

فعالية برنامج قائم على بعض عادات العقل لتنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة
المتأخرين دراسيا

The effectiveness of a program based on some habits of mind to develop the
academic resilience among university student's underachievers

إعداد

أ/ شيرين نشأت على حمادة

باحثة ماجستير بقسم الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة طنطا

مجلة العلوم المتقدمة
للصحة النفسية والتربية الخاصة

تصدر عن
وحدة النشر العلمي
كلية التربية
جامعة طنطا

مستخلص البحث

تهدف الدراسة الحالية إلى إعداد برنامج قائم على بعض عادات العقل لطلاب الجامعة المتأخرين دراسيا ، والكشف عن مدى فعالية البرنامج القائم على بعض عادات العقل في تنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا ، تكونت عينة الدراسة من (٥٠) طالبا وطالبة من طلاب كلية التربية - جامعة طنطا ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة . اشتملت أدوات الدراسة على مقياس الصمود الأكاديمي (إعداد الباحثة) ، البرنامج القائم على بعض عادات العقل (إعداد الباحثة) ، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود الأكاديمي في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الصمود الأكاديمي لصالح القياس البعدي.

الكلمات المفتاحية: عادات العقل - الصمود الأكاديمي - المتأخرين دراسيا.

مجلة العلوم المتقدمة
للصحة النفسية والتربية الخاصة

تصدر عن
وحدة النشر العلمي
كلية التربية
جامعة طنطا



Abstract

The current study aims to prepare a program based on some habits of mind for university students underachievers, and to reveal the extent of the effectiveness of the program based on some habits of mind in developing academic resilience among university students underachievers. The study sample consisted of (50) male and female students from the Faculty of Education - Tanta University, they were divided into two groups, one experimental and the other control. The study tools included a scale of academic resilience (prepared by the researcher), a program based on some habits of mind (prepared by the researcher), and the results of the study indicated that there were statistically significant differences between the mean scores of the experimental and control groups on the academic resilience scale in the post-measurement in favor of the experimental group. There are statistically significant differences between the mean scores of the experimental group in the pre and post measurements on the scale of academic resilience in favor of the post measurement.

Keywords: Habits of mind- academic resilience – underachievers

مجلة العلوم المتقدمة
للصحة النفسية والتربية الخاصة

تصدر عن
وحدة النشر العلمي
كلية التربية
جامعة طنطا

أولاً : مقدمة البحث

يواجه طلاب الجامعة الكثير من الأعباء والضغوطات التي تمثل عقبات وتحديات بالنسبة لهم ؛ حيث إنهم في مرحلة حرجة يتم فيها اتخاذ قرارات مصيرية ، وهي مرحلة استقلالية التفكير يتكون لدى الطالب فيها العديد من التطلعات ويواجه الكثير من الضغوطات والتحديات الأكاديمية ، وقد يسبب التعرض لهذه التحديات والضغوط الأكاديمية انخفاضا في مستوى الأداء لدى الطلاب ، كما قد ينخفض تحصيلهم الدراسي وكذلك يتأثر مستوى أدائهم العقلي مما يجعلهم يتأخروا دراسيا عن أقرانهم (Topham & Moller, 2011).

ويعد التأخر الدراسي من المشكلات التي تقلق كل من له صلة بالعملية التعليمية لما يترتب عليه من مشكلات أكاديمية تربوية ونفسية واجتماعية ومادية ، كما أنه مشكلة معقدة ولها آثارها السلبية ، لأن تأخر بعض الطلاب دراسيا وعدم قدرتهم على مسايرة أقرانهم تحصيليا قد يثير لديهم الكثير من الاضطرابات النفسية ، ومظاهر السلوك غير السوي مما يظهر أثره اجتماعيا واقتصاديا ويسبب الكثير من اهدار الميزانيات بدون عائد (عبد القادر، ٢٠١٧، ص ١٣٣).

ويعتبر التأخر الدراسي من أهم المشكلات السيكولوجية والتربوية التي تحتل مكانة هامة في تفكير العاملين في مجال العلوم التربوية والنفسية ، ويعرف بأنه انخفاض نسبة التحصيل في مادة معينة أو عدة مواد دون المستوى العادي للطالب إذا ما قورن بأقرانه العاديين في مثل عمره ، وذلك لأسباب متعددة منها ما يعود إلي الطالب نفسه ، ومنها ما يرجع إلى الأسباب والظروف الجسمية والنفسية والعقلية ، والبعض منها يرجع للبيئة الأسرية والاجتماعية (أبو مصطفى، ١٩٩٩، ص ١٢٣).

كما تعد مشكلة التأخر الدراسي من المشكلات التي لها تأثير سلبي على النظام التعليمي وبالتالي تؤثر سلبيا على المجتمع أيضا ، وذلك لما يعاني منه الطلاب المتأخرين دراسيا من مشاعر النقص والشعور بالعجز وانخفاض الكفاءة الذاتية في التحصيل الأكاديمي عن مستوى تحصيل أقرانهم ، كما تسيطر عليهم بعض الأفكار والمشاعر السلبية التي تؤدي بهم إلى اعتقادهم السلبي بأنهم مهما بذلوا من جهود فلن يصلوا إلي مستوى أقرانهم في التحصيل الأكاديمي مما يعرضهم للاضطرابات النفسية والضغوط ومظاهر السلوك المنحرف وبعض السلوكيات غير التوافقية (معمرية، ٢٠٠٥، ص ١).

وفي الآونة الأخيرة قد حدثت الكثير من التحولات التربوية التي وجهت الاهتمام للعديد من المتغيرات ، من أهمها العادات العقلية عند الطلاب ، ونادت بجعلها هدف رئيسي للتعلم ، وبالفعل قامت العديد من الدول بتبني هذا الاتجاه ، وادخلت العادات العقلية في مناهجها التربوية ، مثل بريطانيا حيث أكدت في مناهجها الدراسية على

أهمية تنمية بعض العادات العقلية لدى الطلاب مثل حب الاستطلاع ، الانفتاح العقلي ، إدارة التسامح ، المثابرة ، إلخ (National Curriculum , 2005).

كما تسعى التربية الحديثة إلى الاهتمام بتنمية مهارات التفكير لدى الطلاب مثل التفكير الناقد ، ، حل المشكلات ، التفكير الإبداعي ، كما ركزت التربية الحديثة على أهمية الاهتمام أيضا بتنمية التفكير والتدريب على تشغيل أدوات العقل وشحذها ، كما أشار العديد من التربويين إلى أن الذكاء قابل للتنمية والتطور ، بل ويعد من أهم العوامل التي أدت إلى تطوير ما يعرف بمصطلح " عادات العقل **Habits of the mind** " (الحارثي ، ٢٠٠٢).

ويعد مفهوم " عادات العقل " من المفاهيم الحديثة نسبيا في مجال التربية وعلم النفس ، ويعرفها (عطا ، ٢٠٢١ ، ص ١٨٩) بأنها مجموعة من الأنماط السلوكية العقلية المعرفية والوجدانية ، المتأثرة بقيم الفرد وأفكاره واتجاهاته وميوله ، والتي يستخدمها الفرد في العمليات والمهارات العقلية ، عند مواجهة موقف ومشكلة جديدة ؛ مما يجعله يحقق استجابة أكثر كفاءة ، وقدرة على حل المشكلات والاستفادة من الخبرات الماضية واستيعاب الخبرات الجديدة.

كما أن هناك العديد من البحوث والدراسات السابقة التي اهتمت بالبرامج القائمة على عادات العقل ودورها في تنمية بعض المتغيرات مثل دراسة (عبد العزيز ، ٢٠١٨) ، دراسة (الديب ، ٢٠٢١) ، ودراسات أخرى اهتمت بعادات العقل وعلاقتها ببعض المتغيرات مثل متغير الصمود الأكاديمي كما في دراسة (عطية ، ٢٠٢٠) والتي أظهرت نتائجها وجود علاقة موجبة بين عادات العقل والصمود الأكاديمي ، ويعد مصطلح " الصمود الأكاديمي **Academic Resilience** " من المصطلحات الحديثة والذي يعني قدرة الطلاب على التحصيل الدراسي رغم وجود عوامل الخطر التي تؤدي إلى إعاقة الأداء الأكاديمي (مسير ، ٢٠١٨ ، ص ١٧٧).

لذا تسعى الباحثة في الدراسة الحالية إلى تصميم برنامج قائم على بعض عادات العقل لتنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا.

ثانياً : مشكلة البحث وأسئلتها

تعد مشكلة التأخر الدراسي من المشكلات التي حظيت باهتمام علماء التربية وعلم النفس لفترة طويلة ، وما زالت تعد من أهم المشكلات التي تقلق التربويين والطلاب وأسرهم على حد سواء ؛ لما لها من آثار وخيمة على الفرد والمجتمع ، فلها آثار سلبية على العملية التربوية ، نتيجة لما تمثله من إهدار في الطاقة البشرية والنواحي المادية ، وإيقاف عملية التطور والتنمية ، والآثار السلبية على الطلاب مثل انخفاض قدراتهم العقلية وشعورهم

بالعجز وقصور في الكفاءة الذاتية ؛ مما يؤدي بالطالب إلى عدم قدرته على التكيف مع أقرانه في مثل عمره في الدراسة ، وظهور بعض المشكلات السلوكية .

فمشكلة التأخر الدراسي تستوجب الكثير من الرعاية التربوية والنفسية والاجتماعية ، للاستفادة من الطاقات العقلية للطلاب ؛ حيث يشير فتح الله (٢٠٠٩) بأن العادات العقلية لدى الطلاب تؤثر في كل شيء يقومون به ، فالعادات العقلية المنخفضة تعيق من العملية التعليمية وتحد من قدرات الطلاب ، وبالعكس ذلك فإن العادات العقلية المرتفعة والإيجابية تؤدي إلى تعلم كفاء وفعال ، وتنمي من قدرات التعلم لدى الطلاب ، وتمكنهم من الاستفادة القصوى من المهارات العقلية وما تحتويه المواد الدراسية .

وبالرغم من تعدد الدراسات والبحوث التي تناولت البرامج القائمة على عادات العقل لدى طلاب الجامعة مثل دراسة (عبد العزيز ، ٢٠١٨) بعنوان " برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل المنتجة وأثره في خفض التسويف الأكاديمي وقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية " ، دراسة (الديب ، ٢٠٢١) بعنوان " فاعلية برنامج تكاملي قائم على بعض عادات العقل لخفض السلوكيات الهازمة للذات والاكنتاب الرقمي لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الاسكندرية " ، دراسة (جبر ، ٢٠٢٢) بعنوان " فاعلية برنامج قائم على عادات العقل في تنمية مهارات اتخاذ القرار والدافعية العقلية لدى الطلاب المعلمين بكلية التربية " .

إلا أن هذه البرامج لم تتطرق في - حدود علم الباحثة - إلى محاولة تنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا ؛ وفي ضوء ذلك فإن مشكلة البحث تتبلور في الإجابة عن التساؤل الرئيسي التالي :
ما فعالية برنامج قائم على بعض عادات العقل لتنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا ؟
ويتفرع من هذا السؤال التساؤلات الفرعية الآتية :

- ١- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود الأكاديمي في القياس البعدي ؟
- ٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الصمود الأكاديمي ؟

ثالثاً : أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى إعداد برنامج قائم على بعض عادات العقل لطلاب الجامعة المتأخرين دراسيا ، والكشف عن مدى فعالية البرنامج القائم على بعض عادات العقل في تنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا .

