



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ابن خلدون - تيارت-

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

مسار: علم النفس



مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر تخصص: علم النفس المدرسي

الموسومة بـ:

الفعالية الذاتية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى عينة من

تلاميذ السنة الرابعة متوسط

- دراسة ميدانية بأربع متوسطات بفرندة وتيارت -

إشراف الأستاذ:

د. بلعالية محمد

إعداد الطالبتين:

- مباركي نسيمة

- هواري حنان

السنة الجامعية:

2018/2017



الشكر و التقدير

الحمد لله حمدا يوافي نعمه ويكافئ مزيده ونشكره على توفيقه لنا
في إتمام هذا العمل مادام الشكر هو قيد النعمة وسبب دوامها
وحتى يتم شكرنا لله عز وجل نشكر كل من ساهم من قريب أو بعيد
في إنجاز هذا العمل المتواضع بكلمة متواضعة

نتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى كل أساتذة علم النفس عامة

وإلى أساتذة علم النفس المدرسي خاصة

وبالأخص الأستاذ المشرف: | بلعالية محمد

على ملاحظاته ونصائحه البناءة

الحمد لله الذي هدانا إلى نور العلم وميزنا بالعقل الذي يسر

طريقنا ووفقنا لإنجاز هذا العمل وأنعم علينا بالهدى والسداد رغم

كل الصعاب

له الحمد والشكر في الأولى والآخرة

وشكرا.

إهداء

إلى من قال فيهم وفي حقهم سبحانه تعالى: « وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْنَاهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا »

سورة الإسراء الآية 24

إلى من علمني النجاح والصبر

إلى من أفقده في مواجهة الصعاب ولم تملئي الدنيا أن أرتوي من حنانه

أبي رحمه الله

إلى من تتسابق أنفاسها قبل كلماتها تخرج معبرة عن مكنونها

أمي أطال الله في عمرها وحفظها

إلى شمعة جدي التي إنطفأت إمتنعت الكلمات عن التعبير... وورق القلم أن يسير وتتزاحم

كلماتي ولاتكفيك عباراتي لكثرة عطائك

أبي القلب أن يبوح بما يخالجه من مشاعر تفيض مع حرقه الإشتياق والفراق

شكرا وثناء وإمتنانا...

إلى إخواني وأخواتي الذين ينبض بحبهم قلبي ويطوفون بذكراهم خيالي إذ عشت معهم
شظرا جميلا من حياتي: مصطفى، مجيد، حكيم، حويطة، فاطمة الزهراء، كريمة، خديجة، نعيمة.

إلى ورود البيت وشذاها ورموز الأمل: إنصاف، هديل، هبة، هاجر، محمد إسلام، إدريس،

يونس، أيوب، صبيب.

إلى الباقية الفواحة وعميق الصداقة: نفيسة، حنان، حياة، إيمان.

إلى من إرتقيت بفضلهم في العلم درجة أساتذتي في مختلف مراحل التعليم وأطواره.

إلى كل طلبة ماستر علم النفس المدرسي.

نسيمة

إهداء

أهدي عملي هذا إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة ونصح الأمة إلى الرحمة ونور العالمين
محمد صلى الله عليه وسلم.

إلى من كلفه الله بالمصيبة والوفار إلى من علمني العطاء دون إنتظار وتعجب من أجلنا ليل
نهار.

إلى من أحمل إسمه بكل إفتخار إلى أبي العزيز حفظه الله.

إلى من حملتني وهنا على وهن وسقتني من نبع حنانها وعطفاها الفياض إلى من جعلتني
أتعدى مصائب الحياة إلى معنى الحب والطيبة التي تضيء من أجلنا بالنفس والنفيس إلى
الطاهرة التي أرى في وجهها الحياة.

إلى من كان دعائها ورعاها عني سر نجاحي

أمي الغالية حفظها الله.

إلى كل عائلة هواري إلى أخواتي اللواتي ينبض بحبهم قلبي سمية، زهرة، إكرام، إيمان.
وإهداء خالص إلى سر الفرحة في البيت البراعم الصغار زكريا، أريج، محمد، ريم.

إلى الأستاذ المشرف بلعالية محمد

إلى كل أساتذة علم النفس المدرسي

إلى كل من علمني حرفا فلا أنسى له فضلا...

إلى كل من هو في القلب ولم يذكره القلم

حنان

(1)- فهرس المحتويات:

الصفحة	العنوان
-	البسمة
أ	الشكر والتقدير
ب	إهداء
د	فهرس المحتويات
ز	فهرس الجداول
ح	فهرس الأشكال
ط	ملخص الدراسة
01	مقدمة
-	الفصل الأول: تقديم الدراسة
06	مشكلة الدراسة
11	فرضيات الدراسة
11	أهداف الدراسة
12	أهمية الدراسة
12	المفاهيم الإجرائية
13	الدراسات السابقة
-	الفصل الثاني: الإطار النظري للدراسة
-	أولاً- الفعالية الذاتية
24	تمهيد
25	1- مفهوم الفعالية الذاتية
27	2- علاقة الفعالية الذاتية ببعض المفاهيم
30	3- نظرية الفعالية الذاتية لـ Bandura
34	4- مصادر الفعالية الذاتية
36	5- أنواع الفعالية الذاتية
37	6- خصائص الفعالية الذاتية
38	7- مكونات الفعالية الذاتية
38	8- مستويات الفعالية الذاتية
38	9- توقعات الفعالية الذاتية
39	10- العوامل المؤثرة في الفعالية الذاتية

41	11- تأثير فعالية الذات في السلوك الإنساني
43	خلاصة
-	ثانيا- التوافق الدراسي
46	تمهيد
-	أ. التوافق
47	1-1- لمحة تاريخية عن ظهور مصطلح التوافق
48	1-2- أصل مصطلح التوافق وعلاقته ببعض المفاهيم
50	1-3- مفهوم التوافق
51	1-4- اتجاهات تعريف التوافق
55	1-5- أبعاد التوافق
56	1-6- مؤشرات التوافق
-	ب. التوافق الدراسي
57	1-1- مفهوم التوافق الدراسي
60	1-2- أهمية دراسة التوافق الدراسي في الميدان التربوي
60	1-3- أبعاد التوافق الدراسي
61	1-4- مظاهر التوافق الدراسي
63	1-5- أساليب التوافق الدراسي
64	1-6- العوامل المساعدة على تحقيق التوافق الدراسي
65	1-7- دور الإرشاد المدرسي في تحقيق التوافق لدى التلاميذ
65	1-8- مشكلات التوافق الدراسي
67	خلاصة
-	الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة
70	تمهيد
-	أولا- الدراسة الإستطلاعية
71	1- أهداف الدراسة الإستطلاعية
71	2- حدود الدراسة الإستطلاعية
72	3- ظروف إجراء الدراسة الإستطلاعية
72	4- وصف عينة الدراسة الإستطلاعية
72	5- وصف أدوات الدراسة الإستطلاعية
80	6- الخصائص السيكومترية لأداتي القياس

93	خلاصة
-	ثانيا- الدراسة الأساسية
95	تمهيد
95	1- حدود الدراسة الأساسية
96	2- ظروف إجراء الدراسة الأساسية
96	3- وصف خصائص عينة الدراسة الأساسية
96	4- منهج الدراسة الأساسية
97	5- أساليب المعالجة الإحصائية للدراسة الأساسية
98	خلاصة
-	الفصل الرابع: عرض وتفسير ومناقشة النتائج
101	تمهيد
102	1- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى
103	2- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية
104	3- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
105	4- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة
106	5- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة
107	6- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية العامة
109	إستنتاج عام للدراسة
111	خاتمة
112	الإقتراحات والتوصيات
114	قائمة المراجع
-	الملاحق

(2)- فهرس الجداول:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	توزيع عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير الجنس.	72
02	الصياغة الأولية لبعء قدر الفعالية.	74
03	الصياغة الأولية لبعء العمومية.	75
04	الصياغة الأولية لبعء القوة أو الشدة.	76
05	الصياغة الأولية لبعء الجد والإجتهاد.	78
06	الصياغة الأولية لبعء الإذعان.	79
07	الصياغة الأولية لبعء العلاقة بالمدرس.	80
08	قائمة الأساتذة المحكمين لأدوات الدراسة.	81
09	العبارات المضافة من قبل المحكمين لأدوات الدراسة.	82
10	البنود الإيجابية والسلبية لمقياس الفعالية الذاتية.	82
11	الفقرات قبل وبعد التحكيم لمقياس الفعالية الذاتية.	82
12	مصفوفة الإرتباطات بين العبارات وأبعادها والدرجة الكلية لمقياس الفعالية الذاتية.	84
13	قيم معاملي الثبات لمقياس الفعالية الذاتية.	87
14	قيم معاملي الثبات لمقياس الفعالية الذاتية.	87
15	البنود الإيجابية والسلبية لمقياس التوافق الدراسي.	88
16	مفتاح التصحيح المعتمد عليه للدراسة.	88
17	الفقرات قبل وبعد التحكيم لمقياس التوافق الدراسي.	89
18	مصفوفة الإرتباطات بين العبارات وأبعادها والدرجة الكلية لمقياس التوافق الدراسي.	90
19	قيم معاملي الثبات لمقياس التوافق الدراسي.	91
20	قيم معاملي الثبات لمقياس التوافق الدراسي.	92
21	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب المتوسطات الأربعة.	95
22	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس.	96
23	مستويات المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الفعالية الذاتية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.	102
24	مستويات المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.	103

104	نتائج قيمة "ر" المحسوبة لبعدها قدر الفعالية وعلاقته بالتوافق الدراسي.	25
105	نتائج قيمة "ر" المحسوبة لبعدها العمومية وعلاقته بالتوافق الدراسي.	26
106	نتائج قيمة "ر" المحسوبة لبعدها القوة أو الشدة وعلاقته بالتوافق الدراسي.	27

(3)- فهرس الأشكال:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	مبدأ الحتمية المتبادلة.	31
02	أبعاد فعالية الذات عند بانديورا.	34
03	إتجاهات تعاريف التوافق.	52

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى محاولة الكشف عن نوع العلاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط، حيث كانت الدراسة الميدانية بمتوسطات تيارت، فرندة وعليه فقد تناولت الدراسة متغيرين أساسيين هما: الفعالية الذاتية، والتوافق الدراسي، حيث تكونت العينة من (300) تلميذ وتلميذة أختيرت بطريقة عشوائية، وانطلاقاً من هذا طبق عليها إستبيانين: الأول خاص بالفعالية الذاتية والمكون من (47) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد: قدر الفعالية، العمومية، القوة أو الشدة، والثاني خاص بالتوافق الدراسي والمكون من (31) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد: الجد والإجتهاد، الإذعان، العلاقة بالمدرس، وتم التحقق من خصائصهما السيكومترية (الصدق والثبات)، إضافة إلى الأساليب الإحصائية والمتمثلة في معامل الارتباط "بيرسون"، والتجزئة النصفية، ألفا كرونباخ وذلك بالإعتماد على المنهج المناسب وهو المنهج الوصفي الارتباطي.

حيث توصلت الدراسة بعد التحليل الإحصائي للبيانات إلى النتائج التالية:

- 1- مستوى الفعالية الذاتية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط مرتفع.
- 2- مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط مرتفع.
- 3- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين بعد قدر الفعالية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.
- 4- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين بعد العمومية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.
- 5- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين بعد القوة أو الشدة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

وفي الأخير توصلنا إلى النتيجة التالية:

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

وفي الختام خلص البحث إلى جملة من الإقتراحات والتوصيات.

حق صفة

مقدمة:

احتلت الذات ولا تزال تحتل مكانة في كل نظريات الشخصية ونظرية التعلم الاجتماعي وتعتبر أحد أهم المفاهيم المحورية المرتبطة بالتوافق والصحة النفسية، كما ترتبط بالقدرة على إتخاذ القرار وتقوية صورة الذات، وسعي الفرد نحو فهم أفضل لإنفعالاته وإدراك قيمه ومعتقداته، كما تساعد الأفراد على الشعور بمعنى الحياة والهدف من عيشها محققين بذلك توجهها أكبر نحو المستقبل، كما أثبتت الدراسات أنها "ترتبط إيجابيا بالإنجاز والصحة النفسية والذكاءات المتعددة والذكاء الوجداني والمهارات الاجتماعية، وسلبيا بكل من الإكتئاب والقلق والإدمان" (عبد الوهاب وشند، 2010: 497)

ويعد (باندورا 1977) أول من وضع مفهوم الفعالية الذاتية وأطلقه على معتقدات الفرد حول قدراته في أن ينجز مهمة ما، وفعالية الذات ليست سمة ثابتة في السلوك الشخصي بل هي مجموعة من الأحكام التي لا تتصل بما أنجزه الفرد فقط، بل أيضا بالحكم على ما يستطيع إنجازه، وقد ثبت أن فعالية الذات تحدد مستوى الدافعية لدى الأفراد وفي الحياة المدرسية يحتاج التلاميذ إلى قدر من الفعالية التي تساعدهم على الصمود ومواجهة الصعوبات والعقبات وإصرارهم على تحقيق أهدافهم وتوافقهم الدراسي وعليه أصبحت المدرسة مطالبة بالإهتمام أكثر بالقدرات الذاتية للتلميذ وذلك بالرفع من فعالية الذاتية من أجل الإستغلال الأمثل للطاقات والقدرات التي يمتلكها وتوجيهها لبلوغ وتحقيق النجاح في المشوار الدراسي.

وعلى الرغم من تعدد الدراسات التي إهتمت بموضوع الفعالية الذاتية كل من الأجنبية والعربية، إلا أنه يوجد بعض النقص في الدراسات الأجنبية المتعلقة بالتوافق الدراسي. وعلى هذا الأساس نعالج موضوع الفعالية الذاتية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط، وحتى يتسنى لنا الغوص في الموضوع قسم هذا البحث إلى جانبين:

الجانب النظري: وفيه تم تناول **الفصل الأول** وهو تقديم الدراسة، حيث تم فيه تحديد مشكلة الدراسة، وصياغة الفرضيات وبعدها أهداف وأهمية الدراسة، وكذلك التعاريف الإجرائية، كما تم عرض الدراسات السابقة التي هي أقرب إلى الموضوع، أما **الفصل الثاني** فتضمن الأبعاد النظرية للدراسة والتي تحتوي على مفهوم الفعالية الذاتية وعلاقتها ببعض المفاهيم، ونظرية الفعالية الذاتية لـ باندورا، ومصادرها، أنواعها، خصائصها، مكوناتها، مستوياتها، توقعاتها، والعوامل المؤثرة في الفعالية الذاتية، وتأثير الفعالية الذاتية في السلوك الإنساني، وخلاصة الفصل، ومن ثمة التوافق، لمحة تاريخية عن ظهور هذا المصطلح وعلاقته ببعض المفاهيم، ثم تعريفه، وإتجاهات تعاريفه، أبعاده ومؤشراته، ومن ثمة التوافق الدراسي تعريفه، أهمية دراسته في الميدان التربوي، أبعاده ومظاهره، أساليبه

والعوامل المساعدة على تحقيق التوافق الدراسي، دور الإرشاد النفسي المدرسي في تحقيق التوافق لدى التلاميذ، ومشكلات التوافق الدراسي، خلاصة الفصل.

أما الجانب التطبيقي: والذي تم فيه التطرق إلى فصلين **(الثالث والرابع)** حيث خصص الفصل الثالث بالإجراءات المنهجية تضمنت حدود الدراسة ومنهج الدراسة، ووصف العينة وبناء أدوات البحث المتمثلة في إستبيان خاص بالفعالية الذاتية والآخر خاص بالتوافق الدراسي مع تناول صدق الأدوات وثباتهما، بالإضافة لإجراءات التطبيق والأسلوب المعتمد في المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها، ويليه الفصل الأخير عرض وتحليل ومناقشة النتائج، والتعليق على مدى تحقق فرضيات الدراسة على ضوء الأدبيات السابقة حول الموضوع، والتي من خلالها توصلنا إلى إستنتاج عام لنقدم مجموعة من الإقتراحات والتوصيات.

الفصل الأول:

تقديم الدراسة

1-

2- فرضيات الدراسة

3- أهداف الدراسة

4- أهمية الدراسة

5- المفاهيم الإجرائية

6- الدراسات السابقة

الدراسة:

شهدت المنظومة التربوية الجزائرية في السنوات الأخيرة تغيرات جذرية مست كل من الأستاذ والمتعلم دون سواء، وذلك لتحسين نوعية التعلم والإرتقاء بالمنظومة التربوية في الجزائر إلى مصاف المنظومات التربوية المتطورة، فأصبح الإهتمام الكبير بالصحة النفسية للمتعلم بإعتباره أحد العناصر الأساسية والمهمة في أهداف ومرامي التي تسعى إليها المنظومة التربوية الحديثة.

وبالتالي لم يعد ينحصر دور المدرسة على تلقين التلاميذ المعارف وإعداد المناهج الدراسية والأنشطة المدرسية. بل أصبحت تهتم بالجوانب النفسية والاجتماعية والأكاديمية لديهم. ولذلك فهي مطالبة بالإهتمام أكثر بالقدرات الذاتية للتلميذ وذلك برفع وتنمية الفعالية الذاتية لديه من أجل الإستغلال الأمثل للطاقات والقدرات التي يمتلكها ويوجهها نحو تحقيق الأهداف المنشودة من العملية التربوية والتعليمية ويكمن هذا الأخير في تكوين شخصية متكاملة الجوانب ومتمتعة بالصحة النفسية والتوافق الدراسي، في حين تعرض التلميذ لبعض المشكلات أو الصعوبات في البيئة المدرسية قد يجعله غير متوافق وعاجز عن تحقيق الأهداف التربوية المرجوة.

تعد فعالية الذات إحدى موجهات سلوك الانسان، فالفرد الذي يؤمن بقدراته وكفاءته يكون أكثر نشاطا وأكثر فاعلية ويكون علي مستوى عال من تقدير الذات، ويمثل هذا مرآة معرفية للفرد تشعره بقدرته على التحكم في الامور والمواقف، كما انها تعكس معتقدات وافكار الفرد عن ذاته وقدرته على التحكم في معطيات البيئة من خلال الأفعال والوسائل التكيفية التي يقوم بها، والثقة بالنفس في ومواجهة ضغوط الحياة.

(حسن حجازي، 2013: 420)

ويشير التراث النظري المذكور في معظم الدراسات ان مفهوم الفعالية الذاتية قد ظهر من خلال ابحاث وأعمال باندورا (أسماء لشهب، 2018: 446)، ويعرف باندورا الفاعلية الذاتية بأنها مجموعة الأحكام الصادرة عن الفرد، والتي تعبر عن معتقداته حول قدرته على القيام بسلوكات معينة ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة، وتحدي الصعاب، ومدى مثابرتة لإنجاز المهام المكلف بها. (دودوصونيا، 2017: 20)

ويري باندورا ان فعالية الذات تسهم في تحديد سلوك الاصرار والمثابرة لدى الأفراد وان فعالية الذات تمثل وسيطا معرفيا لتوقع الفرد عن فعاليته الذاتية، وهي المحددة لطبيعة

السلوك الذي سيقوم به، ومقدار الجهد الذي سيبدله لتحقيق غاياته، بالإضافة إلى درجة المثابرة التي سيقدمها في مواجهة المصاعب والمتاعب التي تقف عائقاً أمامه.

(أسماء لشهب، 2018)

كما يرى باندورا أن فعالية الذات تظهر في مجموعة من المؤشرات أو الأبعاد والمتمثلة في مستوى الفعالية ومقدارها والتي تختلف حسب طبيعة المواقف وتظهر القدرة علي الفعالية كلما كانت المهام اصعب، وتندرج من الإعتقاد بفاعلية الذات لحل المشكلات مهما بلغت صعوبتها الي الاعتقاد بعدم الفاعلية في حل المشكلات مروراً بالإعتقاد بحل المشكلات السهلة، وفي هذا الصدد فيمكن القول أن إحساس التلاميذ بفاعليتهم الذاتية يتعلق بتقييمهم لإمكانيتهم وقدرتهم علي تحقيق مستوي معين من الاداء. (أسماء لشهب، 2018)

كما يشير باندورا ان المؤشر الثاني للفعالية الذاتية يتمثل في العمومية والتي تعني انتقال التوقعات الفاعلة إلى مواقف متشابهة وانطباعات الآخرين وهي تختلف في عنونتها فمنها يكون محددًا لخلق توقعات التفوق أو تمتد لتشمل العلاج النوعي كما أن التفسيرات الوصفية وخصائص الشخص تؤثر في ذلك، كذلك يشير باندورا الي عامل او مؤشر القوة لوصف الفعالية الذاتية والذي يتحدد في ضوء خبرة الفرد ومدى ملائمتها وكما أن الشعور بالفاعلية يعبر عن المثابرة الكبيرة والقدرة العالية التي تساعد الفرد أو التلميذ في اختيار الأنشطة التي سوف تؤدي به الي النجاح. (رفقة خليف سالم، 2008)

كما تتميز الفاعلية الذاتية بعلاقة إيجابية بالإنجاز في المجالات المختلفة، وتعتبر جزءاً مهماً في دافعية الفرد لمواجهة مشكلاته وضغوطاته، بما يساهم في تحقيق أهدافه، فالسلوك الإنساني يعتمد بشكل أساسي على ما يعتقد الفرد عن فعاليته وتوقعاته عن مهاراته السلوكية المطلوبة للتعامل الناجح، والكفو مع أحداث الحياة.

(حسن حجازي، 2013: 420)

لقد اشارت العديد من الدراسات التي تناولت مفهوم الفعالية الذاتية انه يرتبط بالعديد من المتغيرات الأخرى والتي تتعلق بتوافق وتكيف الفرد مع المحيط وحسن تقدير الذات والصحة النفسية والنشاط والحيوية حيث توصلت دراسة حجازي 2013 والتي تم اجرائها علي 45 معلمة الي وجود علاقة ارتباطية بين الفعالية الذاتية والتوافق المهني وجودة الاداء كما توصلت دراسة دودو صونيا (2017) والتي هدفت الي معرفة العلاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق النفسي في ظل التشاؤم والتفاؤل عند عينة من الشبه طبي والتي بلغت 207 الي وجود علاقة ارتباطية طردية بين الفعالية الذاتية والتوافق النفسي عند الاشخاص المتفائلين في حين توصلت الدراسة الي وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الفعالية الذاتية والتوافق النفسي عند الاشخاص المتشائمين، كما توصلت دراسة سحلول 2005 والتي

اجريت على عينة بلغت 1225 تلميذ في الثانوي مدينة صنعاء الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الفاعلية الذاتية والدافع للإنجاز. (رفقة خليف سالم، 2008)

كما يمكن القول أن الفاعلية الذاتية تعد من أهم ميكانيزمات القوى الشخصية لدى الأفراد وبشكل خاص التلاميذ؛ حيث تمثل مركزا هاما في دافعية التلميذ للقيام بأي عمل أو نشاط، إذ انها تساعد التلميذ على مواجهة الضغوط التي تعترضه في مراحل حياته ومراحلته الدراسية المختلفة وتؤثر فاعلية الذات في أنماط التفكير بحيث قد تصبح معينات ذاتية، أو معينات ذاتية، ويؤثر إدراك التلميذ لفاعلية الذات على أنواع الخطط التي يضعها، فالتلاميذ الذين لديهم إحساس مرتفع بفاعلية الذات يضعون خططا ناجحة، والذين يحكمون على أنفسهم بعدم فاعلية الذات أكثر ميلا للخطط الفاشلة، والأداء الضعيف، والإخفاق المتكرر مما يعكس نوعا من عدم التوافق الدراسي. (حسن حجازي، 2013: 420)

ومن خلال ما سبق يمكن القول ان الفعالية الذاتية هي عامل ضروري يحفز التلميذ للحصول علي الدافع للإنجاز كما انها تمثل قوة الشخصية وتأكيديها، أي تأكيد الذات أو تأكيد الحضور كفرد فعال ونشط داخل الصف او داخل المؤسسة التربوية، وذلك من خلال التفاعل الاجتماعي، ويهدف هذا الاخير الي بناء وتحقيق التوافق علي شتى المجالات حيث تشير دراسة الزهراني (2005) والتي هدفت الى معرفة العلاقة بين النمو النفسي الاجتماعي والتوافق والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة بين النمو النفسي الاجتماعي والتوافق الدراسي.

ويمكن تعريف التوافق على انه يصف سلوك الإنسان كردود أفعال لعدد من المطالب والضغوط البيئية التي يعيش فيها، كالمناخ وغيره من عناصر البيئة الطبيعية، وقد استعير المفهوم البيولوجي للتكيف واستخدم في المجال النفسي الاجتماعي تحت مصطلح التوافق. (دودو صونيا، 2017: 43)

ويرى **خطارة (2011)** أن التوافق مفهوم مركزي في علم النفس بصفة عامة وفي الصحة النفسية بصفة خاصة فمعظم سلوك الفرد هو محاولات من جانبه لتحقيق توافقه إما على المستوى الشخصي أو على المستوى الاجتماعي. كذلك فإن مظاهر عدم السواء في معظمها ليست إلا تعبيراً عن سوء التوافق أو الفشل في تحقيقه.

