

**فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في تحسين
الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة
الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة القابلين
للاستهواء الفكري**

أ.د/ حسني زكريا السيد النجار د/ أميرة سعد السيد النجار
أستاذ علم النفس التربوي دكتوراة علم النفس التربوي
كلية التربية - جامعة كفر الشيخ كلية التربية - جامعة كفر الشيخ

١٤٤٥-٢٠٢٣م

فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في تحسين الاندماج
الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة
الجامعة القابليين للاستهواء الفكري

❖ حسني زكريا السيد النجار ١

أميرة سعد السيد النجار ٢

اقسم علم النفس التربوي، كلية التربية ، جامعة كفر الشيخ، ٢اقسم علم
النفس التربوي، كلية التربية ، جامعة كفر الشيخ.

البريد الإلكتروني للباحث الرئيس:

hosny.elnagar2002@edu.kfs.edu.eg

المستخلص:

هدف البحث إلى إعداد برنامج تدريبي لتنمية أبعاد ومكونات الحكمة لدى طلبة الجامعة القابليين للاستهواء الفكري، والكشف عن فعالية البرنامج التدريبي المقترح في تنمية أبعاد ومكونات الحكمة لدى طلبة الجامعة القابليين للاستهواء الفكري، وفي تحسين الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الجامعة القابليين للاستهواء الفكري، وفعاليتها في تنمية أبعاد ومكونات الحكمة في تحسين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة القابليين للاستهواء الفكري، وتكونت عينة البحث من مجموعتين: مجموعة تجريبية، تلقت البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة وكان عددهم (٣٨) طالبًا وطالبة، ومجموعة ضابطة لم تتلق تدريبات تنمية الحكمة وكان عددهم (٣٨) طالبًا وطالبة، وقد تم تحديد هذه العينة من عينة أولية عشوائية بلغ عددها (٤٣٠) طالبًا وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة كفر الشيخ بجمهورية مصر العربية، واعتمد الباحثان على المنهج شبه التجريبي، واشتملت أدوات البحث على: مقياس القابلية للاستهواء الفكري، إعداد/ خليل (٢٠١٢)، ومقياس تطور الحكمة تأليف (Brown & Greene (2006، ترجمة/ أيوب

وإبراهيم (٢٠١٣)، ومقياس الاندماج الأكاديمي إعداد/ الباحثان، ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية إعداد/ (García et al, 2006) ترجمة/ سليم (٢٠١٠)، وبرنامج تدريبي لتنمية الحكمة لطلاب الجامعة مرتفعي القابلية للاستهواء الفكري، إعداد/ الباحثان، وتوصل البحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تدرت على برنامج تنمية الحكمة والمجموعة الضابطة التي لم تتدرب على برنامج تنمية الحكمة في مكونات ومهارات الحكمة وفي الاندماج الأكاديمي في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، وأيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تدرت على برنامج تنمية الحكمة والمجموعة الضابطة التي لم تتدرب على برنامج تنمية الحكمة في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، وكذا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تدرت على برنامج تنمية الحكمة في مكونات ومهارات الحكمة في القياسات القبلي والبعدي والتتبعي لصالح القياسين البعدي والتتبعي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تدرت على برنامج تنمية الحكمة في الاندماج الأكاديمي في القياسات القبلي والبعدي والتتبعي لصالح القياسين البعدي والتتبعي، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تدرت على برنامج تنمية الحكمة في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في القياسات القبلي والبعدي والتتبعي لصالح القياسين البعدي والتتبعي.

الكلمات المفتاحية: تنمية الحكمة - الاندماج الأكاديمي - استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية - الاستهواء الفكري - برنامج تدريبي.

The Effectiveness of a training program in developing Wisdom to enhance Academic Integration and Academic Integration for Psychological Stress Among Intellectually Appealing University Students

Hosni Zakaria Al-Sayed Al-Najjar¹,

Amira Saad Al-Sayed Al-Najjar²

¹Educational Psychology, Faculty of Education ,Kafr El-Sheikh University, ²Educational Psychology, Faculty of Education ,Kafr El-Sheikh University

E-mail: -mail: hosny.elnagar2002@edu.kfs.edu.eg

Abstract:

The research aimed at developing a training program to enhance the dimensions and components of wisdom among intellectually appealing university students. and at revealing the effectiveness of the proposed training program in enhancing the dimensions of wisdom and academic integration among intellectually appealing university. It also aimed at identifying its effectiveness in enhancing the dimensions of wisdom in improving strategies to face psychological stress among intellectually appealing university students. The research sample consisted of two groups: An experimental group, received the training program which included (38) male and female students, and a controlled group, did not receive the training which included (38) male and female students. Participants were randomly selected from an initial sample of (430) male and female students from the Faculty of Education, Kafr El-Sheikh University, Arab Republic of Egypt. The quasi-experimental method was adopted. The tools included: Intellectual appeal Scale prepared by Khalil (2012), the scale of the development of wisdom by (Brown & Greene, 2006) translated by Ayoub and Ibrahim (2013), Academic Integration scale prepared by the

researchers, coping strategies for psychological stress scale prepared by (García, et al, 2006) translated by Salim (2010), and a training program for wisdom for intellectually appealing university students prepared by the researchers. Results revealed statistically significant differences between the average scores of the experimental and the controlled group students in the dimensions of wisdom and academic integration in the post measurement in favor of the experimental group. There are also statistically significant differences between the mean scores of the experimental group students who trained on the training program and the controlled group who did not train on the training program in coping strategies for psychological stress in the post-measurement in favor of the experimental group. Results also revealed statistically significant differences between the mean scores of the experimental group students who trained on the training program in the dimensions of wisdom in pre, post and follow-up measurements in favor of the post and follow-up measurements. There are also statistically significant differences between the mean scores of the experimental group students who trained on the training program in academic integration in the pre, post and follow-up measurements in favor of the post and follow-up measurements. In addition to statistically significant differences between the mean scores of the experimental group students who trained on the training program in coping strategies with psychological stress in the pre, post and follow-up measurements in favor of the post and follow-up measurements.

Keywords: Wisdom Development – Academic Integration – Coping Strategies for Psychological Stress - Intellectual appeal- training program.

مقدمة:

تستقبل الجامعة العديد من الطلبة الذين يختلفون في اتجاهاتهم وسلوكياتهم من جهة، وفي خبراتهم وقدراتهم العقلية ومهارات تفكيرهم من جهة أخرى، لذلك فقد يختلفون في عملية التأثير والتأثر بالاتجاهات والسلوكيات فيما بينهم أثناء تفاعلهم الاجتماعي، ومن خلال عملية التواصل قد يتأثر الطالب بالآخرين فمن الممكن أن يتبنى أفكارهم أو يقلد سلوكياتهم بصورة تنعدم معها الرقابة الذاتية والتفكير الناقد، وتسمى هذه الظاهرة بالقابلية للاستهواء، وهي حالة من الركود العقلي التام التي لا يسعى الأفراد بها إلى التفكير، بل يسلمون أذهانهم كلية للآخرين الذين يقودونهم حيثما يشاؤون؛ مما يتطلب من الشباب ضرورة امتلاك مهارات التفكير والحكمة والقدرة على مواجهة الضغوط النفسية والاندماج الأكاديمي في الحياة الجامعية.

لذلك من الأهمية توجيه النظر في الأبحاث العلمية نحو دراسة العوامل النفسية المرتبطة بالتطرف الفكري ومن هذه المتغيرات المهمة القابلية للاستهواء، والتي تتمثل في استعداد الفرد لسرعة التصديق والتسليم، وربما الاقتناع بالآراء والأفكار والمعتقدات أو المدركات التي يخبرها الفرد عن عالمه الشخصي والاجتماعي دون نقد أو تمحيص، مع عدم توفر الأدلة المنطقية الكافية لصحة هذه المدركات، وبالتالي يأتي سلوكه غير منطقي؛ كما أن هؤلاء الأفراد يميلون إلى سرعة التأثير بأقرانهم ويعتبرونهم بمثابة الجماعة المرجعية التي يرجعون إليها في تشكيل سلوكهم (Kai, 2013).

وتعد ظاهرة القابلية للاستهواء الفكري من الظواهر النفسية الملاحظ تزايد حجمها، ووضوح وتضخم خطرهما على أفراد المجتمع عامة والمراهقين والشباب بخاصة، ومع ذلك تعتبر من المفاهيم التي لم تجد

الاهتمام الكبير من الباحثين والدارسين في ميادين علم النفس إلا حديثاً نسبياً (محمد، ٢٠١٠)، كذلك فإن التغيرات التي حدثت في مختلف المجتمعات بسبب التطورات التكنولوجية والتطلعات الاجتماعية والمواقع الالكترونية للتواصل الاجتماعي جزءاً من حياة الإنسان لا يمكن الاستغناء عنه، حتمت ظهور طرق وأساليب جديدة في التفكير، حيث لم تعد طرق التفكير التقليدية القديمة مثل التفكير العياني والمجرد والتفكير التخيلي والخرافي والتفكير القائم على التعميم كافية لمواجهة تلك التغيرات (الطيب، ٢٠٠٦، ١٩).

ومع تنمية مهارات تفكير للفرد يكون قادراً على تمحيص الأفكار التي تعرض عليه، وبالتالي تتخفف لديه القابلية للاستهواء الفكري، والقابلية للاستهواء الفكري تعتبر وسيلة يتم عن طريقها اكتساب الفرد خبرات المجتمع الذي يعيش فيه دون تفكير أو تفسير للموقف، فضلاً عن المعايير التي تمثل الإطار المرجعي الذي يتم الرجوع إليه من حين إلى آخر، ومن الصعب أن تتخفف القابلية للاستهواء الفكري إلا بتدريب العقل على التفكير والتمحيص (الجبوري، ٢٠١٧، ٣٨٩).

ويعد موضوع مواجهة الضغوط النفسية والأكاديمية وتحسين الأداء الأكاديمي من الموضوعات المهمة لدى طلاب الجامعة على اختلاف مستوياتهم، ونظراً لزيادة عدد طلاب الجامعات عاماً بعد عام فقد زاد احتمال وجود اختلاف بين طلاب الجامعة باختلاف مستوياتهم في استخدام استراتيجيات وأساليب المواجهة في المواقف الضاغطة، فقد أشار (Endler & Parker; 1990) أن الأفراد يطورون أساليب واستراتيجيات متميزة عندما يستجيبون للمواقف الضاغطة، لذا حاولت عديد من الدراسات التحقق من العلاقة بين استراتيجيات وأساليب مواجهة الضغوط، والأداء الأكاديمي وأهداف الإنجاز، ودور وأهمية

أهداف الإنجاز واستراتيجيات مواجهة الأحداث الضاغطة كمنبئات بالأداء الأكاديمي للطلاب (Santiago-Rivera, Bernstein & Gardm 1995).

وتعد الضغوط الأكاديمية من أهم مصادر الضغوط النفسية لدى الطلاب كصعوبة التعامل مع الزملاء والمعلم وصعوبة التحصيل الدراسي وضعف القدرة على التركيز وعدم القدرة على أداء الواجبات المنزلية والفشل في الامتحانات (شقيير، ٢٠٠٢).

ولقد ركز الباحثون والتربويون في الآونة الأخيرة بشكل متزايد على دراسة الاندماج الأكاديمي Academic Engagement للطلاب باعتباره مفتاح لمعالجة العديد من المشكلات مثل تدني مستوى التحصيل الدراسي، ووجود مستويات عالية من مشاعر الملل والاعترا ب أو انشغال الطلاب بأعمال أخرى غير أكاديمية، وارتفاع مستوى التسرب الدراسي (Fredricks, et al, 2004, 60)، ويشير مصطلح الاندماج الأكاديمي إلى مقدار الطاقة الجسدية والنفسية التي يبذلها الطالب لتحقيق المعرفة والخبرة الأكاديمية، ويتضمن الطاقة التي يبذلها الطالب في المذاكرة وقضاء وقته في التعلم ومشاركته في الجامعة والأنشطة الجامعية الصفية واللصفية وتفاعله مع أعضاء هيئة التدريس وزملاؤه (Krumrei-Mancuso, Newton, Kim & Wilcox, 2013).

كما أصبح اندماج الطلاب في الحياة الأكاديمية هدفاً نأمل من خلاله تعزيز قدرات جميع الطلاب على تعلم كيفية التعلم الذاتي لكي يصبحوا متعلمين مدى الحياة في مجتمع يعتمد على المعرفة (Gillbert, 2007)، ويؤكد العديد من الباحثين على أن انخفاض مستوى الاندماج الأكاديمي ينذر بتحصيل دراسي منخفض في المستقبل ومشكلات

سلوكية عديدة مثل التسرب الدراسي (Reeve& Tseng, 2011, 257)، ويعتبر الاندماج الأكاديمي مؤشراً ومنبئاً للأداء الإيجابي والتوافق النفسي والاجتماعي والقدرة على مواجهة التحديات والمشكلات، كما يشير إلى مدى مشاركة الطالب بفعالية في أنشطة التعلم (Veiga, 2014, 39; et al, 2015, 306).

كما أشارت دراسة أبو العلا (٢٠١١) إلى وجود تأثير مباشر للاندماج الأكاديمي في تحصيل الطلاب، ويشير الباحثون إلى أن الاندماج الأكاديمي مفهوم واسع يتضمن عدة أبعاد هي: البعد السلوكي Behavioral ويشير إلى المشاركة في أنشطة التعلم مثل بذل الجهد والمثابرة والاهتمام المعرفي، والبعد الوجداني الانفعالي Emotional ويشير إلى شعور الطالب بالحماس والاهتمام ونقص الشعور بالغضب والملل والقلق، والبعد المعرفي Cognitive ويشير إلى استخدام الطالب لاستراتيجيات التنظيم الذاتي النشط واستراتيجيات التعلم الحديثة والفعالة والاهتمام بموضوعات التعلم، وبعد الاندماج بالتفويض Agentive Engagement ويشير إلى مساهمة الطالب البناءة في تدفق ونقل التعليمات أو الدروس التي يتلقاها (Reeve & Tseng, 2011).

وتعتبر الحكمة من أعلى ما يمكن أن يمتلكه الإنسان، وهي كما أطلق عليها أبو حطب (١٩٩٦) قدرة القدرات الانسانية التي تتوازن فيها المعرفة والوجدان والعقل، كما تتوازن فيها أنواع الذكاء المختلفة، إذ تحتل الحكمة رأس هرم العمليات العقلية، فهي عنوان لرجاحة العقل ونضج التجربة والخبرة الايجابية، وقد دعا النبي صل الله عليه وسلم لابن عباس (رضي الله عنهما) بها فقال "اللهم علمه الحكمة" (رواه البخاري) وكذلك ورد ذكر الحكمة بالقرآن الكريم في أكثر من موضع في كتاب الله عز وجل: " وأنزل الله عليك الكتب والحكمة وعلمك ما لم

تكن تعلم وكان فضل الله عليك عظيماً" (النساء، ١١٣)، "لقد من الله على المؤمنين إذ بعث فيهم رسولاً من أنفسهم يتلو عليهم آياته ويزكيهم ويعلمهم الكتاب والحكمة وإن كانوا من قبل لفي ضلال مبين" (آل عمران، ١٦٤)، وجعل الله عز وجل الحكمة من أعظم النعم حيث قال "يؤتي الحكمة من يشاء ومن يؤت الحكمة فقد أوتي خيراً كثيراً وما يذكر إلا أولو الألباب" (البقرة، ٢٦٩).

ويعتبر مفهوم الحكمة Wisdom في العلوم النفسية مفهوم مركب متعدد الأبعاد يمتد تأثيره إلى مختلف مناسط الحياة، وعبر السنوات القليلة الماضية، اقترح الباحثون العديد من النماذج والنظريات التي حاولت تفسير هذا المفهوم من خلال رؤى متباينة، (Brown, 2002; Sternberg, 2007; Sternberg, Brown & Greene, 2006; Jarvin & Grigorenko, 2009) والتي تمثل معظمها محاولات لفهم الجوانب المعرفية والوجدانية والاجتماعية والأخلاقية والقيمية لدى الفرد الذي يتسم بالحكمة، ويشير (Sternberg, 2007) إلى أن الحكمة تعد أحد أشكال الأداء النموذجي للفرد، وهي تتضمن الاستبصار والمعرفة بالذات والعالم المحيط به، وإصدار أحكام صائبة في مسائل الحياة الصعبة من خلال المعرفة والخبرة والفهم، وقد عرفها (Rowley, 2006) بأنها قدرة الفرد على تمييز المعلومات التي يحصل عليها، واختيار ما يساهم في سعادته، بينما ينظر (Webster, 2003) إلى مفهوم الحكمة من عدة جوانب، كالخبرة، والتنظيم الانفعالي، والانفتاح العقلي، والقدرة على التأمل، وامتلاك روح الدعابة، ولكن يرى (Staudinger & Gluck, 2011) أن الحكمة هي المعرفة بأحوال الناس والحياة، وكيفية التصرف في إطار غموضها وتعقيداتها، كما يرى البعض أنها تشير إلى التوازن بين الاهتمامات الشخصية وغير

الشخصية (Sternberg, 2001a) وكذلك يرى البعض أنها تشير إلى ارتفاع ونضج الشخصية (Hastie & Wittenbrink, 2006) وأشارت (Ardelt, 2004) إلى تعدد الأبعاد المكونة لمفهوم الحكمة كالمعرفية، والانفعالية والتأملية، كما يرى (Smith, 2007) أن الحكمة دالة للعمر والخبرة.

لذا كانت الحاجة والدافع لإجراء البحث الحالي لتدريب الطلاب على تنمية الحكمة بمكوناتها المختلفة والاستفادة من ذلك في تحسين اندماجهم وانشغالهم بالدراسة والتعلم وتفاعلاتهم في المهام الأكاديمية والاستغلال الأمثل للوقت وكذلك تحسين مهارات واستراتيجيات الشباب على مواجهة الضغوط الأكاديمية والنفسية مما يساعدهم على مقاومة الاستهواء الفكري والاستقطاب الذهني لأمر وسلوكيات وأعمال غير مقبولة تمثل تهديد لأمنهم الفكري ومستقبلهم ومستقبل وأمن مجتمعاتهم.

مشكلة البحث:

يتعرض الشباب في العديد من المواقف والظواهر للانحرافات الحادة حين يكون الاستهواء متجهًا نحو النماذج السيئة من البشرية، سواءً كان السوء خلقياً بالمعنى المتعارف عليه، أو إنسانياً بصفة عامة، ومما يؤيد سلبية هذه الظاهرة ما اتفق عليه العديد من العلماء والمؤلفين السيد (١٩٩٣)، السيد وعبد الرحمن (١٩٩٩)، كمال وعثمان (٢٠١٠)، كويوسومي (٢٠٠١)، (Leon, 1997) (Borch, 2001) (Sharma & Sharma, 2006) على أن القابلية للاستهواء تعد

أحد الظواهر النفسية السلبية والمؤثرة سلباً على تفكير الشباب.

كذلك أشار كل من الغزالي (٢٠٠٣) و Arnold (٢٠١٤) إلى أن الاستهواء يعد السبب الرئيس للانحرافات السلوكية، كما يشير المليجي (١٩٩٢) إلى أن الاستهواء الفكري يؤدي إلى سرعة سريان وانتشار

الشائعات عند انتقالها من شخص إلى آخر دون التحقق من صحتها أو مصدرها، كما أشار Arnold (٢٠١٤) وكذلك دراسة أبو رياح (٢٠٠٦) إلى أن هناك مشكلات أخرى ترتبط بالاستهواء كالسلوك العدوانى، والعنف، والتخين والإدمان، وغيرها العديد من المشكلات والتي تصب كلها في مصب واحد، وهو التزايد في حجم خطورة هذه الظاهرة على الأفراد والمجتمعات.

كما أن انتشار وسائل الاتصال الحديثة وازدياد عدد القنوات الفضائية التي قد تقوم ببث رسائل موجهة ومدمرة للشباب من خلال ما يعرض فيها فيصبحون ضحية لما تنقله تلك القنوات الفضائية، وكذلك يكونون ضحية لأقران السوء وخاصة بعد أن اصطدموا بمتغيرات الحداثة والعولمة بكل ما تحمله من سلبيات والتي جعلت الشباب عاجزين أمام هذه الغزو الثقافي والبهث الإعلامي المخيف (جبر، ٢٠٠٨، ١٠) مما جعل كثير من شبابنا يتخذون من الاستهواء استراتيجية يواجهون بها، بدأت هذه الظاهرة تنتشر وخاصة في صفوف الطلبة الذين قاموا بتبني تلك الثقافات المدمرة التي عملت على افساد عقول الشباب وضياع الكثير من القيم وأن الوقوع فريسة لهذه الظاهرة قد تؤدي إلى ضياع جيل أو أجيال قادمة لأنها تقوم بخلق مجتمع استهوائي مريض متردد لا يستطيع أن يواجه مشاكله ولا أن يتخذ قرارات حاسمة بشأنها (محمد، ١٩٩٩، ٣٤، ٧٨)، وفي وقتنا الحاضر نجد بعض الناس يفكرون بطريقة نمطية تقليدية (حسين وعبدالناصر، ٢٠٠٢، ٩)، لذا فهم معرضون لسرعة تصديق آراء وأفكار الآخرين ووقوعهم في الاستهواء فالاستهواء الفكري ظاهرة بدأت تنتشر في مجتمعاتنا وهي لا تقتصر على مجتمع معين أو جماعة دون أخرى بل تتواجد لدى جميع الأفراد وطوائف المجتمع وأكثر ما تكون لدى المجتمعات النامية (أبو رياح،

٢٠٠٦، ٢٠)، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه نتائج بعض الدراسات السابقة مثل دراسة الخزرجي (٢٠١٤)، المعموري والمعموري (٢٠١١)، عمار (٢٠٢٠) التي توصلت إلى قابلية طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية للاستهواء الفكري وبنسبة مرتفعة. وتتعدد مصادر الضغوط النفسية بالجامعة والتي تمتد من تلك الأشياء الملموسة مثل الاستعداد للاختبارات وحضور المحاضرات إلى تلك غير الملموسة مثل الخوف المرتبط بدراسة مقررات لأول مرة والقلق من المستقبل والتعامل مع مستجدات العصر وتحدياته، وبالرغم من ذلك فإن هذه الضغوط لا تحدد بطريقة مباشرة التحصيل الدراسي للطلاب حيث إنها تتفاعل مع إدراكهم لإنتاج ردود الأفعال التي من شأنها يكون لها دوراً كبيراً في تحديد قدراتهم وتحقيق أهدافهم الأكاديمية (Rogers et al., 2012).

وتؤثر الضغوط على أداء الطلاب وتوافقهم الأكاديمي، فيمكن للطلاب النظر للأحداث الضاغطة على أنها تمثل تحدياً أو تهديداً لهم، فعندما ينظر الطلاب إلى التعلم على أنه تحدياً فالضغط يمكن أن يجلب لهم الشعور بالتمكن وزيادة قدرتهم على التعلم، أما عندما يدرك الطلاب التعلم على أنه يمثل تهديداً لهم فالضغط في هذه الحالة يمكن أن يولد مشاعر اليأس والخسارة مما يؤدي إلى انخفاض تحصيلهم وتوافقهم الأكاديمي (Dusselier et al., 2005).

إن الطلاب يستقبلون الحياة الجامعية على أنها حياة مليئة بالضغوط وكثيرة المطالب الملحة ويترتب على ذلك العديد من الاستجابات الانفعالية والمعرفية لهذه الضغوط وخصوصاً تلك التي ترجع إلى الضغوط الخارجية وتلك التي ترجع إلى توقعاتهم المفترضة عن أنفسهم (Misra & McKean, 2000).

وتمثل الحكمة أعلى وأرقى الصفات البشرية ومورد مهم لحياة جيدة، فهي أعلى مستوى للمعرفة بالأهداف البشرية والوسائل الحياتية، وبلوغ الحكمة يتطلب نمو مستمر في النواحي العقلية والاجتماعية والانفعالية والأخلاقية، والتكامل بين هذه الأبعاد، والإمام بالمعارف التقريرية والإجرائية والسياقية، وقدّر من النسبية وعدم اليقين (Stange & Kunzmann, 2008).

وتعد الحكمة أحد أهم مفاهيم علم النفس الإيجابي الذي يركز على القوى الشخصية، حيث تعبر هذه القوى عن عمليات وآليات تؤدي إلى الازدهار النفسي وحياة سعيدة، وتعمل القوى النفسية المرتبطة بالحكمة إلى تقليل الآثار السلبية للضغوط، فالحكمة يمكن أن تؤثر على استراتيجيات مواجهة الضغوط ومواجهة التحديات الشخصية (Avey et al., 2012)، وتسهم تنمية الحكمة في تحسين الصحة النفسية للفرد والذي بدوره يسهم في مواجهة التحديات والصعوبات الحياتية (Baltes & Staudinger, 2021)، ويوضح (Ardelt & Bruya, 2021)، ويوضح (2000) أن الفترة الرئيسية لاكتساب الحكمة بين (١٥-٢٥) بهدف تحسين جودة الحياة وتحقيق الرضا والسعادة، وقد أشارت دراسات علم النفس الإيجابي أن مرحلة المراهقة تعد فترة حاسمة لتطور الحكمة حيث يمكن مساعدة الطلاب على توظيف إمكاناتهم للوصول إلى مستوى الحكمة للتعامل بإيجابية مع التحديات المعاصرة بما يخدم الإنسانية بعيداً عن الأنانية الشخصية (Csikszentmihalyi & Seligman, 2000)، ويشير (Sternberg, 2004) أننا نحتاج إلى وضع طلابنا في مسار يختلف عن المسار التقليدي فنحن بحاجة إلى تقدير دور الحكمة وتعليمها للطلاب وليس فقط لاستدعاء مستويات سطحية من التحليل.

ومن خلال ما سبق يمكن تحديد مشكلة البحث في السؤال الرئيس الآتي:

ما فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في تحسين الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري؟

ويتفرع من هذا السؤال الأسئلة الآتية:

- ما فعالية البرنامج التدريبي المقترح في تنمية مكونات الحكمة لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري؟
- ما فعالية البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة في تحسين الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري؟
- ما فعالية البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة في تحسين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري؟

أهداف البحث:

- إعداد برنامج تدريبي لتنمية مكونات الحكمة لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري؟
- الكشف عن فعالية البرنامج التدريبي لتنمية أبعاد الحكمة في تحسين الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري.
- الكشف عن فعالية البرنامج التدريبي لتنمية أبعاد في تحسين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري.

أهمية البحث:**أولاً: الأهمية النظرية:**

١- يتناول البحث الحالي مجموعة من المتغيرات المهمة والضرورية لجودة الحياة بصفة عامة ولعملية التعليم والتعلم بصفة خاصة لدى الطلاب بالمرحلة الجامعية والتأصيل النظري لها وهي الحكمة والاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والقابلية للاستهواء الفكري ومسايرة الاتجاهات العلمية المعاصرة للبحث في المتغيرات الإيجابية للشخصية والسمات الإيجابية للسلوك الإنساني ذات التأثير الفعال في المهارات الحياتية.

٢- ندرة الدراسات العربية والأجنبية-في حدود إطلاع الباحثان- التي تناولت دراسة تنمية الحكمة ودورها في تحسين الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري في ظل تزايد استخدام وتفاعل الشباب مع شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) والمواقع الإلكترونية للتواصل الاجتماعي.

٣- تمثل مرحلة الجامعة (الشباب) فئة مهمة وقطاع كبير من الطلبة وهي مرحلة مهمة ومثمرة في حياة الفرد، تحتاج إلى العديد من المهارات والإمكانات المعرفية والأكاديمية للتعامل مع متطلبات وطبيعة الدراسة والبحث في هذه المرحلة ومواجهة تحدياتها وحل مشكلاتها والقدرة على التفكير والانتباه والوعي بالمستجدات العلمية والتكنولوجية والمجتمعية والتواصل الفعال مع عناصر البيئة التعليمية كالأساتذة والزملاء.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

١- إضافة مقياس جديد للبيئة العربية وهو مقياس الاندماج الأكاديمي لطلبة الجامعة والتحقق من توفر الخصائص القياسية له، كما يقدم

البحث إجراءات التعرف على الطلاب القابلين للاستهواء الفكري بالمرحلة الجامعية.

٢- قد تفيد نتائج البحث الحالي في تقديم الأسس والمقومات والارشادات التي تساعد القائمين على البرامج التدريبية والتعليمية لطلاب الجامعة وحثهم على تدريب وتنمية التفكير القائم على الحكمة بما يسهم في إثراء وتحسين مهاراتهم المعرفية والأكاديمية والحياتية.

٣- قد تساعد نتائج البحث في توجيه نظر الباحثين والقائمين على العملية التعليمية إلى الاهتمام بالعوامل والمتغيرات التي تسهم في تحسين عملية الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة لما له من تأثير وأهمية كبيرة في تحسين التحصيل الدراسي والإنجاز والطموح الأكاديمي والتواصل البناء مع عناصر البيئة التعليمية في النجاح في الحياة بصفة عامة.

٤- تنمية مهارات ومكونات الحكمة لدى الشباب طلاب الجامعة؛ فذاك هدف تربوي مهم تسعى إلى تحقيقه كافة الأنظمة التربوية على اختلاف فلسفاتها وتوجهاتها، وهذا الهدف نشأ ونما في ظل نتائج العديد من الدراسات والبحوث التي أجريت على متغير الحكمة والتي تشير إلى أن مهارات ومكونات الحكمة يمكن تميمتها وتحسينها من خلال استخدام التدريبات والمواقف والتفاعلات والاستراتيجيات والأنشطة المعرفية المناسبة.

مصطلحات البحث:

■ فعالية Effectiveness

تعني كلمة فعالية "قدرة الشيء على التأثير"، والمقصود بها في البحث الحالي إمكانية تأثير المتغير المستقل "البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة" في إحداث تغير أو فرق دال إحصائياً في المتغيرات التابعة وهي (أبعاد

ومكونات الحكمة- الاندماج الأكاديمي- استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية) لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري.

■ الاستهواء الفكري Intellectual Suggestibility

يعرف بأنه استعداد الفرد لسرعة التصديق والتسليم وربما الاقتناع بالآراء والأفكار والمعتقدات أو المدركات عموماً التي يخبرها الفرد في عالمه الشخصي والاجتماعي دون نقد أو تمحيص مع عدم توافر الأدلة المنطقية الكافية لصحة هذه المدركات وبالتالي يأتي سلوكه غير منطقي (أبو رياح، ٢٠٠٦، ١٣).

كما يعرف بأنه تصديق الفرد لرأي أو فكرة أو معتقد أو قبول سلوك معين من شخص آخر أو من جماعته مع انعدام الحس النقدي أو التفكير المنطقي لهذا الرأي أو الفكرة أو المعتقد أو السلوك فضلاً عن القيام بما يطلب منه من دون تردد (خليل، ٢٠١٢)، وتحدد القابلية للاستهواء الفكري إجرائياً من خلال حصول الطلبة على درجة مرتفعة على مقياس القابلية للاستهواء الفكري إعداد/ خليل (٢٠١٢).

■ استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية Coping Stress Strategies

Strategies

تشير استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية إلى الجهود التي يبذلها الأفراد للتمكن من والسيطرة على، والحد من أو تحمل المتطلبات الناجمة عن المواقف الضاغطة (Weiten & Lloyd, 2006, 95)، وهناك ثمانية استراتيجيات لمواجهة الضغوط النفسية في إطار النموذج الذي يتبناه البحث الحالي هي: حل المشكلات - نقد الذات - التعبير الانفعالي - التفكير القائم على التمني - المساندة الاجتماعية - إعادة البناء المعرفي - تجنب المشاكل - الانسحاب الاجتماعي (Garcia, et al, 2006)، وتحدد إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب

على مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية إعداد/ García, (2006) et al ترجمة/ سليم (٢٠١٠).

■ الاندماج الأكاديمي Academic Engagement

يعرفه الباحث بأنه درجة مشاركة الطالب وانخراطه بفاعلية وحماس في العملية التعليمية داخل القاعات الدراسية وخارجها والتفاعل مع عناصر البيئة التعليمية لإنجاز المهام المختلفة وتحقيق أهداف التعلم بنجاح، ويتضمن ثلاثة جوانب أو أبعاد هي:

الاندماج المعرفي Cognitive Engagement: ويشير إلى الاستعداد والتهيؤ العقلي والانتباه لدى الطالب لبذل الجهد اللازم لإتقان المعارف والمهارات الصعبة لأداء المهام الأكاديمية.

الاندماج السلوكي Behavioral Engagement: ويشير إلى مشاركة الطالب في الأنشطة المرتبطة بالجامعة والدراسات العليا والتي تتضمن الأنشطة الأكاديمية والاجتماعية والمهام التعليمية والبحثية .

الاندماج الوجداني Emotional Engagement: ويشير إلى المشاعر والاستجابات وردود الأفعال الإيجابية كالفخر والسعادة والانتماء تجاه عناصر البيئة التعليمية والاحترام في التعامل مع الأساتذة والزملاء، ويحدد إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في الجوانب والأبعاد الثلاثة والدرجة الكلية لمقياس الاندماج الأكاديمي المستخدم في البحث، إعداد/ الباحث.

■ الحكمة Wisdom

تعرف الحكمة بأنها القدرة على إصدار الأحكام اعتماداً على المعرفة، والخبرات والتفاعلات التي يعيشها الأفراد للوصول إلى تحقيق الغايات التي يطمحون إليها واختيار البيئة المناسبة للحياة، وهي مفهوم متعدد الأبعاد يتضمن أبعاداً اجتماعية وانفعالية ومعرفية، كالمعرفة الذاتية،

وإدارة الانفعالات، والإيثار، والمشاركة الملهمة، وإصدار الأحكام، ومعرفة الحياة، ومهارات الحياة، والاستعداد للتعلم، وتحدد الحكمة إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس تطور الحكمة إعداد (Brown & Greene, 2006) ترجمة/ أيوب وإبراهيم (٢٠١٣).

