

المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي

وجوده الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة^١

د/ صباح السيد سعد إبراهيم^٢

مدرس علم النفس التربوي

كلية التربية / جامعة بنها

ملخص البحث

هدف البحث الحالي إلى بحث الدور الوسيط لأنظمة المناعة النفسية بين النهوض الأكاديمي وجوده الحياة الجامعية ، وذلك من خلال نموذج بنائي يوضح طبيعة العلاقات بين النهوض الأكاديمي والمناعة النفسية وجوده الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة ، وتكونت العينة النهائية من (٤٥٠) طالباً وطالبة ، منهم (١٣٤) طالباً ، و (٣١٦) طالبة ، من طلاب الفرق الدراسية من كلية التربية جامعة بنها بمتوسط عمري (٢١,٨) ، وانحراف معياري (١,٨٩) ، طبق عليهم مقاييس (النهوض الأكاديمي إعداد / أمل عبد المحسن الزغبى ، مقياس المناعة النفسية إعداد / الباحثة ، مقياس جودة الحياة الجامعية إعداد / أمل عبد المحسن الزغبى) ، وأشارت النتائج إلى أن المناعة النفسية تمثل دوراً وسيطاً في تأثير مكونات وأبعاد النهوض الأكاديمي علي جودة الحياة الجامعية.

كلمات مفتاحية

النهوض الأكاديمي - المناعة النفسية - جودة الحياة الجامعية.

مقدمة البحث:

تعتبر مرحلة التعليم الجامعي من أكثر المراحل أهمية في حياة الفرد ، لما تقدمه من خبرات أكاديمية وتربوية وحياتية تؤهله للتعامل مع البيئة الجديدة المختلفة عن البيئة المدرسية ، وتجعله علي أتم استعداد لسوق العمل ، وفي الآونة الأخيرة زاد الاهتمام بمصطلح جودة الحياة الجامعية التي تعبر عن مدي إحساس الفرد بالرضا عن حياته ، ونظراً للتحديات والمشكلات التي تؤثر علي أداء الطلاب الأكاديمي وتجعله مشغولاً بمواجهتها ، أصبح الاهتمام بمفهوم جودة الحياة أمراً ضرورياً لما له من تأثير علي الجوانب النفسية المختلفة للطلاب.

^١ تم استلام البحث في ٢٩/٧/٢٠٢٢ وتقرر صلاحيته للنشر في ١١ / ٩ / ٢٠٢٢

Email: drsoooo02@gmail.com

^٢ ت: ٠١٢٢٨٢٨٧١٥١

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدي طلاب الجامعة. ==

ويرجع (Alves , Oliveira & Paro , 2019) انخفاض معدلات التخرج من الجامعات خلال العشر سنوات الأخيرة ، بل وانقطاع طلاب الجامعات بعد السنة الأولى من دراستهم الجامعية ، وعدم استمرار البعض في الدراسة ، إلي عدم امتلاك الطلاب للمهارات الأكاديمية والاجتماعية والوجدانية مما يؤثر علي مستقبلهم المهني وشعورهم بالرضا عن الحياة . وأشارت العديد من البحوث إلي أن جودة الحياة ترتبط بالعديد من المتغيرات وأهمها : الإنجاز الأكاديمي ، والنهوض الأكاديمي وشعور الطلاب بالاستمتاع أثناء التعلم ، ومن هذه البحوث (Martin & Marsh , 2008) ; (Nicholson ; Lucas ; Bethelson & Wake , , 2012) ; (Miller, Connolly & Maguire, 2013); (Martin , 2014) ; (Collie , Martin , Malmberg , Hall , Ginns, 2014) ، والتي أشارت نتائجها إلي وجود علاقات بين النهوض الأكاديمي ، ومشاركة الطلاب الاجتماعية والأكاديمية ، والفاعلية الذاتية لهم ، والشعور بالاستمتاع أثناء التعلم وجودة الحياة .

وفي هذا الإطار يشير (Heckman, Stixrud & Urzua ,2006 , 294) إلي أهمية عوامل التمكين الأكاديمية وغير الأكاديمية ضمن سلوكيات الطلاب، بالإضافة إلي المهارة الأكاديمية ، التي تؤدي إلي تحسين الأداء الأكاديمي، وهذه العوامل تتمثل في المهارات والمواقف والسلوكيات غير الأكاديمية التي تسمح للطلاب بالمشاركة والإستفادة من التدريس الأكاديمي داخل الفصل الدراسي بشكل أكثر تحديداً ، ويؤكد (Miller et al.,2013) أن التعلم الاجتماعي العاطفي يؤثر في التحصيل الدراسي من خلال تحسين مهارات التنظيم العاطفي مثل الحضور والتركيز والانخراط في العمل والتنظيم الذاتي للدوافع والسلوكيات في السياقات الإجتماعية . ويترتب على ذلك تركيز الطالب خلال التعلم بشكل أفضل ، مما يؤكد علي أثر الانضباط الذاتي والتحكم علي التحصيل الأكاديمي كمؤشر قوي علي الجوانب النفسية المختلفة المرتبطة بجودة الحياة .

ويوضح (Martin & Marsh , 2008 ; 2009) العوامل النفسية (احترام الذات والصحة النفسية) وعوامل المشاركة المدرسية (البيئة والتمتع بالتعليم)، وعوامل العلاقة الأسرية والأقران (العلاقات بين الأقران) لتوفير رؤية مشتركة لجودة الحياة من خلال النهوض الأكاديمي . من خلال نموذج يحاول شرح تفاعل هذه العوامل فيما يتعلق بإعداد المدرسة والتحصيل الأكاديمي.

كما أن الطلاب ذوي المستويات المرتفعة من النهوض الأكاديمي ، أكثر قدرة على مواجهة التحديات اليومية للحياة المدرسية ، وبالتالي فهي تصبح عامل وقائي وتعمل على التنشيط

= (٢٦٦)؛ المجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ =

(74, 2008, Martin & Marsh) وبالمثل، المثابرة والسيطرة والمشاركة لقد ثبت ارتباطها بشكل إيجابي وقوي بالنهوض الأكاديمي، وقد يكون هذا هو المسار الذي يساهم فيه النهوض الأكاديمي في تحسين الإنجاز. علاوة على ذلك ، تشير النتائج إلي الدور الإيجابي للنهوض الأكاديمي في تحسين جودة الحياة الأكاديمية للطلاب في المدارس.

وفي إطار العلاقة بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة يشير (Martin & Marsh, 2013) .، إلي أن أهمية النهوض الأكاديمي تأتي في قدرته علي التنبؤ بالمشاركة الأكاديمية وتجذب الملل والاستمتاع بالتعلم ، ومشاركة الأصدقاء ، واحترام الذات ، كما وجد الباحثان أن النهوض الأكاديمي يتنبأ بالنتائج السلبية مثل التغيب عن الدراسة ، وأيضا يتنبأ بالنتائج الإيجابية مثل الانتهاء من المهمة ، والاتجاهات الإيجابية للدراسة ، والتي تعد من العوامل الرئيسية للاستمرار في الدراسة ، والنهوض الأكاديمي ذو صلة قوية بالدافعية الأكاديمية ، الإدارة الذاتية، إدارة الأفكار، إدارة الانفعالات إدارة السلوك ، وبالتالي التغلب علي الإجهاد والإحباط واتخاذ القرارات البناءة للتغلب علي المشكلات.

ويقترح (Martin & Marsh, 2005) أن هناك ثلاث فئات من العوامل المرتبطة بجودة الحياة والتي يتنبأ بها النهوض الأكاديمي (العوامل النفسية، عوامل المدرسة والمشاركة، عوامل الأسرة والأقران) ، كما أن النهوض الأكاديمي يتنبأ بنتائج المدرسة الأخرى بما في ذلك المشاركة في الفصل والتغيب ، إكمال المهمة والنتائج الأكاديمية الإيجابية) ، وبالتالي يقترح (Martin & Marsh, 2008) أن المؤشر الأساسي لجودة الحياة في الوقت الحالي هو الشعور بالنهوض الأكاديمي الذي يتمثل في قيام الطلاب بالاستجابة بشكل إيجابي للتحديات اليومية المتعلقة بالمدرسة والاعتماد على الموارد الاجتماعية والموارد العاطفية / ذاتية التنظيم لمواجهة التحديات الحالية والمستقبلية.

بالإضافة إلى ذلك ، أوضح (Martin & Marsh, 2008) أهمية جودة الحياة بشكل عام كوسيلة وقائية خاصة فيما يتعلق بالنتائج التعليمية. بالإضافة إلي أن تعزيز جودة الحياة يؤدي إلي تحسين الإنجاز التعليمي لدي كل الفئات.

ويعد مصطلح المناعة النفسية من أحدث المفاهيم في علم النفس الإيجابي الذي يشير إلي الحصانة النفسية التي تحمي الفرد نفسياً من الوقوع في الاضطرابات النفسية وذلك من خلال أنظمة وإستراتيجيات فرعية مكونة من سمات الشخصية الإيجابية لمواجهة التحديات والضغوط التي يقابلها معظم طلاب الجامعة خلال الحياة الدراسية اليومية ، وبالتالي تعكس أنظمة المناعة النفسية قدرة الطلاب علي التكيف والاندماج في مواجهة التحديات الأكاديمية ، وذلك بهدف تحقيق

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدي طلاب الجامعة .==

الصحة النفسية والشعور بجودة الحياة (عصام محمد زيدان ، ٢٠١٣ ، ٨٢٠) .
مما سبق ترى الباحثة أن الشعور بجودة الحياة يستند إلي نظام عالي الكفاءة من المناعة النفسية لدي الأفراد ، كما أن الشعور بجودة الحياة يعكس الإمكانيات والموارد الأكاديمية والنفسية ، بما يمكنه لإحداث التفاعل الإيجابي مع الآخرين ويصبح أكثر فعالية في حياته التعليمية والنفسية . وقد أثبتت نتائج البحوث أن الشعور بجودة الحياة الجامعية يتأثر بمجموعة من العوامل النفسية والأكاديمية ومن أهمها مكونات وأبعاد أنظمة المناعة النفسية لدي الأفراد، حيث تمثل المناعة النفسية قدرة الفرد علي حماية نفسه من الأمراض النفسية والتعامل مع ضغوط الحياة ، وأيضا أبعاد ومكونات النهوض الأكاديمي ومنها (فاعلية الذات ، والمشاركة الأكاديمية والشعور بالقلق وغيرها من العوامل التي تؤثر علي أداء الفرد أكاديمياً ونفسياً).

مشكلة البحث :

تعتبر المرحلة الجامعية من أكثر المراحل أهمية ، فهي المرحلة الفاصلة بين حياة الطلاب العلمية والعملية ، حيث تؤهله للاستعداد لسوق العمل ، وفي هذه المرحلة ينضج عقل الطالب ويبدأ في النظر إلي الحياة العملية بنظرة مختلفة ، وأيضا يكتسب الطالب الكثير من المهارات وبالتالي يكتسب الثقة بالنفس من خلال معرفته للعلوم والمهارات المختلفة في الكثير من المجالات ، والتعليم الجامعي يجعل الطالب أكثر عقلانية وحكمة في تتاوله للأمور المختلفة ، ومن هنا جاءت أهمية هذا البحث لزيادة التركيز علي بعض المتغيرات التي قد تسهم في تكوين شخصية الطلاب والتأثير علي جودة الحياة الجامعية لديهم .

وهناك العديد من الأبحاث التي تناولت العلاقة بين بعض المتغيرات التي تؤثر علي جودة الحياة الجامعية للطلاب ومنها بحث كلاً من (Freire, Ferradás, Núñez, & Valle,2018 و Mnokh & Al-obeidi ,2019 و Jones , Mendenhall & Myers ,2016) و Kelly , Sereika , Battista & Brown,2007 و Muyan-Yilik & Demir,2020) التي هدفت إلي معرفة أثر بعض العوامل مثل إستراتيجيات المواجهة والمرونة النفسية وفاعلية الذات وهي من أهم أبعاد ومكونات المناعة النفسية التي تؤثر في جودة الحياة ، حيث تؤكد نتائج هذه البحوث علي أن المناعة النفسية تقوي إدراك الذات والقدرة علي مواجهة الضغوط والتحكم فيها ، كما أن تعرض الفرد للأزمات والخبرات الصادمة يؤدي إلي العديد من الاضطرابات النفسية ، وعدم القدرة علي مواجهة هذه الأزمات النفسية يدفع الفرد إلي حالة من القلق والاكتئاب وعدم القدرة علي مواصلة الحياة وبالتالي فإن إدارة الضغوط وكيفية مواجهتها يعتمد علي امتلاك الفرد لأنظمة المناعة النفسية القوية التي

تسهم بحد كبير في الشعور بالرضا وجودة الحياة . حيث حدد (Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen & Wadsworth, 2001) عمليات وإستراتيجيات المواجهة علي أنها استجابة للتغيرات في بيئة الفرد الاجتماعية ، فهي استجابة فورية للتغيرات طويلة المدى التي تحدث للفرد ، وهي نتيجة للتطور البيولوجي والاجتماعي والمعرفي.

والمرونة جزء لا يتجزأ من المناعة النفسية ، وتشير إلي قدرة الفرد علي التكيف مع إستراتيجيات المعالجة المعرفية بهدف مواجهة التحديات والتعامل مع الظروف الجديدة الغير متوقعة في الموقف بطريقة أكثر فاعلية (Dennis & Vander, 2010) ، وأشارت نتائج (Olah , Nagy & Toth, 2011) ، Alves , Oliveria & Dasilvaparو (2019) إلي وجود علاقة إيجابية قوية بين القدرة علي التكيف والمناعة النفسية.

وفي إطار العلاقة بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة تشير نتائج بعض البحوث ومنها (Putwain ,; (Connors, Symes, & Nicholson etal., 2012) Douglas-Osborn, 2012) إلي وجود علاقة قوية موجبة بين النهوض الأكاديمي وتحقيق الإنجاز وبالتالي الشعور بالرضا وجودة الحياة ، ويؤكد علي ذلك (Martin & Marsh, 2008) حيث يشير إلي أهمية تعزيز جودة الحياة في سياق تعليمي أو مدرسي للتأثير بشكل إيجابي من خلال النهوض الأكاديمي وبالتالي التحصيل الأكاديمي الشامل.

أما عن العلاقة بين المناعة النفسية وجودة الحياة أشارت نتائج كلاً من (Bone , 2014) , (Voitkane , 2004) إلي وجود علاقة موجبة بين جودة الحياة والمناعة النفسية ، وأنه يمكن التنبؤ بجودة الحياة من خلال أنظمة المناعة النفسية.

ومن العرض السابق يتضح أن هناك علاقة بين بعض أبعاد ومكونات المناعة النفسية ، والنهوض الأكاديمي من جهة ، وعلاقة بين أبعاد ومكونات المناعة النفسية وجودة الحياة من جهة أخرى ، ونظراً لقلة البحوث التي توضح العلاقة المباشرة بين المناعة النفسية وكلاً من النهوض الأكاديمي وجودة الحياة ، ونظراً لأهمية هذه المتغيرات وخاصة لدي مجتمع شباب الجامعة ومن خلال نتائج البحوث السابقة يمكن أن تتحدد مشكلة البحث في الإجابة علي التساؤلات التالية :

١- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد المناعة النفسية وأبعاد النهوض الأكاديمي لدي طلاب الجامعة؟

٢- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد المناعة النفسية وأبعاد جودة الحياة الجامعية لدي طلاب الجامعة؟

٣- هل يوجد تأثير (مسار) دال إحصائياً للنهوض الأكاديمي في كلاً من (جودة الحياة الجامعية) كمتغير تابع ، و(المناعة النفسية) كمتغير وسيط لدي طلاب الجامعة ؟

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدي طلاب الجامعة .==

أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي إلي :

- ١- التعرف علي العلاقات بين المتغيرات (النهوض الأكاديمي ، والمناعة النفسية ، وجودة الحياة الجامعية).
- ٢- التعرف علي الدور الوسيط للمناعة النفسية في تأثير النهوض الأكاديمي علي جودة الحياة الجامعية لدي طلاب الجامعة.

أهمية البحث :

أولاً : الأهمية النظرية : تكمن الأهمية النظرية للبحث فيما يقدمه من إطار نظري في حدود ما اطلعت عليه الباحثة ، مدعمة للتصورات النظرية للمتغيرات البحثية الثلاثة (النهوض الأكاديمي ، المناعة النفسية ، جودة الحياة الجامعية) .

ثانياً : الأهمية التطبيقية : تكمن الأهمية التطبيقية للبحث الحالي في الآتي :

- ١-تناوله لإحدي المشكلات المجتمعية المرتبطة بطلاب الجامعة وهي الشعور بجودة الحياة الجامعية ، وخاصة في ظل عمليات التطوير والتغيير الحادث بعد جائحة كورونا، وتطور واستخدام أساليب تدريس وتواصل متعددة ومختلفة، وعمليات التقويم المتبعة وكل ما يرتبط بالتغيير القائم في الحياة الجامعية حديثاً.
- ٢-محاولة البحث الحالي لجذب انتباه القائمين علي العملية التعليمية بمرحلة التعليم الجامعي ، والمهتمين بمجال التطوير في المناهج وطرق التدريس إلي دور علم النفس الإيجابي ، والاهتمام بالنهوض الأكاديمي والمناعة النفسية للطلاب في مرحلة الجامعة لما لهما من تأثيرات مباشرة وغير مباشرة علي شعور الطلاب بجودة الحياة الجامعية.
- ٣-ما يقدمه البحث من نتائج وتوصيات مقترحة يمكن تطبيقها مما يسهم في تطوير التعليم الجامعي بشكل خاص والعملية التعليمية في جميع مراحلها بشكل عام.

مصطلحات البحث :

- ١- النهوض الأكاديمي: سلوك إيجابي وبناء وتكفي لأنواع التحديات والنكسات والمحن التي يمر بها المتعلمون بشكل مستمر خلال مراحل إعادهم الأكاديمي، ويتحدد إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المتعلمون علي مقياس النهوض الأكاديمي إعداد (أمل عبد المحسن، ٢٠١٨).
- ٢- المناعة النفسية: تعرفها الباحثة بأنها مجموعة من الموارد أو الإمكانيات والقدرات التي تساعد الطلاب علي حماية الذات والتعامل مع الضغوط المختلفة في الحياة وتتضمن ثلاثة

= (٢٧٠)؛ المجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ =

أنظمة فرعية هي (المراقبة والاقتراب، الإنشاء والتنفيذ، التنظيم الذاتي) والتي تتضمن بدورها مجموعة من الأبعاد والمكونات للمناعة النفسية ، وتتحدد إجرائياً بدرجات طلاب الجامعة علي الأبعاد المختلفة لأداة القياس المستخدمة في البحث الحالي.

٣- جودة الحياة الجامعية: مدي التناغم والتفاعل بين أداء المعلمين والخدمات التي تقدمها المؤسسات التعليمية من جانب، وبين الموارد الذاتية والخصائص الشخصية المعرفية والانفعالية للمتعلمين من جانب آخر، مما ينعكس علي زيادة إحساسهم بكفاءة حياتهم الجامعية (بما تتضمنه من جوانب داخلية وخارجية) في تحقيق أهدافهم المعرفية، وإشباع حاجاتهم النفسية ، وتعزيز تفاعلاتهم الاجتماعية بما يشعروهم بالرضا والسعادة عن حياتهم الجامعية (محمود عكاشة و أمل عبد المحسن ، ٢٠١٩).

المفاهيم الأساسية للبحث :

أولاً : النهوض الأكاديمي

اقترح (Martin & Marsh , 2008) مفهوم النهوض الأكاديمي ، والذي يشير إلي قدرة الطلاب علي مواجهة التحديات خلال اليوم الدراسي (الحياة المدرسية) العادية ، والتعامل بنجاح مع الصعوبات الأكاديمية.

