

المرونة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق (دراسة ميدانية
بثانوية أول نوفمبر ببلدية دارالشيوخ ولاية الجلفة)

**Psychological resilience and its relationship to self-efficacy of a
teenage pupil (Field study at the 1st November High School in Dar
Chioukh Municipality –Djelfa state)**

تاريخ الإرسال: 2022 /01/05 تاريخ القبول: 2022 /03/ 01 تاريخ النشر: 2022 /03/28

فايزة مزاري¹، وسيلة ين عامر²

¹ جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر، Email : faiza.mazari@univ-biskra.dz

² جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر، Email : wassila2007fr@yahoo.fr

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين المرونة النفسية و الكفاءة الذاتية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق في كل من مستوى المرونة النفسية، ومستوى الكفاءة الذاتية بحسب نوع التحصيل (تحصيل مرتفع، منخفض) ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن، واعتمدنا على مقياسين (المرونة النفسية، الكفاءة الذاتية) وتم التأكد من خصائصهما السيكومترية من أجل جمع البيانات، وقد تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية مكونة من (120) تلميذ وتلميذة. أظهرت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة قوية موجبة بين المرونة النفسية والكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي، وكذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية والكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق تعزى لمتغير التحصيل الدراسي لصالح التحصيل الدراسي المرتفع. الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية؛ الكفاءة الذاتية؛ التلميذ المراهق؛ التحصيل

المؤلف المرسل: فايزة مزاري، Email : faiza.mazari@univ-biskra.dz

Abstract:

The current study aimed to identify the relationship between psychological resilience and self-efficacy among high school students, as well as to detect differences in both levels of psychological resilience and self-efficacy based on the type of attainment (high, low attainment). The correlational and comparative descriptive approaches were used to achieve the study's objectives, as we relied on two measures whose psychometric characteristics (psychological resilience, self-efficacy) were confirmed for data collection. The study sample was selected randomly, consisting of (120) male and female students. The findings of the study showed that there is a strong and positive relationship between the psychological resilience and self-efficacy of a teenage pupil in high school. There are also statistically significant differences in psychological resilience and self-efficacy in the teenage pupil due to the educational attainment variable in favor of high educational attainment.

Keywords: psychological resilience; self-efficacy; school teenager; secondary education phase; educational attainment

مقدمة:

لا يخلو شخص، إلا وتعرض لموقف ضاغط شكل له أزمة في مرحلة من مراحل حياته، وتختلف طريقة التعامل مع الأزمة باختلاف البنية النفسية للفرد؛ حيث نجد أشخاصا قد صمدوا أمام الأزمات والضغوط، وآخرون لم يتمكنوا من الصمود وأصيبوا باضطرابات نفسية أعاقتهم عن العيش بطريقة سوية، ومن الأسباب الأساسية التي مكنت هؤلاء الأشخاص من التغلب على الظروف الصعبة هو المرونة النفسية. (صادق، 2018، صفحة 285).



فالفرد عندما يصل إلى مرحلة المراهقة يجب عليه تنمية كفاءته الاجتماعية و الذاتية؛ لأنه يكون في فترة حرجة قد يفقد السيطرة على ذاته، ويكون أكثر حساسية للمثيرات الخارجية وخصوصا ونحن نعيش في مجتمع إفتراضي قد يعكس صورة المجتمع الواقعي بطريقة سلبية تجعل المراهق مضادا لقيمه وأهدافه. وبما أن نجاح المراهق مرهون بنجاحه الدراسي، فإن عليه تجاوز والتحكم في هذه المثيرات والضغوطات المختلفة، والتركيز على الهدف الشخصي الذي يضمن له مكانة في وسطه الأسري والمجتمعي في المستقبل.

وتنطلق مشكلة الدراسة الحالية باعتبار مرحلة التعليم الثانوي من المراحل المهمة للطالب لكونها مرحلة انتقالية إما للتعليم العالي أو عالم الشغل، وكونها تأتي في مرحلة نمائية حساسة ألا وهي المراهقة، التي تعرف بفترة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة النضج، فيجد التلميذ نفسه يعيش في صراع؛ بين متطلبات المرحلة التعليمية وبين حاجاته الداخلية المتنوعة وحاجات الوسط الذي يعيش فيه مما يجب على المراهق التأقلم و مواجهة الضغوطات والصعوبات من أجل الحفاظ على صحته النفسية والجسدية، فيكتسب خاصية مهمة خلال هذا الصراع والتي تعرف بالمرونة النفسية التي تساعد على التصدي للصعوبات بشكل إيجابي، وتعتبر الكفاءة الذاتية أحد أهم العوامل المهمة والمساهمة في؛ زيادة الثقة بالنفس والأداء الفعال والانجاز المرتفع والنجاح الأكاديمي فإذا أكتسبها التلميذ يستطيع تقديم أفضل ما لديه في كل المجالات ويشعر بكفاءته على النجاح والتفوق. واستنادا لما سبق، نجد أنفسنا أمام التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة بين المرونة النفسية و الكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي؟

- هل توجد فروق في مستوى المرونة النفسية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي تبعا لنوع التحصيل (تحصيل مرتفع ومنخفض)؟

- هل توجد فروق في مستوى الكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي تبعا لنوع التحصيل (تحصيل مرتفع ومنخفض)؟

2. فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية و الكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي.

- لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة المرونة النفسية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي تبعا لنوع التحصيل (تحصيل مرتفع ومنخفض).

- لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة الكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي تبعا لنوع التحصيل (تحصيل مرتفع ومنخفض).

3. أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى :

- الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية و الكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي .

- التعرف على الفروق في درجة المرونة النفسية تبعا لنوع التحصيل (تحصيل مرتفع وتحصيل منخفض) لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي.

- التعرف على الفروق في مستوى درجة الكفاءة الذاتية تبعا لنوع التحصيل (تحصيل مرتفع وتحصيل منخفض) لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي.

4. أهمية الدراسة:

1.4. الأهمية النظرية:



➤ تكمن أهمية الدراسة في أهمية متغيراتها التي تعتبران من المفاهيم الحديثة في مجال علم النفس الإيجابي، بالإضافة إلى المشكلة التي تتناولها، والنتائج التي تتوصل إليها.

➤ إبراز الدور الذي تلعبه المرونة النفسية عند اكتسابها وظهور سلوكيات إيجابية كالكفاءة الذاتية من طرف التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي.

➤ تسليط الضوء على أهمية المرونة النفسية في تجاوز الصعوبات التي تعترض المراهق المتمدرس في المرحلة الثانوية. وإبراز قيمة تأثير كل من المرونة النفسية والكفاءة الذاتية في المجال الأكاديمي (التحصيل الدراسي).

