التكيف النفسي وعلاقته برغبة التعلم لدى طلاب الصف الخامس الأدبي في مادة الجغرافية

م. أثمار عباس كريم/ كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة المثنى
أ.م.د. فراس طراد علي / وزارة التربية / مديرية التربية في محافظة القادسية.
أ.د. هاتف لفته فتين / كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة المثنى

Email: athmar.abbas@mu.edu.iq
Email: firastrad1980@gmil.com
Email: hatif.lafta@mu.edu.iq

الملخص

يهدف هذا البحث إلى استكشاف مستوى التكيف النفسي ورغبة التعلم لدى طلاب الصف الخامس الأدبي في مادة الجغرافية، فضلا عن دراسة العلاقة بين هذين المتغيرين. وقد استعمل الباحثون المنهج الوصفي في ضوء اعتماد أسلوب الدراسة المسحية والعلاقات الارتباطية، وتكوّنَ مجتمعُ البحث من ثمانين طالبًا، يمثلون جميع الطلاب في الصف الخامس الأدبي في مادة الجغرافية، وتمَّ اختيارهم بالكامل كعينة للدراسة. قام الباحثون بتطبيق مقياسي التكيف النفسي ورغبة التعلم على هذه العينة، واستخدموا المعالجات الإحصائية المناسبة لتحليل النتائج ومناقشتها ، أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين التكيف النفسي ورغبة التعلم، إذ تبيّنَ أنَّ زيادة التكيف النفسي ترتبط بارتفاع رغبة التعلم لدى الطلاب واستنادًا إلى هذه النتائج، أوصى الباحثون بما يأتي:

١. تطبيق مقياسي التكيف النفسي ورغبة التعلم كوسيلة لقياس هاتين السمتين لدى الطلاب في المراحل الدراسية الأخرى.

٢. تشجيع الطلاب على أهمية القراءة اليومية وعدم تراكم المواد الدراسية قبل الامتحانات، لتقليل مشاعر الخوف والقلق.

٣. تحفيز المشاركة في الأنشطة المختلفة مثل المهرجانات والمعارض الأدبية والدورات التدريبية.

٤. قياس الصفات النفسية الأخرى التي قد تؤثر على الأداء العملي والنظري للطلاب.

إذ قد تسهم هذه التوصيات في تعزيز التكيف النفسي وزيادة رغبة التعلم، مما ينعكس إيجابًا على التحصيل الدراسي.

الكلمات المفتاحية: التكيف النفسي ، رغبة التعلم ، الخامس الأدبي، مادة الجغرافية.

Psychological Adaptation and Its Relationship with Learning Desire among Fifth-Grade Literary Students in Geography Class

Lect . Athmar Abbas Karim/ College of Education for Human Sciences / University of Al-Muthanna
Assist.Lect .Dr. Firas Teread Ali / Directorate of Education in Al-Qadisiyyah Governorate
Prof. Dr. Hatif Lafte Fatin / College of Education for Human Sciences / University of Al-Muthanna
Email: athmar.abbas@mu.edu.iq
Email: firastrad1980@gmil.com
Email: hatif.lafta@mu.edu.iq

Abstract

This paper aims at exploring the level of psychological adaptation and learning desire among fifth-grade literary students in geography classes, in addition to studying the relationship between these two variables. The researchers employed a descriptive approach using survey and correlational study methods. The research community consisted of 80 students, representing all students in the fifth literary grade in geography, who were selected entirely as a sample for the study. The researchers applied the psychological adaptation and learning desire scales to this sample and used appropriate statistical treatments to analyze and discuss the results. The findings showed a positive relationship between psychological adaptation and learning desire, indicating that an increase in psychological adaptation is associated with a heightened desire to learn among students. Based on these results, the researchers recommended the following:

1-Applying the psychological adaptation and learning desire scales as a means to measure these traits among students in other educational stages.

2-Encouraging students on the importance of daily reading and avoiding the accumulation of study materials before exams to reduce feelings of fear and anxiety.

3-Motivating participation in various activities such as festivals, literary exhibitions, and training courses.

4-Measuring other psychological traits that may affect students' practical and theoretical performance.

These recommendations may contribute to enhancing psychological adaptation and increasing the desire to learn, which positively reflects on academic achievement.

Keywords: Psychological adjustment, Desire to learn, fifth Literary, Geography Subject.

المبحث الأول/ التعريف بالبحث

مشكلة البحث

تتمحور مشكلة البحث حول الملاحظات التي رصدها الباحثون، إذ خاضا في هذا المعترك الوظيفي لاسيما في تدريس مادة الجغرافية للصف الخامس الأدبي. حيث لاحظا وجود خلل واضح في التكيّف النفسي لدى بعض الطلاب، مما أثر سلبًا على أدائهم الأكاديمي واستجابتهم للدرس، ويظهر هذا الخلل من خلال جوانب عدّة ، بما في ذلك ضعف الانتباه، وقلة المشاركة، والتردد في الإجابة على الأسئلة، مما يثير قلق الباحثين حول تأثير هذه العوامل على مستوى التحصيل الدراسي ، اذ يعد التكيّف النفسي من العوامل الأساسية التي تؤثر بشكل مباشر على قدرة الطلاب على التعلم والتفاعل مع محتوى المادة الدراسية، وتشير الدراسات إلى أنَّ الطلاب الذين يعانون من مشكلات نفسية، مثل القلق والاكتئاب، غالبًا ما يواجهون صعوبات في التركيز والانتباه، مما يؤدي إلى تراجع أدائهم الأكاديمي. وفي حالة الصف الخامس الأدبي، حيث يتطلب مستوى تعليمي أعلى من الفهم والاستيعاب، يصبح تأثير هذه المشكلات أكثر وضوحًا و تشير رغبة التعلم إلى الرغبة الداخلية التي تحفز الطلاب على التعلم وتحقيق النجاح الأكاديمي ، فهي تعد عاملًا رئيسًا في تحديد مدى اهتمام الطلاب بالمادة وقدرتهم على الاستيعاب. في حال كان التكيّف النفسي للطلاب غير مستقر، قد تنخفض دافعية التعلم بشكل ملحوظ، مما يؤدي إلى تدهور الأداء الأكاديمي. لذا من الضروري فهم العلاقة بين هذين الجانبين وكيفية تأثيرهما متبادلًا وهنا قد يواجه الطلاب في هذا المستوى التعليمي تحديات متعددة قد تزيد من مشاعر الضغط النفسي. تشمل هذه التحديات:

– الضغوط الأكاديمية: متمثلة بالمواد الدراسية تتطلب مستوى عالٍ من الفهم والتحليل، مما يمكن أن يُشعر الطلاب بالضغط لتحقيق النجاح.

