



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر بسكرة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية
شعبة علم النفس



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسكرة -
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية
شعبة علم النفس



عنوان المذكرة:

مستوى المرونة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل
الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط
"دراسة ميدانية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط متوسطة محمد
عثمانى مشونش"

مذكرة تخرج مكملة لنيل شهادة الماستر في تخصص علم النفس المدرسي

إشراف الأستاذ(ة):

د. قندول نبيل

إعداد الطالب (ة):

مدوري كريمة

السنة الجامعية: 2024 / 2023

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وعرفان

قال الله تعالى ((لئن شكرتم لأزيدنكم)) سورة ابراهيم الآية 7

قال رسول الله ﷺ ((لا يشكر الله من لا يشكر الناس))

- رواه البخاري -

نحمد الله ونشكره على فضله ونعمته أنه منا علينا بنعمة الصحة والعلم ، وان قدرني على إتمام هذا العمل، وأتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ قندول نبيل على النصائح والتوجيهات، وأشكره على صبره وطيب أخلاقه، فلك مني أستاذي الفاضل فائق التقدير والاحترام.

كما أوجه شكري لكل أساتذة علم النفس في أولى ماستر وفي ثانية ماستر على تشجيعهم لي لمواصلة المشوار.

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من ساندني لإنجاز هذا العمل وإتمامه من أفراد عائلتي وأخص بالذكر مريم وكل أصدقائي وزملائي في العمل .

وأقدم شكري أيضا إلى كل زميلاتي في فوج ماستر 1 و 2 علم النفس المدرسي على مساندتهن لي وتوضيح الكثير من الأمور.

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة :

باللغة العربية:

عنوان الدراسة: مستوى المرونة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي دراسة ميدانية لدى عينة من تلاميذ السنة الرابعة لمتوسطة محمد عثمان مشونش .

تم تحديد مشكلة الدراسة في التساؤلات الآتية: أما فيما يخص التساؤلات التي سوف نحاول الإجابة عنها في هذه الدراسة هي كالتالي:

➤ هل توجد فروق في مستوى المرونة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ مستوى الرابعة متوسط.

➤ ما مستوى المرونة النفسية عند مرتفعي التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.

➤ ما مستوى المرونة النفسية عند منخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.

حيث هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى المرونة النفسية عند هذه الفئة التي تناولتها الدراسة، وهم تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط المقبلين على امتحان رسمي وطني لأول مرة لأنهم لم يجتازوا امتحان شهادة التعليم الابتدائي بسبب الإجراءات التي اتخذتها وزارة التربية حينها ، وخاصة هم في سن المراهقة وما تتميز به هذه المرحلة العمرية، وستخص الدراسة منهم: من لديه تحصيل دراسي (مرتفع ، منخفض)، بالإضافة إلى الكشف عن دلالة الفروق في مستوى المرونة النفسية لدى كل من مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي من أفراد عينة الدراسة على مقياس المرونة النفسية بحسب نوع التحصيل الدراسي (مرتفع، منخفض)، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن وذلك لملاءمته لطبيعة الدراسة، واعتمدت الباحثة على مقياس المرونة النفسية الذي أعدته وتم التأكد من خصائصه السيكومترية من أجل جمع البيانات، حيث تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية مكونة من 111 تلميذا وتلميذة، وبعد تحليل البيانات أسفرت نتائج الدراسة عن تحقيق فرضيات الدراسة كالتالي:

■ نعم توجد فروق في مستوى المرونة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي لدى عينة الدراسة لتلاميذ مستوى الرابعة متوسط لمتوسطة محمد عثمان مشونش.

■ مستوى المرونة النفسية مرتفع عند تلاميذ مرتفعي التحصيل الدراسي لدى عينة الدراسة لتلاميذ مستوى الرابعة متوسط لمتوسطة محمد عثمان مشونش.

- مستوى المرونة النفسية منخفض عند تلاميذ منخفضي التحصيل الدراسي لدى عينة الدراسة تلاميذ مستوى الرابعة متوسط لمتوسطة محمد عثمانى مشونش.
- الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، التحصيل الدراسي.

Summary of the study in English:

Title of the study: The level of psychological flexibility among high and low academic achievers, a field study among a sample of fourth-year students at Muhammad Othmani Mashounesh Middle School.

The problem of the study was identified in the following questions:

As for the questions that we will try to answer in this study, they are as follows:

- Are there differences in the level of psychological flexibility among high and low academic achievers of fourth-level intermediate students?
- What is the level of psychological flexibility among high academic achievers of fourth-year intermediate students?
- What is the level of psychological flexibility among low academic achievers of fourth-year intermediate students?

The current study aimed to know the level of psychological flexibility among this group that was covered by the study, which are students in the fourth year of intermediate education who are about to take an official national exam for the first time because they did not pass the primary education certificate exam due to the measures taken by the Ministry of Education at the time, especially when they are teenagers. What distinguishes this age stage, the study will focus on those who have academic achievement (high and low), in addition to revealing the significance of the differences in the level of psychological flexibility among both high and low academic achievement members of the study sample on the scale of psychological flexibility according to the type of academic achievement (high (low) To achieve the objectives of the study, the descriptive, correlational and comparative approach was used due to its suitability to the nature of the study.

The researcher relied on the psychological flexibility scale that she prepared and its psychometric properties were confirmed in order to collect data. The study sample was randomly selected, consisting of 111 male and female students. Data analysis:

The results of the study resulted in achieving the study hypotheses as follows:

- Yes, there are differences in the level of psychological flexibility among high and low academic achievers among the study sample, fourth-level middle school students from Muhammad Othmani Mashounesh middle school.
- The level of psychological flexibility is high among students with high academic achievement among the study sample, fourth-level intermediate students of Muhammad Othmani Mashounesh Intermediate School.

- The level of psychological flexibility is low among students with low academic achievement among the study sample, fourth-level middle school students, Muhammad Othmani Mashounesh.

Keywords: psychological flexibility, academic achievement.

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات:

فهرس المحتويات	
الصفحة	الموضوع
	شكر وعرهان
/	مستخلص الدراسة باللغة العربية
/	مستخلص الدراسة باللغة الأجنبية
/	فهرس المحتويات
/	قائمة الجداول
/	قائمة الملاحق
/	قائمة الاشكال
أ	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
6	1/ مشكلة الدراسة
7	2/ فرضيات الدراسة
7	3/ أهداف الدراسة
8	4/ أهمية الدراسة
9	5/ دوافع اختيار الموضوع
9	6/ تحديد متغيرات الدراسة إجرائيا
10	7/ الدراسات السابقة
الفصل الثاني: المرونة النفسية	
20	تمهيد
21	1/ مفهوم المرونة النفسية
22	2/ مصطلحات ذات الصلة بمفهوم المرونة النفسية
24	3/ بعض النظريات المفسرة للمرونة النفسية
26	4/ عوامل ذات علاقة بالمرونة النفسية

27	5/ الصفات والسمات الشخصية للأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية
29	6/ ابعاد المرونة النفسية
30	7/ طرق بناء المرونة النفسية
31	8/ المهارات المعززة للمرونة النفسية
31	9/ أهمية وفوائد المرونة النفسية.
33	خلاصة
الفصل الثالث: التحصيل الدراسي	
35	تمهيد
36	1/ مفهوم التحصيل الدراسي
38	2/ أنواع التحصيل الدراسي
39	3/ شروط التحصيل الدراسي
40	4/ مبادئ التحصيل الدراسي
42	5/ خصائص التحصيل الدراسي
42	6/ فوائد وأهمية التحصيل الدراسي
43	7/ وسائل قياس التحصيل الدراسي
45	8/ العوامل المؤثرة على التحصيل الدراسي للتلميذ
47	خلاصة
الجانب الميداني	
الفصل الرابع : الاجراءات الميدانية للدراسة	
50	تمهيد
51	1/ الدراسة الاستطلاعية
51	1-1- إجراءات الدراسة الاستطلاعية.
51	• بناء أداة الدراسة.

53	1-2- الخصائص السيكمترية.
53	1-3- عينة الدراسة
55	1-4- الهدف من الدراسة الاستطلاعية.
55	2/ الدراسة الأساسية .
55	2-1- حدود الدراسة .
56	2-2- منهج الدراسة
56	2-3- مجتمع الدراسة .
56	2-4- عينة الدراسة .
58	2-5- إجراءات الدراسة الأساسية
60	2-6- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة .
60	3/ بعض الصعوبات التي واجهت الباحثة.
	الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة
63	تمهيد
63	1/ عرض وتحليل نتائج الدراسة
63	1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى
64	1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
64	1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة
65	2/ مناقشة وتفسير نتائج الدراسة
65	2-1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى
66	2-2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية
67	2-3- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة
69	خلاصة
71	خاتمة
	قائمة المراجع

فهرس الجدول:

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
1	توزيع عبارات استبيان المرونة النفسية المعدل حسب أبعادها وطبيعتها (سلبية /إيجابية)	51
2	توزيع عبارات استبيان المرونة النفسية المعدل حسب أبعادها وطبيعتها (سلبية /إيجابية)	52
3	دلالة الفروق بين متوسطي العينتين المستقلتين لاستبيان المرونة النفسية	54
4	يوضح معامل الارتباط قبل وبعد التصحيح	55
5	يوضح توزيع مجتمع الدراسة حسب متغير التحصيل الدراسي للفصل الثاني	56
6	يبين حجم العينة حسب متغير التحصيل الدراسي المرتفع والتحصيل الدراسي المنخفض للفصل الثاني	58
7	يوضح دلالة الفروق في مستوى المرونة النفسية تبعاً التحصيل الدراسي	63
8	يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات المرونة النفسية لمرتقي التحصيل	64
9	يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات المرونة النفسية لمنخفضي التحصيل	65

فهرس الاشكال:

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
1	يمثل مجتمع الدراسة باستخدام الدائرة النسبية	57
2	معادلة ستيفن ثومبسون	58
3	يبين عدد العينة بعد تطبيق الاستبيان باستخدام الأعمدة البيانية	59

مقدمة

لم يعد التعرض للضغوط النفسية والبيئية أو البشرية هو المتغير الرئيسي المؤثر في نشاط الفرد وارتقائه، بل هنالك متغيرات أخرى أكثر تأثيراً، وهي أهداف الفرد وغاياته التي يسعى إلى تحقيقها والتي تجعله يقيم مصدر الضغوط تقييماً معرفياً يجعله يسلك طريقة معينة في مواجهة هذه الضغوط ما بين المرونة والفعالية وبين الجمود والسلبية ، ومن هذا المنطلق بدأ الباحثون يركزون على التغييرات التي تقي الفرد من الآثار الضارة للمواقف الضاغطة وتدعم قدرته على مواجهة هذه الضغوط.

وتعد الصحة المدرسية أحد العناصر المهمة المكونة للصحة العامة في كل الدول وقد دأبت معظم الدول المتحضرة والنامية على العناية بهذا الفرع من العلم إذ يتحتم عليها أن تبدأ بعناية الإنسان من أجل بناء أمة قوية وجيل متين البنیان، خاصة التلاميذ بحيث يقضون جزءاً كبيراً من حياتهم اليومية في المدرسة وتهيئ لهم فرصاً تربوية صحية لكي تساعدهم على تحقيق السلامة النفسية والجسمية في ظل الضغوط التي يتعرضون إليها والتي تعود إلى طبيعة المرحلة العمرية والدراسية والتي تنعكس على صحتهم الجسمية والنفسية وعلى حياتهم الاجتماعية بشكل عام وخاصة على تحصيلهم الدراسي.

فالمرونة النفسية أحد المكونات الأساسية التكميلية للصحة النفسية والتي تعكس قدرة الفرد على مقاومة ضغوط الحياة والظروف الصعبة ، وعلى مواجهة الشدائد والمحن و التكيف معها بشكل إيجابي، فهي عنصر هام لتحقيق التفوق والحصول على تحصيل دراسي يؤهله إلى النجاح والانتقال إلى مستوى أعلى خاصة بالنسبة للتلاميذ المقبلين على الامتحانات الرسمية كتلاميذ السنة الرابعة متوسط الذين سيجتازون امتحان شهادة التعليم المتوسط. فأداء التلميذ أو تحصيله مرهون بعدة مؤشرات مختلفة قد تكون داخلية متعلقة بالتلميذ ، كالقدرات المعرفية والسمات التي يتميز بها ، وقد تكون عوامل خارجية أسرية أو مدرسية. (الزغلول والمحاميد، 2007)

فالشخص الذي يتصف بالمرونة النفسية لديه قدرة على إظهار السلوك الإيجابي التكيفي خلال مواجهة المصائب والصدمات ،في حين الشخص غير المرن الذي لا يتقبل إدخال تغييرات في ظروفه ونمط حياته يصعب عليه التكيف وتختل ثقته بنفسه وبالأخرين كلما طرأ جديد وتغيرت معطيات الواقع ، إضافة إلى أن الشخص المرن يستجيب للبيئة الجديدة استجابة ملائمة تحقق التكيف بينهما ومعنى ذلك أن توافق الفرد يكون أسهل كلما كان مرناً والعكس صحيح وإذا أراد الفرد التكيف مع الحياة يجب

مقدمة

أن يتعلم سبل التعرف على مشكلاته والإلمام بجوانبها ومعرفة سبل مواجهة واكتساب المهارات اللازمة للتعامل معها . (شقورة ، 2012، صفحة 19)، ومن هذا المنطلق جاءت دراستنا الحالية للبحث والتعرف عن مستوى المرونة النفسية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ، حيث تم تقسيم الدراسة إلى جانبين رئيسيين :

جانب نظري: تضمن ثلاثة فصول ، حيث احتوى الفصل الأول على مشكلة الدراسة التي اندرج تحتها عرض تساؤلات الدراسة ، فرضيات الدراسة ودواعي اختيار الموضوع ، أهمية الدراسة ، أهداف الدراسة، تحديد المفاهيم الإجرائية.

وتضمن الفصل الثاني متغير المرونة النفسية الذي تطرقنا فيه إلى مفهوم المرونة النفسية، مصطلحات ذات الصلة بمفهوم المرونة النفسية، بعض النظريات المفسرة للمرونة النفسية، عوامل ذات علاقة بالمرونة النفسية، الصفات والسمات الشخصية للأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية، مقومات المرونة النفسية طرق بناء المرونة النفسية .

أما الفصل الثالث فقد عالجا فيه متغير التحصيل الدراسي حيث تطرقنا فيه إلى مفهوم التحصيل الدراسي، أنواع التحصيل الدراسي، شروط التحصيل الدراسي، مبادئ التحصيل الدراسي، العوامل المؤثرة على التحصيل الدراسي للتلميذ، ثم فوائد وأهمية التحصيل الدراسي، خصائص التحصيل الدراسي ووسائل قياس التحصيل الدراسي .

في حين تضمن **الجانب الميداني:** فصلين وهما الفصل الرابع الذي اندرج تحته الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية والذي احتوى على جزئين مهمين وهما الدراسة الاستطلاعية ، والدراسة الأساسية.

أما الفصل الخامس خصص لعرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها.

الجانب النظري

الفصل الأول

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1/ مشكلة الدراسة

2/ أهداف الدراسة

3/ أهمية الدراسة

4/ تحديد متغيرات الدراسة إجرائيا

5/ الدراسات السابقة

6/ فرضيات الدراسة

1/ مشكلة الدراسة:

تحرص المنظومة التربوية الجزائرية على توجيه قطاع التربية والتعليم نحو تبني نسق من رؤى التجديد والتغيير ، لكسب رهان التحسين والتطوير على صعيد إنتاج الكفاءات الفردية والجماعية ، التي تلعب دورا فعالا في الارتقاء بالمسار التنموي للأمة الجزائرية على كافة المستويات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والثقافية فالتعليم في الجزائر يحظى بأهمية كبيرة لدى الشعب والدولة الجزائرية على حد سواء وقد تم تسخير إمكانيات كبيرة لتوفير كل الهياكل والبنية التحتية للتعليم لمختلف الأطوار (ابتدائي، متوسط، ثانوي) حتى الجامعي.

كما أن إقرار الدولة لإجبارية التعليم ومجانيته واعتماد عديد المبادرات والبرامج الهادفة إلى دعم تكافؤ الفرص وتجويد نوعية التعلم وطرق التقييم ،ساهمت كلها في تحسين نسب ارتقاء التلاميذ وتدرجهم من مرحلة تعليمية إلى أخرى.

ولمرحلة التعليم المتوسط أهمية كبيرة في السلم التعليمي حيث أنها تمثل حلقة الوسط في التعليم أي أنها تتوسط مرحلة التعليم الابتدائي ومرحلة التعليم الثانوي.

و في هذه المرحلة يكون التلاميذ في سن مغادرة للمرحلة الابتدائية وإقدامهم للمرحلة المتوسطة حيث يكون هؤلاء التلاميذ لم يصلوا بعد مرحلة البلوغ ويدخلون في مرحلة المراهقة خاصة السنة الرابعة متوسط والتي تزامن هذه المرحلة الحساسة والحرجة من أطوار حياة المتعلم،وهي مرحلة غنية بتحويلات جسدية وذهنية ونفسية ، والتي تتميز بجنوح صاحبها إلى الإفراط والتفريط في كل شيء بسبب الأحاسيس الفياضة والغرائز الجياشة، إذ صنفها الكثير من الباحثين على أنها فترة أزمة وصراع نفسي معقد نتيجة التغيرات النفسية والجسدية والانفعالية والعلائقية المختلفة، غالبا ما يطبع عليها طابع الاتزان، والذي يهدف من خلاله هذا المراهق المتعلم إلى البحث عن هويته و محاولته لإثبات نفسه وسط أقرانه والمجتمع ككل، فيصبح عرضة للضغوط النفسية. وبما أن هذه المرحلة تنتهي باجتياز امتحان شهادة التعليم المتوسط، فالتلميذ يواجه الكثير من الضغوطات مثل كثافة المناهج ونوعيتها، الاكتظاظ، كثرة الواجبات، نوعية المواد في بعض المؤسسات التربوية والتي تعد من الأسباب التي تؤدي إلى ظهور سلوكيات غير مرغوب فيها واضطرابات مختلفة، تتطلب كفاءة معينة من المرونة النفسية للتكيف والتعامل معها والخفض من حدتها.

أي تعتمد على مستوى المرونة النفسية لديه للتعامل مع المواقف الصعبة حتى يتكيف ويتأقلم معها، ويفيد الشرقاوي بأن الشخص الصحيح نفسيا والذي يمتلك اتزانا انفعاليا هو الذي يمكنه السيطرة على انفعالاته بمرونة عالية والتعبير عنها بحسب طبيعة الموقف، وهذا يساعد الفرد على المواجهة الواعية لظروف الحياة ليحقق ما يصبو إليه وهو الحصول على نتائج مرتفعة في التحصيل الدراسي خلال السنة الدراسية ليتمكن من النجاح في شهادة التعليم المتوسط. فالتحصيل الدراسي مهم جدا في

هذه المرحلة، فهو يلعب دورا رئيسيا في حياة التلميذ، ويعبر عن مستوى الأداء لديه من خلال الاختبارات الفصلية التي يقوم بها المدرسون ، وغالبا ما تكون نتائج التحصيل مؤشرا مهما لمعرفة مستوى المرونة النفسية لدى التلميذ ومدى قدرته على التكيف والتأقلم مع ضغوطات هذه المرحلة العمرية وهذا المستوى الدراسي شهادة التعليم المتوسط بالتحديد.

وعليه تبرز أهمية معرفة مستوى المرونة النفسية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط خاصة عند تلاميذ مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي . وعلى هذا الأساس جاءت دراستنا هذه كمحاولة للتعرف على مستوى المرونة النفسية لدى التلاميذ مرتفعي التحصيل الدراسي وكذا لدى التلاميذ منخفضي التحصيل الدراسي.

أما فيما يخص التساؤلات التي سوف نحاول الإجابة عنها في هذه الدراسة هي كالتالي:

- هل توجد فروق في مستوى المرونة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ مستوى الرابعة متوسط.
- ما مستوى المرونة النفسية عند مرتفعي التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.
- ما مستوى المرونة النفسية عند منخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.

2/ فرضيات الدراسة:

تعتبر الفروض إجابات مؤقتة لتساؤلات الدراسة يضعها الباحث للكشف عن العوامل المسببة للظاهرة المدروسة و في هذه الدراسة قمنا بتحديد الفرضيات التالية:

- نعم توجد فروق في مستوى المرونة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ مستوى الرابعة متوسط.
- مستوى المرونة النفسية مرتفع عند تلاميذ مرتفعي التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.
- مستوى المرونة النفسية منخفض عند تلاميذ منخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.

3/ أهداف الدراسة:

ونحن بصفتنا باحثين في علم النفس المدرسي نود من خلال بحثنا هذا الكشف عن مستوى المرونة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ شهادة التعليم المتوسط أي مستوى الرابعة متوسط والذي جاء تحت عنوان:

مستوى المرونة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.

