Diyala Journal
for Human Research
Website:
djhr.uodiyala.edu.iq

مجلة ديالى
للبحوث الإنسانية

p ISSN: 2663-7405
e ISSN: 2789-6838

مجلة ديالى للبحوث الإنسانية
العدد (108) المجلد (1) حزيران 2026

الاستثارة الفائقة وعلاقتها بالوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين

Overexcitability and its Relationship to Self-Awareness among Educational Counselors

م.م. علي خضير سعد الفرطوسي
وزارة التربية / المديرية العامة لتربية واسط

م . عقيل كريم علي السعدي
وزارة التربية / المديرية العامة لتربية صلاح الدين

Abstract

The current research aimed to identify the variables of overexcitability and its relationship to self-awareness among educational counselors. This was achieved by determining the significance of differences for each variable according to the governorate (Wasit, Salah al-Din), as well as exploring the correlational relationship between overexcitability and self-awareness among educational counselors. To achieve these objectives, the researchers developed an overexcitability scale consisting of (25) items, and a self-awareness scale consisting of (20) items. The current research sample comprised (200) male and female educational counselors who were randomly selected. The psychometric properties of the aforementioned scales were verified. For data analysis, the researchers utilized the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).

The results indicated that educational counselors possess a good level of overexcitability, while no statistically significant differences were found between the governorates of Wasit and Salah al-Din on the overexcitability scale. Furthermore, the results showed that educational counselors enjoy relatively high levels on the self-awareness scale, with statistically significant differences between Wasit and Salah al-Din governorates in favor of Wasit governorate. Additionally, the findings revealed a correlational relationship between overexcitability and self-awareness among educational counselors. In light of these findings, the researchers formulated a number of recommendations and suggestions.

Email: aliksaad10@gmail.com
akeil9922@gmail.com

Published: 1- 6 -2026

Keywords: الاستثارة الفائقة، الوعي الذاتي، المرشدين التربويين .

هذه مقالة وصول مفتوح بموجب ترخيص
CC BY 4.0
(http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

الملخص

استهدف البحث الحالي التعرف على متغيري الاستثارة الفائقة وعلاقتها بالوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين ، من خلال التعرف على دلالة الفروق لكل متغير وفقاً للمحافظة (واسط ، صلاح الدين) فضلاً عن التعرف على العلاقة الارتباطية بين الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين ولتحقيق الاهداف المذكورة، قام الباحثان ببناء مقياس الاستثارة الفائقة، والذي يتكون من (25) فقرة، وكذلك قام الباحثان ببناء مقياس الوعي الذاتي، والذي تكون من (20) فقرة، وقد تكونت عينة البحث الحالي من (200) من المرشدين والمرشدات ، والذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، وتم التأكد من الخصائص السيكومترية للمقاييس المذكورة، ولغرض تحقيق اهداف البحث استعمل الباحثان الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss)، كما ان نتائج البحث وضحت بأن المرشدين التربويين يتمتعون بمستوىً جيداً من الاستثارة الفائقة، بينما لا توجد فروق دالة احصائياً بين محافظتي واسط وصلاح الدين على مقياس الاستثارة الفائقة، فضلاً عن تمتع المرشدين التربويين بمستويات مرتفعة نسبياً على مقياس الوعي الذاتي، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين محافظتي واسط وصلاح الدين على مقياس الوعي الذاتي ولصالح محافظة واسط ، اضافة الى النتائج التي تبين وجود علاقة ارتباطية بين الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين، وفي ضوء ما ذكر اعلاه وضع الباحثان عدداً من التوصيات والمقترحات .

مشكلة البحث:

تعد الاستثارة الفائقة من المفاهيم الأساسية في العلوم النفسية ، التي تشير إلى مستوى التنشيط الفسيولوجي والمعرفي الذي يؤثر في الانتباه والأداء، لذى واستجاب الفرد للمثيرات البيئية؛ وتشير هذه الأدبيات إلى أن الأداء المعرفي لا يتحسن بصورة خطية مع زيادة الاستثارة، بل يعتمد على توازن دقيق بين التنشيط والانفعال، وهو ما يُفسَّر هذا من خلال قانون يركس– دودسون، حيث يبلغ الأداء ذروته عند مستوى متوسط من الاستثارة [1]

لذلك ان الأفراد يحققون أفضل أداء عندما يكون مستوى الاستثارة لديهم معتدلًا، في حين أن المستويات المرتفعة جدًا تؤدي إلى الانهيار المعرفي [2] وتعد القدرة على تنظيم الاستثارة مهارة أساسية للتكيف النفسي ويمكن تطويرها من خلال التدريب المعرفي وتقنيات الاسترخاء. [3]

وقد اشارة دراسة (عبد الحميد 2021) الى وجود ارتفاع بمستوى الإستثارات الفائقة في جميع الأبعاد الفرعية ماعدا الاستثارة الفائقة الحسية لكونها ذات مستوى متوسط ، وكذلك بيَّنت النتائج وجود فروقات ذات دلالة إحصائية في نمط الاستثارة الفائقة الانفعالية لصالح الإناث، ونمط الاستثارة الفائقة النفس حركية لصالح الذكور، ولا توجد فروق دالة إحصائياً في أنماط الاستثمارات الفائقة (الحسية، العقلية،

التخيلية) كما بيَّنت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الإنجاز الأكاديمي وأنماط الإستثارات الفائقة [4] قد ينعكس سلباً على الاستقرار النفسي للفرد ويضع عليه ضغوطاً إضافية، تبرز الحاجة إلى آليات معرفية لضبطها؛ وهنا يظهر "الوعي الذاتي" كعامل حاسم في إدارة هذه الاستثارات الفائقة لطالما اعتبر الباحثون الوعي الذاتي وسيلة أساسية للتخفيف من الضيق النفسي ومسارًا للتطور الذاتي؛ إذ أكد Fenigstein et al. (1975) أن الوعي بالذات يمثل "أداة وهدفًا في آنٍ واحد". كما أظهرت المراجعات الحديثة أن الوعي الذاتي هو يمثل الدور المحوري الذي يؤدية الوعي الذاتي في تحسين مؤشرات الصحة النفسية ورفع التدخلات العلاجية وتأثيرها . [5]

ولا يقتصر مفهوم الوعي الذاتي على الصحة النفسية، بل يمتد إلى الأداء والمثابرة، حيث يسهم في تعزيز قدرة الفرد على مواجهة الضغوط وفهم العلاقة بين جهوده ونتائجه، مما يعزز مرونته النفسية لدى الفرد [6] كما أن معرفة الفرد بذاته تساعده على ضبط انفعالاته وتنمية مهاراته الاجتماعية[7] وهو ما يتفق مع طرح Daniel Goleman بأن الوعي الذاتي يمثل أساس الذكاء الانفعالي [8].

ومن الناحية النظرية، يرى Duval & Wicklund (1972) أن الوعي الذاتي هو تمثيل لعملية تقييم مستمرة يقارن فيها الفرد بين حالته الراهنة ومعاييره، مما يدفعه إلى تعديل سلوكه [9] وقد أظهرت الدراسات أن الأفراد ذوي الوعي الذاتي المرتفع يمتلكون قدرة أكبر على التكيف وإدارة الضغوط [10]

"أشارت نتائج دراسة (Esentas et al,2017 إلى أن تدني مستوى التواصل مع الآخرين، وضعف الروابط الاجتماعية والصداقات، ,والابتعاد عن العمل الجماعي، بالإضافة الى عدم الشعور بالمسؤولية وانخفاض الثقة بالنفس والابتعاد عن العمل التطوعي، كلها هذه العوامل تؤدي إلى إعاقة تنمية الوعي الذاتي لدى الأفراد [11]

وفي هذا الإطار، ترتبط الاستثارة الفائقة بالوعي الذاتي ارتباطًا وثيقًا؛ إذ إن مستوى الاستثارة يؤثر في قدرة الفرد على الانتباه لحالته الداخلية؛ وان المستوى المعتدل من الاستثارة هو يعزز من الوضوح والإدراك الذاتي، بينما تؤدي المستويات المرتفعة أو المنخفضة إلى إضعاف هذا الوعي نتيجة القلق أو التشتت. كما أن الاستثارة ترتبط بزيادة التوتر الفسيولوجي، مما يضعف العمليات المعرفية المرتبطة بالوعي [12]

وان مشكلة أن الوعي الذاتي لدى المرشدين لا تعمل بمعزل عن مستوى الاستثارة الفائقة ؛ بل ان المرشد هو ذو الاستثارة المعتدلة يكون أكثر قدرة على إدراك حالاته النفسية وتنظيمها، بينما قد تؤدي الاستثارة المرتفعة إلى التوتر والانفعال الزائد، اما الاستثارة المنخفضة تؤدي إلى ضعف الانتباه، مما ينعكس سلبًا على أدائه المهني. وهناك دراسات تشير إلى أن تنظيم الانفعال والاستثارة يسهم في تحسين الأداء

المعرفي واتخاذ القرار [13] لذا اشارة دراسة عبد العزيز (2022) ان الإهمال النفسي للمرشدين التربويين يؤثر سلباً على أدائهم، وأن الاستثمار في دعمهم المهني والنفسي يعد امرا أساسية لتحسين البيئة المدرسية بأكملها. [14].