رابعاً : أهمية البحث

ويمكن تحديد أهمية البحث الحالي في العناصر التالية :

(أ) من الناحية النظرية :

- 1- يمكن أن تكون هذه الدراسة بمثابة دليل لمساعدة طلاب الجامعة على مواجهة مشكلة التأخر الدراسي ، وزيادة مستوى صمودهم الأكاديمية .
- 2- امتلاك طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا لبعض العادات العقلية على درجة كبير من الأهمية ، وذلك لأن العادات العقلية هي متطلبات أساسية في العملية التعليمية.
- 3- يعتبر مصطلح الصمود الأكاديمي **Academic Resilience** أحد العوامل الوقائية والذي يؤدي دورا مهما في تخفيف بعض الضغوط الدراسية التي يتعرض لها بعض طلاب الجامعة.
- 4- تبرز أهمية الدراسة في قلة وندرة الدراسات – في حدود قراءات الباحثة – والتي تتعلق بتنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا ، فهناك الكثير من الدراسات التي تناولت فئة طلاب الجامعة وقدمت لهم برامج إرشادية وتدريبية في موضوعات متنوعة ولكنها لم تتناول هذا الموضوع بالتحديد.

(ب) من الناحية التطبيقية :

- 1- بناء مقياس الصمود الأكاديمي لدى المتأخرين دراسيا من طلاب الجامعة ، وذلك وفق أسس علمية وتربوية.
- 2- إلقاء الضوء على أهمية الصمود الأكاديمي في تلك المرحلة العمرية الأمر الذي يستفاد منه من خلال وضع برنامج قائم على بعض عادات العقل يعمل على الرقي بمستوى الصمود الأكاديمي طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا .

خامساً : مصطلحات البحث

1- عادات العقل: **Habits of the mind**

تعرف الباحثة عادات العقل بأنها مجموعة الأداءات العقلية التي يقوم بها الطالب مستخدما المهارات العقلية التي لديه بهدف التوصل إلى سلوك يتسم بالمنطق والعقلانية في حل المشكلات ، ويقوم هذا النشاط على توظيف الطالب لخبراته السابقة والاستفادة منها عند التعامل مع المواقف المختلفة ، وتشتمل عادات العقل التي تم التدريب عليها في هذه الدراسة على تسعة عادات عقلية وهي (المثابرة – التفكير بمرونة - التساؤل وطرح المشكلات –

إدارة الاندفاع - التفكير التبادلي - الاستماع للأخرين بتفهم وتعاطف - إيجاد الدعابة - تطبيق المعرفة السابقة في المواقف الجديدة - التفكير والتواصل بوضوح ودقة .

٢- الصمود الأكاديمي Academic Resilience

تعرف الباحثة الصمود الأكاديمي بأنه عملية دينامية تشتمل على استمرار الطالب في أداء المهام الدراسية واستمتاعه بها بالرغم من الخبرات الأكاديمية السلبية والظروف والمشكلات التعليمية الضاغطة ، ويشتمل الصمود الأكاديمي على أربعة أبعاد في الدراسة الحالية وهي (المثابرة الأكاديمية ، التخطيط للمستقبل ، طلب المساعدة والدعم الأكاديمي ، حل المشكلات الأكاديمية) . ويتحدد إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الصمود الأكاديمي المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد الباحثة .

٣- التأخر الدراسي Academic Backwardness

تعرف الباحثة التأخر الدراسي بأنه انخفاض التحصيل الدراسي في جميع المواد الدراسية أو بعض المواد الدراسية وبالنسبة لطلاب الجامعة المتأخرين دراسيا فهم الطلاب الراسبون في عام دراسي كامل أو المنقولون بمادة أو مادتين للفرقة التالية .

سادساً : حدود البحث

تتمثل حدود الدراسة الحالية فيما يلي :

- ١- الحد الموضوعي : ويتمثل في موضوع الدراسة والمتغيرات قيد البحث وهي : عادات العقل والصمود الأكاديمي .
- ٢- الحد البشري : تكون من الطلاب المتأخرين دراسيا من طلاب كلية التربية جامعة طنطا وهم يمثلون مجتمع الدراسة ، حيث يشكلون الإطار العام للمجتمع الذي يتم من خلاله اختيار العينة .
- ٣- الحد المكاني : ويتمثل في كلية التربية جامعة طنطا .
- ٤- الحد الزمني : ويتمثل في وقت تطبيق أدوات الدراسة في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي الجامعي (٢٠٢٢/٢٠٢٣ م) .

سابعاً : الإطار النظري للبحث

المحور الأول : عادات العقل Habits of the mind

يطلق لفظ " العادة " لغة على كل ما أعتيد حتى صار يفعل من غير جهد ، وعلى الحالة تتكرر على نمط واحد ، فالعادة ما يعتاد الفرد أي يتعود عليها مرارا وتكرارا وجمعها عادات وعوائد (مجمع اللغة العربية ، ٢٠٠١ ، ص

Habits of the mind (Costa & Kallick (2014)) أن مصطلح عادات العقل (٤٣٩ - ٤٤٠) ، وينكر **Costa & Kallick (2014)** ، ويشير إلى نزعة الفرد إلى التصرف بطريقة ذكية عند مواجهة مشكلة ما ، أو عندما تكون الإجابة غير موجودة في أبنيته المعرفية ؛ إذ قد تكون المشكلة على هيئة موقف صعب ، أو لغز ، أو مشكلة غامضة ، إن عادات العقل تشير ضمنا إلى توظيف السلوك الذكي عندما لا يعرف الفرد الحل الملائم ، كما عرفها (Luey , 2020,p 214) (بأنها حالة سلوكية يتعود فيها النظام العقلي على أنواع معينة من العمليات والمهارات الذهنية عند مواجهة المواقف المختلفة ، والتي تشتمل على استخدام نمط شبه ثابت قد ينبئ بالسلوكيات المستقبلية للفرد ، وتعرف عادات العقل أيضا بأنها مجموعة من الأنماط السلوكية العقلية المعرفية والوجدانية ، التي تتأثر بقيم واتجاهات الفرد وميوله وخبراته وأفكاره الذاتية ، والتي يستخدمها في المهارات والعمليات العقلية ، عند مواجهة أي مشكلة أو موقف جديد ؛ مما يجعله يحقق استجابة أكثر كفاءة ، وسرعة في حل المشكلات والقضايا الجديدة والاستفادة من الخبرات الماضية وفهم الخبرات الجديدة (عطا ، ٢٠٢١ ، ص ١٨٩) ، وأخيراً تعرف عادات العقل أيضا بأنها مجموعة من الأنشطة السلوكية النمطية التي يعتاد عليها الفرد كاستجابات لإرادية للعقل والتي تتكون من (المثابرة ، استخدام المعارف السابقة في الحاضر ، التفكير في التفكير ، الدقة ، استخدام الحواس ، الاصغاء ، التفكير التبادلي ، ، التساؤل ، الابداع والتخيل ، المخاطرة) (محمد ؛ بخت ، ٢٠٢٢ ، ص ٢٣٢) ، ومن خلال التعريفات السابقة تعرف الباحثة عادات العقل بأنها مجموعة الأداءات العقلية التي يقوم بها الطالب مستخدما المهارات العقلية التي لديه بهدف التوصل إلى سلوك يتسم بالمنطق والعقلانية في حل المشكلات ، ويقوم هذا النشاط على توظيف الطالب لخبراته السابقة والاستفادة منها عند التعامل مع المواقف المختلفة ، وتشتمل عادات العقل التي تم التدريب عليها في هذه الدراسة على تسعة عادات عقلية وهي (المثابرة - التفكير بمرونة - التساؤل وطرح المشكلات - إدارة الاندفاع - التفكير التبادلي - الاستماع للآخرين بتفهم وتعاطف - إيجاد الدعابة - تطبيق المعرفة السابقة في المواقف الجديدة - التفكير والتواصل بوضوح ودقة) .

كما ذكر محمد (٢٠١٥) أن هناك مجموعة من الافتراضات والمسلمات التي تقوم عليها عادات العقل

ومنها ما يلي :

- ١- العقل آلة التفكير يمكن تشغيلها بكفاءة مرتفعة ، فجميعنا لدينا العقل ونستطيع التحكم فيه كما نريد .
- ٢- القدرة اللازمة للتوجيه الذاتي للعقل ، والتقييم الذاتي ، والقدرة إدارة العقل وتعديله .
- ٣- تركز عادات العقل على النظرة التكاملية للمعرفة ، والقدرة على انتقال أثر التعلم ، فهي قابلة للانتقال سياق إلى آخر ، ومن مادة إلى أخرى .

- ٤- تتكون العادات العقلية نتيجة لاستجابة الفرد إلى أنماط من التساؤلات والقضايا المختلفة ، شريطة أن تكون الإجابات على التساؤلات تحتاج إلى استقصاء وتفكير وبحث .
- ٥- يمكن تعليم عادات العقل للوصول إلى نتائج تشغيل العقل وإدارته.
- ٦- يمكن الاستفادة من المواقف والقضايا التعليمية لتحقيق امتلاك العادة العقلية ضمن مادة دراسية محددة.
- ٧- لدينا القدرة على إضافة عادة جديدة من خلال تعاملنا مع العقل ، ونستطيع أن نعطيها الطاقة الذهنية لنتوقع أداء مرتفع .
- ٨- يجب التأمل في استخدام عادات العقل وسلوكياتها المختلفة لمعرفة مدى فاعليتها ، ومحاولة تطويرها للتقدم بها نحو تطبيقات مستقبلية.
- ٩- يمكن تحديد مجموعة العادات والمهارات العقلية للوصول إلى كفاءة مرتفعة من الأداء في كل عادة.
- ١٠- يمكن الارتقاء بالعمليات العقلية من العادات ، والمهارات البسيطة إلى العادات الأكثر تعقيدا حتى الوصول إلى مهارة إدارة التعلم.
- ولقد أشار كوستا ؛ كاليك (٢٠٠٣) إلى وجود ست عشرة عادة عقلية قابلة للتعليم والتدريب ، وهي :
- ١- المثابرة (Persisting) : وتعني الالتزام بالمهمة التي يقوم عليها الفرد لحين انتهائها وعدم الاستسلام أمام المصاعب والمشكلات .
 - ٢- التفكير بمرونة (Thinking flexibly) : وهي قدرة الفرد على استخدام طرق مختلفة غير تقليدية في مواجهة المشكلات والقضايا الصعبة .
 - ٣- التفكير حول التفكير (ما وراء المعرفة) (Thinking about thinking) : وتعني قدرة الفرد تحديد الخطوات اللازمة لخطة العمل ، ووصف ما يعرفه ، وما يحتاج إلى التعرف عليه ، والقدرة على تقييم فاعلية خطته ، وشرح الخطوات التي يسير عليه تفكيره .
 - ٤- إدارة الاندفاع (التحكم بالتهور) (Managing Impulsivity) : وهي قدرة الفرد على التأني والتفكير قبل حل المشكلات ، والابتعاد عن التسرع في إصدار الأحكام الفورية .
 - ٥- الابداع والخيال والابتكار (Creating, imagining, innovating) : وتعني التفكير بأساليب غير تقليدية ، وممارسة التفكير الأصيل والمبدع ، وتقمص الفرد للأدوار والحلول المختلفة ، والبحث عن الطلاقة والمرونة الفكرية.

