



النموذج البنائي للعلاقات السببية بين استراتيجيات التنظيم
الانفعالي و الازدهار النفسي والشغف الاكاديمي لدى الطالبات
المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية

أ.م.د / سلوى سعيد عبد الغني ناصر أ.م.د / مروة صلاح إبراهيم سعادة
أستاذ الاقتصاد المنزلي والتربية المساعد-كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة المنوفية

مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية

معرف البحث الرقمي DOI: 10.21608/jedu.2023.195240.1838

المجلد التاسع . العدد 45 . مارس 2023

التقييم الدولي

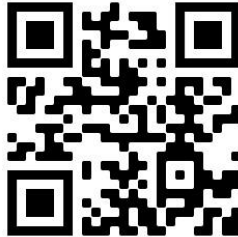
P-ISSN: 1687-3424

E- ISSN: 2735-3346

موقع المجلة عبر بنك المعرفة المصري <https://jedu.journals.ekb.eg/>

موقع المجلة <http://jrfse.minia.edu.eg/Hom>

العنوان: كلية التربية النوعية . جامعة المنيا . جمهورية مصر العربية



النموذج البنائي للعلاقات السببية بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي و

الازدهار النفسي والشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات بكلية

الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية

أ.م.د / مروة صلاح إبراهيم سعادة

أستاذ الاقتصاد المنزلي والتربية المساعد - كلية
الاقتصاد المنزلي - جامعة المنوفية.

drmarwa_7368@yahoo.com

أ.م.د / سلوى سعيد عبد الغني ناصر

أستاذ الاقتصاد المنزلي والتربية المساعد - كلية
الاقتصاد المنزلي - جامعة المنوفية.

Shahd_m1956@yahoo.com

مستخلص البحث

هدف البحث التعرف على العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي والشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث ، وكذلك التحقق من مدى مطابقة النموذج السببي المقترح للعلاقة بين متغيرات البحث (استراتيجيات التنظيم الانفعالي ، الازدهار النفسي والشغف الاكاديمي) وتضمنت ادوات البحث استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي ، استبيان الازدهار النفسي ، استبيان الشغف الاكاديمي ، وتم تطبيق البحث على عينة قوامها (265) طالبة من الطالبات المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي ، وتوصلت الباحثين الى النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطيه موجبة (طرديه) داله إحصائيا عند مستوى (0,01) بين درجات عينة البحث على استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي ، الازدهار النفسي والشغف الاكاديمي.
- يحقق نموذج تحليل المسار المقترح للعلاقات السببيه بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي (كمتغير مستقل) والازدهار النفسي (كمتغير وسيط) والشغف الاكاديمي (كمتغير تابع) مطابقة جيدة لبيانات الطالبات المعلمات

- وجود تأثير مباشر موجب لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الازدهار النفسي بلغ (0,62).
- وجود تأثير مباشر موجب للازدهار النفسي في الشغف الأكاديمي بلغ (0,26).
- وجود تأثير مباشر موجب لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الشغف الأكاديمي بلغ (0,08) وتأثير غير مباشر من خلال الازدهار النفسي كمتغير وسيط بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الأكاديمي بلغ $(0,16 = 0,62 \times 0,26)$ وبذلك بلغ التأثير الكلي لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الشغف الأكاديمي (0,24).

الكلمات المفتاحية : استراتيجيات التنظيم الانفعالي - الازدهار النفسي - الشغف الاكاديمي - الطالبات المعلمات

Structural Model of Causal Relationships between Emotional Regulation Strategies, Psychological Prosperity and Academic Passion for Female Teachers at the Faculty of Home Economics, Menoufia University

Abstract

This research **aims** at identifying the relationship between emotional regulation strategies, psychological prosperity and academic passion among the female student teachers, the research sample, as well as verifying the extent to which the proposed causal model matches the relationship between the **research variables** (emotional regulation strategies, psychological prosperity and academic passion). The research **tools** included a questionnaire of emotional regulation strategies, a questionnaire of psychological prosperity and a questionnaire of academic passion). The research was applied to a sample of (265) student teachers at the faculty of Home Economics, and the two researchers reached the following **results**:

-There is a positive (direct) correlation relationship statistically significant at the level (0.01) between the scores of the research sample on the questionnaire of emotional regulation strategies, psychological prosperity and academic passion.

-The proposed path analysis model of the causal relationships between emotional regulation strategies (as an **independent variable**), psychological prosperity (as a **mediating variable**), and academic passion (as a **dependent variable**) achieves a good match with the data of female teachers.

-There is a direct positive effect of emotional regulation strategies on psychological prosperity, amounting to (0.62).

-There is a direct positive effect of psychological prosperity on academic passion, which amounted to (0.26).

-There is a direct positive effect of emotional regulation strategies on academic passion which amounted to (0.08); and an indirect effect through psychological prosperity as a mediating variable between emotional regulation strategies and academic passion which amounted to $(0.26 \times 0.62 = 0.16)$, and thus the total effect was for emotional regulation strategies in academic passion (0.24).

Keywords: emotional regulation strategies- psychological prosperity - academic passion - female teachers

المقدمة:

تعتبر الانفعالات Emotions أحد مكونات الشخصية ، وترتبط بحياتنا ارتباطاً وثيقاً من خلال ما نواجه من أحداث ومواقف يومية تتنوع على إثرها انفعالاتنا وتباين ؛ فشدّة الغضب التي نتابنا ، وشعور الفرح الذي نبالغ فيه والحزن الذي يسيطر علينا ؛ كل هذا يحتاج منا لضبط وتنظيم ، ويستخدم لتنظيم الانفعال مجموعة واسعة من الاستراتيجيات Emotion Regulation Strategies والتي تُعد حجر الزاوية لمفهوم التنظيم الانفعالي.

فتنظيم الانفعالات من المفاهيم الجوهرية وجزءاً مهماً لتفسير الاستجابة الانفعالية المعقدة ، فلكل فرد منا المهارات الانفعالية والمعرفية والسلوكية التي تنظم وتسيطر على الخبرات والمواقف والتعبيرات الناتجة من تفاعل الفرد مع محيطه.(بلحسيني ، 2017 : 185)

وتتفق دراسة Gross (2014) مع دراسة Ng, Huebner, Hills & Valois (2018) في أن كفاءة الافراد في استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي تساعدهم على تحقيق مستويات مرتفعة من الهناء الذاتي ، والصحة النفسية ، والإنجاز الأكاديمي ، والتكيف الإيجابي وتعتبر استراتيجيات التنظيم الانفعالي حجر الزاوية في إدارة الافراد لانفعالاتهم وانفعالات الآخرين ونجاحهم في إقامة علاقات إيجابية مع أنفسهم ومع الآخرين مما يحقق لهم الهناء المعرفي والانفعالي .

وتوصلت دراسة Gross & Thompson (2007) أن استراتيجيات التنظيم الانفعالي تسمح لنا بالتكيف الإيجابي بسهولة مع المتغيرات الموقفية والسياقات المتنوعة والتواصل بفعالية مع نوايا الآخرين مما يؤثر بدوره على كفاءة تحقيق مستويات مرتفعة من الرضا عن الحياة ، حيث تتيح للفرد تنظيم حجم ومدة الاستثارة الانفعالية في الموقف الاجتماعي مما يسهم في نجاح تفاعلاته

وأشارت دراسة Garnefski & Kraaij (2001) أن استراتيجيات التنظيم الانفعالي التي يستخدمها الأفراد في مواقف الحياة المختلفة بعض منها استراتيجيات إيجابية مثل القبول ، إعادة التركيز الايجابي ، إعادة التركيز علي التخطيط ، إعادة التقييم

الإيجابي، والبعض الآخر استراتيجيات سلبية مثل لوم الذات والتفكير الكارثي ، لوم الآخرين ، والاجترار .

ويمثل الازدهار النفسي الطريقة التي تسير بها الحياة بشكل جيد من خلال دمج المشاعر الايجابية بالأداء ، وتشير المشاعر الايجابية إلى ادراك الفرد وتقييمه للحياة بما في ذلك السعادة والرضا عن الحياة ، كما أن الازدهار يتضمن كل من الأداء الشخصي والاجتماعي الايجابي ، ويشير الأداء الأمثل للأفراد إلى تقبلهم لذاتهم وإقامة علاقات اجتماعية جيدة بالثقة ، وبذل الجهد للتطور والنمو ، كما أن لديهم اتجاه واضح في الحياة ، ويجعلون البيئة المحيطة تشبع حاجاتهم ويواجهون التحديات الاجتماعية ، وعلى الجانب الاجتماعي يرى الفرد المجتمع داعماً و أن يشعر بالتقبل الاجتماعي وأنه جزء من هذا المجتمع ويدرك أن له اسهاماً فيه .(Huppert : 843) & So, 2013

ويعد الازدهار بناءً متكاملًا من المشاعر الايجابية والأداء النفسي والأداء الاجتماعي للفرد أكثر من اعتباره انعدامًا للمرض النفسي ، حيث يمثل الازدهار نظرة شاملة للسياق الشخصي والاجتماعي للفرد ، فهو لا يعبر عن السعادة والرضا عن الحياة فحسب ، وإنما يتضمن القبول الذاتي والنمو الشخصي والشعور بالغرض من الحياة والسيطرة على البيئة والمشاركة الاجتماعية والاندماج Kent, Henderson, (Bradshaw, Ellison&Wright,2021: 60)

و تؤكد دراسة Fredickson & Losado (2005 :679) أن مفهوم الازدهار يركز على الاتجاهات والخبرات الايجابية التي تؤدي إلى النمو والصمود.

وأشارت دراسة Hofer & Chasiotis (2003 :260)؛ دراسة Pavot & Diener (2008 :140)؛ دراسة Diener & Chan (2011 :6) إلى أن الأشخاص الذين يتمتعون بالرفاهة والرضا عن الحياة هم أكثر نجاحاً في العديد من مجالات الحياة مثل جودة العلاقات الاجتماعية والزوجية ، والنجاح في العمل ، والصحة البدنية والعقلية كما أكدت دراسة Datu (2018 :23)؛ دراسة Choi, Lee, Yoo, & Ko (2019 :24)؛ دراسة Duan& Xie (2019 :132)؛ دراسة Berend, Vogt &

Brohm-Badry (2020: 3) أن الازدهار يرتبط ايجابيا بالنواتج الايجابية مثل الانجاز الأكاديمي والاندماج السلوكي والاجتماعي وسلبيا بالضغوط والقلق واشارت دراسة Huppert (2009: 138)؛ دراسة Gokcen, Hefferon, & Attree (2012: 4) إلى أن الأفراد الذين لديهم شعورا بالازدهار نفسيا هم أكثر أسهاما في مجتمعاتهم ، وأكثر إنتاجية في العمل ، ويتمتعون بعلاقات اجتماعية أفضل ، ويواجهون ضغوطا أقل في أنشطتهم اليومية ، كما أنهم يدركون أن الحياة تسير على ما يرام ، ويدركون بشكل جيد إمكانياتهم في مختلف جوانب الحياة ، ولديهم توقعات إيجابية لمستقبلهم.

ويعد الشغف من المتغيرات النفسية التي تتعكس آثارها على النواحي الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية للطالب ؛ فالشغف خبرة إنسانية بدونها لن يجد الفرد معنى لحياته، حيث يزوده بطاقة نفسية للمشاركة والاندماج في الأنشطة ذات القيمة ، وأوضحت دراسة Sverdlík, Rahimi & Vallerand (2021: 5) أن شغف طلاب الجامعة بدراساتهم الأكاديمية له دور كبير في الاداء الأكاديمي والرفاهية النفسية ، كما توصلت دراسة عبد العزيز وأيوب (2021: 992) إلى وجود تأثير دال إحصائيا للشغف الانسجامي في الازدهار النفسي .

يؤثر الشغف الأكاديمي في حياة الفرد المتعلم وسلوكه في المواقف التعليمية ويحدد له نمط معين من السلوك يؤثر فيه وبحالاته النفسية والاجتماعية والتعليمية (Banm & Locke, 2004: 588).

كما أن للشغف الأكاديمي أهمية كبيرة في أنه يدفع الطلبة نحو المثابرة ، وتكريس أنفسهم لأنشطة ومهام التعلم واندماجهم فيها ، ومواجهة الضغوط والصعوبات الأكاديمية بكفاءة ، ويولد لديهم مستويات عالية من الالتزام والممارسات الإيجابية المستمرة اللازمة لتحقيق التميز والإبداع ، ومن ثم يرتبط بالنواتج والمخرجات الأكاديمية الإيجابية ، ويؤثر إيجابيا في شعور الطالب بالسعادة والرفاهية الأكاديمية ، والرضا عن الدراسة. (Alfonso & León, 2019: 2).

مشكلة البحث:

طلاب الجامعة هم أمل المجتمع لتحقيق تقدمه وازدهاره ، فيقع على عاتقهم مسئولية النهوض بالمجتمع والارتقاء به ، ولكنهم يواجهون تحديات متنوعة ناجمة عن متطلبات الدراسة الأكاديمية وتحديات إدارة العلاقات الشخصية ، وهذا يرجع لما تتميز به سنوات الكلية من تغيرات كبيرة في الجوانب الثقافية والديموغرافية والمجتمعية والتكنولوجية لطلاب الجامعات ، بالإضافة لعوامل عديدة أدت إلي زيادة وقت الاتصال بالإنترنت يومياً وهو ما أثر بشكل كبير على الحالة الصحية النفسية والبدنية لدى طلاب الجامعة ، مما يجعلهم في أشد الاحتياج لامتلاك سمات وقدرات إيجابية مثل التفاؤل والازدهار والمرونة والانفعالات الإيجابية التي تجعلهم يخرجون سالمين من هذه الفترة الزمنية. Jing, Meng, Li, & Lu, 2021:2; Selvaraj & Bhat, (2018:280)

أولاً: ظهرت مشكلة البحث الحالي من خلال ملاحظة الباحثين كأعضاء هيئه تدريس أثناء عملهما بالتدريس للطالبات المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية أنهن يواجهن ضغوطاً أكاديمية ومواقف دراسية متنوعة ومعقدة تتمثل في (حضور كم كبير من المحاضرات النظرية والعملية ، التدريب الميداني في المدارس الاعدادية والثانوية ، إعداد التكاليفات ، إعداد المشروعات البحثية ، اعداد مشروعات التخرج) كل هذه الضغوطات تحتاج منهن استخدام طرق واستراتيجيات يسيطرون وينظمون بها انفعالاتهن بما يتناسب مع طبيعة المواقف.

ثانياً : اوصت بعض البحوث والدراسات بضرورة الاهتمام بدراسة متغير استراتيجيات التنظيم الانفعالي كدراسة Richards & Gross (2006)؛ دراسة Schmidt, Tinti, Levine, & Testa (2010) ودراسة عبد الهادي ، أبو جدي (2012) ؛ دراسة محمود (2016)؛ دراسة النقيب(2020).

ثالثاً: باستعراض الباحثين لأدبيات البحث في هذا المجال وجد أنه لا يوجد نموذج نظري يجمع بين هذه المتغيرات رغم أن نتائج الدراسات السابقة تؤكد وجود علاقات ارتباطية بين بعض هذه المتغيرات مع بعض سواء بطريقة مباشرة أو بطريقة غير مباشرة : فمن الدراسات التي ربطت بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والمفاهيم ذات

الصلة بالشغف الاكاديمي حيث لا توجد دراسة ربطت بينهم بطريقة مباشرة، دراسة Gumora & Arsenio (2002) التي ربطت بين التنظيم الانفعالي و التحصيل الأكاديمي والكفاءة الذاتية ؛ دراسة Al-badareen, Ghaleb (2016) التي ربطت بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي و التحصيل الأكاديمي ؛ دراسة Kwon , Hanrahan & Kupzyk (2016) التي ربطت بين تنظيم العاطفة و جوانب متعددة من الأداء الأكاديمي ، ودراسة Akhter, Iqbal & Noor (2020) التي ربطت بين الاستراتيجيات الايجابية للتعبير عن انفعالاتهم والتحصيل الأكاديمي ؛ دراسة صغير (2021) التي ربطت بين الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات والأداء الاكاديمي ، الدراسات التي ربطت بين الازدهار النفسي والشغف الاكاديمي دراسة عبد العزيز وأيوب (2022)؛ دراسة عبد اللطيف (2022)، الدراسات التي ربطت بين التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي دراسة محمد (2020)؛ دراسة أبو رياح (2021) ، أما الدراسات التي ربطت بين متغيرات البحث مجتمعه فلا توجد دراسة ربطت بينهم بصورة مباشرة في حدود اطلاع الباحثين.

وبالرغم من وجود علاقات مباشرة أو منطقية بين بعض متغيرات البحث في الدراسات السابقة ؛ إلا أن هذه الدراسات لم تحدد طبيعة وشكل العلاقات بين المتغيرات وأي منها يقوم بدور الوسيط في هذه العلاقة ، وما مدى إمكانية الخروج بأنموذج يوضح طبيعة المسارات بين هذه المتغيرات (استراتيجيات التنظيم الانفعالي) كمتغير مستقل ، (الازدهار النفسي) كمتغير وسيط ، (الشغف الاكاديمي) كمتغير تابع ، مما دفع الباحثين للتحقق من مدى تشكيل هذه المتغيرات أنموذجا يفسر العلاقات السببية بين هذه المتغيرات لدى الطالبات المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي.

وتتبلور مشكلة البحث في السؤال الرئيس التالي : هل يمكن بناء نموذج بنائي للعلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي والشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية ؟

ويتفرع من السؤال الرئيس للبحث الاسئلة التالية:

1- هل توجد علاقة ارتباطيه بين درجات عينة البحث على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث؟

- 2- هل توجد علاقة ارتباطيه بين درجات عينة البحث على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث؟
- 3- هل يحقق النموذج المقترح للعلاقات السببية (التأثيرات المباشرة وغير المباشرة) بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي (كمتغير مستقل) والازدهار النفسي (كمتغير وسيط) والشغف الاكاديمي (كمتمغير تابع) مطابقة جيدة لبيانات الطالبات المعلمات عينة البحث؟
- 4- ما التأثيرات المباشرة لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الازدهار النفسي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث؟
- 5- ما التأثيرات المباشرة لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث؟
- 6- ما التأثيرات المباشرة للازدهار النفسي فى الشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث؟
- 7- ما التأثيرات الغير مباشرة لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الشغف الاكاديمي عبر الازدهار النفسي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث؟
- 8- ما مدى اسهام كل من ابعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي وابعاد الازدهار النفسي فى التنبؤ بالشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث؟

أهداف البحث:

1. الكشف عن العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث.
2. التعرف على العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث.
3. التحقق من مدى مطابقة النموذج السببي المقترح للعلاقة بين متغيرات البحث (استراتيجيات التنظيم الانفعالي ، الازدهار النفسي والشغف الاكاديمي).
4. تحديد التأثيرات المباشرة لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الازدهار النفسي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث.

5. تحديد التأثيرات المباشرة لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث.
6. تحديد التأثيرات المباشرة للازدهار النفسي فى الشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث.
7. تحديد التأثيرات الغير مباشرة لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الشغف الاكاديمي عبر الازدهار النفسي.
8. التعرف على مدى اسهام كل من ابعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي وابعاد الازدهار النفسي فى التنبؤ بالشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث.

أهمية البحث

يستمد البحث الحالي أهميته من خلال ما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية :-

- اثراء التراث الادبي المتعلق بالتنظيم الانفعالي والذي يعد من المفاهيم التى لم يتم تناولها بالقدر الكافى فى المجال الاكاديمي على الرغم من دوره الفعال فى الاداء الاكاديمي والوظائف التكيفيه للطلاب عبر جميع الفئات العمرية.
- تأتى أهمية البحث من أهمية متغير التنظيم الانفعالي الذى يعد من المتغيرات المهمة فى المجال الاكاديمي ، حيث يمر الطالب الجامعى فى حياته الاكاديمية بالعديد من المهام والمتطلبات والواجبات ، فضلا عن مواقف الاختبارات لذا فإن قدرة الطالب على تنظيم انفعالاته ومشاعره فى الموقف التعليمى لها دورا فعالا فى الاستجابة لمتطلبات المهام التعليمية والأكاديمية ، والقدرة على الاستجابة والتكيف مع متغيرات الموقف التعليمى المختلفة.
- تكمن أهمية البحث فى الفئة التى يتناولها البحث وهن الطالبات المعلمات ، حيث يواجهن العديد من التحديات ، ومن ثم يأتي البحث بغرض تسليط الضوء على بعض المتغيرات التى يمكن من خلالها الوصول الى الازدهار النفسي ، فكما كانت الطالبة المعلمة لديها شغف انسجامى وتعيش حالة من الازدهار النفسي كلما كانت قادرة على العمل الجاد والمثابرة والقدرة على التغيير وتحقيق اهدافها.