فالنهوض هو قدرة الأفراد علي التغلب بنجاح علي النكسات والتحديات والمحن التي تتواتر خلال الحياة الدراسية اليومية (Miller ; Martin & Marsh,2008 ; etal.,2010).

ويشمل النهوض الأكاديمي بناء نقاط القوة الفردية من خلال التأكيد علي نهج استباقي بدلاً من رد الفعل للنكسات والتحديات في التعلم، فالنهوض يكمل الدافع ويشمل خصائص الموضوع الذي يتطلبه النجاح للتعلم النهائي، بحيث يحافظ النهوض علي الدافع وبالتالي يزود المتعلمين بالقدرة علي المنافسة والصعود والهبوط، والاستمرار بجهد مناسب، والتغلب علي النكسات والصعوبات في طريق النجاح (Martin , Colmar , Davey & Marsh , 2010).

ويعمل النهوض كاستجابة تكيفية مع النكسات والتحديات في الأوساط التعليمية ، فهو القدرة علي التعامل مع الصعوبات والتحديات والمطالب المستمرة من خلال تنظيم الانتباه والعاطفة والسلوك بشكل تكيفي وإيجابي (Martin & Marsh , 2008).

فالنهوض الأكاديمي وثيق الصلة بالمشاكل اليومية والقلق الذي يحفز المتعلمين للمشاركة في عملية التعلم من خلال تجديد ثقتهم بأنفسهم ومثابرتهم ، كما أن المرونة تتضح بشكل قوي في المواقف الصعبة أو التحديات الخاصة بالتنمية مثل العجز الذاتي والمعارضة والاعتراب عن

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

الآخرين في الحياة الدراسية (2009, 2008, Martin & Marsh).

واختلطت العديد من المفاهيم بمفهوم النهوض الأكاديمي ومنها مفهوم الصمود الأكاديمي ، ولكن الصمود الأكاديمي نوع من أنواع النهوض وكلاهما يقيس قدرات الطلاب والمتعلمين في التعامل مع التحديات والشدائد بنجاح ، ولكن الفرق بينهما يكون في نوعية التحدي ، فالصمود الأكاديمي يكون في حالة الصعوبات الحادة والمزمنة ، أما النهوض فيكون مع الشدائد والصعوبات البسيطة والمعتادة اليومية (Collie et al., 2014).

وتعرف (أمل عبد المحسن ، ٢٠١٨) النهوض الأكاديمي علي أنه سلوك إيجابي وبناء وتكفي لأنواع التحديات والنكسات والمحن التي يمر بها الطلاب بشكل مستمر خلال مراحل الإعداد الأكاديمي ، ويتحدد إجرائياً بإستجابات الطلاب علي مقياس النهوض الأكاديمي والذي يتكون أبعاده من (فاعلية الذات ، اهتزاز الثقة ، المشاركة الأكاديمية ، القلق ، العلاقة بين المعلم والطالب).

النماذج المفسرة للنهوض الأكاديمي :

هناك العديد من النماذج المفسرة التي تقدم أفكاراً حول ثقة الطلاب في قدراتهم وإمكانية مواجهة التحديات ومن أهم هذه النماذج :

- نموذج الدافعية وعجلة المشاركة

يعد هذا النموذج أول النماذج في تفسير النهوض الأكاديمي ، ويعكس الأفكار والمؤثرات والنشاطات التي يقوم عليها الأداء الأكاديمي ، ويوضح النموذج عجلة الدافعية والسلوكيات التي تركز علي المشاركة الأكاديمية كآليات لتكيف المتعلمين ، وهي عجلة متعددة الأبعاد تتكون من مجموعة من المستويات تظهر خلال أربعة أبعاد (Martin , 2006 , 2007 , Martin & Marsh , 2008) :

١- الأبعاد المعرفية للتكيف Adaptive Cognitive Dimensions

تحدد عجلة الدافعية ثلاث بنيات دافعية رئيسية ، وهي الكفاءة الذاتية ، توجهات الاتقان ، وقيمة المهمة ، حيث أن الطلاب الذين يشعرون أنهم أكثر قدرة وكفاءة في التعامل مع المهام الأكاديمية ، هم الأكثر امتلاكاً للخصائص المرتبطة بالنهوض الأكاديمي (Martin & Marsh , 2006 , 710).

٢- الأبعاد السلوكية للتكيف Adaptive Behavioral Dimensions

فالطلاب الذين يحاولون فهم أو إيجاد حلول للمشكلات الصعبة ، والذين يخططون للمهام الأكاديمية ، ويدرسون ويراقبون تقدمهم ، ويستخدمون مهاراتهم في إدارة الدراسة ، وتحديد

= (٢٧٢)؛ الدجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١٧١ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ =

د / صباح السيد سعد ابراهيم .
الإستراتيجيات المناسبة لتنظيم دراستهم يظهرون مستوى مرتفع من النهوض الأكاديمي (Martin et al.,2010,480) .

٣- الأبعاد المعرفية لسوء التكيف Maladaptive Cognitive Dimensions
حيث أظهرت البحوث أن الطلاب الأكثر عرضة للقلق في ظل ظروف الأداء أو لديهم مستويات منخفضة من السيطرة يكونون غير متأكدين من قدرتهم علي القيام بالعمل ، وغالبا ما يشعرون بالعجز عند القيام بأداء المهام الدراسية ، مما يسهم في انخفاض مستويات النهوض الأكاديمي

٤- الأبعاد السلوكية لسوء التكيف Maladaptive Behavioral Dimensions
هناك فشان رئيسيان في التنظيم الذاتي ، هما التعطيل الذاتي ، وعدم المشاركة ، حيث يقوم الطلاب ببعض الأنشطة تقلل من فرص تحقيقهم للنجاح مثل تأجيل القيام بمهام ما وعدم الاستعداد للامتحان ، ويعتبرون هذا عذرا لضعف أدائهم ، وتؤدي عدم المشاركة إلي يأس الطلاب والذي يعد نقبضاً للنهوض الأكاديمي (Martin & Marsh , 2008) .

- النموذج الخماسي ل (Martin and Marsh , 2007) :

- حيث افترض الباحثان أن هناك خمسة منبئات مفترضة للنهوض الأكاديمي وهي :
- ١-فاعلية الذات(اعتقاد الطلاب وتقتهم في قدرتهم علي الفهم أو القيام بعمل جيد في أعمالهم المدرسية ، ومواجهة التحديات التي يواجهونها ، والأداء بأفضل ما لديهم).
 - ٢-اهتزاز الثقة(عدم التيقن لدي الطلاب بشأن كيفية القيام بعمل جيد أو كيفية تجنب سوء الأداء).
 - ٣-المشاركة الأكاديمية (تشمل المثابرة والتمتع بالمدرسة والمشاركة في الصف والطموحات التعليمية وتقييم المدرسة).
 - ٤-القلق(الشعور بالتوتر وعدم الارتياح لدي الطلاب عندما يفكرون في واجباتهم المدرسية أو اختباراتهم، ويشعرون بالقلق أو الخوف من عدم القيام بعمل جيد في أعمالهم الدراسية أو اختباراتهم).
 - ٥-علاقة المعلم والطالب(تتعلق بتصورات الطلاب عن كيفية حصولهم علي رضا معلمهم ومعلمهم بالنسبة لهم).
- حيث اعتبرت العوامل الخمسة النفسية السابقة محددات بارزة لقدرة الطلاب علي المواجهة للتحديات الأكاديمية .

ثانيا : المناعة النفسية Psychological Immunity :

أصبح لعلم النفس الإيجابي دوراً بعد أن زادت الانفعالات السلبية والضغط الحياتية

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

والأعباء علي كاهل الفرد حتي كادت تفقد معني الحياة والشعور بالسعادة والرضا عنها ، ف جاء هذا العلم ليعيد للحياة بهجتها ، حيث يركز علي الجوانب الإيجابية في حياة الفرد والتي من أهمها المناعة النفسية . فهي من الموضوعات الحديثة والمعاصرة نسبياً علي المستويين النظري والتطبيقي .

ويشير(عبد الوهاب كامل ، ١٩٩٩ ، ٥١) أن المناعة النفسية منظومة عقلية من الأفكار الممنهجة القادرة علي إنتاج الأفكار المضادة للأفكار المدمرة للفرد أو المجتمع ، ومن خلالها يكتسب الفرد منهجاً فكرياً موضوعياً يستخدمه في توليد الأفكار المضادة للأمراض الاجتماعية والأفكار التدميرية.

ويضيف(عبد الوهاب كامل ، ٢٠٠٢،ب،١٥٨-١٧٠) أن جهاز المناعة النفسية يكتسبه الفرد من خلال عملية التطبيع الاجتماعي وإشباع الحاجات الأولية والثانوية في المراحل العمرية المبكرة للفرد ، فهي منظومة معنوية سيكوفسيولوجية تتكون من أربع وحدات أساسية :

- وحدة تكوين أو إنتاج الأفكار المنطقية : وهي وحدة يكتسبها الفرد من خلال التعلم والتدريب في أي مرحلة عمرية يستطيع فيها تكوين الأفكار المنطقية المضادة للأفكار المدمرة لنفسه أو للمجتمع .

- وحدة التحكم الذاتي : وتشير إلي استخدام عمليات التقييم الذاتي والرؤية الذاتية والتدعيم الذاتي في تعديل وتغيير احتمال ظهور استجابة ما (عبد الوهاب كامل ، ١٩٩٤ ، ١٢).

- وحدة الحث الذاتي ومقاومة الفشل : وهي مهارة الفرد في استيعاب موقف الفشل ودراسته وتحليله منطقياً لكي يقوم الفرد بإخراج نفسه من دوامة الفشل المسيطرة عليه دون أن ينتظر مساعدة الآخرين له.

- وحدة التعبير عن الذات : وهي الوحدة التي تخرج من خلالها الطاقة النفسية في أشكال تختلف تماماً عن طبيعة تكوينها لدي الفرد.

ويعرف (Olah,2000 ,2002) المناعة النفسية علي أنها نظام إدراكي متكامل لتعزيز أبعاد الشخصية التحفيزية والسلوكية التي ينبغي أن توفر مناعة ضد الإجهاد ، وأضاف أن المناعة النفسية هي تلك القدرة علي مقاومة الإجهاد أو بمثابة موارد أو أجسام نفسية مضادة للفرد توفر القوة لمحاربة التوتر والخوف وانعدام الأمن.

ويري (عبد الوهاب كامل ، ٢٠٠٢ ، ٣١٧) أن كلاً من الفرد والمجتمع يمتلكا جهازاً للمناعة النفسية ، وإذا فقد الفرد أو المجتمع جهاز المناعة ، فإن كلاهما يصبح مرتعاً وبيئة خصبة لمهاجمة الأمراض النفسية والاجتماعية ، والتطرف والإرهاب.

=(٢٧٤)؛ الدجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢=

وتستند المناعة النفسية علي أساس أن العقل والجسم لا ينفصلان ، وأن المخ يؤثر في جميع جوانب وأنواع العمليات الفسيولوجية والنفسية لدي الفرد ، وأن الذات الإنسانية معرضة دوماً للضعف والمرض النفسي والجسمي بسبب طريقة تفكير الفرد نفسه ، وأنه إذا استطاع الفرد أن يكون أكثر مرونة في تغيير طريقة تفكيره إلي الأفضل ، فإنه بذلك يمد جهازه المناعي بطريقة تسهم في جعل العمليات الطبيعية داخل الجسم في حجمها الطبيعي، وتؤدي وظائفها علي نحو صحيح ، وتقوي عقله وقدراته.من أجل تنشيط مناعته النفسية من خلال تنمية قدرته علي التحمل والصمود أمام الأزمات ومقاومة الأفكار والمشاعر السلبية التي تؤدي به إلي طريق القلق ، اليأس ، الفشل ، الهزيمة النفسية ، الانكسار النفسي ، والإرهاب النفسي (Ferenez , 2012).

وتعرف (Bona,2014) المناعة النفسية بأنها نظام متكامل وقائي يعمل علي تقوية وتعزيز الذات ، وتساعد الفرد علي التعامل مع الظروف البيئية الصعبة ، وتتكون من التفكير الإيجابي ، والشعور بالضبط والتحكم ، والمراقبة الاجتماعية ، الشعور بالنمو الذاتي ، القدرة علي الإبداع الاجتماعي ، فعالية الذات ، والضبط الانفعالي.

كما تم تعريف المناعة النفسية في قاموس كامبريدج لعلم النفس (٢٠١٥) علي أنها التفاعل بين المحفزات النفسية ، والمتفاعلة وهذا استجابة مباشرة لنظام المناعة النفسية (Matsumoto , 2015 , 501).

ويضيف (سليمان عبد الواحد ، ٢٠١٩ ، ٢٢٢) أن المناعة النفسية هي السبب الرئيسي للجودة النفسية ، كما يختلف الشعور بها من فرد لآخر ، ومن مرحلة عمرية لأخرى ، ومن ثقافة لأخرى ، بل وقد تختلف مصادر وأسباب المناعة النفسية من فرد لآخر ، فقد يكون تأكيد الذات مصدراً للمناعة النفسية لفرد ما ، بينما يكون النجاح في الحياة والبحث والعمل قمة المناعة النفسية لفرد آخر ، كما أن الشعور بالاستقرار والأمن النفسي والرضا عن الحياة هي المناعة النفسية بعينها لدي فرد آخر ، ولذلك تظل المناعة النفسية قمة مطالب الإنسان في هذه الحياة بل ومن أهم أهدافه التي يسعى إلي تحقيقها .

كما أن حياة الإنسان لا تسير علي وتيرة واحدة أو علي نمط واحد ، كما أن العالم اليوم يشهد العديد من التغيرات العلمية والتكنولوجية والاقتصادية والسياسية التي تؤثر في جميع مجالات الحياة ، والتي تنعكس آثارها السلبية والإيجابية ، الأمر الذي يؤدي بالضرورة إلي زيادة الأعباء التي تواجه الفرد وزيادة مشكلاته الحياتية ، وجعلت الفرد يعاني من كثير من المشكلات والضغوط الحياتية (سليمان عبد الواحد ، ٢٠٢٠) .

مما سبق ترى الباحثة أن المناعة النفسية نظام متكامل الأبعاد للشخصية ، يهدف إلي

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

إحداث حالة من التوازن بين متطلبات الشخصية وسباق الحياة من أجل زيادة عملية التكيف النفسية والاجتماعية والطبيعية ، كما أنها قدرة الفرد علي حماية نفسه من التأثيرات السلبية المحتملة للضغوط والتهديدات والمخاطر والإحباطات والأزمات النفسية ، والتخلص منها عن طريق التحصين النفسي باستخدام الموارد الذاتية ، والإمكانات الكامنة في الشخصية مثل التفكير الإيجابي ، والإبداع وحل المشكلات ، وضبط النفس والآن ، والصمود والصلابة ، والتحدي والمثابرة ، والفعالية والتفاوض والمرونة والتكيف مع البيئة.

أهمية المناعة النفسية :

المناعة النفسية من أهم متغيرات علم النفس الإيجابي التي ظهرت حديثاً ، والتي تكشف عن الكثير من أسباب القصور في النواحي الفكرية والنفسية والجسمية ، وبالتالي فهي من أهم مطالب الإنسان في الوقت الحالي ومن أهم الأهداف التي يسعى إلي تحقيقها (سليمان عبد الواحد ، ٢٠١٩ ، ٥٣٢) . ويؤكد (Bhardwaj & Agrawal , 2015 , 11) أن المناعة النفسية تؤدي دوراً مهماً وحيوياً في تحسين الصحة النفسية للفرد وزيادة الإنتاجية والنشاط وتتنبأ بالأداء الوظيفي الجيد.

ويري (Olah,2005) أن المناعة النفسية أنظمة حماية وقائية للفرد تقوم بالعديد من الأدوار منها :

- ضبط وتنظيم الجهاز المعرفي للفرد .
 - إدراك النتائج الإيجابية المحتملة .
 - تعزز قدرة الفرد علي توقع النتائج الإيجابية للأداء .
 - تتيح للفرد اختيار وتكوين إستراتيجيات مواجهة مناسبة لكل موقف من المواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد .
 - تتيح للفرد القدرة علي مراقبة الموارد الذاتية للتأقلم مع المواقف الحياتية المختلفة .
- وقد تنوعت وتعددت النظريات المفسرة للمناعة النفسية ، وتناولتها نظرية التحليل النفسي علي أنها قوة الأنا ، وقدرتها علي إحداث التوازن بين متطلبات الهي والأنا والأنا العليا ، بينما تناولتها نظرية متلازمة أعراض التكيف العام أنها قدرات الفرد علي مقاومة الضغوط التي يتعرض لها ويواجهها ، في حين فسرتها النظرية المعرفية علي أنها رؤية الفرد للمواقف بشمولية ، وقدرته علي أن يسلك سلوكاً إيجابياً وفقاً لهذه الرؤية (رانيا الجزار وسناء سليمان وشيماه مجاهد ، ٢٠١٨ ، ١٣١).

= (٢٧٦)؛ المجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ =

النماذج المختلفة المفسرة للمناعة النفسية :

- نموذج (Olah , 1996) للمناعة النفسية :

يشير صاحب النموذج إلي أن هناك ثلاثة أنظمة فرعية متفاعلة تتضمن العديد من الأبعاد التي تحسن الفرد وتساعده علي مواجهة الصعوبات والتحديات ، ويقوم هذا النموذج علي مجموعة من الافتراضات تؤكد علي ارتباط أنظمة المناعة النفسية بشكل سلبي بالشعور بالإرهاق ، ويوضح (Olah et al., 2011) هذه الأنظمة علي النحو التالي:

أولاً : نظام المعتقدات الإيجابية والذي يتضمن :

- التفكير الإيجابي: وهو الاعتقاد بأن الأحداث سوف تسير علي النحو الإيجابي.
- الشعور بال ضبط والتحكم: وهو القدرة علي تحويل انفعالات الفشل والسلبية إلي سلوك بناء.
- الشعور بالتماسك والترابط: وهو التناسق بين أهداف الفرد في الحياة وأفكاره وانفعالاته وسلوكه.
- الشعور بالنمو الذاتي: وهو الشعور بالتطور والإنجاز الذاتي.

ثانياً : نظام معتقدات المراقبة والإبداع والتنفيذ والذي يتضمن :

- التوجه نحو التغيير والتحدى: وهو التوجه نحو التطور والانفتاح علي كل ما هو جديد.
- المراقبة الاجتماعية: استخدام الملاحظة ومتابعة المعلومات المرتبطة بالبيئة الاجتماعية المحيطة.
- التوجه نحو الهدف: اعتقاد الفرد بالانجاز وتحقيق الأهداف.
- مفهوم الذات الإبداعي: الابتكارية والإبداعية التي تساعد الفرد علي التطوير الخطط والأفكار البديلة في المواقف المختلفة.
- فعالية الذات: اعتقاد الفرد بالقدرة علي الإنجاز وتعزيز الذات والاهتمام بالذات لتحقيق الإنجاز.
- القدرة علي حل المشكلات: القدرة علي جمع المعلومات والإمكانات اللازمة لإنجاز الواجبات وحل المشكلات والتعامل مع الإحباطات المختلفة.
- القدرة علي التحرك الاجتماعي: قدرة الفرد علي التواصل مع الآخرين وكسب الصداقات ومساعدة الآخرين.
- القدرة علي الإبداع الاجتماعي: القدرة علي التعامل مع فريق عمل متعاون.

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة .==

ثالثاً : نظام المعتقدات المنظمة ذاتياً ويتضمن :

- ضبط الاندفاعية: القدرة علي ضبط الدوافع والسلوك واختيار المناسب للسياق.
- الضبط الانفعالي: القدرة علي التحكم في انفعالات الفرد.
- ضبط حدة الطبع: القدرة علي ضبط الحالة المزاجية والغضب.

