

الحوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

إعداد

حنان محمد محمد

باحثة بكلية التربية - جامعة حلوان

إشراف

أ.م. د/ نور محمد جلال

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية - جامعة حلوان

م.د/ سحر طه محمود

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة حلوان

2024م

ملخص البحث باللغة العربية:

هدف البحث الحالي الكشف عن الفروق في الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية واتبعت الباحثة المنهج الوصفي المقارن، واستخدمت مقياس الحيوية الذاتية من اعداد الباحثة، تكونت العينة من (150) طالبا وطالبة من طلاب الدراسات العليا، والذين تم اختيارهم من جميع الكليات النظرية والعملية التابعة لجامعة حلوان ومن بين هذه الكليات: علوم، صيدله، اداب، تربية ، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (22-42) سنة، بمتوسط عمر قدرة (30.17) سنة وانحراف معياري قدرة (4.793)، بواقع (22 ذكور، 128 إناث) وكشفت نتائج البحث عن عدم وجود فروق تعزي الي البيئة الاجتماعية ا (ريف، حضر)، ووجود فروق تعزي الي الحالة الوظيفية في اتجاه الطلاب الذين يعملون، عدم وجود فروق تعزي للمرحلة الدراسية في مقياس الحيوية الذاتية.

الكلمات المفتاحية: الحيوية الذاتية ، المتغيرات الديموغرافية ، طلاب الدراسات العليا

Abstract

The goal of the current research is to uncover differences in the subjective vitality of graduate students in light of some demographic variables. The researcher followed the comparative descriptive approach and used the subjective vitality scale prepared by the researcher. The sample consisted of (150) male and female graduate students, who were chosen from all Theoretical and practical colleges affiliated with Helwan University. Among these colleges are: Science, Pharmacy, Arts, and Education. Their chronological ages ranged between (22-42) years, with an average age of (30.17) years and a standard deviation of (4.793), with (22 males, 128 females) and the results of the research revealed: There are no differences attributable to the social environment (rural, urban), there are differences attributable to employment status in the direction of students who work, and there are no differences attributable to the academic stage in the subjective vitality scale.

key words: Subjective vitality, demographic variables, graduate students

مقدمة البحث

أصبح استكمال طلاب الدراسات العليا مسيرتهم في البحث العلمي ضرورة ملحة؛ وذلك لمواكبة التطور الحادث في شتى المجالات المهيمنة؛ لتقلل معارفهم العلمية في مجالات تخصصهم في ضوء معتقداتهم حول إمكانياتهم وقدراتهم ومهاراتهم الذاتية ، والتي تعد مؤشراً للنجاح في الحياة ؛ وذلك للدلالة علي ما يتمتعون به من دافعية وجهد ؛ لمواجهة الصعاب والضغوطات والمشاكل التي تواجههم والمثابرة في إنجاز المهام، والقدرة علي التكيف ومواجهه الضغوط والأزمات التي قد تواجههم خلاف الدراسات العليا ، مما يؤثر ايجابيا في الإنجاز والأداء الأكاديمي لديهم(إيهاب السيد، أمل محسن الزغبى،2017).

يعد مصطلح " الحيوية الذاتية " مرادفاً للعديد من المصطلحات في مجال علم النفس كالطاقة النفسية الفعالة والنشاط واليقظة العقلية والإثارة ، وعندما يمتلك الفرد مستوى عال من هذه الطاقة النفسية الفعالة تأخذ شكل ايجابي مثل (السعادة والإثارة) ، حيث أنها تساعد على الاندماج في الأداء وتركيز الانتباه والتخلص من مصادر الأفكار السلبية ، وعندما يمتلك الفرد مستوى منخفض منها (تتخذ شكل سلبي) فتجعل الانتباه محدود والتركيز ضعيف ، كما تزيد من سرعة الإجهاد فتدفع الفرد إلي عدم الانجاز والتباطؤ في أداء المهام.

(عبد العزيز سليم ، ٢٠١٦)

كما أن مفهوم الحيوية الذاتية يشير إلى بُعد إيجابي يشتمل على تأثير إيجابي يشير إلى تجربة الحياة، كما تشير الدراسات إلي أن الحيوية الذاتية مرتبطة بتحقيق واحترام الذات، والرضا عن الحياة(Vieira,D ، 2016) .

والبحث الحالي يهتم بفئة عمرية مهمة ألا وهي فئة طلاب الدراسات العليا الذين يعتبرون نواة المجتمع ويقع علي كاهلهم بناء وتقدم ورقي المجتمع، وأيضاً هم رمز الحماس والطاقة والحيوية.

مشكلة البحث

تتبع مشكلة البحث الحالي من خلال التعامل المباشر للباحثة مع طلاب الدراسات العليا كطالبة مثلهم وإدراك الباحثة لأهمية الحيوية الذاتية في تلك المرحلة ؛ حيث لاحظت بشدة تعرض طلبة الدراسات العليا للكثير من الضغوطات سواء على المستوى النفسي أو الأكاديمي ، مما يجعل دراستهم الأكاديمية مليئة بالعديد من الأحداث الضاغطة .

وتعد الحيوية الذاتية من الخصائص الأساسية الدافعة للإنسان باتجاه تحقيق الذات،وتقلل في نفس الوقت من احتمالات المعاناة من القلق والاكتئاب والضغط، وتزيد

من القدرة علي تحمل الألم والمعاناة واعتبارها جزءاً أساسياً في الحياة يمكن تجاوزه بطرق المواجهة الإيجابية . وإن الافتقار للحيوية قد يؤدي إلي زيادة الإرهاق أو الاحتراق النفسي ، وانخفاض إدراك الفرد لقيمة الإنجازات الشخصية مما يؤدي بالضرورة إلي فتور الهمة وانهايار العزيمة.

(Maslach,etal., 2001)

كما يمكن فهم الحيوية الذاتية Subjective Vitality عبر نقيضها وهي متلازمة الوهن النفسي المزمن Chorionic Psychological Fatigue Syndrome كما ذكرها (Williams,J,2005) والتي يقصد بها انهيار قدرة الفرد علي المقاومة مع الشكوى الدائمة من الأحداث والآخرين، مما ينعكس علي وظائفه الجسمية والنفسية حيث تكرر الشكوى من الخمول والشعور بالضعف، وعلى أفعاله التي تتسم بالانسحاب الاجتماعي وعدم المبادرة، ورفضه لتحمل المسؤولية، وعدم رغبته في الاستمرار بمعظم الأعمال التي قد بدأ بالفعل بها، ومن هنا يمكن أن يكون مفهوم الحيوية الذاتية أكثر وضوحاً بما يشمل من الحيوية الذهنية Mental Vitality، والحيوية الجسمية Physical Vitality، والحيوية الانفعالية Emotional Vitality، وتظهر جميعها

مصاحبة لمعظم أنشطة الفرد وسلوكياته وتعاملاته مع الآخرين ، ومما سبق تتضح أهمية الحيوية الذاتية ولاسيما عند طلاب الدراسات العليا، والتي تمثل فئة الشباب المثقف المتحمس الذي يبحث عن استكمال مسيرته العلمية متحملاً كافة الصعوبات المادية ، وظروف الحياة ؛ ليصل لهدفه المرموق ؛ لذلك حاولت الباحثة التطرق إلي هذا المفهوم الحديث نسبياً.

وتعتبر دراسة الحيوية الذاتية لطلاب الدراسات العليا من المؤشرات المهمة للوقوف على طبيعة الحيوية الذاتية ومعرفة أسبابها وارتباطها ببعض العوامل الشخصية، وكيف يمكن بناء برامج لزيادة هذه الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا الذين يعتبرون القاعدة الأساسية لبناء ونهضة المجتمع ؛ لما تسببه من حالة من التحمس والنشاط للوصول للهدف ، وقد أكدت نتيجة دراسة قام با داينز وآخرون (Deniz, et al.,2017) أن التحمس والنشاط والفاعلية الانبساط والقبول والانفتاح كانت من المؤشرات الإيجابية المهمة التي تبعتها الحيوية الذاتية .

ومن خلال اطلاع الباحثة علي الدراسات السابقة وجدت أن هناك عدة دراسات أجنبية تناولت المفهوم وعلاقته بالمتغيرات الأخرى إلا أن هناك ندرة في الدراسات والأدبيات العربية (في حدود علم الباحثة) التي تناولت تأصيل مفهوم الحيوية الذاتية ، وهي دراسة عبد العزيز سليم (2016) ، بالإضافة إلى ندرة الدراسات التي تناولت الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا ، مما دفع الباحثة لتناول متغير الحيوية الذاتية في

ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية (التخصص، الحالة الوظيفية، البيئة الاجتماعية، المرحلة الدراسية)

وبناءً على ما سبق تسعى الباحثة للإجابة على التساؤلات الآتية :

مالفرق بين طلاب الدراسات العليا في الحيوية الذاتية باختلاف التخصص النظري، والعمل، ولا يعمل؟

مالفرق بين طلاب الدراسات العليا في الحيوية الذاتية باختلاف الريف، والحضر؟
مالفرق بين طلاب الدراسات العليا في الحيوية الذاتية باختلاف الحالة الوظيفية يعمل، ولا يعمل؟

مالفرق بين طلاب الدراسات العليا في الحيوية الذاتية باختلاف المرحلة الدراسية (دبلوم، ماجستير، دكتوراه)؟

أهداف البحث

هدف البحث التعرف على مستوى الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا.

أهمية البحث

يمكن تحديد أهمية إجراء البحث الحالي على المستويين: النظري والتطبيقي على النحو التالي :

أولاً : الأهمية النظرية

1- تطرق البحث الحالي إلى مفهوم الحيوية الذاتية لدى الطلاب الدراسات العليا ؛ حيث دأبت أغلب الدراسات الأجنبية على دراسة أبعاد هذا المتغير والكشف عن علاقته بغيره من المتغيرات المعرفية والنفسية المتعددة ؛ وذلك للكشف عن مفهومه وبناءه ، إلا أنه لم تتجه هذه الدراسات إلى ربط الحيوية الذاتية بالمتغيرات الديموغرافية .

2- ندرة الدراسات والبحوث فى حدود إطلاع الباحثة التي تناولت متغير الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا فى ضوء المتغيرات الديموغرافية .

3- تقديم إطار نظري فى المكتبة العربية عن بعض المتغيرات النفسية التي تتسم بالحدثة مثل الحيوية الذاتية .

4- مساعدة القائمين على العملية التعليمية فى التعرف على العوامل التي تسهم فى تنمية الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا .

5- كما يستمد البحث الحالي أهميته من الفئة التي يهتم بدراستها وهم طلبة الدراسات العليا ، باحثين المستقبل الذين تبنى بجهودهم وسواعدهم تنمية وتقديم المجتمعات ؛ لأنه يقع على عاتقهم مسئولية إنتاج المعرفة العلمية لحل المشكلات فى مختلف المجالات ، ووجدت الباحثة فى حدود علمها عدم تناول الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي اطلعت عليها عينة البحث الحالي من طلبة الدراسات العليا ، وهذا ما يميز البحث الحالي .

ثانياً : الأهمية التطبيقية

- 1- مساعدة المتخصصين فى وضع برامج إرشادية خاصة بطلاب مرحلة الدراسات العليا قائمة على متغيرات البحث تسهم فى تدعيم الحيوية الذاتية لدى الطلاب .
- 2- مساعدة القائمين على العملية التعليمية فى التعرف على العوامل التي تسهم فى تنمية الحيوية الذاتية لدى الطلاب .
- 3- الاستفادة من نتائج الدراسة الراهنة فى وضع برنامج إرشادي - تدريبي لطلبة الجامعة يساعدهم على تحسين مستوى الحيوية الذاتية لديهم .
- 4- يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة فى عمل دورات تدريبية وورش عمل لطلبة الجامعة، تتناول الحيوية الذاتية بهدف تعزيزها لدى الطلاب.

مصطلحات البحث

1- الحيوية الذاتية Self vitality

وتعرف الباحثة الحيوية الذاتية بأنها : القوه الداخلية التي يشعر بها الفرد من همه ونشاط وطاقة وقوة وحماس ومثابرة فى حل الأزمات و مواجهه الضغوطات والتي تدفعه لقيام مهامه بكفاءة وفاعلية عالية ، والإقبال علي الحياة مما يظهر قدر عال من الصحة النفسية .

وتتحدد إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الحيوية الذاتية المحدد بثلاثة أبعاد فى البحث الحالي ، وهي: (الحيوية البدنية،الحيوية الذهنية،الحيوية الاجتماعية)

2- مرحلة الدراسات العليا

وتعرفها الباحثة بأنها : تلك المرحلة التي يستكمل فيها الطلاب الحاصلون على الدرجة الجامعية الأولى دراستهم العليا فى مجال التربية لحصولهم على درجتي الماجستير والدكتوراه فى التربية .

محددات البحث:

وتمثلت تلك المحددات فيما يلي :

- 1- المحددات الموضوعية: الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا بجامعة حلوان في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية.
- 2- المحددات البشرية : تحددت بعينة طلاب الدراسات العليا (دبلوم، ماجستير، دكتوراه) من كليات (التربية ، والآداب ، والعلوم ، والصيدلة) من الذكور والإناث ؛ وذلك لحساب الخصائص السيكومترية للمقياس موضع البحث.
- 3- المحددات الزمنية : طُبق البحث في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي 2023/2024 م .
- 4- المحددات المكانية : تم تطبيق أدوات البحث في الكليات النظرية والعملية بجامعة حلوان.