- تقديم نموذج بنائى يفسر العلاقة السببية بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي والشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات.

ثانيا: الأهمية التطبيقية:-

- إضافة هذا البحث لمجال القياس النفسي والمكتبة السيكلوجية فى مجال علم النفس المعرفى مقاييس وأدوات تساعد على إجراء المزيد من البحوث فى هذا المجال فى ضوء التطور العلمى مثل مقياس " استراتيجيات التنظيم الانفعالي - الازدهار النفسى - الشغف الاكاديمي " (وهى من إعداد الباحثتين) والتأكد من الخصائص السيكلومترية له ، مما قد يسهم اسهاماً علمياً فى إثراء مجال القياس النفسى والمعرفى والتأكد من تمتع هذه الأداة بدلالات مناسبة من الصدق والثبات .

-يمكن ان تساعد نتائج هذا البحث مسئولى التخطيط الجامعى الى بحث العوامل المساهمة فى تنمية الازدهار النفسى ، والعمل على تنميتها من خلال ادماجها فى المقررات والمناهج الدراسية بما يدعم العوامل المساهمة فى تنمية الازدهار النفسى للطالبات.

-قد تفيد النتائج فى وضع خطط واستراتيجيات وبرامج تربوية تساعد الطلاب على تنمية الجوانب الايجابية وتحقيق النجاح الاكاديمي فى ضوء ما لديهم من خصائص انفعالية واقعيه.

-توجيه نظر القائمين على العملية التعليمية إلى أهمية الازدهار النفسى وإشباع الحاجات النفسية الأساسية لما لهم من تأثير على المخرجات التربوية المختلفة.

مصطلحات البحث :

تعرف مصطلحات البحث إجرائياً بالآتى :

استراتيجيات التنظيم الانفعالي:

هى الاساليب التى تستخدمها الطالبات المعلمات فى تنظيم وإدارة انفعالاتهم الايجابية والسلبية ومواجهة المواقف الضاغطة فى الحياة اليومية، وتقاس اجرائيا بالدرجة التى تحصل عليها الطالبات المعلمات على استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي.

الازدهار النفسي :

هى حالة تبدو فيها شخصية الطالبه المعلمة متألقه نفسيا ووجدانيا واجتماعيا ، وتتسم بالاندماج الاجتماعى الكامل ، والاستمتاع بأنشطة الحياة المختلفة ، وإدخال ليهجة على الاخرين ومساعدتهم ومشاركتهم السعادة والمتعة ، ويقاس بالدرجة التى تحصل عليها الطالبات المعلمات على مقياس الازدهار النفسي.

الشغف الاكاديمي :

هو ميل قوى نحو نشاط تحبه الطالبات المعلمات ويستشعرن أهميته ويستثمرن فيه الوقت والطاقة ، ويقاس إجرائيا بالدرجة التى تحصل عليها الطالبات المعلمات على مقياس الشغف الاكاديمي.

حدود البحث:

في ضوء مشكلة وأسئلة البحث تم وضع الحدود التالية :

حدود بشرية : تم تطبيق البحث على عينة قوامها (265) طالبا من الطالبات المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية .

حدود مكانية : كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة المنوفية

حدود زمنية : في الفصل الدراسي الاول من العام الدراسي (2023/2022).

حدود موضوعية : اقتصر البحث الحالي على دراسة المتغيرات التالية (استراتيجيات التنظيم الانفعالي - الازدهار النفسي - الشغف الاكاديمي).

متغيرات البحث:

المتغير المستقل : استراتيجيات التنظيم الانفعالي

المتغير التابع : الشغف الاكاديمي

المتغير الوسيط : الازدهار النفسي

الاطار النظرى والدراسات السابقة

استراتيجيات التنظيم الانفعالي: Emotional regulation Strategies

تمثل استراتيجيات التنظيم الانفعالي حجر الزاوية فى مفهوم التنظيم الانفعالي ، فمعظم تعاريفه تركز على الاستراتيجيات التى يستخدمها الافراد ويوظفونها لتعديل التعبير عن الخبرات الانفعالية ، ويشمل ذلك الانفعالات الايجابية والسلبية على حد سواء.

وتعرف دراسة Gross (2002: 285) استراتيجيات التنظيم الانفعالي بأنها كالأستراتيجيات الشعورية واللاشعورية التي يستخدمها الفرد لكي يزيد أو ينقص أو يحافظ على واحد أو أكثر من مكونات الاستجابة الانفعالية ، وتتحد هذه المكونات بثلاثة هي: مكون الخبرة (ويمثل المشاعر الذاتية للفرد وفقا لخبراته الحياتية)، المكون السلوكي (يتضمن الاستجابات السلوكية)، المكون الفيزيولوجي (يتضمن الاستجابات الفيزيولوجية كضربات القلب ، ضغط الدم ، تصلب الرجل)

عرفتها دراسة Buric (2016: 139) بأنها هي الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلاب لتنظيم انفعالاتهم في المجال الاكاديمي أثناء اداء المهام والمتطلبات الأكاديمية بصفة عامة وفي مواقف الامتحانات بصفة خاصة.

اوضحت دراسة بسيوني (2019: 59) أن استراتيجيات التنظيم الانفعالي هي الأساليب والطرق المعرفية الشعورية واللاشعورية التي تستخدمها الطالبات الموهوبات بالمرحلتين المتوسطة والثانوية للتأثير على مستويات الإستجابة الإنفعالية للأحداث الضاغطة والتي توضح الطريقة التي تتعامل بها تلك الطالبات مع الاستثارة الإنفعالية بهدف معالجة وضبط تلك الاستثارة والمعلومات الإنفعالية.

مكونات التنظيم الانفعالي

اوضحت دراسة يعقوب (2011: 458 - 459) أن للتنظيم الانفعالي ثلاث مكونات هي:

المكونات الذاتية : وتتألف من الخبرات الشعورية والعناصر المعرفية ، ويقصد بالخبرة الشعورية تلك المشاعر التي يشعر بها الشخص المنفعل ويستطيع التعبير عنها بعد . أما العناصر المعرفية فهي مجمل تلك الأفكار عند الشخص المنفعل والمتصلة بالموضوع الذي أثار انفعاله إلى جانب إدراكه للتغيرات المختلفة التي تحدث له وتحليله لتلك المشاعر التي يشعر بها وفهمه لها.

المكونات الفيزيولوجية : ويقصد بها التغيرات الفيزيولوجية التي تحدث خلال الحالة الإنفعالية ويمكن الكشف عنها بواسطة أجهزة معينة مثل أجهزة ضغط الدم ، معدل ضربات القلب ، معدل التنفس ، حرارة الجسم ، التغيرات الكيميائية في الدم ، التوتر

العضلي ويمكن للشخص المنفعل أن يشعر ببعضها مثل خفقان القلب أو جفاف الفم أو توتر الجسم.

المكونات الخارجية التعبيرية : وهي مختلف التعبيرات الوجهية والايماءات والاشارات غير اللفظية التي تبدو على وجوه الاشخاص أثناء انفعالهم فضلا عن الحركات والأوضاع البدنية والألفاظ التي تصدر عنهم.

نماذج واستراتيجيات التنظيم الانفعالي:

تعددت النماذج التي تحاول تفسير مهارات التنظيم الانفعالي ومنها نموذج بيركينج (ACE)

The adaptive coping with emotions model والذي تشير فيه إلى ان مهارات التنظيم الانفعالي تشمل : القدرة على ان تكون واعيا بالانفعالات ، والقدرة على تحديد وتسمية الانفعالات بشكل صحيح ، والقدرة على تحديد أسباب حدوث الانفعالات الحالية للشخص ، والقدرة على تعديل الانفعالات بطريقة كيفية ، والقدرة على القبول والتسامح مع المشاعر المرغوبة عندما لا يستطيع تغييرها ، والاقتراب ومواجهه المواقف التي تثير الانفعالات السلبية ، والقدرة على تقديم الدعم الذاتى الفعال عند مواجهة الانفعالات. (البلاح ، 2020 : 188)

نموذج Thompson (1994) ويؤكد على أن عملية تنظيم الانفعالات مهمة لأنها تحدث الانفعال على تدعيم استراتيجيات سلوك منظمة ، وأن وظيفة الانفعال تتمثل في تكوين استجابات تتميز بالمرونة المناسبة للموقف وفي احداث التغير السريع والفعال للتكيف مع الظروف المتغيره. (البلاح ، 2020 : 188)

نموذج العمليات لـ Gross

وعلى الرغم ان هناك العديد من النماذج المفسرة للتنظيم الانفعالي إلا أن من اشهر هذه النماذج نموذجGross (1998) فقد اقترح Gross (2002: 286) نموذج تنظيم الانفعالات الذى تضمن كل من الأساليب الشعورية والأساليب اللاشعورية التى نستخدمها فى زيادة ، واستمرار وخفض واحد أو أكثر من مكونات الاستجابة الانفعالية ويفترض ذلك النموذج سلسلة من المراحل وهى:

المرحلة الأولى : حيث يواجهه الافراد المواقف التى يحتمل أن تولد استجابة انفعالية.

المرحلة الثانية : يكون الافراد قادرين أو غير قادرين على الاخذ بعين الاعتبار الخصائص الانفعالية للموقف.

المرحلة الثالثة : يقوم الافراد بتوليد تقييمات معرفية للموقف التي يمكن أو لا يمكن أن تؤدي إلى استجابة انفعالية.

المرحلة الرابعة : يعبر الافراد عن انفعالاتهم من خلال سلوكهم. وأوضحت دراسة Kooles, Dillen & Sheppes (2010:) أنه حسب نموذج العمليات فكل مرحلة من المراحل الاربعة لتوليد الانفعال يمكن أن تكون هدفا لعملية التنظيم.

استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى Gross

يستعمل الافراد استراتيجيات معينة للتأثير في مستوى الاستجابة الانفعالية ليظهروا نمطا معيناً من الانفعال فعلى سبيل المثال لا يوجد فرد لديه مستوى عال من الانفعال وفى الوقت نفسه لديه مستوى منخفض من الانفعال أيضا ، وقد قدم Gross استراتيجيات التنظيم الانفعالي بناء على الوقت أثناء عملية توليد الانفعال الى استراتيجيات تركز على العمليات السابقة ، وأخرى على الاستجابة. (Gross & John, 2003: 355)

أولا : استراتيجية التركيز المسبق:

وهي التي يلجأ اليه الفرد في حالة الاستعداد للاستجابة قبل أن يكون متفاعلا مع المثير للموقف الانفعالي بشكل كلى وقد ميز Gross بين أربعة انواع مختلفة لاستراتيجيات التركيز المسبق لتنظيم الانفعال والتي يمكن أن تطبق في مواقف مختلفة فى عملية توليد الانفعال .

(Gross & John, 2003: 356)

1- اختيار الموقف : وتعنى تجنب بعض الافراد أو الأماكن أو الموضوعات ،

بهدف تنظيم الانفعال. (Putnam & Silk, 2005:905)

2- تعديل الموقف : حينما يعتمد الفرد موقف ليشعر بوضع انفعالي مختلف ،

فالشخص الذى يشاهد برنامج اخباري مزعج ربما قد يغير القناة لمشاهدة برنامج

أخر. (Gross, 2007:5)

3- نشر الانتباه : وهو تغيير الانتباه بعيدا عن الموقف فقد يغلق الفرد عيناه حينما يتعرض للفتحة هواء ، أى يتحول الانتباه عن المثيرات التى تثير المشاعر غير المرغوبة الى أمور أخرى مرغوبة . (Boss, Pontier & Treur, 2007:2)

4- التغيير المعرفى : ويقصد بها انتقاء معنى معرفى للحدث ويهدف إلى تنظيم منخفض الانفعال ، ويعتبر إعادة التقييم المعرفى أحد أهم أشكال التغيير المعرفى والذى يعنى أن الفرد يعيد تقييم المعرفة للتخلص من الانفعال المحتمل حدوثه من ذلك الموقف وخفض الاثر الانفعالي له. (يعقوب ، 2011 : 455)

ثانيا : استراتيجيات التركيز على الاستجابة

وهى الاستراتيجية التى يلجأ الفرد الى تطبيقها عندما يكون متفاعلا ، أى يكون الانفعال قائما ، وقد حدد Gross الاستراتيجيات التى تركز على الاستجابة الانفعالية باستجابة واحده فقط هى :

تعديل أو قمع الاستجابة الانفعالية:

وتعنى التركيز على الاستجابة وتطبيق بعد حدوث الاستجابة الانفعالية وتدعى أيضا بكبت التعبير وتعنى ان الفرد يكف عن المضى فى سلوكه التعبيري لانفعالاته فى ذلك الموقف ، أو أنه يخفى العلامات أو الاشارات للتعبير الانفعالي ، والهدف من ذلك المسايرة الاجتماعية والخضوع لأوامر الجماعة أو الانصياع للموقف. (Gross, 2002:185)

وتستعمل أثناء الموقف بهدف منع التعبير عن العواطف أو إخفائها حتى لا تصل الانفعالات الداخلية للفرد الاخر ، أى تغيير الاستجابات السلوكية لتخفيض الحده الانفعالية ، وبالمقابل فإنه لا لا يمكن خفض الانفعال فى ذلك الموقف ككل لان هذا يضر بالصحة النفسية للفرد ويشجع على ظهور اضطرابات نفسية انفعاليه معينة مثل القلق والاكتئاب فى الحالات المرضية. (بلحسينى ، 2017 : 190)

الازدهار النفسى: psychological flourishing

يعد الازدهار النفسى من المفاهيم الحديثة نسبيا والتى تناولتها دراسات علم النفس الايجابى ، ويشير الى امتلاك الفرد للمشاعر الايجابية ، والعلاقات الايجابية مع

الآخرين والاندماج النفسي psychological engagement ، معنى الحياة ، الإنجاز
(Seligman, 2011:60).

مفهوم الازدهار النفسي

أوضحت دراسة Fredrickson & Losada (2005: 680) أن الازدهار يمثل المدى
المثالي للأداء البشري ويتضمن الخير والإنتاجية والنمو والصمود ، ويعد حالة يشعر
فيها الفرد بالمشاعر الإيجابية فضلا عن ايجابية الأداء النفسي والاجتماعي ، كما يعد
وصفا للصحة النفسية ورفاهة الحياة بصفة عامة.

وعرفت دراسة Huppert (2009: 144) الازدهار النفسي بأنه مفهوم مركب من
الشعور الجيد والعمل بفاعلية ؛ حيث يتضمن الشعور الجيد بالانفعالات الإيجابية
الموجود في السعادة والرضا ، كما يتجاوزها إلى مشاعر الاهتمام والاندماج والثقة
والنفاذ ، ويتضمن العمل بفاعلية تطوير إمكانات الفرد والسيطرة على حياته والشعور
بهدف الحياة والعلاقات الاجتماعية.

كما تعرف دراسة Diener, Wirtz, Tov, Kim-Prieto, Choi, Oishi & Biswas-Diener (2010:145) الازدهار بأنه حاله تظهر فيها الشخصية تألقا
نفسياً ووجدانياً ووظيفياً واجتماعياً ، تتسم بالاندماج الاجتماعي والاستمتاع بأنشطة
الحياة المختلفة ، وإدخال البهجة على الآخرين ومساعدتهم ومشاركتهم السعادة والمتعة
، وترى دراسة Seligman (2011: 16) أن الازدهار حالة يمتلك فيها الفرد
مستويات مرتفعة من الانفعال الموجب ، والاندماج ، والعلاقات الايجابية ، والإحساس
بالمعنى ، والإنجاز ، وتشير دراسة Huppert & So (2013: 845) أن الازدهار
مزيج من الشعور الجيد والأداء الفعال ، وتعرفه دراسة Butler & Kern (2016: 9)
بأنه الحالة الدينامية المثلى للأداء النفسي والاجتماعي التي تنشأ من الأداء الجيد عبر
المجالات النفسية والاجتماعية المتعددة.

و أوضحت دراسة العبيدي (2019: 40) ان الازدهار النفسي هو شعور الفرد بالتناؤل
والكفاءة وقدرته على رفاهية الآخرين والعمل على تحسين بيئته لكي تلبي احتياجاته
و احتياجات الآخرين وحرية تقرير المصير ومقاومه الضغوط الاجتماعية والانفتاح على

الحياة والرضا عن الوضع العام ، فضلا عن شعوره بالإشباع ماديا وصحيا واجتماعيا وجسديا وروحيا.

وتشير دراسة Santini, Meilstrup, Hinrichsen, Nielsen, Koyanagi, Keyes & Koushede, Krokstad, (2019: 258) أن الازدهار حالة تجمع بين المتعة والأداء والرفاهية ، حيث تشير المتعة إلى الحالات الوجدانية الإيجابية كالسعادة والحيوية ، ويتضمن الأداء الإيجابي كلا من الهدف في الحياة والقدرة والتواصل الاجتماعي ، وأوضحت دراسة رزق (2020: 300) أن الازدهار النفسي مركب من المشاعر الإيجابية مقترنة بالأداء الأمثل وهو بنية نفسية تتألف من عدة أبعاد ، هي : البعد الوجداني ، والبعد الشخصي ، والبعد الاجتماعي ، والبعد الروحي ، وأوضحت دراسة زكي وحرب (2021: 383) أن الازدهار بنية نفسية تتضمن شعور الفرد بحالة انفعالية موجبة عند الاستغراق في المهام الحياتية لدرجة الاندماج بين الفعل والوعي ، ووجود معني للحياة والشعور بقيمة الذات ، وتكوين علاقات إيجابية داعمة مع الآخرين ، فضلاً عن كون الحياة هادفة يسعى فيها الفرد نحو تحقيق أهدافه والإحساس بالإنجاز.

واعتبرت دراسة عبد العزيز (2022: 232) أن الازدهار النفسي هو حالة الصحة النفسية المثلى يحيا خلالها الفرد حياة مميزة بمختلف مجالاتها وتتضمن اندماج الفرد وانغماسه في الأنشطة المختلفة بنجاح والشعور بالانفعالات الإيجابية ، ووجود معني في الحياة وقدرة الفرد وامتلاكه لعلاقات اجتماعية صحية وإيجابية ، مما يجعل حياة الفرد مفعمة بالإنجازات.

التصورات النظرية المفسرة للازدهار النفسي :

اقترحت دراسة Keyes (2014 : 181) تصورا للازدهار النفسي بوصفه شكلا من أشكال الصحة العقلية للفرد وهو يختلف عن مجرد غياب المرض العقلي ، ويتطلب الازدهار مستويات

مرتفعة من الرفاهية الانفعالية والنفسية والاجتماعية ، ويتضمن الازدهار النفسي ثلاثة أبعاد هي:

الرفاهية الانفعالية: وتمثل مدركات الفرد وتقييماته لحياته في ضوء الحالات الوجدانية التي يمر بها ، وتتكون من العاطفة الايجابية مثل المرح والاستمتاع بالحياة والمعنويات الجيدة والشعور بالسعادة والهدوء ، جودة الحياة المدركة.

الرفاهية النفسية: وتتضمن تقبل الذات وتمثل في تقبل معظم جوانب الذات والشخصية ، النمو الشخصي وهو شعور الفرد بالتحدي ليصبح شخصا أفضل ، وجود معنى للحياة ، الشعور بأن حياة الفرد لها هدف ومعنى ، التمكن البيئي وهو شعور الفرد بأنه قادر على إدارة مسئوليات الحياة ، الاستقلالية وتعني الشعور بالثقة في التفكير والتعبير عن الأفكار والآراء والقيم ، العلاقات الايجابية مع الآخرين وهي قدرة الفرد على تكوين علاقات شخصية دافئة وموثوقة.

الرفاهية الاجتماعية: وتعكس محكات أكثر عمومية واجتماعية يقيم الأفراد من خلالها دورهم في الحياة وما يقدمونه لمجتمعاتهم ، وذلك على خلاف الرفاهية النفسية التي تعكس محكات شخصية وخاصة لتقييم الفرد لوظيفته ودوره في الحياة ، وتتضمن تقبل المجتمع ، وهي أن يحمل الفرد موقفا ايجابيا تجاه الآخرين ، النمو الاجتماعي ، الشعور بأن "نحن" (كمجموعات ومؤسسات ومجتمع) نسعى لنكون أفضل ، المساهمة الاجتماعية ، رؤية الانشطة اليومية بأنها نافعة ويقدرها الافراد والمجتمع ، الترابط الاجتماعي ، وهي فهم الأحداث المحيطة في المجتمع أو مكان العمل ، الاندماج الاجتماعي ، وتعني الشعور بالانتماء والحصول على الراحة والدعم من المجتمع.