حيث تهدف هذه الدراسة إلى تحقيق جملة من الأهداف والتي يمكن حصرها فيما يلي:

- التعرف على مستوى المرونة عند هذه الفئة من التلاميذ قصد تحسين وتوعية المهتمين بهذا الميدان، بأن التلميذ قوة فعالة ومنتجة لا بد من الاهتمام بها ورعايتها واستغلال مواطن القوة لديه فيما يفيد ويفيد المنظومة التربوية والمجتمع عموماً، وكذا معالجة مواطن الضعف والنقص لكي لا تتحول إلى معول هدم.

- الوصول إلى مجموعة من التوصيات والاقتراحات والحلول للمشكلات التي يعاني منها التلميذ.
- محاولة إضافة الجديد إلى مجال البحث العلمي في هذا الميدان ليكون نقطة البداية أو إشكالية لبحث جديد.

- استقصاء مستوى المرونة النفسية بالنسبة للتحصيل الدراسي للتلميذ (المرتفع والمنخفض).

4/ أهمية الدراسة

تعتبر هذه الدراسة ذات قيمة نظرية وتطبيقية وربما نثري بعضاً من مجالات علم النفس المدرسي والإرشاد النفسي، وإلقاء الضوء على المرونة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى تلاميذ المدارس. وفيما يأتي أهمية الدراسة من الجانبين:

4-1- الجانب النظري :

- تكتسب هذه الدراسة أهميتها من أهمية الموضوع الذي نتناوله للتعرف على معنى المرونة النفسية وأبرز السمات الشخصية للأشخاص الذين يتمتعون بها لنصل إلى أنجع الطرق والمهارات لبناء وتعزيز المرونة النفسية خاصة عند الفئة المعنية.

- كما تكتسب هذه الدراسة أهميتها من حيث أنها سوف يجرى على عينة من تلاميذ مستوى الرابعة متوسط والذين سيجتازون أول امتحان رسمي في حياتهم باعتبارهم الجيل الذي انتقل مباشرة من السنة الخامسة ابتدائي إلى السنة أولى متوسط ولم يجتازوا امتحان شهادة التعليم الابتدائي بسبب انتشار وباء كورونا تلك السنة والإجراءات التي اتخذتها الدولة والوزارة آنذاك، وهذا لمعرفة مستوى المرونة لديهم من خلال نتائج التحصيل الدراسي للفصل الأول.

- التحسيس أكثر بأهمية المرونة النفسية عند هذه العينة خاصة في هذا المستوى.

- كما تكتسب هذه الدراسة أيضاً أهميتها من ندرة الدراسات التي أجريت حول الموضوع على المستوى المحلي للفئة المستهدفة وإهمالهم لهذا الجانب النفسي بالتالي هذه الدراسة تسد فراغاً علمياً وبحثياً في مجال الإرشاد النفسي المدرسي في المنطقة.

- كما تتبثق أهمية هذه الدراسة من أنها تساعد على فتح المجال أمام مزيد من الدراسات مستقبلاً وتسلط الضوء على موضوع البحث والاهتمام به أكثر.

4-2- الجانب التطبيقي:

- تحديد مستوى المرونة النفسية عند مرتفعي و منخفضي التحصيل الدراسي لدى تلاميذ شهادة التعليم المتوسط وبالتالي ما خرجت به الدراسة من نتائج تسهم في توضيح مستوى المرونة النفسية عند هذه الفئة من التلاميذ .

- كما أن نتائج الدراسة تسهم في مساعدة العاملين مع هذه الفئة في تصميم برامج إرشادية مناسبة و مناهج ملائمة، وكذلك إعدادهم بطريقة أفضل عن طريق إعداد وتخطيط البرامج التربوية التي تساعدهم على تنمية قدراتهم ومساعدتهم على التكيف الإيجابي والتوافق النفسي وبالتالي الصحة النفسية .

5/ دوافع اختيار الموضوع:

5-1- دوافع ذاتية:

- الاهتمام الشخصي بالموضوع والرغبة في التعرف على مستوى المرونة عند هذه الفئة كوني موظفة في قطاع التربية وأستاذة تعليم متوسط وغالبا لمستوى الرابعة متوسط بهدف إيجاد حلول ناجعة لمواجهة الضغوط وتعزيز المرونة النفسية لديهم.

- إثراء الزاد المعرفي لدي والتكوين في مجال تخصصي.

- بغرض البحث في مواضيع تنطلق بناء على نتائج الدراسة.

5-2- دوافع موضوعية:

- ارتباط الموضوع بتخصص علم النفس المدرسي.

- المساهمة في إثراء البحث العلمي.

- مستوى المرونة النفسية لتلاميذ الرابعة متوسط تنمي جوانب متعددة تتعلق بقدرة الفرد على التكيف مع واقعه خلال هذه المرحلة.

6/ تحديد متغيرات الدراسة إجرائيا:

تضمنت الدراسة الحالية متغيرات تتطلب تحديدا إجرائيا حتى تصبح قابلة للقياس وهي كمايلي:

- المرونة النفسية:

عرفتها الجمعية الأمريكية لعلم النفس بأنها عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد أو الصدمات أو النكبات أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر مثل المشكلات الأسرية ومشكلات العلاقات مع الآخرين، والمشكلات الصحية الخطيرة وضغوط العمل والمشكلات المالية.

(مزازي، 2022)

وتعرف المرونة النفسية إجرائياً بأنها: مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد على استبيان المرونة النفسية المعد لأغراض هذه الدراسة. حيث تشير الدرجة العالية إلى تمتع الفرد بمستوى عالي من المرونة النفسية والدرجة الواطئة إلى وجود درجات متدنية من المرونة النفسية لدى الفرد.

- التعريف الإجرائي للتحصيل الدراسي:

عرفه سيد خير الله 1981 بأنه المجموع العام لدرجات التلميذ في جميع المواد الدراسية المقاسة بالاختبارات التحصيلية المستخدمة في المدارس. وتعرفه الباحثة:

أنه المعدل الذي يتحصل عليه التلميذ المتمدرس في جميع المواد خلال الفصل الثاني في مستوى رابعة متوسط .

- التعريف الإجرائي لـ :

مرتفعي التحصيل: وهم التلاميذ الذين تحصلوا على معدل من 15 فما فوق في سلم التقييط 20 من عملية التحصيل الدراسي في نتائج اختبارات الفصل الثاني وفق التقويم الوزاري المعمول به. من مستوى السنة الرابعة متوسط لمتوسطة محمد عثمانى مشونش.

منخفضي التحصيل: وهم التلاميذ الذين تحصلوا على معدل أقل من 10 في سلم التقييط 20 من عملية التحصيل الدراسي في نتائج اختبارات الفصل الثاني وفق التقويم الوزاري المعمول به. لمستوى السنة الرابعة متوسط لمتوسطة محمد عثمانى مشونش.

* عينة البحث:

المكانية: تم إجراء الدراسة الميدانية بمتوسطة محمد عثمانى مشونش ولاية بسكرة
الزمانية: الفصل الثاني السنة الدراسية 2024/2023.

7/ الدراسات السابقة :

-دراسة مختار (2004) بعنوان : مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالجنس والتحصيل :تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مستوى المرونة النفسية لدى المرحلة الإعدادية كما تهدف إلى معرفة علاقة مستوى المرونة النفسية بالجنس و التحصيل ، استخدام الباحث في دراسته مقياس المرونة النفسية الذي أعده و هو مكون من 74 فقرة و 874 طالبا وطالبة من المرحلة الإعدادية و أهم النتائج التي توصل إليها أن طالبة المرحلة الإعدادية يتمتعون بمستوى متوسط من المرونة النفسية و أن الذكور أكثر مرونة من الإناث في هذه المرحلة

- دراسة الحموي (2010)، سورية: بعنوان التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات:

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة المتبادلة بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات والكشف عن الفروق بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة في التحصيل الدراسي تبعاً لمتغير الجنس. بلغ حجم عينة الدراسة (180) تلميذاً وتلميذة؛ (92) من الإناث، و (88) من الذكور من تلاميذ من الصف الخامس من التعليم الأساسي (حلقة ثانية في مدارس محافظة دمشق الرسمية و أدوات الدراسة مقياس مفهوم الذات من إعداد الباحثة والسجل الدراسي لأفراد عينة الدراسة لرصد علاماتهم. حيث توصلت الدراسة إلى أهم النتائج منها:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة في التحصيل الدراسي تبعاً لمتغير الجنس والفروق لصالح الإناث.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة في التحصيل الدراسي تبعاً لمتغير الجنس والفروق لصالح الإناث.

- **دراسة بوخالفة سليمة (2015)** بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي ،حيث

هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين الصلابة النفسية من خلال (الأبعاد، الدرجة الكلية) والتحصيل الدراسي. حيث تم استخدام مقياس الصلابة النفسية من تصميم الباحثة ، والاستعانة بمعاملات الارتباط واختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات، وتحليل التباين الأحادي لاختبار الفرضيات ،على عينة من 342 طالباً وطالبة ممتدرسين ببعض ثانويات مدينة تدمر. وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائية بين الصلابة و(الأبعاد والدرجة الكلية) والتحصيل الدراسي .

- **دراسة سالمة أنصير ديهوم (2016):** بعنوان المرونة النفسية وعلاقتها بالتكيف الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالفرع الغربي بمدينة زلتين: حيث تكونت عينة الدراسة من (262) طالباً وطالبة واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وطبقت مقياس المرونة النفسية من إعداد يحي عمر شعبان شقورة (2012)، حيث توصلت الباحثة إلى عدة نتائج منها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الأفراد العينة على استبانة المرونة النفسية في الاختبار القبلي والبعدي.

- **دراسة بكير (2019)**تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والضغط المدرسية لدى التلاميذ المترشحين لامتحان البكالوريا، وكذا الفروق في المرونة النفسية والضغط المدرسية بين الذكور والإناث، حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، كما استخدمت أداتين تمثلتا في مقياس المرونة النفسية المعدل من طرف الباحثة ومقياس الضغوط المدرسية المعدل من طرف عبدي (2011)، وطبقت الأداتين على عينة الدراسة المكونة من (150) تلميذاً وتلميذة منهم (62) ذكور و (88) إناث، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة. وقد أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية سالبة بين المرونة النفسية والضغط المدرسية.

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في المرونة النفسية.
- لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الضغوط المدرسية.
- دراسة فقير تقي الدين / ربيعي محمد (2021) بعنوان المرونة النفسية و علاقتها بالاتجاه نحو السلوك الصحي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط بمؤسسة كمال زمولين المدية، حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية للتلاميذ السنة الرابعة متوسط الذين يزولون دراستهم بمؤسسة كمال زمولين بولاية المدية و علاقتها بالاتجاه نحو السلوك الصحي وقد تكونت عينة الدراسة من (150) تلميذ و تلميذة ، وقد تم اختيارهم بطريقة قصدية وبعد استثناء العينة الاستطلاعية والتي قدرت ب (40) تلميذا وتلميذة وعند استخدام مقياسين : الأول مقياس المرونة النفسية للباحث يحي عمر شعبان شقورقوالثاني مقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي للباحثة نايت عبد السلام تم إلغاء (10) مقاييس وهذا لعدم توفر فيهم الإجابة الكاملة، ومنه فقد بلغت عينة الدراسة (100)، وقد استعان الباحث في هذه الدراسة ببرنامج (spss) لاختبار الفرضيات ونصت النتائج كالتالي :
- 1- يتمتع تلاميذ السنة الرابعة متوسط بدرجة عالية من المرونة النفسية.
- 2- هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المرونة النفسية و الاتجاه نحو السلوك الصحي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.
- دراسة فايذة مزاري / وسيلة بن عامر(2022)بعنوان المرونة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق (دراسة ميدانيةبثنائية أول نوفمبر ببلدية دار الشيوخ ولاية الجلفة2022).
- تهدف هذه الدراسة 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، تحصيل 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 . حيث 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.
- دراسة الدكتورة عائشة عبيد الله مبارك قويضي العازمي (2022) بعنوان المرونة النفسية وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى المراهقين، حيث تهدف الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية بأبعادها المتمثلة الاتزان الانفعالي ، فعالية الذات ، العلاقات الاجتماعية ، وحل المشكلات ، لدى عينة من المراهقين من تلاميذ المرحلة الإعدادية، والتفكير الإيجابي عند نفس العينة . تكونت عينة

الدراسة من (50) من طلبة المرحلة الإعدادية بمدرسة الجابر الأهلية التابعة لإدارة الفراونية التعليمية وقد تم اختيارهم من المرحلة العمرية (13، 14، 15) عام وذلك بنسبة متساوية ، واستخدمت الباحثة أداتين للدراسة وهما مقياس المرونة النفسية من إعداد الباحثة ، ومقياس التفكير الايجابي من إعداد الباحثة . وقد أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية ككل وأبعادها الفرعية والتفكير الايجابي عند المراهقين .

-دراسة مهديّة وليد تونسي محمد الطاهر :

تهدف هذه الدراسة للكشف عن مستوى المرونة النفسية لدى التلاميذ المراهقين المتمدرسين بالطور المتوسط، وكذلك التعرف على الفروق بين الجنسين وبين مختلف المستويات.

(أولى متوسط ، ثانية متوسط، ثالثة متوسط، رابعة متوسط)

ولتحقيق الأهداف المذكورة اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الاستكشافي وذلك باستخدام مقياس المرونة النفسية على عينة قوامها (100) تلميذ وتلميذة من تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط بمختلف المستويات أولى متوسط-ثانية متوسط-ثالثة متوسط - رابعة متوسط) بمتوسطة بوغزالة محمد الطاهر بالرباح للموسم الدراسي (2020/2021) حيث تم اختيار العينة بطريقة عشوائية بسيطة، وبعد جمع البيانات وتبويبها ومعالجتها باستخدام الأساليب الإحصائية spss .

تطبيق البرنامج الإحصائي: وقد أسفرت نتائج الدراسة على ما يلي يتميز أغلبية تلاميذ الطور المتوسط مرونة نفسية مرتفعة لا يوجد اختلاف في تباين درجات الذكور .

- ودرجات الإناث من تلاميذ الطور المتوسط على مقياس المرونة النفسية لا يوجد اختلاف بين متوسطات درجات مستويات التعليم لدى التلاميذ على مقياس المرونة النفسية.

-دراسة (ناصر) بعنوان التكيف المدرسي عند المتفوقين والمتأخرين تحصيليا في مادة اللغة الفرنسية وعلاقته بالتحصيل الدراسي في هذه المادة : هدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث ككل، على مقياس التكيف المدرسي العام والخاص) ومجالتهما، وفق متغيرات البحث الجنس الصف التخصص) وإلى الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات المتأخرين والمتفوقين تحصيليا في التحصيل العام ويضمنه مادة اللغة الفرنسية (على مقياس التكيف المدرسي العام والخاص ، ومجالتهما وفق متغيرات البحث وإلى الكشف عن العلاقة بين درجات عينة البحث ككل على مقياس التكيف المدرسي العام وبين درجاتهم على مقياس التكيف المدرسي الخاص. وقد

كانت عينة الدراسة (701) طالبا وطالبة واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي . وتوصلت إلى النتائج التالي :

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين المتأخرين والمتفوقين تحصيليا (في التحصيل الدراسي الخاص) على مقياس التكيف المدرسي العام تبعا لمجالات الإدارة والامتحان والمنهاج ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين المتأخرين والمتفوقين تحصيليا (في التحصيل الدراسي الخاص) على مقياس التكيف المدرسي العام تبعا لمجالات المعلم والزلاء والمدرسة والذات ومجموع المجالات ككل لصالح المتفوقين .

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسطات درجات المتأخرين تحصيليا في مادة اللغة الفرنسية على مقياس التكيف المدرسي العام حسب متغير التخصص تبعا للمجالات المعلم والزلاء والإدارة والامتحان والمنهاج والمدرسة والذات ومجموع المجالات ككل.

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسطات درجات المتأخرين تحصيليا في التحصيل الدراسي الخاص على مقياس التكيف المدرسي الخاص حسب متغير التخصص تبعا لمجالات المعلم والزلاء والإدارة والامتحان والمدرسة والمنهاج والذات ومجموع المجالات.

* الدراسات الأجنبية :

أما الدراسات الأجنبية التي أجريت في هذا الصدد نتطرق إلى بعض منها

- دراسة روني L. rony " 1979 :

The relationship of identity a chiervement and person environment longruence to psychological ajustement in college women.

وهي دراسة هدفت إلى بحث عدة تغيرات من بينها التحصيل والتوافق لدى عينة قوامها (277) من طالبات الجامعة، أسفرت النتائج على أن هناك ارتباطا إيجابيا جوهريا بين مستوى التحصيل ومستوي التوافق.

- دراسة فيرا E M. VIERA 1980 :

" the effert of four orientation pstrategies on the achirvement and ajustement of probationary freshman students in puertorico".

وهي الدراسة لبحث عدة متغيرات منها التحصيل الدراسي والتوافق على عينة قوامها (160) من طلاب الجامعة يوقع (45) ذكراً، و (115) أنثى، وأسفرت النتائج عن زيادة مستوى التحصيل بازدياد مستوى التوافق.

- دراسة **Herbert marsh** هيربرت دبليو مارش 1990 استراليا. عنوان الدراسة مفهوم الذات والتحصيل الأكاديمي دراسة طويلة. هدف الدراسة تهدف الدراسة إلى تعرف العلاقة بين مفهوم الذات والتحصيل الأكاديمي. عينة الدراسة: أخذت العينة من عدة مستويات دراسية متتالية إحصائي ثانوي ومتخرجين جدد من المدارس، وبلغت العينة (1456) طالباً وطالبة. نتائج الدراسة: وجد أن هناك تأثيراً متبادلاً بين مفهوم الذات والتحصيل الأكاديمي، فلقد حصل الطلاب الذين لديهم مفهوم ذات إيجابي على معدلات عالي في التحصيل الأكاديمي والعكس صحيح .

- دراسة **هاميل (2005) Hamill** بعنوان : المرونة والكفاءة الذاتية وأهمية معتقدات الكفاءة وآليات التعامل لدى المراهقين المرنين:

RESILIENCE AND SELF-EFFICACY: THE IMPORTANCE OF
.EFFICACY BELIEFS AND COPING MECHANISMS IN RESILIENT
ADOLESCENTS

هدفت الدراسة قياس القدرة على المرونة بين المراهقين الذين يستخدمون كلاً من التقرير الذاتي وبيانات الوالدين. وقد تكونت العينة من (43) من المراهقين، الذين تراوحت أعمارهم بين (1916) عاماً من طلاب المدارس الثانوية المسجلين في فئة علم النفس الاختيارية تم قياس الفعالية الذاتية، وتصورات الضبط الانفعالي، والاستجابة للضغوط والمثابرة وآليات التكيف باستخدام العديد من الاستبيانات والمهام المنظمة. وقد أسفر التحليل عن أربع مجموعات متميزة: المراهقون المرنين والمراهقون المختصين، والمراهقين غير المتكافئين، ومجموعة منخفضة الكفاءة. وكان المراهقون المرنين والمختصين متشابهين من حيث الكفاءة الذاتية وآليات التكيف، وسجلت المجموعة منخفضة التكيف على المقاييس الفرعية درجات أقل من تلك التي تتمتع بها المجموعات المرنة والمختصة وكانت الكفاءة الذاتية والقدرة على التعبير عن استجابات التعامل للخصائص الشخصية المهمة التي ميزت المجموعة المرنة من الشباب غير المرنين. ولم يختلف الضبط الداخلي والاستجابة للضغوط والمثابرة والقدرة على اختيار خيارات التكيف الإيجابية بين المجموعات الأربع، مما أدى إلى إمكانية أن تؤدي هذه الخصائص دوراً أقل أهمية في تنمية الكفاءة في مواجهة الشدائد.

-دراسة **موها نراج ولات (2005): (Mohanrag, R. Lath)**, الولايات المتحدة الأمريكية

عنوان الدراسة: البيئة الأسرية المدركة" وعلاقتها بالتوافق والتحصيل الدراسي

. "Perceived Family Environment in Relation to Adgustment and Academic Achievement

أهداف الدراسة: التعرف على طبيعة العلاقة بين البيئة الأسرية والتوافق المنزلي والتحصيل الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة.

عينة الدراسة: تألفت عينة الدراسة من (109) مراهقة ومراهق تراوحت أعمارهم بين (14-15-16) سنة. أدوات الدراسة مقياس البيئة الأسرية من إعداد موس عام 1986 المستخدم لوصف البيئة الأسرية والاجتماعية ولمقارنة التصورات بين الوالدين والمراهقين استبيان بل المعدل للتوافق الأسري عام 1962 .

نتائج الدراسة:توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التوافق الأسري والتحصيل الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة ، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة في التحصيل الدراسي تبعاً لمتغير الجنس.

- دراسة توماس دبليو وكيلي إلى سورينين وليليان تي إيبى Kelly.L. ، Lillian T. Eby ، NG Sorensen Thomas W. H. 2006 : أمريكا، فيلادلفيا

عنوان الدراسة: اعتقادات الأطفال حول السيطرة واحترام الذات وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي. هدف الدراسة: تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين اعتقادات الأطفال حول السيطرة واحترام الذات والتحصيل الأكاديمي، وذلك باعتقاد بأن السيطرة تتوجه من مكان داخلي بناءً على احترام ذات عال واحترام الذات هذا نتيجة إنجاز سابق وناجح. عينة الدراسة: أخذت العينة من المستوى الرابع، وبلغت (113) تلميذاً، منهم(60) من الذكور و(53) من الإناث.

