وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جـــــامـــعـــة ديـــــــــالى
كـلـيـة الـتـربـيـة لـلـعـلـوم الإنـسـانـيـة
قـسـم الـعـلـوم الـتـربـويـة والـنـفـسـيـة

البصيرة المعرفية وما وراء المزاج وعلاقتهما بالمناعة النفسية لدى طلبة الجامعة

أطروحة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل درجة دكتوراه فلسفة في

(علم النفس التربوي)

من الطالبة

نور فاضل محمود العبادي

بإشراف

الأستاذ الدكتور

هيثم أحمد علي

١٤٤١هـ ٢٠١٩م

﴿وَمَا يَسْتَوِي الْأَعْمَى
وَالْبَصِيرُ * وَلَا الظُّلُمَاتُ وَلَا
النُّورُ﴾

سورة فاطر: ١٩- ٢٠

مشكلة البحث :

إن تعرض الطالب الجامعي لظروف حياتية مختلفة في عدة مجالات فرضت عليه أن يقيم أفكاره وما يمتلكه من معتقدات حول إمكانياته في تجاوز المواقف التي يواجهها (Beck,2004,p325) . وإدراكه للنتائج وبذل الجهود الإيجابية من أجل التغلب على مشكلات الحياة والقدرة على مواجهه أغلب المواقف التي تواجهه والتوافق معها واستقبال الأفكار الجديدة (Aleman,2009,p208) . وإيجاد العلاقة مع ما يمتلكه من أفكار سابقة وبين متطلبات الموقف الذي يواجهه إذ أن الإفراد الذين يعانون من ضعف البصيرة المعرفية يصعب عليهم أدراك الموقف الذي يواجههم وبالتالي يصعب عليهم تكوين هذه العلاقة (Hardy,2004,p69) .

وشعورهم بحالة مزاجية سلبية يؤثر على إدراكهم للمواقف التي تواجههم (Devellis&Patterson,1998:,p239) . فأن ضعف خبرات ما وراء المزاجية المناسبة لدى الفرد قد تعرضه لاضطرابات مزاجية ونفسية عند مواجهته لمواقف صعبة (Palmer&Stough,2003,p159). فتكون بمثابة ردة فعل قد يقوم بها الفرد لتقييم أفكاره التي تقف خلف حالاته المزاجية في حالة سوء مزاجيته تؤدي به إلى حالات انفعالية تؤثر على مرونته في تقييم أفكاره (الجبوري وعطيه ،٢٠١٦،ص١٦) . فالإحداث الحياتية كثيرة ومتنوعة وربما من المؤكد أن يتعرض الفرد خلالها إلى صعوبات ومشاكل وأزمات تتطلب منه اتخاذ الأسلوب المناسب لمواجهتها (Albert&Marton,2012,p108) .

إذ تعرض الطالب الجامعي لصعوبات ومشكلات ومتطلبات حياة متنوعة فرضت عليه أن يستخدم أساليب متنوعة وطرائق متنوعة لمواجهتها حيث يعيش

فـي عـالم سـمته التغييـر المسـتمر فـي أغلـب مجـالات الحيـاة ممـا يصـعب عليـه الانسجام معها ومواجهتها (Dubey&Shahi,2011,p39) .

فالطالـب الجـامعي تواجهـه فـي أثنـاء مسـيرة حياتـه الكثيـر مـن الصـعوبات والضـغوط التـي يمـر بهـا فـي كـل يـوم إذ أصـبح التعـرض للضـغوط سـمة العصـر وأن عـدم مواجهـة الضـغوط لـه تـأثير علـى الصـحة النفسـية للفـرد، وأن مـن الركـائز المهمـة التـي تجعـل الفـرد قويـآ هـي امتلاكـه مناعـة نفسـية تمكنـه مـن مواجهـة المواقـف الصـعبة (Gasy&Gowen,2001,p30) . الطالـب الجـامعي يفتـرض أن يمتلـك مناعـة نفسـية كـي يسـتطيع مواجهـة إحباطـات الحيـاة اليوميـة وبـذل الجهـود الايجابيـة مـن أجـل التغلـب علـى مشـكلات الحيـاة وحلهـا ، والقـدرة علـى مواجهـة معظم المواقف التي يقابلها (زهران ،2003 ،ص١٤).