اقترحت دراسة Huppert & So (2009: 2) صورا للازدهار النفسي باعتباره بنية متعددة الأبعاد ، وتتضمن تلك البنية مجموعة من الخصائص الجوهرية (تتمثل في الوجدان ، والاندماج ، والهدف من الحياة) وعدد من الخصائص الاضافية) وتتضمن تقدير الذات ، والتفاؤل ، والصمود ، والحيوية ، وتحديد الذات ، والعلاقات الايجابية ، وتوصلا إلى أن الشخص المزدهر هو من تتحقق لديه جميع الخصائص الجوهرية بالإضافة إلى ثلاثة خصائص إضافية

وتشير دراسة Huppert & So (2013: 839) أن الازدهار مزيج من الشعور الجيد والأداء الفعال ، فالشعور الجيد لا يعبر عن المشاعر الايجابية المرتفعة والرضا عن الحياة فحسب ولكن يتضمن أيضا التفاؤل والاندماج والمشاركة والثقة والمودة

والحيوية والإحساس بمعنى الحياة ، فالمشاعر الايجابية تعد ركيزة أساسية لتكوين الازدهار النفسي ، وينطوي مفهوم الأداء الفعال على تنمية امكانيات الفرد والسيطرة على حياته والعمل نحو تحقيق أهداف قيمة ، فالشخص يزدهر إذا أدرك أن حياته تسير على ما يرام ولديه مستوى عال من الرفاهية النفسية والتعلم الفعال والعمل المنتج ولديه علاقات اجتماعية ايجابية ليصبح أكثر اسهاما في تطوير المجتمع.

قدمت دراسة Seligman (2011: 23) نظرية حديثة للرفاهية (P.E.R.M.A) تتكون من خمسة مكونات هي: الانفعال الموجب (الفرح ، والشعور بالايجابية ، والرضا)، والاندماج (حالة ذهنية متدفقة تتميز بالشعور بالاثارة والاهتمام بالأشياء)، والعلاقات الاجتماعية (امتلاك وتنمية علاقات جيدة مع الآخرين)، والإحساس بالمعنى (أن يكون لك هدف في الحياة)، والانجاز (تحديد أهداف والسعي لتحقيقها)، تمثل الأبعاد الثلاثة الأولى السعادة الذاتية في حين يمثل البعدان الأخيران القياسات الموضوعية أو ما يفعله الفرد ليكون مزدهراً

أبعاد الازدهار النفسي (الانتقال من السعادة إلى الازدهار النفسي:)

اشارت دراسة Seligman (2011: 30) أن السعادة لا تكفي للتعبير عن الحياة الجيدة وأن هدف علم النفس الايجابي هو زيادة الازدهار ، ويوجد فرق بين السعادة والازدهار والذي دفع سيلجمان للتخلي عن مفهوم السعادة والانتقال تدريجيا إلى مفهوم الازدهار:

- يشير المعنى الدلالي لمفهوم السعادة إلى التعبيرات والمشاعر الايجابية التي يشعر بها الفرد مثل الفرح والبهجة والسرور والتي تمثل المزاج السار ، ولا يمكن اختصار موضوعات علم النفس الايجابي في مفهوم السعادة التي تعكس الحالة المزاجية للفرد.

- اعتمدت معظم الدراسات الخاصة بقياس السعادة على مقاييس الرضا عن الحياة حيث تركز 70% من الاستجابات على وصف الحالة المزاجية و 30% من الاستجابات تمثل الحكم على الأحوال المعيشية.

-تصف المكونات الأولى لمفهوم السعادة (الانفعال الموجب ، والاندماج ، والمعنى) علاقة الفرد بذاته ، ولا تشير إلى النشاط والحيوية كما لا تظهر علاقة الفرد بالآخرين والمجتمع الذي يعيش فيه.

وعليه قدم Seligman (2011) نموذج (P.E.R.M.A) الذي يدور حول المحاور الخمسة التي تحقق الأداء الأمثل للفرد ، وهي الهدف الرئيسي والأسمى الذي يسعى علم النفس الايجابي لتحقيقه ، وتتمثل هذه الأبعاد في كل من:

- الانفعال الموجب : Positive emotion (P) تصنف الانفعالات على أنها دائرية تحتوي على التكافؤ (من السلبي إلى الإيجابي) والتفعيل (من الأدنى إلى الأعلى) لأبعادها ويمكن للأفراد معايشة الانفعالات السلبية والإيجابية في الوقت ذاته.

- الاندماج : Engagement (E) ويتم التركيز هنا على التدفق ، أو على المستوى المتطرف من الاندماج النفسي الذي يشمل التركيز المكثف في المجال التنظيمي للفرد ، كما أنه حالة من الانغماس العميق الذي يعمل على تحفيز الدافعية الداخلية تجاه المهام ، ويتضمن الاندماج في العمل كل من القوة والتفاني بينما يتضمن اندماج الطالب كل من المجالات النفسية والسلوكية والمعرفية والأكاديمية.

- العلاقات الاجتماعية: Social relationships (R) وتعد العلاقات الاجتماعية أساسية في حياة الفرد ، وتشير إلى الشعور بالتكامل الاجتماعي والقبول والدعم من قبل الآخرين والرضا عن شبكة التواصل الاجتماعي ، وتشمل الروابط الاجتماعية (عدد الأشخاص في المحيط الاجتماعي) ، والشبكات الاجتماعية (عدد الروابط الاجتماعية وجودتها) ، والدعم المتلقى (منظور موضوعي للموارد) ، والدعم المدرك (منظور شخصي للموارد) ، والرضا عن الدعم ، وتقديم الدعم للآخرين.

الإحساس بالمعنى : A sense of meaning (M) ويعني امتلاك الفرد لاتجاه في الحياة ، والارتباط بشيء أكبر من الذات ، والشعور بأن الحياة ذات قيمة وتستحق الجهد ، وأن هناك غرضًا لما يقوم به الفرد ، ويوفر المعنى إحساسًا بأن حياة المرء مهمة للفرد.

- الإنجاز : Accomplishment (A) يتأثر النجاح الموضوعي بالظروف والفرص والطموحات الشخصية ، ويرتبط الإنجاز بتحديد الأهداف والسعي تجاه تلك الأهداف وبذل الجهد لتحقيقها والتغلب على العقبات والإتقان والفعالية لإتمام المهام ، وتمثل الأبعاد الثلاثة الأولى السعادة الذاتية، بينما يمثل البعدان الأخيران القياسات الموضوعية أو ما يقوم به الفرد ليصبح مزدهرا.

. (Seligman, 2011:22; Butler & Kern, 2016:8; Leontopoulou, 2020:78)

خصائص الأفراد الذين يتمتعون بالازدهار النفسي

أكدت نتائج دراسة Van Zyl & Stander (2014: 265) على أن طلاب الجامعة ذوى المستوى المرتفع من الازدهار النفسي كان لديهم مستويات مرتفعة من ضبط النفس ،والتوجه نحو تحقيق أهدافهم ،وأظهروا مستويات مرتفعة من الأداء الأكاديمي.

كما أن الأفراد الذين يتصفون بالازدهار النفسي أو بأنهم مزدهرون لديهم مستويات عالية من الرفاهية النفسية والاجتماعية حيث يشعرون بالسعادة ، والرضا عن الحياة ،ويميلون إلى رؤية حياتهم كغرض مهم ،ويشعرون بدرجة عالية من الاتقان والكفاءة فى أعمالهم ، وينقبولون كل جوانب شخصياتهم ، ولديهم شعور بنمو الشخصية بمعنى أنهم ذو إحساس دائم بالتطوير والارتقاء ، ولديهم شعور بالاستقلالية ، واستخدام إمكاناتهم المعرفية والبدنية والاجتماعية فى أنشطة ينخرطون فيها بشكل مثالى ومزدهر تؤدى إلى نجاحات ،وحياة مزدهرة ،وهو ما يميز الأفراد ذوو الازدهار النفسي (Keyes,2014,181)

كما يتمتعون بمستوى عالٍ من المشاعر الإيجابية على الصعيدين الخاص والاجتماعي والحياة ،والخلو من الاضطرابات النفسية ،والاستعداد للتطوير ،والتحسين ، وتوسيع إمكاناتهم ،وتكوين علاقات دافئة وموثوقة مع الآخرين. (Akin & Akin,2015:39) كما إن الأفراد الذين يمتلكون مستويات مرتفعة من الازدهار النفسي يميلون إلى التركيز على نمو الشخصية ، ويميلون إلى التغلب على تجارب الحياة الصعبة ، فهم أكثر فاعلية فى اكتساب رؤى جديدة حول الذات ، ولديهم القدرة على مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية ، ولديهم القدرة على الاستخدام الفعال للفرص المتاحة لهم ، فضلاً عن قدرتهم على تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين ، ولديهم معتقدات بناءه تعطى معنى لحياتهم بينما نجد أن الأفراد الذين لديهم مستويات منخفضة من الإحساس بالازدهار النفسي يشعرون بالاستياء وعدم الرضا عن النفس ، ويعتمدون على الأحكام الصادرة من الآخرين لاتخاذ القرارات الهامة ، ويستجيبون للضغوط الاجتماعية

،ويواجهون صعوبة فى إدارة شؤونهم الحياتية فضلاً عن أهدافهم القليلة فى الحياة
(العبيدى ،2019: 42)

الشغف الاكاديمي Academic passion

عرفت دراسة Vallerand (2003: 3) الشغف الاكاديمي بأنه ميل قوى نحو نشاط
يحبه الفرد ، ويجدون أنه مهم ، ويستثمرون فيه الوقت والطاقة.

وعرفت دراسة Curran, Hill, Appleton, Vallerand & Standage (2015: 632)
الشغف بأنه خبرة انسانية بدونها لا يجد الفرد معنى لحياته ، حيث تزود تلك
الخبرة الفرد بطاقة نفسية للمشاركة والاندماج فى الانشطة ذات القيمة كما أن له نتائج
مباشرة تتضمن انفعالات المتعة والإثارة والحماس.

وأوضحت دراسة Ho & Astakhova (2018: 975) أن الشغف الاكاديمي هو ميل
قوى نحو نشاط معين

وأشارت دراسة الضيدان (2020: 72) أن الشغف الاكاديمي هو الميل إلى النشاط
الذى يمارسه الفرد ويرغبه ، ويندمج فيه إراديا أو غير إرادى ويشعر معه بالمتعة .
وأشارت دراسة بريك (2022: 464) هو الرغبة القوية والملحة نحو القيام بنشاط معين
يشعر الفرد ، بميل شديد للقيام به يستثمر فيه وقته وطاقته.

وأوضحت دراسة سالمان(2022: 285- 259) أن الشغف الاكاديمي هو شعور
انفعالي قوى تجاه الدراسة ومتغيراتها بما تمثله من قيمة ومعنى لدى الفرد ؛ حيث يسعى
الطالب جاهداً للتعبير عن هذا الشعور من خلال سلوكيات متعددة لتحسين كفاءته
ومهاراته الأكاديمية ، والالتزام بمتطلباتها ، والأمل فيما قد تسهم به مستقبلاً من
إنجازات لتحقيق ذات الطالب وتشكيل هويته.

وأكدت دراسة عطا الله (2022: 97) أن الشغف الاكاديمي هو شعور الطالب بالرغبة
فى انجاز المهام والأنشطة الاكاديمية ، واستمتاعه ، واستغراقه فى ادائها.

وتعرفه دراسة حسبان والعظمت (2022: 98) بأنه ميل داخلى لدى الطلبة للمشاركة
فى نشاط أكاديمى محدد ، وقد يكون انسجامى يتصف بالمرونة والتوافق مع الأنشطة
الاخرى وقد يكون قهريا يتصف بالثبات الصارم نحو النشاط الاكاديمي ، فيسبب
الصراع مع الانشطة الاخرى.

وأكدت دراسة عبد اللطيف (2022: 298) أن الشغف الأكاديمي عامل نفسي يؤثر في سلوك الطلاب وهو شعور إيجابي قوى للطلاب نحو مهامه الأكاديمية واندماجه فيها واستمتاعه بها ، وهو طاقة فكرية وعاطفية تساعد الفرد على التفانى والحماس وتنقلهم من الخمول الى النشاط.

النموذج المزدوج للشغف:

وقد طور Vallerand, Blanchard, Mageau, Koestner, Ratelle, Leonard (2003) نموذجًا مزدوجًا للشغف مبني على ما توصل إليه Rayan & Deci (1985) لنظريتهما في التحديد الذاتي Self-determination theory وتطبيقاتها التي بدأت في الظهور في عام (2000) وقد ذكر Vallerand, Blanchard, Mageau, Koestner, Ratelle, Leonard (2003: 757 - 758) أن الشغف نوعان:

الشغف القهري (الاستحوazi): Obsessive passion:

ويشير إلى نشاط ذو أداء قهري متضمن في هوية الفرد ؛ ويصنع لديه ضغطا داخليا يجعله يستمر في مزيد من الانخراط في هذا النشاط. فهو شعور داخلي غير متحكم فيه ، والذي يسيطر على مشاعر الشخص عند الانغماس في الأنشطة الشغفية التي يمارسها بصورة منتظمة وبصفة قهرية متكررة. إن المثابرة على مزاوله النشاط لدي الفرد في الشغف الاستحوazi هو أمر قهري هذه المثابرة الصارمة قد يتسبب عنها إصابات جسمية ، وقد لا تؤدي بالضرورة إلى أداء أمثل. ويكون فيه الفرد غير قادر على رؤية محتوى أدائه وتسلسل نشاطه ، وتسيطر عليه رغبة ملحة في مزاوله النشاط مما ينتج عنه تأثيرات ومشاعر سلبية كالإحباط والإرهاق ، وحتى بعض المشاكل الصحية نتيجة السيطرة القهرية لمزاوله هذا النشاط. والشغف الاستحوazi يتعلق بضعف تحكم الشخص للتوقف عن مزاوله النشاط.

الشغف الانسجامي :

وهو يشير إلى الاستيعاب الذاتي الممتع الذي يجعل الأفراد يختارون مزاوله النشاط الذي يحبونه دون التأثير على مزاوله باقي الأنشطة الأخرى في الحياة اليومية ؛ فهو شعور داخلي يمكن التحكم فيه يجعل الفرد يمارس نشاطه بشكل اختياري ودون وجود

ضغوط عليه بما يدعم التكيف الناجح ؛ في حين يحبط الشغف الاستحواري هذا التكيف نتيجة لتأثيراته السلبية.

وأوضحت دراسة Lyubomirsky, King & Diener (2005: 809) أن الشغف الأكاديمي الانسجامي يساهم في استمرار الاندماج بسعادة في العمل ويساعد في منع حدوث الخبرات التي تؤثر سلبا على الفرد بسبب الصراع النفسي وعدم الراحة النفسية ولا يتوقع من الشغف القهري (الاستحواري) مثل هذه النتائج ؛ فقد يؤدي هذا الشغف الاستحواري الى حدوث صراع نفسى اثناء ممارسة الانشطة الاكاديمية المختلفة ، مما يؤثر سلبا على الفرد بشكل عام.

وتشير دراسة Ryan & Deci (2003: 255) إلى أن ذوى الشغف الانسجامي فى حالة منعم من القيام بالأنشطة الشغفية ، فإنهم يستطيعون التكيف مع الوضع القائم ، والقيام بأداء أنشطة أخرى ، كما يقومون بهذه الانشطة بشكل جيد ، ويتحكم ذوى الشغف التناغمى فى نشاطهم الذى يقومون به ، ويمكنهم اتخاذ القرار بعدم القيام بهذا النشاط فى الوقت المناسب إذا اتضح لهم أن هذا النشاط يؤثر سلبا عليهم ، وهذا يعنى أن الشغف التناغمى يتميز بالمرونة.

ويرى Vallerand (2015: 6) أن الشغف الانسجامي لا يتغير فيه الارتباط بين تقدير الشخص لذاته ومزاولته للنشاط ، وينتج عنه قوة تحفيزية داخلية لزيادة الانخراط فى النشاط مما يؤدي تكوين خبرات إيجابية ، ويستطيع الشخص أن يتوقف عن مزاولة هذا النشاط في حال شعر أنه سيتسبب في نواتج ضارة ، حيث يتكيف مع الوضع القائم ويقوم بأعمال أخرى إذ يتميز الشغف الانسجامي بالمرونة ويستطيع الأشخاص ذوي الشغف الانسجامي تحقيق انجازا عاليا بمرور الوقت نتيجة التدريب المستمر على هذا النشاط ، فالشغف الانسجامي يؤدي إلى تركيز أفضل ، إذ يشعر الفرد فيه بمستويات أقل من القلق والضغط مما يمنع الجمود العقلي والإصابات الجسدية .ويتميز الشغف التناغمي بأنه يكون محفزا لأداء الفرد ، وتكون لو نواتج ايجابية ، ويشعر فيه بالراحة فيما يقوم به من عمل مما يساعد على خلق جو إيجابي يؤدي إلى الشعور بالمتعة والرفاهية.

ويذكر Vallerand (2008: 8) أن الشغف بنوعيه يعتمد على ما يمثله النشاط من هوية الفرد. ويعمل الشغف التناغمي على التحكم في النشاط في اتجاه تحقيق الدعم القوي ، وتحقيق نتائج أكثر تكيفا في حين يعمل الشغف الاستحواسي على قهرية مزاولته النشاط الذي يشغف به الفرد مع قوة المثابرة على مزاولته وبما يعوق مزاولته أنشطة حياتية أخرى وبما يؤدي إلى نتائج أقل تكيفا . وليس معنى هذا أن الشغف الاستحواسي سلبي تماما ولكنه قد يؤدي إلى نتائج تكيفيه أقل مما يحدث في حالة الشغف التناغمي . وفي كل الحالات فإن الشغف الاستحواسي أفضل من عدم الشغف عمى الإطلاق ؛ فالشغف يعزز من الالتزام طويل الأجل والمثابرة في مزاولته النشاط ويسهل من تحقيق نتائج إيجابية أفضل.

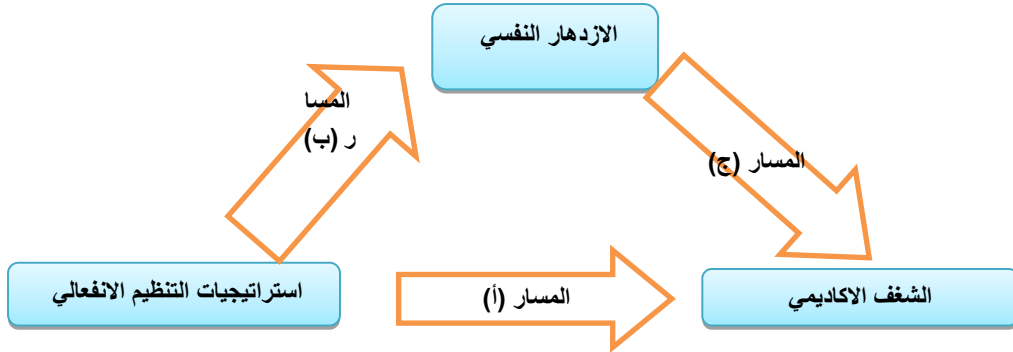
ويرى Renzulli, Koehler, & Fogarty (2006: 16) أن الشغف تجاه موضوع له مكونات وجدانية كالانفعالات القوية والرغبات ، وسلوكية كالالتزام طويل الأجل بشأن مزاولته النشاط ، ومعرفية كإدراك النشاط باحتمالية اعتباره كعمل مستقبلي . ويفترض Garland, Fredrickson, Kring, Johnson, Meyer, Penn (2010: 835) أن النموذج الذي يفسر الشغف يرتبط بالدوافع والهوية ، ويتميز بالرغبة في القيام بالنشاط كل الوقت وبذل الجهد فيه والانخراط الكامل والشعور بالتدفق أثناء مزاولته النشاط.

بينما اقترحت دراسة Moeller (2014: 9) أن الرغبة والالتزام مكونان أساسيان للشغف ، كما أن كل من الشغف العام والشغف التناغمي يرتبطان بالشعور بالمتعة والاهتمام والسعادة والتركيز . ويختلف الشغف بين الأفراد وكذلك داخل الأفراد في مواقف محددة ؛ مما يوضح أن الشغف خبرة إيجابية بشكل أساسي ، وأن الأفراد يختلفون في درجة شغفهم في النشاط المفضل لديهم ، وعدد الأنشطة التي يشعرون فيها بالشغف ، وكذلك عدد المواقف الحياتية اليومية التي يشعرون فيها بالالتزام والدوافع المكثفة. إضافة إلى أن الأفراد يختلفون فيما بينهم في الدرجة التي يفصحون بها عن شغفهم تجاه نشاط محدد.