- ٦- السعي لتحقيق الدقة (**Striving for accuracy**) : وهي العمل بكفاءة مهنية مرتفعة من أجل تحقيق المهمة وإتقانها ، كما أنها العمل بأقل تكلفة وجهد.
- ٧- الإصغاء بفهم وتعاطف (**Listening with understanding and empathy**) : وهي القدرة على الاستماع للآخرين ، ومحاولة فهم أفكارهم والتفكير بما يقولونه بشكل جيد.
- ٨- تطبيق المعرفة السابقة في المواقف الجديدة (**Applying past knowledge to new situations**) : وهي قدرة الفرد على استخلاص المعنى من التجارب والخبرات الماضية ، والاستفادة منها في تحسين الخبرات والمواقف المستقبلية الجديدة .
- ٩- التساؤل وطرح المشكلات (**Questioning and posing problems**) : وهي القدرة على التعرف على المشكلات ، وطرح الأسئلة ومحاولة حلها وذلك من خلال ملئ الفجوات القائمة بين ما يعرفه الفرد وما لا يعرفه ، ومعرفة الظواهر والأسباب الدافعة لها.
- ١٠- التفكير والتواصل بوضوح ودقة (**Thinking and communicating clarity**) : وهي قدرة الفرد على التعبير عما يفكر به بعبارات وكلمات واضحة ودقيقة ومفهومة وبسيطة ، والبعد عن الحشو الزائد غير المفيد .
- ١١- تحمل المخاطر والمسئولية (**Taking responsible risks**) : وتعني القدرة على التعامل مع المخاطر الذهنية المحسوبة دون الخوف من الفشل ، بل تحويل الفشل العقلي إلي نجاح وتفوق.
- ١٢- الاستجابة بدهشة ورهبة **Responding with wonderment and awe**: وهي استمتاع الفرد بإيجاد حل للمشكلات بنفسه ، والمتعة في حل تواجه الآخرين بانبهار.
- ١٣- تجميع البيانات من خلال جميع الحواس **Gathering data through all senses** : وتتضمن تحليل الأشياء المسموعة والمرئية والمحسوسة معا ، للتعرف على العلاقة معرفية بين الأشياء .
- ١٤- إيجاد الدعابة **Finding humor** : وتعني القدرة على تقديم نماذج من السلوكيات تدعو إلى السرور والسعادة والمتعة ، وامتلاك القدرة على إدخال الدعابة والسرور.
- ١٥- الانفتاح أو الاستعداد الدائم للتعلم المستمر **Remaining open to continuous learning** : وتشير إلى امتلاك الفضول وحب الاستطلاع ، والبحث المتواصل عن القضايا والمشكلات على أنها ظروف تساعد على عملية التعلم ، من أجل تحسين الذات وكذلك تحسين عملية التعليم والتعلم .

١٦ - التفكير التبادلي **Thinking interdependently** : وتشير إلى قدرة الطالب على تبرير الأفكار ، وتقبل التغذية الراجعة ، والعمل ضمن مجموعات والتعاون داخل المجموعة.

كما أوضح الرابغي (٢٠١٥) على أهمية تنمية عادات العقل حيث أن لها دور في إتقان التعامل مع المصادر المختلفة من المعلومات ، ومراعاة الموضوعية ، ووضوح ودقة المعلومات ، لتحقيق مستوى مرتفع من الإدراك لتفهم المعلومات ، كما أنها تخلق لعملية التعليم الكثير من المتعة ، وتساهم في فهم أفضل للعالم وما به من مشكلات وقضايا ، ولها أثر على عملية التعليم من حيث التوجيه والتنظيم ، وتحمل مسؤولية هذه العملية ، إضافة إلى ذلك المساعدة في اكتساب الإرادة والاستخدام الأفضل للقدرات ، والمهارات والعمليات العقلية في جميع أنشطة الحياة والتعليم ، ليصبح التفكير لدى الطالب عادة ، ولا يشعر بالضيق والملل من ممارستها.

المحور الثاني : الصمود الأكاديمي **Academic Resilience**

يعد الصمود من المفاهيم الحديثة نسبيا في مجال علم النفس الإيجابي والذي حظي باهتمام عدد من الباحثين في الآونة الأخيرة ، ويهتم بالقدرة على التعامل مع المشكلات والمحن داخل السياق التعليمي (**Martin, 2013,p 488**) ، فالصمود الأكاديمي أحد المؤشرات المهمة لتوافق الطالب مع الحياة الجامعية وما يواجهه من تحديات ، كما أنه من المؤشرات القوية للاستمتاع بالدراسة والمناقشات داخل المحاضرات (**Khalaf,2014**). فالصمود لغة هو الثبات والرسوخ (ابن منظور، د.ت). وهو كلمة مشتقة من الكلمة اللاتينية **Alire** وهي بمعنى يقفز أو يشب ، **resalie** بمعنى يقفز إلى الخلف أو يرتد إلى ما كان عليه . والمقصود هنا القدرة على الرجوع مرة أخرى إلى حالة التوافق . أما **التعريف الاصطلاحي** للصمود الأكاديمي ، فيعرفه (المنشاوي ، ٢٠١٦ ، ص ١٦٢) بأنه قدرة الطالب على تحقيق النجاح في حياته الدراسية على الرغم من المشكلات والتحديات في عملية التعلم والدراسة ، ويتفق مع التعريف السابق ما ذهب إليه (**Shin & Kim , 2017 , p71**) من تعريفهم للصمود الأكاديمي بأنه عملية دينامية تشمل التكيف الناجح الإيجابي مع المشكلات والظروف السلبية والمحن ، وهو عملية تفاعل معقدة بين البيئة والخصائص والصفات الشخصية ، وفي نفس الاتجاه جاء تعريف (**Rudd et al., 2021, p2**) من أن الصمود الأكاديمي عبارة عن احتمالية متزايدة للنجاح الأكاديمي والإنجاز في مجالات الحياة المختلفة رغم المحن البيئية الناجمة عن الظروف والتجارب المبكرة ، فالطلاب الصامدون أكاديميا هم أولئك الذين يبذلون مستويات مرتفعة من الأداء الأكاديمي ، رغم تعرضهم لظروف سلبية كالحالة الاجتماعية والاقتصادية المنخفضة والتي تزيد من خطر تعرضهم للفشل الأكاديمي ، ومن التعريفات السابقة يمكن للباحثة وضع تعريف للصمود الأكاديمي يجمع بين التعريفات السابقة ويتناسب مع الأداة المستخدمة في الدراسة، حيث

تعرف الباحثة الصمود الأكاديمي بأنه عملية دينامية تشتمل على استمرار الطالب في أداء المهام الدراسية واستمتاعه بها بالرغم من الخبرات الأكاديمية السلبية والظروف والمشكلات التعليمية الضاغطة ، ويشتمل الصمود الأكاديمي على أربعة أبعاد في الدراسة الحالية وهي (المثابرة الأكاديمية ، التخطيط للمستقبل ، طلب المساعدة والدعم الأكاديمي ، حل المشكلات الأكاديمية) ، ويتحدد إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الصمود الأكاديمي المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد الباحثة .

أما عن النماذج النظرية المفسرة للصمود الأكاديمي فهي على النحو التالي :

نموذج (Cassidy 2016) من أشهر النماذج المفسرة للصمود الأكاديمي وأحدثها حيث وضع ثلاثة أبعاد للصمود الأكاديمي ، وفي سبيل التحقق من ذلك قام " Cassidy " بدراسة هدفت إلى التأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود الأكاديمي ، وقام بإجراء تحليل عاملي لمقياس الصمود الأكاديمي الذي قام بتصميمه وذلك على عينة مكونة من (٥٣٢) طالبا وطالبة من طلاب الجامعة ، وتوصلت نتائج دراسته عن وجود ثلاثة أبعاد للصمود الأكاديمي وهي (المثابرة ، التأثير السلبي والاستجابة الانفعالية ، التأمل والتكيف لطلب الدعم والمساعدة) .

ومن النماذج المفسرة للصمود الأكاديمي أيضا نموذج (Garrosa & Moreno 2013) ويقوم هذا النموذج على فكرة العلاقة المتبادلة بين التنظيم الذاتي الفردي وبين البيئة الاجتماعية ، وأن الفرد لديه القدرة على تحديد أهدافه وتقييمها ، ولا تقتصر عمليات التنظيم الذاتي وفقا للنموذج السابق على مجرد التغيير ولكنها بشكل أساسي تعتمد على عمليات إعادة الصياغة لأفكار الفرد وسلوكياته وانفعالاته ، وذلك من خلال ثلاثة أبعاد وهي (التفاؤل ، الكفاءة الانفعالية ، الصلابة) .

وكذلك نموذج (Morales & Trotman 2010) لدورة الصمود الأكاديمي : ويركز هذا النموذج على العمليات التي تعمل على التقليل من المخاطر وتدعيم الصمود الأكاديمي بدلا من التركيز على عوامل الحماية الفردية كبقية النماذج التي تناولت الصمود الأكاديمي ، ويتكون هذا النموذج من خمس خطوات تساعد كل منها في تدعيم عملية الصمود الأكاديمي ، ومن هذه الخطوات هي : تحديد الاحتياجات اللازمة ، اكتساب عوامل الحماية ، التنسيق بين العوامل الإنتاجية ، بناء الكفاءة الذاتية ، اكتساب الدافعية المستمرة .

ونموذج (Mancini & Bonanno 2009) للصمود : وفي هذا النموذج تؤثر الفروق الفردية (الشخصية ، تعقد الهوية ، المعتقدات الأولية ، المشاعر الإيجابية) بشكل مباشر وغير مباشر على قدرة الفرد على مواجهة المحن والصدمات ، ويتم توجيه هذه الآثار من خلال اثنان من العمليات (عمليات التقييم ، الدعم الاجتماعي

(والتي ترتبط مع بعضها البعض ، فتتوسط آثار الموارد الخارجية على المواجهة من خلال الدعم الاجتماعي وترتبط أيضا المواجهة مع الصمود ويؤثر كل منهما في الآخر ، كما أن الفروق الفردية والتي تشمل على متغيرات شخصية (التفاؤل ، تدعيم الذات ، أسلوب الارتباط) ، والمعتقدات السابقة (الانفعالات الإيجابية) تعتبر من عوامل المستوى الفردي للصمود (Mancini & Bonanno, 2009, p1805-1832).

أما عن مكونات الصمود الأكاديمي ، فأشار (Cassidy (2016) إلى أن مكونات وأبعاد الصمود الأكاديمي هي :

١- طلب المساعدة القائم على التفكير والتكيف : ويقصد بها مجموعة من الصفات والخصائص الشخصية التي تشمل على ردود فعل الفرد التي تكشف عن نقاط القوة والضعف وتغيير طرق الدراسة وطلب الدعم والمساعدة ، والقدرة على اعتبار التغيير تحديا يوفر فرصا للنمو والدعم الشخصي .

٢- المثابرة : والمقصود بها تلك الصفات والخصائص الشخصية والتي تتضمن ردود فعل الطلاب وتشمل تحمل العمل والإصرار ، والالتزام بالمهمة لتحقيق الأهداف ، وحل المشكلات بطريقة غير تقليدية ، والالتزام بمواصلة الحياة بكفاءة وإيجابية واستعادة إيقاع الحياة الطبيعية بعد التعرض للصددمات .