لـذا فـأن ضـعف البصـيرة المعرفيـة ومـا وراء المـزاج والمناعـة النفسـية لـدى الطالـب الجـامعي تجعلـه يواجـه مشـاكل ومواقـف صـعبة فـي مختلـف مجـالات الحيـاة المتنوعـة يصـعب عليـه التغلـب عليهـا، وتتجلـى مشـكلة هـذا البحـث فـي كونهـا ذات مسـاس عميـق بالحيـاة النفسـية ، ولا سـيما المجـال المعرفـي والوجـداني مـا لهـا مـن تـأثير علـى بقيـة المجـالات الحياتيـة النفسـية الأخـرى ،لـذا تجـد الباحثـة التعامـل مـع الحيـاة بـدون بصـيرة وخبـرات مـا وراء المـزاج تجعـل الطالـب فـي متاهـة وضـعف تركيـز علـى مسـتقبله الأكـاديمي وتشـكل خطـرا علـى علاقاتـه وتعاملاتـه مـع المحـيط الاكـاديمي والاجتمـاعي لـذا فـان عـدم وجـود قـدر ملائـم مـن البصـيرة ومـا وراء المـزاج قـد يـؤدي إلـى التشـديد وعـدم المرونـة فـي مواجهـه المشـكلات والتعامـل معهـا تتحـدد مشـكلة البحـث الحـالي فـي الإجابـة عـن السـؤال الأتـي :معرفـة مـدى امـتلاك طلبـة الجامعـة البصـيرة المعرفيـة ، و مـا وراء المـزاج وهـل لـديهم مناعـة نفسـية وهـل هنـاك علاقة بينهما وبين المناعة النفسية ؟

أهمية البحث :

تعد مواجهة الفرد للمواقف الصعبة أحدى النشاطات التي تميز الإنسان عن غيره من المخلوقات ، تعني أيجاد طريقة لتخطي صعوبة المواقف التي تواجههم ، وتفسير الناتج العملي للذكاء البشري والدالة عليه ، إذ أن التأمل في طبيعة أنشطة الإنسان العقلية في مجالات الحياة المختلفة يظهرعلى أن هذه الحياة بمثابة سلسلة من المواقف التي تتفاوت صعوبتها والتي يسعى الفرد إلى التغلب عليها وتجاوزها (الزغول والزغول ،٢٠٠٣ ،ص٢٦٧) . والوعي المستمر بأفكاره ، أي معرفة الفرد بعملياته الإدراكية (Aleman,2006,p206) . واعتقاده في إمكانياته الذاتية وثقته في قدراته ومعلوماته وامتلاكه المقومات العقلية والمعرفية التي تجعله يواجه الصعوبات التي يمر بها (Amadora,1993,p875) . وقدرته في الوصول إلى الحل معرفياً من خلال تحليل الموقف و أدراك العناصر المتضمنة فيه، وفهمه كلياً معتمداً على الخبرات السابقة وقدراته الذاتية ، ويتأمل الموقف الذي يواجهه ويحلله إلى عناصر ويرسم الخطط اللازمة لفهمه بهدف الوصول إلى النتائج التي يتطلبها الموقف وتقويم النتائج (دعمس ،٢٠١٠،ص ١٢١ –١٢٢) . والتفحص الدقيق للتوقعات وتقييم أفكاره بصورة مستمرة اعتماداً على خبراته ومدى ثقته بأفكاره وتحديد الجوانب الجيدة للمواقف التي تواجهه والتي من الممكن أن يحقق النجاح في التغلب عليها (Amador,2004,p11) .وتساعده في اختيار الأسلوب المناسب للتصدي للموقف الذي يواجهه (Colis,2006,p244) .

إذ أن مواجهته للمواقف الصعبة يتوقف على مدى إدراكه وتقييمه للموقف ومدى صعوبته ، وأن تقييم الموقف يستند على متطلبات الفرد وقدرته وقابليته ومدى معرفته تقنيات التعامل مع هذه المتط(Wernman,1987,p56) .
فالأشخاص اللذين يتمتعون بالبصيرة المعرفية تتنوع أفكارهم ويستخدموها بما