– التوقعات الأسرية: يضع الآباء أحيانًا توقعات عالية على أبنائهم، مما قد يؤدي إلى شعور الطلاب بالذنب أو الفشل إذا لم يستوفوا هذه التوقعات.

– العوامل الاجتماعية: التفاعل مع الأقران يمكن أن يكون مصدراً للضغط النفسي، حيث يسعى الطلاب إلى التكيف مع معايير معينة أو تجنب التنمر.

لذا تعد مشكلة التكيف النفسية ورغبة التعلم من القضايا المحورية التي تحتاج إلى اهتمام خاص في السياق التعليمي ، لذا يسعى الباحثون من خلال هذا البحث إلى تقديم رؤى جديدة تسهم في تعزيز الفهم الأدبي لهذه المشكلة، مما يمكن أن يؤدي إلى تطوير استراتيجيات تعليمية فعالة تدعم التكيف النفسية وتحفز دافعية التعلم لدى الطلاب.

أهمية البحث

تُعد عملية التعلم من المراحل الأساسية في حياة الطالب، حيث لا تقتصر على المادة الأدبية فحسب، بل تمتد لتشمل الجوانب التربوية والثقافية التي تؤثر في جميع جوانب الحياة. تسهم هذه العناصر في تشكيل شخصية الطالب وتحديد مستوى رغبة التعلم لديه، خاصة في مرحلة المراهقة، التي تُعد فترة حرجة مليئة بالصراعات والقلق ، اذ تتميز هذه المرحلة بالغموض في السلوكيات، مما يؤدي إلى تردد وعدم استقرار في فهم القواعد والأصول السلوكية. يعيش الفرد في بيئة متشابكة ومعقدة، حيث تتفاعل سلوكياته اليومية مع احتياجاته ومتطلباته المتغيرة. يسعى الشخص من خلال تصرفاته إلى تحقيق توافق نفسي عالي، ومع ذلك، فإن التكيف النفسي لا يعني غياب المشكلات أو العوائق التي قد تعترض طريق تحقيق الأهداف.(عبد العزيز، ١٩٩٧: ص ١٦).

ويتعرض الأفراد، وخاصة الطلاب، لأزمات نفسية نتيجة لمواجهة مطالب متزايدة قد تفوق قدراتهم وإمكاناتهم. يؤثر هذا الضغط على استقرارهم النفسي وسلوكهم العام. ومن هنا، يتضح أنَّ التكيّف النفسي يلعب دورًا حيويًا في تحديد مستوى التحصيل الدراسي، إذ يرتبط ارتباطًا وثيقًا بمدى حرص الطالب وجوانب أخرى مهمة، فتؤدي الصعوبات الدراسية إلى ضغط نفسي شديد على الطلاب، نظرًا للضغوط لتحقيق النجاح وتلبية الطموحات الشخصية، وكذلك رد الجميل لأسرهم التي تستثمر في تعليمهم. يُمكن أن يساعد التكيف النفسي الفرد في تحقيق تعلم فعّال، حيث يعتمد النجاح الأكاديمي على القدرة على التركيز والتوازن النفسي، بعيدًا عن أي حالات نفسية سلبية ، وتختلف مستويات التكيف النفسي بين الطلاب، حيث يُظهر الطلاب الذين يواجهون صعوبات دراسية استقرارًا نفسيًا أقل مقارنةً بأقرانهم الذين لا يواجهون هذه التحديات. (ليندزي،١٩٧١:ص٢٨).

وتكمن أهمية هذا البحث في معرفة مستوى التكيف النفسي ورغبة التعلم لدى عينة البحث، فضلاً عن التعرف على العلاقة بين هذين المتغيرين.

لذا يمكن تلخيص أهمية البحث بالنقاط الآتية

١- يساعد البحث في فهم مدى قدرة الطلاب على التكيف النفسي، مما يؤثر على أدائهم الأكاديمي واستقرارهم النفسي.

٢- يسهم في تقييم مستوى رغبة التعلم لدى الطلاب، مما يساعد على تطوير استراتيجيات تعليمية تلبي احتياجاتهم.

٣- يوفر البحث رؤى حول العلاقة بين التكيف النفسي ورغبة التعلم، مما يساعد في فهم كيف يمكن تحسين الأداء الأكاديمي.

٤- يهدف إلى تقديم توصيات مبنية على النتائج لتحسين بيئات التعلم والدعم النفسي للطلاب، مما يعزز من تحصيلهم الدراسي.

أهداف البحث

١- إعداد مقياس التكيف النفسي ورغبة التعلم .

٢- التعرف على مستوى التكيف النفسي ورغبة التعلم لدى طلاب الصف الخامس الأدبي في مادة الجغرافية للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥.

٣- التعرف على العلاقة بين التكيف النفسي ورغبة التعلم لدى طلاب الصف الخامس الأدبي في مادة الجغرافية.

فرضية البحث

- هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين التكيف النفسي ورغبة التعلم لدى طلاب الصف الخامس الأدبي في مادة الجغرافية.

مجالات البحث

- **المجال البشري** : طلاب الصف الخامس الأدبي للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥ .
- **المجال الزماني** : المدة من ٢٠٢٤/١٠/١ ولغاية ٢٠٢٥/١/١٥ .
- **المجال المكاني** : القاعات الدراسية في ثانوية العلوم للبنين .

المبحث الثاني/ الإطار النظري

مفهوم التكيف النفسي

عُرِّفَ التكيّفُ النفسي بأنّه العملية التي من خلالها يواجه الأفراد الضغوط والمواقف الحياتية، بما يمكنهم من تحقيق توازن نفسي ورفاهية فهو يُعد القدرة على التكيّف النفسي مؤشرًا على مدى قدرة الفرد على التكيف مع التغيرات والضغوط، مما يسهم في استقراره النفسي والعاطفي. (الشمري، ٢٠٠٥: ص٣٠٩).

ويشير التكيف النفسي إلى الاستجابة للأحداث المجهدة، حيث يقوم الأفراد بتطوير استراتيجيات للتعامل مع هذه الأحداث بطريقة تساعدهم على تجاوزها. (الشمري واخرون،١٩٩٩:ص٨١).

