

## **التوجهات المعاصرة في دراسة مفهوم الحيوية الذاتية**

**إعداد**

**تقى عبد المنعم على السعيد**

دارسة بقسم علم النفس التربوي

كلية التربية - جامعة حلوان

**إشراف**

**أ.د/ محمد عبد القادر عبد الغفار**

أستاذ علم النفس التربوي كلية التربية جامعة حلوان

العميد المؤسس لكلية التربية-جامعة 6 أكتوبر

**أ.د/ محمد عبد السلام غنيم**

أستاذ علم النفس التربوي كلية التربية- جامعة حلوان

عميد كلية التربية- جامعة حلوان الأسبق

### ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدف البحث الحالي إلى اجراء تحليل لنتائج (40) دراسة عربية واجنبية تناولت مفهوم الحيوية الذاتية في الفترة بين 2010 إلى 2023 بالإضافة إلى مراجعة وتحليل مضمون تلك الدراسات، وقد أظهرت النتائج أن أكثر المتغيرات التابعة التي تناولتها الدراسات السابقة تمثلت في المتغيرات الانفعالية حيث اشتملت على (28) دراسة بواقع (53,7%)، بينما كانت المتغيرات المعرفية والفسولوجية متقاربة في عدد الدراسات فالمتغيرات الفسولوجية اشتملت على (14) دراسات بواقع (25,9%) في حين المتغيرات المعرفية تناولتها (11) دراسة بواقع (20,3%) ، كما أفادت النتائج أن أكثر العينات التي تم تطبيق مقاييس الحيوية الذاتية عليها في الدراسات السابقة هي طلاب الجامعة حيث تكررت (30) مرة بنسبة (75%) بينما تكررت المرحلة الثانوية (5) بنسبة (16,6%) ، أما فيما يخص الأدوات المستخدمة في قياس الحيوية الذاتية فقد توصلت النتائج إلى أن 60% من الدراسات استخدمت مقياس ريان وفريدريك (1997) ، في حين 40% من الدراسات استخدمت مقاييس من اعداد الباحثين أنفسهم.

**الكلمات المفتاحية :** الحيوية الذاتية - التوجهات المعاصرة.

**Abstract:**

The current research aimed to conduct analysis of the results of (50) Arab and foreign studies that dealt with the concept of subjective vitality in the period between 2010 to 2023 in addition to reviewing and analyzing the content of those studies. The results showed that most of the dependent variables dealt with in previous studies were emotional variables, which included (29) studies with a rate of (53.7%), while the cognitive and physiological variables were close in the number of studies. The cognitive variables were dealt with by (11) studies with a rate of (20,3%), while the physiological variables included (14) studies with a rate of (25.9%). The results also indicated that the most samples to which subjective vitality were applied in previous studies are university students, as they were repeated (30) times, at a rate of (75%) While the secondary stage (5) was repeated at a rate of (16.6%).As for the tools used in measuring subjective vitality, the results concluded that 60% of the studies used the scale of Ryan and Frederick (1997), while 40% of the studies used scales prepared by the researchers themselves.

**Key words:** Subjective vitality- contemporary orientations.

## 1/ مقدمة البحث :

الحيوية الذاتية هي أحد المفاهيم الحديثة في مجال علم النفس الإيجابي و على الرغم من حداثة المفهوم إلا أنه توجد جذور لهذا المفهوم في الفلسفات الشرقية القديمة، حيث كانت مفاهيم الطاقة والحيوية موضوعات مركزية في مجموعة متنوعة من الفلسفات الشرقية، من أبرزها المفهوم الصيني القديم للتشي chi ، والذي يمثل جزئياً قوة حيوية أو طاقة هي مصدر الحياة والإبداع والعمل الصحيح، و ظهر مفهوم مشابه في اليابان Ki ، يشير إلى الطاقة والقوة المتاحة للفرد للاستفادة منها وهي مرتبطة بالصحة الجسدية والعقلية والروحية، كما يشير المعالجون في بالي إلى مفهوم بايو bayu ، وهو قوة روحية أو قوة حيوية أساسية للنمو ومقاومة المرض (Peterson and Seligman,2004,275).

الحيوية الذاتية هي بناء اقترحه رايان وفريدريك Ryan and Frederick(1997,530) حيث افترضوا أنه يمثل "تجربة المرء الواعية لامتلاك الطاقة والحيوية"، ومن خلاله تم تقديم مقياس بعنوان "الحيوية الذاتية"، ووصفوها بأنها كيان مليء بالطاقة والحماس والحياة وعدم الإرهاق والتعب ، وأثبتوا أنه عندما تكون الحيوية الذاتية في مستوى أقل ، فإن التهيج والإرهاق يزيدان ويؤثران على القدرة على القيام بالأنشطة، ولكن عندما تكون الحيوية الذاتية في مستوى أعلى ، سيتم إنشاء طاقة كافية للقيام بمثل هذه الأنشطة ، ويكون المزاج في وضع مناسب ، لذلك يتم أداء جميع الواجبات والأنشطة بشكل جيد جداً .

أعاد رايان وديسي (2000) تقديم مفهوم الحيوية كجزء من نظرية تقرير المصير، فوفقاً للنظرية ، يمتلك البشر طاقات جوهرية يتم تسهيلها أو إعاقتها في التعبير عن طريق عوامل مختلفة مرتبطة بالاحتياجات النفسية (Ryan and Deci,2000) حيث يتم تصور الحيوية كمؤشر حاسم للرفاهية الجيدة، أي يُنظر إلى الحيوية على أنها تعكس أداء الفرد بشكل كامل وإدراكه لذاته بدلاً من مجرد كونه سعيداً أو مسروراً ( Ryan and Deci,2001)، في وجهة نظر نظرية تقرير المصير ، يتم تحفيز الحيوية من خلال الظروف التي يمكن للشخص فيها التعبير عن جميع جوانب أدائه ، الأمر الذي يتطلب دعم الاحتياجات الجسدية والنفسية الاجتماعية الأساسية ، بما في ذلك احتياجات الاستقلالية والكفاءة والارتباط. تتضاءل الحيوية عندما تولد السياقات الاجتماعية مشاعر عدم الفعالية أو الانفصال أو تلك المرتبطة بالتغير مثل الاغتراب أو الخضوع للسيطرة.

كما نجد أن الحيوية الذاتية وفقاً لما يراه نيكس وريان وديسي Nix, Ryan, Manly and Deci(1999) تتعد من الخصائص الأساسية الدافعة للإنسان باتجاه تحقيق الذات وبالتالي التقدير الإيجابي لها وتقلل في نفس الوقت من احتمالات المعاناة من القلق و الاكتئاب و الضغوط، وتزيد من القدرة على تحمل الألم و المعاناة باعتبارها جزء أصيل

فى الحياة يمكن تجاوزه بطرق الحياة الإيجابية، لذا فإن الافتقاد إلى الحيوية الذاتية يؤدي إلى زيادة فى معاناة الفرد. فالحيوية الذاتية حالة يخبرها الإنسان فى مواقف وظروف معينة وعند تصديه لمهام وأعمال معينة يشعر معها بالحماس ، وهي ترتبط ارتباطاً إيجابياً بمتغيرات سيكولوجية إيجابية كالاستقلالية والإعتماد على الذات والإندفاع الإيجابي نحو تحقيق الذات وبذلك تحرر الشخص من الصراعات والضغط الخارجية وتجعله يشعر فى نفس الوقت بالقدرة على التأثير فى مسار الأحداث الحياتية بهمة وفاعلية ( سليم ، ٢٠١٦ ، ص ١٨٥).

ترتبط الحيوية ارتباطاً مباشراً وتفاعلياً بالعوامل النفسية والجسدية، فعلى المستوى الجسدي ، ترتبط الحيوية بالصحة الجسدية الجيدة والأداء الجسدي الجيد ، وكذلك التحرر من التعب والمرض، وعلى المستوى النفسي ، تعكس الحيوية قوة الإرادة والتأثير واندماج الذات على المستويين الداخلى و الخارجى للفرد (Peterson and Seligman,2004,274)

على الرغم من أن الحيوية مرتبطة بالطاقة ، إلا أن استخدام كلمة "طاقة" كمرادف للحيوية يمكن أن يكون مضللاً بعض الشيء لأن الحيوية تستلزم فقط الطاقة التي يتم اختبارها على أنها إيجابية ومتاحة للذات فالشخص المتوتر أو الغاضب يكون نشيطاً ولكن ليس بالضرورة أن يكون حيويًا فى الواقع ، بعض أشكال التنشيط تستنزف الطاقة ، مثل الاستثارة والعصبية المرتبطة بالصراع داخل النفس أو بين الأشخاص. وفقاً لذلك ، ارتبط وجود مثل هذه الحالات سلباً بالحيوية الذاتية فى عدد من الدراسات السابقة . (Peterson and Seligman,2004,274)

كذلك تشير الدراسات إلى أن الأفراد الحيويون يظهرون انتباهاً أكثر، ورغبة أكثر فى أداء المهام وتحسين الذاكرة، وأنهم يكونون أكثر ابداعاً ويمتازون بالهمة الذاتية وهي حالة نفسية إيجابية مقترنة بمشاعر التمسح والتشبع بالطاقة و الانتشاء و الاهتمام والاقبال على الحياة والترحيب بها والتحدى بروح المبادرة و المثابرة ( عفرأ ابراهيم ، 2020).