لذلك أن الاستثارة الفائقة تؤثر في كيفية إدراك المرشدين التربويين للمواقف الإرشادية وصياغة استجاباتهم المهنية. وبما أن المرشدين ذوي الاستثارة الفائقة المرتفعة غالبًا ما يتميزون بنشاط معرفي أكبر، فقد برزت الحاجة إلى دراسة العلاقة بين الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي لديهم، للكشف عن طبيعة هذا التأثير ودوره في تحسين جودة العملية الإرشادية داخل المؤسسة التعليمية."**تتحدد مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن التساؤل الآتي: ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين؟"**

أهمية البحث :

تعد الاستثارة الفائقة عاملاً مهماً في تطوير شخصية المرشد وتكاملها، إذ تساهم في إتاحة الفرصة لطاقته العقلية بالظهور والنمو، وهناك علاقة بين الاستثارة الفائقة والذكاء والتفكير، كونها تعد محركات ودوافع الاساسيه للمشاركة بشكل فعال لمواجهة المواقف في حياتهم اليومية [15]

ويؤكد (Ackerman, 2009) ان الاستثارة الفائقة تساهم في وجود ما يسمى بالإمكانات التنموية (التطورية)، والتي تساهم في تطوير الإبداع والابتكار، إلى جانب الخبرات والمتمثلة بالذكاء والمواهب والقدرات لدى المرشدين ، لحقيق النمو المنشود لشخصية الفرد [16]

وقد اوضحت نتائج هذه الدراسة التي أجراها كل من (Falk, Silverman, & Piechowski, 1997) أن المستويات المرتفعة من الاستثارة الفائقة تمثل دافعاً جوهرياً ليعزز من كفاءة المرشد النفسي على تحقيق تلك المستويات متقدمة من التميز المهني والتدفق الإبداعي في بيئة العمل [17]

لذا إن الوعي هو جزء من النفس لمعرفة الذات والانتباه إليها، وتمثل الذات الواجهة الشخصية، لأنها الجزء الواعي الذي يتعامل مع العالم الخارجي، لذلك تتولى عملية التفاعل الاجتماعي ومهمتها هي الإدراك والتفكير والإرادة والتلاؤم والتكامل الشخصي والاجتماعي، التي تدرك وظيفة الذات بحيث تدرك من الأعمال والنتائج وتفكر فيهما، وقدرتها على التفكير تمكنها من التنبؤ بأحداث تقع فعلاً، وهي التي تضع الحلول المختلفة لمشكلات التوافق مع تجنب المواقف المؤلمة قدر المستطاع [18].

وقد اشارة نتائج دراسة الخالدي (2021) عن وجود مستوى من الوعي الذاتي لدى طلاب المرحلة الثانوية، كما أظهرت النتائج أيضاً وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الوعي الذاتي والتوافق النفسي لدى عينة من الدراسة. [19].

وإن والوعي الذاتي للمرشدين التربويين يجعلهم قادرين على اتخاذ القرارات والأساليب الإرشادية المناسبة واستخدام أنماط سلوكية ومعرفية متعددة تساعدهم على حل المشاكل الإرشادية للطلبة، بحيث يستطيع المرشد التربوي أن يستبصر حالة الصراع التي تحدث داخله، سواء بين حاجاته ومطالبه الذاتية أو بين المعايير الاجتماعية أو بين الدوافع والضوابط والقيم الأخلاقية او بين ضغوط العمل في المدرسة، بحيث يشعر المرشد بها ويكون واعيًا بها، وقادرًا على التعامل معها والتغلب عليها، ومن خلال عمل الباحثان كمرشدين تربويين في المدراس، فضلًا عن تواصلها المستمر مع المرشدين التربويين العاملين في المدارس الاخرى والتي تجمعنا من خلال الندوات والدورات التربوية وجدت ان المرشد التربوي يتمتع باستثارة عقلية ووعي ذاتي للسيطرة على صراعاته الداخلية والقدرة على مواجهة ضغوط العمل.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالمرشدين التربويين العاملين في مديريات تربية واسط وتربية صلاح الدين للعام الدراسي 2025-2026.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

1- التعرف على مستوى الاستثارة الفائقة لدى المرشدين التربويين.

2- التعرف على الفروق في الاستثارة الفائقة لدى المرشدين التربويين في محافظتي واسط و صلاح الدين .

3- التعرف على مستوى الوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين .

4- التعرف على الفروق في الوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين في محافظتي واسط و صلاح الدين.

5- التعرف على العلاقة بين الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين .

تحديد المصطلحات:

اولاً :الاستثارة الفائقة: عرفه كل من

دابرويسكي (Dabrowski, 1972):

هو عباره عن استجابة فسيولوجية متزايدة للمؤثرات الحسية ناتجة عن زيادة حساسية الخلايا العصبية والتي تظهر على شكل استثارات عالية (نفس حركية، وحسية، وتخيلية، وانفعالية، وعقلية) وهذه الاستثارات يعبر عنها من خلال الشدة او الحدة في الاستجابة على شكل رد فعل كبير على المثيرات الداخلية والخارجية يمكن ان ينظر اليها ايجابيا في تطوير الامكانات والاستعدادات الفردية (20).

بيجوبسكي (Piechowski, 1991):

تعزيز وتكثيف النشاط العقلي بشكل يتجاوز المألوف [21].

التعريف النظري :وقد تبنى الباحثان تعريف (Dabrowski, 1972) تعريفاً نظرياً لأنها النظرية المعتمدة في بناء المقياس.

- **التعريف النظري:** تبنى الباحثان تعريف (دابرويسكي 1972) في بناء المقياس وتفسير النتائج.
- **التعريف الإجرائي:** هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات مقياس الاستثارة الفائقة الذي قام الباحثان ببنائه.

ثانياً :الوعي الذاتي Self – Awareness :

Sutton, A. (2016)

الوعي الذاتي هو عملية تلقائية نقارن من خلالها أفعالنا الحالية بمعاييرنا الداخلية، ونجري تغييرات عند الضرورة لتقليل التناقض . [22]

Buss(1980)

هو قدرة الفرد على توجيه الانتباه نحو الذات أو خارجها – اتجاه البيئة – وإن هذا التوجيه الانتباهي يسبب حالة من التقويم الآني [23].

التعريف النظري: تبنى الباحثان تعريف Buss في بناء المقياس وتفسير النتائج.

التعريف الإجرائي : الدرجة التي يحصل عليها المرشد التربوي على مقياس الوعي الذاتي.

المرشد التربوي Educational Counselor :

أحد أعضاء الهيئة التدريسية والتعليمية والمؤهل لدراسة مشكلات الطلاب ومن هذه هي مشكلات التربوية والصحية والاجتماعية والسلوكية لجمع المعلومات التي تتصل بهذه المشكلات سواء أكانت هذه المعلومات متصلة بالطالب أو بالبيئة المحيطة به لغرض تبصيره بمشكلاته ومساعدته على أن يفكر في الحلول المناسبة لها [24]

الاطار النظري

ان الاستثارة الفائقة هي رؤية شاملة ومتعددة الجوانب تهدف بشكل أساسي إلى استكشاف السمات النوعية التي تميز شخصية الفرد في طريقة تفاعله مع الأحداث والتجارب الحياتية المتنوعة، حيث تبرز هذه الاستثارة عندما تتجاوز ردود الفعل الأنماط المعتادة أوالمتوقعة لدى الشخص الطبيعي، مما يجعل هذه الحدة في الاستجابة بمثابة مؤشر إيجابي يعزز من فرص تنمية وتطوير القدرات الفردية الكامنة،[25].

تعتبر الاستثارة الفائقة في أصلها مزيجاً من الانفعالات النفسية والفطرية التي تلازم الفرد منذ بدايات تكوينه ونموه، حيث تعكس امتلاك الشخص لسمات وقدرات عالية تجعله أكثر استجابة للمنبهات

المتنوعة، وهو ما يقوده نحو بلوغ مراتب متقدمة في تكامل شخصيته وتطورها. وتظهر هذه الحالة من خلال مظاهر شتى، مثل الارتقاء بمستوى الوعي الذاتي، ورهافة الحس، وعمق التأثر الوجداني، مما يوجد فوارق جوهرية وملموسة في أسلوب معيشة هؤلاء الأفراد وفي طبيعة التجارب الغنية التي يمرون بها [26]. كما أنها تمثل دلالة قوية على اتساع الآفاق التطورية لدى الفرد، مع الإشارة إلى أن الوصول لمراحل النمو المتقدمة ليس متاحاً للجميع بذات القدر، ولكن حينما يجتمع التميز العقلي والقدرة العالية مع الاستثارة الفائقة، يصبح من الممكن توقع تحقيق معدلات استثنائية من الارتقاء والنضج [27]

النظريات المفسرة الاستثارة الفائقة

نظرية معالجة المعلومات :

تقدم نظرية معالجة المعلومات تفسيرًا معرفيا كاملا للاستثارة العقلية، حيث تفترض أن معالجة المعلومات تمر بعدت مراحل تبدأ بالانتباه، وهو عملية تعتمد بشكل أساسي على مستوى الاستثارة. فكلما كان الفرد في حالة استثارة مناسبة، زادت قدرته على استقبال المعلومات ومعالجتها بكفاءة، بينما يؤدي انخفاض الاستثارة إلى ضعف الانتباه والإدراك، مما يؤثر في الأداء المعرفي بشكل عام [28].