(خطارة رشيد، 2011: 41)

والتوافق مصطلح مركب وغامض إلى حد كبير، لأنه يرتبط بالتصور النظري للطبيعة الإنسانية وبتعدد النظريات والأطر الثقافية المتباينة وذلك لإختلاف المفاهيم بين اللغات، كما يمكن حصر مفهوم التوافق في ثلاثة اتجاهات بحيث يرى الاول ان التوافق

عملية فردية ويرى الثاني انه عملية اجتماعية اما الاتجاه الاخير فيرى انه عملية نفسية واجتماعية. (دودوصونيا، 2017: 43)

وبما ان التوافق يمكن دراسته من ناحية فردية واجتماعية فهو يمثل في كل المجالات التي يكون فيها الانسان محضر تواجد ولذلك هناك انواع كثيرة من التوافق كالتوافق النفسي والاجتماعي والمهني والمدرسي، ويمكن تعريف هذا الاخير من خلال مؤشرات والمتمثلة في علاقة التلميذ بالمدرس والجد والإجتهاد والإذغان بحيث ان التلميذ المتوافق هو الذي يكون على علاقة جيدة وحسنة بأساتذته ومدرسيه ويسودها نوع من الاحترام المتبادل والمودة وليس الخوف والنفور، كما يمثل الجهد والاجتهاد عامل اساسي من عوامل التوافق الدراسي والذي يتمثل في تنظيم الدروس وعمل الملخصات بما يسهل عليه طريقة الإستذكار والإسترجاع. (باخالد عزيزة، 2015: 21-22)

كما يمثل الإذغان احد اهم مؤشرات التوافق المدرسي والذي يتمثل في قدرة التلميذ على عدم اسقاط مشاكله الاسرية او التي تتعلق بالمحيط الخاص به على سلوكه داخل الصف او في تعامله مع الاخرين اثناء سير الحصص أي أن مشاكله لا تؤثر علي مستواه الدراسي ولا تخلق له مشاكل اخري تتعلق بالدراسة كالرسوب والتسرب المدرسي.

كما أن التلميذ الذي يحقق هذه الابعاد بشكل فعال فهو علي مستوي عال من التوافق المدرسي، ولقد تعددت الدراسات التي تناولت موضوع التوافق النفسي، حيث اشارت دراسة احمد راشد محمد يوسف (2011) والتي هدفت الي معرفة العلاقة بين التوافق الدراسي والتوافق الشخصي والاجتماعي في البحرين حيث بلغت عينة الدراسة 203 طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية وتوصلت النتائج الي وجود علاقة ارتباطية بين التوافق الدراسي والتوافق الشخصي والاجتماعي.

كما توصلت دراسة مباركة ميدون (2014) والتي هدفت الي معرفة طبيعة العلاقة بين الكفاءة الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة تعليم متوسط، حيث بلغت عينة الدراسة 798 تلميذ وتلميذة وتوصلت نتائج الدراسة الي ارتفاع مستويات الكفاءة الذاتية والتوافق المدرسي، كما توصلت الي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الكفاءة الذاتية والتوافق الدراسي.

وتذكر ميدون (2014) ان شدة تأثير المشكلات الدراسية والنفسية والاجتماعية على توافق التلميذ دراسيا باختلاف التلاميذ والبيئة التي يتفاعلون معها إذ أكدت نتائج دراسة مهدي وسكوت (2005) أن درجة الصعوبة في التوافق تختلف من طالب إلى آخر، وأن عوامل مثل المشكلات الدراسية والاجتماعية النفسية والثقافية يمكن أن تؤثر في توافق

الطلاب، كما يمكن لهذه العوامل أن تؤثر بشكل مستقل أو بالارتباط مع عوامل أخرى في توافق الطالب مع بيئة جديدة. (ميدون مباركة، 2014)

ويذكر **خطارة (2011)** أن العديد من الدراسات التي تؤكد نتائجها على انتشار الصعوبات الانفعالية والمشكلات السلوكية وخاصة مشكلة سوء التوافق لدى التلاميذ، وهذا ما يتطلب مزيداً من الاهتمام بدراسة التوافق لدى التلاميذ خاصة في شكله الدراسي، والكشف عن المتغيرات والعوامل التي تسهم في تحقيقه والتي منها الفاعلية الذاتية.

(خطارة رشيد، 2011: 2)

كما أن مشكلات التوافق الدراسي عند التلاميذ لها آثار تراكمية، فمعظم المشكلات الدراسية لها أسباب نفسية وإجتماعية وإنفعالية والتي من شأنها ان تشكل مجموعة من الصعوبات التي قد تعوق تقدم التلميذ وإنتقاله إلى مراحل متقدمة في دراسته وذلك عند استئثارها، وإذا أخذ بعين الاعتبار الأخطار الناجمة عن ذلك والتكاليف والجهد المبذول من قبل أفراد المجتمع لتلافي آثار هذه المشكلات، يتضح أنه من الأفضل القيام بمزيد من البحوث التي تحاول التعرف على العوامل التي يمكن من خلالها التنبؤ بالتوافق الدراسي والعمل علي تجنبه.

كما ان مستوي التوافق الدراسي للتلميذ تتحكم فيه العديد من العوامل التي لها علاقة بالتلميذ، والتي منها الأسرة وعلاقته مع الأقران والأساتذة والدعم الاجتماعي وتحقيقه لرغباته الذاتية ومستوى دخل الأسرة وما يقابله من مشكلات وصعوبات. و درجة تأثير هذه العوامل قد تتوقف من الناحية النظرية على مستوى الفعالية الذاتية لدى التلميذ وهو ما تحاول الدراسة الحالية التحقق منه، وإستناداً لما سبق يتبادر الي ذهننا مجموعة من التساؤلات والتي يمكن صياغتها كالاتي:

تساؤلات الدراسة:

التساؤل العام:

- هل توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ؟

التساؤلات الفرعية:

- ما مستوى الفعالية الذاتية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ؟
- ما مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ؟

- هل توجد علاقة إرتباطية بين بعد قدر الفعالية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ؟

- هل توجد علاقة إرتباطية بين بعد العمومية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ؟

- هل توجد علاقة إرتباطية بين بعد القوة أو الشدة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ؟

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

- توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

الفرضيات الجزئية:

- نتوقع مستوى الفعالية الذاتية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط مرتفع.

- نتوقع مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط مرتفع.

- توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين قدر الفعالية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

- توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين بعد العمومية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

- توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين بعد القوة أو الشدة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

أهداف الدراسة:

تمثلت فرضيات الدراسة في تحقيق الأهداف الآتية:

- تحديد العلاقة بين بعد الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

- تحديد العلاقة بين بعد العمومية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

- تحديد العلاقة بين بعد القوة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

- تحديد العلاقة القائمة بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

- معرفة مستوى الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

أهمية الدراسة:

تتجلى فيما يلي:

- إمكانية الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في بناء البرامج الإرشادية المساعدة على رفع مستوى الفعالية الذاتية.

- تسلط الضوء على أهم المواضيع التي تحتاج التعمق في الدراسة، وهي علاقة الفعالية الذاتية بالتوافق الدراسي.

- تناول الدراسة أحد أهم الأمور التي يسعى إليها التلميذ داخل المدرسة، وهو التوافق الدراسي.

- تقديم إطار نظري حول موضوع الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي ليكون رصيذا مرجعيا للباحثين.

- تسليط الضوء على مرحلة هامة في حياة التلاميذ الدراسية وهي مرحلة اجتياز شهادة التعليم المتوسط والتي تتزامن مع مرحلة المراهقة.

- أن نتائج هذه الدراسة قد تكون بداية لدراسات أخرى في هذا المجال.

المفاهيم الإجرائية:

إن تحديد المفاهيم والمصطلحات يعتبر خطوة أساسية يقوم بها الباحث من أجل تحديد مسار بحثه، وكلما اتسم هذا التحديد بالدقة والوضوح سهل على القراء الذين يتابعون البحث إدراك المعاني والأفكار التي يريد الباحث التعبير عنها، دون أن يختلفوا فيما يقول.

الفعالية الذاتية:

هي إدراك وثقة التلميذ في قدراته وإيمانه بإمكانياته على مواجهة مشكلاته، وتحقيق مستوى جيد من المثابرة أثناء العملية التعليمية من أجل تحقيق النجاح والوصول إلى أهدافه التي يمر بها الفرد عند إنجاز مهمته ما.

ويعبر عنها من خلال الدرجات التي يحصل عليها تلميذ السنة الرابعة متوسط من خلال إجابته على الإستبيان المعد من طرف الطالبان المكون من (47) فقرة تحت أبعاده الثلاث

والمتمثلة في (قدر الفعالية، العمومية، القوة أو الشدة) وفقا للبدائل التالية (أوافق، أحيانا، لا أوافق).

التوافق الدراسي:

هو قدرة تلميذ مرحلة التعليم المتوسط على الجد والاجتهاد في الدراسة، والالتزام بالنظام والقوانين والانضباط داخل القسم وإقامة علاقات طيبة مع الأساتذة والزملاء.

ويعبر عنه من خلال مجموع الدرجات التي يحصل عليها تلميذ السنة الرابعة متوسط وفقا لإجاباته بإختيار أحد البدائل الثلاث (أوافق، أحيانا، لا أوافق) على فقرات الإستبيان المكونة من ثلاث أبعاد (الجد والاجتهاد، الإذعان، العلاقة بالمدرس) على الترتيب البالغة (31) فقرة.

تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط:

هم التلاميذ الذين يدرسون في السنة الرابعة متوسط، والمسجلين في السنة الدراسية 2017-2018.

الدراسات السابقة:

بما أنه لا يمكن للباحث أن ينطلق من فراغ فإن أي دراسة لا تخلو من الدراسات السابقة من الدراسات السابقة التي تجعل الباحث مطلعاً على الكيفية التي تم بها تناول الموضوع من طرف من سبقوه، أو لمعرفة النتائج المتوصل إليها من خلال الدراسة التي سبقت دراسته فالدراسات السابقة تكتسي أهمية بالغة في البحوث والدراسات العلمية، وذلك لما لها من دور كبير في مساعدة الباحث على التحكم في موضوع البحث وصياغة الإشكالية بشكل صحيح.

ومن بين الدراسات التي اعتمدت في هذه الدراسة نذكر:

أولاً- الدراسات السابقة الخاصة بالفعالية الذاتية:

أ-الدراسات العربية:

1-دراسة رشيدة الساكر بعنوان(2015):

بعنوان: دافعية الإنجاز وعلاقتها بفاعلية الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

- تهدف هذه الدراسة إلى محاولة التعرف على علاقة دافعية الإنجاز بفاعلية الذات الأكاديمية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بولاية الوادي، قد تم الإعتماد على المنهج الوصفي الإرتباطي مستخدمين أداتين لجمع البيانات هما على التوالي: مقياس دافعية الإنجاز،

ومقياس فاعلية الذات، أجريت الدراسة على عينة مكونة من (70) تلميذ وتلميذة، وقد أسفرت الدراسة على النتائج التالية :

- 1- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين دافعية الإنجاز وفعالية الذات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي بولاية الوادي.
- 2- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين دافعية الإنجاز وفعالية الذات لدى (الإناث) تخصص أدبي وعلمي .
- 3- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين دافعية الإنجاز وفعالية الذات لدى (الذكور) تخصص أدبي وعلمي.

2- دراسة جولتان حسن حجازي (2013):

بعنوان: فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية.

- هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى فاعلية الذات، ومستوى التوافق المهني، وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية، قد تم الاعتماد على المنهج الوصفي، كما هدفت إلى تحديد طبيعة العلاقة بين الدرجة الكلية، والأبعاد لمقاييس فاعلية الذات، والتوافق المهني، وجودة الأداء، وتكونت عينة الدراسة من (45) معلمة من معلمات غرف المصادر. وإستخدمت الدراسة ثلاثة مقاييس لفاعلية الذات، التوافق المهني، وجودة الأداء من إعداد الباحثة، وإنتهت النتائج إلى أن مستوى فاعلية الذات يزيد عن 80 % كمستوى إفتراضي، وأن مستوى التوافق المهني وجودة الداء يقل عن مستوى 80 % كمستوى إفتراضي، كما إنتهت النتائج إلى وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين الدرجة الكلية، وأبعاد مقياس فاعلية الذات، والدرجة الكلية وأبعاد مقياس التوافق المهني ماعدا التوافق الإجتماعي، والدرجة الكلية وأبعاد مقياس جودة الأداء، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات غرف المصادر في مدارس الضفة الغربية، مرتفعات الفعالية الذاتية ومنخفضات الفعالية الذاتية على مقياس التوافق المهني ومقياس جودة الأداء.

3- دراسة رفقة خليف سالم (2009):

بعنوان: علاقة فاعلية الذات والفرع الأكاديمي بدافع الإنجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون الجامعية.

- هدفت الدراسة على التعرف على علاقة فاعلية الذات والفرع الأكاديمي بدافع الإنجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون الجامعية بالأردن. تكونت عينة الدراسة من (200) طالبة ممن درسن في أحد الفرعين العلمي والأدبي، وتم إختيارها بالطريقة العشوائية بنسبة (10%) من مجتمع الدراسة، وقد تم تطبيق مقياسي فاعلية الذات ودافعية الإنجاز على العينة وتم تحليل التباين الثنائي، وقد تم الإعتماد على المنهج الوصفي.

وقد أشارت نتائج الدراسة على أن معظم أفراد العينة لديهم مستوى مرتفع من فاعلية الذات، كما أشارت النتائج إلى أن هناك تقارب في المتوسطات الحسابية لمستوى دافعية الإنجاز الدراسي لدى أفراد العينة، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فرق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الإنجاز الدراسي لدى عينة تعزى لمتغيري فاعلية الذات والفرع الأكاديمي، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) لأثر التفاعل بين فاعلية الذات والفرع الأكاديمي على دافعية الإنجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون بالأردن.

ب- الدراسات الأجنبية:

1-دراسة ديان 2003 (إيطاليا):

بعنوان: دراسة فعالية الذات الأكاديمية وفقا لمتغير الجنس والعمر والإنجاز الأكاديمي لدى طلبة كلية العلوم.

هدفت الدراسة إلى تقصي العلاقة بين فعالية الذات وفقا لمتغير الجنس، والعمر والإنجاز الأكاديمي في كلية العلوم ذات نظام عامين دراسيين، في تخصصي علمي التشريح والفسولوجي. وتألقت العينة من (216) طالبا وطالبة تتراوح أعمارهم بين (18-24 سنة). وجرى تطبيق مقياس الفعالية الذاتية ودرجات الإمتحان النصفى والنهائي كمقياس للإنجاز الأكاديمي، تم الإعتماد المنهج الوصفي، ومن أبرز نتائج الدراسة:

- عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين فعالية الذات والإنجاز الأكاديمي.

- عدم وجود فروق بين الجنسين في فعالية الذات.

2-دراسة ميريام 2003 Miriam:

بعنوان: العلاقة بين التحصيل وفاعلية الذات والدافعية لدى الطلبة المعرضين لخطر التسرب.

-هدفت هذه الدراسة فحص تصميم دراسي في التحصيل وفاعلية الذات والدافعية لدى التلاميذ المعرضين لخطر التسرب، والكشف عن الممارسات الدراسية التي تتبناها المدارس في تطوير وتنمية إعتقادات فاعلية الذات، شملت عينة الدراسة (52) من التلاميذ المعرضين لخطر التسرب في المرحلة الثانوية قسموا إلى مجموعتين تجريبية وتشمل (37) تلميذ، وضابطة وتشمل (15) تلميذ، وإستخدم الباحث عدة مقاييس.

توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في فاعلية الذات والدافعية.

ثانيا: الدراسات الخاصة بالتوافق الدراسي:

حسب إطلاعنا لم نتحصل على الدراسات السابقة الأجنبية الخاصة بمتغير التوافق الدراسي، فسنقوم بعرض فقط الدراسات السابقة العربية.

الدراسات العربية:**1.دراسة باخالد عزيزة (2015):**

بعنوان: التوافق الدراسي لدى تلاميذ قسم رياضة ودراسة.

- هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن طبيعة التوافق الدراسي لدى تلاميذ قسم رياضة ودراسة، ومعرفة الفروق في الجنس والمستوى الدراسي ولتحقيق أهداف هذه الدراسة اعتمدت الطالبة على أداة لجمع البيانات وهو مقياس التوافق الدراسي وبعد التحقق من خصائصه السيكو مترية ، تم تطبيق على عينة مكونة من (44) تلميذ وتلميذة من ثانوية الأمير عبد القادر توقرت وثانوية الشهيد عبد المجيد بو مادة ورقلة ، وقد اعتمدت الطالبة المنهج الوصفي الإستكشافي ، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- أن تلاميذ قسم رياضة ودراسة بولاية ورقلة يتمتعون بتوافق دراسي مرتفع.

- أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق لدى تلاميذ قسم رياضة ودراسة تبعا لمتغير الجنس (ذكر، أنثى).

- أنه لا توجد فروق في التوافق الدراسي لدى تلاميذ قسم رياضة ودراسة بإختلاف المستوى الدراسي (أولى ،ثانية ، ثالثة).

2. دراسة بن الزاوي ناجية (2013):

بعنوان: علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط.

- هدفت الدراسة إلى الكشف عن وجود علاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط بأبعاده الثلاثة الجد والإجتهاد ، الإذعان، العلاقة بالمدرس، حيث بلغت عينة الدراسة (200) طالبا، وإستخدمت مقياس "شافر" للمعاملة الوالدية ، ومقياس "يونجمان" للتوافق الدراسي، وتم توزيعها على عينة عشوائية من طلبة الصف الثالثة من التعليم المتوسط ببعض المتوسطات، تم الإعتماد على المنهج الوصفي، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والتوافق الدراسي لدى الأبناء.

- توجد علاقة بين أساليب المعاملة الوالدية وجد وإجتهاد التلميذ في مرحلة المتوسط.

- توجد علاقة بين أساليب المعاملة الوالدية وإذعان التلميذ لمدرسه في مرحلة المتوسط.

-لا توجد علاقة بين أساليب المعاملة الوالدية وعلاقة التلميذ بمدرسه في مرحلة المتوسط.

3. دراسة بوصفر دليلة (2011):

بعنوان: الإستقلال النفسي عن الوالدين وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى الطالب الجامعي المقيم (18-21 سنة).

- تمحورت إشكالية الدراسة على التساؤل التالي: هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين الإستقلال النفسي عن الوالدين والنوافق الدراسي لدى الطالب الجامعي المقيم (18-21) سنة؟

واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتكون مجتمع الدراسة من مجموع الطلبة الجامعيين (ذكورا وإناثا) المقيمين، إختير منهم بطريقة عشوائية (299) طالبا وطالبة مقيمين تتراوح أعمارهم من (18-21 سنة) مصنفة على 3 مستويات جامعية، أولى وثانية، وثالثة جامعي.

توصلت الباحثة إلى نفي العلاقة بين أبعاد الإستقلال النفسي للوالدين والتوافق الدراسي لدى الطالب الجامعي المقيم (18-21 سنة).

كما توصلت لإثبات الفروق الجنسية في بعد الإستقلال الإيديولوجي عن الأم وبعد الإستقلال الوجداني عن الأم والأب لصالح الذكور كما تم نفي الفروق الجنسية في درجات التوافق الدراسي.

4. دراسة رشيد خطارة (2011):

بعنوان: الذكاء الوجداني وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

- تهدف هذه الدراسة إلى محاولة التعرف على علاقة الذكاء الوجداني والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي، قد تم الإعتماد على المنهج الوصفي المقارن مستخدمين أداتين لجمع البيانات هما مقياس الذكاء الوجداني والتوافق الدراسي، أجريت الدراسة على عينة مكونة من (333) تلميذ وقد أسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- مستويات الذكاء الوجداني لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي كانت مرتفعة عن المتوسط.
- مستويات التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي كانت فوق المتوسط.
- وجود علاقة دالة إحصائيا بين الذكاء الوجداني والتوافق الدراسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي.

5. دراسة عبد الله لبوز (2002):

بعنوان: التنشئة الأسرية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- هدفت الدراسة إلى التعرف على وجود علاقة بين أساليب التنشئة الأسرية والتوافق الدراسي بأبعاده الثلاثة للتلميذ في مرحلة التعليم الثانوي، إستعان الباحث بالمنهج الوصفي واعتمد في أدوات جمع البيانات على الملاحظة والإستمارة والمقابلة، وإستخدم الباحث عينة عشوائية مكونة من تلاميذ وتلميذات السنة الثانية ثانوي (علمي، تقني) في خمس ثانويات قدر حجم العينة بـ 200 تلميذ وتلميذة بولاية ورقلة.

أكدت النتائج المتوصل إليها الضعف الشديد في العلاقة بين أساليب التنشئة الأسرية والتوافق الدراسي للتلميذ في المرحلة الثانوية حسب المنطقة المطبق فيها، وذلك نظرا لحساسية مرحلة المراهقة التي لم يكتمل فيها النضج بعد، وعلاقة المدرسة مع الأسرة تتأثر بكل ما تشمله البيئة من عوامل مؤثرة.

التعقيب على الدراسات السابقة:

بعد التعقيب على الدراسات السابقة فقد تم عرض بعض الدراسات حول كل من المتغيرين والتي لها علاقة بالبحث الحالي، لاحظنا عدة جوانب في تلك الدراسات ما تناولته من موضوعات واستخدمته من أدوات وعينات ومناهج وما توصلت إليه من نتائج، يمكن استخلاص بعض النقاط فيما يلي:

أولاً: بالنسبة للدراسات المتعلقة بالفعالية الذاتية:

- من حيث الهدف:

هدفت بعض الدراسات إلى التعرف على العلاقات بين بعض المتغيرات ومدى تأثيرها على الفاعلية الذاتية، وهذا ما جاء في الدراسة (رشيدة ساكر 2015) و(جولتان حسن الحجازي 2013) ودراسة (رفقة خليف سالم 2009) و(ميريام 2003) ودراسة (ديان 2003) التي هدفت إلى الكشف على العلاقات بين (دافعية الإنجاز، التوافق المهني وجودة الأداء، الفرع الأكاديمي بدافع الإنجاز الدراسي، والتحصيل والدافعية، الإنجاز الأكاديمي) مع الفعالية الذاتية.

- كما تسعى الدراسة الحالية إلى دراسة العلاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي.

- من حيث العينة:

- تشابهت بعض الدراسات السابقة في العينة حيث طبقت دراسة (رشيدة ساكر 2015) ودراسة (ميريام 2003) على تلاميذ مرحلة الثانوي، وطبقت دراسة (رفقة خليف سالم 2009) و(ديان 2003) على طلبة الجامعة، وطبقت دراسة (جولتان حسن الحجازي 2003) على معلمات المرحلة الابتدائية.

- كما طبقت الدراسة الحالية على عينة من تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

- من حيث المنهج:

- حيث اعتمدت دراسة (رشيدة ساكر 2015) المنهج الوصفي الارتباطي، كما اعتمدت دراسات (جولتان حسن الحجازي 2013) و(رفقة خليف سالم 2009) و(ديان 2003) على المنهج الوصفي، واعتمدت دراسة (ميريام 2003) على المنهج التجريبي.

واعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي.

- من حيث الأدوات:

- اعتمدت كل من الدراسات (رشيدة ساكر 2015) و (جولتان حسن حجازي 2013) و(رفقة خليف سالم 2009) و دراسة (ميريام 2003) و(ديان 2003) على مقياس الفعالية الذاتية.

والدراسة الحالية اعتمدت على مقياس الفعالية الذاتية المعد من طرف الباحثان.

- من حيث النتائج :

- اتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في وجود علاقة بين الفعالية الذاتية وبعض المتغيرات الأخرى مثل دراسة (رشيدة ساكر 2015) و (جولتان حسن حجازي 2013) و (رفقة خليف سالم 2009) و (ميريام 2003) و(ديان 2003).

ثانيا :بالنسبة للدراسات المتعلقة بالتوافق الدراسي:

- من حيث الهدف:

هدفت الدراسات السابقة إلى التعرف على مستوى التوافق الدراسي ووجود فروق بين تلاميذ قسم رياضة و دراسة كدراسة (باخالد عزيزة 2015)، كما هدفت الدراسات الأخرى إلى التعرف على بعض المتغيرات ومدى تأثيرها على التوافق الدراسي ، وهذا ماجاء في دراسة (بن الزاوي ناجية 2013) ، ودراسة (بوصفر دليلة 2011)، و(دراسة رشيد خطارة 2011) و دراسة (عبد الله لبوز 2002)، التي هدفت إلى التعرف على العلاقات (أساليب المعاملة الوالدية، والإستقلال النفسي عن الوالدين ن والذكاء الوجداني والتنشئة الأسرية) مع التوافق الدراسي .

- كما تسعى الدراسة الحالية إلى دراسة العلاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي .

- من حيث العينة:

- تشابهت بعض الدراسات السابقة في العينة ، حيث طبقت دراسات (باخالد عزيزة 2015)،(رشيد خطارة 2011)، (عبد الله بلوز 2002)على تلاميذ مرحلة الثانوي، وطبقت دراسة (بوصفر دليلة 2011) على طلبة الجامعة ، ودراسة (بن الزاوي ناجية 2013)على مرحلة المتوسط.

كما طبقت الدراسة الحالية على تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

- من حيث المنهج :

حيث إعتمدت دراسة (باخالد عزيزة 2015) المنهج الوصفي الإستكشافي، أما بالنسبة لدراسة (رشيد خطارة 2011) اعتمدت على المنهج المقارن، أما دراسات (بن الزاوي ناجية 2013) و دراسة (بوصفر دليلة 2011)، (عبد الله لبوز) اعتمدتا على المنهج الوصفي.

- من أجل معرفة العلاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الإرتباطي.

- من حيث الأدوات:

اعتمدت كل من دراسات (باخالد عزيزة 2015) و (بن الزاوي ناجية 2013) و(بوصفر دليلة 2011) ودراسة (رشيد خطارة 2011) على مقياس التوافق الدراسي ، في حين اعتمدت دراسة (عبد الله بلوز 2002) على الملاحظة و الإستمارة و المقابلة.