الإطار النظري للبحث

Subjective Vitality الحيوية الذاتية

وفقاً لنظرية تقرير المصير فقد قدم ريان وفريدريك (Ryan & Fredric,1997) مصطلح بعنوان الحيوية الذاتية Subjective Vitality علي ضوء نظرية " تقرير المصير " Self Determination Theory ، ووصفوها بأنها شعور بالطاقة والحماس ، وعدم الإرهاق والتعب ، وأكدوا أنه عندما تكون الحيوية الذاتية في مستوى أدنى سيكون الفرد في حالة تهيج وتعب، وقد لا يستعيد بشكل كامل من إمكانات القيام بالأنشطة. ولكن عندما تكون الحيوية الذاتية لدى الفرد في مستوى أعلى ، فسيتمكن من القيام بأداء الأنشطة اليومية بكفاءة ، ويكون المزاج في حالة جيدة ، ؛ لذلك يتم تنفيذ جميع مهامه وأنشطته بشكل جيد، بينما أشارت نظرية (Peterson & Seligman, 2004) أن الحيوية الذاتية متغير نفسي أكثر من كونه بيولوجي؛ إذ يمكن النظر إليه كمخرج أو ناتج لتأثيرات عوامل أخرى ، وقد تعددت التعريفات التي تناولت الحيوية الذاتية منها الذي ذُكر في معجم علم النفس: هو نمط السلوك الذي يتسم بالقوة والحماس والنشاط والمتابعة (جابر عبد الحميد، علاء الدين الكفافي، 1996 : 4157).

كما يُشار إلي الحيوية في قاموس أوكسفورد بأنها : الحالة التي يكون فيها الإنسان حيوي ومليء بالطاقة (وكذلك القوة التي تعطي استمرارية في الحياة) (سارة مصطفى ، 2018 : 39) .

ويعرف جرين جلاس (Greenglass, 2006, 66) الحيوية الذاتية بأنها : الطاقة المدركة والناבעة من الفرد نفسه، وشعوره الإيجابي بامتلاك هذه الطاقة وقدرته على استخدامها، فهي سمة تعكس وجود الفرد، والذي يتضح في القيام بوظائفه اليومية بفاعلية.

كما (Fini,etal.,2010,150) أن الحيوية الذاتية تشير إلى كيان مليء بالطاقة العقلية الإيجابية، كما أن الفرد الحيوي والمبهج هو شخص متيقظ ومتجدد ومليء أيضاً بالحياة والطاقة.

يُشار إلى الحيوية في المعجم علي أنها : اسم مؤنث منسوب للحياة مصدرها من الحياة : مقدرة الكائن الحي على تأدية وظيفته ، ويراد بها الفاعلية غير الاعتيادية ، نشاط ، وعافية.

(جبران مسعود ، 2019)

- كما تعرفها عفراء إبراهيم العبيدي (2020 : 3) بأنها : الامتلاء بالسعادة والفرح والسرور والتفاؤل والحماس ومواجهة كل من الضغط والتوتر والقلق المعوق بهدف الوصول إلى الأداء الأفضل والتطلع بحماس للمستقبل وتنشيط الدافعية الإيجابية فضلاً عن التمتع بالسلامة البدنية لتحقيق الأهداف المرجوة.

وتعرفها أزهار محمد عبد البر (2020 : 246) بأنها : حالة من الشعور الإيجابي بالحياة والطاقة التي تعرب عن نفسها في صيغة التحمس والامتلاء بالحياة والإحساس بالقوة والشعور بالاعتدال، ويعتقد بأنها تجسيد لمشاعر الكفاءة والانتعاش وكون المرء فعالاً ومنتجاً ونشطاً

وأشارت فانتن أكبر ،ونانسي الشوملي (2021 : 137) للحيوية الذاتية بأنها : حالة امتلاك الشخص لمقومات التحمس للحياة والإقبال عليها بهمة وفاعلية موفراً مستوى مرتفع من الشعور باللياقة البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية ويحفزه باتجاه الاندفاع الإيجابي نحو الأعمار الحياتي ليصبح وجوده الشخصي ذا معنى وقيمة في الحياة

وأشار أرسلان وآخرون (Arslan,etal.,2022,21) بأنها : حالة الامتلاء بالطاقة والشعور بالحياة وعدم التعب والإرهاق.

وعرف كلا من شاييرو ودونلدسون (Shapiro & Donaldson ,2022,15) الحيوية الذاتية بأنها : قوة داخلية لدي الفرد تعزز لديه المزيد من الطاقة المتاحة للذات، والتي بدورها يمكن أن تخدم القادة والموظفون في مواجهة الضغوطات التي تواجههم.

وتعرف الباحثة الحيوية الذاتية بأنها : القوة الداخلية التي يشعر بها الفرد من همه ونشاط وطاقة وقوة وحماس ومثابرة في حل الأزمات و مواجهة الضغوطات والتي تدفعه لقيام مهامه بكفاءة وفاعلية عالية ، والإقبال علي الحياة مما يظهر قدر عال من الصحة النفسية .

وتحدد إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الحيوية الذاتية المحدد بثلاثة أبعاد فى البحث الحالي ، وهي (الحيوية البدنية ،الحيوية الذهنية، الحيوية الاجتماعية)

أبعاد الحيوية الذاتية

ذكرت بعض الدراسات الأجنبية والعربية كدراسة (عبد العزيز سليم ، 2016) ودراسة (فاطمة الزهراء محمد ، 2020) ، (عفراء إبراهيم،2020) ودراسة (Baruch et al., 2014) ، ودراسة (Eisazadeh & Vahdani,2017) إلى أبعاد الحيوية الذاتية وهي كما يلي .

الحيوية المهنية Professional Vitality: يذكر (Palmer , et al ,2011) أن الحيوية المهنية هي بمثابة تآزر بين الرضا العالي والإنتاجية العالية ، والمشاركة التي تسمح للموظفين بتحقيق أقصى قدر من النجاح المهني ، وتحقيق الأهداف التي تلي الأهداف المؤسسية، وأشار أن الحيوية المهنية ظاهرة مهمة ؛لأن طاقة العمال هي "الوقود" الذي يمكّن العمليات الناجحة ويعزز الأداء في المنظمات (Palmer , et al ,2011,18) .

الحيوية الذهنية Mental Vitality: فيرى ديانج (De Young ,2007) بأن الفرد خلال تعامله اليومي يتطلب أداءه تحليه بالحيوية العقلية ؛ حيث إن عدم تمتعه بالحيوية العقلية يجعله سريع التشقت ، وغير قادر علي إتمام مهامه ، كما يرى أن الحيوية العقلية يقصد بها مدى مقدرة الفرد علي التيقظ بفاعلية والانتباه بالرغم من وجود صعوبات وتحديات.

(De Young ,2007,26)

ج- الحيوية البدنية Physical vitality:هي امتلاك الفرد الصحة البدنية التي تمده بالطاقة والقوة ؛ لإنجاز مهامه بحيوية ونشاط وحماس ، وتكسبه القدرة علي تحمل المتاعب والصعوبات وهذه الحيوية لا تتطلب الأنشطة الرياضية فقط بل يمتد ذلك لكافة أنشطة الحياة اليومية(Kurtus ,2012,42).

د- الحيوية الاجتماعية Social Vitality: قدم (Shedrnoff,2010) بُعداً آخر للحياة الذاتية وهو الحيوية الاجتماعية علي أساس أن انفعالات الفرد سواء الإيجابية أو السلبية تأتي من التواصل الاجتماعي في عالم من الخبرة الاجتماعية المتنوعة والواسعة ، وإن الانفعالات البشرية الإيجابية والسلبية لا يتم التعايش معها إلا في مواقف اجتماعية، فالحيوية الاجتماعية تشير إلي حالة التنبه والتفهم والإستبصار العام التي تتواجد لدي البشر أثناء التفاعل الاجتماعي وتزيد من معامل تأثيرهم في الآخرين، وتتضمن بهذا

المعنى عناصر أساسية مثل سرعة التجاوب الانفعالي والاجتماعي ، فضلاً عن التمتع بدرجة عالية من الحس الفكاهي وروح الدعابة مع القدرة علي حث الآخرين وتنشيطهم وإلهامهم بصورة تدفعهم للتفاعل الاجتماعي، وترتبط الحيوية الاجتماعية ببعض المتغيرات الإيجابية الاجتماعية مثل: الحساسية الاجتماعية، والبصيرة الاجتماعية، والتعاطف والتجدد أو الإنطلاق الاجتماعي والسلوك الإيثاري (Shedrnoff,2010,26).

وفي السياق ذاته أشار أبو حلاوة والحسيني (2016) للحيوية الاجتماعية بأنها : قدرة الفرد علي التواصل الاجتماعي والتفاعل مع الآخرين والتمتع بسمات إيجابية تمكنه من التعامل والتأثير في الآخرين مثل : الحس الفكاهي والدعابة مع القدرة على حث الآخرين علي التفاعل الاجتماعي.

(أبو حلاوة، الحسيني، 2016 : 230)

هـ- الحيوية الانفعالية Emotional Vitality : يرى (Kurtus ,2012) أن الحيوية الانفعالية تعني قدرة الشخص علي التعامل بفعالية مع المواقف الصعبة والأزمات ، والنظرة للحياة بإيجابية تمكنه من جله سعيداً ويشعر بالسلام والحماسة والابتهاج (Kurtus ,2012,43).

وترى فاطمة الزهراء محمد (2020) أن الحيوية الانفعالية تعني قدرة الفرد علي تنظيم وضبط انفعالاته ، مع تبنيه اتجاهات إيجابية تمكنه من مواجهة المشكلات بصرف النظر عن التحديات والأزمات وصعوبات الحياة(فاطمة الزهراء محمد ، 2020 : 249).

و- الحيوية الروحية Spiritual Vitality : يُقصد بها الإندفاع النشط الإيجابي من قبل الفرد ؛ لتأصيل قيم الحق والخير والجمال والتجويد السلوكي لحياة الآخرين في إطار القيم الروحية العليا المرتبطة بنسق الاعتقاد، مع الشعور بالطمأنينة والصفاء والسكينة العامة، فضلاً عن إمتلاك مقومات التأثير الروحي ودفعهم تجاه الإرتقاء الأخلاقي (عبدالعزیز سليم، 2016: 191).

من العرض السابق لتعريفات وأبعاد الحيوية الذاتية ترى الباحثة أن :

الفرد يكون في أحسن حالاته عندما يتمتع بالحيوية الذاتية ؛ حيث إن تمتع الفرد بالحيوية الذاتية يمكنه من التعامل بكفاءة وفعالية مع المهام التي يكلف بأدائها وينهياها علي أكمل وجه ، كما اتضح من خلال عرض أبعاد الحيوية الذاتية أنها لا تقتصر علي الطاقة والقوة والحماسة فقط ؛ ولكنها تشمل الحيوية العقلية التي تمكن الأفراد من التفكير المتزن والفعال ، واستخدام إستراتيجيات جديدة للتفكير ، وأساليب فكرية تتسم بالجدة والابتكار ، والقدرة على التعامل مع المشكلات والتحديات والصعوبات ، والحيوية الانفعالية التي عندها يصبح الفرد قادر أعلى تنظيم وضبط سلوكهم الانفعالي، وتبنيهم

اتجاهات إيجابية تجعلهم متحمسين لعملهم ومقبلين عليه بغض النظر عن ما يمرون به من أزمات ، والحيوية المهنية التي تدفع العاملين نحو القيام بأداء مهام عملهم بنشاط وحماس وقوة وحيوية وإتقان وتقاني ورضا.

أهمية الحيوية الذاتية

توضح الباحثة في النقاط التالية أهمية الحيوية الذاتية وتأثيرها على حياة الأفراد عامة ، و طلاب الدراسات العليا خاصة .

حيث إن مستوى الحيوية الذاتية لدى الطلاب يظهر مستوى النشاط والطاقة الذاتية لديهم، وامتلاكهم لروح المثابرة والاجتهاد في تحقيق أهدافهم الدراسية، والتغلب على أي صعوبات أو تحديات والمشاكل التي تمنع وصولهم لأهدافهم ، فالحيوية الذاتية تتطلب التكامل بين الوظائف النفسية والبدنية بوصفها تجسيدا للحالة النفسية والبدنية المثلى(أسامة كامل راتب، ٢٠٠٠: ١١٧).

وهذا ما أكدته دراسة (Baumann&scheffer,2010,3) أن الحيوية الذاتية المرتفعة في المجال الأكاديمي تؤدي لرفع درجة الدافعية والطموح والمثابرة ؛ لتحقيق الهدف بنجاح، فيما يؤدي انخفاض درجة الحيوية الذاتية إلى الاستسلام بسهولة والشعور باليأس وعدم القدرة على مواجهة الضغوط الأكاديمية لدى الطلبة الجامعيين.

كما أشارت أن افتقاد الحيوية الذاتية لدى الأشخاص يؤدي إلى زيادة معاناتهم وبخاصة في بيئتي العمل والتعليم؛ حيث يتسبب ذلك في زيادة العبء الذاتي والإجهاد لدى الأفراد مما يولد لديهم شعورا بالاستنزاف الانفعالي ، والانخفاض في الإدراك بالإنجازات الشخصية، ومن ثم انهيار لعزيمة الشخص فيولد لديه انخفاض مصادر الطاقة الانفعالية والبدنية المتاحة للفرد.

(Maslach, Schaufeli & Leiter,2001,379)

لذلك تعد الحيوية الذاتية هي قوة شخصية تمكن الفرد من التعامل مع الأزمات والضغوط بشكل فعال ، فإذا شعر الأفراد بأنهم ليس لديهم من القوة والحماسة التي تعينهم علي التعامل مع الضغوط فسيشعرون بالضيق ، وبأنهم أقل كفاءة (Ugur et al 2016,19).

بالإضافة إلى ذلك ، يرى جوهر وآخرون (Juhl et al .,2015,45) أن الأفراد الذين لديهم مستويات مرتفعة من الحيوية الذاتية هم أكثر نشاطا نفسياً وهذه الحالة من النشاط لها تأثير إيجابي أكبر من المرونة ومن تحسن الصحة النفسية بشكل عام ، كما أن الحيوية الذاتية تساعد في الانغماس بعمق في المهام التنظيمية ، وتجعل الفرد

ينخرط في العمل ، كما أنه يمكن استخدام القوة والطاقة التي تعكس الحيوية بشكل فعال لتحقيق أهداف العمل وزيادة الإنتاج.