نظرية دابروفسكي المتبناة في البحث الحالي لمتغير (الاستثارة الفائقة)

وفقا لنظرية دابروفسكي (1972) فان الاستثارة الفائقة هو نمط متزايد في تفسير نمو الشخصية الإنسانية، ولا تتعامل مع مكونات معينة من النمو البشري أو مع الحاجات البشرية الأساسية كما هو الحال في بقية النظريات الأخرى لكنها بطبيعة الحال تعالج وبشكل مباشر طبيعة عملية النمو والتطور، فالصراعات النفسية والعصبية التي يُعتقد أنها تؤثر سلباً في تطور الشخصية الإنسانية تؤدي من وجهة نظر دابروفسكي إلى انقسامات ايجابية في البناء النفسي للفرد و وكذلك شخصية الإنسان، خاصةً عند الأفراد الذين يمتلكون استعدادات وإمكانات تطورية مرتفعة [29]، وأوضح دابروفسكي أن الألم والاكتئاب لدى الفرد تؤدي إلى الصراع الداخلي عنده ، وإن هذه المفهوم هو الصراع الذي يُعدّ من الاسس النظرية المهمة لنظرية الانقسامات الايجابية مستندا الى قاعدة اساسية ترى أن الفرد يكون مترددا في افصاحه عن مشاعره الذاتية . [30]

ويدل مصطلح الاستثارة على رد فعل إنساني قوي يتجاوز المحفزات أو أقوى من المعتاد، والفرد الذي يمتلك قدرات زائدة قوية سوف تكون خبراته أكثر ثراء ويتم معالجتها بشكل أكثر تعقيداً من الأفراد الآخرين. تبين نظرية Dabrowskian أن الأفراد الذين يمتلكون مستويات عالية من الاستثارة الفائقة يمتلكون مستويات أعلى من العاديين في التطور العاطفي والأخلاقي والقدرة الفكرية، كما يتميزون بطبيعتهم الحساسة ومثابرتهم الكبيرة وطاقاتهم العالية على الإنجاز . [31]

وقد حدد Dabrowskian خمس مجالات في نظرية على النحو التالي:

1. **الاستثارة نفسية حركية** :يشير إلى فائض الطاقة وقد يشمل سلوكيات مثل الحماس المفرط، وسرعة الكلام، والتصرفات الاندفاعية، والتنافسية، وإظهار سلوكيات القلق، والتصرفات القهرية.
2. **الاستثارة الحسية** :يتميز هذا النوع من الحياة بالسعي وراء المتعة من خلال الحواس مثل التذوق والشم. وقد يختبر المرء تعزيز المحفزات، مثل السعي لجذب الانتباه أو الإفراط في تناول الطعام، أو قد يلجأ المرء إلى الابتعاد عن المؤثرات الخارجية، مثل إزالة الملصقات من ملابسه أو ارتداء سدادات الأذن.
3. **الاستثارة الفكرية** :يرتبط بالسعي وراء المعرفة والحقيقة من خلال التساؤل والاكتشاف والتحليل.
4. **الاستثارة الخيال** :يتميز هذا النوع الأدبي بأحلام اليقظة، والتخيل، والدراما، واستخدام الصور والاستعارات.
5. **الاستثارةالعاطفية** :يتميز بمستوى مكثف من العلاقات الشخصية مع الناس والأشياء والأماكن ومشاعر التعاطف تجاه الآخرين . (32)

لذا فإن الأفراد ذوي الاستثارة الفائقة يتسمون بأنهم يمتلكون عقولًا نشطة، وكذلك لديهم رغبة بالحصول على المزيد من المعرفة، وحب الاستطلاع، والفضول، كما يتسمون بالقدرة على التركيز، والقدرة على التفكير النظري، والاهتمام بالمشاكل النظرية، فالقدرة على تصور الأحداث واستعمال الصور والمجاز في التعبير اللفظي ومضاهاة الصور والانطباعات والابتكار والوعي المتزايد والتفكير السحري أو الخرافي وخلط الحقيقة والخيال والخوف من المجهول، وقلق التوتر العاطفي عن طريق الخيال. لذلك ان ارتباط الاستثارة الفائقة بمظاهر فكرية مكثفة ونشاط عقلي متسارع يتعلق بالسعي من أجل الفهم والاستقصاء وفهم المجهول وحب الحقيقة، وتجلب الاستثارة الفائقة في وجود حاجة ملحوظة للبحث عن الفهم والحقيقة واكتساب المعرفة وتحليلها وتوليفها، إن الذين يمتلكون استثارة عقلية فائقة هم فضوليون كثيرًا، وغالبًا ما يكونون قراء متعطشين، ويحرصون على الانتباه والتركيز والمشاركة في جهد فكري طويل الأمد،(33)

الوعي الذاتي :

وفق لنظرية باس يعد مفهوم الوعي الذاتي من الموضوعات المهمة والكبيره في مجالات علم النفس وهناك الكثير من النظريات العلمية والنفسية التي تضع المبادئ والمفاهيم الاساس التي تفسر الظواهر النفسية، وأما عن منظومة الذات فالحديث عن الذات يتضح لنا عبر البحث والاطلاع على نتاجات الفلاسفة والمفكرين وعلماء النفس، حيث أن هناك أهمية كبيرة لفهم النفس والوعي النفسي والوجودي للذات الشخصية للفرد ، وتقييمها وتقبل الحقائق المتعلقة بقدرات الانسان على نحو موضوعي واحترامه لمبدأ الفروق الفردية التي تميزه عن غيره من الناس (34)

وأن البحث عن اجهزة الوعي ليست هدفاً في حد ذاته وانما هي خطوة للتعرف على نشاط الفرد واهدافه واحداث ارتباط بين بيئة الفرد الداخلية والخارجية [35] ومن ابرز مؤسسي الاتجاه الوظيفي الفيلسوف وعالم النفس وليم جيمس حيث أعتقد بدراسة بعض الظواهر النفسية ودراسة الآراء والافكار الا أنه عاد واعترض عليها ، حيث عدها مدخلاً خاطئاً لدراسة الظواهر النفسية، وقد اقترح أنموذجاً لتقييم الذات على اساس مكوناتها وعملياتها التكوينية، وميز بين الجزء الخاص Private والجزء العام public للذات، فقد تضمن المفهوم الأول ادراك الفرد لعملياته الذاتية اي الداخلية، أما المفهوم الثاني هو ادراك الفرد الناجم عن تلقيه لتقويمات الاخرين له. [36]

وأكد باندورا ، ١٩٧٧ على ضرورة الربط بين الوعي الذاتي الانفعالي والفاعلية الذاتية ، حيث أنهما تساعدان الفرد على تأدية السلوك المناسب فالأفراد الذين لديهم مستوى عالٍ من الوعي الذاتي والفاعلية الذاتية يستجيبون على نحو أفضل من غيرهم في بعض المواقف التي يوجهونها [37] .

النظريات المفسرة للوعي الذاتي :

- **نظرية كانمان :**

وفق لنظرية كانمان ان هناك فرق بين نوعين من معالجة المعلومات المعرفية في الدماغ الفرد هما الحدس والتعقل ، لذلك يرى ان الحدس يتسم بكونه سريعا واليا ومرتبطا ارتباطا وثيقا بالمشاعر المتضمنة بالتفكير ، وهو مبني على العادات وتقاليد التي اعتاد عليها الفرد ، ولذا من الصعب تغييره هذه، بينما يرى النوع الثاني من التعقل بطا واقل ثباتا ويتعرض للأحكام الواعية والمزاجية ، و يرى ان الوعي الذاتي يعني وصول الفرد الى ادراك المعنى الواسع للأفكار التي يمتلكها الفرد ، مثل مدى متابعة الفرد لا داءه في مهمة ما وهو التنظيم الذاتي ، وفهمه لقدراته الشخصية في مهمة عقلية وكذلك القدرة على تطبيق الخطط المدركة [38] .

- **نظرية باس (Buss1980)** المتبناة في البحث الحالي لمتغير (الوعي الذاتي)

ان تتميز نظرية ارنولد باس(BUSS-1980) للشعور بالذات الخاصة ، محورين أساسيين هما:

1. **لذات الحسية مقابل الذات المعرفية :** اشار (باس) في نظريته الى مدى أهمية التمييز بين الذات الحسية المبكرة والبسيطة ، والذات المعرفية المتقدمة ، وحاول ايضاً التمييز بين الجوانب الخاصة والعامة للذات، حيث أكد أنه لكل فرد ذاتاً خاصة ومستقلة عن غيره ، فأن الذي يحدث للشخص ليس اكثر اهمية من الذي يحدث للآخرين، اذ أنه اكد على الخلفية العلمية للاستدلال على الذات اكثر من التخمينات الشخصية والافكار ، لذا فوجد أن المجموعة الأولى من الحقائق تشير الى الذات على أنه من الاحداث الحسية ، فالفرد يكون على وعي Aware ومعرفة تامة بحدود جسمه Body boundaries وباستطاعته المميزة بين التغيرات التي تكون داخل الجسم وخارجه ، بحيث يكون جزءاً فعالاً من الفرد ،

والجزء الاخر منه غير فعال ، هنا الفرد يستطيع أن يمايز بين (أنا Me) و (لست انا No me) ، وهو اساس الاستدلال على الذات [39]

2- الذات الخاصة مقابل الذات العامة : يقضي الاشخاص كثيراً من الوقت في لفهم البيئة وأدراكها ، حيث تتوجه احاسيس الشخص الاكثر حدة نحو البيئة المحيطة بهم ، ولكن عندما يوجه انتباههم الى ذواتهم ما الذي يلحظونه ؟ فأجاب BUSS في نظريته على ذلك بأجابتين ومهمين وهما الجانب الخاص والجانب العام فقط.

فالجوانب الخاصة (Private) يمكن للشخص ملاحظتها عندما يمر بخبراتها وحده، فالشخص فيها هو الذي يعبر عن تجربته بنفسه ويخبر عنها ، وهذا لا ينكر احتمالية استدلال الاخرين على ما يمر به الشخص من خبرة داخلية ، **(اما الجوانب العامة Public)** يكون متاح للجميع ويمكن مشاهدتها بسهولة وذلك عبر الطريقة التي يظهر بها الفرد للآخرين ، وهو ايضاً يستطيع ملاحظة هذه الاشياء نفسها ، وكأنها من منظوره الخاص لكون هذه الجوانب ظاهره تماماً [40].