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً: الاستهواء الفكري:

أصبحت المنطقة العربية في واجهة هذا التصدي المعلوماتي، حيث شهدت حراك ثقافي واسع داخل المجتمعات العربية، وزخم كبير في تداول الأخبار بجميع الأشكال المكتوبة والمسموعة والمرئية، بالإضافة إلى تبادل الأفكار والآراء، وتكوين العلاقات الاجتماعية، والصدقات؛ مما أدى إلى زيادة التبادل الثقافي والمعرفي المحلي والعالمي على حد سواء (غولي والعكيلي، ٢٠١٤).

حيث كان لهذا التفاعل والتبادل الثقافي التأثيرات الإيجابية والسلبية، إلا أن أبرز سلبيات هذا التفاعل الثقافي ما يستهدف تفكير الأفراد، فيما يمكن تسميته (الاستهواء الفكري) الذي يتمثل في تقبل بعض الأفراد - وخاصة ممن لا تزال شخصياتهم في طور التشكل - الأفكار التي تصلهم دون تدقيق أو تمحيص، تاركة أثارها السلبية على الفرد والمجتمع، ويُعد موضوع الاستهواء الفكري من الموضوعات الحديثة، وفي مقدمة المشكلات الثقافية التي خلفها التطور التكنولوجي، وتسارع نمو المجتمعات؛ نتيجة لطفرة التحديث والتغيير التي أصابت واستهدفت اللبنة الأساسية الثقافية والتي تقوم عليها المجتمعات، لذا نشهد في وقتنا الحاضر الكثير من الأفكار، والتصرفات، والسلوكيات التي يتبناها الأفراد، والتي قد تكون غير مقبولة من المجتمع؛ لأنها تختلف مع

ثقافته وأعرافه وقيمه.

وعلى الرغم مما شهدته المجتمعات من تقدم وتطور تكنولوجي وعلمي هائل وانتشار التعليم بين أفراد المجتمع وتقدير العلم والعلماء للارتقاء بالإنسان إلى اسمى مكانة تليق به إلا أن الأمر لا يخلو من وجود بعض الأفراد الذين يمتازون بسرعة تصديق بعض الأمور والأحداث المبنية على أساس غير منطقي أو غير عقلي لا أساس لها من الصحة والتي تعرف بالقابلية للاستهواء وما جاءت إلى حيز الوجود إلا نتيجة العجز عن التفسير المنطقي للأشياء والأحداث البيئية المحيطة (غانم وأبو عواد، ٢٠١٠، ١٠٤٤).

إن وجود استعداد عام لدى العديد من الأفراد لسرعة التصديق والتسليم بأفكار وأراء وتوجهات ومعتقدات الآخرين بصورة يندم معها التفكير الناقد في الأمور المختلفة لعبت دوراً كبيراً في التأثير على توجهات الأفراد وسلوكياتهم وتوافقهم، لذا تأتي سلوكياتهم غير منطقية وهؤلاء غالباً ما يكونون ضحية للشائعات والخرافات والرسائل الموجهة المدمرة التي تبثها العديد من القنوات الفضائية ووسائل الإعلام، أن هذه الظاهرة لا تخص مجتمع دون آخر أو جنس دون جنس بل توجد لدى العديد من الأفراد والمجتمعات إلا أنها تنتشر بصورة واضحة في المجتمعات غير المثقفة والنامية إذ تسود الكثير من الحالات الوجدانية المتشابهة بين الأفراد وتسهل انتشارها، وظاهرة القابلية للاستهواء في مجتمع الطلبة لها اثارها السلبية على الطالب الجامعي، ولها مؤشرات خطيرة خاصة ونحن نعيش في عصر العولمة والانترنت وسهولة بث الثقافات المدمرة لشبابنا بغية افسادهم، ومما ساعد في ذلك شيوع اللامبالاة بين عدد لا بأس به من أبناء المجتمع وضياع الكثير من القيم مع ضعف القدرة أو الرغبة في تبني أهداف واضحة في الحياة

مما أوقع الشباب فريسة لهذه الظاهرة والتي قد تؤدي إلى ضياع اجيال قادمة عندما تخلق منهم افراداً استهوائين وبالتالي مجتمعا استهوائياً (أبو رياح، ٢٠٠٦: ٩-١٠).

ويعرف الاستهواء الفكري اصطلاحاً بأنه استعداد الفرد أو ميله لتقبل فكرة ما مع عدم توافر الأساليب الكافية لتقبلها، إذ يتم فيه استبعاد قوى التأمل والنقد والمناقشة في تلك الفكرة (الحجازي، ٢٠١٧، ٣٠٥).

وقد عرف علم المنطق الاستهواء الفكري: أنه حالة من الركود العقلي التام لا يسعى الفرد المصاب بها إلى التفكير بل يسلم دفعة سفينته الفكرية للآخرين حيث يقودونه كيفما يشاؤون؛ لذلك فهي من ضمن العوامل الذاتية للوقوع في خطأ التفكير والتقدير (محمود ومحمد، ٢٠١٦، ٢٤٤)، أما قاموس علم النفس فيعرفها بأنها: عملية الاقتناع والقبول غير النقدي للأفكار (Basa Vanna, 2000, 418).

ويعرفها القوسي (١٩٩٣، ١٧٦) بأنها استعداد الشخص لتقبل فكرة مع عدم وجود الأسباب الكافية لتقبلها، أو قبول رأي أو اقتراح مع غياب عمليات الفكر الناقد.

أما الاستهواء الفكري من وجهة نظر المناعة النفسية والتي ترى أن المناعة النفسية منظومة عقلية من الأفكار المنهجية القادرة على انتاج الأفكار المضادة للأفكار المدمرة للذات وللآخرين، وعندما لا يقوم هذا الجهاز المناعي بوظائفه تظهر على الأفراد العديد من أعراض فقدان المناعة النفسية التي تعبر عن فقدان السيطرة الذاتية والتحكم الذاتي والاستسلام للفشل وخلل في معايير الحكم على الأشياء وارتفاع درجة ضعف النضج الانفعالي مما يسمح للأفكار الاستهوائية بالسيطرة على تفكير الفرد وهي غالباً ما تكون أفكار مدمرة يتبناها الفرد اطلق عليها اسم الفيروس الفكري (حشيش، ٢٠٠٢: ٦٣).

ويعرف الاستهواء الفكري بأنه تأثر فرد بفرد آخر وجدانياً، ويضم جميع الظواهر الفكرية كالأفكار، والآراء، والمعتقدات، والاتجاهات، والذكريات، والأحلام وغيرها (زبيدي، ٢٠١٥، ٧).

وتُعد القابلية للاستهواء الفكري من أكثر المشكلات خطورة على أفراد المجتمع عامة والمراهقين والشباب بصفة خاصة؛ لسرعة تسليم وتصديق هذه الفئة، بأفكار وآراء وتوجهات ومعتقدات الآخرين، بصورة ينعدم فيها التفكير الناقد والتبصر في الأمور المختلفة خاصة في ظل نقص تجربتهم في الحياة وقلة خبراتهم؛ مما يدفعهم إلى تشرب وتبني الأفكار المدمرة التي تبثها الجماعات المتطرفة بغية الإفساد وتدمير القيم الأصيلة وضياع أجيال قادمة تخلق منهم مجتمعاً استهوائياً غير قادر على الابتكار والإبداع (حسين وآخرون، ٢٠١٥، ٣).

كما أن التقليد الأعمى لأنواع من السلوك والعادات غير العربية، وبخاصة الغربية، يُعد واحداً من التحديات التي تعصف بخصوصية ثقافتنا... وخطورة هذا التحدي، يترك أثره في الأفراد من سن الطفولة، التي هي سن التقليد، وتكوين الشخصية فإذا نشأ الطفل على السلوكيات الغربية عن حضارتنا، فإن اقتلاعها بعد ذلك سيكون أمراً غير يسير (الخرجي وآخرون، ٢٠١٦).

كما يلاحظ أن هذه القابلية تتفاوت من فرد لآخر تبعاً لنشاطه الفكري وحالته الانفعالية والصحية، بالإضافة إلى أنها تتفاوت تبعاً للعمر والجنس، فضلاً عما تتركه العوامل أو المواقف الخارجية من آثار في هذا المجال (الحجازي، ٢٠١٧، ٣٠٥)، كما عرفها (Lacwingm, 2013) بأنها حالة وجود اقتراح أثارت الفكرة في دماغ شخص آخر، ومن ثم قبول هذه الفكرة تماماً دون فحص أو تمحيص أصلها ومصدرها كما لو أنها قد نشأت عفويًا في ذلك الدماغ، ويتفق (زبيدي،

(٢٠٢٠) في تعريفه للاستهواء الفكري بأنه: محاولة التأثير على الآخر (فرد أو جماعة) وجدانياً من دون إقناع منطقي، ثم جعله يتقبل الآراء والأفكار (الاقتناع بها) من غير نقد أو تمحيص أو وعي أي ضعف في القدرة على التمييز والنقد وكف الأفكار المضادة.

وقد تنبه التربويون لأهمية المواقع الالكترونية للتواصل الاجتماعي ودورها في التأثير على أفكار ومعتقدات الأفراد وقيمهم، وبخاصة أن الدراسات الحديثة التي أجريت قد دلت أن عدد المستخدمين العرب يزداد بمعدل مليون شخص كل شهر (العريشي والدوسري، ٢٠١٥، ٢٠)، وتشير (Andreassen, 2012) إلى أن الاستخدام المرضي وغير التوافقي للمواقع الالكترونية يؤدي إلى مشكلات أكاديمية، وشخصية ونفسية، واجتماعية، وتشبه أعراض إدمان المواقع الالكترونية للتواصل الاجتماعي إلى حد كبير أعراض إدمان المخدرات والكحول، واستخدام الإنترنت لا يمثل خطورة في حد ذاته، إلا إذا أصبح سلوكاً قهرياً، وتعارض مع أنشطة الحياة اليومية، والقيام بأعبائها، فالمشكلة لا تكمن في شبكة الإنترنت بل في الأنشطة والمجالات التي يمكن الوصول إليها عبر الإنترنت، وضياع الوقت، والافتقار للوقت الكافي للقيام بالواجبات والمسئوليات المنوط بها (الشافعي، ٢٠١١)، ويشكل الاستخدام المفرط للشبكة تهديداً بقطع العلاقات الاجتماعية، والعلاقات الحميمة أو العمل أو الدراسة أو تضييع فرص الترقى الوظيفي (أبو غزالة، ٢٠١٠).

مصادر القابلية للاستهواء:

ذكر (Arnold, 2014) العديد من المصادر التي تؤدي لعملية الاستهواء الفكري كما يلي:

- مصادر حية: كالأسرة والأصدقاء والأقران والمدارس وأفكار قادة

الرأي.

- مصادر غير حية: كالكتب والمجلات، والجرائد التي نقرأها والأفلام التي نشاهدها والموسيقى التي نسمعها والتلفزيون ووسائل الدعاية والإعلان التي تنهال علينا يومياً والإذاعة.

مجالات القابلية للاستهواء:

أوضح الفرماوي (2009) ثلاث مجالات للاستهواء:

أ. الاستهواء الفكري: هو تأثر فرد بفرد آخر عقلياً، وفيه ينتقل السلوك المعرفي بين الأفراد.

ب. الاستهواء الوجداني (المشاركة الوجدانية): هو تأثر فرد بفرد آخر انفعالياً حيث يتم انتقال الحالة الانفعالية من المؤثر للمتأثر، وهذه الحالة من الاستهواء الوجداني تتم تلقائياً دون إدراك أو إرادة ويشبه البعض هذه الحالة بـ "العدوى الانفعالية".

ج. الاستهواء السلوكي: ويظهر هذا الاستهواء السلوكي في محاكاتنا للآخرين في مظهرهم أو سلوكهم أو عملهم وكذلك في محاكاتنا للأصوات والإيماءات أو الحركات التعبيرية التي يوحى بها إلينا الآخرون.

كما تعرف القابلية للاستهواء بأنها تصديق الفرد لرأي أو فكرة أو معتقد أو قبول سلوك معين من شخص آخر أو من جماعته مع انعدام الحس النقدي أو التفكير المنطقي لهذا الرأي أو الفكرة أو المعتقد أو السلوك فضلاً عن القيام بما يطلب منه دون تردد (خليل، ٢٠١٢).

وقد أشارت الدراسات إلى أن سمات الأفراد الذي يحملون استهواء مضاداً ومنه الذكاء والقدرة على مقاومة الضغوط والثقة بالنفس والقدرة على تحمل المسؤولية ومهارات التفكير الناقد والتبصر والتأمل في الأمور المختلفة، تكون كافية لمساعدتهم على التمسك بأفكارهم

ومعتقداتهم أمام الأفكار الخاطئة والمنحلة وتزود الفرد بحصن نفسي ضد الأفكار الشاذة والمتطرفة (حشيش، ٢٠٠٢، ١١).

إن الآثار الجانبية لتقبل الأفكار السلبية من الآخرين إذا ما انعكست على حياة الطالب أو الطالبة فإنها سوف تؤثر في أدائهم الأكاديمي وتحديد هويتهم الشخصية داخل الجامعة وخارجها، لذلك نجد أن العديد من الدراسات تناولت متغيرات نفسية عديدة للمحافظة على سلامة البناء النفسي للطلبة وبما يحقق لهم شخصية متزنة وناجحة، فالطالب أو الطالبة وهم يعيشون عملية التفاعل تبرز أمامهم عدد من المواقف تجعلهم يواجهون مشكلات تستدعي منهم إيجاد حل يسهل عملية التفاعل والتوافق.

ثانياً: استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية:

تشير الضغوط النفسية Stress إلى حالة من الإجهاد العقلي والجسمي تحدث نتيجة الحوادث التي تسبب قلقاً أو إزعاجاً أو تحدث نتيجة لعوامل عدم الرضا أو نتيجة للخصائص العامة التي تسود بيئة العمل.

إن استراتيجيات المواجهة Copying التي يستخدمها الأفراد في التعامل مع المواقف الضاغطة وأزمات حياتهم تشمل مجموعة من الأساليب والوسائل التي يتصدى بها الفرد للضغوط ويتكيف معها (أبو عرام، ٢٠٠٥).

وتعرف أساليب مواجهة الضغوط بأنها الأساليب التي يواجه بها الفرد أحداث الحياة اليومية الضاغطة، والتي تتوقف مقوماتها الإيجابية أو السلبية نحو الإقدام أو الإحجام طبقاً لقدرات الفرد وإطاره المرجعي للسلوك، ومهاراته في تحمل أحداث الحياة اليومية الضاغطة، وطبقاً لاستجاباته التكيفية نحو مواجهة هذه الأحداث دون إحداث أية آثار سلبية جسدية أو نفسية عليه (علي، ٢٠٠٣، ١١).

فالمواجهة بوصفها عملية تسير كوحدة من مستويات تنظيم منظمة هرمياً للعلاقة المتبادلة بين الإنسان والبيئة ومن ثم فإن المواجهة تشتمل على عمليات معرفية وخبرائية وسلوكية وفيزيولوجية ومناعة نفسية عصبية، وترتبط مع المحيط الاجتماعي للشخص المعني في علاقة نشطة متبادلة ومن ثم ففي المواجهة مع الأحداث المرهقة لا يتم استخدام الموارد الشخصية فحسب، وإنما موارد المحيط الاجتماعي أيضاً (رضوان، ٢٠٠٢، ١٦٩)

وهناك ثلاثة أبعاد للمواجهة وهي:

- المواجهة الايجابية: وهي محاولة رؤية الجانب الإيجابي.
 - المواجهة السلوكية النشطة: مثل التحدث إلى صديق، محاولة اكتشاف الكثير عن الموقف.
 - التجنب: ويشير إلى تجنب الموقف الضاغط وعدم التعامل معه (الشرييني، ٢٠١٢، ٦٦).
- وتعتبر الضغوط الأكاديمية Academic Stress من أكثر المشكلات التي يتعرض لها طلاب الجامعة (Frazier & Schauben, 1994, 286)، كما تمثل الجامعة في كثير من الأحيان مصدراً للضغوط الأكاديمية، فغالباً ما يشعر الطالب بالضغط نتيجة تحمله أعباء تفوق قدراته مما يؤدي إلى عدم تكيفه مع المواقف الدراسية المختلفة كالزملاء والأساتذة والامتحان والمنهج (عطية، ٢٠٠١، ٣٨٠) (Vincent et al, 2019,36).

ويعاني طلاب الجامعة في السنوات الدراسية الأولى من الضغوط الأكاديمية بالمقارنة بغيرهم، حيث اتفقت نتائج كما أشارت (Alizadeh, Azam & Habibpour, 2010, 17) إلى أن الطلاب في فترة المراهقة والشباب يواجهون تغيرات نفسية وجسدية واجتماعية

في النمو تجعله أكثر عرضة لعوامل الضغوط والاضطرابات النفسية. وتشير استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية إلى الجهود التي يبذلها الأفراد للتمكن من والسيطرة على، والحد من، أو تحمل المتطلبات الناجمة عن المواقف الضاغطة (Weiten & Lloyd, 2003, 95)، وهناك ثمانى استراتيجيات لمواجهة الضغوط النفسية في إطار النموذج الذي يتبناه البحث الحالي هي:

١. حل المشكلات Problem solving: وهي استراتيجية معرفية سلوكية تهدف إلى التخلص من الضغوط بتعديل الموقف الذي تظهر فيه.
٢. نقد الذات Self-criticism: وهي استراتيجية تقوم على لوم الذات والنقد الذاتي بسبب حدوث الموقف المجهد أو الضاغط أو عدم إدارة الموقف بكفاءة.
٣. التعبير الانفعالي Express emotions: وهي استراتيجية تهدف إلى التعبير عن الانفعالات التي تظهر أثناء معالجة الضغوط.
٤. التفكير القائم على التمني Wishful thinking: وهي استراتيجية معرفية تعكس رغبة الفرد أو تمنيه لو أن الواقع لم يكن مجهداً أو ضاغطاً كما هو الآن.
٥. المساندة الاجتماعية Social support: strategies: وهي استراتيجية تشير إلى السعي للبحث عن المساندة الانفعالية أثناء معالجة الضغوط.
٦. إعادة البناء المعرفي Restructuring Cognitive: وهي استراتيجية معرفية تهدف إلى تعديل معنى ودلالة المواقف الضاغطة وإعادة بنائها من جديد.
٧. تجنب المشكلة Problem avoidance: وهي استراتيجية تهدف

إلى رفض الفرد وتجنبه للأفكار أو الأفعال ذات الصلة بالأحداث
المجهدة أو الضاغطة.

٨. الانسحاب الاجتماعي Social withdrawal: وهي استراتيجية
تهدف إلى الانسحاب من الأصدقاء والأسرة، الزملاء والأشخاص
الذين يمثلون قيمة للفرد مصحوباً باستجابة انفعالية أثناء معالجة
الضغوط (Garcia, et al, 2006).

كما عرف (Lazarus and Folkman, 1984) استراتيجيات
مواجهة الضغوط بأنها الجهود المعرفية والسلوكية التي يبذلها الفرد
باستمرار لإدارة الضغوط الداخلية و/أو الخارجية التي يتم تقييمها
كصعوبات تقف في طريق الشخص، كما أنها تعكس ميل الفرد
للاستجابة بطريقة يمكن التنبؤ بها عندما يواجه مجموعة محددة من
الظروف (مثل: المواقف التي يقيّمها على أنها غير مريحة أو لا يمكن
السيطرة عليها)، وقد وصف مجموعتين رئيسيتين من استراتيجيات
المواجهة للضغوط النفسية أطلق عليهما: الاستراتيجيات المتمركزة على
المشكلة Problem-focused strategies، والاستراتيجيات
المتمركزة على الانفعال Emotion-focused strategies. وتشير
الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكلة إلى الجهود المعرفية والسلوكية
التي يبذلها الفرد لمحاولة التوافق مع مصادر الضغوط، ومن الأمثلة
على ذلك، استراتيجية حل المشكلة، استراتيجية إعادة البناء المعرفي؛
بينما تهدف الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال إلى تقليل الاستثارة
الانفعالية والجسمية الناتجة عن الضغوط غير المرغوب فيها، وتشمل
هذه الاستراتيجيات استراتيجية التعبير الانفعالي، واستراتيجية المساندة
الانفعالية (Anshel, Williams, & Williams, 2000).

وتشير نتائج كثير من الدراسات إلى أن توجهات أهداف إنجاز الطلاب

واهتمامهم بأنشطة ومهام التعلم يمكنها التنبؤ بالضغوط التي تواجه الطلاب في مواقف التعلم، وطريقة استجاباتهم لهذه الضغوط واستخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط والتعامل معها، فقد أشارت الدراسات إلى أن توجهات أهداف الإنجاز تؤثر على طريقة تفكير الأفراد ومشاعرهم وسلوكهم في مواقف التحصيل أو الإنجاز وترتبط بمختلف النواتج التعليمية السلوكية والمعرفية والوجدانية (Linnebrink & Pintrich, 2002)، وتعتمد توجهات التعلم على مفاهيم النجاح والكفاءة مرجعية الذات self-referenced conceptions، والتركيز على التعلم، وتحسين أداء الفرد، وإتقان المهمة (Kim, 1999)، وينظر عادة إلى أهداف التعلم على أنها ترتبط بالانفعالات الإيجابية مثل الاستمتاع بالمهمة والاندماج فيها، كما يستطيع الطلاب ذوو توجهات أهداف التعلم والذين يعتمدون على المحكات الداخلية في تحديد نجاحهم مواجهة الضغوط والتعامل معها بصورة أفضل (Dweck & Leggett, 1988).

وبالنسبة للطلاب ذوي توجهات أهداف الأداء يعتمدون على تقييم كفاءتهم بمقارنة أدائهم مع الآخرين (Kim, 1999)، وهو ما يعكس استجابات غير تكيفية أو مرضية، كما يميلون إلى التركيز على النتائج أو المخرجات والرغبة في تجنب ردود الأفعال السلبية، كما أنهم مندفعون في إنجاز مهامهم بالدافعية الخارجية والتي ترتبط في الغالب بالانفعالات السلبية مثل اليأس أو فقد الأمل hopelessness، والقلق والانضغاط anxiety and stress.

وهذه الانفعالات تركز على المقارنة الاجتماعية الخارجية مع الآخرين، والسعي إلى إنجاز الأعمال بصورة أفضل من الغير والظهور بمظهر الذكي وتجنب النظرة السلبية إليه على أنه غير موهوب وأقل ذكاء من

الآخرين، والطلاب الذين يتبنون أهداف الأداء هم أكثر قلقاً وأكثر شعوراً بالضغط تجاه أدائهم الأكاديمي ومكانتهم بين الأقران، ولا يركزون على عملية التعلم نفسها (Nichollism Jones, & Hancock, 2003)، كما أنهم أكثر إحساساً بالضغوط في مواقف التحصيل أو الإنجاز لأنهم يستخدمون معايير خارجية لتقييم نجاحهم، فمحاكات النجاح لديهم خارجية الوجهة مثل مقارنة أنفسهم أو تفوقهم بأقرانهم، مما يجعلهم عرضة بصورة كبيرة للشعور بالضغوط والمعاناة من قصور أو نقص محتمل في الأداء، وهو ما يشير إلى وجود علاقة قوية بين توجهات الهدف وطريقة التعامل مع الضغوط ومواجهتها.

ثالثاً: الاندماج الأكاديمي:

يعد مفهوم الاندماج من المفاهيم التي لها تأثير كبير في دافعية الطلاب نحو عملية التعلم والتحصيل الدراسي، ويركز جزء كبير من الأدبيات على موضوع اندماج الطلاب في مجالات متنوعة مثل التربية، الصحة، علم النفس وعلم الاجتماع، حيث تقدم هذه الدراسات أدلة على أن اندماج الطلاب هو عامل جوهري وفعال في المخرجات التعليمية والاجتماعية الايجابية لدى الطلبة (O'farrell & Morriosn, 2003).

ويشير الاندماج الأكاديمي إلى مبادرة الطالب لبذل الجهد والتفاعل والاصرار في العمل الأكاديمي أو الدراسة وحالته الانفعالية أثناء أنشطة عمليتي التعليم والتعلم (Skinner, Wellborn & Connell, 1990؛ ويرى كل من Newmann, Wehage & Lamborn, 1992) أن الاندماج في العمل الأكاديمي يشير إلى الجهد الجسدي والنفسي للطلاب واستثماره تجاه مهام التعلم، وفهم أو اتقان المهارات التي يهدف العمل الأكاديمي إلى تعزيزها وتحسينها؛ وقد عرف (Kuh,

(2001) اندماج الطلاب بأنه الطاقة والوقت الذي يكرسه الطالب للأنشطة التعليمية داخل وخارج الفصول أو القاعات الدراسية، والممارسات والسياسيات التي تستخدمها المؤسسات التعليمية لتشجيع الطالب على المشاركة في هذه الأنشطة.

ويشير (Chapman, 2003) إلى أن الدراسات الأولية للاندماج الأكاديمي كانت تعتمد على استخدام المؤشرات المبنية على مشاركة الطلاب والوقت المستغرق في مهام التعلم لتقييم معدلات الاندماج الأكاديمي لدى الطلاب، وقد أشار كل من (Klem & Connell, 2004) إلى أن الاندماج الأكاديمي عملية سيكولوجية خاصة بإثارة الانتباه، واستثمار أوسع لجهود الطلاب في عملية التعلم.

ويعرف (Akey, 2006) الاندماج الأكاديمي على أنه مستوى المشاركة والاستعداد والاهتمام الذي يظهره الطلاب في الدراسة، ويتضمن الاندماج في العمل المدرسي كل من السلوكيات التالية: (المثابرة، الجهد، والانتباه)، والاتجاهات (الدافعية، قيم التعلم الموجبة، الحماس، الاهتمام، والفخر بالنجاح)، ولذلك فإن الطلاب المندمجين يسعون نحو الأنشطة داخل وخارج حجرة الدراسة التي سوف تؤدي بهم إلى النجاح والتعلم، ويتميزون بحب الاستطلاع والرغبة في المعرفة، ويمتلكون استجابات انفعالية موجبة نحو التعلم والمدرسة. وفيما يرتبط بالعلاقة بين الاندماج الأكاديمي والتحصيل الدراسي، فقد أوضحت نتائج دراسة كل من (Endawoke, 2005; Lau & Roeser, 2009; Zhu, et al, 2008) وجود علاقة موجبة بين الاندماج المعرفي والتحصيل الأكاديمي، وأنه يمكن التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي من خلال الاندماج المعرفي.

وقد أشارت دراسة (Oriol, Amutio, Mendoza, Costa & Miranda, 2016) إلى أن الإبداع العاطفي، والمشاعر الإيجابية مثل (الامتنان، والحب، والامل) يساعدون على الاندماج الأكاديمي، وتجنب الفشل الدراسي، وكذلك توصلت دراسة (Guang, Kaiping & Hanchao, 2016) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية والاندماج الأكاديمي.

ويعرف الاندماج الأكاديمي بأنه انشغال الطلاب والتزامهم بالتعليم والتعلم، والانتماء، وتحديد الهوية في المدرسة والجامعة، والمشاركة في بيئة المؤسسة والمبادرة في الأنشطة لتحقيق النتائج (Alrashidi, Phan & Ngu, 2016, 41)؛ كما عرف الاندماج الأكاديمي بأنه بناء واسع يهدف إلى أن يشمل الجوانب الأكاديمية وغير الأكاديمية لخبرة الطالب والتي تضم الأنشطة والتعلم التعاوني، المشاركة في الأنشطة الأكاديمية الصعبة، إقامة العلاقات الاجتماعية الناجحة مع أعضاء هيئة التدريس، المشاركة في إثراء الخبرات التعليمية، الشعور بدعم مجتمع التعلم الجامعي (Coates, 2007, 122).

وقد اختلف التربويون في تحديدهم لأبعاد ومكونات الاندماج الأكاديمي، فمنهم من قدم نموذج ثنائي الأبعاد للاندماج الأكاديمي، في حين قدم البعض نموذج ثلاثي الأبعاد للاندماج الأكاديمي، بينما ذكر البعض أن الاندماج الأكاديمي يتضمن أربعة أبعاد، وفيما يلي عرض لأهم هذه النماذج؛ فقد ذكر (Finn, 1989) أن هناك بعدين أساسيين للاندماج الأكاديمي هما: البعد السلوكي Behavioral وهو المشاركة في حجرة الدراسة والأنشطة الدراسية، والبعد الانفعالي Emotional والذي يتضمن تحقيق الهوية والشعور بالانتماء في المدرسة/الجامعة، وتقييم النتائج المرتبطة بالتعلم، وقام (Connell, et al, 1994) بقياس

نوعين من الاندماج: أولهما الاندماج الشامل الذي يشتمل على الاندماج السلوكي والعاطفي والعمليات الفكرية أثناء اليوم الدراسي، والنوع الثاني: وهو استجابة التحدي والتي تشير إلى الاستراتيجيات المتكررة من الطلاب لتحدي الفشل في الدراسة، بينما حدد (Willms, 2003) فقد حدد بعدين أساسيين للانندماج هما: البعد السلوكي Behavioral وعرفه بأنه المشاركة في الأنشطة الأكاديمية والأنشطة غير الأكاديمية، والبعد النفسي Psychological والذي يتضمن الشعور بالانتماء وتقييم نتائج الدراسة، ويشير كل من (Greif, 2003) و (Jimerson, Campos & البعد الوجداني Affective ويتضمن المشاعر حول الرفاق والأصدقاء والأساتذة، والبعد السلوكي Behavioral ويتضمن الأفعال التي يمكن ملاحظتها مثل المشاركة في الأنشطة الصيفية، والبعد المعرفي Cognitive ويتضمن معتقدات الطلاب وتصوراتهم عن انفسهم وزملائهم ورفاقهم والمؤسسة التعليمية.

بينما يشير (Fredricks & McColskey, 2012, 746) إلى أن اندماج الطلاب هو ذلك البناء العام meta-construct الذي يتضمن الاندماج المعرفي Cognitive engagement ويتضمن هذا البعد استثمار الطلاب للتعلم، كما يتضمن مداخل التعلم واستراتيجيات التنظيم الذاتي، والانندماج الانفعالي Emotional engagement ويرتبط الجانب الانفعالي بردود الأفعال العاطفية الايجابية أو السلبية تجاه الزملاء والمعلمين والمهام الأكاديمية والمؤسسة التعليمية بشكل عام كما يشمل وجود بعض المؤشرات مثل شعور الطلاب بالاهتمام والسعادة والشعور بالانتماء وغياب مشاعر الملل والقلق والحزن، والانندماج السلوكي Behavioral engagement ويتضمن ثلاثة

استخدامات عامة، الأولى السلوكيات الإيجابية مثل انجاز الواجبات الدراسية، اتباع القواعد، والتمسك بالمعايير داخل الفصول وغياب السلوكيات المضطربة (Finn, 1993; Finn & Rock, 1997)، والثانية المشاركة في التعلم والمهام الأكاديمية وتشمل المناقشة، والمساهمة، وطرح الأسئلة، والانتباه، والتركيز، والمثابرة، وبذل الجهد (Finn, et al, 1995)، والثالثة المشاركة في الأنشطة المرتبطة بالدراسة والتي تشمل الأنشطة الرياضية والأنشطة الإدارية (Finn, et al, 1995; Finn, 1993) ويتحدد الاندماج السلوكي في سلوكيات يمكن ملاحظتها ومن أبرز مؤشرات التحضير للدراسة، والالتزام في الحضور للدروس والمحاضرات، المشاركة في المهام الصفية واللاصفية والانضباط (Fredricks, et al, 2004, 62-63).

بينما حدد (Appleton, et al, 2006) أربعة أبعاد للاندماج الأكاديمي تتمثل في: البعد الأكاديمي والذي تعكسه بعض المؤشرات مثل الوقت الذي يستغرقه الطالب في المهمة الدراسية، وانجاز الواجبات المنزلية، والثقة في الوصول إلى التخرج، والبعد السلوكي Behavioral مثل الانتظام في الحضور، والمشاركة في حجرة الدراسة، والمشاركة في الأنشطة اللاصفية، والبعد النفسي Psychological والذي يتضمن على سبيل المثال الانتماء، تحديد الهوية، والعلاقات مع الأقران والمعلمين، والبعد المعرفي Cognitive والذي يتضمن على سبيل المثال التنظيم الذاتي للتعلم، تقييم التعلم، والأهداف الشخصية، والاستقلالية (Appleton, et al, 2006, 430).

رابعاً: الحكمة:

منذ بدايات البحوث النفسية والتربوية عن الحكمة، ظل السؤال عن ماهية "الحكمة" هو الأكثر أهمية، حيث أشارت العديد من الأطر

النظرية إلى أن الحكمة تتعلق بمجموعة من الاستبصارات والاستدلالات والمهارات التي يمكن أن تعبر عن نفسها بطرق عديدة، مدلولها "الشخص الحكيم" Wise Person، ويقترح بعض الباحثين (Staudinger & Gluck, 2011) أن يقتصر استخدام مفهوم "الحكمة" أو "الحكيم" على المسائل الوجودية والقضايا غير اليقينية في الحياة، حيث يعتبر الشخص أو القرار "حكيماً" فقط عندما تتوافر فيه مجموعة من المعايير بشكل كامل، ويقترح باحثون آخرون التمييز بين نوعين من التطور الإيجابي للكبار هما الزيادة في التوافق والزيادة في النمو (Staudinger & Kessler, 2009; Staudinger & Kunzman, 2005)، ووفقاً لهذا التمييز، فإن المستوى العالي من التوافق، بالتأكيد يعد أمراً إيجابياً ووظيفياً، ولكنه ليس كافياً حتى يوصف الشخص بالحكيم، وفي المقابل، فإن مفهوم الحكمة كما أشار (Staudinger & Giluck, 2011) يرتبط فقط "بإتقان الجدل الأساسي حول القضايا التي تشكل الوجود البشري مثل العلاقة الجدلية بين الخير والشر، والإيجابية والسلبية، والتبعية والاستقلال، والشك واليقين، والتحكم والافتقار إلى السيطرة، والفناء والخلود، والقوة والضعف، والإيثار والأنانية" وتتضمن الحكمة كل هذه التناقضات في الحياة، ويستل الحكماء من خلالها الاستبصارات الحكيمة.

