

اللياقة النفسية وعلاقتها بالنجاح الأكاديمي
لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي

إعداد

د/ عبد المحسن مسعد إسماعيل المغازى

أستاذ مساعد الصحة النفسية والتربية الخاصة

بالمعهد العالي للعلوم الإدارية - البحيرة

اللياقة النفسية وعلاقتها بالنجاح الأكاديمي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي

د/ عبد المحسن مسعد إسماعيل المغازي*

المستخلص:

هدفت الدراسة إلى تعرف طبيعة العلاقة بين اللياقة النفسية والنجاح الأكاديمي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس، وكذلك الكشف عن الفروق في متغيرات الدراسة (اللياقة النفسية والنجاح الأكاديمي) تبعاً لمتغير الجنس. تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) عضواً من أعضاء هيئة التدريس منهم (٥٠) من الذكور، (٥٠) من الإناث. استخدمت الدراسة مقياس اللياقة النفسية ومقياس النجاح الأكاديمي إعداد الباحث. توصلت نتائج الدراسة إلى: وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مقياس اللياقة النفسية ومقياس النجاح الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس اللياقة النفسية لصالح الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس النجاح الأكاديمي لصالح الذكور.

الكلمات المفتاحية: اللياقة النفسية- النجاح الأكاديمي- عضو هيئة التدريس.

* د/ عبد المحسن مسعد إسماعيل المغازي: أستاذ مساعد الصحة النفسية والتربية الخاصة- بالمعهد العالي للعلوم الإدارية - البحيرة.

Psychological Fitness and its Relationship to Academic Success among a Sample of University Faculty Members

Abstract:

This study aimed to identify the nature of the relationship between psychological fitness and academic success among faculty members, as well as to reveal differences in the study variables (psychological fitness and academic success) according to gender. The study sample consisted of (100) faculty members, including (50) males and (50) females. The study used the psychological fitness scale and the academic success scale prepared by the researcher. The study results found: a positive statistically significant correlation between the psychological fitness scale and the academic success scale among faculty members, statistically significant differences between males and females on the psychological fitness scale in favor of males, and statistically significant differences between males and females on the academic success scale in favor of males.

Keywords: Psychological fitness - Academic success - Faculty member.

أولاً- مقدمة:

يعد مستوى التعليم العالي ونوعيته ونجاح الجامعة في تحقيق أهدافها يتحدد من خلال نوعية أعضاء هيئة التدريس وأدائهم، باعتبارهم قادة التعلم ولهم دور كبير ومسئوليات متعددة ومعقدة في ظل التكنولوجيا والتقنيات الحديثة في التعليم؛ لمواكبة مستحدثات العصر. ويلاحظ أن التكنولوجيا واستخدام الإنترنت والبوابات الإلكترونية لإلقاء المحاضرات، وتحويل المعلومات داخل المجتمع الجامعي من ورقي إلى الكتروني، لا يتم إلا من خلال الأداء الجيد لأعضاء هيئة التدريس، والياقة النفسية لهم أي قدرتهم على تخطي العقبات والصعاب والمشكلات التي تحول دون تحقيق أهداف الجامعة.

وأشار عنتر محمد (٢٠١٤، ٤) إلى أن دور أعضاء هيئة التدريس يمثل أساساً من أسس البناء الجامعي، كما أن دوره يتعدى التدريس إلى التأثير في شخصيات الطلاب من خلال البرامج والأنشطة التعليمية التي يحرص على تنفيذها، ويختلف دور أعضاء هيئة التدريس باختلاف حجم الجامعة ومسئولياتها وتباين الأنظمة التي تستند إليها في تحديد فلسفتها وأهدافها وتتركز أدوارها في مجالات التدريس، والبحث العلمي والتأليف والترجمة، وتقديم خدمات للمجتمع المحلي من خلال المراكز والمؤسسات المتخصصة.

ويوضح محمد أحمد الشريف (٢٠٠٦، ١٩٣) أن نجاح عضو هيئة التدريس في أداء دوره كأستاذ جامعة يعد عاملاً رئيسياً في نجاح العملية التعليمية، وحرصت الكثير من الجامعات على مستواه العالم على مساعدة أعضاء هيئة التدريس لتطوير أدائهم وتجديد خبراتهم ورفع جودة الأداء التدريس وتقديم الخدمات التعليمية المناسبة ذات الجودة العالية.

وأشار جمال الدهشان، وشبل بدران (٢٠٠١، ٢٠٠) إلى أن التعليم الجامعي لا يستطيع أن يجابه التحديات الآنية والمستقبلية إلا بتطوير وتنمية أعضاء هيئة التدريس على نحو يعينهم على الاضطلاع بما يتوقع منهم من أداء ومسئوليات، وذلك عن طريق إيجاد الفرص المناسبة لتطوير مهاراتهم الدراسية والبحثية وذلك من خلال تنظيم حلقات أو دورات تدريبية تجديدية أو ورش عمل تزود أعضاء هيئة التدريس بكفايات تساعد على أداء مهامه التعليمية والتربوية.

ونظرًا لتدفق المعلومات والأساليب والوسائل المستخدمة في التعليم فلا يستطيع عضو هيئة التدريس الإحاطة بما يستجد في الطرق والأساليب في كل مجالات التعليم وخاصة في مجال تخصصه وبناء على ذلك يتطلب من الجامعة العناية بتطوير أداء أعضاء هيئة التدريس ومساعدتهم على مواكبة متطلبات التقدم العلمي التقني الحاصل في هذا الزمن (عبدالرحمن بن عبدالوهاب، ٢٠١٨، ٢٠).

اللياقة النفسية وعلاقتها بالنجاح الأكاديمي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي

وأشارت زينب درويش (٢٠١٥، ٣٤٣) إلى أن عضو هيئة التدريس يقوم بدورًا أساسيًا في العملية التعليمية، فعلاوة على ما يقدمه من إنتاج علمي يساهم في حل مشكلات المجتمع ويساهم في عملية التطوير والتنمية الشاملة، بالإضافة إلى تعدد أدوار عضو هيئة التدريس ومسئوليته داخل الجامعة، فهو يقوم بإعطاء المحاضرات والتفاعل مع الطلاب، ووضع المناهج والمقررات الدراسية، ومنح الدرجة العلمية والإشراف على الرسائل والبحوث العلمية.

ووضحت ابتسام بنت عبدالله (٢٠١٧، ٣٦) إلى أن الأستاذ الجامعي من أهم موارد التعليم العالي، ويعد النمو الشخصي والمهني للأساتذة الجامعيين ضروريًا للقوة المستمرة للتعليم الجامعي، فبيئة التعليم العالي تتغير مع التطور المعرفي، والمتغيرات المعاصرة للتحويل من التعليم التقليدي إلى التعليم الذي يمكن الطلاب على الحصول على تعليم أفضل، واكتساب المهارات التي تنمي شخصياتهم؛ ليكونوا مواطنين صالحين مسؤولين يعملون من أجل تحسين مجتمعاتهم، وتنمية مهارات الاتصال، والتفكير الناقد وحل المشكلات.

وبالإضافة إلى هذا فيقع عبء كبير على الجامعة تجاه تطوير أداء أعضاء هيئة التدريس، وخاصة في ظل الظروف الراهنة من تحويل التعليم من محاضرات إلى تعليم هجين واستخدام المحاضرات عن بعد والعقبات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس لإعداد الاختبارات الإلكترونية والمناهج الإلكترونية ومساعدتهم على اللياقة النفسية التي تخطي كل هذه العقبات.

وتعد اللياقة النفسية عملية هامة تساعد الفرد على مواجهة الضغوط النفسية التي قد تواجهه في حياته اليومية، بقدر كبير من التوازن، وتصبح لديه القدرة على التعبير بشكل مناسب، وأيضا القدرة على التحكم الانفعالي والاسترخاء العقلي والبدني؛ ليحقق الفرد المستوى الأمثل من الوعي عند مواجهة المواقف الضاغطة، والتمتع بمهارات نفسية عالية لمواجهة الضغوط الحياتية (ابتسام السعيد رفعت، ٢٠١٣)

فاللياقة النفسية أحد المتغيرات النفسية للفرد فهي تساهم بشكل كبير في التوافق النفسي الذي يشعر الفرد بالسعادة والرضا والتوافق مع الآخرين، ويصبح قادراً على تحقيق ذاته والاستفادة من قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن. (طارق محمد القطان، عماد عبدالحميد موسى، ٢٠٠٨)

وأكدت دراسات عديدة مثل (Gary (2001), Mayer and Carey (2016) أهمية اللياقة النفسية للعامل في الوظائف والمهام الحساسة التي يقع على أصحابها عبء كبير حتى يستطيعوا أن يؤديوا أدوارهم، حيث يعاني أصحاب المهن من ضغوط ومشكلات من الممكن أن تؤدي إلى إخلال مستوى اللياقة النفسية لديهم، فالشخص اللائق نفسياً يمتلك العديد من المهارات والمصادر التي تؤهله للاستجابات الناجحة للضغوط التي تواجهه، حيث يستطيع التعامل مع

الضغوط السلبية بطريقة فعالة مستخدمًا مهارات المواحه الفعالة، بالإضافة إلى مستوى مرتفع من التنظيم والوعي الذاتي التي يصدر من خلالها سلوكيات تتسم بالمرونة (سارة حسام الدين مصطفى، ٢٠٢٠، ٣٣٥).

وهذا يجعل أعضاء هيئة التدريس شريحة مهمة لها دورًا كبيرًا ومؤثر على الطلاب من الناحية النفسية والاجتماعية والانفعالية. حيث أوضحت دراسة عبير مسفر العبيدي (٢٠٢١، ٩٢) أن اللياقة النفسية تجعل المعلمين قادرين على التأثير إيجابيًا على الطلاب ورفع الوعي لديهم، ومساعدتهم على التخلص من الأفكار السلبية واستبدالها بأفكار إيجابية، تتعكس على استجاباتهم مع المواقف الحياتية المجهد.

وتوصلت دراسة (Addai et al, 2024) إلى تأثير سلبي للإجهاد التكنولوجي على محددات النجاح الأكاديمي (الدافع الأكاديمي والرفاهية النفسية) بين الطلاب. ويوفر النجاح الأكاديمي المزيد من الفرص التعليمية، ويساهم في تحقيق الكفاءة الأكاديمية، وإدارة الانفعالات، والاستقلالية، وتطوير العلاقات الشخصية الناضجة، وتكوين الهوية، وتطوير الهدف، وزيادة المشاركة المجتمعية والتواصل الاجتماعي (Petroff, 2008; Alyahyan & Düşteğör, 2020).

ثانيًا - مشكلة الدراسة:

تعد اللياقة النفسية لعضو هيئة التدريس من العوامل المهمة في تحقيق الأهداف التربوية، فالمعلم ذو اللياقة النفسية المرتفعة يشعر بالفاعلية الشخصية، فيكثف جهوده من أجل إنجاز مهامه مركزا على تحقيق النجاح الأكاديمي والمهني لدى الطلاب في المجالات التعليمية والسلوكية.

