

كفاءة التعلم الايجابي وعلاقتها بالسكينة النفسية لدى طلبة الجامعة
أ.د. سهيلة عبد الرضا، شيماء فاضل كنين
الجامعة المستنصرية/ كلية التربية، مديرية تربية محافظة بابل

المستخلص

يستهدف البحث الحالي تعرف:

١. كفاءة التعلم الايجابي لدى طلبة الجامعة.

٢. السكينة النفسية لدى طلبة الجامعة.

٣. العلاقة بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية لدى طلبة الجامعة.

٤- الفروق في العلاقة بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية وفقا لمتغير الجنس (ذكور - أناث) والتخصص (علمي - وأدبي) يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة كربلاء، للدراسة الاولى الصباحية، من كلا الجنسين (ذكور - إناث) ولكلا التخصصين (علمي - انساني

ولتحقيق هذه الأهداف قامت الباحثتان الى بناء مقياس كفاءة التعلم الايجابي اعتمادا على نظرية (miserandino1996) وبعدها تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس اتضح انه يتكون من (٤٠) فقرة موزعه على ابعاد المقياس وتبنى مقياس السكينة النفسية (Roberts..1996). وبعد ذلك تم تطبيقه على عينة البحث الاساسية والبالغ عددها (٣٧٧) طالب وطالبة توصل البحث الى النتائج الاتية:

١- أن طلبة الجامعة يتمتعون بمتوسط من كفاءة التعلم الايجابي.

٢- ان طلبة الجامعة يتمتعون بمتوسط من السكينة النفسية.

٣- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية.

٤- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية تبعاً لمتغير النوع ولصالح الذكور.

٥- لا توجد هناك فروق ذات دلالة احصائية بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية تبعاً لمتغير التخصص.

الكلمات المفتاحية (كفاءة التعلم الايجابي- السكينة النفسية - طلبة الجامعة).

**Positive learning efficiency and its relationship to psychological well-being
among university students**

Prof. Dr. Suhaila Abdel Reda, Shaimaa Fadel Knin

Mustansiriyah University / College of Education, Directorate of Education, Babylon Governorate

Abstract

1. Positive learning efficiency among university students.

2. Psychological peace among university students

3. The relationship between positive learning efficiency and psychological peace among university students.

4- Differences in the relationship between the efficiency of positive learning and psychological calmness according to the variable of gender (male-female) and specialization (scientific - literary)

To achieve these goals, the two researchers built a scale of positive learning efficiency based on the theory (miserandino 1996), and then the psychometric properties of the scale were verified. It was applied to the main research sample of (377) male and female students. The research reached the following results:

1- The university students enjoy an average level of positive learning efficiency

2- The university students enjoy a medium level of psychological calmness

3- There are statistically significant differences between the efficiency of positive learning and psychological peace

4- There are statistically significant differences between the efficiency of positive learning and psychological calmness according to the gender variable and in favor of male. There are no statistically significant differences between the efficiency of positive learning and psychological calmness according to the variable of specialization.

Keywords (positive learning efficiency - psychological tranquility - university students)

مشكلة البحث

يعد تحقيق الكفاءة في عملية التعلم من أهم متطلبات الانظمة التعليمية في جميع الدول فعندما تتحقق الكفاءة في عملية التعلم فأنا نقوم بتنشئة متعلم قادر على مواجهة+تغيرات السريعة والمتعاقبة ومن ثم تتوفر لديه القدرة على اكتساب المعلومات بفاعلية وتوظيفها بما يحقق الدقة والاتقان وهناك العديد من العوامل التي تلعب دورا هاما في تشكيل كفاءة التعلم.

ويمكن القول ان هناك متغيرات كثيرة تؤثر على مستوى شخصية الفرد، من جملة هذه المتغيرات السكينة الذي يمكن ان يؤثر بصورة مباشرة على حياة الفرد بصورة عامة وحياة الطالب بصورة خاصة لذا يعد الالتفات الى دراسة المتغيرات الايجابية في شخصية الطالب الجامعي كالسكينة النفسية حيث تعتبر بعدا اساسيا من ابعاد البناء النفسي للفرد وايضا تعد سمه من سمات الشخصية الايجابية لهذا من مُعضلات العصر المادي التقني الحديث، الفشل الذريع للإنسان في الحصول على السكينة النفسية وازدياد مشاعر التوتر والقلق والخوف لديه، وتورطه في مزيد من الشقاء الروحي، ومواجهته خيبة أمل كبيرة في كل ما كان يعدّه بالخلاص النفسي والاطمئنان الاجتماعي، فالأنظمة السياسية، والثورات العلمية والتقنية والصناعية والاجتماعية، والرفاهية المادية، فشلت -بصورة عامة- في جلب السكينة النفسية والاستقرار الروحي.

وعدم الرضا عن الحياة، وتدني الصحة النفسية وظهور مشاكل نفسية، واجتماعية أخرى مما يخلق حالة من عدم التوازن وعدم الضبط الداخلي للأفراد فالضبط احد مجالات علم النفس الايجابي فالإنسان يحمل بداخله جوانب القوة والضعف ومنهما وبهما تتحدد حياة الفرد يواجه طلبة الجامعات التحديات والاحداث الضاغطة التي قد تؤدي الى حالة من الضغوط والتوتر والاحباط مما يؤثر سلبيا على حالتهم النفسية والمزاجية.

وعدم الرضا عن الحياة، وتدني الصحة النفسية وظهور مشاكل نفسية، واجتماعية أخرى مما يخلق حالة من عدم التوازن وعدم الضبط الداخلي للأفراد فالضبط احد مجالات علم النفس الايجابي فالإنسان يحمل بداخله جوانب القوة والضعف ومنهما وبهما تتحدد حياة الفرد يواجه طلبة الجامعات التحديات والاحداث الضاغطة التي قد تؤدي الى حالة من الضغوط والتوتر والاحباط مما يؤثر سلبيا على حالتهم النفسية والمزاجية حيث يلاحظ في عالم اليوم الذي يشهد تنافسا شديدا وتسابقا غير معهود على كثير من الموضوعات في جميع أنحاء العالم، يلاحظ ارتفاع معدلات القلق والتوتر وظهور أعراض الأكتئاب والانتحار، وهي اعراض وسلوكيات تنبئ بـافتقار الافراد لمشاعر السعادة والرفاهية الروحية، وإن ضعف الرفاه الروحي قد يؤدي الى ظهور مشاكل عدة منها: عدم الإحساس بمعنى للحياة وضعف التوافق مع المجتمع وضعف التوافق مع الذات، وظهور المشاعر السلبية. (Monali, 2017:p1) وبناءً على ما تم تقدم، تكمن مشكلة البحث الحالي في التساؤل الآتي:

ما طبيعة العلاقة بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية لدى طلبة الجامعة ؟

أهمية البحث:

التعليم الإيجابي مستوحى من مبادئ علم النفس الإيجابي ويهدف إلى تنمية مفهوم الرفاهية في المدارس، حيث يكون الطلاب وموظفو المدرسة مرنين، ومدركين لنقاط قوتهم ويمارسون مهارات السعادة، من أجل صحة نفسية أفضل وتجربة مدرسية متفائلة. ويتضح من ذلك أن التعلم الإيجابية على المستوى الاصطلاحي وكما يتم الأخذ بها في الآونة الحالية مرتبطة تمامًا بتطبيقات علم النفس الإيجابي ونتائج دراساته في سياقات التعليم والتعلم، وهو أحد فروع علم النفس الحديثة التي تقبل مفهوم التأمل أو اليقظة الذهنية دون تضمينه أي دلالات دينية.

وقد اشار (miserandino1996) الى ان الكفاءة يراد بها قدرة الفرد على التواصل بفاعلية مع بيئته ومع ذاته كما ان الكفاءة تلعب دورا اساسيا في حياة الانسان فهي بمثابة الاساس الذي يمكن الفرد من التعبير عن أرائه اتجاه مواقف الحياة المختلفة بل يمكنه من التطوير الايجابي لشخصيته من خلال تمكينه من الاجابة على العديد من التساؤلات المثيرة للجدل.