وبالتالي كلما زادت الحيوية الذاتية قل عدد الأخطاء التي يرتكبها الطلبة أثناء أداء مهمة معينة، فضلا عن ذلك يمكن للطلبة ذوي الحيوية العالية إدارة التوازن بين الدراسة والضغط الحياتية بنحو صحيح، وتمثل الحيوية الذاتية أيضًا آلية داعمة للنجاح والتفوق الدراسي.

(Allen & Kiburz,2012,378)

ومن هنا ترى الباحثة أنه : كلما تمتع الفرد بحيوية ذاتية عالية ازدادت مشاركته في أداء الأعمال ، ويكون قادرا على إنهاء كل ما يكلف به من أعمال كفاءة ، كما أن الآثار الإيجابية التي تأتي من تمتع الفرد بالحيوية تقلل من تعرضه للعديد من التوترات والضغط الأكاديمية التي يتعرض لها أثناء دراسته الأكاديمية خاصة مرحلة الماجستير والدكتوراه ؛ لأنها لذهن صاف ، وقدرة على البحث المستمر ، وعدم اليأس ؛ وذلك للوصول للنتائج المرغوبة .

محددات تشكيل الحيوية الذاتية

الحيوية الذاتية متغير نفسي كما كان موضحا مؤخرا أكثر من كونه بيولوجي؛ إذ يمكن النظر إليه كمنخرج أو ناتج لتأثيرات عوامل أخرى كثيرة : ثقافية ، واجتماعية ، وصحية ،ونفسية ، فضلا عن الجسمية ، فمن العوامل الجسمية التي تؤثر في حالات الحيوية الذاتية النظام الغذائي، وممارسة الرياضة، وأنماط النوم، والتدخين، كما أن قدرة البشر على ممارسة الضبط والتنظيم لسلوكياتهم ، و اندفاعاتهم تتوقف في جزء معلوم منها على الأقل على مستويات كلوكوز الدم، الذي يفترض أنه أحد مصادر الطاقة المطلوبة لضبط الذات (Gaijlot & Baumeister, 2007, 124).

وبما أن البحث الحالي يتجه نحو الجانب النفسي أكثر من الجانب الجسمي البيولوجي، كان لزاما على الباحثة الإطلاع على المحددات النفسية التي تشكل الحيوية الذاتية الإنسانية، ومنها:

المساندة الاجتماعية Social Support

يرى ريان وديسي (Ryan & Deci,2000) أنّ مستوى الحيوية الذاتية للفرد تتناقص بصورة دالة عندما تكون العلاقات الاجتماعية قائمة على التعرض للنقد أو سوء المعاملة أو على الضغط والإجبار والسيطرة، وبالتالي يزداد مستوى الحيوية الذاتية للفرد عندما تتنوع مصادر المساندة الاجتماعية، وعندما تركز مصادر المساندة الاجتماعية على بث مشاعر الانتهاء وتقدير الذات و فعالية الذات في البنية النفسية للفرد،

وعلى المستوى النظري؛ إذا كانت المساندة الاجتماعية تتضمن تزويد الفرد بالمعلومات والنصائح العملية والمساعدة والدعم الأخلاقي، يمكن أن يتبع ذلك زيادة في مستوى الحيوية الذاتية؛ بسبب ارتفاع معامل ثقته في نفسه وتقوية اعتقاده في عالية الذات (Ryan & Deci,2000,21)

الدافع للانتماء Motive of Affiliation

يرى كاسير وريان (Kasser & Ryan,1999) أن حاجة المرء للارتباط بالآخرين والانتماء في إطار إدراكه للمساندة الاجتماعية تؤثر بصورة مباشرة على مستوى حيويته الذاتية ، فالمشاركة في الأنشطة الاجتماعية تزيد من شعور الفرد بالتمتع والصحة النفسية الإيجابية، ومن أهم مؤشرات ارتفاع مستوى الحيوية الذاتية الداعمة للشخص إلى النشاط والفعالية والهمة والتحمس والإقبال على الحياة؛ فضلاً عن ما كشفت عنه ملاحظات أخرى مفادها أنّ الرغبة في التواصل مع الآخرين ، والحاجة إلى الانتماء إليهم، والارتباط بهم تزيد من مستوى الحيوية الذاتية بصورة دالة.

(Ryan & Deci,2000,22)

القدرة على مواجهة الضغوط والتوافق الإيجابي معها With Stress

كشفت دراسة كل (Greenglass, Schwarzer & Taubert,1999) عن أن طريقة مواجهة الأفراد للضغوط ربما تكون عاملاً مهماً في الإسهام في مستوى حيويتهم الذاتية، والنموذج التصوري الشائع في وصف هذه النتائج يركز على فعالية عمليات التوافق، والمواجهة في اختزال حالة الضيق والتوتر، ومع ذلك يمكن أن يكون لهذه العمليات وظائف أخرى، على سبيل المثال أسلوب المواجهة الفعال والنشط والمعتمد على مواجهة الضغوط والسعي لإزالتها ، و ربما يرتبط بسمة الإقبال على الحياة بهمة ونشاط، فضلاً عن دوره في توجيه جهود الفرد نحو إدارة وتحقيق أهدافه الشخصية في الحياة، واعتبار متطلبات الموقف الضاغطة تحديات تستحث الهمة والحيوية الذاتية.

(فاطمة حسين ، 2022 : 22)

وتشير الباحثة أنه: مع استمرار الفرد في مهاجمة الضغوط وتقليصها أو تعديلها، ربما تحسن عمليات المواجهة النشطة والتوافق الفعال Proactive Coping من جودة حياة الفرد يرتفع لديه مستوى الحيوية الذاتية، وتجدر الإشارة إلى أن معظم الدراسات في هذا المجال استخدمت بطارية التوافق النشط (The Proactive Coping Inventory PCI) ، وهي تقيس ستة أبعاد للتوافق الفعال، وهي: المواجهة الفعالة، التوافق الوقائي ، التوافق التأملي أو الارتدادي، التخطيط الاستراتيجي، السعي لطلب المساندة العملية، طلب المساندة الانفعالية .

كما تشير الباحثة بأن تنشيط أسلوب المواجهة النشط الموجه مباشرة نحو المشكلة Proactive Coping يجعل الشخص أكثر نشاطا وأكثر إحساسا بالقدرة على تحمل مسؤولية ومواجهة الضغوط، وبالتالي ارتفاع معامل النجاح في التغلب الموقف الضاغط ، أو على الأقل تحييد تأثيراته السلبية.

النظريات المفسرة للحيوية الذاتية

أولا : نظرية تقرير المصير (نظرية ديسي وريان, 1985) في الحيوية الذاتية

تعد نظرية التقرير الذاتي من النظريات المعرفية التي حظيت بالاهتمام ، إذ إن كل من ديسي Deci وريان Ryan افترضا نظرية للتقرير الذاتي باعتبارها منظورا متعدد الأبعاد للدافعية ، وهي بديل قوي للدراسات أحادية البعد للدافعية ؛ إذ تقترض أنماط متعددة من الأسباب الكامنة وراء سلوك الفرد، والتي يمكن ترتيبها على متصل التقرير الذاتي Self Determination Continuum؛ إذ في النهاية العليا هناك الدافعية الداخلية Intrinsic Motivation، التي تعبر عن صورة الدافعية الأكثر تقريرا للذات ، والتي تشمل القيام بالسلوكيات بسبب المتعة والرضا المتأصلة فيها ، والنمط الثاني من الدافعية هو الدافعية الخارجية Extrinsic Motivation ، والتي تعبر عن المشاركة والانخراط في نشاط ما لأسباب خارج ذلك النشاط ، وهناك أنماط متعددة للدافعية الخارجية تتنوع في مستوى تقرير الذات ، وتتراوح ما بين مستوى متدن لتقرير الذات إلى مستوى عال من التقرير الذاتي ، وأقل صور الدافعية الخارجية تقريرا للذات هي دافع التنظيم الخارجي External Regulation ، والذي يتضمن القيام بالسلوك من أجل الحصول على الثواب أو تجنب العقاب ، والصورة الثانية من الدافعية الخارجية هي التنظيم غير الواعي Interjected Regulation الذي يعرف بالمشاركة في نشاط ما استنادا إلى ما تمليه البيئة من عناصر تم تنويتها بحيث أصبحت جزءا من بنية الذات في صورة مقررة بشكل غير ذاتي ، ومثل هذا التكامل المتنافر لمتطلب البيئة يقدم طريقة للقيام بالسلوكيات خارج حدود الشعور بالذنب وضرورة الالتزام ، ويظهر هذا النمط من الدافعية عندما يواجه الفرد ضغوطات من أجل أداء مهمة ما ، ويكون مصدر هذا الضغط من داخل الفرد كالشعور بالخجل لعدم القيام بالسلوك (فاطمة عادل داخل ، 2022 : 358).

ثانيا: نظرية بيترسون وسيليجمان (Peterson & Seligman,2004)

إن المجال الرئيس الذي يتردد فيه مفهوم الحيوية الذاتية هو مجال علم النفس الإيجابي؛ إذ غالباً ما توصف خبرة الحيوية الذاتية في علاقتها بمتغيرات سيكولوجية مثل: الاستقلالية والاعتماد على الذات والاندفاع الإيجابي نحو تحقيق الذات؛ لكونها حالة نفسية تحرر الشخص من الصراعات ومن الضغوط الخارجية، وتجعله يشعر في الوقت نفسه بالقدرة على التأثير في مسار الأحداث الحياتية بهمة وفعالية، وتتضمن الحيوية

الذاتية في تعريفها وبنيتها بعدا بنيا واضحا كلما تمتع الشخص بمستوى عام من السلامة البدنية والصحة الجيدة، حتى وكن كان مصابا بأمراض أو إعاقات معينة، كلما كان أكثر حيوية ذاتية، وأكثر همة ونشاط، ربما من باب التعويض وتحقيق الذات.

(Peterson & Seligman,2004,273)

وأضاف (Peterson & Seligman, 2004) أيضاً إلى أن الشخص الذي يتمتع بالحيوية الذاتية هو ذلك الشخص الذي يشعر باليقظة والتنبه والهمة العالية والدافعية الداخلية، التي لا تتضح دلالاتها في إنتاجيته بل تمثل عدوى ينتقل أثرها لكل من يتواصل معه (عبد العزيز سليم، 2016: 191).

وقد حدد (Peterson & Seligman,2004) المكونات الثلاثة التي تحقق الحيوية،

وهي :

الوجدان الإيجابي Positive Emotion

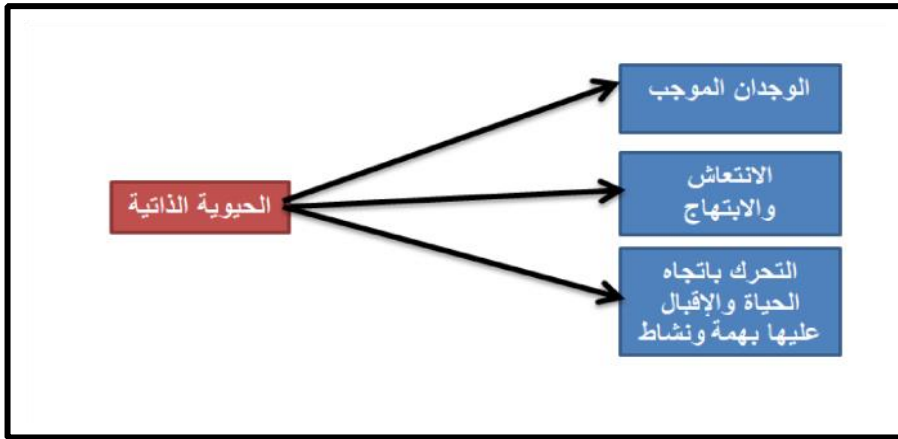
الانتعاش والابتهاج Recovery and Rehabilitation

علو الهمة والنشاط Immersion and Activity

(Peterson & Seligman,2004,273-274)

والشكل التالي يوضح المكونات الثلاثة للحيوية الذاتية حسب نظرية (Peterson &

Seligman,2004)



شكل (1) المكونات الثلاثة للحيوية الذاتية حسب نظرية (Peterson & Seligman,2004)

وفي الختام فيما يتعلق بمتغير الحيوية الذاتية الذي يعد المتغير المستقل في البحث الحالي ؛ لذا تبنت الباحثة نظرية (Peterson & Seligman, 2004) ؛ للأسباب التالية :-

- تعد من أحدث النظريات التي تناولت الحيوية الذاتية وبرؤية نفسية.
- ينطبق الوصف النفسي التطويري للنظرية على طلبة الجامعة.
- كانت النظرية أقرب لفهم الباحثة لإطار البحث العلمي .
- يتفق التعريف المتبناة للمتغير مع النظرية نفسها.

دراسات سابقة

لقد قامت الباحثة بتناول الدراسات التي تناولت الحيوية الذاتية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى

هدفت دراسة (Keshavarz, et al.,2009) إلى فحص العلاقة بين الحيوية الذاتية والمتغيرات الديموغرافية بالسعادة لدى سكان أصفهان ، تم اختيار 80 من (الذكور) و 80 من (الإناث) من سكان أصفهان ، وبعد تطبيق استبيانات الدراسة أظهرت النتائج أنه لم يوجد فرق دال إحصائياً بين درجة الحيوية الذاتية بين الذكور والإناث في درجة الحيوية الذاتية.