- والدراسة الحالية اعتمدت على مقياس التوافق الدراسي المعد من طرف الباحثان.

- من حيث النتائج:

- أوضحت نتائج الدراسات السابقة بأن هناك مستويات مختلفة لدرجة التوافق الدراسي لدى أفراد العينة ، فتارة تكون مرتفعة ، وهذا ما كشفت عنه دراسة (باخالد عزيزة 2015) و (رشيد خطارة 2011)، بينما توصلت دراسة (بن الزاوي ناجية 2013) إلى وجود علاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والتوافق الدراسي لدى الأبناء، وأسفرت نتائج دراسة (بوصفر دليلة 2011) إلى نفي العلاقة بين الإستقلال النفسي للوالدين والتوافق الدراسي لدى الطالب الجامعي المقيم، كما توصلت دراسة (عبد الله لبوز 2002) إلى ضعف شديد في العلاقة بين أساليب التنشئة نظرا لحساسية مرحلة المراهقة وعلاقة المدرسة مع الأسرة تتأثر بكل ما تشمله البيئة من عوامل مؤثرة.

الفصل الثاني:

الإطار النظري

للدراسة

أولاً : الفعالية الذاتية

- تمهيد

- 1- مفهوم الفعالية الذاتية
- 2- علاقة الفعالية الذاتية ببعض المفاهيم
- 3- نظرية الفعالية الذاتية ل Bandura
- 4- مصادر الفعالية الذاتية
- 5- أنواع الفعالية الذاتية
- 6- خصائص الفعالية الذاتية
- 7- مكونات الفعالية الذاتية
- 8- مستويات الفعالية الذاتية
- 9- توقعات الفعالية الذاتية
- 10- العوامل المؤثرة في الفعالية الذاتية
- 11- تأثير فعالية الذات في السلوك الإنساني

- خلاصة

تمهيد:

أن موضوع فعالية الذات لم يحظى بنصيب وفير من البحث في علم النفس من خلال الدراسات العربية، على عكس ما اكتسبه و شارقت عليه الدراسات على الصعيد العالمي، بوصفه مؤشر هام في تحديد الطاقة الإنسانية.

وهذا ما أكده باندورا على أن الفعالية الذاتية تعد من المفاهيم التي تمثل مركزا رئيسيا في تحديد الطاقة الإنسانية و تفسيرها و أنها تتضمن سلوك المبادرة و المثابرة لدى الفرد وتعتمد على أفكار الفرد وتوقعاته المتعلقة بمهارته، ومدى كفايتها للتعامل بنجاح مع تحديات البيئة والظروف المحيطة التي تؤثر في الحدث من خلال عمليات دافعية معرفية وجدانية.

ووفق نظرية باندورا نجد أن السلوك الإنساني يعتمد إلى حد كبير، على أحكام الفرد ومعتقداته عن كفاءته وقدراته و فعاليته، وطبيعة المهارات السلوكية التي يمتلكها وطريقة التعامل مع أحداث الحياة. ويرى باندورا أن الأفراد الذين يتمتعون بفعالية ذاتية عالية يعتقدون أنهم قادرون على إحداث تغيير في البيئة، على العكس من الأفراد الذين يتصفون بفعالية ذاتية منخفضة، فإنهم ينظرون إلى أنفسهم بأنهم عاجزون عن القيام بأداء ناجح.

1/ مفهوم الفعالية الذاتية:

يعد مفهوم فعالية الذات **self efficacy** من أهم مفاهيم علم النفس الحديث، وهي من المفاهيم التي أصبحت شائعة في الكتابات النفسية، وترجع أهميتها إلى الدور الحيوي الذي تؤديه في دفع السلوك وتوجيهه واستمراره، فهي معيار النجاح في مختلف جوانب الحياة، حيث تتضمن اعتقاد الفرد بشأن المهارات التي يمتلكها وتؤثر في قراراته وسلوكياته في شتى المجالات.

يرى **باندورا (1997)**: "إن تصورات الأفراد لفعاليتهم الذاتية هي أكثر التصورات تأثيراً في حياتهم اليومية وأكثر تأثيراً في اختيارهم فيكونوا إما سلبيين أو إيجابيين في تقييمهم لذاتهم ولذا يصبح الأفراد إما ناجحين إذا امتلكوا فعالية ذات مرتفعة أو مكتئبين إذا امتلكوا فعالية ذات منخفضة".
(رفقة خليف سليم، 2008)

وعرف **العدل** فعالية الذات بأنها: "ثقة الفرد الكامنة في قدراته، خلال المواقف الجديدة، أو المواقف ذات المطالبة الكثيرة وغير المألوفة، أو هي اعتقادات الفرد في قواه الشخصية، مع التركيز على الكفاءة في تفسير السلوك دون المصادر أو الأسباب الأخرى للنفاؤل".

(العدل، 2011)

وعرفها **الدردير** بأنها: "الميكانيزم الذي من خلاله يتكامل الأشخاص ويطبقون مهاراتهم المعرفية والسلوكية والاجتماعية الموجودة على أداء مهمة معينة، ويعبر عنها بأنها صفة شخصية في القدرة على أداء المهام بنجاح في مستوى معين". (الدردير، 2004: 131)

وفي حين عرف **جيليهان** فعالية الذات بأنها: "اعتقادات الفرد في قدرته لإنتاج مهمة معينة".
(ولاء سهيل يوسف، 2016: 27)

عرفها **النشاوي** بأنها: "ميكانيزم لشرح سلوك الفرد، وتعرف بإدراك الشخص لقدرته على أداء السوك"
(النشاوي، 2006: 477)

فعالية الذات كما يعتبرها كل من **Saks و Bandura**: "عبارة عن سياق من التقييم الذاتي حول الكفاءات الشخصية في ظرف أي ما يمكن أن يفعله الفرد بالإمكانات التي يمتلكها، وليس الحكم على القدرات بحد ذاتها".
(دودوصونيا، 2017: 20)

كما لا يقتصر تأثير الفعالية الذاتية على الثقة بالنفس وقدرتها على الفعل ومواجهة الأزمات والتعامل مع التحديات وحل المشكلات، أي تعزيز عوامل الجدارة الذاتية، وإنما تثبتت من الدراسات العلمية أن لها تأثير مباشر على الصحة النفسية ومن الحال الذاتي.

(مصطفى حجازي، 2012: 20)

تعرف الفعالية الذاتية بأنها: " ليست مجرد مشاعر عامة ولكنها تقوم من جانب الفرد عما يستطيع القيام به ومدى مثابرته، ومقدار الجهد الذي يبذله ومدى مرونته مع المواقف الصعبة والمعقدة ومقدار مقاومته للفشل". (رامي محمود اليوسف، 2013)

الفعالية الذاتية أنها: "الإعتقاد بتفاؤل في قدرات الفرد لممارسته المهمة الصعبة والقدرة على مواجهة الأحداث السلبية غير المرغوبة". (دودو صونيا، 2017: 22)

تعد فعالية الذات منبئا قويا وفعالا بالدافعية والسلوك عبر العديد من المجالات الوظيفية فعندما يعتقد الأشخاص أنهم يستطيعون تحقيق النتائج المرغوبة نتيجة أفعالهم، فإنهم يصبحون أكثر دافعية ومثابرة ببذل أقصى ما في وسعهم وإمكاناتهم عندما يواجهون العقبات والمواقف الصعبة. (إبراهيم بن عبد الله، 2013)

تعرف الفعالية الذاتية بأنها: "اعتقاد الفرد و أيمانه بأن لديه الإمكانيات لتنظيم وتنفيذ إجراءات العمل المطلوبة لتحقيق إنتاج إنجازات معينة". (سعاد علاء الدين، 2013)

يرى باندورا أنها: "اعتقاد راسخ في قدرة أفضل على تنظيم وإدارة الإمكانيات الخاصة والمواهب الشخصية والفرص الموقفية وتثبيت شعورهم بالرضا عن عملهم وإنجازهم لممارستهم العملية والتي تهدف لتعزيز الرفاه والعاقبة النفسية".

(دودو صونيا، 2017: 21)

تعد الفعالية الذاتية من أهم ميكانيزمات القوى الشخصية لدى الأفراد، حيث تمثل مركزا هاما في دافعية الأفراد للقيام بأي عمل أو نشاط إذ تساعد الفرد على مواجهته الضغوط التي تعترضه في مراحل حياته المختلفة. (جولتان حجازي، 2013)

وقد وصف أحمد الزغبى فعالية الذات على أنها: "حالة دافعية يتم من خلالها قياس التقدير الذاتي للفرد، على تنفيذ أعمال معينة لتحقيق بعض أهدافه ولا تعنى فعالية الذات بما يمتلك الفرد ،بل تعني إعتقاداتهم حول ما يمكنه القيام به، وتمثل المحور المعرفي للعمليات".

(أحمد الزغبى، 2014: 475)

الفعالية الذاتية: "هي التوقعات المرتبطة بالأداء التي تسهم في تفسير أسباب إختلاف الناس في كثير من المواقف وردود الأفعال، ومن ثم التفكير والأفعال، وتقبل النقد أو رفضه ومن ثم التعصب لفكرة أو مبدأ، أو رأي والجمود عليه". (دخيل بن محمد البهدل، 2014)

تعريف هالينان و دناهر (Hallinan and Danaher (1994): تعريفهما للفعالية الذاتية بأنها: "ثقة الأفراد على الأداء في المواقف المختلفة، ويكون الفرد أكثر معرفة بنفسه إذا كانت لديه القدرة على تحقيق الهدف". (أصلان المساعيد، 2011)

بينما عرفها الزيات أنها: "إعتقاد الفرد لمستوى فعالية إمكاناته أو قدراته الذاتية، وما ينطوي عليه من مقومات عقلية معرفية، إنفعالية وحسية فيسيولوجية عصبية، لمعالجة المواقف والمهام أو المشكلات، أو الأهداف الأكاديمية والتأثير في الأحداث لتحقيق إنجاز في ظل المحددات البيئية القائمة".
(سالي طالب علوان، 2012)

عرفها مايور وآخرون (1996): "قناعة الفرد بمدى وجود القدرة على أداء سلوكيات معينة".
(محمود كاظم محمود، 2009)

تعريف باندورا (1997): "إعتقادات الفرد حول قدرته على تنظيم المخططات العملية المطلوبة، وتنفيذها لإنجاز الأهداف المرغوبة".
(هدى الخلايلة، 2011)

وقد عرفها باندورا (1977): "بأنها أحكام الفرد أو توقعاته عن أدائه للسلوك في مواقف تتسم بالغموض، وتنعكس تلك التوقعات على إختيار الأنشطة المتضمنة في الأداء والجهد المبذول، ومواجهة الصعوبات وإنجاز السلوك".
(عطاف محمود، 2012)

وقد أشار زيمرمان (1990) إلى أن مرتفعي الفعالية الذاتية يظهرون تقييما ذاتيا عاليا للأداء وخاصة حل المشكلات الصعبة".
(المخلافي، 2010: 487)

ويعرفها باندورا: "بأنها مجموعة الأحكام الصادرة عن الأفراد، والتي تعبر عن معتقداته حول قدرته على القيام بسلوكيات معينة ومرورته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة، وتحدي الصعاب ومدى مثابرتة لإنجاز المهام المكلف بها". (محمد أبو هاشم، 2005: 13)

وحسب رأي باندورا صاحب نظرية فعالية الذات فإن ذوي فعالية الذات يعتقدون بأنهم قادرون على ممارسة السيطرة على البيئة المحيطة، بينما الذين يفتقرون إلى فعالية عالية للذات يتصفون بالعجز والتشاؤم وعدم الثقة، أي عجز فعالية الذات فيما يخص قدراتهم على ممارسة السيطرة والتحكم في بيئتهم.
(مفتاح محمد، 2010: 161)

من خلال التعاريف السابقة يتضح لنا أن فعالية الذات محدد مهم من محددات السلوك الإنساني يعمل على بناء الذات ويعتمد بشكل أساسي على ما يعتقد الفرد عن فعاليته وتوقعاته عن مهاراته السلوكية المطلوبة للتفاعل الكفاء و الفعال أمام الأحداث التي تواجهه في زحمة الحياة.

12 علاقة الفعالية الذاتية ببعض المفاهيم :

(أ) فعالية الذات ومفهوم الذات:

يتداخل مفهوم فعالية الذات مع كثير من المفاهيم، ولا شك أن الرابط الأساسي عن هذا التداخل هو "الذات" وفيما يلي توضيحات موجزة عن هاته المفاهيم:

مفهوم الذات:

مفهوم فعالية الذات يختلف عن مفهوم الذات الذي يعرف على أنه: "فكرة الشخص عن ذاته، أو الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه في ضوء أهدافه وإمكانياته وإنجازاته نحو هذه الصورة ومدى إستثماره لها، هي علاقته بنفسه، أو بالواقع". (موسى جبريل، 2009: 46)

ويرى كل من نصر محمد و محمد عبد الله (2006) أن مصطلح فعالية الذات يختلف عن مصطلح مفهوم الذات، فبينما يتحدد مفهوم الذات للسؤال عن الكينونة (من أنا؟)، فإن فعالية الذات تتحدد بالسؤال عن الإستطاعة (هل أستطيع أن أؤدي هذا العمل بكفاءة وإقتدار؟).

(نصر محمد، 2006)

ويعتبر **Williame James** (1908) من الأوائل الذين إهتموا بعلم "الذات"، وقد إعتبر الذات ظاهرة شعورية، ويرى أنها: المجموع الكلي لكل ما يستطيع الفرد أن يعتبره له.

(دويدار، 1999: 31)

تعريف روجرز: "هو المجال التصوري الثابت والمنظم والمتألف من المدركات الخاصة بالفرد وعلاقتها بالآخرين ومظاهر الحياة المختلفة المرتبطة بهذه المدركات".

(مجيد، 2015: 305)

تعريف الذات: "هي نظام مركب من المعتقدات التي يكونها الأفراد عن أنفسهم نتيجة تفاعلهم مع الآخرين ونموهم".

(جروان، 2015: 414)

وتعرف بأنها المفهوم الذي يكونه الفرد عن نفسه بإعتباره مصدر التأثير والتأثر في البيئة المحيطة.

(محمد عماد الدين، 2010: 626)

تعرف نظرية التعلم الإجتماعي مفهوم الذات الموجبة بأنها ميل لدى الفرد للحكم على ذاته بصورة طيبة، ومفهوم الذات السالبة بأنها ميل الفرد لنقد ذاته والتقليل من شأنها وقيمتها إلا أن باندورا يختلف مع روجرز في أنه يرى أن صورة الذات وحدها غير كافية لتفسير السلوكيات المختلفة للأفراد في المواقف المختلفة وقد توصل باندورا إلى مفهوم الذات لدى الفرد تختلف درجته من مجال لأخر منها المجال الدراسي، الرياضي، الاجتماعي، ومن ثم لا بد من دراستها بصورة منفصلة كل على حدى.

و فيما سبق نستنتج أن فعالية الذات ليست بعينة مفهوم الذات الذي حدده روجرز والذي يخط الناس بينهما كثيرا.

وأوضح باتدورا الفرق بين فعالية الذات لديه ولدى النظريات الأخرى بأنه كثيراً ما يتم تحليل التقدير الذاتي بلغة المفهوم الذاتي في حين أن مفهوم الذات هي فكرة مكونة من ذات واحدة كبرى.

(الحياتي، 2002: 23)

(ب) فعالية الذات وتقدير الذات:

يعرف روزنبرج (1978): "تقدير الذات على أنه إتجاهات الفرد الشاملة سالبة كانت أو موجبة نحو نفسه وهذا يعني أن تقدير الذات المرتفع معناه أن الفرد يعتبر نفسه ذا قيمة وأهمية، بينما تقدير الذات المنخفض يعني عدم رضى الفرد عن نفسه أو رفضه لذاته".

ويشير صابر عبد القادر (2003) إلى أن تقدير الذات يدور حول حكم الفرد على قيمته بينما مفهوم فعالية الذات يدور حول إعتقاد الفرد عن قدرته على إنجاز الفعل في المستقبل أن تقدير الذات يعنى بالجوانب الوجدانية والمعرفية معاً، وأما فعالية الذات هي غالباً معرفية، أن مفهوم تقدير الذات وفعالية الذات بعدان هاما لمفهوم الذات لأنهما يسهمان في صياغة مفهوم الفرد عن نفسه (مفهوم الذات).

(صابر عبد القادر، 2003: 03)

تعريف كوبرسميث: "أنه مجموعة من الإتجاهات التقييمية نحو الذات أو أنه حكم شخص على القيمة التي تعبر عن الإتجاه الذي يحمله الفرد نحو نفسه".

(مصطفى، 2008: 135)

تقدير الذات هو: حاجة الفرد الداخلية للحصول على إحترام الآخرين له وإنشاء سمعة إيجابية والشعور بالتقدير من قبل الآخرين.

(البيتاوي، 2013: 48)

في حين نجد **Bandura** يميز بين المصطلحين بكون مفهوم تقدير الذات يتضمن الحكم على قيمة الذات، بينما يتضمن مفهوم فعالية الذات حول القدرة وليس قيمة الذات.

(دودو صونيا، 2017: 24)

كما يؤثر كل منهما في الآخر فالأفراد الذين يدركون أنفسهم على أنهم ذو قيمة مؤثرين وناجحين بمعنى تقدير الذات مرتفع بشكل عام سوف يتنبأ لهم بإحتمالات النجاح في المهام حيث أن هذه الإحتمالات تكون مرتفعة وبالتالي فعالية ذات مرتفعة عن أولئك الذين يرون أنفسهم أقل كفاءة وتأثير ونجاحاً وقيمة وبالتالي تقدير ذات منخفض.

مما سبق مفهوم تقدير الذات يتضمن الحكم على قيمة الذات، ويتميز بالشمولية والثبات النسبي بينما يتضمن مفهوم فعالية الذات الحكم على القدرة، ويتميز بالخصوصية والتغيير.

ج) مفهوم فعالية الذات ومفهوم إدراك التحكم في السلوك:

يعرف كل من **Ajzon** و **Modden 1986** مفهوم إدراك التحكم في السلوك على أنه تقدير الفرد، لمدى السهولة أو الصعوبة التي ستصادفه لإنجاز سلوك ما.

وعندما نميز بين هذا المصطلح ومصطلح فعالية الذات نجد أن فعالية الذات هي إعتقاد الفرد بأنه قادر على إنجاز السلوك. بينما يتضح لنا أن كلا المصطلحان يتضمنان التحكم.

فالتحكم يكون في شكلين: تحكم داخلي وتحكم خارجي، فالتحكم الداخلي يركز على عوامل نابعة من الداخل كالدافعية مثلاً. في حين يركز التحكم الخارجي على عوامل خارجة عن نطاق الفرد كإرغامات المنصب، وقد بين **Terry** وزملاؤه أن فعالية الذات تستعمل للإشارة إلى عوامل التحكم الداخلي، في حين أن إدراك التحكم في السلوك يستعمل للإشارة إلى عوامل التحكم الخارجي.

مما سبق فعالية الذات مفهوم مركب تحكمه عدة عوامل ومتغيرات، وأن لها إفادة في شتى الميادين منها الإجتماعية والتربوية والمهنية. (دودو صونيا، 2017:25)

3/ نظرية الفعالية الذاتية لـ Bandura:

يشير باندورا (**Bandura, 1986**) في كتابه (أسس التفكير والأداء): النظرية المعرفية (الإجتماعية)، بأن نظرية فعالية الذات **Social Cognitive Theory** اشتقت من النظرية لمعرفة الإجتماعية التي وضع أسسها، التي أكد فيها بأن الأداء الإنساني يمكن أن يفسر من خلال المقابلة بين السلوك. ومختلف العوامل المعرفية، والشخصية، والبيئية وفيما يلي الإفتراضات النظرية والمحددات المنهجية التي تقوم عليها النظرية المعرفية الإجتماعية:

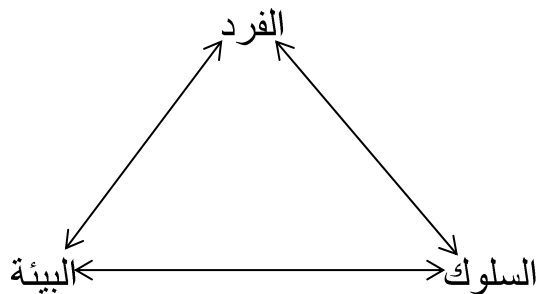
1. يمتلك الأفراد القدرة على عمل الرموز والتي تسمح بإنشاء نماذج داخلية للتحقق من فعالية التجارب قبل القيام بها، وتطوير مجموعة مبتكرة من الأفعال والإختبار الفرضي لهذه المجموعة من الأفعال من خلال التنبؤ بالنتائج والإتصال بين الأفكار المعقدة و تجارب الآخرين.
2. إن معظم أنواع السلوك ذات هدف معين، كما أنها موجهة عن طريق القدرة على عمل الرموز.
3. يمتلك الأفراد القدرة على التأمل الذاتي، والقدرة على تحليل وتقييم الأفكار والخبرات الذاتية، وهذه القدرات تتيح التحكم الذاتي في كل من الأفكار والسلوك.
4. يمتلك الأفراد القدرة على التنظيم الذاتي، عن طريق التأثير على التحكم المباشر في سلوكهم، ويقومون بتقييم سلوكهم بناء على هذه المعايير، وبالتالي يمكنهم بناء حافز ذاتي يدفع ويرشد السلوك.

5. يتعلم الأفراد عن طريق ملاحظة سلوك الآخرين ونتائجها، والتعلم عن طريق الملاحظة يقلل بشكل كبير من الاعتماد على التعلم عن طريق المحاولة والخطأ، ويسمح بالإكتساب السريع للمهارات المعقدة، والتي ليس من الممكن إكتسابها فقط عن طريق الممارسة.

6. إن كل من القدرات السابقة (القدرة على عمل الرموز، التفكير المستقبلي، والتأمل الذاتي، والتنظيم الذاتي، والتعلم بالملاحظة) هي نتيجة تطور الميكانيزمات والأبنية النفسية العصبية المعقدة، حيث تتفاعل كل من القوى النفسية والتجريبية لتحديد السلوك ولتزويده بالمرونة اللازمة.

7. تتفاعل كل من الأحداث البيئية والعوامل الذاتية الداخلية (معرفية، وإنفعالية، وبيولوجية) والسلوك بطريقة متبادلة. فالأفراد يستجيبون معرفياً وإنفعالياً وسلوكياً إلى الأحداث البيئية، ومن خلال القدرات المعرفية يمارسون التحكم على سلوكهم الذاتي، والذي بدوره يؤثر ليس فقط على البيئة، وفي الحالات المعرفية والإنفعالية والبيولوجية، ويعد مبدأ الحتمية المتبادل من أهم إفتراضات النظرية المعرفية الإجتماعية. (الجاشر، 2007: 29-30)

وبالرغم من أن هذه المؤثرات ذات تفاعل تبادلي إلا أنها ليست بالضرورة تحدث في الوقت متزامن، أو أنها ذات قوة متكافئة وتهتم نظرية الفعالية الذاتية بشكل رئيسي بدور العوامل المعرفية الإجتماعية، ذلك فيما يتعلق بتأثير المعرفة على الإنفعال والسلوك وتأثير كل من السلوك والإنفعال والأحداث البيئية في المعرفة، وتؤكد نظرية الفعالية الذاتية إلى معتقدات الفرد في قدرته على ممارسة التحكم في الأحداث التي تؤثر في حياته، ففعالية الذات لا تهتم فقط بالمهارات التي يمتلكها الفرد وإنما كذلك بما يستطيع الفرد عمله بالمهارات التي يمتلكها، ويرى باندورا أن الأفراد يقوموا بمعالجة و تقدير و دمج مصادر المعلومات المتنوعة المتعلقة بقدراتهم، وتنظيم سلوكهم الإختياري، وتحديد الجهد المبذول اللازم لهذه القدرات، وبالتالي تمتلك التوقعات المتعلقة بالفعالية الذاتية القدرات الخلاقة، والإختيار المحدد للأهداف، والأحداث ذات الأهداف الموجهة، والجهد المبذول لتحقيق الأهداف، والإصدار على مواجهة الصعوبات، والخبرات الإنفعالية.



الشكل رقم (01): يمثل مبدأ الحتمية المتبادلة.

طبقا لهذا النموذج فإن المتعلم يحتاج إلى عدد من العوامل المتفاعلة (شخصية، وسلوكية، وبيئية)، وتطلق العوامل الشخصية على معتقدات الفرد حول قدراته وإتجاهاته.

(الجاسر، 2007: 30)

ويشير باندورا إلى عدم وجود أفضلية لأي من العوامل الثلاث المكونة لنموذج الحتمية المتبادلة في إعطاء الناتج النهائي للسلوك، وأن كل عامل من هذه العوامل يحتوي على متغيرات معرفية، من بين هذه المتغيرات التي تحدث قبل قيام الفرد بالسلوك ما يسمى (بالتوقعات أو الأحكام) سواء كانت هذه التوقعات أو الأحكام خاصة بإجراء سلوك ما أو الناتج النهائي له، وهو ما سماه "باندورا" بفعالية الذات وتعني أحكام الفرد أو توقعاته عن أدائه للسلوك في موقف يتسم بالغموض وتنعكس هذه التوقعات على إختيار الفرد الأنشطة المتضمنة في الأداء والمجهود المبذول ومواجهة المصاعب وإنجاز السلوك، وإن الأفراد يقومون بمعالجة وتقدير ودمج مصادر المعلومات المتنوعة المتعلقة بقدراتهم، وتنظيم سلوكهم الإختياري وتحديد الجهد المبذول اللازم لهذه القدرات، وبالتالي تمتلك التوقعات المتعلقة بالفعالية الذاتية والقدرات الخلاقة، والإختيار المحدد للأهداف والأحداث ذات الأهداف الموجهة، والجهد المبذول لتحقيق الأهداف، والإصرار في مواجهة الصعوبات والخبرات والإنفعالية.