ويشير (miserandino1996) الى ان الجوانب الوجدانية تشكل جزء هام من كفاءة التعلم وبخاصة الايجابية في حين ان العوامل السلبية تؤدي الى تدني المستوى التحصيلي والمعرفي للمتعلمين.

ويشير (white١٩٩٥) الى ان التعلم الجيد يتأثر بخبرة المتعلم السابقة ومدى ارتباط عملية التعلم بخبرات الحياة من جهة واتجاهات الطلاب من جهة اخرى ويمكن تحقق ذلك من خلال الصحة النفسية الايجابية والهدوء والسلام مع الذات والاخرين والارتياح النفسي العام.

أن التعليم الإيجابي خير وقاية وعلاج للعديد من المشكلات النفسية والاضطرابات السلوكية التي يمر بها معظم الطلبة، ويرتكز على مشروعات «التعلم بالاكشاف وبالتجربة ومهارات التفكير التحليلي»، وجميعها استراتيجيات حديثة، تمكن الطالب من اكتساب مهارات حياتية وتسليحها بالمشاعر الإيجابية، التي تساعدهم على تجاوز متاعب الحياة وعثراتها، معطية.

دفعة جديدة للحبوية والعمل والعطاء. ويشير مفهوم الكفاءة الى قدرات الموارد الفردية او الشخصية التي تسمح للفرد او الطالب بالتحكم المستمر في الظروف المتغيرة للبيئة التعليمية بروية ناجحة اضافة الى تمتعهم بالقدرة على الاستنبصار والانفتاح العقلي الايجابي في المواقف الضاغطة حيث يتعاملون معها بطريقة ايجابية تساعدهم في تحقيق اهداف التعلم والشعور بالسعادة والرفاهية الروحية. (Puente et al 2012)

وبعبارة اخرى فإن تحقيق الكفاءة الايجابية في التعلم يتطلب النظر اليها باعتبارها منظومة لها مدخلات وعمليات ومخرجات، ومن ثم فلا بد تطبيق نظام ضمن كفاءة التعلم وأيضاً من توفير المركز لأهم المتطلبات الازمه لتطبيق النظام، إذ ان الفهم المتكامل لكفاءة التعلم الايجابية يؤدي الى الدقة والإتقان من جانب المتعلمين، كما ينمي لديهم الاستراتيجيات والأساليب التي يستخدمونها لتجنب الاندفاعية، كما إنها تطور لدى المتعلمين مهارات وضع الأهداف والخطط التي يسعى لتنفيذها (Mc tigde & pickering: 1993,98)

إن بيئة التعلم هي سمة عظيمة من أجل نجاح الطالب، وتوفر أجواء إيجابية للشعور بالدافع والمشاركة، ويشجع إعداد التعلم المثالي على التفاعل مع الطلاب والمعلمين ويؤسس في نهاية المطاف شعوراً بالعدم. حقيقة الأمر تعتبر بيئات التعلم الإيجابية والمنتجة مفتاح النجاح الأكاديمي والعاطفي والاجتماعي للطلاب في المدرسة والجامعة، غير أن هذه البيئات لا تُخلق من تلقاء نفسها فهناك العديد من المكونات التي تدخل في خلق بيئة تعليمية إيجابية للطلاب، توفر بدورها مناخاً من الأمان وتعزز التفاعل الإيجابي والمهارات الحياتية الأخرى لديهم، وهو الأمر الذي يستحقه جميع الطلاب، حيث تبقى القيم والأدوار ثابتة ويتم التركيز على الجوانب الإيجابية للتعلم.

كذلك تتوقف كفاءة عملية التدريس على بيئة التعلم حيث يجب أن تتوفر في بيئة التعلم النظام وتحديد الأدوار والهدوء، أما إذا افترض المناخ التدريسي إلى الهدوء وارتفع ضجيج الطلاب وصباح المعلمين، فإن الفوضى ستعم وسوف يفترق الموقف التدريسي للكفاءة المنشودة وبالتالي لن يتحقق التدريس الفعال فيكون الطالب أكثر تفاعلاً وانفتاحاً وذلك لتأثير هذه البيئة وقدرتها على التحفيز الكلي للطلاب، وكفائد تربوي في الصفوف الدراسية فانت الشخص القادر على خلق هذه البيئة لطلابك الأمر الذي دفع (miserandino 1996) على التأكيد على أهمية كفاءة التعلم الإيجابي في مجال التربية والتعليم وتعد أداة موثوقة في فعاليتها لتنمية وتعزيز السكينة النفسية. ولا تعني السكينة النفسية الاسكتانة والركونية بل هي حالة تملأ بنية الذات بالتحمس للحياة والاندفاع باتجاه تحسين نوعيتها وتجويد شروط العيش فيها فضلاً عن تعزيز الذات وترقية أثمارها الإيجابي في الحياة.

إن السكينة النفسية حالة تميز بعض البشر ممن يشعرون بحب جارف تجاه الآخرين ويدركون الغاية من الخلق ولديهم قدراً مرتفعاً من التحمل النفسي والصمود في مواجهة الشدائد والنكبات دون قنوط أو جزع فضلاً عن ثقتهم المطلقة في حكمة الله وعدلة وتقديره كما يتميز ذوو المستوى المرتفع من السكينة النفسية بالاندفاع الإيجابي باتجاه تغيير الوقائع والأحداث إلى الأفضل فضلاً عن الشعور بالهدوء والرزانة والاتزان المقترن بالوقار. (Diamond:2009:304)

يعد الشعور بالسكينة النفسية أحد مظاهر الصحة النفسية الإيجابية وأول مؤشراتهما كما تجسد في نفس الوقت أبرز المظاهر الإيجابية وقد بين أن مفهوم السكينة النفسية يشير إلى خلو النفس من الكراهية ويتضمن تحلي الإنسان بروح الصبر والاتزان والتقاؤل وتوقع الخير وعدم تطلع لما عند الآخرين والرضا والتسليم وإن يكون الإنسان في انسجام دائم مع نفسه ومع الآخرين ويتحقق للشخص عن ضبط انفعالاته والتزام الهدوء وعدم الاستجابة للانفعالات النفسية المدمرة والتحلي بروح الصبر وتعد السكينة النفسية المنبعث من داخل الشخص أقوى الدوافع الحقيقة التي تحرضه ليعيش الحياة بشكل أجمل وأفضل ويدرك الكثيرون أن السكينة النفسية تنبعث من حركة انسانية داخلية يولدها التصالح مع النفس.

وينظر إلى السكينة النفسية وحالة السلام النفسي الداخلي للشخص كأعلى تجليات الصحة النفسية وتعتبر دالة في جزء أساسي منها لأسلوب الشخص في الحياة وتدرج السكينة النفسية من منظور علم النفس الإيجابي تحت مكونات دليل الفضائل البشرية ومكان القوة لدى البشر. (Floody:2011:118)

وأجريت بعض الدراسات انطلاقاً من الأسس النظرية لعلم النفس الإيجابي تناولت مفهوم السكينة النفسية والسلام النفسي الداخلي منها دراسة (Linley et al: 2009) والتي كشفت أن السكينة النفسية والسلام الداخلي من العوامل الأساسية في بنية حالة طيب الوجود وراحة البال.

ويمكن اعتبار السكينة النفسية تركيباً نفسياً يتضمن مكونات سلوكية ومعرفية تعكس طريقة شخصية فردية للإنسان في الحياة وتقترب بمشاعر الطمأنينة والهدوء والسلام النفسي مع الذات والآخرين والارتياح النفسي العام بغض النظر عن ظروف الحياة وأحداثها الإيجابية أو السلبية (Floody:2011:115)

لمفهوم السكينة النفسية بغض النظر عن ظروف وأحداث الحياة الإيجابية والسلبية وأن مفهوم السكينة النفسية تخفف شعور الإنسان بالضغوط وترقي الحالة النفسية العامة باعتبارها حالة من السلام الداخلي تمكن الإنسان من وقاية نفسه وبالتالي الاحتفاظ بهدوئه وثباته الانفعالي (Nelson, ٢٠١٤)

وأفاد (Cohrs et al: 2013) أن تركيز علم النفس الإيجابي على الحالات النفسية الذاتية كالسعادة وطيب الوجود والصمود النفسي أمراً إيجابياً بكل تأكيد لارتباط هذه الحالات على المستوى الفردي بالطمأنينة النفسية والسلام الداخلي إلا أن مفهوم السكينة النفسية أوسع مدى وأعمق دلالة من هذه الحالات لتعدية المستوى الفردي ودفع الشخص باتجاه حب الخير وإيثار الآخرين (Gerber: 1986:26)

وأفادت دراسة (Messenger,1993,Roberts) أن الشعور بالسكينة النفسية يعزز من قدرة الشخص على تقبل منغصات الحياة وظروفها العصبية بثبات ورباطة جأش والاحتفاظ بالهدوء والاتزان الانفعالي وتمالك الذات والتجاوب السلوكي الفعال مع هذه الظروف باتخاذ ردود أفعال تخفف من تأثيراتها السلبية وبالتالي سرعة تجاوز هذه التأثيرات.