وفي الآونة الأخيرة ظهرت الحاجة الملحة لكثير من المهارات والأداءات الفعلية التي يتطلبها معظم أعضاء هيئة التدريس، وخاصة في طريق التعليم عن بعد أو التعليم الهجين أو الطريقة التقليدية التي تطلب من عضوية التدريس أن يكون ملماً ببعض المهارات التكنولوجية لكي يستخدمها في محاضراته أو أبحاثه.

وكشفت بعض الدراسات والأبحاث أن هناك فروق واضحة بين أداء المعلمين الذي يرجع سببه إلى شخصياتهم وخصائصهم المهنية وممارسة طرق التدريس والرضا الوظيفي لهم والأولويات التدريبية وتقويم الآخرين وقدرتهم في التغلب على المعوقات والمشاكل التي تواجههم داخل الجامعة.

اللياقة النفسية وعلاقتها بالنجاح الأكاديمي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي

حيث أوضحت دراسة عمر عطا الله، ونظمي حسين (٢٠٢٠، ٦٧٧) أهمية التدريب المناسب للمعلمين داخل المدارس لرفع القدرات والتركيز على المهام لمقاومة الضغوط الأكاديمية والتخفيف من آثار الإخفاق.

ويقع عبء كبير على الجامعات تجاه أعضاء هيئة التدريس في تدريبهم على تطور وتحسين اللياقة النفسية لديهم، وأيضًا على أعضاء هيئة التدريس أنفسهم في التطور لمواكبة العصر الحالي، ولا يمكن معرفة الاستراتيجيات والبرامج التدريبية للياقة النفسية إلا بمعرفة المتغيرات والعوامل المرتبطة بها، وهذا ما تسعى إليه الدراسة الحالية. ونظرًا لعدم وجود الدراسات والبحوث العربية التي اهتمت باللياقة النفسية وعلاقتها بالنجاح الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس،- في حدود ما أطلع عليه الباحث- لذا يمكن توضيح مشكلة الدراسة في الاسئلة الآتية:

- ما العلاقة الارتباطية الدالة إحصائيًا بين متوسطات درجات اللياقة النفسية والنجاح الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس؟
- ما الفروق بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس في مقياس اللياقة النفسية باختلاف الجنس "ذكور وإناث"؟
- ما العلاقة بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس في مقياس النجاح الأكاديمي باختلاف الجنس "ذكور وإناث"؟

ثالثًا - أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- ١- تعرف العلاقة الارتباطية بين اللياقة النفسية والنجاح الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس.
- ٢- معرفة الفروق بين أعضاء هيئة التدريس في مقياس اللياقة النفسية باختلاف الجنس "ذكور وإناث".
- ٣- معرفة الفروق بين أعضاء هيئة التدريس في مقياس النجاح الأكاديمي باختلاف الجنس "ذكور وإناث".
- ٤- التقدم ببعض التوصيات والمقترحات لتحسين اللياقة النفسية والنجاح الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة.

رابعًا - أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة فيما يلي:

- مواجهة مشكلة ندرة الدورات في الجامعة لرفع الأداء المهني لأعضاء هيئة التدريس، مما يعوق تنمية وتحسين النجاح الأكاديمي.

- أهمية مساعدة الجامعة لأعضائها في تخطي العقبات والصعاب التي تواجههم وحل مشكلاتهم لتحسين النجاح الأكاديمي مما ينعكس على طرق التدريس المختلفة لدى الطلاب.
- معظم الدراسات التي اهتمت باللياقة النفسية والنجاح الأكاديمي في المرحلة الجامعية، وعدم وجود دراسات تناولت اللياقة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس وتأثيره على النجاح الأكاديمي.

خامساً- المفاهيم الإجرائية للدراسة:

- **اللياقة النفسية:** عرفها الباحث اجرائياً: حالة من الرفاهية العقلية والعاطفية، وتشمل القدرة على التفكير بوضوح، واتخاذ القرارات، والتعامل مع التوتر بشكل فعال، وتكوين علاقات إيجابية، والشعور بالرضا عن النفس.
- **أبعاد اللياقة النفسية:**
 - **اللياقة العقلية:** هو بذل الجهد لتحقيق الأفضل، وتحمل نتائج قراراته، والتخطيط لأي عمل قبل القيام به/ والبحث عن حل للمشكلات.
 - **اللياقة الانفعالية:** هي الاحتفاظ بالهدوء عند مواجهة أي ضغوط، والاستمتاع بالمهارات الأكاديمية مهما كانت الضغوط، .
 - **اللياقة السلوكية:** هي المشاركة في العمل الجماعي، ومشاركة أقرابه في أفراحهم وأحزانهم.
 - **النجاح الأكاديمي:** يعرفه الباحث اجرائياً: الإنجاز الأكاديمي والمشاركة في الأنشطة التربوية الهادفة، والرضا واكتساب المعرفة والمهارات والكفاءات المطلوبة، والمثابرة وتحقيق الأهداف التعليمية.
- **أبعاد النجاح الأكاديمي:**
 - **المهارات الأكاديمية:** هي استغلال وقت الفراغ بفاعلية، وبذل الجهد في التعلم من أجل إشباع رغباته والقيام بالعمل بدقة.
 - **الثقة الأكاديمية:** هي استخدام الطرق الصحيحة في إعداد الأبحاث والابتعاد عن الأخطاء والتفكير الابتكاري.
 - **التوافق الشخصي:** قدرة الفرد على التكيف مع محيطه والبيئة المحيطة به، مع إشباع حاجاته النفسية الأساسية والثانوية، والشعور بالرضا الداخلي
 - **عضو هيئة التدريس:** يعرف (Kezar et al. (2011,130 أعضاء هيئة التدريس بأنهم هم الأفراد الذين يقومون بالتدريس وإجراء البحوث في الجامعة ومؤسسات التعليم العالي

"وغالبا ما يسمون بالكادر الأكاديمي" (محمد ابراهيم عبده، عبدالرحمن محمد مسعود، ٢٠٢١، ٦٠).

الإطار النظري:

أولاً- اللياقة النفسية:

١- مفهوم اللياقة النفسية:

تعرف اللياقة النفسية بأنها جزء من مفهوم اللياقة الكلية التي تعرف بأنها التكامل والدمج بين الأداء الفعال لكلاً من العمليات الإدراكية والسلوكيات والانفعالات والقدرات، والتي من خلالها تتعكس على جودة حياة الفرد على الاستجابة للضغوطات، وتقاس في ثلاث متطلبات وهي: تنظيم الذات، والانفعالات والمعرفة (Robson, 2014, 9).

هي القدرات والمهارات التي تمكن الفرد من حسن التصرف في المواقف الاجتماعية المختلفة عن طريق التعبير بالكلمات الطيبة الملائمة للمواقف والتعبيرات الانفعالية المناسبة في ضوء معرفة حالة المتكلم النفسية وفهم مشاعره وأفكاره وسلوكياته والاستجابة بطريقة ملائمة ومقبولة اجتماعياً (أيات عبدالمنعم أحمد، شيماء عبدالرحمن أحمد، ٢٠٢٣، ٥٠٠).

قدرة الفرد على معرفة مشاعره والانتباه لها وفهمه بطريقة تسهم في تحفيز دوافعه ومعالجة انفعالاته التي تدفعه للانخراط في الحياة والتعامل معها بكل مرونة، والإدراك الدقيق لانفعالات الآخرين والاندماج معها بطريقة تساعد الفرد على الرقي وتحقيق الأهداف (هديل محمود عبالحمد، سميرة عبدالله كردي، ٢٠٢٣، ١٠٦).

هي القدرات والكفاءات النفسية والمعرفية وسمات الشخصية، وتشمل مجموعة من المهارات الاجتماعية والانفعالية، والوعي بالذات، وهي ضرورية للنجاح في الحياة، والتواصل بكفاءة، والتحكم في الذات والتعبير المناسب عن المشاعر، والقدرة على التعامل مع الآخرين، والمهارات الاجتماعية والمهارات الحياتية ومهارات حل المشكلات والمثابرة في أداء الأعمال (علي أحمد وادي هباش، ٢٠٢٣، ١٥٤).

قدرة الأفراد على معرفة وادراك وفهم ذاته مع شعوره بالأمن والطمأنينة وقدرته على تحقيق اهدافه، والتكيف مع البيئة، ومواجهة مشاكله بإيجابية ومرونة، وتحديد نقاط قوته وتتميته، وتشخيص نقاط ضعفه ومحاولة علاجه، فضلا عن فهم الآخرين من المحيطين به، ومحاولة تحقيق التوازن بين متطلباته ومتطلبات المجتمع في محاولة منه للوصول إلى استقرار داخلي ثابت نسبياً (يونس محمد يونس، ٢٠٢٥، ٣٨٥).

٢- أبعاد اللياقة النفسية:

تتسم اللياقة النفسية بمجموعة من السمات تتكامل فيها القدرات العقلية والانفعالية والسلوكية للوصول لأفضل أداء لدى الفرد وتحسين مرونة النفسية، وتعني المرونة هنا قدرة الفرد على الصمود والتعافي والنمو المستمر والتوافق في ظل ظروف حياته يملأها التحدي والصعوبات، فبدون المرونة يعاني الافراد من خلل في جميع نواحي حياتهم، ويصبحوا عاجزين عن النجاح مما يؤثر على لياقتهم النفسية (Bates., et al. 2010: 26).

ذكرت دراسة (vender Heiden et al.,2008:572-584) أن أبعاد اللياقة النفسية هي:

- **الرؤية والتخطيط في مقابل الاندفاعية:** فأهم ما يميز الشخصية التي توصف بأنها على درجة عالية من اللياقة أن نسبة كبيرة من سلوكياتها يغلب عليها الرؤية والتفكير بتمعن قبل التصرف.
- **الاستقلالية في مقابل الانصياع:** فأهم متطلبات اللياقة هي القدرة على اتخاذ القرار المناسب في ضوء القناعة الذاتية للفرد، ولا يتعارض ذلك مع الالتفاف لأشياء أخرى مثل: الأعراف وتراكم خبرات الآخرين.
- **الاتساق مقابل التنافر:** والاتساق يعني التكامل بين توجهات معظم المكونات النفسية الموجودة معاً في لحظة زمنية معينة، وألا يكون هناك تنافر بين هذه المكونات وبعضها داخل الإنسان نفسه.
- **التفهم مقابل التمرد:** يقصد به درجة تفهم الفرد للآخرين من حوله، والتوحد الوجداني مع الآخرين، والاندماج بعكس النفور والتمرد على الآخرين.
- **سلامة التعامل مقابل اختلال التعامل:** يقصد بها المصداقية والكفاءة التي يعتمد الفرد أن تكون ضمن سلوكيات حياته، حيث أن كفاءة الفرد في أعماله ودرجة إتقانه لها من أهم عوامل اللياقة النفسية (في: سارة حسام الدين مصطفى، ٢٠٢٠، ٣٤١).
- وذكرت دراسة (أيات عبدالمنعم أحمد، شيماء عبدالرحمن أحمد، ٢٠٢٣، ٥٠٢) أبعاد اللياقة النفسية على النحو التالي:
- **التعبيرات الانفعالية:** يطلق البعض عليها لغة الجسد، وتشير إلى استئناف المشاعلا الإنسانية، والحالة المزاجية أو النفسية للآخرين والتعاطف معهم عن طريق تعبيرات الوجه والجسد.
- **التعبيرات الكلامية:** وتشير إلى قدرة الشخص على فهم تعبيرات الآخرين والتفاعل معها بالكلمة والعبارة المناسبة للموقف عن طريق اتباع آداب السلوك المرغوب اجتماعياً.