وعادة ما تعبر الحكمة عن خاصية فريدة تنشأ عن علاقة تكاملية بين خصائصها، متنوعه أكثر من كونها تعزى إلى خاصية واحدة (Baltes, 1998; Smith & Staydinger, 1992; Sternberg, 1998) وهذه الخصائص تشمل قدرات عقلية، وخصائص شخصية، وقدرات متداخلة بين الشخصية والمعرفة، وقد يبسر نمو القدرات العقلية تطور الحكمة من خلال السماح بدمج جوانب أو أنواع مختلفة من المعارف، ومن

خلال تسهيل نمو الفهم الاستثنائي والقدرة على إصدار الأحكام، ويعد الانفتاح العقلي أحد الخصائص الشخصية المهمة التي تسهم في تطور الحكمة، كما أشارت أن القدرات المتداخلة بين الذكاء والشخصية التي تتعلق بالحكمة تتضمن الذكاء الاجتماعي والمنطق الأخلاقي، والإبداع، وارتبطت كل هذه القدرات بمستويات أعلى من المعارف المتصلة بالحكمة في بحوث أجريت على عينات من الراشدين (Staudinger, Lopez, Baltes, 1997 & Rubin & Schulkind, 1997; Staudinger & Pasupathi, 2003) كما أشارت الدراسات إلى أن هناك ثلاثة جوانب للشخصية الحكيمة ينبغي أن تتكامل: (أ) بصيرة عميقة وواسعة عن الذات والآخرين والعالم، (ب) تنظيم العاطفة المعقدة وما يتطلبه ذلك من تعايش مع الغموض، (ج) التوجه الدافعي الذي يتجاوز المصالح الذاتية واستثمارها في رفاهية الآخرين والعالم (Staudinger & Kessler, 2009)، وأشار أبو حطب (1996) إلى أن الحكمة تتضمن القدرة على الحكم حكماً صحيحاً على الأمور المرتبطة بالحياة والسلوك، وصحة الحكم عند الاختيار للوسائل والغايات، ومن ثم يوصف الشخص بأنه حكيم في ضوء قدرته على إصدار الأحكام الصائبة، كما أشار إلى أن الحكمة هي التوازن بين الذكاء الموضوعي والذكاء الشخصي والذكاء الاجتماعي.

وقدم (Balets & Staudinger, 2000) قائمة تتضمن خمس

مكونات للحكمة يمكن إجمالها في الآتي:

- امتلاك الفرد لمعارف غنية حول حقائق الحياة.
- امتلاك الفرد للمعرف الإجرائية التي تمكنه من التعامل مع المشكلات في الحياة.

- امتلاك الفرد للمعارف حول البيئات والسياقات المختلفة وديناميكيته.
 - امتلاك الفرد لمعرفة غنية حول القيم الحياتية.
 - قدرة الفرد على إرادة وتمييز الجوانب غير الواضحة من الحياة.
- وقد اختلف الباحثون في تعريف الحكمة فهناك من يرى أنها قدرة عقلية وهناك من يراها سمة شخصية، وهناك من اعتبرها سمة تتضمن مجموعة من المهارات والقدرات ما وراء المعرفية التي توظف في معالجة ومواجهة المشكلات، وعلى الرغم من أن البحث في مفهوم الحكمة اكتسب شعبية واسعة بين الباحثين على مدار العقود الثلاثة الماضية إلا أنه لم يظهر اتفاق على مفهوم موحد للحكمة، ومع ذلك فهناك اجماع بينهم على أن الحكمة مفهوم متعدد الأبعاد كما أنها مستوى معرفي قائم على الخبرة والحكم على الأمور الجوهرية في الحياة (Baltes & Staudinger, 2000).
- ويرى (Kramer, 2000) أن الحكمة شكل متطور من التفكير الجدلي والنسبي والاستبصار غير العادي بالقضايا والمعضلات الانسانية، فالحكمة خبرة خاصة تتعلق بمواقف الحياة وتسمح باستجابات متعددة ونمط من الخصائص الفردية، مع شعور بالنضج المعرفي والانفعالي والشعوري يؤدي إلى الانفتاح على الخبرات الجديدة والتفكير الجدلي والتعاطف وخفض اليأس أو التعاسة في مواقف الحياة السلبية.
- وتعرف الحكمة بأنها عملية تكاملية بين إمكانات الفرد المعرفية والتأملية والوجدانية في استجابته لمواقف الحياة بهدف تحقيق الأفضل له وللآخرين، وتتكون الحكمة من ثلاثة أبعاد هي البعد المعرفي ويمثل قدرة الفرد على فهم الحياة، وجوهر الظواهر، والطبيعة الانسانية بشكل أعمق، والبعد التأملي تطور للبعد المعرفي وهو الفهم العميق للحياة بدون تشويه أو تحريف للواقع، والبعد الوجداني يتضمن انفعالات الفرد

الإيجابية نحو الآخرين والأحداث المحيطة مثل التعاطف والحنان وغياب الانفعالات السلبية مثل الحقد والكره (Ardelt, 2003).

وقدم (Gluck & Bluck, 2013; cited in Gluck, 2019, 334-335) نموذجا يعرض كيفية تطور الحكمة من تجارب الحياة، فالافتراض الرئيسي للنموذج يقوم على أساس أن تحديات الحياة بمثابة محفزات مهمة لتنمية الحكمة، فالتجارب الحياتية تسهم في تغيير معتقدات الفرد عن نفسه وعن العالم، وقد حدد النموذج خمسة موارد نفسية تعد عوامل رئيسية لنمو الحكمة وهي:

- **الانفتاح:** نزعة شخصية تشكل وجهات نظر الأفراد حول الآراء والخبرات الجديدة، وهذا الانفتاح يسمح لهم بأخذ النصيحة والتعلم من الآخرين، كما أنهم أكثر استعدادا لقبول التغييرات في حياتهم والتكيف معها ويسمح باكتساب رؤى جديدة.
- **التعاطف:** وهو شرط مسبق لتنمية الحكمة، فالشخص المتعاطف أكثر انتباها لمشاعر وردود أفعال الآخرين ويستطيع فهم وتنظيم مشاعر الآخرين من خلال تقديم الدعم والمشورة، فالتعاطف الحكيم لا يقتصر على التعامل مع آلام الآخرين على أنها آلام شخصية بل القدرة على الابتعاد بالقدر الذي يسمح بتقديم المساعدة.
- **التنظيم الانفعالي:** الشخص الحكيم لا يهتم بمشاعر الآخرين فحسب ولكن يتحمل الانفعالات المتناقضة أو غير المرغوبة ويهدف إلى فهم أشمل للحياة ويقدر الأشياء الإيجابية في حياته، كما أن لديه القدرة على إدارة الانفعالات في المواقف الصعبة.
- **التأمل:** يعد تأمل مصدرا للحكمة حيث يسمح للصفات غير المعرفية مثل الانفتاح والتعاطف والتنظيم الانفعالي من إنتاج المعرفة المرتبطة بالحكمة، فهو يعني الدافعية للتفكير في القضايا المعقدة بهدف اكتساب

فهم أعمق، ويعد التأمل مكوناً أساسياً للحكمة وهو الرغبة والقدرة على التفكير بدلا من التركيز على عملية التفكير.

- **الشعور بالإتقان:** وهو يصف تقييما واقعيا لمقدار تحكم الفرد فيما يحدث في حياته، الشخص الحكيم يتعلم من الخبرات أن الحياة غير مستقرة وغير مؤكدة ولا يمكن التحكم فيها، وهو على دراية بأن دروس الحياة لا تحميه من الأمور السلبية التي قد يتعرض لها في المستقبل، ولكن هذه التجارب لا تجعلهم قلقين وخائفين من التغيير، وعلى العكس فإن الحكماء يتعلمون تقدير الأشياء الجيدة في الحياة والثقة في قدرتهم القائمة على الخبرة للتعامل مع أي أحداث.

ويرى بعض الباحثين أن الحكمة هي خلاصة المعرفة الخبيرة بالحقائق مما يجعل الفرد قادر على الحكم الجيد على الأمور الجوهرية في الحياة التي يحيط بها الشك (Baltes & Smith, 2008)، وقدم البعض تفسيراً للحكمة من خلال اقتراح وجود مستويات متقدمة من النمو العقلي تتخطى مرحلة العمليات المجردة لدى بياجيه، في هذه المرحلة يكون الفرد أكثر قدرة على النظر إلى المشكلات من زوايا ووجهات نظر متعددة، وأن يفكر تفكيراً تأملياً وجدلياً بشكل أفضل، وأن يتواصل مع السياقات المعقدة والمشحونة انفعالياً بشكل أكثر تمعناً (Kitchener & Brenner, 1990; Labouvie-Vief, 2003) وطبقاً لهذا التصور يعرف الأشخاص الحكماء بأنهم أشخاص يتمتعون بمعرفة واسعة وأنهم ناضجون متسامحون، متعاطفون مع الغير، وأنهم ذوو خبرة، لديهم حدس، متفهمون أكفاء، يصدرن أحكاماً مذهلة، ولديهم مهارات تواصل متميزة.

ومن خلال العرض السابق يتضح أن الحكمة تتضمن مجموعة من العوامل التي تتكامل مع بعضها البعض، بما في ذلك من عوامل

معرفية وشخصية ووجدانية واجتماعية وأخلاقية وعوامل مرتبطة بالخبرة، وهذا يؤكد أن الحكمة متغير معقد ومتعدد الأبعاد، وأن الحكمة قابلة للتطور، وأن السياقات البيئية والثقافية يمكن أن تيسر أو تعوق نمو الحكمة لدى الأفراد على مدار حياتهم.

وتوجد عدة اتجاهات نظرية في الأدب النفسي والتربوي حاولت تفسير متغير الحكمة، ومن هذه النماذج، نموذج (Baltes, 1993)، والذي ينظر إلى الحكمة على أنها شكل من أشكال الأداء المعرفي المتقدم، وتتضمن المعرفة الواسعة عن الحقائق، وفهم مجريات الحياة، والفروق بين القيم، والأهداف والأولويات.

ونموذج التوازن في الحكمة The Balance Theory of Wisdom (Sternberg, 1998) وقد عرف الحكمة على أنها تطبيق للذكاء والإبداع والمعرفة من أجل تحقيق الفضيلة، ويكون ذلك عن طريق إيجاد التوازن بين مصالح الفرد الشخصية، ومصالح الآخرين ومصالح الجماعات والمؤسسات على المدى القريب والبعيد من خلال التكيف مع البيئة أو تشكيلها أو اختيارها وفق معايير المعرفة، والعمليات والاستراتيجيات، والحكم على الأشياء، والشخصية والدافعية والسياق البيئي المحيط (Sternberg, 2007).

كما قدمت (Ardelt, 2003) تفسيراً للحكمة على أنها خليط من الجوانب المعرفية والتأملية والانفعالية وأن هذه المكونات يجب أن تكون موجودة في شخصية الحكيم ليكون حكيماً، وقد أوضحت أن الجوانب المعرفية ترتبط بالرغبة الحقيقية، أما التأملية فتشير إلى رؤية واضحة للحقيقة، أما المكون الانفعالي فيتعلق بقدرة الفرد على إدارة انفعالاته بكفاءة، بينما يرى (Trowbridge, 2006) أن الحكمة هي الغاية النهائية الممكنة لنمو الإنسان وتطوره، وأن التكامل لمقومات الفرد

وقدراته هو ما يمهّد الطريق أمام الحكمة للظهور، وخاصة عندما تصل قدرات الإنسان إلى أقصى مدى ممكن، وتقضي أن يتغلب الإنسان بفعل إرادته الذاتية على كل الصراعات الداخلية والبيولوجية، وتعني الإرادة وتنمية خاصية الانفتاح والبعد عن التمركز وحب الذات.

أما نموذج (Kramer, 2000) فهو نموذج يمزج بين الجانب المعرفي والجانب العاطفي، ويرى أن وظائف الحكمة هي: مهارات حل المشكلات، وإسداء النصح للآخرين، والعمل الاجتماعي، وإجراء مراجعة للحياة، والتفكير الروحاني، والحوار لحل التناقضات الموجودة في حياة الأفراد والجماعات (Trowbridge, 2006).

وهناك نماذج أخرى للحكمة ومنها نموذج (Orwoll, Achenbaum, 1997) الذي نظر للحكمة على أنها: شبكة ثلاثية الأبعاد مكونة من العاطفة والمعرفة، والإرادة، مقابل العلاقة الذاتية والعلاقة مع الآخرين، والعلاقة مع الجماعات الأكبر.

ونموذج (Oser, Schenker & Spychiger, 1999) المنهج المحكوم بالتصرفات، حيث يرى أصحاب هذا النموذج أن دراسات الحكمة تسير في ثلاثة اتجاهات هي: الحكمة كأشخاص حكماء، والحكمة كخبرة، والحكمة كسلوك حكيم، وأن التصرفات تعكس الخبرة والسمات الشخصية وبالتالي اعتبروا الحكمة موقفية، وأن أفعال الحكماء تتسم بسبع خصائص هي: التناقض وعدم التوقع، وسلامة الأخلاق وصحتها، إنكار الذات، التغلب على الإملاءات الداخلية والخارجية، والسعي نحو النصف الثاني من حياتهم، وعادة ما وجهوا الآخرين في المواقف الصعبة (Montgomery, Barber & Mckee, 2002).

وقدم (Brown, 2004) نموذج تطور الحكمة (Brown's Model of Wisdom Development) والذي يستند إليه البحث، يوضح إطاراً

عاماً يصف الحكمة، ويوضح كيفية تطور الحكمة لدى الأفراد من خلال الخبرة والتعلم في الحياة والذي يمثل أساس عمليات التعلم، وحدد ثماني مكونات للحكمة وفيما يلي توضيح هذه المكونات:

١ - المعرفة الذاتية Self-Knowledge

يصف هذا العامل كيفية إدراك الفرد لنقاط قوته وضعفه، وقيمه واهتماماته، ومعتقداته الفكرية والتعمق في البحث عن أصل وجوهر الأشياء ومعرفة على حقيقتها، والسعي إلى الوقوف على جوانب التكامل بين وجهات النظر المختلفة، واكتشاف جوانب الاختلاف فيما بينها لإثراء المعرفة والنظرة الشخصية للفرد والتركيز على العناصر الجوهرية وإعطائها الاهتمام الكافي.

٢ - إدارة الانفعالات Emotional Management

يصف هذا البعد قدرة الفرد على فهم وإدارة ضغوطاته وانفعالاته والمحافظة على اتزان قوي بطريقة فعالة، وكذلك تحمل وتقبل حالة الغموض المحيطة بالفرد، والسيطرة على حالة الغضب والخوف بحيث لا يؤثران على سلوك وقرارات الفرد والتعبير عن الانفعالات بطريقة مقبولة ولا تثير حفيظة الآخرين، وتحمل الآخرين وتفهم ما يصدرونه من سلوكيات.

٣ - الإيثار Altruism

ويصف هذا البعد قدرة الفرد على استخدام تأثيراته في خدمة الآخرين، واحترامهم وتقديرهم، ورؤية خصائصهم الحسنة، والتعلم من المواقف وفهم الآخرين ومساعدتهم والإشفاق عليهم، والتوافق معهم وتقبلهم والشعور بحاجاتهم وإقباله على تعديل سلوكياته إذا ألحق بهم ضرراً.

٤ - الإلهام Inspiration

يصف هذا البعد قدرة الفرد على إلهام الآخرين، وتقديم نصائح مفيدة عن الحياة لهم، والتغلب على المحددات التي تعيق عملهم، والعمل كنموذج لهم والتحلي بالشجاعة وإظهار الثقة بقدراتهم وتقديم حجج مدعمة بأدلة، والتواصل معهم.

٥ - الحكم Judgment

يصف هذا البعد قدرة الفرد على فهم ووعي الفلسفات والثقافات المختلفة في الحياة، والتمتع بالفضول العلمي وأخذ السياق بعين الاعتبار عند الشروع في اتخاذ القرارات، والاستفادة من جوانب التعلم المختلفة في الحياة، والوعي بكيفية رؤية الفرد حول الأشياء، والتصرف حيالها.

٦ - معرفة الحياة Life Knowledge

يصف هذا البعد العلاقات بين الناس والعالم الطبيعي، وبين المعرفة والأفكار والتأمل بشكل منتظم والوعي بدورة الحياة، والبحث عن المعاني العميقة في الحياة، وأخذ السياقات البعيدة بعين الاعتبار، وتقييم النصوص الثانوية في المواقف، وتقبل الغموض في الحياة.

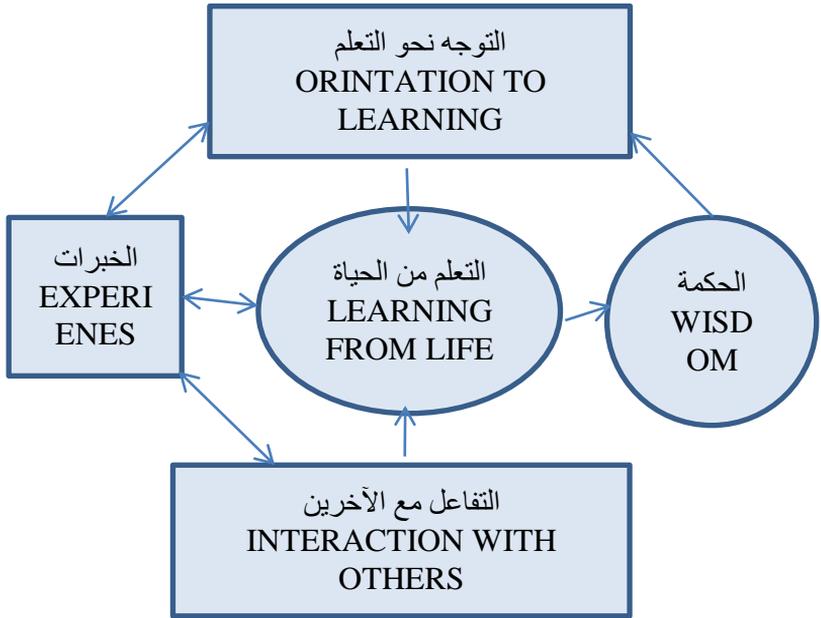
٧ - مهارات الحياة Life Skills

يصف هذا البعد قدرة الفرد على إدارة الوقت ومراعاة الأولويات وأخلاقيات العمل، وتحقيق الأهداف وحسن تقدير الغايات، واتخاذ القرارات ذات المغزى والاستفادة من فرص الحياة، والشخص الذي يستطيع استثمار معارفه وإمكاناته في إدارة معارفه وإدارة حياته بصورة فعالة في مجالاتها المختلفة.

٨ - الاستعداد للتعلم Willingness to Learn

يصف هذا البعد مستوى وعي الفرد واهتمامه بالمعرفة لديه، والتعلم من الخبرة والانفتاح على الغير، وتقبل النقد البناء، والدافعية للتعلم.

ووفقاً لهذا النموذج، هناك ثلاثة شروط تيسر تطور الحكمة بشكل مباشر هي: توجه الفرد نحو التعلم، والتجارب أو الخبرات، والتفاعل مع الآخرين، هذه الشروط تجرى في بيئة معينة، وفي سياق يؤثر على اتجاه الفرد نحو التعلم والتطور، ويغذي هذا السياق الخبرات بمجرد شروع الفرد في العمل داخل تلك السياقات (Green & Brown, 2009).



شكل (١) نموذج براون لتطور الحكمة

ويشير التوجه نحو التعلم Orientation to Learning إلى اتجاه ومستوى مشاركة الفرد وقدرته على اكتساب المعرفة عندما يواجه الأنشطة والناس، وقد يشمل هذا توجهاً عاماً نحو الحياة، وربما يتنوع حسب المجالات أو المواقف الخاصة، كما يظهر في أي تفاعلات جديدة؛ ويشمل التجارب السابقة أو الخبرات Experiences، وأي نشاط منظم وغير منظم يتضمن التفاعلات مع الآخرين

Interactions with Others، جميع الخبرات العامة مع الآخرين، وعلاقات الصداقة، والأسرة، والخبرات مع الأفراد ذوي النفوذ؛ وتشير البيئة Environment إلى المحيط العام، حيث يوفر السياق فرصاً لتفاعل الفرد تجاه التعلم والخبرات المتنوعة والتفاعل مع الآخرين، في توليفات مختلفة لإنتاج الحكمة؛ وقد كان نموذج براون لتطور الحكمة أساساً للبحوث المتعلقة بصنع القرار في مرحلة الجامعة، واستخدم كإطار عمل لتوجيه السياسات والممارسات في الأوساط التعليمية (Brown, 2002, 2004).

ويمكن القول أن هناك جدلاً مستمراً حول المكونات الأساسية للحكمة والخصائص المرتبطة بها، وكيفية اكتسابها وتطورها، وبشكل عام ينظر إلى الحكمة على أنها شكل من أشكال النمو الإنساني، وأن بلوغ هذه المرحلة يتطلب النمو المستمر في النواحي العقلية والاجتماعية والعاطفية والأخلاقية، كما تتطلب قدراً من التكامل بين الأبعاد العقلية والوجدانية والأخلاقية، والمأمناً بمعارف تقريرية وإجرائية وسياقية، وقدر كبير من النسبية، وعدم اليقين وأن النمو في الحكمة يحدث على مدار الحياة، وإن كانت مرحلتها المراهقة والشباب تعد حاسمة في تطور مكونات ومهارات الحكمة الأساسية.

تنمية الحكمة:

تسعى المدارس والجامعات إلى تعليم المهارات العقلية والعملية والمعرفية النظرية، إلا أنه يتم التركيز بشكل أقل على إيجاد معنى أعمق للحياة والمساهمة في الصالح العام، ونظراً لأن المجتمع يواجه عدداً لا يحصى من المشكلات فمن الضروري إعداد قادة ومواطنين ليسوا أذكاء فحسب بل يتمتعون بالحكمة والأخلاق ويهتمون برفاهية جميع الأفراد بغض النظر عن خلفياتهم العرقية أو الجنسية أو الثقافية

أو الدينية، فالحكمة ذات أهمية للفرد والمجتمع حيث تقلل التركيز على الذات وتساعد في حل المشكلات المجتمعية وتنظم العقل والشخصية الأخلاقية لتحقيق النمو النفسي الاجتماعي (Ardelt, 2020). والحكمة هي القدرة على توليد رؤى ذات قيمة والتي تبدأ بالتساؤل الذاتي وهذا يجعل عملية التغيير ممكنة (Kresse, 2008, 198)، وكان الهدف من تعليم الحكمة في اليونان القديمة هو التغلب على الجهل بالطبيعة البشرية من خلال معرفة الذات والحياة والحفاظ على الهدوء عند مواجهة تقلبات الحياة مما يؤدي إلى السعادة (Ardelt, 2020).

وتوجد عدة أسباب لتنمية المهارات المرتبطة بالحكمة وتضمينها في المناهج الدراسية وهي:

- أن الأحكام التي تأتي بها الحكمة تحسن الحياة.
- الحكمة وسيلة لتحقيق السعادة والرضا.
- توفر الحكمة طريقة واعية ومدروسة لإدخال القيم في الأحكام المهمة.
- تمثل الحكمة وسيلة لخلق عالم أفضل وأكثر انسجاماً.
- تعليم الطلاب الذين سيصبحون آباء وقادة كيف يصدرن أحكام صائبة وعادلة نيابة عن مجتمعهم (Sternberg, 2004).
- ولأن الحكمة لا تعادل المعرفة النظرية، فإنه لا يمكن تدريسها بنفس طريقة تدريس المعرفة (Ardelt, 2020)، وتعد برامج تعليم التأمل أحد طرق تنمية الحكمة حيث تتيح الفرصة للتأمل وممارسة اليقظة العقلية والذكاء العاطفي والتعاطف ومناقشة المعنى الأعمق للحياة وتأمل التجارب الحياتية الشخصية (Ferrari, 2008; Rosch, 2008).
- وقدم كلاً من (Bruya & Ardelt, 2018) طرقاً عامة لتنمية الحكمة:

- ١- **تحدي المعتقدات:** تحدي الطلاب للتشكيك في معتقداتهم من خلال الحوار، ويمكن القيام بذلك من خلال الاستفهام المباشر، يعزز فعل تحدي المعتقدات القدرة على التفكير من خلال الأفكار المعقدة والمترابطة، ويكون الطلاب أكثر قدرة على تطبيق هذه المهارة على التفاصيل الدقيقة للقضايا والمواقف والسيناريوهات.
- ٢- **التعبير عن القيم:** تشجيع الطلاب على التعبير عن قيمهم ومقارنتها مع بعضها البعض، وموازنتها مع قيم الآخرين في المجتمع بما في ذلك الصالح العام، فالقيم تعبر عما نؤمن بصحته عن العالم المحيط بنا، والطلاب لديهم أفكار غامضة عن القيم، فهم يجدون صعوبة في وضع قيمهم في صورة كلمات وموازنتها مع بعضها البعض.
- ٣- **تنمية ذاتية:** أو تطوير الذات تعني تحسين مجموعة متنوعة من القدرات وتتضمن تقبل الغموض، وتبني وجهات نظر الآخرين، والفضائل، والانفعالات الأخلاقية، ومن خلال التأمل الذاتي يفكر في إمكانية تحسين جوانب معينة في ذاتهم، والتفكير في أسباب النجاح والفشل وكيفية التحسين في المستقبل، وتنمية الذات عملية معقدة تبدأ بالانفتاح على تغيير الذات، وهي في الأساس القدرة على رؤية حدود الفرد والعمل بفعالية لتصحيحها.
- ٤- **تشجيع التأمل الذاتي:** ويتضمن ذلك التفكير في كيفية تطبيق القيم والمعتقدات على تجارب الحياة السابقة والحاضرة والمستقبلية، ويمكن تطبيق ذلك من خلال الحوار وكتابة المذكرات.
- ٥- **تهذيب الجانب الانفعالي للقيم الأخلاقية:** فالقيم ليست عقلية فحسب ولكن لها أيضا جانب انفعالي، ويتطلب ترميمها تنمية التعاطف وتدريبات التأمل، وتأمل الانفعالات الأخلاقية مثل الامتنان والشفقة.
- ٦- **قراءة النصوص:** استخدام القصص والنصوص لتقديم وجهات النظر

المختلفة، وتشمل السرد لدعم الخيال الأخلاقي، وتنمية الحساسية الأخلاقية، والحث على تبني وجهات النظر المختلفة.

٧- تشجيع النقاش والاستفسار بين المشاركين حيث يدعمون بعضهم البعض ويلتزمون بالسعي لتحقيق الفهم وتطوير الذات. ويوضح (Huynh & Grossmann, 2020) أنه يمكن تنمية الحكمة من خلال مجموعة من الأساليب:

١- الاستفادة من نقاط القوة لتنمية الحكمة: يعد التأمل الذاتي عنصراً أساسياً لتنمية الحكمة، يتم تشجيع الطلاب على التفكير في تجارب الحياة التي مروا بها والتحديات التي تتطوي عليها وكيفية التعلم منها ودمج هذه الخبرات في حياتهم الحالية أو التأمل في الخبرات الحياتية للآخرين.

٢- عرض النماذج الفاضلة والقوة الحسنة: تقديم نماذج للحكمة مثل الشخصيات التاريخية والقادة والسياسيون كنماذج يحتذى بها، يتم عرض مواقف واجهتها هذه النماذج والتأمل في التفكير الحكيم.

٣- تعليم الحكمة من خلال القصص والأمثال، فالقصص تنقل دروساً قابلة للتعلم.

٤- تعزيز الحكمة من خلال تبني استراتيجيات مختلفة لتحسين التفكير الحكيم في التجارب اليومية مثل تبني وجهات النظر الأخرى وعدم التمركز حول الذات عند التفكير في المواقف الضاغطة، وطلب المساعدة والنصيحة.

وبشير (Huynh & Grossmann, 2020) أن التأمل الذاتي يعد عنصراً أساسياً لتنمية الحكمة، فالحكمة تتطوي على تفكير، حيث يتم تشجيع الطلاب على التفكير في تجارب الحياة التي مروا بها والتحديات التي يواجهونها وكيفية التعلم منها ودمج هذه الخبرات في

حياتهم الحالية والتأمل في الخبرات الحياتية للآخرين. وتتصف الحكمة بأنها حالة عميقة من العقلانية (Ryan, 2012) فتتمية الحكمة تسهم في التغلب على الانغلاق الفكري والدوجماتية في التفكير والتعصب الفكري، فالأفراد ذوي التعصب الفكري لا يقبلون التفسيرات أو الحلول البديلة، فهم يستخدمون المعلومات المتاحة لدعم معتقداتهم بدلاً من ممارسة التفكير الناقد (Dai & Cheng, 2017)؛ ودراسة الحكمة مع العقلانية يسهم في خفض الضيق وزيادة السعادة، لأن العقلانية تضعنا على طريق الحقيقة وتحررنا من الرغبات صعبة المنال وتجعلنا نشعر بالسعادة (Dumbrave. 2017).

على نقيض الحكمة يأتي مفهوم حماقة foolishness ويتصف صاحبه بمركزية الذات (كأن كل الأمور تدور حوله)، والتفاؤل غير الواقعي، والمعرفة المطلقة، والقدرة المطلقة، والعقل أحادي التفكير والذي يعزف صاحبه بأنه منغلق الذهن ودوجماتي وذو تفكير ذاتي والذي يعزز المعتقدات القائمة على المصالح الذاتية، وكل من أبعاد الحكمة المعرفية والتأملية والوجدانية تقاوم الذهن أحادي التفكير والحماقة (Ardelt, 2020).

ونظراً لأن الطلاب في المرحلة الجامعية يواجهون العديد من المواقف والمتطلبات والتحديات التي قد تسبب لهم ضغوطاً نفسية، وللضغوط الأكاديمية تأثيرات سلبية على الصحة العقلية والنفسية للطلاب، حيث ترتبط الضغوط بأعراض الاكتئاب والقلق (Maes, 2005; Dantzer, 2011; Stewart et al, 2011; Dantzer, 2012; al., 1999; Elias et al., 2011; Kotter et al., 2012; Shinto, 2017; Lin et al., 2020) وانخفاض الدافعية الداخلية (Shinto, 2017; Liu & Lu, 2011; Liu, 2015).

فتعمل القوى النفسية المرتبطة بالحكمة إلى تقليل الآثار السلبية للضغوط النفسية، فالحكمة تؤثر على استراتيجيات مواجهة الضغوط ومواجهة التحديات الشخصية (Avey et al., 2012)، حيث يركز تفكير الأفراد في أوقات الضغوط على احتياجاتهم الشخصية أكثر من احتياجات الآخرين، وبالتالي فإن الضغوط النفسية تعمل على تقليص الرؤية الواسعة التي توفرها الحكمة وتقليل الحكمة الشخصية وخاصة البعد التأملي والعاطفي، وكلما كان الطلاب أكثر حكمة فإن هذا يحميهم من التأثير بالضغوط النفسية ويمنحهم التوازن الانفعالي لمواجهتها (Ardelt & Bruya, 2021).

وفي إطار العلاقة بين الحكمة والضغوط تشير نتائج دراسات كل من (محمد، ٢٠١٨؛ Avey et al., 2012: Ardelt & Bruya, 2021) أنه توجد علاقة سالبة دالة بين الحكمة والضغوط النفسية، في حين أشارت نتائج دراسة (شاهين، ٢٠١٢) أنه توجد علاقة موجبة دالة بين الحكمة ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة.

حيث تعطي الحكمة القدرة على تنفيذ السلوك الأكثر ملاءمة، واختيار الأشياء بوعي بحيث يكون لها قيمة في الحياة للذات وللآخرين، كما أنها تُعد متغير مهم وأساس وفعال لرأس المال النفسي والذي يعتبر أحد الموارد النفسية الإيجابية التي تمد الفرد بالثقة لبذل الجهد من أجل النجاح في المهام الصعبة، والأمل والتفاؤل لتحقيق الأهداف، والقدرة على تكوين رؤية، وتحدي العملية، والسماح بظهور الإمكانيات (Svence & Greaves, 2013, 97).

وتوصلت الدراسات والبحوث التي تناولت العلاقة بين الحكمة ورأس المال النفسي إلى وجود ارتباطات بينهما، فتشير نتائج بحوث (Roharikova et al, 2013) إلى أن بعض مكونات الحكمة ترتبط

إيجابياً بالصمود النفسي، وأن المكونين المعرفي والتأملي للحكمة لهما قيمة تنبؤية إيجابية للصمود النفسي، كما أشارت نتائج دراسة (Svence & Greaves, 2013) إلى وجود علاقات دالة إحصائياً بين مكون الحكمة التأملي والصمود النفسي، وبين مكوني الحكمة المعرفي والتأملي وفاعلية الذات، وكذلك توصلت نتائج دراسات كل من عبد الفتاح وحليم (٢٠١٤) (Gilmore, 2014) (Webster et al, 2018) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الحكمة والصمود النفسي أو بين الحكمة والتفاؤل.

كما توضح نتائج دراسة فليح (٢٠٢٠) وجود علاقة دالة إحصائياً بين الحكمة والصمود النفسي، والحكمة والكفاءة المهنية، ودراسة (Prakoso et al, 2020) أن التفاؤل يتوسط العلاقة بين الحكمة والفضائل المعرفية وبين جودة الحياة المدرسية، كما أن الحكمة والفضائل المعرفية تعد منبئات مهمة تؤثر على التفاؤل، ونتائج دراسة علوان (٢٠٢١) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الحكمة ورأس المال النفسي، كما أشارت نتائج الدراسات والبحوث التي تناولت العلاقة بين رأس المال النفسي والشغف للعمل إلى وجود ارتباطات بينهما، فنتبين نتائج بحوث (Kataki et al, 2013) أن مكونات رأس المال النفسي لها علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة مع الشعور بالحيوية، ونتائج دراسة (Sood & Bakhshi, 2015) إلى وجود ارتباط إيجابي بين جميع مكونات رأس المال النفسي والحيوية الذاتية، وأن كل مكون من مكوناته يسهم بشكل كبير في تنمية الحيوية الذاتية.