فالشغف الأكاديمي يرتبط بدوافع الطلاب وميلهم القوي ورغبتهم لممارسة أنشطتهم الدراسية المختلفة كحضور المحاضرات والاستذكار والبحث عمّا يُثري التخصص ؛

يجعل الطالب يتمكن من تخصصه ويشارك بفعالية في الأنشطة الأكاديمية والمناقشات والندوات ، ويشعر بالقرب تجاه رموز الدراسة كزملاء التخصص والأساتذة وقاعات الدراسة وغيرها فالطالب الشغوف أكاديميا يشعر بالرغبة والقرب والالتزام بكل ما يخص تخصصه، ويبذل الجهد للتمكن فيه ويثابر من أجل تحسين أدائه للحصول على تقديرات دراسية مرتفعة . ويعبر الشغف التناغمي للطلاب عن شغفه بدراسته فيما لا يتعارض مع بناء شخصيته ومسئوليته تجاه أنشطة حيات الأخرى ، فشغفه بدراسته يساعده على الشعور بالرفاهية والسعادة ، ويحقق له ذاته في حين يعبر الشغف الاستحواذي للطلاب على مشاعره القهرية للارتباط بقوة بدراسته دون مراعاة لأي نشاط آخر في حياته ؛ فقد يظل يستذكر الطالب مثلا رغم تمكنه في دراسته في وجود مناسبة اجتماعية له فيها دور مسئول مما يجعله يرتبط بدراسته قهريا دون النظر إلى مسئولياته الأخرى ، ودون النظر إلى محتوى سلوكه المعبر عن الشغف ، والذي قد لا يدل بالضرورة على بذل الوقت والجهد في سبيل تحسين الأداء بقدر ما هو معبر عن التعمق بالنشاط الدراسي وعدم القدرة على التوقف عن مزاوله هذا النشاط.

النموذج المقترح



النموذج المقترح من قبل الباحثين

النموذج المقترح لنمذجة العلاقة السببية بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الاكاديمي والازدهار النفسي

يفترض هذا النموذج وجود تأثير مباشر لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي على الشغف الاكاديمي ويمثله المسار (أ) كذلك يفترض هذا النموذج وجود تأثير غير مباشر

لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي على الشغف الاكاديمي عبر الازدهار النفسي ويمثله المسار (ب)، كذلك وجود تأثير مباشر للازدهار النفسي على الشغف الاكاديمي ويمثله المسار (ج)

وبالتالى يمكن صياغة فروض البحث الحالى كما يلى:

فروض البحث

- 1- لا توجد علاقة ارتباطية داله إحصائيا عند مستوى (0,01) بين درجات عينة البحث على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي .
- 2- لا توجد علاقة ارتباطية داله إحصائيا عند مستوى (0,01) بين درجات عينة البحث على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الاكاديمي .
- 3- لا يحقق نموذج تحليل المسار المقترح للعلاقات السببيه بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي (كمتغير مستقل) والازدهار النفسي (كمتغير وسيط) والشغف الاكاديمي (كمتغير تابع) مطابقة جيدة لبيانات الطالبات المعلمات.
- 4- لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيا لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الازدهار النفسي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث.
- 5- لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيا لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث.
- 6- لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيا للازدهار النفسي فى الشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث.
- 7- لا يوجد تأثير غير مباشر دال إحصائيا لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الشغف الاكاديمي عبر الازدهار النفسي .
- 8- لا يمكن التنبؤ بالشغف الاكاديمي فى ضوء ابعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي وابعاد الازدهار النفسي.

خطوات البحث وإجراءاته :

منهج البحث:

اتبع البحث المنهج الوصفي الارتباط الذي يقوم على وصف الظاهرة على ما هي عليه بالفعل ودراسة العلاقات بين المتغيرات الداخلة فيها ، لاكتشاف ووصف قوة الارتباط

بين تلك التغيرات (عبد القادر، 2018: 59) وذلك من خلال فحص الموقف المشكل ، تحديد المشكلة ، كتابة الافتراضات ، اختيار المفحوصين المناسبين ، جمع البيانات ، إعداد فئات لتصنيف البيانات لاستخراج المتشابهات والمختلفات والعلاقات ، التحقق من صدق الأدوات ، القيام بملاحظة موضوعية منتقاة ، وصف نتائجهم وتحليلها وتفسيرها.

واستخدمت الباحثتين هذا المنهج لأنه يتناسب مع أهداف البحث الحالي الذي يسعى إلى التعرف على العلاقة السببية بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي و الازدهار النفسي والشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية

عينة البحث:

العينة الاستطلاعية : بلغت العينة الاستطلاعية (30) طالبة من الطالبات المعلمات ممن تنطبق عليهم شروط العينة الأساسية.

العينة الأساسية : تم تطبيق ادوات البحث على عينة بلغت (280) طالبة معلمة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من الطالبات المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية ، حيث تم التطبيق من خلال استبيان الكتروني تم ارساله عبر وسائل التواصل الاجتماعي للطالبات المعلمات وقد قامت (265) طالبة معلمة بإنهاء الاستبيان الكترونيا وتم استبعاد 15 استبيان نظرا لعدم استكمال الاجابة على البنود ، وبذلك اصبحت العينة النهائية للبحث (265) طالبة معلمة .

أدوات البحث:

هدف البحث الحالي التعرف على العلاقة السببية بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي و الازدهار النفسي والشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية و لقياس هذه العلاقة قامت الباحثتين بإعداد الادوات التالية:

1. استمارة البيانات الأولية للطالبات المعلمات
 2. استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي للطالبات المعلمات
 3. استبيان الازدهار النفسي للطالبات المعلمات
 4. استبيان الشغف الاكاديمي للطالبات المعلمات
- مراحل اعداد استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي للطالبات المعلمات

تم إعداد الاستبيان بما يتلاءم مع الإطار النظري والمفهوم الإجرائي الذي انطلق منه البحث ، والاستعانة بمقاييس سابقة تناولت استراتيجيات التنظيم الانفعالي وتم بناؤه وفقا للخطوات الآتية:

1- المرحلة الأولى : تحديد الهدف من الاستبيان حيث هدف الاستبيان التعرف على استراتيجيات التنظيم الانفعالي للطالبات المعلمات ، ومعرفة الى أى درجة يمكن تنظيم انفعالاتهم فى المواقف الضاغطة ، ومعرفة الاستجابة التى تصدرها الطالبة للتحكم فى انفعالاتها أثناء المواقف الانفعالية ، وسلوك الطالبة أثناء عملية تنظيم الانفعالات .

2- المرحلة الثانية : الاستقراء النظري والدراسات السابقة فى استراتيجيات التنظيم الانفعالي وتم الاطلاع على بعض الاستبيانات الخاصة باستراتيجيات التنظيم الانفعالي للاستفادة منها فى تحديد أبعاد الاستبيان الحالي وعباراته ومنها مقياس Garnefski Kraaij (2007)؛ مقياس Garnefski, Kraaij, & Spinhoven (2006) ترجمة المنشاوى (2015) ؛ مقياس مصطفى ، الزهار وبدوى(2018)؛ مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي لأحمد ، سفيان ونبيل(2019)؛ مقياس تنظيم الانفعال للشيمي (2019)؛ دراسة إسماعيل(2020)

3- المرحلة الثالثة : تم إعداد عبارات الاستبيان المبدئي وفقا للتعريف الإجرائي لمفهوم استراتيجيات التنظيم الانفعالي وقد اشتمل الاستبيان على (90) مفردة ، وبعد إتمام الصياغة الأولى لعبارات الاستبيان تم عرضه على مجموعة من السادة المحكمين فى مجال الاقتصاد المنزلي وعلم النفس ، عددهم(11) محكم ، للحكم على مدى صلاحية ومناسبة العبارات فى قياس المحاور التى تمثلها ، وكذلك للتأكد من عدم وجود أية عبارات غامضة أو تحمل أكثر من معنى وإضافة أي مقترحات وتم حساب نسبة الاتفاق لدى المحكمين على كل عبارة من عبارات الاستبيان ، وتراوحت نسبة اتفاق المحكمين على العبارات ما بين (94%) إلى (100%)، وفي ضوء آراء السادة المحكمين تم حذف العبارات التى نقل نسبة الاتفاق فيها عن (94%) فأصبح عدد العبارات (86) عبارة وقد تنوعت العبارات لتأخذ الاتجاه الإيجابي والسلبي لضمان التزام العينة بالتفكير أثناء الاجابة على الاستبيان وقد روعي فى صياغة العبارات أن تكون مرتبطة بموضوع البحث ومحددة وواضحة، وموزعة على اثنى عشر بعد هي:

البعد الأول: إعادة التقييم المعرفي للانفعالات: ويقصد به توليد الطالبات المعلمات لتفسيرات إيجابية حول المواقف الضاغطة نفسيا كطريقة لخفض التوتر، ويتكون هذا البعد من (10) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (50) درجة.

البعد الثاني: قبول الاحداث: ويقصد به رضوخ الطالبات المعلمات لما حدث، ويتكون هذا البعد من (6) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (30) درجة.

البعد الثالث : وضع الأمور في نصابها: ويقصد به محاوله الطالبات المعلمات وضع الامور في وضعها الحقيقي ومحاوله أقتناع الذات، ويتكون هذا البعد من (7) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (35) درجة

البعد الرابع: إعادة التركيز للتخطيط ويقصد بها تركيز الطالبات المعلمات حول الخبرات الايجابية بدلا من تفكيرهن حول الموقف الفعلي، ويتكون هذا البعد من (10) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (50) درجة.

البعد الخامس: المشاركة الاجتماعية ويقصد به حديث الطالبات المعلمات مع الاخرين حول ظروف أو ردود أفعال تتعلق بحدث أثار انفعالتهن ويتكون هذا البعد من (4) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (20) درجة.

البعد السادس: الالهاء ويقصد به أفعال تقوم بها الطالبات المعلمات لتشعر بأنها على نحو أفضل بحيث تتخطى في نشاط يحقق لها عونا انفعاليا، ويتكون هذا البعد من (7) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (35) درجة.

البعد السابع: الضبط الانفعالي ويقصد بها محاوله الطالبات المعلمات السيطرة على انفعالتهن وتعديلها، ويتكون هذا البعد من (11) مفرده والحد الأقصى لهذا البعد هو (55) درجة.

البعد الثامن: التعبير الانفعالي ويقصد به تنفيس الطالبات المعلمات عن ما بداخلهن سواء بطريقة لفظية او جسدية ويتكون هذا البعد من (8) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (40) درجة.

البعد التاسع: اجترار الأفكار ويقصد به تركيز الطالبات المعلمات على الانفعالات المرتبطة بالموقف الانفعالي وعلى الاسباب والعواقب، ويتكون هذا البعد من (8) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (40) درجة.

البعد العاشر: لوم النفس ويقصد به شعور الطالبات المعلمات بالذنب حول أمور حدثت ويتكون هذا البعد من (5) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (25) درجة.
البعد الحادي عشر: لوم الآخرين ويقصد به أنتقاد الطالبات المعلمات للآخرين وتحميلهم مسئولية ما حدث، ويتكون هذا البعد من (4) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (20) درجة.

البعد الثاني عشر: التعامل مع الأمور بشكل كارثي ويقصد بها أفكار تركز على فظاعه ما تعرضت لها الطالبات المعلمات، ويتكون هذا البعد من (6) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (30) درجة.

حساب صدق وثبات استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي للطالبات المعلمات:

تم حساب صدق استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي للطالبات المعلمات كالتالي:

1- **صدق المحكمين:** حيث عرض الاستبيان خلال فترة إعداده على مجموعة من السادة المحكمين في مجال الاقتصاد المنزلي وعلم النفس كما سبق عرضه.

2- **صدق الاتساق الداخلي:** للتحقق من صدق الاتساق الداخلي قامت الباحثين بحساب:

أ- معاملات ارتباط درجات الطالبات المعلمات على كل مفردة باستبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وهذا ما يوضحه الجدول رقم (1):

جدول (1) معاملات الارتباط بين مفردات استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

الالهاء		المشاركة الاجتماعية		إعادة التركيز للتخطيط		وضع الأمور في نصابها		قبول الاحداث		إعادة التقييم المعرفي للانفعالات	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**0,723	38	**0,715	34	**0,614	24	**0,713	17	**0,762	11	**0,626	1
**0,763	39	*0,405	35	**0,711	25	**0,627	18	**0,656	12	**0,638	2
**0,672	40	**0,781	36	**0,643	26	**0,664	19	**0,673	13	**0,615	3
**0,626	41	**0,565	37	**0,67	27	**0,688	20	**0,723	14	**0,648	4
**0,765	42			**0,589	28	**0,756	21	**0,781	15	**0,651	5
**0,679	43			**0,775	29	**0,732	22	**0,783	16	**0,679	6
**0,736	44			**0,736	30	*0,388	23			**0,637	7
				**0,854	31					**0,612	8
				**0,592	32					**0,628	9
				**0,679	33					**0,779	10
التعامل مع الأمور بشكل كارثي		لوم الآخرين		لوم النفس		اجترار الافكار		التعبير الاتفعالي		الضبط الانفعالي	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**0,672	81	**0,711	77	**0,781	72	**0,687	64	**0,609	56	**0,623	45
**0,626	82	**0,643	78	**0,565	73	**0,667	65	**0,633	57	**0,666	46
**0,765	83	**0,614	79	**0,679	74	**0,748	66	**0,617	58	**0,853	47
**0,723	84	**0,587	80	**0,715	75	**0,678	67	**0,709	59	**0,849	48
**0,763	85			**0,712	76	**0,687	68	**0,723	60	**0,674	49
**0,589	86					**0,667	69	**0,652	61	**0,776	50
						**0,748	70	**0,630	62	**0,592	51
						**0,678	71	**0,718	63	**0,725	52
										**0,876	53
										**0,732	54
										**0,684	55

من جدول (1) يتضح صدق الاتساق الداخلي لاستبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي حيث جاءت معاملات ارتباط عبارات استراتيجيات التنظيم الانفعالي بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه تتراوح من (0.38) إلى (0.87) وكانت القيم دالة عند مستوى دلالة (0.05) و (0.01) مما يؤكد صدق الاستبيان.

2- الاتساق الداخلي كمؤشر لصدق التكوين : تم حساب معامل ارتباط درجات كل بعد من الأبعاد بالدرجة الكلية للاستبيان وهو ما يوضحه جدول (2)

جدول (2) معاملات الارتباط بين ابعاد استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية

لاستبيان

الأبعاد	إعادة التقييم المعرفي للانفعالات	قبول الاحداث	وضع الامور فى نصابها	إعادة التركيز للتخطيط	المشاركة الاجتماعية	الالهاء	الضبط الانفعالي	التعبير الانفعالي	اجترار الافكار	لوم النفس	لوم الاخرين	التعامل مع الامور بشكل كارثى
الارتباط بالمقياس ككل	**0,815	**0,737	**0,813	**0,878	**0,712	**0,808	**0,811	**0,736	**0,831	**0,816	**0,803	**0,787

** داله عند مستوى دلالة (0.01)

ويتضح من جدول (2) أن معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (0,01) مما يدل على أن المقياس بوجه عام يتمتع بدرجة عالية من الصدق وصادق لما وضع لقياسه.

ج- صدق المقارنة الطرفية:

تقوم هذه المقارنة في جوهرها على تقسيم الاستبيان الى قسمين ويقارن متوسط الثلث الاعلى في الدرجات بمتوسط الثلث الاقل في الدرجات وبعد توزيع الدرجات تم اجراء طريقة المقارنة الطرفية (الخواجة وحسب النبي ، 2000 : 236) بين اعلى (25%) من الدرجات واقل (25%) من الدرجات ، حيث تم احتساب المتوسط والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) فكانت دالة عند مستوى دلالة اقل من (0,01%) ويتضح ذلك من خلال جدول (3):

جدول (3) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة اختبار (ت) لدراسة الفروق بين

متوسطى مرتفعى ومنخفضى الدرجات على استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي

البعد	المجموعتين	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
التنظيم الانفعالي	الأعلى	67	326,52	13,22	26,55	132	دالة عند مستوى 0,01
	الأدنى	67	263,31	14,32			

تبين من جدول (3) وجود فروق جوهرية وذات دلالة احصائية بين الدرجات العليا والدرجات الدنيا للدرجة الكلية لاستبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي وهذا يعني ان الاستبيان يميز بين الطلبة ذوي الدرجات العليا والطلبة ذوي الدرجات الدنيا بالنسبة

لاستبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي وهذا يدل على ان الاستبيان يتمتع بمعامل صدق عالي.

ثبات استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي للطالبات المعلمات : تم ذلك من خلال ما يلي:

طريقة إعادة التطبيق : حيث تم تطبيق الاستبيان مرتين متتاليتين على العينة الاستطلاعية (25) بفاصل زمني قدره خمسة عشر يوما ، وبلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (0.88).

حساب قيمة معامل ألفا كرونباخ Alfa-Cronbach لكل بعد ولاستبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي للطالبات المعلمات وهو ما يوضحه جدول (4):

جدول (4) معاملات الثبات لاستبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي للطالبات المعلمات

الأبعاد	إعادة التقييم المعرفي للأنفعالات	قبول الاحداث	وضع الامور فى نصابها	إعادة التركيز للتخطيط	المشاهدة الاجتماعية	الاهتمام	الضبط الانفعالي	التعبير الانفعالي	اجترار الافكار	لوم النفس	لوم الاخرين	التعامل مع الامور بشكل كارثي	المقياس ككل
ألفا كرونباخ	0.779	0.792	0.789	0.793	0.79	0.78	0.79	0.79	0.789	0.774	0.785	0.783	0.796

ويتضح من جدول (4) أن درجات معامل ألفا لاستبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل هو (0.796) وتعتبر هذه القيمة عالية بالنسبة لهذا النوع من حساب الثبات مما يدل على ثبات الاستبيان وصلاحيته للتطبيق.

طريقة التجزئة النصفية : حيث تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية بقياس معاملات الارتباط للاستبيان وذلك عن طريق تقسيم كل بعد من أبعاد الاستبيان إلي نصفين متساويين اذا كان عدد المفردات زوجي ولقسمين غير متساويين اذا كان عدد المفردات فردى ، وقد تم هذا التقسيم بالنسبة لكل بعد من أبعاد الاستبيان وكذلك بالنسبة للاستبيان ككل ، ثم تم إدخال معامل الارتباط في معادلة التصحيح للتجزئة النصفية لسبيرمان براون Spearman-Brown وكذلك معادلة Guttman لحساب الارتباط بين نصفي كل بعد من أبعاد الاستبيان ، وأشارت قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لدرجات المفحوصين (ن=25) بعينة التقنين أن درجة ثبات الاستبيان مقبولة ، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بطريقة سبيرمان للاستبيان ككل (0.801)،

كذلك تم حساب قيمة معامل الارتباط بطريقة جتمان Guttman Split للاستبيان ككل حيث بلغت قيمته (0.798) وقد تم هذا التقسيم بالنسبة لكل بعد من أبعاد الاستبيان وكذلك بالنسبة للاستبيان ككل ولحساب الارتباط بين نصفي الاستبيان استخدمت الباحثين معادلة Spearman-Brown وكذلك معادلة Guttman لحساب الارتباط بين نصفي كل بعد من أبعاد الاستبيان وأشارت قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لدرجات المفحوصين (ن=25) بعينة التقنين أن درجة ثبات الاستبيان مقبولة مما يدل علي ثبات الاستبيان وصلاحيته للتطبيق.