نتائج الدراسة: وجد أن من لديهم مستوى عال من السيطرة لديهم أيضاً احترام ذات عال ونالوا درجات عالية في التحصيل الأكاديمي، واختلفت هذه العلاقة من حيث الجنس، إذ تفوقت الإناث في التحصيل الدراسي على الذكور ، وفسر ذلك بسبب التربية التفاضلية بين الذكور والإناث.

دراسة راي و ايليوت (2006) :بعنوان(Ray & Elliot) -

" Social Adgustment and Academic Achievement " .التوافق الاجتماعي والتحصيل الدراسي أهداف الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين التوافق الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى أفراد العينة

حيث تألفت عينة الدراسة 177 طالبا وطالبة جامعية .

أدوات الدراسة : استخدم مقياس التوافق الاجتماعي من إعداد الباحث ، متوسط درجات التحصيل الدراسي للطلاب.

أهم نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى أهم النتائج الآتية

.توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التوافق الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة في التحصيل الدراسي تبعاً لمتغير الجنس.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة في التحصيل الدراسي تبعاً لمتغير السنة الدراسية والفروق لصالح طلبة السنة الثانية.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة في التحصيل الدراسي تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية.

الفصل الثاني

الفصل الثاني

المرونة النفسية

تمهيد

- 1/ تعريف المرونة النفسية
- 2/ المصطلحات ذات الصلة بمفهوم المرونة النفسية
- 3/ بعض النظريات المفسرة للمرونة النفسية
- 4/ عوامل المرونة النفسية
- 5/ الصفات و السمات الشخصية للأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية
- 6/ أبعاد المرونة النفسية
- 7/ طرق بناء المرونة النفسية
- 8/ المهارات التي تزيد من المرونة النفسية
- 9/ أهمية وفوائد المرونة النفسية

تمهيد:

تعد المرونة النفسية psychological resilience صفة ملازمة للحياة وقوة كامنة خلقها الله سبحانه وتعالى في الإنسان، ولا يمكن أن تتحول إلى ميزة إلا إذا قام الفرد بتفعيلها عن طريق التجربة والممارسة، ولكي يتمتع الفرد بمستوى جيد من الصحة النفسية فلا بد من توافر قدر من المرونة النفسية.

فالمرونة النفسية هي من الدراسات المهمة في علم النفس ، لما لها من تأثير على حياة الإنسان في تحسين أدائه كفرد إيجابي يعمل على مواكبة التطور والتقدم في جميع مجالات حياته، حيث يستطيع الفرد مواجهة الضغوطات والتكيف الإيجابي مع الأحداث الصادمة والمحن و المواقف الضاغطة وضبطها للوصول إلى حالة من التوازن والاستقرار والأمن النفسي الذي يطمح الإنسان له.

1/ مفهوم المرونة النفسية :

1-1- المرونة لغة :

- قال ابن فارس: مرن - الميم والراء والنون - أصل صحيح يدل على لين شيء وسهولة. (ابي الحسين ، 1979، صفحة 313)
- وجاء في لسان العرب: مرن يمرن مرانة ومرونة: وهو لين في صلابة، ومرنت يد فلان على العمل أي صلبت واستمرت، والمرانة اللين". (الاحمدي ، 2007)

1-2- تعريف المرونة النفسية :

- للمرونة مفاهيم و تعاريف عديدة يعود هذا الاختلاف إلى أن البعض ينظر إليها من خلال الوسط العلمي الذي يعيش فيه ، فمنهم من يرى أن المرونة هي التوسط ومنهم من يرى المرونة أنها القابلية للتغير إلى الأحسن ومنهم من يراها في تحقيق الخير ودفع الشر ومنهم من يراها في تقبل الآخرين وأفكارهم . (ابو حلاوة ، 2013، صفحة 2)
- يعرف رزوق (1979، ص278) المرونة: بأنها خاصية في الفرد تساعده على التكيف والتلاؤم، وهي ميزة تشير إلى الانفتاح على صعيد القدرات والاستعداد من جانب الفرد لتطويعها وملاءمتها للظروف المستجدة .
- ويعرف الطحان (1992، ص 181) المرونة النفسية: بأنها القدرة على التكيف في المواقف التي تحمل الإحباط حيث يلتزم الحلول المختلفة للمشكلات ولا يظهر العجز عن مواجهتها .
- ويعرفها الصوفي (1996 (ص141)): بأنها هي الحد الفاصل بين الثبات المطلق الذي يصل إلى درجة الجمود، والحركة المطلقة التي تخرج بالشيء عن حدوده وضوابطه، أي أن المرونة حركة لا تسلب التماسك، وثبات لا يمنع الحركة (شقورة ، 2012).
- "ورد في إصدارات الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA 2002) : في نشرة بعنوان الطريق إلى المرونة النفسية الذي ترجمه للعربية محمد السعيد أبو حلاوة أن المرونة النفسية هي عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد الصدمات النكبات، أو الضغوط النفسية التي يواجهها الأفراد مثل المشكلات الأسرية، مشكلات العلاقة مع الآخرين، المشكلات الصحية الخطيرة، ضغوط العمل والمشكلات المالية .

- ويعرف نيومان (Newman, 2002): المرونة بأنها القدرة على التكيف مع الأحداث الصادمة المحن والمواقف الضاغطة المتواصلة" وهي عملية مستمرة يظهر من خلالها الفرد سلوكاً تكيفياً إيجابياً في مواجهة المحن، الصدمات ومصادر الضغط النفسي."
- ويعرفها الأحدي (2007، ص43) :بأنها هي الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الإنسان من التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة المختلفة سواء كان هذا التكيف بالتوسط أو القابلية للتغير أو الأخذ بأيس الحلول.
- وتعرف المرونة في علم النفس: هي القدرة على التكيف بنجاح وإحداث التغيرات اللازمة لمواجهة التحديات، كما أن مواجهة التحديات تعتبر أحد مؤشرات المرونة النفسية.
- كما يعرف (Masten 2009) المرونة النفسية في علم النفس بأنها " القدرة الإيجابية للفرد على التكيف مع الضغوط النفسية، وتمكنه من أداء وظائفه بشكل جيد.
- يرى قوته (2011، ص36) أن المرونة النفسية هي عملية التكيف السليم والجيد في أوقات الشدة والضغوط والصدمات مع بقاء الأمل والثقة بالنفس والقدرة على التحكم بالمشاعرو التنظيم العاطفي والقدرة على حل المشاكل وفهم مشاعر الآخرين والتعاطف معهم، وهي امتلاك الفرد لمجموعة سمات تساعد على مواجهة مصادر الضغوط، منها القدرة على الالتزام والقدرة على التحدي، والقدرة على التحكم في المشاعر. (ابو الندى ، 2015، صفحة 42)
- * من خلال العرض السابق لمفهوم المرونة النفسية فإن الباحثة تعرف المرونة النفسية بأنها قدرة الفرد على التأقلم والتكيف السليم والجيد مع الضغوط النفسية ، ومواجهة المواقف المختلفة بفاعلية وكذا الرد عليها بشكل عقلاني، وإقامة علاقات طيبة مع الآخرين، أساسها الود والاحترام المتبادل وتقبل الآخرين.
- علاوة على ذلك فإن الأفراد ذوي المرونة النفسية يتصفون أيضا بالاعتماد على الذات والابداع والثقة بالذات والشعور بالبهجة والضبط الداخلي وكذا مهارات متعددة لحل مشكلاتهم وارتفاع مستوى تحصيلهم الأكاديمي . (الشيخ ، 2017، صفحة 295)

2/ المصطلحات ذات العلاقة بمفهوم المرونة النفسية :

- 1-2- الصلابة النفسية : هي إحدى الخصائص الشخصية الإيجابية التي تؤدي إلى المحافظة على سلامة الأداء النفسي والجسمي في حال التعرض للضغوط والمواقف الشاقة والإنهاك النفسي. (لعلاقة و شيباني ، 2022، صفحة 81)، وهي مجموعة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية

الاجتماعية، خصال فرعية تضم الالتزام و التحدي و التحكم، يراها الفرد على أنها خصال مهمة له في التصدي للمواقف الصعبة والمثيرة للمشقة النفسية في التعايش معها بنجاح .

• وتوصلت كوباسا (Kobassa 1979) إلى أن الصلابة النفسية هي مجموعة من خصائص الشخصية وظيفتها مساعدة الفرد في المواجهة الفعالة للضغوط، وهي تتكون من الالتزام والتحكم والتحدي ، وهذه الخصائص من شأنها المحافظة على الصحة النفسية والجسمية للفرد بالرغم من التعرض للأحداث الضاغطة.

2-2- المناة النفسية: تعرف المناة النفسية من خلال قدرة الفرد على حماية نفسه من التأثيرات السلبية المحتملة للضغوط والتهديدات والمخاطر، والإحباطات والأزمات النفسية، والتخلص منها عن طريق التحصين النفسي باستخدام الموارد الذاتية والإمكانات الكامنة في الشخصية. (جبيري، 2020، صفحة 17)

-وتقسم المناة النفسية إلى ثلاث أنواع:

2-2-1- مناة نفسية طبيعية: وهي مناة ضد التأزم والقلق وهي موجودة عند الإنسان في طبيعة تكوينه النفسي الذي ينمو من التفاعل بين الوراثة والبيئة. فالشخص صاحب التكوين النفسي الصحي يتمتع بمناة نفسية طبيعية عالية ضد الأزمات والكرب والقدرة على تحمل الإحباط، ومواجهة الصعاب وضبط النفس.

2-2-2- مناة نفسية مكتسبة طبيعيا : وهي مناة ضد التأزم والقلق يكتسبها الإنسان من التعلم والخبرات والمهارات والمعارف التي يتعلمها في مواجهة الأزمات والصعوبات السابقة.

2-2-3- مناة نفسية مكتسبة صناعيا: وهي تشبه المناة الجسمية التي يكتسبها الفرد في حقن الجسم عمدا بالجرثومة المسببة للمرض، للحد من خطورتها وتبقى مناعتها طويلة، وتسمى مناة مكتسبة فاعلة. (شقورة ، 2012، صفحة 12)

2-3- مرونة الأنا: يرى الخطيب أن مرونة الأنا هي القدرة على مواجهة ضغوط الحياة وتحدياتها الصعبة، وأن يحيا فيها الإنسان حياة كريمة، وهي المقدره على التفاعل اجتماعيا مع الآخرين، والصفح والأمل وأن يجعل الإنسان معنى لحياته فيها. (رتيب ، 2019، صفحة 337)

كذلك عرفها كل من دول وليون (1988) بأنها تكيف الناجح مع التغلب على المخاطرة والمحنة وتطوير المنافسة في مواجهة الضغوط القاسية. وعرفها أيضا رثور بأنها : القطب الموجب للظاهرة الفريدة للفروق الفردية في استجابات الناس للضغوط و المحن. (فحجان، 2010، صفحة 68)

2-4- قوة الأنا: يعرف عيد قوة الأنا بأنها محور الحياة النفسية ومكمن قوتها التي تقاس بالقدرة على تحمل الإحباط وتجاوزه، والارتفاع فوق مشاعر الإثم، والمضي قدما بالإمكانات توكيدا للذات وتحقيقا لها . أما "سيمونس" فاعتبر أن قوة الأنا تشير إلى القدرة على التعامل بنجاح مع البيئة، والقدرة على أن يعيش الفرد وفق قدرات محددة ، أو خطط موضوعة، والقدرة على ضبط الانفعالات. (عرفة و سمعان ، 2013، صفحة 13)

2-5- الاتزان الانفعالي: يرى ريان أن الفرد المتزن انفعاليا يستجيب للمواقف والمشاكل التي تواجهه بأسلوب يتصف بالمرونة وعدم التطرف والمبالغة والاندفاع أو المغالاة في الاستجابة للمواقف الانفعالية المختلفة ، فهو شخص يشعر بالتفائل والبشاشة ، والاستقرار النفسي والتحرر إلى حد كبير من الشعور بالإثم والقلق ، والوحدة النفسية. (العمرى ، 2017، صفحة 03)

في حين المزيني يرى بأن الاتزان الانفعالي هو التحكم والسيطرة على الانفعالات والتعامل بمرونة مع المواقف والأحداث الجارية منها والجديدة، مما يزيد من قدرته على قيادة المواقف. (حمدان ، 2010، صفحة 37)

2-6- الثبات الانفعالي: يعرفه القريطي (1988) بأنه تلك الحالة الشعورية السوية التي يبدي فيها الفرد استجابة انفعالية لطبيعة الموقف أو المثير الذي يستدعي هذه الانفعالات، سواء من حيث نوعية الاستجابة وملاءمتها، وشدة الاستجابة (كميتها)، ومدى ثباتها واستقرارها بالنسبة للمواقف الواحدة والمثيرات المتشابهة. ويعرفه تفاحه (2009) بأنه التعايش مع الأحداث والمواقف بالثبات النسبي، مع القدرة على ضبط النفس واستقرار الحالة المزاجية، والاعتدال في إشباع الحاجات النفسية والبيولوجية . (شقورة ، 2012، صفحة 12)

3/ بعض النظريات التي فسرت المرونة النفسية:

3-1- المنظور النفسي psychoanalysis:

يعتبر "سيغموند فرويد" مؤلف ما يسمى بنظرية المدرسة للتحليل النفسي، أن الشخصية لها ثلاث قوى : (الهو، الأنا، الأنا الأعلى)، ويعتقد أن وظيفة "الأنا" هي من ناحية : التوافق بين ضغط الغريزة وضغط "الأنا الأعلى" في حين أن المشكلة التي تواجهها هي قوة "الأنا" وقوة "الهو" و "الأنا الأعلى" يخضع لمبدأ الواقع حيث يعتمد على قدرته ونجاحه في تحقيق التوازن والتوافق بين متطلبات كل من "الأنا" و"الأنا الأعلى"، لحماية الشخصية والعمل على التوافق مع البيئة وحل المشكلات. حيث يقول

فرويد" أيضا : أن درجة التكيف والقدرة هو جانب مهم من المرونة النفسية للفرد، و هذه النقاط فرويد التي أشار إليها مثل التوافق والتكيف لها علاقة وطيدة بالمرونة ويمكن حتى اعتبارها تعبيراً مرادفاً له. (الرقاد ، 2020 ، صفحة 58)

3-2- نظرية التحليل النفسي الاجتماعي للفرويديين الجدد أدلر:

يفترض أدلر هناك 4 طرق أساسية للحياة يتبناها للتعامل مع المشكلات وهي النمط المسيطر والنمط المعتمد والآخر النمط المتجنب والنمط المميز اجتماعياً، تعتمد المرونة النفسية القائمة على وجهة نظر أدلر على مدى تغيير الفرد الأسلوب حياته استجابة لتطور الواقع والمصلحة الاجتماعية، حتى يتمكن من سد الثغرات في افتقاره من أجل تحقيق مستوى أعلى من التطور النفسي والتكيف مع الواقع الاجتماعي.

3-3- النظرية الاجتماعية (إريك إريكسون) Erikson:

تعتبر نظرية إريك إريكسون استناداً لنظرية " سيغموند فرويد" إلا أنها تركز على نمو "الأنا" وفعاليتها وتؤكد على أهمية الجوانب الاجتماعية، وتعتقد أن إريكسون " يرى الشخص بشكل إيجابي، ولديه الإرادة للسيطرة على عقله ، والتدخل في تحديد مصيره والاندفاع نحو أهداف إيجابية إنه ممثل وجهة نظر إريك إريكسون في تنمية الشخصية وتكاملها يكون من خلال ما أسماه أزمة الحياة، والتي تصعد تدريجياً مسألة التكيف يتحقق هذا التكيف في أي وقت يمكن فيه تسمية المرونة في التعامل مع الوقت بالمرونة النفسية. تتميز كل مرحلة من مراحل التطور منذ الولادة وحتى الموت بالصراعات والأزمات والحلول التي يجب معالجتها من خلال معالجتها بطريقة تكيفية تنموية تتناسب مع هذه المرحلة، ووفقاً لمبدأ الخلق المستمر، فإن كل مرحلة من مراحل تطور إريكسون لها عملها الحياتي. يمكن النظر إلى العديد من أعمال إريكسون على أنها أوصاف للقوى الاجتماعية والتاريخية التي تؤثر على قوة ومرونة الأنا، أو الضعف والصلابة . (مرشود ، مانع ، و الحمداني ، 2013 ، صفحة 388)

3-4- المنظور الإنساني: Ahumanstic perspective:

يركز هذا المنظور على أهمية الخبرة الذاتية للفرد ومشكلاته الأساسية كالقلق وفعاليتها وحرية في اتخاذ قراراته لحل مشكلاته ويركز بصفة عامة إلى كشف سبل التي تؤدي بالفرد إلى التكيف وتحقيق أقصى فاعلية لذاته إذ يرى روجرز أن السلوك مدفوع بقوة واحدة هي النزعة لتحقيق، المتمثلة بالرغبة في المحافظة على النفس وتطويرها إن الشخصية السليمة المرنة بنظرية روجرز دالة على الانسجام بين الذات والخبرات ، فالأشخاص الأصحاء نفسياً قادرون على إدراك أنفسهم وبيئاتهم كما هي في

الواقع وهم منفتحون بحرية لكل التجارب لأن أية واحدة من هذه الخبرات لا تشكل تهديدا للذات لديهم، وإنهم أحرار ليحققوا ذواتهم في السير قدما ليكونوا أشخاصا متكاملين في أداء مهامهم ، ليس بالضرورة أن يغيروا وجه العالم بل يكفي أن يكون مبدعا حتى في شيء صغير يشعر بالتلقائية وبمرونة كبيرة في التكيف مع الحياة والبحث عن خبرات جديدة نحو الإحساس بالرضا وتحقيق الأهداف التي يسعى إليها .

في حين يؤكد ماسلو كلية الفرد إلا أنه يتصور الحاجات مرتبة وفقا لنظام هرمي يمتد من أكثر الحاجات الفيزيولوجية إلى أكثرها نضجا من الناحية النفسية ماسلو يضع تحقيق الذات على قمة نظامه الهرمي المتصاعد للحاجات ويرى ماسلو أن صاحب الشخصية السوية المرنة هو الشخص الذي يحقق ذاته وطبقا لماكونيل فلقد أكد ماسلو أن الإنسان مدفوع من الداخل لتحقيق الحاجات النفسية بإرادة فاعلة نحو الصحة. (العمرى ، 2017)

4/ عوامل المرونة النفسية :

بينت الجمعية الأمريكية لعلم النفس في منشوراتها وجود العديد من العوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية والتي تعمل على تعديل الآثار السلبية الناتجة عن مواقف الحياة الضاغطة، وقد بينت العديد من الدراسات أن العامل الأساسي في تكوين المرونة النفسية هو وجود الرعاية والدعم والثقة والتشجيع سواء من داخل الأسرة أو من خارجها ، بالإضافة إلى عوامل أخرى مثل قدرة الفرد على وضع خطط واقعية لنفسه ، الثقة بالنفس ، النظرة الإيجابية للذات ، تطوير مهارات الاتصال والتواصل والقدرة على كبح المشاعر الحادة (APA , 2010).

فسرت ريفيتش وشات (reivich and shatte) المشار إليها في (آل شويل و نصر، 2012) عوامل المرونة النفسية في عدة نقاط على النحو الآتي:

أولاً: أن تغيير الحياة ممكن وهذا يعني أن ما تعلمه الفرد يمكن أن يتغير وينسى وبالتالي يمكننا من خلال التدريب المعرفي والسلوكي تعزيز المرونة النفسية وتغيير الوضع الراهن للفرد بمعالجة الفرد وتعديل أنماط السلوك.

ثانياً: التفكير هو المفتاح الرئيس لزيادة المرونة النفسية وذلك للدلالة على أن العلم أساس وراء إدراكنا للأحداث ووفقا لريفيتش وشات فإن الإدراك الصحيح يؤدي إلى التفكير الفعال والذي بدوره يساعدنا أن نكون أكثر إنتاجية.

ثالثا: التفكير الدقيق والتأكيد على أن يكون كليهما واقعي ومتقائل دون إنكار للحقيقة..

رابعا: التواصل و الازدهار وهو إعادة التركيز مرة أخرى على نقاط القوى الإنسانية.