كما أوضحت نتائج بحوث طه (٢٠٢٠) وجود مطابقة لنموذج تحليل المسار للعلاقة بين التفاؤل، والرجاء (تحقيق الأهداف المرجوة، ومواصفات الأهداف) كمتغيرات مستقلة، والشغف الأكاديمي (الشغف

الانسجامي، والشغف القهري) كمتغيرات وسيطة، والاندماج الأكاديمي (الحيوية الأكاديمية، والتفاني الأكاديمي، والاستغراق الأكاديمي) كمتغيرات تابعة، ووجود تأثيرات مباشرة دالة إحصائياً للتفاؤل على مكوني الشغف الأكاديمي، ولمكون تحقيق الأهداف المرجوة على مكوني الشغف الأكاديمي، ولمكون مواصفات الأهداف على الشغف الانسجامي، ودراسة (EIShobaky et al, 2020) إلى وجود ارتباطات ذات دلالة إحصائية موجبة بين رأس المال النفسي والتفاني في العمل، ودراسة (Salessi, 2020) وجود تأثير مباشر دال إحصائياً لرأس المال النفسي في الشغف للعمل، ودراسة (Basinska & Rozkwitalska, 2022) أن رأس المال النفسي يرتبط بشكل إيجابي بالحيوية في العمل.

ومن خلال ما سبق نستنتج أن الحكمة تشير إلى قدرة الفرد على حل المشكلات الحياتية والتصرف السليم في المواقف التي تواجهه من خلال فهمه وتطبيقه للمعارف والخبرات الحياتية، ومعرفته وتنظيمه لذاته، والتعرف على قيم ومعتقدات الآخرين بشكل مستمر، ومناقشتهم فيها بهدوء ودعابة لطيفة لإحداث تكامل بين وجهات النظر المتعارضة دون التأثير بحالته الانفعالية ومراعياً مشاعر الآخرين ومقدماً لمصلحتهم على مصلحته الشخصية.

دراسات سابقة:

يتناول الباحث عرض دراسات سابقة ذات صلة بمتغيرات البحث الحالي من خلال عدة محاور هي: دراسات تناولت الاستهواء الفكري، ودراسات تناولت استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية ودراسات تناولت الاندماج الأكاديمي، ودراسات تناولت الحكمة. وفيما يتعلق بالمحور الأول، دراسات تناولت الاستهواء الفكري، هدفت

دراسة (Kotov, 2004) إلى تعرف القابلية للاستهواء لدى المراهقين، وأظهرت نتائج البحث انتشار القابلية للاستهواء لدى المراهقين، كما هدفت دراسة أبو رباح (٢٠٠٦) إلى التعرف على العلاقة بين القابلية للاستهواء والسلوك العدواني والعزلة الاجتماعية، والفروق بين المرتفعين في القابلية للاستهواء والمنخفض في القابلية للاستهواء في كل من السلوك العدواني والعزلة الاجتماعية، وتوصلت النتائج إلى أن مرتفعي القابلية للاستهواء أعلى من المنخفضين في القابلية للاستهواء في العدوان والعزلة الاجتماعية، كما هدفت دراسة خليل (٢٠١٢) إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين درجات الطلبة في المراقبة الذاتية ودرجات الطلبة في القابلية للاستهواء، والعلاقة الارتباطية بين درجات الطلبة في الوجود النفسي الأفضل ودرجات الطلبة في القابلية للاستهواء، لدى طلاب الجامعة، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن درجات الطلبة ذي الميول الاستهوائية المرتفعة تميل إلى الانخفاض في المراقبة الذاتية لكونهم لا يملكون استعداد ووعي بذواتهم وبما يحيط بهم من مواقف ومثيرات والتعامل معها بمنطقية، كما أن درجات الطلبة ذي الميول الاستهوائية المرتفعة تميل إلى الانخفاض في الوجود النفسي الأفضل لأنهم غير قادرين على اتخاذ أي قرار في حياتهم ولديهم فراغ فكري وعدم امتلاكهم لفكرة واضحة ومحددة عن ذواتهم أو امتلاكهم لفكرة لكنها تكون سلبية تعبر في معظم الأحيان عن عدم تقدير لذواتهم وبالتالي لا يكون لديهم ثقة بأنفسهم وفي الظروف المحيطة بهم فضلا عن عدو تمكنهم عن وضع أهداف محددة في الحياة وعدم رضاهم عن حياتهم الماضية والحاضرة.

وهدف دراسة (Otgaar, Alberts, Cuppens, 2012) التعرف على الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الضبط الذاتي والقابلية للاستهواء

لدى طلبة الجامعة وأشارت نتائج الدراسة إلى أن انخفاض ضبط الذات يزيد من القابلية للاستهواء، كما توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط موجب بين ارتفاع القابلية للاستهواء واستنزاف ضبط الانتباه، كما هدفت دراسة عبدالرحمن (٢٠١٤) إلى الكشف عن درجة انتشار القابلية للاستهواء وأزمة الهوية لدى المراهقين، وأظهرت النتائج أن المراهقين يتسمون بالقابلية للاستهواء، وهناك علاقة ارتباطية موجبة بين القابلية للاستهواء وأزمة الهوية، واهتمت دراسة (Mcgroarty & Thomson, 2013) بفحص الفروق الفردية في حالات الانفعالات السلبية عن طريق مقياس القابلية للاستهواء في المرحلة الجامعية، وأظهرت النتائج أن حالات الانفعالات السلبية ترتبط ارتباطاً إيجابياً بالقابلية للاستهواء وكشفت نتائج تحليل الانحدار المتعدد عن وجود نماذج تنبؤية للقابلية للاستهواء.

وهدف دراسة زيدي (٢٠١٥) الكشف عن العلاقة بين القابلية للاستهواء بأبعاده الفرعية وكل من الذكاء الشخصي الذاتي والذكاء الشخصي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للقابلية للاستهواء بأبعاده الفرعية (الاستهواء الفكري، الاستهواء السلوكي) والذكاء الشخصي الذاتي، بينما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين بعد الاستهواء الوجداني والذكاء الشخصي الذاتي، كما هدفت دراسة حسين وآخرون (٢٠١٥) التعرف على العلاقة الارتباطية بين إدمان الإنترنت والقابلية للاستهواء لدى طلاب الجامعة، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين درجات الطلاب على مقياس إدمان الإنترنت ودرجاتهم على مقياس القابلية للاستهواء، أي أنه كلما ارتفع مستوى إدمان الإنترنت ارتفع مستوى

القابلية للاستهواء لدى طلاب الجامعة، كما أكدت أن إدمان الإنترنت يقود إلى مسايرة الأصدقاء عبر الشبكة والميل الشديد للانصياع للآخرين ونقل يد كل ما هو جديد.

كما هدفت دراسة السيد (٢٠١٧) إلى التعرف على العلاقة بين التطرف الفكري وكل من القابلية للاستهواء وإدمان برامج التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، كما هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى اختلاف متغيرات الدراسة (التطرف الفكري، القابلية للاستهواء، وإدمان برامج التواصل الاجتماعي) باختلاف بعض المتغيرات الديموجرافية (الجنس، العمر، ومستوى الدخل)، وكشفت النتائج عن وجود علاقة بين التطرف الفكري وكل من القابلية للاستهواء، وإدمان برامج التواصل الاجتماعي، كما اختلف متغير التطرف الفكري باختلاف الجنس والعمر، ولم توجد فروق باختلاف مستوى الدخل، ولم يختلف متغير القابلية للاستهواء باختلاف الجنس ومستوى الدخل، بينما اختلف باختلاف العمر، وأخيراً توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق على متغير إدمان برامج التواصل الاجتماعي باختلاف الجنس، والعمر، ومستوى الدخل.

وهدفَت الدراسة عطائه (٢٠١٧) الكشف عن العلاقة بين التطرف الفكري، والعدائية، والقابلية للاستهواء، والبلادة الانفعالية، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالباً وطالبة من طلاب جامعة المنصورة، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات الطلاب على مقياس التطرف الفكري ودرجاتهم على مقياس القابلية للاستهواء وقد فسر ذلك أنه كلما ارتفع التطرف الفكري لدى الفرد ارتفعت القابلية للاستهواء نظراً لمعاناة الطالب في هذه المرحلة العمرية من تغيرات نفسية حادة تجعله يعيش صراعاً بين ما تعلمه من

قيم وبين الممارسات الواقعية ومن ذلك تقليد الآخرين، والانبهار بالموضة العالمية سواءً في الملابس أو قصات الشعر أو أفكارهم الغريبة والتأثر بإبحاء الآخرين ومسايرة جماعة الأصدقاء والانصياع لأفكارهم وتقليدهم في سلوكياتهم.

كما هدفت دراسة جبار (٢٠٢١) إلى التعرف على مستوى القابلية للاستهواء ومستوى فاعلية الذات الأكاديمية لدى طلبة الجامعة والعلاقة الارتباطية لقابلية الاستهواء وفاعلية الذات الأكاديمية، وبعد معالجة البيانات إحصائياً باستعمال الأساليب الاحصائية المناسبة تم التوصل إلى النتائج الآتية: أن طلبة الجامعة يتصفون بمستوى مرتفع من القابلية للاستهواء، وأن طلبة الجامعة لا يتصفون بفاعلية الذات الأكاديمية، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين القابلية للاستهواء وفاعلية الذات الأكاديمية، وقد أوصت الدراسة بضرورة تفعيل دور الإرشاد التربوي والنفسي لخفض درجة الاستهواء الفكري لطلبة الجامعة والعمل على تنمية فاعلية الذات الأكاديمية من خلال برامج فعالة.

أما فيما يتعلق بالمحور الثاني: دراسات تناولت استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، توصلت دراسة (Phillips, 2007) والتي استهدفت التنبؤ ببعض المؤشرات الدالة على التوافق النفسي (الاكتئاب - القلق - الحالة المزاجية)؛ من خلال استراتيجيات المواجهة المستخدمة، وتكونت عينة الدراسة من طلاب مرحلة البكالوريوس ممن يدرسون مقرر علم النفس التجريبي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن استراتيجيات المواجهة المستخدمة تعد منبئاً جيداً بالمؤشرات النفسية الدالة على التوافق النفسي. ونخلص من الدراسات السابقة المرتبطة باستراتيجيات مواجهة الضغوط إلى أهمية متغير استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وارتباطه بكثير من المتغيرات مثل التوافق النفسي،

والأداء الأكاديمي، وتوجهات أهداف الإنجاز، الصحة النفسية، التوافق النفسي.

وهدفت دراسة سليم (٢٠١٠) إلى الكشف عن إمكانية التنبؤ بجودة الحياة النفسية من خلال توجهات أهداف الانجاز وبعض استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة كلية التربية، ومدى مقدرة توجهات أهداف الإنجاز

(تمكن إقدام- تمكن إحجام- أداء إحجام) وبعض استراتيجيات مواجهة الضغوط على التنبؤ بجودة الحياة النفسية لدى طلاب الجامعة. كما استهدفت أيضا التعرف على العلاقة بين كل من جودة الحياة النفسية واستراتيجيات مواجهة الضغوط، وكذلك الفروق بين الطلاب مرتفعي ومنخفضي جودة الحياة النفسية على كل من توجهات أهداف الإنجاز وبعض استراتيجيات مواجهة الضغوط، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة منهم (١٥) طالبا و (٨٥) طالبة من طلاب كلية التربية بالفرقة الرابعة، طبق على الطلاب ثلاثة مقاييس هي: استبيان أهداف الانجاز المعدل اعداد (Finney et al, 2994) ترجمة وتعريب الباحث، ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط (النسخة الإسبانية) إعداد (Cano Garcia et al, 2006) ترجمة وتعريب الباحث، ومقياس جودة الحياة النفسية (Ryff, 1996) ترجمة وتعريب الباحث، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: توجد علاقة موجبة دالة احصائيا بين جودة الحياة النفسية وكل من توجهات أهداف الانجاز واستراتيجيات مواجهة الضغوط، ويمكن التنبؤ بجودة الحياة النفسية في ضوء توجهات أهداف الانجاز (اداء اقدم- اداء احجام- تمكن اقدم- تمكن احجام)، ويمكن التنبؤ بجودة الحياة النفسية في ضوء بعض استراتيجيات مواجهة الضغوط، وتوجد فروق بين الطلاب

مرتفعي ومنخفضي جودة الحياة النفسية في ضوء كل من توجهات اهداف الانجاز وبعض استراتيجيات مواجهة الضغوط.

كما هدفت دراسة شلبي (٢٠١٧) إلى وضع نموذج بنائي يوضح التأثيرات السببية المباشرة وغير المباشرة بين الضغوط الأكاديمية المدركة وكل من استراتيجيات مواجهة الضغوط الأكاديمية ودافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، طبق عليهم أربع مقاييس هي: مقياس الضغوط الأكاديمية المدركة، مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط الأكاديمية لطلاب الجامعة، مقياس دافعية الإنجاز لطلاب الجامعة ومقياس التوافق الأكاديمي لطلاب الجامعة، وأسفرت نتائج الدراسة عن: دعمت البيانات الامبيريقية صحة النموذج البنائي المقترح للعلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين الضغوط الأكاديمية المدركة وكل من استراتيجيات مواجهة الضغوط الأكاديمية ودافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، كما أظهرت النتائج أن الطلاب أكثر استخداماً لاستراتيجية المواجهة المرتكزة على المشكلة في حين أن الإناث أكثر استخداماً لاستراتيجية المواجهة المرتكزة على الانفعال.

وهدف دراسة عشعش (٢٠١٨) إلى الكشف عن العلاقة بين أساليب مواجهة الحياة والصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الجامعية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط موجب بين درجات الطلاب على كل من مقياس أساليب المواجهة ومقياس الصلابة النفسية، فكلما حصل الطالب على درجة منخفضة على مقياس الصلابة النفسية حصل على درجة منخفضة أيضاً على مقياس أساليب المواجهة، ويعزو ذلك إلى أنه كلما قلت الصلابة النفسية لدى الفرد قل عنده استخدام أساليب المواجهة الصحيحة التي تعينه على مواجهة الضغوط.

وفيما يتعلق بالمحور الثالث: دراسات تناولت الاندماج الأكاديمي: هدفت دراسة Kolic-Vehovec & Igor-Bajsaki, 2008 إلى تحديد أهداف الإنجاز السائدة لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالاستراتيجيات المعرفية في القراءة والاندماج المعرفي، وباستخدام التحليل العنقودي أوضحت النتائج أن هناك تمايز بين مجموعات الطلاب في ضوء توجهات أهداف الإنجاز، كما أظهرت النتائج أن الطلاب ذوي توجهات أهداف الإتقان والأداء (إقدام) يظهرون اندمجا في بذل الجهد أثناء التعلم وأن كان طلاب ذوي توجهات أهداف الأداء (إقدام) هم الأكثر اندمجا معرفياً، وهدفت دراسة أبو العلا (٢٠١١) إلى التعرف على النموذج البنائي للعلاقات بين توجهات الهدف وفعالية الذات والاندماج المدرسي والتحصيل الأكاديمي لطلبة الصف الأول الثانوي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود تأثيرات مباشرة لتوجهات الهدف على فعالية الذات، والاندماج المدرسي بأبعاده الثلاثة (السلوكي، الانفعالي، والمعرفي) والتحصيل الأكاديمي، ووجود تأثيرات مباشرة لفعالية الذات على الاندماج المدرسي والتحصيل الأكاديمي، ووجود تأثيرات مباشرة للاندماج المدرسي بأبعاده الثلاثة على التحصيل الأكاديمي، وهدفت دراسة حسانين (٢٠١٢) التعرف على النموذج السببي المفسر للعلاقة بين الدعم الوجداني المدرك للمعلم والمتعة الأكاديمية والانتماء لبيئة الصف واستراتيجية البحث عن المساعدة الأكاديمية والاندماج المعرفي لدى طلاب المرحلة الإعدادية، وقد أظهرت نتائج البحث وجود تأثيرات مباشرة إيجابية دالة إحصائياً بين الدعم الوجداني لمعلم اللغة الإنجليزية كمتغير مستقل على مشاعر الانتماء لبيئة الصف والمتعة الأكاديمية واستراتيجية البحث عن المساعدة كمتغيرات وسيطة ووجود تأثيرات مباشرة إيجابية دالة إحصائياً

بين الدعم الوجداني لمعلم اللغة الإنجليزية كمتغير مستقل على الاندماج المعرفي داخل بيئة الصف كمتغير تابع لدى طلاب المرحلة الإعدادي، ووجود تأثيرات غير مباشرة إيجابية دالة إحصائياً بين الدعم الوجداني لمعلم اللغة الإنجليزية كمتغير مستقل على الاندماج المعرفي للطلاب كمتغير تابع من خلال المتعة الأكاديمية واستراتيجية البحث عن المساعدة كمتغيرات وسيطة، كما هدفت دراسة (Veiga, et al, 2014) إلى التعرف على العلاقة بين الاندماج في المدرسة والطموح الأكاديمي، وتأثير الجنس على هذه العلاقة والكشف عن مدى إسهام الطموح الأكاديمي في تفسير التباين في أبعاد الاندماج في المدرسة لدى طلبة الصفوف من السابع إلى العاشر، وأظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين مستوى الاندماج في المدرسة ومستوى الطموح الأكاديمي كما يسهم الطموح الأكاديمي في التنبؤ بالاندماج المدرسي، كما هدفت دراسة (Veiga, et al, 2015) إلى الكشف عن تأثير كل من مفهوم الذات والصف الدراسي والتفاعل بينهما على الاندماج الأكاديمي خلال فترة المراهقة، واستخدمت الدراسة طريقة تحليل التباين الثنائي لمعرفة تأثير متغيري الصف الدراسي ومفهوم الذات والتفاعل بينهم على الاندماج الأكاديمي ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة وجود تأثير لمفهوم الذات في جميع أبعاد الاندماج في المدرسة: الاندماج المعرفي- الاندماج الانفعالي- الاندماج السلوكي- الاندماج بالتفويض الشخصي، والدرجة الكلية للاندماج، ووجود تأثير للتفاعل بين متغيري الصف الدراسي ومفهوم الذات على الاندماج الأكاديمي في بعدي الاندماج المعرفي والاندماج بالتفويض الشخصي وكذلك الدرجة الكلية للاندماج.

كما هدفت دراسة صميده (٢٠١٥) إلى الكشف عن إمكانية التنبؤ بالأشكال المختلفة للاندماج الدراسي (الاندماج السلوكي، والاندماج الانفعالي، والاندماج المعرفي) لدى طلبة المرحلة الثانوية من المناخ المدرسي والذكاء الانفعالي، وتوصلت نتائج البحث إلي أن كل من المناخ المدرسي المدرك بأبعاده المختلفة، والذكاء الانفعالي بمكوناته يسهمان بدرجة أكبر في الاندماج المعرفي لطلاب وطالبات المرحلة الثانوية، يليه الإسهام في الاندماج السلوكي، يليهم الإسهام في الاندماج الانفعالي، وهدفت دراسة (Sani & Rad, 2015) إلى تحديد النموذج البنائي المفسر للعلاقات بين الأسلوب المعلوماتي وتوجهات أهداف الإنجاز والاندماج المعرفي لدى طلاب الجامعة، وتوصلت أهم النتائج إلى وجود تأثير دال إحصائياً ومباشر من توجهات أهداف الاتقان على الاندماج المعرفي، ووجود تأثير ضعيف سالب غير دال إحصائياً من توجهات أهداف الأداء (إقدام) على الاندماج المعرفي، وهدفت دراسة خضير وآخرون (٢٠١٧) إلى التعرف على الاندماج الجامعي لدى طلبة الجامعة، والتعرف على الفروق في الاندماج الجامعي لدى طلبة الجامعة وفق متغيرات الجنس (ذكور - إناث)، والتخصص الدراسي (إنساني - علمي)، والمرحلة الدراسية (الثانية - الرابعة)، وتوصلت النتائج أن هناك فروق دالة إحصائياً في الاندماج الجامعي لدى طلاب الجامعة تبعاً للتخصص الدراسي والمرحلة الدراسية والنوع الاجتماعي، كما هدفت دراسة عبد الغني وسعيد (٢٠١٨) إلى تحديد التأثيرات السببية بين توجهات أهداف الإنجاز وفقاً للنموذج السداسي والاندماج المعرفي والتحصيل الأكاديمي، وكذلك الكشف عن تأثير النوع (ذكر/ أنثى) والتخصص (علمي/ أدبي) على التأثيرات السببية في النموذج السببي المفترض

لدى طلبة الجامعة، وأسفرت نتائج البحث عن أن النموذج السببي المفترض قد حقق مطابقة جيدة للبيانات وتحققت العديد من التأثيرات السببية التي افترضها النموذج، وكان لتوجهات أهداف المهمة (إقدام وإحجام) الأثر الأكبر على الاندماج المعرفي العميق كما أظهرت النتائج عدم وجود أي أثر لمتغيرات النوع والتخصص على التأثيرات السببية في النموذج المفترض، وهدفت دراسة هادي (٢٠١٨) إلى التعرف على الاندماج الجامعي لدى طلبة كلية التربية الأساسية ومعرفة الفروق في الاندماج الجامعي وفق متغير النوع (ذكور - إناث)، ومعرفة العلاقة بين الاندماج الجامعي وقلق المستقبل، وقد أظهرت النتائج أن طلبة كلية التربية الأساسية لديهم اندماج جامعي كما أنهم يشعرون بقلق كما أن هناك فروق في الاندماج الجامعي لصالح الذكور وكذلك في قلق المستقبل كما أن هناك علاقة ضعيفة بين الاندماج الجامعي وقلق المستقبل، كما هدفت دراسة عابدين (٢٠١٩) إلى التعرف على مستوى الاندماج الطلابي لدى طلاب السنة الأولى بكلية التربية جامعة الإسكندرية، ومعرفة الفروق في الاندماج الطلابي تبعاً لاختلاف كل من: التوجهات الدافعية (الداخلية- الخارجية)، ومستويات بيئة التعلم المدركة، والنوع الاجتماعي (ذكر- إناث)، والتخصص (علمي، أدبي)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى أعلى من المتوسط من الاندماج الطلابي لدى الطلاب، ووجود فروق دالة إحصائياً في الاندماج الطلابي لدى الطلاب تبعاً لاختلاف التوجهات الدافعية الأكاديمية (الداخلية- الخارجية) لصالح ذوي التوجهات الخارجية، ووجود فروق دالة إحصائياً في الاندماج الطلابي لدى الطلاب تبعاً لاختلاف مستويات إدراكهم لبيئة التعلم (مرتفع- متوسط- منخفض) لصالح ذوي المستوى المرتفع، ووجود فروق دالة

إحصائياً في الاندماج الطلابي لدى الطلاب تبعاً لاختلاف النوع الاجتماعي (ذكور - إناث) لصالح الذكور، ووجود فروق دالة إحصائياً في الاندماج الطلابي لدى الطلاب تبعاً لاختلاف التخصص (علمي - أدبي) لصالح التخصص العلمي.

وفيما يتعلق بالمشور الرابع: دراسات تناولت الحكمة، هدفت دراسة (Webster, 2010) إلى الكشف عن العلاقة بين الحكمة والقيم النفس اجتماعية الايجابية لدى عينة من طلاب الجامعة، تكونت عينة الدراسة من (٦١) طالباً وطالبة، أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الحكمة والهوية الشخصية لديهم، ووجود علاقة ارتباطية سلبية بين الحكمة وبعض الخصائص السلبية مثل النرجسية وحب الذات، كما هدفت دراسة (Moraitou & Efklides, 2012) إلى التعرف على الجانب المعرفي لبناء التفكير الحكيم وعلاقته بالأمل والانفعالات والذاكرة، تكونت عينة الدراسة من (٤٤٦) فرداً، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية بين الحكمة والأمل والذاكرة والعاطفة والجوانب الانفعالية.

وهدف دراسة (Alilrani, et al, 2012) إلى الكشف عن العلاقة بين الحكمة الثقافية وفعالية الذات، وتوصلت النتائج إلى أن الحكمة لها تأثير على فعالية الذات العامة للموظفين بالجامعة، كما هدفت دراسة شاهين (٢٠١٢) إلى التعرف على اسهام كل من الذكاء الاجتماعي وأحداث الحياة الضاغطة في التنبؤ بالحكمة، تكونت العينة من (١٦٠) معلماً، وأسفرت النتائج عن وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الذكاء الاجتماعي والحكمة فضلاً عن قدرة كلاً منهما على التنبؤ بها وأن الحكمة لا تختلف باختلاف كلاً من النوع والعمر، وهدفت دراسة أيوب والجغيمان (٢٠١٢) إلى قياس أثر اكتساب الحكمة في تنمية

التفكير الجدلي ومهارات اتخاذ القرار لدى طلاب الجامعة، تكونت عينة البحث من (٦٤) طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج أن اكتساب الحكمة يؤدي إلى تحسين التفكير الجدلي ومهارات اتخاذ القرار.

كما هدفت دراسة أيوب وإبراهيم (٢٠١٣) إلى التعرف على مستويات تطور التفكير القائم على الحكمة لدى طلاب الجامعة في دول الخليج العربي، تكونت عينة البحث من (٦١٨) طالباً وطالبة، وقد أظهرت النتائج تطوراً متوسطاً في التفكير القائم على الحكمة لدى عينة البحث، وكانت هناك فروق دالة بين الطلاب والطالبات في إدارة الانفعالات ومعرفة الحياة وإصدار الأحكام لصالح الطلاب، في حين كانت الفروق دالة لصالح الإناث في الاستعداد للتعلم، وأيضاً أظهرت النتائج أن جميع أبعاد التفكير القائم على الحكمة، فيما عدا الإدارة الذاتية، تطورت بتطور العمر، وهدفت دراسة (Roharikova, et al, 2013) إلى الكشف عن العلاقة بين الحكمة والصمود النفسي وتكونت العينة من (٤٦) فرداً، توصلت النتائج إلى أن هناك خمسة أبعاد للحكمة وأن أبعاد الحكمة ترتبط إيجابياً بالصمود النفسي بينما ترتبط ارتباطاً سلبياً مع الأعراض النفسية المرضية.

وهدفت دراسة محمود (٢٠١٦) إلى الكشف عن النمذجة البنائية بين الحكمة والذكاء الأخلاقي والذكاء الشخصي والذكاء الاجتماعي، وتكونت العينة من (٢٣٢) طالبة بكلية التربية، وتوصلت النتائج إلى وجود تأثيرات بنائية سببية مباشرة وكلية للذكاء الأخلاقي وأبعاده (العدالة - الرقابة الذاتية - الاحترام - الضمير - التعاطف - التسامح) في أبعاد الحكمة (الوجداني-التأملي-المعرفي)، ووجدت تأثيرات سببية غير مباشرة للذكاء الشخصي والذكاء الاجتماعي في الحكمة.

وهدفت دراسة (DeMichelis, et al., 2015) تدريس الحكمة لطلاب المرحلة الثانوية لمدة ثلاث جلسات بمعدل جلسة واحدة أسبوعياً لمدة ساعة ونصف حيث يتم مناقشة مجموعة من الكتب ويطلب من المشاركين الاحتفاظ بدفتر يومي وكتابة ما يتأملونه وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن الطلاب كانوا أكثر وعياً بمفهوم الحكمة ومكوناتها الفرعية، وقام ثابت وسعيد (٢٠١٧) بإعداد برنامج لتنمية الحكمة في تحسين الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقون عقلياً وبلغ عددهم (٤٤) طالب وطالبة تم توزيعهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على كل من مقياس الحكمة والصمود النفسي لصالح القياس البعدي، كما توجد فروق دالة بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي في كل من مقياس الحكمة والصمود النفسي لصالح المجموعة التجريبية.

كما قامت دراسة (Sharma & Dewangon, 2017) بتطبيق برنامج لتنمية الحكمة على (١٠٤) طالب تتراوح أعمارهم من ١٩-٣٣ عام، وقد تبنت الدراسة نموذج MORE متعدد الأبعاد للحكمة الذي يتكون من الاتقان والانفتاح والتأمل والتنظيم الانفعالي والتعاطف، ويقوم البرنامج بالتدريب على اليقظة العقلية ومناقشة فضائل القادة والحكام والتأمل في الخبرات والمحاكاة ومناقشة القصص والواجبات المنزلية وكتابة المذكرات، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة بين التطبيق القبلي والبعدي في كل من التنظيم الانفعالي والتفكير التأملي.

وقامت دراسة (Bruya & Ardelt, 2018) بالكشف عن امكانية

تحسين الحكمة على (١٣١) من طلاب الجامعة من خلال مقررات الفلسفة وعلم النفس حيث تم تقسيم عينة الدراسة إلى ثلاث مجموعات (مجموعة ضابطة، ومجموعتين تجريبتين) حيث تلقت المجموعة التجريبية الأولى أنشطة لتحسين الحكمة متمثلة في (تحدي المعتقدات، إعلاء القيم، إعادة صياغة القيم، تشجيع التنمية الذاتية، التأمل الذاتي، الجانب الانفعالي للقيم الأخلاقية، القصص، المناقشة والاستقصاء)، وتلقت المجموعة التجريبية الثانية مهام إضافية مثل مجلات القراءة الاسبوعية والتأمل في الخبرات ومهارات التفكير، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أنه توجد فروق دالة بين التطبيق القبلي والبعدي في الحكمة لدى المجموعة التجريبية الأولى لصالح التطبيق البعدي، وتوجد فروق دالة بين التطبيق القبلي والبعدي في الحكمة لدى المجموعة التجريبية الثانية لصالح التطبيق البعدي، بينما انخفضت درجات أبعاد الحكمة لدى المجموعة الضابطة.

كما هدفت دراسة حلمي (٢٠٢٢) إلى الكشف عن فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في تعديل المعتقدات اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الجامعة مرتفعي الضغوط الأكاديمية بلغ عددها النهائي (١١) طالباً وطالبة بالفرقة الثانية بكلية التربية جامعة بنها، وتم استخدام المنهج شبه التجريبي الذي يقوم على المجموعة الواحدة حيث القياس القبلي والبعدي للمتغيرات قيد البحث، وتكون البرنامج التدريبي من (١٦) جلسة كل منها يتضمن أنشطة قائمة على أبعاد الحكمة، وأشارت النتائج إلى فعالية البرنامج التدريبي في تنمية الحكمة وتعديل المعتقدات اللاعقلانية لدى مرتفعي الضغوط الأكاديمية.

وقد توصلت الدراسات والبحوث التي تناولت العلاقة بين الحكمة ومتغيرات الاندماج الاجتماعي والأكاديمي والمهني، والرضا الوظيفي

الذاتي، والرضا المهني، والتوافق المهني، والحيوية الأكاديمية إلى وجود ارتباطات بينها، وأنه يمكن التنبؤ بالرضا المهني والنفسي من خلال الحكمة في الحياة، وأن الحكمة تسهم في تفسير (٤٨.٢%) من التباين الكلي للتوافق المهني، وأنه يمكن التنبؤ بالحيوية الأكاديمية من خلال الحكمة المعرفية والتأملية (عاشور، ٢٠٢١؛ Oden, 2011; Reynhardt, 2010; Nejatifar et al, 2021).

نستخلص من الدراسات والبحوث السابقة ما يأتي:

- أن القابلية للاستهواء بصفة عامة والاستهواء الفكري بصفة خاصة ينتشر بنسبة مرتفعة لدى المراهقين والشباب.
- الاستخدام المفرط لشبكة المعلومات الدولية (الانترنت) والمواقع الالكترونية للتواصل الاجتماعي من قبل المراهقين والشباب يساهم في انتشار الاستهواء الفكري ويشكل مصدرا للضغوط النفسية.
- عندما يتعرض الطلاب للاستهواء الفكري يعانون من التشتت والاغتراب والصراع وقد تكون سبب للتطرف الفكري والأفكار اللاعقلانية مما يعرضهم للقلق والتوتر والضغوط النفسية.
- القابلية للاستهواء الفكري والأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية التي يتعرض لها الشباب وطلاب الجامعة تؤثر على الأداء الأكاديمي واندماجهم واهتمامهم بأنشطة ومهام الدراسة والتعلم مما يستوجب مواجهة هذه الضغوط بالأساليب والاستراتيجيات المناسبة للتحكم فيها والتغلب عليها والحد من آثارها السلبية.
- وجود علاقة ارتباطية وتنبؤية موجبة بين مكونات الحكمة المختلفة والعديد من متغيرات وجوانب السلوك الإنساني المعرفية والوجدانية والسلوكية ومنها مهارات التفكير والأداء الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والمهارات الاجتماعية.

- أظهرت نتائج بعض الدراسات والبحوث أهمية تدريب وتنمية الحكمة بمكوناتها المختلفة لدى الشباب والأفراد والطلاب في المراحل التعليمية المختلفة.
- ندرة الدراسات والبحوث العربية التي اهتمت بتنمية وتدريب مكونات الحكمة "المتغير المستقل في البحث" لدى الشباب كطريقة ووسيلة فعالة تساهم في تحسين مهارات التفكير وجوانب التعلم والعلاقات الاجتماعية.

فروض البحث:

من خلال ما تم عرضه في الإطار النظري، ومشكلة البحث وأهدافه؛ وما أثبتته نتائج الدراسات السابقة؛ صيغت فروض البحث بصورة موجبة للكشف عن الفعالية الداخلية والفعالية الخارجية للبرنامج التدريبي لتنمية مكونات الحكمة، وذلك على النحو التالي:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تدرت على برنامج تنمية الحكمة والمجموعة الضابطة التي لم تتدرب على برنامج تنمية الحكمة في مكونات ومهارات الحكمة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تدرت على برنامج تنمية الحكمة والمجموعة الضابطة التي لم تتدرب على برنامج تنمية الحكمة في الاندماج الأكاديمي في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تدرت على برنامج تنمية الحكمة والمجموعة الضابطة التي لم تتدرب على برنامج تنمية الحكمة في استراتيجيات

مواجهة الضغوط النفسية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

٤. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تدرت على برنامج تنمية الحكمة في مكونات ومهارات الحكمة في القياسات المتكررة القبلي والبعدي والتتبعي.

٥. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تدرت على برنامج تنمية الحكمة في الاندماج الأكاديمي في القياسات المتكررة القبلي والبعدي والتتبعي.