## 2/ مشكلة البحث :

يشير التراث الأدبي لوجود عدد من الدراسات التى تناولت مفهوم الحيوية الذاتية فى مجال علم النفس الإيجابي سواء كانت عربية أو أجنبية ، الا أننا نجد أن الدراسات العربية كانت قليلة رغم حداثة هذا المفهوم وحاجته للبحث والاستكشاف، كما أن تلك الدراسات اقتصرت على تناوله من خلال متغيرات بعينها دون غيرها، مما دعا الحاجة إلى ضرورة مراجعة هذا الانتاج العلمى لتحديد جوانب النقص و القصور فى دراسته والقاء الضوء على الجوانب التى يجب توجيه أنظار الباحثين إليها، وذلك من أجل تحديد

أهمية هذا المفهوم في المجال التربوي و كيفية تحقيق أقصى استفادة ممكنة منه وعليه  
يمكن تحديد مشكلة البحث في التساؤلات التالية :

1. ما أنواع المتغيرات التي تمت دراستها في ارتباطها بمفهوم الحيوية الذاتية في الفترة من (2010-2023) ؟
2. ما طبيعة العينات الأكثر استخداماً في الدراسات التي تناولت مفهوم الحيوية الذاتية في الفترة من (2010-2023) ؟
3. ما الأدوات الأكثر استخداماً في القياس في الدراسات التي تناولت مفهوم الحيوية الذاتية في الفترة بين (2010-2023) ؟
4. ما المناهج الأكثر استخداماً في الدراسات التي تناولت مفهوم الحيوية الذاتية في الفترة بين (2010-2023) ؟

### 3/ أهداف البحث :

1. معرفة التوجهات المعاصرة في دراسات مفهوم الحيوية الذاتية.
2. وصف وتحليل مضمون الدراسات العربية و الأجنبية المرتبطة بالحيوية الذاتية في الفترة من 2010 إلى 2023 من حيث المتغيرات المرتبطة بها والأدوات المستخدمة في القياس والفئات التي تم تطبيق الأدوات عليها والنتائج التي توصلت إليها في الدراسات العربية و الأجنبية .
3. دراسة الإنتاج العلمي للدراسات السابقة في الفترة من (2010 - 2023) ومعرفة إمكانية الاستفادة من واقع الدراسات السابقة في ضوء مؤشرات التحليل البعدي للنتائج التي تم الحصول عليها.
4. الكشف عن جوانب النقص في الدراسات و التي تحتاج إلى البحث في مجال الحيوية الذاتية .

### 4/ أهمية البحث :

تتمثل أهمية البحث الحالي في :

#### 1/4 الأهمية النظرية :

1. إثراء مجال علم النفس بدراسة مسحية قد تسهم في تطوير البحث العلمي .
2. تحديد جوانب القوة و الضعف في دراسة مفهوم الحيوية الذاتية .

3. اثراء المعرفة العلمية من خلال توضيح أهداف وعينات وأدوات ونتائج الدراسات السابقة مما يوفر دعم للبحوث في المجال التربوى.

#### 2/4 الأهمية التطبيقية :

1. الاستفادة من الاطلاع على الدراسات الأجنبية في تحديد الدراسات التي نحتاج إليها في بلادنا العربية .
2. الاستفادة من الاطلاع على الدراسات السابقة في تحديد الدراسات التي يجب استكشافها في المجال التربوى .
3. الاستفادة من تحليل نتائج الدراسات السابقة في تحديد توصيات للدراسة من قبل الباحثين في المجال.

#### 5/ حدود الدراسة :

- **الحدود الموضوعية:** وتتخلص فى تغطية الدراسة للموضوعات والبرامج التي تتعلق بمفهوم الحيوية الذاتية فى رسائل الماجستير والدكتوراه وكذلك الأبحاث المنشورة فى مجلات علمية محكمة والابحاث المنشورة فى المؤتمرات العلمية.
- **الحدود المكانية:** تم جمع الدراسات السابقة التي تم تحليلها فى تلك الدراسة من عدة مواقع بحثية كدار المنظومة، و Elsevier، و ProQuest، و Google Scholar و Eric وغيرها من المصادر المتاحة على بنك المعرفة.

#### 6/ مصطلحات البحث :

1/6 **الحيوية الذاتية :** ويمكننا تعريف الحيوية الذاتية بأنها " وجود طاقة ونشاط كافي لدى الفرد يساعده على القيام بمهامه اليومية بنجاح، إلى جانب تمتعه بالقدرة على التفاعل الإيجابي والفعال مع الاخرين مع شعوره بكفاءة ذاته و استقلاليتها مما يمكنه من تحقيق اهدافه بنجاح" .

#### 7/ الاطار النظري :

#### 1/7 مفهوم الحيوية الذاتية :

ولقد تعددت تعريفات الحيوية الذاتية من المنظور السيكولوجي ، فمنها:-

- وصفها الذي اقترحه رايان وفريدريك (Ryan and Frederick, 1997, 530) "تجربة المرء الواعية لامتلاك الطاقة والحيوية وأنها انعكاس لكل من الصحة الجسدية والنفسية وبالتالي تتأثر بالعوامل النفسية والجسدية.
- ويرى بيترسون وسليجمان (Peterson and Seligman, 2004, 273-274) أنها القوة الداخلية النشطة التي تدفع الفرد للقيام بأدائه بفاعلية ، وتسهم في تمتع الشخص بالصحة النفسية والبدنية ، إذ يرى أن الأشخاص الذين يتمتعون بالحيوية لديهم شعور بالهمة والاندفاع نحو الحياة ، ويتمتعون بالطاقة العالية ، ونادراً ما يشعرون بالضعف والتعب والإنهاك.
- ويعرفها كوزبانسكي وثورستون (Kubzansky and Thurston, 2007, 1394) الحيوية الذاتية بأنها حالة إيجابية مرتبطة بمشاعر الحماس والطاقة والاهتمام - كمقياس ذي صلة للصحة العاطفية. الشعور بالطاقة الإيجابية ، والقدرة على تنظيم المشاعر والسلوك بشكل فعال ، والرفاهية الإيجابية ، والتي تشمل الشعور بالانخراط والاهتمام بالحياة
- ويذكر عبد العزيز إبراهيم ( ٢٠١٦ ، ١٨٢ ) أنها حالة من الشعور الايجابي بالحياة والطاقة التي تعرب عن نفسها في صيغة التحمس والامتلاء بالحياة والاحساس بالقوة والشعور بالاعتدال ، ويعتقد بأنها تجسيد لمشاعر الكفاءة والانتعاش وكون المرء فعالاً ومنتجاً ونشطاً .

## 2/7 أبعاد الحيوية الذاتية :

يشير كورتوش (Kurtus, 2012) إلى وجود ثلاثة أبعاد للحيوية الذاتية وهي :

- **الحيوية البدنية :** أن يكون لدى الفرد طاقة لفعل شيء ما بقوة، والقدرة على تحمل المتاعب و الضغوط ، وهذا ليس فقط في الأنشطة الرياضية ولكن في جميع أنشطة العمل والحياة اليومية، وهي تتطلب أن يكون الفرد في صحة جيدة وخالي من الأمراض والأصابات
- وذلك لا يعنى أن إصابة الفرد بإعاقة معينة أنه يفنق الشعور بالحيوية لأنها فى المعنى العام تشير إلى شعور الفرد بحسن الحال وعدم إصابته بالأمراض التي تعيقه عن تحقيق أهدافه أى أنه كلما تمتع الشخص بمستوى عام من السلامة البدنية والعافية الصحية حتى وإن كان مصاباً بإعاقات معينة كلما كان أكثر حيوية وهمة ونشاطاً

وتتمثل الحيوية البدنية فى أسلوب حياة الشخص حيث نظام تغذيته ونظام نومه ونظام الرعاية الصحية وظروف السكن وطبيعة البيئة المكانية التى يتحرك فى إطارها من حيث التنظيم والنظافة والخدمات المتاحة.

➤ **الحيوية العقلية** : فتعني وجود طاقة ذهنية كافية للتفكير بوضوح والقدرة على تحمل الضغوط والتعامل مع المشكلات بفاعلية ويقظة ذهنية وأول متطلب للحيوية الذهنية هو الحيوية الجسمية، فمثلا التفكير باعتباره من أعلى المهام العقلية يحتاج لدرجة من الحيوية الجسمية للقيام به قد نجد صعوبة فى التفكير أو حل المشكلة إذا لم نحصل على قسط من النوم.

نقتضي الحيوية الذهنية تمتع الفرد بمستوى مناسب من الصحة النفسية، حيث أن الضيق والغضب الانفعالي غالبا ما يعيق الأداء الوظيفي للدماغ؛ مما يؤدي بصورة عامة إلى قصور فى العمليات المعرفية(Kurtus,2012)

➤ **الحيوية الانفعالية**: يرى Kurtus(2012) أن الحيوية الانفعالية تعنى النظرة الايجابية للحياة والتي تجعل الشخص مبتهجا سعيدا ومتحمسا للعمل ويشعر بالسلام والطمأنينة ، بالإضافة إلى قدرته على التحمل والتعامل بإيجابية مع مشاكل ومنغصات الحياة ، وفي رأيه أن الحيوية الانفعالية يكتسبها الفرد من خلال تغذية وتدعيم ذاته بالأفكار الإيجابية .

ومن ثم يمكن القول أن الحيوية الانفعالية تتمثل فى شعور الفرد بالهمة والنشاط والحماس والمثابرة والدافعية العالية للإنجاز ، والقدرة على ضبط وتنظيم الانفعالات ، وتبنيه اتجاهات نفسية إيجابية نحو الحياة تجعله راضيا سعيدا مستمتعا بحياته ومقبلا عليها بغض النظر عن منغصات الحياة ، القدرة على المواجهة الإيجابية للمشكلات (فاطمة الزهراء،2020، 248)

➤ **الحيوية الروحية** : يقصد بها الاندفاع النشط الايجابي من قبل الفرد لتأصيل قيم الحق والخير والجمال والتجويد السلوكى لحياة الآخرين فى إطار قيم الروحية العليا المرتبطة بنسق الاعتقاد، مع الشعور بالطمأنينة والصفاء والسكينة العامة، فضلا عن امتلاك مقومات التأثير الروحي فى الآخرين ودفعهم باتجاه الارتقاء الأخلاقى (عبد العزيز إبراهيم سليم ، ٢٠١٦ ، ١٩١) .

