جامعة عين شمس
كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
وحدة النشر العلمي

مجلة البحث العلمي في التربية

مجلة محكمة ربع سنوية

العدد 8 المجلد 23 2022

مجلة البحث العلمي في التربية (JSRE)

دورية علمية محكمة تصدر عن كلية البنات للآداب والعلوم والتربية - جامعة عين شمس.

الاصدار: ربع سنوية.

اللغة: تنشر المجلة الأبحاث التربوية في المجالات المختلفة باللغة العربية والإنجليزية

مجالات النشر: أصول التربية -المناهج وطرق التدريس -علم النفس وصحة نفسية -تكنولوجيا التعليم -تربية الطفل.

الترقيم الدولي الموحد للطباعة ٢٣٥٦-٨٣٤٨
الترقيم الدولي الموحد الإلكتروني ٢٣٥٦-٨٣٥٦

التواصل عبر الإيميل
jsre.journal@gmail.com

استقبال الأبحاث عبر الموقع الاكترونى للمجلة
https://jsre.journals.ekb.eg

فهرسة المجلة وتصنيفها
١- الكشاف العربي للاستشهادات المرجعية
The Arabic Citation Index -ARCI
٢- Publons
٣- Index Copernicus International
Indexed in the ICI Journals Master List
٤- دار المنظومة - شمعة

تقييم المجلس الأعلى للجامعات
حصلت المجلة على (٧ درجات) أعلى درجة في تقييم المجلس الأعلى للجامعات قطاع الدراسات التربوية.

رئيس التحرير

أ.د/ أميرة أحمد يوسف سليمان
عميدة كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
جامعة عين شمس

نائب رئيس التحرير

أ.د/ حنان محمد الشاعر
وكيلة كلية البنات للدراسات العليا والبحوث
جامعة عين شمس

مدير التحرير

أ.م.د. هالة أمين مغاوري
أستاذ الإدارة التعليمية المساعد
بقسم أصول التربية
كلية البنات - جامعة عين شمس

المحرر الفني

منى فتحي إبراهيم
معيدة بقسم أصول التربية
كلية البنات – جامعة عين شمس

إسراء عاطف عبد الحميد
معيدة بقسم الاجتماع شعبة اعلام
كلية البنات – جامعة عين شمس

الوعي الذاتي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدي عينة من طالبات الجامعة

د. إيناس محمد سليمان على منصور*

المستخلص

هدف البحث الحالي الي دراسة العلاقة بين الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة، معرفة مستوي الوعي الذاتي، والتوجه نحو الحياة لدي عينة من طالبات الجامعة، والكشف عن الفروق بين استجابة عينة الدراسة حول الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة تبعًا لمتغير (التخصص الدراسي)،وتكونت عينة الدراسة من (٢٤٧) طالبة مقسمين الي (١١٣) طالبة من طالبات كلية العلوم، و(٦١) طالبة من طالبات كلية الفنون الجميلة، و(٧٣) طالبة من طالبات كلية الآداب.وطبق على عينة الدراسة مقياس الوعي الذاتي من إعداد (حسون، ردام،٢٠١٦)، ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد (أحمد،٢٠١٢)، وتوصلت نتائج الدراسة الي وجود علاقة موجبة بين الوعي الذاتي، والتوجه نحو الحياة، كما أشارت نتائج الدراسة الي إمكانية التنبؤ بالتوجه نحو الحياة من خلال الوعي بالذات، واخيرًا اشارت النتائج الي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات الطالبات حول الوعي الذاتي، والتوجه نحو الحياة تبعًا لمتغير التخصص الدراسي.

الكلمات المفتاحية: الوعي الذاتي – التوجه نحو الحياة- طالبات الجامعة

* معلمة بمديرية التربية والتعليم بمحافظة الجيزة - جمهورية مصر العربية.
* البريد الإلكتروني: enas3004@hotmail.com

تاريخ إستلام البحث : ٢٠٢٢/٩/٦ تاريخ قبول البحث : ٢٠٢٢/٩/٢٦

Self-Awareness and Its Relationship to Life Orientation In A Sample of University Students

By
Dr. Enas Mohamed Soliman Ali Mansour

Abstract:

The aim of the current research is to study the relationship between self-awareness and orientation towards life, knowing the level of self-awareness, and orientation towards life among a sample of university students, The study of the relationship between self-awareness and orientation towards life, and to reveal the differences between the response of the study sample about self-awareness and orientation towards life according to the variable (Study specialization), The study sample consisted of (247) female students divided into (113) female students from the Faculty of Science, (61) female students from the Faculty of Fine Arts, and (73) female students from the Faculty of Arts. A self-awareness scale prepared by (Hassoun and Raddam, 2016) was applied to the study sample, and a life orientation scale prepared by (Safra Saadoun Ahmed, 2012). The results of the study concluded that there is a positive relationship between self-awareness and life orientation, The results of the study also indicated the possibility of predicting the orientation towards life through self-awareness, and finally the results indicated that there were no statistically significant differences between the students' responses about self-awareness, and the orientation towards life according to the variable Academic specialization.

Key words: Self-awareness- Orientation towards life- Female students

Received on: 6/9/2022 **Accepted for publication on: 26/9/2022**

الوعي الذاتي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدي عينة من طالبات الجامعة

مقدمة البحث:

أسس مصطلح الوعي الذاتي على يد العالم "ثورنديك" منذ عام (١٩٣٦) عندما تناول بالدراسة مصطلح الذكاء العاطفي، ثم تطور هذا المصطلح على يد العالم "مايروسالفوي" الذي عرفه بانه قدرة الفرد على مراقبة مشاعره، ومشاعر الآخرين، وانفعالاتهم، ثم تطور على يد العالم "جولمان" (١٩٩٥) الذي عرفه بانه إدراك الفرد لذاته، وقدراته، وإمكانياته وتقديره لنقاط القوة والضعف، وارتبط هذا المصطلح بالأنواع الأخرى من الذكاءات مثل الذكاء اللفظي والرياضي والقدرة على الاستنتاج، والاستقراء، والعديد من أشكال التفكير. أي ان الوعي الذاتي اصبح يتضمن من وجهة نظر جولمان الاشكال المعرفية، والاجتماعية للذكاء كسمات مهمة تمكن الفرد من الاستبصار بالذات، والتركيز على القدرات والامكانيات. (Condon, 2011)

ويعد الوعي الذاتي من العوامل المساعدة على ضبط الانفعالات، والاندفاع في المواقف المختلفة مما يساعد الفرد على تعزيز مهارات التواصل الاجتماعي، وزيادة مستوي الذكاء الاجتماعي (Goleman,1995)، ويتمتع الافراد الذين لديهم وعي ذاتي بالقدرة على إدراك حالتهم المزاجية والاستبصار الذاتي بانفعالاتهم، وتوجهاتهم لذلك يزداد لديهم مستوي الصحة النفسية وتتضح لديهم الرؤية الإيجابية نحو الحياة والتعامل مع الضغوط البيئية بنوع من اليقظة العقلية، والتفاؤل والرضا، وهذا ما أشارت اليه دراسة (شراب ، ٢٠١٦) والتي توصلت الي ان التوجه الإيجابي نحو الحياة من العوامل المساعدة على الشعور بالسعادة والطمأنينة النفسية والتوجه المشرق نجو الحياة. بينما ارتبط مفهوم التشاؤم بالغضب، والاستسلام وعدم القدرة على التفاعل بإيجابية مع المتطلبات اليومية، مما يترك اثر سلبي في وعي الفرد بذاته وقدراته وبالتالي انخفاض مستوي كفاءة الذات وزيادة معدل الإصابة بالأمراض الجسدية مثل الضغط والقرح المعدية؛ لذلك يعد التوجه الإيجابي والوعي الذاتي بمثابة العامل الوقائي الذي يزيد من عزيمة الفرد وبساعده على بناء الشخصية والوقاية من الاضطرابات النفسية والاجتماعية.(الانصاري، ٢٠٠٢)

مشكلة البحث:

في ظل الاحداث المتغيرة والمتطلبات المتعددة يحتاج طلبة الجامعة الي ضرورة الوعي بذواتهم وادراك قدراتهم من اجل التعامل مع جميع المتغيرات بصورة ناضجة ومثمرة.ويتمثل الوعي الذاتي في تقدير الفرد وافكاره وانفعالاته التي تؤثر بدورها على توجهه نحو الحياة، وتفاعله مع الوسط الاجتماعي الذي تربي فيه .(Goleman, 2000)

ويتميز الطلبة ذات الوعي الذاتي بمستوي مرتفع من الصحة النفسية والجسدية والقدرة على تفسير الأمور وادراكها بطريقة منطقية بعيدة عن التفسيرات غير العقلانية (سعيد، ٢٠٠٨). ويعد مفهوم الوعي الذاتي من المفاهيم الضرورية في الوقت الحالي فهو السبيل الي تعاملنا مع الحياة بصورة افضل، وتقييم الفرد للمواقف بطريقة إيجابية يسودها السعادة والاقبال على الحياة بنوع من التفاؤل، والحيوية الذاتية (علي ، ٢٠١٦) .