*** مكونات الشعور بالذات الخاصة :**

ان الشعور بالذات الخاصة يقصد بها تركيز انتباه Attention الفرد على الجوانب الداخلية وغير المشتركة لذاته، ووضع باس BUSS مكوناتها وقام بتصنيفها على شكل سلم يبدأ بالمثيرات الجسمية وينتهي بالتأمل وذلك لغرض التنظيم ، فالشخص وحدة يحس بالأحداث الجسمية فضلاً عن حالات أخرى صعبة وغامضة وغير مدركة من شخص اخر كالمديح والانفعال والسعادة، وبأستثناء التعابير الفسيولوجية او ان يتم وصفها من قبل الفرد نفسه ويتم نقلها للأخرين بحيث يكون ذلك الوصف ضعيف ، فهذا الوصف للذات الخاصة هو الاستبطان والتأمل الذاتي، وفيها تنشأ لدى الفرد احلام اليقظة لانجاز شيء معين ، أو يقوم باحترام ذاته وتقييمها ، وقد يتعجب الفرد بخصوص ما هو عليه ، ويضع التخمينات بخصوص الهوية الحالية والتي هي هويته المستقبلية [41].

وفي هذا المجال وضح باس ان سمة الشعور بالذات الخاصة تتم عن طريق احداث المسببات الخاصة ، فالتركيز على الذات في هذه الحالة يكون لمدة وجيزة نتيجة المثيرات المحيطة التي تؤدي الى اثارة الانتباه ، فالوعي الذاتي اذن ما هو الا حالة عابرة ، فالتمييز بين الميل والحالة العابرة يكون اسهل من تذكره[42].

واشار BUSS الى أن هناك مجالين من الوعي الذاتي وهما :

الأول: الوعي الذاتي الخاص ، الذي يقصد به الحالة العابرة من الانتباه الى الجوانب الداخلية والخارجية والتي تتكون منها الذات الخاصة ، وهذا يعني ان الفرد يكون مركزاً شعوره وانتباهه على الجوانب الداخلية وغير المشتركة .

الثاني: الوعي الذاتي العام او ما يسمى الخارجي او البيئي عند (باس)، ويقصد به أن يكون انتباه الفرد مركزاً نحو ذاته بوصفة موضوعاً اجتماعياً، أو الانتباه الذي يتركه الفرد لدى الآخرين عندما يكون هو موضوعاً اجتماعياً في مكان عام يراه فيه الاخرون وينتبه اليهم، بحيث تسهم تأملاته وانفعالاته ومشاعره في تكوين الذات واختبارها في بعض المواقف الاجتماعية [43]

منهجية البحث وإجراءاته :

تضمن هذا الفصل منهج البحث والاجراءات التي اعتمدها الباحثان لتحقيق اهداف البحث وكذلك يتضمن تحديد مجتمع البحث واختيار عينة البحث واداة البحث

اولآ : مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث الحالي من المرشدين والمرشدات التابعين لمديريات التربية في محافظتي واسط وصلاح الدين للعام الدراسي(2025 – 2026)، ووفقا لذلك فقد تكون مجتمع البحث الحالي من المرشدين التربويين الذين يمارسون مهنة الارشاد التربوي، والذين بلغ عددهم(882) مرشداً ومرشدةً موزعين بحسب الجنس (ذكور، اناث)، وتم الحصول على الاحصائيات من شعبة التخطيط في مديريات التربية في واسط وصلاح الدين، **والجدول (1) يوضح ذلك.**

ت	مجتمع البحث		المجموع
	ذكور	اناث	
واسط	171	251	422
صلاح الدين	247	213	460
المجموع	418	464	882

ثانيا : عينة البحث :

ان عينة البحث جزئية مسحوبة من المجتمع الإصلي ، لذلك يجب ان تحتفظ عينة البحث بجميع خصائص المجتمع الاصلي الذي سُحبت منه، لذا قام الباحثان بسحب العينة بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث ، وبذلك بلغ عدد افراد العينة (200) مرشداً ومرشدةً ، وبواقع (100) من تربية واسط ، و(100) من تربية صلاح الدين ، اخُتيروا بالطريقة العشوائية . وجدول (2) يوضح ذلك.

الجدول (2)عينة البحث موزعة حسب المحافظة

ت	عينة البحث		المجموع
	واسط	صلاح الدين	
المدية العامة لتربية واسط وصلاح الدين	100	100	200

ثالثا : اداة البحث

لغرض تحقيق اهداف البحث قام الباحثان ببناء مقياس الاستثارة الفائقة لدى المرشدين التربويين ، ومقياس اخر يخص الوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين.

اولاً: مقياس الاستثارة الفائقة : لغرض الوصول الى اهداف البحث، قام الباحثان ببناء مقياس الاستثارة الفائقة لدى المرشدين التربويين، وفقاً لنظرية (Dabrowskian,1972) ، وذلك لتعذر الحصول على مقياس يناسب عينة البحث المتمثلة بالمرشدين التربويين. وقد مرَ بناء مقياس الاستثارة الفائقة لدى المرشدين التربويين بعدد من الخطوات الا وهي:

تم تحديد مفهوم المقياس(الاستثارة الفائقة)هو عباره عن استجابة فسيولوجية متزايدة للمؤثرات الحسية ناتجة عن زيادة حساسية الخلايا العصبية والتي تظهر على شكل استثارات عالية (نفس حركية، وحسية، وتخيلية، وانفعالية، وعقلية) وهذه الاستثارات يعبر عنها من خلال الشدة او الحدة في الاستجابة على شكل رد فعل كبير على المثيرات الداخلية والخارجية يمكن ان ينظر اليها ايجابيا في تطوير الامكانات والاستعدادات الفردية [44].

– **صياغة فقرات المقياس:** بعد تحديد مفهوم(الاستثارة الفائقة) ، صاغَ الباحثان فقرات المقياس، وبواقع (25) فقرة وقد تم توزيعها على خمس مجالات هي 1- الاستثارة الفكرية- الاستثارة التخيلية 3- الاستثارة العاطفية 4- الاستثارة الحسية 5- الاستثارة النفس حركية، ويتكون من خمسة بدائل هي: (اتفق ، اتفق تماما ، ،اتفق الى حد ما ،لا اتفق ، لا اتفق تماما) إذ تم اعتماد تدرجاً خماسياً لتقدير الإجابات، ثم إعطاء الدرجات (5، 4 ، 3 ، 2 ، 1)، وبذلك يكون المتوسط الفرضي لفقرات المقياس هو (75) واعلى درجة فيه (125) واقل درجة (25).

القوة التميزية لفقرات مقياس الاستثارة الفائقة: تم تطبيق المقياس المُعد على عينة المرشدين التربويين البالغة (200)، ووفقاً لإسلوب المجموعتين، واختار الباحثان نسبة الـ (27%) العليا و(27%) الدنيا، إذ بلغ عدد الأفراد للمجموعة العليا (54) والدنيا (54)، ثم حللت كل فقرة من فقرات المقياس لاختبار قوة تمييزها، باستعمال الاختبار التائي (t–test) لعينتين مستقلتين، وبعد إجراء التحليل الإحصائي تبين أن فقرات المقياس جميعها مميزة، عند مستوى دلالة (0.05)،ودرجة حرية (106)، وأن القيم التائية المستخرجة هي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.98)، كما في الجدول (3)

جدول (3) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة لتمييز الفقرات لمقياس الاستثارة الفائقة.

ت	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
1	المجموعة العليا	4.39	.899	5.565	دالة
	المجموعة الدنيا	3.56	.634		
2	المجموعة العليا	4.54	.665	9.201	دالة
	المجموعة الدنيا	3.37	.653		
3	المجموعة العليا	4.02	.739	4.592	دالة
	المجموعة الدنيا	3.39	.685		
4	المجموعة العليا	4.28	.878	5.109	دالة
	المجموعة الدنيا	3.50	.694		
5	المجموعة العليا	4.07	.908	3.932	دالة
	المجموعة الدنيا	3.46	.693		
6	المجموعة العليا	4.52	.906	5.467	دالة
	المجموعة الدنيا	3.67	.700		
7	المجموعة العليا	4.04	.751	4.686	دالة
	المجموعة الدنيا	3.39	.685		
8	المجموعة العليا	4.44	.883	6.628	دالة
	المجموعة الدنيا	3.46	.636		
9	المجموعة العليا	4.20	.786	4.899	دالة
	المجموعة الدنيا	3.56	.572		
10	المجموعة العليا	4.24	.910	5.072	دالة
	المجموعة الدنيا	3.46	.665		
11	المجموعة العليا	3.91	.996	2.771	دالة
	المجموعة الدنيا	3.44	.718		
12	المجموعة العليا	4.50	.771	6.636	دالة
	المجموعة الدنيا	3.50	.795		
13	المجموعة العليا	4.31	.907	7.386	دالة
	المجموعة الدنيا	2.83	1.161		
14	المجموعة العليا	4.59	.714	9.118	دالة
	المجموعة الدنيا	2.83	1.225		
15	المجموعة العليا	4.50	.947	6.283	دالة
	المجموعة الدنيا	3.41	.858		
16	المجموعة العليا	4.19	1.047	4.504	دالة
	المجموعة الدنيا	3.46	.539		
17	المجموعة العليا	4.30	.983	6.836	دالة
	المجموعة الدنيا	3.13	.778		
18	المجموعة العليا	4.09	.976	5.084	دالة
	المجموعة الدنيا	3.26	.705		
19	المجموعة العليا	4.33	.700	9.231	دالة
	المجموعة الدنيا	3.06	.738		
20	المجموعة العليا	4.24	.970	7.320	دالة
	المجموعة الدنيا	3.09	.622		
21	المجموعة العليا	4.15	.899	5.239	دالة
	المجموعة الدنيا	3.11	1.144		
22	المجموعة العليا	4.33	.727	8.678	دالة
	المجموعة الدنيا	2.83	1.042		