#### 8/ الدراسات السابقة :

قامت الباحثة بالاطلاع على ما توافر من دراسات سابقة (عربية – أجنبية) تتناول مفهوم الحيوية الذاتية وتحديد الدراسات التى تهتم بتناول المفهوم فى المجال التربوى

للتعرف على الاتجاهات الحديثة في تناول هذا المفهوم وذلك من خلال تحليل عدد (40) دراسة علمية سواء كانت أبحاث أو مقالات أو رسائل علمية وذلك في الفترة الزمنية بين (2010-2023) وسيتم عرضها وفقاً لترتيبها الزمني كالتالي :

- دراسة **(2010) Fini, Kavousian, Beigy and Emami** يدرس هذا البحث العلاقة بين المهارات الحياتية والكفاءة الذاتية والتكيف مع الجامعة والرفاهية النفسية والرضا عن الحياة للإشارة إلى أنه يمكن التنبؤ بالحيوية الذاتية للطلاب من خلال هذه المتغيرات، تم اختيار 360 طالباً من جامعة آزاد طبق عليهم مقياس الحيوية الذاتية (Ryan and Frederick(1997)، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي و أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية جيدة إلى حد ما بين المهارات الحياتية ، والكفاءة الذاتية ، والتكيف الجامعي ، والرضا عن الحياة ، والرفاهية النفسية بالحيوية الذاتية، وأيضاً أظهر تحليل الانحدار أن الرفاهية النفسية والمهارات الحياتية والرضا عن الحياة هي أفضل مؤشرات للحيوية الذاتية.

- دراسة **(2011) Khalkhali and Golestaneh** تبحث هذه الدراسة في تأثير الأساليب التحفيزية للمعلم والفوز مقابل الخسارة على الحيوية الذاتية للطلاب الإيرانيين والسعادة في التربية البدنية، شارك 105 طالب في المرحلة الثانوية في الدراسة، تم استخدام مقياس الحيوية الذاتية (Ryan and Frederick (1997)، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، و أظهرت النتائج أن أسلوب التحفيز الذاتي الداعم مقابل أسلوب التحفيز المسيطر يعزز الحيوية ، وأسلوب تحفيز المعلم يتنبأ بالحيوية الذاتية عن متغير الخسارة / الفوز .

- دراسة **(2012) Akin** الهدف من هذه الدراسة هو فحص العلاقات بين إدمان الإنترنت والحيوية الذاتية والسعادة الذاتية، كان المشاركون 328 طالباً جامعياً طبق عليهم مقياس الحيوية الذاتية النسخة التركية من مقياس (Ryan and Frederick(1997)، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وفقاً للنتائج ، تم التنبؤ بالحيوية الذاتية والسعادة الذاتية بشكل سلبي من خلال إدمان الإنترنت، أيضاً تم التنبؤ بالسعادة الذاتية بشكل إيجابي من خلال الحيوية الذاتية، بالإضافة إلى ذلك ، توسطت الحيوية الذاتية في العلاقة بين إدمان الإنترنت والسعادة الذاتية.

- دراسة **(2013) Uysal, Satici and Akin** فحصت هذه الدراسة التأثيرات الوسيطة لإدمان Facebook® على العلاقة بين الحيوية الذاتية والسعادة الذاتية، 297 طالباً جامعياً تم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية المكون من 7 عناصر ( Ryan and Frederick(1997) عليهم ، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي أظهر تحليل

الانحدار أن إيمان Facebook توسط جزئياً في العلاقة بين الحيوية الذاتية والسعادة الذاتية.

- دراسة (Uysal, Satici, Satici and Akin, 2014) في هذه الدراسة ، تم دراسة التأثير الوسيط و المعدل للحياة الذاتية على العلاقة بين الرضا عن الحياة والسعادة الذاتية، كان المشاركون 378 طالباً جامعياً أكملوا مقياس الحيوية الذاتية ( Ryan and Frederick, 1997) و استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، أظهرت نتائج تحليل الانحدار أن الحيوية الذاتية توسطت جزئياً في العلاقة بين الرضا عن الحياة والسعادة الذاتية، كما أشار تحليل الانحدار إلى أن الحيوية الذاتية لم تعمل على تعديل العلاقة بين الرضا عن الحياة والسعادة الذاتية

- دراسة (Saricam, 2015) كان الغرض من هذه الورقة هو فحص ما إذا كانت الكفاءة الذاتية قد تلعب دوراً وسيطاً بين الحيوية الذاتية والإرهاق المدرسي لدى المراهقين الأتراك، كان المشاركون 344 من طلاب المدارس الثانوية، تم قياس الحيوية بمقياس الحيوية الذاتية المكون من 7 عناصر (Ryan and Frederick, 1997)، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ، أظهرت النتائج أن الحيوية الذاتية والإرهاق المدرسي والكفاءة الذاتية كانت مرتبطة ببعضها البعض، أشارت النتائج إلى أن الكفاءة الذاتية توسطت جزئياً في العلاقة بين الحيوية الذاتية والإرهاق المدرسي.

- دراسة (Alborzkouh, Nabati, Zainali, Abed and Ghahfarokhi, 2015) أجريت الدراسة لمراجعة فعالية التدريب على إدارة الإجهاد على الحياة الأكاديمية والرفاهية العقلية لطلاب جامعة شاهد، كان المنهج المستخدم شبه تجريبي، لذلك تم اختيار مجموعة من 40 طلاب جامعة شاهد في طهران بطريقة أخذ العينات الملائمة وتم تنظيمهم في مجموعتين: المجموعة التجريبية والضابطة، تم اختبار كلتا المجموعتين مسبقاً باستخدام مقياس الحيوية الأكاديمية ، ثم تلقت المجموعة التجريبية تدريباً على مهارات إدارة الإجهاد لمدة عشر جلسات ، ولم تلقت المجموعة الضابطة أي تدخل، بعد ذلك ، تم اختبار كلا المجموعتين لاحقاً، وأظهرت النتائج أن التدريب على مهارات إدارة الإجهاد ساهم بشكل كبير في تعزيز الحيوية الأكاديمية والرفاهية النفسية للطلاب.

- دراسة (Abbasi, Ayadi, Shafiee and Pirani, 2016) الهدف من هذه الدراسة هو شرح الدافع الأكاديمي لطلاب التمريض على أساس الرفاهية الاجتماعية والحيوية، تم اختيار 210 طالب من جامعة اراك للعلوم الطبية، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي النتائج: كانت هناك ارتباطات معنوية وإيجابية بين الرفاهية الاجتماعية والدوافع الأكاديمية والمقاييس الفرعية بما في ذلك الدافع العاطفي والدافع

المعرفي ، نظرا لعدم وجود علاقة ارتباط بين الحيوية الأكاديمية والدافع الأكاديمي ومقاييسها الفرعية ، لم تستطع الحيوية الأكاديمية التنبؤ بالدافع الأكاديمي .

- دراسة (Núñez and León, 2016) بحثت هذه الدراسة في العلاقات بين دعم الاستقلالية والدافع الجوهري للتعلم والنتائج التحفيزية وهي (التعلم العميق والحيوية) و كانت الفرضيات هي أن دعم الاستقلالية يتنبأ بنوعين من النتائج ، وأن الاستقلالية تدعم بشكل مباشر وغير مباشر التنبؤ بالحيوية والتعلم العميق من خلال الدافع الداخلي للتعلم، بلغ عدد المشاركين 276 طالبًا جامعيًا، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ، أشارت النتائج إلى أن إدراك الطلاب لدعم الاستقلالية كان له تأثير إيجابي على التعلم العميق والحيوية ، بالإضافة إلى ذلك ، تم التوسط في هذه الارتباطات من خلال الدافع الداخلي للتعلم، تشير هذه النتائج إلى أن المعلمين هم عناصر أساسية في إنشاء بيئة دعم الاستقلالية لتعزيز التحفيز الذاتي والتعلم العميق والحيوية في الفصل الدراسي .

- دراسة (Deniz and Satici, 2017) درست الدراسة الحالية العلاقة بين السمات الشخصية الخمسة الكبرى والحيوية الذاتية، كان المشاركون 307 طلاب جامعيين [180 (59%) إناث ، 127 (41%) ذكر وتم استخدام مقياس الحيوية الذاتية الذي طوره رايان وفريدريك (1997) ، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ، أظهرت النتائج أن الانبساط والقبول والانفتاح كانت عوامل تنبؤية إيجابية معنوية وأن العصابية كانت مؤشرا سلبيا معنويا للحيوية الذاتية والتي شكلت 31% من التباين الكلي، لم يكن الوعي مؤشرا كبيرا للحيوية الذاتية.

- دراسة (Singh and Sharma, 2018) فحصت الدراسة الحالية أيضًا العلاقة المحتملة بين الحيوية الذاتية والرفاهية النفسية، تكونت العينة من 100 شاب (من سن 20-40 سنة)، تم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية (Ryan & Frederick, 1997) على المشاركين في الإعدادات الفردية أو الجماعية، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ، أظهرت التحليلات الإحصائية أن الحيوية الذاتية ترتبط بشكل إيجابي بالرفاهية النفسية وبنياتها الإيجابية أو أبعادها الفرعية المختلفة، كما تشير النتائج إلى أن الأشخاص الذين يتمتعون بمستوى أعلى من الحيوية شهدوا أيضًا مستوى أعلى من الرفاهية النفسية.

- دراسة (Mirzabeigi, Bakhtiarpour, Eftekhar Saadi, Makvandi and Pasha, 2018) هدفت هذه الدراسة إلى المقارنة بين الطلاب والطالبات بناءً على متغيرات الحيوية الأكاديمية ، والشعور بالانتماء للمدرسة ، والدافع على التحصيل الدراسي، و تكونت عينة الدراسة من 374 طالب وطالبة، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، أظهرت نتائج هذه الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية

بين طلاب وطالبات المدارس الثانوية في إيلام من حيث الانتماء إلى الأقران ، ودعم المعلم ، والعدالة المدرسية ، والاتصال المدرسي ، والمشاركة الأكاديمية ، ودوافع التحصيل الدراسي والحيوية الأكاديمية لصالح الطالبات.

