



قوة التحمل النفسي وعلاقتها بتوجهات انجاز الاهداف لدى طلبة الدراسات العليا

م.د. رنا محسن شايع

جامعة القادسية – كلية الآداب

هدفت الدراسة الحالية الى تعرف قوة التحمل النفسي و التوجهات انجاز الاهداف لدى طلبة الدراسات العليا ودلالة الفروق في تلك التوجهات وفق متغيرات الجنس ، والعلاقة الارتباطية بينهما ، ولتحقيق ذلك ، قامت البحث بتبني مقياس خلف (2021) للقياس قوة التحمل واعداده بما يتناسب مع العينة واعداد مقياس توجهات انجاز الاهداف بعد الاطلاع على الدراسات السابقة واعداد اداة لذلك الغرض ، وطبق المقياس بعد استكمال عمليات التحليل الاحصائي وتوفيره على شروط الصدق والثبات على (100) طالب وطالبة دراسات عليا في جامعة القادسية للعام الدراسي 2023/2024 اختيروا بالطريقة العشوائية من الجنسين ومن التخصصات الإنسانية والعلمية ومن مستويات الدبلوم العالي والماجستير والدكتوراه ، وظهرت النتائج واختتمت الدراسة بعدد من التوصيات والمقترحات .

الكلمات المفتاحية : قوة التحمل النفسي ، التوجهات انجاز الاهداف، طلبة الدراسات العليا.

Psychological Endurance and Its Relationship to Goal Achievement Orientations among Graduate Students

Assistant Professor Rana Mohsen Shaya

University of Al-Qadisiyah - College of Arts

The current study aimed to identify psychological endurance and goal achievement orientations among graduate students, the significance of differences in these orientations according to gender variables, and the correlation between them. To achieve this, the study adopted the Khalaf (2021) scale to measure endurance, adapting it to suit the sample, and developing a scale for goal achievement orientations after reviewing previous studies and developing a tool for that purpose. After completing the statistical analysis process and meeting the requirements of validity and reliability, the scale was applied to (100) male and female graduate students at Al-Qadisiyah University for the academic year 2023/2024. The students were randomly selected from both genders, from the humanities and sciences, and from the higher diploma, master's, and doctoral levels. The results were presented, and the study concluded with a number of recommendations and proposals.

Keywords: psychological resilience, goal achievement orientations, graduate students.

مشكلة البحث

عصرنا الراهن يتميز بوجود التواصل مع المجتمعات والاطلاع على المستجدات المعاصرة في شتى الميادين والتي بدورها تعكس السلبيات والأزمات النفسية والاجتماعية، إضافة إلى ما يتعرض له الطلاب من ضغوط، لذا من الضروري الوقوف على تلك المشكلات والعمل الجاد للتغلب على الصعوبات والتي تحتاج قوة التحمل النفسي وتوجهات نحو الهدف ويواجه طلبة الدراسات العليا العديد من التحديات والتي يترتب عليها مخاوف مختلفة اذ تعمل المجتمعات دور كبيرا للاهتمام في بناء وتطوير الدعم النفسي والاجتماعي ومساعدتهم لتحقيق التوافق والتلائم .



أن مفهوم التحمل النفسي يعد من المفاهيم الايجابية التي يسعى الباحثين نحو ابراز الدور المهم لمنع التأثيرات السلبية التي يمكن ان تحدثها الازمات التي يواجهها الطلبة.(عمار واحمد، 2021:25)

تُعتبر توجهات الهدف مجموعة من المهام الداخلية والخارجية التي تسهم في استعادة التوازن لدى الفرد. تشمل هذه التوجهات المعتقدات المرتبطة بالأغراض والكفاءة والإنجاز والنجاح، حيث يُمثل الهدف تجسيداً للرغبة في تلبية الاحتياجات.(عدس وتوق، 1998:325)

لذلك فأنها تبحث في اهداف الفرد التي يسعى الى تحقيقها وبذل الجهد والمثابرة لمعالجة المهمات وخلق الوسيلة و اطار عمل لتحسين معالجة الفرد للمعلومات .(عواد، 2024:521)

ويحاول البحث الحالي ان يضيف طبيعة النظرية لمحاولة مساعدة طلبة الدراسات العليا نحو قوة التحمل النفسي و توجهات الهدف ومن خلال اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة فقد تحسست مشكلة البحث في ضرورة دراسة متغيري الدراسة والتعرف على العلاقة بين المتغيرات حيث تقف نحو المشكلة للاجابة عن التساؤل (هل توجد علاقة ارتباطية بين قوة التحمل النفسي و توجهات انجاز الاهداف لدى طلبة الدراسات العليا) ؟

اهمية البحث

تُعتبر مرحلة الدراسات العليا من المراحل المتميزة في التعليم الجامعي فهي تشمل فئة من الطلاب ذوي القدرات البشرية العالية ولديهم من الاستعدادات الذهنية والشخصية ما يؤهلهم لمراحل مسيرة البحث العلمي ، وقد تسبب المواقف الضاغطة ضعف في قوة التحمل النفسي للفرد اذا لم يستطيع تحملها او مقاومتها مما يسبب قلة التركيز والعصبية وكذلك زيادة المخاوف لذلك يجب تعزيز المؤهلات والتدريب وايضا القدرة على مواجهة الازمات ، وذلك يتعلم الطلبة كيفية التعامل مع التحديات والضغوطات مما يساعدهم ذلك على تحمل في المستقبل .(الحوري، 2021:276)