٣- النظريات النفسية المفسرة للياقة النفسية:

أولاً- نظرية التحليل النفسي:

قسم فرويد الشخصية إلى ثلاثة (الهو، الأنا، والأنا الأعلى) حيث إن لكل واحد من هذه الأجهزة مكونات وخصائص، ويعد سلوك الفرد محصلة للتفاعل والصراع بين هذه الأجهزة (Biordi & Nicholson, 2013).

ويذكر (Corey, 2013) تعريف الهو: هو الجزء من النفس الإنسانية الذي يميل إلى إشباع النزوات والرغبات المكبوتة دون الاعتبار للقيم والمبادئ والتقاليد والعادات وهو يعمل وفق مبدأ اللذة.

أما الأنا الأعلى: فهو جزء من النفس الإنسانية الذي يرفض رفضاً باتاً إشباع الغرائز بطرق مشروعة أو غير مشروعة فهو عكس الهوا، وهو يعمل وفق مبدأ المثال.

أما الأنا: هو ذلك الجزء من النفس الإنسانية الذي يقوم بدور الوسيط بين مطالب كلاً من الهوا والأنا الأعلى ويحاول أن يوفق بينهما، وهو يعمل وفق مبدأ الواقع.

ويؤكد أصحاب هذه النظرية على أن العمليات النفسية قد تحدث اضطرابات عقلية، والحوادث الداخلية اللاشعورية قد تؤثر في معظم السلوكيات وأن الاندفاعات اللاشعورية تؤدي إلى القلق، وتنشئ الاضطرابات العقلية عندما يفشل الأنا في إيجاد حلول مناسبة للصراعات القائمة بين الهوا ومتطلبات الواقع، وتكون الشخصية في حالة ضاع دائم (Cavas, 2011).

ومن خلال هذه النظرية نستطيع أن نعرف الشخصية السوية وهي التي تتمتع بقوة الأنا فهي قادرة على تحقيق توافق بين مطالب الهوا والأنا الأعلى؛ وبذلك تتميز هذه الشخصية باللياقة النفسية، أما عندما تكون الأنا ضعيفة فتصبح الشخصية غير متوازنة بسبب احتمالية سيطرة الهوا عليها.

ثانياً- النظرية الوجودية:

اهتمت هذه النظرية بدراسة جوهر الفرد، وطرحت نمط للأشخاص هو نمط الشخص الأصيل الذي يدرك الافتراضات الوجودية المتعلقة بطبيعة الإنسان ويكون مدرك لسلوكه تماماً، وأن الإنسان عن طريق حرية الإرادة واختبار المعنى وخلقه قادر على تغيير العلاقات السببية ونتائجها، ويركز الاتجاه الوجودي على أن الصحة النفس تتجلى في الآتي: إدراك الإنسان وجوده ومعناه، إدراكه لقدراته وإمكانياته، أن يكون حرّاً في تحقيق ما يريد بالأسلوب الذي يختاره، تفهمه لجوانب ضعفه وتقبلها، ومعرفته للحياة وتناقضاتها، ويعتقد الوجوديون أن الإنسان قادراً على اختيار سلوكه في جميع الأوقات وأن الراشدين يتحملوا مسؤولية أفعالهم وقراراته (Cully&Teten, 2020). فإذا فشل الفرد في إدراك ما سبق فذلك يعني أن لديه نفسى.

ثانياً- النجاح الأكاديمي:

يعتبر النجاح الأكاديمي مهم لارتباطه القوي بما نحققه من نتائج إيجابية نقدرها وتعتبر ذات قيمة بالنسبة لنا. فالبالغين الناجحين أكاديمياً وذوي المستويات التعليمية العالية تزداد فرصة حصولهم على عمل، ولديهم وظائف مستقرة، ولديهم فرص عمل أكثر ومتنوعة من أولئك الذين حصلوا على تعليم أقل ويحصلون على رواتب أعلى، والنجاح الأكاديمي مهم لأن العاملين سيحتاجون إلى مستويات أعلى من التعليم للتعامل مع المهن التي تتطلب تكنولوجيا في المستقبل. نحتاج هذه الأيام إلى التعليم ما بعد الثانوي للحصول على وظيفة. وكذا المراهقون الناجحون أكاديمياً لديهم تقدير أعلى للذات، ومستويات أقل من الاكتئاب والقلق، ويميلون إلى الاجتماعية، وهم أقل عرضة للإدمان (Regier, 2011, 1-2).

١- مفهوم النجاح الأكاديمي:

يعرف النجاح الأكاديمي على أنه مصطلح يشمل الإنجاز الأكاديمي، وتحقيق الأهداف التعليمية، واكتساب القدرات والكفايات المطلوبة، والرضا، والمثابرة، والأداء ما بعد الجامعي (York, Gibson, & Rankin, 2015,5).

هو الشعور أنك تتجز وتتمو كفرد، وكيف تؤثر على الآخرين؛ للحصول على أكبر قدر من المعلومات والتطبيق في الحياة، أكثر من الأداء الجيد في امتحان (Cachia, Lynam & Stock, 2018,436).

الإنجاز أكاديمي هو الإنجاز القائم على المشاركة والاشتراك في الأنشطة المعرفية الهادفة تربوياً عن رضا واكتساب المعرفة والمهارات والكفاءة والمثابرة لتحقيق نتائج التعلم (أحمد محمد حسن، ابراهيم سيداحمد عبدالواحد، ٢٠٢٠، ٣٥١).

هي اكتساب الطلاب الكفاءة في مجالات التعلم اللازمة للانتقال إلى مستوى الصف التالي (Goegan, et al, 2020, 7).

٢- مهارات النجاح الأكاديمي:

يتمتع الفرد الناجح بالعديد من الصفات، منها القدرة على تحمل المسؤولية؛ فاختيار الفرد الوجهة الصحيحة هو الطريق الأساسي للنجاح والتركيز على ما يمكنه التحكم فيه في حياته، ولديه قدرة على تحديد أهدافه الواقعية، ويهتم بترتيب أولوياته، كما أنه يتصف بالذكاء والعزيمة، ولديه القدرة على تحديد نقاط القوة لديه وتعزيزها وتقويتها، بالإضافة إلى تحديد نقاط الضعف ومحاولة التغلب عليها.

ولكي يصل الفرد إلى النجاح في حياته يرى كل من Bokana, Buljanb, Matko, Maličkib, & Marušićb, (2020) Kryshkoa, Fleischera, Waldeyerb, Wirthb (& Leutnera, 2020)

فإن عليه أن يمتلك مجموعة من المهارات، منها:

- الرغبة والإرادة: حيث تعتبر الخطوة الأولى للوصول الفرد إلى تحقيق النجاح والإنجاز، علما بأن عدم وجودها قد يؤثر في الإنجاز لدى الفرد.
 - التخطيط: الذي يساعد الفرد على تحقيق أهدافه، مما يؤدي إلى وصوله إلى تحقيق النجاح.
 - إدارة الأولويات والوقت: إذ لا بد من تقدير الأمور الضرورية التي يجب تحقيقها لكل من المهام المطلوبة.
 - الثقة بالنفس: فمن خلالها يكون لدى الفرد الدافع؛ للبحث عن الإنجاز.
 - مواجهة المشكلات: وذلك عن طريق التكيف والانسجام مع الظروف المحيطة بسرعة، وذلك من خلال استخدام الإمكانيات، والقدرات بشكل أفضل.
 - مهارة حل المشكلات: يمكن تعريف المشكلة على أنها: موقف صعب، أو وضع صعب يتعرض له الفرد، بحيث يسبب له حالة من الارتباك، أو عدم الارتياح، وفي العادة يكون حل هذا الموقف غير واضح، وبعد استخدام الأسلوب العلمي في حل المشكلة أفضل الطرق لحل المشكلات وتتمثل خطواته في (تحديد المشكلة، تحديداً الأسباب الممكنة، تحديد الحلول والبدائل، اختيار الحل وتطبيقه، تقييم النتائج).
 - مهارة إدارة الوقت: وهي العملية التي يوزع من خلالها الفرد الوقت الذي لديه بين المهمات المطلوبة منه؛ بهدف الوصول إلى إنجازها، وتكمن أهمية إدارة الوقت في قدرة الفرد على استغلال الوقت الذي يقضيه في تحقيق أهدافه.
- وقد توصلت نتائج الدراسة التي قام بها (Chao, 2012) إلى بعض العوامل التي تؤثر في النجاح الأكاديمي منها دعم الوالدين، والمشاركة الأكاديمية، والاهتمام بالطلاب، وتقديم الرعاية، بالإضافة إلى مهارات إدارة الوقت. وقد أشارت دراسة Bokana , Buljanb, Matko, Maličkib, & Marušićb, (2020) إلى أن العوامل الرئيسية التي تسهم في النجاح الأكاديمي هي الكفاءة الذاتية، والنظرة إلى المستقبل وأن الدافع لمواصلة التعليم الجامعي هو أكثر هذه العوامل.

٣- أبعاد النجاح الأكاديمي:

توصل بحث Welles(2010) إلى أبعاد النجاح الأكاديمي هي: المهارات، جودة التدريس، القرار المهني، الدافعية الخارجية، المستقبل، الثقة بالنفس، التوافق الشخصي، التركيز، تنظيم الذات، التنشئة الاجتماعية، الدافعية الداخلية، الاهتمام، عدم وجود قلق. كما توصل (2011) Prevatt et al. إلى أبعاد النجاح الأكاديمي هي: المهارات الأكاديمية العامة، القرار المهني، الدافعية الداخلية، الدافعية الخارجية، القلق، التركيز، التواصل الاجتماعي، التوافق الشخصي، كفاءة المعلم المدركة، التنشئة الاجتماعية. وأظهرت نتائج بحث Ghavami et al. (2017) أبعاد النجاح الأكاديمي هي: الرضا الأكاديمي، المثابرة، الشعور بالتفوق الأكاديمي.

الدراسات السابقة:

أولاً- دراسات تناولت اللياقة النفسية لاعضاء هيئة التدريس:

١-دراسة (Mojahedi, et al, 2023): هدفت هذه الدراسة إلى تحليل الحالة النفسية لأعضاء هيئة التدريس بجامعة بيرجند للعلوم الطبية بعد جائحة كوفيد-١٩. تكونت عينة الدراسة من ١٢٢ عضواً من أعضاء هيئة التدريس بجامعة بيرجند للعلوم الطبية، إيران، استخدمت الدراسة استبياناً عبر الإنترنت يحتوي على معلومات ديموغرافية ومقياس القلق والاكتئاب والتوتر ومقياس اللياقة توصلت النتائج: كان انتشار الاكتئاب والقلق والتوتر من المتوسط إلى الشديد جداً في المجموعة المستهدفة. أظهر أعضاء رتبة المحاضر لياقة أقل، كان لدى الأفراد ذوي المناصب الإدارية لياقة أعلى بكثير ومستويات اكتئاب وتوتر أقل. كان مستوى اللياقة أعلى بكثير لدى المشاركين الذين تتراوح سنوات عملهم بين ١٠ و ٢٠ عاماً. أظهر الأعضاء الحاصلون على درجة الماجستير اكتئاباً وقلقاً أكبر. كانت هناك علاقة سلبية كبيرة بين اللياقة والتوتر والاكتئاب والقلق.