2.4. الأهمية التطبيقية:

➤ يمكن للجهات المختصة في التربية والتعليم الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في تصميم بعض البرامج التربوية والنفسية التي تساعد من رفع مستوى كل من المرونة النفسية والكفاءة الذاتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

➤ تناول ظاهرتي المرونة النفسية والكفاءة الذاتية وعلاقتها بفئتي التلاميذ المنخفضي ومرتفعي التحصيل الدراسي تساعد المختصين في العمل على تنميتها وتطويرهما للحد من ظاهرة الإهدار التعليمي.

5. التراث النظري:

1.5. المرونة النفسية:

تعتبر المرونة النفسية صفة ملازمة للحياة وقوة كامنة خلقها الله تعالى في الإنسان، ولا يمكن أن تتحول إلى ميزة إلا إذا قام الفرد بتفعيلها بالتجربة والممارسة، ويبدأ ذلك عندما ينظر إلى الأمور بمناظير مختلفة، ويعترف بوجود وجهات نظر مختلفة بدلا من وجهة النظر الوحيدة، فيتغير في مواقفه وردود أفعاله وعاداته الموروثة. (أبوندى، 2015، صفحة 40). ويرى (أبو حلاوة، 2013) على أن المرونة النفسية هي

فرصة وقدرة للأفراد للإبحار وبطريقة إيجابية في مسار توظيف المصادر النفسية والاجتماعية والبدنية والثقافية للمواجهة والتوافق الايجابي الفعال مع الضغوط وأحداث الحياة الصادمة مع المحافظة على الهدوء والالتزان النفسي وسرعة البرء من التأثيرات السلبية لهذه الضغوط والأحداث الصادمة والعودة السريعة إلى الإحساس بجودة الوجود الذاتي أو ما يصح تسميته التمتع الذاتي . (أبوحلاوة، 2013، صفحة 06).

1.1.5. مفهوم المرونة النفسية :

أشتق مصطلح Resilience باللغة الاجنبية من العلوم الفيزيائية حيث يشير المصطلح إلى قوة المواد نتيجة تلقيها صدمات عالية وقدرتها على امتصاص الطاقة الحركية دون كسر. بينما في العلوم النفسية فإن مصطلح المرونة النفسية حسب اتفاق معظم الباحثين لترجمة مصطلح La résilience بأنه: من الخصائص النفسية المهمة للفرد كي يواجه ضغوط الحياة المتعددة والصدمات الناتجة عن الأحداث والمواقف الضاغطة (وازي، 2018، صفحة 315).

وتعرف شيتوي (Cicchetti, 2010) المرونة هي: " القدرة على التأقلم بأنها عملية تطور ديناميكية تؤدي إلى بلوغ مرحلة التكيف الإيجابي أثناء التعرض لتهديد خطير، أو محنة أو صدمة شديدة".

ويرى كل من ريفيتش وشات (Reivich & shatte) ان المرونة النفسية مكونة من أربعة أركان:

الركن الأول: أن تغيير الحياة ممكن: أي أن ما تعلمه الشخص يمكن أن يتغير وينسى، ولذا يمكننا من تعزيز المرونة النفسية، وتغيير الوضع الراهن لشخص بمعالجة الفكر وتعديل أنماط السلوك خلا إعادة التدريب المعرفي والسلوكي.

-الركن الثاني: التفكير: ويعد المفتاح الرئيسي لزيادة المرونة النفسية، وذلك على أن العلم أساسي وراء إدراكنا للأحداث الإدراك الصحيح وهو الذي يؤدي إلى التفكير الفعال، والذي بدوره يساعدنا أن نكون أكثر إنتاجية.

-الركن الثالث: التركيز الدقيق وتأكيد على أن يكون كلاهما واقعيًا ومتفائلًا دون إنكار للحقيقة.

-الركن الرابع: التواصل والتفتح: وهو إعادة التركيز مرة أخرى على نقاط القوة الإنسانية (الهاشمية، 2017، صفحة 15).

2.1.5. خصائص الأفراد ذوي المرونة النفسية:

يذكر (ويكس) أربع سمات أساسية للأفراد الذين يتمتعون بمرونة نفسية هي:

_الرؤية الشخصية: تكون من خلال القدرة على تحديد الهدف، والمعنى، ومبادئ مقترحة ضمن سلم قيمي.

_القدرة على حل المشكلة: تتضمن القدرة على الاستجابة السريعة في مواجهة الأخطار، والبحث عن المعلومات الدقيقة، والقيام بمغامرة جادة.

_الدعم الاجتماعي: تعني مدى تميز الفرد عن الآخرين، والقدرة على تكوين علاقات اجتماعية بناءة، والإيثار على ذات.

_آليات دفاع الأنا: تتكون من خلال قدرة الفرد على التمييز بين الانفعالات، وإعادة البنية المعرفية، والتوقع الإيجابي للأحداث. (الزعي، 2016، صفحة 70)

3.1.5. فوائد المرونة النفسية:

ذكرت الكاتبة الأسترالية كارين فارييس عدة فوائد المرونة النفسية إذا تدريبنا عليها

منها:

-تحسن صحتنا النفسية والذهنية.

- تحسن الأداء الإدراكي المعرفي.
- الحفاظ على الهدوء الداخلي في المواقف المجهدة.
- النظر إلى الحياة على أنها سلسلة من التحديات لا للمشاكل.
- الاستقرار في مواجهة الأزمات.
- القدرة على الثبات والازدهار في حالات الضغط المستمر.
- القدرة على الارتداد إلى الوراء والتعافي بسرعة من الانتكاسات .
- أخذ العبرة من الإخفاقات والנקسات التي تعد فرص للتعلم . (عرفة، 2020، صفحة 43)

2.5. الكفاءة الذاتية:

تعد الكفاءة الذاتية أحد المحاور الرئيسية التي قدمها باندورا (Bandura) في النظرية المعرفية الاجتماعية، والتي تشير إلى اعتقادات الفرد حول قدرته على تنظيم المخططات العملية المطلوبة منه وتنفيذها للإنجاز الأهداف المرغوبة، كما تشير إلى ثقة الفرد بقدرته على تنظيم وتنفيذ مهارته المعرفية والسلوكية والاجتماعية الضرورية للأداء الناجح في مهمة ما، وأيضاً هي معتقدات الفرد حول قدرته على تنظيم الأفعال المطلوبة لإدارة المواقف المستقبلية وتنفيذها بصورة ناجحة (محلية، 2015، صفحة 27).