٣- التأثير السلبي والاستجابة الانفعالية : ويقصد به تلك الصفات والخصائص الشخصية التي تشمل ردود الفعل السلبية مثل القلق ، والخوف ، والتوتر ، وقبول الاستجابات السلبية ورد الفعل السلبي . وهو البعد العكسي للصمود الأكاديمي.

ومن خصائص الطلاب الصامدين أكاديميا أن لديهم القدرة على التواصل الاجتماعي مع الآخرين بشكل جيد ، والقدرة على استخدام استراتيجيات مواجهة المواقف العصيبة ، والقدرة على التحكم والتنظيم الذاتي ، وتكوين صورة إيجابية عن الذات ، ويرتبط الصمود الأكاديمي إيجابيا مع الصحة الجسدية والعقلية (Benada &

(Chowdhry , 2017 , p 105

المحور الثالث : التأخر الدراسي Academic Backwardness

بداية تجدر الإشارة إلى أن مفهوم التأخر الدراسي من المصطلحات التي يشوبها الغموض وعدم التحديد ، حيث استخدمت مصطلحات كثيرة للإشارة إلى الطلاب الذين يواجهون مشكلات تربوية معينة تحول دون نجاحهم الأكاديمي منها : المتأخرون دراسيا ، التعثر الدراسي ، بطيئو التعلم ، صعوبات التعلم ، الفشل الدراسي ، التخلف الدراسي ، المتخلف تحصيليا ، منخفضو التحصيل ، وغيرها ، ومثار هذا التعدد في المصطلحات يرجع إلى تعرض هذا المصطلح في الأوساط التربوية الناطقة باللغة الإنجليزية إلى كثير من سوء الاستعمال ، وإلى

اختلافات المتخصصين حول المحكات التي يستخدمونها في تعريف التأخر الدراسي (عبد اللطيف ، ١٩٩٣ ، ص ٥٠) .

حيث يعرف زهران (١٩٩٧) التأخر الدراسي بأنه حالة تأخر أو نقص أو عدم اكتمال النمو التحصيلي نتيجة لعوامل عقلية أو انفعالية أو اجتماعية أو جسمية ، بحيث تقل نسبة التحصيل عن المستوى العادي المتوسط ، ويعرف أبو مصطفى (١٩٩٩) التأخر الدراسي بأنه انخفاض نسبة التحصيل بوضوح في مادة أو مواد بعينها دون المستوى العادي للطالب إذا ما قورن بأقرانه العاديين في مثل سنه ، وذلك لأسباب مختلفة منها ما يعود إلي الطالب نفسه ، ومنها ما يرجع إلى الظروف العقلية والجسمية والنفسية ، ومنها ما يرجع إلى البيئة الأسرية والاجتماعية ، بينما يعرف أحمد (٢٠١٩) التأخر الدراسي بأنه مجموعة الطلاب الذين قد رسبوا في الفرقة الأولى لعامين متتاليين عند التحاقهم بالجامعة ، ومما سبق تعرف الباحثة التأخر الدراسي بأنه انخفاض التحصيل الدراسي في جميع المواد الدراسية أو بعض المواد الدراسية وبالنسبة لطلاب الجامعة المتأخرين دراسيا فهم الطلاب الراسيون في عام دراسي كامل أو المنقولون بمادة أو مادتين للفرقة التالية .

أما عن أنواع التأخر الدراسي :

فيختلف التأخر الدراسي من طالب إلى آخر ، ولكل نوع من أنواع التأخر الدراسي أسبابه وظروفه وسبل معالجته ، وإجمالاً فإنه يمكن تحديد أنواعه كما يلي :

- ١- التأخر الدراسي العام : أي تأخر الطالب في المواد الدراسية جميعها .
- ٢- التأخر الدراسي الخاص : وهو انخفاض مستوى تحصيل الطالب في مادة دراسية واحدة أو أكثر من مادة .
- ٣- التأخر الدراسي الحقيقي : وهو التأخر المرتبط بضعف في القدرات العقلية وخاصة الذكاء ، والانتباه و التركيز .
- ٤- التأخر الدراسي الظاهري : ويحدث نتيجة أسباب مختلفة كأسباب تربوية واجتماعية ونفسية .
- ٥- التأخر الدراسي الممتد : ويسمى (بالتأخر الدائم) ويحدث نتيجة لانخفاض مستوى تحصيل الطالب عن مستوى قدراته لفترة زمنية طويلة .
- ٦- التأخر الدراسي الموقفي : حيث أن الطالب يتأخر دراسياً نتيجة لتعرضه لحالة طارئة ، أو حالة انفعالية حادة مثل وفاة شخص قريب ، كما أنه مرتبط بحالة معينة تقلل من مستوى تحصيل الطالب (زهران ، ٢٠١٠) .

ومن الأساليب العلاجية لمشكلة التأخر الدراسي

فيرى زهران (١٩٩٧) أن من خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في: التوافق والشعور بالسعادة النفسية ، القدرة على مواجهة متطلبات الحياة ، الشعور بالسعادة والسرور مع الآخرين ، السلوك العادي ، وتأكيد الذات واستغلال القدرات ، التكامل الذاتي .
وبذلك فإن الشعور بالقلق والعدوان والسلوك غير العادي يقلل من الصحة النفسية وهذه هي الأنماط السلوكية التي تظهر لدى الطلاب المتأخرين دراسيا.
فلابد من عمل جلسات إرشادية أو علاجية للطلاب المتأخرين دراسيا بحيث تعمل هذه الجلسات على تحقيق الأهداف التالية :

- تغيير مفهوم الذات السلبي وتكوين مفهوم إيجابي عن الذات .
- تغيير الأفكار السلبية نحو التعلم والجامعة والمجتمع بصفة عامة .
- تنمية الدوافع وتكوين الثقة لدى الطالب المتأخر دراسيا (تعوينات ، ١٩٩٩ ، ص ٢٩) .

ثامناً : الدراسات السابقة

المحور الأول: دراسات تناولت البرامج القائمة على عادات العقل

هدفت دراسة Rohner (2017) توظيف عادات العقل في تحسين التحصيل لدى طلاب الجامعة ، وتكونت عينة هذه الدراسة من (٣٨) طالبا من طلاب الجامعة ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة ، وأظهرت نتائج هذه الدراسة أن استخدام عادات العقل مع طلاب المجموعة التجريبية زاد من تحصيلهم الدراسي أكثر من طلاب المجموعة الضابطة .

وحاولت دراسة عبد العزيز (٢٠١٨) التعرف على أثر برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل المنتجة في خفض التسويف الأكاديمي وقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية جامعة الفيوم ، وتكونت عينة الدراسة من (١٣٠) طالبا وطالبة، تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة ، وتكونت أدوات الدراسة من مقياسي التسويف الأكاديمي وقلق المستقبل والبرنامج التدريبي . وأظهرت نتائج هذه الدراسة إلى فعالية البرنامج التدريبي القائم على بعض عادات العقل في خفض التسويف الأكاديمي وقلق المستقبل لدى الطلاب عينة الدراسة.
بينما دراسة خشبة ؛ البديوي (٢٠٢٠) فهدفت هذه الدراسة التعرف على فعالية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل في تحسين السلوك الإيجابي وخفض الضجر الأكاديمي لدى طالبات كلية الدراسات الانسانية

بالدقهلية ، وتكونت عينة هذه الدراسة من (٦٦) طالبة ، وتكونت أدوات هذه الدراسة من مقياسي السلوك الإيجابي والضجر الأكاديمي ، والبرنامج القائم على عادات العقل ، وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طالبات كل من المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في مقياس السلوك الإيجابي لصالح المجموعة التجريبية ، كما وجدت فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طالبات كل من المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في انخفاض درجة الضجر الأكاديمي لصالح المجموعة التجريبية .

أما دراسة الديب (٢٠٢١) فهذفت هذه الدراسة إلى التعرف على عادات العقل لخفض السلوكيات الهازمة للذات والاختئاب الرقمي لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية ، وتكونت عينة هذه الدراسة من ٨٠ طالب ، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس عادات العقل ، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياس البعدي والقبلي والتتبعي .

وأخيرا دراسة جبر (٢٠٢٢) هدفت هذه الدراسة التعرف على فاعلية برنامج قائم على عادات العقل في تنمية مهارات اتخاذ القرار والدافعية العقلية لدى الطلاب المعلمين بكلية التربية ، وتكونت عينة الدراسة من (٧٦) طالبا من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية ، وتكونت أدوات الدراسة من مقياسي مهارات اتخاذ القرار ، والدافعية ، والبرنامج القائم على عادات العقل . وأظهرت النتائج عن فاعلية استخدام عادات العقل في تنمية مهارات اتخاذ القرار وكذلك تنمية الدافعية لدى الطلاب .

المحور الثاني: دراسات تناولت تنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا

هدفت دراسة Salimi et al. (2016) التحقق من فعالية التعلم التعاوني في تنمية الصمود الأكاديمي لطلاب الجامعة المتأخرين دراسيا ، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤) طالبا وطالبة ، واستخدم مقياس الصمود الأكاديمي ، وبرنامج التعلم التعاوني . وأظهرت نتائج هذه الدراسة أن استخدام طريقة التعلم التعاوني أدت إلى تحسين التحصيل لدى الطلاب المتأخرين دراسيا ، وتنمية الصمود الأكاديمي لدى الطلاب الذين يعانون من مشكلات التأخر الدراسي.

وحاولت دراسة Prihadi et al. (2018) التحقق من فعالية برنامج تدريبي قائم على تقدير الذات لتحسين الصمود الأكاديمي. وتكونت عينة الدراسة (٤٠) طالباً وطالبةً من طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا. وأظهرت النتائج وجود أثر دال إحصائياً للتدريب على تقدير الذات في تحسين الصمود الأكاديمي لدى طلاب المجموعة التجريبية مقارنة بطلاب المجموعة الضابطة.

بينما دراسة أحمد (٢٠١٩) هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من فعالية برنامج تدريبي قائم على المرونة العقلية في تنمية التفاؤل والصمود الأكاديمي لدى عينة من طالبات المرحلة الجامعية المتأخرات دراسيا ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٩) طالبة من طالبات الفرقة الأولى المتأخرات دراسيا بكلية البنات بأسبوط ، واستخدم مقياسي التفاؤل والصمود الأكاديمي ، والبرنامج التدريبي . أظهرت النتائج وجود تحسن لكل من التفاؤل والصمود الأكاديمي في القياس البعدي على مقياسي التفاؤل والصمود الأكاديمي لصالح طالبات المجموعة التجريبية عند مقارنتهن بطالبتهم المجموعة الضابطة . وقد استمر الأثر الإيجابي للتدريب إلى القياس التتبعي للمجموعة التجريبية بعد مرور شهر من القياس البعدي.

أما دراسة عبد الواحد (٢٠٢٠) فهذه الدراسة هدفت إلى التحقق من أثر التدريب على بعض أبعاد الحكمة في تنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية بجامعة الأزهر ، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٠) طالبا وطالبة ، واستخدم مقياسي الحكمة والصمود الأكاديمي ، والبرنامج التدريبي . وتوصلت النتائج إلى وجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح مجموعة التجريبية على مقياس الصمود الأكاديمي ، ووجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الصمود الأكاديمي لصالح القياس البعدي.

