكيدي بعد تطبيق المقياس على المشاركين في حساب الخصائص السيكمترية ($n = 140$) مشاركاً من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر:



شكل (٣) مسار التحليل العاملي التوكيدي لمقياس النهوض الأكاديمي
كما تم حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية، والخطأ المعياري،
والقيمة الحرجة ودالاتها كما في الجدول التالي:

جدول (١٢)

معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لمقياس النهوض الأكاديمي

رقم العبارة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	مستوى الدلالة
١	الالتزام	٠,٦٣٢	١			
٢		٠,٥٥٦	١,٢٢٦	٠,٢٣٣	٥,٢٧٠	***
٣		٠,٥٨٢	١,٠٣٢	٠,١٨٩	٥,٤٦٣	***
٤		٠,٦٦٨	١,٠٠٦	٠,١٦٧	٦,٠٣٥	***
٥		٠,٤٣١	٠,٩٠٦	٠,٢١٣	٤,٢٥٧	***
٦		٠,٦٢٦	٠,٩٧٨	٠,١٧٠	٥,٧٦٥	***
٧		٠,٤٧٦	١,٠١٤	٠,٢١٩	٤,٦٣٦	***

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

رقم العبارة	البعد	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	مستوى الدلالة
٨	رباطة الجأش	٠,٨٢٤	١			
٩		٠,٨٦٩	١,٠٠٨	٠,٠٨١	١٢,٥٠٤	***
١٠		٠,٨٥٢	٠,٩٩٢	٠,٠٨٢	١٢,١٢٧	***
١١		٠,٨٤٣	٠,٩٧٠	٠,٠٨١	١١,٩٤٧	***
١٢		٠,٦٢٤	٠,٧١٨	٠,٠٩١	٧,٩١٢	***
١٣		٠,٨٢٠	٠,٩٠٧	٠,٠٧٩	١١,٤٥١	***
١٤		٠,٦٠٢	٠,٧٠٧	٠,٠٩٣	٧,٥٧٦	***
١٥	الثقة والتحكم	٠,٧٣٠	١			
١٦		٠,٦١٤	١,٠١٨	٠,١٤٨	٦,٨٧٨	***
١٧		٠,٧٧٧	١,٠٦٢	٠,١٢٢	٨,٧٢١	***
١٨		٠,٧٨٣	١,٢٠٤	٠,١٣٧	٨,٧٨٨	***
١٩		٠,٧٥٨	١,١١٧	٠,١٣١	٨,٥٠٤	***
٢٠		٠,٦٦٩	١,١٢١	٠,١٤٩	٧,٥٠٧	***
٢١		٠,٣٩٩	٠,٦٨٠	٠,١٥٣	٤,٤٤٩	***
٢٢	التنسيق	٠,٧٢٣	١			
٢٣		٠,٧٧٦	١,١٧٥	٠,١٣٧	٨,٥٩٦	***
٢٤		٠,٤٠٢	٠,٧٢٤	٠,١٦٢	٤,٤٦٤	***
٢٥		٠,٧٧٦	١,١١٠	٠,١٢٩	٨,٦٠٣	***
٢٦		٠,٣٩٣	٠,٧٢٦	٠,١٦٦	٤,٣٦٧	***
٢٧		٠,٨٠٣	١,١٨٥	٠,١٣٣	٨,٨٨١	***
٢٨		٠,٧٢٤	١,١٨٢	٠,١٤٧	٨,٠٣٨	***

يتضح من جدول (١٢) أن القيم الحرجة لجميع قيم معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)؛ مما يشير إلى صدق البنية العاملية للمقياس وفق بيانات المشاركين في حساب الخصائص السيكومترية. كما تم حساب قيم مؤشرات المطابقة للتأكد من حسن مطابقة النموذج كما في الجدول التالي:

جدول (١٣)

مؤشرات مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس النهوض الأكاديمي

م	مؤشرات المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المقبول للمؤشر	القرار
١	النسبة بين X^2 ودرجات الحرية CMIN /DF	٢,١٢٥	أقل من (٥)	مقبول
٢	جذر متوسطات مربع البواقي (RMR)	٠,٠٣٩	الاقترب من الصفر	مقبول
٣	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٨١٧	صفر إلى ١	مقبول
٤	مؤشر حسن المطابقة المصحح بـ درجات الحرية (AGFI)	٠,٧٤٨	صفر إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٧٩٠	صفر إلى ١	مقبول
٦	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٧٤٩	صفر إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٨٧٦	صفر إلى ١	مقبول
٨	مؤشر توكّر لويس (TLI)	٠,٨٣٨	صفر إلى ١	مقبول
٩	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٨٧١	صفر إلى ١	مقبول
١٠	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٤٧	٠,٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من جدول (١٣) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة جاءت في المدى المقبول؛ مما يدل على مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس النهوض الأكاديمي مع بيانات المشاركين في حساب الخصائص السيكمترية.

ب) الاتساق الداخلي

قام الباحثان بتطبيق المقياس على (١٤٠) مشاركاً من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، وذلك لحساب الاتساق الداخلي لعبارات المقياس عن طريق:

- حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد حذف درجة كل عبارة من مجموع البعد والدرجة الكلية:

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

جدول (١٤)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية لمقياس النهوض الأكاديمي

العبارة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية	العبارة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية	العبارة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية
١	**٠,٥٨٩	**٠,٤٣٢	١١	**٠,٧٦٣	**٠,٥٤٣	٢١	**٠,٥٦٩	**٠,٤٧٣
٢	**٠,٧٤٥	**٠,٤٤٩	١٢	**٠,٧٥٦	**٠,٤٦٦	٢٢	**٠,٦٩٥	**٠,٥٠٤
٣	**٠,٥٩٦	**٠,٤٤٠	١٣	**٠,٧٥٧	**٠,٥٨٣	٢٣	**٠,٧٨١	**٠,٥٨٨
٤	**٠,٦١٥	**٠,٤٨١	١٤	**٠,٦٥٢	**٠,٤٧٢	٢٤	**٠,٦٦٥	**٠,٥٣٣
٥	**٠,٦٧٧	**٠,٤١٧	١٥	**٠,٧٤٥	**٠,٥١٨	٢٥	**٠,٧٤٠	**٠,٥٤٢
٦	**٠,٦١٩	**٠,٤٣٩	١٦	**٠,٧١٦	**٠,٤٥٢	٢٦	**٠,٦٦١	**٠,٤٧٢
٧	**٠,٧٠٠	**٠,٤٥٧	١٧	**٠,٧٥٩	**٠,٥٨٥	٢٧	**٠,٧١٨	**٠,٥٢٦
٨	**٠,٧١٨	**٠,٥٩٩	١٨	**٠,٧١٩	**٠,٥٧٢	٢٨	**٠,٧٣٢	**٠,٥٥٤
٩	**٠,٧٥٧	**٠,٥٩٦	١٩	**٠,٧٣٨	**٠,٥٦٣	-	-	-
١٠	**٠,٧٤٦	**٠,٥٤٣	٢٠	**٠,٧٤٦	**٠,٥٢٥	-	-	-

يتضح من جدول (١٤) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

- حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد مع بعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس كما في الجدول التالي:

جدول (١٥)

معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها والدرجة الكلية لمقياس النهوض الأكاديمي

الأبعاد	بعد ١	بعد ٢	بعد ٣	بعد ٤	الدرجة الكلية
الالتزام	-				
رباطة الجأش	**٠,٥٧١	-			
الثقة والتحكم	**٠,٥٢٩	**٠,٤٩٩	-		
التنسيق	**٠,٥١٦	**٠,٥٢٦	**٠,٥٢٢	-	
الدرجة الكلية	**٠,٦٢٦	**٠,٦٧٠	**٠,٦٦٩	٠,٧١٠	-

يتضح من جدول (١٥) أن جميع معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها البعض وبين الأبعاد والدرجة الكلية دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠١)؛ وهذا يدل على الاتساق الداخلي للمقياس.

ج) الثبات

قام الباحثان باستخدام معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس، وذلك بعد تطبيق المقياس على (١٤٠) مشاركًا من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، ويوضح الجدول التالي معامل الثبات لكل بعد من أبعاد مقياس النهوض الأكاديمي والدرجة الكلية:

جدول (١٦)

معاملات ثبات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس النهوض الأكاديمي

م	الأبعاد	معامل الثبات
١	الالتزام	٠,٧٧١
٢	رباطة الجأش	٠,٨٦٢
٣	الثقة والتحكم	٠,٨٥٠
٤	التنسيق	٠,٨٤١
-	الدرجة الكلية	٠,٨٧٠

يتضح من جدول (١٦) أن معاملات الثبات لأبعاد المقياس تراوحت بين (٠,٧٧١-٠,٨٦٢)، وللدرجة الكلية بلغت (٠,٨٧٠)، وجميعها معاملات ثبات مقبولة إحصائيًا؛ مما يشير إلى الثقة في النتائج التي يمكن التوصل إليها من تطبيق المقياس.

خطوات تنفيذ البحث:

لتنفيذ البحث اتبع الباحثان الحاليان الخطوات الآتية:

- ١) تطبيق أدوات البحث في صورتها الأولية على المشاركين في حساب الخصائص السيكومترية (ن = ١٤٠) مشاركًا من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.
- ٢) تطبيق أدوات البحث في صورتها النهائية على المشاركين في البحث الأساسي (ن = ٥٤٦) مشاركًا من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.
- ٣) إجراء المعالجات الإحصائية اللازمة للتحقق من فروض البحث.
- ٤) عرض ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء الإطار النظري ونتائج الدراسات والبحوث السابقة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

استخدم الباحثان تحليل المسار Path Analysis للتحقق من مطابقة النموذج المقترح والكشف عن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات البحث، كما تم استخدام تحليل المسار متعدد المجموعات Multi-group Path Analysis للكشف عن التشابه في نموذج تحليل المسار لمتغيرات البحث حسب متغير النوع (ذكور، إناث).

