



رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات لدى طلبة الجامعة

يوسف حمه صالح المصطفى، ثاوات ابراهيم همزة

قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة صلاح الدين، اقليم كردستان العراق

ملخص:

Article Info

Received: July, 2022

Revised: July, 2022

Accepted August, 2022

Keywords

المال، النفسي، الإيجابي، ووعي، الذات

Corresponding Author

awat.hamza@su.edu.krd

yousif.mustafa@su.edu.krd

يهدف الباحثان في البحث الحالي إلى التعرف على رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات لدى طلبة جامعة صلاح الدين، وذلك من خلال أهداف البحث وهي بيان مستويات رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات لدى العينة ككل والتعرف على دلالات الفروق بين أوساطها الحسابية والأوساط الفرضية، وإيجاد طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة (رأس المال النفسي الإيجابي وأبعاده ووعي الذات) لدى العينة ككل. تم الاعتماد على المنهج الوصفي في البحث الحالي لكونه أنسب المناهج وأكثرها ملائمة لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات، والكشف عن الفروق فيما بينها من أجل الوصف والتحليل للظاهرة المدروسة. يتكوّن المجتمع الإحصائي للبحث من طلبة الجامعة ممثلة بالكليات العلمية والإنسانية في جامعة صلاح الدين في محافظة أربيل للعام الدراسي (2021-2022)، وقد بلغ عدد الطلبة (24,982)، طالباً و طالبة.

وشملت عينة البحث (432) طالباً وطالبة، وتم اختيارها بالأسلوب العشوائي الطبقى من جامعة صلاح الدين. وتم تقسيم عينة البحث في جامعة صلاح الدين على وفق الكليات ذات التخصصات (العلمية والإنسانية). واختار الباحثان في الجامعة ست كليات وهي (الهندسة، والعلوم والزراعة، الآداب، والقانون، والإدارة الأقتصاد) بواقع (72) طالب و طالبة لكل من الكليات بشكل متكافئ بحسب الجنس بواقع (32) من الذكور و (32) من الإناث على السواء.

وتم الاعتماد في الحصول على البيانات من عينة البحث على ما يأتي:

1. إعداد مقياس لقياس رأس المال النفسي الإيجابي، وقد تألف في صيغته النهائية بعد استكمال شروط الصدق والثبات وتميز من (32) فقرة وخمسة بدائل للإجابة.

2. تبني مقياس (عزيز 2015) من (25) فقرة وخمسة بدائل للإجابة.

وتحقيق لأهداف البحث قام الباحثان بتطبيق المقياسين على عينة البحث، تم حلت البيانات بالاستعانة الإحصائية للعلوم الاجتماعية والتربية (spss)، وكانت النتائج كالآتي.

1. ارتفاع مستوى رأس المال النفسي الإيجابي ومستوى وعي الذات لدى طلبة الجامعة بشكل دال.

2. وجود علاقة ايجابية ذات دلالة معنوية بين رأس المال النفسي الإيجابي وأبعاده ووعي الذات.

وعلى وفق النتائج البحث تم عرض الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

التعريف بالبحث

أولاً: مشكلة البحث: (PROBLEM STATEMENT)

رأس المال النفسي الإيجابي عبارة عن مجموعة من السمات الشخصية الإيجابية التي تساعد الأفراد على النجاح في الحياة المهنية والاجتماعية. وقد عرفه رائد نظرية رأس المال النفسي الإيجابي لوثنان (Luthans2007) بأنه الحالة النفسية

الإيجابية القابلة للتطوير والتي تعطي الفرد إمكانية التقييم الإيجابي للظروف واحتمالية النجاح استناداً إلى المثابرة والجهد المحفز. ويتألف رأس المال النفسي الإيجابي من أربعة مكونات رئيسية وهي: (الكفاءة الذاتية والأمل والتفاؤل والمرونة) (Cole 2007, p37-40).

القلق ويتعرضون للضغوط النفسية أكثر. كما وإن انخفاض مستوى الأمل يؤثر على انخفاض مستوى التفاؤل والثقة بالنفس وزيادة القلق والإحباط ومشاعر السلبية والتوقعات السلبية وضعف القدرة على اتخاذ القرارات. (اليحيا، 2018، ص191-192).

ويُعاني فاقدا الأمل من ضعف المرونة في الحياة، والمرونة هي أحد الأبعاد المهمة للرأس المال النفسي الإيجابي وتؤدي قلة المرونة لدى الفرد كما أشارت الدراسات إلى تدني في مستوى ضبط الذات وسوء التوافق النفسي وفقدان القدرة على إدارة المشاعر والاندفاعات وعدم الثقة بالنفس وامتلاك صورة سلبية للذات والشعور بالمسؤولية وعدم التوافق مع الذات ومع الآخرين. (إسماعيل، 2017، ص 294-297)

ويعد وعي الذات المتغير الرئيسي الآخر في الدراسة الحالية و يساعد الإنسان في التحكم في الاندفاعات والمواجهات المتنوعة والحماة والدافعية الذاتية والتعاطف واللياقة الشخصية. وتشير الدراسات إلى أن انخفاض في مستوى وعي الذات يؤثر سلباً على عملية التوافق النفسي والاجتماعي والثقة بالنفس وتقدير الذات وقبول الذات والقدرة على التركيز ولتحقيق الأهداف واتخاذ القرار وحل المشكلات والتعبير عن الذات بشكل الواقعي أو إخفاء المشاعر الحقيقية ورغباته وأمنيته. (عزيز، 2015، ص2-4). وتتحري الدراسة الحالية عن طبيعة هذه المتغيرات (رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات) لدى طلبة الجامعة من خلال الإجابة عن السؤالين الآتيين.

- 1- ما هو مستوى رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات لدى الطلبة؟
- 2- ماهي طبيعة العلاقة بين رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات لدى الطلاب؟

ثانياً: أهمية البحث (Research Importance)

يُعنى رأس المال النفسي الإيجابي بقدرة الفرد على تبني أسلوب حياة يستطيع من خلاله إشباع رغباته وحاجاته الأساسية، وإيجاد معنى حياته ويدرك الفرد من خلال رأس المال النفسي الإيجابي مكانته في النظام القيمي الذي يعيش فيه، وأهدافه في الحياة والتوقعات والمعايير والاهتمامات ويتأثر رأس المال النفسي الإيجابي بشكل كبير بالصحة النفسية والحالة النفسية والاجتماعية ورضا عن الحياة والعمل وإدراك الفرد لوجوده والقدرة على التفكير واتخاذ القرارات والقدرة على التحكم وإدارة الظروف المحيطة والصحة الجسمية والنفسية والظروف الاقتصادية والاجتماعية والمعتقدات الدينية والقيم الثقافية والحضارية، والشعور بالرضا عن الحياة والشعور بمعنى السعادة والرفاهية النفسية. (Santis, etal2020 p.1-4) والأشخاص الذين لديهم رأس المال النفسي الإيجابي

وقد بدأ واضحاً اليوم أن الجامعة تترجم معطيات الحياة الاجتماعية والنفسية للطلبة. فإذا كان مستوى رأس المال النفسي الإيجابي ضعيفاً سيشعر الفرد بالضغوط النفسية و تقل دافعية في مواجهتها وسيشعر بالضيق والتوتر والخوف من المستقبل. لا يستطيع الفرد أن يحقق طموحاته واهتماماته عندما تضعف لديه مشاعر الرضا ومعنى الحياة و السعادة من جراء الخضاضن له رأس المال النفسي الإيجابي لديه و الذي ينجم عنه ضعف في الكفاءة الذاتية الامل والمرونة النفسية وقد ينعكس ذلك سلباً على نظرتة الى المستقبل كئيبه.

ويتضمن رأس المال النفسي الإيجابي أربعة تركيبات رئيسية وهي الكفاءة الذاتية، التفاؤل، الأمل والمرونة. وتدور أبعاد رأس المال النفسي الإيجابي في حلقة دائرية مكتملة ومتممة مع بعضها البعض. والإنخفاض في مستوى كل من بُعد أبعاد رأس المال النفسي الإيجابي سيؤثر سلباً على حياة الأفراد وربما يسبب له العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية.