وقد اظهرت كوباسا و زملائها (1982) أن بعض صفات الشخصية تزود الطلبة بالقدرة على التحمل لكي تتضمن تنظيمات خاصة في الالتزام والضبط والتحدي ، وبذلك يساعد الطلبة على قوة التحمل والتخلص من الخوف والشعور بالاحباط (البطي، 2018:63)

تعد قوة التحمل النفسي احدى سمات الشخصية السوية ومن ضروريات التوافق الفعال فعندما يزداد التحمل النفسي تزداد القدرة على مواجهة ضغوطات وتحمل المشقات والصعوبات كما تبين دراسة كوباسا انه يساهم في حماية الفرد ومساعدته على تخطي ازمات الحياة .(Kobasa ,1982,p; 170)

بحث مرقس (2003) الذي هدف الى التعرف على العلاقة بين التحمل النفسي و العمر والجنس لدى عينة من المراهقين وبينت نتائج البحث لم تظهر فروق ذات دلالة احصائية بين ذكور والاناث في ما يتعلق بالتحمل النفسي وان هنالك علاقة ارتباطية بين التحمل والعمر ، وتوصل هدف بحث راهلو(Rahul,2017)التعرف على الفروق بين الجنسين في قوة التحمل النفسي لدى طلبة الكلية وتوصل البحث الى نتائج قوة التحمل لدى الطالبات اعلى من الطلبة وجود فرق معنوي بين الجنسين

وهدف بحث هادي (2023) التعرف على العلاقة بين اساليب المواجهة و القوة التحمل و الفروق تبعا لمراحل الدراسة الثانوية واطهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين اسلوب التصدي والقوة التحمل النفسي .

ويبدو من مراجعة الدراسات السابقة ان غالبيتها أجريت على عينات من طلبة الدراسات الأولية (البكالوريوس) لها باستثناء دراسة (مرقس 2003) على عينة من المراهقين ودراسة (هادي 2023) على طالبات المرحلة الثانوية



وكذلك ترتبط الاهداف الذي يسعى لها الطلبة مع بعضها البعض ، حيث ان الاهداف هي من تحدد سلوك الفرد وتحركه وتدفعه نحو مستقبل افضل لتحقيق الانجاز .

يشير التوجه نحو الهدف إلى وصف و تفسير الفرد للمواقف وتفاعله معها، ما يبين انواع متباينة من المعرفة، كما تتضح اهمية التوجه نحو الهدف عن طريق تطور العمل داخل الاطار المعرفي، و السلوكيات المرتبطة بالإنجاز أو الدافع لدى الطلاب قابلة للفهم عبر منظور الأسباب أو الغايات التي يتبنّاها هؤلاء أثناء انخراطهم في العمل الأكاديمي¹. ينصب التركيز وفقاً للنظرية على كيفية تفكير الطالب في نفسه، ومهامه وأدائه. أظهرت التوجهات نحو الهدف ارتباطاً مع التحصيل الدراسي للفرد، وتكيفه ورفاهيته (Carole, 1992: 271)

لذلك فان توجهات الهدف تبحث في اهداف الفرد وتوجه سلوكه وخاصة في سلوك المثابرة ووضع الاهداف الشخصية بدل الجهد لمعالجة المعلومات وخلق اطار عمل معين لدى الفرد لمعالجة وتجهيزات المعلومات (Lock , 262: 2001)

اهداف البحث

يستهدف البحث الحالي التعرف الى:-

- 1- قوة التحمل النفسي لدى طلبة الدراسات العليا
- 2- التوجهات لانجاز الاهداف لدى طلبة الدراسات العليا
- 3- الفرق في قوة التحمل النفسي لدى الطلبة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور ، اناث)
- 4- الفرق في التوجهات انجاز الاهداف لدى الطلبة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور ، اناث)
- 5- العلاقة الارتباطية بين قوة التحمل النفسي وتوجهات انجاز الاهداف لدى الطلبة .

حدود البحث

- الحدود البشرية يقتصر البحث الحالي على طلبة الدراسات العليا الدبلوم والماجستير والدكتوراه
- الحدود الزمنية : (2023-2024)
- الحدود المكانية :جامعة القادسية

تحديد المصطلحات

قوة التحمل النفسي عرفه:

Kobasa, 1979

هو امتلاك الفرد سمات شخصية تشمل الانضباط والتقييد والتحدى ومواجهة الصعاب بدون التعرض للأمراض النفسية والجسدية .(Kobasa, 1979,p; 3).

التعريف النظري : تم تبني تعريف كوباسا مع نظريته .

التعريف الإجرائي : الدرجة التي يحصل عليها الطالب عند الاجابة على مقياس القوة التحمل النفسي .

توجهات الهدف عرفه :

Pintrich, 1991

"إنها تمثيلات إدراكية واعية يمكن الوصول إليها وتُظهر الكفاءة والحساسية (Pintrich, 2000a, 453) التعريف النظري : تم تبني بنتريش .