نموذج (Gombor,2009) للمناعة النفسية :

يشير (Gombor,2009) إلي أن نظام المناعة النفسية (PIS) يتكون من ثلاثة أجزاء (أنظمة فرعية) تتضمن (١٦) مصدر أو مورد أو إمكانات مختلفة التي تؤدي وظيفة مماثلة، والأنظمة الفرعية الثلاثة هي(النظام الفرعي للمراقبة والاقتراب ، والنظام الفرعي المنشيء والتنفيذي والتنظيم الذاتي والذي يتفاعل مع النظامين الفرعيين ديناميكياً مع بعضه البعض من أجل تسهيل التكيف المرن والتطوير الذاتي للفرد).

١- النظام الفرعي للمراقبة - الاقتراب : يوجه انتباه الفرد إلي الجانب المادي والاجتماعي ، ويساعد الفرد علي استكشاف وفهم والتحكم في البيئة المحيطة ، كما يوجه انتباه الفرد نحو توقع النتائج الإيجابية، ويشتمل النظام الفرعي علي التفكير الإيجابي والشعور بالتماسك والشعور بالسيطرة ، الشعور بالنمو الذاتي ، التغيير والتوجه نحو التحدي ، المراقبة الاجتماعية ، والتوجه نحو الهدف . وتم تقسيم هذا النظام إلي التحويل والاحتواء.

٢- النظام الفرعي للإنشاء والتنفيذ : يدمج الإمكانيات التي يمكن أن تساعد في تغيير الظروف في ملف الوضع المجهد أو في توليد الفرص في البيئة المحيطة ، فهو يمثل القدرة علي تعديل البيئة الداخلية أو الخارجية من أجل متابعة الأهداف القيمة ، مفهوم الذات الإبداعي ، وحل المشكلات ، والاكتفاء الذاتي ، والقدرة علي التعبئة الاجتماعية والقدرة علي المشاركة في خلق المجتمع . وتم تقسيمه إلي سمات الإقناع وتأكيد الذات ، والأوهام الإيجابية ، وإسناد الخدمة ، والاستدلال المحفز ، وتخفيض التنافر .

٣- التنظيم الذاتي : النظام الفرعي الثالث ، والذي يحتوي علي إمكانات توفير السيطرة علي الإدراك ، والانتباه ، والعواطف والنبضات التي تتبعث غالباً نتيجة الفشل أو خيبة الأمل ، أو الخسارة ، ويعزز الأداء السليم للنظاميين الفرعيين الآخرين من خلال الحفاظ علي استقرار الحياة العاطفية للفرد ، ويتضمن التزامن والتحكم في الانفعالات والتحكم في الاستثارة والتحكم العاطفي.

وتعمل الأنظمة الثلاثة معاً في تفاعل ديناميكي، حيث تنظم عمل بعضها البعض باستمرار في عملية المواجهة ، وإرشاد الفرد لاستخدام إستراتيجيات مرنة وقائمة علي التطوير الذاتي

= (٢٧٨)؛ المجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ =

مكونات المناعة النفسية :

تعددت مكونات المناعة النفسية وفقاً للعديد من الباحثين الذين تناولوا هذا المفهوم ومنهم (Cummins, 2010 و Dubey,Shahi ,Olah , Nagy & Toth ,2011) الذي تناولوا المناعة النفسية علي أنها بناء مكون من ثلاثة أنظمة فرعية تحتوي علي ١٦ بعد فرعي هي:(التفكير الإيجابي _ الشعور بالضبط والتحكم _ الشعور بالتماسك والترابط _ الشعور بالنمو الذاتي _ التوجه نحو التغيير والتحدي _ المراقبة الاجتماعية _ التوجه نحو الهدف _ مفهوم الذات الإبداعي _ فعالية الذات _ القدرة علي حل المشكلات _ القدرة علي التحرك الاجتماعي _ القدرة علي الإبداع الاجتماعي _ ضبط الاندفاعية _ الضبط الانفعالي _ ضبط حدة الطبع).

ووفقاً (Bhardwaj, 2012 , Coleman ,2009) هناك أربعة أبعاد رئيسة للمناعة النفسية :

- ١- الثقة بالنفس .
 - ٢- التوافق الأسري .
 - ٣- التوافق العطفي .
 - ٤- النضج والسعادة النفسية والذكريات الإيجابية .
- كما قدم كلاً من (Choochom , Sucaromana , Chavanovanich & Tellegen , 2019) تصنيفاً للمناعة النفسية إلي خمسة أبعاد هي:
- ١- المرونة: والتي تتمثل في القدرة علي استيعاب الصحة النفسية بعد المحن.
 - ٢- التعقل: ويتمثل في الوعي بأفكار الفرد ومشاعره وبيئته.
 - ٣- إستراتيجيات المواجهة: والتي تتمثل في بذل الجهود المعرفية ، والسلوكية ، والوجدانية لإدارة المواقف العصبية.
 - ٤- الأمل: القدرة علي تحفيز الذات علي التقدم وتحقيق الأهداف.
 - ٥- الاعتماد علي الذات: والتي تتمثل في قدرة الفرد علي مواجهة المواقف الحياتية الضاغطة بمفرده.

ثالثاً : جودة الحياة Quality Of Life :

لمفهوم جودة التعليم واتساقه مع مفاهيم الكمال أو الاكتمال أثر بالغ في الارتقاء بالأنظمة التعليمية المختلفة في كثير من البلاد ، حيث تسعى كثير من أنظمة التعليم في العالم إلي تحقيق متطلبات الاعتماد من خلال مدخلات إدارة الجودة الشاملة ، وتتضمن معايير الجودة الشاملة في سياق عمليتي التعليم والتعلم الجامعي ما يسمى بجودة الحياة الجامعية ، وهي أحد المجالات

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدي طلاب الجامعة .==
الفرعية لمفهوم جودة الحياة العامة ، وتكتسب جودة الحياة الجامعية أهميتها كأحد اتجاهات التدخل التي تسعى إلي قياس جودة الخدمة المقدمة وتحسين رضا الطلاب عما تقدم لهم الجامعة ، خاصة مع انخفاض معدلات التخرج من الجامعات الحكومية (محمود عكاشة وأمل عبد المحسن ، ٢٠١٩).

وأصبحت جودة الحياة في الوقت الحالي مقياساً لنتائج التجارب والأبحاث التجريبية ، حيث كانت في البداية تركز الانتباه علي قياس وتحسين جودة الحياة للأفراد المصابين بأمراض عقلية ، حيث أن هناك اختلافات حول الأهمية النسبية لاختلافات المجال (الأطباء ، العائلات ، العملاء ، الطلاب والمعلمين) ، وجهات نظر مختلفة عن جودة الحياة (Nagan & Khoi , 2020).

وهناك العديد من التعريفات المختلفة لجودة الحياة ، اعتماداً علي مستوي التنمية والمفاهيم الاجتماعية والثقافية وتقاليد كل بلد أو منطقة ، ومع ذلك لا يوجد تعريفاً واحداً شاملاً ، مما أدى إلي مناقشات مستمرة بين الباحثين في جميع أنحاء العالم حول المنهج الذي يجب أن يعكس جودة الحياة (ذاتية أو موضوعية) ، هل هي بنية أحادية الأبعاد ، أم متعددة الأبعاد ، وأدوار القيم ، فهي مفهوم مطلق أو نسبي (Cai , Verze, & Johansen ,2021).

كما أن مصطلح جودة الحياة يتداخل مع العديد من المصطلحات ، ولكنه ليس مرادفاً لها ، ومنا الرفاهية ، المؤشرات الاجتماعية ، أسلوب الحياة ، وتشير جودة الحياة إلي الدرجة التي يرضي بها الفرد عن حياته (رغبات واحتياجات الفرد) الجسدية والنفسية، وتركز الكثير من الأبحاث والأدبيات حول كيفية تحديد ماهية جودة الحياة حول الذات ، مقابل نهج الموضوعية ، ويحدد Rice جودة الحياة الموضوعية علي أنها الرخصة التي يتم الوفاء بمستويات المعية المحددة من خلال التحقق الموضوعي للظروف والأنشطة وعواقب النشاط لحياة الفرد (Akhlaghi & Ganji,2019).

ويري(Bowling,2005) أن جودة الحياة أكثر من مجرد غياب المشاكل بل تشمل مجموعة من المشاعر الإيجابية وفرصة عيش "حياة مزدهرة" من خلالها تتحسن العلاقات مع الذات والآخرين والبيئة (Gill , Kane , Mazzu & Cchelli,2019). ومع ذلك ، فإن جودة الحياة يتم تحديدها وتشغيلها ودراستها بشكل متنوع وغير متسق ، وفي أوسع معانيها يمكن أن تشمل جودة الحياة الأبعاد المادية والتعليمية بالإضافة إلي العناصر الاجتماعية والعاطفية الأكثر شيوعاً في البناء. وقد عرفت جودة الحياة بأنها المصطلح العلمي للسعادة ومؤشر إيجابي من الصحة العقلية ، (Berger & Alcalay ,2011) (Nagan & Khoi,2020) . (Nicholson etal.,2012) Saab , Klinger

أبعاد جودة الحياة :

يعد تحديد عوامل جودة الحياة أحد المحتويات الرئيسية في بحث جودة الحياة ، هذا هو الأساس كمؤشر لتقييم جودة الحياة الفردية أو الشخصية ، وكذلك التغييرات في جودة الحياة أن تكون الأبعاد المحددة متنسقة مع السياقات العالمية.

فتصور الفرد أن حياته تسير علي ما يرام مع تحقيق الرضا الشخصي ، فعلي سبيل المثال ، إدارة الأنشطة اليومية المجزية والمنتعة ، بحيث تلبي التوقعات والإنجازات ، وتجارب التواصل العاطفي بين الاكتئاب والفرح (Diener et al., 1999). وهذا يشمل القدرة علي القيام بأنشطة الحياة اليومية مثل الرعاية الذاتية ، أنشطة الحياة اليومية ، وعدم التقيد بضعف جسدي أو عقلي أو عاطفي للظروف ، ولا يتم تحديد جودة الحياة من خلال أي عوامل فردية أو مجموعة من العوامل بل هي متعددة الأبعاد وتعتمد علي السياق. وتعتمد جودة الحياة علي الاحتمالات التي يتمتع بها الفرد خلال حياته اليومية : مزاجهم ، موقفهم وأيضاً إدراك حالتهم الصحية العامة ، حيث تساهم الرفاهية أو السعادة العقلية بشكل كبير في حياة الفرد ، وجودة الحياة كما تؤثر علي الإنجازات اليومية.

وقدم (Veentegot , Merrick & Anderson , 2003) تصوراً يفسر جودة الحياة في ضوء عدة أبعاد كما يلي :

- جودة الحياة الذاتية : وتتمثل في (الهناء ، الرضا عن الحياة ، السعادة ، معني الحياة .
- جودة الحياة الموضوعية أو الخارجية : وتتمثل في التنظيم البيولوجي ، إدراك الامكانيات الحياتية ، إنجاز الحاجات ، المعايير الثقافية) .
- الوجهة البيولوجية : التي تشير إلي وجودنا البشري وتبني جودة الحياة في ضوء التناغم بين البيئة وما يحدث داخلنا .

فالهناء والمعايير الثقافية مرتبطة بالقدرة الخارجية للتكيف ، والرضا عن الحياة وإنجاز الحاجات ترتبط بشعور الفرد بتحقيق الذات .

ويربط (Steel & Ones 2002) بين جودة الحياة من المنظور الذاتي ، وفكرة السعادة والرضا عن الحياة والوصول في النهاية إلي الشعور بالذات علي الوجه الأفضل ، ويوضح النموذج محددات جودة الحياة التي تركز علي التقييم الذاتي للجودة ، ويؤكد أن جودة الحياة دالة لتفاعل ثلاثة محددات علي النحو التالي:

- المحددات الخاصة بطبيعة الشخصية: من حيث المكونات والخصائص وتتضمن (الانبساطية في مقابل الانطوائية ، والعصابية في مقابل الاتزان الانفعالي).

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

- المحددات الداخلية الخاصة بالفرد: وتتضمن مجموعة من سمات الشخصية وهي: وجهة الضبط ، تقدير الذات ، والتفاؤل مقابل التشاؤم.

- المحددات البيئية: والتي تتضمن المكونات والأبعاد البيئية المادية أو الاجتماعية وكل ما تتضمنه البيئة من مصادر إشباع لحاجات الفرد.(IN: Gergersen , 2016) .

وقد أعطي (Schalock & Luckasson, 2015) بعض المبادئ التي تشير إلى أن جودة الحياة مفهوم متعدد الأبعاد يتكون من جوانب ذاتية وموضوعية علي النحو التالي :

- البعد الذاتي Subjective Quality Of Life : والذي يشير إلي مدي الرضا الشخصي عن الحياة ، والشعور بالسعادة والتي تعكس تصورات الفرد وتقييمه عن حياته الانفعالية ، النفسية ، السلوكية والاجتماعية .

- البعد الموضوعي Objective Quality Of Life والذي يشير إلي ما يوفره المجتمع من إمكانات ، ومؤشرات للحياة الاجتماعية مثل مستوي المعيشة ، العلاقات الأسرية ، الظروف الاجتماعية ، والصحة البدنية والنفسية ..

ويشير كلاً من (محمود فتحي عكاشة و أمل عبد المحسن ، ٢٠١٩ ، ١١) إلي أهم العوامل

التي تسهم في جودة الحياة الجامعية لطلاب الجامعة والتي تتشكل في :

١- مهارات الطلاب في التخطيط لأهدافه وإدارة الوقت ومراقبة تقدمه في تحقيق أهدافه بالإضافة إلي قدرته علي تقييم أدائه والتحكم في مستوي دافعيته ومن هذه المهارات : وضع الأهداف ، التخطيط ، التقويم الذاتي ، المراقبة الذاتية ، إدارة الوقت ، إدارة الانفعالات ، إدارة العلاقات الاجتماعية ، الثقة بالنفس ، والدافعية الذاتية.

٢- أداء عضو هيئة التدريس والعدالة في عملية التقييم وتقديمه للدعم المستمر والعلاقة الطيبة مع طلابه ، بالإضافة إلي ما توفره الجامعة من برامج أكاديمية وميدانية ومصادر تعلم متنوعة.

٣- مدي رضا الطلاب واحساسهم بقدرة المؤسسة علي توفير الخدمات والتجهيزات المادية والاهتمام بالأنشطة الطلابية وتوفير المرافق اللازمة ، وطبيعة الصورة الذهنية للجامعة لديهم ، وتوفير الخدمات التي يحتاجونها في سهولة ويسر .

٤- معتقدات الطلاب حول قدرتهم علي الإنجاز الأكاديمي ، واختيارهم وتنفيذهم للإستراتيجيات المناسبة لاتمام عملية التعلم وقدرتهم علي مواجهة وتحطى التحديات التي يواجهونها أثناء

الدراسة بطريقة مناسبة.

وتعد جودة الحياة الجامعية منظومة متكاملة تعتمد علي تحقيق التوازن بين أسلوب الطالب في دراسته لمقرراته فيما نطلق عليه مهارات التنظيم الذاتي للتعلم ، والتي يكتسبها الطالب خلال

= (٢٨٢)؛ الدجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ =

سنوات دراسته السابقة بحيث تصبح أسلوباً مميزاً يتحقق من خلاله النجاح والرضا عن الأداء الأكاديمي ، كما تتضمن جودة الحياة الجامعية قدرة المؤسسة الأكاديمية وأنظمتها من خدمة تعليمية ووسائل تنمية وترفيه تقدمها تلك المؤسسة ، بالإضافة إلي إدراك المتعلم لوضعه في البيئة الأكاديمية في سياق معتقداته عن ذاته وما يرتبط بها من مهارات تنظيمية ، تخطيطية ، تفويمية ومدى اتساقها مع أنظمة المؤسسة التعليمية بما تشمله من خدمات، وتحقيق أعلى مستويات الرضا من قبل الطلاب عن كل ما تقدمه الجامعة من خدمات (محمود فتحي عكاشة و أمل عبد المحسن ، ٢٠١٩، ٤).

وترى الباحثة أن جودة الحياة الجامعية تعني شعور الطلاب بالرضا والسعادة أثناء الدراسة الجامعية ، وانخفاض حالة القلق لديهم نتيجة امتلاكهم المهارات والإمكانات التي تساعدهم في إنهاء المهام ومواجهة التحديات ، واكتساب الخبرات ورفقي الخدمات التي تؤهلهم للتكيف مع البيئة الجامعية.

البحوث السابقة :

يشير (Seligman & Csikszentmihalyi,2000) إلي أن علم النفس الإيجابي يقوم علي فكرة أنه إذا تعلم الفرد الهدوء والأمل ، وكذلك التفاؤل ، وامتلاك مكونات المناعة النفسية ، سيكون أقل تعرضاً للإصابة بالانكئاب وسيشعر بالسعادة وتكون حياته أكثر إثماًراً ، وتعد المناعة النفسية إحدى أهم أهداف علم النفس الإيجابي بل وأهمها ، ومن النظريات العلمية التي ظهرت حديثاً ، ولاقت قبولا كبيرا في المؤتمرات العلمية وكشفت عن الكثير من أسباب القصور والضعف في النواحي الفكرية والنفسية والجسمية .

هدف بحث (Voitkane , 2004) إلي بحث العلاقة بين المناعة النفسية وتوجهات الأهداف وجودة الحياة ، وتمثلت عينة البحث في ٢٥٣ طالب من كليات مختلفة من جامعة لاتفيا بمتوسط عمري (١٩،٥) عام ، واستخدم الباحث مقياس Olah للمناعة النفسية ، ومقياس توجهات الأهداف وجودة الحياة إعداد الباحث ، وتوصلت نتائج البحث إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين توجهات الأهداف وجودة الحياة ، وأيضاً المناعة النفسية وجودة الحياة .

كما بحث (Bona,2014) العلاقة بين المناعة النفسية وجودة الحياة لدي الرياضيين من لاعبي الجمباز تتراوح أعمارهم الزمنية (١٤-٢٤) عام ، وأشارت نتائج البحث إلي وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والرضا الشخصي ، كما يمكن التنبؤ بجودة الحياة من خلال المناعة النفسية .

وتناول (Jones etal.,2016) الفروق في إستراتيجيات المواجهة في ضوء النوع بين

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدي طلاب الجامعة. ==

طلاب الجامعة ، علي عينة عددها (١٩٧) طالباً وطالبة ، وأسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب في إستراتيجيات المواجهة ، كما أشارت إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في إستراتيجيات المواجهة لصالح الإناث.

واهتم (Freire et al.,2018) ببحث وتحديد طبيعة إستراتيجيات المواجهة لدي طلاب الجامعة ، وبحث الفروق بين الطلاب في جودة الحياة وفقاً لاستخدام إستراتيجيات المواجهة ، وتم استخدام تحليل التباين MANCOVA في النوع والعمر والتخصص الجامعي، وتكونت عينة البحث من أربعة مجموعات. وأشارت النتائج إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة في استخدام إستراتيجيات المواجهة وفقاً للتخصص الدراسي وكذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب (ذكور وإناث) في إستراتيجيات المواجهة.

وكشفت نتائج (Kelly et al.,2007) عن العلاقة بين معتقدات الاكتئاب واستخدام إستراتيجيات المواجهة ، والفروق بين الجنسين فيها لدي عينة من مرضي الاكتئاب ، وباستخدام تحليل الانحدار المتعدد أشارت النتائج إلي أن هناك ارتباط دال إحصائياً بين معتقدات الاكتئاب واستخدام إستراتيجيات المواجهة ، وأن هناك فروقاً دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في استخدام إستراتيجيات المواجهة من خلال تصوراتهم حول الاكتئاب.

وقد جاءت نتائج (Millova et al., 2008) متسقة مع نتائج البحوث السابقة في أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في استخدام إستراتيجيات المواجهة ، حيث لعبت الفروق بين الجنسين والعمر دوراً مهماً في العلاقة بين تقييم الموقف واختيار إستراتيجيات المواجهة.