(ولاء سهيل يوسف، 2016: 29-30)

وبناء على هذه النظرية حدد باندورا ثلاث أبعاد للفعالية الذاتية.

أبعاد الفعالية الذاتية:

لقد حدد باندورا ثلاثة أبعاد لفعالية الذات وهي: قدر الفعالية، العمومية، القوة أو الشدة. تتغير فعالية الذات تبعا لهذه الأبعاد.

1) قدر الفعالية: وهو يختلف تبعا لطبيعة أو صعوبة الموقف ويتضح قدر الفعالية بصورة أكبر عندما تكون المهام مرتبطة وفقا لمستوى الصعوبة والإختلاف بين الأفراد في توقعات الفعالية، ويمكن تحديده بالمهام البسيطة المتشابهة ومتوسطة الصعوبة ولكنها تتطلب أداء شاق في معظمها. (محمد أبوهاشم، 2005: 38)

ويؤكد باندورا في هذا الصدد ان طبيعة التحديات التي تواجه الفعالية الشخصية يمكن الحكم عليها بمختلف الوسائل مثل: مستوى الإقتان وبذل الجهد والدقة والإنتاجية والتهديد والتنظيم الذاتي المطلوب، فمن خلال التنظيم الذاتي فإن القضية لم تعد أن الفرد يمكن أن ينجز عملا معينا عن طريق الصدفة، ولكن القضية هي ان فردا ما لديه فعالية لينجز بنفسه وبطريقة منظمة من خلال مواجهة حالات العدول من خلال الأداء. (رزقي رشيد، 2011: 33)

ويتبين من خلال ما تقدم أن قدر الفعالية لدى الأفراد يتباين بتباين عوامل عديدة، ومن المهم هنا أن تعكس إعتقادات الفرد لذاته قدر من الفعالية حتى يتمكن من أداء المهام التي توكل إليه أو يكلف بها دائما وليس أحيانا.

(2) العمومية: وهي إنتقال توقعات الفعالية إلى مواقف متشابهة فالأفراد غالبا ما يعممون إحساسهم بالفعالية في المواقف المتشابهة للمواقف التي يتعرض لها، أي يقصد بها مدى شيوع الكفاية وإنتشارها عبر المواقف والمشكلات المتباينة.

(حمانة وشرادقة، 2009: 188)

وفي هذا الصدد يذكر باندورا (1986): أن العمومية تحدد من خلال مجالات الأنشطة المتسعة في مقابل المجالات المحددة، وأنها تختلف باختلاف عدد من الأبعاد مثل: درجة تشابه الأنشطة والطرق التي تعبر بها الإمكانيات أو القدرات السلوكية والمعرفية والوجدانية ومن خلال التفسيرات الوصفية للمواقف وخصائص الشخص المتعلقة بالسلوك الموجه.

(رزقي رشيد، 2011: 34)

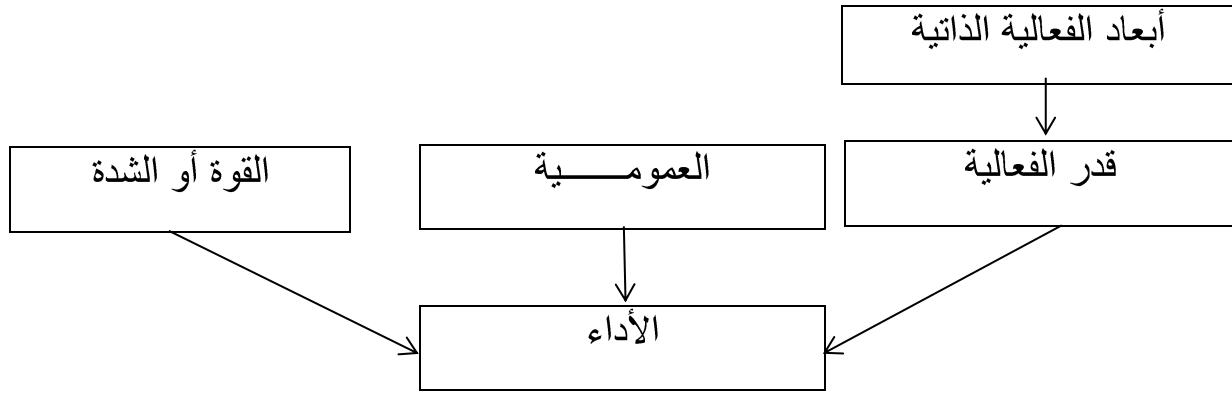
(3) القوة أو الشدة: يشير هذا البعد إلى قوة أو شدة أو عمق الإحساس بالفعالية الذاتية بمعنى قدرة أو شدة أو عمق إعتقاد أو إدراك الفرد أن بإمكانه أداء المهام أو الأنشطة موضوع القياس يتدرج بعد القوة أو الشدة ما بين قوي جدا إلى ضعيف جدا وأشار إلى أن القوة تتخذ في ضوء خبرة الفرد و مدى ملاءمتها للموقف، أن الفرد الذي يمتلك توقعات مرتفعة.

يمكنه المثابرة في العمل وبذل جهد أكثر في مواجهة الخبرات ويؤكد على أن قوة توقعات فعالية الذات تتحدد في ضوء خبرة الفرد ومدى ملاءمتها للموقف. (المصري، 2010: 50)

ويبين باندورا أن القوة الشعور بالفعالية الشخصية تعبر عن المثابرة العالية والقدرة المرتفعة التي تمكن في إختيار الأنشطة التي سوف تؤدي بنجاح، كما يذكر أيضا انه في حالة تنظيم الذاتي للفعالية فإن الناس سوف يحكمون على ثقتهم في انهم يمكنهم أداء النشاط بشكل منظم خلال فترات زمنية محددة.

(العتيبي، 2008: 28)

فيما يلي الشكل الموالي يبين أبعاد فعالية الذات وعلاقتها بالأداء لدى الأفراد.



الشكل رقم(02)- يمثل أبعاد فعالية الذات عند باندورا. (دودو صونيا، 2017: 26)

4/مصادر الفعالية الذاتية:

إن إحساس الفرد بالفعالية وإدراكها أو معرفتها لا يأتي من الفراغ بل يعتمد على تفاعل الفرد السليم مع البيئة المحيطة به والخبرات الإجتماعية التي يكتسبها في هذا المجال (Bandur 1981) ويرى باندورا أنه توجد أربعة مصادر أساسية للمعلومات حول الفعالية:

1) الإنجازات الأدائية:

ويعد هذا المصدر الأكثر تأثيرا في فعالية الذات، يمكن الإحساس به من خلال الأنشطة العادية للإنسان و ممارسته اليومية أهم مصدر للمعلومات حول الفعالية الذاتية، حيث تشكل محاولات الإنسان للأداء الجيد والإنجاز والتفوق الأساسي الذي سيبنى وينمي فعاليته الذاتية، وعليه فإن تكرار الأداء الناجح في نشاط معين ينمي إحساس الفرد بالفعالية الذاتية ويزيد من قدرته وثقته على ممارسة وأداء السلوك الملائم والمناسب، بينما إحباطه وإخفاقه في ممارسة السلوك يصاحبه الشعور باليأس والتشاؤم وإحساس بالعجز وإنعدام الثقة في الذات في مجال الصحة السلوكية يحصل الناس على معلومات ذات صلة بالفعالية من خلال نشاطهم اليومي، حيث أن الأفراد الذين تنقصهم القدرة على ممارسة نشاط معين يميلون إلى الشعور بالإحساس بالفعالية بعد مشاركتهم في ذلك النشاط بصفة منظمة ولبعض الوقت، والأشخاص الذين يحافظون مثلا على وزن عادي أو سليم لهم القدرة على إمتلاك شعرو أو إحساس قوي بالفعالية نظرا لقدرتهم على ممارسة السلوكيات والعادات الغذائية السليمة بصفة مستمرة، وبالتالي تعتبر الإنجازات الأدائية أهم مصدر للمعلومات ذات صلة

بالفعالية، لأنها تتبع من خبرات الفرد الحقيقية وممارسته الأدائية الناجحة، وهي بذلك تعتبر من أهم العوامل المؤثرة في فعالية الذات.

(مفتاح محمد، 2010: 162-163)

النمذجة (الخبرات البديلة):

حيث يميل الفرد إلى ملاحظة غيره من الناس لكي يتعلم أو يستفيد من خبراتهم وإنجازاتهم، لأن ملاحظة الآخرين وتقليدهم وخاصة النماذج الإيجابية منهم يعلمنا مهارات مفيدة وينقل إلينا الشعور والإحساس بالفعالية على أننا قادرون على تحقيق ممارسات مباشرة ناجحة مثلهم، وهكذا وحسب مصدر النمذجة، فإن الناس يعرفون قدراتهم من خلال مقارنتهم لغيرهم من الناس وإن نجاح الآخرين و خبراتهم الناجحة تعتبر كلها مصدر تنمية الفعالية الذاتية، فمثلا قد يشعر شخص ما بإحساس متزايد بفعالية الذات فيما يخص قدرته على مزاولة برنامج نشاط معين على مدى شهور إذا رأى صديقا له يتمتع بإمكانيات مماثلة بأنه قد نجح في ذلك، وفي نفس الوقت فشل الآخرين في الأداء قد يقلل من فعالية الذات بدرجة كبيرة.

(مفتاح محمد، 2010: 163)

الإقناع الإجتماعي(اللفظي):

يعد الإقناع الإجتماعي مصدا ذات تأثير هام يعمل على تنمية الفعالية الذاتية، حيث يعتمد الناس في هذا الصدد على أفكار وأراء الآخرين، وإنطباعاتهم بصفة كبيرة في محاولة إقناعهم بشأن قدرتهم على تحقيق إنجازات هام في أنماط حياتهم.

وهنا يتبين أن مصدر الإقناع الإجتماعي مصدر ذو تأثير ومتغير أساسي وفاعل في تفاعل في تفاعل الفرد وتوافقته في الحياة.

(مفتاح محمد، 2010: 163-164)

(2) الحالة الفيزيولوجية(الإستثارة الإنفعالية):

يمكن من خلال الحالة الفيزيولوجية أن يتمكن الناس إلى حد كبير من تحديد ومعرفة مدى ثقتهم وقدرتهم على ممارسة سلوكيات صحية معينة على مؤشرات فيزيولوجية داخلية، فعدم وجود أعراض جانبية بعد تخيله عن عادة يعتبر مؤشرا لقدرته وإرادته عن التخلي عن تلك العادة، بينما وجود حالة التوتر والقلق والإستثارة الإنفعالية يعكس إخفاقه أو فشله في مواجهة هذا التغيير وينتج بالفرد إلى سوء التوافق. عكس ذلك نجد أن الأفراد الذين لا تظهر عليهم علامات الإستثارة الفيزيولوجية عند تعاملهم أو مواجهتهم مع موقف معين لهم إحساس متزايد بالفعالية على مواجهة ذلك التحدي

بنجاح، وبالتالي هم أكثر احتمالاً من غيرهم على تحقيق النجاح في ممارستهم المختلفة في أساليب الحياة. (مفتاح محمد، 2010: 164)

15 أنواع الفعالية الذاتية:

كما أن للفعالية الذاتية أنواع متعددة وسوف نوجز ذكر البعض منها على النحو التالي:

أ) الفعالية الذاتية العامة مقابل الخاصة:

- وتعني الإدراك العام لقدرات الفرد العامة المثبتة لكفاءته في المواقف العامة في حياته بشكل عام، ولها مقاييسها التي تعني بتقديرها أما الفعالية الذاتية الخاصة فتعني بإدراك الكفاءة المتعلقة بمواقف خاصة أو قضايا خاصة.

ب) الفعالية الذاتية الفردية مقابل الجمعية:

- تتعلق الفعالية الذاتية الفردية بالفرد ذاته بعينه، وبالشخص المفرد وتتشابه مع مفهوم الفعالية الذاتية الشخصية وتختلف عن نظيرتها الجمعية تلك التي تتعلق بفعالية الجماعة الذاتية مثل الفعالية الذاتية لجماعة الأسرة، أو جماعة العمل، أو جماعة النشاط، أو الجماعة العلاجية، وهي تعبر عن مدى نجاح الجماعة في إتخاذ القرار، وحل المشكلات، وتخطي الأزمات، وإحراز التقدم والنجاح.

ج) الفعالية الذاتية بين الشخصية:

- وهي تتصل بالمجال الاجتماعي للفرد وعلاقاته مع ذاته ومع الآخرين ومدى كفاءة تواصله وتواصله وتفاعله.

د) الفعالية الذاتية المهنية:

- تتعلق الذات المهنية بالكفاءة المهنية والطموح المهني، وجودة الأداء المهني، وإدراك أهمية الفرد في مجال مهنته والرضا الوظيفي، والتوافق على المستوى المهني والنفسي.

هـ) الفعالية الذاتية للمواجهة:

للتماسك الطبي: وهي التي تتعلق بقدرات تحمل المرض، وقدرة تناول الأدوية والاستجابة لا ومدى القدرة على إظهار التماسك الطبي.

وبما أن المواجهة والتأقلم موضوعات شبيهة بالتدبر فهناك أيضاً ما يسمى: **(بالفعالية الذاتية التدريبية)** وتفيد مدى إدراك الفرد لقدراته وكفاءته في تدبر أموره، وتخص أيضاً الأفراد في موقع المسؤولية والإدارة.

و)الفعالية الذاتية المجتمعية:

- هي شق آخر من الفعالية الذاتية الإجتماعية، والتي تضم الفعالية الذاتية بين الشخصية والمجتمعية، والأسرية والوالدية...وتعبر الفعالية المجتمعية عن إدراك الإتجاه الإيجابي للفرد نحو المجتمع، ومدى الإحساس به، والرضا عنه، والشعور بالمسؤولية إتجاهه، ومدى إيجابية الفرد في المجتمع، ومدى تأثير دوره فيه.

ي)الفعالية الذاتية القبلية مقابل البعدية:

- حيث تعرف الفعالية الذاتية القبلية بمدى إدراك الفرد لكفاءته في إنجاز مهمة سوف يقوم بها، والفعالية الذاتية البعدية هي المحصلات الإيجابية لعائد الخبرات الناتجة عن مواقف وتجارب تم إنجازها وهي مشاعر الفرد عن كفاءته الشخصية بعد إتمام المهمة والذي سوف يؤثر فيه للدخول في مهمة أخرى قادمة.

(دودو صونيا،2017: 35-36)

6/خصائص الفعالية الذاتية:

- يذكر باندورا(1997) أن هناك خصائص عامة يتميز بها ذوي فعالية الذات المرتفعة والمنخفضة، فحسب نظرية باندورا فإن فعالية الذات تركز على كيف يفكر الأشخاص وكيف يشعرون؟ وماهي سلوكياتهم؟ فالشعور المنخفض بالفعالية الذاتية يرتبط بالإكتئاب والعجز والقلق وبالتشاؤم حول الأدوات والتطور الشخصي، والتقدير منخفض للذات.

وعليه فـ:

- **خصائص فعالية الذات المرتفعة:** (الذين لديهم إيمان قوي في قدراتهم) وهي:

1. يتميزون بمستوى عال من الثقة بالنفس.
2. لديهم قدر عالي من تحمل المسؤولية.
3. يستعيدون سريعا شعورهم بفعالية الذات في حالات الفشل.
4. يواجهون المواقف المهذرة بفعالية تضمن لهم التحكم في أنفسهم وإنفعالاتهم.
5. يتمتعون بمثابرة عالية في مواجهة العقبات التي تقابلهم.
6. إمتلاك فعالية الذات تزيد من إنجازاتهم وأداءهم الشخصية كما تقلل من حالات القلق والضغط والتعرض للإكتئاب.
7. يتصفون بالتفاؤل.
8. لديهم قدرة على التخطيط للمستقبل.
9. يركزون على الأهداف بطموح.

- بينما سمات ذوي فالية الذات المنخفضة (الذين يشكون في قدراتهم) هي:

1. يركزون على النتائج الفاشلة.
2. أفكار متشائمة ونجدهم يشككون في قدراتهم أمام المهام الصعبة.
3. طموح ضعيف وعدم الإلتزام.
4. يستسلمون بسرعة.
5. يركزون على الصعوبات وعلى الموانع التي سيواجهونها أكثر من تركيزهم على النجاح، مما يجعلهم ينسحبون من مواجهة هذه الصعاب.
6. عرضة لحالات الإكتئاب والضغط والقلق. (ولاء سهيل، 2016: 38-39)

7/مكونات الفعالية الذاتية:

- (أ) **المكون المعرفي:** والذي يعني حجم المعلومات التي يحلها الفرد عن موضوع الفعالية فضلا عن الوعي الذاتي بذلك الموضوع ومعتقداته.
- (ب) **المكون المهاري:** والذي يعني حجم المهارات التي يمتلكها الفرد للتصرف في المواقف المثيرة.
- (ج) **المكون الوجداني:** والذي يعني الإتجاه نحو الموضوع ومدى إيجابيته، فضلا عن عملية تقبل الموضوع ومتعلقاته علاوة على تقبل الذات، وتقبل الآخر.

8/مستويات الفعالية الذاتية:

- (أ) **المستوى الكلي:** ويقصد به نشاط الفعالية الذاتية بشكل عام أو عموما أو المواقف العامة.
- (ب) **المستوى الجزئي أو المجال:** ويقصد به نشاط الفعالية الذاتية في مجال معين دون مجال آخر كأن يكون الفرد فعالا في مجال أكاديمي دون فعاليته في مجال إجتماعي.
- (ج) **المستوى الخاص أو المتعلق بمهمة خاصة:** ويقصد به نشاط الفاعلية الذاتية في أداء مهمة معينة محددة خاصة دون ظهور ذلك النشاط في أية مهمة أخرى. (دودو صونيا، 2017: 35)

9/توقعات الفعالية الذاتية:

- حيث أشار باندورا إلى نوعين من التوقعات يرتبطان بنظرية فعالية الذات ولكل منهما تأثيراته على السلوك وهما:
- التوقعات الخاصة بفعالية الذات.
- التوقعات المتعلقة بالنتائج.

كما يشير باندورا إلى أن توقعات الفعالية: هي الحكم على قدرة الفرد على الإقناع بأن الفرد سيؤدي سلوكا مطلوباً منه بنجاح لتحقيق نتيجة معينة. (ولاء سهيل، 2016: 35)

وفي هذا المجال يرى (Kampen): أن توقعات فعالية الذات تقوم فرضيات الفرد حول إمكانات تحقيق خيارات سلوكية معينة، ويتضمن تقدير الفرد لحجم القدرات الذاتية التي تمكنه من القيام بسلوك معين وبشكل ناجح. (أصلان المساعيد، 2011)

بينما توقعات النتائج فتمثل الحكم على النتائج المحتملة التي تنتجها هذه الأداءات بتقدير وتأمين الشخص أنه سيصل لنتيجة.

وتأخذ توقعات النتائج ثلاث أشكال كبرى في كل شكل تعمل فيه التوقعات الإيجابية كمحفزات (معرض) في حين تعمل التوقعات السلبية كعوائق (مثبط) كالتالي:

1. الآثار البدنية الإيجابية و السلبية التي ترافق وتتضمن الخبرات الحسية السارة، والمنفرة، وعدم الراحة الجسدية.

2. الآثار الإجتماعية السلبية و الإيجابية: فالآثار الإيجابية تشمل التفاعلات الإجتماعية كتغيرات الإتجاه والتقدير الإجتماعي، الإنتماء، القبول، الرغبة بالإنتماء، بينما الآثار السلبية تشمل الرفض الإجتماعي عدم الموافقة، النقد.

3. التقييم الذاتي: الذي يمثل الفئة المهمة لتوقعات النتائج وهو بدوره يتمثل أيضا في التقييم الإيجابي والسلبى للسلوك الشخصى، فتوقع التقدير الرضا الشخصى يحفز إلى أداء متفوق، في حين أن توقع خيبة الأمل تؤدي إلى نقد الذات وضعف في مستوى الأداء.

(الدردير، 2004: 137-138)

10/العوامل المؤثرة في فعالية الذات:

- ولما لفعالية الذات من أهمية بالغة في الحياة الإنسان فإن هناك عددا من العوامل التي تؤثر في فعالية الذات وتساهم في تشكيلها، ويمكن تقسيمها في ثلاث مجموعات هي:

المجموعة الأولى: التأثيرات الشخصية:

- يعتمد إدراك الفرد لفعاليته الذاتية لدى الأفراد على أربعة مؤثرات شخصية هي:

1. **المعرفة المكتسبة:** هناك حد فاصل بين المعرفة كما هي موجودة في البيئة وبين تنظيم الأفراد لتلك المعرفة ذاتيا وفق المجال النفسى لكل منهم، فعندما يكتسب الفرد معرفة ما، فإنه ينظمها وفقا للألفاظ التي احتوتها، أو وفقا للبناء الهرمي أو وفقا للبناء المتتابع، ومن خلال ذلك فإنه يقوم بترتيبها وتخزينها للتلاؤم مع خبراته وكيفية إستخدامها في المواقف المستقبلية.

2. **عمليات ما وراء المعرفة:** إن عمليات ما وراء المعرفة تؤثر في قرارات الأفراد وكيفية تنظيم الذات، فالفرد يقسم أهدافه ويدرسها حسب نوعها ومستوى صعوبتها وتزامنها مع الحاجة، وأن عمليات ما وراء المعرفة تقود الفرد إلى كيفية التخطيط

والمراقبة والتقويم لأفكاره التي تحقق أهدافه و آليات اتخاذ قراراته، وفي ضوء ذلك يقرر فعالية ذاته.

3. الأهداف: ويشير باندورا (Bandura, 1997) إلى أن الأشخاص (الطلبة) الذين يمتلكون إحساساً قوياً بفعالية الذات يميلون أكثر إلى إنجاز الأهداف الذاتية الصعبة، وتكون أهدافهم واضحة ومحددة وواقعية، وتتلاءم مع توقعاتهم الذاتية، كما أن ذوي الفعالية الذاتية المرتفعة يمتلكون حب التحدي والمواجهة لأهدافهم، فتراهم أكثر مقدرة على مواجهة المشكلات و الصعوبات بسبب الرغبة في التحدي لتحقيق الأهداف والرغبات، وبالتالي الحصول على القدر المرضي من الإشباع والرضا النفسي وتحقيق الذات. (دودو صونيا، 2017: 37)

4. المؤثرات الذاتية: وهي العوامل الداخلية للفرد والتي تؤثر على سلوكه تأثيراً مباشراً أثناء أدائه لبعض الأعمال والمهام، وهذه المؤثرات مثل القلق، وصعوبة تحديد الأهداف الشخصية، ومستوى الدافعية وعملياتي التفاؤل والتشاؤم، وهذه المؤثرات تجعل من فعالية الذات لدى الفرد في إنخفاض. (ولاء سهيل يوسف، 2016: 44)

المجموعة الثانية: التأثيرات السلوكية:

- يؤكد باندورا (Bandura, 1997) أن الفرد أثناء قيامه بالسلوك يمر بثلاث مراحل هي ملاحظة الذات، والتقويم ورد الفعل الذاتي، وتبرز في إستجابات الفرد بعد تأثره بدافعية الذات، وفيما يأتي توضيح لكل مرحلة.

- **ملاحظة الذات (Self Observation):** ويقصد بها المراقبة المنظمة للأداء، وملاحظة الفرد لنفسه، وإمداده بمعلومات عن مدى تقدمه نحو إنجاز أحد الأهداف، وتتأثر ملاحظة الذات بالعمليات الشخصية مثل: فعالية الذات وتركيب الهدف، ومخطط العمليات المعرفية، وينشأ من ملاحظة الذات عمليتان سلوكيتان هما: نقل الأخبار شفها أو كتابيا، وبيان كمي بالأفعال وردود الأفعال.

- **الحكم على الذات (Self-Reaction):** وتحتوي هذه المرحلة على ثلاثة ردود أفعال هي:

1. رد الفعل الذاتي السلوكي: ويسعى فيه الفرد للبحث عن الإستجابة التعليمية النوعية التي تحقق أهدافه، ترك الأثر المرضي في نفسه.

2. رد الفعل الذاتي الشخصي: ويبحث فيه الفرد عن إستراتيجيات ترفع من كفاءته الشخصية في أثناء عملية التعلم.

3. رد الفعل الذاتي البيئي: وهنا يبحث الفرد عن أفضل الظروف البيئية الملائمة والمناسبة لعملية التعلم. (دودو صونيا، 2017: 37-38)

المجموعة الثالثة: التأثيرات البيئية.

- يذكر باندورا (Bandura,1977) أن هناك عوامل بيئية مؤثرة بفعالية الفرد الذاتية من خلال النمذجة والصور المختلفة، وأن النمذجة لها طرق مختلفة مثل الوسائل المرئية ومنها التلفاز، وأن تأثير النمذجة الرمزية يكون لها أثر كبير على إعتقادات الفعالية بسبب الإسترجاع المعرفي وأن هناك خصائص متعلقة بالنموذج ولها تأثير على فعالية الذات هي:

- **خاصية التشابه:** ونقوم على خصائص محدد مثل: الجنس- العمر والمستويات التربوية والمتغيرات الطبيعية.