٢-دراسة (Salih, Younis, & Chtourou, (2023) هدف البحث إلى تحديد مستوى اللياقة النفسية وكذلك الفروق في متوسط الدرجات في مستوى اللياقة النفسية لديهم.. استخدم البحث المنهج الوصفي، شملت عينة البحث عمداً ٦٨ طالباً وطالبة من قسمي التدريس والتدريب والتأهيل في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. تم استخدام مقياس كونور-دافيدسون للياقة. النتائج. تظهر النتائج مستوى عالياً من اللياقة النفسية لدى الطلاب في قسمي التدريس والتدريب، بينما كان متوسطاً لدى الطلاب في قسم التأهيل. بالإضافة إلى ذلك، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأقسام الثلاثة، حيث حصل قسم التدريس على درجات أعلى. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين قسمي التدريب والتأهيل من حيث مقياس اللياقة النفسية،

٣-دراسة (Asfahani, 2024) هدفت هذه الدراسة إلى دراسة التفاعل بين اللياقة النفسية والرضا الوظيفي ودافع البحث لدى المعلمين في الجامعات السعودية. ويولى اهتمام خاص للعلاقة بين الرضا والأداء الأكاديمي والرفاهية. تكونت عينة الدراسة من ٣٢١ عضو هيئة تدريس. كشفت النتائج عن مستويات معتدلة من الرضا الوظيفي، مع وجود ارتباط كبير بين اللياقة وكل من الرضا الوظيفي ودافع البحث. تم تحديد اللياقة كعامل تنبؤ رئيسي للرضا الوظيفي، خاصة بين الأساتذة مقارنة بالمحاضرين.

٤-دراسة (Yu, W., & Zhou, Y. (2024) هدفت الدراسة إلى معرفة الدور الوسيط للياقة في العلاقة بين التفاعل بين الطلاب وأعضاء هيئة التدريس والرفاهية النفسية بين طلاب الجامعات. تكونت عينة الدراسة من ٢٢٤ طالبًا جامعيًا صينيًا أكملوا استبيانات التقرير الذاتي. أشارت النتائج التي تم الحصول عليها من نمذجة المعادلة الهيكلية إلى أن اللياقة توسطت جزئيًا العلاقة بين التفاعل بين الطلاب وأعضاء هيئة التدريس والرفاهية النفسية لطلاب الجامعات.

٥-دراسة (Uğurlu, et al, 2025) هدفت هذه الدراسة إلى فحص العلاقة بين مستويات اللياقة النفسية لطلاب الجامعات واستمتعتهم بالأنشطة البدنية. أجريت الدراسة على ١٢٢٦ طالبًا من ثلاث جامعات في منطقة الأناضول الوسطى بتركيا. تم جمع البيانات باستخدام مقياس العوامل الوقائية للياقة النفسية، ومقياس الاستمتاع بالنشاط البدني (PACES). تظهر النتائج أن مستوى اللياقة النفسية يختلف باختلاف العمر والجنس. يظهر تحليل الجنس أن الطلاب الذكور لديهم مستويات أعلى من المرونة النفسية مقارنة بالطالبات الإناث. وقد تبين أن مستوى الاستمتاع بالأنشطة البدنية يتناقص مع تقدم الطلاب في العمر. تم العثور على علاقة إيجابية قوية بين اللياقة النفسية والاستمتاع بالأنشطة البدنية. تؤكد هذه العلاقة أن تعزيز أنظمة الدعم الاجتماعي (دعم الأقران والأسرة) وتشجيع الأنشطة البدنية لهما أهمية حاسمة في زيادة اللياقة النفسية للطلاب.

ثانيًا- دراسات تناولت النجاح الأكاديمي لأعضاء هيئة التدريس:

١-دراسة (Gümüş & Davulcu, 2024) هدفت الدراسة إلى معرفة الدور الحاسم لعادات النوم والأكل في النجاح الأكاديمي بين طلاب الجامعات. تكونت عينة الدراسة من ٦٢٧ طالبًا، منهم ٣٣١ ذكرًا و٢٩٦ أنثى. جمعت البيانات للدراسة باستخدام استمارة المعلومات الشخصية، واستبيان ريتشاردز-كامبل للنوم، ومؤشر بيتسبرغ لجودة النوم، واستبيان سلوك الأكل لدى البالغين. توصلت نتائج الدراسة أن لجودة النوم وسلوكيات الأكل وسلوكيات نمط الحياة الصحية تأثير كبير على النجاح الأكاديمي ونوعية الحياة.

- ٢-دراسة (Addai et al., 2024): هدف هذا البحث إلى تقييم تأثير الإجهاد التكنولوجي على الدافع الأكاديمي للطلاب ورفاههم النفسي مع استكشاف التأثير الوسيط لمحو الأمية التكنولوجية في نفس الوقت. استخدمت الدراسة بيانات حول الإجهاد التكنولوجي، والدافع الأكاديمي، والرفاه النفسي، ومحو الأمية التكنولوجية. تكونت عينة الدراسة من ٣٤٩ طالبًا جامعيًا. كشفت النتائج من الدراسة عن تأثير سلبي للإجهاد التكنولوجي على محددات النجاح الأكاديمي (الدافع الأكاديمي والرفاه النفسي) بين الطلاب. تم تحديد محو الأمية التكنولوجية أيضًا كوسيط جزئي للآثار السلبية للإجهاد التكنولوجي على محددات النجاح الأكاديمي (الدافع الأكاديمي والرفاه النفسي). حيث تقدم رؤى قيمة للمعلمين وصناع السياسات والمتخصصين في الصحة العقلية. إن إدراك الدور الحاسم لمحو الأمية التكنولوجية في التخفيف من الآثار السلبية للإجهاد التكنولوجي يمكن من تطوير تدخلات فعالة تهدف إلى تمكين الطلاب من تعزيز دافعهم الأكاديمي ورفاههم النفسي.
- ٣-دراسة (Turarova, et al, 2025): هدفت الدراسة إلى دراسة العلاقات المتبادلة بين عوامل النجاح الأكاديمي وكيف تؤثر على بعضها البعض، وتتأثر بدورها بالنجاح الأكاديمي. تكونت عينة الدراسة من (٢٨٧) طالبًا جامعيًا، (٢٠١) أنثى و (٨٦) ذكرًا، تتراوح أعمارهم بين (١٨ و ٢١) عامًا. توصلت النتائج إلى علاقات متبادلة مهمة بين العوامل التحفيزية المعرفية وغير المعرفية والنجاح الأكاديمي على مستوى العوامل البيئية. بالإضافة إلى ذلك، أثر النجاح الأكاديمي بشكل كبير على عوامله المحددة. تستنتج هذه الدراسة أن النجاح الأكاديمي يمكن أن يؤثر على أي عامل يتفاعل معه بشكل كبير، مما يجعله أداة محتملة للتحويل المجتمعي والتنمية المستدامة.
- ٤-دراسة (Suganya, & Tamilselvi, 2025): هدفت هذه الدراسة إلى دراسة العلاقة بين ممارسات إدارة المعرفة والنجاح الأكاديمي بين أعضاء هيئة التدريس في مؤسسات التعليم العالي. توضح الدراسة، من البيانات الكمية والنوعية، أربعة أبعاد رئيسية لإدارة المعرفة - اكتساب المعرفة، ومشاركتها، وتخزينها، وتطبيقها - وتأثيرها على فعالية التدريس، ومخرجات البحث، والتطوير المهني. تكونت عينة الدراسة من ١٥٠ عضو هيئة تدريس من مختلف التخصصات ومقابلات متعمقة مع ١٥ من كبار أعضاء هيئة التدريس. توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين ممارسات إدارة المعرفة والنجاح الأكاديمي بين أعضاء هيئة التدريس، كما أظهرت أن تطبيق المعرفة ومشاركة المعرفة يتنبآن بشكل كبير بالنجاح الأكاديمي، مع ممارسات إدارة المعرفة.

٥-دراسة (Tannoubi,et al, 2025): هدفت الدراسة إلى التحقيق في كيفية تأثير المشاركة العاطفية والمعرفية والسلوكية على النجاح الأكاديمي من خلال أساليب الدراسة بين طلاب التربية البدنية والرياضة، تكونت عينة الدراسة من ٤٨٨ طالباً في التربية البدنية والرياضة (الفئة العمرية ١٩-٢٥ سنة، المتوسط = ٢١ ± ١.٥ سنة). أكملوا استبيانات تتعلق بمشاركتهم الأكاديمية. أظهرت النتائج أن جميع أبعاد المشاركة تؤثر على النجاح الأكاديمي بين هؤلاء الطلاب. الخلاصة يبدو أن تأثير الانخراط العاطفي على النجاح الأكاديمي يعمل جزئياً من خلال تأثيراته على أساليب الدراسة. يمكن للدراسة أن تمكن المعلمين من مراقبة وتعزيز مشاركة الطلاب، وبالتالي دعم الطلاب في سعيهم لتحقيق نجاح أكاديمي عالٍ في التربية البدنية والرياضة.

من خلال الأبحاث والدراسات السابقة نستخلص ما يلي:

- معظم الأبحاث والدراسات السابقة ربطت بين متغير اللياقة وكثير من المتغيرات الأخرى كالإكتئاب، والقلق، والتوتر، والرضا الوظيفي، والرفاهية النفسية والاستمتاع بالأنشطة البدنية.
- معظم الأبحاث والدراسات السابقة ربطت بين متغير النجاح الأكاديمي وكثير من المتغيرات الأخرى كعادات النوم والأكل، الإجهاد التكنولوجي، العوامل المعرفية التحفيزية والعوامل غير المعرفية.
- ونجد ان الأبحاث السابقة طبقت أدواتها على أعضاء هيئة التدريس وطلاب الجامعة، وتوجد دراسة واحدة طبقت اللياقة النفسية على أعضاء هيئة التدريس، ودراسة واحدة طبقت النجاح الأكاديمي على أعضاء هيئة التدريس.
- توصلت نتائج دراسة (Mojahedi, et al, 2023) أن أعضاء هيئة التدريس الحاصلون على الماجستير لديهم لياقة نفسية منخفضة، حيث وجود علاقة سلبية كبيرة بين اللياقة والتوتر والاكتئاب والقلق.
- توصلت نتائج دراسة (Asfahani,., 2024) أن اللياقة عامل تنبؤ رئيسي للرضا الوظيفي، خاصة بين الأساتذة مقارنة بالمحاضرين.

فروض الدراسة:

- ١-توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين متوسطات درجات اللياقة النفسية والنجاح الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس.
- ٢-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس في مقياس اللياقة النفسية باختلاف الجنس "ذكور وإناث".

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس في مقياس النجاح الأكاديمي باختلاف الجنس "ذكور وإناث".

منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج الارتباطي المقارن لذي يعد أكثر المناهج البحثية ملائمة لطبيعة الدراسة وأهدافها، التي تهدف للوصول إلى طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة.