وجاءت دراسة فينيا وآخرون (Fini,etal.,2010) بعنوان الحيوية الذاتية ومتغيراتها المتوقعة لدى الطلاب . وقد هدف الباحثون إلى التنبؤ بالحيوية الذاتية وعلاقتها بالمهارات الحياتية والكفاءة الذاتية والتكيف الجامعي والرضا عن الحياة ، وذلك علي عينة قوامها (338) من طلاب الجامعة، من طلاب السنة الأولى من جامعة آزاد بندر عباس، وقد تم تطبيق المقاييس الآتية عليهم مقياس تطوير المهارات الحياتية ، ومقياس الحيوية الذاتية ، وأشارت النتائج إلي وجود علاقة إيجابية بين الحيوية الذاتية والمهارات الحياتية والكفاءة الذاتية والتكيف الجامعي والرضا عن الحياة، الرفاهية النفسية بالحيوية الذاتية، كما أظهر تحليل الإنحدار إلي أن الرفاهية النفسية، والمهارات الحياتية والرضا عن الحياة علي التوالي هم أفضل مؤشرات للحيوية الذاتية .

بينما هدفت دراسة عبد العزيز سليم (2016) التعرف على طبيعة واتجاهات العلاقة بين الحيوية الذاتية وسمات الشخصية الاجتماعية الايجابية، تألفت عينة الدراسة من (101) معلم ومعلمة ، وبعد تطبيق مقياس الدراسة وتحليل البيانات بالوسائل الاحصائية المناسبة، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة دالة احصائياً بين الحيوية الذاتية وسمات الشخصية الاجتماعية الايجابية ، كما بينت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الحيوية النفسية ترجع الى اختلاف الجنس (ذكور - إناث) .

كما هدفت دراسة عفرآ إبراهيم خليل (2020) التعرف علي الحيوية الذاتية فضلاً عن التعرف علي الفروق في الحيوية الذاتية بين الطلب علي وفق متغير النوع (ذكر – أنثى) والمرحلة الدراسية (أول – رابع) (والتخصص الدراسي (علمي – إنساني) . تألفت عينة الدراسة من (120) طالب وطالبة من طلبة الجامعة . وتم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية من إعداد الباحثة، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن: وجود فروق في الحيوية الذاتية علي وفق متغير النوع والفروق كانت لصالح الذكور ، وعن عدم وجود فروق في الحيوية الذاتية علي وفق متغير التخصص الدراسي أو متغير المرحلة الدراسية .

وقد هدفت دراسة فاطمة الزهراء محمد(2020) بعنوان الحيوية الذاتية لدي طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة حلاوة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية “ دراسة سيكومترية كلينكية “ إلي الكشف عن الفروق التي تعزي لبعض المتغيرات الديموجرافية (المرحلة الدراسية – الحالة الوظيفية – الحالة الاجتماعية) في الحيوية الذاتية لدي طلاب الدراسات العليا، بالإضافة إلي الكشف عن الخصائص الدينامية للحالات الطرفية (مرتفعي ومنخفضي الحيوية الذاتية ، وتكونت عينة البحث الأساسية من (140) طالب وطالبة، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق تعزي للمرحلة الدراسية في الحيوية الذاتية في إتجاه مجموعة الدكتوراه، ووجود فوق تعزي للحالة الوظيفية في إتجاه الطلاب الذين يعملون، وعدم وجود فروق تعزي للحالة الاجتماعية كما أثبتت نتائج الدراسة الكلينية وجود خصائص دينامية مميزة لمرتفعي ومنخفضي الحيوية الذاتية .

بينما هدفت دراسة (Akbar Saifi,etal.,2021) معرفة ما إذا كان الموظفون من الذكور والإناث يختلفون فيما يتعلق بالحيوية الذاتية والأداء الوظيفي لدي عينة من الموظفين المتخصصين في قطاع تكنولوجيا المعلومات في باكستان ، ولغت عينة الدراسة (216) موظف ، بواقع (158) من الذكور ، (58) من الإناث، وأظهرت النتائج أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في الحيوية الذاتية .

وهدفت دراسة شاه أحمد(2022) معرفة مستوي الحيوية الذاتية لدي طلاب الجامعة ؛ وذلك في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية النوع (ذكور / إناث)، التخصص الأكاديمي كليات (العلوم / الفنون)، الفرقة الدراسية (أولى / رابعة) ، ومحل الإقامة (حضر / ريف)، وتكونت عينة البحث الأساسية من (921) طالبا وطالبة من طلاب الجامعة ، وتراوحت أعمارهم ما بين (18- 23) ، وأستخدم في الدراسة مقياس الحيوية الذاتية ، من إعداد الباحثة، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائياً تعزي إلى النوع (ذكور / إناث) في الحيوية الذاتية وكانت الفروق في إتجاه الذكور، عدم وجود فروق تعزي للتخصص الأكاديمي في الحيوية الذاتية، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً تعزي للمرحلة الدراسية (الأولي / الرابعة) في الحيوية الذاتية، وجود فروق دالة

إحصائياً تعزي لمحل الإقامة) حضر / ريف (في الحيوية الذاتية، وكانت الفروق في اتجاه طلاب الريف.

وهدف دراسة نصره محمد جلجل ، وإحسان نصر هندواوي (2023) إلى الكشف عن العلاقة بين الحيوية الذاتية وكل من العزم الأكاديمي وفاعلية الذات البحثية لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية جامعة كفر الشيخ، وإمكانية التنبؤ بالحيوية الذاتية من خلال درجات الطلبة على مقياس العزم الأكاديمي وفاعلية الذات البحثية، ووصف الفروق في العزم الأكاديمي وفاعلية الذات البحثية والحيوية الذاتية تبعاً للتفاعل بين النوع (ذكور وإناث) والمرحلة الدراسية (ماجستير ودكتوراه)، وتكونت عينة البحث من (154) تراوحت أعمارهم الزمنية بين (23-35) عاماً بمتوسط قدرة (14,26) عاماً، وانحراف معياري ($\pm 2,56$)، من طلبة الدراسات العليا بكلية التربية جامعة كفر الشيخ، منهم (72) ذكوراً، الإناث (82) إناثاً، وبلغ عدد طلبة مرحلة الماجستير (86) طالباً وطالبة، كما بلغ عدد طلبة مرحلة الدكتوراه (68) طالباً وطالبة، واشتملت أدوات البحث على مقياس العزم الأكاديمي ومقياس فاعلية الذات البحثية لدى طلبة الدراسات العليا (إعداد/ الباحثان) ومقياس الحيوية الذاتية لدى طلبة الدراسات العليا (إعداد/ المصري، 2020) وقد توصلت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الحيوية الذاتية وكل من العزم الأكاديمي وفاعلية الذات البحثية، وإمكانية التنبؤ بالحيوية الذاتية من خلال درجات الطلبة على مقياس العزم الأكاديمي وفاعلية الذات البحثية، وعدم وجود تأثير دال إحصائياً تبعاً للتفاعل بين النوع (ذكور وإناث) والمرحلة الدراسية (ماجستير ودكتوراه) على مقياس العزم الأكاديمي وفاعلية الذات البحثية والحيوية الذاتية لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية.

وهدف دراسة كل من حمدي محمد ، و شيماء سيد (2024) إمكانية التنبؤ بطيب الحياة النفسية من خلال ما تسهم به الحيوية الذاتية للطلبة في الجامعة ، فضلاً عن دراسة المتغيرات الديموجرافية (النوع- التخصص) المرتبطة بمتغيرات الدراسة، والكشف عن العوامل النفسية ذات العلاقة بالحيوية الذاتية. إتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الإرتباطي ، وتكونت عينة الدراسة من (ن=180) من طلبة الجامعة ممن تراوحت أعمارهم (19-21) عام بمتوسط = 20.566 ، وإنحراف معياري = 1.1076، على (إناث=120)، (ذكور=60) ، طُبق عليهم مقياسي الحيوية الذاتية و طيب الحياة النفسية (إعداد الباحثين)، وأكدت النتائج على وجود علاقة إيجابية قوية بين الحيوية الذاتية و طيب الحياة النفسية للطلبة ، لا تختلف الحيوية الذاتية باختلاف النوع والتخصص، ولا يختلف طيب الحياة النفسية باختلاف المتغيرات الديموجرافية، وأوضحت نتائج الدراسة إسهام الحيوية الذاتية في التنبؤ بطيب الحياة النفسية لطلبة الجامعة ، وأن ثمة عوامل نفسية واجتماعية مرتبطة بالحيوية الذاتية تمثلت في (الحيوية الجسمية - الحيوية الذهنية

– الحيوية الانفعالية – الحيوية الاجتماعية).الحيوية الذاتية ، طيب الحياة النفسية ،
طلبة الجامعة.

تعقيب على الدراسات السابقة

لقد عرضت الباحثة الحالية عدداً من الدراسات التي تناولت الحيوية الذاتية وعلاقتها
ببعض المتغيرات الجغرافية ، وقد خلصت الباحثة من هذا العرض النقاط التالية:

إهتمت الكثير من الدراسات بالكشف عن العلاقة بين متغير الحيوية الذاتية وعدد من
المتغيرات الإيجابية والنفسية العامة في الشخصية مثل؛ علاقتها بالمهارات الحياتية
والكفاءة الذاتية والتكيف الجامعي والرضا عن الحياة، دور الحيوية الذاتية كوسيط بين
الرضا عن الحياة والسعادة الذاتية، العلاقة بين الحيوية الذاتية والسمات الشخصية
الإيجابية والتفكير المفعم بالأمل، العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، العلاقة بين التسامح
والتفاؤل والحيوية الذاتية .

اتفقت نتائج هذه الدراسات علي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين متغير الحيوية
الذاتية والمتغيرات السابق ذكرها.

وترى الباحثة الحالية أن هذه نتيجة معقولة ومنطقية فمن المنطقي أن ترتبط الحيوية
الذاتية بهذه المتغيرات الإيجابية باعتبارها إحدى القوى الإيجابية في الشخصية الإنسانية.

وتناولت بعض الدراسات السابقة الكشف عن العلاقة بين الحيوية الذاتية وبعض
المتغيرات النفسية السلبية التي مثلعلاقتها بالشعور بالإجهاد في دراسة (Seydi)
Ahmet, حيث ارتبطت الحيوية ارتباطاً سلبياً مع الشعور بالوحدة والإجهاد، وعلاقتها
بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

وقد لاحظت الباحثة من خلال عرضها للدراسات السابقة أن أول دراسة مصرية
تناولت متغير الحيوية الذاتية – في حد علم الباحثة – كانت دراسة (عبدالعزیز إبراهيم ،
2016) ومن وجهة نظر الباحثة الحالية أن متغير الحيوية الذاتية من المتغيرات الحديثة
نسبياً في علم النفس الإيجابي التي بدأ يتطرق إليها الباحثون بالتعرف عليها ومحاولة
التعرف على العلاقة بينها وبين المتغيرات الأخرى سواء كانت إيجابية أو سلبية .

فقد لاحظت الباحثة الحالية أيضاً من خلال عرضها للدراسات السالف ذكرها هو قلة
الدراسات العربية نسبياً التي تناولت متغير الحيوية الذاتية في البيئة العربية التي تناولت
المنهج الوصفي المُتبع في الدراسة الحالية وأيضاً التي تشمل متغير واحد من متغيرات
البحث الحالي في علاقته ببعض المتغيرات الأخرى في الشخصية فلم تجد الباحثة – في
حدود علم الباحثة – سوي دراسة كل من عبدالعزیز إبراهيم ، (2016)؛ وكذلك دراسة
عفرأ إبراهيم، (2020) ؛ دراسة فاطمة الزهراء محمد، (2020)، وشاه أحمد (2022)

اتفقت نتائج الدراسات السابقة وذلك في عدم وجود فروق دالة في مستوى الحيوية الذاتية تعزى لمتغير النوع (ذكور - إناث) واتضح ذلك في دراسة عبدالعزيز سليم(2016)، ودراسة عفراء إبراهيم (2020) ، باستثناء بُعد الحيوية الاجتماعية فكانت الفروق دالة إحصائياً في اتجاه الإناث.

فروض البحث

ومما سبق يمكن صياغة الفروض التالية:

وفي ضوء الدراسات والبحوث السابقة التي تم الاطلاع عليها، تم تحديد الفروض التي يسعى البحث الحالي إلى التحقق منها فيما يلي:

يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا على مقياس الحيوية الذاتية، وأبعاده تُعزى لاختلاف التخصص (نظري، عملي).

يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا على مقياس الحيوية الذاتية، وأبعاده تُعزى لاختلاف البيئة الاجتماعية (ريف، حضر).

يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا على مقياس الحيوية الذاتية، وأبعاده تُعزى لاختلاف الحالة الوظيفية (يعمل، لا يعمل).

يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا على مقياس الحيوية الذاتية، وأبعاده تُعزى لأثر المرحلة الدراسية (دبلوم، ماجستير، دكتوراه).

إجراءات البحث

منهج البحث: قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي السببي المقارن؛ لملاءمته لأهداف البحث حيث استخدم هذا المنهج للكشف عن الفروق على مقياس الحيوية الذاتية وأبعاده تبعاً لاختلاف التخصص (نظري، عملي)، والبيئة الاجتماعية (ريف، حضر)، والحالة الوظيفية (يعمل، لا يعمل)، والمرحلة الدراسية (دبلوم، ماجستير، دكتوراه).

عينة البحث

انقسمت عينة البحث الحالي إلى قسمين هما:

1. عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث: تكونت حساب الخصائص السيكومترية من (150) طالب وطالبة من طلاب الدراسات العليا، والذين تم اختيارهم من جميع الكليات النظرية والعملية التابعة لجامعة حلوان ومن بين هذه الكليات: علوم، صيدلة، آداب، تربية، وتراوحت

أعمارهم الزمنية ما بين (22-42) سنة، بمتوسط عمري قدرة (30.17) سنة وانحراف معياري قدرة (4.793)، بواقع (22 ذكور، 128 إناث)، وفيما يلي جدول توزيع العينة:

جدول (1)

المؤشرات الإحصائية لعينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث.