واهتمت دراسة النفيسه (٢٠٢١) بالتحقق من فعالية برنامج تدريبي لتنمية بعض أبعاد التفكير الإيجابي وأثره على تنمية الصمود الأكاديمي ، وتكونت عينة الدراسة من (٢٨) طالبة من طالبات كلية التربية جامعة القصيم ، واستخدم مقياسي التفكير الإيجابي والصمود الأكاديمي ، والبرنامج التدريبي . وأسفرت النتائج عن وجود فروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياسي التفكير الإيجابي والصمود الأكاديمي لصالح المجموعة التجريبية ، ووجود فروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على كل من مقياسي التفكير الإيجابي والصمود الأكاديمي لصالح القياس البعدي .

وأخيرا دراسة Putri & Nursanti (2022) هدفت هذه الدراسة التحقق ماذا كان الصمود الأكاديمي يحمي الطلاب من التأخر الدراسي ، وتكونت عينة هذه الدراسة من ٥٣٩ طالبًا جامعيًا. واستخدم مقياس الصمود الأكاديمي. وقد أسفرت النتائج عن أنه في ظل المحن مثل (غياب الطلاب وسوء السلوك) تمت حماية تحصيل الطلاب من التأخر الدراسي.

المحور الثالث: دراسات تناولت عادات العقل وعلاقتها بالصمود الأكاديمي

دراسة عطية (٢٠٢٠) هدفت هذه الدراسة التعرف على مستوى الصمود الأكاديمي ومستوى عادات العقل لدى كل من الطلاب المتفوقين والعاديين بالصف الأول الثانوي العام، كذلك التعرف على العلاقة بين الصمود الأكاديمي وعادات العقل لديهم. وتكونت عينة هذه الدراسة من (٢١٦) طالبا وطالبة من الطلاب المتفوقين والعاديين ، واستخدم مقياسي الصمود الأكاديمي وعادات العقل ، وأظهرت نتائج هذه الدراسة وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين الصمود الأكاديمي وعادات العقل لدى الطلاب المتفوقين والعاديين.

تعقيب عام على الدراسات السابقة :

من خلال عرض الدراسات السابقة وجد أن هناك عدة دراسات عنيت بالتعرف على البرامج القائمة على عادات العقل ، وأيضا هناك دراسات اهتمت بتنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا ، ودراسات عن العلاقة بين عادات العقل والصمود الأكاديمي لدى عينات مختلفة غير عينة الدراسة ؛ مما يؤكد على ندرة الدراسات التي تناولت عادات العقل وعلاقتها بالصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا ، ولذلك تسعى الباحثة إلى تصميم برنامج قائم على عادات العقل لتنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا.

تاسعاً : فروض البحث

في ضوء الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة ومشكلة البحث الحالي يمكن صياغة فروض البحث الحالي على النحو التالي :

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود الأكاديمي في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الصمود الأكاديمي لصالح القياس البعدي.

عاشراً : منهج وإجراءات البحث

* منهج البحث :

اعتمد هذا البحث على المنهج شبه التجريبي واستخدم التصميم ذي المجموعتين التجريبية والضابطة، للتحقق من صحة فروض الدراسة التجريبية.

*عينة البحث : اشتملت عينة البحث على

أ- العينة الاستطلاعية:

تكونت من (٣٠) طالبا وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة طنطا ، بمتوسط عمري (٢٠.٧١) وذلك لحساب صدق وثبات أدوات الدراسة الحالية .

ب- العينة الأساسية :

تكونت العينة الأساسية من (٥٠) طالبا وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية جامعة طنطا في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي الجامعي (٢٠٢٢/٢٠٢٣ م) من شعبة تعليم أساسي تربية خاصة ، بمتوسط عمري (٢٠.٧١) ، وانحراف معياري (٠.٧٤) ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية (٢٥) طالبا وطالبة ، والأخرى ضابطة (٢٥) طالبا وطالبة .

*أدوات البحث :

للتحقق من صحة فروض الدراسة استخدمت الباحثة الأدوات الآتية:

- ١- مقياس الصمود الأكاديمي (إعداد الباحثة) .
- ٢- برنامج قائم على عادات العقل لتنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا (إعداد الباحثة).

وفيما يلي يتم عرض كل أداة على حدة بشكل تفصيلي:

١- مقياس الصمود الأكاديمي (إعداد الباحثة) :

الهدف من تصميم مقياس الصمود الأكاديمي هو التوصل إلى أداة لقياس مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا وبما يتناسب مع طبيعة وخصائص هذه الفئة ، وهو يتمتع بالصدق والثبات . ويتكون من (٤٠) موزعة على أربعة أبعاد وهي :

- بعد المثابرة الأكاديمية ، ويشمل (١٠) عبارات .
- بعد التخطيط للمستقبل ، ويشمل (١٠) عبارات .
- بعد طلب المساعدة والدعم الأكاديمي ، ويشمل (١٠) عبارات .
- بعد حل المشكلات الأكاديمية ، ويشمل (١٠) عبارات .

ويتم تصحيح المقياس من خلال تقدير ثلاثي ووضع درجة لكل استجابة (٣، ٢، ١) للعبارة حيث نعم (٣)، إلى حد ما (٢)، لا (١)، وعكس الوضع في حالة العبارات المنفية في اتجاه القياس. وعليه تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٤٠ - ١٢٠) درجة.

٢- برنامج قائم على عادات العقل لتنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا (إعداد الباحثة):

برنامج البحث الحالي هو برنامج قائم على مجموعة الأداءات العقلية التي يقوم بها الطالب مستخدما المهارات العقلية التي لديه بهدف التوصل إلى سلوك يتسم بالمنطق والعقلانية في حل المشكلات ، ويقوم هذا النشاط على توظيف الطالب لخبراته السابقة والاستفادة منها عند التعامل مع المواقف المختلفة ، وتشتمل عادات العقل التي تم التدريب عليها في هذه الدراسة على تسعة عادات عقلية وهي (المثابرة - التفكير بمرونة - التساؤل وطرح المشكلات - إدارة الاندفاع - التفكير التبادلي - الاستماع للآخرين بتفهم وتعاطف - إيجاد الدعابة - تطبيق المعرفة السابقة في المواقف الجديدة - التفكير والتواصل بوضوح ودقة).

أهداف البرنامج :

الهدف الأساسي للبحث الحالي هو تدريب طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا على بعض عادات العقل لتنمية الصمود الأكاديمي لديهم ، ويتضمن التدريب على عادات العقل الآتية : (المثابرة - التفكير بمرونة - التساؤل وطرح المشكلات - إدارة الاندفاع - التفكير التبادلي - الاستماع للآخرين بتفهم وتعاطف - إيجاد الدعابة - تطبيق المعرفة السابقة في المواقف الجديدة - التفكير والتواصل بوضوح ودقة).

كما تتمثل الأهداف الفرعية للبرنامج فيما يلي :

١- تعريف أفراد المجموعة التجريبية من طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا على معنى عادات العقل وأهميتها ونماذجها وتصنيفاتها المختلفة في تنمية الصمود الأكاديمي .

٢- تعريف أفراد المجموعة التجريبية على مفهوم الصمود الأكاديمي ، النظريات المفسرة له ، ومكونات الصمود الأكاديمي ، والعوامل المؤثرة على الصمود الأكاديمي، وأهميته ، والخصائص المميزة للطلاب الصامدين الأكاديميا .

٣- تحديد المواقف المؤدية إلى تنمية كل من الصمود الأكاديمي .

تصدر عن

كلية التربية

جامعة طنطا

الحاجة للبرنامج :

يعانى بعض طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا من انخفاض الصمود الأكاديمي ، وذلك لانخفاض المثابرة الأكاديمية ، وكذلك انخفاض القدرة على التخطيط للمستقبل ، وعدم قدرة هؤلاء الطلاب على حل بعض المشكلات الأكاديمية ؛ ومن ثم كانت الحاجة إلى برنامج قائم على عادات العقل لتدريب الطلاب على بعض العادات التي تسهم في تنمية الصمود الأكاديمي لديهم .

أسس بناء البرنامج :

راعت الباحثة في البرنامج الحالي بعض الأسس التي يعتمد عليها في بناء البرامج بصفة عامة وهي:

- ١- قامت الباحثة بمراعاة مرونة السلوك الإنساني وقابليته للتعديل، وكذلك وجود حاجة أساسية للطلاب في حقهم لتلقي المساعدة والتوجيه في كل مراحل حياتهم.
- ٢- قامت الباحثة بمراعاة الفروق الفردية بين الطلاب أفراد العينة أثناء إجراء جلسات البرنامج القائم على عادات العقل .
- ٣- راعت الباحثة في هذا البرنامج الأسس الأخلاقية التي تقوم عليها عملية الإرشاد للطلاب ، من خلال مراعاة سرية المعلومات خاصة بالطلاب أفراد العينة .
- ٤- قامت الباحثة بتدريب الطلاب عينة الدراسة على أسلوب الحوار والمناقشة الجماعية والتفاعل والتواصل الاجتماعي وتدعيم علاقة الطلاب ببعضهم والتحلي بروح الفريق ، وتدعيم العلاقة أيضا بين الطلاب والباحثة
- ٥- قامت الباحثة بتهيئة الجو الإداري الملائم من حيث الوقت المناسب لهؤلاء الطلاب لحضور الجلسات وكذلك المكان والأدوات المناسبة وتنفيذ وتقييم البرنامج.

محتوى جلسات البرنامج

قد راعت الباحثة مجموعة من المعايير في اختيار محتوى جلسات البرنامج القائم على عادات العقل من خلال تحديد الهدف العام للبرنامج ، اختيار الموضوعات التي تتناسب مع محتوى كل جلسة ، استخدام عبارات واضحة وبسيطة خلال جلسات البرنامج ، وتقديم بعض عادات العقل المتضمنة في البرنامج بشكل مرتب ومتسلسل ومنطقي من السهل إلى الصعب ، اعطاء فرصة للطلاب التصرف بكل حرية أثناء الجلسات والسماح لهم بالمشاركة .

تحديد عدد الجلسات

تكون البرنامج من (٢٢) جلسة، وتم تنفيذه خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣م ،
وخلال شهرين بواقع ثلاثة جلسات اسبوعياً مع أفراد العينة، وتستغرق مدة كل جلسة ١٢٠ دقيقة تقريباً.
والجدول التالي يوضح جلسات البرنامج وموضوع كل جلسة .