وأشار (Jenkinson,2002) إلى أن السكينة النفسية كشعور يعكس احتفاظ الإنسان بهدوئه واتزانه وتركيزه على معنى الحياة والغاية منها فضلاً عن تقبل التنوع في خبرات الحياة الإيجابية منها والسلبية واحتفاظه على الدوام بتقديره لذاته وصفاته النفسي.

أهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف على:

- ١- كفاءة التعلم الإيجابي لدى طلبة الجامعة.
- ٢- السكينة النفسية لدى طلبة الجامعة.
- ٣- علاقة بين كفاءة التعلم الإيجابي والسكينة النفسية لدى طلبة الجامعة..

٤- الفروق في العلاقة بين كفاءة التعلم الإيجابي والسكينة النفسية لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير أ-الجنس (ذكور - إناث) ب - التخصص (علمي - إنساني).

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي: بطلبة جامعة كربلاء - للدراسات الأولية الصباحية من كلا الجنسين (ذكور - إناث) ولكلا التخصصين (علمي - إنساني) و للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢)

تعريف المصطلحات:

سيتم عرض اهم المصطلحات الواردة في البحث وكالاتي

١- كفاءة التعلم الإيجابي (Positive learning efficiency)

(miserandino 1996)

قدرة الفرد على التواصل بفاعلية نحو عملية التعلم والتي تدفع الفرد لبذل جهد متواصل من أجل أداء المهام المطلوبة منه. التعريف النظري: اعتمدت الباحثة تعريف (miserandino: 1996) وذلك لأنها اعتمدت الإطار النظري لـ (miserandino: 1996) في البحث الحالي.

التعريف الاجرائي

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس كفاءة التعلم الإيجابي المستخدم في البحث الحالي

٢- السكينة النفسية (Psychological Serenity)

عرفها (Roberts..1996)

هي حالة دائمة نسبياً من الشعور بالسلام الداخلي تضيف على الانسان وقارا وارتياحا وهدوءا نفسيا عند التعرض لاحداث الحياة الضاغطة وظروفها العصبية

التعريف النظري: اعتمدت الباحثة تعريف (Roberts.1996) وذلك لأنها اعتمدت الإطار النظري لـ (Roberts..1996) في البحث الحالي.

التعريف الاجرائي:

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس السكينة النفسية المستخدم في البحث الحالي

التعريف الاجرائي:

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس الرفاهية الروحية المستخدم في البحث الحالي

المبحث الثاني

سيعتمد لباحثان في هذا الفصل الى عرض النظريات والنماذج التي اوضحت متغيرات كفاءة التعلم الإيجابي والسكينة النفسية بما يعزز الرؤية النظرية التي يتم الاعتماد عليها في اجراءات البحث وتفسير النتائج.

اولا: النظريات التي فسرة كفاءة التعلم الإيجابي

نموذج كفاءة التعلم الإيجابي (Positive learning efficiency)

نموذج (miserandino 1996) للتعلم يسهم في تحقيق التعلم الفعال وان الافراد ذوي كفاءة التعلم الإيجابي يتميزون بالنقد البناء للمعلومات وكذلك القدرة على تقبل النقد الذاتي.

يركز التعليم الإيجابي على مهارات محددة تساعد الطلاب على تقوية علاقاتهم، وبناء المشاعر الإيجابية، وتعزيز المرونة الشخصية، وتعزيز اليقظة، وتشجيع مط حياة صحي، ومن خلال تعليم هذه المهارات الحياتية القيمة، يتم تزود الطلاب بقدرة متزايدة على التعلم بكفاءة وفاعلية، فضلاً عن تزويدهم بأساس قوي يمكنهم من خلاله بناء حياة ناجحة. اعتبر (miserandino 1996)

بيئات التعلم الإيجابية والمنتجة مفتاح النجاح الأكاديمي والعاطفي والاجتماعي للطلاب في المدرسة، غير أن هذه البيئات لا تُخلق من تلقاء نفسها فهناك العديد من المكونات التي تدخل في خلق بيئة تعليمية إيجابية للطلاب، توفر دورها مناخاً من الأمان وتعزز التفاعل الإيجابي والمهارات الحياتية الأخرى لديهم، وهو الأمر الذي يستحقه جميع الطلاب حيث تبقى القيم والأدوار ثابتة ويتم التركيز على الجوانب الإيجابية للتعلم، فيكون الطالب أكثر تفاعلاً وانفتاحاً وذلك لتأثير هذه البيئة وقدرتها على التحفيز الكلي للطلاب، وكقائد تربوي في الغرفة الصفية فأنت الشخص القادر على خلق هذه البيئة لطلابك.

ابعاد النموذج

١- الاصرار: قدرة المتعلم ومهاراته في الاستمرار في مواجهة المشكلات لفترات طويلة حتى يتمكن من حلها كما تتوفر لديهم القدرة على الاجابة على الاسئلة الصعبة والمبهمة من خلال قدرته على مواصلة البحث في مصادر المعرفة.

٢- المشاركة: المشاركة في المناقشات التي تحدث في الفصل الدراسي او خارجة من اجل تحقيق الفائدة واكتساب المعارف من مصادر مختلفة.

٣- الاندماج: قدرة المتعلم ومهاراته في الاستمتاع والانصات بشكل فعال في مختلف المواقف التعليمية وبذل الجهود من اجل الانتباه الفعال في المواقف التعليمية.

٤- التركيز: قدرة المتعلم على العودة الى المشكلة التي لم يتمكن من حلها حتى يتمكن من ايجاد حل لها ولا يشعر بمرور الوقت من شدة التركيز نموذج مسير اندينو لكفاءة التعلم الإيجابية والسلبية، تم عرض هذا النموذج في دراسة Misorandino عام ١٩٩٦ حيث أوضح أن كفاءة التعلم تتضمن مجموعتين من العوامل وهما:

١- العوامل الإيجابية المؤثرة على كفاءة التعلم: وتقصد بها مجموعة العوامل التي تسهم في تحقيق التعلم الفعال، حيث يتميز الطلبة ذوي كفاءة التعلم المرتفعة بالتميز الأكاديمي والقدرة على تحقيق التميز في التحصيل الأكاديمي، كما أنهم أكثر قدرة على تحمل الضغوط الأكاديمية وأكثر تنظيماً لتعلمهم وأوقاتهم. كما أن الأفراد ذوي كفاءة التعلم الإيجابية يستخدمون مجموعة من الأساليب المتنوعة عند الاستذكار بهدف تحقيق مستوى تحصيلي متميز وأداء مرتفع في جميع جوانب العملية التعليمية.

٢- العوامل السلبية التي تعيق كفاءة التعلم: ويقصد بها جميع العوامل التي تثبط عملية التعلم ومن ثم تعمل على تدني المستوى التحصيلي للطلاب ومن هذه العوامل:

أ- ويقصد به عزوف الطلاب عن كل مظاهر المشاركة أو التعاون في جميع المواقف التعليمية سواء داخل المؤسسة التعليمية أو خارجها

ب- ويقصد به عدم قدرة المتعلم على التركيز أو الاندماج في العملية التعليمية، حيث تؤثر على المتعلم العديد من المشتتات والتي تؤثر على أدائه.

ج- هو عدم اعطاء الاهتمام والاولوية للمهام المطلوب انجازها، حيث ان الافراد ذوي كفاءة التعلم السلبية لا يهتمون بأداء المهام التعليمية ولا يعيرونها اي اهتمام.