وفي الواقع فإن هذه العوامل التي قدمته اريفيثش وشات تشير إلى أن المرونة هي القوة الأساسية التي تقوم عليها جميع الخصائص النفسية الإيجابية للشخص، وأن الافتقار للمرونة هو السبب الرئيس وراء الأداء السلبي للفرد وتدني الشجاعة والعقلانية والبصيرة وعدم الازدهار (آل شويل و نصر، 2012)

وبعضهم يرى أنها تشمل ما يلي:

- الدفاع الذاتي.
- العقلنة.
- التحلي بصفة المساعدات الذاتية.
- التفكير المحفز (عصفور، 2013)

أما الجهني فيعدد عوامل المرونة النفسية بالآتي:

1. **الالتزام:** وهو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله.
2. **التحكم:** ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكما فيما يلقاه من أحداث ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ، ويتضمن التحكم القدرة على اتخاذ القرارات، والقدرة على تفسير الأحداث، والقدرة على المواجهة الفعالة للضغوط.
3. **التحدي :** وهو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته وهو أمر مثير وضروري للنمو أكثر منه تهديدا لهم ما يساعده على المبادرة، واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعده على مواجهة الضغوط بفاعلية. (الجهني، 2011)

ونذكر أبو حلاوة (2013) عدد من العوامل المرتبطة بالمرونة النفسية وهي :

- ✓ القدرة على وضع خطط واقعية واتخاذ الخطوات والإجراءات اللازمة لتطبيقها أو تنفيذها.
- ✓ النظرة الإيجابية إلى الذات، والثقة في القدرات والإمكانات الشخصية.
- ✓ مهارات التواصل الإيجابي وحل المشكلات .
- ✓ القدرة على ترويض أو إدارة الانفعالات القوية والاندفاعات .

5/ **الصفات والسمات الشخصية للأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية:**

من صفات الأفراد ذوي المرونة النفسية :

5-1- الصبر: يعد الصبر من أهم الركائز والدعائم التي يجب أن يتحلى بها كل مسلم يريد أن يحقق السعادة والسكينة لنفسه في الدنيا والآخرة، لذلك فقد أمر الله عباده بالصبر وحث عليه في العديد من الآيات في القرآن الكريم. قال تعالى: " يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ (البقرة 153))، وقال عز وجل: لَتَبْلَوُنَّ فِي أَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعُنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذًى كَثِيرًا وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ ((186) آل عمران)، والإنسان الصبور من الناحية النفسية هو الذي يتسم بالجلد والروية والالتزان الانفعالي وعدم التسرع أو الثورة أو التهيج أو شدة الغضب، وهو القادر على الانتظار وعلى الاستقامة والاستمرار فيها، وهو الذي يتوكل على الله عز وجل. (العيسوي، 1998، ص220)، وهذا الصبر يعلم الإنسان المثابرة على العمل وبذل المجهود لتحقيق أهدافه العملية والعلمية، حيث إن معظم أهداف الإنسان في الحياة تحتاج إلى الكثير من الجهد والوقت حتى يتمكن من بلوغها وتحقيقها؛ لذلك كانت المثابرة على بذل الجهد والصبر على معاناة العمل والبحث من الصفات الهامة الضرورية لبلوغ النجاح وتحقيق الأهداف، قال عز وجل: إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عَشْرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا مِائَتِينَ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِنْهُ يَغْلِبُوا أَلْفًا مِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَا يَفْقَهُونَ . (الأنفال 65)) والصبر والمثابرة مرتبطان بقوة الإرادة، فالشخص الصابر قوي الإرادة لا تضعف عزيمته ولا تشبث همته مهما لقي من مصاعب وعقبات، وبقوة الإرادة يتمكن الإنسان من تحقيق إنجازاته وتحقيق الأهداف العالية (نجاتي، 2005، ص299). ويعد الصبر من أهم الدعائم التي يجب أن يتحلى بها الإنسان صاحب الشخصية المرنة، والذي يريد أن يصل إلى السعادة والرضا في الدنيا والآخرة (حسان، 2008، ص52)، وقد جاء الإسلام يربي في المؤمن روح الصبر عند البلاء، لقوله عز وجل والصابرين في البأساء والضراء وحين البأس أولئك الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ، (البقرة 177))

5-2- التسامح: وهو التغلب على نزوع النفس من المكابرة والإصرار على الخطأ، وأعظم أبواب الاعتذار وأجلها هو مداومة المسلم على الاعتذار وطلب العفو والصفح من ربه جل وعلا، وهو ما يسمى بالتوبة والإنابة، والقدرة على العفو هي طاقة نفسية لا توجد عند الكثيرين، وهذه الطاقة لا تكون بسبب ضعف أو نقص، ولكن ترافق القدرة على الانتقام وبالرغم من ذلك يعفو عن من ظلمه أو سبب له أذى، ولقد حثنا الله تعالى على الصفح والتسامح في العديد من الآيات، فقال عز وجل (فاصفح عَنْهُمْ وَقُلْ سَلَامٌ فَسَوْفَ يَعْلَمُونَ) (الزخرف 89))، وقال أيضاً فيما رَحِمَةً مِنَ اللَّهِ لَئِنْ لَمْ يَسْتَغْفِرْ لَهُمْ

وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا وَلَوْ كُنْتَ فِظَا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُوا . عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ (آل عمران 159))

يذكر الخطيب (2007) السمات الشخصية المميزة للأشخاص ذوي المرونة العالية وهي:

- الاستبصار: هي قدرة الشخص على قراءة وترجمة المواقف والأشخاص والقدرة على التواصل البين شخصي ومعرفة طريقة الفرد في التكيف مع المواقف المختلفة مما يجعله يفهم نفسه والآخرين.
 - الاستقلال: عمل توازن بين الشخص والأفراد الآخرين المحيطين به ويشمل كيفية تكيفه مع نفسه بحيث يعرف ماله وما عليه. الإبداع ويشمل إجراء خيارات وبدائل للتكيف مع تحديات الحياة بالإضافة للاندماج في كل الأشكال السلوكية السلبية تحدي المصاعب والمخاطر
 - روح الدعابة: تمثل القدرة على إدخال السرور على النفس وإيجاد المرح اللازم للبيئة المحيطة به .
 - المبادرة: وتتضمن قدرة الشخص على البدء في تحدي ومواجهة الأحداث, وذلك بعد دراسة سريعة وصحيحة وتمثل قدرة الفرد الإحساس بإدراك النتائج الإيجابية والصحيحة والسريعة.
 - تكوين العلاقات: وتشمل قدرة الفرد المرن على تكوين علاقات إيجابية صحيحة وقوية من خلال قدرته على التواصل النفسي والاجتماعي والعقلي والبيّن شخصي مع من يحيطون به ومع ذاته. (الغزوي ، 2016)
 - القيم الموجهة (الأخلاق): وتشمل البناء الخُلقي الصحيح للشخص المرن, والتي تتضمن قدرته على تكوين مفاهيم أخلاقية وتطبيقها من خلال تعامله مع أفراد مجتمعه ومع خالقه ليكون شخصاً متمتعاً بإدراكات روحانية وخلقية في حياته العامة والخاصة.
 - الإيجابية و التكيف في الظروف المعاكسة .
 - القدرة على تحمل الإحباط .
 - * مستوى التفاعل والتغلب على النتائج السلبية للضغوط.
 - * تنمي أساليبهم المعرفية تبعاً لمقتضيات المواقف التي يواجهونها .
 - * ضبط النفس والانفتاح على الخبرة والابتعاد عن الفضاضة .
 - * العمل بفعالية وفقاً مع القيم الشخصية . (زينة ، 2016 ، صفحة 34)
- 6/ أبعاد المرونة النفسية:

حددت أبعاد المرونة النفسية في خمسة أبعاد هي: (عبيد الله و العازمي، 2022، صفحة 146)

- 1- الاتزان الانفعالي : ويتمثل في قدره الفرد على الوعي بانفعالاته المختلفة وتوجيهها التوجه الصحيح والقدرة على التحكم فيها والسيطرة عليها مع تعدد المواقف التي يمر بها واختلافها.

- 2- **فعاليه الذات** : ثقة المرء في قدرته على حل المشكلات ومعرفة مكامن قوته وضعفه وحسن توظيفه لمواهبه ليتمكن من التوافق الإيجابي مع أحداث الحياة وتحدياتها، والسعي لتحقيق أهدافه وقدرته على تقبل النقد والاستفادة منه.
- 3- **العلاقات الاجتماعية** : القدرة على إنشاء وتكوين علاقات اجتماعية سوية مع الآخرين، والمحافظة عليها والاندماج وسط الجماعة، وتقبل الآخرين والقدرة على التسامح والعتو مع الذات والآخرين بالرغم من اختلافهم معا ومساعدة الآخرين .
- 4- **الصبر** : هو القدرة على تحمل الظروف الصعبة التي يتعرض لها الفرد بروح عالية ونفس راضية دون تسرع الاندفاع في رد الفعل والقدرة على المثابرة والجد لانجاز الطموحات ومهام الحياة.
- 5- **حل المشكلات** : القدرة على النظر إلى الصعوبات والأزمات من زوايا متعددة للتبصر بمختلف العوامل المسببة لها، والحلول المختلفة المحتملة للتغلب عليها ومواجهتها والبحث عن أفكار إبداعية وبدائل متعددة واستشارة أهل الخبرة .

7/ طرق بناء المرونة النفسية :

- قدمت الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA 2010) عشرة طرق لبناء المرونة النفسية كما يلي:
1. العلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين بصفة عامة و أعضاء الأسرة و الأصدقاء بصفة خاصة
 2. تجنب الاعتقاد بأن الأزمات أو الأحداث الضاغطة مشكلات لا يمكن تجنبها.
 3. تقبل الظروف التي لا يمكن تغييرها.
 4. وضع أهداف واقعية و الاندفاع الإيجابي باتجاه تحقيقها.
 5. اتخاذ أفعال حاسمة في المواقف العصيبة.
 6. التطلع لفرص استكشاف الذات بعض الصراع مع الخسارة.
 7. تنمية الثقة في الذات
 8. الحفاظ على تصور طويل الأجل وفهم الحدث الضاغط في إطار السياق الواسع المخلق له.
 9. الحفاظ على روح التفاؤل والاستيثار وتوقع الأفضل.
 10. رعاية المرء لعقله وجسده، وممارسة تدريبات منتظمة، مع الانتباه لحاجاته ومشاعره، فضلاً عن الاندماج في أنشطة الترفيه والاسترخاء وإمتاع الذات، التعلم من الخبرات السابقة، والتأسيس لحياة مرنة ومتوازنة. (خير و سناري ، 2015، صفحة 296)

8/ المهارات التي تزيد من المرونة النفسية:

يرى ليوما و آخرون " (2007) الوارد في (ciarrochi & bilich) أن هناك ست (06) عمليات أساسية مرتبطة ومتفاعلة تعمل على زيادة المرونة النفسية:

1. اتصال الشخص مع اللحظة الراهنة بمعنى الإدراك الواعي واستغلال الخبرات في الموقف في اللحظة الراهنة وتمكن الشخص من وضع تصور حسب المعلومات المتوفرة لديه في ما إذا كان في استطاعته التغيير وإمكانية الاندماج المعرفي.
2. إدارة الذات: غالبا ما يطلق عليها مراقبة الذات ووعي النفس.
3. تقبل الذات النظرة الإيجابية للذات والثقة في القدرات من خلال إدراكه الحقيقي لها و للأحداث من حوله.
4. القيم : وهي القدرة على الاحتفاظ بالقيم الروحانية والخلقية واختيار اتجاهات الحياة التي تكون نابعة من أعماقك وتعبّر عن اختياراتك الشخصية واعتقاداتك وتوفير الحافز والإلهام وتقديم التوجيه لأفعالك وإعطاء معنى للحياة بحيث تكون نابعة من أحاسيسك وتعبّر عن أهدافك.
5. القدرة على ترويض الانفعالات القوية والاندفاعات : التخلص من الأفكار غير المرغوب فيه للحد من تأثير العمليات المعرفية غير المقيدة للسلوك لتسهيل وجوده في الموقف والمشاركة فيه .
6. الالتزام في العمل: وقد يتطلب التدريب على المهارات ويساعد في ذلك الاتجاهات والقيمة. (حنان ، 2021، صفحة 197)

9/ أهمية وفوائد المرونة النفسية :

9-1- أهمية المرونة النفسية:

يوضح كاشدان (2010 ، Kashdan) أهمية المرونة النفسية في أنها تساعد الفرد على التكيف مع مختلف المطالب الظرفية، والحفاظ على التوازن بين مجالات الحياة الهامة، بأن تكون السلوكيات الملتزمة تتفق مع القيم، وتعتبر المرونة حجر الزاوية في الأداء الصحي الاجتماعي الشخصي، والقدرة النسبية للانتعاش بعد الأحداث المجهدة. ويعد ضبط النفس أو السيطرة الذاتية أو القدرة على تعديل الميول المعرفية والسلوكية هو عامل يساعد للتمكين المرونة النفسية؛ إذ أن الأفراد الذين يتمتعون بأقوى درجات ضبط النفس يكون أدائهم الاجتماعي أفضل، بذلك يكونوا أكثر مرونة وتظهر هذه المرونة بقوة في الفضول والمثابرة .

وتتمثل أهمية المرونة النفسية في قدرة الفرد على ضبط نفسه وإدارة المواقف والأزمات غير الاعتيادية بعد إدراكها، بحيث تصبح لديه القدرة على تغيير مجرياتها ووضع خطط واستراتيجيات حل مناسبة للمشكلات.

9-2- فوائد المرونة النفسية:

- 1- **الصحة النفسية:** ترتبط سمة المرونة بالصحة النفسية إذ أن هناك بعض المؤشرات للصحة النفسية السليمة، ومنها أن يتصف بالمرونة حيث يكون متوازناً في أمور حياته ويتعد عن التطرف في الحكم على الأمور واتخاذ القرارات، ويساير الآخرين على وفق قناعته التي تتطلب نهجاً ديمقراطياً .
- 2- **النظرة الإيجابية للحياة :** كلما كان الإنسان متصفاً بخاصية المرونة كان أكثر إيجابية في تعامله مع ما يدور حوله من موجودات، فالنظرة الإيجابية في الحياة تحدد قيمته الاجتماعية ، والتي ينبغي أن تتسم بالإيجابية التي لا تعرف إفراطاً ولا تفريطاً، مثل هذه النظرة المعتدلة ستمكنه من التفاعل مع الواقع بثقة وحزم وفاعلية وعزم، لأنه يدرك أن عليه تقديم العمل الصائب ليحصل على أحسن النتائج .
- 3- **الاستمرارية في العطاء:** إن العمل المتقطع لا يؤدي ثمرته، وإن العمل المتكرر يورث الكآبة، والإنسان المرن يكتسب استمرارية لا تعرف الانقطاع، وعمله لا يعرف الكآبة والملل فهو يواصل العمل بهمة وحماس و روح وإتقان وما ذلك إلا أنه مرن في استخدام وسائله فهو دائم التنقل بين وسيلة وأخرى .
- 4- **الاتصال الفعال :** إن الإنسان منذ ولادته يقوم عملية اتصال وهذا الاتصال هو الذي يكون العلاقات الإنسانية وعنه ينجم تفاعل الشخص مع محيطه والإنسان المرن يمتلك خاصية الاتصال الفعال لأن لديه القدرة على تقبل الآخرين وعدم الاصطدام بهم والتفاعل معهم بإيجابية أما الإنسان الذي يفترق المرونة فهو كثير الاصطدام مع أفكار الآخرين ومشاعرهم وضعيف القدرة على التفاعل معهم. (الشيخ ، 2017، صفحة 378)

وتعود المرونة النفسية بعدة فوائد على الطالب منها :

- تساعد الفرد على تحقيق أهدافه بنجاح.
- تقلل من حدة التوتر والضيق الناجم عن المشكلات والأزمات ، و تزيد من صفاء الذهن مما يجعل بإيجاد حلول للمشكلة.
- تزيد من تمتعه بالأشياء من حوله ، لأنها تمنحه الراحة النفسية والاستقرار الداخلي و الطمأنينة و الشعور بالسعادة.
- تهون الامور وتجعله يرى كل موقف يوضع فيه من جهة إيجابية فعالة.
- تساعد على التكيف و التقييم الصحيح . (شقورة ، 2012، صفحة 27)

خلاصة الفصل:

من خلال ما سبق نستنتج أن المرونة النفسية هي عبارة عن عملية ديناميكية تدل على قدرة الفرد على التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة الضاغطة والظروف الصعبة التي يمر بها، واستجابته لأي تغيير في بيئته استجابة ملائمة تحقق الانسجام بين حاجاته ودوافعه من جهة والتكيف مع الضغوطات النفسية لحل المشكلات من جهة أخرى، وبالتالي يواجه المواقف المختلفة بفعالية والرد عليها بشكل عقلائي، لكي يتمكن من القيام بدوره في الحياة بنجاح وأداء وظائفه بشكل جيد.

ومن هذا المنطلق نقول أن المرونة النفسية هي أحد المكونات الأساسية المكتملة للصحة النفسية والتي تعكس قدرة الفرد على مقاومة ضغوط الحياة والظروف الصعبة، ومواجهة الشدائد والمحن والتكيف معها بشكل إيجابي، وزيادة ارتباطه مع باقي أفراد أسرته ومجتمعه.

الفصل الثالث

الفصل الثالث

التحصيل الدراسي

تمهيد

- 1/ مفهوم التحصيل الدراسي
- 2/ أنواع التحصيل الدراسي
- 3/ شروط التحصيل الدراسي
- 4/ مبادئ التحصيل الدراسي
- 5/ خصائص التحصيل الدراسي
- 6/ العوامل المؤثرة على التحصيل الدراسي للتلميذ.
- 7/ فوائد و أهمية التحصيل الدراسي
- 8/ وسائل قياس التحصيل الدراسي

تمهيد :

إن مفهوم التحصيل الدراسي من أكثر المفاهيم تداولاً في الدراسة وفي أهم الأوساط العلمية والعملية الأكثر استخداماً له وسط التربية والتعليم لأن له جانب هام باعتباره الطريق الإجباري للنجاح ولاختيار نوع تخصص الدراسة والمهنة ، وبالتالي تحديد الدور الاجتماعي الذي سيقوم به الفرد ، والمكانة الاجتماعية التي سيحققها ونظرته لذاته ، وشعوره بالنجاح ومستوى طموحه، فالتحصيل الدراسي من المؤشرات المهمة التي تؤثر في حياة الفرد وتنمي قدراته العقلية مما يعمل على الانسجام بين سلوك الفرد وانفعالاته .

1/ تعريف التحصيل الدراسي:

* التعريف اللغوي :

حصل الشيء و الأمرخاصه وميزه، وتحصل الشيء تجمع وثبتت. (احمد، 2010، صفحة 89)

ورد في معجم لسان العرب مادة "حصل هو الشيء الحاصل من كل شيء وهو ما بقي وثبت وذهب ما سواه، وحصل الشيء يحصل حصولاً والتحصيل تمييز ما يحصل أي تحصيل الشيء، والتحصيل يقصد به الجمع والتمييز بين الأشياء. (المهيزع ، 1994 ، صفحة 14)

* التعريف الاصطلاحي:

- ورد مفهوم التحصيل الدراسي في معجم التربية لسنة 2004 : بأنه "جهد علمي يتحقق للفرد من خلال الممارسات التعليمية والدراسية في نطاق مجال تعليمي، مما يحقق مدى الاستفادة التي جناها المتعلم من الدروس والتوجيهات التعليمية المقررة عليه". (الزكي و فليه، 2004، صفحة 62)

- كما ورد في معجم مصطلحات التربية والتعليم : أن التحصيل الدراسي هو مقدار تحصيل الطالب ونوعيته في موضوع أو أكثر. (حمدان، 2006، ص 30).

- كما عرف قاموس التربية التحصيل الدراسي بأنه المعرفة المكتسبة أو تطور المهارات في المواضيع المدرسية، والتي تتحدد عن طريق درجات الاختبار المدرسي، أو بتقديرات المعلمين أو بكليهما. (المهيزع ، 1994 ، صفحة 14)

- كما ورد في موسوعة المصطلحات النفسية (عربي/ انجليزية Achievement) : بأنها كلمة تصف تحقيق إنجاز، وتدل على التحصيل العلمي، ويتم مقارنة العمر التحصيل بالعمر الزمني كمؤشر للقدرات. (الشرييني، 2001، صفحة 16)

- ويقصد به: المعلومات والمهارات المكتسبة من قبل المتعلمين كنتيجة لدراسة موضوع، أو وحدة دراسية محددة. (سمارة و العديلي ، 2008 ، صفحة 52)

- ويعرف أيضا : بأنه مقدار ما يحصل عليه الطالب من معلومات أو مهارات معبرا عنها بدرجات في الاختبارات بشكل يمكن قياس المستويات المحددة بالاختبار التحصيلي المعد من قبل المعلم. (شحاتة ، 2003 ، صفحة 79)

- ويعرف **كمال محمد دسوقي التحصيل الدراسي (Academic Achievement(1988)** بأنه: القدرة على أداء المهام المدرسية، وقد تكون عامة أو خاصة بمادة دراسية معينة". (هيام ، 2012 ، صفحة 154).