الصورة النهائية لاستبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي للطالبات المعلمات : (ملحق 1)

أصبح الاستبيان في صورته النهائية مكونا من (86) عبارة منها (75) عبارة موجبة ، (11) عبارات سالبة ، ويوضح جدول (5) توزيع عبارات استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي للطالبات المعلمات حسب نوعيتها داخل الاستبيان وأبعاده :

جدول (5) توزيع عبارات استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي للطالبات المعلمات

حسب نوعيتها داخل الاستبيان وأبعاده

م	البعد	العبارات الموجبة	العبارات السالبة
1.	إعادة التقييم المعرفي للانفعالات	2، 3، 4، 5، 6، 10	1، 7، 8، 9
2.	قبول الاحداث	11، 12، 13	14، 15، 16
3.	وضع الأمور في نصابها	20، 21، 22، 23	17، 18، 19
4.	إعادة التركيز للتخطيط	24، 26، 28، 29، 31، 32، 33	25، 27، 30
5.	المشاركة الاجتماعية	34، 35، 36	37
6.	الالهاء	38، 40، 41	39، 42، 43، 44
7.	الضبط الانفعالي	45، 46، 47، 49، 50، 51، 54، 55	48، 52، 53
8.	التعبير الانفعالي	56، 57، 59، 60	58، 61، 62، 63

68 ، 64	65 ، 66 ، 67 ، 69 ، 70 ، 71	اجترار الأفكار	9.
73	72 ، 74 ، 75 ، 76	لوم النفس	10
79	77 ، 78 ، 80	لوم الآخرين:	11
-----	81 ، 82 ، 83 ، 84 ، 85 ، 86	التعامل مع الأمور بشكل كارثي	12
29	57	المجموع	

ويوضح جدول (5) توزيع عبارات استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي حيث ينقسم الاستبيان إلى اثنا عشر بعدا فرعيا هي:

البعد الأول: إعادة التقييم المعرفي للانفعالات: ويتكون هذا البعد من (10) مفردات منها (6) مفردات موجبة و(4) مفردات سالبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (50) درجة.

البعد الثاني: قبول الاحداث: ويتكون هذا البعد من (6) مفردات منها (3) مفردات موجبة و(3) مفردات سالبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (30) درجة.

البعد الثالث : وضع الأمور في نصابها: ويتكون هذا البعد من (7) مفردات منها (4) مفردات موجبة و(3) مفردات سالبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (35) درجة

البعد الرابع: إعادة التركيز للتخطيط ويتكون هذا البعد من (10) مفردات منها (7) مفردات موجبة و(3) مفردات سالبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (50) درجة.

البعد الخامس: المشاركة الاجتماعية ويتكون هذا البعد من (4) مفردات كلها موجبة ماعدا مفردة واحدة سالبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (20) درجة.

البعد السادس: الالهاء ويتكون هذا البعد من (7) مفردات منها (3) مفردات موجبة و(4) مفردات سالبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (35) درجة.

البعد السابع: الضبط الانفعالي ويتكون هذا البعد من (11) مفردة منها (8) مفردات موجبة و(3) مفردات سالبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (55) درجة.

البعد الثامن: التعبير الانفعالي ويتكون هذا البعد من (8) مفردات منها (4) مفردات موجبة و(4) مفردات سالبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (40) درجة.

البعد التاسع: اجترار الأفكار ويتكون هذا البعد من (8) مفردات منها (6) مفردات موجبة ومفردتين سالبتين والحد الأقصى لهذا البعد هو (40) درجة.

البعد العاشر: لوم النفس ويتكون هذا البعد من (5) مفردات كلها مفردات موجبة ماعدا مفردة واحدة سالبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (25) درجة.

البعد الحادي عشر: لوم الآخرين ويتكون هذا البعد من (4) مفردات كلها موجبة ما عدا مفردة واحدة سالبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (20) درجة.

البعد الثاني عشر: التعامل مع الأمور بشكل كارثي ويتكون هذا البعد من (6) مفردات كلها موجبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (30) درجة.

تصحيح استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي :

استخدمت الباحثتين طريقة ليكرت لقياس الاتجاه في تقدير درجات الاستبيان حيث وضع للاستبيان خمس استجابات متدرجة لكل عبارة وهي (موافق بشدة، موافق، الى حد ما، معترض، معترض بشدة) اعطيت لها القيم (5- 4- 3- 2- 1) في حالة العبارات الايجابية ثم عكست هذه القيم في حالة العبارات السلبية ثم جمعت البدائل للحصول على الدرجة الكلية والتي تتراوح بين (86- 430) درجة.

مراحل اعداد استبيان الازدهار النفسي للطلبات المعلمات:

تم إعداد الاستبيان بما يتلاءم مع الإطار النظري والمفهوم الإجرائي الذي انطلق منه البحث ، والاستعانة بمقاييس سابقة تناولت الازدهار النفسي وتم بناؤه وفقا للخطوات الآتية:

1- المرحلة الأولى : تحديد الهدف من الاستبيان حيث هدف الاستبيان التعرف على الازدهار النفسي للطلبات المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية.

2- المرحلة الثانية : الاستقراء النظري والدراسات السابقة في مجال الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة وتم الاطلاع على بعض الاستبيانات الخاصة بالازدهار النفسي للاستفادة منها في تحديد أبعاد الاستبيان الحالي وعباراته ومنها مقياس

Keyes (2014)؛ مقياس Mesurado, Crespo, Rodríguez, Debeljuh &

Carlier (2018)؛ مقياس العبيدي (2019)؛ مقياس محمد (2020)؛ مقياس حسن وأبو

المجد ومكاوي (2022)؛ دراسة حلمي (2022)، مقياس يوسف (2022)؛

3-المرحلة الثالثة : تم إعداد عبارات الاستبيان المبدئي وفقا للتعريف الإجرائي للزدهار النفسي وقد اشتمل الاستبيان على (62) مفردة ، وبعد إتمام الصياغة الأولى لعبارات الاستبيان تم عرضه على مجموعة من السادة المحكمين في مجال الاقتصاد المنزلي وعلم النفس والصحة النفسية، بلغ عددهم(8) محكمين ، للحكم على مدى صلاحية ومناسبة العبارات في قياس المحاور التي تمثلها ، وكذلك للتأكد من عدم وجود أية عبارات غامضة أو تحمل أكثر من معنى وإضافة أي مقترحات وتم حساب نسبة الاتفاق لدى المحكمين على كل عبارة من عبارات الاستبيان ، وتراوحت نسبة اتفاق المحكمين على العبارات ما بين (90%) إلى (100%)، وفي ضوء آراء السادة المحكمين تم حذف العبارات التي تقل نسبة الاتفاق فيها عن (90%) فأصبح عدد العبارات (60) عبارة وقد جاءت العبارات لتأخذ الاتجاه الايجابي والسلبي لضمان التزام العينة بالتفكير أثناء إجابته على الاستبيان وقد روعي في صياغة العبارات أن تكون مرتبطة بموضوع البحث ومحددة وواضحة، وموزعة على خمس ابعاد أساسية هي: البعد الاول : المشاعر الايجابية ويقصد بها مستوى الطالبات المعلمات المرتفع في الشعور بالنشوة والدفء والبهجة والارتياح والسرور وما يشبه ذلك من مشاعر وأعمال إيجابية تعبر عن بهجة الحياة. ويتكون هذا البعد من(12) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (60) درجة.

البعد الثاني : الاندماج الدراسي ويقصد به استغراق الطالبات المعلمات التام بما يكفون به من مهام وبما يمنع انشغالهن عن التفكير في اي مشكلات أخرى واهم ما يميز الاندماج الدراسي هو الشعور بالتدفق الى درجة يفقد فيها الطالب الشعور بالزمن، ويتكون هذا البعد من(12) مفردة والحد الأقصى لهذا البعد هو (60) درجة.

البعد الثالث : العلاقات الايجابية ويقصد بها الروابط القائمة بين الأشخاص التي تتميز بالمرونة والنمو والتواصل وتبادل مشاعر الحب والفرح والامتنان والتقدير، ويتكون هذا البعد من(12) مفردة والحد الأقصى لهذا البعد هو (60) درجة.

البعد الرابع : الشعور بمعنى الحياة ويقصد به الشعور بان هناك هدف لحياة الفرد وان الفرد وجد لتحقيق وخدمة شيء اكبر وهدف اسمى، ويتكون هذا البعد من(12) مفردة والحد الأقصى لهذا البعد هو (60) درجة.

البعد الخامس : تحقيق الانجازات الدراسية ويقصد به قدرة الطالبات المعلمات على تحديد أهدافه وتحمل المسئوليات اليومية والتغلب على اى عقبات بهدف تحقيق ما حدده من اهداف، ويتكون هذا البعد من(14) مفردة والحد الأقصى لهذا البعد هو (70) درجة.

حساب صدق وثبات استبيان الازدهار النفسي للطالبات المعلمات :

تم حساب صدق استبيان الازدهار النفسي للطالبات المعلمات كالتالي:

1-صدق المحكمين : حيث عرض الاستبيان خلال فترة إعدادة على مجموعة من السادة المحكمين في مجال الاقتصاد المنزلي وعلم النفس كما سبق عرضه.

2- صدق الاتساق الداخلي : للتحقق من صدق الاتساق الداخلي قامت الباحثين بحساب:

أ-معاملات ارتباط درجات الطالبات المعلمات على كل مفردة باستبيان الازدهار النفسي بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للاستبيان وهذا ما يوضحه الجدول رقم (6):

جدول (6) معاملات الارتباط بين مفردات استبيان الازدهار النفسي والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه

تحقيق الانجازات		الشعور بمعني الحياة		العلاقات الايجابية		الاندماج الدراسي		التفكير الايجابي	
معامل	رقم	معامل	رقم	معامل	رقم	معامل	رقم	معامل	رقم
الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة
**0,723	47	**0.611	35	**0,876	23	**0,679	11	**0,725	1
**0,763	48	**0,711	36	**0,589	24	**0,736	12	**0.677	2
**0,672	49	**0.611	37	**0.611	25	**0,674	13	**0.789	3
**0,626	50	**0,711	38	**0,731	26	**0,723	14	**0.770	4
**0,765	51	**0,674	39	*0,460	27	**0,736	15	**0.683	5
**0.788	52	**0,679	40	**0.660	28	**0,674	16	**0.788	6
**0.607	53	**0,711	41	**0.731	29	**0,679	17	**0.660	7
**0,718	54	**0.713	42	**0.767	30	**0,711	18	**0.655	8
**0,849	55	**0,592	43	**0.780	31	**0.713	19	**0.788	9

**0,674	56	**0.788	44	**0.722	32	**0.772	20	**0.660	10
**0,776	57	**0.660	45	**0.761	33	**0.767	21		
**0,592	58	**0.780	46	**0.611	34	**0,679	22		
**0,643	59								
**0.611	60								

من جدول (6) يتضح صدق الاتساق الداخلي لاستبيان الازدهار النفسي حيث جاءت معاملات ارتباط عبارات الازدهار النفسي بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه تتراوح من (0.46) إلى (0.87) وكانت القيم دالة عند مستوى دلالة (0.05) و(0.01) مما يؤكد صدق الاستبيان.

3- الاتساق الداخلي كمؤشر لصدق التكوين : تم حساب معامل ارتباط درجات كل بعد من الأبعاد بالدرجة الكلية للاستبيان وهو ما يوضحه جدول (7)
جدول (7) يوضح معاملات الارتباط بين أبعاد استبيان الازدهار النفسي والدرجة الكلية. (ن = 25)

الأبعاد	التفكير الإيجابي	الاندماج الدراسي	العلاقات الإيجابية	الشعور بمعنى الحياة	تحقيق الانجازات الدراسية
الارتباط بالمقياس ككل	**0,776	**0,725	**0,724	**0,798	**0,713

** داله عند مستوي دلالة (0.01)

ويتضح من الجدول (7) صدق الاتساق الداخلي لاستبيان الازدهار النفسي ، حيث جاءت معاملات الارتباط بين أبعاد استبيان الازدهار النفسي والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (0.713) إلى (0,798) وجميعها معاملات ارتباط مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى (0,01) مما يدل على صدق الاتساق الداخلي لأبعاد استبيان الازدهار النفسي.

ج- صدق المقارنة الطرفية:

تقوم هذه المقارنة في جوهرها على تقسيم الاستبيان الى قسمين ويقارن متوسط الثلث الاعلى في الدرجات بمتوسط الثلث الاقل في الدرجات وبعد توزيع الدرجات تم اجراء طريقة المقارنة الطرفية (الخواجة وحسب النبي ، 2000 : 236) بين اعلى (25%)

من الدرجات واقل (25%) من الدرجات ،حيث تم احتساب المتوسط والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) فكانت دالة عند مستوى دلالة اقل من (0,01%) ويتضح ذلك من خلال جدول(8):

جدول(8) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة اختبار(ت) لدراسة الفروق بين متوسطى مرتفعى ومنخفضى الدرجات على استبيان الازدهار النفسي

الدالة الاحصائية	درجة الحرية	ت	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	المجموعتين	البعد
دالة عند مستوى 0,01	132	24,89	13,25	269,84	67	الأعلى	الازدهار
			17,02	204,22	67	الأدنى	النفسي

تبين من جدول (8) وجود فروق جوهرية وذات دلالة احصائية بين الدرجات العليا والدرجات الدنيا للدرجة الكلية لاستبيان الازدهار النفسي وهذا يعني ان الاستبيان يميز بين الطلبة ذوي الدرجات العليا والطلبة ذوي الدرجات الدنيا بالنسبة لاستبيان الازدهار النفسي وهذا يدل على ان الاستبيان يتمتع بمعامل صدق عالي.

ثبات استبيان الازدهار النفسي : تم ذلك من خلال ما يلي:

طريقة إعادة التطبيق : حيث تم تطبيق الاستبيان مرتين متتاليتين على العينة الاستطلاعية (25) بفاصل زمني قدره خمسة عشر يوما ، وبلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (0.91).

طريقة التجزئة النصفية : بقياس معاملات الارتباط للاستبيان حيث تم تقسيم مفردات الاستبيان إلى نصفين متساويين إذا كان عدد المفردات زوجي ولقسمين غير متساويين إذا كان عدد المفردات فردى ثم تم إدخال معامل الارتباط في معادلة التصحيح للتجزئة النصفية لسبيرمان براون وأشارت قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لدرجات المفحوصين (ن=25) بعينة التقنين أن درجة ثبات الاستبيان مقبولة.

حساب قيمة معامل ألفا كرونباخ Alfa-Cronbach لكل بعد ولاستبيان سلوك السيلفي ككل للشباب الجامعي ، وهو ما يوضحه جدول (9)

جدول (9) معاملات الثبات لاستبيان الازدهار النفسي (ن = 25).

المقياس ككل	تحقيق الانجازات الدراسية	الشعور بمعنى الحياة	العلاقات الايجابية	الاندماج الدراسي	التفكير الايجابي	الأبعاد
0,897	0,889	0,816	0,85	0,896	0,863	ألفا كرونباخ

ويتضح من جدول (9) أن درجات معامل ألفا لاستبيان الازدهار النفسي ككل هو (0.897) وتعتبر هذه القيمة عالية بالنسبة لهذا النوع من حساب الثبات مما يدل على ثبات الاستبيان وصلاحيته للتطبيق.

كما تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وذلك عن طريق تقسيم كل بعد من ابعاد الاستبيان إلي نصفين متساويين اذا كان عدد المفردات زوجي ولقسمين غير متساويين اذا كان عدد المفردات فردي ، وقد تم هذا التقسيم بالنسبة لكل بعد من ابعاد الاستبيان وكذلك بالنسبة للاستبيان ككل ، ثم تم إدخال معامل الارتباط في معادلة التصحيح للتجزئة النصفية لسبيرمان براون Spearman-Brown وكذلك معادلة Guttman لحساب الارتباط بين نصفي كل بعد من ابعاد الاستبيان ، وأشارت قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لدرجات المفحوصين (ن=25) بعينة التقنين أن درجة ثبات الاستبيان مقبولة ، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بطريقة سبيرمان للاستبيان ككل (0.823)، كذلك تم حساب قيمة معامل الارتباط بطريقة جتمان Guttman Split للاستبيان ككل حيث بلغت قيمته (0.723) وقد تم هذا التقسيم بالنسبة لكل بعد من ابعاد الاستبيان وكذلك بالنسبة للاستبيان ككل ولحساب الارتباط بين نصفي الاستبيان استخدمت الباحثين معادلة Spearman-Brown وكذلك معادلة Guttman لحساب الارتباط بين نصفي كل بعد من ابعاد الاستبيان مما يدل على ثبات الاستبيان وصلاحيته للتطبيق.

الصورة النهائية لاستبيان الازدهار النفسي للطالبات المعلمات (ملحق 2)

أصبح الاستبيان في صورته النهائية مكونا من (60) عبارة ، ويوضح جدول (10) توزيع عبارات استبيان الازدهار النفسي حسب نوعيتها داخل الاستبيان وأبعاده :

جدول (10) توزيع عبارات استبيان الازدهار النفسي حسب نوعيتها داخل الاستبيان وأبعاده

العدد	عدد العبارات الموجبة
10	المشاعر الإيجابية
12	الاندماج الدراسي
12	العلاقات الإيجابية
12	الشعور بمعنى الحياة
14	تحقيق الإنجازات الدراسية
60	المجموع

ويوضح جدول (10) توزيع عبارات استبيان الازدهار النفسي حيث ينقسم الاستبيان إلى خمس ابعاد فرعية هي:

البعد الاول : المشاعر الايجابية ويتكون هذا البعد من (10) مفردات كلها موجبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (50) درجة.

البعد الثاني : الاندماج الدراسي ويتكون هذا البعد من (12) مفردة كلها موجبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (60) درجة.

البعد الثالث : العلاقات الايجابية ويتكون هذا البعد من (12) مفردة كلها موجبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (60) درجة.

البعد الرابع : الشعور بمعنى الحياة ويتكون هذا البعد من (12) مفردة كلها موجبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (60) درجة.

البعد الخامس : تحقيق الانجازات الدراسية ويتكون هذا البعد من (14) مفردة كلها موجبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (70) درجة.

تصحيح استبيان الازدهار النفسي للشباب الجامعي:

استخدمت الباحثتين طريقة ليكرت لقياس الاتجاه في تقدير درجات الاستبيان حيث وضع للاستبيان خمس استجابات متدرجة لكل عبارة وهي (موافق بشدة ، موافق ، الى حد ما ، معترض ، معترض بشدة) اعطيت لها القيم (5- 4 - 3 - 2 - 1) في حالة العبارات الايجابية ثم عكست هذه القيم في حالة العبارات السلبية ثم جمعت البدائل للحصول على الدرجة الكلية والتي تتراوح بين (60- 300) درجة.

مراحل اعداد استبيان الشغف الاكاديمي:

تم إعداد الاستبيان بما يتلاءم مع الإطار النظري والمفهوم الإجرائي الذي انطلق منه البحث ، والاستعانة بمقاييس سابقة تناولت الشغف الاكاديمي وتم بناؤه وفقا للمراحل الآتية:

1- المرحلة الأولى : تحديد الهدف من الاستبيان حيث هدف الاستبيان التعرف على الشغف الاكاديمي للطالبات المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية..

2- المرحلة الثانية : الاستقراء النظري والدراسات السابقة في مجال الشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات وتم الاطلاع على بعض الاستبيانات الخاصة بالشغف الاكاديمي للاستفادة منها في تحديد أبعاد الاستبيان الحالي وعباراته ومنها مقياس Vallerand (2003)؛ مقياس Vallerand المترجم من قبل طه (2020)؛ دراسة حسبان والربيع(2021)؛مقياس الضبع(2021)؛ مقياس بريك(2022)؛دراسة عبد العزيز وأيوب(2022)؛ مقياس المصرى (2022)

3- المرحلة الثالثة : تم إعداد عبارات الاستبيان المبدئي وفقا للتعريف الإجرائي للشغف الاكاديمي للطالبات المعلمات وقد اشتمل الاستبيان على (25) مفردة ، وبعد إتمام الصياغة الأولى لعبارات الاستبيان تم عرضه على مجموعة من السادة المحكمين في مجال الاقتصاد المنزلي وعلم النفس والصحة النفسية، بلغ عددهم(8) محكمين ، للحكم على مدى صلاحية ومناسبة العبارات في قياس المحاور التي تمثلها ، وكذلك للتأكد من عدم وجود أية عبارات غامضة أو تحمل أكثر من معنى وإضافة أي مقترحات وتم حساب نسبة الاتفاق لدى المحكمين على كل عبارة من عبارات الاستبيان ، وتراوحت نسبة اتفاق المحكمين على العبارات ما بين (96%) إلي (100%)، وفي ضوء آراء السادة المحكمين تم حذف العبارات التي تقل نسبة الاتفاق فيها عن (96%) فأصبح عدد العبارات (23) عبارة وقد تنوعت العبارات لتأخذ الاتجاه الإيجابي والسلبي لضمان التزام العينة بالتفكير أثناء إجابته على الاستبيان وقد روعي في صياغة العبارات أن تكون مرتبطة بموضوع البحث ومحددة وواضحة ، وموزعة على بعدين هما :

البعد الاول : الشغف الانسجامي ويقصد به الشغف الذى تتحكم الطالبات المعلمات فيه ويندمج من خلاله فى نشاط ما بإرادته بحيث لا يتعارض هذا الاندماج مع مجالات

الحياة الأخرى، ويتكون هذا البعد من (14) مفردة والحد الأقصى لهذا البعد هو (70) درجة.