- دراسة سارة حسام (2018) هدف الدراسة الحالية لاختبار فاعلية برنامج ارشادي انتقائي في تنمية الحيوية الذاتية لدى عينة من الشباب الجامعي، تكونت عينة حساب الخصائص السيكومترية للمقياس من 199 طالب وطالبة من طلاب المرحلة الجامعية الأولى بكلية التربية جامعة عين شمس من طلاب الفرقة الثالثة والرابعة، تتراوح أعمارهم بين 16 و19 عاماً، ، أما عينة الدراسة، فقد تكونت من 20 طالبا وطالبة من طلاب المرحلة الجامعية الأولى بكلية التربية جامعة عين شمس تراوحت أعمارهم بين 16 و19 عاماً، تم تقسيمهم إلى مجموعتين (مجموعة تجريبية مكونة من 10 أفراد ، ومجموعة ضابطة مكونة من 10 أفراد ،تم جمع البيانات باستخدام مقياس ريان وفريدريك للحيوية الذاتية (ترجمة الباحثة). وأظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي، حيث كان هناك فروق دالة بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، وكذلك فروق بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية.

- دراسة Ugur, Kaya and Özçelik (2019) في هذه الدراسة ، تم فحص الحيوية الذاتية كوسيط في العلاقة بين الاحترام تجاه الشريك والسعادة الذاتية في عينة المعلمين.،تم جمع البيانات من 172 معلماً متزوجاً من مقياس الحيوية الذاتية، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، و تظهر النتائج أن السعادة الذاتية يتم توقعها بشكل إيجابي من خلال احترام الشريك والحيوية الذاتية، و كذلك يتم التنبؤ بالحيوية الذاتية بشكل إيجابي من خلال الاحترام تجاه الشريك، أيضاً العلاقة بين الاحترام تجاه الشريك والسعادة الذاتية تتوسطها الحيوية الذاتية جزئياً، كما إن فهم دور الاحترام داخل العلاقات الوثيقة يمكن أن يسهل تطوير التدخلات لتعزيز التواصل بين الشركاء حول مواقف السلامة وتقليل عنف الشريك .

- دراسة تحرير امين و حسن على (2019) هدف البحث الحالي الى التعرف على الحيوية الذاتية : والتعرف على دلالة الفرق في الحيوية الذاتية لدى المعلمين تبعاً لمتغير النوع التعرف على دلالة الفرق في الحيوية الذاتية لدى المعلمين تبعاً لمتغير الخدمة الوظيفية، وقد اعتمدت الباحثة مقياس ( Ryan and Frederik (1997 للحيوية الذاتية الذي تكون من فقرات) وقد بلغ حجم عينه البحث ( ٦٠٠ ) معلم ومعلمة من المعلمين الموجودين في المدارس الابتدائية في محافظة بغداد ومديرياتها الست في الكرخ، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، و أظهرت النتائج لدى المعلمين في محافظة بغداد مستويات عالية من الحيوية الذاتية . ٢- لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية

تبعاً لمتغير الجنس في الحيوية الذاتية ، لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية في الحيوية الذاتية لدى المعلمين في محافظة بغداد وفقاً لمتغير الخدمة الوظيفية.

- دراسة (Algharaibeh 2020) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الفروق بين المرونة المعرفية والحيوية الذاتية حسب الخلفية التخصصية (العلمية والأدبية) والنوع (ذكر وأنثى) وقدرة المرونة المعرفية كمؤشر للحيوية الذاتية، تم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية على 189 طالباً جامعياً في الأردن، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن وأظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة الضابطة والمرونة المعرفية الكلية والدرجة الكلية للحيوية الذاتية، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة الضابطة والنتيجة الإجمالية للحيوية الذاتية حسب النوع، و كذلك يمكن التنبؤ بالحيوية الذاتية من خلال المرونة الإدراكية.

- دراسة (Abbasi and Yousefi 2020) الغرض من هذه الدراسة هو معرفة العلاقة السببية بين الضبط النفسي للوالدين وحيوية الطلاب الذاتية مع الدور الوسيط لاستراتيجيات تنظيم العاطفة المعرفية، يتألف المشاركون من 346 طالباً جامعياً في جامعة شيراز والذين اختاروا عن طريق أخذ عينات عشوائية عنقودية، تم استخدام مقياس الحيوية الذاتية المكون من 7 عناصر (Ryan and Frederick, 1997) ، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، أظهرت النتائج أن السيطرة النفسية للوالدين أثرت سلباً على الحيوية الذاتية واستراتيجيات تنظيم العواطف المعرفية التكيفية، كما كان تأثير الضبط النفسي للوالدين على استراتيجيات سوء التكيف موجبا وذا دلالة إحصائية، و كذلك أظهرت استراتيجيات سوء التكيف آثاراً سلبية على الحيوية الذاتية ، وكان لاستراتيجيات التكيف آثار إيجابية على الحيوية الذاتية، كما أكد اختبار Bootstrap الدور الوسيط لتنظيم العاطفة المعرفية في العلاقة بين التحكم النفسي الأبوي والحيوية الذاتية.

- دراسة جارج وساركار (Garg and Sarkar 2020) تهدف هذه الدراسة إلى بحث ضرورة وكفاية الامتتان والمرونة للحيوية بين طلاب الجامعات الهندية، تتألف العينة من 300 طالب جامعي مسجلين في مختلف الجامعات الخاصة والعامّة عبر دلهي ، تم قياس الحيوية باستخدام مقياس الحيوية الذاتية (SVS) الذي طوره رايمان وفريدريك (1997) ، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ، تثبتت النتائج أن كلاً من الامتتان والمرونة شرطين كافيين وضروريين لحدوث الحيوية بين الطلاب.

- دراسة عفراء ابراهيم (2020) هدفت الدراسة إلى التعرف على الحيوية الذاتية فضلاً عن التعرف على الفروق في الحيوية الذاتية بين الطلبة على وفق متغير النوع والمرحلة الدراسية والتخصص الدراسي، وتألّفت عينة الدراسة من (١٢٠) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة وتم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية (إعداد الباحثة)، استخدمت الدراسة

المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وقد اسفرت نتائج الدراسة عن: إن طلبة الجامعة يتمتعون بدرجة عالية من الحيوية الذاتية، ووجود فروق في الحيوية الذاتية على وفق متغير النوع لصالح الذكور، وعدم وجود فروق في الحيوية الذاتية وفق متغير التخصص الدراسي أو متغير المرحلة الدراسية.

- دراسة فاطمة عبد الفتاح (2020) هدفت الدراسة إلى فحص طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة المنيا، والكشف عن دلالة الفروق بين عينة الدراسة في كلا المتغيرين المناعة النفسية والحيوية الذاتية تبعاً لمتغير الجنس، والتعرف على مدى إسهام المناعة النفسية في التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى عينة الدراسة، وأخيراً التعرف على مدى اختلاف ديناميات الشخصية والبناء النفسي للحالتين الأكثر ارتفاعاً والأقل انخفاضاً في المناعة النفسية. وتكونت عينة الدراسة الأساسية من (279) معلماً ومعلمة من معلمي التربية الخاصة بمحافظة المنيا بواقع (126) معلماً و(153) معلمة وتم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية (إعداد: الباحثة)، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات عينة الدراسة على المناعة النفسية بأبعادها ودرجاتهم على مقياس الحيوية الذاتية، وأيضاً وجود فروق غير دالة إحصائياً بين متوسطات درجات عينة الدراسة في الحيوية الذاتية تعزى لمتغير الجنس (ذكور، وإناث)، فيما عدا بعد الحيوية الاجتماعية كانت الفروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) لصالح الإناث، وأيضاً أسهمت أبعاد المناعة النفسية إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى عينة الدراسة، وكان لبعد الشعور بالتماسك الأثر الأكبر حيث أسهم بنسبة (44.5%) في التنبؤ بالحيوية الذاتية.

- دراسة أرسلان (2021) Arslan و هدفت الدراسة الحالية إلى استكشاف ما إذا كانت الحيوية الذاتية توسطت في ارتباط الوحدة بالتكيف النفسي وما إذا كان الانتماء الجامعي يخفف التأثير الوسيط للحيوية الذاتية على تكيف الطلاب في سياق الوحدة، و تكونت عينة الدراسة من 333 طالباً جامعياً (69% إناث) من إحدى الجامعات الحكومية في تركيا، و تراوحت أعمارهم بين 19 و 41 سنة، و تم قياس الحيوية بمقياس الحيوية الذاتية المكون من 7 عناصر (Ryan and Frederick(1997)، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، كشفت النتائج من تحليل الوساطة أن الوحدة لها تأثير تنبؤي كبير على الحيوية الذاتية وتحديات التكيف النفسي. كما توسطت الحيوية الذاتية في تأثير الوحدة على التكيف النفسي لطلاب الكلية، علاوة على ذلك، خفف الانتماء الجامعي من التأثير الوسيط للحيوية الذاتية على التكيف وكان له تأثير وقائي على الارتباط بين الوحدة والحيوية الذاتية لدى طلاب الجامعات، و تشير هذه النتائج إلى أن الحيوية الذاتية

والانتماء إلى الكلية هما آليتان مهمتان قد تساعدان في تطوير استراتيجيات الوقاية والتدخل لتعزيز الصحة النفسية للطلاب ورفاههم في البيئات الجامعية.