وأجريت العديد من الدراسات عن الوعي الذاتي نظرًا لدوره في تحقيق التوافق النفسي للفرد مثل دراسة (الخالدي،٢٠٢١) والتي اشارت نتائجها الي وجود علاقة ارتباطية قوية بين الوعي بالذات والتوافق النفسي، والقدرة على التوافق والتنظيم الإيجابي، كما أشار (Goleman,1995 الي أهمية الوعي الذاتي في مساعدة الفرد على التحكم في سلوكياته والتمييز بين الأشياء الإيجابية والسلبية، وإدراك العلاقة بين مشاعر الفرد وافكاره وبين تفسيره للأحداث المحيطة به، وهذا ما يساعد الفرد على اتخاذ قرارته بحكمة وعقلانية .ولهذا تطرقت الباحثة الي مفهوم الوعي الذاتي بالدراسة وتحددت مشكلة البحث في تناول العلاقة بين الوعي بالذات والتوجه نحو الحياة لدي طالبات الجامعة باعتبارهم من اهم الفئات التي تحتاج الي التعرف على مستوي الوعي الذاتي لديهم وعلاقته بالتوجه نحو الحياة.

أسئلة البحث:

- ما مستوي الوعي الذاتي لدي عينة من طالبات جامعة القاهرة؟.
- ما مستوي التوجه نحو الحياة لدي عينة من طالبات جامعة القاهرة؟.
- ما شكل وقوة العلاقة بين الوعي بالذات، والتوجه نحو الحياة لدي طالبات جامعة القاهرة؟.
- ما درجة التنبؤ بالتوجه نحو الحياة من خلال توفر متغير الوعي الذاتي لدي طالبات جامعة القاهرة؟.
- ما درجة اختلاف مستوي الوعي الذاتي، والتوجه نحو الحياة باختلاف متغير التخصص الدراسي؟.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي الي ما يلي:

- تحديد مستوي الوعي بالذات لدي طالبات جامعة القاهرة.
- تحديد مستوي التوجه نحو الحياة لدي طالبات جامعة القاهرة.
- دراسة العلاقة بين الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة لدي طالبات جامعة القاهرة.
- التعرف على إمكانية التنبؤ بالتوجه نحو الحياة من خلال توفر مستوي من الوعي الذاتي.
- الكشف عن الفروق بين استجابة أفراد عينة الدراسة حول الوعي الذاتي، والتوجه نحو الحياة تبعًا لمتغير التخصص الدراسي.

أهمية البحث:تتمثل أهمية البحث الحالي فيما يلي:

- توجيه الضوء الي أهمية الوعي الذاتي باعتباره من المتغيرات المهمة التي تدعو الفرد الي التعرف على نقاط القوة، والضعف لديه.
- تشجيع المؤسسات التعليمية من أجل إعداد برامج وأنشطة تربوية تهدف الي توعية الطالبات بأهمية الوعي الذاتي، والتوجه نحو الحياة .
- تزويد المكتبة العربية بإطار نظري عن مفهوم الوعي الذاتي وفقًا لنظرية جولمان، ومفهوم التوجه نحو الحياة وأبعادهم.

محددات البحث: تقتصر حدود البحث الحالي على التالي:

المحددات الموضوعية: معرفة طبيعة العلاقة بين الوعي الذاتي، والتوجه نحو الحياة.
المحددات المكانية: جامعة القاهرة كلية الآداب ،كلية العلوم، والفنون الجميلة.
المحددات البشرية: طالبات جامعة القاهرة كلية الآداب وكلية العلوم،والفنون الجميلة.
المحددات الزمانية: الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢٢.

التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

الوعي الذاتي: "قدرة الفرد على فهم مشاعره، وكيفية تأثيرها على أدائه، وادراك العلاقة بين الأفكار، والانفعالات، وتقدير نقاط القوة، والضعف، والتعلم من الأخطاء من اجل تحسين الذات". (Goleman, 2001, 64)

ويعرف إجرائيًا بانه كيفية ادراك الفرد لذاته من حيث الإيجابيات، والسلبيات؛ ومعرفة القدرات، والامكانيات، والمحاولة الدائمة للتطوير وتخطي نقاط الضعف. والانتباه للذات باعتبارها هدف في حد ذاتها،

التوجه نحو الحياة:" التوقعات التي يحملها الفرد لأحداث حياته المستقبلية، والتي قد تأخذ مسارًا ايجابيًا او سلبيًا".

ويعرف إجرائيًا بانه الدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس التوجه نحو الحياة. (أحمد، ٢٠١٢، ص ٥٣٨)

الاطار النظري للبحث:

الوعي الذاتي:

عرف (Goleman,1995) الوعي الذاتي بانه قدرة الفرد على معرفة إمكانياته وقدراته وطبيعة العلاقة بين ما يدور في ذهنه من أفكار، وبين ما يدور حوله من احداث.

ويساعد وعي الفرد بذاته وقدراته على مواجهة مشكلات الحياة بفاعلية، وإعطاء معني للحياة والقدرة على التمييز الجيد للانفعالات ونوعيتها لذلك يعد الوعي الذاتي البنية الأساسية للاتزان الانفعالي. (سعيد، ٢٠٠٨). وأشار(Goleman,1998) الي المهارات التي تشكل الوعي الذاتي في الابعاد الثلاثة التالية: الوعي الانفعالي التقييم الدقيق للذات ، والثقة بالنفس

الوعي الانفعالي: ويشمل معرفة الفرد لحالته الانفعالية، وعلاقتها بالأفكار التي تدور بذهنه ومدي الارتباط الوثيق بين المشاعر والتوجهات والاهداف في الحياة.(Goleman, 1998)

وتتطلب مهارة الوعي الانفعالي الانتباه التام لانفعالات الفرد وتأثيرها على دوافعه وقيمه ومشاعره ومشاعر الآخرين، وهذا يحتاج بدوره الي ضرورة التنظيم والتحكم الواعي في الانفعالات وردود الأفعال

من اجل تحقيق السلام الداخلي الذي يمنح الفرصة للتخلص من الإحساس بالتوتر والقلق المصاحبان لحالات الفشل والشعور بالكآبة (Goleman,2000)

التقييم الدقيق للذات : ويتضمن وعي الفرد بجوانب القوة والضعف لديه، وهذا مفتاح النجاح في الحياة، فالدقة في تقييم الذات تعطي الفرصة لاستكشاف حقيقة الفرد لذاته وقدراته وامكانياته التي يتمتع بها وكيفية استغلالها بشكل صحيح .لذلك يوفر تقييم الذات التغذية المرتدة المساهمة في تحديد الإيجابيات والسلبيات. (Goleman,2005) ويعتمد التقييم الذاتي على المقارنة التي يعقدها الفرد بين سلوكه، والمعايير الداخلية والخارجية لصحة هذا السلوك، ويختلف الأفراد في درجة تقييمهم لذواتهم، فالبعض لديه معايير قاسية في تقييم الذات تساعدهم على تحقيق مستويات عالية من الإبداع والإنجاز.(عثمان و رزق ، ٢٠٠١)