- **التنوع في النموذج:** وتعني عرض نماذج متعددة من المهارة أفضل في عرض نموذج واحد فقط، وبالتالي تأثيرها أقوى في رفع الإعتقاد في فاعلية الذات.

(برهان ماهر، 2014)

11/ تأثير فعالية الذات في السلوك الإنساني:

- معتقدات الفعالية الذاتية تحدد كيف يشعر الناس ،كيف يفكرون وكيف يتصرفون ويتصرفون هذه المعتقدات تنتج آثار متنوعة ،حيث يرى باندورا أن الإحساس بفعالية الذات من طرف الأفراد يؤثر على طريقة التفكير والسلوك من خلال أربع عوامل داخلية أساسية.

أ-العوامل المعرفية:

- من خلال العوامل المعرفية يرى باحثو النظرية المعرفية الإجتماعية أن الشعور والإحساس بفعالية التنظيم الذاتي يؤثر في النشاط المعرفي الذي ينعكس بدوره على تفاعلات الفرد، حيث يرتقي بها أو يعمل بالعكس على إضعافها، وعليه فإن السلوك الفرد بصفته هادفا تنظمه لأراء وأفكار أو تصورات معرفية تشتمل على أهداف واضحة تضمنت خطة مدروسة لتحقيقها هذا فإن عملية وضع الأهداف الشخصية تتأثر بشكل مباشر بإدراكنا لقدراتنا، فكلما نمت الإحساس بفعالية الذات كانت الأهداف السلوكية الصحية التي يضعها الناس لأنفسهم عالية ومتقدمة وراقية، وكذلك رغباتهم وقدراتهم في تحقيقها أيضا كبيرا جدا.

(مفتاح محمد، 2010: 164-165)

ب-العوامل الدافعية:

- وأما عن العوامل ذات الصلة بالدافعية، فإن إدراك فاعلية الذات يؤثر في الجهد الذي يبذله الناس والمثابرة (الجهد) التي يظهرنها في وجه الصعوبات والتحديات التي تعترض طريق حياتهم، فكلما كان الشعور والإحساس بالفاعلية الذاتية كبيرة بذات جهود كبيرة لتحقيق النجاح وإنجاز في الأداء، حيث نجد أن الأفراد الذين يتمتعون أو يتميزون بفعالية ذاتية عالية هم أكثر مثابرة في أعمالهم وجودهم وممارستهم لسلوكيات صحية من غيرهم

في الصعوبات أو التحديات. بينما الذين يعانون من ضعف أو إنخفاض في القدرات والثقة بالذات هم عرضة للعجز ويستسلمون للتشاؤم واليأس.

(مفتاح محمد، 2010: 165)

ج-العوامل الإنفعالية:

- إن الإحساس بالفعالية وإدراكها يؤثر كذلك على الإستجابات الفرد الإنفعالية، حيث يحدد مستوى التوتر أو الإكتئاب الذي قد ينجم تعرض الإنسان لمواقف ضاغطة وصعبة، فإن الذين لديهم ثقة عالية في قدراتهم في مواجهة وتحدي تهديدات محتملة تجدهم أقل توترا أو أكثر ثقة وتركيزا في أدائهم وإنجازهم الأمر الذي يزيد من قدرتهم وحركتهم على الجد والمثابرة في الأنشطة الصحية، بينما الذين يعتقدون أنه لا قدرة ولا ثقة لهم على إدارة أي تهديدات قد يواجهونها تراهم يعانون من حالات التوتر والقلق والإنفعالية الشديدة التي بدورها قد تؤدي إلى سوء التوافق في الحياة.

د-العوامل ذات الصلة بالاختبار:

من خلال عوامل الإختيار يستطيع الفرد أن يؤثر في مسار حياته، فالبيئة التي يختارها لنفسيته والبيئة التي يعمل على إحداثها من خلال ممارسته الناجحة أو إنجازاته الراقية، قد يكون للفاعلية الذاتية دور هام في إختيار النشاط الذي يريد الفرد أن يزاوله كما أن الإحساس والشعور بالفعالية دورا في إختيار البيئة التي يريد الفرد أن يتفاعل معها، وبالتالي فإن الأشخاص الذين لهم شعورا أو إحساس ضعيف في شأن مواجهة موقف معين في حياتهم قد يعلمون بشدة وجد على تجنبه. (مفتاح محمد، 2010: 165-166)

خلاصة الفصل:

- وتأسيسا على ما سبق ذكره فإن الفعالية الذاتية مفهوم من المفاهيم الأساسية والهامة التي تستخدم في تفسير سلوك الفرد وتحديد سماته الشخصية بما يتضمنه الأفراد من معتقدات حول كبح أو تنظيم تصرفاتهم اليومية بإعتبار هذه المعتقدات إدراك لفعاليتهم الذاتية في مختلفة المواقف.
- ضف إلى ذلك أن فعالية الذات من المحددات الأساسية للشخصية.
- ميكانيزم معرفي يشكل أساسا لتغيير السلوك.
- تحدد إذا ما كان السلوك الإنساني سوف يبدأ ويستمر في مواجهة العقبات أم لا وتحديد الجهد المبذول اللازم لهذه القدرات كمقياس معياري لفعالية الذات.
- كما تعد النظرية المعرفية الإجتماعية مكون هام عند باندورا لما تقترحه من أن:
- فعالية الذات عملية إستنتاجية تتوقف على أربع مصادر رئيسية: الإنجازات الأدائية، الخبرات البديلة، الإقناع اللفظي والحالة الفيزيولوجية وتتميز في ضوء ثلاثة أبعاد: قدرة الفعالية، العمومية، القوة.
- للفعالية الذاتية ذات جانب دافعي يربطها إلى حد ما بالنتائج النهائي للسلوك وقد يكون ذلك وراء مثابرة الفرد في مواجهة العقبات.
- فعالية الذات تؤثر على أنماط التفكير التي يسطرها الأفراد لأنفسهم وتتأثر بالعديد من العوامل.

ثانياً: التوافق الدراسي

- تمهيد

1- التوافق

1-1- لمحة تاريخية عن ظهور مصطلح التوافق

1-2- أصل مصطلح التوافق وعلاقته ببعض المفاهيم

1-3- تعريف التوافق

1-4- اتجاهات تعاريف التوافق

1-5- أبعاد التوافق

1-6- مؤشرات التوافق

2- التوافق الدراسي

2-1- تعريف التوافق الدراسي

2-2- أهمية دراسة التوافق الدراسي في الميدان

التربوي

2-3- أبعاد التوافق الدراسي

2-4- مظاهر التوافق الدراسي

2-5- أساليب التوافق الدراسي

2-6- العوامل المساعدة على تحقيق التوافق الدراسي

2-7- دور الإرشاد النفسي المدرسي في تحقيق التوافق

لدى التلاميذ

2-8- مشكلات التوافق الدراسي

- خلاصة

تمهيد:

يتضمن التوافق الدراسي الشعور بالرضا عند التواجد بالمدرسة مع القدرة على تكوين علاقات طيبة وناجحة مع الزملاء والأساتذة والإدارة، والقدرة على إستيعاب المواد الدراسية والنجاح فيها، وتحقيق التلائم مع البيئة المدرسية وعناصرها إنضباطاً لنضمها ومراعاة الوقت ومذاكرة الدروس وممارسة الأنشطة الرياضية والثقافية الإجتماعية والمواظبة على الحضور في الحصص المبرمجة، والإنتباه داخل حجرة الدراسة وكذلك تجنب الفوضى أثناء الدرس وعدم التعرض للحرج والإهانة من قبل الأساتذة، وفي هذا الفصل سوف نتطرق إلى التوافق الدراسي ومظاهره والعوامل المؤثرة فيه، والتي تؤدي بالمراهق المتمدرس إلى سوق التوافق في بيئته المدرسية والنتائج الناجمة عن سوء توافقه الدراسي.

1. التوافق:

1- لمحة عن ظهور مصطلح التوافق:

لقد أشتق مصطلح التوافق من مصطلح التكيف، وذلك بعد ظهوره كمفهوم مستمد أساسا من علم البيولوجيا على نحو ما حددته نظرية النشوء و الارتقاء(1859). ويشير هذا المفهوم عادة إلى أن الكائن الحي يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الطبيعي الذي يعيش فيه محاولة منه من أجل البقاء.

وعندما حدد أوبرت Aubert مفهوم التكيف سنة(1860) كان يعني به ما يحدث لحدقة العين من تغير نتيجة لشدة الضوء الذي يقع عليها.

ثم أصبح هذا المفهوم يصف سلوك الإنسان كردود أفعال لعدد من المطالب والضغوط البيئية التي يعيش فيها، كالمناخ وغيره من عناصر البيئة الطبيعية، ففي شهور الصيف يحاول أن يخفف من ملابسه كي يتلاءم مع الجو الحار، بينما في شهور الشتاء يحاول أن يتدثر في ملابس ثقيلة تقيه من البرد، وكذلك الحال بالنسبة للمسكن والطعام وغيرها. وقد استعار علم النفس المفهوم البيولوجي للتكيف واستخدم في المجال النفسي الإجتماعي تحت مصطلح التوافق. ومن الطبيعي أن ينصب إهتمام علم النفس على البقاء السيكولوجي، والإجتماعي للفرد أكثر مما ينصب على البقاء الطبيعي والبيولوجي.

والتوافق مصطلح مركب وغامض إلى حد كبير لأنه يرتبط بالتصور النظري للطبيعة الإنسانية وبتعدد النظريات والأطر الثقافية المتباينة. وربما كان أحد أسباب غموض هذا المصطلح هو الخلط بين المفاهيم، الإنجليزية نجد كلمات : -conformity Adjustment-Accomodation-Adaptation

وفي العربية نجد كلمات: توافق، تكيف، تلاؤم، مسايرة، مجارة ويمكن أن نفرق بين المفاهيم السابقة اعتمادا على الآتي:

Accomodation: وترجمتها العربية تلاؤم، وهو مصطلح إجتماعي، يستخدم باعتباره عملية إجتماعية وظيفتها تقليل أو تجنب الصراع بين الجماعات.

Conformity: وترجمتها العربية مسايرة، وهو أيضا مصطلح إجتماعي يعني الإمتثال للمعايير والتوقعات الشائعة في الجماعة.

Adaptation: وترجمتها العربية تكيف، ويفضل أن يقتصر استخدام هذا المصطلح كما قصد بذلك دارون على إعتباره مصطلحا بيولوجيا يعني قدرة الكائن الحي على أن يعدل من

نفسه أو يغير من بيئته إذا كان له أن يستمر في البقاء، بحيث يؤدي الفشل في هذا التعديل إلى إنقراض الكائن أو إختفائه من الحياة.

Adjustment: والترجمة العربية لهذا المصطلح هي توافق وهو المفهوم الذي يرتبط بدراستنا. (عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001: 62)

2- أصل مصطلح التوافق وعلاقته ببعض المفاهيم:

- على الرغم من أهمية "مفهوم التوافق" إلا أنه لم يستقر على تعريف محدد له، فقد استخدم بمعاني مختلفة، كالتكيف في مجال البيولوجيا، أو التوافق في مجال الصحة النفسية أو العقلية، إن التعدد في معاني هذا المفهوم يرجع إلى تباين رؤية البعض له، وكثرة استخدامه في كثير من ميادين الفكر الإنساني. (حشمت حسين أحمد، 2006: 38)

لهذا الغرض ارتأينا أن نعرض أهم المفاهيم التي يتشابه معناها مع معنى "التوافق" بتسليط الضوء على أصل وطبيعة هذا الأخير:

أ- التوافق والتكيف:

- علم الأحياء من أول العلوم التي استخدمت مصطلح "التكيف"، وقد زادت أهمية استخدام هذا المصطلح بعد ظهور نظرية التطور لـ "داروين" Darwin (1859)، إذ مثل هذا المصطلح عجز الزاوية في نظريته. (مايسة أحمد النيال، 2002: 138)
- فيشير هذا المفهوم إلى أن الكائن الحي يحاول أن يوائم نفسه والعالم الطبيعي الذي يعيش فيه من أجل البقاء. (فوزي محمد جبل، 2000: 61)
- إذن فهو يشمل تكيف الكائن الحي بعامة (الإنسان، والحيوان، والنبات) إزاء البيئة المادية التي يعيش فيها. (محمد جاسم العبيدي، 2009: 15)
- ثم استعار علم النفس من علم الأحياء مصطلح "التكيف" بعد إستبداله بمصطلح "التوافق" حيث يدل المصطلح الأخير على صراع الإنسان محاولا الحفاظ على بقائه في بيئته الإجتماعية والفيزيقية. (مايسة أحمد النيال، 2002: 139)
- فالإنسان يتلاءم مع الظروف البيئية كما يتلاءم مع الظروف الإجتماعية والنفسية التي تحيط به، ويساعده على ذلك ما أوتي من الذكاء والقدرة على التطبع الإجتماعي. (عبد الحميد الشاذلي، 2001: 49)

التكيف والتوافق هي التألف والتقارب واجتماع الكلمة نقيض التخلف والتنافر والتصادم، والتكيف هو تلك العملية النشطة التي يتعرض لها الفرد في ظروف مختلفة ومن أشياء مختلف وبصياغة أخرى هو العملية التي من خلالها يعدل الفرد بناءه النفسي أو سلوكه.

(عطا الله الخالدي، 2009 : 19)

ويمكن الإشارة إلى الفرق بين التوافق والتكيف في النقاط التالية:

- التكيف أشمل من التوافق لأنه يشمل الإنسان والحيوان والنبات في علاقتها مع البيئة أما التوافق فيقتصر على التفاعل بين الإنسان والآخرين.
- إن التكيف يتضمن المسايرة للظروف وينكر دور الإنسان في تغييرها وكذلك يلغي دور الفروق الفردية بين الناس.
- إن التوافق يظهر جانب الإرادة البشرية لتغيير الواقع نحو الأفضل وهو بهذه الروحية أساس لتطور البشرية بما يمتلك الإنسان من قدرات مبدعة.
- إن التوافق حصيلة لجهود الإنسان تتضمن خبراته الماضية والحاضرة للانطلاق نحو المستقبل.
- إن التوافق مسألة نسبية تختلف باختلاف قدرات الإنسان والثقافة والزمان والمكان.

(صالح حسن الداھري، 2010: 13)

ب- التوافق والصحة النفسية:

- يوجد ارتباط كبير قد يصل في بعض الأحيان إلى الترادف بين التوافق والصحة النفسية ولعل السبب في ذلك يرجع إلى أن الشخص الذي يتوافق جيدا مع المواقف البيئية والعلاقات الشخصية يعد دليل لتمتعه بصحة جيدة حيث يرى علماء النفس بأن الصحة النفسية حالة يشعر فيها الفرد بالتوافق مع ذاته ومع المجتمع الذي يعيش فيه.

(مروان أبو حويج، 2001: 48)

أما محمد جاسم العبيدي: "يرى بأن مفهوم الصحة النفسية مرتبط بمفهوم التوافق ويمكن أن يعرف التوافق بأنه علاقة مرضية للإنسان مع البيئة المادية ومطالب الواقع، ولا يتحقق التوافق إلا إذا صاحبه التلاؤم وإرضاء الإنسان وإحساسه بالسعادة والتقبل النفسي".

(محمد جاسم العبيدي، 2009: 21)

ويرى أيضا: "أن المقصود بالصحة النفسية هو الخلو من الإضطرابات الجسمية والأمراض البدنية".

(محمد جاسم العبيدي، 2009: 13)

ويرى الدكتور القوصي: "أن الصحة النفسية عبارة عن مجموعة من الشروط التي يلزم توفرها حتى يتكيف الفرد مع نفسه ومع مجتمعه تكيفيا يشعره بالسعادة والكفاءة".

كما عرف الكثير من المسلمين الصحة النفسية: أن تعني بتحقيق التوازن بين مطالب الجسم والنفس والروح وبين مصالح الجماعة ويقوم تحقيق التوازن على الاعتدال في

تحصيل المطالب والجمع بين مزايا مطالب الجسم والنفس والروح كما يقوم تحقيق التوازن على الوسطية التي إعتدها الإسلام منهجا لحياة المسلم. (مروان أبو حويج، 2001: 52)

- مما سبق يتضح أن الإنسان الذي يتمتع بصحة نفسية هو ذلك الذي يمتلك القدرة على التوافق مع مختلف موافق البيئة، وبالتالي يحقق توازنا لنفسه وإنسجاما مع الآخرين أما من يفتقد القدرة تختل صحته النفسية.

3- مفهوم التوافق:

يعتبر مفهوم التوافق من المفاهيم الأساسية في الصحة النفسية، حيث إن جميع سلوكيات الإنسان الناجحة أو الفاشلة، إن هي إلا محاولات للتوافق من أجل خفض ما يعانيه الإنسان من توتر وخوف وصراعات وقهر.

- اتفق كثير من الباحثين على أن التوافق هو قدرة الفرد على تحمل موجات متكررة من العنف مع ازدياد مستوى القلق والصراع الداخلي لديه ومحاولاته إشباع حاجاته النفسية والجسمية وإنسجامه مع مجتمعه، فهو عملية مركبة من عنصرين أساسيين أحدهما: الفرد بدوافعه، وثانيهما: البيئة المحيطة بهذا الفرد وأن تكون العلاقة بين هذين العنصرين علاقة منسجمة دينامية مستمرة. (بن الزاوي ناجية، 2013: 31)

- **تعريف موسى:** "هو العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الفرد مستهدفا تغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه وبين نفسه من جهة، وبينه وبين البيئة من جهة أخرى".

- **تعريف برون:** "هو الانسجام مع البيئة ويشمل القدرة على إشباع أغلب حاجات الفرد ومواجهة معظم المتطلبات الجسمية والاجتماعية".

- **ويعرفه داود:** "مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من إشباع وإحباطات وصولا إلى ما يسمى بالصحة النفسية أو السواء أو الإنسجام والتناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة وفي العمل وفي التنظيمات التي ينخرط فيها ولذلك كان مفهوما إنسانيا". (سليم أبو عوض، 2008: 202)

- **ويعرفه الباحث عزت راجح:** "التوافق بمعناه العام هو قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته واتجاهه عندما يواجه مشكلة مادية، إجتماعية، أو خلقية أو صراعا نفسيا حتى يقيم بينه وبين بيئته علاقة أصلح وأنسب".

كما يعرفه كمال الدسوقي: "على أنه إشباع حاجات الفرد التي تثير دوافعه مما يحقق الرضا عن النفس والإرتياح لتخفيف التوتر الناشئ عن الشعور بالحاجة".

(بن الزاوي ناجية، 2013: 31)

- **تعريف دارون:** "التوافق في أصله مصطلح بيولوجي، يعني قدرة الكائن على التلاؤم مع ظروف البيئة ومايطرأ عليها من تغيرات، بحيث تتحقق المحافظة على الحياة".

(سليمان عبد الواحد، 2014: 45)

- **يعرف يونج التوافق:** "بأنه المرونة التي يشكل بها الفرد اتجاهاته وسلوكه لمواجهة المواقف الجديدة بحيث يكون هناك نوع من التكامل بين تعبيره عن طموحه وتوقعات ومطالب المجتمع".

- **تعريف لازاورس:** "التوافق هو مجموعات العمليات النفسية التي تساعد الفرد في التغلب على المتطلبات والضغط المتعددة".

يشير هذا التعريف إلى مجموعة العمليات النفسية من إقبال و إدار ورضا ونفور، وحيل نفسية وغيرها من أجل التعامل مع الواقع وتفاذي المواجهات والتحديات التي تحول بين الفرد واستمرار علاقته مع البيئة الإجتماعية بشكل يرضي مطالب الطرفين.

(سامي محسن ، 2012: 71)

التعريف الذي نذهب إليه هو أن التوافق إشباع الفرد لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية واستمتاعه بعلاقات إجتماعية حميمة ومشاركته في الأنشطة الإجتماعية، وتقبله لعادات وتقاليد وقيم مجتمعه.

(سليم عوض، 2008: 202)

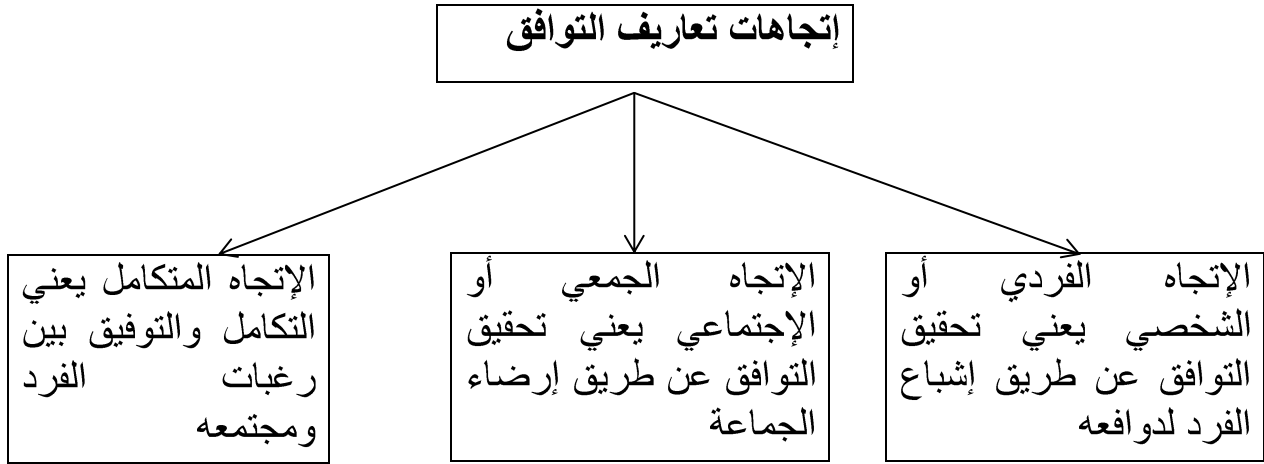
- وبناء على هذا تم الوصول إلى أن التوافق هو حالة من التوازن والإستقرار النفسي والإجتماعي يظهر من خلال سلوكيات الفرد وتصرفاته التي تبدو في شخصيته، وفي قدرته على مواجهة الصعوبات.

4- إتجاهات تعاريف التوافق:

منذ تبني مفهوم التوافق ضمن المفاهيم الأساسية لعلم النفس، حضي بإهتمام بالغ من طرف علماء النفس الذين عرفوه بطرق مختلفة متبعين بذلك اتجاهاتهم النظرية والعلمية وبما أن مفهوم التوافق يتضمن فحواه جوانب نفسية وإجتماعية، لاحظنا أن حتى تعريفات

أولئك العلماء انصبت على مستويين المستوى النفسي (شخصي، ذاتي)، والمستوى الاجتماعي.

لذا سنقوم بعرض التعريفات التي وقعت بين أيدينا في ثلاث اتجاهات: الإتجاه النفسي، الإتجاه الاجتماعي، الإتجاه التكاملي، مثل ما يوضحه الشكل التالي:



الشكل رقم (03): يوضح إتجاهات تعاريف التوافق.

(مدحت عبد الحميد، 1990: 81)

أ- الإتجاه النفسي (الشخصي، ذاتي):

اهتم أصحاب هذا الإتجاه بالجانب السيكولوجي للفرد، فيرون أن التوافق:

"عملية تشير إلى الأحداث النفسية، تعمل على إستبعاد حالات التوتر، وإعادة الفرد لمستوى معين، وهو المستوى المناسب لحياته وفي البيئة التي يعيش فيها".

(حشمت مصطفى، 2006: 42)

فحسب هذا المعنى هدف التوافق النفسي هو خفض التوتر أو الضغط الداخلي للفرد، وإعادة التوازن المناسب لحياته والبيئة التي يعيش فيها، ولكي يتحقق ذلك على الفرد أن يعمل على إرضاء دوافعه المتصارعة، فهذا ما نذهب إليه:

- تعريف عباس محمود عوض 1977:

"التوافق الشخصي هو قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة، توفيقاً يرضيها جميعاً إرضاءً متزاناً".

(مايسة أحمد النيال، 2002: 146)

- إذن حسب التعريف فإن قدرة الفرد على التوفيق بين الدوافع المتصارعة من شأنه أن يحقق له توافقاً سوياً، والتوافق معناه الاعتدال في الإشباع العام، هذا ما يفسره التعريف التالي:

- **تعريف هنري سميث (1961 Henri Smith):** "التوافق السوي إعتدال في الإشباع، إشباع عام للشخص عامة، لا لإشباع لدافع واحد شديد على حساب دوافع أخرى".

(سهير كامل أحمد ، 1999: 39)

فعندما يتمكن الفرد فعلاً من خفض التوتر الداخلي بإرضاء دوافعه المتصارعة واحدة تلو الأخرى بطريقة متزنة وعادلة، أكيد أنه سيجلب لنفسه الشعور بالرضا والإرتياح.

- إذن من خلال التعريفات التي تناولها الإتجاه النفسي حول مفهوم التوافق كمتغير نفسي، يتضح لنا أن الفرد يسعى لتحقيق التوافق النفسي من خلال خفض حالات التوتر الداخلية عن طريق إشباع جملة من الدوافع المتصارعة والحاجات الفردية بطريقة عادلة ومتزنة الشيء الذي سيضمن له الشعور بالرضا والإرتياح وهذا مؤشر من مؤشرات التوافق النفسي.

ب- الإتجاه الإجتماعي:

يعتبر أصحاب هذا الإتجاه أن التوافق عملية إجتماعية تقوم على مساهمة الفرد لمعايير المجتمع ولمواصفاته الثقافية، وذلك من خلال قدرته على القيام بإستجابات متنوعة تلائم المواقف المختلفة وتشبع رغباته وحاجاته.