نتائج فروض البحث ومناقشتها وتفسيرها:

عرض الباحثان في هذا الجزء نتائج فروض البحث ومناقشتها وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات والبحوث السابقة كما يلي:

نتيجة الفرض الأول:

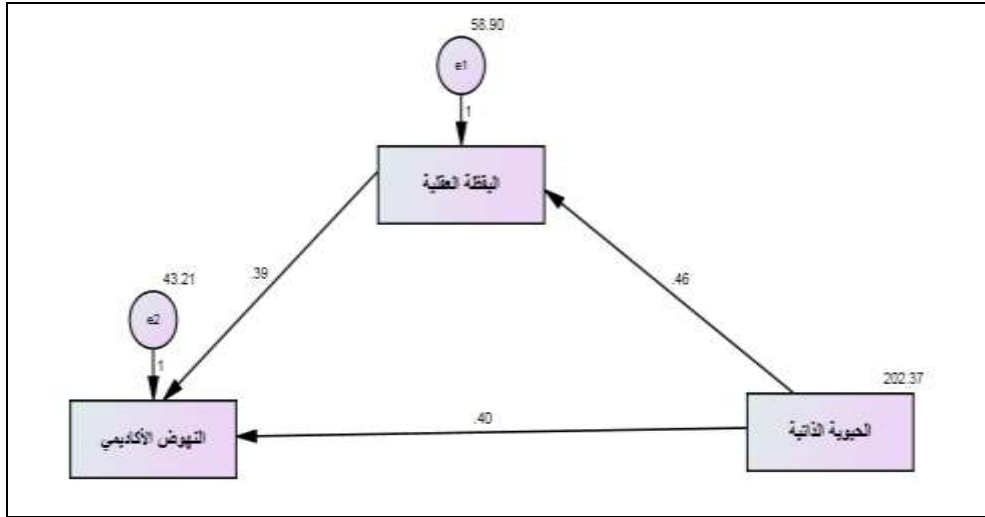
ينص الفرض الأول على أنه "لا توجد مؤشرات مطابقة مقبولة لنموذج تحليل المسار بين الحيوية الذاتية والنهوض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية كمتغير وسيط لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر".

وللتحقق من هذا الفرض استخدم الباحثان تحليل المسار Path Analysis أحد أنواع نمذجة المعادلة البنائية (باستخدام برنامج أموس AMOS. V.24) الذي يستخدم لوضع احتمالات للعلاقات بين متغيرات البحث (الحياة الذاتية، واليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي)، وذلك من خلال اختبار نموذج يوضح التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين المتغيرات، وذلك بالاعتماد على طريقة الأرجحية العظمى وذلك بعد التحقق من شروط استخدامها كوجود حجم عينة مناسب، واعتدالية التوزيع؛ حيث تراوحت معاملات الالتواء لمتغيرات البحث ما بين (-0.106 : 0.087)، ومعاملات التفرطح ما بين (0.213 : 0.116)؛ وبالتالي فإن معاملات الالتواء والتفرطح تقع في المدى المقبول؛ مما يشير إلى اعتدالية توزيع درجات متغيرات النموذج.

وقد تم التحقق من هذا الفرض وفق الخطوات التالية:

أ- بناء نموذج تحليل المسار باستخدام برنامج أموس: وذلك من خلال نموذج تحليل المسار الذي يتضمن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات البحث الثلاثة، والذي تم بناؤه في

ضوء نتائج بعض الدراسات والبحوث السابقة، والشكل التالي يوضح نموذج تحليل المسار المقترح:



شكل (٤)

نموذج تحليل المسار بين الحيوية الذاتية والتفويض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية كمتغير وسيط
ب- حساب قيم مؤشرات المطابقة للتأكد من حسن مطابقة النموذج المقترح، وذلك للحكم على مطابقة البيانات لنموذج تحليل المسار لمتغيرات البحث كما في الجدول التالي:

جدول (١٧)

مؤشرات مطابقة نموذج تحليل المسار بين الحيوية الذاتية والتفويض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية

م	مؤشرات المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المقبول للمؤشر	القرار
١	النسبة بين X^2 ودرجات الحرية CMIN / DF	-	أقل من (٥)	مقبول
٢	جذر متوسطات مربع البواقي (RMR)	٠,٠٠٠	الاقتراب من الصفر	مقبول
٣	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	١,٠٠	صفر إلى ١	مقبول
٤	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	١,٠٠	صفر إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	١,٠٠	صفر إلى ١	مقبول
٦	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	١,٠٠٠	صفر إلى ١	مقبول
٧	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٢٤	٠,٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من جدول (١٧) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة جاءت في المدى المثالي؛ مما يدل على مطابقة البيانات للنموذج المقترح.

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

تشير هذه النتيجة إلى أن البيانات تدعم بشكل جيد الفرضية القائلة بأن العلاقة بين الحيوية الذاتية والنهوض الأكاديمي ليست مباشرة فقط، بل تُرتَّب من خلال تأثير وسيط لليقظة العقلية. وتُظهر مؤشرات المطابقة المقبولة أن الفرضية النظرية التي تفترض أن الحيوية الذاتية تُعزِّز من القدرة على النهوض الأكاديمي عندما يتوسطها مستوى مرتفع من اليقظة العقلية، تجد لها صدى في بيانات طلبة برنامج التأهيل التربوي المشاركين في البحث. هذا يشير إلى أن الطلبة الذين يتمتعون بحيوية ذاتية مرتفعة لديهم القدرة على استدعاء حالة من الانتباه والوعي (يقظة عقلية) تساعد على التعامل مع الضغوط والتحديات الأكاديمية بفعالية (نهوض أكاديمي).

ومن منظور نفسي تربوي، يمكن تفسير ذلك بأن الحيوية الذاتية تُعدّ موردًا نفسيًا مهمًا يشمل الطاقة والدافعية الداخلية. وعندما تُدمج مع مهارات اليقظة العقلية -التي تعزز من القدرة على تنظيم الانتباه ومراقبة الأفكار والمشاعر دون إصدار أحكام- يصبح الطلبة أكثر قدرة على التكيف مع المواقف الصعبة وتحويلها إلى فرص للنمو والتعلم. هذه الآلية تُفسّر كيف يمكن للعوامل النفسية الإيجابية أن تُسهم في رفع مستويات النهوض الأكاديمي.

وتُبرز هذه النتيجة أهمية تعزيز كل من الحيوية الذاتية واليقظة العقلية في برنامج التأهيل التربوي. بمعنى آخر، يمكن للمناهج التعليمية أن تُصمم ببرامج تدخلية تُعنى بتطوير هذه الجوانب لدى الطلبة؛ مما يساعدهم في تحسين قدرتهم على التعامل مع المواقف الأكاديمية الصعبة وزيادة صمودهم في مواجهة التحديات.

كما أن هذه النتيجة تسلط الضوء على ضرورة تبني إستراتيجيات تعليمية تركز على تنمية الجوانب النفسية الذاتية (مثل الثقة بالنفس والدافعية الداخلية) إلى جانب تدريب الطلبة على مهارات اليقظة العقلية، التي ثبتت فعاليتها في تحسين التركيز وتقليل الضغوط وخفض مستويات التوتر. وهكذا، يصبح الطلبة قادرين على تحويل الطاقة الحيوية إلى آلية داعمة تُسهم في تحقيق أداء أكاديمي أكثر مرونة واستدامة.

ويرى الباحثان أن التفاعل بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية -من الناحية النظرية المنطقية- يمكن أن يؤدي دورًا محوريًا في تعزيز النهوض الأكاديمي؛ حيث يُفترض من

الناحية المنطقية أن تأثير الحيوية على الأداء الأكاديمي يتعزز مع ارتفاع مستويات اليقظة العقلية لدى الطلبة. وفي هذا السياق، يقترح الباحثان أن الطلاب الذين يتمتعون بقدرات حيوية عالية قد يستفيدون أكثر من مستويات مرتفعة من اليقظة العقلية؛ مما يسهم بدوره في تحقيق مستوى أفضل من النهوض الأكاديمي. وتجدر الإشارة إلى أن هذا التفاعل إنما يُقدّم كافتراض نظري يستند إلى تحليل مفاهيمي ودراسات سابقة تناولت التأثيرات المباشرة لكل من الحيوية الذاتية واليقظة العقلية على النهوض الأكاديمي.

كما أوضح (Brown & Ryan (2003 أن ممارسة اليقظة العقلية تُحسن من الوعي الذاتي وتنظيم الانتباه، وهو ما يُقلّل من مستويات التوتر ويُسهّم في تحقيق أداء أكاديمي أفضل. وهو ما قد يحمل في طياته إشارة ضمنية للتأثير المباشر لليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي.

من جانب آخر، تدعم هذه النتيجة ما كشف عنه بحث (Zenner et al. (2014 عبر مراجعة منهجية لفعالية التدخلات القائمة على اليقظة العقلية في المدارس؛ حيث تبين أنها تُحسن من الأداء الأكاديمي وتُعزّز من مهارات التكيف لدى الطلبة؛ مما يوضّح الدور الوسيط لليقظة في تعزيز النهوض الأكاديمي.

وتتسق هذه النتيجة مع نتائج بحث (Aldawsari et al. (2025 والتي كشفت عن فعالية برنامج تدريبي قائم على اليقظة العقلية في تنمية النهوض الأكاديمي والتدفق النفسي لدى طلبة الجامعات؛ إذ تشير هذه النتائج إلى أن التدريب المنظم على اليقظة العقلية يمكن أن يعزز بشكل فعال قدرة الطلبة على إدارة التحديات الأكاديمية وتحقيق حالات التعلم المثلى؛ مما يقدم أثاراً واعدة لخدمات دعم الطلبة في بيئات التعليم العالي.

وأظهرت نتائج بحث (Ershadi Chahardeh (2020 أن التدريب على الحيوية الأكاديمية [شكل من أشكال الحيوية الذاتية] يزيد من الدافعية الأكاديمية والتوافق الدراسي لدى الطلبة؛ حيث يمكن القول إن هناك أسئلة صعبة في مجال التعليم تتطلب يقظة عقلية "التأمل والتفكير"، وأن الأشخاص ذوي الحيوية الأكاديمية يُظهرون قدرة أكبر على مواجهة هذه التحديات، ويولونها المزيد من الاهتمام، ويفكرون في النجاحات، ويحصلون على المزيد. كما أن الحيوية الأكاديمية تزيد من اهتمام الطلبة بالتعليم وتزيد من دافعيتهم، وهو ما يوفر المرونة اللازمة لإنجاز مهمة ما بنجاح، أو تحقيق هدف، أو بلوغ مستوى معين من الكفاءة. لذلك،

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

يُظهر الطلبة ذوو الحيوية الأكاديمية المرتفعة حماسًا واهتمامًا أكبر بالتعليم، ويبدلون جهدًا أكبر لتحقيق أهدافهم التعليمية. إضافةً إلى ذلك، يعتقد الطلبة ذوو الحيوية المرتفعة أنهم قادرون على إدارة التحديات والصعوبات الأكاديمية والتغلب عليها بنجاح، لذا يتوقعون المزيد من النجاح في مواجهة التحديات. لذلك، تزيد الحيوية الأكاديمية من تكيف الطلبة مع الدراسة من خلال حل المشكلات والتحديات الأكاديمية، وزيادة الدافعية لديهم، والنظرة الإيجابية المتفائلة لأنفسهم وللتعليم وللمؤسسة التعليمية.

وتتسق هذه النتيجة مع ما ذكره Şener & Gündüzalp (2020) من أن الحيوية الذاتية التي يتمتع بها الفرد تؤثر في عمله ودافعيته وأدائه وكفاءته. وفي البحث الحالي تشير البيانات إلى أن الحيوية الذاتية لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر تؤثر في كل من اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي على الترتيب.