السكينة النفسية (Psychological Serenity)

نظرية السكينة النفسية

وتتضمن السكينة النفسية وجود توازن بين الفرد وذاته من ناحية وبينه وبين الآخرين المحيطين من ناحية أخرى فإذا توفرت هذه العلاقات المتوازنة في سلوك الفرد يميل إلى الاستقرار وبالتالي يصبح أكثر قابلية للعمل والانتاج بعيداً عن أنواع القلق والعمل الارتقاء به وعن طريق السكينة النفسية يتحقق الأمن النفسي له وإن تكون الأجواء التي يعيش فيها متمسكة بالود والتأخي وهذه الأجواء هي التي تدفع الفرد لأن يكون إيجابياً منجزاً ومتفاعلاً في حياته اليومية إن تحقيق السكينة النفسية يعتمد على تحقيق التوازن بين جوانب النفس الإنسانية ومحاولة التوفيق بين النزعات الطبيعية البشرية من قلق وطمأنينة وتشاؤم وتفاؤل فهو يسلك السلوك الإيجابي الرحب والمتفائل نتيجة المؤثرات العامة والمحيطية به إن الشعور بالسكينة النفسية من أهم الدعامات التي تركز عليها الصحة النفسية وإنها من السمات المميزة للسلوك السوي الذي لا ينفى الشعور بالخوف والقلق.

هناك ثلاث أبعاد للسكينة النفسية

-القبول: تقبل أحداث الحياة ووقائعها وإنجازاتها وإخفاقاتها وتقبل الآخرين بالوضع التي هم عليها مع الاندفاع باتجاه التصالح معهم وترقية نوعية حياتهم

٢-الملاذ الداخلي: هو الشعور بالراحة الداخلية والسلام الداخلي المستدام والمستقل عن الأحداث الخارجية

٣-الثقة: ثقة الفرد في قدراته وإمكاناته وقراراته وأنه قادر على مواجهة تحديات ومتطلبات الحياة وترتبط السكينة النفسية إيجابياً بالإيجابية والتأثير الإيجابي والوعي العقلي وترتبط عكسياً بالتأثير السلبي والقلق والاكتئاب والضعف المدركة والضعف ذات الصلة بالصحة

المبحث الثالث

أولاً: منهج البحث:

تم الاعتماد هذا النوع من الدراسات الوصفية التوصل إلى فهم عميق للظاهرة المدروسة، إذ تؤكد الدراسات الارتباطية على معرفة حجم العلاقة ونوعها بين البيانات، أي إلى أي حد ترتبط متغيرات الظاهرة المدروسة ببعض، أجزئي ارتباطها أم كلي؟ أساليب أم موجب؟ (داود وعبد الرحمن، ١٩٩٠: ١٧٨) إذ يعد المنهج الوصفي أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم، لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً عن طريق جمع البيانات والمعلومات المقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة. (ملحم، ٢٠٠٠: ٣٢٤).

ثانياً: مجتمع البحث:

و يُعرف مجتمع البحث بأنه جميع المفردات التي تشترك في صفة واحدة أو أكثر والتي تجرى عليها الدراسة كأن يكونوا أفراد أو أشياء (المحمودي، ٢٠١٩: ١٥٨).

لغرض اختيار عينة البحث فقد تم تحديد مجتمع البحث المتمثل بطلبة جامعة كربلاء بكل تخصصاتها (الإنسانية والعلمية) للدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣) والبالغ عددهم (٢١٧١٠) (*) وبلغ مجموع التخصص العلمي (١٥٩٥٦) طالب وطالبة بواقع (٧١٨٥) ذكور و (٨٧٧١) إناث وبنسبة (٧٣%) ومجموع التخصص الإنساني بلغ (٥٧٥٤) طالب وطالبة و بواقع (١٩٤٧) ذكور و (٣٨٠٧) إناث وبنسبة (٢٧%) موزعين على (١٧) كلية منها (١٣) كلية علمية و (٤) كليات إنسانية

ثالثاً: عينة البحث:

تتكون عينة البحث الحالي من (٤٠٠) طالبا وطالبة موزعين على أربع كليات أختيرت بالطريقة العشوائية من جامعة كربلاء للدراسات الأولية الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣)

رابعاً: أدوات البحث:

لتحقيق أهداف البحث يتطلب توفر أدوات وهي مقياس كفاءة التعلم الإيجابي والآخرى لقياس السكينة النفسية:

١- مقياس كفاءة التعلم الايجابي (Positive learning efficienc)

بعد الاطلاع على الأدبيات المتعلقة بهذا المفهوم لم تتمكن الباحثتان من الحصول على مقياس اجنبي او عربي لقياس كفاءة التعلم الايجابي لدى طلبة الجامعة لذا قامت الباحثتان ببناء المقياس حسب نموذج (miserandino:1996) و الذي حددا اربعة مجالات لكفاءة التعلم الايجابي وهي:

الاصرار - الاندماج - المشاركة - التركيز.

صياغة فقرات مقياس كفاءة التعلم الايجابي:

بعد وضع التعريف النظري لكفاءة التعلم الايجابي وتحديد المجالات الاربعة التي يتكون منها المفهوم وتعريف كل مجال تم صياغة فقرات أولية للمقياس بصورة تتلاءم مع عينة البحث الحالي وهم طلبة جامعة كربلاء، أذ قامت الباحثة بصياغة (٤٠) فقرة، موزعة على اربعة مجالات بصيغتها الأولية بواقع (١٠، ١٠، ١٠، ١٠) فقرة وبحسب المجالات الاربعة (الاصرار، الاندماج، المشاركة، التركيز) على التوالي.

. بدائل الاجابة:

أعتمد الباحث طريقة ليكرت (Likert) في تحديد بدائل الاجابة و التي تُعد من الطرق العلمية المهمة لما تتمتع به هذه الطريقة من مزايا ومحاسن كما هو مبين في الآتي:

١. سهولة التصحيح.

٢. توفر مقياس أكثر تجانساً.

٣. تسمح بأكثر تباين بين الأفراد

٤. تتسم بالمرونة (Hopkins, 1970: 170).

ووفقاً لذلك وضعت خمسة بدائل لتقدير الاستجابات على درجات فقرات المقياس و هي (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّ احياناً، تنطبق عليّ نادراً، لا تنطبق عليّ ابدأ) تأخذ الفقرات التي تكون باتجاه المفهوم (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب، وعليه فإن أدنى درجة لمقياس كفاءة التعلم الايجابي وأعلى درجة له تتراوح ما بين (٣٣- ١٦٥) درجة للمقياس الواحد بصيغته الأولية،

التطبيق الاستطلاعي:

بعد وضع التعليمات لمقياس كفاءة التعلم الايجابي، تم إجراء تطبيق استطلاعي لمعرفة درجة وضوح فقرات المقياس لدى مجتمع البحث والصعوبات التي يمكن أن تواجه المستجيب لتلافيها قبل التطبيق بصورته النهائية، لذا تم تطبيق المقياس على عينة أختبرت بصورة عشوائية، اذ بلغت (٤٠) طالب وطالبة، وبعد إجراء التطبيق الاستطلاعي أتضح أن جميع فقرات المقياس وتعليماته واضحة لأفراد العينة.

. تعليمات مقياس كفاءة التعلم الايجابي

تُعد تعليمات المقياس بمثابة المرشد الذي يوضح كيفية الاجابة على الفقرات لذا حرصت الباحثتان على ان تكون تعليمات المقياس واضحة حيث طلب من المستجيب ان تكون الاجابة بكل صدق و موضوعية و ان لا تترك اي فقرة من دون اجابة و ان الاجابات سرية و لأغراض البحث العلمي فقط و لا حاجة لذكر الاسم مع تقديم مثال يوضح كيفية الاجابة.