التعريف الاجرائي : الدرجة التي يحصل عليها الطالب عند الاجابة على مقياس التوجهات الهدف

الاطار النظري والدراسات السابقة

اولا: قوة التحمل النفسي

اهتمَّ كلُّ من علماء النفس والباحثين الاجتماعيين بالفرد في المجتمعات المعاصرة ومهامه في النهوض بالمجتمع وتطويره، ومع تزايد الضغوط التي تدفع الإنسان إلى الإصابة بمشكلات نفسية ضخمة كالقلق والكآبة، فإنَّ دراسة قوة الإنسان النفسية والعوامل المؤثرة فيها سلباً وإيجاباً تُعدُّ من أبرز مجالات الدراسات النفسية الحديثة، إضافةً إلى اهتمام مختصي التنمية البشرية بالقوة النفسية للفرد لمُساعدته في زيادة معدلات الإنتاج والوصول للإنجازات المجتمعية التي يطمح إليها، وتتجلى قوَّة الفرد النفسية على التعاملات اليومية وإدارة الأزمات بصورة عقلانية وصحيحة، ومع تزايد قوة الاحتمال النفسية فإنه يصير عنصراً فاعلاً في المجتمع بصورة أوسع. (Kashdan,2014:21)

ماهية قوة التحمل النفسي:

- يمثل التحمل النفسي سمة من سمات الشخصية السليمة وعنصراً مهماً في عملية التكيف الفعال، وإنَّ الفرد الذي لديه صمود عالٍ لديه مستوى عالٍ من المقدرة على التكيف والتعامل مع ضغوط الحياة .

- ويظهر مفهوم قوة التحمل النفسي في علم النفس مع اللفظ الأنكليزي ((ENDURANCE، أي (إمكانية تحمل الآلام أو المشاق، أو الثبات في مسار فعلٍ ما برغم المصاعب، أو الصمود الراهن فعلاً).

- ويظهر أيضاً باللفظ (TOLARANCE) ليشير الى مصطلح يصف التوجهات الاجتماعية أو سلوكيات الأفراد، أو كلاهما).

- واستخدم كابلان (1952) هذا اللفظ ليشير الى تحمل الإحباط (FRUSTRATION)، واستخدمه كل من (أركوف 1968)، (روزنويك 1974) أما (برونزويك 1948) استعمله ليعني الغموض.

أن هناك درجة محددة من الصبر تختلف من فرد إلى آخر وتؤثر على قدرة الشخصية على الإحساس بالرضا أو التمكن من العمل. يوجد أفراد تكون ردود فعلهم النفسية لمصادر الإحباط أشد تأثراً من أفراد آخرين (الكناني، 1992:212)

انواع قوة التحمل النفسي:

1. تحمل الإحباط :

الإحباط هو: إدراك الشخص لعائق يمنع إشباع متطلباته أو شهواته أو تحقيق غاية أو توقع حصول هذا في المستقبل.



وهي حاله انفعالية تظهر حين تعترض عقبة ما مسار إشباع أمنية أو حاجة أو غاية أو توقع فعل ما. أيضاً هي حالة غير محبوبة ومقلقة تحدث تبديلاً في السلوك يتراوح بين السخط والعدوان إلى التراجع والانسحاب.

يختلف تحمل الإحباط من فرد لآخر لسببين:

1- يميل لأن يزداد مع التقدم في السن ازدياد الثقافة لدى الشخص وتنوعها مع التقدم في العمر يساهم في تحمل الإحباط بمعنى أنه ازدياد خبرة الفرد.

2- لكل شخص درجة تحمل تبدأ عندما يتخطى الضغط مصادر الفرد الاعتيادية التكيفية، كما أنها درجة قصوى من التحمل وهي كمية الإحباط التي يصل إليها الشخص عند عمر معين كي يحصل على أقصى احتمال للإحباط.

2. تحمل الغموض:

تحمل اللبس: يعني مقدرة الشخص على مواجهة أحاسيسه المتعارضة ورد فعله لكل الحالات الاجتماعية والإدراكية والانفعالية وهو يتصل بالمدى المعرفي للشخص لأنه يرتبط بمقدرة الفرد على التمييز بين الخصائص الإيجابية والسلبية للموضوع ذاته.

3. تحمل عدم التطابق

التوافق هو مصطلح (congruence) أتى به روجرز (Rogers) و يعني الانسجام بين ما يخبر به الفرد نحو الباطن و بين ما يعبر عنه نحو الخارج .

و يرى (وولمان) أن احتمال عدم التوافق هو القدرة على التأمل في أفكار مختلفة دون قلق و دون استعمال الحيل الدفاعية .

أما روجرز فيشير إلى أن التضاد الحاصل بين تصور الفرد عن نفسه و بين خبراته الفعلية (أي وجود صراع بين الذات المتصورة و الذات النموذجية) و التي تعني ما يصبو أن يكونه المرء عن نفسه.

كيفية زيادة قوة التحمل النفسي

من أفضل الوسائل لزيادة قوة التحمل النفسي تتضمن تدريب الفرد على الصبر والثقة في الذات، من خلال الترفع عن الأمور البسيطة وتجاوزها بصدق، ويتطلب ذلك اقترافاً كبيراً من البأس والتحكم بالنفس، ومع النجاحات المتتالية في هذا تتعزز القدرة على التحمل النفسي لدى المرء تلقائياً ويغدو غير مُكترَب بالتصرفات التي قد تصدر من الآخرين وتؤدي إلى الغضب في الحالات المعتادة، ويلزم ذلك الاعتماد على القيم الحسنة والأخلاق الحميدة كمنهج حياة في التعامل مع الآخرين، يتساوى في ذلك أفراد العائلة ورفقاء العمل والآخرين في المجتمع. الصدق: هي من أبرز عناصر النجاح في رفع قوة التحمل النفسي، فعندما يشرع المرء في التطلع نحو المستقبل يطلق العنان لخياله في الوصول إلى درجات كبيرة من النجاح، ويعقب ذلك مواجهة الواقع بكل عقباته ومشكلاته التي تؤخر تلك النجاحات، وهو الأمر الذي يثير الإحباط والارتباك نتيجة الصدام بمواقف غير مُحْتَسَبَة، ولكن في حال النظر إلى القدرات الذاتية والمهارات بموضوعية والعمل على تطويرها، سيكون من الممكن في تلك الحالة الوصول إلى الأهداف الوسطى التي لا تكون مُبالغاً فيها، مع الأخذ بعين الاعتبار أن الإخفاق في المحاولة لا يعني الفشل النهائي إلا في حال التوقف عن المحاولة. (Morga,2018:4)