نتيجة الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه "لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائية للحياة الذاتية في اليقظة العقلية لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر".

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بحساب التأثيرات المباشرة ومعاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة للحياة الذاتية في اليقظة العقلية ودلالاتها الإحصائية لنموذج تحليل المسار، كما في الجدول التالي:

جدول (١٨)

معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية والقيمة الحرجة للحياة الذاتية في اليقظة العقلية

القيمة الحرجة ودلالاتها	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار اللامعيارية	معاملات الانحدار المعيارية	التأثيرات واتجاه التأثير		
				نوع التأثير	إلى	من
*** ١٩,٩٣١	٠,٠٢٣	٠,٤٦١	٠,٦٤٩	مباشر	اليقظة العقلية	الحياة الذاتية

يتضح من جدول (١٨) وجود تأثير مباشر موجب ودال إحصائياً للحيوية الذاتية في اليقظة العقلية؛ حيث بلغت القيمة الحرجة له (١٩,٩٣١) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٠١).

تشير هذه النتيجة إلى أن شعور المعلم بالحيوية الذاتية -أي شعوره بالطاقة والنشاط- يسهم بشكل مباشر في تحسين قدرته على البقاء متيقظاً وواعياً للحظة الراهنة. ويُعدّ الشعور بالحيوية الذاتية مؤشراً على حالة نفسية متوازنة وإيجابية. عندما يشعر المعلم بالحيوية، فإنه يمتلك طاقة إيجابية تساعد على الانخراط بعمق في التجارب الحاضرة دون الانشغال بالقلق أو التشتيت. هذا الانخراط يزيد من قدرته على ممارسة اليقظة العقلية؛ حيث يتيح له التركيز على اللحظة الراهنة ومراقبة أفكاره ومشاعره بموضوعية. ويشير التأثير المباشر إلى أن الحيوية الذاتية تعمل كعامل محفز يمنح المعلم القدرة على تنظيم انتباهه بشكل فوري؛ وأن الطاقة النفسية المكتسبة من الشعور بالحيوية الذاتية تسهم في تحسين الانتباه والتنظيم الذهني، مما يُمكن المعلم من تبني اليقظة العقلية التي تُعدّ ضرورية للتعامل مع تحديات البيئة التعليمية والتربوية.

وبالنسبة لبرامج إعداد المعلمين قبل الخدمة [مثل برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر]، تسلط هذه النتيجة الضوء على أهمية تضمين إستراتيجيات تعزيز الحيوية الذاتية ضمن ما تقدمه تلك البرامج؛ حيث إن تعزيز مشاعر الحيوية الذاتية قد يؤدي إلى تحسين قدرات المعلمين على ممارسة اليقظة العقلية؛ مما ينعكس إيجاباً على قدرتهم على مواجهة ضغوط العمل وتنظيم استجاباتهم الانفعالية والسلوكية داخل الصف الدراسي.

نتيجة الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه "لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائياً للحيوية الذاتية في النهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر". وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بحساب التأثيرات المباشرة ومعاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة للحيوية الذاتية في النهوض الأكاديمي ودالاتها الإحصائية لنموذج تحليل المسار، كما في الجدول التالي:

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

جدول (١٩)

معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية والقيمة الحرجة للتدفق النفسي في الالتزام الأكاديمي

القيمة الحرجة ودالاتها	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار المعيارية	التأثيرات واتجاه التأثير		
				نوع التأثير	إلى	من
***١٥,٤٥١	٠,٠٢٦	٠,٤٠٢	٠,٥٢٠	مباشر	النهوض الأكاديمي	الحيوية الذاتية

يتضح من جدول (١٩) وجود تأثير مباشر موجب ودال إحصائيًا للحيوية الذاتية في النهوض الأكاديمي؛ حيث بلغت القيمة الحرجة له (١٥,٤٥١) وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠٠١).

يُظهر هذا التأثير المباشر أن الحيوية الذاتية لا تحتاج إلى وساطة عوامل أو متغيرات أخرى لتعزيز النهوض الأكاديمي، بل تُحدث بنفسها تغييرًا إيجابيًا بشكل مباشر؛ فكلما ازدادت مستويات الحيوية الذاتية لدى الطلبة، ازدادت قدرتهم على التحمل والتأقلم مع المواقف الأكاديمية العادية والصعوبات اليومية؛ فالحماية النفسية الناتجة عن مشاعر الحيوية الذاتية تؤثر بشكل مباشر على النهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي من معلمي قبل الخدمة، دون الحاجة لتدخل متغيرات وسيطة.

وتتسق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج بحث محمد البدرماني (٢٠٢٤) من وجود تأثير مباشر للحيوية الذاتية في النهوض الأكاديمي. كما تتسق أيضًا مع نتائج بحث سهيلة شريف (٢٠٢٤) والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين الحيوية الذاتية بأبعادها الفرعية والنهوض الأكاديمي بأبعاده الفرعية لدى طلبة المرحلة الثانوية الأزهرية. وأن الدرجة الكلية للحيوية الذاتية يمكنها التنبؤ بالنهوض الأكاديمي. وتتماشى هذه النتيجة مع خصائص الأفراد مرتفعي الحيوية الذاتية والتي أشار إليها Juhl & Routledge (2015); Akin & Akin (2015); Ugur et al. (2019)؛ حيث يتسم هؤلاء الأفراد بالتأهب والنشاط، ويتمتعون بطاقة كبيرة لأداء مختلف الأنشطة، ويتحلون بصحة نفسية جيدة، ولديهم القدرة على التعامل مع الضغوط والصعاب بشكل فعال، ومرونة

كبيرة، ويؤدون العديد من الأعمال الهادفة. وهو ما يحمل في طياته إشارة ضمنية للنهوض الأكاديمي.

ويمكن مناقشة وجود تأثير مباشر بدون وساطة للحيوية الذاتية في النهوض الأكاديمي عند النظر إلى الأبعاد الفرعية المكونة للحيوية الذاتية (العقلية، والاجتماعية، والبدنية، والانفعالية، والروحية) من جهة وأبعاد النهوض الأكاديمي (الالتزام، ورباطة الجأش، والثقة والتحكم، والتنسيق) من جهة أخرى على النحو التالي:

- يُعبر البعد العقلي للحيوية الذاتية عن صفاء الذهن والقدرة على التفكير المنطقي وحل المشكلات، وعندما يتمتع المعلم بحيوية عقلية مرتفعة، فإنه يمتلك مرونة معرفية تساعده في الالتزام بمساره الأكاديمي، واتخاذ قرارات صائبة في مواجهة التحديات؛ مما يعزز من شعوره بالثقة والتحكم.
- يشمل البعد الاجتماعي للحيوية الذاتية القدرة على بناء علاقات إيجابية والتواصل الفعال. ويسهم هذا الجانب في إيجاد شبكة دعم اجتماعي تساعد المعلم على التكيف مع ضغوط البيئة التعليمية. فالدعم الاجتماعي يزيد من التنسيق في العمل الجماعي ويُعزز الثقة بالنفس في الأداء الأكاديمي.
- يرتبط البعد البدني للحيوية الذاتية بمستوى النشاط والصحة الجسدية، وهو أساس الطاقة المطلوبة لمواجهة متطلبات العمل والتعلم. فإذا كان المعلم يتمتع بصحة بدنية جيدة فإنه يمتلك طاقة مستمرة تؤثر إيجاباً في قدرته على الالتزام وإدارة الضغوط اليومية؛ مما ينعكس على رباطة جأشه وقدرته على التحكم.
- يتناول البعد الانفعالي للحيوية الذاتية القدرة على تنظيم الانفعالات والتعامل الفعال مع الضغوط وتخفيف حدة التوتر. فالمعلم الذي يمتلك حيوية انفعالية يتمكن من ضبط استجاباته الانفعالية في المواقف الصعبة؛ مما يسهم في تعزيز ثقته بنفسه وقدرته على السيطرة على الضغوط، وبالتالي تحقيق مستويات أعلى من النهوض الأكاديمي.
- يرتبط البعد الروحي للحيوية الذاتية بالشعور بالانتماء إلى شيء أكبر، والبحث عن معنى وهدف في الممارسة المهنية. هذا البعد يُعزز الالتزام الشخصي بالمهنة ويُضيف على الجهود الأكاديمية بُعداً شخصياً يركز على الإيمان بقدرات المعلم وفي قيمته، مما يسهم في تنسيق جهوده وتحقيق اتزان داخلي يدعم الأداء.

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

- يشير الالتزام - كأحد أبعاد النهوض الأكاديمي - إلى مدى تقاني المعلم في مهامه الأكاديمية والمهنية. تُسهم أبعاد الحيوية الذاتية (لا سيما الحيوية العقلية والحيوية الروحية) في تعزيز هذا الالتزام عبر توفير دافع داخلي قوي يركز على رؤية واضحة ومعنى في العمل.
- تعكس رباطة الجأش - كأحد أبعاد النهوض الأكاديمي - قدرة المعلم على الثبات أمام الصعوبات وإدارة الضغوط دون فقدان توازنه. يعمل البعد الانفعالي للحياة على تعزيز هذه الصفة؛ حيث تُمكن المعلمين من التحكم في انفعالاتهم والتعامل مع الضغوط بمرونة.
- تتعلق الثقة والتحكم - كأحد أبعاد النهوض الأكاديمي - بمدى شعور المعلم بأنه قادر على مواجهة التحديات والتحكم في مسار تعليمه ومهنته. فالبعد العقلي والبعد البدني للحياة الذاتية يؤيدان دورًا مباشرًا في تعزيز الثقة بالنفس، بينما يُسهم البعد الاجتماعي والبعد الانفعالي في توفير بيئة آمنة ومحفزة لهذا الشعور.
- يشير التنسيق - كأحد أبعاد النهوض الأكاديمي - إلى القدرة على تنظيم الجهود والمهام والتواصل مع مختلف مكونات البيئة التعليمية. يُعزز البعد الاجتماعي والبعد الروحي للحياة الذاتية من هذه القدرة من خلال تحسين مهارات التواصل والتخطيط المشترك مع الزملاء والإدارة.

ويرى الباحثان أن وجود تأثير مباشر للحياة الذاتية في النهوض الأكاديمي يعني أن التأثير قوي ومستقل؛ فكلما ازدادت مستويات الحيوية الذاتية بمكوناتها المختلفة، ارتفعت مؤشرات النهوض الأكاديمي لدى المعلمين قبل الخدمة دون الحاجة لآليات وسيطة معقدة. وهذا يشير إلى أن تعزيز مشاعر الحيوية الذاتية قد يكون بمثابة تدخل مباشر وفَعَال لتحسين الأداء الأكاديمي.