يتناسب مع الموقف الذي يواجههم ، أي لديهم مرونة في تنويع أفكارهم تبعآ لمقتضيات الموقف (Bora,2007,p637) . ويكون الفرد صورة عن إمكانياته العقلية والمعرفية التي تطورت عبر الزمن من خلال مواجهته للمواقف الحياتية وخبراته سابقة التي تفاعل معها تزوده بتصور يحدد توقعاته للنجاح أو الفشل الذي يواجهه عند تعرضه لمواقف وخبرات معينة ، وتعمل هذه بشكل دافع من حيث أن الطريقة التي يفكر بها الفرد ويعتقد ويشعر بها تؤثر في الكيفية التي يتصرف بها ، إذ تشكل هذه المعتقدات المفتاح الرئيس للقوى المحركة لسلوك الفرد ، فالفرد يعمل على تفسير انجازاته بالاعتماد على القدرات التي يعتقد أنه يمتلكها ، مما يجعله يبذل أقصى جهد لتحقيق النجاح (Hasson&others,2006:,p270) .

ويبرز أثر البصيرة المعرفية وفائدتها من خلال مساعدة الفرد في تحديد مقدار الجهد الذي يبذله في نشاط معين ، ومقدار المثابرة في مواجهة العقبات ومقدار الصلابة أمام المواقف الصعبة ، فكلما زاد الإحساس بالكفاءة زاد الجهد والمثابرة (Tysaker,1998,p438) .

فقوة البصيرة المعرفية لدى الطالب الجامعي تساعده في تقييم مخططاته العقلية التي تساعده في مواجهة المشكلات بأساليب متنوعة واختيار الأسلوب الذي يتناسب مع المشكلة التي يواجهها، وهذا يعود إلى مدى قوة الفهم والتفسير وتصوير الحقائق ومتطلبات المواقف التي يواجهها (Warman,2007,p330) .

حيث اقترح أها (Aha,1995) أن البصيرة المعرفية تحدث عندما يكون لدى الفرد استجابة عاطفية قد تمكنه من إعادة تمثيل أفكاره وإيجاد علاقة بين الأفكار التي يمتلكها عند تعرضه للمشكلة (Siegler,2000,p81) . وأشار أوتولز(Ottoselz,1995) إلى أن الفرد الذي يمتلك بصيرة معرفية يستطيع أيجاد علاقة بين متطلبات الموقف والأفكار التي يمتلكها

(Oden&premack,2001,p241) . وأشـــار ســـيفرت Siefert& (Yaniv,1995) . إلـى أن تـوفر المنبهـات الخارجيـة تسـاعده فـي إيجـاد علاقـة متناسـقة بـين متطلبـات الموقـف والأفكـار التـي يمتلكهـا (Siefert,1995,p42) . وتـزداد معرفتـه فـي أيجـاد هـذه العلاقـة كلمـا ازدادت خبرتـه فـي مواجهـة المواقـف الصـعبة عبـر مـرور الـزمن (Ippolito&Tweney,1995,p221) . إذ أشـارت دراسـة كـاو و وانـغ (Koa&Wang,2011) إلـى أن طلبـة الجامعـة لـديهم القـدرة علـى تقيـيم أفكـارهم فـي مواجهـة المواقـف الصـعبة Koa & (Wang,2011,p12-18) . كمـا أشـارت دراسـة (ويرمـان ومـارتن Warman&Martin,2007) إلـى أن هنـاك علاقـة ايجابيـة بـين البصـيرة المعرفيـة و وضوح الوهم (Warman&Martin,2007,p297-299)

إذ يعـد تقيـيم الفـرد لأفكـاره بعـدآ مـن أبعـاد الشخصـية التـي تتمثـل فـي مـدى معرفتـه وثقتـه بقدراتـه علـى مواجهـة المواقـف الصـعبة التـي تواجـه والتغلـب عليهـا ومـا يعتقـده الفـرد حـول إمكانياتـه فـي التعامـل مـع الصـعوبات (زهـران ، ٢٠٠٣ ،ص٣٥) .

فخبـرة مـا وراء المـزاج تجعـل الفـرد يسـعى لتقيـيم الأفكـار والمشـاعر وتنظيمهـا التـي تقـف وراء حالاتـه المزاجيـة عنـد تعرضـه للمواقـف الصـعبة فـأن تقيـيم المـزاج وتنظيمـه يـؤهلان الفـرد إلـى الانتبـاه لأفكـاره ومشـاعره ومعرفـة مـدى ملائمتهـا لمتطلبات الموقف الذي يواجهه (Fernandez&Extremera2008,٢٤) .