من النظريات التي فسرت التحمل النفسي

نظرية كوباسا (1979)

اقترحت كوباسا تصور حول مفهوم قوة التحمل Hardiness سنة 1979، واعتمدت في صياغته على الفلسفة الكينونية و تنظير علماء النفس الوجوديين مثل (فكتور فرانكل)، (تقصد الوجودية مساعي المرء ليشعر بذاته، عبر إيجاد مغزى لهذا الوجود، ثم يشرع في أفعاله الشخصية كلما سعى للعيش وفقاً لقيمه ومبادئه). و بناءً على ذلك، تعتبر أن الأفراد قادرون على مجابهة الأوضاع العصيبة و تحويل وقائع الحياة الشاقة إلى احتمالات و فرص لصالحهم التي تُعتبر الاستناد الفعال للتعاطي مع المحيط وفقاً لخطة محددة وقرارات مُعينة أو المقدرة على التحكم في الانفعالات تتناسب مع العالم الخارجي (الشمري، 2001: 4).

قدمت كوباسا نظرية رائدة في ميدان تفادي التعرض للاضطرابات الجسدية والنفسية عن قوة التحمل النفسي كمفهوم جديد في هذا المجال، وزادت احتمالات الإصابة بالأمراض. واعتمدت كوباسا في بناء النظرية على عدد من الأسس النظرية تمثلت في آراء واقتراحات بعض العلماء مثل "ماسلو" و"فراكليل" و"روجرز"، والتي دعت إلى وجود هدف للفرد أو معنى لحياته يساعده على مواجهة إحباطات الحياة وتقبلها، وأن يتحمل الشخص الإحباطات الناتجة عن الظروف والمواقف الحياتية الصعبة، معتمداً في ذلك على قدرة وقوة التحمل، واستغلال إمكاناته الاجتماعية والشخصية بشكل جيد. (جاسم ، 2023: 89).

التوجهات نحو الهدف

تعتبر توجهات الهدف من المفاهيم الأساسية لتحقيق تعليم ذي جودة عالية لذا توضح وتفسر الشخص ومدى ردود أفعالهم للمواقف وكذلك تعزز ثقة الشخص بنفسه من منطلق أنها تذكير بالمهمة التي بيده، وهي دعامة أساسية ومعرفية لاندماج الشخص في المهام ولهذا تساهم في مواقف الإنجاز وتحفز الطلاب للمشاركة في أنشطة الإنجاز. (حسن والفرحاتي ، 2007: 168)

افترضت فرضية توجهات الهدف الإنجاز ان الغايات توجه التصرفات، خصوصاً سلوك الانتقاء والمواظبة، كما يمكن بناء نماذج تعليمية معرفية في ضوء الغايات المنشودة. إذ أنها تخلق إطار عمل يمكنه من تقييم سلوكه الإنجازي ووضع غايات شخصية وبذل مجهود لمعالجة المعلومات حتى تتحقق الغايات المرجوة فيعد كل توجه من توجهات غايات الإنجاز بمثابة لجودة الأهداف الخاصة (Lock, 2001: 262)

تصنيف توجهات انجاز الهدف

اشار هاريكوايز واخرون (Harackiewicz & Ather 2002) ضرورة الى الفصل بين مكوني "الاقدام والاحجام لأهداف الاداء ومحاولة تحديد الاثار الايجابية لأهداف الاداء- الاقدام، والاثار السلبية لأهداف الاداء- الاحجام" و حيث ان هذا التصنيف الى احداث تكامل بين التصنيف الاخرى لتوجهات اهداف الانجاز (Elliot & Church & 1997) وتصنف توجهات اهداف الانجاز الى ثلاثة اصناف هي:

1- أهداف التمكن: يركّز الطلبة فيها على تحقيق الجدارة في ضوء المعايير الذاتية أو معايير المهمة، وتُوصف بأنها توجهات دافعية إقدامية لاكتساب المعرفة والمهارات والوصول إلى مستوى إتقان المهمة أو المادة التعليمية وتحقيق التعلم من أجل التعلم ذاته. ويتصف الطلبة المتبنين لهذه الأهداف بالميل إلى البحث عن الظروف التي تشكّل تحدياً بالنسبة لهم؛ كما أنهم مثابرون عند مواجهة الصعوبات ولا



يستسلمون سريعاً ولديهم انخراطاً بالمهمة ويكونون أكثر عناية بإتقانها ليسوا مهتمين بمقارنة أدائهم مع أداء الآخرين (Ormrod, 1995, p479)

2- أهداف الأداء – الأقدام: يركز الفرد فيها على تقييم الآخرين له وتحقيق نتيجة تشبه المؤشرات الدراسية والظهور بمظهر ذكي، ويسعى إلى تجنب الفشل وتفادي وصف نفسه بأنه غير مؤهل. لا يُقِيم أدائه بناءً على ما تعلمه أو الجهد المبذول، بل على النتيجة النهائية فقط. لذا، فإن هؤلاء الطلاب يُظهرون انطواءً على الذات لأنهم ينشغلون بأنفسهم أكثر. (السيد، 2005، 40)