فضلاً عن أن هذه النتيجة تسلط الضوء على تكامل الأبعاد أو المكونات الفرعية لهذين المتغيرين؛ فالترابط الوثيق بين أبعاد الحيوية الذاتية (العقلية، والاجتماعية، والبدنية، والانفعالية، والروحية) من جهة مع أبعاد النهوض الأكاديمي (الالتزام، ورباطة الجأش، والثقة والتحكم، والتنسيق) من جهة أخرى يعكس أن لكل بُعد من الحيوية الذاتية تأثيرًا مباشرًا على أحد أبعاد النهوض الأكاديمي، كأن تعزز الحيوية العقلية مثلاً من الالتزام والثقة؛ وتقوّي الحيوية

الانفعالية من رباطة الجأش؛ أما الحيوية الاجتماعية والروحية فتُحسنان التنسيق. ولهذا المنظور مضامين ودلالات تطبيقية تربوية؛ إذ يشير ذلك إلى أن برامج تأهيل وإعداد المعلمين قبل الخدمة يجدر بها أن تسعى لتعزيز كل بُعد من أبعاد الحيوية الذاتية؛ لأن تحسين هذه الأبعاد يُترجم مباشرة إلى تحسين الأداء الأكاديمي والقدرة على التعامل مع التحديات في البيئة التربوية.

نتيجة الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه "لا توجد تأثيرات مباشرة دالة إحصائية لليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر".

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بحساب التأثيرات المباشرة ومعاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة لليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي ودلالاتها الإحصائية لنموذج تحليل المسار، كما في الجدول التالي:

جدول (٢٠)

معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية والقيمة الحرجة لليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي

القيمة الحرجة ودلالاتها	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار اللامعيارية	معاملات الانحدار المعيارية	التأثيرات واتجاه التأثير		
				نوع التأثير	إلى	من
***١٠,٧١٩	٠,٠٣٧	٠,٣٩٣	٠,٣٦١	مباشر	النهوض الأكاديمي	اليقظة العقلية

يتضح من جدول (٢٠) وجود تأثير مباشر موجب ودال إحصائياً لليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي؛ حيث بلغت القيمة الحرجة له (١٠,٧١٩) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٠١).

تشير هذه النتيجة إلى أن اليقظة العقلية تمثل عاملاً فاعلاً ومباشراً في تعزيز النهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي من معلمي ما قبل الخدمة دون الحاجة إلى تدخل متغيرات وسيطة أخرى.

كما تدعم هذه النتيجة ما أشار إليه (Soltani Benavandi 2020) من أن المستويات المرتفعة من اليقظة العقلية تتنبأ بشكل فعال بزيادة النهوض الأكاديمي لدى الطلبة؛ مما يشير إلى أن اليقظة العقلية يمكن أن تعمل كحائط صدٍّ أمام الضغوط الأكاديمية.

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

كما تتسق هذه النتيجة أيضًا مع نتائج دراسات سابقة عديدة أشارت لوجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي لدى عينات متنوعة من المتعلمين في مراحل دراسية عديدة مثل: طلبة الصف الأول الثانوي (هدى أبو العزم، ٢٠٢٢)؛ وطلبة كلية التربية (عبدالعزیز سليم، ٢٠١٨؛ أماني عبدالمجيد، ٢٠٢١)؛ وطلبة الجامعة (أحمد بهنساوي، ٢٠٢٠؛ وائل متولي، ٢٠٢١؛ عبدالعزیز حسب الله، ٢٠٢١؛ إبراهيم حكيم، ٢٠٢٥)؛ وطالبات الدراسات العليا (عائشة يحياء، ونادية العمري، ٢٠٢٣).

بالإضافة إلى أن هذه النتيجة تتماشى مع ما كشف عنه التحليل البعدي الذي قام به Mawarni, et al. (2024) للوقوف على فعالية التدخلات القائمة على اليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي، وأظهرت نتائج وجود ارتباط موجب كبير بين تدخلات اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي، مع حجم تأثير مرتفع.

ويمكن تفسير هذا التأثير المباشر من خلال تحليل الأبعاد الفرعية لليقظة العقلية ومواءمتها مع أبعاد النهوض الأكاديمي كما يلي:

- يُمكن بُعد الانتباه والتركيز - كأحد أبعاد اليقظة العقلية - المعلم من توجيه اهتمامه بشكل مُركّز نحو المهمة التعليمية أو الموقف الأكاديمي؛ مما يُساعده في التغلب على التشتيت والضغوط اليومية، وهذه القدرة تُعزز الالتزام الأكاديمي؛ إذ يظل المعلم ملتزمًا بمهامه دون تشتت، كما تُسهم في تحسين رباطة الجأش عبر توفير تركيز يساعده على التعامل مع المواقف الصعبة بهدوء.
- يتضمن بُعد الوعي والمثابرة - كأحد أبعاد اليقظة العقلية - القدرة على مراقبة الذات والبيئة الداخلية والخارجية، إلى جانب المثابرة على الاستمرار رغم التحديات. فمن خلال الوعي المتزايد، يستطيع المعلم تقدير نقاط القوة والضعف لديه وفي بيئته التعليمية؛ مما يرفع من الثقة والتحكم في قراراته وسلوكياته. كما يُعزز هذا الوعي المثابرة، وهو ما ينعكس إيجابًا على التنسيق بين الجهود المبذولة والأهداف الأكاديمية.

- يعكس بُعد الانضباط الذاتي - كأحد أبعاد اليقظة العقلية - القدرة على تنظيم الذات والتحكم في الانفعالات والسلوكيات بما يتماشى مع الأهداف التعليمية والمهنية. فالانضباط الذاتي يُعدّ حجر الزاوية في تحقيق الالتزام المستمر؛ إذ يضمن استمرار الجهد وتنظيم الوقت والموارد بشكل فعال. كما يُسهم في تعزيز الثقة والتحكم من خلال إرساء آليات تنظيمية تساعد المعلم على اتخاذ قرارات مدروسة وتحقيق استقرار في الأداء.
 - يرتبط الالتزام - كأحد أبعاد النهوض الأكاديمي - ارتباطاً وثيقاً بقدرة المعلم على توجيه اهتمامه والتركيز على المهام الأساسية؛ فاليقظة العقلية عبر تحسين الانتباه والتركيز تساعد المعلم في الحفاظ على مستوى عالٍ من الالتزام في أداء مهامه الأكاديمية.
 - تُظهر رباطة الجأش - كأحد أبعاد النهوض الأكاديمي - القدرة على إدارة الانفعالات وضبطها في مواجهة الضغوط. إذ أن الممارسة المنتظمة لمهارات اليقظة العقلية من شأنها أن تُساعد المعلم على الاستجابة بمرونة للمواقف الصعبة دون أن يفقد هدوءه.
 - ينبع بُعد الثقة والتحكم - كأحد أبعاد النهوض الأكاديمي - من الشعور بالقدرة على إدارة الذات واتخاذ القرارات بفعالية؛ فتطوير الانضباط الذاتي والوعي الذهني يُسهم في بناء ثقة المعلم بنفسه؛ مما يعزز إحساسه بالتحكم في مجريات الأمور الأكاديمية.
 - يشمل بُعد التنسيق - كأحد أبعاد النهوض الأكاديمي - القدرة على تنظيم وتوزيع الجهود والموارد بما يحقق التكامل بين مختلف مكونات البيئة التعليمية؛ حيث إن اليقظة العقلية، من خلال تعزيز الوعي والمثابرة، تُسهم في تحسين التنسيق بين الأهداف والإجراءات الأكاديمية؛ مما يرفع من مستوى الأداء العام.
- ويشير وجود تأثير مباشر لليقظة العقلية في النهوض الأكاديمي إلى أن تطوير مهارات اليقظة العقلية بحد ذاتها يؤدي إلى تحسين الأداء الأكاديمي؛ فكلما ارتفعت قدرات الانتباه والتركيز، والوعي والمثابرة، والانضباط الذاتي لدى المعلمين، ارتفعت مستويات الالتزام ورباطة الجأش والثقة والتحكم والتنسيق في أدائهم الأكاديمي، دون الحاجة إلى تدخل عوامل إضافية. كما أن أثر اليقظة العقلية متكامل وشامل؛ إذ تعمل الأبعاد الفرعية لليقظة العقلية بشكل متكامل لتدعم الأبعاد المتعددة للنهوض الأكاديمي، فعلى سبيل المثال، يُساعد بُعد

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

الانتباه والتركيز في بناء الالتزام، بينما يُسهم بُعد الوعي والمثابرة في تعزيز الثقة والتحكم؛ ويضمن بُعد الانضباط الذاتي تحقيق تنسيق فعال بين مختلف المكونات التعليمية. ولهذا المنظور مضامين ودلالة تطبيقية من حيث ضرورة إدراج برامج تدريبية تركز على تنمية مهارات اليقظة العقلية لدى المعلمين قبل الخدمة؛ لأنه عن طريق تطوير هذه المهارات، يمكن تعزيز النهوض الأكاديمي بشكل مباشر، مما ينعكس إيجابًا على الأداء التربوي والمهني دون الحاجة إلى آليات معقدة أو متغيرات وسيطة.

وتدعم هذه النتيجة ما توصلت إليه نتائج بحث (Satici et al. (2024) من وجود تأثير مباشر لليقظة العقلية على النهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. وكذلك ما أشارت إليه نتائج بحث (Mohammad Hosseini et al. (2024) من كون الأفراد الذين يمارسون اليقظة العقلية يتحلون بقدر أكبر من الشجاعة والمثابرة في مواجهة التحديات "في إشارة لمضامين النهوض الأكاديمي".

كما أنها تتسق أيضًا مع ما أشار إليه Beers Dewhirst & Goldman (2018); Hirshberg et al. (2020); Juul et al. (2021); Wu & Qin (2025) من ارتباط النتائج النفسية الإيجابية لممارسة اليقظة العقلية بشكل مباشر بزيادة الكفاءة التعليمية؛ حيث تؤدي اليقظة العقلية دورًا أساسيًا في تعزيز رفاهية المعلمين والمعلمين قبل الخدمة؛ فهي تساعد في تطوير المهارات اللازمة للتعامل مع متطلبات التدريس، كما أنها تقلل بشكل كبير من الضغوط والقلق وأعراض الاكتئاب لدى المعلمين والمعلمين قبل الخدمة.

ويؤيد تلك النتيجة أن اليقظة العقلية تعمل على تخفيف حدة القلق والتوتر، وهما عاملان يمكن أن يُسببا ضعفًا في الأداء المعرفي؛ فاليقظة العقلية تؤدي دورًا في تيسير التفكير الأكثر وضوحًا واتخاذ القرارات المستنيرة، وتحسين فترات الانتباه وتنظيم الانفعال؛ مما يساعد المعلمين قبل الخدمة على التعامل مع المواقف العصيبة بقدر أكبر من الهدوء وتعزيز فعاليتهم المعرفية (Jennings et al., 2024). علاوة على أن المشاركة في ممارسات اليقظة العقلية تميل إلى تنمية الشفقة بالذات لدى المعلمين قبل الخدمة تلك التي تمكّنهم من إظهار اللطف تجاه أنفسهم عند مواجهة النكسات أو التحديات في مسيرتهم المهنية (Chen et al., 2024).