ويرى زيمرمان وكليري (Zimmerman and Cleary, 2006) أنه إذا كان لدى الفرد اعتقاد بقدرته على أداء مهمة ما فإن ذلك سيزيد من تركيزه وجهده وانهماكه في هذه المهمة، في حين إذا كان لدى الفرد مهارة ومعرفة لإتمام المهمة فإن هذا لا يعني بالضرورة قدرته على إتمامه. لذا تشير الدراسات إلى أن الكفاءة الذاتية تفسر ما نسبته (14 %) من التباين في الأداء الأكاديمي للطلبة. ويؤثر إدراك الأفراد لكفاءتهم على أدائهم الأكاديمي بطرق متعددة؛ فالطلبة الذين لديهم إدراك عالي لكفاءتهم الأكاديمية يواجهون المهمات ذات طابع



التحدي، وببذلون جهداً كبيراً، ويظهرون مستويات قليلة من القلق، ويظهرون مرونة في استخدام استراتيجيات التعلم، ولديهم تعلم منظم ذاتياً، ويظهرون دقةً عاليةً في تقييمهم الذاتي لأدائهم الأكاديمي ودافعية داخلية مرتفعة نحو الواجبات الدراسية. (العلوان، 2011، صفحة 399)

1.2.5. مفهوم الكفاءة الذاتية:

يعد مفهوم الكفاءة الذاتية من المفاهيم المهمة في تفسير السلوك الإنساني خاصة من وجهة نظر أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي، وتناول الباحثون في البيئة العربية مصطلح Self-efficacy، وترجم على مصطلحين كفاءة الذات وفعالية الذات وأحيانا يستخدم مصطلح Self-efficacy بمعنى كفاءة الذات. (عبدالرؤوف، 2018، صفحة 196).

ويرى (الزيات، 2001) بأن الكفاءة الذاتية هي اعتقاد وإدراك الفرد لمستوى كفاءته وفاعليته، وإمكاناته وقدراته الذاتية، وما ينطوي عليها من مقومات عقلية ومعرفية وانفعالية ودافعية وحسية وفسولوجية وعصبية، لمعالجة المواقف والمهام أو المشكلات والأهداف الأكاديمية والتأثير من الأحداث لتحقيق إنجاز ما في ظل المحددات البيئية القائمة. (يعقوب، 2012، صفحة 77)

في حين أن الكفاءة الذاتية عند (Shunk,H,1983): تتعلق بالأحكام على مدى الجودة التي يستطيع بها المرء أن ينظم و يستخدم مجريات الأحداث في المواقف التي تحتوي على عناصر جديدة. (عدودة، 2015، صفحة 41)

وتعرف الكفاءة الذاتية بأنها توقع الفرد بأنه قادر على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوبة فيها في أي موقف معين، وهذا يعني أنه عندما تواجه الفرد مشكلة ما أو موقف يتطلب الحل فإنه قبل أن يقوم بسلوك ما، يعزو لنفسه القدرة على القيام بهذا السلوك، وهذا ما يشكل الشق الأول من الكفاءة الذاتية، في حين يشكل إدراك هذه القدرة الشق الثاني من الكفاءة الذاتية. (سليمان، 2021، صفحة 06)

وتعد الكفاءة الذاتية من المكونات المهمة للنظرية المعرفية الاجتماعية لبندورا Bandura التي افترضت أن سلوك الفرد والبيئة والعوامل الاجتماعية تتداخل بدرجة كبيرة؛ فالسلوك الأنساني في ضوء نظرية باندورا يتحدد تبادليا بتفاعل ثلاثة مؤثرات هي:

-العوامل الذاتية. - العوامل السلوكية -العوامل البيئية

وأطلق على هذه المؤثرات نموذج الحتمية التبادلية. (عبدالرؤوف، 2018، صفحة 198)

2.2.5. مصادر الكفاءة الذاتية:

أورد باندورا أربعة مصادر للكفاءة الذاتية، الخبرات البديلة، الإقناع اللفظي والاستثارة الكفاءة: (حمد، 2020، الصفحات 127-128)

1.2.2.5. الإنجازات الأدائية: يعتبر هذا المصدر الأكثر تأثيرا في كفاءة الذات؛ وذلك لاعتماده على الخبرات الشخصية، فالنجاح عادة يرفع الكفاءة الذاتية، بينما يعمل الإخفاق المتكرر على خفضها، وإن تأثير الإخفاق على الكفاءة يعتمد جزئيا على الوقت والشكل الكلي للخبرات

2.2.2.5. الخبرات البديلة: يقصد بالخبرات في هذا المصدر الخبرات غير المباشرة التي يحصل عليها الفرد من خلال مشاهدة أداء الآخرين، وهو ما يعرف بالتعلم بالملاحظة أو التعلم بالنموذج، فمن خلال ملاحظة سلوك الآخرين، أو ترجمة هذا السلوك يتم اكتساب الاعتقادات في كفاءة الذات، مما يدفع الملاحظ بعكس هذا السلوك في مواقف مشابهة

3.2.2.5. الإقناع اللفظي: يقصد به الحديث الذي يتعلق بخبرات معينة للآخرين والاعتناع بها من قبل الفرد، أو المعلومات التي تأتي للفرد لفظيا عن طريق الآخرين مما قد يكسبه نوعا من الترغيب في الأداء، ويؤثر على سلوك الشخص أثناء محاولته أداء المهمة.

4.2.2.5. الاستثارة الانفعالية: تشير إلى العوامل الداخلية التي تحدد للفرد ما إذا كان يستطيع تحقيق أهدافه، مع الاهتمام بعدة عوامل منها القدرة المدركة للنموذج، صعوبة المهمة، المجهود المطلوب والمساعدات التي يحتاجها للأداء. وتظهر الاستثارة الانفعالية في المواقف الصعبة التي تتطلب مجهودا كبيرا، وتعتمد على الموقف وتقييم معلومات القدرة فيما يتعلق بالكفاءة الشخصية، وهي مصدر أساس ي لكفاءة الذات. (حمد، 2020، الصفحات 127-128)

3.2.5. محاور الكفاءة الذاتية:

- قدرة الكفاءة: ويقصد بها مستوى قوة دوافع الفرد للأداء في المجالات والمواقف المختلفة.

- العمومية: ويشير هذا البعد على انتقال كفاءة الذات من موقف إلى مواقف مشابهة.

- القوة/الشدة: ويعني بها باندورا الفروق في مواجهة مواقف الفشل، وما يتبع ذلك من شعور بالإحباط لدى البعض ومثابرة والتغلب على تلك المواقف لدى البعض الآخر. (عبد اللطيف، 2020، الصفحات 228-229)

3.5. الدراسات السابقة:

دراسة (Sagone، 2016) : هدفت الدراسة إلى التحقق من الارتباط بين 3 أنواع من الكفاءة الذاتية وعامل المرونة النفسية لدى عينة مكونة من (155) من المراهقين الايطاليين، (68) طالب (76) طالبة من مدارس مدينة كأتينا بايطاليا تم فيها استخدام مقياس الكفاءة الذاتية المدرسية والعاطفية وملف المهارات المرنة من إعداد De caroli & Sagone, (2014) أظهرت النتائج أنّ المراهقين الأوائل يتمتعون بكفاءة عالية في حل المشكلات وفي الأداء الدراسي وأن الذين يتمتعوا بقدر عالي من الكفاءة الذاتية العاطفية يميلون إلى التمتع بقدر عال من المرونة النفسية من أولئك الذي يتمتعون بمستوى منخفض من الكفاءة الذاتية. وأن الكفاءة الذاتية منبئ للمرونة النفسية.