- دراسة (Miksza, Evans and McPherson (2021) و بحثت هذه الدراسة في تأثير الإجهاد على رفاهية الطلاب ، وتحديدًا جانب الحيوية الذاتية ، و كان التركيز على استكشاف ما إذا كانت بعض السمات النفسية والاجتماعية ستخفف الآثار السلبية للتوتر على الحيوية، و ذلك من خلال العمل من نموذج مفاهيمي مشتق تجريبيًا ، كانت الفرضيات الأساسية هي: (أ) أن الإجهاد والكمالية الذاتية ستكون مرتبطة بشكل سلبي بالحيوية ، في حين أن القدرة على التكيف وجودة علاقات الأقران ستكون مرتبطة بشكل إيجابي بالحيوية ؛ و (ب) أن العلاقة بين التوتر والحيوية سيتم توسطها من خلال الكمالية الذاتية للطلاب والقدرة على التكيف وجودة علاقات الأقران، كان المشاركون 293 طالب من تخصص موسيقي و متخرجًا من كليات الموسيقى الجامعية والمعاهد الموسيقية في الولايات المتحدة وأستراليا، تم استخدام مقياس الحيوية الذاتية المكون من 7 عناصر (Ryan and Frederick (1997) وكشفت النتائج أن الإجهاد كان مؤشراً سلبياً كبيراً على الحيوية ، لكن الكمالية الذاتية لم تكن كذلك، بالإضافة إلى ذلك ، كانت كل من القدرة على التكيف وجودة العلاقات مع الأقران تتنبأ بشكل إيجابي بالحيوية، ومع ذلك ، لا الكمالية الذاتية والقدرة على التكيف ولا جودة العلاقات مع الأقران خففوا من آثار الإجهاد على الحيوية .

- دراسة (Hossinpanah and Kazemianmoghadam (2021) الهدف من هذه الدراسة هو اختبار العلاقة السببية بين الذكاء الثقافي والحيوية الأكاديمية مع التعلم الذاتي من خلال دور الوسيط للتسويق الأكاديمي لدى طالبات جامعة آزاد الإسلامية بدزفول ، وتم اختيار 354 منهن بطريقة المعاينة الطبقية العشوائية، تم استبيان ديجاني زاده وحسين شاري للحيوية الأكاديمية (2012) استخدمت الدراسة المنهج الوصفي السببي، تم تقييم النموذج المقترح باستخدام تحليل المسار، وأظهرت النتائج أن جميع معاملات المسار بين المتغيرات في العينة بأكملها كانت ذات دلالة إحصائية، بالإضافة إلى ذلك ، كانت المسارات المباشرة للذكاء الثقافي والحيوية الأكاديمية والتسويق الأكاديمي في التعلم الذاتي ذات دلالة إحصائية، كما أن المسارات المباشرة للذكاء الثقافي والحيوية الأكاديمية للتسويق الأكاديمي كانت مهمة أيضًا .

- دراسة ضياء نمر و أزهار محمد (2021) هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى امتلاك طلاب الاعدادي للحيوية الذاتية في العملية التعليمية، والفروق ذات الدلالة الإحصائية في الحيوية الذاتية لهم تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - أناث) والتخصص (العلمي الأدبي) ، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي المقارن ، وقام الباحث ببناء مقياس الحيوية الذاتية معتمداً على نظرية ريان فريدريك (Ryan and Frederick 1997) ،

ليتلءام مع أهداف البحث وعينته، وقد كانت فقرات مقياس الحيوية الذاتية بصورتها النهائية (٤٠) فقرة موزعة بين أربعة مجالات، وجرى استخراج الصدق والثبات واستخراج القوة التمييزية بطريقتي أسلوب المجموعتين المتطرفه، وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية، وللتحقق من أهداف البحث جرى اختيار (٤٦٨) طالباً وطالبة من طلبة السادس الإعدادي في محافظة بغداد ، وبعد تطبيق البيانات ومعالجتها أظهرت النتائج ما يأتي 1- لدى طلبة السادس الإعدادي (ذكور - إناث) حيوية ذاتية. ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بالحيوية الذاتية لدى طلبة السادس الإعدادي بحسب متغير الجنس، والتخصص، والتفاعل بين الجنس والتخصص.

-دراسة شيماء سيد (2022) هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن إمكانية التنبؤ بالرضا عن الحياة من خلال ما تسهم به الحيوية الذاتية للطلبة في الجامعة ، فضلاً عن دراسة المتغيرات الديموجرافية النوع - التخصص المؤثرة على متغيرات الدراسة، والكشف عن العوامل النفسية المرتبطة بالحيوية الذاتية، وذلك على عينة (ن=160) من طلبة الجامعة ، طبق عليهم مقياسي الحيوية الذاتية (إعداد الباحثين)، وأكدت النتائج على وجود علاقة إيجابية قوية بين الحيوية الذاتية والرضا عن الحياة للطلبة لا تختلف الحيوية الذاتية باختلاف النوع والتخصص، ولا يختلف الرضا عن الحياة باختلاف المتغيرات الديموجرافية، وأوضحت نتائج الدراسة إسهام الحيوية الذاتية في التنبؤ بالرضا عن الحياة لطلبة الجامعة ، وأن التحليل العاملي أسفر عن عدة عوامل محددة للحيوية الذاتية تتمثل في الحيوية الجسمية - الحيوية الذهنية - الحيوية الإنفعالية - الحيوية الإجتماعية ) .

-دراسة Arslan, Yildırım and Aytaç (2022) والتي بحثت في العلاقة بين القلق من فيروس كورونا والاجترار بالحيوية الذاتية والشعور بالوحدة كوسطاء، و تضمنت العينة عبر الإنترنت 356 طالباً جامعياً ، و تم قياس الحيوية بمقياس الحيوية الذاتية المكون من 7 عناصر (Ryan and Frederick 1997) ، و استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ، وأشار التحليل إلى أن القلق من فيروس كورونا كان مرتبطاً ارتباطاً مباشراً بالحيوية الذاتية والشعور بالوحدة والاجترار، وكان للحيوية الذاتية والشعور بالوحدة أيضاً تأثيرات مباشرة على الاجترار، علاوة على ذلك ، فإن التأثير غير المباشر للقلق من فيروس كورونا على الاجترار كان بوساطة الحيوية الذاتية والشعور بالوحدة، تسلط هذه النتائج الضوء على أهمية وجود أنظمة فعالة تراعي الحيوية الذاتية والشعور بالوحدة لتقليل تأثير القلق من فيروس كورونا على الاجترار .

-دراسة Asl, Azari, Abdoltajedini and Aghdasi (2022) الهدف من هذه الدراسة هو تحديد دور أنماط التعلق ، والتنظيم المعرفي للعاطفة والحيوية الذاتية في التنبؤ بالسلوكيات عالية الخطورة لدى المراهقات، و تكونت عينة الدراسة من 282 طالبة و تم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية المكون من 7 عناصر Ryan and Frederick

(1997)، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتوصلت النتائج إلى أن السلوكيات عالية الخطورة لها علاقة إيجابية وذات دلالة مع أنماط التعلق (التجنب والتناقض) وعلاقة سلبية وهامة مع الحيوية الذاتية، و أن الحيوية الذاتية وأسلوب التعلق المتناقض لديهم القدرة على تفسير التغييرات في السلوكيات عالية الخطورة .

-دراسة (Kaşıkçı and Peker (2022) يهدف هذا البحث إلى دراسة التأثير الوسيط للمرونة في العلاقة بين البحث عن الاحساس و الحيوية الذاتية و السعادة ، وتكونت مجموعة المشاركين في البحث من 519 طالبًا جامعيًا، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، تم استخدام مقياس الحيوية الذاتية المكون من 7 عناصر ( Ryan and Frederick, 1997) المعدل بواسطة (Uysal, Saricam and Akin (2014) و كشفت النتائج عن وجود علاقة طفيفة ذات دلالة إيجابية بين البحث عن الإحساس والمرونة والحيوية الذاتية والسعادة ، مما يشير إلى أن المرونة تلعب دورًا وسيطاً في العلاقة بينهم علاوة على ذلك ، فإن المستوى العالي من المرونة النفسية يزيد من الحيوية الذاتية والسعادة.

-دراسة (Kukić, Koropanovski, Vesković and Petrović (2022) قارنت هذه الدراسة بين مفهوم الذات الجسدية والحيوية الذاتية لطلاب كلية الشرطة والتربية البدنية وطلاب علم النفس ، واستقصت الدراسة ما إذا كان الطلاب الذين أبلغوا عن مستوى أعلى من النشاط البدني يصنفون بشكل مختلف مفهوم الذات الجسدية والحيوية الذاتية وما إذا كان النشاط البدني مرتبطًا بالحيوية الذاتية، و تضمنت عينة الدراسة 422 طالبًا جامعيًا (249 طالبة) من ثلاث مؤسسات أكاديمية حكومية: جامعة التحقيقات الجنائية والدراسات الشرطية (ن = 165) ، كلية الرياضة والتربية البدنية (ن = 156) وكلية علم النفس (ن = 101) ، تم استخدام مقياس الحيوية الذاتية المكون من 7 عناصر ( Ryan and Frederick (1997) استخدمت الدراسة المنهج الوصفي المقارن وكانت النتائج كالتالي : أبلغ طلاب الشرطة وطلاب التربية البدنية عن مستويات أعلى من النشاط البدني وأدركوا أن ذواتهم الجسدية وحيويتهم الذاتية أعلى من طلاب علم النفس ، سجل الطلاب الذين كانوا نشطين بدنيًا بدرجة كافية أيضًا درجات أعلى في مفهوم الذات الجسدية والحيوية الذاتية، و كان هناك ارتباط كبير بين مستوى النشاط البدني والحيوية الذاتية.