بالإضافة إلى أن الانخراط في ممارسات اليقظة العقلية يمكن أن يتيح لهؤلاء المعلمين احتمالية أكبر لتبني استجابات أكثر قدرة على التكيف عند مواجهة المواقف الصعبة (Kerr et al., 2017).

نتيجة الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس على أنه "لا توجد تأثيرات غير مباشرة دالة إحصائية للحيوية الذاتية في النهوض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية كمتغير وسيط لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر".

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بحساب التأثيرات المباشرة ومعاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية ودالاتها الإحصائية بطريقة بوتستراب Bootstrap في تحليل المسار للحيوية الذاتية في النهوض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية كمتغير وسيط، كما في الجدول التالي:

جدول (٢١)

معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية والقيمة الحرجة للحيوية الذاتية في النهوض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية كمتغير وسيط

التأثيرات واتجاه التأثير			معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	مستوى الدلالة	حدود الثقة (٩٥%)	
من	إلى	نوع التأثير				الحد الأدنى	الحد الأعلى
الحيوية الذاتية	النهوض الأكاديمي	غير مباشر	٠,٢٣٤	٠,١٨١	***,٠٠١	٠,١٣٩	٠,٢٢٤

يتضح من جدول (٢١) وجود تأثير غير مباشر موجب ودال إحصائياً للحيوية الذاتية في النهوض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية كمتغير وسيط؛ حيث جاءت قيمة معاملات الانحدار المعيارية (٠,٢٣٤) واللامعيارية (٠,١٨١) وتراوحت حدود الثقة عند (٩٥%) بين (٠,١٣٩ : ٠,٢٢٤)، وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٠١).

وتوضح هذه النتيجة أن تأثير الحيوية الذاتية على النهوض الأكاديمي يتم عبر آلية غير مباشرة تتوسطها اليقظة العقلية. أي أن الأبعاد الفرعية للحيوية الذاتية تعمل على تطوير ممارسات اليقظة العقلية لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي [المعلمين قبل الخدمة]، مما يسهم في رفع أبعاد النهوض الأكاديمي (الالتزام، ورباطة الجأش، والثقة والتحكم، والتنسيق). فاليقظة

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

العقلية تُعزز قدرة الفرد على الانتباه والتركيز على اللحظة الحالية، مما يقلل من تأثير القلق والتشتت الذهني. هذا الوعي المتعمد يساعد المتعلمين على تنظيم أفكارهم وإدارة ضغوطهم، وبالتالي تحسين الأداء الأكاديمي، ومن هذا المنطلق، يمكن تفسير النتائج بأن الحيوية الذاتية تُسهم في زيادة مستويات اليقظة العقلية، والتي تعمل بدورها على تحويل الطاقة الإيجابية المكتسبة إلى أداء أكاديمي متميز. ويدعم هذا النموذج فكرة أن تعزيز الموارد الداخلية للمعلمين وتطوير ممارسات اليقظة يمكن أن يُحدث تغييرًا إيجابيًا متكاملًا في أدائهم الأكاديمي والتربوي. هذا التأثير غير المباشر الذي كشفت عنه البيانات يشير إلى أهمية تعزيز ممارسات اليقظة العقلية لدى الطلبة، ليس فقط لتحسين صحتهم النفسية بل أيضًا لتحقيق نتائج أكاديمية أفضل. بالتالي، يغدو من الجدير باهتمام الباحثين والمعلمين تطوير برامج تربوية تُعنى بتقوية اليقظة العقلية كمدخل للنهوض الأكاديمي وتحقيق التفوق.

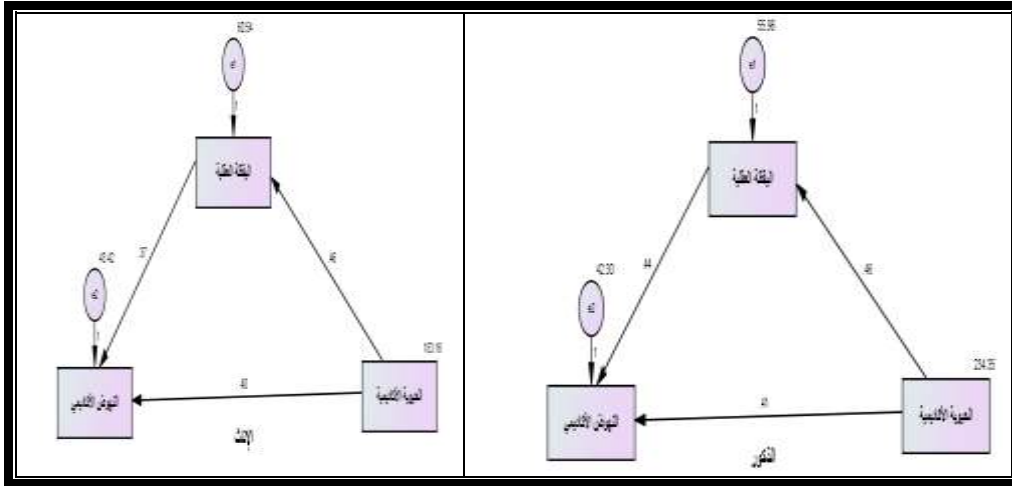
نتيجة الفرض السادس:

ينص الفرض السادس على أنه "لا يوجد تشابه في نموذج تحليل المسار للحياة الذاتية في النهوض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين الذكور والإناث من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر".

وقد افترض الباحثان أن بنية النموذج قد تختلف تبعًا لنوع المشاركين في البحث (ذكور - إناث) استنادًا إلى مبررات علمية ونظرية مستمدة من البحوث في مجالات علم النفس التربوي وعلم النفس الاجتماعي؛ حيث أشارت بحوث عديدة (مثل: Hyde, 2005; Eccles & Wigfield, 2002) إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في العديد من أساليب المعالجة المعرفية، والسمات النفسية مثل مستويات النشاط، والإستراتيجيات التنظيمية، وأساليب التعامل مع المواقف التعليمية؛ مما قد يؤثر على كيفية تفاعل الحيوية الذاتية واليقظة العقلية في التأثير على النهوض الأكاديمي؛ فالإناث قد يتبنّين إستراتيجيات تنظيمية واعية تُسهم في تحقيق أداء أكاديمي مميز، بينما يمكن أن يكون للذكور نمط تأثير مختلف للأبعاد النفسية مثل الحيوية الذاتية، وهذا يشير إلى أن العلاقة بين المتغيرات (كالحياة الذاتية واليقظة العقلية) والنهوض

الأكاديمي قد لا تكون متجانسة عبر النوع؛ مما يستدعي اختبار الفروق البنوية للتأكد من صحة النموذج لكل من الذكور والإناث.

وللتحقق من هذا الفرض استخدم الباحثان تحليل المسار متعدد المجموعات لرسم النموذج المقترح وحساب معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة ودلالاتها الإحصائية لنموذج تحليل المسار للحبوية الذاتية في النهوض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية كمتغير وسيط لدى كل من الذكور والإناث من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر، والشكل التالي يوضح النموذج المستخرج من تحليل المسار لكل من الذكور والإناث:



شكل (٥)

نموذج تحليل المسار للحبوية الذاتية في النهوض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية كمتغير وسيط لدى مجموعتي الذكور والإناث
كما يوضح الجدول التالي معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة ودلالاتها الإحصائية لنموذج تحليل المسار لمجموعتي الذكور والإناث كما في الجدول التالي:

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

جدول (٢٢)

معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية والقيمة الحرجة لمتغيرات البحث لدى مجموعتي الذكور والإناث

مجموعة الإناث				مجموعة الذكور				المتغيرات واتجاه التأثير
القيمة الحرجة ودلالاتها	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	القيمة الحرجة ودلالاتها	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	
***١٤,٨١٩	٠,٠٣١	٠,٤٦٠	٠,٦٢٤	***١٣,٣٣٧	٠,٠٣٥	٠,٤٦١	٠,٦٨٦	الحياة إلى اليقظة
***١١,٧٧٦	٠,٠٣٤	٠,٣٩٦	٠,٥١٠	***٩,٨٢٠	٠,٠٤١	٠,٤٠٥	٠,٥٢٥	الحياة إلى النهوض
***٨,٠٧٦	٠,٠٤٦	٠,٣٦٩	٠,٣٥٠	***٧,١٦٨	٠,٠٦١	٠,٤٤٠	٠,٣٨٣	اليقظة إلى النهوض

يتضح من جدول (٢٢) أن معظم معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية والخطأ المعياري متشابهة إلى حد ما بين الذكور والإناث؛ حيث جاءت القيمة الحرجة لكل منهما دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)، كما تم حساب مؤشرات المطابقة في أربعة نماذج لتحليل المسار في حالة المجموعات المتعددة (غير المقيد، الأوزان البنائية، التغيرات البنائية، البواقي البنائية) لدى مجموعتي الذكور والإناث، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٢٣)

مؤشرات المطابقة لنماذج تحليل المسار في مجموعتي الذكور والإناث

النموذج	/DF X ²	GFI	AGFI	NFI	RFI	IFI	TLI	CFI	RMSEA
الأوزان البنائية	٠,٦٦١	٠,٩٩٨	٠,٩٩٠	٠,٩٩٨	٠,٩٩٥	١,٠٠	١,٠٠	١,٠٠	٠,٠٠١
التغيرات البنائية	١,٤٧٦	٠,٩٩٣	٠,٩٧٨	٠,٩٩٣	٠,٩٩٠	٠,٩٩٨	٠,٩٩٧	٠,٩٩٨	٠,٠٣٠
البواقي البنائية	١,٠٥٤	٠,٩٩٢	٠,٩٨٤	٠,٩٩٣	٠,٩٩٣	٠,٩٩٣	١,٠٠	١,٠٠	٠,٠١٠

يتضح من جدول (٢٣) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة جاءت في المدى المقبول في نماذج تحليل المسار لدى كل من الذكور والإناث، وقد تم حساب مؤشرات التشابه بين هذه النماذج من خلال المقارنة بين النماذج المتداخلة؛ حيث تتم من خلال مقارنة كل نموذج بالنموذج الذي يسبقه (الأقل قيد) بافتراض تحقق النموذج السابق، وتعتمد المقارنة على مؤشر الفرق في درجات الحرية (DF)، والفرق في χ^2 (الفارقة والتي تتطلب أن تكون غير دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١)، والفرق في قيم مؤشرات المطابقة والتي تتطلب أن تكون أقل من (٠,٠١)، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٢٤)

مؤشرات مقارنة نماذج تحليل المسار في مجموعتي الذكور والإناث

النموذج	ΔDF	$\Delta \chi^2$	ΔNFI	ΔIFI	ΔRFI	ΔTLI
الأوزان البنائية عند افتراض صحة غير المقيد	٣	١,٩٨٤	٠,٠٠٢	٠,٠٠٢	-	-
التغيرات البنائية عن افتراض صحة الأوزان البنائية	١	١,٩١٩	٠,٠٠٥	٠,٠٠٥	٠,٠٠٦	٠,٠٠٦
البواقي البنائية عند افتراض صحة التغيرات البنائية	٢	٠,٤١٩	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	٠,٠٠٣-	٠,٠٠٣-

يتضح من جدول (٢٤) أن مؤشرات مقارنة نماذج تحليل المسار لدى مجموعتي الذكور والإناث وقعت في المدى المقبول؛ حيث جاءت قيم (كا^٢) غير دالة إحصائياً، كما جاءت قيم مؤشرات المطابقة أقل من (٠,٠١)، وذلك في نماذج الأوزان البنائية والتغيرات البنائية والبواقي البنائية عند افتراض تحقق النموذج السابق لكل منهم؛ مما يدل على تشابه نموذج تحليل المسار للحيوية الذاتية في النهوض الأكاديمي عبر اليقظة العقلية لدى كل من الذكور والإناث من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.