البعد الثاني : الشغف القهري ويقصد به الشغف الذي يتحكم في الطالبات المعلمات ويندمج من خلاله في نشاط ما بسبب الضغوط الشخصية أو الاجتماعية وهذا الاندماج يستنفذ الوقت والموارد الخاصة بالطالبات المعلمات بعيدا عن مجالات الحياة الأخرى، ويتكون هذا البعد من (10) مفردات والحد الأقصى لهذا البعد هو (50) درجة

حساب صدق وثبات استبيان الشغف الاكاديمي للطالبات المعلمات:

تم حساب صدق استبيان الشغف الاكاديمي للطالبات المعلمات كالتالي:

- 1- **صدق المحكمين** : حيث عرض الاستبيان خلال فترة إعدادة على مجموعة من السادة المحكمين في مجال علم النفس والصحة النفسية كما سبق عرضه.
- 2- **صدق الاتساق الداخلي** : للتحقق من صدق الاتساق الداخلي قامت الباحثين بحساب:

أ- معاملات ارتباط درجات الشباب الجامعي على كل مفردة باستبيان الشغف الاكاديمي بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وهذا ما يوضحه الجدول رقم (11):

جدول (11) معاملات الارتباط بين مفردات استبيان الشغف الاكاديمي والدرجة الكلية للبعد الذي

تنتمي اليه

الشغف القهري		الشغف الانسجامي	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**0,732	15	**0,643	1
*0,388	16	**0,67	2
**0,664	17	**0,589	3
**0,688	18	**0,775	4
**0,713	19	**0,736	5
**0,627	20	**0,854	6
**0,756	21	**0,614	7
*0,395	22	**0,679	8
**0,779	23	**0,637	9
		**0,612	10
		**0,628	11
		**0,592	12
		**0,679	13
		**0,711	14

من جدول (11) يتضح صدق الاتساق الداخلي لاستبيان الشغف الاكاديمي حيث جاءت معاملات ارتباط عبارات الشغف الاكاديمي بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه تتراوح من (0.39) إلى (0.85) وكانت القيم دالة عند مستوى دلالة (0.05) و(0.01) مما يؤكد صدق الاستبيان.

2- الاتساق الداخلي كمؤشر لصدق التكوين: تم حساب معامل ارتباط درجات كل بعد من الأبعاد بالدرجة الكلية للاستبيان وهو ما يوضحه جدول (12)
جدول(12) يوضح معاملات الارتباط بين أبعاد استبيان الشغف الاكاديمي والدرجة الكلية .(ن =

(25)

البعد	الشغف الانسجامي	الشغف القهري
الارتباط بالدرجة الكلية	**0,756	**0,713

** داله عند مستوي دلالة (0.01)

ويتضح من الجدول (12) صدق الاتساق الداخلي لاستبيان الشغف الاكاديمي ، حيث جاءت معاملات الارتباط بين أبعاد استبيان الشغف الاكاديمي والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (0.713) إلى (0,756) وجميعها معاملات ارتباط مرتفعة ودالة إحصائيا عند مستوى (0,01) مما يدل على صدق الاتساق الداخلي لأبعاد استبيان الشغف الاكاديمي.

ج- صدق المقارنة الطرفية:

تقوم هذه المقارنة في جوهرها على تقسيم الاستبيان الى قسمين ويقارن متوسط الثلث الاعلى في الدرجات بمتوسط الثلث الاقل في الدرجات وبعد توزيع الدرجات تم اجراء طريقة المقارنة الطرفية(الخواجة وحسب النبي ، 2000 : 236) بين اعلى (25%) من الدرجات واقل (25%) من الدرجات ،حيث تم احتساب المتوسط والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) فكانت دالة عند مستوى دلالة اقل من (0,01%) ويتضح ذلك من خلال جدول(13):

جدول (13) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة اختبار (ت) لدراسة الفروق بين متوسطى مرتفعى ومنخفضى الدرجات على استبيان الشغف الاكاديمي

البعد	المجموعتين	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	الدالة الاحصائية
الشغف الأكاديمي	الأعلى	67	96,72	6,25	20,61	132	دالة عند مستوى 0,01
	الأدنى	67	69,38	8,89			

تبين من جدول (13) وجود فروق جوهرية وذات دلالة احصائية بين الدرجات العليا والدرجات الدنيا للأبعاد والدرجة الكلية لاستبيان الشغف الاكاديمي وهذا يعني ان الاستبيان يميز بين الطلبة ذوي الدرجات العليا والطلبة ذوي الدرجات الدنيا بالنسبة لاستبيان الشغف الاكاديمي وهذا يدل على ان الاستبيان يتمتع بمعامل صدق عالي.

ثبات استبيان الشغف الاكاديمي : تم ذلك من خلال ما يلي:

طريقة إعادة التطبيق : حيث تم تطبيق الاستبيان مرتين متتاليتين على العينة الاستطلاعية (25) بفاصل زمني قدره خمسة عشر يوما ، وبلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (0.88).

حساب قيمة معامل ألفا كرونباخ Alfa-Cronbach لاستبيان الشغف الاكاديمي ككل ، وهو ما يوضحه جدول (14):

جدول (14) معامل الثبات لاستبيان الشغف الاكاديمي للطلبات المعلمات ن = 25

البعد	الشغف الانسجامي	الشغف القهري	الشغف الأكاديمي ككل
الفا كرونباخ	0,720	0,715	0,722

ويتضح من جدول (14) أن درجات معامل ألفا لاستبيان الشغف الاكاديمي ككل هو (0.722) وتعتبر هذه القيمة عالية بالنسبة لهذا النوع من حساب الثبات مما يدل على ثبات الاستبيان وصلاحيته للتطبيق.

طريقة التجزئة النصفية : بقياس معاملات الارتباط للاستبيان وذلك عن طريق تقسيم الاستبيان إلي نصفين متساويين اذا كان عدد المفردات زوجي ولقسمين غير متساويين اذا كان عدد المفردات فردي ، وقد تم هذا التقسيم بالنسبة للاستبيان ككل ، ثم تم إدخال معامل الارتباط في معادلة التصحيح للتجزئة النصفية لسبيرمان براون

Spearman-Brown وكذلك معادلة Guttman لحساب الارتباط بين نصفي الاستبيان ، وأشارت قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لدرجات المفحوصين (ن=25) بعينة التقنين أن درجة ثبات الاستبيان مقبولة ، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بطريقة سبيرمان للاستبيان ككل (0.739)، كذلك تم حساب قيمة معامل الارتباط بطريقة جتمان Guttman Split للاستبيان ككل حيث بلغت قيمته (0.737) وقد تم هذا التقسيم بالنسبة للاستبيان ككل ولحساب الارتباط بين نصفي الاستبيان استخدمت الباحثين معادلة Spearman-Brown وكذلك معادلة Guttman لحساب الارتباط بين نصفي الاستبيان مما يدل علي ثبات الاستبيان وصلاحيته للتطبيق. الصورة النهائية لاستبيان الشغف الاكاديمي : (ملحق 3) أصبح الاستبيان في صورته النهائية مكونا من (23) مفردة وموزعة على بعدين كما يتضح من جدول (15):

جدول (15) توزيع عبارات استبيان الشغف الاكاديمي لطالبات المعلمات.

العبارات السالبة	العبارات الموجبة	البعد
-7 -5 -4 -3 -2 12 -10	13 - 11 — 9 -8 -6 -1 14 -	الشغف الانسجامي
-	-19 -18 - 17 -16 -15 23 -22 -21 -20	الشغف القهرى
7	16	المجموع
23		

البعد الاول : الشغف الانسجامي ويتكون هذا البعد من(14) مفردة منها (7) مفردات موجبة و(7) مفردات سالبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (70) درجة. البعد الثاني : الشغف القهرى ويتكون هذا البعد من(9) مفردات كلها موجبة والحد الأقصى لهذا البعد هو (45) درجة

تصحيح استبيان الشغف الاكاديمي للطالبات المعلمات:

استخدمت الباحثه طريقة ليكرت لقياس الاتجاه في تقدير درجات المقياس حيث وضع للمقياس خمس استجابات متدرجة لكل عبارة وهي(موافق بشدة ، موافق ، الى حد ما ، معترض ، معترض بشدة) اعطيت لها القيم (5 -4 - 3 -2 - 1) في حالة العبارات

الإيجابية ثم عكست هذه القيم في حالة العبارات السلبية ثم جمعت البدائل للحصول على الدرجة الكلية والتي تتراوح بين (23-115) درجة.

نتائج البحث:

ينص الفرض الأول على أنه " لا توجد علاقة ارتباطية داله إحصائيا عند مستوى (0,01) بين درجات عينة البحث على استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الأكاديمي .

لاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثتين بدراسة العلاقة الارتباطية بين متغيري (استراتيجيات التنظيم الانفعالي و الشغف الأكاديمي) وذلك بحساب معامل الارتباط الخطي (لبيرسون r) بين متغيرات البحث للتعرف على نوع ودرجة العلاقة بين المتغيرات وذلك ما يوضحه جدول (16) كما يلي:

جدول رقم (16) معاملات الارتباط بين استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الأكاديمي

التنظيم م الانفعالي ككل	التعام ل كارثي	لوم الأخري ن	لوم النفس	اجترار الأفكار	التعبير الانفعال ي	الض بط الانفع الي	الاله ة	المشار كة الاجتما عية	اعادة التركيز	وضع الأمور	قبول الأحدا ث	اعادة التقييم	البعد
0,41 **1	0,11 2	0,08 6	0,12 9	0,33 9	0,08 6	0,3 36	0,17 0	0,14 8	0,33 3	0,33 8	0,20 4	0,44 6	الانسج امي
0,56 **0	0,34 4	0,34 2	0,35 4	0,32 1	0,34 6	0,4 39	0,43 9	0,24 6	0,40 1	0,32 4	0,05	0,47 6	القهري
0,54 **3	0,24 5	0,22 6	0,26 1	0,37 7	0,23 0	0,4 34	0,43 4	0,21 8	0,41 3	0,37 7	0,12 6	0,52 3	الشغف الأكاد يمي ككل

** دالة عند مستوي 0.01 * دالة عند مستوي 0.05

يتضح من الجدول (16) أن العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل والشغف الأكاديمي ككل علاقة موجبة (طردية) دالة إحصائيا عند مستوي 0,01 أي أن الارتفاع في التنظيم الانفعالي يقترن طرديا بالارتفاع في الشغف الأكاديمي. يتم قبول الفرض البديل الذي ينص على وجود علاقة طردية موجبة دالة إحصائيا بين متغيري البحث (استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الأكاديمي) وترى الباحثتين أن العلاقة الطردية بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الأكاديمي علاقة منطقية وذلك تبعا للدور المهم الذي تلعبه استراتيجيات التنظيم

الانفعالي في مجالات الحياة المختلفة ، وما لها من تأثير كبير في زيادة توافق الطالبات نفسياً وتوافقهم مع المحيطين من حولهم وتحقيق وانجاز عالي وكفاءة عالية في العمل والقدرة على مواجهة المشكلات النفسية والاجتماعية بانفعال منظم يتناسب مع الموقف الذي تتعرض له الطالبات.

وتعزو الباحثين هذه النتيجة ايضا إلي أن التنظيم الانفعالي يرتبط بشكل وثيق بمجالات الصحة النفسية ويسهم بشكل حيوي في تطوير العلاقات الشخصية السليمة للفرد (Shiota, Campos, Keltner, & Hertenstein (2004) ويؤثر ذلك علي مستوى رضاهم عن حياتهم، إذ تعتبر استراتيجيات التنظيم الإنفعالي الإيجابية كمنبئ لشعور بالرضا عن الحياة Esmailinasab, Khoshk & Makhmali (2016) وان الأفراد القادرين علي التنظيم الانفعالي هم الذين يتميزون بنظرة تفاؤلية ، وتصور بأنهم يملكون السيطرة علي أحداث الحياة ، وأسلوباً فعالاً في مواجهة الضغوطات ، ومفهوماً ايجابياً حول الإحساس بهدف أو معني الحياة وقبول الدعم الاجتماعي Putunam & Sillk (2005)، وعلي النقيض فإن عدم القدرة علي التنظيم الانفعالي بشكل فعال يؤثر سلباً علي سيرورة حياتهم ورضاهم عنها وتكيفهم مع الظروف المحيطة.

وتتفق هذه مع ما توصلت اليه دراسة Gumora & Arsenio (2002) التي أشارت إلي وجود تأثير إيجابي للتنظيم الانفعالي علي التحصيل الأكاديمي والكفاءة الذاتية الأكاديمية ؛ دراسة

Al-badareen, Ghaleb (2016) التي أشارت إلي تنبؤ الاستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي بالتحصيل الأكاديمي ، ومع دراسة Kwon ; Hanrahan & A Kupzyk (2016) التي توصلت إلي وجود علاقة موجبة بين تنظيم العاطفة و جوانب متعددة من الأداء الأكاديمي ، واتفقت Akhter; Iqbal & Noor (2020) التي أوضحت أن من يمارسون استراتيجيات إيجابية للتعبير عن انفعالاتهم لديهم مستوي عالي من التحصيل الأكاديمي ، بينما من لم يستطيعون التعبير عن مشاعرهم بطريقة إيجابية أظهروا أداء أكاديمياً ضعيفاً.

دراسة صغيرة (2021) التي توصلت الى وجود علاقة موجبة بين الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات والأداء الاكاديمي.

نتائج الفرض الثاني

ينص الفرض الثاني على أنه " لا توجد علاقة ارتباطية داله إحصائيا عند مستوى (0,01) بين درجات عينة البحث على استبيان الازدهار النفسي والشغف الاكاديمي ".
لاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثين بدراسة العلاقة الارتباطية بين متغيري (الازدهار النفسي و الشغف الاكاديمي) وذلك بحساب معامل الارتباط الخطي (ليبرسون r) بين متغيرات البحث للتعرف على نوع ودرجة العلاقة بين المتغيرات وذلك ما يوضحه جدول (17) كما يلي:

جدول رقم (17) معاملات الارتباط بين استبيان الازدهار النفسي والشغف الاكاديمي

الازدهار النفسي ككل	تحقيق الانجازات الدراسية	الشعور بمعنى الحياة	العلاقات الايجابية	الاندماج الدراسي	التفكير الايجابي	البعد الانسجامي
**0,661	**0,627	**0,644	**0,442	**0,625	**0,406	الانسجامي
**0,568	**0,530	**0,566	**0,475	**0,436	**0,410	القهري
**0,706	**0,664	**0,694	**0,520	**0,616	**0,516	الشغف الأكاديمي ككل

** دالة عند مستوي 0.01 ، * دالة عند مستوي 0.05

يتضح من الجدول (17) أن العلاقة بين الازدهار النفسي ككل والشغف الأكاديمي ككل علاقة موجبة (طردية) دالة احصائيا عند مستوي 0,01 أي أن الارتفاع في الازدهار النفسي يقترن طرديا بالارتفاع في الشغف الأكاديمي.

وترجع الباحثين العلاقة الطردية بين الازدهار النفسي و الشغف الاكاديمي ، إلى ان الشغف الاكاديمي الانسجامي يرتبط بالمشاعر الايجابية للطلبات ، ويساهم في اندماج الطالبات في مهامهم وأنشطتهم الاكاديمية بحب واستمتاع ، كما يعزز السعادة أثناء التعلم ، ويجعل الحياة الاكاديمية للطلبات ذات معنى ، ويمنع عنهم المشاعر السلبية ، ويجعلهن يواجهن الصعوبات والضغوطات الاكاديمية بكفاءة وايجابية.

كما يمكن القول بأن الطالبات عندما يمارسنا المهام الاكاديمية بحرية ودون ضغط أو اجبار يجعلهن يسيطرون على هذه الانشطة ويتحكمن فيها ، ومن ثم يستمتعن بهذه الانشطة ويندمجن فيها ، مما يحقق لديهن الشعور بالسعادة والرضا والهناء ومن ثم الازدهار النفسي.

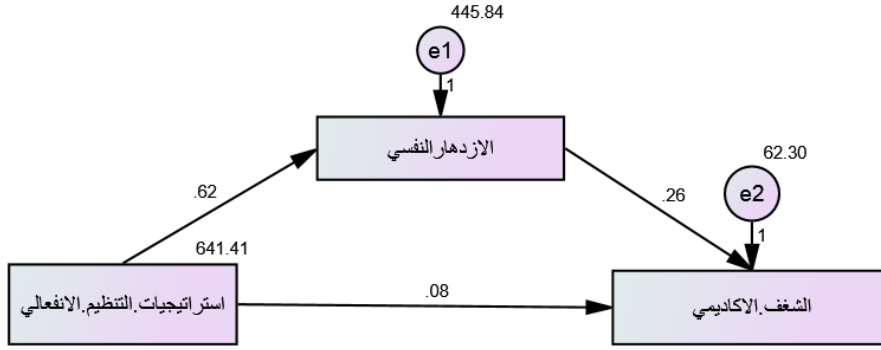
كما يمكن تفسير هذه العلاقة فى ضوء ما اشارت اليه دراسة Vallerand (2015) أن الشغف الانسجامى يعزز الهناء الذاتى ويحقق الحياة ذات المعنى التى تستحق أن تعاش ، وساهم الشغف الاكاديمي الانسجامى فى استمرار الاندماج بسعادة فى العمل ، كما يساعد فى منع حدوث الخبرات التى تؤثر سلبا على الفرد بسبب الصراع النفسي وقلة الراحة النفسية.

نتائج الفرض الثالث :

ينص الفرض الثالث على أنه " لا يحقق نموذج تحليل المسار المقترح للعلاقات السببيه بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي (كمتغير مستقل) والازدهار النفسي (كمتغير وسيط) والشغف الاكاديمي (كمتغير تابع) مطابقة جيدة لبيانات الطالبات المعلمات. "

قامت الباحثتين ببناء نموذج بنائي من خلال رسم نموذج العلاقات بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي و الشغف الأكاديمي كما هو موضح بالشكل (1) ثم قامت الباحثتين باختبار مدي مطابقة بيانات البحث الحالي للنموذج المقترح.