وتعد الكفاءة الذاتية من المتغيرات النفسية المهمة التي تؤثر في سلوك الفرد الذي يرمي الى تحقيق أهدافه الشخصية، إن إيمان الفرد بقدراته وإمكانياته يساعده على تحقيق تلك الأهداف والتحكم في الظروف المحيطة به مما يساعده على تطوير أدائه. (نصرالله، 2020، ص3) وان انخفاض الكفاءة الذاتية يعرض الفرد للكثير من المشكلات التي تعرقل توافقه النفسي والاجتماعي، وينعكس ذلك سلباً على صورة الذات، فالفرد الذي يعجز عن التعبير عن مشاعره السلبية في المواقف التي تستوجب ذلك يشعر بعدم الرضا ، ويزداد شعوره بالوحدة ، والاكتئاب والقلق والقلق الاجتماعي والصراع والاضطرابات النفسية، كما يؤدي انخفاض الكفاءة الذاتية إلى زيادة احتمالات تورط الفرد في أنواع من السلوكيات السلبية نتيجة الخضوع لمحاولات الآخرين وفرض وجهات نظرهم عليه، وعجزه عن التصدي للاستغلال، او إبداء أي رفض أو مقاومة، أو توجيه نقد للأشخاص المسيئين في حياته، وتعد الصعوبات الناجمة عن العلاقات الشخصية في مواجهة الآخرين من بين الشكاوى الشائعة لذوي الكفاءة الذاتية المنخفضة، وكذلك فالأفراد الذين لديهم شعور واطئ بالكفاءة الذاتية يعانون من فقدان الأمل في المستقبل (مجدد، 2019، ص200). ويساهم انخفاض مستوى الأمل لدى الأفراد في الإحساس بانعدام الحيلة، والتشاؤم وضعف القدرة على التحمل والتقييم السلبى للأحداث والتوقع السلبى لتحقيق الأهداف وأداء ضعيف وفقدان القدرة على التنبؤ بالنجاح، وتوقع الفشل أكثر من النجاح وينظرون إلى الهدف نظرة مليئة بالخبرات الفاشلة السابقة في حياتهم وينظرون الى الحياة بصورة سلبية وتقل لديهم الرفاهية النفسية مع ارتفاع مستوى

ويعيش المتفائلون بصحة أفضل من سواهم ولديهم القدرة على إدراك الأشياء بطريقة الإيجابية، ويساهم التفاؤل في إكساب الفرد المرونة في التعامل مع المواقف و القدرة على معالجتها مرونة أكثر وتطوير المهارات الفردية في حل المشكلات بكل سهولة وبساطة كما ولديهم قدرة عالية في الضبط الداخلي والتعامل بإيجابية مع المواقف المحيطة وابعيداً عن الجمود الفكري (بيسوني، 2011، ص76-79).

وُعدّ المرونة عنصراً أساسياً في قدرة الأفراد على التواصل مع الحياة ومواجهة الشدائد، وبيّن (عبيد وآخرون، 2017) بأن المرونة قدرة على احتفاظ الشخص بسعادته والقدرة على السيطرة على بنيته النفسية والاجتماعية والعقلية والخلقية وتقبله لذاته والمحافظة على كفايته التواصلية مع الآخرين من خلال علاقاته الواقعية والحميمة، ويمتلك الأشخاص المرنين توقعات عالية واحترام عالي للذات، ويتمتعون بقوة الشخصية ومهارات لحل المشكلة، والثقة بالنفس، والقدرة على ضبط الذات والانفتاح على الخبرة والقدرة على تقبل النقد وتحمل المسؤولية واتخاذ القرار ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين والشعور بالرضا عن الحياة والنظرة الإيجابية للحياة والقدرة على تحمل الإحباط والتحكم بالعواطف والانفعالات وضبطها. (عبيد وآخرون، 2017، ص13-17). وفي دراسة (عشري، 2020) ظهرت علاقة إيجابية دالة بين رأس المال النفسي الإيجابي والارتباط الوظيفي. (عشري، 2020، ص430). وأما دراسة (داهش، 2018) فأظهرت علاقة دالة بين رأس المال النفسي الإيجابي والتنشئة التنظيمية وسلوكيات العمل الإيجابية التي تتعلق بكل من الالتزام التنظيمي والسلوك الإبداعي. (داهش، 2018، ص727)

أما وعي الذات فيساعد الفرد في التحكم في الاندفاعات والمواجهات المتنوعة والحماسة والدافعية الذاتية والتعاطف و اللياقة الشخصية. ويعرف الواعون بذواتهم الكثير عن حالاتهم الانفعالية ويتمتعون بصحة نفسية جيدة لديهم نظرة إيجابية في الحياة ولديهم الوعي في إدارة انفعالاتهم ومشاعرهم ولديهم ايضاً قدرة على اكتشاف حالاتهم المزاجية والتميز بين الانفعالات. (عبدالواحد، 2018، ص9). والأشخاص الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من وعي الذات لديهم صورة ايجابية عن ذاتهم وتقييمها وتقديرها وتنظيمها، ولديهم القدرة على السيطرة العواطف الذاتية اللاشعورية. كما ولديهم قوة على ضبط الذات والثقة بالنفس والتأمل الذاتي ووعي الوجداني والقدرة على اتخاذ القرارات الصائبة وبالتالي يستطيعون الوصول إلى مرحلة التفوق والتميز والإبداع (النجار، 2018، ص2-5). ومن الدراسات التي تناولت الوعي الذات دراسة (بخيت 2019). حيث أظهرت النتائج علاقة إيجابية دالة بين الحكمة والوعي بالذات (بخيت، 2019، ص123). وأشارت

يتسمون بالتفاؤل والأمل في تحقيق وإنجاز أهدافهم من خلال الوقوف على الخصائص والجوانب الإيجابية لقدراتهم وللظروف المحيطة بهم فضلاً عن إيمانهم وثقتهم بأنفسهم وقدرتهم على الاستمرار والمثابرة من أجل تحقيق الأهداف المنشودة. مما يساعد الفرد على النجاح والازدهار وتحقيق متطلبات الحياة بكفاءة عالية. (Avey, et al 2011, p127-)

(135)

لذا يعد رأس المال النفسي بحسب (لوثانز، Luthans 2007) من أهم الثروات البشرية التي يمتلكها الأفراد، والتي تؤثر على الجانب النفسي السلوكي للفرد الذي بدوره يؤثر على أفعاله وأقواله وشعوره بالرضا، مما يساعده ذلك على النجاح والتفوق وعبور حواجز الضغوط النفسية والمواقف الضاغطة أو مايعتريه من مشكلات حياتية أو وظيفية، أو وصولاً إلى أهدافه وتحقيق ما يصبو إليه. (Luthans 2007. p3-5). ويتضمن رأس المال النفسي الإيجابي أربعة مكونات رئيسية وهي الكفاءة الذاتية والتفاؤل والأمل والمرونة. وهي أبعاد مكملة و متممة لبعضها البعض. وُعدّ الكفاءة الذاتية بعداً من الأبعاد المهمة في شخصية الإنسان وذو أثر بَيّن في سلوك الفرد، كما ويؤدي دوراً رئيسياً في تنظيم الذات والقدرة على التفكير، وفي خفض درجة التوتر والقلق لدى الفرد.

فالأشخاص الذين يمتلكون الكفاءة في مجالات متنوعة تكون قدرتهم على مواجهة تحديات الحياة أكثر فعالية، وبالتالي فإن ارتفاع مستوى الكفاءة الذاتية يؤدي إلى الشعور بتقدير الذات والشعور بالتكيف النفسي. فالأشخاص ذوي الكفاءة الذاتية المرتفعة يتميزون بالثقة بالنفس، والقدرة على تحقيق أهدافهم، والقدرة على تحمل المسؤولية والتغلب على الأحداث الصدمة وتخطيط المستقبل. (الشوا، 2016، ص1558-1559). ومن جانب آخر يُعدّ مفهوم الأمل من المفاهيم الأساسية في علم النفس الإيجابي، لأن للأمل له آثار ايجابية عديدة في تحقيق التكيف الإنساني والصحة النفسية والجسمية، والرغبة في التعلم حيث بيّن فريد (Fred 2003) أن الأمل نقطة إيجابية جديدة تستخدم في تنمية الموارد البشرية في مجالات العمل والتعلم والإنتاج. (اليحيا، 2018، ص191)

والأشخاص الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الأمل يركزون على النجاح دون الفشل في التكيف وفي مواجهة العقبات والصعوبات من أجل تحقيق أهدافهم. وللأمل علاقة مع ارتفاع مستوى التفاؤل الذي ينعكس على سلوك الفرد، والأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من التفاؤل والثقة بالنفس وقبول الذات والقدرة على ضبط النفس واحترام الذات ولديهم علاقات إيجابية مع الآخرين ولديهم القدرة على النمو النفسي والكفاءة الذاتية (قنيطة، 2016، ص4-10)،

المهام المختلفة وبصورة ناجحة، وتمثل وقناعاته الذاتية في قدرته على السيطرة والتغلب على المشكلات الصعبة التي تواجهه (كريمة، 2020، ص16).