وتشير هذه النتيجة إلى أن النموذج البنائي الذي يوضح العلاقة بين الحيوية الذاتية والنهوض الأكاديمي، مع اعتبار اليقظة العقلية كمتغير وسيط، يُظهر تشابهاً بين الذكور والإناث من طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر. ويمكن مناقشة هذا التشابه من عدة جوانب:

- ثبات العلاقة بين المتغيرات عبر الجنسين؛ فالحيوية الذاتية تشمل أبعادها العقلية والاجتماعية والبدنية والانفعالية والروحية. ويُفترض أن هذه الأبعاد تؤثر على المعلمين بشكل

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

متشابه لدى الذكور والإناث؛ فالإحساس بالطاقة والانتعاش النفسي والروحي والاجتماعي يُشكّل قاعدة موحدة تُعزز من قدرة الفرد على مواجهة التحديات الأكاديمية.

- كما تتألف اليقظة العقلية من الانتباه والتركيز، الوعي والمثابرة، والانضباط الذاتي. يشير التشابه إلى أن كلا الجنسين يستجيبان بشكل مماثل لممارسات اليقظة؛ فمهارات التركيز والوعي تساعد على تحويل الطاقة الداخلية (الحيوية الذاتية) إلى موارد سلوكية ونفسية تُعزز من الأداء الأكاديمي.

- في حين أن النهوض الأكاديمي يُقاس بأبعاده مثل الالتزام، ورباطة الجأش، والثقة والتحكم، والتنسيق. يشير التشابه في النموذج إلى أن تأثير كل من الحيوية الذاتية واليقظة العقلية على هذه الأبعاد يكون متقاربًا بين الذكور والإناث؛ مما يدل على أن آليات التعامل مع التحديات الأكاديمية تعمل بنفس الطريقة تقريبًا في كلا المجموعتين.

يشير التشابه إلى إمكانية تصميم برامج تدريبية وتدخلية موحدة تُركز على تعزيز الحيوية الذاتية وتنمية مهارات اليقظة العقلية لدى معلمي قبل الخدمة من الجنسين. إذ يمكن لهذه البرامج أن تُطبّق بكفاءة على كل من الذكور والإناث دون الحاجة لتفصيلها بشكل منفصل لكل جنس، مما يسهم في تبني إستراتيجيات تعليمية موحدة تهدف إلى رفع مستويات الالتزام ورباطة الجأش والثقة والتحكم والتنسيق لدى جميع الطلبة.

توصيات البحث:

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالي يقدم الباحثان التوصيات الآتية:
- (١) عقد ورش عمل لطلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر للتعريف بمفهوم الحيوية الذاتية، ومكوناتها، والعوامل المؤثرة فيها، وسبل تعزيزها، ومدى انعكاس ذلك على كل من اليقظة العقلية، والنهوض الأكاديمي.
 - (٢) ضرورة زيادة اهتمام أعضاء هيئة التدريس بتشجيع طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر على ممارسة اليقظة العقلية عند التعامل مع الأفكار والقضايا المختلفة، والتأمل فيها، والانفتاح على وجهات النظر والرؤى المتعددة حولها، بغية التوصل إلى الفهم المستتير واتخاذ القرارات غير المتحيزة.

- ٣) عقد برامج إرشادية لطلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر للتعريف بمفهوم اليقظة العقلية، ومكوناتها، والعوامل المؤثرة فيها، وأهميتها في الحياة اليومية بصفة عامة والعملية التعليمية بصفة خاصة، وطرق تنميتها.
- ٤) عقد برامج إرشادية لطلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر للتعريف بمفهوم النهوض الأكاديمي، ومكوناته، وأهميته في مسيرة الفرد التعليمية، والعوامل المؤثرة فيه، وطرق تنميتها.
- ٥) توفير بيئة تعليمية تتيح الفرصة أمام طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر لتجاوز العثرات والتغلب على التحديات التي تواجههم في عملية التعلم، وتوجيه طاقاتهم العقلية واستثمارها وتوظيفها بشكل يرفع من مستوى أدائهم ويحسن من رفايتهم النفسية.
- ٦) عقد برامج تدريبية تهدف إلى رفع مستوى النهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر باعتباره من أبرز مفاهيم علم النفس الإيجابي المعاصر بما يحفزهم على الإقبال على الحياة الأكاديمية بحماس وشغف وهمة ونشاط، والتحلي بمستوى مرتفع من اليقظة العقلية، والتمتع بصحة نفسية جيدة.

دراسات وبحوث مقترحة:

- يمكن أن يثير البحث الحالي بعض المشكلات البحثية الآتية:
- ١) فعالية برنامج تدريبي قائم على نظرية تحديد الذات في النهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.
- ٢) فعالية برنامج تدريبي قائم على النظرية المعرفية الاجتماعية في النهوض الأكاديمي لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.
- ٣) فعالية برنامج تدريبي قائم على نظرية التعلم التجريبي في اليقظة العقلية لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.
- ٤) فعالية برنامج تدريبي قائم على نظرية التعلم التحويلي في اليقظة العقلية لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر.

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

٥) الفروق في النهوض الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا في التربية بجامعة الأزهر تبعًا لمتغيرات العمر، والنوع، والمرحلة الدراسية (دبلوم عام، دبلوم خاص، ماجستير، دكتوراه).

٦) الفروق في اليقظة العقلية لدى طلبة الدراسات العليا في التربية بجامعة الأزهر تبعًا لمتغيرات العمر، والنوع، والمرحلة الدراسية (دبلوم عام، دبلوم خاص، ماجستير، دكتوراه).

٧) الفروق في الحيوية الذاتية لدى طلبة الدراسات العليا في التربية بجامعة الأزهر تبعًا لمتغيرات العمر، والنوع، والمرحلة الدراسية (دبلوم عام، دبلوم خاص، ماجستير، دكتوراه).

قائمة المراجع:

- ابتسام محمد، وزهراء كطوف (٢٠٢٠). الحيوية الذاتية لدى المرشدين التربويين. مجلة كلية التربية، الجامعة المستنصرية، ١، ٢٧٧-٢٩٨.
- إبراهيم حكيم (٢٠٢٥). تباين مستويات النهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة باختلاف مستويات اليقظة العقلية: دراسة مقارنة في ضوء المتغيرات الديموغرافية. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٨١ (١)، ١٩٥-٢٣٢.
- إبراهيم عبده (٢٠٢٤). اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين تقبل الذات والرضا الوظيفي للمعلمين. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٨٠ (٢)، ١٣٧-١٩٨.
- أحمد بهنساوي (٢٠٢٠). اليقظة العقلية وعلاقتها بالنهوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. المجلة التربوية لكلية التربية جامعة سوهاج، (٧٨)، ١١-٧٣.
- أحمد جمعة (٢٠٢٤). التجول العقلي وعلاقته باليقظة العقلية والمرونة النفسية لدى عينة من التلاميذ ذوي اضطراب التعلم المحدد. المجلة التربوية لكلية التربية جامعة سوهاج، (١١٩)، ٤٤، ١٠٨٩-١١٦٩.
- أحمد عبدالحميد (٢٠٢٢). ثقة الشباب الجامعي في التطعيم والوعي الصحي الوقائي ضد فيروس كورونا المستجد COVID-19 وفقا لمستويات الصمود النفسي والحيوية الذاتية. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ٣ (١٩٣)، ١-٧٥.
- أمانى عبدالمجيد (٢٠٢١). النهوض الأكاديمي وعلاقته بالتدفق النفسي واليقظة الذهنية لدى عينة من طلبة كلية التربية جامعة دمنهور. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، جامعة عين شمس، ٤٥ (٣)، ١٦٣-٢٣٨.
- أمل حبيب، وهبة الناغي (٢٠٢٤). فعالية برنامج تدريبي قائم على فنيات اليقظة العقلية لتحسين الطفو الأكاديمي وخفض الضجر الدراسي لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة بنها منخفضي التحصيل الدراسي. مجلة كلية التربية جامعة بنها، ٣٥ (١٤٠)، ١٨٧-٣٣٣.

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

- إيمان عبدالرحمن، ونور جلال، وسحر محمود (٢٠٢٣). النهوض الأكاديمي لدى طلاب الدراسات العليا في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. *مجلة دراسات تربوية واجتماعية، جامعة حلوان*، ٢٩ (٦)، ٣٠١-٣٤٤.
- أيمن الخصوصي (٢٠٢٣). الحيوية الذاتية وعلاقتها بكل من الطموح والاندماج الأكاديمي لدى طلبة الدبلوم العام بكلية التربية بالقاهرة جامعة الأزهر في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة كلية التربية بنين بالقاهرة جامعة الأزهر*، (٢٠٠)، ج ٢، ٧٣-١.
- بسيوني سليم، وإيمان عبدالرحمن، وآلاء الورداني (٢٠٢٤). الحيوية الذاتية وفقاً لمستويات اليقظة العقلية وتنظيم الانفعالات لدى طلاب جامعة الأزهر. *مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس*، (٧٧)، ج ٣، ٢٢١-٢٦٥.
- تحرير جاسم، وحسن سعيد (٢٠١٩). الحيوية الذاتية لدى المعلمين في مدارس محافظة بغداد. *مجلة الآداب، جامعة بغداد*، ١ (١٣١)، ٢٣١-٢٥٤.
- حُسن عنانبه، ومحمد صوالحة (٢٠٢٥). الدور الوسيط للفاعلية الذاتية الأكاديمية في العلاقة بين اليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي لدى طلبة الثانوية العامة في لواء كفرنجة من محافظة عجلون. *مجلة إربد للبحوث والدراسات الإنسانية، مج*(٢٧)، عدد خاص، ٢١١-٢٣٧.
- حسين الرويلي (٢٠٢٤). اليقظة العقلية كمنبئ بالهناء الذاتي في العمل لدى معلمي التربية الخاصة. *مجلة الشمال للعلوم الإنسانية، جامعة الحدود الشمالية*، ٩ (٢)، ٢٦-٣.
- داليا العبد، سميرة شند، وسارة مصطفى (٢٠٢٣). الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى عينة من معلمي التربية الخاصة. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، جامعة عين شمس*، ٤٧ (٣)، ٣٥٩-٣٩٠.
- رانيا عطية (٢٠٢٠). النهوض الأكاديمي وعادات العقل لطلاب الصف الأول الثانوي العام المتفوقين والعاديين أكاديمياً. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب*، (١١٨)، ١٣٥-١٧٣.