واستخدمت الباحثتين برنامج (Amos 25) لعمل أسلوب تحليل المسار علي افتراض أن استراتيجيات التنظيم الانفعالي هو متغير مستقل والازدهار النفسي متغير وسيط ، والشغف الأكاديمي متغير تابع، ويوضح شكل (2) تقديرات المسار التخطيطي لأفضل نموذج لتحليل المسار بين المتغيرات :



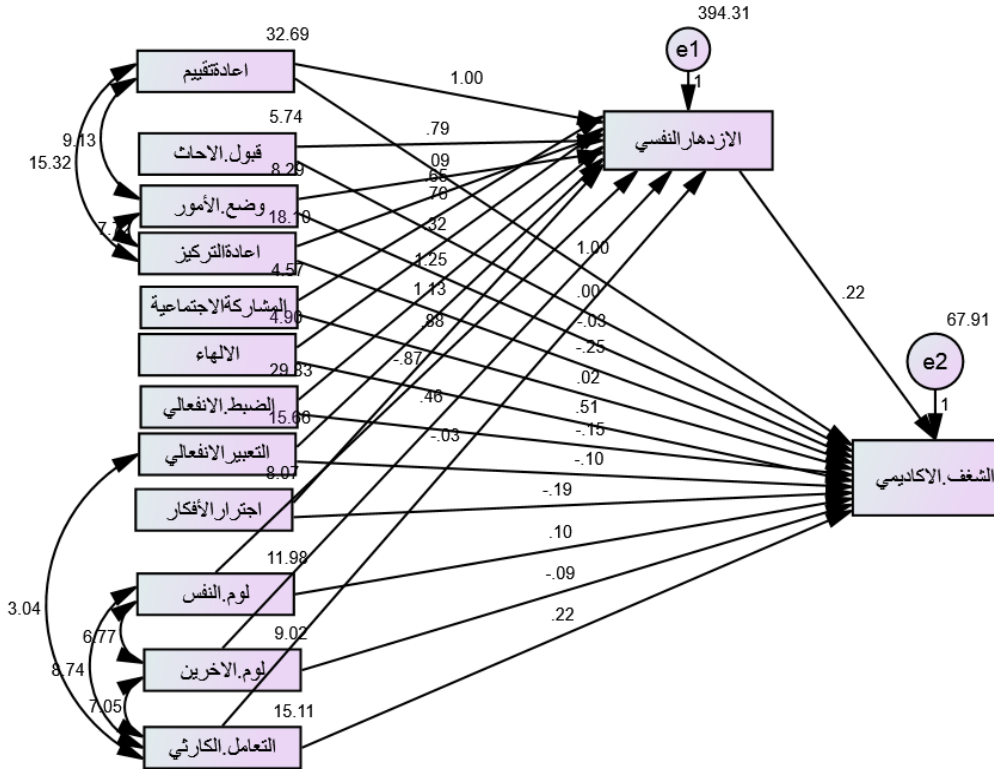
شكل (2) المسار التخطيطي لأفضل نموذج لتحليل المسار بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي الشغف الأكاديمي

وتم حساب مؤشرات حسن مطابقة النموذج المقترح مع بيانات البحث الحالي ،
 لاختبار مطابقة النموذج لبيانات البحث الحالي ، ويوضح جدول (18) هذه المؤشرات:
 جدول (18) مؤشرات حسن المطابقة وقيمة المؤشر والمدى المثالي لكل مؤشر لنموذج
 تحليل المسار بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي و الازدهار النفسي و الشغف الأكاديمي

مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	قيمة المؤشر التي تشير الي أفضل مطابقة
مربع كاي (k^2)	0	تكون غير دالة	0
نسبة مربع كاي / درجة الحرية (k^2 / df)	0	صفر الي 5	من صفر الي 1
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	1	صفر الي 1	1
مؤشر المطابقة المعيارية (NFI)	1	صفر الي 1	1
مؤشر المطابقة غير المعيارية (NNFI)	1	صفر الي 1	1
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	1	صفر الي 1	1
مؤشر المطابقة التزايدية (IFI)	1	صفر الي 1	1
مؤشر الافتقار الي المطابقة المعيارية (PNFI)	0	صفر الي 1	1
جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	0,62 4	صفر الي 1	0

** تم الرجوع في تحديد المدى المثالي لكل مؤشر وقيم أفضل مطابقة الي (حسن ، 2008 : 370-371)

كما استخدمت الباحثين برنامج (Amos 25) لعمل أسلوب تحليل المسار علي افتراض أن ابعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي هي متغير مستقل والازدهار النفسي متغير وسيط ، والشغف الأكاديمي متغير تابع، ويوضح شكل (3) تقديرات المسار التخطيطي لأفضل نموذج لتحليل المسار بين المتغيرات :



شكل (3) المسار التخطيطي لأفضل نموذج لتحليل المسار بين ابعاد استراتيجيات التنظيم

الانفعالي والازدهار النفسي الشغف الأكاديمي

وتم حساب مؤشرات حسن مطابقة النموذج المقترح مع بيانات البحث الحالي ،
لاختبار مطابقة النموذج لبيانات البحث الحالي ، ويوضح جدول (19) هذه المؤشرات:

جدول (19) مؤشرات حسن المطابقة وقيمة المؤشر والمدى المثالي لكل مؤشر لنموذج تحليل المسار بين ابعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي و الازدهار النفسي و الشغف الأكاديمي

مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	قيمة المؤشر التي تشير الي أفضل مطابقة
مربع كاي (k^2)	62.909	تكون غير دالة	0
نسبة مربع كاي / درجة الحرية (k^2) (/df)	1.031	صفر الي 5	من صفر الي 1
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	.703	صفر الي 1	1
مؤشر المطابقة المعيارية (NFI)	.609	صفر الي 1	1
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	.626	صفر الي 1	1
مؤشر المطابقة التزايدى (IFI)	.633	صفر الي 1	1
مؤشر الافتقار الي المطابقة المعيارية (PNFI)	.408	صفر الي 1	1
جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	.188	صفر الي 1	0

يتضح من جدولى (18) و(19) أن جميع مؤشرات حسن المطابقة تعبر عن أفضل مطابقة وأهم هذه المؤشرات كون (k^2 مربع كاي) غير دالة وهذا يشير الي ملائمة النموذج المقترح ، كما يتضح من الجدول (18) ان قيم مؤشرات حسن المطابقة وقعت في المدى المثالي.

مما يعني وجود مطابقة جيدة للنموذج المقترح مع بيانات الطالبات المعلمات عينة البحث ، وان نموذج تحليل المسار المقترح للعلاقات السببية بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي والشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث حقق مطابقة جيدة للبيانات المستمدة من عينة البحث ، وتفسر الباحثين هذه

النتيجة في ضوء النموذج المزدوج للشغف Vallerand, Blanchard, Mageau, Koestner, Ratelle, Leonard (2003)، وفقا للنموذج المزدوج للشغف فإن الشغف الانسجامي أو التناغمي يرتبط بالمشاعر الايجابية وسهم في اندماج الطلاب في مهامهم الاكاديمية بحب واستمتاع ، كما يعزز السعادة اثناء التعلم ، ويحجم من المشاعر السلبية مما يسهم في تنمية الازدهار النفسي.

كما يمكن ان تفسر الباحثين ذلك بأنه عند استخدام الطالبات لاستراتيجيات التنظيم المعرفي تمكنهم من تنظيم انفعالاتهم في المواقف التي يمرون بها مما يجعل هذه الاستراتيجيات الإيجابية تزيد من الشعور بالازدهار النفسي لدى الطالبات وبالتالي الازدهار النفسي يؤثر إيجابياً علي الشغف الأكاديمي.

وهذه النتيجة تتفق نسبيا مع دراسة سيد (2019) التي توصلت لوجود علاقة موجبة بين الهناء وبعض الاستراتيجيات المعرفية التكيفية لتنظيم الانفعال ، كما أن دراسة Extremera, Sánchez-Gómez & Mérida-López1 (2020) توصلت الى أن هناك بعض الاستراتيجيات الإيجابية المعرفية لتنظيم الانفعالات لها علاقة موجبة بالهناء النفسي

ويمكن عرض نتائج التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية للمتغير المستقل على المتغير التابع للنموذج البنائي كما يتضح من جدول (20):

جدول (20) التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي كمتغير وسيط في الشغف الأكاديمي

المتغير التابع	التأثير من خلال المتغير الوسيط (الازدهار النفسي)			المتغير المستقل
	التأثير الكلي	التأثير غير المباشر	التأثير المباشر	
الازدهار النفسي	0,62	-	0,62	استراتيجيات التنظيم الانفعالي
الشغف الأكاديمي	0,26	-	0,26	الازدهار النفسي
الشغف الأكاديمي	0,24	$=0,62 \times 0,26$ 0,16	0,08	استراتيجيات التنظيم الانفعالي

يتضح من جدول(20):

- وجود تأثير مباشر موجب لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الازدهار النفسي بلغ (0,62) وهي قيمة كبيرة مما يشير الى التأثير القوي لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي على الازدهار النفسي.

- وجود تأثير مباشر موجب للازدهار النفسي في الشغف الأكاديمي بلغ (0,26) وهي قيمة كبيرة مما يشير الى التأثير القوي للازدهار النفسي في الشغف الأكاديمي.

- وجود تأثير مباشر موجب لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الشغف الأكاديمي بلغ (0,08) وتأثير غير مباشر من خلال الازدهار النفسي كمتغير وسيط بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الأكاديمي بلغ $(0,16 = 0,62 \times 0,26)$ وبذلك بلغ التأثير الكلي لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الشغف الأكاديمي (0,24) ، وهذا يوضح أن الازدهار النفسي له تأثير كمتغير وسيط بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الأكاديمي.

وللتأكد من أن الازدهار النفسي يتوسط تماما العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الأكاديمي.

لأبد من اختبار صحة اولا :الفرض الرابع الذى ينص على " لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيا لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الازدهار النفسي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث " .

ثانيا :الفرض الخامس الذى ينص على" لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيا لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث " .

ثالثا: الفرض السادس الذى ينص على " لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيا للازدهار النفسي فى الشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث.

رابعا : الفرض السابع الذى ينص على " لا يوجد تأثير غير مباشر دال إحصائيا لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي فى الشغف الاكاديمي عبر الازدهار النفسي " .كما يلي:

أولاً : الفرض الرابع : "لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الازدهار النفسي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث".
ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار البسيط لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل في التنبؤ بالازدهار النفسي ككل وجاءت النتائج كما بالجدول (21) التالي :

جدول (21) تحليل الانحدار للتنبؤ بالازدهار النفسي من خلال استراتيجيات التنظيم الانفعالي

المتغير التابع	المتغير المستقل	ف	الدلالة الاحصائية	معامل الارتباط	معامل التحديد	بيتا	ت	الدلالة الاحصائية
الازدهار النفسي	الثابت	146,7 9	0,01	0,599	0,35 8	53,1	3,478	0,01
	التنظيم الانفعالي						12,11	0,01

ويتضح من الجدول (21) أن استراتيجيات التنظيم الانفعالي منبئه بالازدهار النفسي وتسهم في التنبؤ بنسبة 35,8% من درجات الازدهار النفسي. ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية :

$$\text{الازدهار النفسي} = 53,1 + 0,623 \times \text{التنظيم الانفعالي}$$

ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء أن تنظيم الانفعال يلعب دوراً مهماً في كيفية إدارة الشخص لانفعالاته الشخصية ، وتوظيفها وتحويلها إلى طاقة إيجابية نحو مزيد من الاستغراق في الدراسة والعمل والإبداع ، وذلك من خلال التقييم الجيد للموقف الانفعالي ، وحسن اختيار الاستراتيجية الأفضل لإدارة الانفعالات.

وترى الباحثين أن هذه النتيجة منطقية حيث إن الشعور بالانفعالات الإيجابية واستخدام استراتيجيات التنظيم الانفعال تجعل الطالبات تشعر بالازدهار النفسي بصفة عامة ، وهذه الاستراتيجيات الإيجابية للانفعالات التي تستخدمها الطالبات تتمثل في إعادة التقييم المعرفي للانفعالات ، قبول الاحداث، وضع الأمور في نصابها، إعادة التركيز للتخطيط، المشاركة ، الضبط الانفعالي بحيث تري الطالبات الخبرات من منظور آخر إيجابي ومقارنتها بخبرات ومواقف أخرى قد تكون أكثر خطورة ، ومن ثم فهذه الاستراتيجيات تساعد الطالبات علي الشعور بالاستمتاع بالحياة والسعادة والاستقرار النفسي وبالتالي بالازدهار النفسي .

ثانيا : الفرض الخامس "لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيا لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث ".
ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار البسيط لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل في التنبؤ بالشغف الأكاديمي ككل وجاءت النتائج كما بالجدول (22) التالي :

جدول (22) تحليل الانحدار للتنبؤ بالشغف الأكاديمي من خلال استراتيجيات التنظيم الانفعالي

المتغير التابع	المتغير المستقل	ف	الدالة الاحصائية	معامل الارتباط	معامل التحديد	بيتا	ت	الدالة الاحصائية
الشغف الأكاديمي	الثابت	110,04	0,01	0,543	0,295	11,299	1,632	0,1
	التنظيم الانفعالي					0,245	10,490	0,01

ويتضح من الجدول (22) أن التنظيم الانفعالي منبئ بالشغف الأكاديمي وتسهم في التنبؤ بنسبة 29,5% من درجات الشغف الأكاديمي.
ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية :

$$\text{الشغف الأكاديمي} = 11,299 + 0,245 \times \text{التنظيم الانفعالي}$$

ثالثا: الفرض السادس "لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيا للازدهار النفسي في الشغف الاكاديمي لدى الطالبات المعلمات عينة البحث ".
ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار البسيط للازدهار النفسي ككل في التنبؤ بالشغف الأكاديمي ككل وجاءت النتائج كما بالجدول (23) التالي :

جدول (23) تحليل الانحدار للتنبؤ بالشغف الأكاديمي من خلال الازدهار النفسي

المتغير التابع	المتغير المستقل	ف	الدالة الاحصائية	معامل الارتباط	معامل التحديد	بيتا	ت	الدالة الاحصائية
الشغف الأكاديمي	الثابت	261,21	0,01	0,706	0,498	11,52	2,471	0,01
	الازدهار النفسي					0,305	16,16	0,01

ويتضح من الجدول (23) أن الازدهار النفسي منبئ بالشغف الأكاديمي وتسهم في التنبؤ بنسبة 49,8% من درجات الشغف الأكاديمي. ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية :

$$\text{الازدهار النفسي} = 53,1 + 0,623 \times \text{التنظيم الانفعالي}$$

تشير النتائج الى أن هناك تأثير مباشراً موجباً دالاً إحصائياً للازدهار النفسي في الشغف الأكاديمي وهذا يدل على أن الازدهار النفسي يعزز الشغف الأكاديمي بينما عدم وجود الازدهار النفسي يقلل من الشغف الأكاديمي ، حيث ان الافراد المزهدين لديهم مستويات عالية من الشغف الأكاديمي ، كما أن يرتبط ايجابيا بالمشاعر الايجابية للطالبات ويساهم بشكل ايجابي في الازدهار النفسي لدى الطالبات ، حيث ان الطالبات التي تتمتع بقدر عالي من الشغف الانسجامي لديهن شعور بالأمان وقدرات على مواجهه المشاعر السلبية التي تقف عائقاً للوصول للازدهار النفسي ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما اشارت اليه دراسة Vallerand (2015) أن وجود رغبة شغفية للمشاركة في الانشطة قد يكون لها آثار ايجابية تودي الى الشعور بالازدهار ، فالأفراد الذين لديهم شغف بالمشاركة في أداء نشاط معين ويعملون لساعات طويلة اسبوعياً يشعرون بإحساس إيجابي نابع من شعورهم بالراحة بما يقومون به من أعمال ، ويؤدي ذلك إلى شعورهم بالسعادة النفسية ومن ثم الازدهار النفسي. كما ترى الباحثتين ان هذه النتيجة منطقية حيث إن شعور الطلبة بالمتعة والاستمتاع والرضا

والسعادة والازدهار النفسي في الجامعة له تأثير كبير على التعليم والأداء الأكاديمي ، أن الطالبات يظهرون تفاعلهم مع الأصدقاء والمعلمين بشكل فعال ، وتقبل المتعلمة ذاتها فتشعر بالثقة بالنفس والسعي لتحقيق أهدافها والعمل على النمو المستمر لتطوير شخصيتها وبالتالي التخطيط لأوقات المذاكرة وعندما يتوفر لدي المتعلم الجامعي بيئة أكاديمية تجعله يشعر بالاستمتاع بالدراسة والشعور بالرضا ينعكس كل هذا إيجابياً علي أدائه الأكاديمي ومن شغفه الأكاديمي.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة عبد العزيز وأيوب(2022)؛ دراسة عبد اللطيف (2022) التي توصلت الى وجود تأثيرات مباشرة موجبة داله إحصائيا للشغف الانسجامي في الازدهار النفسي وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة Vallerand (2015)؛ Yukhymenko-Lescroart & Sharma (2022)؛ التي توصلت الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشغف الانسجامي والازدهار النفسي والمتغيرات ذات الصلة (الهناؤ الذاتي ، الرفاهة ، السعادة)

رابعا : الفرض السابع " لا يوجد تأثير غير مباشر دال إحصائيا لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الشغف الاكاديمي عبر الازدهار النفسي "

ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل والازدهار النفسي ككل في التنبؤ بالشغف الأكاديمي وجاءت النتائج كما بالجدول (24) التالي :

جدول (24) تحليل الانحدار للتنبؤ بالشغف الأكاديمي من خلال استراتيجيات التنظيم الانفعالي

والازدهار النفسي

المتغير التابع	المتغير المستقل	ف	الدلالة الاحصائية	معامل الارتباط	معامل التحديد	بيتا	ت	الدلالة الاحصائية
الشغف الأكاديمي	الثابت	142,4 69	0,01	0,72 2	0,5 21	2,33 6	0,4	0,51
	الازدهار النفسي					0,25 7	11, 11	0,01
	التنظيم الانفعالي					0,09	3,5 2	0,01

ويتضح من الجدول (24) أن الازدهار النفسي والتنظيم الانفعالي منبئان بالشغف الأكاديمي وتسهم مجتمعة في التنبؤ بنسبة 52,1% من درجات الشغف الأكاديمي. ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية :

الشغف الأكاديمي = 2,336 + 0,257 × الازدهار النفسي + 0,09 × التنظيم الانفعالي.

أي أن الأثر الدال من المتغير المستقل للمتغير التابع لازال موجودا ولم ينتفي أي أن المسار من المتغير المستقل للمتغير التابع لازال موجود مع وجود مسار من المتغير المستقل للمتغير التابع عبر المتغير الوسيط وبذلك يمكن القول بأن متغير (الازدهار النفسي) يتوسط جزئيا العلاقة بين المتغير المستقل (التنظيم الانفعالي) والمتغير التابع (الشغف الأكاديمي)

نتائج الفرض الثامن

ينص الفرض الثامن على أنه " لا يمكن التنبؤ بالشغف الأكاديمي في ضوء ابعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي وأبعاد الازدهار النفسي ".
وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة Stepwise لأبعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي وأبعاد الازدهار النفسي في التنبؤ بالشغف الأكاديمي وجاءت النتائج كما بالجدول (25) :

جدول (25) تحليل الانحدار للتنبؤ بالشغف الأكاديمي من خلال أبعاد استراتيجيات التنظيم

الانفعالي وأبعاد الازدهار النفسي

المتغير التابع	المتغير المستقل	ف	الدلالة الاحصائية	معامل الارتباط	معامل التحديد	بيتا	ت	الدلالة الاحصائية
الشغف الأكاديمي	الثابت	66,1	0,01	0,749	0,561	6,08 .	0,94	0,31
	الشعور بمعنى الحياة					0,871	8,106	0,01
	اعادة التقييم					0,311	3,062	0,01
	الاندماج الدراسي					0,324	2,676	0,01
	الالهاء					0,667	2,945	0,01
	التعامل الكارثي					0,342	2,747	0,01

ويتضح من الجدول (25) أن بعدي الازدهار النفسي (الشعور بمعنى الحياة ، الاندماج الدراسي) وأبعاد التنظيم الانفعالي (اعادة التقييم ، الالهاء ، التعامل الكارثي) منبئة بالشغف الأكاديمي وتسهم مجتمعة في التنبؤ بنسبة 56,1% من درجات الشغف الأكاديمي.

ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية :

الشغف الأكاديمي = - 6,08 + 0,871 × الشعور بمعنى الحياة + 0,311 ×
 إعادة التقويم + 0,324 × الاندماج الدراسي + 0,667 × الالهاء +
 0,342 × التعامل الكارثي.

ملخص النتائج والتوصيات :

أولاً- النتائج : توصل البحث إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة (طردية) داله إحصائيا عند مستوى (0,01) بين درجات عينة البحث على استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الاكاديمي.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة (طردية) داله إحصائيا عند مستوى (0,01) بين درجات عينة البحث على استبيان الازدهار النفسي والشغف الاكاديمي.
- يحقق نموذج تحليل المسار المقترح للعلاقات السببيه بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي (كمتغير مستقل) والازدهار النفسي (كمتغير وسيط) والشغف الاكاديمي (كمتغير تابع) مطابقة جيدة لبيانات الطالبات المعلمات
- وجود تأثير مباشر موجب لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الازدهار النفسي بلغ (0,62) وهي قيمة كبيرة مما يشير الى التأثير القوي لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي على الازدهار النفسي.
- وجود تأثير مباشر موجب للازدهار النفسي في الشغف الأكاديمي بلغ (0,26) وهي قيمة كبيرة مما يشير الى التأثير القوي للازدهار النفسي في الشغف الأكاديمي.
- وجود تأثير مباشر موجب لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الشغف الأكاديمي بلغ (0,08) وتأثير غير مباشر من خلال الازدهار النفسي كمتغير وسيط بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الأكاديمي بلغ (0,16 = 0,62 × 0,26) وبذلك بلغ التأثير الكلي لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في الشغف الأكاديمي (0,24) ، وهذا يوضح أن الازدهار النفسي له تأثير كمتغير وسيط بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الأكاديمي.
- يمكن التنبؤ بالشغف الاكاديمي فى ضوء الدرجة الكلية لاستبيان التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية لاستبيان الازدهار النفسي

- يمكن التنبؤ بالشغف الاكاديمي فى ضوء ابعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي وابعاد الازدهار النفسي

ثانيا: التوصيات:

- إعداد دورات تدريبية للطالبات المعلمات عن استراتيجيات التنظيم الانفعالي التي يمكن استخدامها لتنظيم الانفعالات وكيفية اختيار الأفضل منها والتي بدورها تساعدن على بناء علاقات ايجابية وتحقق لهن الهدوء والتنظيم الإيجابي

- توفير البيئة التربوية الداعمة والمشجعة للطلبة على استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي.