م	المتغير	المجموعة	العدد (ن)	متوسط أعمارهم الزمنية	الانحراف المعياري لأعمارهم الزمنية	النسبة المئوية
1	النوع	ذكور	22	31.05	4.530	14.67%
		إناث	128	30.02	4.838	85.33%
2	التخصص	التخصصات النظرية	87	29.09	4.814	58%
		التخصصات العملية	63	31.67	4.377	42%
3	المرحلة الدراسية	دبلوم	62	28.89	4.642	41.33%
		ماجستير	56	29.80	4.649	37.33%
		دكتوراه	32	33.31	3.995	21.33%
العينة السيكومترية ككل			150	30.17	4.793	100%

2. العينة الأساسية للبحث:

تكونت البحث الأساسية من (183) طالب وطالبة من طلاب الدراسات العليا بجامعة حلوان، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (22-42) سنة، بمتوسط عمري قدرة (30.37) سنة وانحراف معياري قدرة (4.752)، بواقع (32 ذكور، 151 إناث)، وفيما يلي جدول (2) يوضح المؤشرات الإحصائية للعينة الأساسية.

جدول (2)

المؤشرات الإحصائية لعينة البحث الأساسية

م	المتغير	المجموعة	العدد (ن)	متوسط أعمارهم الزمنية	الانحراف المعياري لأعمارهم الزمنية	النسبة المئوية
1	النوع	ذكور	32	31.34	4.534	17.49%
		إناث	151	30.16	4.786	82.51%
2	التخصص	التخصصات النظرية	101	29.25	4.723	55.19%

الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

م	المتغير	المجموعة	العدد (ن)	متوسط أعمارهم الزمنية	الانحراف المعياري لأعمارهم الزمنية	النسبة المئوية
		التخصصات العملية	82	31.74	4.441	44.81%
3	المرحلة الدراسية	دبلوم	69	28.96	4.555	37.7%
		ماجستير	70	29.90	4.752	38.25%
		دكتوراه	44	33.32	3.753	24.04%
	العينة السيكومترية ككل		150	30.17	183	30.37

أداه البحث

مقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا إعداد/ الباحثة، كما قامت بالتحقق من خصائصه السيكومترية علي النحو التالي:

هدف المقياس:

هدف المقياس إلى قياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا، وذلك من خلال ثلاثة أبعاد وهي: الحيوية البدنية، الحيوية الذهنية، الحيوية الاجتماعية.

وصف المقياس

يتكون المقياس من (31) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد رئيسة كآتي:

البعد الأول:الحيوية البدنية: ويشير هذا البعد إلى امتلاك طلاب الدراسات العليا الصحة البدنية التي تمدّه بالطاقة والقوة؛ لإنجاز مهامه بحيوية ونشاط .. ويشتمل هذا البعد على (9) عبارات، هي أرقام (1،2،3،4،5،6،7،8،9)

البعد الثاني:الحيوية الذهنية: ويشير هذا البعد إلى امتلاك طلاب الدراسات العليا للطاقة الذهنية واليقظة العقلية التي تمكنه من التفكير بهدوء في المشاكل والضغوطات ويشتمل هذا البعد على (14) عبارة، هي أرقام (10،11،12،13،14،15،16،17،18،19،20،21،28،31)

البعد الثالث:الحيوية الاجتماعية: ويشير هذا البعد إلى قدرة الطلاب علي التفهم والاستبصار العام التي توجد لديهم أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين فهي تؤثر علي علاقتهم بالمحيطين به . ويشتمل هذا البعد على (8) عبارات هي أرقام (22، 23، 24، 25، 26، 27، 29، 30).

3- خطوات إعداد المقياس

3- ولإعداد هذا المقياس قامت الباحثة بما يلي:

الرجوع للأدبيات النظرية والدراسات السابقة المرتبطة بالحيوية الذاتية

- الاطلاع علي بعض المقاييس العربية والأجنبية المرتبطة بالحيوية الذاتية ، منها:

مقياس Ryan and Frederick(1997)

مقياس Mello(2016)

مقياس سارة حسام الدين مصطفى(2018)

مقياس العبيدي(2020)

مقياس نورا محمد عرفة(2021)

مقياس باسمه مفتاح(2022)

مقياس نانسي أبو الليمون(2022)

وبناء على ما اطلعت عليه الباحثة ، وما أتيج لها من مقاييس استقادت الباحثة من ذلك في تحديد أبعاد الحيوية الذاتية من تحليل الأبعاد التي وردت في البحوث والدراسات السابقة واختارت الباحثة من بينها أكثر الأبعاد تكرارا بما يتناسب مع طلاب الدراسات العليا ، وقامت باستخراج العبارات الأساسية التي تمثل الأبعاد الرئيسية لمقياس الحيوية الذاتية فقامت الباحثة ببناء الصورة الأولية للمقياس .

4- التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم التحقق من مدى صلاحية المقياس من خلال حساب صدقة وثباته والاتساق الداخلي للمقياس وجاءت النتائج على النحو التالي:

اولا صدق المقياس

1-الصدق الظاهري(صدق المحكمين):

قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية (41) عبارة على مجموعة من المحكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس وعددهم (5) ، وقد أرفقت بالمقياس المقدم مرفقا ، أوضحت فيه عنوان البحث ، وهدفه ، والعبارات المتضمنة في كل بعد مع التعريف الإجرائي لمفهوم الحيوية الذاتية ، والأبعاد التي تضمنها المقياس ، وطلبت منهم إبداء وجهة نظرهم حول مدى اتفاق عبارات المقياس مع الهدف الذي وضع من أجله ، وارتباط العبارات بالأبعاد المطلوب قياسها في ضوء التعريف الإجرائي لكل بعد، ومدى مناسبة العبارة لطبيعة العينة ، والحكم على مدى دقة صياغة العبارات ، وإبداء ما يقترحونه من ملاحظات حول تعديل ، أو إضافة ، أو حذف ما يلزم وتم تعديل العبارات

بما يتوافق مع رأي المحكمين ، وبعد أن تم تطابق رأي المحكمين بالموافقة على العبارات، فهذا يعني ملائمة هذه الأداة للتطبيق على العينة وملائمتها لقياس ما وضعت لقياسه

2-الصدق العاملي Factorial Validity

هو أسلوب إحصائي يهدف إلى تحديد الحد الأدنى من العوامل، أو التكوينات الفرضية ؛ لتفسير الارتباطات البيئية بين مجموعة من الاختبارات، أو العبارات، أو المتغيرات، ومن ثم يُعد من أهم الأساليب الإحصائية التي تستخدم في تقدير صدق التكوين الفرضي للاختبارات النفسية، بالإضافة إلى أنه يحدد درجة تشبع عباراته بكل عامل من العوامل، وهذه التشبعات تمثل معاملات الارتباط بين عبارات الاختبار والعوامل، ويطلق على هذه المعاملات الصدق العاملي (علي ماهر خطاب، 2004، 343 : 344).

وأجرت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية Principle Component، والتي وضعها " هويتلنج Hottelling " حيث إنها تؤدي إلى تشبعات دقيقة، وقد تم إجراء التحليل العاملي باستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS. V.27 على عينة قوامها (150) طالب من طلاب الدراسات العليا من جامعة القاهرة ، وجامعة عين شمس ، وجامعة حلوان ، وتم التحقق من مدى كفاية العينة لإجراء التحليل العاملي للمقياس من خلال اختبار كفاية العينة (KMO) Kaiser-Meyer-Olkin، حيث بلغت قيمته (0.779) وهي قيمة أكبر من (0.60) مما يدل على كفاءة العينة وملاءمتها، كما تم استخدام محك كايزر في تقدير العامل المستخلص كمؤشر للتوقف أو الاستمرار في استخلاص العوامل التي تمثل البناء الأساسي، حيث تم الإبقاء على العوامل التي تزيد جذورها الكامنة على الواحد الصحيح والتي تتضمن ثلاثة تشبعات دالة إحصائياً على الأقل، ويرى (كاتل) أن هذا المحك يتميز بالثبات والاستقرار في حالة المصفوفات التي يزداد جذورها الكامنة على الواحد الصحيح.

كما أُستخدم محك جيلفورد الذي يعتبر محك التشبع الجوهرى للعبارة على العامل الذي يعتبر دالاً إحصائياً وهو (+0.3، -0.3) أو أكثر، وقد تم استخدام طريقة الفاريماكس Varimax للتدوير المتعامد للمصفوفات الارتباطية لعبارة المحاور الخاصة بمقياس الحيوية الذاتية؛ للوصول إلى صورة مقبولة للمقياس يمكن تفسير العوامل وفقاً لها (فؤاد أبو حطب، وآمال صادق، 2010، 603 : 622)؛ وبناءً على هذا المحك تم استبعاد العبارات التي يقل تشبعها عن (0.3)، ومن ثم يظل المقياس يتكون من (31) عبارة، وأسفر التحليل العاملي عن تشبع عباراته على ثلاثة عوامل جوهرية، وبلغت نسبة التباين العاملي الكلي 39.23%، وجدول (3) يوضح العوامل المستخرجة، وجذورها الكامنة، ونسبة التباين لكل عامل، والنسبة التراكمية للتباين.

جدول (3)

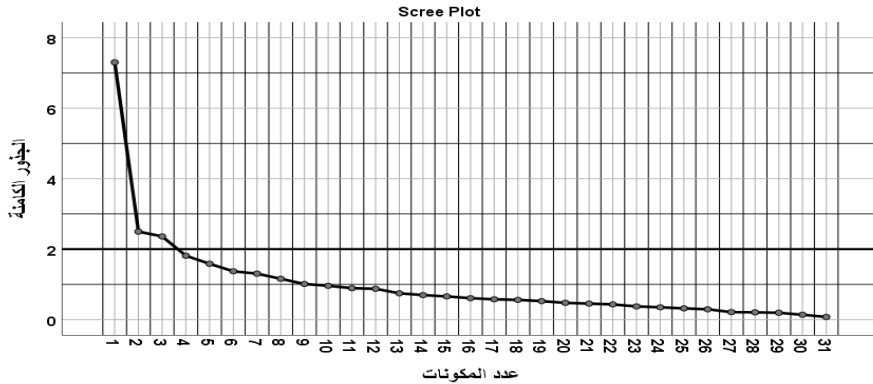
العوامل المستخرجة، وجذورها الكامنة، ونسبة التباين لكل عامل، والنسبة التراكمية للتباين لمقياس الحيوية الذاتية.

العوامل	الجزر الكامن	نسبة التباين	نسبة التباين التراكمية
العامل الأول	4.953	%15.976	%15.976
العامل الثاني	3.871	%12.487	%28.463
العامل الثالث	3.338	%10.767	%39.23

اختبار كايزر-ماير-أوليكن = 0.779

اختبار بارتليت = 1965.516 دال عند مستوى ثقة 0.001

والشكل البياني (2) يوضح عدد العوامل المستخرجة * 1:



شكل بياني (3) عدد العوامل المستخرجة في مقياس الحيوية الذاتية.

ويتضح من الشكل البياني (3) أن عدد النقاط التي تسبق الخط المستقيم أو تقع على الخط الذي يقطع المنحنى بالعرض هي ثلاث نقاط أي أن هناك ثلاثة عوامل جذرها الكامن أكبر من (2)، لذا فإن عدد العوامل الأنسب لإجراء التحليل العاملي هو (3) عوامل كما توصلت إليها نتائج التحليل العاملي، وفيما يلي مصفوفة العوامل التي نتجت عن التحليل العاملي.

جدول (4)

مصفوفة العوامل الدالة إحصائياً وتبعاتها بعد تدوير المتغيرات (مقياس الحيوية الذاتية).

العوامل المُستخرجة	أرقام العبارات
--------------------	----------------

1 ** عدد العوامل في هذا الشكل هو عدد النقاط التي تسبق الخط المستقيم أو تقع على الخط الذي يقطع المنحنى بالعرض.

الحوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الأول	
		0.687	18
		0.645	16
		0.631	11
		0.622	17
		0.617	13
		0.563	14
0.319	0.322	0.543	20
	0.309	0.522	10
		0.491	21
		0.483	12
		0.475	15
		0.414	19
0.303		0.406	28
	0.308	0.347	31
	0.817		7
	0.742		2
	0.741		4
	0.602		6
	0.549		1
	0.496		3
	0.459	0.323	5
	0.398		8
	0.374		9
0.857			30
0.846			29
0.525			26
0.501			25
0.423		0.400	23
0.417		0.317	24
0.416	0.313	0.410	22
0.371			27

وفيما يلي تفسير لهذه العوامل سيكولوجياً بعد تدوير المتغيرات.

نتائج التحليل العاملي الاستكشافي:

العامل الأول:

استحوذ هذا العامل على (15.976%) من التباين العاملي الكلي (بعد التدوير)، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (4.953)، وقد تشبعت عليه جوهرياً (14) عبارة تراوحت قيم تشبعتها ما بين (0.347 : 0.687)، وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (5).

جدول (5)

معاملات تشبع عبارات العامل الأول (الحيوية الذهنية).

رقم العبرة	رقم العبارة في الصورة الأولية	العبارات	معامل التشبع
1	10	أضبط انفعالاتي عند التعرض لمشكلات أثناء الدراسة	0.522
2	11	أشعر بقدرتي علي التحكم في شئوني	0.631
3	12	أستطيع أن أتغلب علي المشكلات التي تواجهني	0.483
4	13	أسعى إلى تحقيق أهدافي	0.617
5	14	أتحمل الفشل وأحاول مره أخرى	0.563
6	15	أنتبه لكل ما أقوم به	0.475
7	16	لدي دافعية نحو القيام بأداء مهامي اليومية	0.645
8	17	أستمر في المحاولة حتى أنجح في تحقيق أهدافي	0.622
9	18	أفكر في أكثر من حل عند مواجهه أي مشكله	0.687
10	19	أشعر أنني شخص ناجح	0.414
11	20	أستفيد من أخطائي ولا أكررها	0.543
12	21	أشعر بالإرهاق الذهني بسرعة	0.491
13	28	أتمتع بعلاقات صداقة جيدة مع الزملاء	0.406
14	31	أشارك زملائي الرأي في المناقشات العلمية	0.347

ومن خلال فحص عبارات هذا العامل يمكن ان نطلق على هذا العامل من
الناحية النظرية والنفسية ب (الحيوية الذهنية).