- رمضان فرحات (٢٠٢٣). فاعلية برنامج تدريبي قائم على نظرية التعلم التوسعي في الحيوية الذاتية والتحييزات المعرفية لدى طلاب برنامج التأهيل التربوي بجامعة الأزهر. مجلة كلية التربية بنين بالقاهرة جامعة الأزهر، ٤٢ (١٩٩)، ج ١، ٣٢٣-٤١٤.
- ريم الكريديس (٢٠٢٢). التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط بين الحيوية الذاتية والازدهار النفسي لدى عينة من الطالبات المقبلات على التخرج. مجلة كلية التربية بنين بالقاهرة جامعة الأزهر، (١٩٦)، ج ٢، ٤٥٣-٤٩٦.
- سارة مصطفى (٢٠١٨). فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لتنمية الحيوية الذاتية لدى عينة من الشباب الجامعي. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٥٦)، ٣٣-١١٢.
- سمر محمد، ولطفي إبراهيم، ونوال بخيت (٢٠٢٤). الحيوية الذاتية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية - جامعة المنوفية، ع(٤)، ج(١)، ٣٧٥-٤٠٦.
- سهيلة شريف (٢٠٢٤). الإسهام النسبي للحياة الذاتية والشعور بالتماسك والتوجه نحو المستقبل في النهوض الأكاديمي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية الأزهرية. مجلة كلية التربية بنين بالقاهرة جامعة الأزهر، ٤٣ (٢٠١)، ج ٣، ٣٥١-٤٤٧.
- عائشة يحياء، ونادية العمري (٢٠٢٣). نمذجة العلاقة بين اليقظة العقلية والطفو الأكاديمي والهناء الذاتي لدى طالبات الدراسات العليا بجامعة الملك سعود. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، جامعة عين شمس، ٤٧ (٣)، ١٩٥-٢٤٩.
- عاصم السماحي (٢٠٢٤). نمذجة العلاقات السببية بين اليقظة العقلية والحياة الذاتية والعزم الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية جامعة كفر الشيخ. المجلة التربوية لكلية التربية جامعة سوهاج، (١٢٣)، ج ٤، ١٥٢٧-١٦٣١.
- عبدالعزیز حسب الله (٢٠٢١). التأثير غير المباشر المشروط لليقظة العقلية في قلق الاختبار الإلكتروني لدى طلاب الجامعة عبر الطفو الأكاديمي كمتغير وسيط معدل في ضوء بعض المتغيرات الفئوية المعدلة. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، (١٥)، ج ١، ٥٠٩-٦٠٨.

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنهوض الأكاديمي

- عبدالعزیز سلیم (٢٠١٦). الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الاجتماعية الإيجابية والتفكير المفعم بالأمل لدى معلمي التربية الخاصة. *مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٤٧)، ١٧١-٢٦٢*.
- عبدالعزیز سلیم (٢٠١٨). نموذج بنائي للعلاقات بين اليقظة العقلية والتفكير الإيجابي والطفو الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية جامعة دمنهور. *مجلة كلية التربية جامعة كفر الشيخ، ١٨ (٢١)، ٣٣٣-٤٤٠*.
- عبير الرشدان (٢٠٢٢). العلاقة بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية لدى طلبة المرحلة الجامعية. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، جامعة عين شمس، ٤٦ (٤)، ٣٢٥-٣٥٨*.
- فاطمة الزهراء المصري (٢٠٢٠). الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة حلوان في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية (دراسة سيكومترية كلينكية). *المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٠ (١٠٦)، ٢٣٧-٢٨٦*.
- فاطمة الزهراء النجار، ومرفت الصفتي (٢٠٢٣). فعالية برنامج إرشادي تكاملي في تخفيف حدة الشعور بالوصمة المدركة للإعاقة وتحسين الحيوية الذاتية لدى إخوة المعاقين عقلياً. *مجلة كلية التربية بنين بالقاهرة جامعة الأزهر، (١٩٧)، ج٣، ٥٦٢-٤٩٧*.
- فاطمة عبدالله (٢٠٢٢). الإسهام النسبي للدافعية العقلية واليقظة الذهنية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى عينة من منخفضي التحصيل الدراسي من طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية. رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة الإسكندرية.
- محمد البدرماني (٢٠٢٤). نمذجة العلاقات السببية بين أبعاد الحيوية الذاتية والاندماج الأكاديمي والطفو الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية. *المجلة التربوية لكلية التربية جامعة سوهاج، (١٢٨)، ج٢، ٢٨٧-٣٥٩*.
- محمد زغبی (٢٠٢٤). نموذج بنائي للعلاقات السببية بين التجول العقلي واليقظة العقلية والإخفاق المعرفي لدى طلبة الكلية الجامعية بحقل. *مجلة أبحاث، كلية التربية جامعة الحديدة، ١١ (٢)، ١٢٩١-١٣٥٤*.

- محمود ياسين (٢٠٢٢). الحيوية الذاتية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة جامعة الملك فيصل. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ٣ (٣٦)، ٩٧-٧٤.
- مرام البارقي، وفاطمة خليفة (٢٠٢٤). التدفق النفسي واليقظة العقلية وعلاقتهما بالإبداع الوظيفي لدى عينة من معلمي الطلاب الموهوبين بمدينة جدة. *المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة*، ٨ (٣٠)، ٣٧٤-٣٢٥.
- مصطفى بسيوني (٢٠٢٣). التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من الرشاقة المعرفية والالتزان الانفعالي لدى الطلاب الوافدين بجامعة الأزهر. *مجلة كلية التربية بنين بالقاهرة جامعة الأزهر*، (٢٠٠)، ج٤، ٨٠-١.
- مصطفى عبدالرازق، وعمر الجعدي (٢٠٢٢). الاتجاه نحو التعليم المدمج وعلاقته بالصمود الأكاديمي والدافعية الأكاديمية لدى طلبة برنامج التأهيل التربوي بكلية التربية بنين بالقاهرة جامعة الأزهر "دراسة تنبؤية فارقة". *مجلة كلية التربية بنين بالقاهرة جامعة الأزهر*، (١٩٦)، ج٤، ٤٠٥-٣٢٢.
- نائلة القحطاني (٢٠٢٤). الصحة النفسية وعلاقتها باليقظة الذهنية لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود. *مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس*، ٨٠ (١)، ٣٣٤-٢٩١.
- نانسي أبو الليمون (٢٠٢٢). نمذجة العلاقات السببية بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلبة جامعة اليرموك. رسالة دكتوراه، جامعة اليرموك، كلية التربية.
- نانسي أبو الليمون، وفيصل الربيع (٢٠٢٢). نمذجة العلاقات السببية بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلبة جامعة اليرموك. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، ٣٠ (٣)، ١٧٢-١٣٩.
- هدى أبو العزم (٢٠٢٢). نمذجة العلاقة بين اليقظة الذهنية والطفو الأكاديمي والتجول الذهني لدى طلاب الصف الأول الثانوي بمحافظة الإسكندرية. *مجلة البحث العلمي في التربية*، (٢٣)، ج٤، ٢٩٧-٢٦١.
- وائل متولي (٢٠٢١). الإسهام النسبي لكل من الشفقة بالذات واليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود. *مجلة الجامعة الإسلامية للعلوم التربوية والاجتماعية*. (٨)، ٣٧٦-٣٣١.

- Akin, A., & Akin, U. (2015). Do school experiences predict subjective vitality in Turkish college students? *Education Science and Psychology*, 2(34), 35–44.
- Akin, U., Akin, A., & Uğur, E. (2016). Mediating role of mindfulness on the associations of friendship quality and subjective vitality. *Psychological Reports*, 119(2), 516–526.
- Aldawsari, H., Shahat, H., Nemt-Allah, M., Badawy, M., Ahmed, A., & Badri, H. (2025). Enhancing academic buoyancy and psychological flow in higher education: The effect of mindfulness-based training. *Journal of Educational and Social Research*, 15, 52.
- Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13(1), 27–45.
- Beers Dewhirst, C., & Goldman, J. (2020). Launching motivation for mindfulness: Introducing mindfulness to early childhood preservice teachers. *Early Child Development and Care*, 190(8), 1299–1312.
- Birchinall, L., Spendlove, D., & Buck, R. (2019). In the moment: Does mindfulness hold the key to improving the resilience and wellbeing of pre-service teachers? *Teaching and Teacher Education*, 86, 102919.
- Borremans, L. F., Deryck, A., & Spilt, J. L. (2025). It's a way of being for a teacher: Multiple perspectives on relationship-building competencies in teacher education. *Teaching and Teacher Education*, 159, 104979.
- Bostic, T., Rubio, D., & Hood, M. (2000). A validation of the subjective vitality scale using structural equation modeling. *Social Indicators Research*, 52, 313–324.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822.
- Cardaciotto, L., Herbert, J. D., Forman, E. M., Moitra, E., & Farrow, V. (2008). The assessment of present-moment awareness and

- acceptance: The Philadelphia Mindfulness Scale. *Assessment*, 15(2), 204–223.
- Chems-Maarif, R., Cavanagh, K., Baer, R., Gu, J., & Strauss, C. (2025). Defining mindfulness: A review of existing definitions and suggested refinements. *Mindfulness*, 1–20.
- Chen, M., Lam, J. H., & Cheung, R. Y. (2024). Thinking critically in the moment? The relationship between mindfulness and critical thinking dispositions among pre-service teachers. *Journal of Education for Teaching*, 50(4), 725–739.
- Chen, S., Zhang, L. F., & Li, M. (2025). Doctoral students' self-regulated learning: The roles of academic buoyancy and perceived autonomy support. *Educational Psychology*, 1–20.
- Dang, A. H., & Middlemiss, W. (2025). Academic buoyancy and fear of failure differences among university students: Null findings. *Social Sciences & Humanities Open*, 11, 101184.
- Datu, J. A. D., & Yuen, M. (2018). Predictors and consequences of academic buoyancy: A review of literature with implications for educational psychological research and practice. *Contemporary School Psychology*, 22, 207–212.
- Ding, J., & He, L. (2022). On the association between Chinese EFL teachers' academic buoyancy, self-efficacy, and burnout. *Frontiers in Psychology*, 13, 947434.
- Dolezal, D., Motschnig, R., & Ambros, R. (2025). Pre-service teachers' digital competence: A call for action. *Education Sciences*, 15(2), 160.
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Motivational beliefs, values, and goals. *Annual Review of Psychology*, 53, 109–132.
- Ershadi Chahardeh, S. (2020). Effectiveness of academic buoyancy training on academic engagement and adjustment to school in Firth high school students. *Iranian Journal of Educational Sociology*, 3(2), 11–19.
- Fatimah, S., & Suharsono, Y. (2025). Enhancing academic engagement: Growth mindset and academic buoyancy in emerging adulthood. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 13(1), 35–40.
- Fini, A., Kavousian, J., Beigy, A., & Emami, M. (2010). Subjective vitality and its anticipating variables on students. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 5, 150–156.