جدول (١)

ملخص لمحتوى جلسات البرنامج القائم على بعض عادات العقل لتنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة
المتأخرين دراسياً

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	زمن الجلسة	أهداف الجلسة	الأساليب والفنيات المستخدمة
الجلسة الأولى	التعارف والتمهيد	١٢٠ دقيقة	١-التعارف بين الباحثة والطلاب ، وكذلك بين الطلاب بعضهم البعض، وخلق جو من الألفة خلال الجلسة . ٢-تعريف الطلاب بأهداف البرنامج ومحتواه ٣-الاتفاق مع الطلاب على المدة الزمنية للبرنامج ، وتحديد مواعيد الجلسات ومكانها. ٤-تعريف الطلاب بالقواعد والقوانين التي تحكم جلسات البرنامج .	التعليمات ، المناقشة الجماعية ، التغذية الراجعة ، التعزيز الواجب ، المنزلي.
الجلسة الثانية	مفهوم عادات العقل وتصنيفها	١٢٠ دقيقة	١-تعريف الطلاب المشاركين في جلسات البرنامج بمفهوم عادات العقل . ٢-تعريف الطلاب بتصنيفات عادات وخصائص عادات العقل وأهميتها وأساليب تنميتها .	التعليمات ، المناقشة والحوار ، التعزيز، التغذية الراجعة ، الواجب المنزلي.
الجلسة الثالثة	مفهوم الصمود الأكاديمي	١٢٠ دقيقة	١- أن يتعرف الطلاب على معني الصمود الأكاديمي وأبعاده ومكوناته	المحاضرة، المناقشة

<p>الجماعية ، التعزيز، التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية.</p>	<p>واهميته . ٢- أن يتعرف الطلاب على خصائص وسمات الطلاب الصامدين أكاديميا .</p>			
<p>المحاضرة ، الحوار والمناقشة الجماعية ، التغذية الراجعة ، التعزيز، الواجب المنزلية.</p>	<p>١- أن يتعرف الطلاب المشاركين في البرنامج على مفهوم المثابرة وأهمية تنميته. ٢- أن يتعرف الطلاب على الخصائص والصفات التي تميز الأفراد المثابرين. ٣- أن يذكر الطلاب أمثلة من واقعهم حول عادة المثابرة .</p>	<p>١٢٠ دقيقة</p>	<p>التدريب على عادة المثابرة</p>	<p>الجلسة الرابعة حتى السابعة</p>
<p>الحوار والمناقشة الجماعية ، إعادة البناء العقلاني ، التعزيز، التغذية الراجعة ، الواجب المنزلي.</p>	<p>١- أن يتعرف الطلاب على مفهوم عادة التفكير بمرونة. ٢- أن يتعرف الطلاب على بعض المبادئ الأساسية التي تساعد على تنمية عادة التفكير بمرونة.</p>	<p>١٢٠ دقيقة</p>	<p>التدريب على عادة التفكير بمرونة</p>	<p>الجلسة الثامنة حتى العاشرة</p>
<p>المحاضرة، الحوار والمناقشة الجماعية ، عصف ذهني حل ، المشكلات ، التعزيز، التغذية الراجعة ، الواجب</p>	<p>١- أن يتعرف الطلاب على مفهوم عادة التساؤل وطرح المشكلات . ٢- أن يتعرف الطلاب على خصائص الأفراد الذين يتسمون بعادة التساؤل وطرح المشكلات ٣- أن يتعرف الطلاب على أهمية عادة التساؤل وطرح المشكلات وتوظيفها في الناحية الأكاديمية وخاصة في تنمية الصمود الأكاديمي.</p>	<p>١٢٠ دقيقة</p>	<p>التدريب على عادة التساؤل وطرح المشكلات</p>	<p>الجلسة الحادية عشر حتى الثانية عشر</p>

المنزلي. المحاضرة، الحوار والمناقشة الجماعية ، النمذجة ، التعزيز ، التغذية الراجعة ، الواجب المنزلي.	١- أن يتعرف الطلاب على معنى عادة إدارة التهور والاندفاع. ٢- أن يوظف الطلاب عادة إدارة الاندفاع والتهور في تنمية الصمود الأكاديمي .	١٢٠ دقيقة	التدريب على عادة إدارة الاندفاع	الجلسة الثالثة عشر حتى الرابعة عشر
الحوار والمناقشة ، لعبة الدور ، التغذية الراجعة ، الواجب المنزلي.	١- أن يتعرف الطلاب على مفهوم عادة التفكير التبادلي . ٢- أن يتعرف الطلاب على خصائص الأفراد الذين يتسمون بعادة التفكير التبادلي أو يستخدمون التعلم التعاوني .	١٢٠ دقيقة	التدريب على عادة التفكير التبادلي	الجلسة الخامسة عشر حتى السادسة عشر
الحوار والمناقشة الجماعية ، لعبة الدور ، التعزيز، التغذية الراجعة ، الواجب المنزلي.	١- أن يتعرف الطلاب على مفهوم عادة الاستماع للآخرين بتفهم وتعاطف . ٢- أن يوظف الطلاب عادة الاستماع والإصغاء للآخرين في تنمية الصمود الأكاديمي.	١٢٠ دقيقة	التدريب على عادة الاستماع للآخرين بتفهم وتعاطف	الجلسة السابعة عشر حتى الثامنة عشر
الحوار والمناقشة ، لعبة الدور ، التغذية الراجعة ، الواجب المنزلي.	١- أن يتعرف الطلاب على مفهوم عادة إيجاد الدعابة ، خصائص الأفراد الذين يتميزون بالدعابة والفكاهة . ٢- أن يوظف الطلاب عادة الدعابة والفكاهة في الناحية الدراسية .	١٢٠ دقيقة	التدريب على عادة إيجاد الدعابة	الجلسة التاسعة عشر

الحوار والمناقشة ، لعب الدور ، التعزيز، التغذية الراجعة ، الواجب المنزلي.	١- أن يتعرف الطلاب على مفهوم عادة تطبيق المعرفة السابقة في المواقف الجديدة. ٢- أن يوظف الطلاب عادة تطبيق المعرفة السابقة على المواقف الجديدة في تنمية الصمود الأكاديمي .	١٢٠ دقيقة	التدريب على عادة تطبيق المعرفة السابقة في المواقف الجديدة	الجلسة العشرون
الحوار والمناقشة ، لعب الدور ، التغذية الراجعة ، الواجب المنزلي.	١- أن يتعرف الطلاب على مفهوم عادة التفكير والتواصل بوضوح ودقة. ٢- أن يتدرب الطلاب على عادة التفكير والتواصل بوضوح ودقة.	١٢٠ دقيقة	التدريب على عادة التفكير والتواصل بوضوح ودقة	الجلسة الحادية والعشرون
التعليمات ، المناقشة الجماعية، التعزيز.	١- أن تطبق الباحثة مقياس الصمود الأكاديمي على الطلاب . ٢- أن تشكر الباحثة الطلاب على مشاركتهم في جلسات البرنامج .	١٢٠ دقيقة	الجلسة الختامية	الجلسة الثانية والعشرون

*إجراءات البحث

- إعداد الإطار النظري والدراسات السابقة للدراسة: حيث قامت الباحثة بإعداد الإطار النظري والدراسات السابقة المتعلقة بمتغيرات الدراسة الحالية والتي تتضمن (عادات العقل ، الصمود الأكاديمي).
- إعداد أدوات الدراسة وتقنياتها: مقياس الصمود الأكاديمي ، برنامج قائم علي عادات العقل .
- اختيار عينة الدراسة: حيث قامت الباحثة بتحديد عينة الدراسة من طلاب كلية التربية جامعة طنطا وهم الطلاب الراسيون في عام دراسي كامل أو المنقولون بمادة أو مادتين للفرقة التالية.
- التطبيق على عينة الدراسة: حيث قامت الباحثة بتطبيق مقياس الصمود الأكاديمي ، والبرنامج القائم علي عادات العقل، وذلك خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٢٢ م - ٢٠٢٣ م
- قامت الباحثة باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لاختبار صحة فروض الدراسة .
- تفسير النتائج: حيث قامت الباحثة بتفسير نتائج الدراسة بالرجوع إلى الإطار النظري والدراسات السابقة ثم اقتراح بعض البحوث المستقبلية والتوصيات في مجال الدراسة الحالية.

نتائج البحث وتفسيرها :

نتائج الفرض الأول وتفسيره:

ينص الفرض الأول على: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود الأكاديمي في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية".
وللتحقق من صحة هذا الفرض ، قامت الباحثة باستخدام اختبار "ت" للمجموعات المستقلة للكشف عن دلالة الفرق بين المتوسطات (باستخدام برنامج SPSS .v21) ويوضح الجدول (٢) تلك النتائج :

جدول (٢)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم " ت " لدرجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس الصمود الأكاديمي

الأبعاد	القياس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة	حجم التأثير
المثابرة الأكاديمية	التجريبية	٢٥	٢٦.٤١	١.٥٤	٤٨	١٤.٨٦	٠.٠١	٠.٩٥
	الضابطة	٢٥	١٧.٧٥	٢.٤٦				
التخطيط للمستقبل	التجريبية	٢٥	٢٤.٤١	١.٥٧	٤٨	١٤.٦٨	٠.٠١	٠.٩١
	الضابطة	٢٥	١٧.٣٥	١.٨١				
طلب المساعدة والدعم الأكاديمي	التجريبية	٢٥	٢٥.٠٣	٢.٢١	٤٨	١٣.٥١	٠.٠١	٠.٩٣
	الضابطة	٢٥	١٧.١٥	١.٩١				
حل المشكلات الأكاديمية	التجريبية	٢٥	٢٤.٨٧	٢.٢٧	٤٨	١٣.٧٩	٠.٠١	٠.٩٨
	الضابطة	٢٥	١٦.٤٥	٢.٠٥				
الدرجة الكلية	التجريبية	٢٥	١٠٠.٧٣	٤.٣٥	٤٨	٢٨.١٠	٠.٠١	٠.٩٨
	الضابطة	٢٥	٦٨.٧٣	٣.٦٧				

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- أنه بمقارنة متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس الصمود الأكاديمي وأبعاده الفرعية ، لوحظ أن متوسط درجات المجموعة التجريبية أكبر من متوسط درجات المجموعة الضابطة ، وقد أرجعت الباحثة ذلك إلى استخدام البرنامج القائم على عادات العقل لطلاب المجموعة التجريبية .
 - أن قيم (ت) دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والضابطة في مقياس الصمود الأكاديمي البعدي، ولذا تم قبول الفرض الأول الذي ينص على : وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية والضابطة لمقياس الصمود الأكاديمي وأبعاده الفرعية البعدي لصالح المجموعة التجريبية .
 - كما أن حجم التأثير بلغ (٠.٩٥ ، ٠.٩١ ، ٠.٩٣ ، ٠.٩٨ ، ٠.٩٨) لأبعاد الصمود الأكاديمي والدرجة الكلية على التوالي ، وهي قيم مرتفعة مما يعني فعالية البرنامج في تنمية الصمود الأكاديمي بمكوناته الفرعية ، وهذا يعني تحقق الفرض الأول .
- ويمكن تفسير النتيجة السابقة في ضوء مفهوم عادات العقل الذي يشير إلى مجموعة الأداءات العقلية التي يقوم بها الطالب مستخدما المهارات العقلية التي لديه بهدف التوصل إلى سلوك يتسم بالمنطق والعقلانية في حل المشكلات ، ويقوم هذا النشاط على توظيف الطالب لخبراته السابقة والاستفادة منها عند التعامل مع المواقف المختلفة ، وعليه فإن تعرض الطالب للضغوط الأكاديمية والصعوبات أثناء السعي لتحقيق الأهداف تساعد عادات العقل على تركيز الانتباه على اللحظة الراهنة وعدم الانشغال بأية مشتتات ، وبالتالي التمسك بتحقيق الأهداف الأكاديمية والعمل الجاد على تحقيقها وعدم الاستسلام لتلك الضغوط والمصاعب الأكاديمية وتصور حلول لها .
- فعادات العقل تعمل على إتقان التعامل مع المصادر المختلفة من المعلومات ، وتحقيق مستوى عال من الإدراك للمساعدة على فهم المعلومات ، كما أنها تساعد في جعل العملية التعليمية ممتعة ، وتساهم في إدراك العالم بشكل أفضل ، وما يشهده من مشكلات وقضايا ومتغيرات ، ولها أثر على عملية التعليم من حيث التوجيه والتنظيم ، وتحمل مسؤولية هذه العملية ، كما تساعد على تحفيز الفرد في اكتساب الإرادة إزاء الاستخدام للقدرات العقلية ، والمهارات العقلية في جميع أنشطة الحياة والتعليم ، ليصبح التفكير عادة بالنسبة للفرد ، ولا يشعر بالملل من ممارسة هذه العادات .