الثقة بالنفس: تعد الثقة بالنفس من المفاهيم الهامة لكل فرد، ولا يستغني عنها في جميع مجالات الحياة وخاصة المجال الاجتماعي، والمهني . فالثقة بالنفس إحدى الصفات التي تلعب دور كبير في القيادة، وقدرة الفرد على اتخاذ القرارات المناسبة في الوقت المناسب لذلك تميز الافراد ذات الوعي العالي بالقدرة على مواجهة المشكلات، ورصد الأفعال والتعرف على نتائجها . (Goleman,2005)

خصائص الأفراد ذات الوعي المرتفع بالذات :

أشار (Goleman,2000) الي أن الأشخاص ذات المستوي المرتفع من الوعي بالذات لديهم دافع قوي لتحقيق أهدافهم، ومواجهة الصعوبات في حياتهم، والتميز في التخطيط الشخصي والقدرة على إدارة الذات، بالإضافة الي قدرتهم على إقامة علاقات ناضجة مع الآخرين وتقييم مشاعرهم وضبطها حسب المواقف التي يعيشونها .

التوجه نحو الحياة:

يعتبر التوجه نحو الحياة من الموضوعات الهامة التي تناولتها العلوم النفسية كمتغير إيجابي يدل على تمتع الفرد بالصحة النفسية،ويشير الي تحمس الفرد للحياة، والإقبال عليها،والرغبة الحقيقية في النجاح والتميز.(عبد الفتاح،٢٠١٩)

والتوجه نحو الحياة هو التوقعات التي يحملها الفرد تجاه الاحداث الحياتية المستقبلية، والتي قد تأخذ المسار الإيجابي أو السلبي.(أحمد ، ٢٠١٢)، وأشار (Scheier & Carver,1985)الي التوجه نحو الحياة بانه النظرة الإيجابية نحو الحياة، والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل، بالإضافة الي توقع حدوث الجانب الجيد من الأشياء بدلا من الجانب السيء.

ويتكون التوجه نحو الحياة من بعدين التفاؤل والتشاؤم، التفاؤل هو توجه الفرد نحو التطورات او التوقعات الإيجابية، اما التشاؤم فهو التوجه السلبي نحو التوقعات غير السارة. وتلعب معتقدات الفرد دور كبير في التعامل مع العالم الخارجي فاذا كانت هذه المعتقدات تتميز بالتفاؤل والتوجه الإيجابي حقق الفرد العديد من النتائج الإيجابية، اما اذا كانت هذه المعتقدات تتصف بالتشاؤم والسلبية يفقد الفرد القدرة على المثابرة والتكيف مع الاحداث الحياتية المتغيرة. ويتدرج الافراد في ثنائية (التفاؤل والتشاؤم)، ويعود السبب في ذلك الي كيفية تفسيرهم للأحداث والخبرات التي يمرون بها والتي قد تكون لدي البعض مصدر للتحدي، والتعلم ولدي البعض الاخر مصدر لإثارة القلق والضغط. (Burke, et al, 2000)

خصائص الافراد ذات التوجه الإيجابي نحو الحياة:

أشار (Fritx,2008) الي الأشخاص ذات التوجه الإيجابي نحو الحياة بانهم يتمتعون بالإيمان القوي بقدراتهم وامكانياتهم، وقدرتهم على تحقيق أهدافهم، ويعود السبب في ذلك الي الثقة بالنفس وارتفاع مستوي الطاقة الداخلية، وتعزيز الأفكار الإيجابية وتوقع مزيد من النجاح والتقدم.وهذا ما أكده (Glickman,2002) حيث يتصف الأشخاص ذات التوجه الإيجابي نحو الحياة بتأكيد الذات والتفكير الإبداعي، والتركيز على الجوانب المشرقة والسعي الدائم نحو التفوق والنجاح في معظم جوانب الحياة ويعزو ذلك الي ايمان هؤلاء الأشخاص بجوانب القوة في انفسهم وامكانياتهم وقدراتهم.

دراسات سابقة:

هدفت دراسة عبد الكريم والدوري (٢٠١٠) الي استكشاف العلاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدي عينة من طالبات كلية التربية جامعة بغداد، وتكونت عينة الدراسة من (٣١٩) طالبة منهم (١٥٣) من المرحلة الاولي، (١٦٦) من المرحلة الرابعة، وتم تطبيق مقياس التفاؤل ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد (شاير وكارفر ١٩٨٥). توصلت نتائج الدراسة الي ارتفاع مستوي التوجه نحو الحياة ووجود علاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة.

بينما اجرت (Bratton, et al,2011) دراسة هدفت الي استكشاف تأثير الذكاء العاطفي، وخاصة الوعي الذاتي على أداء الفرد. تكونت عينة الدراسة من(١٤٦) مدير. طبق عليهم مقياس الوعي الذاتي، وأشارت نتائج الدراسة الي ان الافراد الذين يتمتعون بالوعي الذاتي يتحسن مستوي أدائهم، وترتفع لديهم القدرات القيادية.

كما اجرت أحمد (٢٠١٢) دراسة هدفت التعرف علي مستوي التوجه نحو الحياة لدي طلبة الجامعة في علاقته ببعض المتغيرات مثل متغير الجنس، والتخصص الدراسي، والسكن والمستوي الاقتصادي، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب وطالبة، وطبق عليهم مقياس التوجه نحو الحياة، وتوصلت نتائج الدراسة الي ارتفاع مستوي التوجه نحو الحياة لدي طلبة الجامعة، مع عدم وجود فروق دالة احصائيًا بين طلبة التخصص الادبي والعلمي في مستوي التوجه نحو الحياة.

بينما قام القواقزة (٢٠١٥)بدراسة هدفت الي بحث العلاقة بين الوعي الذاتي والكفاءة الذاتية تكونت عينة الدراسة من (٢٠٢) طالب وطالبة من طلبة الصف العاشر في محافظة جرش وطبق عليهم مقياس الوعي الذاتي من إعداد الباحث، وتوصلت نتائج الدراسة الي عدم وجود علاقة بين الوعي الذاتي والكفاية الاجتماعية، بينما كان مستوي الوعي الذاتي موجود بدرجة متوسطة لدي عينة الدراسة.

اجرت حسون، و ردام(٢٠١٦) دراسة هدفت الي بناء مقياس للوعي الذاتي لدي طلبة الجامعة، ومعرفة درجة الفروق في الوعي الذاتي تبعًا لمتغير الجنس، والصف، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب، وطالبة، وطبق عليهم مقياس الوعي الذاتي من اعداد حسون، وردام .توصلت نتائج الدراسة الي التحقق من ثبات المقياس، وصلاحية تطبيقه على عينة الدراسة، ووجود فروق بين عينة الدراسة وفقًا لمتغير التخصص لصالح التخصص الإنساني.

كما قام كل من ناجي وعزيز(٢٠١٦) بدراسة هدفت الي التعرف على مستوي الوعي لدي طلبة الجامعة، ومعرفة الفروق في الوعي الذاتي وفقًا لمتغير التخصص العلمي. تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب، وطالبة بواقع (٢٠٠) طالبة للتخصص الإنساني، (٢٠٠) طالبة للتخصص العلمي وطبق على عينة الدراسة مقياس الوعي الذاتي من إعداد (القرة،٢٠١١)وتوصلت نتائج الدراسة الي تمتع طلبة الجامعة بمستوي من الوعي الذاتي، عدم وجود فروق بين طبة الجامعة وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.

بينما اجري كل من (Hashemi & Akbari,2017) دراسة هدفت الي معرفة الدور الوسيط للتوجه الحياتي في العلاقة بين أبعاد أنماط التعلق والسعادة. وتكونت عينة الدراسة من (٢٧٦) طالب من طلبة المرحلة الثانوية، وطبق على عينة الدراسة اختبار اتجاه الحياة، واستبيان السعادة أكسفورد، ومقياس أنماط التعلق. وتوصلت نتائج الدراسة الي الدور الذي يلعبه التوجه الإيجابي نحو الحياة في شعور الطلبة بالسعادة.

