وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الموصل /كلية التربية الاساسية
قسم رياض الاطفال/ الدراسات العليا

المتانة العقلية وعلاقتها بصورة الذات(المثالية ـ الواقعية) لدى طلبة الجامعة كأحد تطبيقات التنمية المستدامة

رسالة ماجستير

تقدمت بها الطالبة

سارة اركان حواس فيصل

الى مجلس كلية التربية الأساسية / في جامعة الموصل
وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير
في قسم رياض الاطفال تخصص علم النفس التربوي

بإشراف

الأستاذ المساعد

الدكتور ياسر احمد ميكائيل

١٤٤٨ هـ

٢٠٢٦ م

ملخص البحث :

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على مستوى المتانة العقلية لدى طلبة جامعة، والتعرف على دلالة الفروق المعنوية في مستوى المتانة العقلية لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – انساني) والصف الدراسي (ثاني– رابع) ، كما ويهدف البحث الحالي إلى التعرف على مستوى صورة الذات(المثالية ـ الواقعية) لدى طلبة الجامعة ، والتعرف على دلالة الفروق المعنوية في مستوى صورة الذات(المثالية ـ الواقعية) لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – انساني) والصف الدراسي (ثاني– رابع) ، والتعرف على العلاقة بين المتانة العقلية صورة الذات(المثالية ـ الواقعية) لدى طلبة الجامعة .

إذ بلغت عينة البحث الأساسية (٨٥٠) طالب وطالبة ولكافة المراحل من كلا التخصصين (العلمي– الانساني) و(ذكور– اناث) وقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية من كليات جامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢٥ – ٢٠٢٦).

ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس المتانة العقلية بعد الاطلاع على الادبيات والنظريات والدراسات السابقة فتكون المقياس من (٤١) فقرة بصيغته النهائية ، وتم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس والتحقق من الصدق الظاهري لأداة البحث عن طريق عرضها على مجموعة من المختصين في العلوم التربوية والنفسية والتحقق من صدق البناء ، كما تم حساب الثبات بطريقتين هما الاختبار– إعادة الاختبار ؛ إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (٠.٨٣) وبطريقة الفاكرونباخ إذ بلغت قيمة معامل الثبات (٠.٨٥) .

وقامت ايضاً بإعداد مقياس صورة الذات(المثالية ـ الواقعية)، بعد الاطلاع على الادبيات والنظريات والدراسات السابقة فتكون المقياس من (٢٨) فقرة بصيغته النهائية ، وتم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس والتحقق من الصدق الظاهري لأداة البحث عن طريق عرضها على مجموعة من المختصين في العلوم التربوية والنفسية والتحقق من صدق البناء ، كما تم حساب الثبات بطريقتين هما الاختبار– إعادة الاختبار ؛ إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (٠.٨١) وبطريقة كيودر ريتشاردسون إذ بلغت قيمة معامل الثبات (٠.٨٩) .

وبعد تحليل البيانات احصائياً في برنامج الحقيبة الاحصائية (SPSS) توصلت الباحثة إلى النتائج الآتية : تمتع طلبة جامعة بمستوى مرتفع من المتانة العقلية ، وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسط المتانة العقلية وبين أفراد عينة البحث وفقاً لمتغير (الجنس) ولصالح الاناث ، ولا توجد فروق ذات

دلالة معنوية بين متوسط المتانة العقلية وبين أفراد عينة البحث وفقاً لمتغيري (التخصص والصف الدراسي) ، يمتلك طلبة جامعة صورة الذات فوق المتوسط الواقعية ، وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسط صورة الذات(المثالية ـ الواقعية) وفقاً لمتغير(الجنس– التخصص – الصف الدراسي) وكانت لصالح (الاناث والتخصص الانساني والصف الرابع)، وهناك علاقة ارتباط طردية دالة بين متغيري المتانة العقلية وصورة الذات(المثالية ـ الواقعية) لدى طلبة الجامعة.

وبناءً على النتائج التي توصلت اليها الباحثة أوصت بما يأتي:

١. تعزيز برامج الدعم النفسي والإرشادي في الجامعة بهدف تنمية المتانة العقلية لدى جميع الطلبة، مع التركيز على تطوير استراتيجيات مواجهة الضغوط والتحديات الأكاديمية والشخصية.