3- أهداف الاداء- الاحجام: يركّز الفرد فيها لتجنب المعايير الخارجية وخاصة المقارنة بالآخرين لتجنب الشعور بالنقص والقلق من الظهور بمظهر الضعف أمام الآخرين، فهؤلاء الطلبة يحاولون تجنب الظهور وكأنهم أقل كفاءة في إنجاز المهمة لئلا يُظهروا سذاجة أمام الآخرين. (الحسيني، 2001، 44)

منهجية البحث واجراءاته

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقة الارتباطية " وهو أسلوب في البحث يجري من خلاله جمع المعلومات والبيانات عن ظاهرة أو واقع ما بقصد التعرف على الظاهرة التي ندرسها، وتحديد الوضع الحالي لها" وهذا المنهج تتبعه الباحثة في دراستها وذلك للوصول الى المعرفة العلمية (درويش، 2018: 61)

مجتمع البحث وعينته:

تألف مجتمع البحث الحالي من طلبة الدراسات العليا في جامعة القادسية للعام الدراسي 2023/2024 والبالغ عددهم حوالي (1924) طالب وطالبة للتخصصات الإنسانية والعلمية، وقامت الباحثة بسحب عينة البحث البالغة (151) طالبا وطالبة بالطريقة العشوائية والذين توزعوا حسب الجنس الى (70) ذكور و(81) اناث .

اداتا البحث :

1. مقياس قوة التحمل النفسي : .

مقياس قوة التحمل : بعد اطلاع الباحثة على الادبيات التي تناولت قوة التحمل تبنت الباحثة مقياس قوة التحمل النفسي خلف (2021) والذي تألف من (30) فقرة وتم وضع خمس بدائل أمام كل فقرة هي (دائما , غالبا , احيانا , نادرا , ابدا) ، وبذلك تتراوح الدرجات التي يحصل عليها الطالب عن كل فقرة بين (5-1) ايجابية وعكسها لل فقرات السلبية .

درجة صدق المقياس : تم التأكد من صدق المقياس بطريقتين :



أولاً / الطريقة الاولى : الصدق الظاهري: تم استيفاء ملاحظات محكمين ومختصين في علم النفس والقياس والتقويم على مجموعة من الفقرات، وبناءً عليه تم الاحتفاظ بالفقرات التي نالت موافقة 80% منهم، وتم تعديل بعض الفقرات دون حذف أي منها، وتم تشكيل المقياس من (30فقرة) ولم تحذف أي فقرة .

■ التطبيق الاحصائي الاول : اختبرت الباحثة المقياس على عينة عشوائية من 20 طالباً وطالبة من طلبة الدراسات العليا ، وتبين أن تعليمات المقياس واضحة وفقراته مفهومة.

■ عينة التحليل الاحصائي : قامت الباحثة بتطبيق المقياس مرة أخرى على عينة مؤلفة من (100) طالب وطالبة، وبعد تصحيح الاستمارات، اختارت الباحثة (27) طالباً من كل فئة الأعلى والأدنى لدراسة خصائص الفقرات وتحليلها إحصائياً.

ثانياً / الطريقة الثانية : صدق البناء (الاتساق الداخلي):

تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، وبعد إجراء اختبار الدلالة التي تراوحت بين (0.34 – 0.82) ومن طريق مقارنة هذه المعاملات مع القيمة الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (99)، تبين أن جميع الفقرات دالة.

● ثبات المقياس : تم استخدام معادلة الفا-كرونباخ لضمان ثبات المقياس، وأظهرت النتائج أن معامل الثبات كان يبلغ (0.799)، ويمكن اعتبار ذلك مؤشراً إيجابياً على ثبات المقياس، حيث يتم اعتبار معامل الثبات جيداً.

● المقياس بصيغته النهائية : تم تحديد الخصائص السايكومترية وصدق وثبات المقياس، وبعد ذلك تم تأليف المقياس النهائي من (30)، تمثل قدرات تحتاج اتخاذ القدرة الأفضل ، ولكل فقرة خمسة بدائل جميعها صحيحة ، ولكنها متدرجة ، وعلى الطالب ان يختار البديل الاكثر انطباقا على شخصيته ،

1- مقياس مستوى انجاز الاهداف:

استخدمت الباحثة مقياس مستوى انجاز الاهداف بعد الاطلاع على البحوث والدراسات التي تناولت هذا النوع من المقاييس كونت الباحثة المقياس بما يتناسب واهداف بحثها -، حيث يتكون المقياس من (20) فقرة وبدائل اجابة (تنطبق علي تماما ، تنطبق على بشكل كبير ،تنطبق على احيانا ،لا تنطبق علي تماما) حيث يكون اعلى درجة للمقياس هي (100)واقل درجة هي (20) .

صدق البناء Construct Validity:

قامت الباحثة بالتحقق من هذا النوع من الصدق عبر المؤشرات التالية:

1- القوة التمييزية للفقرات التي استخرجت باستخدام المجموعتين الطريقتين العليا والدنيا، وقد افترضت الباحثة أن فقرات المقياس ذات قدرة تمييزية بين المستجيبين الذين يمتلكون درجات عالية في التوجهات انجاز الاهداف والذين يمتلكون درجات منخفضة منه. لأن قيمتها T المحسوبة كانت أقل من القيمة T الجدولية البالغة (0.113) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (99)، وبذلك وصل عدد فقرات المقياس إلى (20) فقرة فقط.



2- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية: تم حساب علاقة ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية دون حذف أي فقرة لمقياس توجهات باستخدام معامل ارتباط بيرسون. تبين أن فقرات مقياس جميعها صادقة وبدلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (99).

1- صدق المقياس.