بينما هدفت دراسة سلطان(٢٠١٨) الي معرفة مستوي الوعي الذاتي لدي طالبات معهد الفنون الجميلة، تكونت عينة الدراسة من (٢٢٤) طالبة، طبق عليهم مقياس الوعي الذاتي من إعداد الباحثة، وتوصلت نتائج الدراسة الي ارتفاع مستوي الوعي بالذات لدي عينة الطالبات.

قام الخالدي (٢٠٢١) بدراسة هدفت الي معرفة مستوي الوعي الذاتي لدي طلبة المرحلة الثانوية واستكشاف العلاقة بين الوعي الذاتي، والتوافق النفسي تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب، وطالبة ، وطبق عليهم مقياس الوعي الذاتي من إعداد الباحث، وتوصلت نتائج الدراسة الي وجود علاقة موجبة بين الوعي الذاتي، والتوافق النفسي، وارتفاع مستوي الوعي الذاتي لدي الطلبة.

وقام(Kennes, et al. 2021) بدراسة هدفت الي فحص الخصائص السيكومترية لمقياس التوجه نحو الحياة لدي عينة من المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (٤٥٩) مراهق ومراهقة انقسموا الي (١٧٨) مراهق، و(٢٨١) مراهقة، وطبق عليهم مقياس التوجه نحو الحياة توصلت نتائج الدراسة الي ارتفاع مستوي التوجه نحو الحياة لدي عينة الدراسة وارتباط التفاؤل بالتوجه نحو الحياة والرفاهية النفسية.

التعليق على الدراسات السابقة:

بالنظر الي الدراسات السابقة يتضح انها تنوعت من حيث محاولاتها لدراسة الوعي الذاتي وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى مثل دراسة (الخالدي ،٢٠٢١) التي هدفت الي معرفة العلاقة بين الوعي الذاتي والتوافق النفسي ودراسة (Bratton, et al ,2011) التي تناولت العلاقة بين الذكاء العاطفي والوعي الذاتي ، كما تنوعت الدراسات التي تناولت العلاقة بين التوجه نحو الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى مثل دراسة(عبد الكريم و الدوري، ٢٠١٠) والتي تناولت العلاقة بين التوجه نحو الحياة والتفاؤل، كما تنوعت الدراسات السابقة في عيناتها فبعضها اهتم بدراسة المرحلة الجامعية مثل دراسة (ناجي وعزيز،٢٠١٦)، ودراسة (أحمد ، ٢٠١٢) وبذلك اتفق البحث الحالي مع هذه الدراسات في اختيار عينة البحث بينما كانت بعض الدراسات عينتها من المرحلة الثانوية مثل دراسة(Kennes, et al,2021)ودراسة (Haohemi, & Akbari,2017)وبذلك اختلف البحث الحالي مع هذه الدراسات، كما تنوعت أدوات الدراسة فاعتمدت دراسة (عبد الكريم و الدوري، ٢٠١٠) على مقياس التوجه نحو الحياة من إعداد(شاير وكارفر، ١٩٨٥) كما اعتمدت دراسة (ناجي ، وعزيز،٢٠١٦)على مقياس (القرة،٢٠١١) لقياس الوعي

الذاتي وبذلك استفادت الباحثة من هذه الدراسات المتنوعة في اختيار أداة الدراسة، واختيار المنهج المتبع والإجراءات وفي تفسير ومناقشة نتائج الدراسة.

فروض البحث:

١. توفر مستوي مرتفع من الوعي الذاتي لدي طالبات جامعة القاهرة.
٢. توفر مستوي مرتفع من التوجه نحو الحياة لدي طالبات جامعة القاهرة.
٣. وجود علاقة دالة إحصائيًا بين الوعي الذاتي، والتوجه نحو الحياة لدي طالبات جامعة القاهرة.
٤. إمكانية التنبؤ بدرجة التوجه نحو الحياة منالوعي الذاتي لدي طالبات جامعة القاهرة.
٥. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابة افراد عينة الدراسة حول الوعي الذاتي، والتوجه نحو الحياة لدي عينة من طالبات جامعة القاهرة في التخصص الدراسي.

منهج وإجراءات الدراسة :

اولاً: منهج البحث : اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي لملائمته لطبيعة، واهداف البحث الذي يهدف الي التعرف على العلاقة بين الوعي الذاتي، والتوجه نحو الحياةلدي عينة من طالبات جامعة القاهرة، والتعرف على الفروق بين افراد العينة وفقًا لمتغير التخصص الدراسي.

ثانيًا: عينة البحث:

العينة الاستطلاعية: وهي عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث، عينة عشوائية، وتكونت العينة من (١٠٠) طالبة من طالبات كلية العلوم، والآداب، والفنون الجميلة مقسمين الي (٦٨) طالبة من طالبات كلية العلوم، (٢١) طالبة من طالبات كلية الفنون الجميلة،(١١) طالبة من طالبات كلية الآداب، طبق عليهم مقاييس البحث لحساب الثبات، والصدق واستغرقت وقت الإجابة على المقاييس حوالي ٣٠ دقيقة.

عينة البحث الأساسية: تكونت عينة البحث الأساسية من (٢٤٧) طالبة من طالبات جامعة مقسمين الي (١١٣) طالبة من طالبات كلية العلوم،(٦١) طالبة من طالبات كلية الفنون الجميلة،(٧٣) طالبة من طالبة من طالبات كلية الآداب .

جدول (١) وصف عينة الدراسة تبعًا لمتغير التخصص الدراسي

التخصص	التكرار	النسبة المئوية
كلية العلوم	١١٣	٤٥,٧٪
كلية الفنون الجميلة	٦١	٢٤,٧٪
الآداب	٧٣	٢٩,٦٪
المجموع	٢٤٧	١٠٠٪

يتضح من الجدول (١) ان عينة البحث تكونت من (٢٤٧) طالبة من طالبات جامعة القاهرة مقسمين الي (١١٣) طالبة من طالبات كلية العلوم بنسبة (٤٥,٧٪)، (٦١) طالبة من طالبات كلية الفنون الجميلة، بنسبة (٢٤,٧٪)، (٧٣) طالبة من طالبات كلية الآداب بنسبة (٢٩,٦٪).

ثالثًا: أدوات البحث: استخدمت الباحثة مقياس الوعي الذاتي من إعداد:(حسون أزهار عبود وهاني ردام، ٢٠١٦) وفقًا لنظرية "جولمان"، تكون المقياس من (٣٨) فقرة بواقع (١٣) فقرة لبعد الوعي الانفعالي، (١٢) فقرة لبعد التقييم الدقيق للذات، (١٣) فقرة لبعد الثقة بالنفس وتم الإجابة على فقرات المقياس عن طريق خمس بدائل (أوافق بشدة، أوافق، محايد، ارفض ، ارفض بشدة)، وتأخذ التقديرات (٥-٤-٣-٢-١) على الترتيب وتم عكس التقديرات للعبارات السالبة (١-٢-٣-٤-٥)، وبذلك تراوحت الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٣٩-١٩٥).

الخصائص السيكومترية لمقياس الوعي الذاتي:

الصدق التمييزي لمقياس الوعي الذاتي:

جدول (٢) نتائج اختبار "ت" لدراسة الفروق بين متوسطات المجموعات الطرفية (المجموعات العليا والدنيا) في مقياس الوعي الذاتي

المتغير	المجموعات	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفرق بين القياسين	قيمة "ت"	مستوي الدلالة
الوعي الذاتي	المجموعة العليا	١٣٩,٥٠	١٩,٢٤	١٦,٥٠٧	٦,٤٠٥	٠,٠٠٠ دالة
	المجموعة الدنيا	١٢٣,٠٠	٨,٦٦			

يتضح من الجدول(٢) وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوي(٠,٠٠٠) بين متوسطات المجموعات الطرفية(المجموعات العليا والدنيا) في مقياس الوعي الذاتي مما يدل على صلاحية المقياس للتمييز بين مستويات الوعي الذاتي لدي أفراد العينة.