ب- **الأمل (Hope):** تعريف القاسم (2011) بأنه: حالة دافعية موجبة تعتمد على الشعور بالنجاح، وطاقة موجبة نحو الهدف، والتخطيط لتحقيق هذا الهدف (القاسم، 2011، ص226).

ج- **التفاؤل (Optimism):** تعريف سعاد (2018) بأنه: النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير بدلاً من حدوث الشر أو الجانب السيء. (سعاد، 2018، ص10)

د- **المرونة (Resiliency):** يعرفها كل من عبيد وآخرون (2017) بأنها: خاصية في الفرد تساعدها على التكيف والتلاؤم، وهي ميزة تشير إلى الانفتاح على صعوبات القدرات والإستعداد من جانب الفرد لتطويرها وملائمتها للظروف المستجدة. (عبيد وآخرون، 2017، ص37).

التعريف النظري لرأس المال النفسي الإيجابي: رأس المال النفسي بأنه حالة الفرد النفسية الإيجابية والتي لها صلة إيجابية بسلوكياته وبشخصيته في مواقف الحياة المختلفة. **التعريف الإجرائي:** هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس رأس المال النفسي الإيجابي المُعد لهذا الغرض.

2- **وعي الذات (Self awareness):** تعريف أبكر (2019) بأنه: القدرة على إدراك المشاعر بالضبط خلال المواقف، ويشمل البقاء في قمة الأفعال لهذه المواقف والتحديات والأشخاص. ومن جهة أخرى فإن الوعي بالذات المرتفع يتطلب استعداداً لتحمل انعكاس المشاعر التي قد تكون سلبية. (أبكر، 2019، ص245).

التعريف النظري لوعي الذات: عبارة عن مراقبة الفرد لذاته وإدراك مشاعره بصورة واقعية، وهي قدرة تُمكن الفرد للتعرف على طبيعة العلاقة بين أفكاره ومشاعره وانفعالاته مما يساعده ذلك في اتخاذ القرار لصائب وضبط الذات في العديد من المواقف.

التعريف الإجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس وعي الذات المُعد لهذا الغرض.

الإطار النظري للبحث

أولاً: رأس المال النفسي الإيجابي (Positive psychological capital)

ظهر مصطلح رأس المال النفسي في أواخر التسعينات من القرن العشرين الذي تناوله العالم النفسي (مارتن سليجمان 2002) (Martin Seligman). حيث هدف

دراسة (السعدي 2018). إلى وجود علاقة إيجابية دالة بين التمكين النفسي ووعي الذات (السعدي، 2018، ص426). وأشارت دراسة (العكيلي، 2017) علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية ووعي الذات والعمق (العكيلي، 2017، ص423). وعلى وفق ما سبق عرضه يمكن الإشارة إلى أن رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات موضوعان مهمان لهما تأثير إيجابي دال على أكثر مجالات حياة الفرد وسلوكه وكيفية تعامله مع ذاته والآخرين. ولكلا المتغيرين (رأس المال النفسي الإيجابي والوعي الذات) معطيات متعلقة بأكثر الأبعاد النفسية والاجتماعية، مثل (الأمن النفسي، والصحة النفسية، والانسجام الاجتماعي، ورضا عن العمل و الحياة) وكذلك جميع أهداف الفرد التي يحاول من أجل إنجازها. واختيرت طلبة الجامعة عينة للدراسة الحالية كونهم فئة مهمة وركيزة أساسية من ركائز المجتمع لاسيما في المستقبل وتستقصي الدراسة مستويات حول رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات لديهم.

ثالثاً: أهداف البحث: (Research Objective)

يهدف الباحثان في البحث الحالي التعرف على ما يأتي:

1. مستويات رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات لدى العينة ككل والتعرف على دلالات الفروق بين أوساطها الحسابية والأوساط الفرضية.
2. طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة (رأس المال النفسي الإيجابي وابعاده ووعي الذات) لدى العينة ككل.

رابعاً: حدود البحث: (Research Limits): تشتمل الحدود الزمانية والمكانية للبحث الحالي الطلبة جامعة صلاح الدين- أربيل للعام الدراسي 2021-2022.

خامساً: تحديد المصطلحات: (Define concepts)

1.أ- رأس المال النفسي الإيجابي (Psychological Capital) (Positive):

تعريف لوثانس (Luthans, 2007) بأنه: الحالة النفسية الإيجابية القابلة للتطوير والتي تُعزز ثقة الفرد بنفسه و إمكاناته مما يعطيه الميل لأن يكون محفزاً تجاه الهدف وإدراك المسار لتحقيقه والإيمان بالنجاح في الوصول إليه والتعافي من العقبات والمشكلات التي تظهر في طريق الإنجاز. (Luthans, 2007, p 542-543).

ب- **تعريف أبعاد رأس المال النفسي الإيجابي:**

يتألف رأس المال النفسي الإيجابي من أربعة أبعاد رئيسية. وهي كفاءة الذات والأمل والتفاؤل والمرونة، وستُقدّم بعض التعاريف عنها:

أ- **كفاءة الذات (Self-efficacy):** تعريف كريمة (2020) بأنها: معرفة الفرد وتوقعاته الذاتية في قدرته للتغلب على

أربعة مكونات رئيسية وهي: الأمل (Hope) هو المثابرة على الوصول للأهداف، والكفاءة الذاتية (Self-efficacy) والتي تعني الثقة في القدرة على بذل الجهود اللازمة للوصول إلى النجاح، والمرونة (Resilience) وهي القدرة على التعامل بالتقدم و التراجع وتغيير الاتجاهات في حالة مواجهة المشكلات من أجل الوصول للأهداف و تحقيق النجاح، والتفاؤل (Optimism) وهو التوقع الإيجابي بالنجاح في الحاضر والمستقبل (فائق، 2020، ص2014). ويوصف (لوثانز 2004) رأس المال النفسي بمواصفات، هي، امتلاك الفرد الثقة لبذل أقصى الجهود من أجل النجاح في تحدي المهام، وتوفير العزو الإيجابي حول إمكانية النجاح الانى والمستقبلي والمثابرة لتحقيق الأهداف وعند الضرورة إعادة توجيه المسارات لتحقيق النجاح المنشود، وعندما يواجه الفرد المشكلات والازمات يزود رأس المال النفسي بالقدرة على التحمل ليتمكن من العودة إلى الوضع الطبيعي بعد الصدمة (علوان، 2020، ص327). ولم تؤيد دراسة (سليم وأبو حلاوة، 2020) هذا التوجه، حيث هدفت إلى التعرف العلاقة بين السلوك الإداري الإبداعي ورأس المال النفسي الإيجابي، لدى عينة من مديري المدارس في محافظة البحيرة البالغ عددهم (237) وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة إيجابية دالة بين سلوك الإداري والإبداعي ورأس المال النفسي الإيجابي. ويرى (لوثانز) (Luthans, 2005) أن مفهوم رأس المال النفسي الإيجابي يوصف العامل النفسي الجوهرى الإيجابي بشكل عام وحالة تحقيق معايير السلوك التنظيمي الإيجابي بشكل خاص، وتلك الصفات التي تعكس الجوانب الفاعلة في الشخصية من الشعور بتقدير الذات و الدوافع الشخصية و المواقف العامة في الحياة. (جلاّب وآل طعين، 2015، ص13). وأبدت دراسة (أبو ليلة، 2020) ذلك والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الخصائص الريادية لدى مديري المدارس ورأس المال النفسي لدى المعلمين، والبالغ عددهم (360) معلماً ومعلمة، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة بين خصائص الريادية و رأس المال النفسي الإيجابي لدى المعلمين. ويوضح كل من (لوثانز وإفي ويوسف وموركان) (Luthans & Youssef- Avey and morgan, 2017) أن رأس المال النفسي هو الحالة النفسية الإيجابية للفرد التي تتميز بالآتي:

- 1- وجود الثقة (الفاعلة) لتولي وضع وبذل الجهود الضرورية للنجاح في المهام الصعبة.
- 2- إتخاذ عزو إيجابي (التفاؤل) حول النجاح الآن وفي المستقبل.
- 3- المثابرة نحو الأهداف وعند الضرورة إعادة توجيه المسارات نحو الأهداف (الأمل) لكي تنجح.