العامل الثاني

استحوذ هذا العامل على (12.487%) من التباين العملي الكلي (بعد التدوير)،
وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (3.871)، وقد تشبعت عليه جوهرياً (9) عبارات تراوحت
قيم تشبعاتها ما بين (0.374 : 0.817)، وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (6).

جدول (6)

معاملات تشبع مفردات العامل الثاني (الحيوية البدنية).

رقم العبرة	رقم العبارة في الصورة الأولية	العبارات	معامل التشبع
---------------	----------------------------------	----------	-----------------

الحيوية الذاتية لدى طلاب الوراثة العليا في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

معامل التشبع	العبارات	رقم العبارة في الصورة الأولية	رقم العبارة
0.817	أتعب بسرعة	7	1
0.742	أشعر بالإجهاد من أقل مجهود	2	2
0.741	أحافظ علي لياقتي البدنية	4	3
0.602	لدي لياقة بدنية عالية	6	4
0.549	أمارس الرياضة يوميًا	1	5
0.496	أتبع نظام غذائي صحي للحفاظ علي صحتي	3	6
0.459	أستمر في أداء أي عمل أقوم به بدون ملل	5	7
0.398	أنفذ كل ما يطلب مني في الدراسة بدون أدني تعب	8	8
0.374	الانشغال بدراستي تدفعني لبذل المزيد من الجهد	9	9

ومن خلال فحص عبارات هذا العامل يمكن أن نطلق على هذا العامل من الناحية النظرية والنفسية ب (الحيوية البدنية).

العامل الثالث: استحوذ هذا العامل على (10.767%) من التباين العاملي الكلي (بعد التدوير)، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (3.338)، وقد تشبعت عليه جوهريًا (8) عبارات تراوحت قيم تشبعاتها ما بين (0.371 : 0.857)، وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (7).

جدول (7)

معاملات تشبع عبارات العامل الثالث (الحيوية الاجتماعية)

معامل التشبع	العبارات	رقم العبارة في الصورة الأولية	رقم العبارة
0.857	أقوم بأنشطة متعددة داخل الجامعة	30	1
0.846	عندي أنشطة متعددة داخل الجامعة	29	2
0.525	أحرص على تكوين صداقات مع الآخرين	26	3
0.501	أحرص على أن أكون شخص اجتماعي	25	4
0.423	يطلب الآخريين نصيحتي ويحتاجون استشارتي	23	5
0.417	أنا شخص مؤثر في الآخرين	24	6
0.416	أستطيع مواجهة مشاكلها وحلها بسهولة	22	7
0.371	أواجه الحياة بإرادة وعزيمة	27	8

ومن خلال فحص عبارات هذا العامل يمكن ان نطلق على هذا العامل من الناحية النظرية والنفسية ب (الحيوية الاجتماعية).

ثانياً: الاتساق الداخلي للمقياس

تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس على عينة قوامها (150) طالب وطالبة من طلاب الدراسات العليا عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على كل عبارة والدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي إليه والمقياس ككل، وفيما يلي النتائج:

جدول (8)

معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي إليه والمقياس ككل (ن=150).

العوامل الفرعية	ن	معامل الارتباط بالمقياس	معامل الارتباط بالمقياس	ن	معامل الارتباط بالمقياس
العامل الأول (الحيوية الذهنية)	10	**0.603	**0.517	17	**0.646
	11	**0.681	**0.618	18	**0.641
	12	**0.418	**0.267	19	**0.492
	13	**0.604	**0.432	20	**0.657
	14	**0.542	**0.428	21	**0.493
	15	**0.540	**0.462	28	**0.495
	16	**0.666	**0.563	31	**0.512
العامل الثاني (الحيوية البدنية)	1	**0.606	**0.451	6	**0.658
	2	**0.677	**0.445	7	**0.744
	3	**0.565	**0.495	8	**0.510
	4	**0.733	**0.537	9	**0.449
	5	**0.558	**0.563		
الثالث (الحيوية الاجتماعية)	22	**0.609	**0.643	26	**0.587
	23	**0.577	**0.567	27	**0.485
	24	**0.487	**0.421	29	**0.750
	25	**0.566	**0.442	30	**0.764

(**). دال عند مستوى 0.01

(*). دال عند مستوى 0.05

اتضح من جدول (8) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين 0.267^{**} : وهي قيم تشير إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 بين المفردات وكل من الدرجة الكلية للعوامل الفرعية (الحيوية الذهنية، البدنية، المقياس وتجانسها وصلاحيه المقياس للاستخدام في البحث الحالي؛ وبهذا يظل طول المقياس مُكوّنًا من (31) عبارة.

ثم قامت الباحثة بحساب معاملات ارتباط بيرسون بين العوامل الفرعية (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الاجتماعية) والدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية، ويوضح جدول (9) نتائج معاملات الارتباط:

جدول (9)

معاملات الاتساق الداخلي لعوامل مقياس الحيوية الذاتية (ن=150).

مقياس الحيوية الذاتية ككل	البعد الثالث (الحيوية الاجتماعية)	البعد الثاني (الحيوية البدنية)	البعد الأول (الحيوية الذهنية)	مقياس الحيوية الذاتية
0.837^{**}	0.465^{**}	0.473^{**}	1	البعد الأول (الحيوية الذهنية)
0.790^{**}	0.363^{**}	1	0.473^{**}	البعد الثاني (الحيوية البدنية)
0.735^{**}	1	0.363^{**}	0.465^{**}	البعد الثالث (الحيوية الاجتماعية)
1	0.735^{**}	0.790^{**}	0.837^{**}	مقياس الحيوية الذاتية ككل

(*) . دال عند مستوى 0.05 . (**) . دال عند مستوى 0.01 يتضح من جدول (9) وجود معاملات ارتباط موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى 0.01 بين الأبعاد الثلاثة (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الاجتماعية)، والدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا، وهي معاملات ارتباط جيدة، وهذا يدل على تجانس المقياس واتساقه من حيث العوامل الفرعية.

ثالثاً: ثبات مقياس الحيوية الذاتية

قامت الباحثة بالتحقق من ثبات المقياس باستخدام الطرائق التالية: التجزئة النصفية (باستخدام معادلتى جوتمان، وتصحيح الطول لسبيرمان براون) ومعامل ألفا-كرونباخ،

على عينة قوامها (150) طالب وطالبة من طلاب الدراسات العليا، وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

حساب الثبات بطريقة ألفا-كرونباخ Cronbach Alpha

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة ألفا-كرونباخ على عينة قوامها (150) طالب وطالبة من طلاب الدراسات العليا، وجاءت النتائج على النحو التالي.

جدول (10)

قيم معاملات الثبات لمقياس الحيوية الذاتية وأبعاده بطريقة ألفا-كرونباخ.

مقياس الحيوية الذاتية وأبعاده	عدد العبارات	معامل ألفا-كرونباخ
البعد الأول (الحيوية الذهنية)	14	0.837
العامل الثاني (الحيوية البدنية)	9	0.792
العامل الثالث (الحيوية الاجتماعية)	8	0.760
مقياس الحيوية الذاتية ككل	31	0.880

ويتضح من جدول (10) أن قيم معاملات الثبات مقبولة ومطمئنة، مما يجعلنا نشق في ثبات مقياس الحيوية الذاتية، وأنه يتمتع بدرجة عالية من الثبات والاستقرار.

طريقة التجزئة النصفية Half-Split

تم حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية) بين نصفي الاختبار لكل بعد من الأبعاد والمقياس ككل، باستخدام معادلتَي جوتمان، وتصحيح الطول لسبيرمان-براون على عينة قوامها (150) طالب وطالبة من طلاب الدراسات العليا.

جدول (11)

قيم معاملات الثبات لمقياس الحيوية الذاتية وأبعاده بطريقة التجزئة النصفية.

معامل جوتمان	معامل التجزئة " سبيرمان-براون "		عدد العبارات	المقياس وعوامله الفرعية
	بعد التصحيح	قبل التصحيح		
0.836	0.837	0.720	14	البعد الأول (الحيوية الذهنية)
0.740	0.755	0.604	9	البعد الثاني (الحيوية البدنية)
0.735	0.751	0.601	8	البعد الثالث (الحيوية)

معامل جوتمان	معامل التجزئة " سبيرمان-براون "		عدد العبارات	المقياس وعوامله الفرعية (الاجتماعية)
	بعد التصحيح	قبل التصحيح		
0.787	0.791	0.654	31	الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية

واتضح من خلال جدول (11) أن قيم معاملات الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية تراوحت ما بين (0.735 : 0.836)، وهي قيم مقبولة ومطمئنة مما يدل على ثبات مقياس الحيوية الذاتية.

وصف مقياس الحيوية الذاتية في صورته النهائية وتقدير درجاته:

ظل المقياس في صورته النهائية بعد حساب الخصائص السيكمترية له مكوناً من (31) عبارة ، وأمام كل عبارة ثلاثة بدائل هي (نعم، أحياناً، لا)، ويختار طلاب الدراسات العليا بديلاً واحداً لكل عبارة من البدائل السابقة، وتم تصحيح المقياس وفقاً لمقياس ثلاثي متدرج (ليكرت)، فإذا كانت الإجابة (نعم) تعطى (3) درجات، وإن كانت تنطبق (أحياناً) تعطى (2)، وإن كانت الإجابة بـ (لا) تعطى درجة واحدة، وتعطى العبارات السالبة الدرجات بالعكس، والدرجة العظمى للمقياس هي (93)، والدرجة الصغرى هي (31)، وجدول (12) التالي يوضح أرقام عبارات كل بعد من أبعاد مقياس الحيوية الذاتية.

جدول (12)

توزيع العبارات على الأبعاد الثلاثة لمقياس الحيوية الذاتية.

أرقام المفردات	عدد العبارات	مقياس الحيوية الذاتية
10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 28، 31	14	البعد الأول (الحيوية الذهنية)
1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9	9	البعد الثاني (الحيوية البدنية)
22، 23، 24، 25، 26، 27، 29، 30	8	البعد الثالث (الحيوية الاجتماعية)

إجراءات البحث

مر البحث الحالي بعدة خطوات، يمكن تلخيصها فيما يلي:

اطلاع الباحثة على الأدبيات والأطر النظرية والدراسات السابقة العربية والأجنبية المتعلقة بموضوع الدراسة وتم تحديد الأبعاد موضع البحث ثم اشتقاق العبارات المتمثلة

لأبعاد الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا ، والتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس.

الأساليب الإحصائية المستخدمة

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية.

اختبار " ت " لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات المستقلة.

تحليل التباين الأحادي One Way Anova.

معامل الارتباط الخطي لبيرسون.

التحليل العاملي الاستكشافي.

معامل ألفا-كرونباخ.

التجزئة النصفية (معادلتى سبيرمان-براون، جوتمان).

نتائج البحث ومناقشتها

تناولت الباحثة في هذا الجزء النتائج التي تم التوصل إليها، وتفسيرها في ضوء الدراسات والأدبيات النظرية التي اهتمت بدراسة متغير الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا، وفيما يلي النتائج المتعلقة بفروض البحث:

الفرض الأول

ينص الفرض الأول على أنه " يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا على مقياس الحيوية الذاتية، وأبعاده تُعزى لاختلاف التخصص (نظري، عملي).

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار " ت " T-Test لحساب الفرق بين مجموعتين مستقلتين ودلالته، وفيما يلي نتيجة اختبار (ت) لحساب الفرق على مقياس الحيوية الذاتية، وأبعاده (الحوية الذهنية، الحوية البدنية، الحوية الاجتماعية) تبعاً لاختلاف التخصص (نظري، عملي):

جدول (13)

الفروق على مقياس الحيوية الذاتية وأبعاده تبعاً لاختلاف التخصص (ن=183).

مقياس الحيوية الذاتية	التخصص	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية df.	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية
-----------------------	--------	---	-----------------	-------------------	------------------	----------	-------------------

0.975 غير دالة إحصائياً	-	0.03 2	181	3.704	37.60	10 1	نظري	الحيوية الذهنية
				3.908	37.62	82	عملي	
0.700 غير دالة إحصائياً	-	0.38 6	181	3.823	18.38	10 1	نظري	الحيوية البدنية
				3.763	18.16	82	عملي	
0.896 غير دالة إحصائياً	-	0.13 1	181	2.996	18.62	10 1	نظري	الحيوية الاجتماعية
				3.091	18.68	82	عملي	
0.910 غير دالة إحصائياً	-	0.11 3	181	8.069	74.60	10 1	نظري	الدرجة الكلية لمقياس الحيوية
				8.718	74.46	82	عملي	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05)، ودرجات حرية (181) = (1.960)

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.01) ودرجات حرية (181) = (2.576)

تُظهر النتيجة الواردة في جدول (13) أن قيم "ت" لحساب الفرق على مقياس الحيوية الذاتية وأبعادها (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الاجتماعية)، قد بلغت (0.113، -0.052، 0.38، -0.131)، وهي قيم غير دالة إحصائياً عند مستويي دلالة (0.05) و(0.001)، مقارنة بقيم "ت" الجدولية عند مستويي دلالة (0.05)، (0.01) لدرجات حرية 181؛ وهذا يشير إلى عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية، وأبعاده (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الاجتماعية) تُعزى للتخصص (نظري، عملي)، وهذا يدل على عدم تحقق الفرض الأول.