كما قام (Olah ,Nagy & Toth,2010) ببحث العلاقة بين المناعة النفسية ومتوسط العمر علي عينة من الأفراد ذكور(١٩٠٩) وإناث (١٩٦٩) وتم تطبيق مقياس (Olah ,2005) ، وقد أشارت النتائج إلي وجود علاقة إيجابية قوية بين متوسط العمر والمناعة النفسية. وتشير نتائج بحث كلا من (Bajaj & Pande,2016 ; Choi & Kim ,2018) إلي وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الصمود والرفاهية النفسية والسعادة النفسية .

كما أشارت نتائج (Alves , Oliveria & Dasilvaparao , 2019) إلي وجود علاقة سالبة ودالة إحصائياً بين جودة الحياة والاحترق الأكاديمي ، وأشارت إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة وفقاً لمتغير النوع لصالح الذكور، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحترق النفسي وفقاً لمتغير النوع. كما أشارت نتائج (ناصر الدين إبراهيم، ٢٠١٩) إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الدراسة (جودة الحياة ، السعادة النفسية

، والقيمة الذاتية) بين طلاب كلية التربية ، وطلاب كلية العلوم لصالح طلاب كلية العلوم ، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة ، في حين توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث علي مقياس السعادة النفسية لصالح الذكور ، وعلي مقياس القيمة الذاتية لصالح الإناث.

واهتم (Mnokh & Al-obeidi, 2019) بدراسة مستوي المناعة النفسية لطلاب المرحلة الإعدادية وفق متغير التخصص (أدبي _ علمي) ، وتكونت عينة البحث من ٣٤٧٦ وأشارت النتائج إلي تمتع أفراد عينة الدراسة بمستوي جيد من المناعة النفسية ، فضلاً عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب في المناعة النفسية وفق متغير التخصص الدراسي(أدبي _ علمي).

وقامت (Muyan-Yilik & Demir, 2020) باختبار نموذج بنائي من الأمل المعرفي ، الصمود الأكاديمي، وإستراتيجيات المواجهة (التجنب ، التأقلم مع التركيز علي المشكلة ، والسعي والدعم الاجتماعي) نحو الرفاهية الشخصية لدي طلاب الجامعة ، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٢٢) طالب جامعي (٦٠١ من الإناث ، ٦٢١ من الذكور) بجامعة أنقرة تركيا ، ووفقاً لنتائج البحث فإن هناك ارتباطات دالة إحصائية في الصمود وجودة الحياة الشخصية .

وتؤكد نتائج بحوث كلا من (Djalante, Shaw, & DeWit, 2020 ; Sadati ,) (Lankarani, & Bagheri, 2020) علي أن الصمود الأكاديمي عنصراً مهماً لمواجهة القلق والشعور بالرضا والقدرة علي مواجهة التحديات اليومية .

وفي إطار العلاقة بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة يشير (Martin & Marsh 2008, 2009) .، أن الفكرة الأساسية للنهوض الأكاديمي بدأت في الأصل من أدبيات المرونة الأكاديمية ؛ ومع ذلك، يؤكد كلاً منهما أن النهوض الأكاديمي يختلف عن التراكم ذات الصلة مثل المرونة والمتاعب اليومية أو التأقلم . كما يروا أن النهوض أكثر إرتباطاً بمفهوم المرونة الأكاديمية حيث يركز علي استجابة الفرد للحياة اليومية ومواجهه التحديات ، فهو قدرة الطلاب علي التعامل بنجاح مع النكسات والتحديات الأكاديمية لليوم الدراسي العادي (على سبيل المثال الدرجات السيئة ، والاختبارات النهائية ، وضغط الامتحان ، والعمل المدرسي الصعب ومن خلال التنظيم الذاتي والتكيف مع هذه النكسات ، وبهذه الطريقة يمكن تطوير النهوض من خلال الموارد الثقافية والاجتماعية الخارجية، وقد استخدم ذلك في تحسين الاضطرابات النفسية.

وكشفت نتائج العديد من البحوث أن الشعور بالكفاءة الذاتية والثقة ضرورين للشعور بالرفاهية وجودة الحياة ومنها بحث (Durand , 2015 ; Momeni & Karashki ;

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==
(Ghoreish,2012 ; Cour , Nielsen , Anderson & Madsen,2016)
حيث تؤكد نتائج هذه الدراسات علي وجود ارتباط دال إحصائياً بين الكفاءة الذاتية واحترام الذات ،
والرفاهية الروحية ، وارتباط كلاً منهم بالضيق النفسي. كما يذكر (Cour et al.,2016) أن
جودة الحياة (الرفاهية الشخصية والنفسية) ترتبط بالحالات العاطفية والرضا عن الحياة ، وأنها
متفاعلة مع التحديات الوجودية للحياة ، وتشتمل علي ستة جوانب: الاستقلالية ، البيئة المحيطة ،
العلاقات الإيجابية مع الآخرين ، النمو الشخصي ، الهدف في الحياة ، وقبول الذات.
وقد أكدت نتائج بحث (Buruck , Dorfel , Kugler & Brom,2016) أن
الكفاءة الذاتية وبيئة العمل وعوامل الإجهاد مؤشرات هامة لجودة الحياة الجامعية ، وعوامل تؤثر
علي الشعور بجودة الحياة وخفض التوتر والقلق والاكتئاب.

فروض البحث :

- ومن خلال العرض السابق لمفاهيم للبحث ونتائج البحوث السابقة ترى الباحثة وجود ارتباطات
دالة إحصائياً بين متغيرات البحث وبالتالي يمكننا تحديد فروض البحث الحالية علي النحو التالي :
- 1- يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين المناعة النفسية بأبعادها (النمو الذاتي _ الشعور
بالسيطرة _ التفكير الإيجابي _ التوجه نحو التغيير _ التوجه نحو الهدف _ الذات المبدعة
_ فعالية الذات _ التحكم في الانفعالات _ والتحكم في الاندفاع) وجودة الحياة الجامعية
بأبعادها (الصورة الذهنية والخدمات اللوجستية _ الدعم الأكاديمي _ فاعلية الذات والإنجاز
الأكاديمي _ تنظيم وإدارة الذات) لدي عينة البحث .
 - 2- يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين المناعة النفسية بأبعادها (النمو الذاتي _ الشعور
بالسيطرة _ التفكير الإيجابي _ التوجه نحو التغيير _ التوجه نحو الهدف _ الذات المبدعة
_ فعالية الذات _ التحكم في الانفعالات _ والتحكم في الاندفاع) ، والنهوض الأكاديمي
بأبعاده (فاعلية الذات _ اهتزاز الثقة _ المشاركة الأكاديمية _ القلق _ العلاقة بين المعلم
والطالب) لدي عينة البحث
 - 3- تشكل متغيرات البحث فيما بينها نموذجاً سببياً يفسر علاقات التأثير والتأثر بين أنظمة
المناعة النفسية (نظام المعتقدات الإقدامية ، ونظام المراقبة _ الإبداع _ التنفيذ ، ونظام
المعتقدات المنظمة ذاتياً) كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي (فاعلية الذات _ كمتغيرات
مستقلة ، وجودة الحياة الجامعية بأبعادها (الصورة الذهنية _ الدعم الأكاديمي _ فاعلية
الذات _ تنظيم وإدارة الذات) كمتغيرات تابعة .

إجراءات البحث

منهج البحث :

تعتمد البحث الحالية علي المنهج الوصفي الذي يعد أكثر المناهج البحثية ملائمة لطبيعة البحث وأهدافه ، حيث يتم استخدام معاملات الارتباط وأسلوب تحليل المسار ، وهو أسلوب إحصائي يعتمد علي نموذج توضيحي للعلاقات بين المتغيرات قيد الدراسة

عينة البحث :

العينة الاستطلاعية : تم اختيار العينة الاستطلاعية للبحث الحالي بطريقة عشوائية بسيطة من طلاب وطالبات المرحلة الجامعية ، الفرقة الدراسية الأولي والرابعة من كلية التربية جامعة بنها من التخصصات الأكاديمية المختلفة ، وتكونت العينة الاستطلاعية من (١٠٠) طالب وطالبة بمتوسط عمري ٢٠,٨ سنة وانحراف معياري ٠,٨٩ ، وقد استخدمت درجات العينة الاستطلاعية في التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث الحالي.

العينة الأساسية : تكونت العينة النهائية للبحث الحالي من (٤٥٠) طالبا وطالبة ، منهم (١٣٤) طالبا ، و (٣١٦) طالبة من طلاب الفرق الدراسية الأولي والرابعة من كلية التربية جامعة بنها بمتوسط عمري (٢١,٨) ، وانحراف معياري (١,٨٩) ، وقد استخدمت درجات طلاب العينة النهائية في التحقق من فروض البحث الحالي.

أدوات البحث :

أولا : مقياس النهوض الأكاديمي : إعداد / أمل عبد المحسن (٢٠١٨) .

الهدف من المقياس : تحديد مستوي النهوض الأكاديمي لدي عينة من طلاب الجامعة ويتكون في صورته النهائية من (٢٥) موقفا موزعة علي الأبعاد الخمسة ، يلي كل موقف ثلاث استجابات تتفاوت من حيث مستوي القدرة علي النهوض الأكاديمي يشار إليها بالبدائل : أ (ثلاث درجات) ، ب (درجتان) ، ج (درجة واحدة) ، حيث تشير الدرجة المرتفعة لكل من الأبعاد (فاعلية الذات ، المشاركة الأكاديمية ، والعلاقة بين المعلم والطالب) إلي ارتفاع مستويات فاعلية الذات والمشاركة الأكاديمية والقدرة علي التواصل مع المعلمين ، مما يشير إلي ارتفاع مستوي النهوض الأكاديمي ، وتشير الدرجة المنخفضة للبعدين (القلق ، واهتزاز الثقة) إلي ارتفاع مستوي اهتزاز الثقة والقلق بينما تشير الدرجات المرتفعة للبعدين إلي ارتفاع مستوي النهوض الأكاديمي.

ويتضمن المقياس الأبعاد الآتية :

- فاعلية الذات: اعتقاد الطلاب وثقتهم في قدرتهم علي الفهم والعمل الدراسي الجيد ، والقدرة علي التعامل بنجاح مع التحديات التي يواجهونها وتتضمن العبارات (١-٥) في المقياس.

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

- اهتزاز الثقة: عدم ثقة الطلاب في كيفية القيام بعمل جيد ، أو كيفية تجنب النتائج السلبية ويتضمن العبارات (٦-١٠) في المقياس.
- المشاركة الأكاديمية: تشمل الثبات والتمتع بالمدرسة والمشاركة في الصف ، والتطلعات الأكاديمية ، وتقويم قيمة المدرسة ويتضمن العبارات (١١-١٥) في المقياس.
- القلق: يتعلق بكل من الشعور العصبي أو عدم الارتياح للطلاب وتوترهم عند القيام بالتفكير في عملهم الدراسي أو الامتحانات ، والشعور بالقلق والخوف من عدم الأداء الجيد للمهام الدراسية والامتحانات ويتضمن العبارات (١٦-٢٠) في المقياس.
- العلاقة بين المعلم والطالب: تتعلق بتصورات الطالب عن كيفية تعامله مع معلميه واحترامهم وتتضمن العبارات (٢١-٢٥).

حساب الخصائص السيكومترية لمقياس النهوض الأكاديمي :

اولا : صدق المقياس

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس وبلغت قيم معاملات الارتباط لمختلف مفردات كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه انحصرت بين (٠,٦١٦ _ ٠,٥٦٣) للبعد الأول ، وانحصرت بين (٠,٥٣٨ _ ٠,٧٠٥) للبعد الثاني ، وانحصرت بين (٠,٥٥١ _ ٠,٧٢٠) للبعد الثالث ، وانحصرت بين (٠,٦٢٥ _ ٠,٧٢٩) للبعد الرابع ، وانحصرت بين (٠,٧٠٦ _ ٠,٧٩٩) للبعد الخامس ، كما بلغت معاملات الارتباط الأبعاد الخمسة بالدرجة الكلية للمقياس (٠,٧٦٩ _ ٠,٧٥٢ _ ٠,٨٦٤ _ ٠,٨٥١ _ ٠,٧٩٥) وهي جميعها مرتفعة ودالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠١ مما يدل علي الاتساق الداخلي للمقياس.

كما تم حساب صدق المقياس باستخدام الصدق التلازمي مع مقياس (Piosang etal, 2016) بعد ترجمته وتعريبه وحساب ثباته علي البيئة العربية ، وقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجات في المقياسين (٠,٨٦٣) مما يشير إلي صدق المقياس.

وفي البحث الحالي قامت الباحثة بحساب صدق المقياس بالطرق التالية :

- صدق المفردات : تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفردة منه ،

تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس بحساب معامل الارتباط بين كل مفردة والبعد الفرعي بعد حذف درجة المفردة من البعد التي تنتمي إليه ، ويوضح جدول (١) معاملات الاتساق الداخلي لمفردات أبعاد المقياس :

جدول (١) معاملات ارتباط مفردات مقياس النهوض الأكاديمي والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي

إليه بعد حذف المفردة منه ن = ١٠٠

مقياس النهوض الأكاديمي									
م	فاعلية الذات	م	اهتزاز الثقة	م	المشاركة الأكاديمية	م	القلق	م	العلاقة بين المعلم والطالب
١	*٠,٦٧٣	٦	*٠,٦٨٧	١١	*٠,٥٩٩	١٦	*٠,٥٦٦	٢١	*٠,٧٦٥
٢	*٠,٦٢٣	٧	*٠,٧٦٦	١٢	*٠,٦٧٧	١٧	*٠,٦٠١	٢٢	*٠,٧٠٨
٣	*٠,٥٩٩	٨	*٠,٥٩٩	١٣	*٠,٦٧٦	١٨	*٠,٦٧٨	٢٣	*٠,٧٣٢
٤	*٠,٦٥٧	٩	*٠,٦٨٩	١٤	*٠,٦٩٩	١٩	*٠,٦٠١	٢٤	*٠,٥٨٦
٥	*٠,٦٧١	١٠	*٠,٥٧٧	١٥	*٠,٦٩٥	٢٠	*٠,٥٠٩	٢٥	*٠,٥٠١

يتضح من الجدول (١) أن قيم معاملات الارتباط لمختلف مفردات كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه انحصرت ما بين (٠,٥٦٧ _ ٠,٦١١) للبعد (فاعلية الذات) ، وانحصرت ما بين (٠,٥٩٩) (٠,٧٦٦) للبعد (اهتزاز الثقة) ، وانحصرت ما بين (٠,٥٩٩ _ ٠,٦٩٩) للبعد (المشاركة الأكاديمية) ، وانحصرت ما بين (٠,٥٠٦ _ ٠,٦٧٨) للبعد (القلق) ، وانحصرت ما بين (٠,٥٠١ - ٠,٧٦٥) للبعد (العلاقة بين المعلم والطالب).

- الاتساق الداخلي :

كما تم التأكد من الاتساق الداخلي للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية للمقياس كما في جدول (٢) :

جدول (٢) معاملات الارتباط بين الأبعاد وبعضها البعض لمقياس (النهوض الأكاديمي) ن = ١٠٠

البعد	اهتزاز الثقة	المشاركة الأكاديمية	القلق	العلاقة بين المعلم والطالب
فاعلية الذات	*٠,٧٨٢	*٠,٧٦٦	*٠,٨٠٣	*٠,٦٨٣
اهتزاز الثقة		*٠,٧١١	*٠,٧٩٩	*٠,٥٩٩
المشاركة الأكاديمية			*٠,٧١٩	*٠,٧٦١
القلق				*٠,٥٦٦

ويتضح من الجدول (٢) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية للمقياس دالة عند مستوي ٠,٠١ ، كما بلغت معاملات ارتباط الأبعاد الخمسة بالدرجة الكلية للمقياس :

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

جدول (٣) معاملات ارتباط الأبعاد الخمسة بالدرجة الكلية للمقياس ن = ١٠٠

م	أبعاد مقياس النهوض الأكاديمي	معامل الارتباط
١	فاعلية الذات	*٠,٧٨٢
٢	اهتزاز الثقة	*٠,٧١١
٣	المشاركة الأكاديمية	*٠,٨٠٣
٤	القلق	*٠,٦٨٣
٥	العلاقة بين المعلم والطالب	*٠,٧٦٦

وهي جميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوي ٠,٠١ مما يدل علي الاتساق الداخلي للمقياس .

ثانيا : ثبات المقياس :

قامت (أمل عبد المحسن ، ٢٠١٨) بحساب ثبات المقياس بحساب ألفا كرونباخ ، وانحصرت قيم معاملات ثبات ألفا لمفردات البعد الأول(فاعلية الذات) بين (٠,٤٩٢-٠,٥٩٠) ، وانحصرت معاملات ثبات ألفا لمفردات البعد الثاني(اهتزاز الثقة) بين (٠,٥٤٩-٠,٦٧٦) ، وانحصرت معاملات ثبات ألفا لمفردات البعد الثالث(المشاركة الأكاديمية) بين (٠,٤٦٠ - ٠,٦١٨) ، وانحصرت معاملات ثبات ألفا لمفردات البعد الرابع (القلق) بين (٠,٦٥٨ _ ٠,٧٢٦) ، واخيرا انحصرت معاملات ثبات ألفا لمفردات البعد الخامس(العلاقة بين الطالب والمعلم) بين (٠,٧٥٥ _ ٠,٧٩٧) ، كما بلغت قيمة معامل ألفا العام لكل بعد فرعي من أبعاد المقياس(٠,٥٨٥ _ ٠,٦٤٥ _ ٠,٥٩١ _ ٠,٧٢٧ _ ٠,٨٠٩) علي التوالي ، مما يشير إلي أن جميع العبارات علي درجة عالية من الثبات.

وفي البحث الحالي ، قامت تم حساب ثبات المقياس بالطرق التالية : حيث تم حساب الثبات لمفردات كل بعد فرعي من أبعاد المقياس ، ويوضح الجدول (٤) : معاملات ثبات مفردات الأبعاد الخمسة لمقياس النهوض الأكاديمي .

جدول (٤) معاملات ثبات مقياس النهوض الأكاديمي ن = ١٠٠

م	فاعلية الذات	م	اهتزاز الثقة	م	المشاركة الأكاديمية	م	القلق	م	العلاقة بين المعلم والطالب
١	*٠,٧٦٤	٦	*٠,٧٩٢	١١	*٠,٥٧٣	١٦	*٠,٥٨٠	٢١	*٠,٧٢٧
٢	*٠,٦٢٣	٧	*٠,٦٧٧	١٢	*٠,٧٥٥	١٧	*٠,٦٦٤	٢٢	*٠,٧٨٠
٣	*٠,٦٨٣	٨	*٠,٧٣٣	١٣	*٠,٦٣٦	١٨	*٠,٧٤٢	٢٣	*٠,٧٣٢
٤	*٠,٧٨٥	٩	*٠,٧٠٢	١٤	*٠,٧٤٠	١٩	*٠,٦٧٧	٢٤	*٠,٧٥٨
٥	*٠,٧٦١	١٠	*٠,٥٣٩	١٥	*٠,٦٩٥	٢٠	*٠,٦٨٢	٢٥	*٠,٥٦٧

يتضح من جدول رقم (٤) أن قيم معاملات ثبات مفردات البعد (فاعلية الذات) وانحصرت

= (٢٩٠)؛ المجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ =

بين (٠,٦٢٣ _ ٠,٧٨٥) ، كما انحصرت معاملات ثبات مفردات البعد (اهتزاز الثقة) بين (٠,٥٣٩ _ ٠,٧٩٢) ، وانحصرت معاملات ثبات مفردات البعد (المشاركة الأكاديمية) بين (٠,٥٧٣ _ ٠,٧٥٥) ، وانحصرت قيم معاملات ثبات مفردات البعد (القلق) بين (٠,٥٨٠ _ ٠,٧٤٢) ، وانحصرت قيم معاملات ثبات مفردات البعد (العلاقة بين المعلم والطالب) بين (٠,٥٦٧ _ ٠,٧٨٠) ، وكانت جميع معاملات ثبات المفردات أقل من معامل ألفا العام للبعد الذي تنتمي إليه المفردات ، وكانت قيمة معامل ألفا العام لكل بعد فرعي من أبعاد المقياس كما في الجدول (٥) :

جدول (٥) قيم معامل ألفا كرونباخ للأبعاد الفرعية لمقياس (النهوض الأكاديمي) ن= ١٠٠

م	محاور مقياس النهوض الأكاديمي	معامل الثبات
١	فاعلية الذات	*٠,٦٥٣
٢	اهتزاز الثقة	*٠,٧١٢
٣	المشاركة الأكاديمية	*٠,٧٣٤
٤	القلق	*٠,٧٣٣
٥	العلاقة بين المعلم والطالب	*٠,٧٠٨

يتضح من جدول (٥) أن قيم معامل ألفا كرونباخ بين المحاور والدرجة الكلية لمقياس (النهوض الأكاديمي) تراوحت ما بين (٠,٧٠٩ : ٠,٨٣٣) مما يشير إلي أن تدخل المفردة لا يؤدي إلي خفض معامل ثبات ألفا للبعد الفرعي ، مما يشير إلي أن جميع العبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات .

كما تم حساب معاملات ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق وكانت قيم معاملات الثبات علي النحو التالي جدول (٦) :

جدول (٦) معاملات الثبات بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمقياس (النهوض الأكاديمي)

ن= ١٠٠

م	مقياس النهوض الأكاديمي	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة ر
		س	ع	س	ع	
١	فاعلية الذات	١٨,٥٠	٥,٧٩	١٨,٠٥	٥,٢٥	*٠,٦٨٦
٢	اهتزاز الثقة	١٤,٨٨	٥,٣١	١٥,١٠	٧,٤٣	*٠,٧٦٣
٣	المشاركة الأكاديمية	١٧,١٣	٤,٧٣	١٦,٨٧	٥,٠٥	*٠,٧٠٩
٤	القلق	١٨,٥٠	٦,٦٥	١٧,٩٨	٤,٣٧	*٠,٧٣٤
٥	العلاقة بين المعلم والطالب	١٧,٥٤	٥,٣٠	١٨,٠٣	٧,٤٣	*٠,٧٧٦

يتضح من جدول (٦) أن معاملات الثبات بين التطبيقين الأول والثاني للمقياس قد تراوحت ما

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

بين (٠,٦٨٦ : ٠,٧٧٦) مما يدل على ثبات المقياس ككل.

ثانياً : مقياس المناعة النفسية : إعداد الباحثة

الهدف من المقياس : الكشف عن مستويات المناعة النفسية في إطار نموذج أنظمة المناعة النفسية ل (Olah) لدي طلبة الجامعة ، ومر إعداد المقياس بعدة خطوات وصولاً للصورة النهائية . حيث تم الاطلاع علي البحوث السابقة المرتبطة بالمناعة النفسية ، وكذلك بعض المقاييس العربية والأجنبية السابقة مثل مقياس (Olah,2005) ، ومقياس (عبد العزيز ، ٢٠١٩)، ومقياس (شعبان ، ٢٠٢٠)، ومقياس (سليمان عبد الواحد ، ٢٠٢٠) ، وذلك للوقوف علي عبارات هذه المقاييس وكيفية صياغتها ، وتحديد طريقة الاستجابة والتصحيح .

- وصف المقياس : تم صياغة عبارات المقياس ، وقد تكون المقياس في صورته الأولية من (٦٥) مفردة موزعة علي تسعة أبعاد أساسية تدرج تحت ثلاثة أنظمة للمناعة النفسية.
- تم عرض المقياس في صورته الأولية علي مجموعة من أساتذة علم النفس التربوي والصحة النفسية ، وكان من نتائج التحكيم حذف المفردات التي لم تحقق نسبة اتفاق بين المحكمين تفوق (٨٠%) ، بالإضافة إلي إعادة صياغة بعض المفردات وتضمن المقياس في صورته النهائية (٦٠) عبارة ، ووزعت هذه العبارات علي (٩) أبعاد تدرج أسفل ثلاثة أنظمة أساسية للمناعة النفسية.

المؤشرات السيكومترية للمقياس :

أولاً : صدق المقياس

- ١- صدق المحك : تم حساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة الاستطلاعية علي المقياس المعد ودرجاتهم علي مقياس (سليمان عبد الواحد ، ٢٠٢١) للمناعة النفسية ، وقد بلغ معامل الارتباط (٠,٧٨٢)، وهي قيمة دالة عند ٠,٠٠١ مما يؤكد صدق المقياس.
- ٢- صدق المفردات : تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفردة منه ، ويوضح جدول (٧) معاملات الاتساق الداخلي لمفردات أبعاد المقياس.

جدول (٧) معاملات ارتباط مفردات مقياس المناعة النفسية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف المفردة منه = ١٠٠

م	نظام المراقبة			نظام التنفيذ			نظام التنظيم الذاتي	
	النمو الذاتي	الشعور بالسيطرة	التفكير الإيجابي	التوجه نحو التغيير	التوجه نحو الهدف	الذات المبدعة	فاعلية الذات	التحكم في الانفعالات
١	*٠,٧٣٥	*٠,٦٠١	*٠,٧٦٩	*٠,٦٢٠	*٠,٥٨٧	*٠,٧٤٢	*٠,٥٢٠	*٠,٦٢٣
٢	*٠,٧٨٠	*٠,٧٨٣	*٠,٦٥١	*٠,٦٧٩	*٠,٦٢٨	*٠,٦٧٤	*٠,٧٥٦	*٠,٦٨٤
٣	*٠,٥٢٥	*٠,٧٣٤	*٠,٥٨٢	*٠,٦٣٨	*٠,٥٠٦	*٠,٧٣٣	*٠,٦٤٦	*٠,٧٧٢
٤	*٠,٧١٠	*٠,٦٢٢	*٠,٦٣٥	*٠,٥٨٥	*٠,٦٢٢	*٠,٧٨٢	*٠,٧٢٣	*٠,٦٣٩
٥	*٠,٦٣٩	*٠,٦٦٢	*٠,٧٩٠	*٠,٧٥٢	*٠,٦٠١	*٠,٦٩٨	*٠,٦٥٠	*٠,٦٨٢
٦	*٠,٦٢٥	*٠,٦٥٦	*٠,٦٤٢	*٠,٧٢٤	*٠,٥٢٨	*٠,٦٤٩	*٠,٥٧٢	*٠,٦٩١
٧		*٠,٧٥٠	*٠,٦١٨			*٠,٧١١	*٠,٥٢٩	*٠,٧٤٧
٨			*٠,٦٧٢					

يتضح من الجدول (٧) أن قيم معاملات الارتباط لمختلف مفردات كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه قد انحصرت ما بين (٠,٥٢٥ _ ٠,٧٨٠) للبعد (النمو الذاتي)، وانحصرت ما بين (٠,٦٠١_٠,٧٨٣) للبعد (الشعور بالسيطرة) ، وانحصرت ما بين (٠,٥٨٢ _ ٠,٧٩٠) للبعد (التفكير الإيجابي) ، وانحصرت ما بين (٠,٥٨٥_٠,٧٥٢) للبعد (التوجه نحو التغيير) ، وانحصرت ما بين (٠,٥٠٦_٠,٦٢٨) للبعد (التوجه نحو الهدف) ، وانحصرت ما بين (٠,٦٤٩ _ ٠,٧٨٢) للبعد (الذات المبدعة) ، وانحصرت ما بين (٠,٥٢٩_٠,٧٥٦) للبعد (فاعلية الذات) ، وانحصرت ما بين (٠,٦٣٩_٠,٧٤٧) للبعد (التحكم في الانفعالات) ، وانحصرت ما بين (٠,٦٨١_٠,٧٧٢) للبعد (الانفعال) ، ويتضح من الجدول (٨) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية للمقياس دالة عند مستوي ٠,٠١ .

ثانياً: ثبات المقياس :

تم حساب ثبات المقياس المعد في البحث الحالي بحساب ألفا كرونباخ ، ويوضح الجدول التالي معاملات الثبات لمفردات الأبعاد الخاصة بمقياس المناعة النفسية.

جدول (٨) معامل ألفا كرونباخ بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس (المناعة النفسية) = ١٠٠

م	أبعاد مقياس المناعة النفسية	معامل الثبات
١	النمو الذاتي	*٠,٦٨٢
٢	الشعور بالسيطرة	*٠,٧٢٧
٣	التفكير الإيجابي	*٠,٦٥٢
٤	التوجه نحو التغيير	*٠,٦٨٨
٥	التوجه نحو الهدف	*٠,٧٨٥
٦	الذات المبدعة	*٠,٧٠٦
٧	فاعلية الذات	*٠,٦٤٨
٨	التحكم في الانفعالات	*٠,٧١٦
٩	التحكم في الانفعال	*٠,٧٤٣

يتضح من جدول (٨) أن معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

بين (٠,٧٠٩ : ٠,٨٣٣) مما يدل على ثبات المقياس بدرجة مناسبة.

كما قامت الباحثة بحساب معاملات ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق وكانت قيم

معاملات الثبات علي النحو التالي جدول (٩)

جدول (٩) معاملات الثبات بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمقياس (المناعة النفسية) ن = ١٠٠

م	مقياس المناعة النفسية	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة ر
		س	ع	س	ع	
١	النمو الذاتي	٣٢,٧٦	٥,٢٧	٣٣,١٦	٦,٤٨	*٠,٦٧٣
٢	الشعور بالسيطرة	٢٧,٤٣	٥,٤٥	٢٦,٩٢	٥,٢٣	*٠,٧٢١
٣	التفكير الإيجابي	٢٣,٧٠	٤,٣٤	٢٣,٠٧	٤,٦٥	*٠,٧٢٩
٤	التوجه نحو التغيير	٢٣,١٧	٦,٠٦	٢٣,٨٦	٥,٤٩	*٠,٧٦٠
٥	التوجه نحو الهدف	٢٤,٣٨	٥,١١	٢٣,٦٤	٤,٦٦	*٠,٧٩٤
٦	الذات المبدعه	٢٨,٤٣	٤,٢٥	٢٧,٧٩	٦,٣٢	*٠,٦٣٧
٧	فاعلية الذات	٢٦,٨٧	٦,٦٢	٢٦,١٢	٥,٠٨	*٠,٧٥٥
٨	التحكم في الإنفعالات	٢٢,٣٧	٤,٩٨	٢١,٨٨	٧,١١	*٠,٧٨٢
٩	التحكم في الإندفاع	٢٧,٤٣	٦,٣٧	٢٦,٧٥	٥,٢٣	*٠,٧٤٤

يتضح من جدول (٩) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للمقياس تراوحت ما بين (٠,٦٣٨ : ٠,٧٩٤) وهي مؤشرات مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠١ ، مما يدل على ثبات المقياس ككل.

طريقة التصحيح : يتم تصحيح المقياس بطريقة ليكرت (٤-٣-٢-١) ، فعند اختيار المفحوص للبدل (دائماً) يعطي أربعة درجات ، وعند اختيار البديل (غالبا) يعطي ثلاث درجات ، وعند اختيار البديل (أحيانا) يعطي درجتين ، وعند اختيار البديل (نادرا) يعطي درجة واحدة . وقد تكون المقياس في صورته النهائية علي الأبعاد التسعة بطريقة عشوائية كما يتضح من الجدول (١٠)

جدول (١٠) : توزيع عبارات مقياس المناعة النفسية علي أبعاد المقياس

م	ابعاد مقياس المناعة النفسية	أرقام العبارات
١	النمو الذاتي	٣٧,٤٦, ٢٨,١٩, ١٠, ١
٢	الشعور بالسيطرة	٢٠,٢٩, ٣٨,٤٧, ٥٥, ١١, ٢
٣	التفكير الإيجابي	٣٩,٤٨, ٥٦, ٦٠, ١٢, ٢١, ٣٠, ٣
٤	التوجه نحو التغيير	٣١,٤٠, ٤٩, ٢٢, ١٣, ٤
٥	التوجه نحو الهدف	٢٣,٣٢, ٤١, ٥٠, ١٤, ٥
٦	الذات المبدعه	١٥,٢٤, ٣٣, ٤٢, ٥١, ٥٩, ٦
٧	فاعلية الذات	١٦,٢٥, ٣٤, ٤٣, ٥٢, ٥٨, ٧
٨	التحكم في الإنفعالات	١٧,٢٦, ٣٥, ٤٤, ٥٣, ٥٧, ٨
٩	التحكم في الإندفاع	٢٧,٣٦, ٤٥, ٥٤, ١٨, ٩

ثالثا : مقياس جودة الحياة الجامعية : إعداد / أ.د. محمود فتحي عكاشة و أ.د. أمل عبد المحسن (٢٠١٩) .

= (٢٩٤) : المجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ =

الهدف من المقياس : أعدا الباحثان لقياس مستوي جودة الحياة الجامعية لدي عينة من طلاب المرحلة الجامعية . وقاما بحساب الصدق والثبات ، بتطبيق المقياس علي ٣٩١ طالباً وطالبة من طلاب الجامعة من الفرقة الأولى وحتى الفرقة الرابعة بمتوسط عمري (٢١,٦٣) وانحراف معياري (١,٨) وقد مثلت التخصصات الأدبية (٦٤%) من إجمالي العينة ، ومثلت التخصصات العلمية (٣٥%).

وصف المقياس : والمقياس في صورته النهائية يتكون من (٥٤) عبارة تتوزع عشوائياً علي أبعاد جودة الحياة الجامعية الأربعة . ويصحح في ضوء تدرج خماسي (أوافق بشدة ، أوافق ، غير متأكد ، لا أوافق ، لا أوافق بشدة) .

أولاً : صدق المقياس :

– التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي :

أجري التحليل العاملي الاستكشافي لنتائج استجابات العينة الكلية (٦٤٠) طالباً وطالبة ، وباستخدام SPSS ، وتم الاكتفاء بالعوامل التي تكون قيمة $1 < Eigenvalues$ ، واستخدمت طريقة المكونات الأساسية ل هونيلينج ، وتم التدوير المتعامد للعوامل الفاريماكس طبقاً لمعايير كايزر ، وأظهرت نتائج التحليل استخراج أربعة عوامل تم تدويرها ، وتشبعت المفردات بالعوامل الأربعة بعد تدويرها ، وحذف التشبعت الضعيفة التي نقل عن (٠,٣) ، وكذلك اسهام العوامل الأربعة في التباين الكلي للتحليل بعد التدوير ، وهذه العوامل المستخرجة هي :

العامل الأول لمقياس جودة الحياة الجامعية : تشبع عليه (١٩) مفردة تراوحت تشبعتها بين (٠,٤٠٣ _ ٠,٧٤٧) ، وبلغ الجذر الكامن له (٩,٩) وكانت نسبة إسهامه في التباين (١٧,٦) ، وسمي هذا البعد (الصورة الذهنية والخدمات اللوجستية).

العامل الثاني لمقياس جودة الحياة الجامعية : وتشبع عليه (١٢) مفردة تراوحت تشبعتها بين (٠,٤٠٥ _ ٠,٧٦٢) ، وبلغ الجذر الكامن له (٦,٦٠٧) ، وكانت نسبة إسهامه في التباين (١١,٨) ، وتم تسمية هذا البعد (الدعم الأكاديمي).

العامل الثالث لمقياس جودة الحياة الجامعية : وتشبع عليه (١٢) مفردة وتراوحت تشبعتها ما بين (٠,٤٠١ – ٠,٦٨١) ، وبلغ جذره الكامن (٦,١) ، وكانت نسبة إسهامه في التباين (١٠,٩) وتم تسمية هذا البعد (فاعلية الذات والإنجاز الأكاديمي).

العامل الرابع لمقياس جودة الحياة الجامعية : وتشبع عليه (١١) مفردة تراوحت تشبعتها بين (٠,٤١٥ – ٠,٦٤٧) ، وبلغ الجذر الكامن له (٤,٦) وكانت نسبة إسهامه في التباين (٨,٢) وتم

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

تسمية هذا العامل (تنظيم وإدارة الذات).

كما تم حساب معامل الثبات في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس وكانت جميع العبارات ثابتة والمقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات .

الصدق العاملي التوكيدي :

كما تحقق الباحثان من الصدق البنائي للمقياس باستخدام أسلوب معادلة النمذجة البنائية ، وهو ما يطلق عليه بالتحليل العاملي التوكيدي للتحقق من الصدق البنائي للمقاييس التي يتم بنائها في ضوء أطر نظرية سابقة ، واتضح أن قيم مؤشرات جودة مطابقة النموذج للبيانات وقعت في المدى المثالي لكل مؤشر وبالتالي تم قبول النموذج حيث تمتع بمطابقة إجمالية جيدة . كما يوضح جدول (١٣) نتائج التحليل العاملي التوكيدي من حيث قيم تشعب المفردات (معامل الصدق) علي العوامل الكامنة الأربعة للمقياس ، وكذلك قيم الخطأ المعياري لتقدير التشعب وقيمة ت ودالاتها الإحصائية ، واتضح أن جميع معاملات الصدق (التشعبات) لجميع المفردات علي أبعادها الأربعة دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠١ .

ثانياً : ثبات المقياس

تم التحقق من ثبات المقياس بحساب قيم معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والبعد الفرعي الذي تنتمي إليه ، واتضح أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات مفردات المقياس ودرجة البعد الذي تنتمي إليه مقبولة ومرتفعة ودالة عند مستوي ٠,٠١ مما يدل علي الاتساق الداخلي للمقياس ، كما تم التأكد من الاتساق الداخلي للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية للمقياس وكانت جميعها مرتفعة ودالة عند مستوي ٠,٠١ مما يدل علي الاتساق الداخلي للمقياس. كما قام معدا المقياس بحساب ثبات المقياس باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ ، ، كما بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ للمقياس ككل (٠,٩٥٥) وهي قيمة مقبولة ومرضية مما يدل علي ثبات المقياس .

وفي البحث الحالي تم حساب المؤشرات السيكومترية علي النحو التالي :

- صدق المفردات: تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفردة منه ، ويوضح جدول (١١) معاملات الاتساق الداخلي لمفردات أبعاد المقياس.