- **تعريف أيزنك:** عرف التحصيل الدراسي على أنه التحقيق الناجح لهدف معين يتطلب جهداً خاصاً ودرجة النجاح التي تحقق في واجب معين، كما أنه نتيجة نشاط عقلي وجسمي يتحدد طبقاً للمطالب الفردية أو الموضوعية أو كليهما .
 - **تعريف تشابلن :** التحصيل الدراسي مستوى محدد من الإنجازات أو الكفاءة أو الأداء في العمل المدرسي يجري من قبل المعلمين أو بواسطة الاختبارات المقننة " . (بن لادن، 2001، صفحة 210)
 - **تعريف كامل:** التحصيل الدراسي هو الإنجاز أو الإحراز الذي يحققه الطالب بعد دراسته لمواد دراسية مقننة أو موحدة ذات أهداف تعليمية محددة، وهو بذلك يمثل النواتج المرغوب فيها ويقاس بالاختبارات التحصيلية. (كامل، 1995، ص281)
 - **تعريف تروس (Tross):** التحصيل الدراسي هو مجموعة من المعلومات التي يكسبها الفرد في مادة أو منهاج دراسي خلال العام الدراسي، والتي تنعكس في أداء الطالب في الاختبارات التحصيلية التي توضع هذا المنهاج أو المادة بعينها بحيث يعبر عن ذلك كمياً "بالدرجات" .
 - **تعريف العيسوي:** التحصيل الدراسي هو مستوى محدد من الإنجاز أو براعة في العمل المدرسي يقاس من المعلمين أو الاختبارات المقررة.
 - **تعريف ألين (Allen):** التحصيل الدراسي هو إنجاز الطالب في مادة دراسية معينة أو مجموعة مواد مقدرة بالدرجات طبقاً للامتحانات التي تجريها المدرسة أو الجامعة.
 - **تعريف الحربي:** التحصيل الدراسي يعبر عن درجات الطلاب المعتمدة رسمياً حصل عليها أولئك الطلبة بالاختبارات التحصيلية والشفوية والتحريرية التي تجرى خلال الفصل الدراسي.
 - **تعريف الشويقات:** التحصيل الدراسي هو " مجموعة المفاهيم والمصطلحات التي يكتسبها المعلم نتيجة مروره بالخبرة من خلال عملية التعليم، ويقاس بالعلامة الكلية التي يحصل عليها المتعلم في الاختبار التحصيلي الموضوعي.
- باستعراض مجموعة التعريفات السابقة للتحصيل الدراسي يلاحظ الباحث اتفاق معظم هذه التعريفات على: أن التحصيل الدراسي مصطلح تربوي يطلق على النتائج التي يتحصل عليها التلميذ في المؤسسة التربوية وأن التحصيل الدراسي هو مدى إنجاز الطالب واكتسابه للمعارف والمهارات في مادة دراسية واحدة أو مجموعة مواد دراسية وأنه يقاس بالدرجات التي أعطيت بناء على الاختبارات التحصيلية التي تجريها المدرسة أو الجامعة كما يدل على مستوى التلميذ بالنسبة لقسمه الدراسي. وهوما يتفق مع تعريف هذا المفهوم في الدراسة الحالية.
- تعرف الباحثة التحصيل الدراسي استناداً للتعريفات والدراسات السابقة والإطار النظري:

"هو مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في الاختبارات التحصيلية للمدرسة أو الجامعة للفصل الدراسي الأول أو الثاني أو الثالث أو بنهاية العام الدراسي وذلك طبقاً للاختبارات أو الوسائل التقويمية الأخرى للمدرسة أو الجامعة.

بعد الاطلاع على الأدبيات العلمية والدراسات السابقة أن التحصيل الدراسي يرتبط بعدة مصطلحات من أهمها:

- **مصطلح التحصيل الأكاديمي:** ويعني المعرفة التي تم الحصول عليها أو المهارات التي اكتسبت في إحدى المواد الدراسية التي تم تحديدها بواسطة درجات الاختبار من المدرس.

- **مصطلح التعليم الأكاديمي:** ويعني الدراسة الموجهة نحو اكتساب المعرفة النظرية أو العلمية كما يشمل الدراسة الأكاديمية والمنهج الأكاديمي. (العض ، 2015، صفحة 46)

والمقياس الذي يعتمد عليه لمعرفة مستوى التحصيل الدراسي هو مجموع الدرجات التي يحصل عليها التلميذ في نهاية العام الدراسي، أو نهاية الفصل الأول، أو الثاني، أو الثالث . وذلك بعد تجاوز الاختبارات والامتحانات بنجاح.

2/ أنواع التحصيل الدراسي:

تبين الدراسات المختلفة أن للتحصيل الدراسي ثلاث أنواع

2-1- التحصيل الدراسي الجيد :

يكون فيه أداء التلميذ مرتفع عن معدل زملائه في نفس المستوى وفي نفس القسم ، ويتم باستخدام جميع القدرات والإمكانيات التي تكفل للتلميذ الحصول على مستوى أعلى للأداء التحصيلي المترقب منه. (الحاج و الشايب، 2015، صفحة 189)

يعرف " محمود أبو نبيل " التحصيل الدراسي الجيد على أنه سلوك يعبر عن تجاوز الأداء التحصيلي للفرد لأداء أقرانه في العمر نفسه العقلي والزمني.

فالفرد المتفوق دراسياً يمكنه تحقيق مستويات تحصيليه مرتفعة عن المتوقع وحسب " عبد الحميد عبد اللطيف " التحصيل الدراسي الجيد عبارة عن سلوك يعبر عن تجاوز أداء الفرد للمستوى المتوقع.

(عبد الحميد عبد اللطيف، 1990، ص 188)

2-2- التحصيل الدراسي المتوسط :

في هذا النوع من التحصيل تكون الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ تمثل نصف الإمكانيات التي يمتلكها، ويكون أداءه متوسط ودرجة احتفاظه واستفادته من المعلومات متوسطة.

2-3- التحصيل الدراسي المنخفض :

يعرف هذا النوع من الأداء بالتحصيل الدراسي الضعيف، حيث يكون فيه أداء التلميذ أقل من المستوى العادي بالمقارنة مع بقية زملائه، فنسبة استغلاله واستفادته مما تقدم من المقرر الدراسي ضعيفة إلى درجة الانعدام. (الحاج و الشايب، 2015، صفحة 189)

كما يشير "عبد السلام زهران" : إلى أن التحصيل الدراسي الضعيف هو حالة ضعف أو نقص أو بعبارة أخرى عدم اكتمال النمو التحصيلي نتيجة عوامل عديدة عقلية ، جسمية أو اجتماعية بحيث تنخفض درجة . أو نسبة الذكاء عن المستوى العادي (محمود يوسف الشيخ، 2007، ص 159).

فالتحصيل الدراسي المنخفض (الضعيف) يظهر من خلال دني الدرجات الدراسية التي يتحصل عليها المتعلم.

3/ شروط التحصيل الدراسي :

من الشروط التي تساعد على عملية التعلم ما يلي:

أ- شروط التكرار: يؤدي التكرار إلى نمو الخبرة وارتقائها بحيث يستطيع الإنسان أن يقوم بالأداء المطلوب بطريقة آلية وفي نفس الوقت بطريقة سريعة ودقيقة فالتكرار وحده لا يكفي لعملية التعلم ، إذ لا بد أن يكون مقرونا بتوجيه المعلم نحو الطريقة الصحيحة والارتقاء لمستوى الأداء.

ب- شروط الدافع: لحدوث عملية التعلم لا بد من وجود الدافع الذي يحرك الكائن الحي نحو النشاط المؤدي إلى إشباع الحاجة، وكلما كان الدافع لدى الكائن الحي قوياً كان نزوح الكائن الحي نحو النشاط المؤدي إلى التعلم قوياً.

ج- الطريقة الكلية والجزئية : لقد أثبتت التجارب أنّ الطريقة الكلية أفضل من الجزئية، حتى تكون المادة المراد تعليمها سهلة وقصيرة، وكلما كان الموضوع المراد تعلمه متسلسلاً منطقياً كلما سهل تعلمه بالطريقة الكلية، من الموضوعات المكونة من أجزاء لرابطة بينها : عملية الإدراك تسير على مبدأ الانتقال من إدراك الكليات المبهمّة الهامة إلى إدراك الجزئيات.

د- التدريب الموزع : ويقصد به الذي يقوم على فترات متباعدة، تتخللها فترات من الراحة، ولقد وجد أن التدريب المركز يؤدي إلى التعب كما أن ما يتعلمه الفرد بالطريقة المركزة يكون عرضة للنسيان، وذلك لأن فترات الراحة التي تتخلل فترات التدريب الموزع تؤدي إلى تثبيت ما يتعلمه.

هـ- توجيه والإرشاد: فالتحصيل القائم على أساس التوجيه والإرشاد أفضل من غيره الذي لا يستفيد منه التلميذ من إرشاد الطالب، فالإرشاد يؤدي إلى حدوث التعلم بجهد أقل وفي مدة زمنية أقصر كما لو كان التعلم دون إرشاد وتوجيه.

و- **معرفة المتعلم النتائج لما تعلمه بصفة مستمرة:** لقد أثبتت التجربة أن ممارسة المتعلم معرفة النتائج تؤدي إلى حدوث التعلم الجيد، فمعرفة المتعلم بمقدار ما أحرزه من نجاح أو ما هو عليه من تقصير يدفعه ذلك إلى مزيد من الجهد للمحافظة على مستواه إن كان حسناً، وللحاق بغيره إن كان مقصراً، فمعرفة المتعلم بنتائج تحصيله تجعله يعمل على مباراة نفسه ومباراة زملائه، فيسعى دائماً إلى أن يحث نفسه وأن يتفوق على زملائه فإن معرفة نتائج التحصيل تبين للمتعلم الطرق الصحيحة والطرق الخاطئة في اكتساب المهارات والخبرات المطلوبة وعلى ذلك يتبع الطريقة الناجحة.

ك- النشاط الذاتي: لا شك أن النشاط الذاتي هو السبيل الأمثل إلى اكتساب المهارات والخبرات والمعلومات والمعارف المختلفة فأنت لا تستطيع تعلم السباحة إلا عن طريق ممارسة السباحة نفسها ولا يمكن أن تتقن تعلمها من مجرد قراءة كتاب مصور ومن السماع أو القراءة عن وصفها. فالإنسان لا يستطيع أن يتعلم التفكير إلا بممارسة عملية التفكير نفسها ، وللمعلم دوراً هاماً في توجيه طلابه وإرشادهم ومهمته الحقيقية هي أن يساعد تلاميذه لكي يتعلموا بأنفسهم. (العسوي ، 2004)

4/ مبادئ التحصيل الدراسي:

إن عملية التحصيل الدراسي تقوم على مجموعة من المبادئ التي تضبط السير الحسن والصحيح لأداء المعلمين، والتي يجب مراعاتها من طرف القائمين على العملية التربوية نظراً لعلاقتها المباشرة بعملية التحصيل الدراسي للمتعلم، ومن أهم المبادئ نذكر منها ما يلي:

4-1- مبدأ الحداثة والتجديد:

الذي يعني إضفاء الحركية والجدية على الجانب التحصيلي للمتعلم، والتحصيل لا يكون فقط بالتلقين وإنما بإخضاع المتعلم مسائل ومواقف تعليمية جديدة بحيث يجبر المتعلم على بذل جهد كافي ومحاولته الشخصية لإيجاد الحل المناسب للموقع الذي وجد نفسه فيه فالتحصيل الدراسي هنا هو الديمومة والدينامية التي تعطي للخبرة أو التحصيل المعرفي معنى إيجابياً يفيد الفرد في حياته الحاضرة أو المستقبلية.

4-2- مبدأ المشاركة:

إن مشاركة المتعلم في عملية توليد المعرفة داخل الصف الدراسي وفي مختلف النشاطات التعليمية تلعب دوراً هاماً في رفع مستوى التحصيل لديه، فهي تعمل على تنمية ذكاء وتفكير المتعلم وتخلق روح المنافسة بين المتعلمين، إضافة إلى تمكينهم اكتشاف أخطائهم وتصحيحها وبالتالي يكون المتعلم قد

اكتسب خبرات ومهارات جديدة تساعده على رفع مستواه التعليمي والمعرفي والوصول إلى مستوى أفضل من التحصيل الدراسي.

4-3- مبدأ الجزاء :

انطلاقاً من هذا المبدأ فالمتعلم (التلميذ) يشارك بشكل يومي في مختلف الأنشطة التعليمية وإذا رافق هذا المجهود المبذول من طرف المتعلم جزءاً من طرف أحد الأطراف الفاعلة في المؤسسة، فإن ذلك يعتبر دافعاً قوياً نحو الاجتهاد والتحصيل الدراسي أكثر، والجزاء قد يكون مادياً أو معنوياً، إلا أن له بالغ الأثر في دفع التلميذ نحو الاهتمام والتحصيل الدراسي.

4-4- مبدأ الدافعية:

لعامل الدافعية تأثير مباشر على التحصيل الدراسي للتعلم، فاستعداداته وميوله للمادة الدراسية من أهم العوامل التي تدفعه نحو تحقيق الهدف، ولهذا وجب على الأطراف الفاعلة مساعدة المتعلم على تقوية دافعيته نحو التحصيل الدراسي الأفضل.

4-5- مبدأ التطبيق:

إن إمكانية التطبيق تحسن مستوى التحصيل الدراسي للتعلم الذي يستوعب السلوكيات والمعلومات التطبيقية بشكل أفضل ويكون التطبيق عادة على شكل امتحانات، فألية التطبيق تساعد على ترسيخ المعارف والخبرات بشكل جيد، يعني كذلك تحصيلاً جيداً للتعلم.

4-6- مبدأ الواقعية:

يجب أن تكون المادة العلمية المقدمة مرتبطة بواقع التلميذ، مما يمكنه من فهمها واستيعابها وتوظيفها أثناء تفاعلاته اليومية داخل مجتمعه مما يساعده على التكيف المطلوب وتحصيلها بشكل أفضل.

(زيداني و بن حسين حزية ، 2021، صفحة 27)

5/ خصائص التحصيل الدراسي :

يكون التحصيل الدراسي غالباً أكاديمي، نظري وعلمي يتمحور حول المعارف والميزات التي تجسدها المواد الدراسية ويتصف التحصيل الدراسي بخصائص منها:

- يمتاز بأنه يحتوي منهاج مادة معينة أو مجموعة مواد ولكل واحدة معارف خاصة بها .

- يظهر عبر الإجابات عن الامتحانات الفصلية الدراسية الكتابية والشفهية والأدائية.
- يعتني بالتحصيل السائد لدى أغلبية التلاميذ العاديين داخل الصف، ولا يهتم بالميزات الخاصة .
- التحصيل الدراسي أسلوب جماعي يقوم على توظيف امتحانات وأساليب ومعايير جماعية موحدة في إصدار الأحكام التقييمية. (مزيود ، 2009 ، صفحة 184)

6/ فوائد وأهمية التحصيل الدراسي :

أشار "مصطفى" فهميم (1976) : إلى أن التحصيل الدراسي من الظواهر التي شغلت فكر الكثير من التربويين عامة والمتخصصين بعلم النفس التعليمي بصفة خاص أهمية في حياة الطلاب وما يحيطون بهم من آباء ومعلمين، ويضيف أن التحصيل الدراسي يحظى بالاهتمام المتزايد من قبل ذوي الصلة بالنظام التعليمي لأنه أحد المعايير المهمة في تقويم تعليم التلاميذ والطلاب في المستويات التعليمية المختلفة. (فهميم ، 1976 ، صفحة 20)

ويهتم علماء النفس التربوي بدراسة موضوع التحصيل الدراسي من جوانب متعددة، فمنهم من يسعى إلى توضيح العلاقة بين التحصيل الدراسي ومكوناته الشخصية والعوامل المعرفية، ومنهم من يبحث عن العوامل البيئية المدرسية وغير المدرسية المؤثرة على التحصيل الدراسي للتلاميذ، ومنهم من يدرس التفاعل والتداخل بين العوامل البيئية والعوامل الوراثية لتحديد ما يظهره الفرد من تحصيل دراسي، أما الآباء فيهتمون بالتحصيل الدراسي باعتباره مؤشرا للتطور والرقى الدراسي والمعرفي لأبنائهم أثناء تقدمهم في صف دراسي آخر، ويهتم الطلاب بالتحصيل الدراسي باعتباره سبيلا إلى تحقيق الذات وتقديره.

وتتجلى فائدة التحصيل الدراسي بأوجه شتى في حياتنا الاجتماعية وبخاصة في مستقبلنا، فالواقع أن تنمية التعليم تسمح بمكافحة طائفة من العوامل المسببة لانعدام الأمن مثل البطالة والاستبعاد والنزعات الدينية المتطرفة، وهكذا أصبح النشاط التدريبي والدراسي بكل مكوناته أحد المحركات الرئيسية للتنمية في فجر القرن الحادي والعشرين؛ وهو يساهم من ناحية أخرى في التقدم العلمي والتكنولوجي وفي الازدهار العام للمعارف.

وعليه فإن التحصيل الدراسي بمختلف أشكاله من أهداف التربية والتعليم نظرا للأهمية التربوية في حياة المتعلم، ففي المجال التربوي يعتبر التحصيل الدراسي المعيار الوحيد الذي يتم بموجبه قياس تقدم الطلبة في الدراسة ونقلهم من صف تعليمي لآخر، وكذلك توزيعهم في تخصصات التعليم المختلفة أو قبولهم في كليات وجامعات التعليم العالي، وفي مجال الحياة اليومية للتحصيل الدراسي أهمية كبيرة في تكييف الطالب في الحياة ومواجهة مشكلاتها، الذي قد يتمثل في استخدام الطالب حصيلة معرفية في التفكير وحل المشكلات التي تواجهه أو اتخاذ القرارات. (كريمة يونس، 2001، ص 105)

7/ وسائل قياس التحصيل الدراسي :

يمكن تقسيم الاختبارات التحصيلية إلى قسمين من حيث الزمن الذي تبرمج فيه ومن حيث الشكل العام للأسئلة.

أولاً: من حيث الزمن الذي تبرمج فيه؛ تنقسم إلى نوعين: (تمار، 1993، صفحة 250)

1- الاختبارات التكوينية: ويستعمل هذا النوع من طرف المعلم في نهاية كل وحدة دراسية ليتأكد من بلوغ المتعلمين أهداف الوحدة الدراسية من جهة، والتركيز على مواطن الضعف والقوة من جهة أخرى للتمكن من الوقوف على التقدم الذي يظهره التلميذ. ويستعمل هذا النوع في مدارسنا من طرف المعلمين على أساس اختبار يومي لقياس درجة التحصيل بعد نهاية الدرس.

2- الاختبارات النهائية : وهي التقدم في الفصل الدراسي ونهاية السنة حسب النظام المعمول به في كل مؤسسة أو منطقة، ويقصد من ورائها الوقوف على مستويات التحصيل على مستوى مؤسسات التعليم الابتدائي والثانوي، ولقياس درجة تحصيل التلاميذ خلال المقرر الدراسي اعتماداً على الدرجات النهائية المتحصل عليها كمعيار لمدى قدرة التلميذ على التحصيل وتوجيهه إلى المستويات العليا بناء على هذا المعيار.

ثانياً: حسب الشكل العام للأسئلة؛ والتي تنقسم إلى ثلاثة أنواع:

1- الاختبارات الشفوية: وهي التي تعرض الأسئلة والأجوبة فيها بطريقة شفوية، ويتمكن المدرس عن طريقها معرفة قدرة التلميذ على الإجابة بشكل تلقائي وأكد أو بنوع من الارتباك والتردد، وغالباً ما يكون تحضير الأسئلة أثناء الدرس دون تحضير مسبق في بعض الأحيان، وأن ظروف الموقف التعليمي هي التي تحدد الأسئلة وطبيعتها.

2- اختبارات المقال: وهو نوع من الاختبارات التقليدية هدفها معرفة قدرة التلميذ على فهم السؤال وتفسيره وحل المشكل المطروح، وهو عبارة عن امتحانات عادية يجريها المعلمون في أقسامهم، كما يدخل في ذلك الامتحانات العامة للشهادات المختلفة وهي أنسب ما يكون باختبار المقال وإذا لا تعدو أن تكون مجموعة من الأسئلة التي يفترض أن تشمل جميع البرامج.