كما قد ساعدت جلسات البرنامج القائم على بعض عادات العقل وهي (المثابرة - التفكير بمرونة - التساؤل وطرح المشكلات - إدارة الاندفاع - التفكير التبادلي - الاستماع للآخرين بتفهم وتعاطف - إيجاد الدعابة - تطبيق المعرفة السابقة في المواقف الجديدة - التفكير والتواصل بوضوح ودقة) ، في تنمية الصمود الأكاديمي لدى الطلاب الجامعة المتأخرين دراسيا (أفراد المجموعة التجريبية) بعد تطبيق البرنامج بخلاف أفراد المجموعة الضابطة التي لم يتم تنمية الصمود الأكاديمي لديهم ؛ لأنهم لم يتعرضوا لنفس الأنشطة والخبرات السلوكية التي تعرضت لها المجموعة التجريبية ، مما يدل على تحسن أداء طلاب المجموعة التجريبية ، الأمر الذي يشير إلى أثر البرنامج بما تضمنه من أنشطة وتدريبات .

ولعل أثر البرنامج القائم على بعض عادات العقل اتضح من خلال التحسن الذي طرأ على مستوى أداء أفراد المجموعة التجريبية ، الذي يرجع إلى ما قدمه البرنامج من أنشطة متنوعة في تحسين بعض عادات العقل مثل المثابرة - التفكير بمرونة - التساؤل وطرح المشكلات - إدارة الاندفاع - التفكير التبادلي - الاستماع للآخرين بتفهم وتعاطف - إيجاد الدعابة - تطبيق المعرفة السابقة في المواقف الجديدة - التفكير والتواصل بوضوح ودقة.

واتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة Prihadi et al (2018) والتي أظهرت نتائجها وجود أثر دال احصائياً للتدريب على تقدير الذات واحترامها في تحسين مشاعر الصمود الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة ، ودراسة أحمد (٢٠١٩) وأسفرت نتائجها عن وجود تحسن لكل من التفاؤل والصمود الأكاديمي في القياس البعدي على مقياسي التفاؤل والصمود الأكاديمي لصالح طالبات المجموعة التجريبية المتأخرات دراسيا عند مقارنتهن بطالبات المجموعة الضابطة المتأخرات دراسيا ، وكذلك دراسة عبد الواحد (٢٠٢٠) والتي أسفرت نتائجها عن وجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح لمجموعة التجريبية على مقياس الصمود الأكاديمي.

نتائج الفرض الثاني وتفسيره:

ينص الفرض الثاني على: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الصمود الأكاديمي لصالح القياس البعدي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض ، قامت الباحثة بمقارنة متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي ، وذلك لمقياس الصمود الأكاديمي ، وقد استخدمت الباحثة اختبار "ت" للمجموعات المرتبطة للكشف عن دلالة الفرق بين المتوسطات (باستخدام برنامج SPSS .v21) ويوضح الجدول (٣)

تلك النتائج :

جدول (٣)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم " ت " لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس الصمود الأكاديمي

الأبعاد	القياس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة	حجم التأثير
المثابرة الأكاديمية	القبلي البعدي	٢٥ ٢٥	١٣.١٥ ٢٦.٤١	١.٧١ ١.٥٤	٢٤	٣٣.٣٦	٠.٠١	٠.٩٧
التخطيط للمستقبل	القبلي البعدي	٢٥ ٢٥	١٣.٨١ ٢٤.٤١	١.٨١ ١.٥٧	٢٤	٢٢.٩٤	٠.٠١	٠.٩٥
طلب المساعدة والدعم الأكاديمي	القبلي البعدي	٢٥ ٢٥	١٣.٨٧ ٢٥.٠٥	١.٥٥ ٢.٢١	٢٤	١٧.٨٨	٠.٠١	٠.٩٦
حل المشكلات الأكاديمية	القبلي البعدي	٢٥ ٢٥	١٣.٧٧ ٢٤.٨٧	١.٦٢ ٢.٢٥	٢٤	٢٠.٩٨	٠.٠١	٠.٩٦
الدرجة الكلية	القبلي البعدي	٢٥ ٢٥	٥٤.٦١ ١٠٠.٧٣	٣.٩٦ ٤.٣٥	٢٤	٤٠.٤٨	٠.٠١	٠.٩٨

*قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية ٢٤ ومستوى دلالة ٠.٠٥ = ٢.٠٧

** قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية ٢٤ ومستوى دلالة ٠.٠١ = ٢.٨١

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- أنه بمقارنة متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية للقياسين القبلي والبعدي لمقياس الصمود الأكاديمي ، لوحظ أن متوسط القياس البعدي أكبر من القبلي، وقد أرجعت الباحثة ذلك إلى استخدام البرنامج القائم على عادات العقل للمجموعة التجريبية .

- أن قيم (ت) دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية للقياسين القبلي والبعدي في مقياس الصمود الأكاديمي ، ولذا تم قبول الفرض الثاني والذي ينص على : يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية لمقياس الصمود الأكاديمي في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي .

- كما أن حجم التأثير بلغ (0.97، 0.95، 0.96، 0.96، 0.98) لأبعاد الصمود الأكاديمي والدرجة الكلية على التوالي ، وهي قيم مرتفعة مما يعني أن البرنامج أدى إلى ارتفاع مستوى الصمود الأكاديمي . ويمكن تفسير النتيجة السابقة بأن نتائج البرنامج قد جاءت لتؤكد التحسن والتنمية في الصمود الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية (طلاب الجامعة المتأخرين دراسيا) على الأداء البعدي مقارنة بالأداء القبلي ، ويرجع السبب في ذلك إلى توفر قدر من المعلومات عن طبيعة عادات العقل ، وأهميتها ، وخصائص الأفراد الذين يمتلكون بعض عادات العقل ، وأهمية بعض عادات العقل بالنسبة للفرد بصفة عامة ، ولطلاب الجامعة المتأخرين دراسيا بصفة خاصة ، الأمر الذي أدى إلى توفر درجة من المعرفة لدى طلاب المجموعة التجريبية لما يقومون به أثناء جلسات البرنامج ، مما ساعد على فهم طلاب المجموعة التجريبية لإجراءات التدريب بشكل جيد ، ومشاركتهم بكفاءة مرتفعة لتحقيق أهداف البرنامج .

كما أن أنشطة البرنامج والمهام المقدمة لطلاب المجموعة التجريبية والأساليب المستخدمة أثناء التدريب خلال البرنامج قد ساعدت طلاب المجموعة التجريبية على المشاركة في البرنامج وكانوا أكثر حرصا على الاستمرار في حضور جلسات البرنامج ، ومن الأساليب والفنيات التي استخدمت أثناء جلسات البرنامج فنية الحوار والمناقشة الجماعية وهذه الفنية تتسم بالسهولة واستخدام لغة بسيطة وسهلة ؛ فهذه الفنية لها تأثير فعال على طلاب المجموعة التجريبية ، وأيضا فنية التعزيز والتي تعمل على تشجيع الطلاب على المشاركة في الحوار أثناء جلسات البرنامج ومن خلالها يتم التعرف على أفكار هؤلاء الطلاب ؛ ومن ثم إعادة بنائها وتغيير الأفكار اللاعقلانية إلى أفكار منطقية وإيجابية ، وهناك أيضا فنيات أخرى ساعدت في نجاح طلاب المجموعة التجريبية بعد انتهاء البرنامج القائم على عادات العقل في القياس البعدي ومن هذه الفنيات فنية التدريب على حل المشكلات ، فنية لعب الدور ، وفنية إعادة البناء العقلاني ؛ حيث أن هذه الفنيات ساعدت الطلاب على مواجهة المواقف والمشكلات الأكاديمية التي يتعرضون لها وأصبح لديهم دور إيجابي وفعال في عملية التدريب على البرنامج ، والتعامل بكفاءة مع المهام المعروضة عليهم ، مما أدى إلى تنمية الصمود الأكاديمي لدى هؤلاء الطلاب المتأخرين دراسيا .

وأيضاً تزويد الطلاب المتأخرين دراسياً المشاركين في البرنامج بتغذية راجعة أثناء التدريب على جلسات البرنامج وعن مستوى أدائهم في هذا البرنامج ؛ أدى إلى تحسن مهاراتهم ومشاركتهم بكفاءة أثناء جلسات البرنامج القائم على عادات العقل ، كما أن البرنامج وما تناوله من بعض عادات العقل أدى إلى تنمية الصمود الأكاديمي لهؤلاء الطلاب في القياس البعدي.

واتفقت نتيجة هذا الفرض مع نتيجة دراسة أحمد (٢٠١٩) والتي أظهرت نتائجها وجود تحسن في متغير الصمود الأكاديمي في القياس البعدي على مقياس الصمود الأكاديمي ، وكذلك دراسة النفيسه (٢٠٢١) والتي أشارت نتائجها إلى وجود فروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على كل من مقياس التفكير الإيجابي ومقياس الصمود الأكاديمي بأبعادهما المختلفة لصالح القياس البعدي.

توصيات الدراسة والبحوث المقترحة :

بعد عرض نتائج الدراسة توصي الباحثة بالاهتمام بمتغير عادات العقل لتأثيره الإيجابي في تنمية الصمود الأكاديمي وتقترح الباحثة إجراء البحوث التالية في هذا الإطار :

- برنامج قائم على عادات العقل في تنمية كفاءة الذات الأكاديمية لدى طلاب الجامعة المتعثرين دراسياً .
- نمذجة العلاقات بين عادات العقل والمرونة المعرفية والضغط الأكاديمية .
- فعالية برنامج تدريبي لتنمية الصمود الأكاديمي لدى عينة من بطئ التعلم .
- الإسهام النسبي لعادات العقل وجودة الحياة في التنبؤ بالصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة .

مجلة العلوم المتقدمة
للصحة النفسية والتربية الخاصة

تصدر عن
وحدة النشر العلمي
كلية التربية
جامعة طنطا

مراجع البحث

أولاً: المراجع العربية

١. أبو مصطفى، نظمي. (١٩٩٩)، العوامل المرتبطة بالتأخر الدراسي عند أطفال المرحلة الابتدائية، مجلة التقويم والقياس التقني التربوي، ١٤٤، ٢٣-٤٠.
٢. أحمد، عبير. (٢٠١٩)، فعالية برنامج تدريبي قائم على المرونة العقلية في تنمية التفاؤل والصدود الأكاديمي لدى طالبات جامعة الأزهر المتأخرات دراسياً، مجلة كلية التربية، جامعة بني سويف، مج ١٦، ٨٩٤، ٤٦٧-٥١٩.
٣. الحارثي، إبراهيم. (٢٠٠٢)، العادات العقلية وتنميتها لدى التلاميذ، الرياض: مكتبة الشقري.
٤. الديب، إيمان. (٢٠٢١). فعالية برنامج تكاملي قائم على بعض عادات العقل لخفض السلوكيات الهازمة للذات والاكنتاب الرقمي لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الاسكندرية، [رسالة دكتوراه غير منشورة] جامعة الاسكندرية.
٥. الرابغي، خالد. (٢٠١٥)، عادات العقل-دافعية الإنجاز، الأردن، عمان: مركز ديونو لتعليم التفكير.
٦. المنشاوي، عادل. (٢٠١٦)، نموذج سببي للعلاقات المتبادلة بين الشفقة بالذات ول من الإرهاق والصدود الأكاديمي لدى الطالب المعلم، مجلة كلية التربية - جامعة الاسكندرية، مج ٢٦، ٥٤، ١٥٣-٢٢٥.
٧. النفيسه، آلاء. (٢٠٢١). فعالية برنامج تدريبي لتنمية بعض أبعاد التفكير الإيجابي وأثره على الصدود الأكاديمي لدى عينة من طالبات جامعة القصيم، [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة القصيم .
٨. تعوينات، علي. (١٩٩٩)، التخلف الدراسي أسبابه وعلاجه، مجلة الرواسي، ٤٤، ص ٢٩.
٩. جبر، رضا. (٢٠٢٢)، فعالية برنامج قائم على عادات العقل في تنمية مهارات اتخاذ القرار والدافعية العقلية لدى الطلاب المعلمين بكلية التربية، المجلة التربوية، بكلية التربية جامعة سوهاج، ج ٨٦، ٢٤٥-٣٢٥.
١٠. خشبة، فاطمة؛ البديوي، عفاف. (٢٠٢٠)، فعالية التدريب علي بعض عادات العقل في السلوك الإيجابي والضجر الأكاديمي لدي طالبات جامعة الأزهر، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج(٣٠)، ع(١٠٩)، ١٧٩-٢٥٤.
١١. زهران، حامد. (١٩٩٧)، الصحة النفسية و العلاج النفسي، ط٣، القاهرة: عالم الكتب.

١٢. زهران، يحيى. (٢٠١٠)، دراسة تحليلية لظاهرة التأخر الدراسي لطلاب كلية الزراعة، مجلة كلية الزراعة، جامعة المنصورة، ٧(١٣)، ٤٣٤.
١٣. عبد العزيز، أسماء. (٢٠١٨)، برنامج تدريبي قائم علي بعض عادات العقل المنتجة وأثره في خفض التسويف الأكاديمي وقلق المستقبل لدي طلاب كلية التربية، مجلة الدراسات النفسية، مج(٢٨)، ع(٣)، ٥٥٧-٦٤٤.
١٤. عبد القادر، أبو بكر. (٢٠١٧)، التأخر الدراسي: مفهومه، أسبابه، علاجه، مجلة جامعة الزيتونة، ع٢٣، ١٣٣-١٤٩.
١٥. عبد اللطيف، مدحت. (١٩٩٣)، الصحة النفسية والتوافق الدراسي، الإسكندرية: دار المعرفة.
١٦. عبد الواحد، إبراهيم. (٢٠٢٠)، أثر برنامج تدريبي قائم على بعض أبعاد الحكمة في تنمية الصمود الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية جامعة الأزهر، مجلة العلوم التربوية، مج ٢٨، ع ٤، ١-٥٤.
١٧. عطا، سالي. (٢٠٢١)، عادات العقل المنبئة بفاعلية الذات الابداعية والتوافق الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية، المجلة التربوية، كلية التربية - جامعة سوهاج، ج ٨١، ١٧٧-٢٧٦.
١٨. عطية، رانيا. (٢٠٢٠)، الصمود الأكاديمي وعادات العقل لطلاب الصف الأول الثانوي العام المتفوقين والعادين أكاديميا، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع(١١٨)، ١٣٥-١٧٣.
١٩. فتح الله، مندور. (٢٠٠٩)، فاعلية نموذج أبعاد التعلم لمارزانو في تنمية الاستيعاب المفاهيمي وبعض العادات العقلية لدى تلاميذ الصف السادس من التعليم الابتدائي بالمملكة العربية السعودية، المجلة التربوية، جامعة القصيم، ٢٥ (٩٨)، ١٤٥-١٩٩.
٢٠. كوستا، آرثر؛ كاليك، بينا. (٢٠٠٣)، تقييم عادات العقل وإعطاء تقارير عنها (مدارس الظهران، مترجمون)، الرياض: دار الكتاب التربوي للنشر والتوزيع.
٢١. مجمع اللغة العربية. (٢٠٠١)، المعجم الوجيز، القاهرة: طبعة وزارة التربية والتعليم بمصر.
٢٢. محمد، صالح. (٢٠١٥)، فاعلية استراتيجية سكامبر لتعليم العلوم في تنمية بعض عادات العقل ومهارات اتخاذ القرار لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، مج ٢٦، ع ١٠٣، ١٧٣-٢٤٢.

- ٢٣ . محمد، عبد الستار؛ بخيت، حسين. (٢٠٢٢)، أنماط السيطرة الدماغية وعلاقتها بعادات العقل واليقظة العقلية لدى طلاب الثانوية العامة مدمني الإنترنت : دراسة سيكومترية إكلينيكية، مجلة الارشاد النفسي ، مركز الارشاد النفسي - جامعة عين شمس ، ع ٧٠ ، ١-٨٢ .
- ٢٤ . مسير، نهلة. (٢٠١٨)، الصمود الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية بجامعة القادسية، مجلة بحوث علوم التربية والاجتماع، ٣(٣١)، ١٧٤-١٨٨ .
- ٢٥ . معمريه، بشير. (٢٠٠٥)، مظاهر السلوك اللاتوافقي لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا من وجهة نظر المعلمين و الاستاذة : دراسة بمدينة باتنة، مجلة منتدي الأستاذ، ع ١، ١-٣٩ .

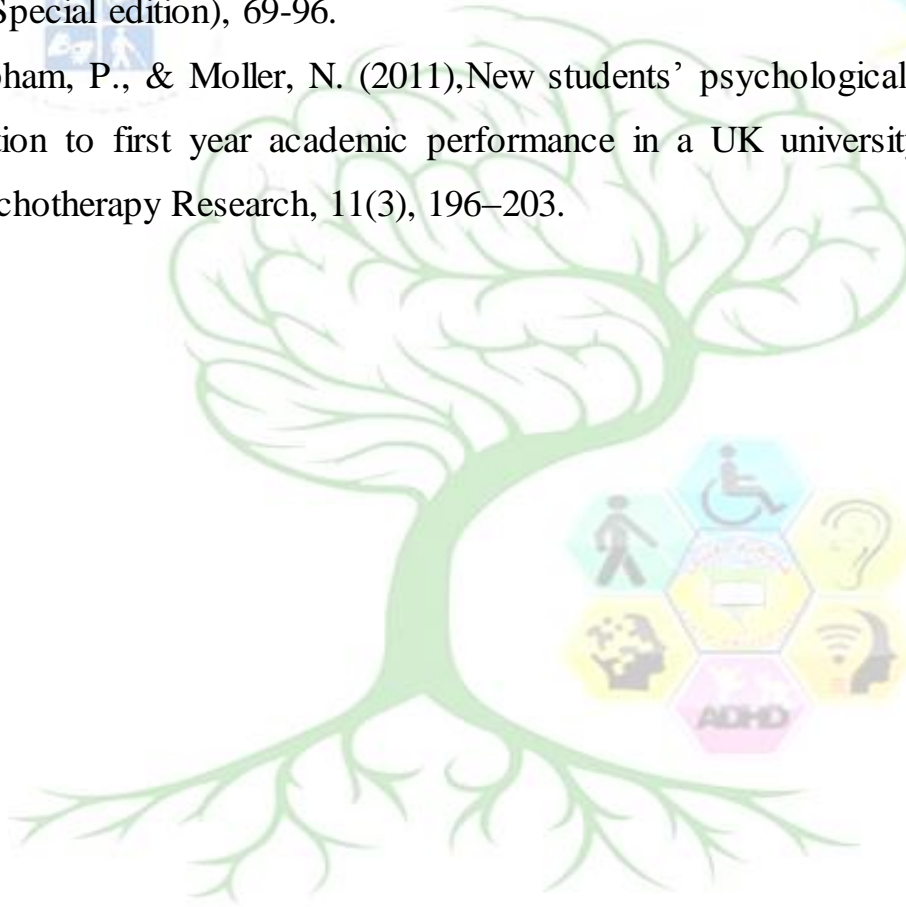
ثانيا : المراجع الأجنبية

26. Benada, N. & Chowdhry, R. (2017), A Correlational study of happiness, resilience and mindfulness among nursing student. Indian Journal of Positive Psychology, 8 (2), 105-107.
27. Cassidy, S. (2016), The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure, Frontiers in psychology, 7, 1787.
28. Costa, A. & Kallick, B. (2014), Dispositions : Reframing teaching and learning Thousand Oaks, CA: Corwin.
29. Garrosa, E. & Moreno, B. (2013), Burnout and active coping, with emotional resilience, In: B.Kohler(ed), Burnout for experts: prevention in the context of living and working (201-221), Springer Science.
30. Khalaf, M. (2014), Validity and Reliability of the Academic Resilience Scale in Egyptian Context, Us- China Education Review, 4(3), 202-210.
31. Luey, B.Q. (2020), Habits of Mind. Oxford University Press.
32. Mancini, D. & Bonanno, G. (2009), Predictors and parameters of resilience to loss : Toward an individual differences model , Journal of Personality , 77 (6), 1805-1832.



33. Martin, A. (2013), Academic buoyancy and academic resilience : Exploring " everyday " and " classical " resilience in the face of academic adversity, *School Psychology International*, 34(5), 488-500.
34. Morales, E. & Trotman, F. (2010), A focus on hope : Fifty resilient students speak , University Press of America.
35. National Curriculum. (2005), *Developments in science in teaching* , London : Open Book.
36. Prihadi, K., Cheow, D.Z.Y., Yong, J.H.E. & Sundrasagran, M. (2018), Improving Academic resilience and Self-Esteem among University Students with Entrepreneurship Simulation Board Game, *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 7(1), 48-56.
37. Putri, W.C. & Nursanti, A.(2022), The relationship between peer social support and Academic resilience of young adult migrant students in Jakarta, *International Journal of Education* , Universitas Pendidikan Indonesia, 13 (2), 1342-1978.
38. Rohner, H. (2017). *Introduction to parental acceptance – rejection theory*, New York: Nova Science publishers, Inc.
39. Rudd, G., Meissel, K., & Meyer, F. (2021), Measuring academic resilience in quantitative research : A systematic review of the literature, *Educational Research Review*, 34, 1-22.
40. Salimi, O., Asadzadeh, H., Ghotbian, N., Nazemi-Moghadam, M., & Azizi, Z. (2016). Effectiveness of cooperative learning method on academic resilience of male students of second period University education in the city of shahriar, *International Journal of Humanities and Cultural Studies*. .

41. Shin, J. & Kim, T.(2017).South Korean Elementary School student English Learning Resilience ,Motivation and Demotivation,Linguistic Research 34(Special edition), 69-96.
42. Topham, P., & Moller, N. (2011),New students' psychological wellbeing and its relation to first year academic performance in a UK university, Counselling & Psychotherapy Research, 11(3), 196–203.



مجلة العلوم المتقدمة
للصحة النفسية والتربية الخاصة

تصدر عن
وحدة النشر العلمي
كلية التربية
جامعة طنطا