(حشمت مصطفى، 2006: 43)

حسب هذا التعريف التوافق متغير إجتماعي يعبر عن قدرة الفرد على الإستجابة لمختلف المواقف المساهمة لمعايير المجتمع ومتطلباته، وتتمثل تلك المواقف والمتطلبات كما عبر عنها:

- **تعريف رابح أحمد عزت (1965):** "التوافق حالة تبدو في محاولة الفرد عقد صلات راضية مرضية مع من يعاملهم من الناس وقدرته على مجاراة قوانين الجماعة".

- إذن حسب هذا التعريف التوافق الإجتماعي يمكن أن يتم بمحاولة الفرد إقامة صلات إجتماعية مرضية، ومجاراة القوانين السائدة، ولكن بمجرد المحاولة والمجاراة لا تكفيان، فالفرد مطالب بما هو أكثر فهذا ما أبرزه:

- **تعريف الباحث جود good (1973):** "التوافق عملية إكتساب وتبني أنماط من السلوك ملائمة للبيئة وتغييراتها، أو تكوين علاقة نفسية طبيعية بين الفرد وبيئته".

(بوصفر دليلة، 2011: 66)

إذن الفرد الذي يسعى إلى عقد صلات مرضية مع غيره مجاراتهم إلى حد إكتساب وتبقى سلوكات تماثل البيئة وتغيراتهم، لا يعبر إلا عن درجة نضج الفرد من هذه الناحية فعلى حد وصف:

- **محمود الزياي (1969):** "التوافق هو القدرة على إقامة علاقات إجتماعية مع الآخرين مثمرة وممتعة، تتسم بقدرة الفرد على الحب والعطاء هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى القدرة على العمل المنتج الفعال الذي يجعل من الفرد شخصا نافعا في محيطه الإجتماعي، فالتوافق مفهوم شامل يرمز إلى حالة معينة من النضج يصل إليها الفرد.

(حشمت مصطفى، 2006: 44)

يتضح من خلال التعريفات التي أدرجناها للإتجاه الإجتماعي، أن التوافق من الناحية الإجتماعية يتضمن إقامة علاقات إيجابية مرضية مع الغير في حدود إحترام القوانين السائدة والمعمول بها، وإكتساب وتبني سلوكات مسايرة ومواكبة لتغيرات البيئة بالشكل الذي يضمن للفرد على الفعالية والإنتاج والتقدم للوصول لدرجة النضج.

ج- الإتجاه التكاملية(نفسى، إجتماعى):

يقوم هذا الإتجاه على أساس التفاعل والتكامل بين الإتجاهين السابقين:

أصحابه يجمعون أن التوافق: "عملية تفاعل ديناميكي مستمر بين قطبين أساسيين، أحدهما الفرد نفسه، والثاني بينته المادية والإجتماعية، يسعى الفرد من خلالها لأن يشبع حاجاته البيولوجية والسيكولوجية، ويحقق مطالبه المختلفة، متبعا في سبيل ذلك وسائل مرضية لذاته وملائمة للجماعة للجماعة التي يعيش بين أفرادها. (بوصفر دليلة، 2011: 67)

من خلال التعريف التوافق النفسى الإجتماعى نتاج لعمليات التوافق الذاتى الذى يتعلق بالتنظيم النفسى للفرد، وعمليات التوافق الإجتماعى الذى يعنى بعلاقات الفرد مع غيره وتتجسد مظاهره فى مختلف مواقف الحياة.

إذن نستخلص من تعريفات الإتجاه التكاملية، إنها تجمع بين الإتجاهين السابقين، فأصحاب الإتجاه يعتبرون أن التوافق عملية نفسية وإجتماعية يحاول الفرد من خلالها التوفيق بين إشباع حاجاته البيولوجية والنفسية، وإرضاء متطلبات الغير والبيئة المادية التي يعيش فيها.

5- أبعاد التوافق:

تتعدد مجالات التوافق، فنجد منها التوافق العقلي والتوافق الدراسي والتوافق الجنسي، وتوافق الحياة الزوجية والتوافق السياسي والإقتصادي والديني، ويكون ذلك تبعاً لتعدد حياة الفرد، إلا أن معظم الباحثين في ميدان علم النفس يتفقون أن بعدا التوافق الأساسيان هما:

البعد النفسي(الشخصي)، البعد الإجتماعي، على إعتبار أن تلك المظاهر المتعددة يمكن ضمها إلى بعضها لتشكيل عناصر البعدين الأساسيين. (عبد الحميد، 2001: 51)

أ- التوافق النفسي أو الذاتي:

يشمل هذا البعد على السعادة مع الذات، والثقة بها والرضى عنها والشعور بقيمتها أو إشباع الحاجات والتمتع بالأمن الشخصي وكذلك التمتع بالحرية في التخطيط للأهداف وتوجيه السلوك والسعي إلى تحقيقها ومواجهة المشكلات الشخصية والعمل على حلها أو تغيير الظروف البيئية في تحقيق الأمن النفسي ويشمل توافق وجداني وعقلي وتوافق ترفيهي وتوافق فيزيقي. (محمد جاسم العبيدي، 2009: 23)

- إذن التوافق النفسي يعكس علاقة الرضا والسعادة التي تجمع الفرد وذاته، وتتجسد تلك العلاقة من خلال إشباع الفرد لحاجاته المختلفة حسب أهميتها وبمراعاة لمطالب المراحل النمائية.

ب- التوافق الإجتماعي:

يشمل الإنسان محصلة نفسية وإجتماعية ويعني السعادة مع الآخرين ويعني الإلتزام بالإجتماعي والإلتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة للمعايير الإجتماعية وقواعد الضبط الإجتماعي والتغير الإجتماعي ومسايرتها كذلك يضمن للأساليب السائدة في المجتمع وتقبل وجهات النظر وسهولة التفاعل والإختلاط الإجتماعي يوجد داخل هذا البعد عناصر شديدة مكونة من هذا البعد وهو (التوافق المنزلي، والدراسي، والمهني، والثقافي، والإقتصادي، والديني). (مفتاح محمد، 2001: 91)

- من خلال ما سبق نستنتج أن توافق الفرد من الناحية الإجتماعية يستوجب أن يدرك حقوقه وحقوق غيره عليه، من خلال معاملة الآخرين بعدل واجتناب المشاحنات، خاصة مع أفراد الأسرة أو الجيران أو حتى الآخرين أين يمكنه أن يتمتع معهم بالمشاركة الوجدانية وأن يحس بالأمن والإحترام والإستقرار.

6- مؤشرات التوافق:

أ- **النظرة الواقعية للحياة:** كثيرا ما نلاحظ حالات تعاني من عدم قدرتها على تقبل الواقع المعاش ونجد أن الفرد الذي يعاني متشائما رافضا تعيسا يشير كل ذلك إلى سوء التوافق أو إعتلال الصحة النفسية له، وفي المقابل قد نجد فرد آخر مقبلا على الحياة بكل ما فيها من أفراح وأفراح واقعيا في تعامله متفائلا سعيدا ويشير هذا إلى توافق الشخص.

ب- **مستوى طموح الفرد:** لكل فرد مطامح وآمال، فبالنسبة للمتوافق تكون طموحاته في مستوى إمكاناته، ويسعى من خلال دافع الإنجاز لتحقيق هذه الطموحات المشروعة في ضوء مقدرته على تحقيقها.

ج- **الإحساس بإشباع الحاجات النفسية للفرد:** من أهم الحاجات النفسية "الإحساس بالأمن" وهي حاجة نفسية ضرورية، كذلك "إحساسه بالتواد" تتمثل بإحساسه أنه محبوب، وأنه قادر على حب الآخرين، كذلك إحساس الفرد بأنه "قادر على الإنجاز" ويمثل ذلك في نجاحاته في العمل وفي كل ما يؤديه من مهام، كذلك يحس المتوافق "بالإنتماء إلى جماعة"، ويحس "بالولاء" والاهتمام بتنفيذ برامج هذه الجماعة، كذا يحس المتوافق بحاجاته إلى "الحرية" بحيث تكون لديه رية القبول أو الرفض في ضوء قناعاته.

د- **توافر مجموعة من سمات الشخصية:** من أهم سمات الشخصية التي تشير إلى التوافق:

- الثبوت الإنفعالي: تتمثل هذه السمة في قدرة الفرد على تناول الأمور بأناة وصبر وعدم انفعال، كما أن الشخص الثابت لا يستفز أو يستثار من أحداث ومواقف تافهة.

(محمد جاسم محمد، 2004: 16-17)

- مفهوم الذات: إذا كان مفهوم الذات عند الفرد يتطابق مع واقعه كما يدر كه الآخرين يكون متوافقا، وإذا كان مفهوم الذات لديه متضخما أدى به إلى الغرور والتعالي مما يفقده التوافق مع الآخرين.

- المسؤولية الاجتماعية: أن يحس الفرد بمسؤولية إزاء الآخرين وإزاء المجتمع بقيمة وعاداته ومفاهيمه، وفي هذه الحالة يكون الشخص غيريا يهتم بالآخرين ويتعد عن الأنانية والذاتية، ويتمثل في سلوك الإهتمام بالمجتمع والدفاع عنه وحماية منجزاته.

- المرونة: أن يكون الشخص متوازنا في تصرفاته، أي بعيدا عن التطرق في إتخاذ قراراته، وفي الحكم على الأمور، والبعد عن التطرق يجعل منه مسائرا ومغايرا في مواقفه مع الآخرين.

هـ- **توافر مجموعة من الإتجاهات الإيجابية:** يتلازم التوافق مع الإتجاهات التي تبني المجتمع مثل: إحترام العمل، تقدير المسؤولية، أداء الواجب، الولاء للقيم والأعراف والتقاليد السائدة في المجتمع، تقدير التراث وحمائته، تقدير الإنجازات ومن ساهم فيها.

و- **توافر مجموعة من القيم (نسق قيمي):** تتمثل في قيم إنسانية (حب الناس، التعاطف، الإيثار، الرحمة، الشجاعة) كذلك نسق القيم الجمالية (تثقيف الحواس فالعين المثقفة تستطيع أن ترى جمال اللون...إلخ) كذلك القيم الفلسفية (النظرة الشاملة للكون، الإلتزام بفلسفة معينة يسير وفق منهجها) كل هذه المجموعة من القيم تشكل ركيزة للشخصية المتوافقة. (صالح حسن الداھري، 1999: 59-60)

- إذن يمكننا الحكم على شخصية أنها متوافقة إذا اتسمت بأهم مؤشرات التوافق، أن ثقل على الحياة بنظرة واقعية، وتكون طموحاتها في مستوى قدراتها وإستعداداتها، وأن تشبع حاجاتها النفسية الأساسية، كالإحساس بالأمن والتواد والقدرة على الإنجاز والإنتماء والحرية، و أن تتمتع كذلك بسمات شخصية مهمة كالثبات الإنفعالي والمسؤولية الإجتماعية والمرونة إلى جانب إمتلاكها لمجموعة من القيم الإنسانية منها والجمالية والفلسفية.

II. التوافق الدراسي:

1- مفهوم التوافق الدراسي:

التوافق الدراسي من المفاهيم الهامة في المدرسة، ذلك نظرا لأهميته في تكوين عناصر العملية التعليمية، إذ يمثل توافق التلميذ من أهم ما يعمل عليه القائمون التربويون، خصوصا من هم على علاقة مباشرة بالتلميذ من مدرسين، ويعد التوافق الدراسي نوع من أنواع التوافق الإجتماعي لكونه مطلبا حيويا جوهريا من ناحية، ومصيريا من ناحية أخرى، يحقق من خلاله التلميذ حالة من التوازن بينه وبين محيطه الدراسي مع المدرسين والزملاء والمادة الدراسية من نضج عقلي ومعرفي وإجتماعي.

- ويلخص "محمود عطا" التوافق الدراسي في النقاط التالية:

- معرفة إتجاه التلميذ نحو التعليم بجوانبه الإدراكية والشعورية والنزوعية.
- التكيف للعمل المدرسي ويتمثل ذلك في قدرة التلميذ على تنظيم الوقت وتكوين عادات جيدة للمذاكرة ونشاطه الفصلي وإنتباهه.
- إستجابة التلميذ للنظام المدرسي فمثلا في موقفه من النظام ومدى تجاوبه.
- طموح التلميذ، مثابرتة، أهدافه، وتطلعاته المستقبلية.

(عبد الله لبوز، 2002: 96-98)

التوافق الدراسي بأنه: " حالة تبدو في العملية الديناميكية المستمرة التي يقوم بها التلميذ لإستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها وتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة المدرسية ومكوناتها الأساسية وهي الزملاء، الأنشطة الإجتماعية والثقافية والرياضية ومواد الدراسة وأسلوب التحصيل الدراسي".
(أشرف عبد الغني شريت، 2006: 130)

تعريف الباحث حسين: "التوافق الدراسي يتضمن العلاقة السوية بالزملاء والمدرسين، كما يتضمن الإتجاه نحو الدراسة وتنظيم الوقت وطريقة الإستذكار".

(نجمة الزهراني، 2005: 50)

- من خلال هذا التعريف يتضح لنا أن التوافق الدراسي يتضمن إتجاهين، إتجاه علائقي (الزملاء، الأساتذة) وإتجاه دراسي (خطط لتنظيم الوقت والمراجعة).

تعريف الباحث الصفتي: "التوافق الدراسي هو السلوك السوي للتلميذ في مواجهة المشكلات الناشئة عن إشباع حاجاته النفسية والإجتماعية وتحقيقها من خلال إقامة علاقات إجتماعية بناءة مع زملائه ومدرسيه، ومساهمته الفعالة في ألوان النشاط الإجتماعي والثقافي والرياضي".
(إسماعيل خليفة، 2014)

- نستنتج من خلال هذا التعريف أن التوافق الدراسي عبارة عن سلوكات ناجحة في مواجهة المشكلات النفسية والإجتماعية، والتي يتجسد أثرها الإيجابي من خلال علاقاته البناءة مع المحيط الدراسي، ومشاركته المجدية في مختلف النشاطات.

تعريف الباحث محمود الزياي (1969): " التوافق الدراسي هو الإندماج الإيجابي مع الزملاء والشعور نحو الأساتذة بالمودة والإخاء والإحترام، والإشتراك في أوجه النشاط الإجتماعي بالمدرسة، والإتجاه الموجب نحو مواد الدراسة وحسن إستخدام الوقت والإقبال على الدروس".
(عبد الرحيم شقورة، 2001: 14)

نستخلص من هذا التعريف الذي يشمل على معاني التعاريف السابقة، أن التلميذ المتوافق دراسياً تتميز علاقاته بالإيجابية مع مختلف مكونات المجتمع الدراسي، والإندماج في النشاطات والتظاهرات المدرسية دون إهمال حسن الإقبال على الدروس لمختلف المواد الدراسية والإستغلال الأمثل للوقت.

تعريف الباحثان الشربيني وبلقيه (1998): " التوافق الدراسي ما هو إلا المحصلة النهائية للعلاقة الديناميكية البناءة بين التلميذ من جهة وبين محيطه الدراسي من جهة أخرى، بما يسهم في تقدم التلميذ ونمائه العلمي والنفسي، وتمثل أهم المؤشرات الجيدة لتلك

العلاقة في الإجتهد في التحصيل العلمي، الرضا والقبول بالمعايير الدراسية والإنسجام معها، والقيام بما هو مطلوب منه على نحو منظم ومنسق". (بوصفر دليلة، 2011: 76)

- يتضح من خلال التعريف أن التوافق الدراسي ما هو إلا نتيجة وثمره نهائية للعلاقة البناءة والمجدية بين التلميذ ومحيطه الدراسي(من أساتذة وزملاء ومواد دراسية ومناهج)، حيث تساهم في نمو التلميذ نفسياً وعلمياً والذي يظهر من خلال جده وإجتهد، كذلك إذعانه ورضاه ومسايرته للأنظمة السائدة والإنسجام معها.

تعريف ناصر: " التوافق الدراسي هو محاولة التلميذ التفاعل والتواصل داخل المؤسسة التعليمية مع جميع جوانب العملية التعليمية المختلفة من أساتذة وجماعة الأقران والمناهج الدراسية ونظام الإمتحانات والمواقف والمواقف الأكاديمية وغيرها بحيث يساهم ذلك في مواجهة متطلبات البيئة الدراسية وبالتالي رضي التلميذ عن مواجهتها والقناعة بها".

(مروى عمارة، 2015: 37)

تعريف القضاة محمد أمين: " أن التوافق الدراسي هو نتاج لتفاعل الفرد مع المواقف التربوية وتفاعل عدد من العوامل كالقدرة العقلية والقدرة التحصيلية والميول التربوية والإتجاهات نحو النظام التعليمي والحالة النفسية للتلميذ والظروف الأسرية بشكل عام".

(القضاة محمد أمين، 2007)

- نستنتج من خلال التعريف أن التوافق الدراسي عملية حيوية متجددة ومستمرة بين التلميذ وما يحيط به من بيئته المدرسية.

- في الأخير يمكننا أن نستخلص من خلال التعاريف السابقة أن التوافق الدراسي عملية نفسية وعلمية يبادر بها التلميذ، إذ أنها تعكس مدى قدرته على عقد علاقات بناءة ومتميزة بينه وبين مكونات بيئته الدراسية من أساتذة وزملاء، كذلك التلاؤم مع المواد الدراسية والمناهج التربوية والأنظمة السائدة ببذل مجهود فردي معتبر لتحقيق الغاية من الدراسة ألا وهي النجاح والتفوق.

2- أهمية دراسة التوافق في الميدان التربوي:

يمثل التوافق الجيد مؤشرا إيجابيا أو دافعا قويا يدفع التلاميذ إلى التحصيل من ناحية، ويرغبهم في الدراسة ويساعدهم على إقامة علاقات متناغمة مع زملائهم ومعلميهم من ناحية أخرى، بل ويجعل من العملية التعليمية خبرة ممتعة وجذابة والعكس صحيح.

(عبد الحميد محمد ، 2001 : 58-59)

كما يتضمن التوافق الدراسي نجاح المؤسسة التعليمية في وظيفتها والتوائم بين الأستاذ والتلميذ بما يهيئ لهذا الأخير ظروفًا للنمو السوي معرفيًا وانفعاليًا واجتماعيًا، مع علاج ما ينجم في مجال الدراسة من مشكلات كالتأخر الدراسي والغياب والتسرب، فهذا فضلًا عن علاج المشكلات السلوكية التي يمكن أن تصدر عن بعض التلاميذ.

(أحمد محمد عبد الخالق، 2001 : 61)

- نستخلص أن الإهتمام بدراسة التوافق في الميدان التربوي له أهمية كبيرة، فمن جهة يسمح بتحليل العملية التعليمية من حيث أنماط العلاقات الأفقية (أستاذ، تلميذ) أو عمودية (تلميذ، تلميذ)، ومن جهة أخرى يساعد الفاعلين في الميدان على ضبط أسباب الفشل الدراسي والمحاولة لإيجاد الحلول للمشكلات الدراسية وحتى السلوكية التي تعيق نجاح العملية التعليمية.

3- أبعاد التوافق الدراسي:

أ- الجد والإجتهد:

لعل من بين المؤشرات الهامة والدالة على التوافق الدراسي للتلميذ جده وإجتهاده في حياته الدراسية، ويختلف التلاميذ على حد فروقهم الفردية في هذا المؤشر، إذ أن قوة الدافع تميز بين التلاميذ ومدرعاتهم وتصور اتخم للدراسة وإتجاهاتهم نحوها، وكذا أهدافهم التي يريدون الوصول إليها، وما يحققونه من نجاح في الدراسة أو في غيرها.

ويعتبر التوافق الدراسي جملة من المواقف تحدد إزاء علاقات التلميذ بمحيطه الدراسي، وتتنضح بارزة من خلال تفاعله مع هذا المحيط تتخذ من الجد والإجتهد صورة واضحة لها، تكون بقدر دافع التلميذ واهتمامه ولا تقتصر على حياته الدراسية فحسب بل تتعدى ذلك إلى حياته العامة.

لذا فإن جد التلميذ وإجتهاده يعبر عن رغبته في النجاح والطموح إلى المستقبل وهو ما يصبو إليه مفهوم التربية في أهدافه وغاياته من تكوين الفرد (المواطن والإنسان الصالح)

المزود بالمعارف والخبرات والمهارات التي يستغلها فغي حل مشكلاته الخاصة والعامة بل وحتى مشكلات غيره.

(عبد الله لبوز، 2002: 95)

ب- الإدعان:

إن المدرسة بأساليبها التربوية لا تختلف كثيرا عن أساليب التربية في البيت، إذ أن الأستاذ يتخذ صورة الأب بالنسبة للتلميذ هذا من جهة، والتلميذ يأتي من البيت مزودا بخبرات التي يتلقاها من والده من جهة أخرى حيث أن المدرس قبل أن يكون مدرسا هو كغيره أتى من أسرة وله علاقات مع أبويه، وكل منهما (أستاذ، تلميذ) يسقط لاشعوريا خلفياته المنزلية ومشكلاته الأسرية، من هنا تتخذ عمليات السيطرة والإدعان أشكالا لا تختلف كثيرا عما عليه خارج القسم.

ت-العلاقة بالمدرس:

إن التصورات والمدرجات عند التلميذ والتي تنمو عن طبيعة العلاقات الموجودة بين التلاميذ والمدرسين هي من أهم العوامل المؤثرة في التوافق الدراسي ذلك أن التواصل بين الطرفين يتحدد بفعل هذه التصورات إذ أنه لمن أهم المكاسب للمدرس الناجح في القسم الدراسي أن تكون علاقته جيدة مع تلاميذه، لأن ذلك الدور الشاق لا يكون إلا إذا تميز هذا المدرس بصفات تؤهله بإقامة تفاعل مؤثر في حياة التلميذ الوجدانية، هذا التميز الذي تتكامل فيه نواحي شخصيته في إطار الذي نستطيع من خلاله أن ينسج علاقات جيدة مع تلاميذه، فقد خلص (سيمونديز) إلى أن الأستاذ الرفيع هو من يستطيع حب التلاميذ، وتختلف نسب التفاوت بين الأساتذة ونجاحهم في العلاقات الإجتماعية الحسنة إذ أكد (دودج 1943) في دراسة مفصلة أن الأستاذ الناجح أبدى في استبيان الشخصية إرتياحا في العلاقات الإجتماعية وإرادة في تحمل المسؤولية كما كان أقل تعرضا للخوف والجزع وأكثر إستجابة لآراء الآخرين وأبطأ في إتخاذ القرارات من الأستاذ الأقل نجاحا منه.

(عبد الله لبوز، 2002: 100)

4-مظاهر التوافق الدراسي:

من أهم المظاهر التي تؤشر على توافق التلميذ دراسيا نجد:

أ- **الراحة النفسية:** تتجلى في غياب حالات الشعور بالتأزم، والإكتئاب والتوتر دون

مبالغة في ذلك لأن التوافق يكمن في القدرة على مواجهة هذه الأزمات وتجاوزها.

(حميدة بن قادة، 2017: 44)

ب- **الإتجاه الإيجابي نحو الدراسة:** التلميذ المتوافق هو الذي ينكب على الدراسة بشكل جدي، ويرى فيها متعة، كما أنه يؤمن بأهمية المواد الدراسية.

(عبد الرحيم شقورة، 2001: 46)

ج- **الكفاية في العمل:** إستغلال كل ما تسمح به القدرات والإمكانات الذاتية التي يتميز بها التلميذ وهذا ما يساعده على إبرازه والرفع من معنوياته ويأتي كنتيجة لذلك توافق دراسي جيد.

د- **متابعة الدروس:** حضور التلاميذ للدروس بصفة عادية والمشاركة داخل القسم أن يعمل المراهق على إبراء رأيه وبذلك إندماجه في مجتمعه الدراسي.

(مروى عمارة، 2015: 44)

هـ- **العلاقة بالمدرسين:** التلميذ المتوافق هو الذي يحترم مدرسيه ويقدرهم وقدر الدور الذي يقومون به كما أنه يتبع تعليماتهم وينفذها ويسألهم ويتحدث معهم، ويعتبرهم قدوة ويجب الإقتداء بها.

و- **العلاقة بالزملاء:** التلميذ المتوافق هو الذي يقيم علاقات جيدة أساسها الود والإحترام المتبادل مع زملائه داخل وخارج المدرسة.

ز- **تنظيم الوقت:** التلميذ المتوافق هو الذي ينظم وقته بشكل متزن ويقسمه إلى أوقات وأنشطة إجتماعية وترفيهية، وهو الذي يسيطر على وقته ولا يجعل الوقت يُسيطر عليه.

(عبد الرحيم شقورة، 2001: 46)

ح- **طريقة الدراسة:** التلميذ المتوافق هو الذي يتبع طرقا مختلفة في الدراسة تتلاءم مع المادة الدراسية التي يدرسها ويقوم بعمل الملخصات والإستنتاجات كما أنه قادر على تحديد نقاط الهامة والتركيز عليها في أثناء المراجعة.

ط- **إرتياد المكتبة:** التلميذ المتوافق هو الذي يرتاد المكتبة بإستمرار ويمضي فيها أوقات فراغه.

ي- **التميز الدراسي:** التلميذ المتوافق دراسيا هو المتميز دراسيا الذي يحصل على درجات عالية في الإمتحانات ويظهر ذلك في سجلات والكشوف والدرجات.

(عبد الرحيم شقورة، 2001: 46)

ك- **متابعة الدروس:** حضور التلاميذ للدروس بصفة عادية والمشاركة داخل القسم أن يعمل المراهق على إبداء رأيه وبذلك إندماجه في مجتمعه.

(حميدة بن قادة، 2017: 44)

ل- المشاركة في الأعمال: بأن يشارك في النشاطات التربوية والثقافية والرياضية التي تتضمنها المدرسة أو التي يبادر بها بعض التلاميذ ويؤمن بالفائدة المرجوة.