. التحليل الاحصائي لفقرات مقياس كفاءة التعلم الايجابي:

يشير أبيل (Ebel) إلى أن الهدف من تحليل الفقرات هو الإبقاء على الفقرات الجيدة في المقياس (Ebel, 1972, p.392) فجودة الاختبار تعتمد إلى أقصى حد على الفقرات التي يتألف منها، ومن الضروري في أحسن التطبيقات أن نحلل كل فقرة، لبقاء تلك الفقرات التي تلائم الغايات والأسس المنطقية التي بنيت من أجلها الأداة، لذلك يعد تحليل الفقرات جزءاً مكماً لكل من ثبات الاختبار وصدقه (Freeman, 1962, p:112-113)، وبعد الانتهاء من تطبيق مقياس كفاءة التعلم الايجابي وتصحيحه تم حساب القوة التمييزية للفقرات وفق الآتي:

القوة التمييزية لفقرات مقياس كفاءة التعلم الايجابي

إن الهدف الأساس من حساب القوة التمييزية للفقرات هو استبعاد الفقرات التي لا تميز بين المستجيبين والإبقاء على تلك التي تميز بينهم (Ebel & Frisbie, 2009: 294).

ويرى (Kelley 1957) ان نسبة (٢٧%) أفضل نسبة لتحديد عدد أفراد المجموعتين العليا والدنيا في العينات الكبيرة ذات التوزيع الطبيعي (انستازي، يورين، ٢٠١٥: ٣٤٤) ولأجراء ذلك أتبعته الباحثة ما يأتي:

❖ تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من استمارات مقياس كفاءة التعلم الايجابي التي طبقت على عينة التحليل الاحصائي.

❖ ترتيب الاستمارات من أعلى درجة إلى اقل درجة (تنازلياً).

❖ اختيرت نسبة الـ (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات بعدها مجموعة عليا ونسبة الـ (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على اقل الدرجات بعدها مجموعة دنيا، إذ بلغ عدد الاستمارات في كل مجموعة (108) استمارة

❖ قامت الباحثتان بتطبيق الاختبار التائي (T-Test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين أوساط المجموعة العليا والدنيا، وذلك لأن القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية للفقرة بين المجموعتين وعدت القيمة التائية مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية والبالغة (٩٦، ١) بدرجة حرية (١٩٠) و مستوى دلالة (٠,٠٥) وقد اتضح أن الفقرات جميعها مميزة، وجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

القوة التمييزية لمقياس كفاءة التعلم الايجابي باستعمال العينتين المتطرفتين

رقم الفقرة	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الثانية المحسوبة	الدالة
1	عليا	3.43	1.26	5.93	دالة
	دنيا	2.41	1.26		
2	عليا	3.64	1.24	6.64	دالة
	دنيا	2.5	1.28		
3	عليا	3.4	1.3	4.96	دالة
	دنيا	2.55	1.22		
4	عليا	3.53	1.19	7.08	دالة
	دنيا	2.33	1.29		
5	عليا	3.41	1.25	5.48	دالة
	دنيا	2.47	1.26		
6	عليا	3.57	1.19	7.18	دالة
	دنيا	2.35	1.31		
7	عليا	3.56	1.19	8.02	دالة
	دنيا	2.21	1.29		
8	عليا	3.23	1.4	4.58	دالة
	دنيا	2.39	1.3		
9	عليا	3.41	1.36	6.80	دالة
	دنيا	2.23	1.17		
10	عليا	3.44	1.38	6.95	دالة
	دنيا	2.2	1.24		
11	عليا	3.75	1.21	9.34	دالة
	دنيا	2.23	1.18		
12	عليا	3.38	1.33	5.92	دالة
	دنيا	2.33	1.27		
13	عليا	3.43	1.17	6.42	دالة
	دنيا	2.35	1.28		
14	عليا	3.29	1.28	4.31	دالة
	دنيا	2.52	1.34		
15	عليا	3.56	1.28	5.96	دالة
	دنيا	2.52	1.27		
16	عليا	3.53	1.31	5.76	دالة
	دنيا	2.54	1.22		
17	عليا	3.3	1.38	3.54	دالة
	دنيا	2.62	1.43		
18	عليا	3.5	1.36	5.32	دالة
	دنيا	2.52	1.36		

دالة	4.71	1.27	3.44	عليا	19
		1.39	2.59	دنيا	
دالة	5.22	1.37	3.34	عليا	20
		1.26	2.41	دنيا	
دالة	5.15	1.31	3.43	عليا	21
		1.29	2.52	دنيا	
دالة	7.88	1.15	3.49	عليا	22
		1.25	2.2	دنيا	
دالة	4.88	1.25	3.4	عليا	23
		1.28	2.56	دنيا	
دالة	3.71	1.38	3.23	عليا	24
		1.34	2.55	دنيا	
دالة	5.18	1.29	3.36	عليا	25
		1.34	2.44	دنيا	
دالة	6.45	1.21	3.55	عليا	26
		1.32	2.44	دنيا	
دالة	4.86	1.25	3.25	عليا	27
		1.27	2.42	دنيا	
دالة	6.35	1.17	3.39	عليا	28
		1.33	2.31	دنيا	
دالة	4.60	1.28	3.33	عليا	29
		1.35	2.51	دنيا	
دالة	5.51	1.29	3.38	عليا	30
		1.42	2.36	دنيا	
غير دالة	1.77	1.41	3.14	عليا	31
		1.52	2.79	دنيا	
دالة	3.64	1.42	3.25	عليا	32
		1.42	2.55	دنيا	
دالة	3.72	1.27	3.19	عليا	33
		1.33	2.54	دنيا	
دالة	5.20	1.27	3.19	عليا	34
		1.34	2.27	دنيا	
دالة	5.20	1.2	3.25	عليا	35
		1.33	2.35	دنيا	
غير دالة	1.79	1.34	3.26	عليا	36
		1.4	2.93	دنيا	
دالة	4.55	1.19	3.66	عليا	37
		1.52	2.81	دنيا	
دالة	2.69	1.22	3.53	عليا	38

		1.41	3.05	دنيا	
دالة	2.37	1.42	3.49	عليا	39
		1.33	3.05	دنيا	
دالة	3.17	1.23	3.53	عليا	40
		1.43	2.95	دنيا	

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

وباستعمال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية، ومن ثم مقارنتها مع القيمة الجدولية البالغة (0.098) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398) وقد ظهر جميع فقرات المقياس دالة احصائيا والجدول (2) يوضح ذلك

جدول (2)

صدق فقرات مقياس كفاءة التعلم الايجابي باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة	الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة	الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة	الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة
1	0.31	دالة	11	0.41	دالة	21	0.28	دالة	31	سقطت في التمييز	
2	0.35	دالة	12	0.35	دالة	22	0.37	دالة	32	دالة	0.17
3	0.28	دالة	13	0.34	دالة	23	0.27	دالة	33	دالة	0.24
4	0.38	دالة	14	0.27	دالة	24	0.22	دالة	34	دالة	0.27
5	0.30	دالة	15	0.33	دالة	25	0.27	دالة	35	دالة	0.25
6	0.35	دالة	16	0.32	دالة	26	0.35	دالة	36	سقطت في التمييز	
7	0.38	دالة	17	0.22	دالة	27	0.24	دالة	37	دالة	0.23
8	0.31	دالة	18	0.36	دالة	28	0.29	دالة	38	دالة	0.16
9	0.35	دالة	19	0.26	دالة	29	0.24	دالة	39	دالة	0.11
10	0.36	دالة	20	0.27	دالة	30	0.30	دالة	40	دالة	0.17

علاقة المجال بالمجالات الاخرى وبالدرجة الكلية لمقياس كفاءة التعلم الايجابي

استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة درجة المجال بالمجالات الاخرى لمقياس كفاءة التعلم الايجابي، وبمقاييس معاملات الارتباط المحسوبة بالقيمة الجدولية والبالغة (0.098) عند مستوى دلالة (0.05) بدرجة حرية (398) ومن خلال الاجراءات السابقة اصبح مقياس كفاءة التعلم الايجابي المعد للتطبيق النهائي مكون من (34) فقرة، والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3)

علاقة درجة المجال بالمجال وبالدرجة الكلية لمقياس كفاءة التعلم الايجابي

المجال	المجال	الاصرار	الاندماج	المشاركة	التركيز	كفاءة التعلم الايجابي
الاصرار		1	0.27	0.16	0.15	0.68
الاندماج		--	1	0.24	0.17	0.67
المشاركة		--	--	1	0.13	0.60
التركيز		--	--	--	١	0.45

الثبات: The Reliability

يعد الثبات من الخصائص السايكومترية التي يجب التحقق منها لبيان صلاحية استعمال المقياس فضلا عن الصدق مما يجعله أكثر قوة ومتانة إذ تعتمد صحة القياس على مدى ثبات نتائجه، فالمقياس الثابت يعطي النتائج نفسها تقريبا إذا قاس الخاصية المراد قياسها نفسها مرات متتالية (Moss, 1994: 223).