٢. تصميم أنشطة وورش عمل تفاعلية تهدف إلى تعزيز صورة الذات الواقعية للطلبة، وتشجيعهم على التعرف على قدراتهم وإمكاناتهم بشكل أكثر وضوحاً وتوازناً.

كما واقترحت الباحثة العديد من المقترحات منها:

١. إجراء دراسة ارتباطية تتناول المتانة العقلية وعلاقته بمتغيرات اخرى (العزيمة ، دافعية الانجاز، الذكاء العاطفي، التحفيز الاكاديمي ، الضغوط النفسية).

٢. إجراء دراسة مماثلة على عينات أخرى مثل (طلبة الدراسات العليا– أساتذة الجامعة– المرشدين– طلبة المرحلة الثانوية).

٣. إجراء دراسة ارتباطية تتناول صورة الذات(المثالية ـ الواقعية) وعلاقته بمتغيرات اخرى (الثقة بالنفس ، التحصيل الاكاديمي، الرضاء النفسي).

Abstract:

The current research aims to identify the level of mental resilience among university students, and to determine the significance of differences in mental resilience levels according to gender (male-female), specialization (scientific-humanities), and academic year (second-fourth). It also aims to identify the level of self-image (realistic-ideal) among university students, and to determine the significance of differences in self-image (realistic-ideal) among university students according to gender (male-female), specialization (scientific-humanities), and academic year (second-fourth). Furthermore, it seeks to understand the nature of the relationship between mental resilience and self-image (realistic-ideal) among university students.

The main research sample consisted of 850 male and female students from all academic years and both specializations (scientific-humanities) and (male-female). They were selected using stratified random sampling from colleges within the University of Mosul during the academic year 2025-2026. To achieve the research objectives, the researcher developed a mental resilience scale after reviewing literature, theories, and previous studies. The scale consists of 41 items in its final form. The psychometric properties of the scale were determined, and its face validity was verified by presenting it to a group of specialists in educational and psychological sciences and confirming its construct validity. Reliability was calculated using two methods: test-retest reliability, yielding a Pearson correlation coefficient of 0.83, and Cronbach's alpha, yielding a reliability coefficient of 0.85.

The researcher also developed a self-image (realistic versus idealized) scale after reviewing literature, theories, and previous studies. This scale consists of 28 items in its final form. The psychometric properties of this scale were determined, and its face validity was verified by presenting it to a group of specialists in educational and psychological sciences and confirming its construct validity. Reliability was calculated using two methods: test-retest

reliability. The Pearson correlation coefficient was 0.81, and the Kuder-Richardson reliability coefficient was 0.89.

After statistically analyzing the data using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), the researcher reached the following conclusions: University students possess a high level of mental resilience. There are statistically significant differences between the average mental resilience score and the research sample based on gender, favoring females. No statistically significant differences were found between the average mental resilience score and the research sample based on major or academic year. University students possess a realistic self-image. There are statistically significant differences between the average (realistic vs. idealized) self-image based on gender, major, and academic year. The results also showed a statistically significant positive correlation between mental resilience and (realistic vs. idealized) self-image among university students.

Based on the researcher's findings, the following recommendations were made:

1. Strengthening psychological and counseling support programs at the university to develop mental resilience among all students, with a focus on developing strategies for coping with academic and personal pressures and challenges.

2. Designing interactive activities and workshops aimed at enhancing students' realistic self-image and encouraging them to recognize their abilities and potential more clearly and comprehensively.

The researcher also suggested several proposals, including:

1. Conducting a correlational study examining mental resilience and its relationship to other variables (determination, achievement motivation, emotional intelligence, academic motivation, and psychological stress).

2. Conducting a similar study on other samples, such as graduate students, university professors, counselors, and high school students.

3. Conducting a correlational study examining self-image (realistic versus idealized) and its relationship to other variables (self-confidence, academic achievement, and psychological satisfaction).

Ministry of Higher Education and

Scientific Research

Mosul University / Basic Education

Kindergarten Section / Graduate Studies

Mental resilience and its relationship to self-image (idealism -realism) among university students

Master's thesis

Submitted by the student

Sarah Arkan Hawas Faisal

To the Council of the College of Basic Education / University of Mosul This is part of the requirements for obtaining a Master's degree Department of Kindergarten, specialization in Educational Psychology

Supervised by

Asst. Prof.

Dr. Yasir Ahmad Michael AL-Abbase

1448 A .H **2026 A.D**