٦. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تدرت على برنامج تنمية الحكمة في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في القياسات المتكررة القبلي والبعدي والتتبعي.

الطريقة والإجراءات:

أولاً: منهج البحث:

اعتمد البحث على المنهج شبه التجريبي الذي يهدف إلى بحث أثر متغير تجريبي (المتغير المستقل) وهو البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة في متغير تابع أو أكثر والذي يتمثل في مكونات ومهارات الحكمة والاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة ذوي المستويات المرتفعة من الاستهواء الفكري، وبالنسبة للتصميمات شبه التجريبية التي استخدمت في البحث؛ استخدام الباحث التصميم القائم على وجود مجموعتين ضابطة وتجريبية وقياس قبلي وقياس بعدي للفروض الأول والثاني والثالث، وتصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والاختبار البعدي والاختبار التتبعي للفروض الرابع والخامس والسادس، وللتغلب على

مهددات الصدق الداخلي استخدم الباحث مجموعة ضابطة من نفس العمر والظروف البيئية وتم التأكد من عدم وجود فروق جوهرية بينها وبين المجموعة التجريبية في العمر الزمني ومتغيرات البحث الأساسية في القياس القبلي، كما تم استخدام أدوات قياس مقننة في تحديد عينة البحث الأساسية وقياس متغيرات البحث، ولاحتمال أن يكون هناك تأثير للقياس القبلي في القياس البعدي والتفاعل المحتمل بين القياس القبلي والمعالجة التجريبية بما يؤثر سلباً في الصدق الخارجي فقد تم التغلب على مهددات الصدق الخارجي من خلال اشتقاق عينة البحث الأساسية من عينة أولية تحددت من مجتمع البحث بطريقة عشوائية، وكذلك تم توزيع أفراد عينة البحث الأساسية على المجموعتين التجريبية والضابطة توزيعاً عادلاً لكل زوج متقارب في درجات القياس القبلي لمتغيري العمر الزمني والاستهواء الفكري وهما من المتغيرات التي يمكن أن تؤثر في المتغيرات التابعة بجانب المتغير المستقل؛ حيث تم وضع أحد أفراد كل زوج متقارب في الدرجات في المجموعة الضابطة والآخر في المجموعة التجريبية مما يساعد على تحديد أثر المتغير المستقل في المتغير التابع بشكل أكثر دقة (أبو علام، ٢٠٠٤؛ الكيلاني والشرفين، ٢٠٠٧).

ثانياً: المشاركون في البحث:

تمثل مجتمع البحث في جميع طلاب كلية التربية جامعة كفر الشيخ بجمهورية مصر العربية والذي يصل إلى حوالي (٤٥٠٠) طالباً وطالبة بمرحلة البكالوريوس، تكونت عينة حساب الخصائص السيكومترية لأدوات البحث من (١٠٦) طالباً وطالبة من طلاب الفرقتين الثالثة والرابعة بكلية التربية، بينما تكونت عينة البحث الأساسية من (٧٦) طالباً وطالبة من طلاب الفرقتين الثالثة والرابعة

بكلية التربية جامعة كفر الشيخ من ذوي المستويات المرتفعة في الاستهواء الفكري، تراوحت أعمارهم الزمنية بين ١٩ - ٢١ سنة، بمتوسط عمري قدره ٢٠.٢٤ سنة وانحراف معياري قدره ± ٠.٦٨ سنة، تم تقسيم عينة البحث الأساسية إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية، تلقت البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة وكان عددهم (٣٨) طالباً وطالبة، ومجموعة ضابطة، لم تتلق تدريبات تنمية الحكمة وكان عددهم (٣٨) طالباً وطالبة، وقد تم تحديد هذه العينة من عينة أولية عشوائية بلغ عددها (٤٣٠) طالباً وطالبة.

خطوات اختيار عينة البحث الأساسية:

١. تحديد مجتمع البحث وهم طلاب الفرقين الثالثة والرابعة بكلية التربية جامعة كفر الشيخ وتم اختيار عينة أولية بطريقة عشوائية (الطريقة العشوائية البسيطة بالاعتماد على جداول الأعداد العشوائية) حتى يمكن تمثيل المجتمع الأصلي للعينة وقد بلغ عددها (٤٣٠) طالباً وطالبة.
٢. طبق الباحث مقياس القابلية للاستهواء الفكري، إعداد/ خليل (٢٠١٢)، على هؤلاء الطلبة وحصر الطلاب الذين حصلوا على درجة مرتفعة تزيد عن درجة المتوسط الفرضي للمقياس (٩٠) درجة، فبلغ عددهم (٢٠٦) طالباً وطالبة أي بنسبة حوالي (٤٨ ٪)، ثم حصر الطلاب الذين حصلوا على درجة مرتفعة من القابلية للاستهواء الفكري والتي تقع في الإرباعي الأعلى للمقياس أي تزيد عن (١٢٠) درجة، فبلغ عددهم (٩٨) طالباً وطالبة أي بنسبة حوالي (٢٣ ٪).
٣. طبق الباحث مقياس مكونات ومهارات تطور الحكمة، تأليف (Brown & Greene, 2006) ترجمة/ أيوب وإبراهيم (٢٠١٣)، وتم حصر الطلاب الذين حصلوا على درجة منخفضة على المقياس أي تقل عن درجة المتوسط الفرضي وخمسة انحراف معياري، أي تقل عن (١٩٢)

- (٤.٥*٥ = ١٦٩.٥) درجة، حسب معايير ودرجات الاستجابة على عبارات المقياس، وأسفر هذا الإجراء عن الحصول على (٧٨) طالباً وطالبة، وتم استبعاد باقي الطلاب لحصولهم على درجات أعلى من ذلك المعيار.

٤. استطلع الباحث آراء هؤلاء الطلاب ذوي الدرجة المرتفعة من القابلية للاستهواء الفكري والدرجات المنخفضة من مكونات ومهارات الحكمة، حول المشاركة في التطبيق الميداني للبحث بعد شرح طبيعة البرنامج والتدريبات وكيفية تطبيقها على مراحل خلال أيام الأسبوع الدراسي بقاعة التدريس المميز بقسم علم النفس التربوي في كلية التربية، حيث وافق (٧٦) طالباً وطالبة على الاشتراك في تجربة البحث والتطبيق الميداني للأدوات وهم عينة البحث الأساسية.

٥. قسم الباحث هؤلاء الطلاب إلى مجموعتين متساويتين في العدد، وتوزيعهم توزيعاً عادلاً على المجموعتين في ضوء درجات العمر الزمني والقابلية للاستهواء الفكري؛ حيث تم مراعاة تقارب الدرجات بين كل زوج من الدرجات، وتم تعيين أحد أفراد كل زوج متقارب في درجات العمر الزمني والقابلية للاستهواء الفكري في المجموعة الضابطة، والفرد الآخر في المجموعة التجريبية.

٦. قام الباحث بعد ذلك بتطبيق مقياس الاندماج الأكاديمي إعداد/ الباحثان، ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية إعداد/ (García, et al, 2006)، ترجمة سليم (٢٠١٠).

٧. قام الباحث بعد ذلك بالتعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات الوسيطة (الدخيلة) ومتغيرات البحث الأساسية وهي: العمر الزمني، القابلية للاستهواء الفكري، ومكونات الحكمة

والاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في القياس
القبلي، والجدول الآتي يوضح النتائج التي توصل إليها الباحثان.

جدول (١) نتائج المقارنة بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين
(الضابطة- التجريبية) باستخدام اختبار "ت" في متغيرات العمر الزمني
والقابلية للاستهواء الفكري ومكونات الحكمة في القياس القبلي

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	قيمة اختبار Levene's		معامل الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	المجموعة	المتغير ومكوناته	
		مستوى الدلالة	ف							
غير دالة	٠.٨٦٢	غير دالة	١.٢٦	٠.٧١	٠.٧٠	٢٢.٢٠	٣٨	تجريبية	العمر الزمني	
				٠.٥٣-	٠.٦٨	٢٢.٢٨	٣٨	ضابطة		
غير دالة	١.٤٧٥	غير دالة	٠.٩٨٨	٠.٦٢	١.٤٨	١٢٢.٩٥	٣٨	تجريبية	القابلية للاستهواء الفكري	
				٠.٤٨	١.١٣	١٢٢.٥٠	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠.٧٥٧	غير دالة	٠.٠٥٥	٠.٢٦-	١.٢٦	٩.٩٧	٣٨	تجريبية	معرفة ذاتية	
				٠.٠٧-	١.١٥	١٠.١٨	٣٨	ضابطة		
غير دالة	١.١٤٦	غير دالة	٠.٨٦٨	٠.٥٢	٠.٧٥٤	١٣.٣٩	٣٨	تجريبية	إدارة انفعالات	
				٠.٣٠	٠.٦٤٢	١٣.٥٧	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠.٠١٤٥	غير دالة	٠.٩٨٠	٠.٧١	١.٦٢	٣٠.٧١	٣٨	تجريبية	اثر	
				٠.٥٣-	١.٥٤	٣٠.٦٥	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠.٥٥١	غير دالة	٢.٠٤٢	٠.٣٤	١.٣٠	٢٦.٧٦	٣٨	تجريبية	مشاركة	
				٠.٤٢	١.١٩	٢٦.٩٢	٣٨	ضابطة		
غير دالة	١.١٩٢	غير دالة	٠.٢٢٩	٠.٨٦	١.٣٠	١٨.٦٣	٣٨	تجريبية	إصدار الأحكام	
				٠.٣٠-	١.١٩	١٨.٩٧	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠.٢٧٦	غير دالة	٠.٩٩٨	٠.٥٦	١.٥٩	٢٦.٩٤	٣٨	تجريبية	معرفة الحياة	
				٠.٦٤	١.٧٢	٢٧.٠٥	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠.٧٤٨	غير دالة	١.١٤٥	٠.٧٨	١.٤٣	٢٦.٦٨	٣٨	تجريبية	مهارات الحياة	
				٠.٦٠	١.٣٢	٢٦.٩٢	٣٨	ضابطة		

فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في تحسين الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري

غير دالة	٠.٢٧٢	غير دالة	٠.٣٣٤	٠.٢٢	٠,٨٥٢	١٣.٢٣	٣٨	تجريبية	الاستعداد للتعلم
				٠.٥٤	٠,٨٣٥	١٣.٢٨	٣٨	ضابطة	
غير دالة	١.١٧٠	غير دالة	١.٣٢٧	٠.٦٢	٤.٣٩	١٦٦.٤٢	٣٨	تجريبية	الدرجة الكلية
				٠.٤٢	٤.٢٢	١٦٧.٥٧	٣٨	ضابطة	

يتضح من الجدول (١) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة حيث كانت قيمة "ت" غير دالة إحصائياً وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات العمر الزمني والقابلية للاستهواء الفكري ومكونات الحكمة.

جدول (٢) نتائج المقارنة بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين (الضابطة- التجريبية) باستخدام اختبار "ت" في متغيري الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في القياس القبلي

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	قيمة اختبار Levene's		معامل الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	المجموعة	المتغير ومكوناته الفرعية	
		مستوى الدلالة	ف							
غير دالة	٠,٤٨٤	غير دالة	٠.٥٣٧	٠.٤٠	١.٤٩	٣٢.٩٢	٣٨	تجريبية	الاندماج المعرفي	
				٠.٣٦	١.٣٤	٣٣.٠٧	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠,٩٦٠	غير دالة	١.٤٧٦	٠.٠٨	٠,٩١	٣٨.٥٧	٣٨	تجريبية	الاندماج السلوكي	
				٠.٢٢	٠,٩٩	٣٨.٧٨	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠,٥٤٨	غير دالة	٠.٢٤١	٠.٣٠-	١.٢٩	٣١.١٨	٣٨	تجريبية	الاندماج الوجداني	
				٠.٣٤	١.٢١	٣١.٠٢	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠.٥٠٨	غير دالة	٠.٤٦٤	٠.٤٨	٢.٤٢	١٠٢.٦٨	٣٨	تجريبية	الدرجة الكلية	
				٠.٣٦	٢.٠٦	١٠٢.٩٤	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠,٥٢٦	غير دالة	٠.٠١٧٠	٠.٢٨	٠,٨٩٢	٨.٥٢	٣٨	تجريبية	حل المشكلات	
				٠.٣٠	٠,٨٥١	٨.٦٣	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠.٦٠٢	غير دالة	٠.٠٠٣	٠.٢٤-	١.١٧	٨.٢٦	٣٨	تجريبية	النقد الذاتي	
				٠.٥٠	١.١٠	٨.٤٢	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠.٤٢٦	غير دالة	٠.٦٦٧	٠.٢٦	٠,٥٥٩	٨.٨٩	٣٨	تجريبية	التعبير الانفعالي	
				٠.٤٢	٠,٥١٧	٨.٩٤	٣٨	ضابطة		
غير دالة	٠,٧١٢	غير دالة	١.٩٣٦	٠.٣٨	٠,٤٧١	٩.٣١	٣٨	تجريبية	التفكير	

دالة		دالة		٠.٢٠	٠,٤٩٥	٩.٣٩	٣٨	ضابطة	المعتمد على
غير دالة	٠,٧٤٩	غير دالة	٠.٥٤٢	٠.٢٢	٠,٥٩٢	٨.٩٧	٣٨	تجريبية	المساندة الاجتماعية
				٠.٣٤	٠,٦٣١	٩.٠٧	٣٨	ضابطة	
غير دالة	٠,٦٦٨	غير دالة	٠.٩٨٨	٠.٢٦-	٠,٦٧٨	٨.٨٤	٣٨	تجريبية	إعادة البناء المعرفي
				٠.٦٢	٠,٦٩٥	٨.٩٤	٣٨	ضابطة	
غير دالة	٠,٦١٧	غير دالة	٠.٠٧٥	٠.٣٥-	٠,٧٦٩	٩.٠٥	٣٨	تجريبية	تجنب المشكلة
				٠.٤٢	٠,٧١٧	٩.١٥	٣٨	ضابطة	
غير دالة	٠,٦٩٣	غير دالة	١.٦٦٠	٠.٣٣	٠,٤٨٨	٩.٣٦	٣٨	تجريبية	الانسحاب الاجتماعي
				٠.٢٨	٠,٥٠٣	٩.٤٤	٣٨	ضابطة	
غير دالة	١.٣٢٧	غير دالة	٠.٠٢٢	٠.٢٠	٢.٥٧	٧١.٢٣	٣٨	تجريبية	الدرجة الكلية
				٠.٣٤	٢.٦١	٧٢.٠٢	٣٨	ضابطة	

يتضح من الجدول (٢) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة حيث كانت قيمة "ت" غير دالة إحصائياً وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيري الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

ثالثاً: أدوات البحث:

١- مقياس القابلية للاستهواء الفكري: إعداد/ خليل (٢٠١٢)

ملحق رقم (٢)

يهدف المقياس إلى قياس القابلية للاستهواء الفكري تتوافر فيه شروط بناء المقاييس العلمية كالصدق والثبات والقدرة على التمييز.

صدق المقياس:

أ. الصدق الظاهري:

تحقق للمقياس الصدق الظاهري من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء لتحديد ملائمتها لقياس القابلية للاستهواء لدى طلبة الجامعة.

ب. مؤشرات صدق البناء:

يعد من أهم أنواع الصدق ويتحقق من خلال التحقق تجريبيًا من الافتراضات النظرية، وقد تحقق ذلك للمقياس من خلال الاتساق الداخلي للمقياس إذ يعد الاتساق الداخلي للمقياس أحد مؤشرات صدق البناء، ويتحقق من خلال حساب معاملات الارتباط البينية لفقرات الاختبار، أو من خلال إيجاد علاقة درجة كل فقرة من فقرات المقياس بالمجموع الكلي. (الأنصاري، ٢٠٠٠، ٩٦).

وقد تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس القابلية للاستهواء والدرجة الكلية لدرجات أفراد عينة الخصائص السيكومترية البالغ عدد أفرادها (٣٥٠) طالبًا وطالبة، وتبين أن جميع الفقرات دالة إحصائيًا كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس القابلية للاستهواء والدرجة الكلية

معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
٠,٢٢	٢١	٠,٢٥	١١	٠,٢٥	١
٠,٢٨	٢٢	٠,٣٣	١٢	٠,٢٣	٢
٠,٣١	٢٣	٠,٣١	١٣	٠,٤٠	٣
٠,٣٣	٢٤	٠,٢٦	١٤	٠,٣١	٤
٠,٣٤	٢٥	٠,٣٧	١٥	٠,٢٣	٥
٠,٣٨	٢٦	٠,٢٧	١٦	٠,٤٥	٦
٠,٢٤	٢٧	٠,٢٣	١٧	٠,٣١	٧
٠,٤٣	٢٨	٠,٤١	١٨	٠,٣٠	٨
٠,٣٨	٢٩	٠,٢٦	١٩	٠,٣٥	٩
٠,٣٣	٣٠	٠,٣٢	٢٠	٠,٢٨	١٠

* القيمة الجدولية تساوي (١,٩٦) عند مستوى (٠,٠٥) بدرجة حرية (٣٤٨).

ثبات المقياس:

وقد تم إيجاد ثبات المقياس بطريقتين هما:

أ. طريقة ألفا-كرونباخ:

تم استخراج معامل التجانس الداخلي باستعمال معادلة ألفا كرونباخ، إذ إن معامل التجانس المستخرج بهذه الطريقة يعطينا تقديراً جيداً للثبات في أكثر المواقف (Nunnally, 1978, 230) ولإستخراج الثبات بهذه الطريقة سحبت (١٠٠) استمارة بشكل عشوائي من استمارات عينة التحليل الإحصائي، ثم استعملت معادلة ألفا-كرونباخ، وقد بلغ معامل الثبات للمقياس (٠,٧٩)، وهي قيمة مرتفعة وموجبة وتشير إلى تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات.

ب. طريقة إعادة تطبيق الاختبار:

وهي إحدى طرق الحصول على معامل الثبات، وذلك بتطبيق المقياس مرتين على العينة نفسها بفاصل زمني مناسب، بهدف التأكد من استقرار المقياس عبر الزمن.

وقد قامت معدة المقياس بتطبيق مقياس القابلية للاستهواء على عينة قوامها (٦٠) طالبا وطالبة، تم اختيارهم بصورة عشوائية من كلية العلوم، أعيد تطبيق المقياس على العينة ذاتها بعد مرور أسبوعين، وبعد استعمال معادلة ارتباط بيرسون لإيجاد قيمة معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول والثاني، بلغ معامل الارتباط (٠,٨١) وهو معامل ارتباط دال إحصائياً ويمكن الاعتماد عليه كمؤشر على ثبات الدرجة على المقياس والثقة في نتائجه.

ثبات المقياس في البحث الحالي:

قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس على عينة الخصائص السيكومترية في البحث الحالي والتي قوامها (١٠٦) طالباً وطالبة من طلاب الفرقتين الثالثة والرابعة بكلية التربية باستخدام طريقتين هما:

- الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

حيث تم تطبيق المقياس على عينة الخصائص السيكومترية وحساب معامل الارتباط بطريقة التجزئة النصفية بين درجات العبارات الفردية ودرجات العبارات الزوجية فبلغت قيمته (٠.٦٦) وبعد التصحيح بمعادلة سيبرمان - براون بلغت قيمة معامل الثبات (٠.٨٠) وهي قيمة مرتفعة وموجبة ودالة وتشير إلى ثبات الدرجة على المقياس.

- الثبات بطريقة ألفا-كرونباخ:

حيث تم تطبيق المقياس على عينة الخصائص السيكومترية باستخدام معادلة الفا- كرونباخ فبلغت قيمة معامل الثبات (٠.٧٦) وهي قيمة مرتفعة وموجبة وتشير إلى ثبات الدرجة على المقياس، وبالتالي يتمتع مقياس القابلية للاستهواء بدرجة مناسبة من الصدق والثبات ويمكن الاعتماد عليه واستخدامه في البحث.

٢- مقياس تطور الحكمة: تأليف (Brown & Greene, 2006)

ترجمة/ أيوب وإبراهيم (٢٠١٣) ملحق رقم (٣)

يتكون المقياس من (٦٦) عبارة في ضوء نموذج براون لتطور الحكمة ويتم الاجابة عليها باختيار إجابة واحدة من خلال مقياس خماسي التقدير (أوافق تماماً - أوافق - أوافق إلى حد ما - لا أوافق - لا أوافق مطلقاً) وتحصل على الدرجات (٥-٤-٣-٢-١) لكل إجابة على التوالي وهو يستهدف طلبة الجامعة والراشدين، ويتكون من ثمانية أبعاد هي: المعرفة الذاتية، إدارة الانفعالات، الإيثار، المشاركة الملهمة،

إصدار الأحكام، معرفة الحياة، مهارات الحياة، الاستعداد للتعليم، وتشير دراسة كل من (Brown & Greene, 2006, Greene &) إلى أن المقياس يتمتع بمواصفات سيكو مترية جيدة على مستوى البناء العاملي وعلى مستوى ثبات المفردات والأبعاد.

صدق المقياس:

قام مترجما المقياس بحساب صدق المقياس باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية Principal Components لهوتلنج والتدوير المتعامد بطريقة Varimax من أجل الحصول على العوامل من خلال اختبار المفردات الأكثر تشبهاً عليه على عينة بلغت (٢٧٧) طالباً وطالبة من طلبة الجامعات بالسعودية والبحرين وعمان وأسفر التحليل العاملي عن ثمان عوامل، وبلغت قيمة التباين الكلي للعوامل (٧٣.٥٧٪)، وقد حظي نموذج التحليل العاملي بمؤشرات حسن مطابقة جيدة ومقبولة، ويوضح الشكل التالي البناء العاملي لمقياس تطور الحكمة.

وقد قام الباحثان في البحث الحالي بحساب صدق المقياس على درجات عينة الخصائص السيكومترية (١٠٦) طالباً وطالبة من طلاب الفرقين الثالثة والرابعة بكلية التربية، باستخدام طريقة صدق المفردات وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد، فتراوحت قيم معاملات الارتباط التي تم التوصل إليها بين (٠.٦٢ - ٠.٨٧) وهي قيم مرتفعة وموجبة وتشير إلى صدق الدرجة على المقياس.

ثبات المقياس:

قام مترجما المقياس بحساب ثبات المقياس باستخدام أسلوب إعادة التطبيق، وطريقة ألفا كرونباخ على عينة (١٣٨) طالب وطالبة من طلاب الجامعات بفارق زمني قدره (٣٤) يوم بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وقد تراوحت قيم معاملات ثبات المقياس بين (٠.٨٣-٠.٨٩) باستخدام طريقة إعادة التطبيق، وبين (٠.٧٨-٠.٨٣) باستخدام ألفا-كرونباخ، وهي جميعها قيم موجبة ومرتفعة، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة ومرضية من الثبات. كما قام الباحثان في البحث الحالي بحساب ثبات المقياس باستخدام طريقتي التجزئة النصفية وألفا-كرونباخ على درجات عينة الخصائص السيكومترية (١٠٦) طالباً وطالبة من طلاب الفرقتين الثالثة والرابعة بكلية التربية، وقد تراوحت قيم معاملات ثبات المقياس بين (٠.٧٧-٠.٨٤) باستخدام طريقة التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان- براون، وبين (٠.٧٩-٠.٧٠) باستخدام طريقة ألفا-كرونباخ، وهذه القيم مرتفعة وموجبة وتشير إلى أن المقياس يتميز بالثبات، والجدول التالي يوضح نتائج حساب الثبات التي توصل إليها الباحث. جدول (٤) قيم حساب الثبات لمقياس تطور الحكمة باستخدام طريقتي التجزئة النصفية وألفا-كرونباخ

الأبعاد	معاملات الارتباط بين نصفي المقياس	معاملات الثبات بعد التصحيح لسبيرمان-براون	ألفا كرونباخ
الإيثار	٠.٦٢	٠.٧٧	٠.٧٢
معرفة الحياة	٠.٦٥	٠.٧٩	٠.٧٦
المشاركة الملهمة	٠.٦٨	٠.٨١	٠.٧٥
مهارات الحياة	٠.٧٢	٠.٨٤	٠.٧٨
إصدار الأحكام	٠.٧٠	٠.٨٢	٠.٨٠
إدارة الانفعالات	٠.٦٦	٠.٨٠	٠.٧٨

٠.٧٩	٠.٨٢	٠.٧٠	الاستعداد للتعلم
٠.٧٠	٠.٧٥	٠.٦٠	المعرفة الذاتية
٠.٧٨	٠.٨٠	٠.٦٦	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول (٤) أن جميع قيم معاملات الثبات سواءً للأبعاد الفرعية للمقياس أو للدرجة الكلية بطريقتي التجزئة النصفية وألفا-كرونباخ موجبة ومرتفعة وبذلك تشير إلى ثبات الدرجة على المقياس ويمكن استخدامه والثقة في نتائجه.

٣- مقياس الاندماج الأكاديمي إعداد/ الباحثان ملحق رقم (٤)

يهدف المقياس إلى تقييم الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، ويتكون المقياس في صورته النهائية من (٣٨) فقرة ذات اتجاه إيجابي موزعة على ثلاثة أبعاد فرعية للاندماج الأكاديمي هي: الاندماج المعرفي - الاندماج السلوكي - الاندماج الوجداني وقد تم إعداد المقياس من خلال الاطلاع على الاطر النظرية والاستفادة من بعض الدراسات السابقة التي تناولت الاندماج الأكاديمي وكذلك بعض المقاييس التي أعدت على عينات أخرى مثل (أبو العلا، ٢٠١١؛ عفيفي، ٢٠١٦؛ Fan & Williams, 2005; Fredericks, et al, 2010; Veiga, 2012; LeMay, 2017; Mouzakis, 2017) ويتم تطبيق المقياس على أفراد العينة من خلال الاستجابة على عبارات أو بنود المقياس باختيار استجابة واحدة من خمسة استجابات على متصل هي (تتطبق دائماً -تتطبق غالباً-تتطبق أحياناً-تتطبق نادراً-لا تتطبق مطلقاً)، وتعطى الدرجات (١-٢-٣-٤-٥) لكل استجابة على التوالي وبذلك تتراوح الدرجة الكلية على المقياس بين (٣٨-١٩٠) درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

صدق المقياس:

١ - صدق البناء (الصدق العاملي):

قام الباحثان بالتحقق من صدق بناء المقياس باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي وذلك على أفراد عينة الخصائص السيكومترية المستخدمة في البحث الحالي، وقوامها (١٠٦) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية، وقد بلغت قيمة مؤشر Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) للكشف عن كفاية حجم العينة (٠.٦٧)؛ وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول لاستخدام أسلوب التحليل العاملي وهو (٠.٥٠)، كما تم حساب معامل اختبار Bartlett's، فكان مقدار مربع كاي (١٩٤.٨١٢) وهو دال عند مستوى أقل من (٠.٠١)، وبعد التأكد من ملائمة البيانات لأسلوب التحليل العاملي، تم إخضاع مصفوفة معاملات الارتباط بين استجابات الطلبة للتحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية (PCA) Components Analysis وتدوير المحاور تدويراً متعامداً باستخدام طريقة Varimax، وقد أسفر التحليل عن وجود ثلاثة عوامل تزيد قيم جذورها الكامنة Eigen Values عن الواحد الصحيح بحسب معيار كايزر Kaiser، وتفسر نسبة (٦٣.٥٨ %) من التباين الكلي في أداء الأفراد على مقياس الاندماج الأكاديمي وهي نسبة جيدة ومقبولة، ويوضح الجدول (٥) الآتي البناء العاملي المستخلص من التحليل.

جدول (٥) قيم الجذور الكامنة ونسب التباين المفسر للعوامل المستخلصة لمقياس الاندماج الأكاديمي بعد تدوير المحاور تدويراً متعامداً

العامل	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر	نسبة التباين المفسر التراكمية
العامل الأول	٧٢.٩	٢٣.٧٢	٢٣.٧٢
العامل الثاني	٧.١٦	٢٠.٤٦	٤٤.١٨
العامل الثالث	٢.٩٨	١٩.٤٠	٦٣.٥٨

وللكشف عن هوية العوامل المستخلصة والفقرات التي تشبع بكل منها، فقد حسبت قيم تشبع كل فقرة من فقرات مقياس الاندماج الأكاديمي في صورته الأولية بكل عامل قبل التدوير وبعده، والجدول (٦) الآتي يوضح العوامل المستخلصة وتشبعاتها بعد التدوير.

جدول (٦) العوامل المستخلصة وتشبعاتها بعد التدوير لدرجات الطلاب

على مقياس الاندماج الأكاديمي

البعد	رقم الفقرة	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)	البعد	رقم الفقرة	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)
العامل الأول - ١ ١٤	١	٠.٦٣	٠.٣٢	٠.٢٧	تابع العامل الثاني	٢٢	٠.٢٧	٠.٣٢	٠.٢٧
	٢	٠.٦٧	٠.١٦	-		*٢٣	-	٠.١٦	٠.٦٧
	٣	٠.٤٨	٠.٢٢	٠.١٨		٢٤	٠.١٨	٠.٢٢	٠.٤٨
	٤	٠.٦١	٠.٢٩	٠.٢١		٢٥	٠.٢١	٠.٢٩	٠.٦١
	٥	٠.٤٨	٠.٢١	٠.٠٨		٢٦	٠.٠٨	٠.٢١	٠.٤٨
	٦	٠.٣٩	٠.٠٧	-		٢٧	-	٠.٠٧	٠.٣٩
	*٧	٠.٠٨	-	٠.٠٦		٢٨	٠.٠٦	-	٠.٠٨
	٨	٠.٥٨	٠.١٥	-		٢٩	-	٠.١٥	٠.٥٨
	٩	٠.٧٢	٠.٤١	٠.٢١		٣٠	٠.٢١	٠.٤١	٠.٧٢
	١٠	٠.٦٧	٠.٤٣	٠.١٩		٣١	٠.١٩	٠.٤٣	٠.٦٧
العامل الثاني	*١١	٠.٢٣	٠.١٢	٠.٠٣	العامل الثالث - ٣٠ ٤٢	٣٢	٠.٠٣	٠.١٢	٠.٢٣
	١٢	٠.٧١	٠.٢٢	٠.١٦		٣٣	٠.١٦	٠.٢٢	٠.٧١
	١٣	٠.٥٢	٠.١٧	٠.٢٥		٣٤	٠.٢٥	٠.١٧	٠.٥٢

فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في تحسين الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري

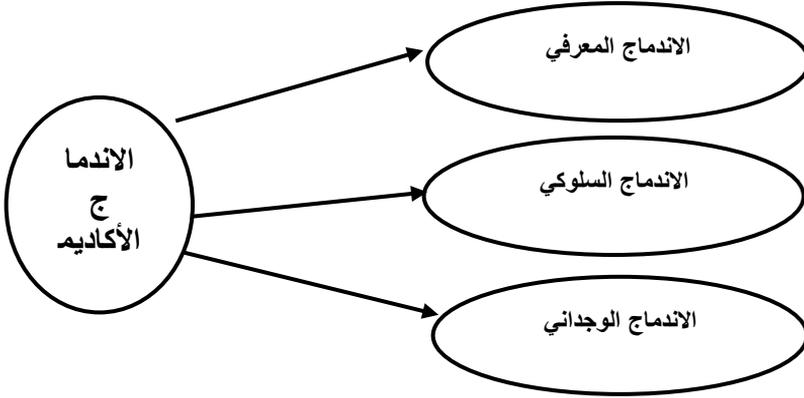
٠.٦٨	٠.٢١	٠.٢٢	٣٥	٠.٢٦	٠.٣٣	٠.٥٨	١٤	-١٥
٠.٧١	٠.٣٢	٠.٢٩	٣٦	٠.٥٥	٠.٧٧	٠.١٨	١٥	٢٩
٠.٥٤	٠.١٤	٠.٢٣	٣٧	٠.١٦	٠.٦١	٠.٢٨	١٦	
٠.٤٧	٠.١٢	-	٣٨	-	٠.٣٩	٠.٢١	١٧	
٠.٦٣	٠.٣٠	٠.٢٦	٣٩	٠.٢٢	٠.٤٨	٠.٣١	١٨	
٠.٦٨	٠.٢٤	٠.١٨	٤٠	٠.١٨	٠.٦٧	٠.٢٧	١٩	
٠.٢٧	٠.٢٢	٠.١٥	*٤١	-	٠.٥٧	٠.٢٨	٢٠	
٠.٥٩	٠.٢٠	٠.١٧	٤٢	٠.١٦	٠.٦٣	٠.٢٠	٢١	

* عبارات تم حذفها من الصورة النهائية للمقياس

ولفرز الفقرات بحسب قيم تشبعها على العوامل المختلفة، فقد تم استخدام معيار جيلفورد Guilford، وما أشار إليه صادق وأبو حطب (١٩٩٦) بأن الفقرة تنتمي لعامل معين إذا كانت قيمة تشبعها بهذا العامل أكبر من (± 0.30) ، ورغم أنه يتبين من الجدول السابق أن بعض الفقرات زادت قيم تشبعها بعاملين من عوامل المقياس الثلاثة عن (0.30) إلا أنه يمكن القول أن هذه الفقرات تنتمي للبعد الذي تنتمي إليه أصلاً لأن الفروق بين قيمتي تشبعها بالعامل الذي يقيس هذا البعد والعامل الثاني يزيد عن (0.10) بناءً على معيار جيلفورد Guilford، وبذلك أصبح عدد الفقرات التي تشبعت على أبعاد المقياس (٣٨) فقرة توزعت على النحو الآتي: (١٢) فقرة للعامل الأول (الاندماج المعرفي) أرقامها (١-١٢)، (١٤) فقرة للعامل الثاني (الاندماج السلوكي) أرقامها (١٣-٢٦)، (١٢) فقرة للعامل الثالث (الاندماج الوجداني) أرقامها (٢٧-٣٨)، وتم استبعاد أربعة فقرات أرقامها (٧، ١١، ٢٣، ٢٧) لم تحقق الحد الأدنى من قيم التشبعات الدالة.