ويُعنى بالتكيف النفسي أيضاً أنه علاقة ديناميكية بين الفرد والبيئة، حيث تتفاعل العوامل النفسية والاجتماعية لتشكيل استجابة الأفراد للتحديات فهو يعد أحد العناصر الأساسية في علم النفس الإيجابي، حيث يُركز على تعزيز القدرات الفردية والموارد النفسية لتعزيز الرفاهية. (الخزرجي، ٢٠٠٦: ص١٩).

ويجد الباحثون أنَّ هذه التعريفات تساهم في فهم كيفية تعامل الأفراد مع ضغوط الحياة والتغيرات، مما يعزز من قدرتهم على تحقيق جودة حياة أفضل.

تشير الأدبيات النفسية إلى أن التكيّف النفسي يشمل مجموعة متنوعة من الأنواع، ومن أبرزها:

١. الاستقرار العاطفي أو التوازن الانفعالي.

– الجانب الإيجابي: يعكس قدرة الفرد على التكيف الذاتي والاجتماعي بكفاءة، مما يمكّنه من مواجهة الضغوط والتحديات دون الحاجة لبذل جهد نفسي كبير.

– الجانب السلبي: يظهر في عدم قدرة الفرد على تنظيم أنشطته بشكل ناجح، مما يؤدي إلى الانجراف وراء الأحداث السلبية وصعوبة السيطرة على ردود الأفعال الانفعالية، مما قد يُعيق التكيف الفعّال.

٢. الاستقرار الوظيفي والاجتماعي : يشير إلى قدرة الفرد على التفاعل مع متطلبات الحياة المهنية والاجتماعية بطريقة متوازنة وثابتة. يعكس هذا النوع من التكيف القدرة على مواجهة التحديات اليومية في العمل والعلاقات الاجتماعية، مما يسهم في تعزيز جودة الحياة والرفاهية النفسيةُ، اذ تعد هذه الأنواع من التكيف النفسي ضرورية لتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي، مما يعزز من قدرة الأفراد على التعامل مع تغيرات الحياة بفعالية. (عبد العزيز، ١٩٩٧: ص ٧٨–٨٦).

النظريات التي فسرت التكيف النفسي

١. نظرية التكيف (Adaptation Theory)

تعدّ هذه النظرية من الأساسيات في فهم التكيف النفسي، إذ تشير إلى أن الأفراد يتكيفون مع البيئات المختلفة من خلال تطوير استراتيجيات معينة. تركز على العمليات النفسية التي تمكّن الأفراد من مواجهة التحديات والتغيرات، وتعد التكيف عملية ديناميكية تشمل التعلم والتعديل المستمر للسلوكيات. (ليندزي،١٩٧١:ص٧٨).

٢. نظرية بياجيه (Piaget's Theory)

تُعنى هذه النظرية بتطور التفكير والمعرفة لدى الأفراد. وفقًا لبياتي، يتم التكيف من خلال عمليتين رئيسيتين: التكيف (Assimilation) والتعديل (Accommodation). يشير التكيف إلى دمج المعلومات الجديدة ضمن الفهم الحالي للفرد، بينما يشير التعديل إلى تعديل الفهم الحالي لاستيعاب المعلومات الجديدة. هذه العمليات تساعد الأفراد على تطوير مهارات التفكير النقدي وحل المشكلات.(عبد الصاحب،٢٠١١:ص٤١).

٣. نظرية الإغاثة النفسية (Psychological Relief Theory)

تفسر هذه النظرية كيف يستخدم الأفراد آليات دفاعية للتعامل مع مشاعر القلق والضغط. تشمل هذه الآليات التبرير، والإنكار، والتقليل، وقد تكون إيجابية أو سلبية. يمكن أن تؤدي الآليات السلبية إلى تفاقم المشكلات النفسية، بينما تساعد الآليات الإيجابية الأفراد على التكيف بشكل أفضل مع الضغوط. (كمال،١٩٨٨:ص٨١).

٤. نظرية التعلم الاجتماعي (Social Learning Theory)

تتعلق هذه النظرية بكيفية تأثير الملاحظة والتقليد على سلوك الأفراد. وفقًا لباندورا، يتعلم الأفراد كيفية التكيف من خلال مشاهدة سلوكيات الآخرين وتقييم نتائج تلك السلوكيات. تعزز هذه النظرية الفكرة القائلة بأن التعلم ليس محصورًا في التجربة الفردية، بل يتأثر أيضًا بالتجارب الاجتماعية. (أبو شعيرة وآخرون، ٢٠٠٨: ص١٢٨).

٥. نظرية التعلق (Attachment Theory)

تعد نظرية التعلق من النظريات المؤثرة في علم النفس، حيث تركز على أهمية العلاقات العاطفية المبكرة في تشكيل أساليب التكيف. تقترح أن أنماط التعلق التي تتشكل في الطفولة (مثل التعلق الآمن أو غير الآمن) تؤثر على كيفية تعامل الأفراد مع الضغوط والعلاقات الاجتماعية في مراحل لاحقة من حياتهم. الأفراد الذين لديهم تعلق آمن يميلون إلى تطوير استراتيجيات تكيف أكثر فعالية. (عبد الصاحب، ٢٠١١: ص٥٥).

٦. نظرية الأنظمة (Systems Theory)

تعدّ هذه النظرية التكيف النفسي جزءًا من نظام أكبر يتفاعل فيه الفرد مع بيئته. تُظهر كيف تؤثر العوامل الاجتماعية والنفسية والبيئية على استجابة الأفراد للتحديات. تركز على التفاعل بين هذه العوامل وكيف يمكن أن تؤثر على قدرة الفرد على التكيف. (عبد العزيز، ١٩٩٧: ص ٣٩).

٧. نظرية الهوية الاجتماعية (Social Identity Theory)

تفسر كيفية تأثير الانتماء إلى مجموعات معينة على التكيف النفسي. تشير هذه النظرية إلى أن الأفراد يستمدون جزءًا من هويتهم من مجموعاتهم الاجتماعية، مثل العائلة أو الأصدقاء أو الثقافة. هذا الانتماء يمكن أن يؤثر بشكل كبير على كيفية تعامل الأفراد مع الضغوط والتحديات، حيث يمكن أن توفر الجماعات دعمًا نفسيًا ومشاعر الانتماء. (أبو شعيرة وآخرون، ٢٠٠٨: ص١٣١).