(طبة عارم، 2017: 60)

- نستخلص من أهم الخصائص التي يظهر بها التلميذ المتوافق دراسيا تتمثل في علاقة الود والإحترام والتقدير والمساعدة التي تجمع بين التلميذ وأساتذته، أو بين التلميذ وزملائه، إلى جانب التوجه الإيجابي نحو دراسته من خلال إعطاء أهمية متساوية لكل المواد والمقررات الدراسية، هذا بتنظيم الوقت، أي تخصيص وقت للمراجعة الفعالة والبحث المكتبي والعلمي، وتخصيص وقت الترفيه والنشاطات الثقافية، لأن نتائج التوافق الدراسي تظهر بتميز التلميذ بمردوده الجيد.

5- أساليب التوافق الدراسي:

يجمع علماء النفس على وجود ثلاثة أساليب تخص سلوكيات التوافق مع موافق الحياة المختلفة يستخدمها الأفراد بطرقهم الخاصة المتبادلة عندما تواجههم صعوبات أو مشاكل أو ظروف، وذلك في سبيل تحقيق أهدافهم أو الوقوف في إحباطات إضافية ومن بين هذه الأساليب:

- **أسلوب المواجهة البديلة:** إن التلميذ خلال توظيفه لهذا الأسلوب يكون في حالة نشاط مستمر بحيث يدرك ويعي أن حضوره للدروس أمر واجبا ومهما وإجراءه للإمتحانات شيء ضروري وهنا يبدأ بالذاكرة بشكل جاد فيعمل بنشاط ويتمكن بذلك من التغلب على الصعوبات التي تواجهه.
- **أسلوب البديل الإيجابي:** قد يكون التوافق في هذا الأسلوب منطقيا أكثر منه في السابق، حيث أن التلميذ في هذا الأسلوب قد يوظف طاقة أكثر وأكبر، بحيث إذا شعر بالفشل في مادة ما فهذا قد يكون دافعا له في صرف هذه الطاقة الوفيرة للتوافق في مواد أخرى وإذا فشل كليا قد ينصرف عن الدراسة ويلتحق بالتكوين المهني أو قد يبحث عن مهنة ولا يترك حياته تذهب هباء منثورا.
- **أسلوب البديل السلبي:** في هذا الصنف يتصرف التلميذ ويتراجع كلية أمام المشكلة أو المشاكل تواجهه فيتهرب من واقعه الدراسي ويصبح يعيش في عالم من الوهم والخيال بعيدا عن الواقع متبعا أسلوب نكوصيا في التوافق وقد ينتهي به هذا إلى اضطرابات سلوكية فيبحث عن أساليب الغش والمخادعة والتهرب وحتى مغادرة المدرسة.

(طبة عارم، 2017: 60-61)

6- العوامل المساعدة على تحقيق التوافق الدراسي:

يتأثر التوافق الدراسي بالعديد من العوامل والتي يلخصها الباحث الأسمرى عام 1998 فيما يلي:

- التوافق النفسي للفرد وقدرته على الإستقلال النفسي في نهاية المراهقة وبداية الرشد والشعور بالهوية كفرد له كيانه المستقبلي.

- الظروف الإقتصادية والمعيشية والمستوى الإقتصادي والإجتماعي للأسرة فكلما ارتفع المستوى المادي والتعليمي للأسرة كلما توافقت التلميذ وإنجازته التعليمي والعكس صحيح.

- إثارة الدوافع للتعليم وتهيئة الفرص اللازمة والكشف عن القدرات والتعرف على الإمكانيات مع الموازنة بين القدرات والمقررات.

- بث روح المنافسة بين التلاميذ بغية الوصول إلى التسابق في تحصيل المعلومة والإستفادة منها وتحقيق أكبر قدر ممكن من الإنجاز.

- تشجيع التلاميذ على العمل المشترك وتعويدهم على حب التعاون والمشاركة الفعالة فيما بينهم إستعدادا لما ينتظرهم من مسؤوليات مستقبلية. (نجمة الزهراني، 2005: 52)

تتلخص جملة العوامل التي يمكن أن تساعد التلميذ على تحقيق توافقه الدراسي في ثلاث نقاط أساسية:

أولها: متعلقة بالتلميذ أن يكون متوافقا نفسيا وقادرا على الإستقلال بشخصيته والإعتماد على نفسه.

ثانيها: متعلقة بالمستوى الإجتماعي والإقتصادي للأسرة فكلما زاد هذا الأخير زاد معه الإنجاز التعليمي للتلميذ.

ثالثها: متعلقة بالمؤسسة التعليمية بإعتبارها المسؤولة على تهيئة الفرص اللازمة للتعلم التي توازن بين المقررات والقدرات فهي معنية بإثارة دوافع التلاميذ للتعلم وتشجيعهم على العمل بالمنافسة النزيهة تارة وتارة أخرى بالعمل المشترك. (طبة عارم، 2017: 54-55)

تعتبر المدرسة المسؤول الثاني بعد الأسرة على تربية النشء وسعيها لتحقيق أفضل ما يمكن من إنسجام وتوافق الناشئة مع نفسه ومع المحيطين به خاصة توافقه الدراسي، وهذا لا يتحقق إلا بتوفر جملة من العوامل وهي كالاتي:

- تهيئة الفرص اللازمة والمتاحة للإستفادة من التعليم بأكبر قدر ممكن إذ أن مبدأ تكافؤ الفرد يراد به أن يتاح لكل تلميذ فرص التعلم بحسب ذكائه وقدراته الخاصة وميوله.
- الدافعية وإثارة الدافع نحو الدراسة والتعليم والإقبال عليها والإتجاه الصحيح نحوها.
- الموازنة بين المناهج الدراسية والقدرات العقلية للتلاميذ ومستواهم التحصيلي وطموحاتهم مع مراعاة الفروق الفردية.
- التنافس مقابل التعاون فالتنافس بين التلاميذ يجعلهم يسعون دائما إلى التفوق وتحسين المستوى، إضافة إلى أن التعاون ينمي روح الجماعة والتضحية من أجل الآخرين وبهذه العوامل تكون المدرسة قد وفرت ما يحقق التوافق الدراسي للتلاميذ.

(طبة عارم، 2017: 55)

7- دور الإرشاد النفسي المدرسي في تحقيق التوافق لدى التلاميذ:

لاشك أن بعض التلاميذ يواجهون في حياتهم مشكلات الخاصة تحد من إقبالهم على الدراسة، وبالتالي تعمل على تدني مستوى تحصيلهم المدرسي، وإذا ما أريد تحسين مستوى تحصيلهم الدراسي لا بد من التعرف على هذه المشكلات والعمل على حلها حتى توفر للتلميذ كل دواعي الأمن والإستقرار النفسي الذي يحمله على الإستمتاع بالمدرسة، ويدفعه للإقبال عليها.

(سعيد جاسم، 2003: 244)

وهنا يبرز دور الإرشاد النفسي المدرسي في تحقيق توافق التلاميذ في الدراسة وعلاوة على ذلك في جميع جوانب شخصيتهم من خلال جملة من المهام بحيث يعمل على مساعدة التلاميذ في الكشف عن إمكاناتهم وقدراتهم وإستعداداتهم، كذلك مساعدتهم على النمو إلى أقصى درجة ممكنة عن طريق إستخدام تلك الإمكانيات والقدرات إستخداما سليما. ومساعدة التلاميذ على إختيار نوع الدراسة الملائمة لهم والتكيف معها والتغلب على الصعوبات التي تواجههم في حياتهم المدرسية بوجه عام إضافة لكل هذا تحمل مسؤولية توجي وإرشاد التلاميذ والإسهام في حل مشاكلهم وإحالتهم لذوي الإختصاص.

8- مشكلات التوافق الدراسي:

يمكن أن تعترض التلميذ العديد من المشكلات دون تحقيق توافقه الدراسي نجد من بينها:

- **الحالة الصحية للتلميذ:** فالتلميذ الذي يعاني من إعتلال في صحته وعدم قدرته على التركيز في الدروس، والتغيب المستمر نتيجة حالته الصحية تؤدي إلى سوء توافقه في الدراسة.

- التذبذب في المعاملة الأسرية: فالدلال الزائد والإسراف بالرعاية يولد فردا معتمدا على أبيه في أداء واجباته الدراسية.
- عدم وجود صلة بين المؤسسة التعليمية والمجتمع يولد سوء تكيف التلميذ لأن المؤسسة التعليمية يجب أن يكون إمتدادا لحياة المجتمع الجيد.
- التأخر الدراسي وعدم قدرة التلميذ على متابعة الدروس مما يولد لديه الملل بسبب عدم قدرته على الإيفاء بمتطلبات الدراسة.
- إرتكاب مخالفات داخل المؤسسة التعليمية كالعدوان على زملاء، والغش في الإمتحانات والتمارض والسرقة مما يولد فيه تلميذا يرفض من قبل المؤسسة والزملاء مما يؤدي إلى عدم قدرته على التوافق.
- مشكلات تتعلق بنوع الدراسة والإلتحاق بها، وتتضمن مشكلات تتعلق بالقدرات والإستعدادات. (صلاح الدين العمري، 2005: 148-150)
- يمكن أن نوجز مظاهر سوء التوافق الدراسي في نقاط والتي تعبر عن تدهور التوافق الدراسي للتلميذ:

- الشعور بالقلق والتوتر والإحباط.
- الإنطواء والميل إلى العزلة.
- التأخر وكثرة الغياب عن الحصص الدراسية.
- عدم إحترام التلميذ لتعليمات الأستاذ.
- الغش في الإمتحانات في محاولة الوصول إلى ماوصل إليه الآخرين ولو بطريقة غير شرعية.
- لا يستطيع إقامة علاقات مع الجماعة المدرسية أو الإندماج فيها.

(عبد العزيز المعاينة، 2006: 27)

- من خلال ما سبق نستنتج الكثير من المشكلات التي تعترض تقدم التلميذ وتوافقه دراسيا، فاعتلال الحالة الصحية للتلميذ يؤثر على مواظبته، ويؤخره دراسيا لعدم قدرته على الإيفاء بمتطلبات الدراسة، إلى جانب إنعدام الصلة بين ما يدرسه التلميذ وما يعيشه في المجتمع، وعدم التطابق ما بين قدراته وإستعداداته ونوع الدراسة الموجه إليها، كل هذه العوائق يمكن أن تولد فيه سلوكات غير سوية التي ستؤثر بدورها دون تحقيقه لتوافقه الدراسي.

خلاصة الفصل:

نظرا لأهمية التوافق الدراسي للتلميذ في المجال التربوي فقد حاولنا أن نتعرض لأهم ما جاء حوله في التراث النظري بإعتباره عنصرا هاما في تحديد السلوك ومساعدة التلميذ على التكيف مع وسطه المدرسي والتعرف على مدى قابلية التلميذ ومدى تفاعله مع عملية التعلم.

المفصل الثالث:

الإجراءات

المنهجية للدراسة

أولاً: الدراسة الإستطلاعية

- تمهيد

1- أهداف الدراسة الإستطلاعية

2- حدود الدراسة الإستطلاعية

3- ظروف إجراء الدراسة الإستطلاعية

4- عينة الدراسة الإستطلاعية

5- أدوات الدراسة الإستطلاعية

6- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة

- خلاصة

تمهيد:

بعد ما تطرقنا إلى الجانب النظري لهذه الدراسة والتي تمثلت في تحديد إشكالية الدراسة، فرضياتها، وأهدافها ثم عرض بما يتعلق بمتغيرات الدراسة كل من الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي، سيتم في هذا الفصل عرض أولا الدراسة الإستطلاعية وكذا الدراسة الأساسية والذاتان يحملان الإجراءات المنهجية المتبعة والعينة التي أجريت عليها الدراسة ثم ذكر أهم الأدوات المستخدمة في جمع البيانات والأساليب الإحصائية المستعملة في تحليل النتائج.

أولاً- الدراسة الإستطلاعية:

تعتبر الدراسة الإستطلاعية خطوة أساسية في البحث العلمي، فهي بالنسبة للباحث أول إحتكاك له بالميدان، لغرض التعرف على الظروف المحيطة بالظاهرة المراد دراستها، وفي نفس الوقت التأكد من توفر عينة البحث في الميدان، كما تتيح الدراسة الإستطلاعية للباحث فرصة جمع المعلومات الأولية والحصول على البيانات الخام المتعلقة بالظاهرة المستهدفة، والتأكد من صلاحية الأدوات المستعملة.

1- أهداف الدراسة الإستطلاعية:

إجراء الدراسة الإستطلاعية ومجمل بدايتها يمهد إلى مايلي:

- التعرف على المكان ومدى إمكانية إجراء هذه الدراسة.
- تمكن من التدريب الأولي للدراسة الميدانية.
- الدراسة الأولية لأدوات الدراسة وذلك للتحقق من صحة أدوات جمع البيانات ، والتأكد من خصائصها السيكومترية تمهيدا لإستعمالها في الدراسة الأساسية.
- التعرف على كل مايمكنه عرقلة التطبيق ومختلف الصعوبات المحتمل مواجهتها لتفاديها في إجراء الدراسة الأساسية.
- تحديد العينة ومعرفة الأجواء المحيطة بها ومختلف ظروفها.
- التقرب من أفراد العينة بصورة مباشرة والتعرف على مدى تجاوبهم مع إجراءات الدراسة.
- التحقق من ملائمة المقاييس ومدى فهم أفراد العينة لفقراتها.

2- حدود الدراسة الإستطلاعية:

الحدود المكانية: قسمت عينة الدراسة الإستطلاعية إلى جزئين، خمسين (50) من متوسطة حلوز فيغول بتيارت، وخمسين (50) من متوسطة قندوز محمد بفرندة، تم إختيارهم من الجنسين (ذكور وإناث) من أقسام السنة الرابعة متوسط، ويرجع سبب إختيارنا لهذه الفئة لكونها قد تعودت على محيطها المدرسي مقارنة بالسنوات السابقة، كما أنها معنية بإجتياز إمتحان مصيري (إمتحان شهادة التعليم المتوسط).

الحدود الزمانية: تم إجراء هذه العملية بدءاً من 2018/03/11 وهذا التاريخ الرسمي لبداية توزيع الإستيبيان إلى غاية 2018/03/25.

3- ظروف إجراء الدراسة الإستطلاعية: تم الإقتصار في هذه الدراسة على 100 تلميذ وتلميذة إستنادا إلى توجيهات المشرف، ولم تواجهنا أي صعوبات في إجراء هذه الدراسة، ويعود الأمر إلى قبولنا من طرف مدراء المتوسطات، إضافة إلى تعاون التلاميذ معنا وذلك بالإجابة على كل فقرات المقياسين.

4- وصف العينة الإستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الإستطلاعية من (100) تلميذ وتلميذة، والجدول التالي يوضح خصائص هذه العينة.

جدول رقم (01): يبين توزيع عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير الجنس.

الجنس	العدد	النسبة المئوية
ذكور	61	%61
إناث	39	%39
المجموع	100	%100

يتضح من خلال الجدول أعلاه أنه قد بلغ عدد الذكور في الدراسة الإستطلاعية (61) وذلك بنسبة (61%)، وبلغ عدد الإناث في الدراسة الإستطلاعية (39) بنسبة (39%) إذ يلاحظ أن نسبة الذكور أكبر من نسبة الإناث.

5- وصف أدوات جمع البيانات:

1-5 الإستبيان: يعد الإستبيان وسيلة من وسائل جمع البيانات خاصة فيما يتعلق بالبحث الوصفي وتعد تلك الأداة من أوسع الطرق إنتشارا. (نبيل أحمد، 2006: 55)

في ضوء إستعراض عدد من الدراسات العربية والأجنبية، والإطلاع على ما هو متاح من تراث نظري ومقاييس للفعالية الذاتية، ومقاييس للتوافق الدراسي، وبناءا على صياغة مشكلة الدراسة الحالية.

5-2 مقياس الفعالية الذاتية:

- المراجع التي إعتمدت في بناء الإستبيان هي:

1- إعتمدنا على التراث النظري والدراسات السابقة، وذلك بالقراءة المتأنية الدقيقة لتعريف الفعالية الذاتية ونظرية (ألبرت باندورا) حول فعالية الذات وأهميتها للفرد.

2- الإطلاع على بعض المقاييس المتاحة، مثل مقياس فعالية الذات الذي وضعه رفقة خليف سالم (2008).

3- مقياس فعالية الذات إعداد نادية سراج جان (2000).

4- الفعالية الذاتية وعلاقتها بالتوافق النفسي في ضوء متغيري التفاؤل والتشاؤم لدى الفريق الشبه الطبي، أطروحة معدة لنيل شهادة دكتوراه في علم النفس المرضي المؤسساتي (2017).

وما تضمنته هذه المقاييس من أبعاد وعبارات لقياس الفعالية الذاتية قمنا بصياغة أولية تمثل في مجموعة عبارات لكل بعد من الأبعاد التالية:

- تناول البعد الأول: قدر الفعالية وعدد بنوده: 25 بنداً.

- تناول البعد الثاني: العمومية وعدد بنوده: 20 بنداً.

- تناول البعد الثالث: القوة أو الشدة وعدد بنوده: 26 بنداً.

التعريف الإجرائي لبعد قدر الفعالية: يشير إلى مستوى قوة ودافع الفرد للأداء في المجالات والمواقف المختلفة، ويختلف هذا المستوى تبعاً لطبيعة أو صعوبة الموقف.

جدول رقم (02): يوضح الصياغة الأولية لبعدها قدر الفعالية.

الرقم	البعدها	الفقرات
01	فقر الفعالية	أعتقد أنني شخص كفؤ وفعال.
02		أعتقد أنني ذكي.
03		أجد صعوبة في تحضير دروسي.
04		أجد صعوبة في إتخاذ القرارات الصائبة.
05		أفقد السيطرة على تصرفاتي عندما أغضب.
06		أجد حلا لكل مشكلة تواجهني بفعالية.
07		يدفعني الفشل للعمل بإجتهد أكبر.
08		هناك مهارات كثيرة أعجز عن تحقيقها.
09		أضع خطط مناسبة لتحقيق أهدافي.
10		أثق في مقدرتي على التعامل بكفاءة مع الأحداث غير المتوقعة.
11		يسهل علي تحقيق أهدافي وطموحاتي.
12		أثق بإمكاناتي وقدراتي للقيام بأشياء تطلب مني.
13		أثق بمقدرتي في مساعدة الآخرين حينما تواجههم مشكلة.
14		أسعى إلى تعلم أشياء جديدة تبدو صعبة بالنسبة لي.
15		أتعامل مع المشكلات الطارئة بشكل جيد.
16		أجد متعة في حل مشكلة يصعب على الآخرين حلها.
17		أعتمد على قدراتي الذاتية في حال واجهتني أي مصاعب.
18		عندي كثير من الطموحات أسعى إلى إنجازها.
19		عندما أقوم بعمل ما فإني أهتم بإنجازه على أفضل وجه.
20		أبذل أقصى ما في وسعي لتحقيق أهدافي.
21		أحتاج إلى مساعدة الآخرين لإنجاز أعمالي.

22	من السهل علي مشاركة في الأنشطة الإجتماعية كالحفلات والمناسبات.
23	أجد صعوبة في طرد الأفكار المزعجة من ذهني.
24	كثيرا ما يدفعني الحماس للتصرف دون التكير في العواقب.
25	اجد صعوبة في إقناع الآخرين بوجهة نظري.

التعريف الإجرائي لبعد العمومية: يشير إلى إنتقال فعالية الذات من موقف ما إلى مواقف مشابهة (الخبرة والتجربة)، فالتلميذ يمكنه النجاح في أداء المهام مقارنة بنجاحه في أداء أعمال ومهام مشابهة.

الجدول رقم(03): يمثل الصياغة الأولية لبعد العمومية.

الرقم	البعد	الفقرات
26	العمومية	سمعتي بين زملائي أنني فاشل دراسيا.
27		أحقق أهدافي بعد أن أحاول عدة مرات.
28		أعتقد أن النجاح في المتوسطة لا يعني النجاح في الحياة.
29		يعاملني الأساتذة على أنني من التلاميذ الجيدون.
30		أستطيع التعامل مع الضغوط الحياتية التي تواجهني.
31		أستمتع بالعمل مع الآخرين والتعاون معهم.
32		عندما تواجهني مشكلة جديدة أعرف كيف أتعامل معها.
33		أجيد التعامل مع الناس.
34		أصدقائي يثقون بقراراتي.
35		عندما أخفق في أداء عمل في المرة الأولى فإني أستمتع في المحاولة حتى أنجح.
36		أتجنب تعلم الأشياء الجديدة حينما تبدو لي صعبة.
37		أحتاج إلى مساعدة الآخرين لمواجهة أعمالي.
38		من السهل المحافظة على العلاقات الودية إذا كانت هناك خلافات مع

		الآخرين.
39	أحتاج لمن يساعدني فيما أقوم به من أعمال.	
40	أحرص على معاودة القيام بعمل معين أكثر من مرة حتى أحقق ما أسعى إليه.	
41	عندما أحدد الأهداف المهمة لنفسني أجد سهولة في تحقيقها.	
42	الفشل يجعلني أزيد من محاولاتي للوصول للهدف.	
43	إذا لم أنجح عند محاولة تعلم شيء جديد سريعا ما أعيد المحاولة.	
44	إذا كنت لا أستطيع القيام بعمل من اول مرة أستمر بالمحاولة حتى أنجح.	
45	يلجأ لي زملائي في حل معظم مشكلاتهم.	

التعريف الإجرائي لبعد القوة أو الشدة: يعني الفروق الفردية بين التلاميذ في مواجهة المواقف الفاشلة إلا أن الاختلاف يعود إلى التفاوت بين الأفراد في الفعالية الذاتية ومنهم من تكون لديه فعالية ذاتية مرتفعة، فيثابر في مواجهة الأداء الضعيف في حين يعجز الآخر.

الجدول رقم(04): الصياغة الأولية لبعد القوة أو الشدة.

الرقم	الفقرات	البعد
46	أواجه الصعاب.	القوة أو الشدة
47	قدرتي كبيرة على التعامل مع المشكلات التي أتعرض لها في حياتي.	
48	أستطيع إقناع الآخرين حتى لو خالفوني في الرأي.	
49	أستطيع قيادة مجموعة من زملائي إلى هدف معين.	
50	تستهوني حلقات البحث الصعبة والجانب العلمي التي تتطلب جهدا ووقتا وأكون سعيدا عند تنفيذها.	
51	أستطيع التعامل مع معظم المشكلات الدراسية التي أتعرض لها في المتوسطة.	
52	أضع لنفسني أهدافا بعيدة وأسعى لتحقيقها.	

أستطيع تنفيذ الخطط التي أضعتها.	53
أثق بقدرتي على التخطيط الجيد.	54
أستطيع التمييز بين ما أستطيع ولا أستطيع إنجازه.	55
أستطيع السيطرة على مشاعري.	56
أستطيع أن أقنع أي شخص بوجهة نظري.	57
أنجز واجباتي المدرسية أولاً بأول.	58
لدي العزيمة والإرادة أقوى من معظم الناس.	59
لدي مستوى طيب من العزيمة والقوة والإرادة.	60
أعتقد بأنني قادر على معالجة المشكلات الصعبة في شكل مناسب حتى لو كانت مفاجأة.	61
أستطيع تحقيق النجاح في معظم المهام التي أركز تفكيري فيها.	62
عندما يتحتم علي القيام بعمل ما لا أحبه فإنني أستمر فيه حتى أنهيه.	63
أستطيع منع نفسي من مقاطعة المتحدث حتى لو كان لدي شيء يلح أود قوله.	64
أستطيع التعبير عن مشاعري دون أن أشعر بإحراج.	65
لدي القدرة على التركيز حتى بوجود فوضى حولي.	66
أتحكم في هدوئي حين أستشعر الإهانة.	67
عندما أغضب فإنني أفقد السيطرة على غضبي.	68
أستطيع ضبط نفسي إذا تلقيت خبراً غير سار.	69
أستطيع ضبط نفسي في مواجهة المواقف الخطرة.	70
أستطيع إكمال المهمة بدقة مهما كانت معقدة.	71

3-5 مقياس التوافق الدراسي:

1- بعد الإطلاع على مجموعة من الدراسات السابقة والكتب والمجلات والمذكرات وبعض المقاييس المتشابهة مثل: مقياس يونجمان Youngman سنة 1979، ثم قام بتكييفه على

البيئة العربية (حسين عبد العزيز الدريني) سنة 1985 بقطر، حيث يتضمن (34 فقرة) يحوي ثلاثة أبعاد هي: بعد الجد والإجتهد، بعد الإذعان، بعد العلاقة بالمدرس.

2- علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط، مذكرة مقدمة لإستكمال شهادة الماستر، تخصص إرشاد وتوجيه سنة (2013).

3- الإتصال داخل الأسرة وعلاقته بالتوافق الدراسي دراسة ميدانية على تلاميذ السنة أولى ثانوي، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، تخصص علم النفس المدرسي وصعوبات التعلم سنة (2015).

وحسب مراجعة الخطوات السابقة وتحليل الخاصية تحليلًا إجهاديا تم التوصل إلى الأداة في صورتها الأولية المكونة من 41 فقرة مقسمة على ثلاثة أبعاد هي:

- بعد الجد والإجتهد وعدد فقراته: 15 فقرة.

- بعد الإذعان وعدد فقراته: 15 فقرة.

- بعد العلاقة بالمدرس وعدد فقراته: 11 فقرة.