- الاهتمام بالبرامج الارشادية التي تسعى لتنمية الازدهار النفسي.

- تصميم مقرر للتربية العملية يتضمن بشقيه النظري والعملي بمضامين معرفية وتطبيقية لكل من استراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي ، بحيث تمكن الطالبات المعلمات من توظيفها في ممارستهم التربوية

- إعداد برامج إرشادية بهدف تنمية الشغف الانسجامى وخفض الشغف القهرى لدى الطلاب.

- العمل على توحيد الجهود داخل المؤسسات التعليمية من أجل اتباع الاساليب والطرق التي من شأنها اثاره الشغف الاكاديمي لدى الطلاب

- تفعيل دور عملية الارشاد الاكاديمي لتجاوز الصعوبات التي قد يتعرض لها الطلاب خلال دراستهم

بحوث مقترحة

-الكشف عن الدور الوسيط لليقظة العقلية فى العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والشغف الاكاديمي.

-نمذجة العلاقة السببية بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي والاداء التدريسى لدى الطالبات المعلمات.

-فعالية برنامج إرشاد نفسي إيجابي لتنمية الازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي.

- فعالية برنامج ارشادى معرفى سلوكى قائم على الازدهار النفسى فى تنمية استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى طلاب الجامعة
-دراسة الشغف الاكاديمي لدى فئات تعليمية مختلفة (موهوبين - فائقين).

المراجع

- أبو رياح، محمد مسعد(2021). نموذج بنائي للعلاقات بين تنظيم الانفعالات بين الشخصية" الميول والكفاءة" والاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال" التوافقية واللا توافقية "والازدهار النفسى لدى الطلاب الموهوبين والفائقين دراسيا، مجلة البحث العلمى فى التربية، 22(1)، 221- 269.
- أحمد، عادل سيد، سفين، نبيل صالح وأمين، عبد الناصر عبد الحليم(2019). تقنين مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي ل " بجزيربيج وآخرون " على طلبة الجامعة، مجلة الاندلس للعلوم الانسانية والاجتماعية، 21، مارس، 176- 199.
- إسماعيل، دينا أحمد(2020). استراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكاديمي المنبئه بالاحترق الاكاديمي لدى طلاب الجامعة،مجلة كلية التربية، 1(77)، 174- 255.
- بريك، السيد رمضان(2022). النموذج الثنائى للشغف الاكاديمي لدى طلبة السنة الاولى المشتركة بجامعة الملك سعود فى ضوء بعض المتغيرات،97، مايو، 451- 478.
- بسيونى، سوزان بنت صدقة(2019). استراتيجيات التنظيم الإنفعالي وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات لدى الطالبات الموهوبات في مدينة جدة، مجلة جامعة الملك عبد العزيز -الآداب والعلوم الانسانية، 4(27)، 51- 98.
- البلاح، خالد عوض(2020). استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بالاستشارة الفائقة والذكاء الروحي لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية، مجلة البحث العلمى فى التربية، 21(10)، 181- 214.
- بلحسينى، ورده(2017). استراتيجيات تنظيم الانفعالات، فكر وإبداع، 111، مارس، 183- 208.

- حسابان، تمارا قاسم والعظامات، عمر عطا الله(2022). الشغف الاكاديمي وعلاقته بالذكاء الروحي لدى طلبة الصف العاشر الاساسى فى الاردن، مجلة جامعة القدس المفتوحة للابحاث والدراسات التربوية والنفسية، 13 (38)، إبريل، 97- 110.
- حسن، عزت عبد الحميد(2008). الاحصاء المتقدم للعلوم التربوية والنفسية والاجتماعية : تطبيقات باستخدام برنامج ليزر8.8، بنها، دار المصطفى للطباعة والترجمة.
- حسن، مروة نشأت، أبو المجد، علياء عادل ومكاوى، دينا موسى(2022). الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، 105، 189- 212.
- حلمى، أمنية حسن(2022). الدور الوسيط لإشباع الحاجات النفسية الأساسية في العلاقة بين التركيز التنظيمي والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة، مجلة البحوث العلمية فى التربية، 23(2)، 128- 181.
- الخواجة، مصطفى عبد المنعم وحسب النبى، لبيبة(2000): مقدمة فى الاحصاء، الاسكندرية، الدار الجامعية.
- رزق، زينب شعبان (2020). بنية الازدهار النفسي لدى الطالب المعلم فى ضوء المستوى الاقتصادى المدرك والنوع ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، 30(107)، 295- 351.
- زكي، هناء محمد و حرب، سامح حسن (2021). فاعلية برنامج قائم على الرأفة بالذات فى الضغوط الأكاديمية والازدهار النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقليا، المجلة التربوية لكلية التربية بجامعة سوهاج، 90، 867- 956.
- سالمان، الشيماء محمود(2022). الشغف الاكاديمي وعلاقته بالضغوط الجامعية المدركى لدى المعاقين بصريا، مجلة كلية التربية، عددأبريل، الجزء الثانى، 248- 291
- سيد، الحسين حسن (2019). الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال وعلاقتها بالهناء الذاتى الدراسى لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .المجلة العربية للتربية والعلوم والآداب، 11، 71-115.

- الشيمي، نجلاء فتحى(2019). تنظيم الانفعالات وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب الجامعة، المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، 23، 241-265.
- صغير، عبلة محمد الجابر(2021). نمذجة العلاقات السببية بين الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات والهناء النفسي والاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة، مجلة البحث العلمي فى التربية، 22(10)، أكتوبر، 125-161.
- الضبع، فتحى عبد الرحمن(2021). النموذج الثنائي للشغف الأكاديمي لدى طلبة برنامج الماجستير في التربية الخاصة بجامعة الملك خالد في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، المجلة العربية لعلوم الاعاقة والموهبة، 16(5)، ابريل، 97-122.
- الضيدان، الحميدى بن محمد (2020). النمذجة البنائية السببية للعلاقة بين الشغف والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وبعض المتغيرات لدى طلبة جامعة المجمع، مجلة العلوم الانسانية، جامعة الحائل، (7)، 69-91.
- طه، رياض سليمان(2020). الاندماج الأكاديمي وعلاقته بالشغف الأكاديمي والتفاؤل والرجاء لدى طلاب الجامعة :دراسة في نمذجة العلاقات، مجلة كلية التربية فى العلوم النفسية ، 3(44)، 291-372.
- عبد العزيز، أسماء حمزة وأيوب، سالى نبيل(2021). نمذجة العلاقات السببية بين النهوض الدراسى وأنماط التواصل الاسرى والأهداف المثلى للشخصية والشغف الاكاديمي والازدهار النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. المجلة التربوية، 95، 899-1007.
- عبد العزيز، عبد العزيز محمود(2022). الإسهام النسبى لرأس المال النفسي والذكاء الوجدانى فى التنبؤ بالازدهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعى، مجلة كلية التربية فى العلوم النفسية، 46(1)، 211-287.
- عبد الهادي، سامر عدنان وأبو جدي، أمجد أحمد(2012). الاستراتيجيات المعرفية الشائعة لتنظيم الانفعالات لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية في ضوء متغيرات النوع والجامعة والتخصص ، المجلة التربوية ، الكويت ، 103(2)، يونيو، 305-355.

- عبداللطيف، محمد سيد(2022). نمذجة العلاقات السببية بين أنماط الهوية الأكاديمية والشغف الأكاديمي والازدهار النفسي لدى طالبات كلية البنات الاسلامية جامعة الازهر باسيوط، *مجلة التربية*، 195(2)، يوليو، 285-339.
- العبيدي، عفراء إبراهيم خليل (2019). الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، *المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات*، 8(2)، 37-52.
- عطاالله، محمد إبراهيم(2022). فعالية برنامج تدريبي قائم على بعض عادات العقل المنتجة في خفض التجول العقلي غير الوظيفي وتنمية الشغف الأكاديمي المتناغم لدى الواقعيين تحت الملاحظة الأكاديمية من طلبة الجامعة، *المجلة التربوية*، 98، يونية، 85-151.
- العقلية والرضا عن الحياة لدى معلمات رياض الأطفال، *مجلة دراسات في الطفولة والتربية*، 13، ابريل، 394-504.
- محمد، داليا محمد(2020). التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي كمتغيرات وسطية بين اليقظة
- محمود،حنان حسين(2016). التنظيم الانفعالي والمعتقدات ما وراء المعرفة وعلاقتها بقلق الامتحان لدى عينة من طالبات المرحلة الجامعية ، *مجلة العلوم التربوية* ، 4(1)، أكتوبر ، 71-116.
- المصرى، إبراهيم سلمان(2022). الذكاء الروحي وعلاقته بالشغف الأكاديمي لدى طلبة جامعة الخليل، *مجلة جامعة الملك عبد العزيز - الادب والعلوم الانسانية*، 30(2)، 357-385.
- مصطفى، هالة عبد الوهاب، الزهار، نبيل عيد وبدوى، زينب عبد العليم(2018). استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي المنبئه بعملية التفكير لدى طلبة الصف الأول الثانوى العام، *مجلة القراءة والمعرفة*، 200، يونيو، 167-191.
- المنشاوى، عادل محمود(2015). نموذج بنائي للعلاقات بين النزعة للتسامح واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الطلاب المعلمين، *مجلة كلية التربية*، 4(25)، 55-141.

- النقيب، إيناس فهمي(2020). الاستراتيجيات المعرفية للتنظيم الانفعالي وعلاقتها بكل من اليقظة العقلية والمرونة المعرفية لدى الطلاب المعلمين بكلية التربية، مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، 44 (4)، 355-461.
- يعقوب، حيدر مزهر(2011).التنظيم الانفعالي للطلبة المتميزين في محافظة ديالى، المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين، المؤتمر العلمي العربي الثامن لرعاية الموهوبين والمتفوقين: "الموهبة والابداع مقتطفات هامة في حياة الشعوب" جامعة ديالى العراق ، ١٥ - ١٦ أكتوبر، 451 - 467.
- يوسف، محمود رامز(2022). الازدهار النفسي وعلاقته باليقظة العقلية وكفاءة المواجهة لدى عينة من طلاب كلية التربية: دراسة ارتباطية -تنبؤية، مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، 46(1)، 421-512.
- Akin,A. & Akin,U.(2015).Mediating role of coping competence on the relationship between mindfulness and flourishing *Suma Psicol*.22(1),37-43.
- Akhter, N., Iqbal, S., Noor,A.(2020). Emotions Regulation and Academic Performance of Elementary School-Aged Students, *Journal of Elementary Education*, 30(1), 1-6
- Alfonso, Z. & León, J. (2019). Teaching quality: relationships between passion, deep strategy to learn, and epistemic curiosity. *Journal of Effectiveness and School Improvement*, 30 (2), 1- 11.
- Al-badareen, Ghaleb (2016).Cognitive Emotion Regulation Strategies as Predictors of Academic Achievement among University Students, *Journal of Educational and Psychological Studies [JEPS]*, 10(4),680-686
- Banm, J, & Locke, E. (2004). The relationship of entrepreneurial traits, skill, and motivation to subsequent venture growth *.Journal of Applied Psychology*, 89 (4), 587-598.
- Berend, B., Vogt, D., & Brohm-Badry, M. (2020). Positive emotions and flourishing are resilience factors for stress symptoms. *International Journal of Stress Prevention and Wellbeing*, 4(5), 1-11.
- Boss, T., Pontier, M., Treur, J. (2007). A Dynamical system modelling approach to Gross' model of emotion regulation. *Vrije University Amsterdam*.
- Buric, I. Soric, L& Penezic, Z(2016). Emotion regulation in academic domain: Development and validation of the academic emotion

- regulation questionnaire (AERQ), *Personality and Individual Differences*, 96, 138147.
- Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profilier: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1-48.
- Choi, C., Lee, J., Yoo, M. S., & Ko, E. (2019). South Korean children's academic achievement and subjective well-being: The mediation of academic stress and the moderation of perceived fairness of parents and teachers. *Children and Youth Services Review*, 100, 22-30.
- Curran, T., Hill, A. P., Appleton, P. R., Vallerand, R. J., & Standage, M. (2015). The psychology of passion: A meta-analytical review of a decade of research on intrapersonal outcomes. *Motivation and Emotion*, 39(5), 631-655.
- Datu, J. A. D. (2018). Flourishing is associated with higher academic achievement and engagement in Filipino undergraduate and high school students. *Journal of Happiness Studies*, 19(1), 27-39.
- Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1-43.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New Well-being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143-156.
- Duan, W., & Xie, D. (2019). Measuring adolescent flourishing: psychometric properties of flourishing scale in a sample of Chinese adolescents. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 37(1), 131-135.
- Esmaeilinasab, M., Khoshk, A.A., & Makhmali, A., (2016). Emotion Regulation and Life Satisfaction in University Students: Gender Differences. *7th International Conference on Education and Educational Psychology*.
- Extremera, N., Sánchez-Gómez, M. & Mérida-López, Q. (2020). Leaving the Teaching Profession: Examining the Role of Social Support, Engagement and Emotional Intelligence in Teachers' Intentions to Quit, *Psychosocial intervention*, 29(3), 141- 151.
- Fredrickson, B. L., & Losada, M. F. (2005). Positive affect and the complex dynamics of human flourishing. *American Psychologist*, 60(7), 678-686.
- Garland, E, Fredrickson, B, Kring, A, Johnson, D, Meyer, P, Penn, D. (2010). Upward spirals of positive emotions counter downward spirals of negativity: Insights from the Broaden-and-Build theory and affective

- neuroscience on the treatment of emotion dysfunctions and deficits in psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 20(3): 834–844.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3), 141-149.
- Gokcen, N., Hefferon, K., & Attree, E. (2012). University students' constructions of 'flourishing' in British higher education: An inductive content analysis. *International Journal of Wellbeing*, 2(1), 1-35.
- Gross, JAMES J.(2002): Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Society for Psychophysiological Research*.(39). ,281-291.
- Gross, J. (2007). Regulation of emotion, Handbook of emotion. *New York: Guilford Press*.
- Gross, J., & John, O. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 85, 348–362.
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In J. J. Gross (Ed.), Handbook of emotion regulation· 3–20. *The Guilford Press*.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Ed.), Handbook of emotion regulation (pp. 3–24). *The Guilford Press*.
- Gumora, G., & Arsenio, W. F. (2002). Emotionality, emotion regulation, and school performance in middle school children. *Journal of School Psychology*, 40(5), 395–413
- Ho, V. T., & Astakhova, M. N. (2018). Disentangling passion and engagement: An examination of how and when passionate employees become engaged ones. *Human Relations*, 71(7), 973-1000
- Hofer, J., & Chasiotis, A. (2003). Congruence of life goals and implicit motives as predictors of life satisfaction: Cross-cultural implications of a study of Zambian male adolescents. *Motivation and Emotion*, 27(3), 251-272.
- Huppert, A., & So, T. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social Indicators Research*, 110(3), 837-861.
- Huppert, F. A., & So, T. C. (2009). What percentage of people in Europe are flourishing and what characterizes them? Briefing Document for the OECD/ISQOLS Meeting “Measuring Subjective Well-being: An Opportunity for NSOs” 23/24 July, 2009, Florence, Italy.

- Huppert, F. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1 (2), 137–164.
- Jing, X., Meng, H., Li, Y., & Lu, L. (2021). Effects of Psychological Capital, Coping Style and Emotional Intelligence on Self-Rated Health Status of College Students in China During COVID-19 Pandemic.
- Kent, B. V., Henderson, W. M., Bradshaw, M., Ellison, C. G., & Wright, B. R. (2021). Do Daily Spiritual Experiences Moderate the Effect of Stressors on Psychological Well-being? A Smartphone-based Experience Sampling Study of Depressive Symptoms and Flourishing. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 31(2), 57-78.
- Keyes, C. L. (2014). Mental health as a complete state: How the salutogenic perspective completes the picture .In: Georg F. Bauer & O. Hämmig (Eds.) *Bridging Occupational, Organizational and Public Health*, (pp: 179-192). Springer, Dordrecht.
- Koole, S., Van Dillen, L., & Sheppes, G. (2010). The self-regulation of emotion. *New York: Guilford Press*.
- Kwon , Kyongboon ; Hanrahan R. Amanda & A Kupzyk, Kevin (2016). Emotional elementary school children, *School Psychology Quarterly, Advance online publication*.
- expressivity and emotion regulation: Relation to academic functioning among Leontopoulou, S. (2020). Measuring well-being in emerging adults: Exploring the PERMA framework for positive youth development. *Psychology: the Journal of the Hellenic Psychological Society*, 25(1), 72-93.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological bulletin*, 131(6), 803-855.
- Mesurado, B., Crespo, R. F., Rodríguez, O., Debeljuh, P., & Carlier, S. I. (2018). The development and initial validation of a multidimensional flourishing scale. *Current Psychology*, 1-10.
- Moeller, J. (2014). Passion as concept of the psychology of motivation. Conceptualization, assessment, inter-individual variability and long-term stability. *PhD. University of Leipzig*.
- Ng, Z. J., Huebner, E. S., Hills, K. J., & Valois, R. F. (2018). Mediating effects of emotion regulation strategies in the relations between stressful life events and life satisfaction in a longitudinal sample of early adolescents. *Journal of school psychology*, 70, 16-26.
- Pachai, A., Acai, A., LoGiudice, A. & Kim, J. (2016). The mind that wanders: Challenges and potential benefits of mind wandering in

- education. *Scholarship of Teaching and Learning in Psychology*, 2(2), 134-146
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152.
- Putnam, K. & silk, K. (2005). Emotion dysregulation and the development of borderline personality disorder. *Development and psychopathology*. 17, 899 - 925.
- Renzulli, J., Koehler, J., & Fogarty, E. (2006). Operation Houndstooth intervention theory: Social capital in today's schools. *Gifted Child Today*, 29(1), 14-24.
- Richards ,J & Gross, J (2006). Personality and Emotional memory how regulating emotion impairs memory for emotional events . *Journal of Research in Personality* ,40,431-651.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2003). On assimilating identities to the self: a self-determination theory perspective on internalization and integrity within cultures. In M.R. Leary & J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (p. 253-272). New York: The Guilford Press.
- Santini, Z. I., Meilstrup, C., Hinrichsen, C., Nielsen, L., Koyanagi, A., Krokstad, S., Keyes, C. L. M. & Koushede, V. (2019). Formal volunteer activity and psychological flourishing in Scandinavia: Findings from two cross-sectional rounds of the European social survey. *Social Currents*, 6(3), 255-269
- Schmidt. S , Tinti .C , Levine. L., Testa. S. (2010). Appraisals, emotions and emotion regulation: An integrative approach. *Motiv Emot*. 34(1) , 63-72.
- Seligman, P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and wellbeing*. Free Press.
- Selvaraj, P. R., & Bhat, C. S. (2018). Predicting the mental health of college students with psychological capital. *Journal of Mental Health*, 27(3), 279-287.
- Shiota, M. N., Campos, B., Keltner, D., & Hertenstein, M. J. (2004) Positive emotion and the regulation of interpersonal relationships. *The regulation of emotion*
- Sverdlik, A., Rahimi, S., & Vallerand, R. J. (2021). Examining the role of passion in university students' academic emotions, self-regulated learning and well-being. *Journal of Adult and Continuing Education*, 1-23.
- Van Zyl, L. E. & Stander, M.W. (2014). Flourishing Interventions: A Practical Guide to Student Development pp 265-276 Chapter in

- book:Psycho-social Career Meta-capacities pp 265-276 NewYork: Springer
- Vallerand, R. (2003): On passion for life activities: The Dualistic Model of Passion. *Advances in experimental social psychology, New York: Academic Press.*
 - Vallerand, R. J. (2008). On the psychology of passion: In search of what makes people's lives most worth living. *Canadian Psychological Association, 49(1), 1–13.*
 - Vallerand, R. J. (2015). The psychology of passion. A dualistic model. New York, NY: *Oxford University Press.*
 - Vallerand, R. J., Blanchard, C. M., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C. F., Leonard, M.(2003). Les passions de l'ame: On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology, 85, 756–767.*
 - Yukhymenko-Lescroart, M. A., & Sharma, G. (2022). Passion for work and well-being of working adults. *Journal of Career Development, 49(3), 505-518.*