جدول (١١) معاملات ارتباط مفردات مقياس جودة الحياة الجامعية والدرجة الكلية للبعد الذي

تنتمي إليه بعد حذف المفردة منه ن=١٠٠

مقياس جودة الحياة الجامعية						
م	الصورة الذهنية	م	الدعم الأكاديمي	م	فاعلية الذات	م
تنظيم وإدارة الذات						
*.٠٥٣٠	٢٠	*.٠٧٦٣	٣٢	*.٠٥٨٢	٤٤	١
*.٠٦٩٨	٢١	*.٠٦٢٨	٣٣	*.٠٧٩١	٤٥	٢
*.٠٧٢٩	٢٢	*.٠٧٥٣	٣٤	*.٠٦٧٢	٤٦	٣
*.٠٦٣٣	٢٣	*.٠٧٢٠	٣٥	*.٠٧٤٨	٤٧	٤
*.٠٦٥٧	٢٤	*.٠٥٨٥	٣٦	*.٠٦٨٥	٤٨	٥
*.٠٥٣٢	٢٥	*.٠٧٤٢	٣٧	*.٠٥٧٠	٤٩	٦
*.٠٦٦١	٢٦	*.٠٦٧٦	٣٨	*.٠٧٣٣	٥٠	٧
*.٠٧٠٣	٢٧	*.٠٧٢٤	٣٩	*.٠٦٠٩	٥١	٨
*.٠٦٨٥	٢٨	*.٠٧٢١	٤٠	*.٠٧٢٨	٥٢	٩
*.٠٦٣٧	٢٩	*.٠٥٠٦	٤١	*.٠٦٥٩	٥٣	١٠
*.٠٦٧٦	٣٠	*.٠٧٣٩	٤٢	*.٠٧٩٣	٥٤	١١
	٣١	*.٠٥٤٤	٤٣	*.٠٥٤٨		١٢
						١٣
						١٤
						١٥
						١٦
						١٧
						١٨
						١٩

يتضح من الجدول (١١) أن قيم معاملات الارتباط لمختلف مفردات كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه قد انحصرت ما بين (٠,٥٠٩ _ ٠,٧٧٠) للبعد الأول (الصورة الذهنية) ، وانحصرت ما بين (٠,٥٠٦_٠,٧٦٣) للبعد الثاني (الدعم الأكاديمي) ، وانحصرت ما بين (٠,٥٤٨ _ ٠,٧٩١) للبعد الثالث (فاعلية الذات) ، وانحصرت ما بين (٠,٥٣٠_٠,٧٢٩) للبعد الرابع (تنظيم وإدارة الذات) ويتضح من الجدول (١٢) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية للمقياس دالة عند مستوي ٠,٠١ .

وتم حساب ثبات المقياس البحث الحالي بحساب ألفا كرونباخ ، ويوضح الجدول التالي معاملات الثبات لمفردات الأبعاد الخاصة بمقياس جودة الحياة الجامعية.

جدول (١٢) معامل ألفا كرونباخ للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس (جودة الحياة الجامعية) ن=١٠٠

م	أبعاد مقياس جودة الحياة الجامعية	معامل الارتباط
١	الصورة الذهنية	*.٠٦٩٣
٢	الدعم الأكاديمي	*.٠٧٦٧
٣	فاعلية الذات	*.٠٧٥٥
٤	تنظيم وإدارة الذات	*.٠٦٧٢

يتضح من جدول (١٢) أن معاملات الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدي طلاب الجامعة. ==

تراوحت ما بين (٠,٧٠٩ : ٠,٨٣٣) مما يدل على ثبات المقياس بدرجة مناسبة.

كما تم حساب معاملات ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق وكانت القيم علي النحو التالي:

جدول (١٣) معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمقياس (جودة الحياة الجامعية) ن=١٠٠

م	مقياس جودة الحياة الجامعية	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة ر
		س	ع	س	ع	
١	الصورة الذهنية	٧٠,٦٣	٦,٣٨	٦٩,١٤	٥,١٦	*٠,٧٦٥
٢	الدعم الأكاديمي	٤٨,٦٨	٥,٦١	٤٧,٥٣	٧,٥١	*٠,٧٩٨
٣	فاعلية الذات	٤٧,٩٥	٤,٠٩	٤٨,٢٢	٤,٧٦	*٠,٧٤٣
٤	تنظيم وإدارة الذات	٤٦,٧٦	٥,٢٧	٤٧,٠٨	٤,٦٤	*٠,٧١١

يتضح من جدول (١٣) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للمقياس قد

تراوحت ما بين (٠,٧١١ : ٠,٧٩٨) وهي مؤشرات مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوي دلالة

٠,٠١ مما يدل على ثبات المقياس ككل ، وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (٥٤) عبارة

تم توزيعها علي الأبعاد الأربعة بطريقة عشوائية كما يلي:

جدول (١٤) توزيع عبارات مقياس جودة الحياة الجامعية علي أبعاد المقياس

م	البعد	أرقام العبارات
١	الصورة الذهنية والخدمات اللوجستية	٤-٨-١٢-١٦-٢٠-٢٤-٢٨-٣٢-٣٦-٤٠-٤٤-٤٨-٤٧-٤٦-٤٥-٤٤-٤٣-٤٢-٤١-٤٠-٣٩-٣٨-٣٧-٣٦-٣٥-٣٤-٣٣-٣٢-٣١-٣٠-٢٩-٢٨-٢٧-٢٦-٢٥-٢٤-٢٣-٢٢-٢١-٢٠-١٩-١٨-١٧-١٦-١٥-١٤-١٣-١٢-١١-١٠-٩-٨-٧-٦-٥-٤-٣-٢-١-٠
٢	الدعم الأكاديمي	٣-٧-١١-١٥-١٩-٢٣-٢٧-٣١-٣٥-٣٩-٤٣-٤٧-٥١-٥٥
٣	فاعلية الذات والإنجاز الأكاديمي	٢-٦-١٠-١٤-١٨-٢٢-٢٦-٣٠-٣٤-٣٨-٤٢-٤٦-٥٠
٤	تنظيم وإدارة الذات	١-٥-٩-١٣-١٧-٢١-٢٥-٢٩-٣٣-٣٧-٤١

نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها

١- **نتائج الفرض الأول:** يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين المناعة النفسية بأبعادها (النمو

الذاتي _ الشعور بالسيطرة _ التفكير الإيجابي _ التوجه نحو التغيير _ التوجه نحو الهدف _ الذات المبدعة _ فعالية الذات _ التحكم في الانفعالات _ والتحكم في الاندفاع) وجودة الحياة الجامعية بأبعادها (الصورة الذهنية والخدمات اللوجستية _ الدعم الأكاديمي _ فاعلية الذات والإنجاز الأكاديمي _ تنظيم وإدارة الذات) لدي عينة البحث .

وللتحقق من صحة هذا الفرض باستخدام معامل الارتباط بطريقة بيرسون بين درجات

الطلاب علي مقياس المناعة النفسية بأبعادها ، ودرجاتهم علي مقياس جودة الحياة الجامعية

بأبعادها وأسفرت المعالجة الإحصائية عن النتائج التالية كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (١٥) : مصفوفة الارتباط بين مقياس المناعة النفسية و مقياس جودة الحياة الجامعية

م	مقياس جودة الحياة الجامعية	الصورة الذهنية	الدعم الأكاديمي	فاعلية الذات	تنظيم وإدارة الذات	مجموع
١	النمو الذاتي	*٠,٦٩٨	*٠,٧٥١	*٠,٧٨٥	*٠,٧٣٨	*٠,٦٣٣
٢	الشعور بالسيطرة	*٠,٧٢٥	*٠,٦٤٢	*٠,٦٦٧	*٠,٧٥٥	*٠,٦٨٤
٣	التفكير الإيجابي	*٠,٦٨٣	*٠,٧٩٨	*٠,٧٢٦	*٠,٧٠٩	*٠,٦٠٩
٤	التوجه نحو التغيير	*٠,٧٧٥	*٠,٧٢٧	*٠,٧٤٣	*٠,٦٩٨	*٠,٦٣٠
٥	التوجه نحو الهدف	*٠,٧٢٠	*٠,٧٠٨	*٠,٦٨٥	*٠,٧٨٢	*٠,٦٥٦
٦	الذات المبدعه	*٠,٦٠٩	*٠,٧٨٩	*٠,٧٣٨	*٠,٦٦٥	*٠,٦٨٦
٧	فاعلية الذات	*٠,٧٨٤	*٠,٧٦٣	*٠,٦٧٧	*٠,٧٢٤	*٠,٦١١
٨	التحكم في الإفعالات	*٠,٧٥٥	*٠,٧٩٢	*٠,٧٣٥	*٠,٦٣٧	*٠,٦٣٦
٩	التحكم في الإندفاع	*٠,٦٣٢	*٠,٧١٤	*٠,٦٧٩	*٠,٦٩٨	*٠,٦٩٨
	مجموع	*٠,٦٩٧	*٠,٦٢٦	*٠,٦٥٠	*٠,٧٠٨	*٠,٦١٢

(* دالة عند مستوي ٠,٠٥)

ومن الجدول يتضح ما يلي :

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠٥ بين الصورة الذهنية والمناعة النفسية بأبعادها.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠٥ بين الدعم الأكاديمي والمناعة النفسية بأبعادها.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠٥ بين فاعلية الذات والمناعة النفسية بأبعادها.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠٥ بين تنظيم وإدارة الذات والمناعة النفسية بأبعادها.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠٥ بين جودة الحياة الجامعية والمناعة النفسية بأبعادها.

وبالتالي تشير هذه النتائج إلي تحقق الفرض الأول ، وتتفق هذه النتائج مع نتائج (Voitkane,2004) التي أشارت إلي وجود علاقة ارتباطية موجبه بين جودة الحياة والمناعة النفسية ، وتتسق نتائج البحث الحالي مع نتائج (Bona , 2014) والتي أكدت علي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية والرضا الشخصي لدي الرياضيين ، كما أكد البحث علي إمكانية التنبؤ بجودة الحياة من خلال أنظمة المناعة النفسية .

وترى الباحثة أنه يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النماذج اللتي فسرت طبيعة وماهية المناعة النفسية ، حيث تتضمن الموارد النفسية التي يمتلكها الفرد ، بالإضافة إلي طريقة توظيف

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدي طلاب الجامعة. ==

هذه الموارد والإمكانات مما يؤثر علي شعور الطلاب بجودة الحياة الجامعية خاصة وأن الطلاب الجامعيين الذين يتسمون بمستوي عال من المناعة النفسية يتحقق لديهم الشعور بالرضا تجاه أنفسهم وتجاه بيئة ومستوي الخدمات المقدمة لهم داخل الجامعة .

كما تؤكد دراسة كلاً من (Olah , 2000 ; Gergersen , 2016) أن المناعة النفسية تجعل الأفراد لديهم قدرة علي التفكير الإيجابي لدي شباب الجامعة مما يؤدي إلي رؤية الطلاب للجانب الإيجابي من الأمور في مختلف جوانب الحياة ، والابتعاد عن النظرة السلبية ، وبالتالي يميل الطلاب إلي إعمال العقل وتقبل الأفكار والصور وكل ما يوجه الطلاب من ضغوط وتحديات بحيث يتوقع دائماً نتائج إيجابية تؤدي إلي النجاح في الحاضر والمستقبل والشعور بالنمو الذاتي والاحساس بالتحكم والتماسك يعزز مواجهة الطلاب للضغوط والتحديات .

وبالتالي ترى الباحثة أن هذه النتائج تؤكد علي أن المناعة النفسية مؤشر جيد وقوي للشعور بالصحة النفسية وجودة الحياة خاصة لدي شباب الجامعة علي أساس أنهم مصدر قوة المجتمع خاصة في ظل تحديات هذه الأيام من صراعات وبطالة وانتشار للارهاب بالإضافة إلي الضغوط الدراسية والاجتماعية والأسرية ، وبالتالي فإن الاهتمام بتنمية أبعاد ومكونات المناعة النفسية لدي هؤلاء الطلاب مصدر هام لتحقيق جودة الحياة الجامعية من خلال تأثير ذلك علي نظرة الطلاب الجامعيين علي الجوانب الإيجابية في الحياة وبالتالي تحسين الأداء التكيفي والدافعية مما يؤثر علي الشعور بالرضا والقدرة علي مواجهة التحديات في الحياة اليومية .

٢- **نتائج الفرض الثاني والذي ينص علي أنه :** يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين المناعة النفسية بأبعادها (النمو الذاتي _ الشعور بالسيطرة _ التفكير الإيجابي _ التوجه نحو التغيير _ التوجه نحو الهدف _ الذات المبدعة _ فعالية الذات _ التحكم في الانفعالات _ والتحكم في الاندفاع) ، والنهوض الأكاديمي بأبعاده (فاعلية الذات _ اهتزاز الثقة _ المشاركة الأكاديمية _ القلق _ العلاقة بين المعلم والطالب) لدي عينة البحث.

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط بطريقة بيرسون بين مقياس المناعة النفسية بأبعادها ومقياس النهوض الأكاديمي بأبعاده وأسفرت المعالجة الإحصائية عن النتائج كما في الجدول التالي :

جدول (١٦) : مصفوفة الارتباط بين مقياس المناعة النفسية و مقياس النهوض الأكاديمي

م	مقياس المناعة النفسية	مقياس النهوض الأكاديمي	فاعلية الذات	اهتزاز الثقة	المشاركة الاكاديمية	القلق	العلاقة بين المعلم والطالب	مجموع
١	النمو الذاتي	*٠,٧٤٣	*٠,٧١٥	*٠,٧٧٥	*٠,٦٨٢	*٠,٧٣٧	*٠,٦٩٧	
٢	الشعور بالسيطرة	*٠,٧٥٠	*٠,٦٣٨	*٠,٦٥٣	*٠,٧٤٨	*٠,٦٠٩	*٠,٦٣٨	
٣	التفكير الإيجابي	*٠,٦٢٤	*٠,٦٩٨	*٠,٦٣٨	*٠,٦٦٣	*٠,٦٣٩	*٠,٦٥٨	
٤	التوجه نحو التغيير	*٠,٦٨٠	*٠,٧١٤	*٠,٧٠٢	*٠,٧٤٠	*٠,٦٧٨	*٠,٦٤٤	
٥	التوجه نحو الهدف	*٠,٧٥٦	*٠,٦٢٩	*٠,٧٨٢	*٠,٧٠٣	*٠,٦٩١	*٠,٦٠٦	
٦	الذات المبدعه	*٠,٧٣٦	*٠,٦٨٤	*٠,٧٤٩	*٠,٦٣٩	*٠,٦٢٥	*٠,٦٥٨	
٧	فعالية الذات	*٠,٦٩٤	*٠,٧٥٧	*٠,٦٩٦	*٠,٦٩٦	*٠,٦٩٦	*٠,٦٤٣	
٨	التحكم في الإنفعالات	*٠,٧٠٥	*٠,٧٦٣	*٠,٧٤٢	*٠,٦٥٠	*٠,٦٧٨	*٠,٦٢٧	
٩	التحكم في الإندفاع	*٠,٦٤٨	*٠,٦٨١	*٠,٦٤٨	*٠,٧٥٧	*٠,٦٨٢	*٠,٦٧٦	
مجموع	وع	*٠,٦٤٧	*٠,٦٦٠	*٠,٦٣١	*٠,٧٩٥	*٠,٦٧٤	*٠,٦٢٥	

(* دالة عند مستوي ٠,٠٥)

ومن الجدول السابق يتضح تحقق الفرض الثاني حيث :

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠٥ بين فاعلية الذات والمناعة النفسية بأبعادها .
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠٥ بين اهتزاز الثقة والمناعة النفسية بأبعادها .
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠٥ بين المشاركة الأكاديمية والمناعة النفسية بأبعادها .
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠٥ بين القلق والمناعة النفسية بأبعادها .
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠٥ بين العلاقة بين المعلم والطالب والمناعة النفسية بأبعادها .
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠٥ بين النهوض الأكاديمي والمناعة النفسية بأبعادها .

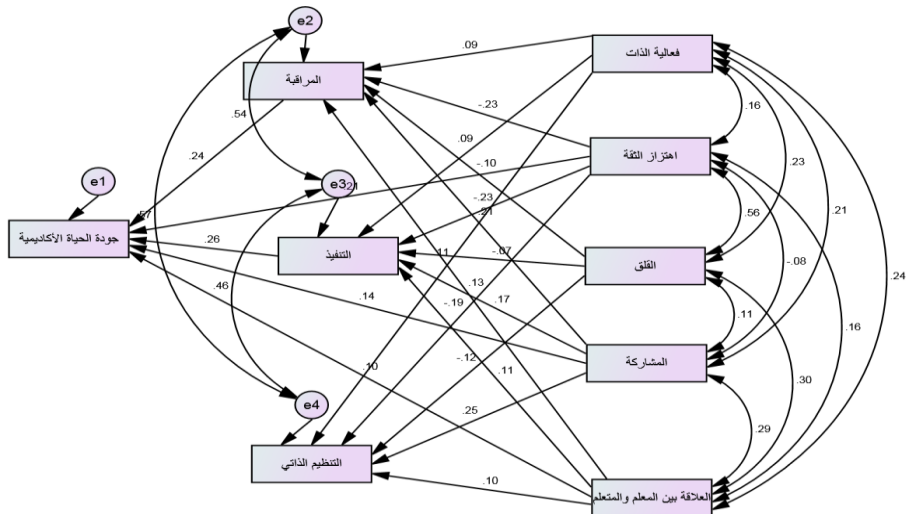
ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النماذج المفسرة للمناعة النفسية ، حيث ترى الباحثة أنه خلال مرحلة الجامعة يتمثل طموح الطلاب في تحقيق النجاح والحصول علي تقديرات مرتفعة ، وهذا الأمر ليس من الأمور السهلة علي الطلاب ، بل يتطلب اكتساب الطلاب للعديد من المهارات ويحتاج إلي قدرة علي مواجهة التحديات والصعاب ، مع المثابرة وزيادة الجهد والصبر والخلفية العلمية الجيدة وهي أمور قد يمتلكها الكثير ولكنه غير قادر علي توظيفها لتحقيق الهدف ، والمناعة النفسية تساعد الطلاب في تحديد إمكاناته وقدرته علي تقويمه لذاته خاصة في المواقف

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة .==
 الصعبة والضاغطة ، وتجعل الفرد يلتزم بأداء واجباته ولديه قدرة علي التحكم في الأحداث وبالتالي لا يفقد القوة وتزيد المقاومة النفسية أثناء المواقف الضاغطة والتحديات الصعبة وبالتالي يتمكن الفرد من تحقيق النجاح.

٣- نتائج الفرض الثالث والذي ينص علي أنه : والذي ينص علي " تشكل متغيرات البحث فيما بينها نموذجاً سببياً يفسر علاقات التأثير والتأثر بين أنظمة المناعة النفسية (نظام المعتقدات الإيجابية ، ونظام المراقبة _ الإبداع _ التنفيذ ، ونظام المعتقدات المنظمة ذاتياً) كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي (فعالية الذات _ كمتغيرات مستقلة ، وجودة الحياة الجامعية بأبعادها (الصورة الذهنية _ الدعم الأكاديمي _ فاعلية الذات _ تنظيم وإدارة الذات) كمتغيرات تابعة .

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام برنامج (Amos 23) للتحقق من النموذج المقترح بطريقة Bootstrapping ، بهدف تحديد فترات الثقة ومستويات الدلالة للتأثيرات المباشرة والتأثيرات غير المباشرة لمتغيرات النموذج ، ويوضح الشكل (١) القيم المعيارية لتشبعات كل من النهوض الأكاديمي وأنظمة المناعة النفسية علي جودة الحياة الجامعية لأفضل نموذج سببي كما يلي :

شكل (١) قيم التشبعات المعيارية لكل من النهوض



الأكاديمي وأنظمة المناعة النفسية علي جودة الحياة الجامعية

يوضح جدول (١٧) مؤشرات حسن المطابقة للنموذج بعد حساب قيم التشبعات المعيارية كما يلي

= (٣.٢) : المجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ =

جدول (١٧) مؤشرات حسن المطابقة للنموذج بعد حساب قيم التشبعات المعيارية

المؤشر	القيمة	المؤشر	القيمة
٢كا (x2)	3.001	NFI	.998
درجة الحرية (df)	3	TLI	1.000
مستوي الدلالة sig	0.391	AGFI	.982
CMIN	3.001	GFI	.999
CMIN/DF	1.000	CFI	1.000
P	.391		
RFI	.973		
IFI	1.000		
RMSEA	.001		

ومن الجدول (١٧) يتضح مطابقة النموذج الناتج للنموذج المفترض ، حيث وقعت جميع مؤشرات المطابقة في المدى الطبيعي لها.

ويوضح الجدول (١٨) التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والتأثيرات الكلية التي يحتوي عليها النموذج البنائي ، مقرونة بقيم (ت) والخطأ المعياري لتقدير التأثير ، والدلالة الإحصائية للتأثير .
جدول (١٨): الأوزان الانحدارية المعيارية (التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية)، وغير المعيارية التي يحتوي عليها النموذج البنائي للمناعة النفسية ، مقرونة بقيم النسبة الحرجة وخطأ القياس لتقدير التأثير، والدلالة الإحصائية للتأثير.