دراسة (يونس، 2018) بعنوان الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى عينة من طالبات معلمات رياض الأطفال كلية التربية – جامعة المنوفية ، وقد تكونت عينة الدراسة من (150) طالبة من طالبات الفرقة شعبة رياض الأطفال تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم استخدام مقياس الكفاءة الذاتية المدركة المعد من قبل (علوان، 2012) ، ومقياس (المرونة النفسية) إعداد الباحثة ، وقامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي وأظهرت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى متوسط من الكفاءة الذاتية المدركة ، ومستوى مرتفع من المرونة النفسية ، كما كشفت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الكفاءة الذاتية المدركة والمرونة النفسية لدى طالبات معلمات رياض الأطفال.

دراسة (حمد، 2020): بعنوان المرونة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة القريات بالمملكة العربية السعودية، هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين المرونة النفسية والكفاءة الذاتية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة القريات بالمملكة العربية السعودية. وكذلك معرفة مستوى المرونة النفسية والكفاءة الذاتية لديهن وبيان مدى إمكانية التنبؤ بالمرونة النفسية من خلال الكفاءة الذاتية. ولتحقيق ذلك استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي. وبلغت عينة الدراسة (164) طالبة تم اختيارهن عشوائيا ولجمع البيانات من العينة استخدمت الباحثة مقياس المرونة النفسية الذي أعده (شقورة، 2012) ومقياس الكفاءة الذاتية من إعداد الباحثة وقد دلت النتائج على أن مستوى المرونة النفسية ومستوى الكفاءة الذاتية بدرجة متوسطة لدى طالبات المرحلة الثانوية. كما دلت الدراسة على وجود علاقة طردية بين المرونة النفسية والكفاءة الذاتية عند مستوى دلالة 0.01 وأنه يمكن التنبؤ بالمرونة النفسية لدى عينة البحث من خلال درجات الكفاءة الذاتية .

دراسة (عبداللطيف، 2020): بعنوان الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، حيث تكونت العينة الأساسية من (100) تلميذ وتلميذة بالصف الثالث الابتدائي، واستخدمت الباحثة مقياس الكفاءة



الذاتية ومقياس المرونة النفسية من إعداد الباحثة، وأظهرت النتائج وجود علاقة طردية دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين الإصرار والجانب العقلي للمرونة النفسية لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية. وعدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين الكفاءة الذاتية وأبعادها الفرعية: المبادرة-الجهد، والمرونة النفسية وأبعادها الفرعية: الانفعالي - الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية. وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ بالمرحلة الابتدائية في الكفاءة الذاتية وأبعادها الفرعية: المبادرة - الجهد تعزى للنوع (ذكور-إناث) عدا بعد الإصرار لصالح الذكور. وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ بالمرحلة الابتدائية في المرونة النفسية وأبعادها الفرعية: الانفعالي - لاجتماعي - العقلي تعزى للنوع (ذكور-إناث).

دراسة (جابر، 2016): بعنوان المرونة الإيجابية وعلاقتها بقلق الاختبار والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك فيصل تكونت عينة البحث من (54) طالباً من المسجلين بقسم التربية الخاصة مسار إعاقة عقلية، تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين 20 - 27 سنة، وقد تم استخدام مقياس المرونة الإيجابية للشباب الجامعي إعداد محمد عثمان (2010)، ومقياس قلق الاختبار لسارسون، كما تم استخدام الأساليب الإحصائية: المتوسطات، والانحرافات المعيارية، ومعاملات الارتباط، وتحليل الانحدار البسيط، وتحليل التباين الأحادي، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المرونة الإيجابية وقلق الاختبار، كما بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المرونة الإيجابية والتحصيل الأكاديمي.

دراسة (شتوان، 2018): بعنوان علاقة معتقدات الكفاءة الذاتية بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثانوية. حيث هدفت الدراسة الى بحث العلاقة بين معتقدات الكفاءة الذاتية والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الطور الثانوي، وكذا الفروق في الجنس، وتكونت عينة الدراسة من (789) تلميذ وتلميذة للسنة الدراسية (2016-2017) تم اختيارهم بطريقة عرضية، و أشارت نتائج الدراسة إلى: عدم وجود علاقة ارتباطية دالة

إحصائيا بين معتقدات الكفاءة الذاتية والتحصيل الدراسي لدى كل من الذكور والإناث، عدم وجود فروق في الجنس دالة إحصائيا في معتقدات الكفاءة الذاتية. وجود فروق في الجنس دالة إحصائيا في التحصيل الدراسي لصالح الإناث.

تعليق على الدراسات السابقة:

من خلال عرض الدراسات السابقة التي تناولت موضوع المرونة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية، وايضا الدراسات التي تناولت المرونة النفسية والتحصيل الدراسي، والكفاءة الذاتية والتحصيل الدراسي. فإننا نلاحظ أن:

جل الدراسات السابقة ودراستنا الحالية كان الهدف منها البحث عن العلاقة بين المرونة النفسية والكفاءة الذاتية، الا أنها اختلفت دراستنا في البحث عن الفرق في مستوى المرونة والكفاءة تبعا لنوع التحصيل الدراسي(مرتفع-منخفض). أما الدراسات السابقة فكانت تبحث ن مستوى المرونة والكفاءة لدى العينة اجمالا.

دراستنا الحالية اتفقت في نوع العينة مع دراسة(sagone 2016) ودراسة(حمد،2020) و(شتوان،2018). والذي طبقت على تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي اما الدراسات الأخرى فبحثت في عينات أخرى، وأختلفت الدراسات من حيث العدد والجنس والمكان .

وكل الدراسات السابقة ذكرها ودراستنا الحالية اشتركت في نوع المنهج (المنهج الوصفي)، واتفقت الدراسات السابقة التي تناولت العلاقة بين المرونة والكفاءة ايضا في ادوات جمع البيانات وكانت مقياس الكفاءة الذاتية ومقياس المرونة النفسية وهو الغالب في كل الدراسات (اختلاف في الاعداد) ماعادا دراسة sagone 2016استخدمت مقياس الكفاءة بالإضافة الى ملف المهارات المرنة، اما دراسة (جابر،2016) التي كانت تبحث في على علاقة المرونة بالتحصيل فقد استخدم مقياس المرونة الايجابية ومقياس قلق الاختبار لسارسون. أما في دراسة الحالية فقد استخدم مقياس المرونة

النفسية(ÉHR) Brien, Brunet, Boudrias, Savoie et Desrumaux (2008) ومقياس الكفاءة الذاتية من إعداد (جيروزيليم وشفارتسر) وترجمة (سامر، جميل رضوان).