عينة الدراسة:

- عينة الخصائص السيكومترية:

تكونت عينة الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة من (٥٠) عضواً من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية والآداب والتجارة جامعة كفرالشيخ، وقد هدفت هذه العينة إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، وأيضاً التعرف على ملائمة أدوات الدراسة للعينة والتحقق من صلاحيتها للقياس.

- عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) عضواً من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية والآداب والتجارة جامعة كفرالشيخ.

أدوات الدراسة:

(أ) مقياس اللياقة النفسية (إعداد الباحث):

١- الهدف من المقياس: يهدف مقياس اللياقة النفسية إلى قياس اللياقة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي.

٢- مصادر بناء المقياس: تم بناء المقياس من خلال استقراء الأطر النظرية والدراسات السابقة في مجال اللياقة النفسية، وفي ضوء ذلك تم تحديد أبعاد المقياس إلى ثلاثة أبعاد هي : اللياقة العقلية- اللياقة الانفعالية- اللياقة السلوكية. وقام الباحث بالاطلاع على المقاييس المستخدمة في هذا المجال للاستفادة منها في تحديد المقياس وعبارته، ومن المقاييس التي اطلع عليها الباحث: مقياس اللياقة النفسية إعداد/ هديل محمود عبدالحميد، سميرة عبدالله كردي (٢٠٢٣)، مقياس اللياقة النفسية ، إعداد/ عبدالرحمن أحمد الدخيل (٢٠٢٣)، مقياس آيه عبده الشرييني وآخرون (٢٠٢٢).

٣- وصف المقياس في صورته الأولية: قام الباحث بإعداد مقياس اللياقة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة وفق الأسس العلمية المتبعة في الأدوات، بحيث يغطي أبعاد اللياقة النفسية، وقد تكونت الصورة الأولية للمقياس من (٢٤) مفردة، موزعة على ثلاثة أبعاد، وتم عرضه على السادة المحكمين، وعددهم (١٠) محكمين من الأساتذة،

اللياقة النفسية وعلاقتها بالنجاح الأكاديمي
لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي

والأساتذة المساعدين في مجال التربية الخاصة والصحة النفسية؛ لإبداء الرأي في مفردات المقياس من حيث: سلامة صياغة العبارات، مدى مناسبة العبارات لعينة الدراسة، إضافة إلى المفردات التي يرون أنها تكمل الهدف.

جدول (١) صدق المفردات لمقياس اللياقة النفسية باستخدام معادلة لوش (Lawshe (ن=١٠)

رقم المفردة	عدد الموافقون	صدق العبارة	رقم المفردة	عدد الموافقون	صدق العبارة	رقم المفردة	عدد الموافقون	صدق العبارة
١	١٠	١٧	١	١٠	٩	١	١٠	١
٢	٩	١٨	٢	٩	١٠	١	١٠	٢
٣	٩	١٩	٣	٩	١١	٢	٩	٣
٤	٩	٢٠	٤	٨	١٢	٣	٩	٤
٥	٨	٢١	٥	٩	١٣	٤	٨	٥
٦	١٠	٢٢	٦	٩	١٤	٥	٨	٦
٧	١٠	٢٣	٧	٩	١٥	٦	٩	٧
٨	١٠	٢٤	٨	١٠	١٦	٧	١٠	٨

يتضح من جدول (١) أن معاملات الصدق للعبارات تراوحت ما بين (٠.٦ - ١)، وجميعها أكبر من القيمة التي حددها لوش للصدق أو تساويها وهي (٠.٠٦٢)؛ لذا تم الإبقاء على مفردات المقياس كاملة.

٤- الخصائص السيكومترية لمقياس اللياقة النفسية:

أولاً- الصدق العاملي:

تم إجراء التحليل العاملي لمفردات المقياس بطريقة المكونات الأساسية Principal components، واعتبر التشعب الملائم الذي يبلغ (٠.٣) فأكثر وفقاً لمحك "جيفورد"، والجدول التالي يوضح العوامل والتباين والجزر الكامن الخاص بكل عامل :

جدول (٢) التباين والجزر الكامن لمقياس اللياقة النفسية المدركة بعد إجراء التحليل العاملي

مقياس اللياقة النفسية	الجزر الكامن	التباين
اللياقة العقلية	٤.٠٧	٥٠.٩٠
اللياقة الانفعالية	٤.٥١	٥٦.٣٣
اللياقة السلوكية	٣.٩٥	٤٩.٣٩

جدول (٣) تشعبات عبارات المقياس بعد التدوير لمقياس اللياقة النفسية

اللياقة العقلية		اللياقة الانفعالية		اللياقة السلوكية	
الرقم	التشعب	الرقم	التشعب	الرقم	التشعب
١	٠.٧٢	١٠	٠.٧١	١٩	٠.٦٥
٢	٠.٨٤	١١	٠.٨٠	٢٠	٠.٦٩

اللياقة السلوكية		اللياقة الانفعالية		اللياقة العقلية	
التشبع	الرقم	التشبع	الرقم	التشبع	الرقم
٠.٧١	٢١	٠.٧٣	١٢	٠.٧٠	٣
٠.٧١	٢٢	٠.٧٠	١٣	٠.٨٣	٤
٠.٦٦	٢٣	٠.٧٥	١٤	٠.٧٥	٥
٠.٨٣	٢٤	٠.٨٥	١٥	٠.٧٠	٦
٠.٦٥	٢٥	٠.٧٤	١٦	٠.٥٢	٧
٠.٧١	٢٦	٠.٧١	١٧	٠.٦٠	٨

يتضح من جدول (٢)، (٣) أن:

- العامل الأول: استوعب (٥٠.٩٠) من التباين الكلي، وبلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٤.٠٧)، وقد تشعب عليه (٨) مفردات وكلها تدور حول تحقيق الأهداف وحل المشكلات، لذا يمكن تسمية هذا البعد اللياقة العقلية.
 - العامل الثاني: استوعب (٥٦.٣٣) من التباين الكلي، وبلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٤.٥١)، وقد تشعب عليه (٨) مفردات وكلها تدور حول الانفعالات، لذا يمكن تسمية هذا البعد اللياقة الانفعالية.
 - العامل الثالث: استوعب (٤٩.٣٩) من التباين الكلي، وبلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٣.٩٥)، وقد تشعب عليه (٨) مفردات وكلها تدور حول المشاركة والعمل الجماعي، لذا يمكن تسمية هذا البعد اللياقة السلوكية.
- ووفقاً لنتائج التحليل العاملي الاستكشافي تم الإبقاء على جميع مفردات المقياس حيث كانت تشبعاتها أكبر من ٠.٣.

ثانياً - الاتساق الداخلي: Internal Consistency

قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي لمقياس اللياقة النفسية بالطرق التالية:

(١) الاتساق الداخلي بين البنود وأبعاد المقياس:

قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين كل درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليها العبارة وذلك على عينة الكفاءة السيكومترية (٥٠) ويتضح ذلك من الجدول: جدول (٤) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليها العبارة

اللياقة السلوكية		اللياقة الانفعالية		اللياقة العقلية	
الارتباط	الرقم	الارتباط	الرقم	الارتباط	الرقم
**٠.٦٤	١٧	**٠.٧٣	٩	**٠.٧٢	١
**٠.٧٠	١٨	**٠.٨٠	١٠	**٠.٨٣	٢
**٠.٧٢	١٩	**٠.٧١	١١	**٠.٧٠	٣

اللياقة النفسية وعلاقتها بالنجاح الأكاديمي
لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي

اللياقة السلوكية		اللياقة الانفعالية		اللياقة العقلية	
الارتباط	الرقم	الارتباط	الرقم	الارتباط	الرقم
**٠.٧٠	٢٠	**٠.٧٠	١٢	**٠.٨٢	٤
**٠.٦٨	٢١	**٠.٧٦	١٣	**٠.٧٥	٥
**٠.٨٢	٢٢	**٠.٨٦	١٤	**٠.٧١	٦
**٠.٦٤	٢٣	**٠.٧٤	١٥	**٠.٥١	٧
**٠.٧٠	٢٤	**٠.٧١	١٦	**٠.٦١	٨

يتضح من جدول (٤) حساب الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، والدلالة عند مستوى (٠.٠١) وهذا يؤكد أن مقياس اللياقة النفسية يتمتع باتساق داخلي مرتفع.

(٢) الاتساق الداخلي بين الأبعاد وبعضها البعض والدرجة الكلية:

قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها، وبين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، ويتضح ذلك من الجدول:

جدول (٥) معامل الارتباط بين أبعاد مقياس اللياقة النفسية وبعضها بالدرجة الكلية

أبعاد المقياس	اللياقة العقلية	اللياقة الانفعالية	اللياقة السلوكية
اللياقة العقلية	_____		
اللياقة الانفعالية	**٠.٨١	_____	
اللياقة السلوكية	**٠.٧٨	**٠.٨٠	_____
الدرجة الكلية	**٠.٩٣	**٠.٩٤	**٠.٩٢

يتضح من جدول (٥) أن جميع معاملات الارتباط مرتفعة، ودالة عند مستوى (٠.٠١) مما يشير على وجود اتساق داخلي لأبعاد المقياس، ومن ثم فإن أبعاد المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي ويمكن أن يقيس ما وضع لقياسه نظراً لوجود نوع من التجانس الداخلي لأبعاد المقياس والمقياس ككل.

ثالثاً - الثبات:

▪ طريقة إعادة التطبيق وألفا كرونباخ

قام الباحث بتطبيق المقياس في صورته النهائية على عينة (٥٠) من عضو من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية والآداب والتجارة جامعة كفرالشيخ ثم قام الباحث بإعادة تطبيق المقياس بعد مرور أسبوعين، ثم قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بطريقة (Pearson) بين درجات الطلاب في التطبيق الأول، والثاني. ثم قام الباحث بحساب ثبات المقياس عن طريق معادلة ألفا كرونباخ، وبالمعالجة الإحصائية لمعرفة القيم الناتجة عن معاملات الثبات اتضح الآتي:

جدول (٦) معاملات الثبات لمقياس اللياقة النفسية

مقياس اللياقة النفسية	معاملات الثبات	ألفا كرونباخ
اللياقة العقلية	٠.٨٨	٠.٨٦
اللياقة الانفعالية	٠.٨٠	٠.٨٩
اللياقة السلوكية	٠.٨١	٠.٨٥
الدرجة الكلية	٠.٩٣	٠.٩٥

ينضح من الجدول (٦) ثبات مقياس اللياقة النفسية بطريقة إعادة الاختبار، وطريقة ألفا كرونباخ، حيث تراوحت معاملات الارتباط من (٠.٨٠ - ٠.٩٥) وجميعها دالة عند مستوى (٠.٠١)، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات في قياسه للياقة النفسية. وصف المقياس في صورته النهائية

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٤) مفردة، وكل مفردة تتضمن خمس استجابات (أوافق بشدة - أوافق - أوافق إلى حد ما - لا أوافق - لا أوافق إطلاقاً)، ويكون تقديرها كالاتي (أوافق بشدة=٥، أوافق=٤، أوافق إلى حد ما =٣، غير موافق=٢، غير موافق إطلاقاً=١)، موزعة على ثلاثة أبعاد وهي: اللياقة العقلية- اللياقة الانفعالية- اللياقة السلوكية. وكل بعد (٨) مفردات. والدرجة الصغرى للبعد(٨)، والكبرى(٤٠). والدرجة الكلية للمقياس(١٢٠) درجة، والدرجة المرتفعة تدل على ارتفاع مستوى اللياقة النفسية، والدرجة المنخفضة تدل على انخفاض مستوى اللياقة النفسية.