إلى التركيز على الصفات الإيجابية للفرد بدلاً من التركيز على المشكلات، ومنظوره الاساسي يشير إلى أن الأفراد لديهم صفات إيجابية التي تدعم ادائهم، وإذا أراد الفرد أن يواجه، التحديات و يطور عمله ويتميز فيه عليه أن يتمتع بصحة نفسية جيدة. (أبو ليلة، 2020، ص24) وتسمح هذه الصفات الإيجابية للأفراد بالنمو و باستمرار وتحسين الحالة النفسية لديهم، وقد اقترح (سليجمان) (Seligman 2002) مفهوم رأس المال النفسي في كتابه (السعادة الحقيقية) مستنداً على وجهات نظر علم النفس الإيجابي (الدعيمي، السعدون، 2019، ص375). وقد ساهم علم النفس الإيجابي في تحديد الصفات التي تجعل الأفراد أكثر إيجابية، ويُعد رأس المال النفسي الركيزة الاساسية في علم النفس الإيجابي. (زناتي و خليل، 2018، ص15). ويشير رأس المال النفسي الإيجابي (positive psychology capital) إلى امتلاك الفرد القدرات والمعارف والمهارات التي تجعله قادراً على أداء واجباته وتحقيق أهدافه و سيطرته على أحداث حياته ونواتجها، مع امتلاء بنيتها النفسية بالتفاؤل والاستبشار من شأنه أن يتوقع نتائج إيجابية في المستقبل، والأمر الذي يحفز للاجتهاد والمثابرة في الوصول لأهدافه وتحمل المصاعب والتحديات والشدائد ومواجهتها بجدارة واقتدار وسرعة التعافي من تأثيراتها السلبية. (سليم وأبو حلا، 2020، ص261).

إن الأفراد ذوي رأس المال النفسي الإيجابي المرتفع لديهم توقعات إيجابية لقدراتهم على الاستمرار والمثابرة من أجل تحقيق الأهداف، ولديها صورة إيجابية عن الحياة والقدرة على الثقة بالنفس، ويساعد رأس المال النفسي الإيجابي في تخفيض مستوى التوتر والضغوط النفسية لدى الأفراد (كثرة، 2018، ص10).

الجانب النظري والدراسات السابقة حول رأس المال النفسي الإيجابي

نظرية لوثانز (2003 Luthans Theory):

يرى لوثانز (Luthans, 2003) أن الوقت قدحان لفهم المشاعر الإيجابية للفرد وبناء الفضيلة والقوى الإنسانية، للوصول إلى ما سماه أرسطو الحياة الطيبة (Good life) فقرر (لوثانز Luthans) أن يولي اهتمامه نحو الجوانب الإيجابية من السلوك، مثل السعادة والحب والأمل والإيمان والثقة وتقدير الذات والكفاءة التوكيدية والتوافق والحلول التفاوضية للصراعات و غيرها من جوانب السلوك السوي (Luthans, et al, 2003. P3)، ويعرف لوثانز (Luthans, 2007) رأس المال النفسي بأنه تقييم الفرد الإيجابي للظروف واحتمالية النجاح استناداً إلى المثابرة والجهد و ويتألف من

ص10). ويتضمن أيضاً معرفة، واكتشاف الفرد لانفعالاته، وقدرته على التعبير عنها، ومعرفة أسبابها، ومعانيها، وقدرته على تقدير ذاته بتحديد جوانب القوة والضعف فيها، والتقدير والدقيق والانفعالات، وعواطفه، وقدرته على ربط مشاعره بما يفكر فيه، والثقة في ذاته. (موسى، 2017، ص31) كما يبين (جولمان Goleman) أن الوعي بالذات ليس انتباهاً يحدث له تشتت أو تحرف مع الحالات الوجدانية المختلفة، لأنه حالة محايدة تظل على حيادها وتأملها حتى في حالة الهياج والتوتر والإكتئاب، فالمكتئب يلاحظ اكتنابه حتى لو لم يستطع الفرد مقاومة الذات و ملاحظتها و إذا أحسن الفرد توظيف مهارة الوعي بالذات فإنها تؤدي إلى مساعدته على رؤية خبراته الشخصية من زوايا مختلفة وهي، رؤية موازية لمعايشة الخبرة أو هي ما وراء الخبرة وهي تزود الفرد بالوعي بما يحدث في موقف ما وليس الانغماس أو الذوبان في الموقف (قاسم والكتبي، 2017، ص333).

ولم تؤيد دراسة (عناد والسعدي، 2019) فاعلية برنامج (جولمان Goleman) التي هدفت إلى معرفة أثر البرنامج التدريبي المستند على نموذج (جولمان Goleman) في تنمية وعي الذات، لدى عينة من طالبات المرحلة الإعدادية البالغ عددهم (40) طالبة في مدينة الكويت. وبعد أن خضعت العينة للبرنامج التدريبي وقد أظهرت النتائج بعدم وجود فروق دالة بين متوسط درجات المجموعة التجريبية و بين درجات المجموعة الضابط في الاختبار البعدي لمقياس الوعي بالذات. ويشير جولمان (Goleman, 2011) إلى إن الوعي بالذات عبارة عن معرفة الفرد عن حالته الانفعالية والمزاجية، فهو لا ينفصل عن مشاعره و يستعملها ليصل إلى قرارات بكل الثقة، أي أن المعرفة بمزاجنا وبأفكارنا تجاه هذا المزاج هو ملاحظة محايدة للحالة الداخلية، تنطوي على معرفة متى نستجيب لهذه المشاعر، وإذا لم نكن متمكنين من معرفة مزاجنا، فسيكون من الصعب علينا معرفة مزاج الآخرين، فكلما كان الفرد أكثر وعياً بذاته، كلما كان متمكناً من الوعي حتى بالمستويات المنخفضة من الأحاسيس (كيري، 2021، ص10).

إجراءات البحث و منهجيته

سيعرض الباحثان في هذا القصم بيانات عن مجتمع البحث و عينته و أدواته و كالتالي:

ثانياً: مجتمع البحث: يتكون المجتمع الإحصائي للبحث الحالي من طلبة جامعة صلاح الدين في محافظة أربيل و المتمثلة بالكليات العلمية و الإنسانية للعام الدراسي (2021، 2022)، بواقع (24,982) طالباً و طالبةً.

4- عندما تعاني من مشكلات وصعوبات، تم السيطرة على الإرتداد والارتداد إلى الخلف، بل وحتى تجاوز الصعوبات (المرونة) لتحقيق النجاح. (حسين، 2019، ص31).

وتساوق هذه المميزات للرأس المال النفسي مع فكرة التوافق النفسي و الاندماج في العمل: وتؤيد ذلك دراسة (بغدادى، 2021) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين رأس المال النفسي والاحتراق الأكاديمي و التنبؤ بالاندماج الدراسي، وطبق على الطلبة الجامعة البالغ عددهم (687) طالباً وطالبة. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية موجبة دالة بين الاندماج الدراسي و رأس المال النفسي بأبعاده المختلفة.

ثانياً: وعي الذات (Self-awareness):

يعد الوعي بالذات (self-awareness) أحد أبعاد الذكاء العاطفي يتضمن في النظرية جولمان، ويهتم بمعرفة الفرد وانفعالاته وعواطفه وإدراكه، حيث يشمل فهماً دقيقاً للذات و تحديداً لمواطن القوة والضعف فيها. إضافة إلى الثقة بالنفس المتمثل في اعطاء الذات قدرتها وقيمتها. (ابوزيد، 2020، ص41). ويرى فيصل (2021) أن الوعي الذاتي هو القدرة على إدراك الفرد لحالته النفسية او الانفعالية وتفكيره في هذه الحالة ذاتها أو ملاحظة الفرد لحالته النفسية الداخلية ومراقبته لها، فالذين يدركون ذاتهم إدراكاً صحيحاً ويدركون إيجابياتها وسلبياتها دراية كافية يتمتعون بسمات شخصية إيجابية، وتزداد لديهم الثقة بالنفس ويتمتعون بصحة نفسية جيدة تجعلهم قادرين على التعامل بفاعلية مع الآخرين ويستطيعون التحكم في مشاعرهم وانفعالاتهم في أثناء تعاملهم مع المحيطين بهم. (فيصل، 2021، ص252). والفرد الواعي بذاته يتسم بقدرته على فهم حالته النفسية أثناء التعامل مع الآخرين، ويمتلك ادراكاً جيداً لحياته الانفعالية وإدارتها بأسلوب عقلائي لكونه شخصية استقلالية واثقة من نفسها ويتمتع بصحة نفسية وجسمية جيدة، ولذلك فالوعي بالذات هو قدرة الفرد على مراقبة نفسه، والتعرف على مشاعره، ومعرفة العلاقات بين الأفكار والمشاعر والانفعالات، واتخاذ القرارات الشخصية ورصد أفعاله و تحديد عواقبها. (البيومي، 2020، ص270).