صدق الاتساق الداخلي: لحساب الاتساق الداخلي لعبارات المقياس تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة من فقرات المقياس، وبين الدرجة الكلية للمقياس. يوضح الجدول التالي قيم معاملات بيرسون.

جدول(٣) قيم معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس الوعي الذاتي وبين الدرجة الكلية للمقياس

م	معامل الارتباط	الدلالة	م	معامل الارتباط	الدلالة	م	معامل الارتباط	الدلالة
١	٠,٢٨٦	٠,٠١	١٤	٠,٢٢٦	٠,٠٥	٢٧	٠,٤٦٦	٠,٠١
٢	٠,٢١٩	٠,٠٥	١٥	٠,٢١٨	٠,٠٥	٢٨	٠,٤٩٥	٠,٠١
٣	.٠٢٩٩	٠,٠١	١٦	٠,٢٧٨	٠,٠١	٢٩	٠,٤٣٢	٠,٠١
٤	٠,٣٠٤	٠,٠١	١٧	٠,٢٩٨	٠,٠١	٣٠	٠,٣١٧	٠,٠١
٥	٠,٢٠٩	٠,٠٥	١٨	٠,٢٦٧	٠,٠١	٣١	٠,٥٢٠	٠,٠١
٦	٠,٣٣٨	٠,٠١	١٩	٠,٢٨٩	٠,٠١	٣٢	٠,٤٨٨	٠,٠١
٧	.٠٣١٧	٠,٠١	٢٠	٠,٣٥٠	٠,٠١	٣٣	٠,٥٧٢	٠,٠١
٨	٠,٣١١	٠,٠١	٢١	٠,٢٩١	٠,٠١	٣٤	٠,٣٦٩	٠,٠١
٩	٠,٢٠٦	٠,٠٥	٢٢	٠,٢٤٣	٠,٠١	٣٥	٠,٣٦٠	٠,٠١

١٠	٠,٣٧١	٠,٠١	٢٣	٠,٣٩٧	٠,٠١	٣٦	٠,٥٣٧	٠,٠١
١١	٠,٢٥١	٠,٠٥	٢٤	٠,٤٤٠	٠,٠١	٣٧	٠,٥٩٠	٠,٠١
١٢	٠,٢٤٤	٠,٠٥	٢٥	٠,٤٤٥	٠,٠١	٣٨	٠,٥٣٦	٠,٠١
١٣	٠,٢٥٤	٠,٠٥	٢٦	٠,٤٠٥	٠,٠١			

يتضح من جدول(٣) ان قيم معاملات ارتباط بيرسون لاتساق الصدق الداخلي تراوحت ما بين (٠,٢٠٦-٠,٥٩٠) وهي قيم مرضية تؤكد صلاحية المقياس لجميع بيانات البحث.

جدول (٤) قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة البعد الذي تنتمي اليه على مقياس الوعي بالذات

البعد	م	معامل الارتباط	الدلالة	البعد	م	معامل الارتباط	الدلالة	البعد	م	معامل الارتباط	الدلالة
الوعي الانفعالي	١	٠,٢٩٨	٠,٠١	التقييم الذاتي	٢	٠,٣٠٢	٠,٠١	الثقة بالنفس	٣	٠,٢٥٤	٠,٠١
	٤	٠,٢٩٦	٠,٠١		٥	٠,٢٧٢	٠,٠١		٦	٠,٢٦٩	٠,٠١
	٧	٠,٣٩٨	٠,٠١		٨	٠,٢٢٦	٠,٠١		٩	٠,٣٨٩	٠,٠١
	١٠	٠,٣٠١	٠,٠١		١١	٠,٢٩٤	٠,٠١		١٢	٠,٢٦٩	٠,٠١
	١٣	٠,٢٦٠	٠,٠١		١٤	٠,٢٥٥	٠,٠١		١٥	٠,٢٤٤	٠,٠١
	١٦	٠,٢٨٢	٠,٠١		١٧	٠,٣١٣	٠,٠١		١٨	٠,٣٤١	٠,٠١
	١٩	٠,٣٠٧	٠,٠١		٢٠	٠,٢٦٤	٠,٠١		٢١	٠,٣٨٦	٠,٠١
	٢٢	٠,٤٥٢	٠,٠١		٢٣	٠,٥١٠	٠,٠١		٢٤	٠,٤٥٨	٠,٠١
	٢٥	٠,٤٤٩	٠,٠١		٢٦	٠,٤٦٥	٠,٠١		٢٧	٠,٥٧٠	٠,٠١
	٢٨	٠,٤٦٤	٠,٠١		٢٩	٠,٤٨٥	٠,٠١		٣٠	٠,٣٩٠	٠,٠١
	٣١	٠,٥٠٧	٠,٠١		٣٢	٠,٤٢٦	٠,٠١		٣٣	٠,٦٣٤	٠,٠١
	٣٤	٠,٤٩١	٠,٠١		٣٥	٠,٤١٠	٠,٠١		٣٦	٠,٥٩٣	٠,٠١
	٣٧	٠,٦٠٦	٠,٠١						٣٨	٠,٥٩٧	٠,٠١

يتضح من الجدول (٤) ان جميع فقرات المقياس دالة عند مستوي (٠,٠١) وهذا دليل على صدق فقرات المقياس.

جدول(٥) معاملات ارتباط بيرسون بين ابعاد مقياس الوعي الذاتي

البعد	عدد الفقرات	معامل الارتباط	الدلالة
الوعي الانفعالي	١٣	٠,٦٦٦	٠,٠١
التقييم الذاتي	١٢	٠,٧٦٤	٠,٠١
الثقة بالنفس	١٣	٠,٩٠٥	٠,٠١

يتضح من جدول(٥) ان قيم معاملات ارتباط بيرسون لصدق المقياس تراوحت ما بين (٠,٦٦٦)، و(٠,٩٠٥) وهي قيم تعكس مدي صلاحية المقياس.

ثبات مقياس الوعي الذاتي: تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية عددها (١٠٠) طالبة للتأكد من الثبات، وتم استخدام معامل الفا كرونباخ والتجزئة النصفية.

جدول(٦) قيم معامل الفاكرونباخ والتجزئة النصفية لحساب ثبات مقياس الوعي الذاتي

البعد	عدد الفقرات	معامل الفاكرونباخ	التجزئة النصفية
الوعي الانفعالي	١٣	٠,٩٤٥	٠,٩٠٥
التقييم الذاتي	١٢	٠,٩٣٢	٠,٨٧٥
الثقة بالنفس	١٣	٠,٩٥٣	٠,٩١٣
المجموع	٣٨	٠,٩٤٠	٠,٩٥٠

يتضح من جدول (٦) ان قيم معامل الفاكرونباخ والتجزئة النصفية لحساب الثبات لأبعاد المقياس عالية مما يؤكد صلاحية المقياس لجمع بيانات الدراسة.

كما استخدمت الباحثة **مقياس التوجه نحو الحياة**من اعداد: (سافرة سعدون،٢٠١٢) وتكون المقياس من (١٩فقرة) مقسمين الي (٩) فقرات موجبة، (١٠) فقرات سالبة :

العبارات الموجبة (١- ٣- ٦- ٧-٩-١١-١٣-١٦-١٨)، اما الفقرات السالبة فتمثلت في الفقرات التالية (٢-٤-٥-٨-١٠-١٢-١٤-١٥-١٧-١٩)، وتم الإجابة على فقرات المقياس عن طريق خمس بدائل (أوافق بشدة، أوافق، محايد، ارفض ، ارفض بشدة)، وتأخذ التقديرات (٥-٤-٣-٢-١) على الترتيب وتم عكس التقديرات للعبارات السالبة (١-٢-٣-٤-٥) ، وبذلك تراوحت الدرجة الكلية للمقياس ما بين (١٩-٩٥).