ويتطلب هذا النوع من القدرة على الاستدكار والحفظ، إضافة إلى أنها تتطلب القدرة على التحليل والتركيب وبيان العلة والسبب وإدراك العلاقة واقتراح أنماط متعددة لمعالجة المشاكل، ويعتبر هذا النوع أكثر شيوعاً واستعمالاً لدى مؤسساتنا التربوية لسهولة تحضيره رغم بعض السلبيات، حيث تتدخل

الذاتية في التصحيح بنسب متفاوتة حسب طبيعة المصحح إلا أنه يبقى مطبقاً وموجوداً بشكل متوسط أو بنسب متفاوتة. (بركات ، 1995 ، صفحة 143)

3- الاختبارات الموضوعية: هو ذلك النوع من الاختبارات الذي يتيح للطالب تكوين إجابات موضوعية يتحكم فيها السؤال ذاته، كما تمكن المعلم من تكوين أحكام موضوعية تتحكم فيها إجابات التلميذ ذاته. (حنان العناني، 2008، ص250، ص251)

ومن أنواعها :

- الاختيار من متعدد: وهو أكثر الاختبارات الموضوعية شيوعاً، حيث يستخدم هذا النوع من الاختبارات في تقويم الأهداف الخاصة بتذكر أو حفظ الحقائق والتفاصيل.
- اختبار الصواب والخطأ (أسئلة البديل): ويتطلب هذا النوع اختيار إجابة واحدة من إجابتين كالحكم على العبارة بالصواب أو الخطأ، نعم أو لا... ويستخدم في قياس نتائج التعلم التمييزي البسيط.
- اختبار المطابقة أو المزوجة: يستخدم هذا الاختبار في تقويم أهداف معرفة الحقائق والتفاصيل التي تتطلب التعرف البسيط، مثل القواعد والأمثلة العلماء ونظرياتهم.. الخ
- اختبار التكميل أو ملء الفراغ أو أسئلة الإجابة القصيرة: ويتطلب هذا النوع إجابة قصيرة ويستخدم في تقويم التذكر والحفظ وبعض المهارات المعرفية العليا مثل القدرة على حل المسائل الرياضية والمشكلات العلمية. (احميدة ، 2011 ، صفحة 88)

8/ العوامل المؤثرة على التحصيل الدراسي :

لقد تزايد اهتمام الباحثين لمعرفة العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي للطلبة . لا شك أن هناك عوامل عديدة تؤثر على التحصيل الدراسي للتلميذ منها ما هو أسري، ومنها ما هو ذاتي يتعلق بالمتعلم، ومنها ما هو مدرسي متعلق بالبيئة المدرسية بكل تفاعلاتها، ومن بين هذه العوامل ما يلي:

8-1- العوامل الأسرية:

- الإهمام وعدم الإهتمام: ينشغل بعض الآباء بشؤونهم الخاصة وينسون أطفالهم كما لو أن التعليم ليس له وزن عندهم وعلى العكس من ذلك إذا شجعا الوالدان الطفل وعززاه التعزيز المناسب وأبدوا نحوه الإهتمام المناسب فإن كل ذلك يقوي دافعيته نحو الدراسة

- **التوقعات المتدنية:** إذا أساء الآباء تقدير قدرات أطفالهم واعتقدوا بأنهم غير جديرين بالتحصيل خاصة إذا كان الوالدان قاسيين. الأمر الذي يجعل الأطفال يشعرون بأن الوالدين منتقمان ومعاقبان وغير عقلانيين، فإذا توقع الآباء الكمال كان رد الأطفال الإستسلام.

- **التساهل:** يترك بعض الآباء أطفالهم وشأنهم خاصة إذا كان النظام لا يشكل جزءاً هاماً في حياتهم، ويعتقد بعض الآباء خطأ أن التساهل مع الأطفال يخلق الدافعية لديهم وعلى العكس فإن التساهل يجعل الأطفال يشعرون بالأمن ويخلق لديهم دافعية متدنية.

- **الصراعات الأسرية:** تستحوذ المشكلات الأسرية على الأطفال ومستوى تحصيلهم وسوف ينظر أطفالهم إلى المدرسة بعدم الإهتمام خاصة عندما يشعرون بأن التهديدات المستمرة والخطيرة تهدد أمنهم فيفقد ذلك إلى وجود طفل مكتاب لا يقوى على الدراسة.

8-2- العوامل الذاتية للمتعلم :

تدني مفهوم الذات: إن شعور الطفل بالنقص والعجز يضعف من دافعيته نحو ذاته ويشعر الطفل بأنه لا يستطيع أن يغير في بيئته وإحراز النجاح وكأنه يبحث عن الفشل، هؤلاء الأطفال غير قادرين على التعبير عن الغضب وليسوا قادرين على تدعيم أنفسهم ويمتد عدم رضاهم عن ذاتهم إلى داخلهم لذلك تصبح دافعيتهم نحو الدراسة متدنية، وتصبح أهدافهم غير طموحة وتفقد المعززات آثارها في إثارة دافعيتهم.

مشاكل النمو: إن الأطفال الذين ينمون بسرعة بطيئة عن أندادهم هم أقل دافعية، ويوصف هؤلاء الأطفال بعدم النضج الجسمي والنفسي والاجتماعي، فتجدهم يفتقرون للمثابرة ويفقدون اهتمامهم بسرعة وتحبط عزيمتهم وينسون المعلومات بسرعة، لذلك تصبح جهودهم غير مجدية لهم وللآخرين.

8-3- العوامل المدرسية:

يجب على الآباء أن يعوا بأن جو التعليم والنظام المدرسي يمكن أن يؤدي إلى عدم وجود دافعية نحو الدراسة لدى عدد كبير من الطلاب ويجب أن يعوا أيضاً أن التفاوض نحو الدراسة والآخرين تثير الدافعية عند أبنائهم

إن بيئة المدرسة المدعمة تطور إهتماما في التعليم والقدرة على التحمل والمنافسة وتستطيع مجالس الآباء والمعلمين التأثير على النظام التربوي لأن الآباء والمهتمين النشيطين يستطيعون ممارسة ضغط إيجابي ويساعدون على جعل التعليم أكثر إثارة وأكثر إفادة، تستطيع الإدارة المدرسية تقديم المساعدة للأطفال الذين ليس لهم القدرة على التحصيل.

وهذا الأمر يتطلب معلمين ذوي خبرة ومتحمسين لتحقيق مثل تلك الأهداف ولا بد أن يقوم المدرس بتعزيز سلوك طلابه لتكوين الدافعية الإيجابية لديهم لأن الدوافع ذات علاقة قوية بالتعلم والإنجاز فعلى المعلم خلق جو من الدافعية بين الطلاب، ومن ثم تعليمهم الدروس . (زيداني و بن حسين حزية ، 2021، صفحة 30)

خلاصة الفصل:

من خلال هذا الفصل توصلنا إلى أن التحصيل الدراسي يعني مقدار المعرفة التي يكتسبها التلميذ في العملية التربوية، أي محصلة الخبرات والمكتسبات التي يتعلمها الفرد في حياته الدراسية ، وأنه مستويات (جيد ، متوسط، ضعيف) فالتحصيل إذن مصطلح تربوي يطلق على النتائج التي يتحصل عليها التلميذ في المدرسة ، ولتحقيق تحصيل دراسي جيد هناك عدة شروط فهو يهدف إلى معرفة قدرات ومكتسبات الطفل، كما أن هناك عدة عوامل تؤثر في التحصيل ابتداء من الأسرة ومرور بالمدرسة وكذا المحيط، ولكن لكي تنمي قدرة التلميذ على تحصيله الدراسي فان لابد للوالدين والمعلمين أن يعملوا على تقوية العلاقة بين المدرسة والبيت وبين التلميذ ومعلمه إضافة إلى تشجيع التلميذ على المواظبة والاجتهاد والمثابرة.

الفصل الرابع

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1/ الدراسة الاستطلاعية

1-1- إجراءات الدراسة الاستطلاعية

* بناء أداة الدراسة

1-2- عينة الدراسة

1-3- الخصائص السيكومترية

1-4- الهدف من الدراسة الاستطلاعية

2/ الدراسة الأساسية

2-1- منهج الدراسة

2-2- مجتمع الدراسة

2-3- عينة الدراسة

2-4- أدوات الدراسة

2-5- الأساليب الإحصائية المستخدمة

2-6- إجراء التطبيق

3/ صعوبات تطبيق إجراءات الدراسة

تمهيد:

للقيام بأي بحث أو دراسة علمية على الباحث إعطاء عدد من المعلومات والنظريات المفسرة لذلك الموضوع انطلاقاً من تحديد الإشكالية وصياغة الفرضيات والأهداف التي تسعى للوصول إليها ، ولكي تكتمل القيمة العلمية للبحث يجب أن يذكر الإجراءات المنهجية المتبعة، بداية من تحديد منهج الدراسة المتبع ثم مجتمع وعينة الدراسة والتأكد من موثوقيتها، لأجل التحقق من خصائصها السيكمترية ومن ثم تطبيقها على عينة الدراسة ومعالجة النتائج المحصل عليها، حيث نعرض في هذا الفصل الدراسة الاستطلاعية والأساسية والمنهج المتبع وكذا العينة وخصائصها والأدوات المستخدمة في الدراسة.

1/ الدراسة الاستطلاعية:

تمثل الدراسة الاستطلاعية الخطوة التي تسبق الاستقرار نهائيا على خطة الدراسة ويفضل القيام بدراسة استطلاعية على عدد محدود من الأفراد. (رجاء أبو علام، ص87 : 2004)

لذا تعد الدراسة الاستطلاعية من أهم الخطوات التي يقوم بها الباحث قبل شروعه في الدراسة الأساسية فهي تعتبر أساسا جوهريا لبناء البحث كله (محي الدين مختار، 1995: 49)

1-1- إجراءات الدراسة الاستطلاعية :

لقد تم اتخاذ مجموعة من الإجراءات في الدراسة الاستطلاعية :

* بناء أداة الدراسة مقياس المرونة النفسية :

بعد الاطلاع على الأدبيات المتعلقة بموضوع المرونة النفسية و الدراسات السابقة و بعض المقاييس النفسية ذات الصلة و انطلاقا مما خلصت إليه هذه الأدبيات، قامت الباحثة ببلورة مفهوم خاص حول المرونة النفسية يتناسب مع أهداف و فرضيات الدراسة الحالية ، كما قامت بتحديد مجتمع الدراسة ، وأعدت الباحثة استبيان المرونة النفسية و الذي يتكون من 40 عبارة موزعة على ثلاث أبعاد البعد الانفعالي و العقلي و الاجتماعي كما هو موضح في الجدول الآتي :

الجدول 1: يبين توزيع عبارات استبيان المرونة النفسية المعد حسب أبعادها وطبيعتها

(سلبية /إيجابية)

الفقرات السالبة	الفقرات الموجبة	البعد
32، 36، 38، 13، 34، 28، 30.	1، 4، 10، 19، 22، 25، 7، 16، 40.	الانفعالي
5، 26	14، 23، 8، 17، 2، 11، 20.	العقلي
	12، 21، 29، 31، 15، 24، 35، 37، 39، 6، 9، 18، 27، 33.	الاجتماعي

- ويتم الإجابة على بنود المقياس بوضع علامة (X) وفق ثلاث بدائل (دائما ، أحيانا ، أبدا) مع إعطاء لكل بديل درجة (3، 2، 1) على التوالي ، على أن تعكس الدرجات في حالة العبارات السالبة. وتم وضع مقدمة توضيحية للمحكمين، وبعد موافقة الأستاذ المشرف تم عرض الاستبيان على 4 محكمين مختصين في علم النفس بهدف استطلاع آرائهم بشأن صدق العبارات ومدى قياسها لما وضعت له.

وهم على التوالي :

- الدكتورة مزوزي نورة علم النفس المدرسي جامعة باتنة
- الدكتورة زمرة نورة علم النفس المدرسي جامعة باتنة
- الدكتورة ساعد صباح علم النفس المدرسي جامعة بسكرة
- الدكتورة دباش سلوى علم النفس العيادي جامعة بسكرة
- بعد التحكيم من طرف الأساتذة الأفاضل أخذت الباحثة بتوجيهاتهم وملاحظاتهم ، حيث تم تغيير بعض العبارات والإبقاء على بعضها الآخر وفق آراء المحكمين كما تم حذف بعض العبارات التي اتفق المحكمين على أنها لا تقيس.
- تم وضع مقدمة الاستبيان موجهة لتلاميذ عينة الدراسة تتضمن التعريف بالاستبيان وبعض التوجيهات، كما تتضمن تحديد الجنس ومعدل الفصل الأول .

وبالتالي أصبح المقياس بعد التعديل النهائي يتكون من 35 عبارة منها 4 عبارات سالبة.

الجدول 2: يبين توزيع عبارات استبيان المرونة النفسية المعدل حسب أبعادها وطبيعتها

(سلبية /إيجابية)

الفقرات السالبة	الفقرات الموجبة	البعد
28.36، 26، 34، 32	.1،4،6،9،14،17،22،25،35.20،23	الانفعالي
24	،18،21، 2،10، 15، 7، 23، 12	العقلي
	،31، 22، 13، 29، 27، 21، 11	الاجتماعي
	30.19، 25، 16، 8، 5، 34، 33	

1-2- عينة الدراسة الاستطلاعية :

لقد تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة شملت 30 تلميذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية و طلبت الباحثة منهم الإجابة على الاستبيان بما يتناسب مع وجهة نظرهم من خلال وضع علامة X في الخانة المناسبة. دون تحديد وقت معين، وكانت حريصة على متابعة العملية وتطبيق المقياس.

بعد انتهاء التلاميذ من الإجابة قامت الباحثة جمع الاستبيانات و التأكد من كون الإجابات غير ناقصة وكل المعلومات المطلوبة مدونة حتى يسهل تفرغها و التعامل معها .

تم تفرغ البيانات المتحصل عليها في جداول برنامج Spss تحضيراً لحساب الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة .

1-3- الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

شملت أداة الدراسة لقياس المرونة النفسية 35 بندا موزعة على ثلاثة أبعاد البعد الانفعالي و العقلي و الاجتماعي و يقابلها ثلاثة بدائل إجابة (دائما ، أحيانا ، أبدا) مع إعطاء لكل بديل درجة (3، 2،) على التوالي، و قامت الباحثة بالتأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة على النحو التالي :

1-3-1- صدق الأداة :

يقصد بصدق الإختبار أي مدى صلاحية الإختبار لقياس ما وضع لقياسه ، و قامت الباحثة بالتأكد من صدق الأداة بطريقتين :

أولا - صدق المحكمين :

حيث عرضت الباحثة الاستبيان في صورته الأولية (انظر الملحق رقم 1) على 4 من الأساتذة المحكمين جميعهم من كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية قسم علم النفس و علوم التربية ، حيث تكرموا بتقديم ملاحظاتهم وتوجيهاتهم واستجابات الباحثة لآراء السادة المحكمين و قامت بإجراء ما يلزم من تعديل في ضوء مقترحاتهم بعد تسجيلها ، و بذلك خرج الاستبيان في صورته النهائية ليتم تطبيقه على العينة الاستطلاعية .

ثانيا - الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية) :

تعتبر هذه الطريقة من بين الطرق الإحصائية في قياس الصدق ، و تقوم في جوهرها على مقارنة متوسط الدرجات الكبرى مع متوسط الدرجات الصغرى في نفس الاختبار ، فبعد أن طبقت الباحثة الاستبيان على 30 تلميذا وتلميذة تم وضع الدرجات و النتائج مرتبة ترتيبا تصاعديا من الأصغر إلى الأكبر في جداول Spss وتم حساب دلالة الفروق بين متوسط العينتين المستقلتين باستعمال اختبار ت لعينتين مستقلتين (T test)

فكانت النتائج كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم (3): دلالة الفروق بين متوسطي العينتين المستقلتين لاستبيان المرونة النفسية

العينه	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	(ت) المحسوبة	(ت) الجدولة	مستوى الدلالة
الفئة العليا	10	86.6	4.11	18	7.185	0.05	0.05
الفئة السفلى	10	71.4	5.27	18	7.185	0.05	0.05

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة (ت) المحسوبة المساوية لـ 7.185 أكبر من قيمة (ت) الجدولة المساوية لـ 0.05 و ذلك عند درجة حرية 18 و مستوى دلالة 0.05 مما يعني أن الأداة صادقة و يمكننا أن نثق في النتائج التي سنحصل عليها عند التطبيق.

1-3-2- ثبات الأداة:

يقصد بثبات الاختبار أن نحصل على نفس النتائج لنفس الأفراد إذا ما تكررت عملية القياس، كما يمكن تعريفه على أنه مدى الدقة و الاستقرار و الاتساق في نتائج الأداة لو طبقت مرتين فأكثر على نفس الخاصية في مناسبات مختلفة .

ويعتبر الثبات شرطا أساسيا لأي أداة قياس، و بدون التأكد منه لا يمكن تطبيق هذه الأداة و عليه تم حساب ثبات الاستبيان عن طريق برنامج: SPSS بإتباع الطرق التالية:

جدول 4: يوضح معامل الارتباط قبل وبعد التصحيح

المتغير	معامل الارتباط قبل التصحيح	معامل الارتباط بعد التصحيح	مستوى الدلالة
المرونة النفسية	0.58	0.68	0.05

من الجدول يتبين لنا أن معامل الارتباط بين الفقرات الفردية و الزوجية للاختبار قد قدر ب 0.58 وهذا قبل التعديل و لكن بعد تعديله بتطبيق معادلة سبيرمان براون وصل إلى 0.68 و هذا المعامل كاف للقول بثبات الاختبار.

1-4- الهدف من الدراسة الاستطلاعية :

يتوقف نجاح أي بحث علمي على مدى ملاءمة الأدوات التي اختارها الباحث لطبيعة الدراسة وكذا العينة لذا قامت الباحثة بالدراسة الاستطلاعية لتحقيق مجموعة من الأهداف وهي:

- محاولة استكشاف ميدان الدراسة الأساسية بصورة عامة .
- تزويد الباحثة بمعلومات أولية عن مجتمع الدراسة وخصائصه.
- التدريب على تطبيق أدوات الدراسة ،معرفة مدى تجاوب أفراد العينة مع الأدوات المستخدمة .
- التحقق من صحة ملاءمة أدوات جمع البيانات.
- تقدير الوقت اللازم للدراسة والتأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس المطبق في الدراسة .

2/ الدراسة الأساسية :

تعتبر الدراسة الأساسية أهم خطوة في الدراسة لان من خلال نتائجها يحكم الباحث على صدق فرضياته من عدمه ، و يتحقق هدف الدراسة و ذلك بعد التأكد من الخصائص السيكومترية للأداة .

2-1- حدود الدراسة :

تحدد هذه الدراسة بالحدود التالية :

-الحد الزمني: تم تطبيق هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من السنة الدراسية 2024/2023.

-الحد المكاني : متوسطة محمد عثمانى بدائرة مشونش بولاية بسكرة .

-**الحد الموضوعي:** يتحدد موضوع الدراسة في أنه يتناول مستوى المرونة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.

-**الحد البشري :** تلاميذ السنة الرابعة متوسط الذين يزاولون دراستهم في متوسطة محمد عثمانى مشونش من السنة الدراسية 2024/2023

2-2- منهج الدراسة :

من الضروري لأي دراسة و لكي تأخذ الصبغة العلمية و تستطيع الوصول إلى هدفها بدقة و موضوعية الاعتماد على منهج علمي دقيق يتناسب و طبيعة مشكلة الدراسة و لهذا اختارت الباحثة المنهج الوصفي ذي الطابع المقارن لأنه يتناسب و مشكلة الدراسة الحالية ، فالمنهج الوصفي يهدف إلى جمع البيانات وتحديد العلاقات الفارقة الموجودة بين الظواهر بالإضافة إلى تحليلها ، ويعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيراً كفيماً أو تعبيراً كمياً (بوحوش و الذينبات ، 1995) حيث نسعى في هذه الدراسة إلى معرفة الفرق في مستوى المرونة النفسية لدى تلاميذ السنة الرابعة المرتفعين و المنخفضين التحصيل في متوسطة محمد عثمانى مشونش.

2-3 مجتمع الدراسة:

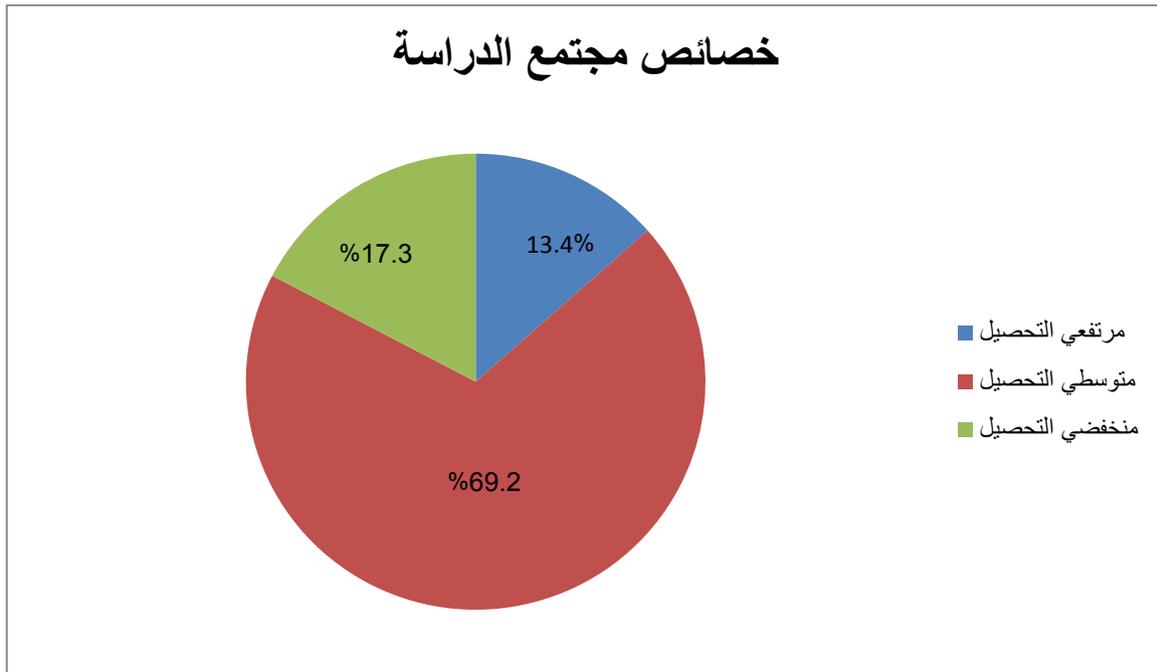
يتمثل مجتمع الدراسة الحالية في جميع تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط الذين يزاولون دراستهم بمتوسطة محمد عثمانى بدائرة مشونش في ولاية بسكرة للسنة الدراسية 2024/2023 حيث قدر عددهم 156 تلميذا وتلميذة . كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول 5: يوضح توزيع مجتمع الدراسة حسب متغير التحصيل الدراسي للفصل الثاني

التحصيل الدراسي المرتفع	التحصيل الدراسي المتوسط	التحصيل الدراسي المنخفض	
بمعدل أكبر من 15	بمعدل ما بين 10 إلى 14.99	بمعدل أقل من 10	
21	108	27	عدد التلاميذ
156			المجموع الكلي

نلاحظ من خلال الجدول رقم(01) أن مجتمع الدراسة يتكون من 156 تلميذ وتلميذة ، حيث بلغ عدد المتحصليين على معدل مرتفع 21تلميذا وبلغ عدد المتحصليين على معدل متوسط 108 تلميذا في حين بلغ عدد المتحصليين على معدل منخفض 27 تلميذا يزاولون دراستهم بمتوسطة محمد عثمانى دائرة مشونش ولاية بسكرة للسنة الدراسية 2023/2024 .