وبهذا يمكن القول أن البناء العاملي لمقياس الاندماج الأكاديمي ينطوي على ثلاثة عوامل تقيس الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية وهذه العوامل هي: الاندماج المعرفي - الاندماج السلوكي - الاندماج الوجداني.

كما أسفرت نتائج التحليل العاملي التوكيدي عن وجود ثلاثة عوامل تشبعت عليها عبارات المقياس تنتظم حول عامل كامن عام واحد كما يتضح من الشكل التالي:



شكل (٣): نموذج العامل الكامن العام الواحد لمقياس الاندماج الأكاديمي

وقد أشارت نتائج التحليل إلى صدق النموذج حيث حقق مؤشرات جيدة لحسن المطابقة وكانت قيمة كا ٢١ غير دالة إحصائياً ومؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج الحالي (نموذج العامل الكامن الواحد) أقل من نظيره للنموذج المشبع، كما أن قيم بقية المؤشرات وصلت إلى القيمة المثالية لكل مؤشر مما يدل على مطابقة النموذج الجيدة للبيانات موضع التحليل، ويوضح الجدول التالي تشبعت العوامل الفرعية الثلاثة المشاهدة بالعامل الكامن العام للاندماج الأكاديمي مقرونة بـ "ت" والخطأ المعياري لتقدير التشبع والدلالة الإحصائية للتشبع.

جدول (٧) تشبعات العوامل الفرعية الثلاثة المشاهدة بالعامل الكامن

العام للاندماج الأكاديمي والخطأ المعياري وقيمة "ت" والدلالة

الإحصائية لقيم التشبع

م	العوامل المشاهدة	قيم التشبع	الخطأ المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
١	الاندماج المعرفي	٠.٧١٤	٠.٠٦٣	١١.٣٩	٠.٠١
٢	الاندماج السلوكي	٠.٦٨٨	٠.٠٧٨	٨.٨٢	٠.٠١
٣	الاندماج الوجداني	٠.٦٥٣	٠.٠٩١	٧.١٥	٠.٠١

يتضح من الجدول (٧) أن جميع قيم التشبعات دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ مما يدل على صدق البناء العاملي لمقياس الاندماج الأكاديمي وأنه عبارة عن عامل كامن عام تنتظم حوله العوامل المشاهدة الفرعية الثلاثة وهذا العامل العام هو الاندماج الأكاديمي وذلك يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته لقياس المتغير الذي وضع من أجل قياسه وهو الاندماج الأكاديمي.

صدق المحك الخارجي: قام الباحث بالتحقق من صدق المقياس باستخدام طريقة المحك الخارجي من خلال استخدام مقياس الاندماج الأكاديمي إعداد/ عفيفي (٢٠١٦) وهو يتمتع بخصائص سيكو مترية جيدة ومناسبة، وأسفرت النتائج عن وجود معاملات ارتباط مرتفعة وجيدة، حيث بلغت قيم معاملات الارتباط بين درجات المحك الخارجي ودرجات المقياس الحالي (٠.٧٨٥، ٠.٧٧١، ٠.٧١٦، ٠.٨٢٢) للأبعاد الفرعية (معرفي- سلوكي- وجداني) والدرجة الكلية على الترتيب، وتشير النتائج السابقة إلى صدق وصلاحية مقياس الاندماج الأكاديمي.

ثبات المقياس:

قام الباحثان في البحث الحالي بحساب ثبات المقياس على درجات أفراد عينة البحث الخاصة بحساب الخصائص السيكومترية (ن = ١٠٦) طالباً وطالبة من طلاب الفرقين الثالثة والرابعة بكلية التربية، بطريقتين هما: طريقة التجزئة النصفية لسبيرمان- براون، وطريقة معامل ألفا- كرونباخ، والجدول الآتي يوضح النتائج التي توصل إليها الباحثان.

جدول (٨) قيم معاملات الارتباط (الثبات) لمقياس الاندماج الأكاديمي

الأبعاد	معامل الارتباط بالتجزئة النصفية قبل التصحيح (سبيرمان-)	معامل الارتباط بالتجزئة النصفية بعد التصحيح (سبيرمان-)	ألفا- كرونباخ
الاندماج المعرفي	٠.٦٩٨	٠.٨٢٢	٠.٧٥٤
الاندماج السلوكي	٠.٦١٢	٠.٧٥٩	٠.٧٢٦
الاندماج الوجداني	٠.٦٦٢	٠.٧٩٦	٠.٧١٤
الدرجة الكلية للمقياس	٠.٧٠٢	٠.٨٢٥	٠.٧٤٠

يتضح من الجدول (٨) أن جميع قيم معاملات الارتباط (الثبات) سواءً للأبعاد الفرعية للمقياس أو للدرجة الكلية لمقياس الاندماج الأكاديمي موجبة ومرتفعة وبذلك تشير إلى ثبات المقياس.

الاتساق الداخلي للمقياس:

تحقق الباحث من الاتساق الداخلي للمقياس وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية الثلاثة والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح النتائج التي توصل إليها الباحثان.

جدول (٩) قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية والدرجة

الكلية لمقياس الاندماج الأكاديمي

م	الأبعاد	١	٢	٣	٤
١	الاندماج المعرفي	-	-	-	-
٢	الاندماج السلوكي	**٠.٨١٢	-	-	-
٣	الاندماج الوجداني	**٠.٧٩٠	**٠.٧٨٦	-	-
٤	الدرجة الكلية للاندماج الأكاديمي	**٠.٨٢٤	**٠.٨١٠	**٠.٧٧٢	-

** دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من الجدول (٩) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الاندماج الأكاديمي مرتفعة وموجبة ودالة ويشير ذلك إلى الاتساق والتماسك الداخلي للمقياس وصلاحيته للاستخدام لأغراض البحث الحالي.

٤- مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية: إعداد/
(García, et al, 2006) ترجمة/ سليم (٢٠١٠) ملحق رقم (٥)
تم صياغة هذا المقياس في صورته الأولى من قبل كل من (Tobin et al, 1998) ويتكون من (٧٢) مفردة ثم أعاد طباعتها بعد تنقيحها واختصارها إلى (٤٠) مفردة كل من (García, et al, 2006)، وهي المستخدمة في المقياس الحالي، حيث يهدف المقياس إلى اكتشاف المواقف التي تسبب ضغوطاً للأفراد في حياتهم اليومية وكيف يتعاملون مع هذه الضغوط، ويطلب من المفحوص أن يفكر في موقف سبب له ضغوطاً في الشهر الماضي لبضع دقائق، قد يكون هذا الموقف حصل له مع الأسرة، في المدرسة، في العمل، مع الأصدقاء... إلخ.
ويتكون من ثماني استراتيجيات لمواجهة الضغوط النفسية وهي باختصار وفق وصف معدو المقياس:

١. حل المشكلات Problem solving: وهي إستراتيجية معرفية سلوكية تهدف إلى التخلص من الضغوط بتعديل الموقف الذي تظهر فيه.
٢. النقد الذاتي Self-criticism: وهي استراتيجيات تقوم على لوم الذات والنقد الذاتي بسبب حدوث الموقف المجهد أو الضاغط أو عدم إدارة الموقف بكفاءة.
٣. التفكير القائم على التمني Wishful thinking: وهي الاستراتيجيات المعرفية التي تعكس رغبة الفرد في أن الواقع لم يكن مجهداً أو ضاغطاً.
٤. المساندة الاجتماعية Social support: strategies: وهي إستراتيجية تركز على الجانب الانفعالي تشير إلى السعي للبحث عن المساندة الانفعالية.
٥. إعادة البناء المعرفي restructuring Cognitive: وهي الاستراتيجيات المعرفية التي تعدل من معنى ودلالة المواقف الضاغطة وتعيد بناءه من جديد.
٦. التعبير الانفعالي Express emotions: وهي استراتيجيات تهدف إلى التعبير عن الانفعالات التي تظهر أثناء معالجة الضغوط المختلفة.
٧. تجنب المشكلة Problem avoidance: وهي الاستراتيجيات التي تشمل رفض وتجنب الأفكار أو الأفعال ذات الصلة مع الأحداث المجهدة.
٨. الانسحاب الاجتماعي Social withdrawal: وهي استراتيجيات الانسحاب من الأصدقاء والأسرة، الزملاء والأشخاص الذين يمثلون قيمة للفرد مصحوباً باستجابة انفعالية أثناء معالجة الضغوط المختلفة.

ويتم تصحيح المقياس بوضع درجة (٠-٤)، حيث يقابل (صفر) الاختيار (أبداً) والدرجة (١) الاختيار (أحياناً)، والدرجة (٢) الاختيار (كثيراً)، والدرجة (٣) إلى الاختيار (كثيراً جداً)، والدرجة (٤) إلى الاختيار (تماماً)، ويتم توزيع المفردات على الاستراتيجيات كما يلي:

١. إستراتيجية حل المشكلة (**PS**) **Problem solving** : وتتضمن المفردات (١+٩+١٧+٢٥+٣٣).

٢. إستراتيجية نقد الذات (**SC**) **Self-criticism** : وتتضمن المفردات (٢+١٠+١٨+٢٦+٣٤).

٣. إستراتيجية التعبير عن الانفعالات (**EE**) **Expression emotion** : وتتضمن المفردات (٣+١١+١٩+٢٧+٣٥).

٤. إستراتيجية التفكير القائم على التمني (**WT**) **Wishful thinking** : وتتضمن العبارات (٤+١٢+٢٠+٢٨+٣٦).

٥. إستراتيجية المساندة الاجتماعية (**SS**) **Social support** : وتتضمن المفردات (٥+١٣+٢١+٢٩+٣٧).

٦. إستراتيجية إعادة البناء المعرفي (**CR**) **Cognitive restructuring** : وتتضمن المفردات (٦+١٤+٢٢+٣٠+٣٨).

٧. إستراتيجية تجنب المشكلة (**PA**) **Problem avoidance** : وتتضمن المفردات (٧+١٥+٢٣+٣١+٣٩).

٨. إستراتيجية الانسحاب الاجتماعي (**SW**) **Social withdrawal** : وتتضمن المفردات (٨+١٦+٢٤+٣٢+٤٠).

صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس بطريقتين

الصدق العاملي:

تم حساب صدق المقياس باستخدام صدق التحليل العاملي فوصلت نسبة التباين المفسر حوالي ٨٤% للعوامل الثمانية للمقياس، كما أن جميع المفردات كلها تتراوح ما بين مستويات دلالة (٠.٠٥) ، (٠.٠١).

الصدق التلازمي (الصدق المرتبط بالمحك):

حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجات المقياس الحالي ومقياس سمات الشخصية، واستراتيجيات فعالية الذات المدركة، strategies, personality measurements and coping perceived efficacy فجاءت كل المعاملات الارتباط مرتفعة وموجبة دالة عند مستوى (٠.٠٥) ، (٠.٠١).

كما قام مترجم المقياس سليم (٢٠١٠) بالاعتماد في حساب صدق المقياس على طريقتين هما:

صدق المحكمين:

بعد ترجمة مفردات المقياس، تم عرضه في صورته الأولية على مجموعة من المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية واللغة الإنجليزية؛ وذلك للحكم على مدى صلاحية كل مفردة لقياس ما وضعت لقياسه، ومدى ارتباط مفرداته وانتمائها لأبعاد المقياس الثمانية، بالإضافة إلى التعرف على ملائمة مفردات المقياس لعينة الدراسة من طلاب الجامعة، وكذلك الحكم على صحة الترجمة والصياغة اللغوية لمفردات المقياس، وقد تراوحت نسبة الاتفاق بين السادة المحكمين على جميع مفردات المقياس ما بين (٨٥ - ١٠٠%).

طريقة الاتساق الداخلي:

حيث قام مترجم المقياس بالتحقق من ثبات البناء الداخلي للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين كل درجة كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وذلك على عينة قوامها (٥٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية، وقد كانت جميع معاملات الارتباط جوهرية ودالة إحصائياً،

ثبات المقياس:

قام معدو المقياس بتطبيقه على عينة مكونة من (٣٣٧) فرداً، منهم (٢٢٦) رجلاً، (١١١) امرأة، ٢٨% من العينة كانوا متقدمين لعمل مقابلات لوظائف أمن، ٢٧% منهم من طلاب الجامعة، ٢٨% من أفراد ممن لا يعملون لكنهم ملحقون بدورات تدريب مهني، ٧% من عامة الناس، ١٠% ممن يعملون بوظيفة الشرطة. منهم ٧٢% غير متزوجين، بينما ٢٨% متزوجون، ٢% غير محددين، وقد تم التأكد من ثبات المقياس في الدراسة الأجنبية باستخدام ألفا كرونباخ فوجد أنها مرتفعة جداً، والجدول التالي يوضح معاملات ثبات المقياس على دراستي (Tobin et al, 1998, García et al, 2006).

جدول (١٠) معاملات الارتباط بين لاستراتيجيات مواجهة

الضغوط النفسية

معاملات الثبات		الاستراتيجيات	
معاملات الثبات ألفا- كرونباخ وفق Tobin et al (1998)	معاملات الثبات ألفا- كرونباخ وفق García et al (2006)		
٨٢%	٨٦%	حل المشكلات	١
٨٤%	٨٩%	النقد الذاتي	٢
٨٩%	٨٤%	التعبير الانفعالي	٣
٧٨%	٧٨%	التفكير المعتمد على التمني	٤

٥	المساندة الاجتماعية	٨٠%	٨٩%
٦	إعادة البناء المعرفي	٨٠%	٨٣%
٧	تجنب المشكلة	٦٣%	٧٢%
٨	الانسحاب الاجتماعي	٦٥%	٨١%

كما قام مترجم المقياس بحساب معامل ثبات المقياس بطريقتين مختلفتين على نفس عينة تقنين الأدوات المشار إليها سابقاً، وقد جاءت معاملات الثبات بطريقتي إعادة التطبيق وألفا-كرونباخ كما توضحها بيانات الجدول التالي:

جدول (١١) معاملات الارتباط لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط

النفسية (ن=٥٠)

الدلالة	معاملات الثبات		الاستراتيجيات	
	ألفا كرونباخ	إعادة التطبيق		
٠.٠١	٠.٧٧	٠.٩٢	حل المشكلات	١
٠.٠١	٠.٧٢	٠.٨٨	التقد الذاتي	٢
٠.٠١	٠.٦٧	٠.٨٣	التعبير الانفعالي	٣
٠.٠١	٠.٨٢	٠.٩٧	لتفكير المعتمد على التمني	٤
٠.٠١	٠.٨٠	٠.٩٨	المساندة الاجتماعية	٥
٠.٠١	٠.٧٩	٠.٩٧	إعادة البناء المعرفي	٦
٠.٠١	٠.٧٧	٠.٨٤	تجنب المشكلة	٧
٠.٠١	٠.٧٨	٠.٧٩	الانسحاب الاجتماعي	٨

يتضح من الجدول ارتفاع قيم معاملات الثبات مما يدل على تمتع مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية بدرجة عالية من الثبات.

ثبات المقياس في البحث الحالي:

قام الباحثان بالتحقق من ثبات المقياس على عينة الخصاص السيكومترية في البحث الحالي والتي قوامها (١٠٦) طالباً وطالبة من طلاب الفرقتين الثالثة والرابعة بكلية التربية باستخدام طريقتين هما، طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة التصحيح لسبيرمان- براون، الثبات بطريقة ألفا-كرونباخ، والجدول التالي يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (١٢) معاملات الثبات لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط

النفسية

معاملات الثبات		الاستراتيجيات	
ألفا-كرونباخ	التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان- براون		
٠.٧٥	٠.٨٢	حل المشكلات	١
٠.٧٤	٠.٨٠	النقد الذاتي	٢
٠.٧٥	٠.٨٤	التعبير الانفعالي	٣
٠.٧٣	٠.٧٨	تفكير المعتمد على التمني	٤
٠.٧٥	٠.٨٢	المساندة الاجتماعية	٥
٠.٧٢	٠.٧٩	إعادة البناء المعرفي	٦
٠.٧٥	٠.٨٠	تجنب المشكلة	٧
٠.٧٢	٠.٨٣	الانسحاب الاجتماعي	٨

ينضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات مرتفعة وموجبة مما يشير إلى تمتع مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية بدرجة مناسبة ومرتفعة من الثبات.

٥- برنامج تدريبي لتنمية الحكمة لطلاب الجامعة مرتفعي القابلية للاستهواء الفكري: إعداد/ الباحث

يهدف البرنامج إلى تنمية مكونات الحكمة والتفكير القائم على الحكمة والكشف عن على فعاليته في تحسين مهارات الحكمة والاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة ذوي المستويات المرتفعة من القابلية للاستهواء الفكري، حيث أشارت بعض الدراسات والبحوث (Greene & Brown, 2009; Sternberg, Jarvin & Grigorenko, 2009) إلى أن الحكمة يمكن تنميتها واكتسابها عند الطلاب عندما تُهيأ لهم فرص التعلم من الحياة Learning from life، وعندما تُهيأ لهم فرص تطبيق ما تعلموه من دروس داخل أو خارج الفصل المدرسي أو الجامعة في حياتهم. كما أكدت عدة بحوث دراسات (Brown, 2002, 2004; Brown & Greene, 2006) على وجود ثلاثة عوامل أساسية تؤثر في تطور

الحكمة لدى الطلاب هي: التوجه نحو التعلم Orientation to learning، والخبرات Experiences، والتفاعل مع الآخرين Interaction with others. وهذه العوامل الثلاثة كلها تحدث داخل بيئة ما، حيث يدفع سياق أو موقف ما الفرد للتوجه نحو التعلم ويقدم لهم الخبرات اللازمة والأفراد الذين يتفاعل معهم داخل هذا السياق. وبشكل عام، فالتفكير الحكيم أو التفكير القائم على الحكمة ليس مجموعة من القواعد والخيارات التي يملئها المعلم على الطلاب، ولكنه أسلوب في التفكير على الطلاب أن يتبنوه ويتقنوه، والطريقة المثلى التي من الممكن اتباعها لتشجيع الطلاب على مهارات التفكير القائم على الحكمة لا تتم من خلال إخبار الطلاب بمعلومات عن الحكمة، بل من خلال مساعدتهم على الانخراط النشط في مهارات التفكير وحل المشكلات وعملية اتخاذ القرار الحكيم.

وهذا ما ينم الاعتماد عليه وتوظيفه في البرنامج التدريبي المستخدم في البحث من بعض الاستراتيجيات والأنشطة المعرفية التي تقدم للطلاب مثل أساليب واستراتيجيات التفكير التأملي والحوار الذاتي والحوار والمناقشات الجماعية والتفكير الجدلي والنمذجة والمحاكاة وتبادل الأدوار والتعلم التعاوني والتفكير الجماعي والتفكير بصوت مسموع والتساؤل الذاتي والمراقبة الذاتية المعرفية والتقويم الذاتي، وقد تم تصميم وبناء الإطار النظري والتطبيقي لبرنامج تنمية مكونات الحكمة في ضوء نموذج براون لتطوير الحكمة Brown's Model of Wisdom Development (Brown, 2002, 2004; Brown & Greene, 2006; Greene & Brown, 2009) والخطوط الإرشادية العامة لتعليم وتدريب الحكمة (Sternberg, Jarvin & Grigorenko, 2007; Sternberg, Reznitskaya & Jarvin, 2009)، ويتكون

البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة من (٣٥) جلسة، وقد تم تطبيق جلسات البرنامج على مدار أربعة شهور بواقع (٣) جلسات أسبوعياً بقاعة التدريس المميز الخاصة بقسم علم النفس التربوي بكلية التربية جامعة كفر الشيخ، وقد تم تنفيذ جميع جلسات البرنامج عدا الجلسة التمهيديّة على البناء الذي حدده De Saa-Perez & Garcia- Falcon, 2002 والذي يتمثل في أن كل جلسة تدريبية تتم على أربع خطوات رئيسية هي: تنشيط المعرفة السابقة وذلك بطرح أسئلة وتقديم ملخص، وأداء الأنشطة التي تتضمنها كل جلسة، وتقديم ملخص شامل في نهاية كل جلسة، وتكليف الطلاب بمهمة تمهيدية للجلسة القادمة، وللتحقق من صلاحية محتوى وصدق البرنامج التدريبي قام الباحث بعرضه على مجموعة من السادة المحكمين من الأساتذة الخبراء في مجال المناهج وطرق التدريس وعلم النفس التربوي والصحة النفسية، وتم تعديل البرنامج وإضافة آراء ومقترحات السادة الخبراء وصياغة جلسات البرنامج في صورتها النهائية، كما تم تطبيق مقاييس متغيرات البحث التطبيق البعدي بعد انتهاء تطبيق جميع جلسات البرنامج ثم تطبيق المقاييس للقياس التتبعي بعد انتهاء فترة المتابعة ومرور حوالي شهر ونصف من تاريخ القياس البعدي.

رابعاً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل نتائج البحث:

استخدم الباحث اختبار "ت" للعينة غير المرتبطة (المستقلة) في تحليل نتائج الفروض الأول والثاني والثالث بعد التحقق من افتراضاته (شروطه) المتمثلة في حجم العينة؛ حيث أن حجم العينة متوفر وليس صغيراً جداً، واعتدالية توزيع درجات المتغيرات تحققت باستخدام قيمة معاملات الالتواء وجاءت كلها مقبولة حيث تراوحت بين (-١، +١)، وقيم معاملات التفرطح وجاءت كلها مقبولة حيث تراوحت بين (-٣، +

٣)، كما تم التحقق من تجانس التباين في درجات المجموعتين باستخدام اختبار Levene's وكانت قيمته غير دالة عند مستوى ٠.٠٥؛ ويشير كل من (الشربيني، ١٩٩٨؛ أبو علام، ٢٠٠٤؛ الكيلاني والشريفين، ٢٠٠٧) أنه عند استخدام تصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية وقياس قبلي وقياس بعدي، إذا أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين في القياس القبلي، يكون أسلوب التحليل المناسب هو مقارنة درجات المجموعتين في القياس البعدي باستخدام اختبار "ت" للعينة المستقلة بعد التأكد من شروطه.

كما تم استخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي للقياسات المتكررة باستخدام Anova of repeated measures في تحليل نتائج الفروض الرابع والخامس والسادس، ويتبعه استخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية المتعددة لوجود ثلاثة قياسات متكررة لطلاب المجموعة التجريبية (قبلي - بعدي - تتبعي)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام معامل الارتباط وحساب نسبة التباين المفسر من المتغير التابع التي ترجع لأثر المتغير المستقل من خلال قيمة مربع إيتا Eta Squared والتي تستخدم مع أساليب تحليل التباين، وقد استخدم الباحث حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS- v22) في تحليل نتائج البحث من خلال الحاسب الآلي.

نتائج البحث:

نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول للبحث على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في مكونات الحكمة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية". ولاختبار هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين المجموعات غير المرتبطة (المستقلة)، كما تم تحديد حجم التأثير للبرنامج التدريبي لتنمية الحكمة خلال قيمة مربع إيتا Eta Squared، والجدول الآتي يوضح النتائج التي توصل إليها الباحث.

جدول (١٣) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في مكونات الحكمة

الابعاد	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	قيمة اختبار Levene's		قيمة "ت"	مستوى الدلالة	قيمة مربع Eta
						مستوى الدلالة	ف			
المعرفة الذاتية	تجريبية	٣	١٥.٣٤	١.١٤	٠.١٢	١.١٠٧	غير دالة عند	١٩.٢٤	٠.٠١	٠.٨٣
	ضابطة	٣	١٠.١٠	١.٢٢	٠.٢٣					
إدارة انفعالات	تجريبية	٣	١٩.٨١	١.٤٦	٠.٥٦	١.٦٥٨	غير دالة عند	٢٤.٠٨	٠.٠١	٠.٨٥
	ضابطة	٣	١٣.٥٥	٠.٦٤٥	٠.٠٨					
الايثار	تجريبية	٣	٤٣.٩٢	١.٥٨	٠.٤٠	١.٤٨٧	غير دالة عند	٣٥.٠٤	٠.٠١	٠.٨٩
	ضابطة	٣	٣٠.٩٢	١.٦٥	٠.٠٩					
المشاركة الملهمة	تجريبية	٣	٤٠.٢١	١.١١	٠.٣٢	١.٠٣٨	غير دالة عند	٤٨.٣٧	٠.٠١	٠.٩٢
	ضابطة	٣	٢٦.٩٧	١.٢٦	٠.٦٤					
إصدار الأحكام	تجريبية	٣	٢٧.٩٤	١.٠٣	٠.١٨	١.٢٧٦	غير دالة عند	٣٣.٢٢	٠.٠١	٠.٨٨
	ضابطة	٣	١٨.٧٨	١.٣٣	٠.٢٤					

٠.٨٢	٠.٠١	١٦.٣٦ ٨	غير دالة عند	٠.٠١٨ ٢	٠.٣٠	٢.٢٠	٣٤.٣١	٣	تجريبية	معرفة الحياة
					٠.٢٤	١.٦٩	٢٦.٩٢	٣	ضابطة	
٠.٩٢	٠.٠١	٤٣.٨٩ ٣	غير دالة عند	١.٣٣٥	٠.١٨	١.٢٨	٤٠.٥٢	٣	تجريبية	مهارات الحياة
					٠.٠٥	١.٤٣	٢٦.٨١	٣	ضابطة	
٠.٨ ٦	٠.٠١	٢٧.٨٤ ٥	غير دالة عند	١.٣٢٨	٠.٢٦	١.٣٧	٢٠.٥٢	٣	تجريبية	الاستعداد للتعلم
					٠.١٦	٠.٧٦٠	١٣.٤٤	٣	ضابطة	
٠.٩ ٦	٠.٠١	٨٠.٢٥ ٣	غير دالة عند	٢.٣٦٦	٠.٣٢	٣.٦٩	٢٤٢.٦	٣	تجريبية	الدرجة الكلية
					٠.٤٨	٤.٤٢	١٦٧.٥ ٢	٣	ضابطة	

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في مكونات الحكمة (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) في القياس البعدي لصالح طلاب المجموعة التجريبية حيث كانت جميع قيم "ت" دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، مما يدل على حدوث تحسن في مكونات ومهارات الحكمة لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة، كما تراوحت قيم حجم التأثير مربع إيتا Squared Eta ما بين (٠.٨٢ إلى ٠.٩٦) لمكونات ومهارات الحكمة وكذلك الدرجة الكلية للحكمة، وهي قيم تدل على حجم تأثير كبير وقوي، وهذا يشير إلى الفعالية الداخلية المرتفعة والتأثير الإيجابي الكبير للبرنامج التدريبي لتنمية الحكمة في تحسين أداء ومكونات الحكمة لدى طلاب الجامعة القابلين للاستهواء الفكري.

نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني للبحث على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في الاندماج الأكاديمي في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية".

ولاختبار هذا الفرض تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، كما تم تحديد حجم

التأثير للبرنامج التدريبي لتنمية الحكمة خلال قيمة مربع إيتا Squared، والجدول الآتي يوضح النتائج التي توصل إليها الباحث.

جدول (١٤) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في الاندماج الأكاديمي

البيانات	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	قيمة		قيمة "ت"	مستوى الدلالة	قيمة
						مستوى الدلالة	ف			
الاندماج المعرفي	تجريبية	٣	٥١.١٣	١.٢١	٠.٢٠	٠.٦٦	٦٦.٠٤٧	٠.٠١	٠.٩٥	
	ضابطة	٣	٣٣.٢٣	١.١٤	٠.٢٧-	٣				
الاندماج السلوكي	تجريبية	٣	٥٨.١٨	١.٤٤	٠.٦٦	٠.٤٣	٦٤.٨٨٠	٠.٠١	٠.٩٤	
	ضابطة	٣	٣٨.٩٤	١.١١	٠.٠٨-	٧				
الاندماج الوجداني	تجريبية	٣	٤٩.٨١	١.٢٢	٠.١٦	٢.١٦	٦٦.٨٥٦	٠.٠١	٠.٩٥	
	ضابطة	٣	٣١.٢٣	١.١٩	٠.٢٣	٠				
الدرجة الكلية	تجريبية	٣	١٥٩.١	١.٩٧	٠.٥٠	٠.٠٠	١١٩.٨٨	٠.٠١	٠.٩٨	
	ضابطة	٣	١٠٣.٤	٢.٠٧	٠.٠٩-	٨				

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في الاندماج الأكاديمي (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) في القياس البعدي لصالح طلاب المجموعة التجريبية حيث كانت جميع قيم "ت" دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، مما يدل على حدوث تحسن في الاندماج الأكاديمي لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة، كما تراوحت قيم حجم التأثير مربع إيتا Squared ما بين (٠.٩٤ إلى ٠.٩٨) للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للاندماج الأكاديمي، وهي قيم تدل على حجم تأثير كبير وقوي، وهذا يشير إلى الفعالية الخارجية المرتفعة والتأثير الإيجابي الكبير للبرنامج التدريبي

لتنمية الحكمة في تحسين الاندماج الأكاديمي لدى طلاب الجامعة القابلين للاستهواء الفكري.

نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث للبحث على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية".

ولاختبار هذا الفرض تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، كما تم تحديد حجم التأثير للبرنامج التدريبي لتنمية الحكمة خلال قيمة مربع إيتا Squared، والجدول الآتي يوضح النتائج التي توصل إليها الباحث.

جدول (١٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية

الابعاد	المجموعه	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل لالا تواء	قيمة		مسد توى الدلالة	قيمة "ت"	مسد توى الدلالة	قيمة مر بع Et
						ف	مسد توى الدلالة				
حل المشكلات	تجريدي	٣	١٦.٤	١.٠٨	٠.٤	١.٦	غير دالة	٣٣.٨	٠.٠	٠.٨	٨
	ضابط	٣	٨.٧٣	٠.٨٩	٠.٠	٧٧	عند	٩٤	٠	٠	
النقد الذاتي	تجريدي	٣	١٣.٨	١.٥٥	٠.٣	٠.٧	غير دالة	١٦.٥	٠.٠	٠.٨	٢
	ضابط	٣	٨.٦٨	١.١٤	-	٧٧	عند	٠.٨	٠	٠	
التعبير الانفعالي	تجريدي	٣	١٦.٤	١.٣٦	٠.٥	١.٧	غير دالة	٣٠.٦	٠.٠	٠.٨	٥
	ضابط	٣	٩.٠٥	٠.٥٦	٠.٤	٤١	عند	٦٩	٠	٠	
التفكير المعتمد على التمنى	تجريدي	٣	١٦.١	١.١٦	٠.٢	١.٥	غير دالة	٣٢.٤	٠.٠	٠.٨	٦
	ضابط	٣	٩.٤٤	٠.٥٠	-	٦٣	عند	٢٨	٠	٠	
المسائدة الاجتماعية	تجريدي	٣	١٥.٢	١.١٠	٠.٦	١.١	غير دالة	٢٩.٤	٠.٠	٠.٨	٥
	ضابط	٣	٩.١٥	٠.٦٣	٠.٢	٣٢	عند	٤٦	٠	٠	
إعادة	تجريدي	٣	١٦.٦	٠.٥٧	٠.٣	١.٤	غير	٤٨.٥	٠.٠	٠.٩	

فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في تحسين الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري

٣	١	٥٣	دالة عند	٩١	٠.٠٦	٠.٧٥	٩.٢٣	٣	ضابط	البناء
٠.٨	٠.٠	١٤٥	غير دالة عند	١.٠	٠.٤	١.٦٦	١٣.٦	٣	تجريد	المعنى
٠	١	٩٨	دالة عند	٠.٧	٠.٢	٠.٧٠	٣	٣	ضابط	تجنب المشكلة
٠.٨	٠.٠	١٤.٢	غير دالة عند	١.٦	٠.٠	١.٣٣	١٢.٨	٣	تجريد	الانسحاب
٠	١	٢٥	دالة عند	٥٤	٠.٥	٠.٥٠	١	٣	ضابط	ب الاجتماع
٠.٩	٠.٠	٥٠.٥	غير دالة عند	١.٧	٠.٣	٥.١٣	١٢١	٣	تجريد	الدرجة
٥	١	٣٢	دالة عند	١٧	٠.٢	٢.٨٢	٢١	٣	ضابط	الكلية

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (الاستراتيجيات الفرعية والدرجة الكلية) في القياس البعدي لصالح طلاب المجموعة التجريبية حيث كانت جميع قيم "ت" دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، مما يدل على حدوث تحسن في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة، كما تراوحت قيم حجم التأثير مربع إيتا Eta Squared ما بين (٠.٨٠ إلى ٠.٩٥) للاستراتيجيات الفرعية والدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، وهي قيم تدل على حجم تأثير كبير وقوي، وهذا يشير إلى الفعالية الخارجية المرتفعة والتأثير الإيجابي الكبير للبرنامج التدريبي لتنمية الحكمة في تحسين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة القابلين للاستهواء الفكري.

نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع للبحث على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية في مكونات الحكمة في القياسات المنكرورة القبلي والبعدي والتتبعي".

ولاختبار هذا الفرض تم استخدام أسلوب تحليل التباين للقياسات المتكررة Repeated Measures حيث توجد ثلاث قياسات داخل

المجموعة الواحدة والجدول التالي يوضح النتائج التي توصل إليها الباحث.