الصدق التمييزي لمقياس التوجه نحو الحياة:

جدول (٧) نتائج اختبار "ت" لدراسة الفروق بين متوسطات المجموعات الطرفية (المجموعات العليا والدنيا) في مقياس التوجه نحو الحياة

المتغير	المجموعات	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفرق بين القياسين	قيمة "ت"	مستوي الدلالة
الوعي الذاتي	المجموعة العليا	١٣٩,٥٠	١٩,٢٤	١٦,٥٠٧	٦,٤٠٥	٠,٠٠٠ دالة
	المجموعة الدنيا	١٢٣,٠٠	٨,٦٦			

يتضح من الجدول(٧) وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوي(٠,٠٠٠) بين متوسطات المجموعات الطرفية(المجموعات العليا والدنيا) في مقياس التوجه نحو الحياة مما يدل على صلاحية المقياس للتمييز بين مستويات التوجه نجو الحياة لدي أفراد العينة.

صدق الاتساق الداخلي: لحساب الاتساق الداخلي لعبارات المقياس تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة من فقرات المقياس، وبين الدرجة الكلية للمقياس. يوضح الجدول التالي قيم معاملات بيرسون.

جدول(٨) قيم معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس التوجه نحو الحياة وبين الدرجة الكلية للمقياس

م	معامل الارتباط	الدلالة	م	معامل الارتباط	الدلالة
١	٠,٤٧٠	٠,٠١	١١	٠,٣٣٨	٠,٠١
٢	٠,٥٧٧	٠,٠١	١٢	٠,٤٥٩	٠,٠١
٣	٠,٢٨٨	٠,٠١	١٣	٠,٣١٦	٠,٠١
٤	٠,٤١٢	٠,٠١	١٤	٠,٥٢٢	٠,٠١
٥	٠,٦٢٠	٠,٠١	١٥	٠,٥٤٠	٠,٠١
٦	٠,٣٣١	٠,٠١	١٦	٠,٥٠٠	٠,٠١
٧	٠,٣٦٥	٠,٠١	١٧	٠,٥٧٦	٠,٠١
٨	٠,٤٨٠	٠,٠١	١٨	٠,٣٥٢	٠,٠١
٩	٠,٣٣٢	٠,٠١	١٩	٠,٣٨٢	٠,٠١
١٠	٠,٥٩٩	٠,٠١			

يتضح من جدول(٨) ان قيم معاملات ارتباط بيرسون لاتساق الصدق الداخلي تراوحت ما بين (٠,٢٨٨- ٠,٦٢٠) وهي قيم مرضية تؤكد صلاحية المقياس لجميع بيانات البحث.

جدول (٩) قيم معاملات الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة البعد الذي تنتمي اليه على مقياس التوجه نحو الحياة

البعد	م	معامل الارتباط	الدلالة	البعد	م	معامل الارتباط	الدلالة
التفاؤل	١	٠,٦٩٧	٠,٠١	التشاؤم	٢	٠,٦٨١	٠,٠١
	٣	٠,٦٦١	٠,٠١		٤	٠,٥٧٢	٠,٠١
	٦	٠,٥١٨	٠,٠١		٥	٠,٧٦٩	٠,٠١
	٧	٠,٥٨٨	٠,٠١		٨	٠,٥٨٠	٠,٠١
	٩	٠,٦٤٣	٠,٠١		١٠	٠,٦٤٥	٠,٠١
	١١	٠,٣٩٠	٠,٠١		١٢	٠,٧٣٩	٠,٠١
	١٣	٠,٥٨٦	٠,٠١		١٤	٠,٦٨٤	٠,٠١
	١٦	٠,٣١٥	٠,٠١		١٥	٠,٧٠٩	٠,٠١
	١٨	٠,٦٧٧	٠,٠١		١٧	٠,٦٨٦	٠,٠١
					١٩	٠,٥٠٩	٠,٠١

يتضح من الجدول (٩) ان جميع فقرات المقياس دالة عند مستوي (٠,٠١) وهذا دليل على صدق فقرات المقياس.

جدول(١٠) معاملات ارتباط بيرسون بين ابعاد مقياس التوجه نحو الحياة

البعد	عدد الفقرات	معامل الارتباط	الدلالة
الوعي الانفعالي	٩	٠,٤٣٤	٠,٠١
التقييم الذاتي	١٠	٠,٧٨٨	٠,٠١

يتضح من جدول(١٠) ان قيم معاملات ارتباط بيرسون لصدق المقياس تراوحت ما بين (٠,٤٣٤)، و(٠,٧٨٨) وهي قيم تعكس مدي صلاحية المقياس.

ثبات مقياس الوعي الذاتي: تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية عددها (١٠٠) طالبة للتأكد من الثبات، وتم استخدام معامل الفا كرونباخ والتجزئة النصفية.

جدول(١١) قيم معامل الفاكرونباخ والتجزئة النصفية لحساب ثبات مقياس الوعي الذاتي

البعد	عدد الفقرات	معامل الفاكرونباخ	التجزئة النصفية
التوجه نحو الحياة(التفاؤل)	٩	٠,٧٨٧	٠,٧٦٩
التوجه نحو الحياة(التشاؤم)	١٠	٠,٨٩٣	٠٨٥٩
المجموع	١٩	٠,٧١٠	٠,٨٨٩

يتضح من جدول (١١) ان قيم معامل الفاكرونباخ والتجزئة النصفية لحساب الثبات لأبعاد المقياس عالية مما يؤكد صلاحية المقياس لجمع بيانات الدراسة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة : تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- التكرارات، والنسب المئوية لوصف عينة البحث.
- معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين متغيرات الدراسة.
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لترتيب ابعاد المقياس.
- معامل الفا كرونباخ، والتجزئة النصفية لحساب ثبات أدوات البحث.
- اختبار (T-Test) لتحديد الفروق بين مجموعتين مستقلتين.
- اختبار تحليل التباين الأحادي لتحديد الفروق بين استجابات افراد العينة.
- الانحدار الخطي البسيط.

نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها:

نتيجة الفرض الأول: ونصه" ما مستوي الوعي الذاتي لدي طالبات جامعة القاهرة؟ وللإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية وترتيبها تنازليًا كما في الجدول التالي:

جدول (١٢) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات افراد العينة على كل بعد من ابعاد مقياس الوعي بالذات

الترتيب	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
٣	**الوعي الانفعالي**	٣,٣٢	٠,٤٢١	متوسطة
١	**التقييم الذاتي**	٣,٥٥	٠,٤٠٢	عالية
٢	**الثقة بالنفس**	٣,٣٣	٠,٣٩٦	متوسطة
المتوسط العام		٣,٤٠	٠,٣٧١	عالية

يتضح من الجدول(١٢) ان المتوسطات الحسابية لأبعاد المقياس كانت متوسطة حيث تراوحت جميع المتوسطات الحسابية ما بين(٣,٣٢-٣,٥٥)، كما بلغ المتوسط العام لأبعاد الوعي الذاتي (٣,٤٠) وهو يدل على وجود مستوي مرتفع من الوعي بالذات لدي الطالبات.

نتيجة الفرض الثاني:: ونصه" ما مستوي التوجه نحو الحياة لدي طالبات جامعة القاهرة؟ وللإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية وترتيبها تنازليًا كما في الجدول التالي:

جدول (١٣) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات افراد العينة على كل بعد من ابعاد مقياس التوجه نحو الحياة

الترتيب	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
١	**التفاؤل**	٣,٩٨	٠,٥٢٦	عالية
٢	**التشاؤم**	٢,٢٨	٠,٨٣٥	منخفضة
المتوسط العام		٣,١٣	٠,٣٩٣	متوسطة

يتضح من الجدول(١٣) ان المتوسطات الحسابية لأبعاد المقياس كانت متوسطة حيث تراوحت جميع المتوسطات الحسابية ما بين(٠,٢,٢٨-٣,٩٨)، كما بلغ المتوسط العام لأبعاد الوعي الذاتي (٣,١٣) وهو يدل على وجود مستوي متوسط من التوجه نحو الحياة لدي الطالبات.