-دراسة نانسي كمال 2022 هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقات السببية المباشرة وغير المباشرة للحيوية الذاتية واليقظة العقلية والكفاءة الذاتية الأكاديمية كمتغير وسيط من خلال عينة مكونة من (1197) من طلبة جامعة اليرموك ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس: الحيوية الذاتية الذي قامت بتطويره (العبيدي، 2020) وقد أظهرت نتائج الدراسة أن النموذج السببي الأمثل للعلاقة بين اليقظة العقلية والحيوية

الذاتية والكفاءة الذاتية الأكاديمية هو النموذج السببي المعدل النظري ، كما وأظهرت النتائج وجود خمس علاقات مباشرة بين أبعاد البقطة العقلية والحيوية الذاتية ككل، وكانت جميع هذه العلاقات موجبة ودالة احصائيا وجميعها كانت موجبة الأثر، ووجود أثر وسيطي جزئي (Partial Mediation) دال إحصائيا في العلاقة بين كل بعد من أبعاد اليقظة العقلية (الملاحظة الوصف العمل دون وعي عدم اصدار الاحكام عدم التفاعل مع التجربة الداخلية والحيوية الذاتية ككل من خلال بعد الكفاءة الذاتية الأكاديمية التنظيم وإدارة الوقت)، وجميعها كانت موجبة الأثر، ما عدا علاقة بعد العمل دون وعي والحيوية الذاتية ككل من خلال بعد الكفاءة الذاتية الأكاديمية (التنظيم وإدارة الوقت) التي كانت سالبة الأثر، ووجود أثر وسيطي جزئي (Partial Mediation) دال إحصائيا في العلاقة بين كل بعد من أبعاد اليقظة العقلية (الملاحظة الوصف العمل دون وعي، عدم اصدار الاحكام، عدم التفاعل مع التجربة الداخلية والحيوية الذاتية ككل من خلال بعد الكفاءة الذاتية الأكاديمية (التحصيل)، وجميعها كانت موجبة الأثر، ما عدا علاقة بعد العمل دون وعي والحيوية الذاتية ككل من خلال بعد الكفاءة الذاتية الأكاديمية (التحصيل) التي كانت سالبة الأثر.

-دراسة أحمد محمد (2022) استهدف البحث التحقق من مدى اختلاف ثقة الشباب الجامعي في التطعيم والوعي الصحي الوقائي ضد فيروس كورونا المستجد بتباين النوع ومكان الإقامة، ومستويات الصمود النفسي والحيوية الذاتية، وتم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية المكون من 7 عناصر (Ryan and Frederick(1997)، على مجموعة تكونت من (518) طالبا وطالبة بجامعة الأزهر، ومن خلال المنهج الوصفي المقارن وباستخدام المعالجات الإحصائية أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق تعزى للتفاعل بين الصمود النفسي والحيوية الذاتية، ووجدت فروق دالة إحصائيا في بعدي المعرفة الصحية الوقائية والاتجاه الوقائي والدرجة الكلية، تعزى للتفاعل بين الصمود النفسي والحيوية الذاتية.

-دراسة قطب عبده و محمود مغازي (2022) و التي هدفت إلى فهم طبيعة العلاقة بين الحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية و الشعور بالرضا لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من 888 طالب و طالبة من طلاب كلية التربية جامعة كفر الشيخ، وتم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية المُعد من قبل الباحثين، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الحيوية الذاتية و الشعور بالرضا ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالرضا و الكفاءة الاجتماعية، وأنه يمكن التنبؤ بالرضاعن الحياة من خلال أبعاد الحيوية الذاتية .

-دراسة (Yaghoubi, Ali Mohammadi and Azadi (2022) الهدف من هذه الدراسة هو معرفة دور تنظيم العاطفة المعرفية والمعالجة المعرفية في التنبؤ بالحيوية الأكاديمية للطلاب ، وتم تحديد 322 طالب وطالبة من المرحلة الاعدادية، من أجل جمع

المعلومات ،تم استخدام مقياس حسين شاربي وديهغانيزاده (2012) للحيوية الأكاديمية ، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، النتائج: أظهرت النتائج أن تنظيم العاطفة المعرفية والمعالجة المعرفية تلعب دورًا في التنبؤ بالحيوية الأكاديمية، كما أظهرت نتائج تحليل الانحدار أن 86% من التباين الكلي للحيوية الأكاديمية يمكن التنبؤ به بناءً على تنظيم العاطفة المعرفية والمعالجة المعرفية.

**-دراسة فاطمة عادل (2022)** تهدف الدراسة إلى التعرف على الحيوية الذاتية وعلاقتها بالإبداع الإرشادي لدى المرشدين التربويين، كما تهدف إلى تقصي الفروق الفردية بين المرشدين التربويين حسب متغير النوع، تتكون عينة الدراسة من 200 مرشد و مرشدة، وتم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية لريان وفريديك 1997، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ،توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: ان المرشدين التربويين يمتلكون الحيوية الذاتية بدرجة جيدة - ان المرشدين التربويين لديهم الابداع الارشادي بشكل مرتفع - أن الحيوية الذاتية عند الاناث اعلى من الذكور - توجد علاقة طردية ذات دلالة احصائية بين الارشاد الابداعي و الحيوية الذاتية .

**-دراسة عبير الرشدان (2022)** هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين متغير الحيوية الذاتية ومتغير اليقظة العقلية، والتعرف على الفروق في الحيوية الذاتية واليقظة العقلية تبعاً للنوع لدى عينة من طلبة وطالبات جامعة الكويت، تم استخدام المنهج الوصفي المقارن الارتباطي لملائته الطبيعة الدراسة، تكونت العينة من ٢٠٠ طالباً و ٢٠٠ طالبة من طلبة جامعة الكويت، حيث تم تطبيق مقياس الحيوية الثانية إعداد العبيدي ٢٠٠٢ ، أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية لدى أفراد عينة الدراسة، كما أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات أفراد عينة الدراسة من الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية، وهي دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) وذلك في اتجاه الذكور، ، وتوصلت الدراسة إلى أهمية القيام بدراسات وأبحاث علمية للتعرف على الحيوية الذاتية لدى الإناث بصورة أشمل وأوضح مما يساعد على إعداد برامج إرشادية لتنمية الحيوية الذاتية لدى الإناث لتنمية مهاراتها لدى طلبة المرحلة الجامعية، بالإضافة إلى أهمية الاستفادة من العلاقة الموجبة بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية في مجالات التربية والتعليم والعمل.

**-دراسة ميهان حمدي (2022)** هدفت الدراسة إلى تقصي العلاقة بين الحيوية الذاتية وكل من الكفاءة الذاتية والرضا عن الحياة والرفاهة النفسية، والتعرف على إمكانية التنبؤ بالحيوية الذاتية من خلال كل من الكفاءة الذاتية والرضا عن الحياة والرفاهة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من (٣٣٢) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية. واستخدمت الباحثة مقياس الحيوية الذاتية من إعدادها، ، وقد تم استخدام

الأسلوب الارتباطي التنبؤي للتعرف على نوع العلاقة بين متغيرات الدراسة وإمكانية التنبؤ بالحيوية الذاتية، وتوصل البحث إلى أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين الحيوية الذاتية وكل من الكفاءة الذاتية، والرضا عن الحياة وأبعاده الثلاثة والرفاه النفسي وأبعاده الخمسة اتسمت بكونها معاملات ارتباط موجبة ودالة عند مستوي (٠,٠١). وأظهرت النتائج قدرة المتغيرات المستقلة الكفاءة الذاتية والرضا عن الحياة والرفاهية النفسية على التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

**-دراسة ريم سالم (2022)** هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على تأثير العلاقة بين الحيوية الذاتية والازدهار النفسي عبر التنظيم الانفعالي لدى طالبات الجامعة المقبلات على التخرج، والتعرف على الفروق بين الطالبات في متغيرات كل من التنظيم الانفعالي والحيوية الذاتية والأزهار النفسي تبعاً للحالة الاجتماعية (متزوجة - غير متزوجة)، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، تكونت عينة الدراسة من (240) من الطالبات المقبلات على التخرج بجامعة الملك سعود بالرياض، مقسمة إلى (88) من الطالبات المتزوجات، و(152) من الطالبات غير المتزوجات، ومقياس الحيوية الذاتية (إعداد/ الباحثة)، ومقياس الازدهار النفسي (إعداد/ رزق، 2020)، وخلصت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين الحيوية الذاتية والتنظيم الانفعالي، ووجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً في التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي، وعدم وجود تأثير دال إحصائياً بين الحيوية الذاتية والازدهار النفسي، كما توصلت الدراسة إلى وجود فرق دال إحصائياً بين الطالبات في متغيري التنظيم الانفعالي والحيوية الذاتية والازدهار النفسي، تبعاً للحالة الاجتماعية في اتجاه الطالبات المتزوجات.

**-دراسة أثير محمد (2022)** هدف البحث الحالي إلى التعرف على الحيوية الذاتية وعلاقتها بالضغوط الناتجة عن جائحة فيروس كورونا (COVID-19) لدى طالبات جامعة جازان ولتحقيق أهداف البحث اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي كمنهج بحثي لإجراء هذا البحث، بالإضافة إلى استخدام مقياس الحيوية الذاتية من إعداد الباحثة لجمع البيانات الأولية اللازمة لإجراء البحث من أفراد عينة البحث وطبقت الباحثة هذا البحث على عينة مجتمعية من طالبات جامعة جازان، وقد بلغ حجم العينة (٥٠١) طالبة من طالبات جامعة جازان، وقد توصل البحث إلى عدة نتائج أهمها: وجود مستوى مرتفع من الحيوية الذاتية لدى طالبات جامعة جازان وجود مستوى مرتفع من الضغوط الصحية والضغوط الدراسية الناتجة عن جائحة فيروس كورونا لدى طالبات جامعة جازان وجود مستوى متوسط من الضغوط الأسرية والضغوط الاجتماعية الناتجة عن جائحة فيروس كورونا لدى طالبات جامعة جازان وجود علاقة ارتباطية بين الحيوية الذاتية والضغوط الناتجة عن جائحة فيروس كورونا لدى طالبات جامعة جازان. إمكانية التنبؤ بالضغوط الناتجة عن جائحة فيروس كورونا من خلال أبعاد الحيوية الذاتية.