23	المجموعة العليا	4.11	1.076	5.123	دالة
	المجموعة الدنيا	3.19	.779		
24	المجموعة العليا	4.17	.863	6.146	دالة
	المجموعة الدنيا	3.20	.762		
25	المجموعة العليا	4.20	.833	6.934	دالة
	المجموعة الدنيا	3.20	.655		

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الاستثارة الفائقة:

من اجل التعرف على صدق كل فقرة من فقرات المقياس، اعتمد الباحثان ان على معامل ارتباط بيرسون بين درجات الفقرات (كل فقرة والدرجة الكلية)، علماً ان عينة الصدق لفقرات مقياس الاستثارة الفائقة تتكون من(200) من المرشدين التربويين في البحث الحالي، عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (198)، وقد بلغت القيمة الحرجة لمعامل ارتباط بيرسون (0,138) ويعد ذلك المؤشر دلالة على صدق المقياس في قياس متغير الاستثارة الفائقة الذي وضع لقياسه . وقد تبين ان جميع فقرات مقياس الاستثارة ذات دالة احصائياً، والجدول (4) يوضح ذلك

جدول (4) معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الاستثارة الفائقة

ت	قيمة معامل الارتباط	ت	قيمة معامل الارتباط
1	.530**	14	.638**
2	.488**	15	.562**
3	.473**	16	.442**
4	.509**	17	.637**
5	.527**	18	.498**
6	.525**	19	.547**
7	.380**	20	.554**
8	.508**	21	.464**
9	.423**	22	.525**
10	.574**	23	.571**
11	.428**	24	.511**
12	.539**	25	.497**
13	.624**		

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي اليه مقياس الاستثارة الفائقة:

للتأكد من صدق فقرات مقياس الاستثارة الفائقة، ومدى الارتباط بين كل فقرة للمقياس بدرجة المجال الذي تنتمي له، قام الباحثان ان باعتماد الدرجة الكلية للمجال محكاً، من اجل استخراج معامل الارتباط على العينة البالغة(200) مرشداً ومرشدةً ، فضلاً عن استعمال معامل ارتباط بيرسون والذي أظهرت نتائجه ان جميع معاملات الارتباط لها دلالة إحصائياً مما يعني ان فقرات المقياس مرتبطة بمجالاتها بما يضمن صدق المقياس، عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (198)، اذ بلغت قيمة معامل الارتباط الجدولية (1,138)، والجدول (5) يبين ذلك.

جدول رقم (5)معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه مقياس الاستثارة الفائقة

	الاستثارة الفكرية	ت	الاستثارة التخيلية	ت	الاستثارة العاطفية	ت	الاستثارة الحسية	ت	الاستثارة النفس حركية	ت
ت	قيمة معامل الارتباط	ت	قيمة معامل الارتباط	ت	قيمة معامل الارتباط	ت	قيمة معامل الارتباط	ت	قيمة معامل الارتباط	ت
1	.608**	1	.658**	1	.471**	1	.605**	1	.643**	1
2	.582**	2	.508**	2	.537**	2	.699**	2	.661**	2
3	.552**	3	.579**	3	.722**	3	.516**	3	.553**	3
4	.603**	4	.523**	4	.755**	4	.565**	4	.529**	4
5	.663**	5	.651**	5	.639**	5	.676**	5	.605**	5

مصفوفة الارتباطات الداخلية لمقياس الاستثارة الفائقة :

قام الباحثان بإيجاد معامل الارتباط من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون وذلك كون درجات مقياس الاستثارة الفائقة متصلة مع بعضها ، كما اعتمد الباحثان على الاستمارات السابقة لعينة البحث البالغة(200) مرشداً، والجدول (6) يوضح بان جميع الارتباطات ذات دلالة احصائياً، عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية(198)، كما بلغت القيمة الحرجة لمعاملات الارتباط (0,138)مما يدل على ان الابعاد مرتبطة ببعضها، ويمكن التعامل معها كدرجة كلية واحدة.

جدول (6) قيم معاملات الارتباط علاقة المجال بالمجال الاخر مصفوفات ارتباطية لمقياس الاستثارة الفائقة

المتغير		الاستثارة الفائقة				
	الابعاد	الاستثارة الفكرية	الاستثارة التخيلية	الاستثارة العاطفية	الاستثارة الحسية	الاستثارة النفس حركية
الاستثارة الفائقة	الاستثارة الفكرية	1	.626*	.727**	.637**	.642**
	الاستثارة التخيلية		1	.728**	.635**	.588**
	الاستثارة العاطفية			1	.704**	.619**
	الاستثارة الحسية				1	.755**
	الاستثارة النفس حركية					1

الخصائص السكومترية لمقياس الاستثارة الفائقة:

صدق المقياس: مما يعني ان المقياس مصمم لقياس (سمة او خاصية او ظاهرة او مشكلة) وضع من اجل قياسها، اي ان الاختبار الصادق يمكنه ان يقيس ذات الظاهرة التي يوضع لقياسها فقط [45] وتحقق الباحثان من نوعين من الصدق الا وهي:

الصدق الظاهري:

ولتحيق ذلك الاجراء عرضَ الباحثان فقرات مقياس الاستثارة الفائقة قبل تطبيقه على مجموعة من المحكمين المختصين بعلم النفس والارشاد النفسي والقياس والتقويم، من ذوي الخبرة والدراية الكافية للحكم على صلاحية فقراته في قياس المتغير المذكور انفاً، للأخذ بجميع اراء المحكمين، وبالفعل اجرى الباحثان عدداً من التعديلات لعدد من الفقرات التي تحتاج للتعديل في المقياس، وقد تكون مقياس الاستثارة الفائقة من (25) فقرة وفقاً لما رأَه المحكمين مناسباً.

صدق البناء :

من اجل التحقق من هذا النوع من الصدق في مقياس الاستثارة الفائقة ، اتجه الباحثان لحساب مؤشرات تمييز الفقرات، وبالتالي التعرف على علاقة الارتباط بين الدرجة الكلية ودرجة كل فقرة في المقياس، اذ ان تلك الاجراءات تعتبر مؤشرات ضرورية تدل على صدق بناء المقياس.

ثبات المقياس: ويهدف هذا الاجراء الى معرفة مدى الثبات والدقة والاتساق بين درجات المقياس وإمكانية قياس الظاهرة المراد قياسها من خلاله، أي إعطاء النتائج ذاتها او نتائج متقاربة، عند تكرار القياس على الفئات المجتمعية التي تم تطبيقه عليها سابقاً، مما يعني ان الثبات هو مؤشر يدل على درجة اتساق المقياس [46]

ولتحقيق ذلك اعتمد الباحثان طريقتين هما:

أ- طريقة الاختبار- إعادة الاختبار Test-Retest:

من اجل تطبيق تلك الطريقة، قام الباحثان بأعادة تطبيق مقياس الاستثارة الفائقة على عينة الثبات التي تتكون من (50)، مرشد ومرشداً، وبواقع تطبيقين يفصل بين الأول والثاني(14) يوماً ، وقد وبلـغ معامل الارتباط (.847**) لمقياس الاستثارة الفائقة، وبذلك تعد تلك القيمة مؤشرا جيدا على استقرار إجابات الأفراد على مقياس الاستثارة الفائقة خلال المدة الزمنية المحددة .

ب- معادلة ألفا كرونباخ:

طبق الباحثان طريقة حساب ثبات المقياس وفقاً لمعادلة الفاكرونباخ، اذ تم تطبيق المعادلة على عينة التحليل الاحصائي البالغة(200) مرشد ومرشدا وبلغ معامل ألفا (.887**) وهو ما يعد معامل ثبات جيد والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (7) قيم الثبات بطريقة اختبار وإعادة اختبار والفاكرونباخ

قيمة الثبات لمقياس الاستثارة الفائقة	
إعادة الاختبار	الفاكرونباخ
.847**	.887**

ثانياً: الوعي الذاتي :

لغرض الوصول الى اهداف البحث، قام الباحثان ببناء مقياس للوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين، وفقاً لنظرية **(Buss 1980)** ، وذلك لتعذر الحصول على مقياس يناسب عينة البحث المتمثلة بالمرشدين التربويين. وقد مرَ بناء مقياس الوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين بعدد من الخطوات وهي:

-**تحديد مفهوم (الوعي الذاتي)** اعتمد الباحثان التعريف النظري من النظرية المتبناة وعرف الوعي الذاتي بأنه قدرة الفرد على توجيه الانتباه نحو الذات أو خارجها – اتجاه البيئة – وإن هذا التوجيه الانتباهي يسبب حالة من التقويم الآني. (47).

- **صياغة الفقرات:** بعد تحديد مفهوم(الوعي الذاتي) ، صاغَ الباحثان فقرات مقياس الوعي الذاتي وبواقع (20) فقرة، وتم صياغة هذه فقرات وفق نظرية باص قد تم توزيعها على مجالين هما(1- الوعي الذاتي الخاص 2 _ الوعي الذاتي العام) ولكل مجال (10) فقرات ويتكون من خمسة بدائل هي: (اتفق ، اتفق تماما ، ،اتفق الى حد ما ،لا اتفق ، لا اتفق تماما) إذ تم إعطاء التدرج الخماسي، لتقدير الإجابة ثم إعطاء الدرجات (5، 4 ، 3 ، 2 ، 1)، وبذلك يكون متوسط الفرضي لفقرات المقياس هو (60)، واعلى درجة فيه (100) واقل درجة (20).