النسبة الحرجة	خطأ القياس	الوزن الانحداري غير المعياري	الوزن الانحداري المعياري "التأثير"	نوع التأثير	التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية للمتغير (المستقلة --- < الوسيط والتابع)		
*٢,١٥٧	٠,١٦٣	٠,٣٥١	٠,٠٩٠	مباشر	نظام المعتقدات	<---	فعالية الذات
*١,٩٧	٠,١٧٩	٠,٣٥١	-	كلي	الإقدامية	<---	
*٢,١٤١	٠,١٥٩	٠,٣٤٠	٠,٠٩١	مباشر	نظام معتقدات	<---	فعالية الذات
١,٧٨	٠,١٩١	٠,٣٤٠	٠,٠٩١	كلي	المراقبة والإبداع والتنفيذ	<---	
*٢,٥٦٦	٠,١١٥	٠,٢٩٦	٠,١٠٧	مباشر	نظام المعتقدات	<---	فعالية الذات
*٢,٢٤٣	٠,١٣٢	٠,٢٩٦	٠,١٠٧	كلي	المنظمة ذاتيا	<---	
-٤,٧٩٠	٠,٠٩٨	٠,٤٥٩-	٠,٢٣٠-	مباشر	نظام معتقدات	<---	اهتزاز الثقة
٤,٥٩-	٠,١٠٠	٠,٤٥٩-	٠,٢٣٠-	كلي	المراقبة والإبداع والتنفيذ	<---	
٤,٨٢٤-	٠,١٠١	٠,٤٨٧-	٠,٢٣٣-	مباشر	نظام المعتقدات	<---	اهتزاز الثقة
٥,٠٣٣-	٠,٠٩٧	٠,٤٨٧-	٠,٢٣٣-	كلي	الإقدامية	<---	
٣,٩٨٨-	٠,٠٧٢	٠,٢٨٥-	٠,١٩٢-	مباشر	نظام المعتقدات	<---	اهتزاز الثقة
٤,٠٢-	٠,٠٧١	٠,٢٨٥-	٠,١٩٢-	كلي	المنظمة ذاتيا	<---	
٢,٤٠٩-	٠,١١٤	٠,٢٧٥-	٠,١١٩-	مباشر	نظام المعتقدات	<---	القلق
٢,٤٦-	٠,١١٢	٠,٢٧٥-	-	كلي	المنظمة ذاتيا	<---	
١,٩٣٤-	٠,١٦١	٠,٣١٢-	٠,٠٩٦-	مباشر	نظام المعتقدات	<---	القلق
-	٠,١٥٧	٠,٣١٢-	٠,٠٩٦-	كلي	الإقدامية	<---	
٠,١٤٩٨	٠,١٥٧	٠,٣١٢-	٠,٠٩٦-	كلي	الإقدامية	<---	
١,٣٩١-	٠,١٥٧	٠,٢١٨-	٠,٠٧٠-	مباشر	نظام معتقدات	<---	القلق
١,٤٥-	٠,١٥٠	٠,٢١٨-	٠,٠٧٠-	كلي	المراقبة والإبداع والتنفيذ	<---	

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة . ==

النسبة الحرجة	خطأ القياس	الوزن الانحداري غير المعياري	الوزن الانحداري المعياري "التأثير"	نوع التأثير	التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية للمتغير (المستقلة --- الوسيط والتابع)		
**٣,٨١٣	٠,٣٥٥	١,٣٥٤	٠,١٣٨	مباشر	جودة الحياة الجامعية	<---	المشاركة
**٣,٨٣	٠,٢٤٤	٠,٩٣٣	٠,٠٩٥	غير مباشر			
**٥,٧٦	٠,٣٩٧	٢,٢٨٦	٠,٢٣٣	كلي			
**٥,٠٢٠	٠,١٦١	٠,٨٠٩	٠,٢١٢	مباشر	نظام المعتقدات الإقدامية	<---	المشاركة
**٣,٩٢	٠,٢٠٦	٠,٨٠٩	٠,٢١٢	كلي			
**٣,٩١٤	٠,١٥٧	٠,٦١٤	٠,١٦٨	مباشر	نظام معتقدات المراقبة والإبداع والتنفيذ	<---	المشاركة
**٣,٥٢	٠,١٧٤	٠,٦١٤	٠,١٦٨	كلي			
**٥,٨٧٨	٠,١١٤	٠,٦٧٢	٠,٢٤٨	مباشر	نظام المعتقدات المنظمة ذاتيا	<---	المشاركة
**٤,٩٤	٠,١٣٦	٠,٦٧٢	٠,٢٤٨	كلي			
**٥,٥٤٣	٠,١١١	٠,٦١٤	٠,٢٤٠	مباشر	جودة الحياة الجامعية	<---	نظام المعتقدات الإقدامية
**٤,٩٥	٠,١٢٤	٠,٦١٤	٠,٢٤٠	كلي			
**٦,٢٢٩	٠,١١٤	٠,٧٠٩	٠,٢٦٤	مباشر	جودة الحياة الجامعية	<---	نظام معتقدات المراقبة والإبداع والتنفيذ
٤,٠٢-	٠,٠٧١	٠,٢٨٥-	٠,١٩٢-	كلي			
**٤,٩٤	٠,١٣٦	٠,٦٧٢	٠,٢٤٨	كلي			
**٢,٨٢٣	٠,٣٣٢	٠,٩٣٧	٠,١٠٢	مباشر	جودة الحياة الجامعية	<---	العلاقة بين المعلم والطالب
**٢,٦٠	٠,٢١٨	٠,٥٦٥	٠,٠٦١	غير مباشر			
**٣,٨٧	٠,٣٨٩	١,٥٠٣	٠,١٦٣	كلي			
**٣,٠٢٢	٠,١٥٥	٠,٤٦٨	٠,١٣٠	مباشر	نظام المعتقدات الإقدامية	<---	العلاقة بين المعلم والطالب
**٢,٧١	٠,١٧٩	٠,٤٦٨	٠,١٣٠	كلي			
**٢,٥٩١	٠,١٥١	٠,٣٩١	٠,١١٤	مباشر	نظام معتقدات المراقبة والإبداع والتنفيذ	<---	العلاقة بين المعلم والطالب
*٢,١٨	٠,١٨٠	٠,٣٩١	٠,١١٤	كلي			
*٢,٢٨١	٠,١١٠	٠,٢٥١	٠,٠٩٨	مباشر	نظام المعتقدات المنظمة ذاتيا	<---	العلاقة بين المعلم والطالب
*٢,٠٥	٠,١٢٢	٠,٢٥١	٠,٠٩٨	كلي			

* دال عند مستوي (٠,٠٥) ** دال عند مستوي (٠,٠١)

مما سبق أمكن للباحثة استنتاج الآتي :

- ١- تؤثر فعالية الذات (بعد من أبعاد النهوض الأكاديمي) تأثيراً مباشراً في نظام المعتقدات الإقدامية بمقدار (٠,٠٩٠) .
- ٢- كما تؤثر فعالية الذات تأثيراً مباشراً في نظام المراقبة والإبداع والتنفيذ بمقدار (٠,٠٩١) .
- ٣- وتؤثر فعالية الذات تأثيراً غير مباشر عبر نظام المعتقدات الإقدامية علي جودة الحياة الجامعية بمقدار (٠,٠٤٦) .
- ٤- كما يوجد تأثير غير مباشر وكلي لفعالية الذات دال إحصائياً عبر أنظمة المناعة النفسية (نظام المعتقدات ، الإقدامية ، نظام المراقبة والإبداع والتنفيذ ، ونظام المعتقدات المنظمة ذاتياً) ككل في جودة الحياة الجامعية ، كما بلغت قيمة التأثيرات الكلية لفعالية الذات في جودة

= (٣٠٤) : المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ =

- الحياة الجامعية (٠,٠٤٦).
- ٥- يؤثر اهتزاز الثقة (أحد أبعاد النهوض الأكاديمي) تأثيراً مباشراً سالباً في نظام المراقبة والإبداع والتنفيذ بمقدار (٠,٢٣٠) .
- ٦- كما يؤثر اهتزاز الثقة تأثيراً سالباً مباشراً في نظام المعتقدات الإقدامية بمقدار (٠,٢٣٣) .
- ٧- ويؤثر اهتزاز الثقة تأثيراً غير مباشر عبر نظامي المعتقدات الإقدامية ومعتقدات المراقبة والإبداع والتنفيذ في جودة الحياة الجامعية بمقدار (٠,١١٧) .
- ٨- كما بلغت قيمة التأثيرات الكلية لكل من التأثيرات المباشرة وغير المباشرة في جودة الحياة الجامعية بمقدار قيمته (٠,٣٣١) .
- ٩- كما يؤثر القلق (أحد أبعاد النهوض الأكاديمي) تأثيراً مباشراً سالباً في نظام المعتقدات الإقدامية بمقدار (٠,٠٩٦) .
- ١٠- ويؤثر القلق تأثيراً سالباً مباشراً في نظام المراقبة والإبداع والتنفيذ بمقدار (٠,٠٧٠) .
- ١١- ويؤثر القلق تأثيراً غير مباشراً عبر نظامي المعتقدات الإقدامية ومعتقدات المراقبة والإبداع والتنفيذ في جودة الحياة الجامعية بمقدار (٠,٠٤٢) ، كما بلغت قيمة التأثيرات الكلية في جودة الحياة الجامعية (٠,٠٤٢) .
- ١٢- وتؤثر المشاركة (أحد أبعاد النهوض الأكاديمي) تأثيراً مباشراً في نظام المعتقدات الإقدامية بمقدار (٠,٢١٢) ، وفي نظام معتقدات المراقبة والإبداع والتنفيذ بمقدار (٠,١٦٨) ، وفي نظام المعتقدات المنظمة ذاتياً بمقدار (٠,٢٤٨) .
- ١٣- كما يوجد تأثير غير مباشر للمشاركة في جودة الحياة من خلال أنظمة المناعة النفسية الثلاثة بمقدار (٠,٠٩٥) ، وقد بلغت قيمة التأثيرات الكلية (٠,٢٣٣) .
- ١٤- كما تؤثر العلاقة بين المعلم والطالب (أحد أبعاد النهوض الأكاديمي) تأثيراً غير مباشراً في جودة الحياة الجامعية بمقدار (٠,٠٦١) ، وبلغت قيمة التأثيرات الكلية (٠,١٦٣) .

ومن ثم تمثل أنظمة المناعة النفسية الثلاثة متغيرات وسيطة كلية Full Mediation في تأثير النهوض الأكاديمي علي جودة الحياة الجامعية بأبعادها. وبذلك يمكن التأكيد علي تحقق الفرض ، حيث تشكل متغيرات البحث فيما بينها نموذجاً سببياً يفسر علاقات التأثير والتأثر بين أنظمة المناعة النفسية (نظام المعتقدات الإقدامية ، ونظام معتقدات المراقبة والإبداع والتنفيذ ، ونظام المعتقدات المنظمة ذاتياً) كمتغيرات وسيطة بين أبعاد النهوض الأكاديمي (فعالية الذات ، اهتزاز الثقة ، القلق ، والمشاركة ، والعلاقة بين المعلم والطالب) كمتغيرات مستقلة ، وجودة الحياة الجامعية كمتغير تابع.

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

وتتفق تلك النتيجة مع نتائج بحث (Muyan-Yilik & Demir,2020) والتي أشارت إلي أن النهوض الأكاديمي يؤثر بمسارات غير مباشرة في جودة الحياة عبر أنظمة المناعة النفسية ، كذلك تتفق وبحث (Buruck etal .,2016) والتي أشارت إلي أن النهوض الأكاديمي منبئ قوي لأبعاد جودة الحياة.

وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه نتائج بحث (Martin & Marsh , 2008) والتي توضح العوامل التي تساعد في تحقيق النهوض الأكاديمي لدي الطلاب ومنها:

١- العوامل النفسية: والتي تتمثل في الكفاءة الذاتية للطلاب ، والقدرة علي ضبط الذات ، وتحديد الأهداف والدافعية.

٢- العوامل المرتبطة بالتعلم: المشاركة والانخراط في المهام والأنشطة الطلابية داخل الحرم الدراسي ، والطموح الأكاديمي للطلاب ، والشعور بالاستمتاع بالتعلم ، والقدرة علي التواصل مع المعلمين ، والتغذية الراجعة الفعالة.

٣- العوامل المرتبطة بدعم الأسرة والأقران: وتتضمن تقديم الدعم من جانب الأسرة والأصدقاء ، وكذلك القدرة علي الانضمام والمشاركة في المؤسسات المجتمعية.

كما يمكن تفسير تلك النتيجة في إطار ما أشارت إليه (أمل عبد المحسن ،٢٠١٨) حيث يؤثر النهوض الأكاديمي خلال مرحلة الجامعة علي الدور الذي يقوم به الطالب خلال مرحلة الجامعة ، حيث يواجه معظم طلاب الجامعة تحديات أكاديمية ، كجزء من الحياة الدراسية اليومية ، وبالتالي تتباين الطرق الكيفية التي تعكس قدرة الطلاب علي التكيف والاندماج في مواجهة التحديات الأكاديمية . كما تشير العديد من نتائج البحوث إلي أن كثيرا من طلاب الجامعة لا يمتلكون المهارات الاجتماعية والوجدانية التي تساعدهم علي الاستفادة من معارفهم الأكاديمية ، الأمر الذي يتطلب أن تهتم المؤسسات الجامعية بجوانب الشخصية المعرفية والاجتماعية والوجدانية ، وبالتالي تظهر هنا أهمية النهوض الأكاديمي.

كما يشير بحث (Muyan-Yilik & Demir,2020) إلي الدور الذي تقوم به أنظمة المناعة النفسية خلال مرحلة الجامعة في تحقيق الشعور بالرضا وجودة الحياة الجامعية.

ويؤكد (Heckman, Stixrud & Urzua,2006, 294) علي أهمية عوامل التمكين الأكاديمية وغير الأكاديمية ضمن سلوكيات الطلاب ، بالإضافة إلي المهارة الأكاديمية ، والتي تؤدي إلي تحسين الأداء الأكاديمي وهذه العوامل التمكينية الأكاديمية هي "المهارات والمواقف والسلوكيات غير الأكاديمية التي تسمح للطالب المشاركة والاستفادة في نهاية المطاف من التدريس الأكاديمي في الفصل الدراسي) وبشكل أكثر تحديداً ، يُعتقد أن الجوانب المختلفة التي

تسهم بشكل كبير في التنبؤ بجودة الحياة "النهوض الأكاديمي (Martin & Marsh, 2009 ; 2008) هذا المفهوم الذي يجمع بين العوامل النفسية (احترام الذات والصحة النفسية) ؛ عوامل المشاركة المدرسية ، البيئة والتمتع بالتعليم) ؛ وعوامل العلاقة الأسرية والأقران (والوالدين العلاقات بين الأقران) لتوفير رؤية مشتركة لجودة الحياة . ويحاول هذا النموذج شرح كيف يمكن أن تتفاعل هذه العوامل داخل الفرد وتؤثر فيما يتعلق بإعدادات المدرسة والتحصيل الأكاديمي.

كما أن الطلاب مع مستويات عالية من النهوض الأكاديمي ، يُعتقد أنها أكثر قدرة على مواجهة التحديات اليومية للحياة المدرسية ، وبالتالي فهي تعمل كعامل وقائي وتعمل على "التنشيط (Martin & Marsh , 2008 ,74) . وبالمثل ، المثابرة والسيطرة والمشاركة، و ثبت ارتباطها بشكل إيجابي بالنهوض الأكاديمي ، وقد يكون هذا هو المسار الذي يساهم فيه النهوض الأكاديمي تحسين الإنجاز . علاوة على ذلك ، تشير نتائج البحث إلي الدور الإيجابي للنهوض الأكاديمي في تحسين جودة الحياة الأكاديمية للطلاب في المدارس.

ومما سبق تري الباحثة أن أهمية أبعاد النهوض الأكاديمي (فعالية الذات ، والمشاركة والعلاقة بين المعلم والطالب) تظهر من خلال نتائج البحث الحالي ، فعندما يتعرض الطلاب للضغوط والصعوبات الدراسية ، حيث تمثل هذه الأبعاد دوراً هاماً ومحورياً للتقدم والإنجاز الأكاديمي ، وخاصة لدي الطلاب منخفضي المناعة النفسية ، حيث يعاني هؤلاء من مشكلات وصعوبات دراسية ، ولديهم دافعية أقل للدراسة ويحجمون عن المشاركة الأكاديمية ، وبالتالي فإن أبعاد ومكونات النهوض الأكاديمي ذات تأثير قوي ومباشر في مواجهة التحديات والصعوبات الدراسية مما يؤثر بالضرورة علي الشعور بمناعة نفسية جيدة ، وبالتالي الشعور بجودة الحياة الجامعية .

حيث أشارت (أمل عبد المحسن ، ٢٠١٨) إلي أهمية النهوض الأكاديمي لطلاب الجامعة وخاصة ذوي التحصيل الأكاديمي المنخفض ، حيث يرتبط بالعديد من المتغيرات المعرفية والنفسية والاجتماعية ، لأنه يشمل العمليات التي يحتاجون إليها لمواجهة الضغوط والصعوبات التي يواجهونها كمدخل وقائي مرتبط بنواتج التعلم الإيجابية . فالنهوض الأكاديمي يعزز القدرة علي مواجهة التحديات والعقبات المرتبطة بالمهام الأكاديمية وضغوط الاختبارات الدراسية .

كذلك يمكن تفسير ذلك في إطار ما أشار إليه كل من (محمود عكاشة ، أمل عبد المحسن ، ٢٠١٩) أ جودة الحياة الجامعية منظومة متكاملة تعتمد علي تحقيق التوازن بين أسلوب الطالب في دراسته لمقرراته ، وهي ما نطلق عليه مهارات التنظيم الذاتي للتعلم ، والتي يكتسبها خلال

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

سنوات دراسته السابقة بحيث أصبح أسلوباً مميزاً للطلاب يتم من خلاله تحقيق النجاح والرضا عن الأداء الأكاديمي ، وهذه المهارات تتمثل في مهارات التخطيط والمراقبة والتقييم والتطوير والوعي بمتطلبات البحث والنجاح فيها . كما تتضمن أيضاً قدرة المؤسسة الأكاديمية وأنظمتها والخدمات التي تقدمها للطلاب وتمكنهم من الثقة في قدراتهم علي تحقيق النجاح.

وتؤكد علي ذلك نتائج (Martin & Marsh, 2008) التي أشارت إلي إمكانية التنبؤ بالأداء الإيجابي مثل إتمام المهام والاتجاهات الإيجابية للدراسة ، والتي تعتبر عوامل رئيسية في الشعور بجودة الحياة الجامعية من خلال أبعاد النهوض الأكاديمي ، كما أن النهوض الأكاديمي يرتبط ارتباطاً موجباً ودالاً إحصائياً بالإدارة الذاتية ، وإدارة الأفكار ، وإدارة الانفعالات ، وإدارة السلوك للتغلب علي التحديات واتخاذ القرارات السليمة.

كما أكد (Olah et al., 2010) علي أن المناعة النفسية تعزز موقف الذات في عملية مواجهة الضغوط والتحكم فيها ، بالإضافة إلي أنه مسئول إمكانات نمو الفرد وفعاليتها وسماته الشخصية والاستفادة من خبراته في التعامل مع المشكلات.