جدول (١٦) نتائج تحليل التباين للقياسات المتكررة في متغير مكونات مهارات الحكمة لطلاب

المجموعة التجريبية في القياسات الثلاثة (قبلي - بعدي - تتبعي)

مكونات الحكمة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة " ف "	مستوى الدلالة	حجم التأثير مربع إيتا
المعرفة الذاتية	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلي	٧٥٦,٠١٨ ٩٣,٣١٦ ٧١,٦٩٧ ٩٢١,٠٣١	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	٣٧٨,٠٠٩ ٢,٥٢٢ ١,٩٩٣	١٨٩,٦٦٨	٠.٠١	٠.٨٩ كبير
إدارة انفعالات	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلي	١٠٥٧,٤٩١ ٦٥,٨٤٢ ٤٤,٧٥٠ ١١٦٨,٠٨٣	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	٥٢٨,٧٤٦ ١,٧٨٠ ١,٢٤٣	٤٢٥,٣٧٨	٠.٠١	٠.٩٤ كبير
الإيثار	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلي	٤٤٩٢,٧٠٢ ١٢٨,٦٣٢ ٨٩,٦٣٢ ٤٧١٠,٩٦٦	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	٢٢٤٦,٣٥١ ٣,٤٧٧ ٢,٤٨٩	٩٠٢,٥١١	٠.٠١	٠.٩٧ كبير
المشاركة الملهمة	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلي	٤٥٩٩,٠٧٠ ٧٨,٩٣٠ ٥٥,٧٥٠ ٤٧٣٣,٧٥	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	٢٢٩٩,٥٣٥ ٢,١٣٣ ١,٥٤٩	١٤٨٤,٥٢٨	٠.٠١	٠.٩٨ كبير
إصدار الأحكام	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلي	٢٢٢٣,٦٤٩ ٧٩,٦٨٤ ٦١,٦٣٢ ٢٣٦٤,٩٦٥	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	١١١١,٨٢٥ ٢,١٥٤ ١,٦٨٦	٦٥٩,٤٤٥	٠.٠١	٠.٩٦ كبير
معرفة الحياة	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلي	١٣٦٥,٦٨٤ ١٦٥,٦٤٩ ١١٥,١٠٥ ١٦٤٦,٤٣٨	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	٦٨٢,٨٤٢ ٤,٤٧٧ ٣,١٣١	٢١٨,٠٠٩	٠.٠١	٠.٨٩ كبير

فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في تحسين الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري

						الكلية	
٠.٩٨	٠.٠١	١٤٣٠.٦٤٤	٢٤١٧.٧٨٩ ٢.٣٥٤ ١.٦٩٠	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	٤٨٣٥.٥٧٩ ٨٧.٠٨٨ ٦٢.١٥٨ ٤٩٨٤.٨٢٥	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلية	مهارات الحياة
٠.٩٥ كبير	٠.٠١	٤٨٠.٣١١	٦٥٤.١٨٤ ٢.٠٢٦ ١.٣٦٢	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	١٣٠٨.٣٦٨ ٧٤.٩٦٥ ٤٩.٠٣٢ ١٤٣٢.٣٦٥	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلية	الاستعداد للتعلم
٠.٩٩ كبير	٠.٠١	٤٨٦١.٦٢٤	٧٣٨٢٣.٧٦٣ ١٩.٩٧٧ ١٥.١٨٥	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	١٤٧٦٤٧.٥٢٦ ٧٣٩.١٤٠ ٥٦٠.٧٥٠ ١٤٨٩٤٧.٤	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلية	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق وجود تأثير دال إحصائياً للبرنامج التدريبي المستخدم لتنمية الحكمة في تحسين مكونات ومهارات الحكمة (الأبعاد والدرجة الكلية) حيث كانت جميع قيم "ف" دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من ٠.٠١ كما تراوحت قيم حجم التأثير مربع إيتا Squared ما بين (٠.٨٩ - ٠.٩٩) وتشير هذه القيم إلى حجم تأثير كبير ومرتفع للبرنامج التدريبي لتنمية الحكمة وفعاليتها الداخلية، وهذا يشير إلى أن نسبة كبيرة جداً من التباين في متوسطات الدرجات في القياسات (القبلي - البعدي - التتبعي) لجميع مكونات ومهارات الحكمة تعزى إلى فترات القياس أي أن المعالجة التجريبية والتي تتمثل في البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة تسهم في التباين بنسبة كبيرة جداً تتراوح بين (٠.٨٩ - ٠.٩٩) في مكونات ومهارات الحكمة وهو معامل إسهام أو حجم تأثير مرتفع وكبير.

جدول (١٧) قيم شيفيه لدلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب
المجموعة التجريبية
في متغير مكونات ومهارات الحكمة في القياسات الثلاثة (قبلي -
بعدي - تتبعي)

مهارات الحكمة	القياسات	١- قبلي	٢- بعدي	٣- تتبعي
المعرفة الذاتية	١- قبلي م = ٩.٩٧	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٥.٣٤	*٤.٩٦	-	-
	٣- تتبعي م = ١٥.٥٢	*٥.١٦	٠.٣٢	-
إدارة انفعالات	١- قبلي م = ١٣.٣٩	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٩.٨١	*٤.٦٨	-	-
	٣- تتبعي م = ١٩.٨٩	*٤.٨٤	٠.٠٨	-
الايثار	١- قبلي م = ٣٠.٧١	-	-	-
	٢- بعدي م = ٤٣.٩٢	*٥.٢٢	-	-
	٣- تتبعي م = ٤٤.١٣	*٥.٠٤	٠.٢٢	-
المشاركة الملهمة	١- قبلي م = ٢٦.٧٦	-	-	-
	٢- بعدي م = ٤٠.٢١	*٦.١٢	-	-
	٣- تتبعي م = ٤٠.٢٦	*٦.٢٨	٠.١٨	-
إصدار الأحكام	١- قبلي م = ١٨.٦٣	-	-	-
	٢- بعدي م = ٢٧.٩٤	*٦.٤٤	-	-
	٣- تتبعي م = ٢٨.٠٥	*٦.٦٨	٠.٢٤	-
معرفة الحياة	١- قبلي م = ٢٦.٩٤	-	-	-
	٢- بعدي م = ٣٤.٣١	*٦.٤٠	-	-
	٣- تتبعي م = ٣٤.٢٦	*٦.٢٨	٠.١٢	-
مهارات الحياة	١- قبلي م = ٢٦.٦٨	-	-	-
	٢- بعدي م = ٤٠.٥٢	*٥.٨٨	-	-
	٣- تتبعي م = ٤٠.٤٧	*٦.٠٨	٠.١٢	-
الاستعداد للتعلم	١- قبلي م = ١٣.٢٣	-	-	-
	٢- بعدي م = ٢٠.٥٢	*٨.٤٤	-	-
	٣- تتبعي م = ٢٠.٣١	*٨.١٦	٠.٢٠	-
الدرجة الكلية	١- قبلي م = ١٦٦.٤٢	-	-	-
	٢- بعدي م = ٢٤٢.٦٠	*٤٧.٨٦	-	-
	٣- تتبعي م = ٢٤٢.٩٢	*٤٨.٠٨	٠.٤٢	-

* دالة عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً في مكونات ومهارات الحكمة والدرجة الكلية للحكمة بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، وبين متوسطي درجات القياسين القبلي والتتبعي لصالح القياس التتبعي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين البعدي والتتبعي، وهذا يشير إلى فعالية البرنامج التدريبي المستخدم في البحث الحالي لتنمية الحكمة واستمرار هذه الفعالية في تحسين مكونات ومهارات الحكمة بأبعادها الفرعية والدرجة الكلية لدى طلاب الجامعة القابلين للاستهواء الفكري.

نتائج الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس للبحث على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية في الاندماج الأكاديمي في القياسات القبلي والبعدي والتتبعي". ولاختبار هذا الفرض تم استخدام أسلوب تحليل التباين للقياسات المتكررة Repeated Measures حيث توجد ثلاث قياسات داخل المجموعة الواحدة والجدول التالي يوضح النتائج التي توصل إليها الباحث.

جدول (١٨) نتائج تحليل التباين للقياسات المنكثرة في متغير الاندماج الأكاديمي

المجموعة التجريبية في القياسات الثلاثة (قبلي - بعدي - تتبعي)

الاندماج الأكاديمي	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة " ف "	مستوى الدلالة	حجم التأثير مربع إيتا
الاندماج المعرفي	فترات	٨٤٦٢.٢٦٣	٢	٤٢٣١.١٣٢	١٨٧٧.١٦٥	٠.٠١	كبير
	القياس	١١٦.٤٠٤	٣٧	٣.١٤٦			
	الأفراد	٨٢.٢٧٦	٣٦	٢.٢٥٤			
	الخطأ الكلي	٨٦٦٠.٩٤٣	٧٥				
الاندماج السلوكي	فترات	٩٧١١.٢١١	٢	٤٨٥٥.٦٠٥	٣١٤٢.٧٨٦	٠.٠١	كبير
	القياس	٧٦.١٢٣	٣٧	٢.٠٥٧			
	الأفراد	٥٥.٦٩٧	٣٦	١.٥٤٥			
	الخطأ الكلي	٩٨٤٣.٠٣١	٧٥				
الاندماج الوجداني	فترات	٨٩٢٠.٠٧٠	٢	٤٤٦٠.٠٣٥	٢٤٩٠.٢٤٨	٠.٠١	كبير
	القياس	٨٦.٥٩٦	٣٧	٢.٣٤٠			
	الأفراد	٦٤.٧٨٩	٣٦	١.٧٩١			
	الخطأ الكلي	٩٠٧١.٤٥٥	٧٥				
الدرجة الكلية	فترات	٨١٢١١.٩١٢	٢	٤٠٦٠٥.٩٥٦	٦٩٩٠. ١٨٠	٠.٠١	كبير
	القياس	٣٠٠.٧٥٤	٣٧	٨.١٢٨			
	الأفراد	٢٠٩.١٥٨	٣٦	٥.٨٠٩			
	الخطأ الكلي	٨١٧٢١.٨٢	٧٥				

يتضح من الجدول السابق وجود تأثير دال إحصائياً للبرنامج التدريبي المستخدم لتنمية الحكمة في تحسين الاندماج الأكاديمي (الأبعاد والدرجة الكلية) حيث كانت جميع قيم "ف" دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من ٠.٠١ كما تراوحت قيم حجم التأثير مربع إيتا η^2 ما بين (٠.٩٨ - ٠.٩٩) وتشير هذه القيم إلى حجم تأثير كبير ومرتفع للبرنامج التدريبي لتنمية الحكمة وفعاليتها الخارجية ، وهذا يشير إلى أن نسبة كبيرة جداً من التباين في متوسطات الدرجات

في القياسات (القبلي - البعدي - التتبعي) للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للاندماج الأكاديمي تعزى إلى فترات القياس أي أن المعالجة التجريبية والتي تتمثل في البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة تسهم في التباين بنسبة كبيرة جداً تتراوح بين (٠.٩٨ - ٠.٩٩) في الاندماج الأكاديمي وهو معامل إسهام أو حجم تأثير مرتفع وكبير .

جدول (١٩) قيم شيفيه لدلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب

المجموعة التجريبية

في متغير الاندماج الأكاديمي في القياسات الثلاثة (قبلي - بعدي -

تتبعي)

الاندماج الأكاديمي	القياسات	١- قبلي	٢- بعدي	٣- تتبعي
الاندماج المعرفي	١- قبلي م = ٣٢.٩٢	-	-	-
	٢- بعدي م = ٥١.١٣	*٥.١٢	-	-
	٣- تتبعي م = ٥١.٢٦	*٥.٢٨	٠.٢٣	-
الاندماج السلوكي	١- قبلي م = ٣٨.٥٧	-	-	-
	٢- بعدي م = ٥٨.١٨	*٥.٨٨	-	-
	٣- تتبعي م = ٥٨.١٣	*٥.٧٨	٠.١٤	-
الاندماج الوجداني	١- قبلي م = ٣١.١٨	-	-	-
	٢- بعدي م = ٤٩.٨١	*٦.٢٢	-	-
	٣- تتبعي م = ٥٠.٠٧	*٦.٦٥	٠.٤٢	-
الدرجة الكلية	١- قبلي م = ١٠٢.٦٨	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٥٩.١٣	*٢٧.٣٩	-	-
	٣- تتبعي م = ١٥٩.٤٧	*٢٧.٩٤	٠.٣٣	-

* دالة عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية في الاندماج الأكاديمي، الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، وبين متوسطي درجات القياسين القبلي والتتبعي لصالح القياس التتبعي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين البعدي والتتبعي، وهذا يشير إلى فعالية البرنامج التدريبي المستخدم في البحث الحالي لتنمية

الحكمة واستمرار هذه الفعالية في تحسين الاندماج الأكاديمي بأبعاده الفرعية والدرجة الكلية لدى طلاب الجامعة القابلين للاستهواء الفكري.

نتائج الفرض السادس:

ينص الفرض السادس للبحث على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في القياسات القبلي والبعدي والتتبعي".

ولاختبار هذا الفرض تم استخدام أسلوب تحليل التباين للقياسات المتكررة Repeated Measures حيث توجد ثلاث قياسات داخل المجموعة الواحدة والجدول التالي يوضح النتائج التي توصل إليها الباحث.

جدول (٢٠) نتائج تحليل التباين للقياسات المتكررة في متغير

استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لطلاب المجموعة التجريبية في

القياسات الثلاثة (قبلي - بعدي - تتبعي)

حجم التأثير مربع إيتا	مستوى الدلالة	قيمة " ف "	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	استراتيجيات المواجهة
٠.٩٦ كبير	٠.٠١	٦٣١.٧٢٣	٨٠٥.٤٤٧ ١.٥٦١ ١.٢٧٥	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	١٦١٠.٨٩٥ ٥٧.٧٧٢ ٤٣.٤٨٧ ١٧١٢.١٥٤	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلي	حل المشكلات
٠.٨٩ كبير	٠.٠١	١٩٥.٨٦٠	٣٨٨.٧٤٦ ٢.٥٩٠ ١.٨٩٥	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	٧٧٧.٤٩١ ٩٥.٨٤٢ ٦٩.٧٥٠ ٩٤٣.٠٨٣	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلي	النقد الذاتي
٠.٩٨ كبير	٠.٠١	١٩٦٨.٩٢٨	٧٧٣.٧٨٩ ٠.٥٥٢ ٠.٣٩٣	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	١٥٤٧.٥٧٩ ٢٠.٤٢١ ١٤.١٥٨ ١٥٨٢.١٥٨	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلي	التعبير الانفعالي

فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في تحسين الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة القابلين للاستهواء الفكري

٠.٩٦ كبير	٠.٠١	٥٧٧.٨٦٩	٧٢٠.٠٢٦ ١.٤٠٤ ١.٢٤٦	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	١٤٤٠.٠٥٣ ٥١.٩٤٧ ٣٨.٦٩٧ ١٥٣٠.٦٩٧	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلية	التفكير المعتمد على التمني
٠.٩٧ كبير	٠.٠١	٨٠٠.٠٦٨	٥٩٥.٣٢٥ ١.٠٠٩ ٠.٧٤٤	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	١١٩٠.٦٤٩ ٣٧.٣٥١ ٢٦.٧٨٩ ١٢٥٤.٧٨٩	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلية	المساندة الاجتماعية
٠.٩٧ كبير	٠.٠١	٦٩٦.٩٧٩	٥٠٣.٢١٩ ٠.٨١٧ ٠.٧٢٢	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	١٠٠٦.٤٣٩ ٣٠.٢٢٨ ٢٢.٢٧٦ ١٠٥٨.٩٤٣	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلية	إعادة البناء المعرفي
٠.٨٨ كبير	٠.٠١	١٦٤.٨٨٥	٢٦٧.١١٤ ١.٨٦٨ ١.٦٢٠	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	٥٣٤.٢٢٨ ٦٩.١٠٥ ٥٢.٥٣٩ ٦٥٥.٨٧٢	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلية	تجنب المشكلة
٠.٨٧ كبير	٠.٠١	١٥٨.٩٨٩	١٥٤.٠٦١ ١.٢٩٤ ٠.٩٦٩	٢٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	٣٠٨.١٢٣ ٤٧.٨٧٧ ٣٤.٧٣٧ ٣٩٠.٧٣٧	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلية	الانسحاب الاجتماعي
٠.٩٩ كبير	٠.٠١	٢٦٣٥.٣٥٢	٣١٨٠.٧٩٨ ١٥.٦٨٧ ١٢.٠٦٧	٢ ٣٧ ٣٦ ٧٥	٦٣٦٠.١٠٩٦ ٥٨٠.٤٠٤ ٤٣٤.٤٣٤ ٦٤٦١٦.٤٣	فترات القياس الأفراد الخطأ الكلية	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق وجود تأثير دال إحصائياً للبرنامج التدريبي المستخدم لتنمية الحكمة في تحسين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (الاستراتيجيات الفرعية والدرجة الكلية) حيث كانت جميع قيم "ف" دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من ٠.٠١ كما تراوحت قيم حجم التأثير مربع إيتا Squared ما بين (٠.٨٧ - ٠.٩٩) وتشير هذه القيم إلى حجم تأثير كبير ومرتفع للبرنامج التدريبي لتنمية الحكمة وفعاليتها الخارجية، وهذا يشير إلى أن نسبة كبيرة جداً من التباين في متوسطات الدرجات في القياسات (القبلي - البعدي - التتبعي) للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية تعزى إلى فترات القياس أي أن المعالجة التجريبية والتي تتمثل

في البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة تسهم في التباين بنسبة كبيرة جداً تتراوح بين (٠.٨٧ - ٠.٩٩) في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وهو معامل إسهام أو حجم تأثير مرتفع وكبير.

جدول (٢١) قيم شيفيه لدلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية في متغير استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في القياسات الثلاثة (قبلي - بعدي - تتبعي)

استراتيجيات المواجهة	القياسات	١- قبلي	٢- بعدي	٣- تتبعي
حل المشكلات	١- قبلي م = ٨.٥٢	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٦.٤٤	*٦.٣٢	-	-
	٣- تتبعي م = ١٦.٥٥	*٦.٥٤	٠.١٢	-
النقد الذاتي	١- قبلي م = ٨.٢٦	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٣.٨٤	*٥.٢٤	-	-
	٣- تتبعي م = ١٣.٧٦	*٥.٠٦	٠.٠٩	-
التعبير الانفعالي	١- قبلي م = ٨.٨٤	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٦.٦٨	*٦.٤٦	-	-
	٣- تتبعي م = ١٦.٦٣	*٦.٣٧	٠.٠٦	-
التفكير المعتمد على التمني	١- قبلي م = ٨.٨٩	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٦.٤٢	*٦.٥٢	-	-
	٣- تتبعي م = ١٦.٤٤	*٦.٥٤	٠.٠٣	-
المساندة الاجتماعية	١- قبلي م = ٩.٣١	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٦.١٣	*٦.٠٦	-	-
	٣- تتبعي م = ١٦.٢١	*٦.٢٢	٠.٠٨	-
إعادة البناء المعرفي	١- قبلي م = ٨.٩٧	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٥.٢٣	*٥.٩٠	-	-
	٣- تتبعي م = ١٥.٣١	*٥.٩٨	٠.١٠	-
تجنب المشكلة	١- قبلي م = ٩.٠٥	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٣.٦٣	*٤.٩٨	-	-
	٣- تتبعي م = ١٣.٦٥	*٥.٠٠	٠.٠٣	-
الانسحاب الاجتماعي	١- قبلي م = ٩.٣٦	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٢.٨١	*٤.٧٢	-	-
	٣- تتبعي م = ١٢.٨٩	*٤.٨٠	٠.٠٨	-
الدرجة الكلية	١- قبلي م = ٧١.٢٣	-	-	-
	٢- بعدي م = ١٢١.٢١	*٢٩.٤٣	-	-
	٣- تتبعي م = ١٢١.٤٧	*٢٩.٦٥	٠.٢٧	-

* دالة عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، وبين متوسطي درجات القياسين القبلي والتبعي لصالح القياس التبعي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين البعدي والتبعي، وهذا يشير إلى فعالية البرنامج التدريبي المستخدم في البحث الحالي لتنمية الحكمة واستمرار هذه الفعالية في تحسين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية بأبعادها الفرعية والدرجة الكلية لدى طلاب الجامعة القابلين للاستهواء الفكري.

مناقشة النتائج:

يتضح من خلال عرض نتائج الفرضين الأول والرابع وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في مكونات ومهارات الحكمة في القياس البعدي لصالح طلاب المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة في القياسين القبلي والبعدي في مكونات ومهارات الحكمة لصالح القياس البعدي، وبين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي في مكونات ومهارات الحكمة لصالح القياس البعدي، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة

التجريبية التي تلقت البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة في القياسين البعدي والتتبعي في مكونات ومهارات الحكمة، كما كان حجم تأثير البرنامج التدريبي كبير ومرتفع ويشير ذلك إلى فعالية البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة المستخدم في البحث الحالي في تحسين مكونات ومهارات الحكمة طلاب المجموعة التجريبية ذوي الاستهواء الفكري المرتفع وكذلك استمرار فعالية البرنامج التدريبي بعد انتهاء فترة المتابعة من نهاية تطبيق البرنامج، ويرجع الباحث ظهور فروق دالة إحصائياً لدى طلاب المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي والتي تدرت بواسطة البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة إلى التغير والتأثير الذي أحدثه هذا البرنامج بمكوناته الفرعية المختلفة؛ حيث أنه ساعد الطلاب على تنمية المكونات المختلفة للحكمة، وهذا يشير إلى الفعالية الداخلية المرتفعة والمستمرة للبرنامج، وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه (Sternberg, 2007) بأن الحكمة تعد أحد أشكال الأداء النموذجي للفرد، وهي تتضمن الاستبصار والمعرفة بالذات والعالم المحيط به، وإصدار أحكام صائبة في مسائل الحياة الصعبة من خلال المعرفة والخبرة والفهم، وكذلك مع ما أشار (Sternberg, Jarving & Grigorenko, 2009) بأن الحكمة تتطلب إدراك الفرد بأن امتلاك المعرفة ليس كاف، بل عليه أن يدرك أيضاً كيف ومتى يكون استخدام هذه المعرفة ضرورياً؛ كما أن ممارسة التفكير الجدلي المنطقي وتوظيف مهارات اتخاذ القرار عند التدريب على الحكمة يعمل على

إحداث تكامل بين وجهتي نظر متعارضتين، فعند انخراط الفرد في التفكير الجدلي المنطقي، فإنه يتبنى رأيه والرأي المعارض معاً عند حل مشكلة أو قضية أو اتخاذ قرار ما (Sternberg, Reznitskaya & Jarvin, 2007).

وكذلك تتفق نتائج الفرضين الأول والرابع مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (Bruya & Ardelt, 2018) بالكشف عن امكانية تحسين الحكمة لدى طلاب الجامعة من خلال مقررات الفلسفة وعلم النفس؛ كما ترتبط الحكمة بالانفتاح والنضج النفسي الاجتماعي والوعي بالذات وتقبلها وتجاوز التركيز حول الذات وتجنب الأفكار اللاعقلانية مما يؤدي إلى السعادة والتفكير العقلاني الحكيم (Sternberg, 2004: Ardelt & Oh, 2016).

وهذا يتفق مع ما أشار إليه (Brown, 2002, 2004) بأن السياق يوفر فرصاً لتفاعل الفرد تجاه التعلم والخبرات المتنوعة والتفاعل مع الآخرين، في توليفات مختلفة لإنتاج الحكمة؛ وقد كان نموذج براون لتطور الحكمة أساساً للبحوث المتعلقة بصنع القرار في مرحلة الجامعة، واستخدم كإطار عمل لتوجيه السياسات والممارسات في الأوساط التعليمية.

فالحكمة ذات أهمية للفرد والمجتمع حيث تقلل التركيز على الذات وتساعد في حل المشكلات المجتمعية وتنظم العقل والشخصية

الأخلاقية لتحقيق النمو النفسي الاجتماعي (Ardelt, 2020)؛ ومن خلال ذلك يمكن قبول الفرض الأول والفرض الرابع للبحث وتحققهما. كما يتضح من عرض نتائج الفرضين الثاني والخامس، وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في الاندماج الأكاديمي (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) في القياس البعدي لصالح طلاب المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة في القياسين القبلي والبعدي في الاندماج الأكاديمي (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) لصالح القياس البعدي، وبين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في الاندماج الأكاديمي (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لصالح القياس البعدي، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة في القياسين البعدي والتتبعي في الاندماج الأكاديمي (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية)، كما كان حجم تأثير البرنامج التدريبي كبير ومرتفع ويشير ذلك إلى فعالية البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة المستخدم في البحث الحالي في تحسين في الاندماج الأكاديمي (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) طلاب المجموعة التجريبية ذوي الاستهواء الفكري المرتفع وكذلك استمرار فعالية البرنامج التدريبي بعد انتهاء فترة المتابعة من

نهاية تطبيق البرنامج، ويرجع الباحث ظهور فروق دالة إحصائياً لدى طلاب المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي والتي تدرت بواسطة البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة إلى التغير والتأثير الذي أحدثه هذا البرنامج بمكوناته الفرعية المختلفة؛ حيث أنه ساعد الطلاب على تنمية المكونات المختلفة للحكمة وانعكس ذلك على تحسين الاندماج الأكاديمي لدى الطلاب، وهذا يشير إلى الفعالية الخارجية المرتفعة والمستمرة للبرنامج، وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه بعض الدراسات والبحوث بوجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الحكمة ومتغيرات الاندماج الاجتماعي والأكاديمي والمهني، والرضا الوظيفي الذاتي، والرضا المهني، والتوافق المهني، والحيوية الأكاديمية، ومع ما أشار إليه (Rowley, 2006) بأن الحكمة تساعد الفرد على تمييز المعلومات التي يحصل عليها، واختيار ما يساهم في سعادته، ويعتبر الاندماج الأكاديمي مؤشراً ومنبئاً للأداء الإيجابي والتوافق النفسي والاجتماعي والقدرة على مواجهة التحديات والمشكلات، كما يشير إلى مدى مشاركة الطالب بفعالية في أنشطة التعلم، Veiga, et al, 2015, 306 (Veiga, et al, 2014, 39;).

كما أشارت دراسة أبو العلا (٢٠١١) إلى وجود تأثير مباشر للاندماج الأكاديمي في تحصيل الطلاب الأقل مشاركة في الأنشطة والمهام الدراسية هم الذين يفتقرون إلى الدافعية للتعلم والقدرة على الاندماج الأكاديمي وبالتالي يؤثر ذلك على انجازهم الأكاديمي وتحصيلهم

الدراسي (عفيفي، ٢٠١٦؛ خضير، ٢٠١٧؛ عابدين، ٢٠١٩؛
(LeMay, 2017.

وكذلك توصلت دراسة (Guang, Kaiping & Hanchao, 2016) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية التي تتحسن من خلال تدريبات الحكمة والاندماج الأكاديمي، حيث يعتبر الاندماج الأكاديمي بأنه انشغال الطلاب والتزامهم بالتعليم والتعلم، والانتماء، وتحديد الهوية في المدرسة والجامعة، والمشاركة في بيئة المؤسسة والمبادرة في الأنشطة لتحقيق النتائج (Alrashidi, Phan & Ngu, 2016, 41)

كما يتفق ذلك مع ما أشار إليه (Rogers et al., 2012) بأن اكتساب الحكمة من شأنها أن يكون لها دوراً كبيراً في تحديد قدرات الطلاب وتحقيق أهدافهم الأكاديمية، ومن خلال ذلك يمكن قبول الفرض الثاني والفرض الخامس للبحث وتحققهما.

كما يتضح من عرض نتائج الفرضين الثالث والسادس، وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (الاستراتيجيات الفرعية والدرجة الكلية) في القياس البعدي لصالح طلاب المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة، ووجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة في القياسين القبلي والبعدي في

استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (الاستراتيجيات الفرعية والدرجة الكلية) لصالح القياس البعدي، وبين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (الاستراتيجيات الفرعية والدرجة الكلية) لصالح القياس البعدي، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة في القياسين البعدي والتتبعي في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (الاستراتيجيات الفرعية والدرجة الكلية)، كما كان حجم تأثير البرنامج التدريبي كبير ومرتفع ويشير ذلك إلى فعالية البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة المستخدم في البحث الحالي في تحسين في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (الاستراتيجيات الفرعية والدرجة الكلية) لطلاب المجموعة التجريبية ذوي الاستهواء الفكري المرتفع وكذلك استمرار فعالية البرنامج التدريبي بعد انتهاء فترة المتابعة من نهاية تطبيق البرنامج، ويرجع الباحث ظهور فروق دالة إحصائية لدى طلاب المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي والتي تدرت بواسطة البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة إلى التغير والتأثير الذي أحدثه هذا البرنامج بمكوناته الفرعية المختلفة؛ حيث أنه ساعد الطلاب على تنمية المكونات المختلفة للحكمة وانعكس ذلك على تحسين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية) لدى الطلاب، وهذا يشير إلى الفعالية الخارجية المرتفعة والمستمرة للبرنامج، وتتفق هذه النتائج مع ما أشار

إليه نتائج دراسة أيوب والجيمان (٢٠١٢) بأن اكتساب الحكمة يؤدي إلى تحسين التفكير الجدلي ومهارات اتخاذ القرار.

كما أن تنمية الحكمة تسهم في التغلب على الانغلاق الفكري والدوجماطية في التفكير والتعصب الفكري، فالأفراد ذوي التعصب الفكري لا يقبلون التفسيرات أو الحلول البديلة، فهم يستخدمون المعلومات المتاحة لدعم معتقداتهم بدلاً من ممارسة التفكير الناقد (Dai & Cheng, 2017)، وفي هذا الإطار تشير نتائج دراسة (Kordacova, 2010) أنه توجد علاقة دالة إحصائياً وعكسية سلبية بين أبعاد الحكمة والمعتقدات اللاعقلانية.

كذلك تتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (النجار، ٢٠١٨) إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الحكمة والمرونة المعرفية، في حين تختلف هذه النتائج مع نتائج دراسة (Dumbrava, 2017) بعدم دلالة العلاقة بين الحكمة والمعتقدات اللاعقلانية.

كما تفق نتائج الفرضين الثالث والسادس مع ما أشارت إليه (Ardelt & Bruya, 2021, 94) بأن الحكمة تساعد على فهم حدود المعرفة الإنسانية وإدارة اللايقين (الغموض).

حيث تعمل القوى النفسية المرتبطة بالحكمة إلى تقليل الآثار السلبية للضغوط النفسية، فالحكمة تؤثر على استراتيجيات مواجهة الضغوط ومواجهة التحديات الشخصية (Avey et al., 2012)، حيث يركز تفكير الأفراد في أوقات الضغوط على احتياجاتهم الشخصية أكثر من

احتياجات الآخرين، وبالتالي فإن الضغوط النفسية تعمل على تقليص الرؤية الواسعة التي توفرها الحكمة وتقليل الحكمة الشخصية وخاصة البعد التأملي والعاطفي، وكلما كان الطلاب أكثر حكمة فإن هذا يحميهم من التأثير بالضغوط النفسية ويمنحهم التوازن الانفعالي لمواجهتها (Ardelt & Bruya, 2021).

كما تتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (Webster, 2010) بوجود علاقة طردية ودالة بين الحكمة والقيم النفس اجتماعية الايجابية لدى عينة من طلاب الجامعة، فتنمية الحكمة تسهم في التغلب على الانغلاق الفكري والدوجماتية في التفكير والتعصب الفكري، فالأفراد ذوي التعصب الفكري لا يقبلون التفسيرات أو الحلول البديلة، فهم يستخدمون المعلومات المتاحة لدعم معتقداتهم بدلاً من ممارسة التفكير الناقد (Dai & Cheng, 2017).

ويرى بعض الباحثين أن الحكمة هي خلاصة المعرفة الخبيرة بالحقائق مما يجعل الفرد قادر على الحكم الجيد على الأمور الجوهرية في الحياة التي يحيط بها الشك (Baltes & Smith, 2008) ، كما كان الهدف من تعليم الحكمة في اليونان القديمة هو التغلب على الجهل بالطبيعة البشرية من خلال معرفة الذات والحياة والحفاظ على الهدوء عند مواجهة تقلبات الحياة مما يؤدي إلى السعادة (Ardelt, 2020) فالحكمة يمكن أن تؤثر على استراتيجيات مواجهة الضغوط ومواجهة التحديات الشخصية (Avey et al., 2012) ، كما توصلت نتائج

دراسة (شاهين، ٢٠١٢) إلى وجود علاقة موجبة دالة بين الحكمة والقدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة. حيث تسهم تنمية الحكمة في تحسين الصحة النفسية للفرد والذي بدوره يسهم في مواجهة التحديات والصعوبات الحياتية (Ardelt & Bruya, 2021)، ومن خلال ذلك يمكن قبول الفرض الثالث والفرض السادس للبحث وتحققهما.

ومن خلال عرض ومناقشة نتائج البحث نستنتج فعالية البرنامج التدريبي لتنمية الحكمة المستخدم في البحث الحالي في تحسين الاندماج الأكاديمي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة القابلين للاستهواء الفكري وهذا يحقق أهداف البحث.

التوصيات التربوية والبحوث المقترحة:

أولاً: توصيات البحث:

- تفعيل البرامج الإرشادية والدورات التوعوية لطلاب الجامعة حول سلبيات ومخاطر الانترنت والموقع الالكترونية للتواصل الاجتماعي لمواجهة الأفكار المتطرفة والسلوكيات المرفوضة مجتمعياً.
- عقد دورات تدريبية لطلاب الجامعة لتدريبهم على مكونات الحكمة لما لها من دور ايجابي وفعال في تحسين الجوانب الاكاديمية والحياتية.
- تدريب طلاب الجامعة على برامج تنمية العمليات المعرفية ومهارات التفكير خاصة التفكير الناقد والابتعاد قدر الإمكان عن الطرق

التقليدية في التدريس، لمواجهة الاستهواء الفكري وتحسين مهارات وقدرات الشباب في مواجهة الضغوط النفسية وتحديات الحياة.

- تأهيل معلمي المستقبل (طلاب كليات التربية) وتدريبهم على تنمية العمليات المعرفية والحكمة ومهارات التفكير والتدريس باستخدام وسائل التكنولوجيا والاتصال الحديثة من خلال المحاضرات والدورات التدريبية وورش العمل، لممارسة ذلك وتطبيقه لدى تلاميذهم عند عملهم بالميدان التربوي في المراحل التعليمية المختلفة.

ثانياً: البحوث المقترحة:

- فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في تحسين مهارات التفكير الناقد والتواصل الاجتماعي لدى الشباب.
- فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في خفض القابلية للاستهواء الفكري والارجاء الأكاديمي وتحسين القدرة على مواجهة الشائعات والأمن النفسي لدى طلاب الجامعة.
- فعالية برنامج تدريبي لتنمية الحكمة في تحسين مهارات حل المشكلات والأمن الفكري لدى طلاب الجامعة مستخدمي المواقع الالكترونية للتواصل الاجتماعي.
- فعالية التدريب على التفكير التأملي وما وراء المعرفة في تحسين التفكير القائم على الحكمة ومهارات التفكير الناقد لدى الشباب.