الشكل 1: يمثل مجتمع الدراسة باستخدام الدائرة النسبية



من خلال الشكل رقم (01) نلاحظ أن نسبة مجتمع الدراسة قد وزعت كالتالي :

حيث: مجتمع الدراسة مرتفعي التحصيل بنسبة 13.46% أما بنسبة لمتوسطي التحصيل بنسبة 69.2% في حين منخفضي التحصيل الدراسي بنسبة 17.3%

4-2 عينة الدراسة:

تم تحديد حجم عينة الدراسة من خلال تطبيق معادلة ستيفن ثومبسون على مجتمع الدراسة ، فكانت النتيجة تساوي 111 تلميذ وتلميذة .

الشكل 2: معادلة ستيفن ثومبسون

$$n = \frac{N \times P(1 - P)}{\left[(N - 1) \left(\frac{d^2}{z^2} \right) \right] + p(1 - P)}$$

حيث n = تمثل حجم العينة

N = تمثل حجم المجتمع

P = تمثل القيمة الإحتمالية وهي تساوي 0.50

d = تمثل نسبة الخطأ المقبول في العينة وهي تساوي

إذا كان مستوى الثقة 95% = 0.05

إذا كان مستوى الثقة 99% = 0.01

Z = تمثل الدرجة المعيارية المقابلة لمستوى الثقة

إذا كان مستوى الثقة 95% = 1.96

إذا كان مستوى الثقة 99% = 2.58

2-5 إجراءات الدراسة الأساسية:

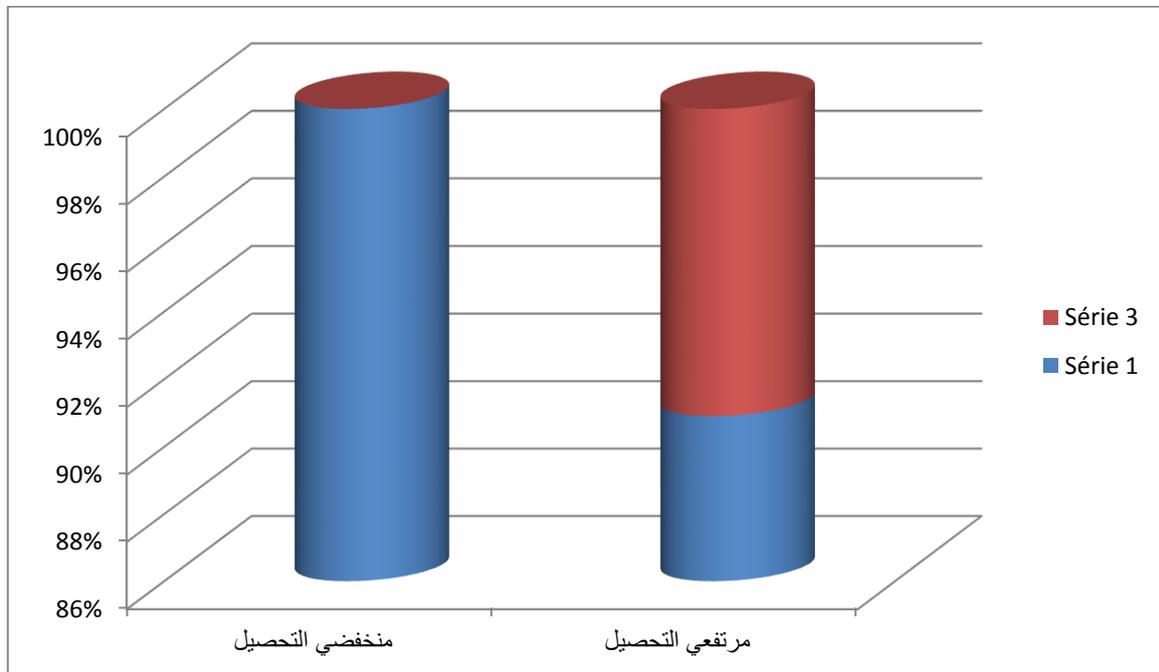
حيث تم طباعة وتوزيع الاستبيان على أفراد عينة الدراسة بطريقة عشوائية ضمن مجموعات وبنظام داخل حجرة الدراسة حتى تضمن السير الحسن للعملية ، وتم الإجابة عن العبارات مع تحديد الجنس ومعدل الفصل الأول، و كانت الباحثة حريصة على متابعة الخطوات بنفسها وتم جمع الاستبيانات كاملة ، ثم تم تصحيحها وتفرغ البيانات حسب معدل التحصيل الدراسي للفصل الأول من أخفض معدل إلى أعلى معدل لتلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة محمد عثمانى بدائرة مشونش ولاية بسكرة، وتم تحديد عدد أفراد العينة الذين لديهم تحصيل دراسي منخفض والذي تم تحديده ب أقل من 10 حيث بلغ عددهم 20 تلميذ ، وتم اختيار مايقابلهم من التلاميذ الذين لديهم تحصيل دراسي مرتفع حيث تم تحديدهم بنفس العدد أي 20 تلميذا وتلميذة ، وكان معدل التحصيل الدراسي أكبر من 15 خلال الفصل الأول، حيث تمثلت العينة في 40 تلميذا وتلميذة مسجلين في السنة الرابعة متوسط ويزاولون دراستهم دون انقطاع ، والجدول التالي يبين توزيع العينة حسب التحصيل الدراسي المرتفع والتحصيل الدراسي المنخفض :

الجدول 6: يبين حجم العينة حسب متغير التحصيل الدراسي المرتفع والمنخفض والتحصيل الدراسي المنخفض للفصل الثاني

التحصيل الدراسي المنخفض بمعدل أقل من 10	التحصيل الدراسي المرتفع بمعدل أكبر من 15	الجنس
20	20	المجموع
40		المجموع الكلي

نلاحظ من خلال جدول رقم (02) أن حجم العينة بلغ 40. تلميذا وتلميذة ، وبعد تطبيق استبيان المرونة النفسية والذي بلغ 111 استبيانا والذي طبق بطريقة عشوائية على تلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة محمد عثمان مشونش وبعد ضبط عينة الدراسة وتصنيفها إلى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي للفصل الأول 2024/2023 بلغ حجم عينة الدراسة بالتساوي بين الفئتين 20 لمنخفضي التحصيل و 20 لمرتفعي التحصيل .

شكل رقم 3: يبين عدد العينة بعد تطبيق الاستبيان باستخدام الأعمدة البيانية



2-6- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

يعتبر الإحصاء الوسيلة التي تمكنا من جعل الأرقام تكشف عن معانيها و دلالتها ، و لذلك لزم على الباحث أن يكون على دراية بالأساليب الإحصائية المناسبة لبحثه حسب نوع البيانات و المعلومات المتوفرة لديه .

و في دراستنا الحالية و بناءا على البيانات المتوفرة تم الاعتماد على الأساليب الإحصائية التالية في معالجة البيانات:

- معامل الارتباط " بيرسون " و تم استخدامه في حساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية
- و لقد تم استخدام الحزمة الإحصائية لبرنامج (SPSS) في معالجة بيانات الدراسة الاستطلاعية و بعض فرضيات الدراسة الأساسية :
- اختبار تحليل التباين الأحادي.
- اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين.
- النسب المئوية.

3/ بعض الصعوبات التي واجهت الباحثة خلال الدراسة :

- ندرة الدراسات الورقية في الولاية والتي عالجت موضوع المرونة النفسية خاصة ما يتعلق بعينة الدراسة.
- خصوصية نتائج التلاميذ وتحصيلهم الدراسي مما جعل الباحثة توزع الاستبيان بطريقة عشوائية.
- صعوبة في إيجاد الوقت المناسب لتطبيق الاستبيان لأن البرنامج الأسبوعي لتلاميذ العينة مكتظ لكثرة المواد كالأمازيغية والرسم والإعلام الآلي، مما اضطر الباحثة إلى استغلال حصص بعض الأساتذة لتطبيق الاستبيان .

الفصل الخامس

الفصل الخامس

عرض نتائج الدراسة وتحليلها ومناقشتها وتفسيرها

تمهيد

1/ عرض وتحليل نتائج الدراسة

1-1- تفسير ومناقشة الفرضية الأولى

1-2- تفسير ومناقشة الفرضية الثانية

1-3- تفسير ومناقشة الفرضية الثالثة

2/ تفسير ومناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات

2-1- تفسير ومناقشة الفرضية الأولى

2-2- تفسير ومناقشة الفرضية الثانية

2-3- تفسير ومناقشة الفرضية الثالثة

خلاصة النتائج

تمهيد :

بعد أن تطرقنا في الفصل السابق إلى الإجراءات المنهجية للدراسة الاستطلاعية و الميدانية، سنحاول في هذا الفصل عرض النتائج الدراسة الأساسية و تحليلها ، و ذلك بعد معالجة البيانات بأساليب الإحصائية المناسبة، حيث كانت نتائج الدراسة كالتالي :

1/ عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1-1- عرض نتائج الفرضية الأولى :

نص الفرضية الأولى : نعم توجد فروق في مستوى المرونة النفسية لدى مرتقي ومنخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ مستوى الرابعة متوسط.

جدول (7): يوضح دلالة الفروق في مستوى المرونة النفسية تبعاً للتحصيل الدراسي

مستوى التحصيل	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
منخفضي التحصيل	20	72.35	6.86	38	0.528	0.05
مرتقي التحصيل	20	81.300	6.37	38	0.528	0.05

من خلال الجدول أعلاه يتضح أن المتوسط الحسابي للتلاميذ مرتقي التحصيل بلغ (81.30) بانحراف معياري قدر ب (6.37) ، أما بالنسبة للتلاميذ منخفضي التحصيل فقد بلغ المتوسط الحسابي لديهم (72.35) بانحراف معياري قدر ب (6.86) ، و أن قيمة (ت) المحسوبة قدرت ب (0.528) عند درجة حرية 38، و هي دالة إحصائية، و عليه نقبل فرضية البحث و التي تنص على أنه توجد فروق في مستوى المرونة النفسية لدى مرتقي ومنخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ مستوى الرابعة متوسط.

1-2- عرض نتائج الفرضية الثانية :

نص الفرضية الثانية: مستوى المرونة النفسية مرتفع عند تلاميذ مرتفعي التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.

و لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار ت لعينة واحدة بحساب الفروق بين متوسط درجات المرونة النفسية لدى مرتفعي التحصيل الدراسي المتحصلون على معدل اكبر من 15 و الذين قدر عددهم بـ20 تلميذ والمتوسط الحسابي للعينة الكلية المقدر عددها بـ 111 تلميذ و التي تم سحبها بطريقة عشوائية كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول (8): يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات المرونة النفسية لمرتفعي

التحصيل

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي للمتفوقين	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي للعينة ككل	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	النتيجة
20	81.300	6.37	77.52	19	2.652	0.05	دالة
قيمة sig = 0.16							

يتضح من الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي للمتفوقين و الذي يساوي 81.300 أكبر من المتوسط الحسابي للعينة ككل والذي يساوي 77.52 كما أن قيمة ت 2.652 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.05 و هذا يثبت صحة الفرضية كون مستوى المرونة النفسية يرتفع عند مرتفعي التحصيل.

1-3- عرض نتائج الفرضية الثالثة :

نص الفرضية الثالثة: مستوى المرونة النفسية ينخفض عند تلاميذ منخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.

و لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار ت لعينة واحدة بحساب الفروق بين متوسط درجات المرونة النفسية لدى منخفضي التحصيل الدراسي المتحصلين على معدل أقل من 10 والذين قدر عددهم بـ20 تلميذ والمتوسط الحسابي للعينة الكلية المقدر عددها بـ 111 تلميذ والتي تم سحبها بطريقة عشوائية كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول (9): يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات المرونة النفسية لمنخفضي

التحصيل

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي للمتفوقين	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي للعينة ككل	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	النتيجة
20	72.35	6.86	77.52	19	-3.366	0.05	غير دالة
قيمة sig = 0.003							

يتضح من الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لمنخفضي التحصيل و الذي يساوي 72.35 أقل من المتوسط الحسابي للعينة ككل و الذي يساوي 77.52 كما أن قيمة ت -3.366 و يغير دالة عند مستوى الدلالة 0.05 وهذا يثبت صحة الفرضية كون مستوى المرونة النفسية ينخفض عند منخفضي التحصيل الدراسي.

2/ مناقشة وتفسير نتائج الدراسة:

2-1- الفرضية الأولى: تنص الفرضية الأولى على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية وفقاً لمتغير التحصيل الدراسي، ومنه تحققت هذه الفرضية

ويتضح من الجدول (7) على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير التحصيل الدراسي.

بما أن المرونة النفسية هي عملية ديناميكية تشير إلى قدرة الفرد على التكيف بشكل إيجابي مع مواقف الحياة العصبية والظروف الصعبة التي يمر بها واستجابته لأي تغيير في بيئته هي استجابة مناسبة تحقق الانسجام بين احتياجاته ودوافعه من جهة والتكيف مع الضغوط النفسية لحل المشكلات من ناحية أخرى وبالتالي مواجهة المواقف بفاعلية والاستجابة إليها بعقلانية حتى يتمكن من أداء دوره في الحياة بنجاح وجيد.

فيمكن تفسير ذلك أن التلميذ المراهق المتمدرس عندما يتعرض لصعوبات ومشاكل وضغوطات في الوسط المدرسي أو الأسرى فيواجه العوائق المختلفة بطريقة منظمة وعقلانية ويتأقلم معها مما يجعله

يتجاوز هذه المشكلات و الصعوبات بإيجابية وبالتالي يكتسب خبرات سابقة تجعله بتصدي بمرونة وبطاقة كل الضغوطات التي تعيق طريقه لتحقيق أهدافه والنجاح.

وبالتالي هذه الصدمات لا تؤثر على أدائه المدرسي وتحصيله الدراسي فينتقدم في التفوق ومنها يكتسب خاصية المرونة النفسية .

في حين إذا استسلم التلميذ للضغوطات خاصة الدراسية ولم يجد الحلول والبدائل لمواجهتها ولم يتكيف معها فإنه سيستسلم للأمر فتتخفف لديه خاصية المرونة النفسية وبالتالي يضعف أداءه الدراسي وينخفض تحصيله الدراسي .

ومنه نستطيع القول أن هناك علاقة قوية بين المرونة النفسية والتحصيل الدراسي وهذا ما أكدته :

- دراسة مزاري وبن عامر 2022 على المراهقين من تلاميذ ثانوية أول نوفمبر ولاية الجلفة، و

التي توصلت إلى وجود فروق لها دلالة إحصائية بين التحصيل المنخفض والتحصيل المرتفع فيما يخص المرونة النفسية .

- دراسة كل من جابر وعلي 2016 والتي توصلت إلى وجود علاقة قوية بين المرونة النفسية والتحصيل الدراسي.

2-2- الفرضية الثانية: التي تنص على أن مستوى المرونة النفسية مرتفع لدى أفراد العينة الذين لديهم تحصيل دراسي مرتفع، ومنه تحققت الفرضية

ويتضح من الجدول (8) أنه يوجد مستوى مرتفع من المرونة النفسية لدى أفراد العينة الذين لديهم تحصيل دراسي مرتفع.

إن من أهم الصفات التي يتميز بها الأشخاص الذين لديهم قدر عالي من المرونة النفسية هي الصبر، وهذا الصبر يعلم الإنسان المثابرة على العمل وبذل المجهود لتحقيق أهدافه العملية والعلمية، حيث إن معظم أهداف الإنسان في الحياة تحتاج إلى الكثير من الجهد والوقت، حتى يتمكن من بلوغها وتحقيقها؛ لذلك كانت المثابرة على بذل الجهد، والصبر على معاناة العمل والبحث من الصفات الهامة الضرورية لبلوغ النجاح وتحقيق الأهداف وهذا ما يفسر ارتفاع مستوى المرونة النفسية لأفراد العينة الذين لديهم تحصيل دراسي مرتفع.

ومنه يمكن التأكيد على أن تلاميذ السنة الرابعة متوسط الذين لديهم تحصيل دراسي مرتفع يتمتعون بسلامة انفعالية ، عقلية واجتماعية ، وهذا ما يثبت درجة الوعي التي أصبح تتبناها هذه الشريحة من المجتمع في مواجهة الضغوط ومتطلبات الحياة ، وهذا ما تؤكدته دراسة (Flatch,1988) والذي يشير إلى أن الفرد المتعلم يمتاز عن غيره من الأفراد بمجموعة من السمات والتي تجعله شخص مرناً وقادر على فهم ومواجهة الآخرين بطرق سلسة وبكثير من الحيلة والحذر، بحيث يصفهم بأنهم أشخاص محترمين ومقدرين لذاتهم ويتمتعون بأفكار وأفعال مستقلة، كما لديهم القدرة على حل المشكلات وكفائتهم الفعالة في التفاعل مع الآخرين وإقامة شبكة من العلاقات ، كما أنهم أشخاص ذوي استعداد عالي لاكتشاف أفكار جديدة .

كما أن الجزء الأعظم من التحصيل الدراسي يتوقف على شخصية الطالب ومدى اقتناعه بفكرة النجاح وعزيمته وإرادته في التفوق الدراسي والحصول على درجات مرتفعة، مهما كانت الظروف المحيطة به قاسية ومؤلمة، وربما تكون هذه الظروف مفتاحاً للنجاح والتفوق، ورفع التحصيل الدراسي وهذه المسألة تتوقف على الطالب نفسه أكثر من العوامل الأخرى كلها .

2-3- الفرضية الثالثة: التي تنص على أن مستوى المرونة النفسية منخفض لدى أفراد العينة الذين لديهم تحصيل دراسي منخفض، ومنه تحققت الفرضية.

ويتضح من الجدول (9) أنه يوجد مستوى منخفض من المرونة النفسية لدى أفراد العينة الذين لديهم تحصيل دراسي منخفض.

إن شعور الطفل بالنقص والعجز يضعف من دافعيته نحو ذاته ويشعر الطفل بأنه لا يستطيع أن يغير في بيئته وإحراز النجاح وكأنه يبحث عن الفشل، هؤلاء الأطفال غير قادرين على التعبير عن الغضب وليسوا قادرين على تدعيم أنفسهم ويمتد عدم رضاهم عن ذاتهم إلى داخلهم لذلك تصبح دافعيتهم نحو الدراسة متدنية، وتصبح أهدافهم غير طموحة وتفقد المعززات آثارها في إثارة دافعيتهم. وهذا ما يفسر انخفاض مستوى المرونة النفسية عند تلاميذ الذين لديهم تحصيل دراسي منخفض. وقد ذكر (فقيه تقي الدين ، ربيعي محمد، 2021) ينخفض التحصيل الأكاديمي لدى التلميذ مع ارتفاع الاضطرابات النفسية والأمراض الجسدية ويعود ذلك إلى ضعف قدرته على التركيز وانخفاض ملحوظ في تحمل المسؤولية وعدم شعوره بالرفاهية وبالتالي عدم القدرة على العمل الدؤوب الذي تتطلبه الواجبات المدرسية. (جابر، 1986، صفحة 35)

وهذه النتائج تتوافق مع دراسة (لمياء قيس ،سنة 2012) حيث توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين المرونة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة وتعتقد الباحثة أن هذه النتيجة مؤشر طبيعي للعلاقة بين متغير إيجابي هو المرونة النفسية ومتغير سلبي هو أحداث الحياة الضاغطة .

باعتبار أن التلميذ يواجه العديد من الأسباب التي تؤثر على تحصيله الدراسي خاصة المدرسية منها والنفسية المتعلقة بالتلميذ ومحيطه المدرسي ، وحسب رصد ملاحظات وآراء بعض الأساتذة: قد ترجع الى ضعف الإرشاد والتوجيه و الإعلام داخل المؤسسات التعليمية ، إضافة إلى تغيير المنهاج الدراسي الطويل و الذي يعتمد في اختباره على التحليل والتفسير والتركيب (صناعة بلوم)، حيث غالبا ما يجد التلميذ نفسه أمام أسئلة غير واضحة والتي قد تعود لنقص تكوين الأساتذة ...