صدق الاداة هي الدرجة التي تقيس بها ابعاد او مجالات المقياس ولا جل قياس الغرض منها ، وعليه فان صدق المقياس هي درجة توافر البيانات ذات العلاقة بمشكلة البحث او الدراسة والمدى الذي تقيسه ، او ربط المقياس بدرجات الاداة المشابهة او عرضها على الخبراء ذوو العلاقة او الاختصاص ، حيث تم عرضه على الخبراء وتم الموافقة عليه ونسبة اكبر من (80%) وكما في الجدول ادناه .

جدول رقم (1)

الفقرات	عدد المحكمين	عدد الموافقين	المعارضين
1 ، 6 ، 8 ، 10	12	12	-
4 ، 5 ، 7 ، 15 ، 16 ، 17 ، 20 ،	12	11	1
2 ، 3 ، 9 ، 11 ، 14 ، 19 ، 18 ،	12	10	2
	12	5	7

2 - ثبات المقياس

أ- طريقة إعادة الاختبار (re-test):

جرى التحقق من استقرار المقياس باستخدام طريقة إعادة الاختبار ، على فترات زمنية مدتها أسبوعان بين التطبيق الأول والثاني، على عينة مكونة من 40 طالباً وطالبة من مجتمع البحث؛ وهي العينة نفسها التي نُفذ عليها مقياس (توجهات أهداف الإنجاز). وباستخدام معامل الارتباط لبيرسون، تبين أن معامل الارتباط بين الاختبارين بلغ (0.80) وهو مؤشر جيد للثبات.

ب- التجزئة النصفية:

حسب استقرار مقياس الانفتاح على الخبرة عبر طريقة التجزئة النصفية التي تركز على تقسيم فقرات المقياس إلى جزأين ثم حساب معامل الارتباط بين درجاتهما، وتصحيح هذا المعامل باستخدام معادلة (سبيرمان-براون) لأن الارتباط بين القسمين يعكس ثبات نصف الاختبار (Ebel: 1972, 412). وبالتالي صُنّف المقياس إلى جزأين: أحدهما يضم الفقرات الزوجية والآخر الفقرات الفردية، حيث بلغت قيمة الثبات (0.75).



ج- الاتساق الداخلي

باستخدام معادلة ألفا كرونباخ ، حيث كان معامل الثبات (0.809) لفقراتها وتشير هذه القيمة الى ثبات المقياس .

2- تصحيح المقياس:

توزعت درجات الاستجابة على فقرات المقياس وفق اربع فئات تظهر درجة ممارسة طلبة الدراسة لكل مجالات المقياس ، وكانت على النحو التالي: (تنطبق علي تماما) اربع درجات(تنطبق على بشكل كبير) ثلاث درجات ،(تنطبق على احيانا) درجتان ، و (لا تنطبق علي تماما) درجة واحدة وتم الاعتماد على المدى كأساس للمعيار، إذ إن أعلى درجة (4) وأدنى درجة (1)، حيث اعلى درجة للمقياس (96) واقل درجة هي (20) بمتوسط فرضي (60) ، وعند توزيعها اي كلما زادت نسبة الدرجات زاد مستوى انجاز الاهداف للطلبة واذا قلت الدرجة انخفض المستوى للطلبة لعينة البحث.

3 التجربة الاستطلاعية للمقاييس.

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة البحث والبالغة عددهم (30) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية الدراسات العليا- جامعة القادسية ، ومن خارج عينة البحث في يوم الثلاثاء الموافق 2024/12/17م والغاية منها .

1- معرفة تعليمات ووضوح فقرات المقياس بالنسبة للمختبرين .

2- معرفة الصعوبات والمعوقات التي تواجه الطلاب خلال تطبيق المقاييس .

3- الوقت اللازم لا جراء الاختبار للإجابة على فقرات المقاييس.

3- التطبيق النهائي للمقاييس

تم تطبيق المقاييس على عينة البحث لطلاب الدراسات العليا – كلية التربية والبالغ عددهم (100) طالب وطالبة ، وتم الاجابة عليها من قبل الطلاب ومن ثم تفريغ البيانات ومعالجتها احصائيا .

3-الوسائل الاحصائية :

(الوسط الحسابي، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط البسيط لبيرسون ، معامل الفا كرونباخ ، مربع كاي ، ت لعينة واحدة ، ت لعينتين مستقلتين).

عرض النتائج ومناقشتها

لتحقيق اهداف البحث ومعرفة قوة التحمل ومستوى انجاز الاهداف لدى طلبة الدراسات العليا والعلاقة بينهما ، قامت الباحثة بالاتي:

1- التعرف على قوة التحمل النفسي لدى طلبة الدراسات العليا

لتحقيق الهدف الاول المتضمن تعرف على قوة التحمل النفسي لدى طلبة الدراسات العليا حللت استجابات طلبة على المقياس والبالغ عددهم (100) طالب وطالبة وتم حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجات وكما موضح في الجدول ادناه

جدول (2) يبين قوة التحمل لدى طلبة الدراسات العليا

حجم العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
100	103.56	90	11.32	13.66	1.66	99	دالة

تبين من نتائج الجدول (1) ان نتائج قوة التحمل النفسي (103.56) و بانحراف معياري (11.32) عند مستوى دلالة (0.05) حيث ان محسوبة (13.66) اعلى من الجدولية البالغة (1.66) مما تؤكد ان هناك ان نتائج قوة التحمل لطلبة الدراسات العليا ، وتعزو الباحثة ان طلاب كلية التربية في جامعة القادسية يمتلكون قوة تحمل جيد كونهم يحاولون زيادة قدراتهم المعرفية ويحققون ما يصبون اليه واكثر تحمل للضغوط وهذا يتفق مع نظرية كوباسا والتي تشير الى مدى قدرة الفرد على تحمل عن طريق التحدي والمنافسة و والالتزام والضبط وتتفق مع دراسة هادي وموزاني (2023) ودراسة مرقس (2003) .