وتوجد طرائق عديدة لحساب الثبات، وقد استعمل الباحث طريقتين لاستخراج الثبات:

أ- طريقة اعادة الاختبار:

تبين هذه الطريقة مدى استقرار النتائج عندما يطبق الاختبار على عينة من الأفراد أكثر من مرة عبر مدة زمنية محددة، وقد تم تطبيق المقياس و من ثم أعيد تطبيقه على (60) طالبا وطالبة من جامعة كربلاء جدول (4)، وكانت المدة الزمنية بين التطبيق الأول

والثاني (١٤) يوماً، إذ يرى (Adams & Torgerson) أن إعادة تطبيق المقياس للتعرف على ثباته لا تتجاوز مدة أسبوعين من التطبيق الأول (Torgerson, 1964: 58) Adams & Torgerson وقد بلغ ثبات المقياس (٠,٨٢)، ويعد هذا الثبات متناسباً إذا ما قورن بالمعيار الذي حددته الأدبيات الخاصة بالمقياس النفسي.

جدول (4)

عينة الثبات موزعة بحسب التخصص والجنس والمرحلة

الكلية	التخصص	ذكور	إناث	علمي	إنساني	المجموع
الزراعة	علمي	15	15	15	15	30
القانون	إنساني	15	15	15	15	30
المجموع		60	60	60	60	60
المجموع الكلي						

ب- معامل ألفا كرونباخ (الاتساق الداخلي):

ولحساب الثبات بهذه الطريقة فقد أخضعت جميع استمارات المستجيبين عينة التحليل الإحصائي والبالغ عددها (٤٠٠) استمارة ثم استعملت معادلة ألفا وقد بلغ معامل ثبات ألفا للمقياس (٠,٨٥)، ويُعدّ المقياس متناسباً داخلياً لأن هذه المعادلة تعكس مدى اتساق فقرات المقياس داخلياً.

- ثبات ألفا كرونباخ لمقياس كفاءة التعلم الإيجابي:

وقد تحققت الباحثة من ثبات مقياس كفاءة التعلم الإيجابي بطريقة ألفا كرونباخ وذلك بالاعتماد على بيانات العينة الكلية، وقد بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0.67) بعد حذف الفقرات (١١-٣٠-٣١-٣٦-٣٤)

وصف مقياس السكينة النفسية بصورته الأصلية:

اعد من قبل (Roberts) لقياس السكينة. إذا يتكون المقياس من ثلاث ابعاد.

١- القبول: تقبل أحداث الحياة وقائعه وانجازاتها واخفاقاتها وتقبل الآخرين بالوضع التي هم عليها مع الاندفاع باتجاه التصالح معهم وترقية نوعية حياتهم.

٢- الملاذ الداخلي: هو الشعور بالراحة الداخلية والسلام الداخلي المستدام والمستقل عن الأحداث الخارجية.

٣- الثقة: ثقة الفرد في قدراته وامكانياته وقراراته وانه قادر على مواجهة تحديات ومتطلبات الحياة

صدق ترجمة المقياس:

من أهم الخطوات المتبعة في إجراءات تعريب مقياس السكينة النفسية ا وكما يأتي:

١. تُرجم المقياس من اللغة الانكليزية ملحق الى اللغة العربية من قبل ٣ مترجمين.

٢. تُرجم المقياس ترجمة عكسية من اللغة العربية الى اللغة الانكليزية من المترجمين(**) ذوي دراية بالعلوم التربوية والنفسية.

٣. لتحقق من سلامة الترجمة، عُرضت النسختين على خبير(***) ذو اختصاص في اللغة الانكليزية والعلوم التربوية والنفسية.

٤. اجراء مطابقة بين النسخة الاصلية والنسخة (المترجمة) للمقياس بمعادلة احصائية تسمى كوبر Cooper، وقد حصل المقياس على نسبة مطابقة أعلى من (٩٠%)، إذ أشار (١٩٧٣) Cooper ان نسبة المطابقة الجيدة هي (٨٥%) فأعلى (الوكيل والمفتي، ٢٠٠٧، ص٢٨٨) وعلى ضوء ما تقدم تعتقد الباحثة أن النسخة العربية من المقياس أصبح من الممكن تطبيقها ضمن إجراءات البحث.

٥. صلاحية الفقرات:

للتحقق من ذلك استعانت الباحثتان بمجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال التربية وعلم النفس البالغ عددهم (٣٠) خبيراً ا من أجل إبداء آرائهم والحكم على مدى صلاحية فقرات مقياس السكينة النفسية بصورته الاولية وممدى ملائمة الفقرات للمدخل الذي وضعت فيه، وتم اعتماد نسبة اتفاق (٨٠% فما فوق) وقد كانت نسبة الموافقة (٨٩% - ١٠٠%) على الفقرة لتعد مقبولة في المقياس، اذ تم الابقاء على جميع الفقرات مع تعديل بعض الفقرات لتناسب مع عينة البحث الحالي

التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

يشير أيبيل (Ebel) إلى أن الهدف من تحليل الفقرات هو الإبقاء على الفقرات الجيدة في المقياس (Ebel, 1972, p.392) فجودة الاختبار تعتمد إلى أقصى حد على الفقرات التي يتألف منها، ومن الضروري في أحسن التطبيقات أن تحلل كل فقرة، لبقاء تلك الفقرات التي تلائم الغايات والأسس المنطقية التي بنيت من أجلها الأداة، لذلك يعد تحليل الفقرات جزءاً مكماً لكل من ثبات الاختبار وصدقه (Freeman, 1962, p:112-113)، وبعد الانتهاء من تطبيق مقياس السكينة النفسية وتصحيحه تم حساب القوة التمييزية للفقرات وفق الآتي:

القوة التمييزية لفقرات مقياس السكينة النفسية:

يُعد حساب القوة التمييزية لكل فقرة هو قدرة الفقرة على التمييز بين الأفراد الذين حصلوا على درجة عالية في المقياس وبين الذين حصلوا على درجة واطئة بعد تطبيق المقياس (Stang & Wrightsman, 1981, p:51) ولغرض الإبقاء على الفقرات المميزة، اجري تحليل الفقرات لكل مدخل باستعمال أسلوب المجموعتين المتطرفتين، وقد تم اتباع الخطوات الآتية:

١. تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات البالغ عددها (٤٠٠) استمارة.
٢. ترتيب الاستمارات من أعلى درجة إلى أدنى درجة.
٣. تعيين نسبة (٢٧%) التي تُعد أقصى تمايز بين الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا والبالغ عددها (١٠٨) استمارة، كذلك تعيين نسبة (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا، والبالغ عددها (١٠٨) استمارة وبذلك يكون عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل (٢١٦) استمارة من أصل (٤٠٠) استمارة.
٤. تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة، وقد عدت القيمة التائية مؤشراً لتمييز كل فقرة، وكانت جميع الفقرات مميزة لأن القيم التائية المحسوبة لها أكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤)، والجدول يوضح ذلك.