فالحالـة المزاجيـة الجيـدة تسـاعد الطالـب الجـامعي علـى تنظـيم أفكـاره ومشـاعره لمواجهـه الأفكـار الصـعبة التـي يتعـرض لهـا (Fitness&Marie,2005,p51). وتجعلـه يسـتطيع مواجهـة المواقـف الصـعبة بأسـلوب يتصـف بالمرونـة (الخالـدي ،٢٠٠٩،ص ٦٣) . إذ أشـارماير سـالوفي (١٩٩٥ , Salovey) إلـى أن

الأفـراد يختلفـون فـي فهمهـم لمشـاعرهم وكيفيـة اسـتخدامها فـي مواجهـة المواقـف المختلفة التي تواجههم (Salovey& Mayer,1988,p103) .

مـاوراء المـزاج مهمـة لانهـا تمـنح الهـدوء والاسـتقرار والتأمـل فـي المشـاعر لـدى الافراد (Extremera&Ramos,2004,p49) .

ويـرى مـاير سـالوفي عـام (Salovey&Mayer ١٩٩٥) أن الفـرد عنـدما ينتبـه ويقـيم حالتـه المزاجيـة الحاليـة يسـتطيع أدراك مشـاعره ويحـدد الأداء الإيجـابي الـذي يتناسـب مـع متطلبـات الموقـف الـذي يواجهـه (Salovey,Mayer,1995,p142) .

فـامتلاك الطالـب الجـامعي سـمة مـا وراء المـزاج تعـد مـن المحـددات الأساسـية لشخصـيته التـي تسـاعده فـي تحقيـق النجـاح فـي التوافـق مـع متطلبـات المواقـف الصـعبة التـي تـواجههم (Salguero,2013,p167) . ويعطـي أهميـة لهـا ويفسـر دائمآ الحالـة المزاجيـة التـي يمـر بهـا ومـدى ملائمتهـا وتوافقهـا مـع الموقـف الـذي يواجهـه (Li&Wa,2002,p204) . فيعـد مـا وراء المـزاج أدراك الفـرد لأفكـاره وحالتـه المزاجيـة أثنـاء مواجهتـه الموقـف حيـث يسـعى إلـى تمتعـه بمزاجيـة إيجابيـه التـي تسـاعده علـى اجتيـاز المواقـف الصـعبة (Fernandez,2004,p54) .

ووعـي الفـرد بمزاجـه يسـاعد علـى معرفـة المشـاعر السـلبية وتحديـد جوانـب القصـور التـي تـؤدي إلـى تغييـرات فـي المـزاج ، كمـا يعـد الـوعي بـالمزاج أسـاس الاسـتمتاع بالحيـاة والتفـاؤل الـذي يمثـل النظـرة الايجابيـة للحيـاة الـذي يمكـن الفـرد فـي الحفـاظ علـى المشـاعر الإيجابيـة ومواجهـة الصـعوبات (الجبوري وعطيه ،٢٠١٦،ص ٦) .

كمـا أشـارت دراسـة (السـيد وصـفوان ،٢٠١٦) إلـى أن طلبـة الجامعـة لـديهم مـا وراء المـزاج و لا توجـد فـروق ذات دلالـة إحصـائية فـي سـمة مـا وراء المـزاج بـين

طلاب العاديين والذين يعانون من صعوبات التعلم من طلبة الجامعة (السيد وصفوان ،٢٠١٦ ،ص٣) .

كما وأشارت دراسة اكستريميرا وسالفيرو وفيرنا (Extremera&Salguer&Ferman,2010) . بأن طلبة الجامعة يتمتعون بما وراء المزاج ، وأن هناك علاقة إيجابية بين ما وراء المزاج والسعادة الذاتية (Extremera&Salguer&Ferman,2010,p509-513) .

وأشارت دراسة كوروستوا وأخرين (Gorostiaga&Otheres,2011) إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون بسمة ما وراء المزاج وان هناك علاقة ايجابية بين الذكاء العاطفي وما وراء المزاج (Gorostiaga&Otheres,2011,p523-595) .

وأشارت دراسة (الجبوري والعطيه ،٢٠١٦) إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون بدرجة مرتفعة من ما وراء المزاج وأن هناك علاقة ارتباطيه عكسية دالة إحصائياً بين ما وراء المزاج والاغتراب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة (الجبوري والعطيه ،٢٠١٦ ،ص١-٣) .