(ب) مقياس النجاح الأكاديمي (إعداد الباحث):

١- الهدف من المقياس: يهدف مقياس النجاح الأكاديمي إلى قياس النجاح الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي.

٢-مصادر بناء المقياس: تم بناء المقياس من خلال استقراء الأطر النظرية والدراسات السابقة في مجال النجاح الأكاديمي، وفي ضوء ذلك تم تحديد أبعاد المقياس إلى ثلاثة أبعاد هي : المهارة الأكاديمية- الثقة الأكاديمية-التوافق الشخصي. وقام الباحث بالاطلاع على المقاييس المستخدمة في هذا المجال للاستفادة منها في تحديد المقياس وعبارته، ومن المقاييس التي اطلع عليها الباحث: مقياس (York et al,2019)، مقياس (Prevatt et al, 2011)، مقياس (Ercetine, Gungore& Hamedoglu,2020).

٣- وصف المقياس في صورته الأولية: قام الباحث بإعداد مقياس النجاح الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة وفق الأسس العلمية المتبعة في الأدوات، بحيث يغطي أبعاد النجاح الأكاديمي، وقد تكونت الصورة الأولية للمقياس من (٢٤) مفردة، موزعة على ثلاثة أبعاد، وتم عرضه على السادة المحكمين، وعددهم(١٠) محكمين من الأساتذة، والأساتذة

اللياقة النفسية وعلاقتها بالنجاح الأكاديمي
لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي

المساعدين في مجال التربية الخاصة والصحة النفسية؛ لإبداء الرأي في عبارات المقياس من حيث: سلامة صياغة العبارات، مدى مناسبة العبارات لعينة الدراسة، إضافة إلى العبارات التي يرون أنها تكمل الهدف.

جدول (٧) صدق العبارات لمقياس النجاح الأكاديمي باستخدام معادلة لوش Lawshe (ن=١٠)

رقم المفردة	عدد الموافقون	صدق العبارة	رقم المفردة	عدد الموافقون	صدق العبارة	رقم المفردة	عدد الموافقون	صدق العبارة
١	١٠	١	٩	٩	٠.٨	١	١٠	١
٢	١٠	١	١٠	١٠	٠.٨	٢	١٠	١
٣	١٠	١	١١	١٠	١	٣	١٠	١
٤	١٠	١	١٢	١٠	١	٤	١٠	١
٥	٩	٠.٨	١٣	٩	٠.٨	٥	٩	٠.٨
٦	٩	٠.٨	١٤	١٠	١	٦	٩	٠.٨
٧	٨	٠.٦	١٥	١٠	١	٧	٨	٠.٦
٨	٩	٠.٨	١٦	١٠	١	٨	٩	٠.٨

يتضح من جدول (٧) أن معاملات الصدق للعبارات تراوحت ما بين (٠.٦ - ١)، وجميعها أكبر من القيمة التي حددها لوش للصدق أو تساويها وهي (٠.٦٢)؛ لذا تم الإبقاء على عبارات المقياس كاملة.

٤- الخصائص السيكومترية لمقياس النجاح الأكاديمي: أولاً- الصدق العاملي:

تم إجراء التحليل العاملي لعبارات المقياس بطريقة المكونات الأساسية Principal components، واعتبر التشعب الملائم الذي يبلغ (٠.٣) فأكثر وفقاً لمحك "جيفورد"، والجدول التالي يوضح العوامل والتباين والجذر الكامن الخاص بكل عامل :

جدول (٨) التباين والجزر الكامن لمقياس النجاح الأكاديمي المدركة بعد إجراء التحليل العاملي

مقياس النجاح الأكاديمي	الجزر الكامن	التباين
المهارات الأكاديمية	٣.٠٤	٣٨.٠٢
الثقة الأكاديمية	٢.٧٢	٣٤.٠٣
التوافق الشخصي	٢.٩٣	٣٦.٦٢

جدول (٩) تشعبات مفردات المقياس بعد التدوير لمقياس النجاح الأكاديمي

المهارات الأكاديمية		الثقة الأكاديمية		التوافق الشخصي	
الرقم	التشعب	الرقم	التشعب	الرقم	التشعب
١	٠.٥٦	١٠	٠.٥٥	١٩	٠.٤٧
٢	٠.٧٩	١١	٠.٤٦	٢٠	٠.٨١

التوافق الشخصي		الثقة الأكاديمية		المهارات الأكاديمية	
التشبع	الرقم	التشبع	الرقم	التشبع	الرقم
٠.٤٨	٢١	٠.٦٥	١٢	٠.٥٧	٣
٠.٧١	٢٢	٠.٥٩	١٣	٠.٦١	٤
٠.٥٤	٢٣	٠.٧٦	١٤	٠.٦٧	٥
٠.٥٣	٢٤	٠.٣٩	١٥	٠.٤٩	٦
٠.٥٦	٢٥	٠.٦٦	١٦	*٠.٧٩	٧
٠.٦٧	٢٦	٠.٥٣	١٧	٠.٣٢	٨

يتضح من جدول (٨)، (٩) أن:

- العامل الأول: استوعب (٣٨.٠٢) من التباين الكلي، وبلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٣.٠٤)، وقد تشبع عليه (٨) مفردات وكلها تدور حول امتلاك الفرد مهارات وقدرات، لذا يمكن تسمية هذا البعد المهارات الأكاديمية.
 - العامل الثاني: استوعب (٣٤.٠٣) من التباين الكلي، وبلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٢.٧٢)، وقد تشبع عليه (٨) مفردات وكلها تدور حول ثقة الفرد في نفسه، لذا يمكن تسمية هذا البعد الثقة الأكاديمية.
 - العامل الثالث: استوعب (٣٦.٦٢) من التباين الكلي، وبلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٢.٩٣)، وقد تشبع عليه (٨) مفردات وكلها تدور حول المشاركة واحترام الرأي الآخر، لذا يمكن تسمية هذا البعد التوافق الشخصي.
- ووفقاً لنتائج التحليل العملي الاستكشافي تم الإبقاء على جميع مفردات المقياس حيث كانت تشبعاتها أكبر من ٠.٣.

ثانياً - الاتساق الداخلي: Internal Consistency

قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي لمقياس النجاح الأكاديمي بالطرق التالية:

(١) الاتساق الداخلي بين البنود وأبعاد المقياس:

قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين كل درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي

تتنمي إليها العبارة وذلك على عينة الكفاءة السيكومترية (٥٠) ويتضح ذلك من الجدول:

جدول (١٠) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليها العبارة

التوافق الشخصي		الثقة الأكاديمية		المهارات الأكاديمية	
الارتباط	الرقم	الارتباط	الرقم	الارتباط	الرقم
**٠.٤٥	١٧	**٠.٥٤	٩	**٠.٥٨	١
**٠.٧٩	١٨	**٠.٥٨	١٠	**٠.٦٨	٢
**٠.٤٧	١٩	**٠.٥٤	١١	**٠.٥٣	٣

اللياقة النفسية وعلاقتها بالنجاح الأكاديمي
لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي

التوافق الشخصي		الثقة الأكاديمية		المهارات الأكاديمية	
الارتباط	الرقم	الارتباط	الرقم	الارتباط	الرقم
**٠.٧٠	٢٠	**٠.٦٣	١٢	**٠.٦٦	٤
**٠.٥٦	٢١	**٠.٧٣	١٣	**٠.٧٠	٥
**٠.٥٥	٢٢	**٠.٤٩	١٤	**٠.٥١	٦
**٠.٥٦	٢٣	**٠.٥٥	١٥	**٠.٦٨	٧
**٠.٦٧	٢٤	**٠.٥٤	١٦	**٠.٤٨	٨

يتضح من جدول (١٠) حساب الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، والدلالة عند مستوى (٠.٠١) وهذا يؤكد أن مقياس اللياقة النفسية يتمتع باتساق داخلي مرتفع.

(٢) الاتساق الداخلي بين الأبعاد وبعضها البعض والدرجة الكلية:

قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها، وبين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، ويتضح ذلك من الجدول:

جدول (١١) معامل الارتباط بين أبعاد مقياس النجاح الأكاديمي وبعضها بالدرجة الكلية

أبعاد المقياس	المهارات الأكاديمية	الثقة الأكاديمية	التوافق الشخصي
المهارات الأكاديمية	_____	_____	_____
الثقة الأكاديمية	**٠.٦٨	_____	_____
التوافق الشخصي	**٠.٦٧	**٠.٦١	_____
الدرجة الكلية	**٠.٩٠	**٠.٨٦	**٠.٨٧

يتضح من جدول (١١) أن جميع معاملات الارتباط مرتفعة، ودالة عند مستوى (٠.٠١) مما يشير على وجود اتساق داخلي لأبعاد المقياس، ومن ثم فإن أبعاد المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي ويمكن أن يقيس ما وضع لقياسه نظراً لوجود نوع من التجانس الداخلي لأبعاد المقياس والمقياس ككل.

ثالثاً - الثبات:

▪ طريقة إعادة التطبيق وألفا كرونباخ:

قام الباحث بتطبيق المقياس في صورته النهائية على عينة (٥٠) من عضو من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية والآداب والتجارة جامعة كفرالشيخ ثم قام الباحث بإعادة تطبيق المقياس بعد مرور أسبوعين، ثم قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بطريقة (Pearson) بين درجات الطلاب في التطبيق الأول، والثاني. ثم قام الباحث بحساب ثبات المقياس عن طريق معادلة ألفا كرونباخ، وبالمعالجة الإحصائية لمعرفة القيم الناتجة عن معاملات الثبات اتضح الآتي:

جدول (١٢) معاملات الثبات لمقياس النجاح الأكاديمي

مقياس النجاح الأكاديمي	معاملات الثبات	ألفا كرونباخ
المهارات الأكاديمية	٠.٨٥	٠.٧٤
الثقة الأكاديمية	٠.٨٦	٠.٧١
التوافق الشخصي	٠.٨٩	٠.٧٥
الدرجة الكلية	٠.٩١	٠.٨٨

يتضح من الجدول (١٢) ثبات مقياس النجاح الأكاديمي بطريقة إعادة الاختبار، وطريقة ألفا كرونباخ، حيث تراوحت معاملات الارتباط من (٠.٧١ - ٠.٩١) وجميعها دالة عند مستوى (٠.٠١)، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات في قياسه النجاح الأكاديمي. وصف المقياس في صورته النهائية:

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٤) مفردة، وكل مفردة تتضمن خمس استجابات (أوافق بشدة - أوافق - أوافق إلى حد ما - لا أوافق - لا أوافق إطلاقاً)، ويكون تقديرها كالاتي (أوافق بشدة=٥، أوافق=٤، أوافق إلى حد ما=٣، غير موافق=٢، غير موافق إطلاقاً=١)، موزعة على ثلاثة أبعاد وهي: اللياقة العقلية- اللياقة الانفعالية- اللياقة السلوكية. وكل بعد (٨) مفردات. والدرجة الصغرى للبعد (٨)، والكبرى (٤٠). والدرجة الكلية للمقياس (١٢٠) درجة.