نظرية جولمان (Goleman Theory, 1995) عن وعي الذات

يرى (جولمان 2011 Goleman) أن مصطلح الوعي بالذات يشير الى تعبير الفرد عن الانتباه المستمر لحالته الانفعالية الداخلية، وفي هذه الحالة من الوعي التأملي الشخصي يقوم العقل بملاحظة ومراقبة الخبرات التي يمر بها صاحبها بما في ذلك الخبرة الانفعالية. (كيري، 2021،

و (أبو طالب 2012) و (بكر 2014) و (القاسم 2011) و (سعاد 2018) و (قنيطرة 2016) و (بادسي 2019) و (عبدالمجيد 2010). وحيثما التقطت منها أفكاراً و فقراتٍ جرت صياغتها بما يناسب البحث الحالي، صيغت (17) فقرة أخرى و أصبح المجموع الكلي للفقرات (42) فقرة بوصفها صيغة أولية لمقياس رأس المال النفسي الإيجابي الخصائص السيكومترية لمقياس رأس المال النفسي الإيجابي.

2- الصدق الظاهري Face validity:

تعدّ جوانب الصدق من اهم خصائص الأختبارات و المقاييس النفسية و التربوية. (علام 2000، ص186) وأن المقصود بصدق المقياس هو مقدّره على قياس ماوضع من أجله أو السمة المراد قياسها. (الغريب 1985، ص677) ويهدف التعرف على مدى صلاحية فقرات المقياس المُعدّ، ومدى تمثيلها للحالة (الظاهرة) المراد قياسها، فقد عرضت الصياغة الأوليّة لفقرات المقياس و المكون من (42) فقرة (إيجابية و سلبية) بواقع (10) فقرات من بعد الكفاءة الذاتية، و(10) فقرات من بعد الأمل، و (10) فقرات من بعد التفاؤل، و(12) فقرات من بعد المرونة ، على (11) من الخبراء والإختصاصيين في مجال العلوم الإجتماعية و النفسية و التربوية ، لإبداء آرائهم حول مدى صلاحية تلك الفقرات و ملائمتها للمجال الذي وضعت لأجله واقترح التعديلات التي يرونها مناسبة، على وفق ما أبدوه من آراء وملاحظات، حصلت غالبية فقرات المقياس على نسبة (85%) وهي تمثل درجة مقبولة من الصدق، حيث عدّلت بعض الفقرات، بينما حذف بعضها الآخر، وهكذا أصبح عدد فقرات المقياس (34) فقرة، بعد أن كانت (42) فقرة، إذ عدّلت الفقرات (36,37,39,40,9,10,12,13,17,19,20,21,22,25,26,27,31,35). في حين حذف الفقرات (1,4,14,18,31,32,41)، من المقياس لعدم موافقة غالبية الخبراء عليها، وموزعة على اربعة ابعاد أساسية. (جدول 2).

1 ا لجدول 2)الفقرات الإيجابية و السلبية لمقياس رأس المال النفسي الإيجابي

الأبعاد	الفقرات الموجبة	الفقرات السالبة	مجموع الفقرات
الكفاءة الذاتية	١,٢,٤,٥,٦,٧,٨,٩	٣	٨
الأمل	٩,١٠,١١,١٢,١٣,١٤	١٦,١٥	٨
التفاؤل	١٧,١٨,١٩,٢٠,٢١,٢٢,٢٣,٢٤,٢٥	٢٦,١٨	١٠
المرونة	٢٧,٢٨,٢٩,٣٠,٣١,٣٢,٣٣,٣٤	٣١	٨
المجموع	٢٨	٦	٣٤

2- مؤشرات ثبات المقياس Scale Reliability:

أ- طريقة إعادة الاختبار Test-Retest Method :

يشير معامل الثبات بهذه الطريقة الى معامل الاستقرار (stability)، إذ انه يبين مقدار الاتساق في الأداء على

ثالثاً: عينة البحث: بلغ حجم عينة البحث (432) طالباً وطالبة واختيرت بشكل عشوائي الطبعي و حددت وفقاً لنماذج من الكليات العلمية و الإنسانية، وهذا العدد يفي بالمعيار الذي اقترحه هنريسون (Henrysson) والذي يؤكد فيه أن العينة لكي تكون ممثلة يجب أن لاتقل عن (400) وحدة، كذلك يرى (Ebel) أن كبر حجم العينة يستبعد احتمالات الأخطاء المعيارية. (مجدخان، 64، 2018-65). كما وضح في جدول (1) جدول (1) عينة البحث

التخصصات	الأقسام	الجنس		مجموع الطلاب حسب التخصصات
		نكر	ثمن	
الأدب	اعلام	١٩	١٧	٣٦
	جغرافيا	١٧	١٤	٣١
	الأدب	٢٣	١٣	٣٦
الإنسانية	الإنسانية و الاقتصاد	١٣	٢٣	٣٦
	القانون	٣٦	٧٢	٧٢
العلمية	العلوم الحاسوبية	٢٥	١١	٣٦
	الهندسة المدنية	١١	٢٥	٣٦
	عربي	١٥	٢١	٣٦
	مهندسيه	٢١	١٥	٣٦
	فزياء	٢٠	١٦	٣٦
	فزياء	١٦	٢٠	٣٦
المجموع الكلي				٤٣٢

رابعاً: أدوات البحث:

1. أعداد مقياس رأس المال النفسي الإيجابي Preparing a positive psychological capital scale

بالنظر لعدم العثور على مقياس رأس المال النفسي الإيجابي يلائم مجتمع البحث الحالي، فقد وجد الباحثان أنه من الأفضل إعداد مقياس رأس المال النفسي الإيجابي (Positive Psychological capital) لدى طلبة الجامعة، و بعد الاطلاع على الأدبيات و النظريات و الدراسات التي تناولت مفهوم رأس المال النفسي الإيجابي (positive Psychological Capital) تم إعداد فقرات المقياس من خلال الخطوات الآتية.

1. اعتمدت نظرية (Luthans, 2004) كإطار نظري تم على وفقه بناء المقياس.
2. تحديد مجالات المقياس رأس المال النفسي الإيجابي وهي (الكفاءة الذاتية، والأمل، والتفاؤل، والمرونة).
3. اجريت دراسة استطلاعية ذات أربعة أسئلة مفتوحة على عينة قوامها (30) طالباً و طالبة في جامعة صلاح الدين من كلية الآداب و كلية الهندسة، تم اختيارها بشكل عشوائي، بواقع (15) طالب و طالبة من كل كلية و طلب في الأستبانة المفتوحة من الطلبة الإجابة عليها وفق تجربتهم مع المواقف التي تشير الى مجالات رأس المال النفسي الإيجابي التي مروا بها، وتم اقتراح و صياغة (25) فقرة تمهيداً لإعداد المقياس الخاص بالدراسة

4-مراجعة الأدبيات و الدراسات السابقة و الأستبانات التي لها علاقة بموضوع البحث مثل (ستوتي 2020) و (الشوا 2016)

أ-طريق إعادة الاختبار Test-Retest: بعد تطبيق الإجراءات نفسها في مقياس (رأس المال النفسي الإيجابي) للتأكد من ثبات المقياس بطريق إعادة الاختبار على عينة مكونة من (60) طالباً و طالبةً من كلية الآداب وكلية العلوم في جامعة صلاح الدين فقد بلغ معامل الثبات (0,848) و هو دال إحصائياً. الجدول (4)

الجدول (4) بيانات معامل الثبات لمقياس وعي الذات

الاختبار	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	مستوى دلالة
الاختبار الأول	٦٠	٨٩.٤١	١٢.٤٢	٠,٨٤٨	دالة
الاختبار الثاني	٦٠	٨٨.٣٠	١٠.٥٣		

4- مقياس وعي الذات بصورته النهائية.

بعد الإجراءات التي تحققت منها الباحثة من صدق وثبات مقياس وعي الذات اصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على العينة والمكون من (25) فقرة مع خمسة بدائل من الإجابة. الفقرات الإيجابية مكونة من (20,17,16, 25,24,23,22,21) الإيجابية مكونة من (14,10,8,7,6,5,3,2, من (20,19,18,15,13,12,11,9,4,1) فقرات. وبهذه الإجراءات وبعد أن تم التحقيق من الخصائص السيكومترية للمقياس في البحث الحالي، أصبح جاهزين لتطبيقهما على عينة البحث الأساسية ومن ثم يتم تفرغ بيانات الإجابات و معالجتها إحصائياً وعرضها في الفصل اللاحق كمعطيات كمية للنتائج.

المعالجات الإحصائية: استخدمت الباحثة برنامج (spss) في معالجة بيانات البحث إحصائياً أو في تحليل البيانات الخاصة بالنتائج وشملت هذه المعالجات الإحصائية.