أما من ناحية النتائج الدراسات السابقة أتفقت على وجود علاقة بين المرونة النفسية والكفاءة الذاتية وأنه يمكن التنبؤ بالمرونة من خلال الكفاءة الذاتية، إلا دراسة (عبد اللطيف، 2020) التي توصلت الى وجود علاقة طردية بين الإصرار والجانب العقلي للمرونة النفسية لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية. وعدم وجود علاقة بين الكفاءة الذاتية وأبعادها الفرعية: المبادرة-الجهد، والمرونة النفسية وأبعادها الفرعية: الانفعالي- الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية، ووجدت دراسة sagone أن الطلبة الأوائل يتمتعون بالكفاءة عالية وبتالي يميلون الى قدر عالي من المرونة. كما توصلت دراسة (حمد، 2020) ودراسة (يونس، 2018) الى وجود مستوى متوسط من الكفاءة والمرونة النفسية.

ولقد تم الافادة من الدراسات السابقة من خلال اختيار العينة والمنهج و الأدوات وكذلك توظيفها في تحليل النتائج.

6.الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.6. مفاهيم الدراسة:

1.1.6.المرونة النفسية: لقد ورد في إصدارات الجمعية الأمريكية لعلم النفس American Psychological Association (APA) في نشرة بعنوان الطريق المرونة النفسية الذي ترجمه للعربية "محمد السعيد أبو حلاوة " أن لمرونة النفسية بأنها: عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد، والصدمات النفسية، والنكبات، أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر، مثل: المشكلات الأسرية، مشكلات العلاقات مع الآخرين، المشكلات الصحية الخطيرة، ضغوط العمل، المشكلات المالية. (APA, 2002, p.

2)

وتعرف إجرائيا: هي الدرجات التي نتحصل عليها من خلال تطبيق مقياس المرونة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية.

2.1.6. الكفاءة الذاتية: عرفها باندورا (Bandura.1977) بأنها أحكام الفرد وتوقعاته عن أدائه لسلوك في مواقف معينة. وتنعكس هذه التوقعات على اختيار الأنشطة المتضمنة في الأداء، والجهد المبذول ومواجهة الصعوبات وإنجاز السلوك. (حمد، 2020، صفحة 125)

وتعرف إجرائيا بأنها الدرجة التي نتحصل عليها من خلال تطبيق مقياس الكفاءة الذاتية المستخدم في الدراسة الحالية .

3.1.6. التلاميذ مرتفعي التحصيل الدراسي: هم تلاميذ الذين يدرسون في مرحلة التعليم الثانوي الذين تحصلوا على معدل يفوق (10.00) في سلم التنقيط (20.00) في نتائج اختبارات الفصل الأول وفق تقويم الوزاري المعمول به.

4.1.6. التلاميذ منخفضي التحصيل الدراسي: هم تلاميذ الذين يدرسون في مرحلة التعليم الثانوي الذين تحصلوا على معدل أقل من (10.00) في سلم التنقيط (20.00) في نتائج اختبارات الفصل الأول وفق تقويم الوزاري المعمول به.

5.1.6. مرحلة التعليم الثانوي: هي المرحلة التي تتوسط بين مرحلة التعليم المتوسط ومرحلة التعليم العالي، حيث تتراوح أعمار هذه الفئة بين (14_19 سنة) ويكون تلميذ في المرحلة المراهقة.

2.6. حدود الدراسة:

1.2.6. الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة الميدانية بثانوية الفاتح نوفمبر ببلدية دار الشيوخ ولاية الجلفة.

2.2.6. الحدود الزمنية : تم إجراء الجانب الميداني في خلال شهر جانفي 2021



3.6. منهج الدراسة: يعتبر المنهج الطريق المؤدي للكشف عن الحقيقة بواسطة طائفة من القواعد التي تهيمن على سير العقل وتحدد عملياته، ليصل إلى نتيجة معلومة أسبابها. (يونس، 2018، صفحة 12) .

وتم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي بنوعيه الارتباطي والمقارن، لأنه يتلاءم وموضوع البحث الذي يبحث عن العلاقة بين المرونة النفسية والكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي ومعرفة مستوى الفروق في المرونة النفسية والكفاءة الذاتية تبعاً لمستوى التحصيل الدراسي.

4.6. عينة الدراسة: قبل اختيار عينة الدراسة الأساسية، تم اختيار العينة الاستطلاعية وذلك من أجل التأكد من الخصائص السيكومترية للمقاييس.

1.4.6. عينة الدراسة الاستطلاعية: أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (30) تلميذ وتلميذة، من الذين يدرسون في ثانوية الفاتح نوفمبر بلدية دار الشيوخ ولاية الجلفة وتم اختيارهم بطريقة عشوائية.

2.4.6. عينة الدراسة الأساسية: تم اختيار عينة الدراسة الأساسية بطريقة عشوائية و بتصميم العشوائي العنقودي. حيث يعتمد على هذا النوع من التصميم المعاينة الاحتمالية في استخراج العينة من الكثير من النظم التصنيفية فهو إضافة إلى اعتماده في استخراج العناقيد الجغرافية والإدارية يعتمد كذلك في استخراج العناقيد الزمنية. (جخدل، 2019، صفحة 49)

وأخترنا 120 عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية الذين يدرسون في ثانوية الفاتح نوفمبر بلدية دار الشيوخ ولاية الجلفة، وهي موزعة كالآتي:

الجدول 1: توزيع أفراد العينة وفق الجنس ونوع التحصيل

نوع التحصيل	الجنس	التكرار	النسبة المئوية
تحصيل مرتفع	الذكور	27	22.5%

الإناث	42	35%
الذكور	30	25%
الإناث	21	17.5%
المجموع	120	100%

المصدر: (مزاري، بن عامر، 2021)

من الجدول أعلاه يتضح لنا أن أغلب أفراد العينة إناث بالنسبة لتلاميذ مرتفعي التحصيل حيث تقدر نسبتهم ب: (35 %) بالمقارنة مع نسبة الذكور لنفس التحصيل للعينة إذ تقدر نسبتهم ب (22.5%). أما بالنسبة للتحصيل المنخفض فكانت أكثر أفراد العينة ذكور حيث تقدر ب(25%) بالمقارنة مع نسبة الإناث التي تقدر ب (17.5%)

5.6. أدوات الدراسة:

اعتمدنا في جمع بيانات الدراسة على الاستبانة، حيث تعرف بأنها أداة لجمع المعلومات المتعلقة بموضوع البحث عن طريق استمارة معينة تحتوي على عدد من الأسئلة، مرتبة بأسلوب منطقي مناسب، يجري توزيعها على أشخاص معينين لتعبئتها . (عليان، 2001، صفحة 90). واعتمدت الباحثتان في الدراسة الحالية على أدوات متمثلة في المقياسين الآتيين :

1.5.6. مقياس المرونة النفسية:

اعتمدنا في جمع المعلومات على مقياس المرونة النفسية (ÉHR) Brien, Brunet, (2008) Boudrias, Savoie et Desrumaux وقامت الباحثة حمودة سليمة وازي طاوس من قسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة بترجمة وتكييف هذا المقياس على البيئة الجزائرية (2016) ويحتوي المقياس على 23 بنداً ، ويغطي هذا المقياس 3 أبعاد الفاعلية الذاتية (12 بعد)، التطوير (5 أبعاد)، التفاؤل (6 أبعاد). (وازي، 2018، صفحة 292).