- Fooladi, A., Sadeghinia, A., & Arabsalari, Z. (2023). The effectiveness of academic buoyancy training on emotional, social, and educational adaptation in geography students at the Martyrs of Mecca Campus of Farhangian University. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 4(3), 36–44.
- Gailliot, M., Baumeister, R., DeWall, C., Maner, J., Plant, E., Tice, D., Brewer, L., & Schmeichel, B. (2007). Self-control relies on glucose as a limited energy source: Willpower is more than a metaphor. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(2), 325–336.
- Guan, L., Zhang, Y., & Gu, M. M. (2025). Pre-service teachers' preparedness for AI-integrated education: An investigation from perceptions, capabilities, and teachers' identity changes. *Computers and Education: Artificial Intelligence*, 8, 100341.
- Hepburn, S. J., Carroll, A., & McCuaig, L. (2021). The relationship between mindful attention awareness, perceived stress, and subjective wellbeing. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23), 12290.
- Hirshberg, M. J., Flook, L., Enright, R. D., & Davidson, R. J. (2020). Integrating mindfulness and connection practices into preservice teacher education improves classroom practices. *Learning and Instruction*, 66, 101298.
- Hirshberg, M. J., Flook, L., Moss, E. E., Enright, R. D., & Davidson, R. J. (2022). Integrating mindfulness and connection practices into preservice teacher education results in durable automatic race bias reductions. *Journal of School Psychology*, 91, 50–64.
- Hue, M. T., & Lau, N. S. (2015). Promoting well-being and preventing burnout in teacher education: A pilot study of a mindfulness-based programme for pre-service teachers in Hong Kong. *Teacher Development*, 19(3), 381–401.
- Hyde, J. S. (2005). The gender similarities hypothesis. *American Psychologist*, 60(6), 581–592.
- Iriana, D. U., Yosep, I., & Emaliyawati, E. (2025). The relationship between academic buoyancy and academic resilience in first-year students at the Faculty of Health Universitas Padjadjaran.

- Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (INJEC)*, 19(2), 2–10.
- Jennings, P. A., Alamos, P., Baelen, R. N., Jeon, L., & Nicholas-Hoff, P. Y. (2024). Emotional schemas in relation to educators' social and emotional competencies to promote student SEL. *Social and Emotional Learning: Research, Practice, and Policy*, 4, 100064.
- Juhl, J., & Routledge, C. (2015). The awareness of death reduces subjective vitality and self-regulatory energy for individuals with low interdependent self-construal. *Motivation and Emotion*, 39(4), 531–540.
- Juul, L., Brorsen, E., Gøtzsche, K., Nielsen, B. L., & Fjorback, L. O. (2021). The effects of a mindfulness program on mental health in students at an undergraduate program for teacher education: A randomized controlled trial in real life. *Frontiers in Psychology*, 12, 722771.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144–156.
- Kawabata, M., Yamazaki, F., Guo, D., & Chatzisarantis, N. (2017). Advancement of the subjective vitality scale: Examination of alternative measurement models for Japanese and Singaporeans. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 27(12), 1793–1800.
- Kerr, S. L., Lucas, L. J., DiDomenico, G. E., Mishra, V., Stanton, B. J., Shivde, G., ... & Terry, G. M. (2017). Is mindfulness training useful for pre-service teachers? An exploratory investigation. *Teaching Education*, 28(4), 349–359.
- Kozina, A., Rožman, M., & Veldin, M. (2025). Teachers' mindfulness following a social, emotional, and intercultural learning intervention as a support mechanism for dealing with emotional problems. *Teacher Development*, 1–16.
- Kubzansky, L., & Thurston, R. (2007). Emotional vitality and incident coronary heart disease: Benefits of healthy psychological functioning. *Archives of General Psychiatry*, 64(12), 1393–1401.
- Kurtus, R. (2022). What is vitality? Retrieved from http://www.school-for-champions.com/vitality/what_is_vitality.htm

- Liu, H., Duan, S., & Chu, W. (2022). Unraveling EFL teacher buoyancy in online teaching: An ecological perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(1), 613.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2008). Academic buoyancy: Towards an understanding of students' everyday academic resilience. *Journal of School Psychology*, 46(1), 53–83.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2009). Academic resilience and academic buoyancy: Multidimensional and hierarchical conceptual framing of causes, correlates, and cognate constructs. *Oxford Review of Education*, 35(3), 353–370.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2020). Investigating the reciprocal relations between academic buoyancy and academic adversity: Evidence for the protective role of academic buoyancy in reducing academic adversity over time. *International Journal of Behavioral Development*, 44(4), 301–312.
- Martin-Cuellar, A., Lardier Jr, D. T., & Atencio, D. J. (2021). Therapist mindfulness and subjective vitality: The role of psychological wellbeing and compassion satisfaction. *Journal of Mental Health*, 30(1), 113–120.
- Mawarni, A., Taufiq, A., Ilfiandra, I., Faizal, F., & Makmun, F. (2024). Mindfulness-based cognitive behavioral interventions to enhance academic buoyancy: A meta-analytic study. *Tadris: Jurnal Keguruan dan Ilmu Tarbiyah*, 9(2).
- Mohammad Hosseini, H., Derakhshesh, A., Fathi, J., & Mehraein, S. (2024). Examining the relationships between mindfulness, grit, academic buoyancy, and boredom among EFL learners. *Social Psychology of Education*, 27(3), 1357–1386.
- Napanoy, J. B., Gayagay, G. C., & Tuazon, J. R. C. (2021). Difficulties encountered by pre-service teachers: Basis of a pre-service training program. *Universal Journal of Educational Research*, 9(2), 342–349.
- Pan, B., Fan, S., Wang, Y., & Li, Y. (2022). The relationship between trait mindfulness and subjective wellbeing of kindergarten teachers: The sequential mediating role of emotional

- intelligence and self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 13, 973103.
- Peterson, C., & Seligman, M. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press.
- Piosang, T. (2016). The development of academic buoyancy scale for accounting students (ABS-AS).
- Putwain, D. W., Connors, L., Symes, W., & Douglas-Osborn, E. (2012). Is academic buoyancy anything more than adaptive coping? *Anxiety, Stress & Coping*, 25(3), 349–358.
- Reshvanloo, F., Keramati, R., Kareshki, H., & Torkamani, M. (2018). Factor structure and gender invariance of subjective vitality scale in students. *Applied Psychological Research Quarterly*, 9(3), 1–14.
- Rozanski, A., Blumenthal, J., Davidson, K., Saab, P., & Kubzansky, L. (2005). The epidemiology, pathophysiology, and management of psychosocial risk factors in cardiac practice: The emerging field of behavioral cardiology. *Journal of the American College of Cardiology*, 45(5), 637–651.
- Ryan, R., & Deci, E. L. (2008). From ego depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(2), 702–717.
- Ryan, R., & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65(3), 529–565.
- Satıcı, S. A., Kütük, H., & Okur, S. (2024). Mediation of the influence of mindfulness on academic buoyancy by academic hope: A two-wave longitudinal study. *Psychology in the Schools*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1002/pits.23296>
- Schmoyer, K. (2020). Cultivating social and emotional wellness in teachers and students through SEL and mindfulness-based interventions: A course for pre-service teachers.
- Şener, G., & Gündüzalp, S. (2020). A qualitative research on the perception of subject vitality of teacher candidates. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 5(9), 930–961.

نمذجة العلاقات بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية والنموض الأكاديمي

- Soltani Benavandi, E. (2020). The mediating role of critical thinking between family flexibility and mindfulness with academic buoyancy. *Iranian Journal of Medical Education*, 20, 116–126.
- Tajer, C. (2012). Joy of the heart: Positive emotions and cardiovascular health. *Revista Argentina de Cardiología*, 80(4), 325–331.
- Ugur, E., Kaya, C., & Özçelik, B. (2019). Subjective vitality mediates the relationship between respect toward partner and subjective happiness on teachers. *Universal Journal of Educational Research*, 7(1), 126–132.

Modeling relationships among self-vitality, mindfulness, and academic buoyancy among students of the educational rehabilitation program at Al-Azhar University

Dr. Omar Mahmoud Ahmed Abdullah Eljeidy

Lecturer of Educational Psychology and Statistics, Faculty of Education for Boys,
Cairo, Al-Azhar University.

Dr. Reda Mohammed Abd-El-Fattah Haridy

Lecturer of Mental Health, Faculty of Education for Boys, Cairo, Al-Azhar
University.

Abstract:

The research aimed to recognize the extent of the finding acceptable fit indices for path analysis model among self-vitality, mindfulness, and academic buoyancy, to reveal the direct and indirect effects among subjective vitality, mindfulness, and academic buoyancy, to verify the role of mindfulness as an mediator variable in the relationship among subjective vitality and academic buoyancy, and to know the extent of similarity of the path analysis model among males and females. The participants were (546) participants from the students of the Educational Rehabilitation Program at Al-Azhar University, (201 males and 345 females), with an mean age of (28,298). The research tools were: the Self-Vitality Scale (prepared by Ramadan Farhat, 2023), the Mindfulness Scale, and the Academic Buoyancy Scale (both prepared by the researchers, 2024). The statistical method of Path Analysis was used to verify the suitability of the proposed model and to reveal the direct and indirect effects of the research variables. Multi-group Path Analysis was also used to reveal the similarity in the path analysis model of the research variables according to the gender variable (males, females). The research's results showed that there are acceptable acceptable fit indices for path analysis model among self-vitality, mindfulness, and academic buoyancy among students of the educational rehabilitation program at Al-Azhar University, and there are statistically significant positive direct effects of self-vitality on both: mindfulness and academic buoyancy, and there are statistically significant positive direct effects of mindfulness on academic buoyancy, and there are statistically significant positive indirect effects of self-vitality on academic buoyancy through mindfulness as an mediator variable, and the similarity of the path analysis model between males and females of students of the educational rehabilitation program at Al-Azhar University. The results were discussed and interpreted, with some relevant proposals and recommendations being presented.

Keywords: Self-vitality; Mindfulness; Academic buoyancy; Students of the educational rehabilitation program; Pre-service teachers.