**-دراسة Yazdani and Farhadi(2023)** كان الهدف من هذه الدراسة هو التحقيق في تأثير مواقف أولياء الأمور تجاه الحياة على التكيف الاجتماعي والمرونة والحيوية الذاتية لطلاب الصف الأول الثانوي، تم اختيار 440 طالبًا، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، أظهرت النتائج أنه كلما أصبحت الحياة ذات مغزى أكبر للآباء (نظرة أكثر إيجابية للحياة) ، تزداد أيضًا التكيف الاجتماعي لدى الطلاب وحيويتهم الذاتية. لكن مواقف الآباء تجاه الحياة لم تؤثر على مرونة الطلاب.

**-دراسة Stuart-Edwards (2023)** و التي هدفت إلى اختبار العلاقة بين اليقظة العقلية و الحيوية الذاتية كعلاقة تبادلية تتوسطها المواجهة، و تكونت عينة الدراسة من 248 مشارك، وكان متوسط الفئة العمرية 25-34 سنين، يمثل الرجال 24% من العينة، و فيما يتعلق بالتعليم أفاد 15 % من المشاركين أنهم حصلوا على شهادة الثانوية العامة أو ما يعادلها ، وأفاد 65 % أنهم حصلوا على شهادة جامعية ، وأفاد الباقيون على حصولهم على مستويات أعلى في تعليم، و تم قياس الحيوية بمقياس الحيوية الذاتية المكون من 7 عناصر (Ryan and Frederick( 1997) ، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ،وتوصلت الدراسة إلى اليقظة الذهنية مرتبطة بالحيوية بشكل مباشر وغير مباشر من خلال المواجهة الإيجابية .

**-دراسة سعاد حسنى (2023)** تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوجه نحو المستقبل وكلا من الحيوية الذاتية ومهارات ريادة الأعمال والعلاقة بين الحيوية الذاتية ومهارات ريادة الأعمال، والتعرف على النموذج البنائي للعلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية بين التوجه نحو المستقبل والحيوية الذاتية ومهارات ريادة الأعمال، وكذلك الكشف عن تأثير كل من النوع (ذكور / إناث) والتخصص كليات نظرية / كليات عملية والتفاعل بينهما على مهارات ريادة الأعمال لدى عينة من طلبة السنة النهائية بجامعة الأزهر، تكونت عينة الدراسة من (560) طالب وطالبة (305) من الكليات النظرية (255) من الكليات العملية، وبواقع (260) طالب، (300) طالبة تراوحت أعمارهم ما بين (21) (23) عاما تم تطبيق مقياس الحيوية الذاتية إعداده (عرفة، 2021) ، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوجه نحو المستقبل وكلا من الحيوية الذاتية ومهارات ريادة الأعمال، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الحيوية الذاتية ومهارات ريادة الأعمال، كما تم التوصل إلى وجود نموذج بنائي يفسر التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية بين التوجه نحو المستقبل (كمتغير مستقل) والحيوية الذاتية كمتغير وسيط ومهارات ريادة الأعمال (كمتغير تابع) ، كما أظهرت النتائج عدم وجود تأثير دال احصائيا لمتغيري النوع (ذكور / إناث) والتخصص (كليات نظرية / كليات عملية) والتفاعل بينهما على مهارات ريادة الأعمال لدى أفراد العينة من طلبة السنة النهائية بالجامعة .

### تعقيب على الدراسات السابقة :

من خلال الاطلاع على الدراسات السابق عرضها يمكننا ملاحظة التالى :

- أغلب الدراسات اهتمت بطلاب الجامعة بشكل كبير .
- أغلب الدراسات حديثة فمعظم الدراسات فى عام (2020-2021-2022) ربما يرجع ذلك لحدائثة البحث فى هذا المفهوم وتناوله .
- معظم الدراسات العربية اهتمت بالتعرف على مستوى الحيوية الذاتية لدى الطلاب أكثر من التعرف على علاقته و تأثيره فى المتغيرات المعرفية أو النفسية الأخرى ربما يرجع ذلك إلى كون المتغير حديث بالنسبة للبيئة العربية - ففي حدود علم الباحثة أول دراسة تناولت المفهوم كونه (حيوية ذاتية) و ليست مصطلحات مشابهة كان فى عام 2016- إلى جانب الحاجة إلى التحقق من أهميته بالنسبة للطلاب و تأثيره فى تحسين ادائهم سواء كان أكاديمياً أو اجتماعياً.
- قلة المقاييس المستخدمة فى قياس الحيوية الذاتية و اعتماد أغلبها على مقياس (Ryan and Frederick, 1997) رغم كون المقياس قد يكون قديماً نسبياً، إلى جانب أن قد لا يكون مناسباً للبيئة العربية أيضاً .

### نتائج البحث :

1-ينص التساؤل الأول على " ما أنواع المتغيرات التي تمت دراستها فى ارتباطها بمفهوم الحيوية الذاتية فى الفترة من (2010-2023) ؟"

قامت الباحثة بعمل عدة تصنيفات للبحوث والدراسات السابقة للإجابة على التساؤل السابق، والتي تم الاطلاع عليها فى الدراسة الحالية، ويوضح جدول (1) تصنيف الدراسات السابقة فى مجال الحيوية الذاتية تبعاً للمتغيرات التابعة الواردة فى الدراسات السابقة، وذلك حسب المعلومات التى تم ذكرها فى ملخص كل دراسة سابقة تم تحليلها فى البحث الحالي

جدول (1) تصنيف الدراسات السابقة تبعاً للمتغيرات التابعة

المتغيرات التابعة	التكرار	النسبة
-------------------	---------	--------

متغيرات معرفية	11	20,3%
متغيرات انفعالية	29	53,7%
متغيرات فسيولوجية	14	25,9%
المجموع	54	100%

2-ينص التساؤل الثانى على " ما طبيعة العينات الأكثر استخداماً في الدراسات التى تناولت مفهوم الحيوية الذاتية في الفترة بين (2010-2023) ؟"

للإجابة على هذا التساؤل قامت الباحثة بحساب التكرارات و النسب المئوية وتحديد جدول لفئة العينات التى تم الاعتماد عليها في الدراسات السابقة التى تم الاطلاع عليها والتي تم تصنيفهم في أربع فئات (طلاب الجامعة - طلاب المرحلة الثانوية - طلاب المرحلة الاعدادية - أعضاء هيئة التدريس) .

جدول (2) نسب العينات الأكثر استخداماً في الدراسات من (2010-2023)

الفئات العمرية	التكرارات	النسب المئوية
طلاب الجامعة	30	75%
المرحلة الثانوية	5	16,6%
المرحلة الاعدادية	1	3,3%
أعضاء هيئة التدريس	4	13,3%
المجموع	40	100%

3-ينص التساؤل الثالث على " : ما الأدوات الأكثر استخداماً في القياس في الدراسات التى تناولت مفهوم الحيوية الذاتية في الفترة بين (2010-2023) ؟"

للإجابة على هذا التساؤل تم حساب التكرارات و النسب المئوية وكانت النتائج كالتالي :60% من الدراسات استخدمت مقياس ريان وفريدريك (1997) ، في حين 40% من الدراسات استخدمت مقاييس من اعداد الباحثين أنفسهم.

4-ينص التساؤل الرابع و الأخير على " ما المناهج الأكثر استخداماً في الدراسات التى تناولت مفهوم الحيوية الذاتية في الفترة بين (2010-2023) ؟"

للإجابة على هذا التساؤل قامت الباحثة بحساب التكرارات و النسب المئوية وتحديد جدول لفئة المناهج التى تم استخدامها في الدراسات السابقة التى تم الاطلاع عليها والتي تم تصنيفهم في ثلاثة مناهج (المنهج الوصفي الارتباطي- المنهج شبه التجريبي - المنهج الوصفي الارتباطي المقارن) .

المناهج	التكرارات	النسب المئوية
المنهج الوصفي الارتباطي	29	72,5%

## التوجهات المعاصرة فى دراسة مفهوم الحيوية الذاتية

المنهج الوصفي الارتباطي المقارن	8	%20
المنهج شبه التجريبي	3	%7,5
المجموع	40	%100

### مناقشة النتائج :-

يمكننا من خلال فحص و تحليل تلك الدراسات السابقة رؤية أن أغلبها كانت ابحاث علمية منشورة، وليست رسائل علمية سواء ماجستير أو دكتوراة ، فعدد الرسائل لا يتجاوز 3 رسائل مما يعنى أنه قد يكون هناك قصور فى الاطار النظرى، فالابحاث العلمية لا تتناول المفهوم بشكل تفصيلى، وبالتالي لابد من زيادة عدد الرسائل التى تتناول مفهوم الحيوية الذاتية.

أيضاً من خلال النتائج نجد أن أكثر من 50% من المتغيرات التى تم تناول علاقتها مع الحيوية الذاتية كانت المتغيرات الانفعالية، و بالرغم من أهمية تلك المتغيرات إلا أن المتغيرات المعرفية و الفسيولوجية لا تقل أهمية عنها و بخاصة المتغيرات المعرفية لما لها من أثر على الأداء الأكاديمى للطلاب، ومن ثم لابد من القاء الضوء على ضرورة البحث في علاقة مفهوم الحيوية الذاتية مع تلك المتغيرات .

كذلك نرى من خلال النتائج أن 68% من الدراسات ركزت في المجال التربوى على طلاب الجامعات و بالرغم من أهمية تلك المرحلة، وترى الباحثة أنه ربما يرجع ذلك لكون متغير الحيوية الذاتية قد يكون أن أكثر وضوحاً و تأثيراً لدى طلاب الجامعة، فهم الفئة الأكثر ادراكاً لمعنى الطاقة و التحمس في أداء المهام، إلا أن المراحل الاخرى لا تقل أهمية عنها فلا بد توجيه الانتباه لجميع المراحل التعليمية .