ومن أجل التأكد من الخصائص السكومترية للمقياس: قمنا بحساب صدق وثبات أداة الدراسة، على العينة الإستطلاعية التي قوامها (30) تلميذ وتلميذة وقد تم اختيارهم بطريق عشوائية، وتم تأكد من صدق المقياس من خلال حساب صدق المقارنة الطرفية حيث وجدنا قيمة "ت" المحسوبة قد بلغت (10.754) عند مستوى دلالة (0.05)، وعليه فإن بنود المقياس لها قدرة تمييزية بين الفئة العليا والفئة الدنيا، ومنه نستنتج أن المقياس صادق. وصدق البناء (الاتساق الداخلي) حيث تم حساب معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس ودرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل الارتباط بيرسون، حيث كان معامل الارتباط لمحور التفاؤل (0.81). ومحور النمو والارتقاء (0.92). ومعامل الفاعلية الذاتية (0.89). وتبين أن جميع الفقرات دالة عند مستوى دلالة (0.01)، مما يعني أنه يتمتع بصدق مقبول. أما ثبات الاختبار تم حسابه عن طريق إعادة تطبيق الإختبار: وبلغ معامل الثبات (0.61) وهي نسبة مقبولة. وتم حساب معامل الاتساق الداخلي بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس باستخدام علامات المفحوصين على فقرات المقياس، وبلغ معامل الثبات للمقياس ككل (0.831). من خلال النتائج السابقة تجد المقياس المرونة النفسية يتمتع بدرجة عالي من الثبات. ومنه نستطيع الاعتماد عليه في الدراسة الميدانية.

2.5.6. مقياس الكفاء الذاتية المتوقعة:

اعتمدنا في جمع المعلومات على مقياس من إعداد (جيروزيليم وشفارتسر) وترجمة (سامر، جميل رضوان) وقام (بوقصارة و زياد، 2018) بتأكد من خصائصه السيكمترية للنسخة الجزائرية. وتوصلت نتائجهم أن مقياس يتمتع بثبات والاستقرار. ويتكون المقياس من عشرة بنود، يطلب من المفحوص الاستجابة وفق تدرج رباعي: (لا، نادرا، غالبا، دائما)، وتتراوح مجموع الدرجات من (10-40)، وتتراوح مدة تطبيقه ما بين (5-10) دقائق بصورة فردية أو جماعية. (بوقصارة، 2018، صفحة 34)

وتم تأكد من صدق المقياس بطريقة صدق المقارنة الطرفية وكانت قيمة "ت" المحسوبة قد بلغت (13.041) عند مستوى دلالة (0.05)، وعليه فإن بنود المقياس لها قدرة تمييزية بين الفئة العليا والفئة الدنيا، وأيضا طريقة صدق البناء (الاتساق الداخلي)



وتم حساب معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس ودرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل الارتباط بيرسون بين كل بعد، وأتضح أن معاملات الارتباط بين البنود و الدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.40-0.69) عند مستوى (0.01) ومنه نستنتج أن المقياس يتمتع بالصدق.

أما ثبات الاختبار تم التأكد منه بطريقة ألفا كرونباخ على عينة تتكون من 30 تلميذا، وقد قدر التناسق الداخلي للاختبار ب قيمة (0.61) . أما طريقة التجزئة النصفية تم حساب معامل الارتباط بين درجات نصفي الاختبار. حيث وجدنا معامل بيرسون يقدر ب(0.856) وبعد تصحيحه بمعامل سبيرمان براون وجدنا قيمة الارتباط (0.913) عند مستوى دلالة (0.01). ومنه نقول أن قيمة الارتباط عالية ومنه نقول أن المقياس يتمتع بثبات عالي.

الأساليب الإحصائية المستعملة:

تم استعمال الأساليب الإحصائية التالية لتحليل نتائج البحث وذلك من خلال توظيف الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) كالتالي:
- اختبار (independent Sample T test) لإيجاد دلالة الفروق.

- معامل الارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين متغيرات الدراسة
-معامل ألفا كرونباخ.

-المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

7. عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

1.7. عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول:

لاختبار الفرضية الأولى في إمكانية وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المرونة النفسية والكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي، استخدمنا معامل الارتباط بيرسون والنتائج موضحة بالجدول الآتي:

الجدول 02: معامل الارتباط بين المرونة النفسية و الكفاءة الذاتية



معامل الارتباط	ن	درجة الحرية	ر	مستوى دلالة
	120	118	0.906	0.01

المصدر: (مزاري، بن عامر، 2021)

من الجدول أعلاه المتعلق بحساب معامل الارتباط بين المرونة النفسية و الكفاءة الذاتية، أن قيمة (ر) 0.906 دالة إحصائيا عند مستوى 0,01 يعني توجد علاقة قوية موجبة مما يشير إلى تحقيق الفرضية. وهي علاقة طردية وذلك يعني أنه كلما ارتفعت المرونة النفسية زادت بالمقابل الكفاءة الذاتية عند الطلبة والعكس صحيح، وتعزو الباحثان ذلك إلى أن التلميذ المراهق إذا أكتسب وعزز خاصية المرونة النفسية في مواجهة الضغوطات، التي يتعرض لها في المرحلة الثانوية، وتصدى للمشاكل بشكل إيجابي فإنه تدفعه الإحساس بالكفاءة العالية والمثابرة في القيام بالمهام المنوطة له بنجاح ومنها الاستعداد والعمل على الرفع من قيمته في الأداء والإنجاز الأكاديمي، لأن مهارته في تصدي العوائق أصبحت جاهزة مما يجعله يشعر بثقة عالية وحيوية نفسية مرتفعة ومرونة في التعامل.