جدول (5)**المقياس السكينة النفسية باستعمال العينتين المتطرفتين**

رقم الفقرة	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	الدلالة
1	عليا	3.62	1.12	9.30	دالة
	دنيا	2.08	1.31		
2	عليا	3.75	1.23	10.43	دالة
	دنيا	2.02	1.21		
3	عليا	3.66	1.25	9.42	دالة
	دنيا	2.12	1.14		
4	عليا	3.59	1.15	9.26	دالة
	دنيا	2.13	1.17		
5	عليا	3.66	1.16	7.02	دالة
	دنيا	2.47	1.31		
6	عليا	3.49	1.12	7	دالة
	دنيا	2.35	1.26		
7	عليا	3.69	1.19	7.21	دالة
	دنيا	2.47	1.3		
8	عليا	3.74	1.15	6.05	دالة
	دنيا	2.7	1.36		
9	عليا	3.35	1.33	5.07	دالة
	دنيا	2.43	1.35		
10	عليا	3.53	1.16	4.27	دالة
	دنيا	2.77	1.44		
11	عليا	3.22	1.26	4.07	دالة
	دنيا	2.5	1.35		
12	عليا	3.2	1.33	4.62	دالة
	دنيا	2.36	1.35		
13	عليا	3.04	1.29	3.78	دالة
	دنيا	2.35	1.38		

دالة	3.52	1.32	3.33	عليا	14
		1.5	2.66	دنيا	
دالة	6.47	1.06	3.76	عليا	15
		1.4	2.67	دنيا	
دالة	1.98	1.29	3.37	عليا	16
		1.45	3	دنيا	
دالة	5	1.37	3.33	عليا	17
		1.4	2.39	دنيا	
دالة	3.82	1.26	3.42	عليا	18
		1.31	2.75	دنيا	
دالة	9.30	1.12	3.62	عليا	19
		1.31	2.08	دنيا	
دالة	10.43	1.23	3.75	عليا	20
		1.21	2.02	دنيا	
دالة	9.42	1.25	3.66	عليا	21
		1.14	2.12	دنيا	
دالة	9.26	1.15	3.59	عليا	22
		1.17	2.13	دنيا	

الخصائص السايكومترية

الصدق Validity

ترى (Anastasi) ان المقياس الصادق هو المقياس الذي يحقق الوظيفة التي يُعد من اجلها (Anastasi, 1988, P:139) ويقصد بالصدق قدرة المقياس على قياس ما وضع من أجله او السمة المراد قياسها (مجيد، ٢٠١٤، ص:٩٣). وقد تم التأكد من صدق المقياس من خلال المؤشرات الآتية:

- الصدق الظاهري:

- اشار أيبيل (Ebel) أن أفضل وسيلة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء، والمختصين بتقدير ملاءمتها لقياس الصفة التي وضعت من أجلها (Ebel, 1972, p:555) وتحقق الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس الحالي على مجموعة من الخبراء والمحكمين كما تم شرحه في صلاحية الفقرات.

- صدق البناء:

- وتم التأكد من صدق البناء من خلال المؤشرات الآتية:

- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

وباستعمال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية، ولتعرف على دلالة معامل الارتباط تم استعمال الاختبار التائي لمعامل الارتباط، وظهر أن جميع القيم التائية المحسوبة لمعامل الارتباط أكبر من القيم التائية الجدولية، والبالغة (٠,٠٩٨) بدرجة حرية (٣٩٨) بمستوى دلالة (٠,٠٥)، والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6)

صدق فقرات مقياس السكينة النفسية باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة	الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة	الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة	الفقرة	قيمة الارتباط	الدالة
1	0.46	دالة	٧	0.37	دالة	١٣	0.24	دالة	19	0.46	دالة
2	0.47	دالة	٨	0.28	دالة	١٤	0.22	دالة	٢٠	0.47	دالة
3	0.40	دالة	٩	0.32	دالة	١٥	0.32	دالة	٢١	0.40	دالة
4	0.43	دالة	١٠	0.23	دالة	16	0.14	دالة	22	0.43	دالة
5	0.36	دالة	١١	0.28	دالة	17	0.29	دالة			
6	0.35	دالة	١٢	0.24	دالة	18	0.21	دالة			

علاقة المجال بالمجالات الأخرى لمقياس السكينة النفسية:

استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة درجة المجال بالمجالات الأخرى لمقياس السكينة النفسية، وبمقايضة معاملات الارتباط المحسوبة بالقيمة الجدولية والبالغة (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بدرجة حرية (٣٩٨) ومن خلال الاجراءات السابقة اصبح مقياس السكينة النفسية المُعد للتطبيق النهائي مكون من (٢) فقرة، والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6)

صدق مقياس السكينة النفسية باستعمال أسلوب علاقة المجال بالمجال والمجال بالدرجة الكلية

المجال المجال	القبول	الملاذ الداخلي	الثقة	السكينة النفسية
القبول	1	0.74	0.16	0.86
الملاذ الداخلي	--	1	0.19	0.58
الثقة	--	--	1	0.

- ثبات ألفا كرونباخ لمقياس السكينة النفسية:

وقد تحققت الباحثة من ثبات مقياس السكينة النفسية بطريقة الفا كرونباخ وذلك بالاعتماد على بيانات العينة الكلية، وقد بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0.62).

الفصل الرابع**عرض النتائج وتفسيرها**

يتضمن عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث على وفق أهدافه ومناقشة وتفسير تلك النتائج في ضوء الإطار النظري المعتمد في هذا البحث، والدراسات السابقة ومن ثم الخروج بتوصيات ومقترحات في ضوء تلك النتائج وكما يأتي:

الهدف (١): قياس كفاءة التعلم الايجابي لدى طلبة الجامعة.

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس كفاءة التعلم الايجابي على عينة البحث البالغ عددهم (٣٧٧)، وقد أتضح إن متوسط درجاتهم على المقياس بلغ (١٠٣,٧٢) درجة وبانحراف معياري مقداره (١٣,٨٤) درجة، وبمقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي* للمقياس والبالغ (١٠٥) درجة، وباستخدام الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة تبين إنه ليس هنالك فرق دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين المتوسطين الحسابي والفرضي، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (١,٨٠) وهي اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) بدرجة حرية (٣٧٦) والجدول (7) يوضح ذلك.

الجدول (7)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي لمقياس كفاءة التعلم الايجابي

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة المحسوبة	القيمة التائية	درجة الحرية	الدلالة
٣٧٧	١٠٣,٧٢	١٣,٨٤	١٠٥	١,٨٠	1.96	376	غير دال

وتشير هذه النتيجة إلى أن عينة البحث يتمتعون بمستوى متوسط من كفاءة التعلم الايجابي. إذ اشار (white, ١٩٩٥) الى ان التعلم الجيد يتأثر بخبرة المتعلم السابقة ومدى ارتباط عملية التعلم بخبرات الحياة من جهة واتجاهات الطلاب من جهة اخرى ويمكن تحقق ذلك من خلال الصحة النفسية الايجابية والهدوء والسلام مع الذات والآخرين والارتياح النفسي العام.

الهدف (٢): قياس السكينة النفسية لدى طلبة الجامعة.

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس السكينة النفسية على عينة البحث البالغ عددهم (٣٧٧)، وقد أتضح إن متوسط درجاتهم على المقياس بلغ (٦٥,٨١) درجة وبانحراف معياري مقداره (٩,٨٤) درجة، وبمقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي* للمقياس والبالغ (١٠٥) درجة، وباستخدام الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة تبين إنه ليس هنالك فرق دال إحصائياً عند مستوى (0.05) بين المتوسطين الحسابي والفرضي، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٠,٣٨) وهي اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) بدرجة حرية (٣٧٦) والجدول (8) يوضح ذلك.

* تم استخراج المتوسط الفرضي لمقياس كفاءة التعلم الايجابي وذلك من خلال جمع أوزان بدائل المقياس الخمسة وقسمتها على عددها (٥) ، ثم ضرب الناتج في عدد فقرات المقياس (٣٥).

(*) تم استخراج المتوسط الفرضي لمقياس السكينة النفسية وذلك من خلال جمع أوزان بدائل المقياس الخمسة وقسمتها على عددها (٥) ، ثم ضرب الناتج في عدد فقرات المقياس (٢٢).

الجدول (8)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي لمقياس السكينة النفسية

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجة الحرية	الدالة
٣٧٧	٦٥,٨١	٩,٨٤	٦٦	٠,٣٨	1.96	376	غير دال

وتشير هذه النتيجة إلى أن عينة البحث يتمتعون بمستوى متوسط من السكينة النفسية.