ويمكن أيضاً تفسير هذه النتيجة من خلال التصورات والأطر النظرية التي تناولت نظام المناعة النفسية ، حيث يشير معظم الباحثين الذين تناولوا مفهوم المناعة النفسية وخاصة تصور Olah عن أنظمة المناعة النفسية والذي يري أن أنظمة المناعة النفسية ما هي إلا ميكانيزمات للدفاع ، حيث أن الأفراد الذين يتمتعون بدرجات مرتفعة من المناعة النفسية قادرين علي تحقيق جودة الحياة الجامعية وذلك من خلال توفير الطاقة النفسية للفرد للوصول إلي حالة التكيف والالتزان وذلك عن طريق الحفاظ علي الموارد النفسية اللازمة للتعامل مع المواقف الصعبة والتحديات والعقبات التي يواجهها الطلاب في حياتهم الجامعية ، حيث أكدت بعض التوجهات النظرية علي أن المناعة النفسية آلية دفاعية أكثر عمقاً وتعقيداً فهي وحدة متكاملة من الأنظمة والأبعاد التي تتضمن المرونة وإستراتيجيات المواجهة والصمود والقدرات التكيفية التي تقوي الفرد وتساعده في مواجهة الضغوط والتحديات كما تدعم ميكانيزمات وأبعاد جودة الحياة الجامعية والعديد من المتغيرات الإيجابية في شخصية الطلاب.

من خلال العرض السابق لنتائج التحليل الإحصائي لفروض البحث وتفسيراتها ، يمكن الإشارة إلي :

- (١) يوجد ارتباط موجب قوي بين المناعة النفسية والعديد من متغيرات علم النفس الإيجابي وأهمها النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية.
- (٢) يمتلك طلاب المرحلة الجامعية مستويات مختلفة من أنظمة المناعة النفسية التي تساعدهم

- وتؤهلهم من تحقيق فعالية الذات في ظل الخبرات المتعلقة بالمشاركة وطبيعة العلاقة بين الطالب والمعلم مما يسهم في الشعور بالرضا والاستمتاع بجودة الحياة الجامعية.
- ٣) تؤدي أنظمة المناعة النفسية دوراً وسيطاً في تأثير النهوض الأكاديمي علي جودة الحياة الجامعية ، وبالتالي يأتي أهمية الدور يلعبه النهوض الأكاديمي في مساعدة الطلاب علي اجتياز التحديات والاستمتاع بجودة الحياة.
- ٤) إعداد ورش عمل حول تدريب طلاب الجامعة علي كيفية تطوير وتنمية الجهاز المناعي لديهم ، وكيفية مواجهة التحديات والصعوبات التي تحول بين قدراتهم علي تحقيق النهوض الأكاديمي والشعور بجودة الحياة الجامعية.
- ٥) استخدام أعضاء هيئة التدريس بالجامعة لأساليب التدريس القائمة علي أسلوب حل المشكلات وتدريبهم علي مواجهة التحديات والمشاركة في عملية التعلم يسهم بشكل كبير في تطوير أنظمة المناعة النفسية والشعور بجودة الحياة الجامعية ، وكذلك اهتمام الإدارة بتوفير مناخ تعليمي جيد يسهم في تقوية العلاقات بين الطلاب والقائمين بالتدريس من أهم العوامل التي تسهم في تعزيز جهاز المناعة لدي الطلاب وتحقيق جودة الحياة الجامعية.
- ٦) تشجيع الطلاب منخفضي المناعة النفسية علي المشاركة الفعالة في الأنشطة الجامعية والعمل الجماعي واتباع روح الجماعة وابتكار كل ما هو جديد ، نظراً لدورها الفعال في تنمية جهاز المناعة لديهم وأيضاً الشعور بجودة الحياة الجامعية والاستمتاع بها.

توصيات البحث :

في إطار ما قدمه البحث الحالي من إطار نظري ، وما تتضمنه من بحوث سابقة ، وما توصل إليه من نتائج ، فإنه يمكن تقديم مجموعة من التوصيات لكل من القائمين علي العملية التعليمية داخل الحرم الجامعي ، وللباحثين المهتمين بمجالات علم النفس والصحة النفسية تتمثل في الآتي :

- ١- إجراء المزيد من البحوث حول مفهوم جودة الحياة الجامعية ومفهوم المناعة النفسية والبحث حول تنمية مثل هذه المفاهيم.
- ٢- اهتمام المؤسسات التعليمية والتربوية بعقد الندوات والدورات لتنمية الوعي نحو هذه المفاهيم وتنميتها وذلك لتأثيرها الواضح في بناء شخصية الأفراد.
- ٣- محاولة جذب الانتباه والتركيز علي مفاهيم علم النفس الإيجابي وتركيز الضوء علي جوانب الشخصية الإيجابية لدي الأفراد.
- ٤- التأكيد علي تنمية أبعاد ومكونات جودة الحياة ، والمناعة النفسية من خلال البرامج

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==
والندوات التنقيفية داخل الجامعة.

بحوث ودراسات مقترحة :

في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج تقترح الباحثة عدد من البحوث التي يمكن إجراؤها مستقبلياً وهي :

- ١- فعالية التدريب علي أنظمة المناعة النفسية في تحسين جودة الحياة الجامعية.
- ٢- بحث العلاقات بين المناعة النفسية وبعض المتغيرات الشخصية.
- ٣- إعداد برامج تدريبية لتحسين أنظمة المناعة النفسية لدي طلاب المراحل المختلفة من التعليم.
- ٤- بحث البنية العاملية لمقياس أنظمة المناعة النفسية.
- ٥- إجراء بحوث مختلفة لجودة الحياة مع مراحل عمرية مختلفة وخاصة لدي ذوى القدرات الفاقئة.
- ٦- بحث أثر المناعة النفسية ، وجودة الحياة علي الاندماج الأكاديمي للطلاب.

المراجع :

أمل عبد المحسن (٢٠١٨) . تأثير التعلم الاجتماعي الوجداني في تحسين النهوض الأكاديمي للمتعثرات أكاديميا في جامعة طيبة بالمدينة المنورة ، مجلة كلية التربية ، جامعة أسبوط ، ٣٤(٦) ، ٤٤٦_٣٨٩ .

رانيا خميس الجزائر و سناء سليمان محمد وشيماء أحمد مجاهد (٢٠١٨) . المناعة النفسية لدي طلاب الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي . مجلة البحث العلمي في الآداب ، ١٩(٧) ، ٤٢-١ .

سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٩) . أساليب التفكير وأنماط معالجة المعلومات المرتبطة بنصفي المخ لدي مرتفعي ومنخفضي المناعة النفسية من المسنين مرضي باركينسون " بحث نيوروسيكولوجية في إطار التفاعل بين المخ وجهاز المناعة " ، المؤتمر الدولي الأول : مشكلات المسنين بين الواقع والآفاق ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة أكلي محند أولحاج ، البويرة ، الجزائر ، خلال الفترة من ١٧-١٨ نوفمبر ، ٢٠١٩-٢٥٠ .

سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠٢٠) . المقياس العربي للمناعة النفسية " الجهاز المناعي النفسي كمنظومة سيكوفسيولوجية لتجاوز العثرات وتحقيق النجاحات ، القاهرة : دار النشر .

عبد الوهاب كامل (١٩٩٤ج) . المناعة النفسية ومثلث الرعب . مجلة المعلومات ، مركز المعلومات

= (٣١٠) : الدجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ =

عبد الوهاب كامل (١٩٩٩) . التعلم العلاجي بين النظرية والتطبيق " الأسس العلمية لبرامج تعديل السلوك " . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية .

عبد الوهاب كامل (٢٠٠٢) . اتجاهات معاصرة في علم النفس . القاهرة : الأنجلو المصرية .

عصام محمد زيدان (٢٠١٣) . المناعة النفسية : مفهومها ، وأبعادها ، وقياسها ، كلية التربية ، جامعة طنطا ، ٥١ (٣) ، ٨١١-٨٨٢ .

علاء الشريف (٢٠١٥) . فعالية برنامج إرشادي قائم علي خصائص الشخصية المحددة لذاتها لتدعيم المناعة النفسية وأثره في خفض الشعور بالاغتراب لدي طلاب الجامعة الفلسطينية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة المنصورة .

محمود عكاشة وأمل عبد المحسن (٢٠١٩) . كراسة تعليمات مقياس جودة الحياة الجامعية ، مكتبة الانجلو المصرية .

ناصر الدين إبراهيم أبو حماد (٢٠١٩) . جودة الحياة وعلاقتها بالسعادة النفسية والقيمة الذاتية لدي عينة من طلبة جامعة الأمير سلطان بن عبد العزيز . مجلة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية ، ١٠ (٢٧) ، ٢٦٧-٢٨١ .

Akhlaghi , M . & Ganji,A . M (2019) . Studying the relationship between the Quality of school life and academic buoyancy of second grade students of high school. *Specialy Journal of Knowledge Management* , 4(2), 14_19.

Alves,P.C., Oliveira,A.F. & Paro,H.M. (2019). Quality of life and burnout among faculty members: How much does the field of knowledge matter?. *PLOS ONE* , 14(3) , 1-12.

Bajaj, B., & Pande, N. (2016). Mediating role of resilience in the impact of mindfulness on life satisfaction and affect as indices of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 93, 63–67.

Berger,C. , Alcalay,L. Torretti,A. & Milicic ,N.(2011) . Socio_emotional wellbeing and academic achievement : Evidence from amulti level approach , *Psychologia : Reflexaoe Critria* , 24(2) , 344_351.

Bhardwaj , A. K. (2012) . Astudy of the effect of pragyayoga sadhana on adolescents , *Psycho-Immunity* . Unpublished ph. D. thesis , Department of clinical psychology , Dev sanskriti university , Haridwar .

Bhardwaj , A . K . , & Agrawal , G. (2015) . Concept and applications of psycho_ immunity (defense against mental illness) : importance in mental health scenario , Online , *Journal of Multidisciplinary Research (OJMR)* , Association for Indian Psychology , 3(1) , 6-15.

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

- Bona , K. (2014) . An Exploration of the Psychological Immune in Hungarian Gymnasts . M .A , Department of Sport Science , University of Tyvaskyla.
- Bowling , A.(2005) . Measuring health _ A review of Quality of life measurement scales . Maid en head : Open University Press.
- Cai , T . ; Verze,P. & Johansen , T . B . (2021). The Quality of life Definition: Where are we going ? Urol , 1 , 14_22.
- Choi, W. S., & Kim, H. Y. (2018). The effects of smartphone addiction on subjective happiness in university students: Mediating effect of resilience. Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society, 19(1), 199–207.
- Choochom,O , Sucaromana , U . , Chavanovanich, J . & Tellegen,P . (2019). A Model of self development for Enhancing Psychological Immunity of the Elderly . The Journal of Behavioral Science , 14(1) , 84-96.
- Coleman , J .(2009) . Well_being in schools_empirical measure , or politician`s dream ? . Oxford Review of Education, 35(3) , 281-292.
- Collie , R. , Martin,A. ,Malmberg,L. ,Hall, J. , & Ginns,P.(2014). Academic Buoyancy , Student achievement , and the linking Role of control : A cross lagged analysis of high School student , Manuscript Submitted for Publication.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. Psychological Bulletin, 127(1), 87–127.
- Cour , P. L. ; Nielsen , A. B . S. ; Anderson , S. B. & Madsen , T . (2016) . The Psychological Well-Being–Post-Traumatic Changes Questionnaire: Validation of the Danish Version . American Psychological Association , (August 8) 1-8.
- Cummins, R. A. (2010). Subjective wellbeing, homeostatically protected mood, and depression: A synthesis. Journal of Happiness Studies, 11, 1–17.
- Dennis, J. P., & Vander Wal,J.S.(2010). The Cognitive Flexibility Inventory: Instrument Development and Estimates of Reliability and Validity. Cognitive Therapy and Research, 34, 241-253.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective wellbeing: Three decades of progress. Psychological Bulletin, 125, 276–302.
- Djalante, R., Shaw, R., & DeWit, A. (2020). Building resilience against biological hazards and pandemics: COVID-19 and its implications for the Sendai Framework. Progress in Disaster Science, 6, 100080.

- Dubey , A. , & Shahi, D. (2011). Psychological Immunity and coping strategies : A study on Medical Professionals , Indian Journal of social Science Researches , 8(1-2) , 36-47.
- Durand ,M. (2015) . THE OECD BETTER LIFE INITIATIVE: HOW'S LIFE? AND THE MEASUREMENT OF WELL-BEING. Review of Income and Wealth, 61, Number 1, 1-14.
- Freire, C., Ferradás, M. M., Núñez, J. C., and Valle, A. (2018). Coping flexibility and eudaimonic well-being in university students. Scand. J. Psychol. 59, 433–442.
- Gergersen ,T.(2016) . The Positive Broadening Power of a Focus on Well-Being in the Language Classroom . In book: Positive Psychology Perspectives on Foreign Language Learning and Teaching , pp.59-73.
- Gill , C. , Kane , R. & Mazzu Cchelli,T.(2019) . Activation , Avoidance , and Response _ Contingent Positive Reinforcement Predict Subjective Wellbeing . Journal of Happiness Studies , 20 , 331-349.
- Gomber ,A. (2009) . Burnout in Hungarian andswedish emergency nurse: demographic variables work – related factors , social support personality , and life satisfaction as determinants of burnout (Doctoral dissertation) University of Eotvos Lorand , Budapest,Hungry.
- Heckman, J.J., Stixrud, J., & Urzua, S. (2006). The effects of cognitive and noncognitive abilities on labor market outcomes and social behaviour. Journal of Labor Economics, 24(3), 411-482.
- Jones,K. , Mendenhall , S . & Myers, C. (2016) . The effects of sex and gender role identity on perceived stress and coping among traditional and nontraditional students . Journal of American College Health , 64(3) , 205-213.
- Karashki , H . ; Momeni , H. &Ghoreish ,B . (2012) . The Relationship between Academic Motivation and Quality of life of students with Descriptive Evaluation and Tradditional Evaluation . Journal of Research in Curriculum Planning,13, 21:39.
- Kelly , M . A . R . , Sereika , S . M . , Battista , D. R. & Brown , C . (2007) . The relationship between beliefs about depression and coping strategies: Gender differences . British Journal of Clinical Psychology , 46(3) , 315-332.
- Martin , A.J . (2014) . A cademic buoyancy and academic outcomes : Towards a further understanding of students with Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) , Students without ADHD , and academic buoyancy it self . British Journal of Educational Psychology, 84(1) , 86_107.
- Martin , A.J. & Marsh,H.W.(2007) . Academic buoyancy and its psychological and educational correlates :A construct validity approach . Psychology in the schools, 20(0),265_212.

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة . ==

Martin , A.J. ; Colmar , S.H. ; Davey,L.A. , & Marsh,H.W.(2010) . Longitudinal modeling of academic buoyancy and motivation : Do the 5Cs hold up over time ? . British Journal of Educational Psychology , 80,473-496.

Martin ,A.J.,& Marsh,H.W.(2008) . Academic buoyancy :Towards an understanding of students every day resilience . Journal of School Psychology , 46,53-83.

Martin ,A.J.& Marsh,H.W.(2009). Academic resilience and academic buoyancy : multidimensional and hierarchical conceptual framing of causes , correlates and cognate constructs . Oxford Review of Education , 35(3),353-370.

Miller, S., Connolly, P., & Maguire, L. K.(2013). Wellbeing, academic buoyancy and educational achievement in primary school students. International Journal of Educational Research, 62, 239-248.

Miller,D. ; Jopping , K.J. ,& Thurston ,A.(2010) .Peer Tutoring in reading : The effects of role and organization on two dimensions of self_esteem . British Journal of Educational Psychology , 80(30),417-434.

Millová, K., Blatný, M., & Kohoutek, T.(2008). Personality aspects of coping with stress. E-psychologie [online], 2, 1, 1 – 8. (in Slovak).

Mnokh , S .& Al-obeidi , T . (2019) . Psychological Immunity for Preparatory Students . Journal of Tikrit university for humanities , 26(6) , 372-393 .

Muyan-Yilik & Demir(2020). A Pathway Towards Subjective Well-Being for Turkish University Students: The Roles of Dispositional Hope, Cognitive Flexibility, and Coping Strategies . Journal of Happiness Studies , 21(5) , 1945–1963

Nagan , N . T. & Khoi , B .H. (2020) . Factors influencing on Quality of life : Model selection by AIC , International Journal of Psychosocial Rehabilitation , 24(02),163_171.

Nicholson , J.M.; Lucas, N. ; Bethelson , D. , & Wake,M.(2012) . Socioeconomic inequality profiles in physical and developmental health from 0-7 years : Australian National Study . Journal of Epidemiology and community Health , 66,81-87.

Olah , A.(2000) . Health protective and health promoting resources in personality : A framework for the measurement of the psychological immune system . Paper presented at the positive psychology meeting . Quality of life Research Center , Lorand Eotvos University , Budapest , Hungary.

Olah , A.(2002) . Positive traits : Flow and Psychological Immunity . Paper presented at the first International Positive Psychology Summit , 3-6 October , Washington , D . C.

Olah , A.(2005) . Emotions , Coping and Opimal experience . Trefort Kiado.

Oláh A, Nagy H, Tóth KG.(2011). Life expectancy and psychological immune

- competence in different cultures. ETC, 102.
- Oláh, A. (2019). Positivity is an up- to- date predictor of well- functioning instead of a eudaemon. *Asian Journal of Social Psychology*,22,143-145. <https://doi:10.1111/ajsp.12362>.
- Putwain, D. W., Connors, L., Symes, W., & Douglas-Osborn, E. (2012). Is academic buoyancy anything more than adaptive coping? *Anxiety, Stress, & Coping*, 25, 349-358.
- Saab , H . & Klinger,D.(2011) . School difference in adolescent health and well-being : findings from the Canadian Health Behavior in School _ aged Children Study . *Social Science and Medicine* , 70 , 850-858.
- Sadati, A. K. B, Lankarani, M. H., & Bagheri Lankarani, K. (2020). Risk society, global vulnerability and fragile resilience; sociological view on the coronavirus outbreak. *Advances in Shiraz E-Medical Journal*. Advance online publication.
- Seegerstrom ,S. , & Miller , G. (2004) . Psychological Stress and the Human Immune System : A meta _ AnalyticStudy of 30 years of Inquiry . *Psychological Bull* , 130 (4) . 601- 630.
- Seligman , M. , & Csikszentmihalyi,M. (2000) . Positive Psychology : An introduction . *American Psychologist* , 55 , 5-14.
- Sin , N. L. , & Lyubomirsky , s. (2009) . Enhancing Well-being and alleviating depressive symptoms with positive Psychology interventions : A practice _ friendly meta_ analysis . *Journal of clinical psychology : in session* 65(5) , 467-487.
- Voitkane , S.(2004) . Goal Directedness in Relation to Life Satisfaction , Psychological Immune System and Depression in first – semester university students in Latvia . *Baltic Journal of Psychology* , 5(2) , 19-30.

== المناعة النفسية كمتغير وسيط بين النهوض الأكاديمي وجودة الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة. ==

Psychological immunity as a mediating variable between Academic Buoyancy and The Quality of University Life among university students

Dr. Sabah Al Sayed Saad Ibrahim

Educational psychology teacher, Faculty of Education, Benha University

Abstract

The aim of the current research is to examine the mediating role of the psychological immune systems between academic advancement and the quality of university life, through a structural model that shows the nature of the relationships between academic advancement and psychological immunity, and the quality of university life among university students, and the final sample consisted of (450) male and female students, including (134 male and 316 female students from the study teams from the Faculty of Education, Benha University, with an average age of (21.8) and a standard deviation of (1.89). Measures of (academic advancement prepared by / Amal Abdel Mohsen Al-Zoghbi, psychological immunity scale prepared by the researcher) were applied to them. The quality of university life, prepared by / Amal Abdel Mohsen Al-Zoghbi), and the results indicated that psychological immunity plays a mediating role in the impact of the components and dimensions of academic advancement on the quality of university life.

Keywords: Academic Buoyancy - Psychological Immunology - The Quality of University Life

== (٣١٦)! الدجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ المجلد الثاني والثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٢ ==