- **القوة التميزية لفقرات مقياس الوعي الذاتي:** تم تطبيق المقياس المُعد على عينة مكونة من المرشدين التربويين والبالغ عددهم (200)، ووفقاً لأسلوب المجموعتين، واختار الباحثان نسبة الـ (27%) العليا و(27%) الدنيا، إذ بلغ عدد الأفراد للمجموعة العليا (54) والدنيا (54)، ثم حُللت كل فقرة من فقرات المقياس لاختبار قوة تمييزها، باستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين، وبعد إجراء التحليل الإحصائي، تبين أن فقرات المقياس جميعها مميزة، عند مستوى دلالة (0.05)،ودرجة حرية (106)، وأن القيم التائية المستخرجة هي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.98) كما في الجدول (3)

جدول (8) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة لتمييز الفقرات لمقياس الوعي الذاتي .

ت	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
1	المجموعة العليا	4.61	.492	10.903	دالة
	المجموعة الدنيا	3.11	.883		
2	المجموعة العليا	4.56	.604	7.867	دالة
	المجموعة الدنيا	3.26	1.049		
3	المجموعة العليا	4.09	.622	6.902	دالة
	المجموعة الدنيا	3.11	.839		

4	المجموعة العليا	4.37	.653	8.786	دالة
	المجموعة الدنيا	3.07	.866		
5	المجموعة العليا	4.19	.646	9.217	دالة
	المجموعة الدنيا	2.87	.825		
6	المجموعة العليا	4.69	.469	8.026	دالة
	المجموعة الدنيا	3.57	.903		
7	المجموعة العليا	4.15	.563	7.940	دالة
	المجموعة الدنيا	2.98	.921		
8	المجموعة العليا	4.57	.499	10.592	دالة
	المجموعة الدنيا	3.00	.971		
9	المجموعة العليا	4.52	.637	8.484	دالة
	المجموعة الدنيا	3.22	.925		
10	المجموعة العليا	4.04	.582	7.689	دالة
	المجموعة الدنيا	2.96	.846		
11	المجموعة العليا	4.74	.483	10.944	دالة
	المجموعة الدنيا	3.09	.996		
12	المجموعة العليا	4.59	.496	11.784	دالة
	المجموعة الدنيا	2.87	.953		
13	المجموعة العليا	4.80	.407	11.422	دالة
	المجموعة الدنيا	3.17	.966		
14	المجموعة العليا	4.76	.432	9.973	دالة
	المجموعة الدنيا	3.15	1.106		
15	المجموعة العليا	4.83	.505	8.886	دالة
	المجموعة الدنيا	3.20	1.250		
16	المجموعة العليا	4.83	.423	14.583	دالة
	المجموعة الدنيا	3.04	.800		
17	المجموعة العليا	4.46	.862	7.504	دالة
	المجموعة الدنيا	3.04	1.098		
18	المجموعة العليا	4.74	.650	9.798	دالة
	المجموعة الدنيا	3.17	.986		
19	المجموعة العليا	4.76	.473	10.137	دالة
	المجموعة الدنيا	3.13	1.082		
20	المجموعة العليا	4.72	.492	9.626	دالة
	المجموعة الدنيا	3.11	1.127		

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الوعي الذاتي :

لغرض حساب صدق الفقرة اعتمد الباحثان على استعمال معامل ارتباط بيرسون بين درجات الفقرات (كل فقرة والدرجة الكلية)، علماً ان عينة الصدق لتلك الفقرات تتكون من(200) من المرشدين التربويين في البحث الحالي، عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (198)، وقد بلغت القيمة الحرجة لمعامل ارتباط بيرسون (0,138)، اذ يعد ذلك مؤشراً على صدق المقياس، لقياس متغير الوعي الذاتي الذي

وضع لقياسه . ومن خلال تلك المؤشرات تبين، ان جميع فقرات مقياس الوعي الذاتي دالة احصائياً والجدول (9) يوضح ذلك

جدول (9) معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الوعي الذاتي

ت	قيمة معامل الارتباط	ت	قيمة معامل الارتباط
1	.640**	11	.659**
2	.549**	12	.586**
3	.509**	13	.645**
4	.615**	14	.628**
5	.615**	15	.576**
6	.558**	16	.674**
7	.563**	17	.407**
8	.642**	18	.611**
9	.603**	19	.653**
10	.522**	20	.526**

علاقة مقياس الوعي الذاتي الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي ينتمي اليه

للتعرف على العلاقة الارتباطية بين كل من درجة الفقرة ودرجة المجال الذي تنتمي اليه الفقرة ، وللتأكد من صدق فقرات المقياس وعينته البالغة(200) مرشد ومرشدا، قام الباحثان بالاعتماد الدرجة الكلية للمجال محكاً لاستخراج معامل الارتباط بين الفقرات ومجالاتها، فضلاً عن استعمال معامل ارتباط بيرسون، والذي أظهرت نتائجه ان جميع معاملات الارتباط ذات دلالة إحصائية، عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (198)، اذ بلغت قيمة معامل الارتباط الجدولية (0,138)، ومن خلال تلك المؤشرات تبين، ان جميع فقرات مقياس الوعي الذاتي دالة احصائياً والجدول (10) يبين ذلك.

جدول رقم (10)ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه مقياس الوعي الذاتي

	الوعي الذاتي الخاص		الوعي الذاتي العام
ت	قيمة معامل الارتباط	ت	قيمة معامل الارتباط
1	.681**	11	.693**
2	.598**	12	.608**
3	.561**	13	.655**
4	.656**	14	.622**
5	.642**	15	.598**
6	.551**	16	.689**
7	.599**	17	.460**
8	.672**	18	.629**
9	.613**	19	.664**
10	.608**	20	.570**

مصفوفة الارتباطات الداخلية لمقياس الوعي الذاتي

للتعرف على مدى الارتباط بين مجالات مفهوم الوعي الذاتي الرئيسية، اتجه الباحثان الى إيجاد معامل الارتباط الداخلي، من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون وذلك كون الدرجات متصلة ومتدرجة، كما اعتمد الباحثان على الاستمارات التي تم توزيعها على افراد عينة البحث البالغة(200) مرشداً ومرشدةً والجدول(11) يوضح ان جميع الارتباطات ذات دلالة احصائياً، عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية(198)،اذ بلغت القيمة الحرجة لمعاملات الارتباط (0,138)مما يعني ان المجالات مترابطة، ويتم التعامل معها كدرجة كلية واحدة.

جدول (11)

قيم معاملات الارتباط علاقة المجال بالمجال الاخر مصفوفات ارتباطية لمقياس الوعي الذاتي

	المتغير	الوعي الذاتي	
		الوعي الذاتي الخاص	الوعي الذاتي العام
الوعي الذاتي	الوعي الذاتي الخاص	1	.815**
	الوعي الذات العام		1

الخصائص السكومترية لمقياس الوعي الذاتي :

صدق المقياس: أي ان ذلك المقياس مخصص لقياس او اختبار (سمة او خاصية او ظاهرة او مشكلة) معينة، ومعنى ذلك ان الاختبار الصادق يقيس ذات الظاهرة التي يوضع لقياسها فقط [48] اذ ان الباحثان تحققا من نوعين من الصدق هما (الصدق الظاهري، وصدق البناء).

الصدق الظاهري:

عرض الباحثان فقرات مقياس الوعي الذاتي، على مجموعة من المحكمين الذين يختصون بعلم النفس والارشاد النفسي والقياس والتقويم، ممن لديهم الخبرة والدراية الكافية للحكم على صلاحية فقرات المقياس، ، وبالفعل اجرى الباحثان بعض التعديلات على عدد من فقرات مقياس الوعي الذاتي، الذي يتكون من (20) فقرة ووفقاً لما رأَه المحكمين مناسباً.

صدق البناء :

من اجل التحقق من هذا النوع من الصدق في مقياس الوعي الذاتي ، اتجه الباحثان لحساب مؤشرات تمييز الفقرات، وبالتالي التعرف على علاقة الارتباط بين الدرجة الكلية ودرجة كل فقرة في المقياس، اذ ان تلك الاجراءات تعتبر مؤشرات ضرورية تدل على صدق بناء المقياس.

ثبات المقياس: ويهدف هذا الاجراء الى معرفة مدى الثبات والدقة والاتساق بين درجات المقياس وإمكانية قياس الظاهرة المراد قياسها من خلاله، أي إعطاء النتائج ذاتها او نتائج متقاربة، عند تكرار

القياس على الفئات المجتمعية التي تم تطبيقه عليها سابقاً، مما يعني ان الثبات هو مؤشر يدل على درجة اتساق المقياس [49].

ولتحقيق ذلك اعتمد الباحثان طريقتين هما:

أ- طريقة الاختبار- إعادة الاختبار Test-Retest:

من اجل تطبيق تلك الطريقة، قام الباحثان بأعادة تطبيق مقياس الوعي الذاتي على عينة الثبات التي تتكون من (50)، مرشد ومرشداً، وبواقع تطبيقين يفصل بين الأول والثاني(14) يوماً ، وقد وبلـغ معامل الارتباط (**.833) لمقياس الوعي الذاتي، وبذلك تعد تلك القيمة مؤشرا جيدا على استقرار إجابات الأفراد على مقياس الوعي الذاتي خلال المدة الزمنية المحددة .