الهدف (٣): تعرف دلالة الفروق في العلاقة بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية تبعاً لمتغير النوع والتخصص: ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة باستخراج قيم معاملات ارتباط بيرسون بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية للذكور والاناث كلا على حدة، وكذلك بحسب التخصص (العلمي والانساني) ومن ثم قامت الباحثة بأستعمال الاختبار الزائي لمعامل ارتباط بيرسون للكشف عن دلالة الفروق بين معاملي الارتباط، والجدول (9) يوضح ذلك.

جدول (9)

نتائج الاختبار الزائي للفروق في العلاقة بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية تبعاً لمتغير النوع

العلاقة بين المتغيرين	النوع	العدد	معامل الارتباط r	القيمة المعيارية لمعامل الارتباط Zr	القيمة الزائية المحسوبة	القيمة الزائية الجدولية	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
كفاءة التعلم / السكينة النفسية	ذكور	159	0.25	0.255	2.24	1.96	دال
	اناث	218	0.02	0.02			

تشير نتيجة الجدول اعلاه الى ان هناك فرق في العلاقة دال احصائيا بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية تبعاً لمتغير النوع ولصالح الذكور، وذلك لان القيمة الزائية المحسوبة أعلى من الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى (0.05).

جدول (١٠)

نتائج الاختبار الزائي للفروق في العلاقة بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية تبعاً لمتغير التخصص

العلاقة بين المتغيرين	التخصص	العدد	معامل الارتباط r	القيمة المعيارية لمعامل الارتباط Zr	القيمة الزائية المحسوبة	القيمة الزائية الجدولية	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
كفاءة التعلم / السكينة النفسية	علمي	277	0.14	0.141	0.68	1.96	غير دال
	أنساني	100	0.06	0.06			

تشير نتيجة الجدول اعلاه الى انه ليس هناك فرق في العلاقة دال احصائيا بين كفاءة التعلم الايجابي والسكينة النفسية تبعاً لمتغير التخصص، وذلك لان القيمة الزائية المحسوبة أقل من الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى (0.05). من خلال الجدول اعلاه يتبين ان السكينة النفسية تسهم طرديا وبدلالة احصائية في كفاءة التعلم الايجابي، في حين أن البعد الشخصي للرفاهية الروحية يسهم عكسيا في كفاءة التعلم الايجابي، وذلك لان القيمة التائية المحسوبة لمعامل بيتا المعيارية أعلى من القيمة التائية البالغة (١,٩٦) عند مستوى (٠,٠٥).

التوصيات:

بناءً على ما توصل اليه البحث الحالي من نتائج توصي الباحثان بما يأتي:

١. توفير بيئة أكاديمية للطلبة تلبي احتياجاتهم ومتطلباتهم، تتضمن وضع مناهج دراسية وبرامج وانشطة ترفع من الشعور بالسكينة النفسية.

المقترحات:

استكمالاً لمتطلبات البحث الحالي فإن الباحثان تقترح إجراء دراسة:

١. علاقة كفاءة التعلم الايجابي بمتغيرات أخرى: طرق الاستذكار، عادات العقل.
٢. علاقة السكينة النفسية وعلاقتها بمعنى الحياة واسلوب العزو التفاؤل لدى طلاب الجامعة
- ٣- النوجهات الروحية في الحياة والرفق بالذات كعوامل منبئة بالسكينة النفسية لدى طلبة الجامعة
- ٤- فعالية برنامج ارشادي قائم على الالتزام والتقبل الايجابي لتنمية السكينة النفسية في تحسين السلوك الاجتماعي الايجابي

المصادر

أولاً: المصادر العربية

١. انستازي، انا، يورين، سوزان.(2015). *القياس النفسي*، ترجمة صلاح الدين محمود علام، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الاردن
٢. ثورندايك، روبرت وهيجن، اليزابيت (١٩٨٩): *القياس والتقويم في علم النفس والتربية*، ترجمة: عبد الله الكيلاني وعبد الرحمن عدس، مركز الكتاب العربي، ط٤، عمان.
٣. داود، عزيز حنا و عبد الرحمن، أنور حسين. (١٩٩٠). *المدخل إلى مناهج البحث*، مطابع التعليم العالي، بغداد- العراق.
٤. المحمودي، محمد سرحان. (٢٠١٩). *مناهج البحث العلمي*، دار الكتب للنشر، صنعاء، اليمن.
٥. ملحم، سامي محمد. (٢٠٠٠). *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*. ط١، دار المسيرة، الأردن.
٦. ملحم، سامي (٢٠٠٢): *القياس والتقويم في التربية وعلم النفس*. دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن

ثانياً: المصادر الاجنبية

1. Anastasia, A.)1988) : **Psychological Testing**. 4th ed, New York, Macmillan pub. Com.
2. Cohrs, C., Christie, D., White, P.& Das,C.(2013) Contributions of positive psychological. 68(7):590-600.
3. Diamond, S.(2009). What is existential therapy. In D.A. Leeming, K. Madden,& S.Marlan(Eds) Encyclopedia of psychology and religion(pp.304-305).Nwe York Springer verlaag.
4. Ebel, R. (1972): **Essential of educational measurement**, 2 ND– Ed, prentice Hill- Hi. New York.
5. Floody, D. R. (2014). Serenity and inner peace: Positive perspectives. .Springer, New York, NY. - (pp. 107 -133 Peacefulness
6. Freeman.F. (1962): **Theory and Partice of Psychological testing**، 3rd ed., New York، Holt، Riuenart and Winston.
7. G. K. Sims et al. (Eds.Peacefulness, Peace Psychology Book Series 20, New York Spring er Science, Business Media Gerber,W.(1986).
8. Grant, J.(2015). Grit, Mindset،and Determination: The Key to Leading by Influence.New York: Academic Press.
9. Jenkinson, A.(2002). From Stress to Sernity: Gaining Strength in the Trials of Life. Sophia Books, Hillside House, The Square Forest, East Sussex.
10. Journal of Nursing, 5, 1 Clarification. Open R ushing،A.(2008). The unitary life pattern of persons experiencing serenity in recovery from alcohol and drug addiction.Advances in Nursing Science,31:207-214.
11. Kreitzer، M., Gross, C., Walleekhachonloet,O., Reilly-Spong, M.,& Byrd, M.(2009). The brief serenity scale:
12. Linley,P., Maltby, J., Wood, A., Osbourne،G.,& Hurling, R.(2009). Measuring happiness: The higher order factor structure Of subjective of psychological well-being measures. Personality and Individual Differences،47:878-889.
13. Miserandino, M. (1996). Children who do well in school: Individual differences in perceived competence and autonomy in above-average children. Journal of educational psychology, 88, 203.
14. Nursing Research and Theory for Fitzgerald L. (1991). Serenity: Caring with perspective . 5.127,(2) ،Practi
15. Personal Nelson, L. (2014). Peacefulness as a personality Trait.
16. Pert,C.(1993).the chemical communicators. New York: Doubleday Publishers.
17. Roberts, K, &Fitzgerald،L. (1991). Serenity: Caring with perspective Scholarly inquiry for Nursing Practice: An International Journal, 5(2): 126-142
18. Roberts, K. T., & Whall, A. (1996). Serenity as a goal for nursing practice. Journal of Nursing Scholarship, 28(4), 359-364
19. Roberts, K., & Cunningham, G. (1990). Serenity: Concept analysis and measurement. Educational Gerontology,16(6): 577-589

20. Serenity: Living with equanimity, zest, and fulfillment by applying the wisdom of the world's greatest thinkers. Land Ham, MD: University Press of America Floody, D.(2011) Serenity and Inner Peace: Simplicity One Day at a Time Revised. Charleston, S.C.: Create Space.
21. Uses in the Care of Chronically Ill Older Patients: A Concept - Serenity. Pejner, M.N. (2015) <http://dx.doi.org/10.4236/ojn.2015.51001>. - Journal of Nursing, 5, 1 Clarification.
22. -Uses in the Care of Chronically Ill Older Patients: A Concept — Serenity. Pejner, M.N. (2015) <http://dx.doi.org/10.4236/ojn.2015.51001>.
23. Weirich, R. (1995). Out of the Woods + Emotional Intelligence. Clavier Ferguson, S. J., & Goodwin, A. D. (2010). Optimism and well-being in older adults: The mediating role of social support and perceived control. The International Journal of Aging and Human Development, 71 (1), 43-67 .