1. معامل ارتباط بيرسون Pearson Correthion coefficient

- استخدم في معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار لكل مقاييس البحث.
- استخدم لحساب العلاقة الارتباطية بين متغيرات البحث.
- 2. الاختبار التائي لعينة واحدة -t. Test One-Sample :
• استخدم لاختبار الفرق بين المتوسط الحسابي لدرجات العينة على المقياس البحث و المتوسط الفرضي لها.

عرض النتائج و مناقشتها

سيتم عرض النتائج و مناقشتها على وفق الأهداف المحددة مسبقاً في البحث الحالي و على النحو الآتي:

اختبار معين من خلال مدة زمنية محددة. ويتم ذلك بتطبيق الاختبار ذاته مرتين على المجموعة ذاتها، بحيث تفصل بين التطبيقين مدة زمنية تتراوح عادةً بين (1421) يوماً. (أحمد 2017، ص61) ومن أجل ايجاد ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار فقد تم تطبيق المقياس على عينة عشوائية مكونة (60) طالباً و طالبةً من كلية الآداب و كلية العلوم في جامعة صلاح الدين. وتم تطبيق المقياس بعد مضي أسبوعين من التطبيق الأول، وخضعت نتائج التطبيقين الأول و الثاني للتحليل الإحصائي باستخدام معادلة (بيرسون) ، وكانت قيمة معامل ثبات المقياس إعادة الاختبار (0,820) وهو معامل ثبات دال و يمكن الاعتماد عليه. جدول رقم (3).

الجدول (3) بيانات معامل الثبات لمقياس رأس المال النفسي الإيجابي.

الاختبار	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	مستوى دلالة
الاختبار الأول	٦٠	١٣٤.٩٨	١٨.٠٠	٠,٨٢٠	دالة
الاختبار الثاني	٦٠	١٤٥.٥١	١٧.٠٦		

3- مقياس رأس المال النفسي الإيجابي بصورته النهائية.

بعد الإجراءات التي تحققت منها الباحثة من صدق وثبات مقياس رأس المال النفسي الإيجابي، أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على العينة والمكون من (32) فقرة مع خمسة بدائل من للإجابة.

2- مقياس وعي الذات Self-awareness scale :

لغرض قياس متغير وعي الذات لدى طلبة الجامعة تم الاعتماد على مقياس (عزيز 2015) لمقياس وعي الذات، ويتألف مقياس (عزيز 2015) من (25) فقرة و لكل فقرة خمس بدائل للإجابة (تنطبق على تماماً، تنطبق على كثيراً، تنطبق على بدرجة المتوسطة، تنطبق على قليلاً، لا تنطبق على ابداً) صالحة لقياس وعي الذات.

الخصائص السيكومترية لمقياس وعي الذات:

لغرض التحقيق السيكومترية للمقياس فقد أُبجعت الإجراءات الآتية:

1. الصدق الظاهري Face Validity بهدف التحقيق من الصدق الظاهري لمقياس وعي الذات أعتمد على الخبراء أنفسهم المعتمدين في مقياس رأس المال النفسي الإيجابي ،وظهرت نسبة إتفاق الخبراء (100%) وبعد الإطلاع على آراء المختصين أنه لم يتم تعديل أو إضافة أو حذف أي فقرة من فقرات المقياس، و بذلك تم الإبقاء على جميع فقرات المقياس.

2. ثبات المقياس Scale Reliability :

هذه العناصر كفيلة برفع مستوى الصحة النفسية و السعادة الشخصية لدى الإنسان، حيث إن شعور الفرد بالرأس المال النفسي الإيجابي يجعله يثق في قدراته، وفي إشباع حاجاته المختلفة، مع قدرته على التحكم في البيئة المحيطة به، مما يجعل الفرد ينظر إلى نفسه و يقيّمها تقييماً إيجابياً فيثق في نفسه وفي قدرته على التفاعل الاجتماعي و قدرته على التعلم.

وعلماً بأن هذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة (الكعبى و المشايخي، 2018 و علي و 2019 و علوان 2020 و مجد، 2021). التي أشارت إلى أنّ عينات تلك البحوث يتمتعون بمستوى عالٍ من رأس المال النفسي الإيجابي ، كما وجاءت النتيجة تختلف مع النتائج التي توصلت إليها دراسة (الدليمي 2016 ودراسة العلوي 2019 و الشويات 2020) التي تشير إلى أنّ العينات لديهم مستوى منخفض من رأس المال النفسي الإيجابي.

ويرى الباحثان بأن الاختلاف في نتائج البحث مع نتيجة هذه البحوث يُعزى الى الاختلاف في طبيعة و مجتمعات الدراسة تلك وعينة البحث الحالي.

وفيما يتعلق بمتغير (وعي الذات) فقد تبين أنّ متوسط درجات وعي الذات لدى طلبة الجامعة بشكل عام هو (86.96) درجة و بانحراف معياري قدره (9.89). وهو أكبر من الوسط على المقياس الخماسي (15) درجة لقياس وعي الذات البالغ ما بين (25) درجة كحد أدنى و(75) درجة كوسط الفرضي الحيادي (النظري) و(125) درجة عليا، وباستخدام اختبار (T-test) ومقارنة القيمة التائية المحسوبة (25.119) مع القيمة التائية الجدولية (1.96) تبين بانها دالة عند مستوى (0,05) يتبين لنا بأن الطلبة الجامعي بشكل عام يتصفون بمستوى دال عالٍ من الوعي بالذات، وقد يعود ذلك الى طبيعة أفراد عينة البحث من طلبة الجامعة الذين يتمتعون بالوعي بالذات و انتباههم لذواتهم ولما يحيطهم من مؤثرات، فضلاً عن مستواهم الادراكي و الثقافي الذي يكون مرتباً بتحصيلهم العلمي، مما يجعلهم يمتلكون المعلومات المتنوعة عن ذواتهم الخاصة و العامة. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (بخيت 2019 و السعدي 2019 و العكيلي 2017). التي أظهرت نتائج عن وجود وعي الذات عالٍ لدى الافراد.

الرابعاً- التعرف على طبيعة العلاقة بين رأس المال النفسي الإيجابي وبأبعاده ووعي الذات) لدى العينة ككل.

لتحقق هذا الهدف استخدم معامل ارتباط بيرسون (person correlation) لإيجاد العلاقة بين متغيري البحث (رأس المال النفسي الإيجابي وبأبعاده و وعي الذات) لدى

أولاً: التعرف على مستويات رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات لدى العينة ككل و دلالات الفروق بين أوساطها الحسابية وأوساطها الفرضية.

بلغ متوسط درجات رأس المال النفسي الإيجابي لدى طلبة الجامعة بشكل عام (125.75) درجة و بانحراف معياري قدره (12.06)، وظهر بأن المتوسط الحسابي أكبر من الوسط الفرضي على المقياس الخماسي (15) درجة المقياس رأس المال النفسي الإيجابي البالغ ما بين (32) درجة كحد أدنى و(96) درجة كوسط حيادي (نظري) و(160) درجة كحد أعلى. وعند مقارنة المتوسط الحسابي لعينة البحث ككل و البالغ (125.75) درجة مع المتوسط الفرضي للمقياس و البالغ (96) درجة و باستخدام اختبار (T - test) ومقارنة قيمة التائية المحسوبة (51.232) مع القيمة التائية الجدولية (1.96) تبين بأن الفرق دال بمستوى (0,05) كما موضح في جدول (5)

جدول (5) الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابي و الفرضي لمقياس رأس المال النفسي الإيجابي و وعي الذات للعينة الكلية.

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المؤسفة الفرضي	المؤسفة الجدولية	
رأس المال النفس الإيجابي	432	125.75	12.06	431	96	51.232	0.05
وعي الذات		86.96	9.89		75	25.119	

مما يشير ذلك إلى أنّ مستوى رأس المال النفسي الإيجابي مرتفع وبشكل دال و بدلالة الوسط الفرضي للمقياس لدى عينة البحث، ويمكن تفسير ذلك بأنّ رأس المال النفسي يجعل الفرد قادراً على التقييم المعرفي السليم للواقع و التعامل بإيجابية مع الضغوط المختلفة مما يجعل نظرتة للحياة أكثر شمولية و ايجابية، مما يعكس ذلك إيجاباً على إدراكه لجودة حياة الجامعية على الرغم من وجود بعض القصور في الجوانب الأكاديمية و الادارية، حيث أن تقبل النقص و الإحباطات في الحياة بصفة عامة و العلمية بصفة خاصة يحتاج إلى سلسلة من العمليات النفسية من قبيل التفاؤل و الأمل و المرونة التي من شأنها أن تُنمي و عية بالنواحي الإيجابية في حياته و قبوله للواقع، و تدفعه إلى السعي لبذل الجهد و البحث عن السبل لتحقيق أهدافه. على وفق الاطار النظري ل(لوثانز 2004) (Luthans) الذي يشير الى أن الأفراد ذوي رأس المال النفسي المرتفع يتسمون بالثقة بالنفس و التفاؤل و الأمل و المرونة ولديهم قدرة على إيجاد حلول مختلفة لجميع المشكلات التي تواجههم (الأمل) و ذو توقعات ايجابية بالمستقبل و التعامل مع الآخريين (التفاؤل) ولديهم أيضاً مرونة في التكيف مع كافة الأمور و المشكلات و الضغوط في الحياة و

المقترحات (Suggestion).