خلاصة النتائج :

من خلال استعراض الإطار النظري ونتائج الدراسة الميدانية تبين لنا مدى أهمية كل من المرونة النفسية والتحصيل الدراسي، إذ يمكن القول إن هذين المفهومين يرتبطان ارتباطاً وثيقاً ببعضهما، كما أنهما يحددان درجة تمتع الفرد بالصحة النفسية السوية التي بدورها تؤثر في مسار الحياة المستقبلي للفرد ، فلنجاحه وتحقيق أهدافه ينبغي توفير قدر عال من المرونة النفسية لديه؛ تمكنه من اجتياز العقبات التي تعترضه في حياته، كما أن رضاه عن حياته الشخصية وتقبلها بكل ما فيها من مشقات ومتاعب، والعمل على اجتياز تلك المشقات من العوامل التي توصل إلى تحقيق الأهداف التي يطمح إليها وقد وردت في التراث التربوي بعض المفاهيم المتداخلة مثل المرونة النفسية، بالإضافة إلى مفهوم الصلابة النفسية، ويمكن القول إن هذه المفاهيم متكاملة وتهدف في مجموعها إلى زيادة قدرة الفرد على مواجهة التحديات ويسعى كل طالب إلى تحقيقها والحصول على درجات مرتفعة في المقررات الدراسية لينتقل إلى المراحل الدراسية الأخرى.

ومن خلال النتائج التي أسفرت عنها الدراسة نستخلص أن هناك فروق في مستوى المرونة النفسية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي (المرتفع، المنخفض)، حيث يتمتع التلاميذ الذين لديهم تحصيل دراسي مرتفع بمستوى مرونة نفسية مرتفعة ،في حين يتمتع التلاميذ الذين لديهم تحصيل دراسي منخفض بمستوى مرونة نفسية منخفضة.

خاتمة

خاتمة:

هدفت الدراسة إلى إبراز قيمة المرونة النفسية في اكتساب التحصيل الدراسي لدى تلاميذ مستوى الرابعة من التعليم المتوسط، وخلصت الدراسة إلى وجود فروق في مستوى المرونة النفسية لصالح التحصيل الدراسي المرتفع .

وفي ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة نوصي على:

- ضرورة القيام بدورات تحسيسية وتدريبية من شأنها تعزيز المرونة النفسية ورفع من مستواها لدى الذين لهم علاقة مباشرة مع تلاميذ العينة (مرافق التلميذ، مستشار التوجيه، المستشار التربوي، مشرف تربوي، الأساتذة...).

- تفعيل دور مستشار التوجيه والأخصائي النفسي خاصة من ناحية مرافقة التلميذ خلال السنة الدراسية بحصص إعلامية وإرشادية للتعريف بهذا المستوى وخصوصيات ليتها نفسياً لمواجهة التغيرات التي تطرأ في هذه المرحلة وفي هذا المستوى .

- توفير العوامل التي من شأنها أن ترفع من مستوى المرونة النفسية .

- التخلص من العوامل التي تؤثر سلباً على المرونة النفسية للتلاميذ خاصة وهم مقبلون على شهادة التعليم المتوسط وسيواجهون ظروف ومواقف جديدة أثناء إجراء الامتحان الرسمي ، وبالرغم من أن الوزارة سعت جاهدة للتخفيف من هذه الضغوطات والمواقف التي قد تؤثر على التلميذ مثل إجراء أغلبية التلاميذ امتحانهم في نفس متوسطاتهم أو في مؤسسات المنطقة.

- على القائمين على العملية التربوية تصميم برامج ومناهج دراسية تساعد على رفع من مستوى المرونة النفسية حيث تتلاءم وقدراتهم وميولاتهم وتواكب عصرهم. إجراء بحوث ودراسات لتوضيح الأسباب والعوامل المؤدية إلى مرونة نفسية منخفضة ، واقتراح حلول للرفع من مستواها .

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

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

القرآن الكريم

1. أبو الحسين، أحمد فارس بن زكريا . (1979). معجم مقاييس اللغة. دمشق. دار الفكر.
2. الأحمدى أنس سليم ، (2007) ، المرونة . حدود المرونة بين الثابت والمتغيرات ، ط1 مؤسسة الأمة للنشر والتوزيع، الرياض، السعودية.
3. أبو حلاوة، محمد السعيد (2013) ، المرونة النفسية ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية، الكتاب الالكتروني لشبكة العلوم النفسية، إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية، العدد (49).
4. شقورة، يحيى. (2012). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة. رسالة ماجستير غير منشورة جامعة الأزهر , غزة.
5. عصام، أبو ندى. (2015). الضغط النفسي في العمل وعلاقته بالمرونة النفسية لدى العاملين بمستشفى كمال عدوان بمحافظة شمال غزة. كلية التربية الجامعة الإسلامية. غزة.
6. الشيخ، كنان إسماعيل. (2017). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية 39 (2) 371-392.
7. شيباني، ليلي ولعلاقة سميرة (2022). الصلابة النفسية والمعتقدات الصحية مجلة الراصد الدراسات العلوم الاجتماعية ، جامعة البليدة 2 جامعة قسنطينة .
8. جبيري فلسطين ابراهيم مصطفى (2020) المناعة النفسية كمتغير وسيط بين الضغوط النفسية والاتزان الانفعالي لدى العاملات في الأجهزة الأمنية الفلسطينية رسالة ماجستير. جامعة القدس المفتوحة.
9. رتيب، ناديا محمد (2019) مرونة الأنا وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق. مجلة جامعة دمشق ، 35 (1) ص366ص329.
10. فحجان، التوافق المهني والمسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بمرونة الأنا لدى معلمي التربية الخاصة، رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية غزة، 2010 .
11. عرفة، صفاء سمعان محمد (2013) . قوة الأنا وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في محافظة غزة في ضوء بعض المتغيرات. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية غزة.
12. العمري، نادية محمد (2017). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن مجلة الارشاد النفسي، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.
13. حمدان، محمد(2010). الاتزان الانفعالي وعلاقته بالقدرة على اتخاذ القرار، رسالة ماجستير، كلية التربية الجامعة الإسلامية.

قائمة المراجع

14. هناء خالد، الرقاد . (2020) . دور الانشطة اللاصفية في تنمية المرونة النفسية لدى طلبة الصفوف الأساسية في المدارس الخاصة بمحافظة العاصمة عمان من وجهة نظر معلمهم . مجلة العلوم التربوية والنفسية جامعة عمان العربية.
15. صباح مرشود منوخ (2013) مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية و علاقتها بالجنس و التخصص، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، المجلد 20 . العدد 6.
16. آل شويل، سعيد، ونصر، فتحي. (2012). الفروق بين مرتفعي ومنخفضي المرونة النفسية الإيجابية في بعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة .مجلة البحث العلمي في التربية مصر، ع 13 ج 3، 1783-1817.
17. عصفور، إيمان. (2013) تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابي وخفض قلق التدريس لدى الطالبات المعلمات شعبة الفلسفة والاجتماع دراسات عربية في التربية وعلم النفس - السعودية، ع 42، ج 3.
18. الجهني، عبد الرحمن (2011). المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالسلوك التوكيدي والصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية مجلة جامعة أم القرى للعلوم الإجتماعية - السعودية.
19. سالم بن صالح بن سيف العزري . (2016) . المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الشرعية بسلطنة عمان. كلية العلوم والأدب .سلطنة عمان.
20. زينة عبد الكريم (2016) ، المرونة النفسية و علاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى طلبة كلية الآداب مذكرة ماجستير ، جامعة القادسية، فلسطين.
21. عائشة عبيد الله مبارك قويضي العازمي ، 2022 ، المرونة النفسية وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى المراهقين
22. هالة خير سناري إسماعيل (2015)، المرونة النفسية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طالب كلية التربية ، مجلة الإرشاد النفسي ، العدد 5 جزء 1 جامعة جنوب الوادي.
23. حنان محمد سيد إسماعيل . (2021) . فاعلية العلاج الجدلي السلوكي في تنمية المرونة النفسية وعلاقته بالإكتئاب . المجلد 22 . العدد : 2 . ص 218ص189.
24. علي عبد الحميد أحمد، (2010)، التحصيل الدراسي وعلاقته بالقيم الإسلامية التربوية ، مكتبة حسني العصرية للطباعة والنشر والتوزيع ، بيروت ، لبنان .
25. المهيزع ، فهد المهيزع (1994) . التحصيل الدراسي وعلاقته بالعادات والاتجاهات الدراسية لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة الرياض رسالة ماجستير غير منشورة جامعة الملك سعود : السعودية .
26. لطفي الشربيني (2001) : موسوعة شرح المصطلحات النفسية انجليزي - عربي دار النهضة العربية للطباعة والنشر بيروت لبنان.

قائمة المراجع

27. نواف احمد سمارة، عبد السلام موسى العديلي (2008) : مفاهيم و مصطلحات في العلوم التربوية دارة المسيرة، عمان.
28. حسن شحاتة وآخرون (2003) معجم المصطلحات التربوية عربي انجليزي الدار المصرية اللبنانية، ط1، القاهرة.
29. هيام صابر صادق شاهين (2012) : فاعلية الذات مدخل لخفض أعراض القلق وتحسين التحصيل الدراسي لدى عينة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، مجلة جامعة دمشق، المجلد ، 28 العدد الرابع، دمشق.
30. سامية محمد بن لادن (2001) المناخ الدراسي وعلاقته بالتحصيل و الطمأنينة النفسية ، كلية التربية للبنات ، مجلة كلية التربية، العدد 25 الجزء الأول الرياض السعودية
31. مهدي عناد العوض ،(2015) ، الصلابة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، رسالة ماجستير في علم النفس التربوي جامعة دمشق.
32. قدوري الحاج محمد الساسي الشايب (2015) : تقدير الذات الرفاعي و المدرسي والعائلي وعلاقته بمستوى التحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط : مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية، العدد 18 مارس، ورقلة، الجزائر.
33. جابر عبد الحميد عبد الحميد جابر،التقويم التربوي والقياس النفسي ، دار النهضة العربية ط2 القاهرة 1996 .
34. عبد الرحمان العسوي 2004.علم النفس التربوي دراسة في التعلم وحدات الاستنكار ومعوقاته. دار النهضة العربية.لبنان
35. أحمد مزبود (2009) أثر التعليم التحضيري على التحصيل الدراسي في مادة الرياضيات ، رسالة لنيل شهادة الماجستير غير منشورة، جامعة بوزريعة ، الجزائر.
36. مصطفى فهيم (1976) ،الصحة النفسية ، الطبعة الأولى ، دار سيكولوجية التطيف للنشر دمشق.
37. يونسى تونسية ،2012 ، تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير ، جامعة تيزي وزو.
38. تمار ، ناجي (1993) تقنيات التقويم. مقال منشور في كتاب الرواسي قراءة في التقويم التربوي الجزائر .
39. بركات خليفة (1995)، الاختبارات والمقاييس العقلية ، ط2 ، دار مصر للطباعة.
40. زيدان، حنان السيد عبد القادر (2021). المرونة النفسية لدى الأسر المصرية (الوالدين) وعلاقتها بأساليب مواجهة الصدمة النفسية في ظل جائحة كورونا كوفيد 19 مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس 349-400 ،(45)

قائمة المراجع

41. أحمد ، لويظة. (2011). علاقة إعادة السنة بكل من تقدير الذات الدفعية للإنجاز والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى متوسط رسالة ماجستير غير منشورة جامعة الجزائر 2 : الجزائر.
42. زيداني فاطيمة، بن حسين حزية، 2021، الدروس الخصوصية واثرها على التحصيل الدراسي، مذكرة ماستر، جامعة ادرار.
43. Kashdan, T. (2010). Psychological Flexibility as a Fundamental Aspect of Health. Clin Psychol Rev, 30 (7), 865-8

قائمة الملاحق

قائمة الملاحق

ملحق (1): استبيان المرونة النفسية المعد

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية - قطب شتمة -

شعبة علم النفس

تخصص علم النفس المدرسي

مقياس المرونة النفسية

في إطار إعداد مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر تخصص علم النفس
المدرسي

الموسم ب * مستوى المرونة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ
السنة الرابعة متوسط لمتوسطة محمد عثمان مشونش

إيماننا منا بقدرتكم على التعاون معنا

نرجو من سيادتكم تحكيم هذه الاستمارة نظرا للدقة والموضوعية التي عهدناها منكم
أستاذي الفاضل

وتقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

الإمضاء

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	أبدا
1	اتخذ قراراتي بنفسي			
2	أتقبل الانتقاد بصدق			
3	أشارك زملائي في مناسباتهم السعيدة			
4	أواجه الضغوطات التي تواجهني بكل جرأة			

قائمة الملاحق

			أتمسك برأيي بالرغم من صواب الرأي الآخر	5
			أسعى لمساعدة زملائي في حل مشكلاتهم	6
			أشعر بالمتعة عند حل الصعوبات التي تواجهني	7
			أعتبر رأيي هو رأي مبدئي إلى أن أستمع للآخرين ثم أقرر الرأي النهائي	8
			أسعى لبناء علاقات صداقة مع الآخرين	9
			أخطط لأمر حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة	10
			اعترف بالخطأ إذا اقتنعت بوجهة النظر المخالفة	11
			اغتنم أي فرصة للتواصل مع الآخرين	12
			أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات	13
			أصغي للرأي المخالف لأستوعب حقائقه التي قد تكون غائبة عني	14
			لدي القدرة على تكوين صداقات جديدة بسهولة	15
			مهما كانت الضغوطات فإنني أسعى لتحقيق أهدافي	16
			أؤمن بأن الخلاف في الرأي ضرورة لإثراء الموضوع المطروح للنقاش	17
			أشارك في الأنشطة المجتمعية والأعمال التطوعية	18
			أحب معرفة كل ما لا أعرفه	19
			عادة ما أفكر جيدا قبل أن أقدم على فعل أي شيء	20
			علاقاتي مع الآخرين مبنية على الاحترام والتقدير	21
			أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تنطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها	22
			أشارك أسرتي في مواجهة وحل المشاكل التي تواجهنا في الأسرة	23
			أشارك زملائي في مواجهة وحل المشاكل التي تواجهنا في المؤسسة	24
			أشارك في النقاشات حول المواضيع المدرسية مع أفراد المؤسسة	25
			أرغب في أن أصف نفسي بأنني ذو شخصية لطيفة وقوية	26
			أرفض القيام بالأعمال التي يكلفني بها والآخرين إذا تعارضت مع مبادئهم	27
			أقدم المساعدة لزملائي في حل المسائل الدراسية التي لا يقدرون حلها	28
			أخجل من الإجابة على الأسئلة التي يوجهها الأستاذ بالرغم من معرفتي للإجابة الصحيحة	29
			أحترم آراء والدي بالرغم من تعارضها مع رأيي الشخصي	30
			أرتبك عندما يوجه لي الأستاذ سؤال أمام الآخرين	

قائمة الملاحق

			أشارك في الأنشطة المدرسية بالرغم من انشغالي بالأعباء الدراسية	31
			أشعر بحرج من الاتصال بأساتذتي	32
			أقدم المساعدة لإخوتي في حل واجباتهم المدرسية بالرغم من انشغالي بدراستي	33
			أتردد في الاستفسار من أساتذتي عن مواضيع لا أفهمها	34
			أنفذ تعليمات أستاذي بدقة	35
			أشعر بالملل والضيق أثناء الدروس	36
			أنفذ رغبات والدي بدون تدمير	37
			أشعر بقلق شديد عند الدخول لقاعة الامتحانات	38
			أشارك في الأنشطة والفعاليات مع التلاميذ داخل المؤسسة	39
			أنغلب على غضبي من الآخرين بسرعة معقولة	40

قائمة الملاحق

ملحق (2): استبيان المرونة النفسية المعدل

جامعة محمد خيضر بسكرة

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية - قطب شتمة -

شعبة علم النفس

تخصص علم النفس المدرسي

مقياس المرونة النفسية

في إطار إعداد مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر تخصص علم النفس المدرسي

الموسم ب * مستوى المرونة النفسية لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي لتلاميذ السنة الرابعة متوسط لمتوسطة محمد عثمان مشونش

عزيزي التلميذ عزيزتي التلميذة

نضع بين يديك مجموعة من العبارات ونرجو منك إعطاء وجهة نظرك وذلك بوضع (علامة X) في الخانة المناسبة

كما نرجو منكم الإجابة بموضوعية وصدق ونحيطكم علما أن بيانات المقياس لن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي وشكرا على تعاونكم

الجنس :

معدل الفصل الثاني

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	أبدا
1	اتخذ قراراتي بنفسي			

قائمة الملاحق

			2	أتقبل الانتقاد بصدق رحب
			3	أشارك الآخرين في مناسباتهم السعيدة والحزينة
			4	لدي القدرة لمواجهة الواقع مهما كان مؤلماً
			5	أسعى لمساعدة الآخرين في محنتهم
			6	عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى
			7	أعتبر رأيي هو رأي مبدئي إلى أن أستمع للآخرين ثم أقرر الرأي النهائي
			8	أسعى لبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين
			9	أخطط لأمر حياتي ولا أتركها للصدفة
			10	اعترف بالخطأ إذا اقتنعت بوجهة النظر المخالفة
			11	اغتنم أي فرصة للتواصل مع الآخرين
			12	أصغي للرأي المخالف لأستوعب حقائقه التي قد تكون غائبة عني
			13	لدي القدرة على تكوين صداقات جديدة بسهولة
			14	مهما كانت العقبات فإنني أسعى لتحقيق أهدافي
			15	أؤمن بأن الخلاف في الرأي ضرورة لإثراء الموضوع المطروح للنقاش
			16	أشارك في الأنشطة المجتمعية
			17	لدي فضول في معرفة ما لا أعرفه
			18	عادة ما أفكر جيداً قبل أن أقدم على فعل أي شيء
			19	علاقاتي مع الآخرين مبنية على الاحترام والتقدير
			20	أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تنطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها
			21	أشارك زملائي في مواجهة وحل المشاكل التي تواجهنا في المؤسسة
			22	أشارك في النقاشات حول المواضيع المدرسية مع أفراد المؤسسة

قائمة الملاحق

			أرغب في أن أصف نفسي بأنني ذو شخصية لطيفة وقوية	23
			أرفض القيام بالأعمال التي يكلفني بها الآخرون إذا تعارضت مع مبادئ	24
			أقدم المساعدة لزملائي في حل المسائل الدراسية التي لا يقدر	25
			حلها	
			أخجل من الإجابة على الأسئلة التي يوجهها الأستاذ بالرغم من معرفتي للإجابة الصحيحة	26
			أحترم آراء أساتذتي بالرغم من تعارضها مع رأيي الشخصي	27
			أرتبك عندما يوجه لي الأستاذ سؤال أمام الآخرين	28
			أشارك في الأنشطة المدرسية بالرغم من انشغالي بالأعباء الدراسية	29
			أقدم المساعدة لإخوتي في حل واجباتهم المدرسية بالرغم من انشغالي بدراستي	30
			أنفذ تعليمات أستاذي بدقة	31
			أشعر بالملل والضيق أثناء الدروس	32
			أنفذ رغبات أستاذي بدون تذمر	33
			أشارك في الأنشطة والفعاليات مع التلاميذ داخل المؤسسة	34
			أكظم غضبي من الآخرين بسرعة معقولة	35

قائمة الملاحق

ملحق (3): وثيقة تمثل احصائيات عينة مرتفعي التحصيل الدراسي

→ T-Test

[DataSet10]

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
total	20	81.3000	6.37512	1.42552

One-Sample Test

Test Value = 77.52

	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
total	2.652	19	.016	3.78000	.7964	6.7636

One-Sample Effect Sizes

	Standardizer ^a	Point Estimate	95% Confidence Interval		
			Lower	Upper	
total	Cohen's d	6.37512	.593	.110	1.063
	Hedges' correction	6.64137	.569	.105	1.020

a. The denominator used in estimating the effect sizes.

Cohen's d uses the sample standard deviation.

Hedges' correction uses the sample standard deviation, plus a correction factor.

تنزيل
انتقل إلى الإعدادات

قائمة الملاحق

ملحق (4): وثيقة تمثل احصائيات عينة منخفضة التحصيل الدراسي

T-Test

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
total	20	72.3500	6.86927	1.53602

One-Sample Test

Test Value = 77.52

	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
total	-3.366-	19	.003	-5.17000-	-8.3849-	-1.9551-

One-Sample Effect Sizes

	Standardizer ^a	Point Estimate	95% Confidence Interval		
			Lower	Upper	
total	Cohen's d	6.86927	-.753-	-1.244-	-.246-
	Hedges' correction	7.15616	-.722-	-1.194-	-.237-

a. The denominator used in estimating the effect sizes.

Cohen's d uses the sample standard deviation.

Hedges' correction uses the sample standard deviation, plus a correction factor.

انتقل إلى الإعدادات