2- التعرف على التوجهات لإنجاز الاهداف لدى طلبة الدراسات العليا

لتحقيق الهدف الثاني المتضمن تعرف على توجهات انجاز الاهداف لدى طلبة الدراسات العليا حللت استجابات طلبة على المقياس والبالغ عددهم (100) طالب وطالبة وتم حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجات وكما موضح في الجدول (3)

اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (11.62) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.66) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (99) وهذه النتيجة تتفق مع دراسة الحسيني (2001) ودراسة رشوان (2005) ودراسة محاسنة (2011) ودراسة سماوي (2011)، وهذا يعني أن عينة البحث لديها ميل نحو انجاز الاهداف، أي أن طلبة الجامعة لديهم توجه إلى تحصيل المهارات الجديدة والمتنوعة ولديهم سعي جاد لاستيعاب عملهم وتحسين مستوى كفاءتهم وتفضيل المهام الصعبة والإقرار بأن الجهد ومواجهة المخاطر عنصران أساسيان لتحقيق النجاح، وهم يولون المقرر الدراسي اهتماماً أكبر من مقارنة أنفسهم بالآخرين؛ كذلك يميلون إلى الاعتماد الذاتي في التعلم والتحصيل المعرفي والأنشطة التعليمية.

جدول (3) يبين انجاز الاهداف لدى طلبة الدراسات العليا

حجم العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
100	79.05	60	13.32	11.62	1.66	99	دالة

3- لتحقيق هدف البحث الثالث الفرق في قوة التحمل النفسي لدى الطلبة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور ، اناث)

المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	108.39	12.32	13.66	1.66	دالة
الاناث	99.39	14.02			

جدول (3)



تبين من نتائج الجدول (3) ان نتائج قوة التحمل عند الطلاب الذكور تراوحت بين (108.39) بينما تراوحت عند الاناث (99.39) عند مستوى دلالة (0.05) حيث ان درجتها هي (13.66) اصغر من الجدولية البالغة (1.66) مما تؤكد ان هناك ان نتائج قوة التحمل لدى الذكور عالية في الدراسات العليا ، وتعزو الباحثة ان (الطلاب الذكور) في كلية التربية في جامعة القادسية يمتلكون قوة تحمل جيد كونهم يحاولون يواجهون المواقف بقدراتهم العقلية دون العواطف .

4- التعرف على الفرق في التوجهات انجاز الاهداف لدى الطلبة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور ، اناث)

المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	79.99	11.22	7.22	1.66	دالة
الاناث	66.29	13.72			

الجدول (4)

تبين من نتائج الجدول (4) ان نتائج انجاز الاهداف عند الطلاب الذكور تراوحت بين (11.22) بينما تراوحت عند الاناث (13.72) عند مستوى دلالة (0.05) حيث ان درجتها هي (7.22) اصغر من الجدولية البالغة (1.66) مما تؤكد ان هناك ان نتائج انجاز الاهداف غالب عند طالبات الاناث في الدراسات العليا ، وتعزو الباحثة ان (الطالبات الاناث) في كلية التربية في جامعة القادسية يمتلكن مستوى انجاز الاهداف جيد كونهم يحاولون يدرسن لساعات اضافية لتحقيق اعلى النتائج .

5- التعرف على العلاقة الارتباطية بين قوة التحمل النفسي وتوجهات انجاز الاهداف لدى الطلبة

- لتحقيق هدف البحث لمعرفة العلاقة الارتباطية بين قوة التحمل و مستوى انجاز الاهداف تم حساب قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج قوة التحمل ومقياس مستوى انجاز الاهداف وكانت (0.49) عند مستوى دلالة (0.05) مما تؤكد ان هناك علاقة معنوية بين نتائج المتغيرات بالاتجاه الطردي أي ان نتائج قوة التحمل يزيد من مستوى انجاز الاهداف للطلاب في التعلم وتعزو الباحثة ان الطلبة في جامعة القادسية يمتلكون قوة تحمل جيدة يجعلهم يرسمون ويحددون أهدافهم وينجزونها للمستقبل الواعد بشكل واضح و متوافق مع متغيرات مستواهم الأكاديمي الجديد ويرتبط ايجابيا "مع مستوى انجازهم وتطلعهم نحو المستقبل لتحقيق أهدافهم المرجوة .

5-الاستنتاجات والتوصيات:

1-الاستنتاجات

1- تُعد قوة التحمل عاملاً حاسماً في تعزيز قدرة الفرد على الانتباه والمشاركة الفعالة في مختلف السياقات. فهي تمكن الأفراد من مواجهة التحديات والمواقف الضاغطة، مما يساهم في تحسين مستوى أدائهم الأكاديمي والمهني.

2- يعاني العديد من الطلاب من صعوبات في حل المشكلات الأكاديمية المعقدة، مما يؤثر سلباً على قدرتهم على التحمل. هذه الصعوبات قد تعيقهم عن تحليل المشكلات بشكل فعال واستخدام مستويات



الإنجاز لتحقيق أهدافهم. يتطلب ذلك مهارات تفكير عالية، بالإضافة إلى القدرة على تطبيق المفاهيم والأساليب المناسبة في سياقات مختلفة.