إن قدرة الفرد في تنظيم مشاعره والتحكم فيها وضبطها وتوظيفها بشكل جيد في المواقف الصعبة تحقق له الاستقرار النفسي وتحميه من الوقوع في الاضطرابات النفسية (Szelesne,2006,p2) . ولذلك تعد المناعة النفسية إحدى السمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط (Bandalos,2002,p79) . ويقيم ويختار استراتيجيات المواجهة المناسبة لمتطلبات الموقف الصعب الذي يواجهه (Szelesne,2006:,p130) .

إذ أن فهم الفرد للصعوبات والمشاكل التي تواجهه تساعده على بذل الجهد والمثابرة في تجاوزها (Voitkane,2004,p21) .

فالمناعة النفسية من الخصائص النفسية المهمة للفرد ، كي يواجهه المواقف والإحداث الصادمة والضاغطة المتعددة والمتتالية بنجاح ، ولقد زاد الاهتمام والتركيز في السنوات الأخيرة على المتغيرات الداعمة لقدرة الفرد على الصمود والمواجهة الفاعلة أو عوامل المقاومة ،أي التغييرات النفسية أو البيئية المرتبطة باستمرار السلامة النفسية في مواجهة الظروف القاهرة التي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات والأزمات والتغلب عليها ولذلك فالمناعة النفسية تنشئ جدار دفاع نفسي للفرد يعينه على التكيف البناء مع المواقف الصادمة والضاغطة والمؤلمة ، وتخلق نمطا من الشخصية شديدة التحمل تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من أثارها السلبية ليصل إلى مرحلة التوافق ، وينظر إلى الحاضر والمستقبل بنظرة يملؤها الأمل والتفاؤل وتخلو حياته من القلق والاكتئاب وتصبح ردود أفعاله مثالا للاستحسان . إن الأفراد ذوي المناعة النفسية العالية تكون انفعالاتهم ايجابية وهي بذلك تساعدهم في تبني المصادر النفسية العالية الضرورية للتكيف بنجاح مع المحن والشدائد ، وتساعدهم أيضآ على القيام بوظيفة وقائية للتقليل من آثار المحن والمواقف الصعبة (دواح،٢٠١٨ ،ص٩-١٢) ، ومواجهة الأزمات وتحمل الصعوبات ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر الإحباط (Andersen,2004,p26) .

إذ أشارت دراسة (الأعجم ،٢٠١٣) إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون بالمناعة النفسية و أن هناك علاقة قوية بين المناعة النفسية والمساندة الأجتماعيه (الأعجم ،٢٠١٣ p,١٣-١٠٠) .

وأشارت دراسة لوكاش ومارتون (Lorincz&Martan,2005) إلى أن طلبة الجامعة تتمتع بالمناعة النفسية و أن هناك علاقة متبادلة بين المناعة النفسية والشخصية العاطفية (Lorincz&Martan,2005,p1-4) .

وأشارت دراسة(سلمان وجاني ،٢٠١٥) إلى أن عينة البحث تتمتع بالمناعة النفسية وكذلك وجود علاقة ايجابية قوية بين التوجه الديني والمناعة النفسية (سلمان وجاني ،٢٠١٥ ،ص١٦٣-٢٠٨) . كما أشار شاكتر إلى أن الخبرات المخزونة عند الفرد وحالاته المزاجية تؤثر على تقييمه للمواقف التي يواجهها ،وأن الحالة المزاجية للفرد عملية مستقلة عن غيرها من العمليات المعرفية وغير المعرفية الأخرى ولكن هذا لا يعني بأنها ليست عملية تكاملية إذ لا يمكن أن تعمل بمعزل عن أي عملية أخرى لهذا توجد لها صلة وثيقة بكافة العمليات العقلية المعرفية وغير المعرفية فضلآ على أنها أحد المكونات الأساسية في شخصية الفرد فالشخص ممكن أن تتأثر أفكاره بحالته المزاجية التي يمر بها أثناء موقف معين (يونس ،٢٠١٢ ،ص٢٦١-٢٧٢) .

فعندما يمتلك الأفراد القدرة على تقييم أفكارهم و أدراكاتهم ومشاعرهم وحالاتهم المزاجية التي تساعدهم على تحقيق أفضل مستوى ممكن في مواجهة المواقف الصعبة (Kim,1999,p17) .