إجراءات الدراسة:

- ١- جمع الإطار النظري والدراسات السابقة.
- ٢- إعداد أدوات الدراسة استعداداً للقيام بالدراسة الاستطلاعية.
- ٣- إجراء الدراسة الاستطلاعية ومعرفة مدى ملائمة الأدوات المستخدمة في جمع البيانات.
- ٤- التأكد من الخصائص السيكومترية للأدوات.
- ٥- تطبيق مقياس اللياقة النفسية والنجاح الأكاديمي.
- ٦- إجراء التحليل الإحصائي واستخلاص النتائج وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

أساليب الإحصائية:

- استخدم الباحث أساليب التحليل الإحصائي المناسبة لمعالجة النتائج باستخدام الكمبيوتر وعن طريق استخدام برنامج SPSS وهي:
- ١- الإحصاء الوصفي ويتمثل في: المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري.
 - ٢- معامل الارتباط (Person).
 - ٣- اختبار T.test.

نتائج الدراسة:

١- نتيجة الفرض الأول ومناقشته وتفسيره:

ينص الفرض الأول على أنه (توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات مقياس اللياقة النفسية ومقياس النجاح الأكاديمي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي). وللتحقق من هذا الفرض تم حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون (Pearson) بين مقياسي اللياقة النفسية ومقياس النجاح الأكاديمي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي، والجدول (١٣) يوضح ذلك:

جدول (١٣) قيم معاملات الارتباط بين درجات مقياس اللياقة النفسية ومقياس النجاح الأكاديمي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي (ن=١٠٠)

مقياس النجاح الأكاديمي				مقياس اللياقة النفسية
الدرجة الكلية	التوافق النفسي	الثقة الأكاديمية	المهارات الأكاديمية	
**٠.٩٢	**٠.٨٩	**٠.٨٥	**٠.٨٤	اللياقة العقلية
**٠.٩٠	**٠.٨٦	**٠.٨٣	**٠.٨٤	اللياقة الانفعالية
**٠.٩٣	**٠.٩٣	**٠.٨٦	**٠.٨٢	اللياقة السلوكية
**٠.٩٤	**٠.٩١	**٠.٨٧	**٠.٨٦	الدرجة الكلية

** دالة عند مستوى ٠.٠٠١.

يتضح من جدول (١٣) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مقياس اللياقة النفسية ومقياس النجاح الأكاديمي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي، والدلالة عند مستوى (٠.٠٠١) وبذلك يكون الفرض الأول للدراسة تحقق.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة دراسة (Mojahedi, et al, 2023)، دراسة (Asfahani, 2024)، دراسة (Uğurlu, et al, 2025)، دراسة (Addai et al., 2024)، دراسة (Suganya, & Tamilselvi, 2025).

ويفسر الباحث وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد اللياقة النفسية وأبعاد النجاح الأكاديمي، حيث أن اللياقة النفسية تساعد أعضاء هيئة التدريس على مواجهة الضغوط النفسية التي قد تواجههم في حياتهم اليومية بقدر كبير من التوازن، ويصبح لديهم القدرة على التعبير بشكل مناسب، وأيضا القدرة على التحكم الانفعالي والاسترخاء العقلي والبدني؛ ليحقق الفرد المستوى الأعلى من الوعي عند مواجهة المواقف الضاغطة والتمتع بمهارات نفسية عالية لمواجهة الضغوط الحياتية، وبالتالي تساهم في زيادة المشاركة الأكاديمية.

٢- نتيجة الفرض الثاني ومناقشته وتفسيره:

ينص الفرض الثاني على: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس الجامعي باختلاف الجنس "الذكور والإناث" على مقياس اللياقة النفسية". ولاختبار صحة هذا الفرض قام الباحث باستخدام اختبار (T-test) لمقارنة متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس الجامعي "الذكور والإناث" على مقياس اللياقة النفسية، ويوضح جدول (١٤) نتيجة هذا الفرض.

جدول (١٤) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة ت ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس الجامعي "الذكور والإناث" على مقياس اللياقة النفسية

مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط	ن	المجموعة	اللياقة النفسية
٠.٠١	٨.٧٩	٤.٤٦	٣٣.٤٦	٥٠	الذكور	اللياقة العقلية
		٨.٠٩	٢١.٩٨	٥٠	الإناث	
٠.٠١	٨.٧٢	٣.٥٣	٣٢.٩٤	٥٠	الذكور	اللياقة الانفعالية
		٧.٢٧	٢٢.٨٩	٥٠	الإناث	
٠.٠١	٨.٢٩	٣.٢١	٣١.٠٢	٥٠	الذكور	اللياقة السلوكية
		٦.٧٠	٢٢.٣٢	٥٠	الإناث	
٠.٠١	٨.٩٩	١٠	٩٧.٤٢	٥٠	الذكور	الدرجة الكلية
		٢١.٤٨	٦٧.٢٨	٥٠	الإناث	

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أعضاء هيئة التدريس الجامعي "الذكور والإناث" على اللياقة النفسية عند مستوى (٠.٠١)، وبذلك يتم قبول الفرض. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة دراسة (Uğurlu,et al, 2025) التي توصلت إلى أن الطلاب الذكور لديهم مستويات أعلى من اللياقة النفسية مقارنة بالطلبات الإناث. ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن اللياقة النفسية سمه تمنح القدرة على التغلب على الشدائد، ومواجهتها، والتعافي منها، وتقييم من آثار الشدائد والمشاعر السلبية، وتزيد من التكيف واستخدامهم لمصادر القوة، كما أن اللياقة النفسية تنشط في سياق اجتماعي قادر على تلبية الموارد ذات المعنى لأعضائه، وبالتالي فأعضاء هيئة التدريس الذين يوظفون قدرتهم الشخصية، قادرون على الاستفادة من الموارد المتاحة في بيئة الجامعة. وان عضو هيئية التدريس لدية القدرة على التعاون والنجاح الاكاديمي عندما تكون لدية اللياقة النفسية العالية والمثابره فى العمل والعمل على خدمة المجتمع بشكل فعال ومتميز.

٣- نتيجة الفرض الثالث ومناقشته وتفسيره:

ينص الفرض الثالث على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات

اللياقة النفسية وعلاقتها بالنجاح الأكاديمي
لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس الجامعي

أعضاء هيئة التدريس الجامعي باختلاف الجنس "الذكور والإناث" على مقياس النجاح الأكاديمي.

ولاختبار صحة هذا الفرض قام الباحث باستخدام اختبار (T) لمقارنة متوسطي درجات أعضاء هيئة التدريس الجامعي "الذكور والإناث" على مقياس النجاح الأكاديمي ، ويوضح جدول (١٥) نتائج هذا الفرض.

جدول (١٥) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة ت ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس الجامعي "الذكور والإناث" على مقياس النجاح الأكاديمي

مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط	ن	المجموعة	مقياس النجاح الأكاديمي
٠.٠٠١	٨.٨٦	٣.٩٠	٣٢.٨٤	٥٠	الذكور	المهارات الأكاديمية
		٥.٥٥	٢٤.٣٤	٥٠	الإناث	
٠.٠٠١	٩.٢٢	٣.١١	٣١.٣٢	٥٠	الذكور	الثقة الأكاديمية
		٥.٩٠	٢٢.٦٢	٥٠	الإناث	
٠.٠٠١	٨.٥٣	٣.٢٩	٣١.٣٠	٥٠	الذكور	التوافق الشخصي
		٦.١٠	٢٢.٩٤	٥٠	الإناث	
٠.٠٠١	١٠.٠٧	٧.٥٢	٩٥.٤٦	٥٠	الذكور	الدرجة الكلية
		١٦.٣٠	٦٩.٩٠	٥٠	الإناث	

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠١) بين درجات الذكور والإناث على مقياس النجاح الأكاديمي لصالح الذكور، حيث جاءت قيم (ت) دالة إحصائياً، وبذلك يتم قبول الفرض.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Tannoubi, et al, 2025)، ويفسر الباحث هذه النتيجة حيث أن الذكور يمتلكون الرغبة والاستمتاع أثناء أداء المهام والاعمال المكلفين بها إلى جانب قدرتهم على تحمل المسؤوليات الجديدة والأعباء المتعددة، على النقيض الإناث يتكبدون من تحمل المسؤوليات الجديدة ويؤدي أعمالهم بشكل روتيني ليس فيه رغبة أو استمتاع. وهذا نظراً للأعباء الملقاة على عاتقهم من ناحية الأسرة ويزيد من العقبات والتحديات ويقل لديهم النجاح الأكاديمي. وأيضاً الذكور لديهم مجموعة من القدرات والسمات الشخصية كالضبط الانفعالي والثبات وتوظيف هذه القدرات في تذليل الصعاب والتحديات وحل المشكلات التي تواجههم من أجل تحقيق النجاح وتقدير الذات. في حين أن الإناث ينتابهن الشعور بالقلق والتردد وعدم الثقة وهذا يؤدي إلى انخفاض النجاح الأكاديمي.

وقد يرجع ذلك إلى أن أعضاء هيئة التدريس من الذكور لديهم وقت وتفرغ للعمل وقدرات ومهارات على التحمل وحسن الأداء أكثر من الإناث، ويرجع ذلك إلى أن رغبة الذكور في

ممارسة الأنشطة الاجتماعية أكثر من الإناث، كما أن الرغبة في مواكبة التقدم التكنولوجي في مجال التدريس لدى الذكور أعلى من الإناث، كما أن البحث العلمي لدى الذكور أكثر من الإناث لرغبتهم في الترقى العلمي والنجاح الأكاديمي.

التوصيات التربوية:

- تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس.
- العمل على حل مشكلات أعضاء هيئة التدريس.
- ضرورة الاهتمام بتدريب أعضاء هيئة التدريس على كل ما هو جديد.
- توفير برامج تدريبية في المجالات المختلفة لعضو هيئة التدريس للنهوض العلمي لديه.

البحوث المقترحة:

- الإجهاد التكنولوجي وعلاقته بالنجاح الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس.
- الاكتئاب والقلق والتوتر وعلاقته باللياقة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس.
- اللياقة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى أعضاء هيئة التدريس.
- تنمية مهارات اللياقة النفسية لتحسين النجاح الأكاديمي لأعضاء هيئة التدريس.