3- تتطلب بعض المفاهيم الأكاديمية توفير شروح وتمارين إضافية توضح تلك المفاهيم وتساعد الطلاب على تطبيقها في مشكلات واقعية. هذا يتماشى مع تطلعات طلاب الدراسات العليا الذين يسعون إلى تحقيق مستوى عالٍ من الفهم والمهارة.

4- تعزيز قوة التحمل يشجع الأفراد على الاستمرارية في العمل والبحث عن معلومات جديدة. كما يزيد من الدافع الذاتي، مما يجعل الفرد أكثر رغبة في العمل، ويجنبه السلوكيات غير المثمرة.

5- تساهم قوة التحمل أيضًا في تنمية المهارات والقدرات على التفكير الإيجابي والإبداعي، مما يعزز القدرة على اكتساب مهارات مثل الاستقراء والاستنتاج والتعميم. في النهاية، يمكن القول إن قوة التحمل تلعب دورًا محوريًا في تحقيق الإنجازات الأكاديمية والمهنية، مما يساهم في تطوير الأفراد بشكل شامل.

6- - اهتمام التدريسين في مختلف مستويات التعليم على جذب انتباه الطلبة إلى التوجه نحو أهداف التمكن التي يتعلمون من أجلها، وبالتالي مساعدتهم التوجه نحو أهداف التمكن وذلك بأن يتعلموا لأجل التعلم والحصول على المعرفة وليس من أجل الحصول على الدرجات، أو تعزيز من الآخرين، أو السعي إلى التفوق على الآخرين.

2- التوصيات:

- 1- يجب الاهتمام بكيفية زيادة قوة التحمل للطلاب للنهوض بالعملية التعليمية وتحقيق الاهداف المنشودة .
- 2- مساعدة الطلبة على تحسين اساليبهم في تحقيق مستوى انجازهم للأهداف من خلال المناهج والبرامج التعليمية المعدة وفق هذا الغرض
- 3- توجيه وسائل الاعلام لتقديم برامج تضمن تعليم قوة التحمل من اجل الارتقاء بمستوى قدرات الطلبة

4- المقترحات

- اجراء دراسة قوة التحمل النفسي وعلاقته بالتوجهات الدينية لدى طلبة الجامعة
- اجراء دراسات مشابهة في متغيرات اخرى مثل التفكير والقدرات العقلية .
- اساليب المواجهة وعلاقتها بتوجهات انجاز الاهداف .
- نضوب الانا وعلاقته بقوة التحمل النفسي لدى طلبة الايتام
- المصادر
- لشمري، صادق كاظم جريو.. (2016). توجهات اهداف الانجاز وعلاقتها بالانفتاح على الخبرة لدى طلبة جامعة بابل والجامعة الإسلامية . مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية. العدد 25
- خلف ، ازهار يوسف (2021) التحمل النفسي وعلاقته بالتسامح الاجتماعي لدى طلبة الجامعة . مجلة سرى من رأى للدراسات الانسانية . المجلد السابع العدد (66) كلية التربية جامعة سامراء



- الحسيني، نادية (2001): علاقة توجهات اهداف الانجاز باستراتيجيات التعلم المعرفية واستراتيجيات ما وراء المعرفة وقلق الاختبار لدى الطلبة المتفوقين دراسيا، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية النوعية، جامعة عين شمس، القاهرة.
- الحوري ، عكلة سليمان (2021) مفاهيم حديثة في علم النفس الرياضي . العراق شركة دار الاكاديميون للنشر والتوزيع .
- السيد، وليد شوقي شفيق (2005): النموذج البنائي للكفاية المدركة والتوجه الدافعي وطلب المساعدة الاكاديمية والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الصف الثاني الاعدادي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق، القاهرة.
- البطي ، امنة أشتيوي (2018) الضغوط النفسية لدى المطلقات واساليب مواجهاتها(ط 1) عمان مركز الكتاب الاكاديمي .
- عمار ، مروة ، و احمد ، ايمان (2021) قوة التحمل النفسي وعلاقتها بكل من التنظيم الاجتماعي والضعوط الاكاديمية لدى طلاب الدراسات العليا ، مجلد (23 العدد 3) مجلة كلية التربية مصر الاسكندرية .
- عدس، عبد الرحمن وتوق، محي الدين (1998): المدخل إلى علم النفس، دار الفكر، عمان، منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك، عمان.
- مرقس ، بهاء مني (2003) التحمل النفسي لدى مراهقين وعلاقته بالعمر والجنس وترتيب الولادي . رسالة ماجستير غير منشورة بغداد ، جامعة بغداد كلية التربية
- هادي ، غفران عبد الكريم ، و الموزاني ، عبد الكريم (2023) اساليب المزاجية وعلاقتها بقوة التحمل النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير غير منشورة . كلية التربية للعلوم الانسانية .

المصادر

1. Carole (1992). "Classrooms: Goals, structures, and student motivation". Journal of Educational Psychology. 84: 261-271. DOI:10.1037/0022-0663.84.3.261. ISSN:1939-2176.
2. Todd B. Kashdan Ph.D. (21-1-2015), "10 Psychological Strengths, Including psychologytoday, Retrieved 29-6-2018. Edited 'the Most Valuable 2"
3. webmd, Retrieved 'R. Morgan Griffin, "5 Tips for Building Mental Stamina" 29-6-2018. Edite
4. Lock , E. (2001) : Self-set goals and self-efficacy as mediators of and incentives and personality. In M. Erez, H., et al. (Eds.) : Work motivation in the context of a globalizing economy , Mahwah , N J : Erlbaum