ويرى الباحثون في هذه النظريات بانّها تساهم في توفير فهم شامل للتكيف النفسي من زوايا متعددة، مما يساعد في تطوير استراتيجيات فعالة لدعم الأفراد في مواجهة التحديات الحياتية. من خلال

استكشاف هذه النظريات، يمكن للباحثين والممارسين النفسيين العمل على تعزيز التكيف النفسي وتحسين جودة الحياة للأفراد.

مفهوم الرغبة : الرغبة هي حالة نفسية تمثل حاجة أو ميل نحو تحقيق شيء معين. تُعد الرغبة دافعًا قويًا يعزز السلوكيات والأفعال، حيث تعكس تفضيلات الأفراد واهتماماتهم. (غانم ،٢٠٠٢،ص١١٤)

- الأساس النفسي للرغبة:

- **الحاجة والرغبة** :تُعد الرغبة استجابة لحاجة معينة، سواء كانت جسدية (مثل الجوع أو العطش) أو نفسية (مثل الحاجة إلى الحب أو الانتماء)
- **العوامل المؤثرة** :تتأثر الرغبة بعوامل متعددة، بما في ذلك التجارب السابقة، التوجهات الثقافية، والبيئة الاجتماعية.

- أنواع الرغبات:

- **الرغبات الأساسية** :تشمل الرغبات المرتبطة بالبقاء، مثل الطعام والماء.
- **الرغبات النفسية** :تشمل الرغبات التي تتعلق بالتحقيق الذاتي، مثل النجاح المهني أو العلاقات العاطفية.
- **الرغبات المؤقتة والدائمة** :بعض الرغبات تكون عابرة، بينما ترتبط أخرى بأهداف طويلة الأمد. (سلامة،٢٠٠٠،ص١٣٢)
- **كيفية استدلال الرغبة للتعلم عند المتعلم** : يمكن الاستدلال على الرغبة للتعلم عند المتعلم في ضوء مؤشرات وسلوكيات عدّة، منها:

١. الاهتمام والمشاركة

– المشاركة النشطة: يظهر المتعلم الرغبة في التعلم عندما يشارك بنشاط في الدروس، مثل طرح الأسئلة والمناقشة.

– الإهتمام بالمحتوى: إذا كان المتعلم يظهر شغفًا واستعدادًا لاستكشاف المواضيع، فهذا يدل على رغبته في التعلم.

٢. التحفيز الذاتي

– الدافع الداخلي: يظهر المتعلم الذي لديه رغبة قوية في التعلم رغبة في استكشاف المعلومات بنفسه، مثل القراءة الإضافية أو البحث عن موارد خارجية. (عامر،٢٠٠٨:ص١٥١).

– الأهداف الشخصية: تحديد أهداف تعليمية واضحة يسهم في تعزيز الرغبة في التعلم، مما يعكس التزام المتعلم.

٣. التفاعل مع الزملاء

– التعاون: رغبة المتعلم في العمل مع الآخرين ومشاركة الأفكار تعكس استعداده للتعلم والتفاعل الاجتماعي.

– النقاشات الجماعية: المشاركة في النقاشات الجماعية تدل على رغبة المتعلم في تبادل المعرفة والتعلم من الآخرين.

٤. التغذية الراجعة

– استجابة للتغذية الراجعة: رغبة المتعلم في تلقي التغذية الراجعة وتحسين أدائه تشير إلى إهتمامه بالتعلم وتطوير مهاراته.

– التكيف مع التعليقات: إذا أظهر المتعلم القدرة على التكيف مع الملاحظات والتحسين بناءً عليها، فهذا يعكس رغبته في التعلم. (غانم ،٢٠٠٢، ص٩٩)

٥. استمرارية التعلم

– المثابرة: رغبة المتعلم في مواجهة التحديات وعدم الاستسلام تعكس شغفه بالتعلم.

– التعلم مدى الحياة: إذا كان المتعلم يسعى لتعلم مهارات جديدة أو متابعة التعليم بعد الانتهاء من الدروس، فهذا يدل على رغبته في التعلم المستمر. (غانم ،٢٠٠٢، ص١١٣)

٦. الاستعداد للمخاطرة

– تجربة أشياء جديدة: استعداد المتعلم لتجربة أساليب جديدة أو مواجهة مواضيع صعبة يدل على رغبته في توسيع آفاق معرفته.

– التقبل للفشل: قبول الفشل كجزء من عملية التعلم يعكس التزام المتعلم واستعداده للنمو. (الزيود وآخرون،١٩٨٩،ص٥٨)

ويضيف الباحثون أنَّ بالإمكان الاستدلال على الرغبة في التعلم عند للطالب من خلال مجموعة من السلوكيات والمواقف التي تعكس إهتمامه واستعداده للاستكشاف والتطوير. وإن فهم هذه المؤشرات يمكن أن يساعد المدرسين في تعزيز بيئة تعليمية تشجع على التعلم الفعّال.

أهمية دراسة الرغبة في التعلم : تتضح أهمية الرغبة بالنسبة لعملية التعلم من خلال النقاط الآتية:

١. الدافع والمحفز للسلوك:يأتي الدافع عادة بعد فترة من التوازن أو الاستقرار. الرغبة في التعلم تعمل على تحفيز الأفراد للانتقال من حالة الركود إلى حالة النشاط، مما يعزز من قدرتهم على الانخراط في التعلم.

٢. توجيه السلوك نحو مسار محدد: تساعد الرغبة في تحديد الأهداف وتوجيه السلوك نحو مسارات عمل جديدة ومبتكرة. عندما يكون لدى المتعلم رغبة قوية، يصبح أكثر قدرة على اتخاذ قرارات مدروسة واختيار الأسباب التي تدفعه نحو تحقيق أهدافه التعليمية.

٣. الالتزام بالسلوك: تسهم الرغبة في الحفاظ على التزام المتعلم نحو السلوكيات التعليمية. طالما أن الفرد يشعر بالرغبة، فإنه يميل إلى الاستمرار في التعلم والمثابرة حتى في مواجهة التحديات. هذه الالتزامات يمكن أن تستمر حتى بعد انتهاء الدروس أو الفصول الدراسية.