وهناك العديد من الافتراضات والمسلمات ونتائج البحوث التي تدعم العلاقة الموجبة بين الكفاءة الذاتية والمرونة النفسية وهناك فرضية Lightseys theory والتي تفترض أن الكفاءة الذاتية عامل مركزي في المرونة النفسية. (يونس، 2018، صفحة 577)، ويمكن التنبؤ بالمرونة النفسية من خلال درجات الكفاءة الذاتية وهذا ما أكدته كا من دراسة حمد(2020) ودراسة يونس (2018). ونتائج دراستنا الحالية تتوافق مع دراسة (حمد 2020) حيث دلت الدراسة على وجود علاقة طردية بين المرونة النفسية والكفاءة الذاتية عند مستوى دلالة 0.01 ، ودراسة (Sagone & De caroli, 2016) أظهرت النتائج أن المراهقين يتمتعوا بقدر عالي من الكفاءة الذاتية العاطفية يميلون إلى التمتع بقدر عال من المرونة النفسية من أولئك الذي يتمتعون بمستوى منخفض من الكفاءة الذاتية، وان الكفاءة الذاتية منبئ بالمرونة النفسية.

2.7. عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني:



التي مفادها لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة المرونة النفسية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي تبعا لنوع التحصيل (تحصيل مرتفع ومنخفض) ولاختبار الفرضية قمنا بحساب قيمة اختبار (ت).
الجدول 03: يوضح دلالة الفروق في المرونة النفسية تبعا لمتغير التحصيل الدراسي

الفرق لصالح	مستوى الدلالة	قيمة ت	التحصيل مرتفع (معدل الفصلي يفوق 10.00)			التحصيل منخفض (معدل الفصلي أقل من 10.00)			المرونة النفسية
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	
التحصيل المرتفع	دال عند 0,01	6.32	0.87	79.88	69	2.88	51.689	51	ة

المصدر: (مزاري، بن عامر، 2021)

يوضح الجدول أعلاه نتائج اختبار (ت) المتعلق بدراسة الفرق فيما يخص المرونة النفسية باختلاف التحصيل الدراسي (منخفض، مرتفع)، بأن هناك فروقا لها دلالة إحصائية بين التحصيل المنخفض والتحصيل المرتفع فيما يخص المرونة النفسية، حيث بلغت قيمة (ت): 6.32 عند مستوى دلالة (0.01) مما يدل على أنها دالة إحصائية لصالح التحصيل الدراسي المرتفع. مما يبين رفض الفرضية الصفرية وقبول البديلة.

وبما أن المرونة النفسية تعني القدرة على تجاوز الصعوبات ومواصلة الحياة بفعالية. فيمكن تفسير ذلك أن التلميذ المراهق عندما يتعرض لصعوبات ومشاكل في الوسط المدرسي أو الأسري فيواجه العوائق المختلفة بطريقة منظمة وعقلانية ويتأقلم معها، فإنه تجعله يتجاوز مطبات هذه المشكلة بإيجابية وبالتالي يكتسب خبرات سابقة تجعله يتصدى بمرونة وبطاقة كل الضغوطات التي من شأنها تعيق من دافعيته؛ وبالتالي هذه الصدمات لا تؤثر على أدائه المدرسي و الأكاديمي، فيتقدم قدما في التفوق في مجال

تحصيله الدراسي، ومنها يكتسب خاصية المرونة النفسية. أما إذا استسلم التلميذ لصعوبات والضغطات وخاصة الدراسية ولم يواجه ولا يجد الحلول والبدائل، ولم يتكيف معها، فإنه يستسلم للأمر فتضمحل لديه خاصية المرونة النفسية وبالتالي تنخفض دافعيته للدراسة وبالتالي يتأثر ويضعف أدائه الدراسي. ومنها نستطيع القول أنه هناك علاقة قوية بين المرونة النفسية والتحصيل الدراسي، وهذا ما أكدته دراسة كل من جابرو على (2016) التي توصلت أنه إلى وجود علاقة قوية بين المرونة النفسية والتحصيل الدراسي.

3.7. عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثالث:

لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة الكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي تبعا للتحصيل الدراسي (تحصيل مرتفع ومنخفض). ولاختبار الفرضية قمنا بحساب قيمة اختبار (ت).

جدول 04 : يوضح دلالة الفروق في الكفاءة الذاتية تبعا لمتغير التحصيل الدراسي

الفرق لصالح	مستوى الدلالة	قيمة ت	التحصيل مرتفع (معدل الفصلي يفوق 10.00)			التحصيل منخفض (معدل الفصلي أقل من 10.00)			
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	
التحصيل المرتفع	دال عند 0,01	4.05	0,32	31.63	69	2.88	20.57	51	الكفاءة الذاتية

المصدر: (مزاري، بن عامر، 2021)

يوضح الجدول أعلاه نتائج اختبار (ت) المتعلق بدراسة الفرق فيما يخص الكفاءة الذاتية باختلاف التحصيل الدراسي (منخفض، مرتفع)، بأن هناك فروق لها دلالة إحصائية بين التحصيل المنخفض والتحصيل المرتفع فيما يخص الكفاءة الذاتية، حيث بلغت قيمة (ت): 4.05، والقيمة الاحتمالية المصاحبة لها أصغر من (0,01) مما يدل على أنها دالة إحصائية عند (0.01) لصالح التحصيل المرتفع. مما يبين رفض

الفرضية الصفريّة وقبول البديلة. أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق تعزى لتحصيل الدراسي لصالح التلاميذ مرتفعي التحصيل الدراسي.

وذلك أن الكفاءة الذاتية تعتبر من أهم العوامل المؤثرة في الأداء التربوي والمدرسي، فعندما يعتقد ويحس التلميذ المراهق أنه يمتلك أفكار ومعتقدات وكفاءة عالية، وقدرات دراسية حول ذاته فتدفعه إلى المثابرة، وبذل أقصى جهد على أنجاز كل ما يوكل إليه وتحقيق التقدم والتميز والتفوق في مجاله الأكاديمي، وبالتالي تظهر نواتجه في مستوى تحصيله الدراسي، ويعتبر التحصيل الدراسي من المتغيرات التي تنبؤ بمستوى الكفاءة الذاتية، وهذا ما أكدته دراسة يعقوب (2012) حيث بلغت قدرة تنبؤ التحصيل بالكفاءة الذاتية بتباين بلغ (0.603).

فالكفاءة الذاتية الأكاديمية من أهم العوامل التي تؤثر بشكل مباشر على التحصيل الأكاديمي في مختلف المواد الدراسية فقد أشار ديل (2001, Dale) إلى أن الفرد الذي لديه كفاءة ذاتية عالية ينخرط بسهولة وبسرعة في المجتمعات الأكاديمية، أما الفرد الذي لديه إحساس بكفاءة متدنية فيؤدي إلى انخفاض مستوى التحصيل (كرماش، 2016، صفحة 528). ويعتبر باندورا (1994. Bandura) الكفاءة الذاتية من أهم ميكانيزمات القوى الشخصية فهي تحتل مركز مهما في دافعية الطالب للقيام بأي عمل أو نشاط، وتساعده على مواجهة الضغوط النفسية والأكاديمية التي تعترض أدائه، وتؤثر على مقدار الجهد الذي يبذله الفرد لتحقيق أهدافه. كما يمكن اعتبار معتقدات الكفاءة الذاتية ذات قيمة تنبؤية بالسلوك، تفوق القيمة التنبؤية لكل من المعرفة والقدرة التي يمتلكها الفرد. (حمد، 2020، صفحة 123). ودراستنا تؤيد دراسة كل من Sagone & De caroli (2016) التي أظهرت أن المراهقين الأوائل يتمتعون بكفاءة عالية في حل المشكلات وفي الأداء الدراسي. ونتائج دراستنا تتعارض مع دراسة شتوان وبوقصارة (2018) حيث أشارت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين معتقدات الكفاءة الذاتية والتحصيل الدراسي.