استكمالاً للبحث الحالي و تطويراً له يقترح الباحثان على الباحثين إجراء دراسات لاحقة مستقبلاً و على النحو الآتي:

1. مدى تنبؤ رأس المال النفسي بالإبداع المعرفي لدى الشباب من كلا الجنسين.
2. الوعي الذاتي و علاقته بابعاد الشخصية المستقلة و الانصياع الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.

المصادر

1. أبكر، سميره حسن(2019). الوعي بالذات و علاقته بجودة الحياة لدى عينة من الأطفال ذوي الظروف الخاصة و الأطفال العاديين. جامعة جدة، كلية التربية.
2. أبو حلاوة، محمد السعيد عبدالجواد (2013). المرونة النفسية ماهيتها ومحدداتها و قيمتها الوقائية. العدد(29)، إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية.
3. أبو زيد، هويدا عباس(2020). الوعي بالذات و علاقته بالمسؤولية الاجتماعية تجاه مواجهة فيروس كورونا لدى طلاب كلية التربية بجامعة جازان، الجمعية المصرية للقراءة و المعرفة، عضو الجمعية الدولية للمعرفة IIA
4. أبو ليلة، نور سمير سلامة(2020). الخصائص الريادية لدى مديري المدارس الأساسية بمحافظة غزة و علاقته برأس المال النفسي لدى المعلمين: جامعة الأقصى - غزة، كلية التربية.
5. أبو طالب، دعاء مسموع أحمد(2012). مقياس الشعور بالأمل. جامعة الأزهر: كلية التربية قسم الصحة النفسية.
6. إسماعيل، هالة خير سناري(2017). المرونة النفسية و علاقته باليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية بقنا جامعة جنوب الوادي. مجلة الإرشاد النفسي، العدد50، جزء1.
7. بخيت، حسين محمد حسين(2019). الحكمة و الوعي بالذات لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة جنوب الوادي دراسة تنبؤية مقارنة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد107، المجلد الثلاثون.
8. بغدادي، مروة مختار(2021). الاسهام النسبي لرأس المال النفسي و الاحتراف الأكاديمي في التنبؤ بالاندماج الدراسي لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية جامعة بني سويف، العدد ابريل
9. بكر، مها حسن (2014)فاعلية الذات و الأمل و الشعور بالذنب لدى المصابات بسرطان الثدي في إقليم كردستان-العراق: جامعة صلاح الدين، كلية الآداب.
10. ببسوني، سوزان بنت صدقة بن عبدالعزيز(2011). التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالإنجاز الأكاديمي و الرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعات بمكة المكرمة. مجلة الإرشاد النفسي، مركز الارشاد النفسي، العدد28.
11. البيومي، سعد رياض(2020). الوعي بالذات و القلق لدى عينة من طلاب قسم علم النفس بجامعة الطائف. جامعة المنصورة: كلية الآداب.
12. حسين، رمضان عاشور(2019). القيمة التنبؤية لرأس المال النفسي براحة البال لدى عينة من طلاب الدراسات العليا. مجلة بحوث التربية النوعية: جامعة المنصور، العدد54.
13. داهش ، جمال عبدالحميد مجد(2018). دور راس المال النفسي و تطابق القيم في العالقة بين التنشئة التنظيمية وسلوكيات العمل إيجابية للعاملين في البنوك التجارية. المجلة العلمية للبحوث و الدراسات التجارية، المجلد32، العدد2

العينة ككل. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة دالة (0,340) بين رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات الجدول رقم (6).
جدول (6) معامل الارتباط بين رأس المال النفسي الإيجابي وأبعاده ووعي الذات لدى عينة البحث.

معامل الارتباط	رأس المال النفسي الإيجابي	المال الكفاءة الذاتية	الأمل	التفاؤل	المرونة	وعي الذات	مستوى دلالة
رأس المال النفسي الإيجابي	/	/	/	/	/	/	دالة ٠,٣٤٠**
الكفاءة الذاتية	/	/	/	/	/	/	دالة ٠,٢٤٧**
الأمل	/	/	/	/	/	/	دالة ٠,٢٨٥**
التفاؤل	/	/	/	/	/	/	دالة ٠,١٠٢*
المرونة	/	/	/	/	/	/	دالة ٠,٣٢٤**
وعي الذات	٠,٣٤٠**	٠,٢٤٧**	٠,٢٨٥**	٠,١٠٢*	٠,٣٢٤**	دالة	

حيث إن قيمة الارتباط بين رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات بلغت (0,340**)، وإن قيمة الارتباط بين الكفاءة الذاتية ووعي الذات (0,247**)، وقيمة الارتباط بين الأمل ووعي الذات (0,285**)، وقيمة الارتباط بين التفاؤل ووعي الذات (0,102*)، في حين بلغت قيمة الارتباط بين المرونة ووعي الذات (0.324**) وقد ظهرت هذه القيم كلها دالّة و بمستوى (0.05) إذ إن هذه العلاقات الثنائية الإيجابية (طردية) تشير إلى أنه كلما ازداد مستوى متغير ما في العلاقة ازداد مستوى المتغير الآخر في نفس العلاقة و العكس صحيح، يمكن تفسير ذلك إلى أن طلبة جامعة يتمتعون برأس المال النفسي الإيجابي و يتمسون بالتفاؤل و الأمل ولديهم الثقة بالنفس و لتحقق اهدافهم و إشباع حاجاتهم و لديهم صورة إيجابية عن ذواتهم و تقديرها و تنظيمها وبالتالي يستطيعون التحكم في مشاعرهم و انفعالاتهم في اثناء تعاملهم مع الآخرين، ولدية القدرة على اكتشاف جوانب القوة و الضعف في شخصية و تطويرها على وفق الخبرات المتوفرة لديهم ، و يساعد رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات على التوافق النفسي و الاجتماعي و يخفض كل منها مستوى التوتر و القلق و الضغوط النفسية لدى الأفراد.

التوصيات (Recommendations)

على وفق ما اسفرت عنه نتائج البحث الحالي يوصي الباحثان بما يأتي:

1. على المؤسسات المعنية في مجال التربية و التعليم العالي إعادة النظر في المناهج الدراسية و تفعيل الإرشاد النفسي و التربوي في الجامعة و عمل برامج ارشادية تساعد في تنمية شخصية الطلبة و تحقيق هويتها و جعلها أكثر شعوراً بالأمان و الثقة بالنفس.
- 2- على الجامعة القيام بتشجيع طلبة الجامعة على وضع أهداف واضحة و حقيقية و قابلة للتحقيق في حياتهم الدراسية و العملية.