٤. تحقيق أهداف التعلم: تعد الرغبة عنصرًا أساسيًا في تحقيق الأهداف التعليمية. عندما يكون لدى المتعلم دافع قوي ورغبة حقيقية في التعلم، فإنه يصبح أكثر قدرة على تحقيق النتائج المرجوة والتفوق في مجاله. (الخيكاني،٢٠٠٨:ص٢٠١).

وهنا يجد الباحثون أنَّ دراسة الرغبة في التعلم ضرورية لفهم ديناميات العملية التعليمية. من خلال تعزيز الرغبة، يمكن تحسين نتائج التعلم وزيادة فعالية أساليب التدريس، مما يؤدي إلى تجارب تعليمية أكثر نجاحًا وإثراءً.

الوظائف الأساسية للرغبة

١. تحفيز السلوك: تعمل الرغبة على تحفيز الأفراد نحو اتخاذ إجراءات معينة. فهي تُعد دافعًا أساسيًا يدفع الأفراد لتحقيق أهدافهم وتلبية احتياجاتهم.

٢. توجيه الأهداف: تساعد الرغبة في توجيه الأفراد نحو أهداف محددة. تعزز من وضوح الأهداف وتحديد الأولويات، مما يسمح للأفراد بالتركيز على ما هو مهم بالنسبة لهم.

٣. تعزيز الالتزام: تسهم الرغبة في تعزيز الالتزام بالسلوكيات التعليمية أو المهنية. عندما يشعر الأفراد برغبة قوية، يصبحون أكثر استعدادًا للاستمرار في الجهود المبذولة لتحقيق أهدافهم.

٤. تعزيز التعلم: تعد الرغبة عنصرًا أساسيًا في عملية التعلم. فهي تحفز الأفراد على استكشاف المعلومات الجديدة واكتساب المهارات، مما يسهم في تعزيز فهمهم ومعرفتهم.

٥. تطوير الهوية : تساهم الرغبة في تشكيل الهوية الشخصية. من خلال متابعة الرغبات، يمكن للأفراد تحديد ما يهمهم وما يعكس قيمهم، مما يساعد في بناء هوية مستقلة وقوية.

٦. تحقيق الرضا النفسي: تلعب الرغبة دورًا في تحقيق الرضا النفسي. عندما يحقق الأفراد رغباتهم، يشعرون بالإنجاز والسعادة، مما يسهم في تعزيز الرفاهية العامة.

٧. تحفيز الابتكار والإبداع: تشجع الرغبة الأفراد على التفكير بشكل مبتكر وتجربة أفكار جديدة. عندما يكون لدى الأفراد رغبة قوية، يصبحون أكثر انفتاحًا على التجارب الجديدة والتغيير. (قطامي وعدس،٢٠٠٠:ص١٢٦).

ويرى الباحثون من خلال النقاط السابقة أن الرغبة تعدّ عنصرًا حيويًا في حياة الأفراد، حيث تؤدي دورًا أساسيًا في تحفيز السلوك وتوجيه الأهداف وتعزيز التعلم. فهم وظائف الرغبة يساعد في تعزيز التجارب التعليمية والمهنية، مما يؤدي إلى تحسين النتائج والرفاهية النفسية.

المبحث الثالث

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

- **منهج البحث** : تُحدد طبيعة المنهج على وفق إمكانية الباحثين في فهم المشكلة المراد دراستها، وقد استعمل الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية.
- **مجتمع وعينة البحث:** . تم تحديد مجتمع البحث بطلاب الصف الخامس الأدبي في ثانوية العلوم للبنين، والذين يبلغ عددهم (٨٠) طالب، وقد تم اختيارهم جميعًا ليكونوا عينة الدراسة. يوضح الجدول (١) ذلك.

الجدول (١) يبين مجتمع البحث و عينة الدراسة

عدد أفراد التجربة الاستطلاعية	النسبة المئوية	عدد أفراد التجربة الرئيسية	النسبة المئوية
١٠	%١٣,٣٣	80	%١٠٠

- **إجراءات البحث الميدانية**

إجراءات إعداد مقياسي التكيف النفسي ورغبة التعلم:

- استعمل الباحثان مقياس التكيف النفسي الذي أعده علي بخيت حسن (٢٠١١)، الذي يتضمن (٦٧) فقرة وكانت خيارات الإجابة على الفقرات تتراوح بين: "أوافق بشدة"، "أوافق"، "متردد"، "لا أوافق"، و"لا أوافق بشدة". وقد تم تخصيص أوزان للإجابات، حيث كانت (٥-٤-٣-٢-١) للفقرات الإيجابية و(١-٢-٣-٤-٥) للفقرات السلبية.

- أما بالنسبة لمقياس رغبة التعلم، فقد تم اختيار المقياس الذي أعده نورجان عادل محمود (٢٠٠٤)، والذي يحتوي على (٣٦) فقرة إذ إن خيارات الإجابة هي نفسها: "أوافق بشدة"، "أوافق"، "متردد"، "لا أوافق"، و"لا أوافق بشدة"، مع تخصيص أوزان مشابهة للفقرات الإيجابية والسلبية ، وللتحقق من صلاحية المقياسين وملاءمتهما للأهداف المحددة، قام الباحثان بعرضهما على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجالات علم النفس، والقياس، والاختبار، وطرائق تدريس الجغرافية . كانت مهمة الخبراء تتمثل في تقييم المقياسين من حيث صلاحيتها وقدرتها على تحقيق الأغراض

المرجوة ، بعد مراجعة فقرات المقياسين وتقديم الملاحظات والاقتراحات، قام الباحثان بتحليل مدى اتفاق الخبراء باستخدام قيمة كا² المحسوبة لتقييم مستوى الإجماع. تم قبول الفقرات التي تجاوزت قيمة كا² المحسوبة، والتي كانت قيمتها الجدولية (٣,٨٤) ، كما هو موضح في الجداول (٢).

بعد اطلاع الخبراء على فقرات المقياسين ومراجعة محتواهما، قدموا ملاحظاتهم واقتراحاتهم. بناءً على ذلك، قام الباحثون بتحليل مدى اتفاق الخبراء باستخدام قيمة كا٢ المحسوبة لتقييم مستوى الإجماع بينهم. تم قبول الفقرات التي تجاوزت قيمة كا٢ "المحسوبة قيمتها الجدولية البالغة (٣,٨٤)، كما هو موضح في الجداول" (٢).