أما بالنسبة للأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة نجد من خلال النتائج أن 60% منها استخدم مقياس ريان وفريدريك (1997) و 40% اعد مقاييس ولكن اعتماداً على مقياس ريان وفريدريك (1997) فقط ، وترى الباحثة أنه لابد من الاعتماد في اعداد المقاييس على نظرية تقرير المصير فهى النظرية الأساسية المشتق منها المفهوم بدلاً من الاعتماد على مقياس ريان وفريدريك (1997) فقط، فالرجوع إلى النظرية سيسهم في وضوح المفهوم لدى الباحث وكذلك يساعده في اعداد مقياس يقيس المفهوم بأكثر دقة ممكنه .

## المراجع

### المراجع العربية :

- أثير محمد (2022). الحيوية الذاتية وعلاقتها بالضغوط الناتجة عن جائحة فيروس كورونا Covid-19 لدى طالبات جامعة جازان، رسالة ماجستير، جامعة جازان، السعودية.
- أحمد محمد (2022) . ثقة الشباب الجامعي في التطعيم و الوعي الصحي الوقائي ضد فيروس كورونا المستجد وفقاً لمستويات الصمود النفسي و الحيوية الذاتية، مجلة التربية، جامعة الأزهر، 193(3)، 1-75.
- تحرير أمين و حسن علي. (2019). الحيوية الذاتية لدى المعلمين في مدارس محافظة بغداد، مجلة الآداب، 1(133)، 231 - 254.
- ريم سالم (2022). التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط بين الحيوية الذاتية والازدهار النفسي لدى عينة من الطالبات المقبلات على التخرج، مجلة كلية التربية، 2(196)، 453-496.
- سارة حسام (2018) . فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لتنمية الحيوية الذاتية لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة الارشاد النفسي، 56، 33-112.
- سعاد حسنى(2023) . النموذج البنائي للعلاقات بين التوجه نحو المستقبل والحيوية الذاتية ومهارات ريادة الأعمال لدى طلبة السنة النهائية بجامعة الأزهر، مجلة التربية، 2(197)، 379-435.
- شيماء سيد (2022) . الحيوية الذاتية كمحدد للرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة، مجلة بحوث للعلوم الانسانية و الاجتماعية، 9(2)، 40-80 .
- ضياء نمرؤ أزهار محمد (2021). الحيوية الذاتية لدى طلبة السادس الإعدادي، مجلة الآداب، 1(137)، 203 - 228.
- عبد العزيز ابراهيم (2016). الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الاجتماعية الإيجابية والتفكير المفعم بالأمل لدى معلمي التربية الخاصة. مجلة الإرشاد النفسي، 47(1)، 172-256.
- عبير الرشدان (2022). العلاقة بين الحيوية الذاتية واليقظة العقلية لدى طلبة المرحلة الجامعية. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، 46(4)، 325 - 358.
- عفرأ ابراهيم (2020). الحيوية الذاتية لدى طلبة الجامعة في ضوء المتغيرات. المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، 2(1)، 20 - 44 .

فاطمة الزهراء محمد. (2020). الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية  
دامعة حلوان فى ضوء بعض المتغيرات الديمودرافية (دراسة سيكومترية  
كلينيكية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 30(106)، 1-50.

فاطمة عادل (2022) . الحيوية الذاتية و علاقتها بالإبداع الإرشادى لدى المرشدين  
التربويين،مجلة ميسان للدراسات الأكاديمية،(42)،356-367.

فاطمة عبد الفتاح (2020) . المناعة النفسية كمنبئ بالحيوية الذاتية لدى معلمي التربية  
الخاصة بمحافظة المنيا: دراسة سيكومترية كلينيكية،رسالة ماجستير،جامعة  
المنيا،مصر.

قطب عبده و محمود مغازي(2022) .الرضا عن الحياة و علاقته بالحيوية الذاتية و  
الكفاءة الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية، المجلة التربوية، جامعة  
سوهاج،103،604-673.

ميهان حمدي (2022) . الإسهام النسبي لكل من الكفاءة الذاتية والرضا عن الحياة  
والرفاهة النفسية في التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية،مجلة  
الإرشاد النفسي، 71، 133 - 240.

نانسي كمال(2022) . نمذجة العلاقات السببية بين الحيوية الذاتية و اليقظة العقلية و  
الكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلبة جامعة اليرموك، رسالة دكتوراة،جامعة  
اليرموك،الأردن .

### المراجع الأجنبية :

Abbasi, M., Ayadi, N., Shafiee, H and Pirani,Z. (2016). Role of social well-being and academic vitality in predicting the academic motivation in nursing students. Education Strategies in Medical Sciences, 8(6), 49-54.

Abbasi, N., and Yousefi, F. (2021). Relationship Between Parental Psychological Control and University Students' Subjective Vitality: The Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation. Psychological Methods and Models, 11(42), 15-31.

Akm, A. (2012). The relationships between Internet addiction, subjective vitality, and subjective happiness. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 15(8), 404-410.

- Alborzkouh, P., Nabati, M., Zainali, M., Abed, Y., and Ghahfarokhi, F. S. (2015). A review of the effectiveness of stress management skills training on academic vitality and psychological well-being of college students. *Journal of medicine and life*, 8(Spec Iss 4), 39.
- Algharaibeh S. A. S., (2020). Cognitive flexibility as a predictor of subjective vitality among university students, *Cypriot Journal of Educational Science*. 15(5), 923 – 936.
- Arslan, G. (2021). Loneliness, college belongingness, subjective vitality, and psychological adjustment during coronavirus pandemic: Development of the College Belongingness Questionnaire. *Journal of Positive School Psychology*, 5(1), 17-31.
- Arslan, G., Yıldırım, M., and Aytacı, M. (2022). Subjective vitality and loneliness explain how coronavirus anxiety increases rumination among college students. *Death studies*, 46(5), 1042-1051.
- Deniz, M. E., and Satici, S. A. (2017). The relationships between big five personality traits and subjective vitality. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 33(2), 218-224.
- Fini, A. A. S., Kavousian, J., Beigy, A., and Emami, M. (2010). Subjective vitality and its anticipating variables on students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 150-156.
- Garg, N., and Sarkar, A. (2020). Vitality among university students: exploring the role of gratitude and resilience. *Journal of Organizational Effectiveness: People and Performance*, 7(3), 321-337.
- Hossinpanah, Z., and Kazemianmoghadam, K. (2021). The causal relationship between cultural intelligence and academic vitality with self-directed learning through academic procrastination. *Journal of Psychological Achievements*, 28(1), 177-196.
- Kaşıkçı, F and Peker, A. (2022). The mediator role of resilience in the relationship between sensation-seeking, happiness and subjective

- vitality. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 9(1), 115-129.
- Khalkhali, V., and Golestaneh, S. M. (2011). Examining the impact of teacher motivational style and competition result on students' subjective vitality and happiness in physical education. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 2989-2995.
- Kubzansky, L. D., and Thurston, R. C. (2007). Emotional vitality and incident coronary heart disease: benefits of healthy psychological functioning. *Archives of general psychiatry*, 64(12), 1393-1401.
- Kukić, F., Koropanovski, N., Vesković, A., and Petrović, N. (2022). Physical Activity as a Means to Improve Subjective Vitality of University Students. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1-9.
- Kurtus, R. (2012). What is Vitality?. *www.school for Champion*.  
[https://www.school-for-champions.com/vitality/what\\_is\\_vitality.htm](https://www.school-for-champions.com/vitality/what_is_vitality.htm)
- Mirzabeigi, A., Bakhtiarpour, S., Eftekhar Saadi, Z., Makvandi, B., and Pasha, R. (2018). Comparison of educational vitality, feeling of belonging to the school, the motivation of academic achievement among male and female students of secondary schools in Ilam. *Journal of Research in Educational Science*, 12(Special Issue), 1085-1104.
- Mohammadi Hosseini Asl F, Saken Azari R, Abdoltajedini P, Aghdasi AN. The role of attachment styles, cognitive emotion regulation and subjective vitality in predicting high-risk behaviors of female adolescents. *J Child Ment Health*. 2022; 9 (3),121-135.
- Núñez, J. L., and León, J. (2016). The Mediating Effect of Intrinsic Motivation to Learn on the Relationship between Student' s Autonomy Support and Vitality and Deep Learning. *The Spanish Journal of Psychology*, 19, E42.

- Peterson, C., and Seligman, M. E. (2004). Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification.
- Ryan, R. M., and Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.
- Ryan, R. M., and Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68.
- Ryan, R. M., and Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65,529–565.
- SARICAM, H. (2015). Mediating role of self efficacy on the relationship between subjective vitality and school burnout in Turkish adolescents. *International Journal of Educational Researchers*, 6(1), 1-12.
- Stuart-Edwards, A. (2023). Good begets good? Reciprocal relationships between mindfulness, approach coping, and subjective vitality. *Personality and Individual Differences*, 202, 1-5.
- Ugur, E., Kaya, Ç., and Özçelik, B. (2019). Subjective Vitality Mediates the Relationship between Respect toward Partner and Subjective Happiness on Teachers. *Universal Journal of Educational Research*, 7(1), 126-132.
- Uysal, R., Satici, S. A., and Akin, A. (2013). Mediating effect of Facebook® addiction on the relationship between subjective vitality and subjective happiness. *Psychological reports*, 113(3), 948-953.
- Uysal, R., Satici, S. A., Satici, B., and Akin, A. (2014). Subjective vitality as mediator and moderator of the relationship between life satisfaction and subjective happiness. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 14(2), 489-497.

- Yaghoubi, A., Ali Mohammadi and Azadi, I. (2022). Predicting Students' Academic Vitality based on Cognitive Emotion Regulation and Cognitive Processing, Biquarterly Journal of Cognitive Strategies in Learnin, 10(18), 135-154.
- Yazdani, F., and Farhadi, R. F. (2023). The Evaluation of the Effect of parent's Life Attitude on Social Adjustment, Resilience, and subjective vitality in High School Students. Journal of School Counseling, 2(4), 1-22.