المراجع:

- أبو العلا، مسعد ربيع عبد الله (٢٠١١). نمذجة العلاقات بين توجهات الهدف وفعالية الذات والاندماج المدرسي والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. مجلة البحوث النفسية والتربوية كلية التربية جامعة المنوفية، ٢٦(١)، ٢٥٧-٣٠٢.
- أبو حطب، فؤاد (١٩٩٦). القدرات العقلية. ط٥. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- أبو علام، رجاء (٢٠٠٤). مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية. القاهرة: دار النشر للجامعات.
- أبو علام، رجاء (٢٠٠٦). التحليل الإحصائي للبيانات باستخدام برنامج SPSS. القاهرة: دار النشر للجامعات.

أبو غزالة، سميرة علي (٢٠١٠). فاعلية برنامج للإرشاد بالواقع في خفض حدة إدمان الانترنت ورفع تقدير الذات لدى طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٢٥)، ٥٧ - ٩٦.

أيوب، علاء الدين (٢٠١٢). أثر برنامج تدريبي لتنمية التفكير القائم على المحكمة في تحسين استراتيجيات المواجهة لحل المشكلات الضاغطة لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٢(٧٧)، ٢٠١ - ٢٤٢.

أيوب، علاء الدين والجغيمان، عبد الله (٢٠١٢). أثر اكتساب الحكمة في تنمية التفكير الجدلي ومهارات اتخاذ القرار لدى طلاب جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية. المجلة المصرية لعلوم المراهقة، (٥)، ٣٤ - ٦٩.

أيوب، علاء الدين وإبراهيم، أسامة (٢٠١٣). تطور الحكمة لدى طلاب الجامعة بدول الخليج العربي-دراسة عبر ثقافية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٣ (٧٩)، ٢١٠ - ٢٤٢.

البيرقدار، تهيدي عادل فاضل (٢٠١١). الضغط النفسي وعلاقته بالصلاية النفسية لدى طلبة كلية التربية جامعة الموصل، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، ١١(١)، ٥٥ - ٩٢.

ثابت، أحمد وسعيد، علاء (٢٠١٧). تنمية الحكمة كمدخل لتحسين الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين عقلياً، مجلة التربية الخاصة، ٦(٢١)، ٨٣ - ١٧٠.

جبار، مصطفى عامر (٢٠٢١). القابلية للاستهواء وعلاقتها بفاعلية الذات الأكاديمية لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم الإنسانية،

جامعة بابل - كلية التربية للعلوم الإنسانية، ٢٨ (٢)، ٣٩٨-٤١٣.

جروان، فتحي (٢٠٠٧). تعليم التفكير: مفاهيم وتطبيقات. عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.

حامد، محمد أمين (٢٠١٤). درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة جامعة مؤتة الهاشمية في المملكة الأردنية الهاشمية وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية، ٣٠(١)، ٥١٧-٥٥١.

حبيب، أمل عبد المنعم وعبد الكريم، السيدة السيد (٢٠٢٠). الإسهام النسبي لكل من العبء المعرفي والذكاء الروحي والاندماج الجامعي والرجاء في التنبؤ بالاحترق التعليمي لدى طالبات جامعة بيشة. مجلة العلوم التربوية، بحث رهن النشر.

حرب، سامح حسن سعد الدين (٢٠١٨). النموذج البنائي للعلاقات بين اليقظة العقلية وإشباع/ إحباط الحاجات النفسية الأساسية والتدفق والضغط الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢٨(٩٩)، ١٩٩ - ٢٩٨.

حسانين، اعتدال عباس (٢٠١٢). النموذج السببي المفسر للعلاقة بين الدعم الوجداني المدرك للمعلم والمتعة الأكاديمية والانتماء لبيئة الصف واستراتيجية البحث عن المساعدة الأكاديمية والاندماج المعرفي لدى طلاب المرحلة الإعدادية. مجلة كلية التربية جامعة عين شمس، (٣٦)/(٤)، ١٩٠ - ٢٤١.

حسين، مصطفى ابراهيم، وعبد الرشيد، ناصر جمعة وفتحي، أسماء (٢٠١٥)، إدمان الإنترنت وعلاقته بالقابلية للاستهواء لدى

طلاب جامعة المنيا. مجلة كلية التربية جامعة المنيا، (٤٢)،
٩٨-٤٥.

حلمي، أمنية حسن (٢٠٢٢). تنمية الحكمة كمدخل لتعديل المعتقدات
اللاعقلانية لدى مرتفعي الضغوط الأكاديمية من طلاب
الجامعة. كلية التربية، جامعة سوهاج، (٩٣)، ١٧٢١-
١٧٨٣.

حلمي، هبة عاطف (٢٠١٨). القابلية للاستهواء في ضوء بعض
المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من المعاقين عقلياً القابلين
للتعلم، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة بنها، مصر.

حليم، شيري مسعد (٢٠١٥). الدافعية الأكاديمية وعلاقتها بالاندماج
المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية. مجلة دراسات عربية:
رابطة الأخصائيين النفسيين المصريين، ٤ (١)، ٨٩ - ١٦٢.
الخرزجي، ضмиاء (٢٠١٤). قابلية الاستهواء لدى طلبة الجامعة،
مجلة الفتح، ١٠ (٥٨)، ٣١٣ - ٣٣٢.

الخرزجي، ضمیاء ومحمود، لطيفة ومحمد، سناء (٢٠١٦). المهارات
الحياتية والسيادة الدماغية وعلاقتها بقابلية الاستهواء لدى
طلبة جامعة ديالى. مقال حول الرسالة العلمية نشر في مجلة
الفتح، (٦٦)، ٣٠٢.

خضير، عبد المحسن عبد الحسين وراضي، نجلاء عبد الكاظم
(٢٠١٧). الاندماج الجامعي لدى طلبة الجامعة: بناء
وتطبيق. مجلة أبحاث البصرة- العلوم الإنسانية، جامعة
البصرة- كلية التربية للعلوم الإنسانية، ٤٢ (٢)، ٣٦٣-٣٩٨.
خليفة، ناصر والشريدة، محمد (٢٠١٥). مستوى التفكير ما وراء
المعرفي والحكمة لدى عينة من طلبة الجامعة. المجلة

الأردنية في العلوم التربوية جامعة اليرموك، ١١ (٤)، ٤٠٣ -

. ٤١٥

خليل، عفراء إبراهيم (٢٠١٢). المراقبة الذاتية والوجود النفسي الأفضل لدى طلبة الجامعة مرتفعي ومنخفضي القابلية للاستهواء. كلية التربية للبنات، جامعة بغداد، ١٨ (٧٥)، ٣٤٦-٣٩١.

دخان، نبيل كامل والحجار، بشير إبراهيم (٢٠٠٦). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، مجلة الجامعة الإسلامية، (١٤) ٢، تم الاسترجاع من

الرباط <https://journals.iugaza.edu.ps>

رياض، طه (٢٠٢٠). الاندماج الأكاديمي وعلاقته بالشغف الأكاديمي والتفاؤل والرجاء لدى طلاب الجامعة: دراسة في نمذجة العلاقات، مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٤٤ (٣)، ٢٩١ - ٣٧٢.

زيدي، جواهر ابراهيم (٢٠٢٠). القابلية للاستهواء وعلاقتها بالذكاء الشخصي "الذاتي - الاجتماعي" لدى طلبة جامعة أم القرى في ضوء بعض المتغيرات. عالم التربية، المؤسسة العربية للاستشارات العلمية وتنمية الموارد البشرية، (٦٩)، ١٣٢ - ١٨٧.

زمان، فليح (٢٠٢٠). الحكمة وعلاقتها بالصمود النفسي والكفاءة المهنية لدى عينة من معلمي التربية الخاصة (رسالة دكتوراه، جامعة المنصورة، كلية الآداب)، اتحاد مكنتبات الجامعات المصرية.

سالم، رفقة خليف (٢٠١٦). علاقة فاعلية الذات والفرع الأكاديمي بدافع الإنجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون الجامعية،

- مجلة البحوث التربوية والنفسية، كلية عجلون الجامعية،
جامعة البلقاء التطبيقية، ٦ (٢٣)، ١٦٩-١٣٤ .
- سليم، عبد العزيز إبراهيم (٢٠١٠). التنبؤ بجودة الحياة النفسية في ضوء توجهات أهداف الإنجاز وبعض استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة من طلاب كلية التربية. مجلة كلية التربية بدمنهور - جامعة الإسكندرية، ٢ (١)، ١٨٩-٢٦٤.
- السواط، وصل الله عبدالله (٢٠١٥). مستوى الرضا عن خدمات الإرشاد الأكاديمي وعلاقته بالاندماج النفسي والمعرفي لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. مجلة التربية - كلية التربية جامعة الأزهر، ٢ (١٦٥)، ٣٦٥-٤٠٥.
- السيد، فاطمة خليفة (٢٠١٧). التطرف الفكري وعلاقته بالقابلية للاستهواء وإدمان برامج التواصل الاجتماعي لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة كلية الآداب والعلوم الإنسانية - جامعة الملك عبد العزيز، (٦٦)، ٨٨-١١٦.
- الشافعي، إبراهيم (٢٠١٠). إدمان الانترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد بالسعودية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، مجلة دراسات نفسية، ٢٠ (٣)، ٤٣٧-٤٦٤.
- شاهين، هيام صابر (٢٠١٢). إسهام كل من الذكاء الاجتماعي وأحداث الحياة الضاغطة في التنبؤ بالحكمة لدى معلمي مدارس التربية الفكرية. مجلة العلوم التربوية والنفسية - جامعة البحرين، ١٣ (٣)، ٤٩٥-٥٣٠.
- شراب، نبيلة عبد الرؤوف (٢٠١١). أساليب اتخاذ القرار وعلاقتها بالصلافة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة. مجلة الإرشاد

النفسي-مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس، (٢٨)،
٤٢١-٤٥٠.

الشرييني، زكريا (١٩٩٨). الإحصاء وتصميم التجارب في البحوث
النفسية والتربوية والاجتماعية. القاهرة: دار الفكر العربي.
شقير، زينب محمود (٢٠٠٢). مقياس مواقف الحياة الضاغطة في
البيئة العربية (مصرية - سعودية) كراسة التعليمات، ط٢،
القاهرة، مكتبة النهضة الحديثة.

الشكيلي، غنيمة بنت سليمان (٢٠٢٠). واقع الاستهواء الفكري لدى
الطلبة ودور وسائل التواصل الاجتماعي في انتشاره: دراسة
مطبقة على طلبة ما بعد الأساسي "١٢-١١" في مدارس
محافظة جنوب الباطنة. رسالة ماجستير، كلية الآداب والعلوم
الاجتماعية، جامعة السلطان قابوس، عمان- مسقط.

شلبي، محمد أحمد (٢٠٠٥). سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة
: تنمية لبعض المفاهيم النفسية واختبار لنموذج بحثي ، مجلة
الآداب والعلوم الإنسانية بجامعة المنيا ، ١ (٥٦)، ٢٠٣ -
٣٢٧.

شلبي، يوسف محمد (٢٠١٧). النموذج السببي للعلاقات المتبادلة بين
الضغوط الأكاديمية المدركة وكل من: استراتيجيات المواجهة
ودافعية الإنجاز والتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. كلية
التربية، جامعة طنطا، ٦٧ (٣)، ١-٥٨.

الفرماوي، حمدي علي (٢٠٠٩). علم النفس المعرفي: الأساليب
المعرفية (بين النظرية والتطبيق) عمان (الاردن) دار صفاء
للنشر والتوزيع غرفة المكتبة المركزية.

صادق، آمال وأبو حطب، فؤاد (١٩٩٦). مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

صميذة، سيد محمدي (٢٠١٥). التنبؤ بالاندماج الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية من خلال المناخ المدرسي المدرك والذكاء الانفعالي. مجلة كلية التربية جامعة الإسكندرية، ٢٥ (١)، ٣٩٣ - ٥٠٠.

طوهرى، علي (٢٠٢٠). الحكمة في الحياة وعلاقتها بالرضا المهني والنفسي لدى المرشد المدرسي بمدارس إدارة تعليم جازان، مجلة دراسات تربوية ونفسية، كلية التربية، جامعة الزقازيق، ١٠٦ (٢)، ٢٥٧ - ٢٩٦.

عابدين، حسن سعد محمود (٢٠١٩). الاندماج الطلابي في ضوء التوجهات الدافعية الأكاديمية (الداخلية- الخارجية) وبيئة التعلم المدركة لدى طلاب السنة الأولى بكلية التربية جامعة الإسكندرية. المجلة التربوية كلية التربية جامعة سوهاج، ٦١ (٦١)، ١٨١ - ٢٥١.

عاشور، أحمد حسن (٢٠١٢). الإسهام النسبي للذكاء الوجداني وتفضيل المخاطرة في التنبؤ بأساليب اتخاذ القرار الأكاديمي لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة البحوث التربوية والنفسية - كلية التربية-جامعة المنوفية، ١ (٣)، ٦١ - ١٠٣.

عاشور، أحمد وسالم، رانيا (٢٠٢١). تباين الضغوط النفسية وأساليب اتخاذ القرار بتباين مستوى الحكمة والنوع لدى معلمي التربية الخاصة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٣١ (١١٢)، ١ - ٥٨.

- عاشور، رمضان (٢٠٢٢). نمذجة العلاقات بين الحكمة ورأس المال النفسي والشغف للعمل لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة. كلية التربية، جامعة عين شمس، (٣) ٤٦، ٢٣٣-٢٨٥.
- عبد الحافظ، ثناء عبد الودود (٢٠١٦). التفكير ما وراء المعرفي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى طلبة الجامعة. مجلة الأستاذ، جامعة بغداد، ٢(٢١٧)، ٣٨٥-٤١٠.
- عبد الرزاق، محمد مصطفى (٢٠١٢). الصمود النفسي مدخل لمواجهة الضغوط الأكاديمية لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقلياً، مجلة الإرشاد النفسي، مصر، ٤٤٩، ٣٢-٥٧٩.
- عبد الفتاح، فانتن وحليم، شيري (٢٠١٤). الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم. مجلة كلية التربية جامعة بورسعيد، (١٥)، ٩٠-١٣٤.
- عبد الرحمن، عدنان (٢٠١٤). تطور القابلية للاستهواء وعلاقتها بأزمة الهوية لدى المراهقين، أطروحة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية/ ابن رشد، جامعة بغداد.
- عبد الغني، إسلام أنور، وسعيد، نسرین محمد (٢٠١٨). النمذجة السببية لتوجهات أهداف الإنجاز (النموذج السداسي ٢*٣) والاندماج المعرفي والتحصيل الأكاديمي في ضوء متغيري النوع والتخصص. مجلة كلية التربية- جامعة أسيوط، ٣٤ (٣)، ١-٨٣.
- عشعش، نورا محمود (٢٠١٨). أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة. كلية التربية، جامعة بورسعيد، (٢٣)، ٤٠١-٤٣٠.

- عطالله، محمد إبراهيم (٢٠١٧). التطرف الفكري وعلاقته بالعدائية والقابلية للاستهواء والبلادة الانفعالية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية- جامعة طنطا، ٦٧ (٣)، ٥٩١-٦٤٤.
- عفيفي، صفاء علي أحمد (٢٠١٦). الإسهام النسبي للإبداع الانفعالي واستراتيجيات الدراسة في أبعاد الاندماج الأكاديمي في ضوء النوع والتخصص لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، كلية التربية جامعة عين شمس، ٤٠ (٣)، ٦٢-٢٠٢.
- علوان، طلل (٢٠٢١). التفكير المستند إلى الحكمة وعلاقته برأس المال النفسي، مجلة كلية التربية للبنات، جامعة بغداد بالعراق، ٣٢ (٢)، ٨٦-٩٩.
- عمار، أسامة عربي (٢٠٢٠). فاعلية برنامج قائم على بروفيلات التفكير في ضوء نظرية هاريسون وبراميسون في تدريس علم النفس لتنمية التفكير السابر وخفض القابلية للاستهواء الفكري لدى طلاب المرحلة الثانوية التجارية. مجلة البحث في التربية وعلم النفس- جامعة المنيا، ٣٥ (٣)، ٢٢٧-٢٦٨.
- محمد، دعاء (٢٠٢١). الحكمة في ضوء المتغيرات الديموجرافية لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بمحافظة الوادي الجديد وعلاقتها بتوافقهم المهني (رسالة ماجستير، جامعة حلوان، كلية التربية)، اتحاد مكاتب الجامعات المصرية، الرسائل.
- محمد، إياد هاشم (٢٠١٦). البنى المعرفية وعلاقتها بالقابلية للاستهواء لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، (١٢٧)، ٤٤٦-٤٩٦.

- محمود، سماح محمود (٢٠١٦). النمذجة البنائية للعلاقات بين الحكمة والذكاء الأخلاقي والذكاء الشخصي والذكاء الاجتماعي لدى طالبات المرحلة الجامعية. دراسات عربية في التربية وعلم النفس-السعودية، (٧٦)، ٦٩-١٠٩.
- المطوع، سالم محمد (٢٠١٨). التنبؤ بالحكمة لدى معلمي الطلبة الموهوبين في بعض دول الخليج العربي من خلال التفكير الأخلاقي والضغوط والكفايات المهنية. المجلة التربوية-مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، (٣٣) ١٢٩، ٣٧٣-٣٧٦.
- المعموري، ناجح والمظلوم، على حسين (٢٠١٤). العزلة الاجتماعية وعلاقتها بالاستهواء لدى الأطفال. مجلة العلوم الإنسانية كلية التربية، جامعة بابل (٢٢)، ١٨٥-١٩٦.
- منصور، السيد كامل الشربيني (٢٠١٢). استراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي كمنبئات للكمالية التكيفية. مجلة كلية التربية بالزقازيق، (٧٧)، ٥١ - ١٣٠.
- النجار، حسني زكريا السيد (٢٠١٨). الإسهام النسبي لأساليب اتخاذ القرار والمرونة المعرفية وفعالية الذات الاجتماعية في التنبؤ بالحكمة لدى طالبات الجامعة، مجلة كلية التربية جامعة بنها، ٣٤(٤)، ٢٣٥ - ٢٨٢.
- هادي، ابتسام راضي (٢٠١٨). الاندماج الجامعي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية الأساسية. مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع، كلية الإمارات للعلوم التربوية، (٣٢)، ٢٦١-٢٨٠.
- Abdrahim,M. (2014). Symptoms of stress among students' athletes(Conference session).

International Conference on Cognition and Exploratory Learning in Digital Age, Lisbon – Portugal.

Akey, T. (2006). Using Positive Student Engagement to Increase Student Achievement. http://www.education.com/reference/article/Ref_UsingPositive/ (Retrieved on: 14/10/2011).

Appleton, J; Christenson, S; Kim, D., & Reschly, A. (2006). Measuring cognitive and psychological engagement: Validation of the student engagement instrument. *Journal of School Psychology, 44* (5), 427– 445.

Ardelt, M. (2004). Wisdom as expert knowledge system: a critical review of a contemporary operationalization of an ancient concept. *Human Development,*

Ardelt, M. (2020). Can wisdom and psychosocial growth be learned in university courses? *The Journal of Moral Education, 49,* 30–45. <https://doi.org/10.1080/03057240.2018.1471392>

Ardelt, M., & Bruya, B. (2021). Three-dimensional wisdom and perceived stress among college students. *Journal of Adult Development, (28),*

- 93-105. <https://doi.org/10.1007/s10804-020-09358-w>.
- Ardelt, M., & Ferrari, M. (2019). Effects of wisdom and religiosity on subjective well-being in old age and young adulthood: Exploring the pathways through mastery and purpose in life. *International Psychogeriatrics*, 31, 477-489.
- Arnold, H. (2014). *Freedom from sinful thoughts*. New York: plough Publishing house.
- Avey, J. B., Luthans, F., Hannah, S. T., Sweetman, D., & Peterson, C. (2012). Impact of employees' character strengths of wisdom on stress and creative performance. *Human Resource Management Journal*, 22(2), 165-181.
- Avsec, A. (2012). Do emotionally intelligent individuals use more adaptive decision-making styles. *studia psychologica*, 54 (3), 209-220.
- Baltes, P. B. & Smith, J. (2008). The fascination of wisdom: Its nature, ontogeny, and function. *Perspectives on Psychological Science*, (3), 56-64.

- Barber, L. (2005). Decision Making Styles Associated with Adolescent Risk-Taking Behavior. Ohio University. Undergraduate College .1-32.
- Basinska, B. & Rozkwitalska, M. (2022). Psychological capital and happiness at work: The mediating role of employee thriving in multinational corporations. *Current Psychology* (2022) 41:549-562
- Bekel, A. & Ulubey, E. (2015). The role of cognitive flexibility on explanation adolescents coping strategies. *Electronic Journal of Social Sciences*, 14 (55), 291-302.
- Brown, S.C. (2002). A model for wisdom development and its place in career services. *Journal of Career Planning & Employment*, 62 (4), 29-36.
- Brown, S. C. (2004). Learning across the campus: How college facilitates the development of wisdom. *Journal of College student Development*, 45 (2), 134- 148.
- Borch, C. (2006): The exclusion of the crowd the destiny of a sociological figure of the irrational.

- European Journal of Social theory, 9 (1), 83–102.
- Brown, S. C. & Greene, J.A. (2006). The Wisdom Development Scale (WDS): Translating the conceptual to the concrete. *Journal of College Student Development*, (47), 1–19.
- Bruya, B., & Ardelt, M. (2018). Wisdom can be taught A proof-of-concept study for fostering wisdom in the classroom. *Learning and Instruction*, 58, 106–114. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2018.05.001>
- Canas, J; Fajardo, I; Antoli, A. & Salmeron, L. (2005). Cognitive inflexibility and the development and use of strategies for solving complex dynamic problems: effects of different types of training. *Theoretical Issue in Ergonomics Science*, 6 (1), 95–108.
- Cartwright, K. B. (2008). Cognitive flexibility and reading comprehension: Relevance to the future. In C. C. Block & S. R. Parris (Eds.), *Comprehension instruction: Research-based best practices* (2nd Ed. 50–64). New York: Guilford Publishing.

- Chan, H. W. Q., & Sun, C. F. R. (2020). Irrational beliefs , depression anxiety, and stress among university students in Hong Kong. *Journal of American College Health*, 1–15.
- Chan, J. (2013). Exploring the role of prosodic awareness and executive functions in word reading and reading comprehension: a study of cognitive flexibility in adult readers. Master thesis, Queen's University Kingston, Ontario, Canada.
- Conner, J.; Pope, D. & Galloway, M. (2012). Success with less stress, Health, and Learning, 67(4),pp. 54–58.
- Csikszentmihalyi, M., & Seligman, M. (2000). Positive psychology. *American psychologist*, 55(1), 5–14.
- Dai, D. Y., & Cheng, H. (2017). How to overcome the one-track mind: Teaching for creativity and wisdom. *Roeper Review*, 39(3), 174–177.
- Dana.S. Dunn, Wayne Welten.(2009). *Psychology Applied to Modern Life Adjustment in the 21st century*. Wadsworth Cengage Learning.

- Dantzer R., O Connor, J. C., Lawson, M. A., & Kelley, K. W., (2011). Inflammation-associated depression: from serotonin to Kynurenine. *Psych neuroendocrinology*, 36(3), 426-436.
- Dantzer, R. (2012). Depression and inflammation: an intricate relationship. *Biological Psychiatry*, 71(1), 4-5.
- DeMichelis, C. Ferrari, M. Rozin, T., & Stern, B. (2015). Teaching for wisdom in an intergenerational high-school-English class. *Educational Gerontology*, 41(8), 551-556.
- Dennis, J. P. & Vander W, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research*, 34 (3), 241-253.
- Dumbrava, I. L. (2017). An empirical approach to wisdom processes. *Romanian Journal of Psychology*, 19(2), 50-58.
- Elias, H., Ping, W. S., & Abdullah, M. C. (2011). Stress and academic achievement among undergraduate students in Universiti Putra

Malaysia. Procardia–Social and Behavioral Sciences, 29, 646–655. طفكاديم.

Endawoke, Y. (2005). The effects of grade, self–efficacy, learned– helplessness, and cognitive engagement on liking mathematics among primary school students Ethiopian Journal of Development Research , 27 (2), 81–107.

Fan, W. & Williams, C. (2010). The effects of parental involvement on students’ academic self–efficacy, engagement and intrinsic motivation, Educational Psychology, 30 (1), 53–74.

Ferrari, M., & Kim, J. (2019): Education for wisdom. In R. J. sternberg & J. Gluck (Eds.), The Cambridge handbook of wisdom (pp. 347–371). New York: Cambridge University press.

Fredericks, J., & McColskey, W. (2012). The measurement of student engagement: A comparative analysis of various methods and student self–report instruments. In S. L. Christenson, A. L. Reschly, & C. Wylie (Eds.), Handbook of research on student engagement (pp. 763–782). New York, NY: Springer.

- Fredericks, J., Blumenfeld, P. & Paris, A. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, 74, 59–109.
- Fredericks, J.; Blumenfeld, P.; Friedel, J. & Paris, A. (2005). School engagement. In K.A. Moore and L. Lippman (Eds.) *What do children need to flourish? Conceptualizing and measuring indicators of positive development*. New York, NY: Springer Science and Business Media.
- Dana.S. Dunn, Wayne Welten.(2009). *Psychology Applied to Modern Life Adjustment in the 21st century*.
- Garcia, A. R. ; Dale, N. M., (2006). Feeding of unground pearl millet to laying hens. *J. Appl. Poult. Res.*, 15 (4): 574–578.
- Garcia, F. G. C., Franco, L. R., & Martinez, J. G. (2006). Spanish version of the coping strategies Inventory. *Actas Esp Psiquiate* 2006: 35(1): 29–39.
- Gati, I. Landman, S. Davidovitch, S. Peretz, L. A. & Gadassi, R. (2010). From career decision-making styles to career decision-making

- profiles: A multidimensional approach. *Journal of Vocational Behavior*, (76), 277–291.
- Gazan, A. (2014). Learning motivation, engagement, and burnout
- Gilbert, J. (2007). Catching the Knowledge Wave: Redefining knowledge for the post-industrial age. *Education Canada*, 47 (3), 4–8. Canadian Education Association. www.cea-ace.ca.
- Gilmore, A. (2014). A Cultural examination of hardiness: associations with self-esteem, wisdom, hope, and coping-efficacy [Doctoral
- Gluck, J; Bluck, S; Baron, J. & McAdams, D. (2005). The wisdom of experience: Autobiographical narratives across adulthood. *International Journal of Behavioral Development*, (29), 197–208.
- Green, J. & Brown, S. (2009). The Wisdom Development Scale: Further Validity Investigations. *International Journal of Aging and Human Development*,(68), 320–289.
- Guang, Z; Kaiping, H; Hanchao, P. (2016). Effect of growth Mindset on school engagement and psychological well-Bing of Chinese Primary

- Middle School Students; The Mediating Role of Resilience. Original research published, 29, 1-8.
- Guilford, J. (1954). Psychometric theory. New York: McGraw-Hill Book Company, Inc.
- Gunduz, B. (2013). The contributions of attachment styles, irrational beliefs, and psychological symptoms to the prediction of cognitive flexibility. *Educational Sciences: Theory & Practice*. 13 (4), 2079-2085.
- Huynh, A. C., & Grossmann, I. (2020). A pathway for wisdom-focused education. *Journal of Moral Education*, 49(1), 9-29. <https://doi.org/10.1080/03057240.2018.1496903>.
- Krumrei-Mancuso, E; Newton, B; Kim, E. & Wilcox, D. (2013). Psychological factors predicting first-year college student success. *Journal of College Student Development*, 54 (3), 247-266.
- Kumaraswamy, N. , (2013) . Academic Stress, Anxiety and Depression among College Students- A Brief Review. *International*

Review of Social Sciences and Humanities.
5(1),pp. 135–143.

Lin, X. J., Zhang, C. Y., Yang, S., Hsu, M. L.,
Cheng, H., Chen, J., & Yu, H. (2020). Stress
and its association with academic performance
among dental undergraduate students in
Fujian, China: a cross–sectional online
questionnaire survey. BMC medical education,
20, 1–9.

Lin, Y. (2013). The effects of cognitive flexibility and
openness to change on college students'
academic performance. Unpublished
Dissertation, La Sierra University, California,
USA.

Liu, Y. Y. (2015). the longitudinal relationship
between Chinese high school students
academic stress and academic motivation.
Learning and Individual Differences, 38, 123–
126.

Liu, Y. Y. & Lu, Z. H. (2011). The Chinese high
school students stress in the school and
academic achievement. Educational
Psychology, 311, 27– 35.

- Maes, M. (2008). The cytokine hypothesis of depression: inflammation, oxidative & nitrosative stress (IO & NS) and leaky gut as new targets for adjunctive treatments in depression. *Neuroendocrinology letters*, 29(3), 287–291.
- Mahfar, M., Xian, K. H., Ghani, F. A., Kosnin, A., & Senin, A. A. (2018). Irrational beliefs as mediator in the relationship between activating event and stress in Malaysian fully residential schoolteachers. *Asian Social Science*, 14(10), 21–30.
- McGroarty, A, & Thomson, H. (2013). Negative emotional states, life adversity, and interrogative suggestibility. *Legal and Criminological Psychology*, 18, 287–299, <https://doi.org/10.1111/j.2044-8333.2012.02046.x>
- Moraitou, D. & Efklides, A. (2012). The wise thinking and acting questionnaire: the cognitive facet of wisdom and its relationship with memory, affect, and hope. *Journal Happiness Studies*, 13, 849–873.
- Onen, A., & Kocak, C. (2015). The effect of cognitive flexibility on higher school students'

- study strategies. *Social And Behavioral Sciences*, (191), 2346–2350.
- Oriol, X., Amutio, A., Mendoza, M., Costa, S; & Miranda, R. (2016). Emotional Creativity as Predictor of Intrinsic Motivation and Academic Engagement in University Students: The Mediating Role of Positive Emotions. *Front. Psychol.* original research published, 25, 1–9.
- Portoghese, I., Galletta, M., Porru, F., Burdorf, A., Sardo, S., D Aloja, E., Finco, G. & Campagna, M. (2019). Stress among university students: factorial structure and measurement invariance of the Italian version of the Effort–Reward imbalance student questionnaire. *BMC Psychology*, 7(1), 1–7.
- Prabu, P. S. (2015). A study on Academic stress among higher secondary students. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 4(10), 63–68.
- Qu, L. & Ong, L. (2016). Impact of reminders on children’s cognitive flexibility, intrinsic motivation, and mood depends on who provides the reminders. *Frontiers in psychology*, (6),.1–14.

- Raskauskas, J; Rubiano, S; Offen, I. & Wayland, A. (2015). Do social self-efficacy and self-esteem moderate the relationship between peer victimization and academic performance? *Journal of Social Psychology Education*, 18, 297-314.
- Reddy, K. J., Menon, K. R., & Thattil, A. (2018). Academic stress and its sources among university students. *Biomedical and pharmacology Journal*, 11(1), 531- 537.
- Rezaei, M. (2019). Relationship of optimism and entrepreneurial passion with entrepreneurial intention of agricultural students at university of tarbiat modarres. *Journal of Agricultural Education Administration Research*, 11(49), 145-160.
- Roharikova, V; Spajdel, M; Cvikova, V.& Jagle, F. (2013). Tracing the relationship between wisdom and health. *Activities Nervosa Superior Rediviva*, 55 (3), 95-102.
- Ryan, S. (2012). Wisdom, Knowledge, and rationality. *Acta Analytica*, 27(2), 99-112.

- Salessi, S. (2020). Psychological capital, work passion and innovative behavior. *Journal of Psychology*, 19 (1), 88–103.
- Sani, A. & Rad, R. (2015). The structural model of relationship between informational style, achievement goals and cognitive engagement. *European Online Journal of Natural and Social Sciences*, 4 (1), 219–228.
- Sharma, A., & Dewangon, R. L. (2017). Can wisdom be fostered: Time to test the model of wisdom. *Cogent Psychology*, 4(1), 1–17.
- Stahl, L. & Pry, R. (2005). Attentional flexibility and perseveration: developmental aspects in young children. *Child Neuropsychology*, 11(2), 175–189.
- Staudinger, U. .& Gluck, J. (2011). Psychological wisdom research: Commonalities and differences in a growing field. *Annual Review of Psychology*, 62, 215–241.
- Staudinger, U. M. & Kunzmann, U. (2005): Positive adult personality development : Adjustment and/ or growth? *European Psychologist*, 10, 320 – 329.

- Staudinger, U. M; Lopez, D .F. & Baltes, P. B. (1997). The Psychometric Location of Wisdom-Related Performance: Intelligence ,Personality, and More. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 23 (11), 1200-1214.
- Sternberg, R. J, Jarvin, L. & Grigorenko, E. L. (2009). Teaching for wisdom, intelligence, creative, and success. Thousand Oaks, CA: Corwin.
- Sternberg, R. J. (2007). *Wisdom, Intelligence, and Creativity Synthesized*. New York: Cambridge University Press.
- Veiga, F. H., Garcia, F., Reeve, J., Wentzel, K., & Garcia, O. (2015). When Adolescents with High Self-Concept Lose their Engagement in School. *Revista de psicodidactica*, 20 (2), 306-320.
- Veiga, F., Reeve, J., Wentzel, K., & Robu, V. (2014). Assessing students' engagement: A review of instruments with psychometric qualities. Paper for presentation at International Perspectives of Psychology and Education Conference. Lisboa: Institute of Education of the University of Lisbon, 39-57.

Zhu, X.; Chen, A.; Ennis, C.; Sun, H.; Hopple, C.;
Bonello, M.; Bae, M. & Kim, S. (2009).
Situational interest, cognitive engagement, and
learning achievement in physical education.
Contemporary.