نتيجة الفرض الأول تفسيرها ومناقشتها

وترى الباحثة أن ذلك يرجع إلى أن الحيوية هي تمتع الفرد بمستوي عال من النشاط والقدرة على الحياة كما تشير إلى قدرة الفرد على التكيف والتعلم، وامتلاك الطاقة الإيجابية واليقظة والحماس والفاعلية والنشاط التي ترتبط بالمؤشرات النفسية كالدافعية الذاتية والرفاهية النفسية، كما تتفق هذه النتيجة مع نظرية الإصرار الذاتي (SDT) بأن الحيوية الذاتية هي شعور داخلي ينبثق من الذات وأن الأفعال هي تعبير حقيقي عن الذات (Vlachopoulos, 2012, 180)؛ حيث إن الإنسان عبارة عن كائن فعال يمتلك الرغبات والميول تحول النمو والتطور النفسي، ويبدل كل ما بوسعه لمواجهة التحديات المستمرة كما أن الشعور بالحيوية والحماس والطاقة هو نابع من الأفراد ولا يختلف من فرد لآخر وفقاً لتخصصه الأكاديمي سواء (علمي - أدبي)، كما إنها إندفاع داخلي إيجابي

نحو تحقيق أهدافهم وذلك بالقيام بالأنشطة المختلفة بحماس وهمة وأداء مهام حياتهم اليومية وفقاً لإرادته الذاتية ، وذلك أيضاً أياً كانت هذه التخصصات الأكاديمية المختلفة، ولقد اتفقت نتيجة هذا الفرض مع دراسة عفراء ابراهيم (2020) حيث أشارت إلي عدم وجود فرق دال إحصائياً على مقياس الحيوية الذاتية وفقاً لمتغير التخصص الأكاديمي سواء (ظري ، وعملي) ، وأن طلاب الدراسات العليا بصرف النظر عن اختلاف تخصصهم لديهم طاة إيجابية تمكنهم من تحقيق أهدافهم في الحصول على الدرجات العليا في التعليم والتميز ، كما أنهم يمتلكون القدرة على مواصلة التعليم ، وبيذلون قصارى جهدهم في تحدي الصعاب وتزليل العقبات التي تقف أمامهم ؛ لذلك جاءت النتيجة بأن طالب الدراسات العليا يتسم بالحيوية الذاتية بصرف النظر عن التخصص.

الفرض الثاني

ينص الفرض الثاني على أنه " يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا على مقياس الحيوية الذاتية، وأبعاده تُعزى لاختلاف البيئة الاجتماعية (ريف، حضر) "، وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "ت - T- Test لحساب الفرق بين مجموعتين مستقلتين ودلالته، وفيما يلي نتيجة اختبار (ت) لحساب الفرق على متغير الحيوية الذاتية، وأبعاده (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الاجتماعية) تبعاً لاختلاف البيئة الاجتماعية (ريف و حضر) :

جدول (14)

الفرق على مقياس الحيوية الذاتية وأبعاده تبعاً لاختلاف البيئة الاجتماعية (ريف ، حضر)

الدالة الإحصائية	قيمة "ت"	درجات الحرية df.	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	البيئة الاجتماعية	مقياس الحيوية الذاتية
(0.078) غير دالة إحصائياً	- 1.7 73	181	4.158	37.08	8	ريف	الحيوية
			3.387	38.07	9	حضر	الذهنية
(0.252) غير دالة إحصائياً	1.1 48	181	3.873	18.62	8	ريف	الحيوية
			3.706	17.98	9	حضر	البدنية
(0.989) غير	-	181	3.195	18.65	8	ريف	الحيوية

الاجتماعية	حضر	9 8	18.65	2.897		0.0 13	دالة إحصائياً
الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية	ريف	8 5	74.35	9.092	181	-	(0.777) غير دالة إحصائياً
	حضر	9 8	74.70	7.678			

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) ودرجات حرية (181) = (1.960)

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.01) ودرجات حرية (181) = (2.576)

باستقراء النتائج الواردة في جدول (14) يتضح عدم تحقق الفرض الثاني، حيث أظهرت نتيجة الفرض الثاني أن قيم "ت" لحساب الفرق في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية وأبعاده (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الاجتماعية) قد بلغت (-0.283، -1.773، 1.148، -0.013) بالترتيب، وهي قيم غير دالة إحصائياً مقارنة بقيم "ت" الجدولية عند مستوي دلالة (0.05) و(0.01)؛ وهذا يشير إلى عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية، وأبعاده (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الاجتماعية) تُعزى للبيئة الاجتماعية (ريف، حضر).

نتيجة الفرض الثاني تفسيرها ومناقشتها

ويمكن إرجاع تلك النتيجة إلى أن طلاب الدراسات العليا سواء من الريف أو من الحضر يتمتعون بالحيوية الذاتية وذلك وفقاً لطبيعة البيئة العلمية فكلاهما ذو تخصص علمي أو دبي ولديه رغبة في تحقيق حلم (الماجستير والدكتوراه) ، كما أن طلاب الريف يحاولون إثبات ذواتهم وأنهم لم يكونوا أقل شأناً أو مكانة عن طلاب الحضر الذين يسعون جاهدين لإثبات مهارتهم وقدراتهم ؛ وذلك لإنجاز العمل والوصول لعمل مرموق وحياة أكثر رفاهية ، وبذلك يحاول الجميع جاهدين وهم ممثلون بالحماس والإقدام والحيوية والطاقة والهمة رغم اختلاف البيئات التي نشئوا فيها تحقيق أحلامهم ، مع العلم أن قانطي الريف ذي الطبيعة الهادئة والمساحات الخضراء الشاسعة التي تسر كل من ينظر لها يعطيهم دافعاً داخلياً ، وشعور إيجابيملى بالحماس والطاقة، كما أن التنافس داخل المدن للوصول لوظائف مرموقة تتطلب مهارات علمية وبحثية تمنح طلاب الحضر الدافع ؛ ليكونوا قادرين على تحقيق مكانة لأنفسهم ، كما يمكن إرجاع تلك النتيجة إلى أن طلاب الدراسات العليا يقومون بالعديد من الأعمال الخاصة بجانب دراستهم ؛ ليواصلوا تحقيق ذواتهم بنشاط وهمة من أجل مستقبل مشرق.

ووفقا لمعايير البحث الحالي تجد الباحثة أن كل من طلاب الريف المقيمين في الحوامدية والعياط والمناطق الزراعية المحيطة ، والحضر لديهم دخل مادي مناسب ، ويعيشون في مساكن مناسبة مجهزة بتسهيلات مناسبة ، كما أن المستوى الثقافي لديهم مرتفع ، والمناخ الإيجابي هو السائد لمعظمهم بدلا من السائد المادي ، وكل ذلك من شأنه بطريقة أو بأخرى يؤدي إلى ارتفاع الثقة بالنفس وتقدير الذات والكفاءة الشخصية ما ينتج عنه ارتفاع في الحيوية الذاتية ، والقدرة على مواجهة الضغوط من خلال الحيوية الذاتية الذي يتميز بهم كل من طلاب الريف والحضر، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (عفراء إبراهيم ، 2020) ، (فاطمة الزهراء ، 2020) .

الفرض الثالث

ينص الفرض الثالث على أنه " وجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا على مقياس الحيوية الذاتية، وأبعاده تُعزى لاختلاف الحالة الوظيفية (يعمل، لا يعمل)"، وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "ت - T- Test لحساب الفرق بين مجموعتين مستقلتين ودلالته، وفيما يلي نتيجة اختبار (ت) لحساب الفرق على متغير الحيوية الذاتية، وأبعاده (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الاجتماعية)، تبعاً لاختلاف الحالة الوظيفية:

جدول (15)

الفرق على مقياس الحيوية الذاتية وأبعاده تبعاً لاختلاف الحالة الوظيفية.

الدالة الإحصائية	قيمة "ت"	درجات الحرية df.	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	الحالة الوظيفية	مقياس الحيوية الذاتية
دالة عند (0.000) (0.001)	3.88 7	181	2.963	38.50	107	يعمل	الحيوية الذهنية
			4.439	36.37	76	لا يعمل	
دالة عند (0.001) (0.01)	3.30 2	181	3.597	19.04	107	يعمل	الحيوية البدنية
			3.813	17.21	76	لا يعمل	
دالة عند (0.004) (0.01)	2.95 2	181	3.094	19.20	107	يعمل	الحيوية الاجتماعية
			2.781	17.88	76	لا يعمل	
دالة (0.000)	4.41	181	7.519	76.73	107	يعمل	الدرجة الكلية

مقياس الحيوية الذاتية	0			9	عند (0.001)
	7				
لا يعمل	7	71.46	8.517		
	6				

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) ودرجات حرية (181) = (1.960)

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.01) ودرجات حرية (181) = (2.576)

باستقراء النتيجة الواردة في جدول (15) يتضح تحقق الفرض الثالث، حيث أظهرت النتيجة أن قيم "ت" لحساب الفرق في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية وأبعاده (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الاجتماعية) قد بلغت (3.887، 4.419، 3.302، 2.952) على التوالي، وهي قيم دالة إحصائياً مقارنة بقيم "ت" الجدولية عند مستويي دلالة (0.05) و(0.01)؛ وهذا يشير إلى وجود فرق دال إحصائياً عند مستوي دلالة (0.01) بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا العاملين وغير العاملين في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية، وأبعاده (العاملين).

نتيجة الفرض الثالث تفسيريها ومناقشتها

وتفسر الباحثة ذلك في أن الطلاب الذين يعملون لديهم فرصة في اكتساب المعارف والخبرات الحياتية تمكنهم من مواجهة مشكلاتهم وأزماتهم بصورة أكثر فاعلية من الأفراد الذين لا يعملون؛ نظراً لأن العمل يكسب الفرد الخبرة والتجربة والثقة بالنفس والقدرة على التحمل والصبر عند مواجهة الأزمات، والقدرة على التفاعل مع الآخرين وتقديم الدعم للآخرين، ويكسب الفرد مهارة حل المشكلات ويصبح الفرد شخصية مستقلة، وخاصة طلاب الدراسات العليا الذين يعملون بجانب دراستهم الأكاديمية فهم أكثر طاقة وحيوية وحماس وتحمل مسئولية، فهم يسابقون الزمن لتحقيق هدفهم، فالدراسات العليا تمنحهم الصبر على مواجهة الصعاب للوصول لأهدافهم المراد تحقيقها، كما أن الالتحاق بالدراسات العليا يهيئ للطلاب مهارات عديدة مثل: التعامل مع الآخرين، المشاركات الاجتماعية، تكوين فريق مهمة بحثية، المشاركات العلمية تزيدهم ثقة ومهارة في التعامل مع الآخرين، والتفكير الموضوعي والمنهجي، فطالب الدراسات العليا الذي يعمل يستطيع أن يطبق ما درسه نظرياً في بيئته العملية مما يساعد على الارتقاء في العمل، وإثبات الذات، والقدرة على التفكير، واتخاذ القرار وكلها مهارات تربط بالحيوية الذاتية، وهذا ما أكدته دراسات عديدة مثال: (Sarciam,2015) (Beigy et al.,2017)، (فاطمة المصري،2020)؛ (حمدي محمد، وشيماء السيد، 2024).

الفرض الرابع

ينص هذا الفرض على أنه " وجد فرق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا على مقياس الحيوية الذاتية، وعوامله الفرعية تُعزى لأثر المرحلة الدراسية (دبلوم، ماجستير، دكتوراه) "، واختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة بإجراء تحليل التباين الأحادي One-Way-Anova، وفيما يلي جدول (16) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طلاب الدراسات العليا على مقياس الحيوية الذاتية وأبعاده، و جدول (17) يوضح نتيجة تحليل التباين التي تُعزى لاختلاف المرحلة الدراسية (دبلوم، ماجستير، دكتوراه):

جدول (16)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الحيوية الذاتية تبعاً لاختلاف المرحلة الدراسية.

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	n	الدرجة التقديرية	مقياس الحيوية الذاتية
3.704	37.25	69	دبلوم	البعد الأول (الحيوية الذهنية)
3.896	37.84	70	ماجستير	
3.780	37.82	44	دكتوراه	
3.787	37.61	183	ككل	
3.689	18.84	69	دبلوم	البعد الثاني (الحيوية البدنية)
3.909	18.23	70	ماجستير	
3.676	17.48	44	دكتوراه	
3.787	18.28	183	ككل	
3.069	18.70	69	دبلوم	البعد الثالث (الحيوية الاجتماعية)
3.023	18.81	70	ماجستير	
3.025	18.32	44	دكتوراه	
3.031	18.65	183	ككل	
8.077	74.78	69	دبلوم	الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية
8.397	74.89	70	ماجستير	
8.782	73.61	44	دكتوراه	
8.343	74.54	183	ككل	

جدول (17)

نتيجة تحليل التباين الأحادي لمقياس الحيوية الذاتية وأبعاده تبعًا للمرحلة الدراسية.

الدالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط الدرجات	درجات الحرية	متوسط الدرجات	مصدر التباين	مقياس الحيوية الذاتية
دالة إحصائية غير (0.599)	0.514	7.413	2	14.825	بين المجموعات	البعد الأول (الحيوية الذهنية)
		14.415	180	2594.628	داخل المجموعات	
			182	2609.454	ككل	
دالة إحصائية غير (0.174)	1.765	25.110	2	50.220	بين المجموعات	البعد الثاني (الحيوية البدنية)
		14.225	180	2560.567	داخل المجموعات	
			182	2610.787	ككل	
دالة إحصائية غير (0.690)	0.372	3.439	2	6.878	بين المجموعات	البعد الثالث (الحيوية الاجتماعية)
		9.249	180	1664.740	داخل المجموعات	
			182	1671.617	ككل	
دالة إحصائية غير (0.700)	0.358	25.093	2	50.186	بين المجموعات	الدركة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية
		70.096	180	12617.257	داخل المجموعات	
			182	12667.443	ككل	

اتضح من جدول (18) أن قيم " ف " قد بلغت (0.514، 1.765، 0.372، 0.358) وهي قيم غير دالة إحصائية؛ وهذا يشير إلى عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا على مقياس الحيوية الذاتية وأبعاده (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الاجتماعية) تُعزى لاختلاف المرحلة الدراسية (دبلوم، ماجستير، دكتوراه)؛ وهذا يدل على عدم تحقق

الفرض الرابع.