4. خاتمة:

هدفت الدراسة إلى إبراز قيمة المرونة النفسية والكفاءة الذاتية في اكتساب التحصيل الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي. وخلصت الدراسة الحالية أن هناك علاقة قوية بين المرونة النفسية والكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق في مرحلة التعليم الثانوي وكذلك توصلت الدراسة إلى وجود فروق في المرونة النفسية لصالح التحصيل الدراسي المرتفع. وكذلك وجود فروق في الكفاءة الذاتية لصالح التلاميذ ذو التحصيل الدراسي المرتفع.

وفي ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة نوصي على ضرورة القيام بدورات تدريبية من شأنها تعزيز المرونة النفسية ورفع من مستوى الكفاءة الذاتية للمراهق للذين أؤكلت لهم مهام مرافقة التلميذ نفسيا.

- إجراء بحوث ودراسات لتوضيح الأسباب المؤدية وراء عدم تعزيز المراهق لخاصيتي المرونة النفسية والكفاءة الذاتية.

- على القائمين بالعملية التربوية تصميم مناهج وبرامج دراسية تساعد على رفع من كفاءة التلميذ.

- إجراء المزيد من الدراسات حول المرونة النفسية والكفاءة الذاتية وعلاقتها بمتغيرات مرتبطة بالأداء المدرسي للتلميذ.

📌 قائمة المراجع:

1. أبو حلاوة، محمد سعيد. (2013): المرونة النفسية ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية، مجلة إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية، (العدد02)، الصفحات 2-12.

2. أبو ندى، محمد عصام.(2015): الضغط النفسي في العمل وعلاقته بالمرونة النفسية لدى العاملين بمستشفى، كلية التربية، جامعة الإسلامية غزة، فلسطين.
3. جخدل، سعد الحاج. (2019): العينة والمعاينة. (عمان-الأردن): دار البداية ناشرون وموزعون.
4. يونس، أسماء عبد المطلب بني. (2018): دليل المبتدئ إلى المناهج العامة في البحث العلمي.(عمان-الأردن): دار النفائس للنشر والتوزيع.
5. بوقصارة، منصور؛ زياد، رشيد. (2015): الخصائص السيكومترية للنسخة الجزائرية لمقياس توقعات الكفاءة الذاتية العامة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. مجلة العلوم النفسية والتربوية، المجلد 01 (العدد1)، الصفحات 24-52.
6. جابر، شريف عادل؛ على، سيد إبراهيم. (2016): المرونة الإيجابية وعلاقتها بقلق الاختبار والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك فيصل، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس (ASEP)، (العدد69)، الصفحات 401-434.
7. حمد، منيرة محمد. (2020): المرونة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة القريات بالملكة العربية السعودية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 4، (العدد 34)، الصفحات 122-139.
8. الزعبي، أحمد محمد (2016): المرونة النفسية كمتغير وسيط بين أحداث الحياة الضاغطة والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق. مجلة جامعة دمشق، المجلد 32 (العدد 02)، الصفحات 59-113.
9. سليمان، صبحي. (2021): كن لطيفاً، أساليب التعامل الناجحة. وكالة الصحافة العربية للنشر والتوزيع.
10. شتوان، حاج؛ بوقصاره، منصور (2018): علاقة معتقدات الكفاءة الذاتية بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثانوية. مجلة دراسات نفسية وتربوية، المجلد 11، (العدد02)، الصفحات 106-119.

11. شيتوي، دانت Dante.Cicchetti. (2010): المرونة والقدرة على التأقلم في حالات الضغط النفسي الشديد منظور متعدد المستويات. مجلة العالمية للطب النفسي، (العدد 03)، الصفحات 18-27.
12. صادق، يسرية؛ الشربيني، زكريا. (2018): علم النفس في الكوارث والصدمات والأزمات، (مصر): مكتبة الأنجلو المصرية.
13. عبد الرؤوف، طارق. (2018): مفهوم وتقدير الذات: دار العلوم للنشر والتوزيع.
14. عبد اللطيف، صابرين ضاحي السيد. (2020): الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة دراسات تربوية واجتماعية، المجلد 26، (العدد 04)، الصفحات 221-252.
15. عرفة، إسماعيل. (2020): الهشاشة النفسية (الطبعة الثانية). (الرياض-المملكة العربية السعودية): دار وقف دلائل للنشر.
16. العلوان، أحمد؛ المحاسنه، رنده. (2011): الكفاءة الذاتية في القراءة وعلاقتها باستخدام استراتيجيات القراءة لدى عينة من طلبة الجامعة الهاشمية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد 7 (العدد 04)، الصفحات 399-418.
17. عليان، ربيعي مصطفى. (2001): البحث العلمي (بدون طبعة). (الأردن): بيت الأفكار الدولية.
18. كرماش، حوراء عباس (2016): الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة بابل. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، (العدد 29)، الصفحات 527-544.
19. محيليلة، أحمد سليمان سالم، (2015): العلاقة بين المناخ الأسري والكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قضاء الناصرة. كلية العلوم التربوية والنفسية. جامعة عمان العربية، الأردن
20. الهاشمية، سعاد بنت عيد بن خلفان. (2017): المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات التواصل والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة الزوى بسلطنة عمان في ضوء بعض المتغيرات، كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى.

21. وازي، طاوس (2018): صورة الجسم و علاقتها بالمرونة النفسية لدى المسنين.
مجلة دراسات نفسية وتربوية، المجلد 11، (العدد02)، الصفحات 285- 298.
22. يعقوب، نافذ نايف رشيد (2012): الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالدافعية الانجاز
والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب كليات جامعة الملك خالد. مجلة العلوم
التربوية والنفسية، المجلد 13، (العدد03)، الصفحات 71-98
23. Sagone, Elisabetta; De Carol. Maria Elvira. (2016). "YES ... I CAN": PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AND SELF-EFFICACY IN ADOLESCENTS. International. Journal of Developmental and Educational Psychology vol. VOL 01, (01) , pp. 141-148
24. American Psychological Association, (APA) , (2002): **The road to resilience**, 750, First Street , NE, Washington , DC.