ب- معادلة ألفا كرونباخ:

طبق الباحثان طريقة حساب ثبات المقياس وفقاً لمعادلة الفاكرونباخ، اذ تم تطبيق المعادلة على عينة التحليل الاحصائي البالغة(200) مرشد ومرشدا وبلغ معامل ألفا (.897) وهو ما يعد معامل ثبات جيد والجدول (12) يوضح ذلك.

جدول (12) قيم الثبات بطريقة اختبار وإعادة اختبار والفاكرونباخ

قيمة الثبات لمقياس الوعي الذاتي	
إعادة الاختبار	الفاكرونباخ
.833**	.897

عرض نتائج البحث وتفسيرها

اولاً: التعرف على مستوى الاستثارة الفائقة لدى المرشدين التربويين.

لتحقيق ذلك الهدف اتجه الباحثان الى استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة (T- test)، اذ بلغ المتوسط الحسابي(94.54) والانحراف المعياري(11.523) وبلغت قيمة المتوسط الفرضي (75)، وقد تبين ان الفروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05) اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (23.981) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) ودرجة حرية (199) والجدول (13) يوضح ذلك.

جدول (13) نتيجة الاختبار التائي T- test لعينة واحدة للتعرف على الاستثارة الفائقة

حجم العينة	المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
200	الاستثارة الفائقة	94.54	11.523	199	75	23.981	1.96	دالة

من خلال تلك النتيجة يظهر بأن المرشدين التربويين في محافظتي واسط وصلاح، يمتلكون مستوى جيد من الاستثارة الفائقة، ويمكن إعادة ذلك الى طبيعة عملهم الارشادي الذي يتطلب منهم تفاعلاً مستمراً مع المشاكل النفسية والاجتماعية والسلوكية التي يتعرض لها التلاميذ والطلبة، مما ينمي لدى المرشد حساسية عاليةً تجاه المواقف والتحديات، مما يجعله اكثر تفاعلاً وقدرة على تطوير قدراتهم الانفعالية والعقلية للتعامل مع المواقف بمرونة وكفاءة كبيرة.

ثانياً: التعرف على الفروق في الاستثارة الفائقة لدى المرشدين التربويين في محافظتي واسط و صلاح الدين .

استخرج الباحثان متوسطً حسابياً لمحافظة واسط والبالغ (95.72)، وانحراف معياري (11.745)، ومتوسطً حسابياً لمحافظة صلاح الدين والبالغ (93.36)، وانحراف معياري (11.232)، كما استعمل الباحثان الاختبار التائي (t-test)، لعينتين مستقلتين للتعرف على الفرق بينهما، اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (1.452)، وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية (1.96)، عند مستوى دلالة (0,05)، ودرجة حرية (198)، اظهرت النتائج انه لا توجد فروق بين المحافظتين على متغير الاستثارة الفائقة ، والجدول (14) يوضح ذلك. **جدول (14) نتائج الاختبار التائي t-test لعينتين مستقلتين التعرف على الفروق في الاستثارة الفائقة لدى المرشدين التربويين في محافظتي واسط و صلاح الدين**

المتغيرات	الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
الاستثارة الفائقة	واسط	100	95.72	11.745	198	1.452	1.96	غير دالة
	صلاح الدين	100	93.36	11.232				

يتضح من خلال تلك النتيجة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المرشدين التربويين في محافظتي واسط وصلاح الدين في مستوى الاستثارة الفائقة، اي انهم يمتلكون مستويات متماثلة في ذلك المتغير، وربما يعزى ذلك الى التقارب والتشابه في الخبرات وتشابه الخبرات المهنية وطبيعة العمل التربوي الذي يتطلب من المرشد التربوي تدخلاً سريعاً في بعض المواقف والمشكلات خلال عملهم، فضلاً عن وحدة النظام التربوي والتعليمي المتبع، حيث ان المرشدين في مختلف المحافظات يواجهون مشكلات سلوكية ونفسية واجتماعية متشابهة، الامر الذي يسهم في تماثل خبراتهم وقدراتهم العقلية في التفكير والتحليل.

ثالثاً: التعرف على مستوى الوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين .

وللتحقق من نتائج هذا الهدف اتجه الباحثان الى استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة (T- test)، اذ بلغ المتوسط الحسابي(78.02)، والانحراف المعياري(11.607)، وبلغت قيمة المتوسط الفرضي (60)، وتبين ان الفروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة

(21.955)، وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96)، ودرجة حرية (199) والجدول (15) يوضح ذلك. **جدول (15)**

نتيجة الاختبار التائي T– test لعينة واحدة للتعرف على مستوى الوعي الذاتي

حجم العينة	المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
200	الوعي الذاتي	78.02	11.607	199	60	21.955	1.96	دالة

تشير تلك النتيجة الى ان المرشدين التربويين في محافظتي واسط وصلاح الدين يمتلكون قدراً جيداً من الوعي الذاتي، وذلك يعني انهم يمتلكون قدرة على توجيه الانتباه لمشاعرهم وسلوكهم وافكارهم وفهم ذواتهم، فضلاً عن قدرتهم على ادراك بيئتهم والتفاعل معها بوعي اكثر، ويمكن إعادة ذلك الى الخبرات المهنية التي يمتلكها المرشدين التي تتطلب تأملاً ذاتياً ومراقبة للانفعالات والسلوكيات والاستجابة لها اثناء عملهم.

رابعاً: التعرف على الفروق في الوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين في محافظتي واسط و صلاح الدين.

للتعرف على نتائج هذا الهدف، استخرج الباحثان متوسطً حسابياً لمحافظة واسط والذي بلغ (79.77)، وانحراف معياري (11.190)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لمحافظة صلاح الدين(76.27)، وانحراف معياري (11.808)، وبعد استعمال الباحثان للاختبار التائي (t–test)، لعينتين مستقلتين، بلغت القيمة التائية المحسوبة (2.151)، وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية (1.96)، عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (198)، تبين وجود فروق بين المحافظتين في الوعي الذاتي ولصالح محافظة واسط، والجدول (16) . **جدول رقم (16)**

التعرف على الفروق في الوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين في محافظتي واسط و صلاح الدين.

المتغيرات	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
الوعي الذاتي	واسط	100	79.77	11.190	198	2.151	1.96	دالة
	صلاح الدين	100	76.27	11.808				

تبين تلك النتيجة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى المرشدين التربويين في متغير الوعي الذاتي في محافظتي واسط وصلاح الدين ولصالح مرشدي محافظة واسط، مما يدل على ان المرشدين التربويين في محافظتي واسط يتمتعون بمستوى مرتفع نسبياً من الوعي الذاتي، مما يعني ان لديهم قدرة اعلى علي فهم ذواتهم وادراك مشاعرهم وتقويم سلوكياتهم مقارنة بأقرانهم من مرشدي محافظة صلاح الدين، ويمكن إعادة ذلك الى عدة مبررات أهمها طبيعة البيئة الاجتماعية والتربوية في واسط، والتي قد تكون وفرت فرصاً

اكبر لاكتساب الخبرات المهنية والتفاعل المستمر مع الاحداث المفاجئة، فضلاً عن تعرضهم للبرامج والأنشطة التدريبية والتطويرية المستمرة الامر الذي اسهم برفع مستوى الوعي الذاتي لديهم اكثر من اقرانهم في صلاح الدين.

خامساً: التعرف على العلاقة بين الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين .

اتجه الباحثان الى استعمال معامل ارتباط بيرسون لدرجات المرشدين التربويين على مقياسي الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي، والذي بينت نتائجه ان هناك علاقة طردية إيجابية بين المتغيرين المذكورين، حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (.655**)، بينما اظهر اختبار الدلالة لمعامل الارتباط قيمة تائية تبلغ (12.381) وتعد دالة احصائياً مقارنةً بالقيمة الجدولية التي بلغت (1.96)، وعند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (198) ، مما يدل على وجود علاقة طردية بين المتغيرين كما موضح في

جدول رقم (17) العلاقة بين الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين

حجم العينة	العينة	قيمة معامل ارتباط بين الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين	القيمة التائية		الدلالة
			المحسوبة	الجدولية	
200	مرشدين ومرشدات	.655**	12.381	1.96	دالة

تشير نتائج الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين، مما يعني ان ارتفاع مستوى الاستثارة الفائقة لدى المرشدين التربويين مقترن بارتفاع الوعي الذاتي، أي ان المرشد التربوي الذي يمتلك حساسية عالية للمثيرات الانفعالية والعقلية والحسية، يتمتع بقدرة جيدة على ادراك مشاعره وافكاره وسلوكياته ومراقبتها باستمرار، ويمكن ان يعزى ذلك الى طبيعة عمل المرشد التربوي الذي يتطلب فهماً دقيقاً للمشكلات الاجتماعية والسلوكية والنفسية التي يتعرض لها التلاميذ والطلبة، مما ينمي لديهم القدرة على تحسس المواقف الاجتماعية والنفسية وادراكها بوعي اكثر.

التوصيات :

1- ضرورة اهتمام مديريات التربية في كافة المحافظات في تعزيز الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي لدى مرشديها من خلال إقامة برامج تطويرية ودورات تدريبية تعمل على تطوير قدراتهم الانفعالية والمهنية .

2- توفير بيئات عمل تدعم المرشدين التربويين وتسهم في تنمية الوعي الذاتي لديهم وتحسن مستوى التفاعل المهني والإنساني مع التلاميذ والطلبة.

3- توجيه الاهتمام بدعم المرشدين التربويين من الجوانب النفسية والمهنية، وذلك لانهم يؤدون ادواراً أساسية في تحقيق التوازن الاجتماعي والنفسي في بيئة عملهم.