نتيجة الفرض الرابع تفسيرها ومناقشتها

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الحيوية الذاتية تدل على تمتع الشخص بروح المثابرة والحماس والاجتهاد في تحقيق أهدافه؛ فقد مر طلاب الدراسات العليا باختلاف المرحلة (الدبلوم، الماجستير، الدكتوراه) بالعديد من الصعوبات من أجل البحث العلمي، فهم

أكثر خبرة من الناحية المعرفية ، وأكثر قدرة على التفكير الإيجابي في مواجهة العقبات بعقلانية وحكمة، كما يتمتعون بأنهم أكثر مثابرة وتحمل للوصول للهدف ، كل هذه العامل تجعلهم أكثر حيوية ، كما أنهم يتمتعون بالحماس والهمة والحيوية؛ وإستناداً لنظرية التحليل النفسي لفرويد الذي افترض وجود علاقة إيجابية بين الصحة النفسية والحيوية حيث افترض أن كل فرد لديه قدر معين من الطاقة النفسية هي التي تدفعه بإستمرار وتمده بالطاقة والقدرة على الإبداع والحيوية ويشير أنه كلما كان الأفراد خاليين من القمع والقيود فبالتالي لديهم إمكانية الوصول إلي الطاقة الخالية من الصراع (Ryan & Fredrick,1997,534-534)، كما أن الحيوية هي شعور ذاتي يجعل الفرد يتصف بالحماس والإعتماد علي النفس .

وتعزو الباحثة عدم وجود فرق في الحيوية الذهنية ، والبدنية ، والروحية أنه من المنطقي عدم وجود فروق في الناحية البدنية ، فالنحية البدنية لا تتعلق بكون الباحث في مرحلة دراسية معينة ، بل ترتبط بتمتع الباحث بصحة نفسية جيدة تكفه من مواصلة العملية البحثية، أما بالنسبة لعدم وجود فروق ترجع للحيوية الذهنية والاجتماعية ، فالباحثة تعزو ذلك إلى تمتع طلاب الدراسات العليا بالعديد من المهارات الاجتماعية الإيجابية ، والسلوك الإيثاري ، والمشاركة الاجتماعية ، كما أنهم يتمتعون بقدرات ذهنية جعلتهم يفكرون في الالتحاق بالدراسات العليا لتحقيق منزلة علمية ومستقبل مشرق لهم ، وقد اتفقت نتيجة الدراسة مع العديد من الدراسات مثال ، حمدي محمد ، شيماء سيد (2024)، ولكن اختلفت مع نتيجة دراسة فاطمة الزهراء (2020) التي أوضحت نتائجها وجود فرق لصالح الدكتوراه في الحيوية الذاتية وأبعادها .

خلاصة نتائج البحث

يمكن تلخيص نتائج البحث فيما يلي:

عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب الدراسات العليا على مقياس الحيوية الذاتية، أبعاده تُعزى لاختلاف التخصص (نظري، عملي).

عدم وجود فروق بين درجات طلاب الدراسات العليا في مقياس الحيوية الذاتية تعزى للبيئة الاجتماعية (ريف _ حضر).

وجود فرق في الحيوية الذاتية لدي طلاب الدراسات العليا بين (العاملين وغير العاملين) لصالح الطلاب العاملين عند مستوى (0.01).

عدم وجود فرق في الحيوية الذاتية لدي طلاب الدراسات العليا وفق للمرحلة الدراسية (دبلوم _ ماجستير _ دكتوراه).

توصيات البحث

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثة ، توصي الباحثة بالنقاط التالية :

- 1- ضرورة الاهتمام بدراسة هذه الفئة من الطلبة ، إذ أن عدد الأبحاث التي أجريت عليهم قليلة جدا ، وهذا لا يتناسب مع طبيعة المشكلات التي يواجهها هؤلاء الطلبة من صراعات بين الدراسة والعمل والالتزامات الأسرية والاجتماعية ، والصعوبات الإدارية والمالية التي تعثر وتقلل من كفاءتهم وفعاليتهم في عملية البحث .
- 2- يجب تعديل اللوائح والسياسات والأنظمة المتعلقة بالدراسات العليا في الجامعات الحكومية العربية بما يحقق أعلى مستوى لكفاءة الطلبة واكتسابهم المهارات العلمية التخصصية والبحثية ، ومن ثم يحقق مؤشرات الجودة .
- 3- ضرورة إجراء المزيد من الدراسات للتعرف على الخصائص التي تميز الطلاب مرتفعي الحيوية الذاتية عن الطلاب منخفضي الحيوية الذاتية .
- 4- الاهتمام بإعداد المقاييس لقياس الحيوية الذاتية في جميع المراحل العمرية نظراً لندرة تلك المقاييس وأهميتها .

بحوث مقترحة

وفي ضوء الأطر النظرية والأدبية والنتائج المستخلصة من البحث الحالي ، يمكن اقتراح ما يلي:

- . فاعلية برنامج قائم على تنمية أبعاد الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا .
- . العلاقة بين الحيوية الذاتية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الدراسات العليا .
- . الحيوية الذاتية وعلاقتها بجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الدراسات العليا .
- . فاعلية برنامج إرشادي في رفع مستوى الحيوية الذاتية وأثره في خفض الضغوط النفسية وتحسين الرفاهية الأكاديمية لدى طلاب الدراسات العليا .

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- إيهاب السيد، أمل محسن الزغبى(2017). الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بجوده الحياة الأكاديمية لدى طلبة الدراسات العليا في ضوء بعض المتغيرات، مجلة كليه التربية،جامعة الأزهر، ج3 ، ع 174 . الثالث)،يوليو 2017م.
- أزهار محمد عبد البر (٢٠٢٠). النموذج البنائي للعلاقات السببية بين الخبرات التعليمية والمرونة المعرفية والحيوية الذاتية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية،31،(121)،228-279
- جابر عبد الحميد جابر ،علاء الدين كفاي (1996). معجم علم النفس (ج 8) القاهرة: دار النهضة العربية.
- أسامة كامل راتب (٢٠٠٠). علم النفس الرياضي: المفاهيم - التطبيقات ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط2.
- حمدي محمد ياسين ، شيماء سيد (2024). الحيوية الذاتية كمحدد لطيب الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة ، المجلة المصرية للدراسات المتخصصة ، كلية البنات ، جامعة عين شمس.
- جبران مسعود (٢٠١٩) . الرائد: معجم لغوي ، عصري رُتبت مفرداته وفقاً لحروفها الأولى/جبران مسعود .
- سارة مصطفى (2018) . فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لتنمية الحيوية الذاتية لدي عينة من الشباب الجامعي . مجلة الإرشاد التربوي . جامعة عين شمس ، 56(2) ، 39 .
- شاه أحمد عبد الرحمن (2022). الحيوية الذاتية كإحدى قوي الشخصية لدي طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية ، مجلة دراسات تربوية واجتماعية ، كلية التربية ، جامعة حلوان.
- عبد العزيز إبراهيم سليم (2016) . الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الايجابية والتفكير المفعم بالأمل لدى معلمي التربية الخاصة . مجلة الإرشاد النفسي بمرکز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس ، 1(47) ، 171 - 262.
- عفرأ إبراهيم العبيدي (2020). الحيوية الذاتية لدى طلبة الجامعة في ضوء المتغيرات، المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، 1(2)، 20-44.
- علي ماهر خطاب (2004). الإحصاء الوصفي،القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ط2.

فاتن علي أكبر ، نانسي بسام الشوملي (٢٠٢١). بناء مقياس الحيوية الذاتية لدى طلبة كليات التربية الرياضية في جامعة كرميان، المجلة الدولية للعلوم النفسية والرياضية ، (8) ، 134-153.

فاطمة الزهراء محمد المصري (٢٠٢٠). الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة حلوان في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية: دراسة سيكومترية إكلينيكية، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، (106) 30 ، 237 – 286.

فاطمة حسين ذياب (2022). الحيوية الذاتية وعلاقتها بالتحيز الإيجابي والإتاحة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية للعلوم الإنسانية ،جامعة كربلاء .

فاطمة عادل داخل (2022) .الحيوية الذاتية وعلاقتها بالإبداع الارشادي لدى المرشدين التربويين ، مجلة ميسان للدراسات الأكاديمية ، كلية التربية الأساسية ، مج 42 ، ع 1 .

محمد السعيد أبو حلاوة ، وعاطف مسعد الحسيني (2016). علم النفس الإيجابي نشأته وتطوره، ونماذج من قضاياها ، القاهرة، عالم الكتب.

نصرة محمد جلجل ، وإحسان نصر هنداوي (2023) .الحيوية الذاتية وعلاقتها بالعزم الأكاديمي وفاعلية الذات البحثية لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية جامعة كفر الشيخ ، المجلة التربوية ، كلية التربية ، سوهاج ، مج 110 ، ع 110 .

ثانيا: المراجع الأجنبية:

Allen, T. D., & Kiburz, K. M. (2012). Trait mindfulness and work-family balance among working parents: The mediating effects of vitality and sleep quality. *Journal of Vocational Behavior*, 80(2), 372-379.

Arslan G , Yıldırım M, Aytaç A(2022) : Subjective vitality and loneliness explain how coronavirus anxiety increases rumination among college students. s, *Death Studies*, 46(5) , 1042-.1501.

Akbar Saif I , Abdul Hamid A, Farooq W,(2021): Impact of Vitality on Job Performance, Male versus Female: An Empirical Study of

the IT Sector of Pakistan. Journal of management Practices
,Humanities and social Sciences , 5(1), 69-78.

Baumann, N & Scheffer, D. (2010). Seeking flow in the
achievement domain: The achievement flow motive behind
flow experience Motivation and Emotion, 35 (3), 1-18.

Baruch Y , Grimland S, Vigoda-Gadot E,(2014). Professional
vitality and career success: Mediation, age and outcomes.
European Management Journa. 32 (3) , P.P 518-527.

Deniz,E., & Satici, S .(2017). The Relationships between Big Five
Personality Trait and Subjective Vitality . Anales de
Psicologia , 33 (2), 218 - 224.

De Young R (2007). Walking for mental vitality : Some
Psychological benefits of walking in natural settings .
Retrieved from : [https:// www.
Researchgate.net/publication/251940530](https://www.Researchgate.net/publication/251940530).

Eisazadeh N , Vahdani H, (2017) . The Role of Urban Spaces and
Structures in Increasing the Social Vitality of Citizens with
an Emphasis on Urban Design Approaches.
Journal of Ecophysiology and Occupational
Health , 17(3&4) , 94-.301.

Fini, A., Beigy, A., Kavousian, J., Emami, M., & (2010).
Subjective vitality-and its anticipating variables on students.
Procedia Social and Behavioral Sciences, 5, 150-156.

Greenglass, E., Fiksenbaum, L., & Eaton, J. (2006). The
relationship between coping, social support, functional
disability and depression in the elderly. Anxiety, Stress &
Coping: An International Journal, 19(1), 15–31.

Greenglass, E., Schwarzer, R., & Taubert, S. (1999). The Proactive
Coping Inventory (PCI): A Multidimensional Research
Instrument. 20th International Conference of the Stress and

Anxiety Research Society (STAR), Cracow, Poland, July 12-14 1999.

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*, 1-01

Kurtus R . (2012).What is Vitality ? www.school for Champion . Com / Vitality / What is Vitality . htm.

Keshavarz A., Moulavi Hossein & Kalantari Mehrdad (2009) : The Relationship Between Vitality And Demographic Variables With Happiness In Isfahan Population . *Journal Psychological Studies* , 4 (4) ; 45 - 64.

Maslach, C.; Schaufeli, W.B. & Leiter, M.P. (2001): Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1).397.

Maslach, C.; Schaufeli, W.B. & Leiter, M.P. (2001): Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1).397.

Peterson, C .and Seligman, M.E.P. (Eds) .(2004).Character Strengths and virtues;A handbook and classification. New York: Oxford. University Press.

Palmer, M. M., Dankoski, M. E., Smith, J. S., Brutkiewicz, R. R., & Bogdewic, S. P. (2011). Exploring changes in culture and vitality. *The Journal of Faculty Developmentm* , 25, p .p , 21.72.

Ryan, R., Deci, E. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55(1): 68-78.

Ryan, M .& Frederick , C . (1997) . On energy, personality, and health:

Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being . Journal of personality, 65(3), 529-565 .

Shapiro J, Donaldson SI.(2022) : The Leader Vitality Scale: Development, Psychometric Assessment, and Validation. Front Psychol. doi: 10.3389/fpsyg.2022.884672.

Schernoff, D.(2010). Engagment in After Programs as a Predictor of Social Competence and Academic Performance . Am J Community Psychol, (45) ،325 - 337

Sciences ; Theory & Practice . 14 (2) ،489 - 497.

Saricam, H.(2015). Mediating Role of Self Efficacy on the Relationship between Subjective Vitality and School Burnout in Turkish Adolescents. The International Journal of Educational Researchers,6(1), 1-12.

Ugur, E., Kaya, C., & Ozcelik, 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.

Vieira, D. & Aquino. T. (2016) .Subjective Vitality ،Meaning in Life and Religiosity in Older People: A Correlation Study . Trends in Psychology. 24, 2 ، 495 - 506.

Vlachopoulos ,S. (2012) . The Role of Self – Determination Theory Variables in predicting middle school students subjective vitality in physical education . Hellenic Journal of psychology , 9 (2) pp. 179 - 204.

Williams , J.(2005).Applied sport Psychology: personal growth to peak performance . (5 ed) Mountain view ،CA: McGraw - Hill Humanities.