نتيجة الفرض الثالث: " وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الوعي الذاتي وبين التوجه نحو الحياة لدي طالبات جامعة القاهرة؟ وللإجابة على هذا السؤال تم حساب معاملات ارتباط يرسون كما في الجدول التالي:

جدول(١٤) معاملات ارتباط بيرسون لبيان العلاقة بين الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة لدي طالبات جامعة القاهرة

متغيرات الدراسة	الوعي الانفعالي	التقييم الذاتي	الثقة بالنفس
التوجه نحو الحياة (التفاؤل)	٠,١٩٠	٠,٢٧٠	٠,٢٨٦
التوجه نحو الحياة(التشاؤم)	٠,٣٨٩	٠,٣٣٦	٠,٤٢٢
مستوي الدلالة	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١

يتضح من جدول(١٤) وجود علاقة ارتباطية دالة بين الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة حيث كانت قيم معامل الارتباط مرتفعة، مما يشير الي وجود علاقة بين الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة.

نتيجة الفرض الرابع: إمكانية التنبؤ بدرجة التوجه نحو الحياة من خلال الوعي الذاتي لدي عينة الدراسة؟ ولاختبار هذا الفرض تم استخدام الانحدار الخطي كما في الجدول :

جدول (١٥)نتيجة تحليل الانحدار الخطي بين درجة الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة لدي طالبات جامعة القاهرة

المتغيرات		معامل الارتباط	مربع معامل الارتباط المعدل	قيمة"ت"	الدلالة	المعامل البائي (B)	بيتا Beta	قيمة "ت"	الدلالة
الوعي الذاتي	التوجه نحو الحياة	٠,٦٢٧	٠,٣٩١	١٥٨,٩٠	٠,٠٠٠	٠,٥٩٢	٠,٦٢٧	١٢,٦٠	٠,٠٠٠

يتضح من الجدول(١٥) ان قيمة (ف) دالة احصائيًا عند مستوي دلالة (٠,٠١) مما يدل على تأثير الوعي الذاتي على التوجه نحو الحياة لدي عينة الدراسة، كما يتضح من الجدول ان المعامل البائي موجب مما يدل على وجود علاقة طردية بين الوعي الذاتي وبين التوجه نحو الحياة مما يعني انه كلما ارتفع الوعي الذاتي لدي عينة الدراسة ارتفع معدل التوجه نحو الحياة، بينما بلغ مربع معامل الارتباط المعدل في التوجه نحو الحياة (٠,٣٩١) وهي قيمة متوسطة تدل على ان (٣٩,١٪) من التباين الحاصل في التوجه نحو الحياة يعود الي الوعي الذاتي، بينما تعود النسبة المتبقية الي عوامل اخري.

نتيجة الفرض الخامس:وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابة افراد عينة الدراسة حول الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة باختلاف متغير التخصص الدراسي؟ ولاختبار هذا الفرض تم اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لتحديد الفروق بين استجابات عينة الطالبات حول الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة تبعًا لنوع الكلية:

جدول (١٦) اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لتحديد دلالة الفروق بين استجابات عينة الطالبات حول الوعي والتوجه نحو الحياة تبعًا التخصص الدراسي

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوي الدلة
الوعي الذاتي	بين المجموعات	٠,٠٣٧	٢	٠,٠١٩	٠,١٣٤	٠,٨٧٤
	داخل المجموعات	٣٣,٧٣٨	٢٤٤	٠,١٣٨		
	المجموع	٣٣,٧٧٥	٢٤٦			غير دالة
التوجه نحو الحياة	بين المجموعات	٠,٢٣٧	٢	٠,١١٨	٠,٧٦٥	٠,٤٦٧
	داخل المجموعات	٣٧,٧٤٢	٢٤٤	٠,١٥٥		
	المجموع	٣٧,٩٧٩	٢٤٦			غير دالة

يتضح من الجدول(١٦) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي(٠,٠٥) بين استجابات عينة الدراسة حول الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة تبعًا لمتغير التخصص الدراسيحيث بلغت قيم مستوي الدلالة على التوالي (٠,٨٧٤) ،(٠,٤٦٧) وهي قيم أكبر من (٠,٠٥) وغير دالة إحصائيًا.

مناقشة النتائج:

مناقشة نتائج الفرض الاول:

أظهرت نتائج الدراسة ان مستوي الوعي الذاتي كان متوفر لدي عينة الدراسة بدرجة مرتفعة وقد تعزو هذه النتيجة الي خصائص وطبيعة عينة البحث من طالبات الجامعة هذه الفئة التي تتمتع بمستوي مرتفع من الوعي الثقافي، والانفعالي بالإضافة الي الانفتاح العلمي والتكنولوجي الذي جعلهم على وعي تام بأنفسهم، ومشاعرهم وقدراتهم وامكانياتهم، وتوجيهها نحو المجالات التي تتناسب معهم،كما ان طالبات هذه المرحلة لهم صفاتهم وقرارتهم المتعلقة بالمستقبل، فهن يحاولن تحمل المسئولية، بالإضافة الي التطلع الي مزيد من التميز، والاستقلال، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الخالدي،٢٠٢١)، ودراسة (حسون، ردام ، ٢٠١٦)، والتي توصلت ارتفاع مستوي الوعي الذاتي لدي طلبة الجامعة نظراً لإدراكهم بذواتهم، واحتياجاتهم في هذه المرحلة.

مناقشة نتائج الفرض الثاني:

كما توصلت نتائج الدراسة الي وجود مستوي التوجه نحو الحياة لدي عينة الطالبات بدرجة متوسطة وتعزو هذه النتيجة الي طبيعة المرحلة الدراسية التي تمر بها الطالبات، وخاصة ان الطالبات في المرحلة الجامعية الاولي (عينة البحث)، مستجدات لا يعرفون المتطلبات الرئيسية الخاصة بهذه المرحلة، بالإضافة الي ارتفاع مستوي طموحاتهم، واهدافهم، وتحديد المجال المهني الذي يتناسب مع متطلبات العصر وهذا ما يسبب شعورهم بالقلق او الترقب نحو هذه المرحلة الدراسية المختلفة بطبيعتها عن المراحل الدراسية السابقة لها، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (سافرة سعدون،٢٠١٢) التي توصلت نتائجها الي توفر مستوي من التوجه نحو الحياة لدي طالبات الجامعة.

مناقشة نتائج الفرض الثالث:

وتوصلت نتائج الدراسة الي وجود علاقة بين الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة وقد تعزو هذه النتيجة الي ان الشعور بالوعي الذاتي يعد سبب حقيقي في التوجه المتفائل نحو الحياة، لان الوعي بالذات يجعل الفرد مقدرًا لذاته، ومتفهمًا لمشاعره، ومؤمنًا بقيمته ودوره في الحياة، وهذا ما يجعله متفائلًا، ومتوافقًا مع الضغوط الحياتية، والتغيرات السريعة التي تميز هذا العصر. وهذا ما أكدته دراسة (Hashemi & Akbari,2017) والتي اشارت نتائجها الي وجود علاقة بين التوجه نحو الحياة وبين الشعور بالسعادة فالوعي بالذات يعطي الفرد إحساس بالاستقرار الذاتي والحماس وحب الاخرين والدافعية للإنجاز والثقة بالنفس وتطوير الذات والنجاح في كافة مجالات الحياة. (Goleman, 1995)

مناقشة نتائج الفرض الرابع:

كما أظهرت نتائج الدراسة إمكانية التنبؤ بدرجة التوجه نحو الحياة من خلال الوعي الذاتي لدي عينة طالبات الجامعة أي كلما زادت درجة وعي الطالبات بذواتهن كلما ارتفع لديهن درجة التوجه نحو الحياة،وقد يعزو السبب في ذلك الي ما أكدته نظرية" جولمان " في الوعي الذاتي فالأفراد ذات الوعي الذاتي المرتفع لديهم قدرة على معرفة امكانياتهم ومهاراتهم ونقاط القوة والضعف لديهم، وبالتالي تزداد قدرتهم على اتخاذ القرارات المصيرية التي

تحدد توجه الفرد نحو أهدافه وقدرته على ضبط ذاته وانفعالاته واتجاهاته وافكاره، فيمثل الوعي بالذات وفقًا لنظرية جولمان جانب هام في الذكاء الانفعالي والمواجهات الحاسمة للمشكلات الحياتية بكل جدية والضغوط النفسية والاجتماعية والمهنية .وهذا ما اشارت اليه دراسة (Bratton, et al,2011)ان الافراد الذين يتمتعون بالوعي الذاتي يتحسن مستوي ادائهم، وترتفع لديهم القدرات القيادية وضبط الذات.