الجدول(٢) يبين عدد الموافقين وقيم($كا^2$) المحسوبة والدلالة المعنوية لفقرات مقياسي التكيف النفسي ورغبة التعلم

المقياس	عدد الخبراء الموافقين	عدد الخبراء غير الموافقين	قيمة ($كا^2$) المحسوبة	الدلالة
التكيف النفسي (جميع الفقرات)	١٠	صفر	١٠	معنوي
رغبة التعلم (جميع الفقرات)	١٠	صفر	١٠	معنوي

بعد اعتماد السادة الخبراء لصلاحية فقرات المقياسين، قام الباحثون بإعداد مجموعة من التعليمات للإجابة عن فقرات المقياسين، وتمحورت هذه التعليمات حول النقاط الآتية:

١. استخدام لغة واضحة لضمان فهم المفحوصين للمعاني دون لبس.
٢. تشجيع الإجابات الصادقة والدقيقة لتعزيز صحة البيانات المستخلصة.
٣. إخفاء الهدف الأساسي من المقياسين للحفاظ على موضوعية الإجابات ومنع أي تحيز.
٤. تأكيد سرية المعلومات حيث تم طمأنة المفحوصين بأن إجاباتهم ستظل سرية وتستخدم فقط لأغراض البحث الأدبي.

التجربة الاستطلاعية لمقياسي التكيف النفسي ورغبة التعلم : بعد إعداد التعليمات المتعلقة بالمقياسين، قام الباحثون بإجراء تجربة استطلاعية يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٤/١٢/١٦، بهدف التحقق من النقاط الآتية:

١. التأكد من أن المفحوصين يفهمون التعليمات بشكل جيد.
٢. قياس الوقت الذي يحتاجه المفحوصون لإكمال المقياسين.
٣. تحديد أي صعوبات أو تحديات قد تواجه عملية استخدام المقياسين.
٤. التأكد من أن الفقرات مفهومة لجميع المشاركين.

٥. تمكين الباحثين من التعرف على الجوانب الإيجابية والسلبية التي قد تظهر أثناء إجراء الاختبار الرئيس.

إجراءات التجربة الاستطلاعية واستخراج معامل الثبات

تم تطبيق التجربة الاستطلاعية على عينة مكوّنة من (١٠) طلاب من الصف الخامس الأدبي في ثانوية العلوم للبنين. وأسفرت التجربة عن النتائج الآتية:

- كانت التعليمات واضحة وسهلة الفهم لجميع أفراد العينة.
- أظهرت الفقرات مستوى عالٍ من الوضوح ولم تكن غامضة.
- أثبت المقياسان ملاءمتهما لطبيعة العينة المختارة.
- تراوح الوقت المطلوب للإجابة عن المقياسين بين (١٥–٢٠) دقيقة.
- كانت خيارات الإجابة مناسبة لمستوى الطلاب.

وتمَّ استخراج معامل الثبات للمقياسين. بناءً على هذه النتائج، أصبح من الممكن تطبيق المقياسين في الدراسة الرئيسية

التجربة الرئيسية لمقياسي التكيف النفسي ورغبة التعلم:

قام الباحثون بتطبيق مقياسي التكيف النفسي ورغبة التعلم على أفراد العينة، الذين بلغ عددهم (٨٠) طالبًا، في يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢٥/١/١٥. كانت الغاية الأساسية من هذه التجربة هي تنفيذ فقرات المقياسين على عينة البحث.

تصحيح مقياسي التكيف النفسي ورغبة التعلم

جمعت استمارات الاجابة لعينة البحث واستخراج الدرجات الكلية لها ، باستعمال مفتاح التصحيح الذي المعد لهذا الغرض والذي يقضي بالآتي :

- **مقياس التكيف النفسي** : الدرجة النظرية القصوى (٣٣٥) درجة وأقل درجة نظرية (٦٧) درجة.
- **مقياس رغبة التعلم** : الدرجة النظرية القصوى (١٨٠) درجة وأقل درجة نظرية (٣٦) درجة

والجدول (٣ ، ٤) يبن درجات بدائل الإجابة للمقياسين ومفتاح التصحيح

الجدول (٣) بدائل الإجابة ومفتاح التصحيح لمقياس التكيف النفسي

الفقرات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
الإيجابية	٥	٤	٣	٢	١
السلبية	١	٢	٣	٤	٥

الجدول (٤) بدائل الإجابة ومفتاح التصحيح لمقياس رغبة التعلم

الفقرات	أوافق بشدة	أوافق	متردد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
الإيجابية	٥	٤	٣	٢	١
السلبية	١	٢	٣	٤	٥

الأسس الأدبية لمقياسي التكيف النفسي ورغبة التعلم

تُعدّ الخصائص السايكومترية، مثل الصدق والثبات، من العناصر الأساسية التي يجب أن تتوفر في أي مقياس نفسي، بغض النظر عن الغرض من استعماله. إن ضمان جودة المقياس وصحته يعدّ شرطًا جوهريًا لضمان دقة وفعالية عمليات القياس والتقويم.

١- **الصدق** :يُعتبر الصدق من أهم خصائص المقاييس النفسية، حيث يعكس قدرة المقياس على قياس الظاهرة المحددة التي صُمم من أجلها. بمعنى آخر، يتعلق الصدق بمدى تحقيق المقياس للأهداف التي بُني عليها (الكبيسي، ٢٠١٠: ص٣٣) ، وللتحقق من صدق المقياسين، اعتمد الباحثون على منهجية تحليل المحتوى، المعروفة أيضًا بصدق المحتوى. تعتمد هذه المنهجية على إصدار أحكام منطقية حول مدى قياس الأداة للصفة أو السمة المستهدفة. ولتحقيق ذلك، تم عرض المقياسين على مجموعة من الخبراء والمختصين في المجال للحصول على آرائهم والمصادقة على صلاحية المقياس.

٢- **الثبات** :تم التحقق من ثبات المقياسين باستخدام منهجية الاختبار وإعادة الاختبار، حيث أُجرِي القياس الأول على العينة الاستطلاعية يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٤/١٢/١٧، ثم أُعيد القياس يوم الخميس الموافق ٢٠٢٥/١/١٧. بعد جمع البيانات وتحليلها، تم استخراج معامل الارتباط (ر) ، وأظهرت النتائج أن مقياس التكيف النفسي يتمتع بدرجة ثبات مرتفعة بلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٨٧)، بينما أظهر مقياس رغبة التعلم درجة ثبات عالية بقيمة معامل ارتباط بلغت (٠,٨٩). تشير هذه القيم إلى أن كلا المقياسين يتمتعان بمستوى عالٍ من الثبات، مما يعزز من موثوقيتهما في عمليات القياس والتقويم.