4- إحالة النتائج أعلاه الى قسم الارشاد التربوي في وزارة التربية لاخذها بعين الاعتبار عند وضع الخطط التربوية بما يتعلق بدور المرشد التربوي في المدارس.

المقترحات:

1- اجراء دراسات مماثلة تتناول العلاقة بين الاستثارة الفائقة ومتغيرات نفسية أخرى مثل الصلابة النفسية والذكاء الانفعالي وغيرها.

2- دراسة اثر البرامج الارشادية في تنمية الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين.

3- اجراء دراسات مقارنة بين المرشدين التربويين في محافظات عراقية أخرى لمعرفة اثر البيئة الثقافية والاجتماعية على مستويات الاستثارة الفائقة والوعي الذاتي.

تم تغير المصادر داخل متن من نظام (APA) الى نظام هامش حسب شروط مجلة

- (Eysenck & Keane, 2020, p. 512
- McEwen & Morrison, 2018, p. 174
- Gross, 2020, p. 221
- خليفة، 2023، ص 71
- Gu et al., 2015, pp. 1–37
- Feldman et al., 2014, p. 154
- سيف، 2001، ص 30
- Goleman, 1995, p. 43
- Duval & Wicklund, 1972, p. 522
- سارة، 2021، ص 114
- Esentaş, M., Özbey, S & ،.Güzel, P., 2017, pp. 197-206
- Sapolsky, 2017, p. 86
- Gross, 2020, p. 221
- هظيم، 2026، ص 658
- العازمي، 2015، ص 33
- Ackerman, 2009, p. 81
- Falk et al., 1997, p. 21
- الشمري، 2000، ص 12
- عيسى، 2022، ص 512
- Dabrowski, 1972, p. 303
- Piechowski, 1991, p. 287
- Sutton, A., 2016, p. 446
- Buss, 1980, p. 54
- وزارة التربية، 2008، ص 16
- Piechowski, 1998, p. 65
- العازمي، 2015، ص 335
- السليمان، 2016، ص 604
- Atkinson & Shiffrin, 1968, pp. 89–195
- التميمي، 2018، ص 464
- Kaminski, 2002, pp. 26-27
- Piechowski & Bauchard, 2004, p. 340
- Rinn et al., 2010, p. 4

- Tillier & Mendaglio, 2006, pp. 68–70
- الزبيدي، 2005، ص 4
- عامود، 2001، ص 172
- Cheek, 2000, p. 1
- محمود ومطر، 2007، ص 105
- الرفاعي، 2022، ص 5
- Buss, 1980, pp. 2-3
- Buss, 1980, p. 7
- Buss, 1980, p. 13
- Buss, 1980, p. 20
- Buss, 1980, pp. 22-34
- Dabrowski, 1972, p. 303
- ملحم، 2017، ص 318
- حبيب وكاظم، 2018، ص 31
- Buss, 1980, p. 54
- ملحم، 2017، ص 318
- حبيب وكاظم، 2018، ص 31
- **المصادر : تم تغير هذه المصادر من اللغة العربية الى اللغة الإنكليزية وفق شروط مجلة**

- Al-Azmi, M. H. R. (2015). Overexcitabilities and some personality dimensions among gifted students and their ordinary peers in secondary school in the State of Kuwait [Paper presentation]. The Second International Conference for the Gifted and Talented, College of Education, United Arab Emirates University.
- Al-Rifai, M. A. (2022). Self-awareness and its relationship to anxiety in light of some demographic variables among secondary school students in Yanbu Governorate [Unpublished master's thesis]. King Abdulaziz University, Faculty of Arts and Humanities.
- Al-Shammari, K. A. S. (2000). Self-awareness and its relationship to vocational adjustment among employees in professional institutions [Unpublished master's thesis]. College of Arts, University of Baghdad.
- Al-Sulaiman, N. I. (2016). Overexcitability patterns and their relationship to academic excellence and creative abilities among female university students, College of Education, King Saud University. Journal of Educational and Psychological Sciences, Saudi Arabia.
- Al-Tamimi, T. H. A. (2018). Overexcitability patterns and their relationship to epistemological beliefs among preparatory school students. Diyala Journal, (78).
- Al-Zubaidi, K. A. (2005). Studies between mental health. College of Arts, University of Baghdad.
- Hazim, S. H. (2026). Health resilience and its relationship to life formulation among educational counselors. Minwal Journal, 2(1), 30.
- Issa, H. M. (2022). Helping behavior and its relationship to self-awareness among preparatory school students. Iraqi Journal of Humanitarian, Social and Scientific Research, (7).
- Khalifa, F. F. M. (2023). The effectiveness of a counseling program using mindfulness and behavioral activation techniques in developing mental overexcitability among gifted students [Unpublished doctoral dissertation]. Diyala University, College of Education for Human Sciences.
- Mahmoud, G., & Mattar, S. A. (2007). Self-concept (1st ed.). Zaki Office for Printing and Publishing.

- Ministry of Education. (2008). Educational counselor's guide. Directorate General of General Education: Directorate of Educational Counseling.
- Sarah, H. A. (2021). Self-awareness and its relationship to psychological resilience among university students. Journal of Educational and Psychological Studies, 15(2).
- Seif, Y. (2001). Emotional intelligence. Bibliotheca Alexandrina. Retrieved from www.al-mostafa.com

- ---------- : **المصادر اللغة الإنكليزية**

--

- Ackerman, C.M. (2009).The essential elements of Dabrowski's theory of positive disintegration and how they are connected. Roeper Review,31(2), 81-95
- Atkinson, R. C., & Shiffrin, R. M. (1968). Human memory: A proposed system and its control processes. In K. W. Spence & J. T. Spence (Eds.), The psychology of learning and motivation (Vol. 2, pp. 89–195). Academic Press.Duval, S., & Wicklund, R. A. (1972). A theory of objective self-awareness. Academic Press. (p. 23).
- Bouchard, L. (2004): An instrument for the measure of Dabrowskian over excitabilities to identity gifted elementary students. Gifted Child Quarterly, 48(4), 339-350.
- Buss : (1980): Self - Consciousness and Social anxiety ,Francisco. Bar- on, R. (1997): Bar-on Emotional Qoutient , Inventory (EQI) : Technical Manual, Multi Health systems , Toronto
- Cheek, J. M. (2000). The identity wheel: Components of the private and public self. *Journal of Research in Personality*, 34(1), 1–25. https://doi.org/10.1006/jrpe.1999.2265
- Dabrowski, K., (1972). Theory of levels of emotional development (Vols. 1 & 2). Oceanside, NY: Dabor Science.
- Esentaş, M ; Ozbey, S & Guzel, P. (2017). Self-Awareness and LeadershipSkills of Female Students in Outdoor Camp. Journal of Education and TrainingStudies, 5(10), 197-206
- Eysenck, M. W., & Keane, M. T. (2020). Cognitive Psychology: A Student's Handbook (8th ed.). Routledge. p. 512.
- Falk, R. F., Silverman, L. K., & Piechowski, M. M. (1997). The Overexcitability Questionnaire: An alternative method for identifying the gifted. Institute for the Study of Advanced Development.
- Feldman, G., Dunn, E., Stemke, C., Bell, K., & Greeson, J. (2014). Mindfulness and rumination as predictors of persistence with a distress tolerance task. Personality and Individual Differences, 56, 154-158. doi:10.1016/j.paid.2013.08.040
- Gu, J., Strauss, C., Bond, R., & Cavanagh, K. (2015). How do mindfulness-based cognitive therapy and mindfulness-based stress reduction improve mental health and wellbeing? A systematic review and meta-analysis of mediation studies. Clinical Psychology Review, 37, 1-12. doi:10.1016/j.cpr.2015.01.006
- James J. Gross (2020). Handbook of Emotion Regulation (2nd ed.). Guilford Press. p. 221.
- Kaminski, Marjorie M. Battaglia (2002)،A Hermeneutic Historical Study of Kazimierz Dabrowski and his Theory of Positive Disintegration, falls church Virginia,Doctor of Philosophy.scholar.lib.vt.edu/theses/available/etd./Dissertatin
- McEwen, B. S., & Morrison, J. H. (2018). The brain on stress: Vulnerability and plasticity of the prefrontal cortex. Neuron, 79(1), 16–29. p. 174.

- Piechowski, M. M. (1991). Emotional development and emotional giftedness. In N. Colangelo & G. Davis (Eds.), Handbook of gifted education (pp. 285–306). Boston: Allyn & Bacon.
- Piechowski, M. M. (1998). The self victorious: Personal strengths, chance, and co-incidence. Roeper Review, 20(3), 191-198.
- Rinn, A. N., Mendaglio, S., Rudasill, K. M., & McQueen, K. S. (2010). Examining the Relationship Between the Overexcitabilities and Self-Concepts of Gifted Adolescents via Multivariate Cluster Analysis. Gifted Child Quarterly, 54(1), 3–17. https://doi.org/10.1177/0016986209352682
- Robert M. Sapolsky (2017). Behave: The Biology of Humans at Our Best and Worst. Penguin Books. p. 86.
- Sal Mendaglio & William Tillier)2006) Dabrowski's Theory of Positive Disintegration and Giftedness: Overexcitability Research Findings , Journal for the Education of the Gifted. Vol. 30, No. 1, 2006, pp. 68–87.
- Sutton, A. (2016). Measuring the effects of self-awareness: Construction of the Self-Awareness Outcomes Questionnaire. Europe's Journal of Psychology, 12(4), 645–658. https://doi.org/10.5964/ejop.v12i4.1178