مناقشة نتائج الفرض الخامس:

كما توصلت نتائج الدراسة الي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات عينة الدراسة حول الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة تبعًا لمتغير نوع الكلية، وقد يعزو السبب في ذلك الي خصائص المرحلة العمرية التي تمر بها الطالبات، في المرحلة الجامعية حيث تتميز الطالبات بقدرتهن على التعبير عن ذاتهن، وانفعالاتهن، وتحديد اتجاتهن المستقبلية المتعلقة باختيار التخصص وتحمل المسؤولية والقدرة على اتخاذ القرارات المصيرية والتوجهات الحياتية والتفرد والاستقلالية. واتفقت نتائج هذا البحث مع دراسة (ناجي وعبد العزيز،٢٠١٦)، ودراسة (احمد،٢٠١٢) والتي اشارت نتائجها الي عدم وجود فروق بين طلبة الجامعة في متغير التخصص الدراسي في مستوي الوعي الذاتي والتوجه نحو الحياة، بينما اختلفت نتائج هذا البحث مع دراسة (حسون وردام،٢٠١٦) والتي اشارت الي وجود فروق بين عينة البحث من حيث التخصص الدراسي لصالح التخصص الإنساني.

توصيات الدراسة:

- إجراء البرامج التوعوية بأهمية الوعي بالذات في معرفة قدرات الفرد وامكانياته وتوجيهها الي المجال المناسب خاصة لدي طلبة الجامعة.
- حث المؤسسات التربوية على الاهتمام بتربية النشء على أهمية التوجه نحو الحياة والنظرة الإيجابية المتفائلة في تحقيق أهداف الطلبة وارتفاع مستوي طموحاتهم.

البحوث المقترحة:

- الوعي بالذات وعلاقته بمستوي الطموح الأكاديمي.
- التوجه نحو الحياة وآثره على الكفاءة الاجتماعية لدي عينة من طلبة الجامعة.

مراجع الدراسة:

المراجع العربية:

أحمد، سافرة سعدون(٢٠١٢).التوجه نحو الحياة لدي طلبة جامعة بغداد. مجلة العلوم التربوية والنفسية. الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية.ع٩٢، ٥٣٣-٥٧٣.

الأنصاري، بدر محمد(٢٠٠٢).قباي التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما ببعض متغيرات الشخصية لدي طلاب جامعة الكويت. مجلة حوليات كلية الآداب والعلوم الاجتماعية.ع ٢٣،الرسالة، جامعة الكويت.

حسون، أزهار عبود، ردام، هاني علاوي(٢٠١٦).الوعي الذاتي وفقًا لنظرية كولمان لدي طلبة الجامعة .مجلة العلوم التربوية والنفسية. الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، ع ٣٣٤،١٢٠-٣٨٦.

الخالدي، عبد الرحمن بن منيف(٢٠٢١).الوعي الذاتي وعلاقته بالتوافق النفسي لدي طلاب وطالبات المرحلة الثانوية. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية.٥(٢٠)،١٤٣-١٦٨.

سعيد، سعاد جبر(٢٠٠٨).سيكولوجية التفكير والوعي بالذات. عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع، عمان.

سلطان، انعام هاشم(٢٠١٨).قياس الوعي الذاتي لدي طالبات معهد الفنون الجميلة للبنات. مجلة كلية التربية الأساسية.٢٤(١٠٢)،٩٧٥- ٩٩٠.

شراب، عبد الله(٢٠١٦).فاعلية الذات وقلق المستقبل وعلاقتهما بالدافعية للتعلم لدي الطلبة ذوي الإعاقة السمعية بمحافظة غزة. مجلة العلوم التربوية ، ٢٨(٣)،٤٠٧-٤٣٠.

عبد الفتاح، ولاء(٢٠١٩).صورة الجسم وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة .لدي عينة من طالبات الجامعة المتزوجات وغير المتزوجات مجلة العلوم التربوية.١٣(٣)،١٠٦-١٢٣.

عبد الكريم، إيمان صادق، الدوري، ريا(٢٠١٠).التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدي طالبات كلية التربية للبنات. مجلة البحوث التربوية والنفسية.٧(٢٧)، ٢٣٩-٢٦٤.

عثمان، فاروق السيد، رزق ، محمد عبد السميع(٢٠٠١).الذكاء الانفعالي مفهومه وقياسه، مجلة علم النفس. ٩(٥٨)، ٢٢٢-٢٣٧.

علي، بشرى محمد(٢٠١٦).التوجه نحو الحياة وفق بعض المتغيرات (دراسة ميدانية على عينة من المدرسات والاداريات والمستخدمات في بعض المدارس الحكومية. مجلة جامعة دمشق.٣٢(٢)،٢٢١-٢٥٤ .

القواقزة، زيد خالد عبد الرحيم(٢٠١٥).الوعي الذاتي وعلاقته بالكفاية الاجتماعية لدي الطلبة في محافظة جرش. رسالة ماجستير. جامعة عمان العربية، الأردن.

ناجي، ناجي محمد، عزيز، تقي بدري(٢٠١٦).الوعي الذاتي لدي طلبة الجامعة .مجلة كلية التربية. الجامعة المستنصرية.ع٤ ،١٥٥-١٨٠.

المراجع الأجنبية:

Bratton, V. K., Dodd, N. G., & Brown, F. W. (2011). The impact of emotional intelligence on accuracy of self-awareness and leadership performance. Leadership & Organization Development Journal.

Burke, K. L., Joyner, A. B., Czech, D. R., & Wilson, M. J. (2000). An investigation of concurrent validity between two optimism/pessimism questionnaires: The life orientation test-revised and the optimism/pessimism scale. *Current Psychology*, *19*(2), 129-136

Condon, R. J. (2011). The relationship between self-awareness and leadership: Extending measurement and conceptualization.

Fritz, R. (2008). *The power of a positive attitude: Discovering the key to success*. AMACOM Div. American Mgmt. Assn.

Goleman, D(1995).Emotional intelligence why it can matter more than IQ, New York: Bantam Books.

Goleman, D(2000).Leadership That gets resulted vary business review ,New York :Bonton Book.

Goleman, D(1998).Working with Emotional intelligence ,New York, :Bantam Book.

Goleman, D(2005).Emotional Intelligence of the second edition, New York :Batman Book.

Goleman, D. (2001). An EI-based theory of performance. The emotionally intelligent workplace: How to select for, measure, and improve emotional intelligence in individuals, groups, and organizations, 1(1), 27-44.

Hashemi, S., & Akbari, A. (2017). Explanation of mediating role of life orientation in relationship between attachment styles dimensions and happiness. *Journal of Psychology*, *21*(2), 167–183.

Kennes, A., Peeters, S., Janssens, M., Reijnders, J., Simons, M., LA taster, J., & Jacobs, N. (2021). Optimism and Mental Health in Adolescence: a Prospective Validation Study of the Dutch Life-Orientation Test-Revised (LOT-RA) for Adolescents. *Psychologica Belgica*, *61*(1), 104.

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health psychology*, *4*(3), 219