فالمناعة النفسية تجعل الفرد يواجه المواقف الصعبة ببصيرة ومرونة ايجابية والتقييم المستمر لافكاره (Schaller,2007,p296) . في مواجهة عدة مواقف في ميادين متعددة تعتمد على مدى الإدراك المعرفي للفرد وبقدراته الذاتية وخبراته السابقة وتقييم أفكاره وتقييم قدراته في مواجهة المواقف (Goldfried,2003,p59) . كما تساعدهم في تنوع أساليبهم المعرفية في تقييم أفكارهم وجعلها تتلاءم مع المواقف التي يواجهونها (Hoffart&Sexton,2002,p 617) .

فالأفراد يختلفون فيما بينهم في طريقتهم لمواجهة موقف ما وهذا الاختلاف يعود إلى اختلاف القدرات المعرفية والحالة المزاجية للفرد وكيفية إدراكه وتفسيره

للمواقف التي يتعرض لها ومدى تقييمه لأفكاره وما يمتلكه من قدرات لتحمل الصعوبات التي تواجهه (Palmey,2003,p156) .

أن استمرار مواجهه الأفراد للمواقف والتعامل معها تولد لديهم مشاعر قوية نابعة من العقل بمعنى أخر فأنهم يعالجون المواقف بخبرات وقوة إرادة تتصف بالمناعة النفسية محكومة بمشاعر تكون بمثابة رؤية لحل المشكلة والتي تعني البصيرة المعرفية وذلك من خلال السيطرة والقدرة على الموقف الذي يمرون به والذي يتأثر بمزاج الفرد وما وراء المزاج من تأمل المشاعر والأفكار (أبو دلو ٢٠٠٩، ص١٩٩) . فالشخص الذي يمتلك بصيرة معرفية إن يستطيع يفسر مشاكله وأزماته تفسيراً يسيراً يبعث في النفس نوع من الطمأنينة والأمن وهذا بدوره ينشط الفرد ويحقق له المناعة النفسية هما الطريق الأمثل للسعادة والشعور بالارتياح والثقة بالنفس وهي الطريق السليم الناجح لحل المشاكل ومواجهة الصعوبات والمواقف المختلفة التي تواجهه (Lysaker,2007,p198) .

إذ أن قوة المناعة النفسية لدى الطالب الجامعي تعتمد عليه في كيفية تقييم أفكاره ومشاعره وثقته بأنه يستطيع أن يواجهه الصعوبات دون الإصابة بالأضرار والإحباط (Schaller&Chen,2010,p650).

وترى الباحثة أن قدرة الطالب الجامعي في تقييم أفكاره ومعتقداته وإدراكه لكيفية استخدامها في المواقف الصعبة عند مواجهتها تجعله يكون أنظمة وانساق عقلية منطقية بين الأفكار التي يمتلكها ومتطلبات المواقف التي يواجهها قد يكون لدى أفكاره طابع تفاؤلي ومزاج ايجابي يسهل عليه أن يتأمل مشاعره ويقومها ويختار منها المناسب للموقف الذي يواجهه وهذا قد يبعث لدى الفرد القدرة والإصرار لمواجهة المشاكل المختلفة دون أن يصاب بالإجهاد النفسي أو ضغط

نفسي وهذا بدوره قد يكون طريق واضح للوصول لحل المشكلة التي يتعرض لها .

ومن هنا تنبثق أهمية البحث الحالي من أهمية المرحلة الجامعية التي تعد ركيزة أساسية لكل مجتمع متحضر التي تقدم للمجتمع الطاقات البشرية المتخصصة التي تسهم في التطور والتقدم الحضاري لكل مجتمع (العتاد ،١٩٩٩ ،ص٨٦٥) . وللمجتمع ركائز عدة تمده بالطاقات البشرية ، وتعد الجامعة في مقدمة هذه الركائز فهي الدعامة الرئيسة التي لا يمكن لأي مجتمع من المجتمعات أن يستغني عنها في تقدمه ونموه ، فهي مؤسسة علمية أكاديمية هدفها إعداد قادة لمؤسسات الدولة وقياداتها العلمية على وفق التخصصات اللازمة لمتطلبات التنمية الشاملة في المجتمع ، وما الجامعة إلا تجربة جديدة للطلبة تختلف عن المراحل التعليمية السابقة التي مروا بها ، والحياة الجامعية لا تخلو من الظروف والمشكلات في مختلف المجالات الأكاديمية والنفسية والتربوية التي يتطلب من أفرادها مواجهتها ، ولهذا اعتنى المختصون في مجال التربية وعلم النفس وغيرهم بدراسة الشباب ولا سيما طلبة الجامعة ودراسة السبل التي تساعدهم في تطور أفكارهم ، لأنهم يشكلون العنصر الأساس والعامل البشري الذي تعتمد عليه الدولة جميعها وتعده عنصراً فاعلاً في تطور المجتمع وحمايته (الدوري ،٢٠١٢ ،ص٦) .