الوسائل الإحصائية": قام الباحثون باستخدام الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية لاستخراج الوسائل الآتية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)

المبحث الرابع : عرض النتائج ومناقشتها

التعرف على واقع التكيف النفسي لدى عينة البحث

لأجل تحقيق هذا الهدف كان من الضروري إيجاد المتوسطات الحسابية والفرضية لعينة الدراسة وكما مبين في الجدول (٥) .

الجدول (٥) يبين قيمة الوسط الحسابي والفرضي للاستقرار النفسي

الجنس	عدد العينة	الوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة T		دلالة
						المحسوبة	الجدولية	
ذكور	٨٠	٢٣٠ ٦٧.	٢٤,١٢	٢٣٤	78	٢,٨٩	٢,٠٥٦	معنوي

يتضح من الجدول (٥) أن قيمة الوسط الحسابي بلغت (٢٣٠,٦٧)، وهي قريبة من الوسط الفرضي الذي يساوي (٢٣٤). هذا يشير إلى أن العينة تتمتع بمستوى متوسط من الاستقرار النفسي ،يمكن تفسير هذا المتوسط بوجود عدة عوامل، منها رتابة المحاضرات اليومية وعدم تكرار جميع المحاضرات من قبل الطلاب. فضلا عن ذلك، فإن عدم تكرار المحاضرات العملية بشكل كافٍ من قبل جميع الطلاب قد يؤثر سلبًا على أدائهم أثناء الامتحانات.

التعرف على واقع رغبة التعلم لدى عينة البحث

لأجل تحقيق هذا الهدف كان لابد لنا من إيجاد الوسط الحسابي والوسط الفرضي لعينة البحث وكما مبين في الجدول (٦) .

الجدول (٦) يبين قيمة الوسط الحسابي والفرضي لرغبة التعلم

الجنس	عدد العينة	الوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الوسط الفرض ي	درجة الحرية	قيمة T		الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
ذكور	٨٠	١٢٤,١٢	١٣,٤٠	١٢٦	78	٢,٩٧	٢,٠٥٦	معنوي

يتضح من الجدول (٦) أن قيمة الوسط الحسابي، التي بلغت (١٢٤,١٢)، قريبة من الوسط الفرضي البالغ (١٢٦) عند درجة حرية (78) ومستوى دلالة (٠,٠٥). وهذا يشير إلى أن العينة تتمتع بمستوى متوسط من رغبة التعلم ، ويمكن تفسير هذه النتيجة بوجود عوامل مثل قلة اهتمام الطلاب بالأداء اليومي للدروس وندرة المشاركة في أداء الواجبات. هذه العوامل قد تسبب مشكلات في الأداء خلال الامتحانات، مما يؤدي إلى تحقيق نتائج غير جيدة ويقلل من رغبة التعلم لدى الطلاب.

التعرف على العلاقة بين التكيف النفسي ورغبة التعلم لدى عينة البحث

لتحقيق فهم شامل لهذه العلاقة، كان من الضروري حساب معامل ارتباط سبيرمان لمتغيرات البحث، كما هو موضح في الجدول (٧).

الجدول (٧) يبين العلاقة بين التكيف النفسي ورغبة التعلم

معامل الارتباط بين التكيف النفسي ورغبة التعلم	معامل الارتباط	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
التكيف النفسي × رغبة التعلم	٠,٤٣٧	٠,٣٦١	٠,٠٥

يتضح من الجدول (٧) أن هناك علاقة مباشرة بين متغير التكيف النفسي ورغبة التعلم، حيث تزداد رغبة التعلم مع زيادة مستوى التكيف النفسي. ويمكن تفسير هذه العلاقة بخصائص الطالب وطريقة تفاعله مع المادة الدراسية، سواء كانت عملية أم نظرية، عندما يتكيف الطالب مع المادة التعليمية، يتمكن من التركيز بشكل أفضل على الأداء اليومي وفهم المحتوى، مما يعزز من رغبة التعلم لديه.

الاستنتاجات

١. أظهرت العينة مستوى متوسطًا في متغيرات الدراسة، وهما التكيف النفسي ورغبة التعلم.

٢. هناك علاقة طردية واضحة بين متغيرات الدراسة، حيث يتزايد التكيف النفسي مع زيادة رغبة التعلم.

التوصيات

١. يُوصى باستخدام مقياسي التكيف النفسي ورغبة التعلم كأداة لقياس هذه السمات لدى الطلاب في مراحل دراسية أخرى، فضلا عن المدارس المختلفة.

٢. يجب توجيه الطلاب للاهتمام بالدروس وأهمية القراءة اليومية، وتجنب تراكم المواد الدراسية حتى فترات الامتحانات، مما يساعد في تقليل مشاعر الخوف والقلق.

٣. تشجيع الطلاب على المشاركة في الأنشطة المتنوعة مثل المهرجانات والمعارض الأدبية والدورات التدريبية لتعزيز مهاراتهم.

المصادر العربية

١. أحمد زكي صالح : علم النفس التربوي ، ط١٠، القاهرة ، مكتبة النهضة العربية، ٢٠٠٧.

٢. أحمد محمد عامر : أصول علم النفس العام في ضوء الإسلام، بيروت ، مكتبة الهلال ،٢٠٠٨.

٣. أحمد محمد عبد الخالق : أسس علم النفس ، الاسكندرية ، دار المعرفة الجامعية، ١٩٩٠.

٤. إيمان عبد الكريم عبد الحسن الطائي : الشخصية الناضجة وعلاقتها بإدارة الذات وتوكيدها لدى تدريسيّي الجامعة المستنصرية، اطروحة دكتوراه، الجامعة المستنصرية، كلية التربية، ٢٠١٠.

٥. جمال مثقال القاسم وآخرون: مبادئ علم النفس ،ط١، عمان، دار الصفاء للنشر والتوزيع،٢٠٠١.

٦. الزيود، نادر فهمي واخرون، التعلم والتعليم الصفي ، ط١، دار الفكر للنشر، عمان ١٩٨٩.

٧. سلامة، عبد الحافظ محمد، الوسائل التعليمية والمنهج، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، ٢٠٠٠.