14. الدعي، السعدون، علاء فرحان، زيتون نعمه (2019). إدارة الاحتواء العالي وتأثيرها بتعزيز راس المال النفسي: دراسة تحليلية لآراء عينة من أعضاء الهيئة التدريسية في بعض الجامعات و الكليات الاهلية العراقية. مجلة جامعة بابل للعلوم البحث والتطبيقية: العدد 27.
15. الدليمي، مريم سلمان عباس (2016). خصائص القيادة النسوية وأثرها في تطوير رأس المال النفسي إختبار الدور المعدل لقوة الخبرة دراسة تحليلية من وجهة نظر المرؤوسين في مدارس التعلم الخاصة في عمان، رسالة ماجستير في ادارة الاعمال، كلية الاعمال، جامعة الشرق الاوسط.
16. زناتي، خليل، محمد ربيع، حسن محمود (2018). أثر رأس المال النفسي في اتجاهات العاملين نحو التغيير التنظيمي: مجلة البحوث التجارية، المجلد 40، العدد 4.
17. ستوتي، سمراء (2020). العوامل الخمسة الكبرى و علاقتها بالكفاءة الذاتية لدى الممرضين. جامعة مجد خيضر- بسكرة: كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.
18. سعاد، سماتي (2018). التفاؤل و التشاؤم و علاقته بالرضا عن الحياة لدى المراهق الأصم. جامعة مجد بوضياف- المسيلة، كلية علوم الإنسانية والاجتماعية.
19. السعدي، رحاب عارف (2019). التمكين النفسي و علاقته بالوعي الذاتي لدى عينة من الأخصائيين الاجتماعيين في وزارة التنمية الاجتماعية في فلسطين. مجلة العلوم التربوية والنفسية، مجلد 19، العدد 4.
20. سليم، أبو حلاوة، عبدالعزيز غبراهيم، محمد السعيد عبدالجواد (2020). نموذج سبي للعلاقات المتبادلة بين السلوك الإداري الإبداعي وكل من رأس المال النفسي الإيجابي و حالة التدفق في بيئة العمل لدى مديري المدارس بمحافظة البحيرة. مجلة كلية التربية بنها، العدد 121.
21. الشوا، احمد (2016). الكفاءة الذاتية و علاقتها بالضغوط النفسية التي يعانها افراد المؤسسة لأمنية الفلسطينية. جامعة الاستقلال- اريحا- فلسطين. مجلة جامعة النجاح للأبحاث و العلوم الإنسانية، المجلد 3.
22. الشويات، ألاء مجد (2020). مساهمة عناصر رأس المال النفسي و قوة الأنا في التنبؤ بالضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في الأردن، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث و الدراسات التربوية و النفسية: المجلد (12) - العدد (34)
23. العبيسي، حسن يوسف أحمد (2016). الأمن النفسي في ضوء الكفاءة الذاتية المدركة و الأسلوب المعرفي لدى العاملين في المنظمات غير الحكومية في محافظات غزة. جامعة الأقصى- غزة، كلية التربية، قسم علم النفس
24. عبيد و الآخرون (2017). المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية. جامعة القادسية، كلية التربية للبنات.
25. عزيز، تقي بدري (2015). الوعي الذات و علاقته بالاقناع الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. جامعة بغداد، كلية التربية للعلوم الصرفة- ابن الهيثم.
26. عشري، تامر إبراهيم (2020). رأس المال النفسي الإيجابي كوسيط بين المتعممة في مكان العمل و الارتباط الوظيفي. المجلة العلمية للاقتصادية و التجارة.
27. العكيلي، جبار وادي باهض (2017). المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة و علاقتها بالوعي بالذات و العفو، دراسات عربية في التربية و علم النفس، العدد الحادي و الثمانون.
28. علام، صلاح الدين محمود، (2000). القياس و التقويم التربوي و النفسي، أساسياته و تطبيقاته و توجهاته المعاصرة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة - مصر.
29. علوان ،سالي طالب (2020). الأبتزاز العاطفي و علاقته برأس المال النفسي عند الطالبات الجامعيات (المتزوجات): مجلة بحوث الشرق الأوسط، العدد الثامن و الخمسون.
30. علي، بشري حسين (2019). الضبط الاجتماعي و علاقته برأس المال النفسي لدى طالبات قسم رياض الاطفال. مجلة كلية التربية الاساسية، (عدد خاص) وقائع المؤتمر التاسع عشر.
31. عناد، السعيد، شيماء نصيف، جمانة ناظم ياسر (2019). أثر برنامج تدريبي مستند الى نموذج جولمان لتنمية الوعي الذاتي لدى طالبات المرحلة الإعدادية. مجلة كلية التربية، العدد الخامس و الثلاثون.
32. العولقي، عبدالله أحمد (2019). أثر القيادة الجديرة بالثقة في تنمية سلوك العمل الإبداعي رأس المال النفسي كمتغير وسيط بالتطبيق على المؤسسة العامة للاتصالات اليمنية. مجلة إقتصاد المال و الأعمال، المجلد 30، العدد 30
33. الغريب، رمزية، (2005). التقويم و المقياس النفسي و التربوي، ط1، دار النهضة العربية القاهرة، مصر، بيروت - لبنان
34. فيصل، ضياء أبو عاصي (2021). الوعي بالذات و المشاركة الوجدانية كمنبئين بالتمكين النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة و معاونيهم. جامعة بني سويف مجلة كلية التربية، عدد يناير.
35. قاسم، الكتي. نادر فتحي، عوشة مجد سعيد مديج (2017). الخصائص السيكومترية لمقياس الوعي بالذات. مجلة البحث العلمي في التربية، العدد الثامن عشر.
36. القاسم، موزي بنت مجد بن حمد (2011). الذكاء الوجداني و علاقته بكل من السعادة الأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. جامعة أم القرى، كلية التربية - قسم علم النفس.
37. قنيطة، سهاد سمير (2016). التفاؤل -التشاؤم ةالرضا عن الحياة لدى المطلقات في قطاع غزة. جامعة الإسلامية بالغزة، كلية التربية، قسم الصحة النفسية المجتمعة.
38. كيري، هادي ظافر حسن (2021). الوعي بالذات و علاقته بالمناعة النفسية لدى معلمي ذوي الإعاقة بإدارة تعليم جازان. جامعة الازهار كلية التربية بالقاهرة مجلة التربية، العدد 190.
39. كريمة، سعدي (2020). التلكؤ الأكاديمي و علاقته بالكفاءة الذاتية لدى طلبة الدراسات العليا بجامعة مجد بوضياف المسيلة. جامعة مجد بوضياف المسيلة، كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية.
40. الكعي و المشايخي، سهام مطرش و أركان سعيد (2018). رأس المال النفسي و علاقته ببعض المتغيرات لدى منتسبي من التدريس و الموظفين. مجلة الآداب، العدد 127.
41. كنزة، بودرهم (2018). أثر ضغوط العمل على الرأس المال النفسي افيجابي دراسة حالة المؤسسة العمومية الإستشفائية سعد دحلب- جامعة .: جامعة قاصدي مرباح-ورقلة، كلية العلوم الاقتصادية و العلوم التجارية و علوم التسيير.
42. مجد، أحمد جاسم (2019). مفاهيم الذات الأكاديمية و المرونة النفسية المتضمنة في كتب الدراسات الاجتماعية في الصف الرابع الإعدادي في العراق. جامعة آل البيت، كلية العلوم التربية.
43. مجد، علا عبد الرحمن علي (2021). رأس المال النفسي و علاقته بالرضا الوظيفي، الإحتراق النفسي لدى المعلمات بالروضة (في ضوء بعض المتغيرات): جامعة القاهرة، كلية التربية للطفولة المبكرة.
44. مجد خان، هه ناو حسين مجد (2018). الخوف من السعادة و الأمن النفسي و الشعور بالانتماء لدى الشباب الجامعي. أطروحة دكتوراه. أربيل: جامعة صلاح الدين، كلية الآداب.

45. موسى، فاطمة عبد اللطيف (2017). إدارة الانفعالات كمتغير و سيط في العلاقة بين الوعي بالذات و العجز المتعلم لدى السيدات الأراامل في محافظات غزة. جامعة الأقصى: كلية التربية-قسم علم النفس.
46. النجار، يحيى محمود (2018). الوعي الذاتي و علاقته بالتوافق المهني لدى معلمي المدارس الخاصة بمحافظة قطاع غزة. مجلة جامعة الأقصى للعلوم التربوية و النفسية، المجلد الأول، العدد الأول، ص1-32.
47. نصرالله، سهيا صبحي نصرالله (2020). الكفاءة الذاتية المدركة لدى مديري المدارس الحكومية بمحافظة غزة و علاقته بمستوى الأداء الوظيفي لمعلميم. جامعة الأقصى، كلية التربية
48. النمران، أحمد مجد (2018). مستوى التفاؤل التنظيمي لدى مديري المدارس في مديرية تربية قصبة المفرق، جامعة آل البيت: كلية العلوم التربوية، قسم الإدارة التربوية و الأصول
49. البحيا، عائشة بنت فهد (2018). الرضا عن الحياة و علاقته بالأمل لدى نزيلات الرعاية الاجتماعية بمدينة الرياض. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية و النفسية، العدد 26، ص188.

المصادر الأجنبية:

- 1-Avey, J. B., Reichard, R. J., Luthans, F. & Mhatre, K. H., 2011. Meta-Analysis of the Impact of Positive Psychological Capital on Employee Attitudes, Behaviors, and Performance. *Human Resource Development Quarterly*, Volume 22.
- 2-Cole, D., 2007. Good for the Soul: The Relationship between Work, Wellbeing, and Psychological Capital. *University of Canberra*.
- 3-Luthans, F., 2007. *psychological Capital: Developing the Human Competitive Edge*. NEW YORK: Oxford university press.
- 4-Luthans, . (2003): "Positive sychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction", *Personnel*
- 5-Santisi, G. et al., 2020. Relationship between Psychological Capital and Quality of Life: The Role of Courage. *Sustainability*.