المراجع

- ابتسام بنت عبدالله باسعيد (٢٠١٧). كفاءة أعضاء هيئة التدريس في برامج الدراسات العليا في كليات الدراسات الإنسانية النسائية بجامعة الملك سعود من وجهة نظر الطالبات، مجلة رسالة التربية وعلم النفس، (٥٩)، ٣٥-٥٥.
- أحمد محمد حسن، ابراهيم سيداحمد عبدالواحد، (٢٠٢٠). الدافعية المهنية وعلاقتها بمهارات النجاح الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٨٧(٤)، ٣٤٣-٣٧٦.
- آيات عبدالمنعم أحمد، شيماء عبدالرحمن أحمد (٢٠٢٣). اللياقة النفسية وعلاقتها بالتخطيط لمهارات الحياة المستقبلية لدى الشباب، مجلة بحوث التربية النوعية، جامعة المنصورة، (٧٢)، ٤٩٥-٥٣٢.
- آية عبده الشرييني، محمد محمد سالم، رشا محمد مبروك (٢٠٢٢). برنامج إرشادي انتقائي لتنمية بعض أبعاد اللياقة النفسية لدى الطلاب المعلمين المتفوقين أكاديميًا بكلية التربية جامعة بورسعيد، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة بورسعيد.
- جمال الدهشان، شبل بدران (٢٠٠١). التجديد في التعليم العالي. القاهرة: دارقبا للنشر والتوزيع.
- زينب عواد درويش (٢٠١٥). درجة توافر الحرية الأكاديمية في جامعة سلمان بن عبدالعزيز من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، (٥٨)، ٤٧٩-٤٩٤.
- سارة حسام الدين مصطفى (٢٠٢٠). القدوة كما تتركها عينة من المراهقين وعلاقتها بكل من الانتماء واللياقة النفسية لديهم، العلوم التربوية، جامعة القاهرة، كلية الدراسات العليا للتربية، ٢٨(٣)، ٣٠٩-٣٨٩.
- سعاد سفير الشهري وعبير مسفر العبيدي (٢٠٢١). التفكير العقلاني وعلاقته بمستوى اللياقة النفسية لدى عينة من معلمات مدارس التعليم العام بمدينة مكة، مجلة الدوريات المصرية، ٧(١٣٩)، ١٧٣-٢٠٠.
- طارق محمد القطان، عماد عبدالحميد موسى، (٢٠٠٨). تمارين الاسترخاء وتأثيرها على اللياقة النفسية ودرجة التوتر لدى لاعبي كرة السلة، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية، جامعة أسبوط، ٣(٦٣)، ٤٩-٧٢.
- عبدالرحمن أحمد الدخيل (٢٠٢٣). بناء مقياس اللياقة النفسية لدى الطلبة الموهوبين رياضياً في المرحلة الثانوية بدولة الكويت، المجلة التربوية جامعة الكويت، ٣٧(١٤٦)، ٨١-١٠٤.

- عبدالرحمن بن عبدالوهاب (٢٠١٨). درجة الأداء التدريسي لأعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة الملك سعود، مجلة رسالة التربية وعلم النفس، (٦٠)، ٤٣-١٧.
- علي أحمد وادي هباش (٢٠٢٣). اللياقة النفسية وعلاقتها بالشعور بالرضا في ضوء بعض المتغيرات الوسيطة، مجلة الأستاذ للعلوم النفسية والاجتماعية، ٦٢(٢)، ١٥٠-١٧٣.
- عمر عطا الله علي، ونظمي حسين الملا (٢٠٢٠). الطفو الأكاديمي وعلاقته بالدافعية الداخلية والخارجية لدى طلبة الصف العاشر الأساسي، مجلة دراسات وأبحاث، جامعة الجلفة، ج١٢(١)، ٦٧٤-٦٩١.
- عنتر محمد أحمد عبدالعال (٢٠١٤). دراسة مقارنة لتقويم أعضاء هيئة التدريس في بعض الجامعات العربية والجامعات الأمريكية وإمكانية الاستفادة منها في مصر. المجلة التربوية لكلية التربية بسوهاج، ٣٥(٣٥)، ٤٨-١.
- محمد ابراهيم عبده، عبدالرحمن محمد مسعود (٢٠٢١). الطفو الأكاديمي وعلاقته بالأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس ببعض كليات جامعة الأزهر بالوجه البحري. التربية (الأزهر): مجلة علمية محكمة للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية، ٤٠(١٩٢)، ١٢٢-٥٣.
- محمد أحمد الشريف (٢٠٠٦). الاحتياجات التدريسية لأعضاء هيئة التدريس بجامعة الطائف، دراسات في المناهج وطرق التدريس، جامعة عين شمس، كلية التربية، الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس، (١١٧)، ١٩٠-٢٢٤.
- هديل محمود عبدالحميد، سميرة عبدالله كردي (٢٠٢٣). اليقظة العقلية وعلاقتها باللياقة النفسية لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية بمنطقة مكة المكرمة، المجلة الدولية للبحوث العلمية، ٢(١١)، ٩٨-١٤٣.
- يونس محمد يونس (٢٠٢٥). اللياقة النفسية وعلاقتها بالتوجه نحو الهدف لدى طلبة الإعدادية، مجلة كلية التربية جامعة واسط، ٥٩(١)، ٣٧٩-٤٠٠.
- Addai, P., Afrifah, M., Okyere, I., Tachie-Donkor, G., & Sarfo, J. O. (2024). Technostress and Determinants of Academic Success among University Students: Mediation Role of Technological Literacy. *Journal of Advocacy, Research and Education*, 11(1), 47-60.
- Alyahyan, E., & Düştögör, D. (2020). Predicting academic success in higher education: literature review and best practices. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 17(3), 1-21.
- Asfahani, A. M. (2024). Nurturing the scientific mind: resilience and job satisfaction among Saudi faculty. *Frontiers in Psychology*, 15, 1341888.

- Bates, M., Bowles, C., Hammermeister, J., Stokes, C., Pinder, E., & Moore, M. (2010). Psychological Fitness. *MILITARY MEDICINE*, 175, 8, 21 – 38.
- Biordi, D. L., & Nicholson, N. R. (2013). Social isolation. Lubing, M & P. D Larsen, Chronic illness: Impact and intervention, (pp. 85-115). Jones and Bartlett Learning.
- Corey, G. (2013). Case approach to counseling and psychotherapy. (8^{ed}). Belmont, CA: Brooks Cole.
- Bokana, I., Buljan, I., Matko, M., Maličkić, M. & Marušić, A. (2020) Predictors of academic success and aspirations in secondary nursing education: A cross-sectional study in Croatia. *Nurse Education Today* 88 104370
- 1-Cachia, M., Lynam, S., & Stock, R. (2018). Academic success: Is it just about the grades?. *Higher Education Pedagogies*, 3(1), 434-439
- Cavas, P. (2011). Factors affecting the Motivation of Turkish Primary students for science learning. *Science education international*. 22 (1), 31-42. <https://eric.ed.gov/?id=EJ941653>
- Chao, T. (2012). Experiences that promoted Hmong American undergraduate students, academic success. A dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of doctor of education, EDGEWOOD COLLEGE, New Zealand.
- Cully J. & Teten, A. & Hamer, J. & Dawson, D. (2020). *A therapist's Guide to Brief Cognitive Behavioral Therapy*. Department of Veterans Affairs.
- Dorian (Eds), *Police psychology and its growing impact on modern law enforcement*, 93-111.
- Ercetine, S.S., Gungore, H., & Hamedoglu, H. (2020) academic success scale; Second-Order Confirmatory and Exploratory Factor Analysis, *International Journal of Educational Research Review*, 5(3) 178-189
- Gary, F. (2001). *Psychological Fitness- for-Duty Examinations: Practical Considerations for Public Safety Departments*. *Illinois Law Enforcement*. 1, 77-92.
- Ghavami, M., Abedi, M., & Nilfrooshan, P. (2017). Factor structure of high school students' academic success questionnaire of the Isfahan. *Quarterly of Educational Measurement*, 8 (29), 47-66.
- Goegan, L. D., Radil, A. I., Brooks, A., & Daniels, L. M. (2020). Pre-service and inservice teachers' perspectives on academic success:

- More than just a grade. Practical Assessment, Research, and Evaluation, 25(10), 1-19.
- Gümüş, E. Ç., & Davulcu, E.(2024). Critical Role of Sleeping and Eating Habits on Academic Success among Dormitory Residing University Students. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 16(Supplement 1), 162-173.
- Kryshkoa,O., Fleischer,V., Waldeyerb,J., Wirthb, J & Leutnera,D.(2020), Do motivational regulation strategies contribute to university students academic success? *Learning and Individual Differences* 82 101912.
- Mayer, M.J., & Corey, D.M. (2016). Current issues in psychological fitness-for-duty evaluations for law enforcement officers: Legal and practice implications. In C.L. Mitchell & E.
- Mojahedi, M., Esmaeili, A., Sahranavard, S., & Salmani, F. (2023). Depression, anxiety, stress, and resilience in faculty members of Birjand University of Medical Sciences following the COVID-19 pandemic. *Mod. Care J*, 20.
- Neroni, J., Meijs, C., Kirschner, P. A., Xu, K. M., & de Groot, R. H. M . (2022) .Academic self-efcacy, self-esteem, and grit in higher online education: Consistency of interests predicts academic success. *Social Psychology of Education*, 25, 951–975.
- Petroff, L. L. (2008). Stress, adult attachment, and academic success among community college students. Unpublished doctoral dissertation, University of Nebraska.
- Prevatt, F., Li, H., Welles, T., Festa-Dreher, D., Yelland, S., & Lee., J. (2011). The academic success inventory for college students: scale development and practical implications for use with students. *Journal of College Admission*, 211, 26-31.
- Prevatt, F., Li, H., Welles, T., Festa-Dreher, D., Yelland, S., & Lee, J. (2011). The Academic Success Inventory for College Students: Scale Development and Practical Implications for Use with Students. *Journal of College Admission*, 211, 26-31.
- Robson, S. (2014). Psychological Fitness and Resilience: A Review of Relevant Constructs, Measures, and Links to Well-being. *Rand Health Quarterly*, 4(1)

- Salih, A. O., Younis, A. A., & Chtourou, H. (2023). Psychological resilience for students of faculty of physical education and sports science. *Physical Education of Students*, 27(6), 313-318.
- Suganya, A., & Tamilselvi, J. (2025). IMPACT OF KNOWLEDGE MANAGEMENT ON ACADEMIC PERFORMANCE AMONG COLLEGE FACULTY. *International Journal of Management (IJM)*, 16.(٣)
- Tannoubi, A., Bonsaksen, T., Mørk, G., Ahmedov, F., Setiawan, E., & Azaiez, F. (2025, February). Engagement factors affect academic success through study approaches among physical education and sport university students: a mediation analysis. In *Frontiers in Education* (Vol. 10, p. 1512557). Frontiers Media SA.
- Turarova, G. U., Mambetalina, A. S., Lawrence, K. C., Tyulyupergeneva, R. Z., Barabanova, Y., & Kukina, Y. (2025). The reciprocal relationships of cognitive motivational factors, non-cognitive motivational factors, and academic success among university students. *Cogent Psychology*, 12(1), 2500796.
- Uğurlu, D., Yapıcı, H., Gülü, M., Atasever, A., Bekdemir, N., Bozkurt, S., & Gök, O.(2025). Investigating the Relationship between Psychological Resilience Level and Enjoyment of Physical Activities in University Students. *Journal of Global Sport and Education Research*, 8(1), 1-11.
- Welles, T. L., (2010). An analysis of the academic success inventory for college students: Construct validity and factor scale invariance (Unpublished doctoral dissertation). The Florida State University.
- York, T. T., Gibson, C., & Rankin, S. (2015). Defining and Measuring Academic Success. *Practical Assessment, Research & Evaluation*, 20(5),1-20.
- Yu, W., & Zhou, Y. (2024). Student-faculty interaction and students' psychological well-being: The mediating role of resilience. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 52(7), 1-8.