٨. سناء صاحب محمد الخزرجي : القيم الدينية وعلاقتها بالتكيف النفسي ومعرفة الذات لدى طلبة الجامعة ، اطروحة دكتوراه ، الجامعة المستنصرية ، كلية التربية ، ٢٠٠٦.

٩. سهام درويش ابو عطية : مبادئ الارشاد النفسي ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر، ١٩٩٧.

١٠. عامر سعيد الخيكاني: سيكولوجية كرة القدم ،النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، ٢٠٠٨.

١١. عبد الرحمن عدس ونايفة قطامي : مبادئ علم النفس ، ط١،عمان ، دار الفكر،٢٠٠٠.

١٢. علاء الدين كفافي وسهير محمد سالم النيال : نظريات الشخصية ،الارتقاء- النمو- التنوع ، ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠١٠ .

١٣. علي كمال : النفس- انفعالاتها وأمراضها وعلاجها ، ط 4 ،ج٢ ، بغداد ، دار واسط ، ١٩٨٨.

١٤. غانم ، محمود محمد ، علم النفس التربوي ، ط١، دار السراج ، الاردن،٢٠٠٢ .

١٥. كامل علوان الزبيدي وجاسم فياض الشمري : علم نفس التوافق ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٩٩.

١٦. كريم عبد سامر الشمري : الوجود الامثل والالتزام وعلاقتهما بالرضا عن النفس ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية الاداب ، ٢٠٠٣.

١٧. محمد السيد الهابط : التكيف والتكيف النفسية ، ط ٢ ، الاسكندرية ، المكتب الجامعي الحديث ، ١٩٨٥.

١٨. محمد حسن علاوي : مدخل في علم النفس الرياضي ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨

١٩. مفتاح محمد عبد العزيز : القران وعلم النفس ، ط١ ، بنغازي ، منشورات قار يونس ، ١٩٩٧.

٢٠. منتهى مطشر عبد الصاحب : انماط الشخصية على وفق نظرية الانكرام والقيم والذكاء الاجتماعي ، ط١ ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، ٢٠١١.

٢١. نادر فهمي الزيود : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ، ط١ ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر، ١٩٩٨.

٢٢. نزار الطالب وكامل لويس : علم النفس الرياضي ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ،١٩٩٣.

23-Brown; mindfulness: theoretical foundations and evidence for its salutary effects, Psychological inquiry, 2007.

24-Langer & Bonder: Mindful learning: (current directions in psychological science, 2000.

25-nLanger, E; mindfulness': New York, Addison Wesley publishing, 1989.

Sources

1-Ahmed Zaki Saleh: Educational Psychology, 10th ed., Cairo, Al-Nahda Al-Arabiya Library, 2007.
2-.Ahmed Muhammad Amer: Principles of General Psychology in Light of Islam, Beirut, Al-Hilal Library, 2008.
3-Ahmed Muhammad Abdul-Khaliq: Foundations of Psychology, Alexandria, University Knowledge House, 1990.
4-Iman Abdul-Karim Abdul-Hassan Al-Tai: The Mature Personality and its Relationship to Self-Management and Assertiveness among Faculty Members at Al-Mustansiriya University, PhD Dissertation, Al-Mustansiriya University, College of Education, 2010.
5-Jamal Mithqal Al-Qasim et al.: Principles of Psychology, 1st ed., Amman, Dar Al-Safa for Publishing and Distribution, 2001.
6-Al-Zayoud, Nader Fahmy et al.: Learning and Classroom Teaching, 1st ed., Dar Al-Fikr for Publishing, Amman, 1989.
7- Salama, Abdul-Hafiz Muhammad, Educational Aids and Curriculum, Amman, Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution, 2000.
8- Sanaa Sahib Muhammad Al-Khazraji, Religious Values and Their Relationship to Psychological Adjustment and Self-Knowledge Among University Students, PhD Dissertation, Al-Mustansiriya University, College of Education, 2006.
9- .Siham Darwish Abu Atiya, Principles of Psychological Counseling, Amman, Dar Al-Fikr for Printing and Publishing, 1997.
10-.Amer Saeed Al-Khaikani, The Psychology of Football, Najaf, Dar Al-Dhiya for Printing and Design, 2008.
11-Abdul-Rahman Adas and Naifa Fatami, Principles of Psychology, 1st ed., Amman, Dar Al-Fikr, 2000.
12-Alaa El-Din Kafafi and Suhair Muhammad Salem Al-Niyal, Theories of Personality: Development, Growth, and Diversity, 1st ed., Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2010.
13- Ali Kamal: The Psyche - Its Emotions, Diseases, and Treatment, 4th ed., vol. 2, Baghdad, Dar Wasit, 1988.
14-Ghanem, Mahmoud Muhammad, Educational Psychology, 1st ed., Dar Al-Siraj, Jordan, 2002.
15. Kamil Alwan Al-Zubaidi and Jassim Fayyad Al-Shammari: Psychology of Adjustment, Mosul, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, 1999.
16- Karim Abdul Samer Al-Shammari: Optimal Existence and Commitment and Their Relationship to Self-Satisfaction, PhD Dissertation, University of Baghdad, College of Arts, 2003.
17- Muhammad Al-Sayed Al-Habit: Psychological Adjustment and Adaptation, 2nd ed., Alexandria, Modern University Office, 1985.
18- Muhammad Hassan Alawi: Introduction to Sports Psychology, Cairo, The Book Center for Publishing, 1998.
19-Muftah Muhammad Abdul Aziz: The Qur'an and Psychology, 1st ed., Benghazi, Qar Younis Publications, 1997.
20- Muntaha Mutashar Abdul Sahib: Personality Types According to the Theory of Values and Social Intelligence, 1st ed., Amman, Safaa Publishing and Distribution House, 2011.
21- Nader Fahmy Al-Zayoud: Theories of Counseling and Psychotherapy, 1st ed., Amman, Dar Al-Fikr for Printing and Publishing, 1998.
22-Nizar Al-Talib and Kamel Lewis: Sports Psychology, University of Baghdad, College of Physical Education, 1993.
23.-Brown; mindfulness: theoretical foundations and evidence for its salutary effects, Psychological inquiry, 2007.
24-Langer & Bonder: Mindful learning: (current directions in psychological science, 2000.
25-nLanger, E; mindfulness': New York, Addison Wesley publishing, 1989.