ويمكن إجمال أهمية البحث الحالي بما يأتي :

أولاً :الأهمية النظرية :

- تناولها أحد المفاهيم الحديثة (بحسب اطلاع الباحثة)، وهو مفهوم البصيرة المعرفية لما له من تأثير واضح ومهم في حياة عينة البحث وهم طلبة الجامعة

إذ يتيح لهم الفرصة في فهم وتقييم ما يمتلكونه من أفكار ومعتقدات وإمكانيات يستطيعون بها مواجهة الصعوبات التي تواجههم .

- تعد هذه الدراسة أول دراسة بحسب اطلاع الباحثة توفر إطاراً نظرياً يتناول المتغيرات الثلاثة ، وتوفر تنظيراً غنياً لها ، إذ أن هذه المتغيرات لم تتناولها دراسة عربية ومحلية مع بعضها البعض (حسب اطلاع الباحثة) .
- تناول هذه الدراسة شريحة مهمة من شرائح المجتمع ،وهي طلبة الجامعة بما يشكلونه من نسبة فاعلة وكبيرة في المجتمع .
- أهمية متغيرات الدراسة على شخصية الطالب الجامعي ودورها في توجيه سلوكه .

ثانياً :الأهمية التطبيقية :

- إفادة الباحثين والمختصين من أدوات الدراسة الحالية والتي قامت الباحثة ببنائها على طلبة الجامعة في بحوث أخرى .
- تتيح نتائج الدراسة للباحثين في مجال التربية والإرشاد النفسي في أعداد برامج تنمية البصيرة المعرفية وما وراء المزاج والمناعة النفسية .

أهداف البحث :

أولا : التعرف إلى :

أ-البصيرة المعرفية لدى طلبة الجامعة .

ب-ما وراء المزاج لدى طلبة الجامعة .

ج-المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة .

ثانيا: اتجاه وقوة العلاقة بين :

أ- البصيرة المعرفية وما وراء المزاج .

ب- البصيرة المعرفية والمناعة النفسية .

ج- ما وراء المزاج والمناعة النفسية .

ثالثا : مدى إسهام كل من البصيرة المعرفية وما وراء المزاج في المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة .

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة ديالى من كلا الجنسين (ذكور ، إناث) وللتخصصين (العلمي ، الإنساني) الدراسات الأولية الصباحية للعام الدراسي ٢٠١٧-٢٠١٨ .

تحديد المصطلحات :

-البصيرة المعرفية (Cognitive insight) عرفها كل من :

١- ريزنك (Resink,1987):

نوع من الحديث الذاتي حول العمليات المعرفية المناسبة لمشكلة ما وكيفية تنفيذها وتقويم نتائجها (Resink,1987,p21) .

٢- أها (Aha,1995):

عملية ينتقل فيها الفرد فجاءه من حالة عدم معرفة كيفية حل المشكلة إلى حالة معرفة كيفية حلها (Mayer,1995,p21) .

٣- بيك (Beck,2004):

مرونة الشخص في تقييم الأفكار والمعتقدات(Davidson, ١٩٩٥:p75 &Published)

٤- فان كمب (Van camp,2007) :

القدرة على إعادة تقييم الأفكار والمعتقدات من أجل التوصل إلى استنتاجات مدروسة (Van camp,2007,p13) .

-التعريف النظري للبصيرة المعرفية:

اعتمدت الباحثة تعريف (بيك ،٢٠٠٤) للبصيرة المعرفية لأنه هو تعريف النظرية المتبناة في هذا البحث .

-التعريف الإجرائي للبصيرة المعرفية بأنه :

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب المستجيب من خلال إجابته على فقرات مقياس البصيرة المعرفية الذي اعده لهذا الغرض .

- ثانيا ما وراء المزاج (Meta of Mood) عرفه كل من:

١- سالوفي واخرون (Salovey and et.al,1995) :

ميل الفرد المستمر والنسبي للتأمل في مشاعره وأفكاره التي تقف وراء حالته المزاجية ، وذلك في ضوء انتباه الفرد لمشاعره ووضوحها بالنسبة له ، وما تتضمنه من معتقدات الشخص حول حالته المزاجية السلبية ومحاولة لإصلاحها (Saloveyand et.al,1995,p132) .

٢- انسورج (Ansorge,1996):

اعتقادات واتجاهات الفرد عن انفعالاته وعن نتاج وتتابعات خبراته الانفعالية (Ansorge,1996,p45) .

٣- سترونكمان (Strognman,1996) :

الإدراك والوصف والتقويم ومراقبة الفرد لانفعالاته الذاتية والمحافظة على التوازن بين الانفعالات السلبية والإيجابية (Strognman,1996,p60) .

٤- كوتمان وآخرون (Gottmon, et.al:1996) :

مجموعة منظمة من المشاعر التي يمتلكها الفرد وتجعله على دراية بعملياته المعرفية التي يقوم بها في أثناء المواقف الانفعالية وفي أثناء التواصل الانفعالي مع الآخرين (Gottmon,et.al,p1996:7) .

٥- ماير وسالوفي (Mayer&Salovey,1997) :

القـــــدرة علـــــى إدراك المشـــــاعر وتقييمهـــــا وتوليـــــدها وتنظيمهـــــا (M.Salguero, et.al,2010,p197) .

- التعريف النظري لما وراء المزاج :

وقـد اعتمـدت الباحثـة تعريـف (سـالوفي وزملائـه ١٩٩٥) بوصـفه تعريفـآ نظريـآ وذلـك لتبنيهـا مقيـاس (سـالوفي وزملائـه ١٩٩٥) لكونـه النظريـة المتبنـاة فـي البحـث الحالي .

-التعريف الإجرائي لما وراء المزاج بأنه :

الدرجـة الكليـة التـي يحصـل عليهـا الطالـب المسـتجيب مـن خـلال إجابتـه علـى فقرات مقياس ما وراء المزاج.

-المناعة النفسية (psychological immunity) عرفها كل من:

١- بلوك (Block&Block,1980) :

الدفاع النفسي للأشخاص إزاء الشدائد والمحن (mertans,2003,p14) .

٢- كارميزي (Garmezey,1991) :

قـدرة الفـرد علـى إعـادة بنـاء شخصـيته ،والتغلـب علـى الشـدائد والمصـائب والمحن والتعافي من تأثيراتها السلبية (Garmezey,1991,p344) .

٣- افرل (Averill,1993) :

قـدرة الأشـخاص علـى تحمـل الضـغوط والتمتـع بالخصـائص النفسـية والعقليـة والجسمية الايجابية عند مواجهه المواقف الصعبة (Averill,1993,p286) .

٤- ولبند ويونغ (Wagnild&Young,1993):

مجموعة من العوامل الوقائية في الشخصية التي تحصن الفرد ضد الضغوط (Wagnild&Young,1993,p17) .

٥- لايثر (Luthar,2000):

عملية دينامية تشمل تكيفاً ايجابياً مع المواقف التي تتحدى تحقيق الأهداف (Luthar,2000,p117) .

٦- تيوكد (Tugade,2004):

القوة والإمكانية التي يمتلكها الأشخاص من أجل التوافق والمواجهة الفاعلة والايجابية للشدائد والصعوبات والضغوط النفسية التي تواجه الإنسان (Tugade,2004:,p1990) .

٧- أولاه (Olah,2005):

نظام موحد متكامل الأبعاد الشخصية ، المعرفية ،السلوكية ،الانفعالية ،الاجتماعية والتي تعمل كمصادر مرنة ومقاومة تنمي قدرة الشخص ومقاومته وحصانته النفسية على تحمل الإجهاد والتهديدات والتوتر والضغوط النفسية التي تعترضه ، فهي تعمل كمضادات نفسية من أجل تحقيق التوافق والصحة النفسية (Olah,2005,p31) .

-التعريف النظري للمناعة النفسية :

وقد اعتمدت الباحثة تعريف أولاه (Olah,2005) للمناعة النفسية إذ يعد تعريفاً شاملاً لأكثر النواحي التي تخص المناعة النفسية كما أنها اعتمدت نظرية أولاه (Olah,2005) في بناء أداة البحث .

-التعريف الإجرائي للمناعة النفسية بأنه :

الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب المستجيب من خلال إجابته على فقرات مقياس المناعة النفسية.