التعريف الإجرائي لبعد الجد والإجتهد: مؤشر من مؤشرات التوافق الدراسي للتلميذ وهو يعبر عن الرغبة في النجاح والتقدم والمعرفة والفهم والإستطلاع أو الإكتشاف لتنمية الميل الشخصي والحرص والإتجاه الإيجابي نحو المواقف المدرسية.

الجدول رقم (05): يبين الصياغة الأولية لبعد الجد والإجتهد.

البعد	الرقم	الفقرات
الجد والإجتهد	01	غالبا ما أنظر من نافذة أو باب القسم أو إلى الملصقات على جدران القسم أثناء الدرس.
	02	أتحدث مع زميلي أثناء الدرس.
	03	أجد أنه من الصعب عليك الجلوس ساكنا في مكاني مدة طويلة.
	04	أكون في العادة هادئا في القسم.
	05	أستغرق أحيانا في أحلام اليقظة أثناء الدرس.
	06	أذهب إلى المتوسط مع زملائي.
	07	أوجه إنتباهي للأستاذ أثناء الشرح.
	08	يمكنني الإستمرار في أداء العملي لمدة طويلة.

أؤدي عملي معتمدا على نفسي.	09	
أنفذ دائما ما يطلب بدون تدمير.	10	
أبدأ بالضحك في القسم.	11	
أطلب الإذن من الأستاذ قبل أن أترك مكاني.	12	
تتفق الدراسة مع ميولي و إهتماماتي.	13	
أعتقد أن معظم المواد الدراسية صعبة.	14	
أساعد زملائي إذا طلبوا مني ذلك.	15	

التعريف الإجرائي لبعد الإذعان: هو إنقياد التلميذ وفهم وإدراك للسلوكيات التي يبديها المدرس في المواقف المدرسية المختلفة شعورا منه بالمسؤولية والولاء للجماعة المدرسية.

الجدول رقم(06): يوضح الصياغة الأولية لبعد الإذعان.

الرقم	البعد	الفقرات
16	الإذعان	أخذ مني الأستاذ أشياء كنت أعبت بها أثناء الدرس.
17		يكون عملي عادة نظيفا ومرتبيا.
18		يسهل علي قراءة ما كتبت.
19		أمزق كتابي بسرعة.
20		أحضر إلى الدرس متأخرا.
21		أحضر قلمي بصورة دائمة إلى الدرس.
22		كثيرا ما أعاقب من قبل أساتذتي.
23		أؤدي واجباتي المطلوب مني في الوقت المناسب.
24		إشتركت في أي خلاف حاد أو مشاجرة مع زملائي بالمتوسطة.
25		غالبا ما سكبت سوائل أو أسقطت أشياء داخل القسم.
26		عادة ما تكون معي كل الكتب والأدوات التي أحتاجها أثناء الدرس.
27		أحيانا أترك ما أقوم به من عمل دون أن أنتهي منه.
28		سبق لي أن حاولت دفع زملائي داخل أو خارج القسم.
29		أستأذن من أستاذي لأغادر القسم.
30	أرفع صوتي للإجابة على السؤال قبل أن يأذن لك الأستاذ.	

التعريف الإجرائي لبعد العلاقة بالمدرس: علاقة التلميذ بالمدرس تظهر من خلال حبه لتلاميذه وميله إليهم ومقدرته على التكوين جوملائم من الصداقة حوله ومواجهته لمشاكله ومشاكل تلاميذه، بإطمئنان وهدوء وقدرته على رؤية هذه المشاكل بالطريقة التي يراها بها تلاميذه والمساعدة على حلها من خلال إتزانهِ وإتصالهِ المباشر بتلاميذه.

الجدول رقم (07): يمثل الصياغة الأولية لبعد العلاقة بالمدرس.

الرقم	الفقرات	البعد
31	أحاول الإجابة على الأسئلة التي يوجهها لي الأستاذ.	العلاقة بالمدرس
32	أقوم بقضاء بعض المهام للأستاذ.	
33	إذا وجه الأستاذ سؤالاً للتلميذ، أرفع إصبعي طالبا الإجابة.	
34	أوجه للأستاذ أسئلة إذا لم أفهم الدرس.	
35	إذا لم أستطيع القيام بالعمل المطلوب أطلب المساعدة من الأستاذ.	
36	أرد مباشرة على توبيخ الأستاذ.	
37	أذهب إلى مكتب الأستاذ إذا احتجت لمساعدة.	
38	أعتقد أن معظم الأساتذة يشعرون نحوي بالمودة.	
39	أعتقد أن معظم الأساتذة يحبوني.	
40	أتردد كثيرا في أن أسأل الأستاذ عما لا أفهمه.	
41	تراودني الرغبة كثيرا في الخروج من الحصة أثناء الشرح.	

6- الخصائص السيكومترية لأداتي القياس:

أ. مقياس الفعالية الذاتية:

1- الصدق:

إن صدق الاختبار يعتبر أهم صفاته الأساسية التي ينبغي أن تتوفر له وإلا فقد قيمته كوسيلة لقياس الخاصية التي وضع لقياسها، ولهذا لا يمكن الإستغناء عن حساب الصدق، مهما كانت شروط التقنين الأخرى متوافرة بدرجة كافية، فقد يكون الاختبار ثابتا بدرجة عالية جدا، وله معايير وتعليمات، ومع ذلك لا يكون صادقا وبالتالي لا يصلح لقياس الخاصية أو السمة التي وضع أساسا لقياسها. (بشير معمريّة، 2012: 179)

ولحساب صدق الأداة تم الإعتماد على:

(أ) - صدق المحكمين:

تم عرض الإستبيان على مجموعة من الأساتذة المحكمين من قسم علم النفس بجامعة ابن خلدون بتيارت، وقد بلغ عدد المحكمين (11) أستاذًا، تم إسترجاع (09) فقط.

الجدول رقم (08): يمثل قائمة الأساتذة المحكمين لأدوات الدراسة.

مكان العمل	الدرجة العلمية	التخصص	الأستاذ المحكم	
جامعة تيارت	أستاذ مساعد	الأرطونيا	قندوز محمد	01
جامعة تيارت	أستاذ مساعد	علم النفس العيادي	بن لباد أحمد	02
جامعة تيارت	أستاذ مساعد "أ"	علم النفس العيادي	حامق محمد	03
جامعة تيارت	أستاذ مساعد	علم النفس العيادي	بوكصاصة نوال	04
جامعة تيارت	أستاذ محاضر "أ"	تربية خاصة	سعد الحاج	05
جامعة تيارت	أستاذ محاضر "أ"	علم النفس العمل والتنظيم	صدقاوي كمال	06
جامعة تيارت	أستاذ مساعد "أ"	علم النفس الجنائي	قاضي مراد	07
جامعة تيارت	أستاذ مساعد	علم النفس التربوي	بغداد إبراهيم محمد	08
جامعة تيارت	أستاذ محاضر "ب"	علم النفس التربوي	دوارة محمد	09

ومن خلال صدق المحكمين قمنا بإجراء ما يلزم من حذف وتعديل لبعض العبارات من كل بعد، وإضافة فقرات جديدة في ضوء المقترحات المقدمة، وعليه كانت الصورة شبه نهائية لإستبيان الفعالية الذاتية تحتوي على (59) بند.

الفقرات المبعدة لأداة الفعالية الذاتية:

- البعد الأول: الفقرات 15 - 21.

- البعد الثاني: الفقرات 26 - 38 - 39 - 42 - 44.

- البعد الثالث: الفقرات 46 - 57 - 60 - 61 - 68.

وتم إضافة بعض الفقرات من قبل المحكمين لإستبيان الفعالية الذاتية في بعد العمومية كما هو موضح في الجدول.

الجدول رقم(09): يمثل العبارات المضافة من قبل المحكمين بعد التحكيم:

الفقرات التي تم إضافتها من طرف المحكمين في بعد العمومية
- أحافظ على نفس الخطة في القيام بالعديد من النشاطات.
- تساعدني تجاربي السابقة في التعامل مع المواقف الجديدة.

جدول رقم(10): يمثل البنود الإيجابية والسلبية لمقياس الفعالية الذاتية.

البنود السلبية	البنود الإيجابية
.59-58-56-29-26-22-13-10-07	-12-11-09-08-06-05-04-03-02-01 -24-23-21-20-19-18-17-16-15-14 -36-35-34-33-32-31-30-28-27-25 -46-45-44-43-42-41-40-39-38-37 .57-55-54-53-52-51-50-49-48-47

جدول رقم (11): يوضح تعديل بعض الفقرات بعد التحكيم.

رقم الفقرة	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل
01	أعتقد أنني شخص كفؤ وفعال	أعتقد أنني شخص فعال
12	أثق بإمكاناتي وقدراتي للقيام بأشياء تطلب مني	أثق بإمكاناتي وقدراتي للقيام بما يطلب مني
19	عندما أقوم بعمل ما فإني أهتم بإنجازه على أفضل وجه	عندما أقوم بعمل ما فإني أهتم بإنجازه على أكمل وجه
29	يعاملني الأساتذة على أنني من التلاميذ الجيدون	يعاملني الأساتذة على أنني من التلاميذ النجباء

37	أحتاج إلى مساعدة الآخرين لمواجهة أعمالي	أحتاج إلى مساعدة الآخرين لتنفيذ أعمالي
40	أحرص على معاودة القيام بعمل معين أكثر من مرة حتى أحقق ما أسعى إليه	أحافظ على نفس الخطة في القيام بالعديد من النشاطات
47	قدرتي كبيرة على التعامل مع المشكلات التي أتعرض لها في حياتي	قدرتي كبيرة على التعامل مع المشكلات الجديدة التي أتعرض لها في حياتي
52	أضع لِنفسي أهدافا بعيدة وأسعى إلى تحقيقها	لدي رؤية بعيدة للأشياء وأسعى لتحقيقها
55	أستطيع التمييز بين ما أستطيع ولا أستطيع إنجازه	أعرف حدود إمكانياتي وأقبلها
61	أعتقد بأنني قادر على معالجة المشكلات الصعبة في شكل مناسب حتى لو كانت مفاجأة	أعتقد بأنني قادر على معالجة المشكلات الصعبة بشكل مناسب حتى لو كانت مفاجأة
66	لدي القدرة على التركيز حتى بوجود فوضى حولي	لدي القدرة على التركيز حتى بوجود فوضى من حولي
67	أتحكم في هدوئي حين أستشعر الإهانة	أتحكم في غضبي عندما أستشعر بالإهانة
70	أستطيع ضبط نفسي في مواجهة المواقف الخطرة	أخفي مشاعر الخوف لدي عند مواجهة المواقف الخطيرة داخل المدرسة

(ب) - صدق الإتساق الداخلي:

من طرق حساب صدق المحتوى طريقة الإتساق الداخلي للإختبار التي تشير إلى أن بنود الإختبار متماسكة ومتراطة ومتسقة فيما بينها، وتعتمد هذه الطريقة على حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند (محك داخلي) والدرجة الكلية للإختبار.

(بشير معمرية ، 2007 : 138)

قدر الإتساق الداخلي من خلال تقدير إرتباط درجة الفقرة مع البعد ومع الإحتبار ككل، وتقدير الإرتباط بين البعد والدرجة الكلية للأداة ككل ، تبعا لذلك تم التوصل إلى النتائج التالية :

جدول رقم (12): مصفوفة الإرتباطات بين العبارات وأبعادها والدرجة الكلية لمقياس الفعالية الذاتية.

إرتباط البعد بالدرجة الكلية	إرتباط الفقرة بالدرجة الكلية	إرتباط الفقرة بالبعد	رقم الفقرة	قدر الفعالية
0,93**	0,51**	0,50**	01	
	0,50**	0,50**	04	
	0,12	0,24*	07	
	0,15	0,24*	10	
	0,21*	0,24*	13	
	0,43**	0,43**	16	
	0,47**	0,43**	19	
	0,27**	0,38**	22	
	0,64**	0,64**	25	
	0,52**	0,53**	28	
	0,52**	0,47**	31	
	0,60**	0,65**	34	
	0,30**	0,32**	37	
	0,44**	0,46**	40	
	0,44**	0,51**	43	
	0,35**	0,38**	46	
	0,48**	0,49**	48	
	0,58**	0,60**	50	
	0,53**	0,55**	52	
	0,31**	0,27**	54	

	0,24*	0,31**	56	
	0,09	0,15	58	
	0,16	0,20*	59	
0,90**	0,37**	0,44**	02	العمومية
	0,50**	0,53**	05	
	0,52**	0,56**	08	
	0,55**	0,61**	11	
	0,54**	0,56**	14	
	0,41**	0,44**	17	
	0,53**	0,64**	20	
	0,60**	0,63**	23	
	0,39**	0,39**	26	
	0,39**	0,39**	29	
	0,04	0,18	32	
	0,47**	0,52**	35	
	0,49**	0,49**	38	
	0,49**	0,52**	41	
	0,44**	0,47**	44	
0,89**	0,52**	0,58**	03	القوة أو الشدة
	0,38**	0,46**	06	
	0,36**	0,48**	09	
	0,35**	0,38**	12	
	0,54**	0,56**	15	
	0,51**	0,46**	18	
	0,45**	0,48**	21	
	0,68**	0,61**	24	
	0,08	0,02	27	
	0,38**	0,42**	30	
	0,51**	0,45**	33	
	0,41**	0,47**	36	

	0,52**	0,46**	39
	0,04	0,07	42
	0,16	0,24	45
	0,33**	0,40**	47
	0,28**	0,25*	49
	0,04	0,18	51
	0,05	0,18	53
	0,19	0,28**	55
	0,44**	0,40**	57

مستوى الدلالة: **/0,01 / 0,05*

من خلال الجدول تبين لنا كل فقرات الأبعاد الثلاث بعضها دال عند مستوى الدلالة 0,01 والبعض الآخر دال عند 0,05 ماعدا الفقرة 07، 10، 13، 58، 59 حذفت من البعد الأول، بالإضافة إلى الفقرة 32 حذفت من البعد الثاني، أما بالنسبة للفقرات 27، 42، 45، 51، 53، 55 فمعامل ارتباطها غير دال وبالتالي تحذف الفقرات من البعد الثالث.

2- الثبات:

يقصد بالثبات دقة المقياس وإتساقه، فإذا حصل نفس الفرد على نفس الدرجة من الإختبار أكثر من مرة فإننا نصف الإختبار أو المقياس في هذه الحالة بأنه على درجة عالية من الثبات. (رجاء أبو علام، 2006: 463)

ويشير بدر الأنصاري أن الثبات قد يعني الإستقرار بمعنى أنه لو كررت عملية قياس الفرد الواحد لأظهرت درجته شيئاً من الإستقرار، بمعنى أنه عند إجراء الإختبار يعطي تقديرات ثابتة ومتسقة النتائج. (بدر الأنصاري، 2000: 114)

وعليه تم حساب ثبات هذه الأداة بطريقتين هما:

(أ)- ألفا كرومباخ:

الجدول رقم (13): يوضح قيم معاملي الثبات لمقياس الفعالية الذاتية.

الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ	معامل ألفا الكلي
قدر الفعالية	18	0,80	0,91
العمومية	14	0,78	
القوة أو الشدة	15	0,76	

يقدر المعامل الكلي لثبات الإستبيان بطريقة ألفا كرونباخ 0,91 وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات الإختبار، كما أشارت معاملات ألفا الخاصة بكل بعد إلى ثبات إتساق الفقرات مع البعد الذي تنتمي إليه حيث فاقت 0,33.

(ب)- طريقة التجزئة النصفية:

الجدول رقم (14): يوضح قيم معاملي الثبات لمقياس الفعالية الذاتية.

الأساليب	التجزئة النصفية	جوتمان
القيمة	0,74	0,85

نلاحظ من خلال الجدول أن معامل التجزئة النصفية مرتفع وتؤكد ذلك في معامل التصحيح جوتمان.

مما يشير إلى أن الأداة على قدر من الثبات.

II. مقياس التوافق الدراسي:

1- الصدق:

أ)- صدق المحكمين:

ومن خلال صدق المحكمين قمنا بإجراء مايلزم من حذف وتعديل لبعض العبارات من كل بعد، وإضافة فقرات جديدة في ضوء المقترحات المقدمة، وعليه كانت الصورة شبه النهائية لإستبيان التوافق الدراسي تحتوي على (34) بند، والعبارات المدرجة في الإستبيان تم الإتفاق عليها بنسبة تتراوح ما بين 65% و100%.

الفقرات المبعدة لأداة التوافق الدراسي:

- البعد الأول: الفقرات 05- 12.

- البعد الثاني: الفقرات 19- 25- 26- 27.

- البعد الثالث: الفقرة 39.

جدول رقم(15): يمثل البنود الإيجابية والسلبية لمقياس التوافق الدراسي.

البنود السلبية	البنود الإيجابية
-27-26-23-18-17-11-07-04-02-01	-15-14-13-12-10-09-08-06-05-03
.33-32-30-28	.34-31-29-25-24-22-21-20-19-16

ومفتاح التصحيح الذي أعتمد من قبل الطالبين للأداتين على ثلاثة بدائل كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم(16): يبين مفتاح التصحيح المعتمد للدراسة.

العبارات	أوافق	أحيانا	لا أوافق
البنود الموجبة	3	2	1
البنود السالبة	1	2	3

الجدول رقم (17): يوضح تعديل بعض الفقرات بعد صدق المحكمين لمقياس التوافق الدراسي.

رقم الفقرة	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل
08	أؤدي عملي معتمدا على نفسي.	أعتمد على نفسي في أداء عملي.
10	أبدأ بالضحك في القسم.	أحيانا ما ينتابني الضحك في القسم.
18	أحضر قلمك بصورة دائمة إلى الدرس.	أحضر أدواتي دائما.
20	أؤدي واجبي المطلوب مني في الوقت المناسب.	أؤدي واجباتي المطلوبة مني في الوقت المحدد.
27	أرفع إصبعك طالبا للإجابة.	أرفع إصبعي للإجابة إذا وجه الأستاذ سؤالا.
34	ترادوني الرغبة كثيرا في الخروج من الحصة أثناء الشرح.	تراودني الرغبة في الخروج من الحصة أثناء الدرس.

(ب)- صدق الإتساق الداخلي:

قدر الإتساق الداخلي من خلال تقدير إرتباط الدرجة للفقرة مع البعد، ومع الإختبار ككل، وتقدير الإرتباط بين البعد والدرجة الكلية لأداة ككل، تبعا لذلك تم التوصل إلى النتائج التالية:

الجدول رقم (18): يمثل مصفوفة الارتباطات بين عبارات وأبعادها والدرجة الكلية لمقياس التوافق الدراسي.

إرتباط البعد بالدرجة الكلية	إرتباط الفقرة بالدرجة الكلية	إرتباط الفقرة بالبعد	رقم الفقرة	
0,85**	0,48**	0,60**	01	الجدو الإجتهد
	0,55**	0,67**	04	
	0,25**	0,47**	07	
	0,49**	0,52**	10	
	0,30**	0,22*	13	
	0,44**	0,44**	16	
	0,26**	0,35**	19	
	0,15	0,22*	22	
	0,49**	0,51**	25	
	0,35**	0,41**	28	
	0,40**	0,47**	31	
	0,31**	0,41**	33	
0,49**	0,45**	34		
0,85**	0,49**	0,50**	02	الإذعان
	0,38**	0,38**	05	
	0,35**	0,46**	08	
	0,37**	0,45**	11	
	0,53**	0,46**	14	
	0,37**	0,54**	17	
	0,53**	0,45**	20	
	0,47**	0,58**	23	
	0,48**	0,52**	26	
	0,13	0,31**	29	
0,34**	0,48**	32		
0,77**	0,42**	0,43**	03	

	0,39**	0,51**	06	العلاقة بالمدرس
	0,43**	0,52**	09	
	0,44**	0,52**	12	
	0,41**	0,58**	15	
	0,44**	0,49**	18	
	0,33**	0,54**	21	
	0,42**	0,62**	24	
	-0,16	-0,05	27	
	0,56**	0,53**	30	

مستوى الدلالة: 0,01** / 0,05*

نلاحظ من خلال الجدول أن معاملات الارتباط لفقرات أبعاد التوافق الدراسي كلها دالة عند 0,01 و 0,05 ماعدا الفقرة 22 من بعد الجد والإجتهاد، الفقرة 29 من بعد الإذعان، والفقرة 27 من بعد العلاقة بالمدرس، مستوى الدلالة غير دال وبالتالي تحذف الفقرات.

2- الثبات:

أ- ألفا كرومباخ:

جدول رقم (19): يوضح قيم معاملي الثبات لمقياس التوافق الدراسي.

الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا كرومباخ	معامل ألفا الكلي
الجد والإجتهاد	12	0,67	0,84
الإذعان	10	0,66	
العلاقة بالمدرس	09	0,70	

يتبين من خلال الجدول أن معاملات الثبات تتأرجح ما بين 0,67 إلى 0,70 وهي معاملات مرتفعة، وبالتالي نستطيع القول أن أداة التوافق الدراسي على قدر من الثبات.

ب)- طريقة التجزئة النصفية:

جدول رقم (20): يوضح قيم معاملي الثبات لمقياس التوافق الدراسي.

معامل جوتمان	التجزئة النصفية	الأساليب
0,83	0,71	القيمة

يقدر معامل الارتباط بين نصفي الإستبيان ب (0,71)، واستقر معامل التصحيح جوتمان على قيمة (0,83) وهي مقبولة وعليه الإختبار على قدر من الثبات.

وبالتالي وبناء على ما سبق ذكره من خصائص سيكومترية للأداتين وبعد حذف الفقرات التي معامل إرتباطاتها غير دال تم إعداد الإستبيان في صورته النهائية (الملحق رقم 01).

خلاصة:

في نهاية هذا الجزء الخاص بالدراسة الإستطلاعية والذي قمنا فيه بغرض جملة من الإجراءات المتمثلة في التعرف على عينة الدراسة والإطمئنان لصلاحية الأداة من خلال التأكد من خصائصها السيكمترية التي ساعدتنا على إتمام الصورة النهائية للإستبيان الخاص بالفعالية الذاتية والتوافق الدراسي يمكن القول أنه يمكن الإنتقال لوصف وتفسير العلاقات بين متغيري هذه الدراسة.

ثانياً: الدراسة الأساسية

- تمهيد

1- منهج الدراسة الأساسية

2- ظروف إجراء الدراسة الأساسية

3- وصف خصائص عينة الدراسة الأساسية

4- حدود الدراسة الأساسية

5- أساليب المعالجة الإحصائية

- خلاصة

ثانيا- الدراسة الأساسية

تمهيد:

بعد الإنتهاء من الدراسة الإستطلاعية وتحقيق الأهداف المرجوة إنتقلنا إلى الدراسة الأساسية وذلك من خلال تطبيق أدوات البحث على عينة الدراسة، وهذا من أجل جمع المعلومات التي تدخل في إطار الإجابة على فرضيات الدراسة.

ولتوضيح الإجراءات المتبعة في إنجاز الدراسة الأساسية، سوف يتم التطرق إلى المنهج المستخدم وعينة الدراسة وخصائصها، وكل الأدوات التي جمعت بها البيانات وأخيرا أساليب المعالجة الإحصائية.

1. حدود الدراسة الأساسية:

الحدود المكانية:

أجريت هذه الدراسة على مستوى أربعة متوسطات وهي كالاتي:

- 1- متوسطة عايس لخضر بتيارت.
- 2- متوسطة رايح ناصر بفرندة.
- 3- متوسطة الإلفي أحمد بفرندة.
- 4- متوسطة قلايلية أحمد بفرندة.

جدول رقم(21): يبين توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب المتوسطات الأربعة.

المتوسطات	عدد التلاميذ	النسبة المئوية
عايس لخضر	75	25%
رايح ناصر	75	25%
الإلفي أحمد	75	25%
قلايلية أحمد	75	25%
المجموع	300	100%

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن العينة قد قسمت على أربعة متوسطات بنسب متساوية قدرت بـ(25%) وبلغ عدد التلاميذ في كل متوسطة (75).

الحدود الزمنية:

إستغرقت الدراسة الأساسية خمسة عشر يوما (من 15 أفريل إلى غاية 29 أفريل).

2. ظروف إجراء الدراسة الأساسية: إقتصرت هذه الدراسة على 300 تلميذ وتلميذة حسب توجيهات المشرف، لم نتلقى أي صعوبات، تلقينا ترحيب وقبول من طرف مدراء المتوسطات، إضافة إلى تعاون الطلبة معنا بالإجابة على كل فقرات المقياسين.

3. وصف خصائص عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من 300 تلميذا و تلميذة من مرحلة التعليم المتوسط السنة الرابعة متوسط من مدينة تيارت و فرندة.

ولقد تم تطبيق أدوات البحث على العينة في مجموعة من المتوسطات بتيارت وفرندة.

جدول رقم(22): يمثل توزيع العينة الأساسية حسب متغير الجنس.

الجنس	العدد	النسبة المئوية
الذكور	158	52,7%
الإناث	142	47,3%
المجموع	300	100%

يتضح من خلال الجدول أعلاه أنه قد بلغ عدد الذكور في الدراسة الأساسية (158) وذلك بنسبة (52,7%)، وبلغ عدد الإناث (142) بنسبة (47,3%) إذ يلاحظ أن نسبة الذكور أكبر من نسبة الإناث.

4. منهج الدراسة:

تعددت مناهج البحث باختلاف الظاهرة المدروسة، لذلك فإختيار المنهج يعتبر أساس نجاح البحث، ويقصد بالمنهج أسلوب التفكير والعمل يعتمد الباحث لتنظيم أفكاره وتحليلها وبالتالي الوصول إلى نتائج معقولة حول الظاهرة موضوع الدراسة.

(المنسي محمود، 2003: 33)

إعتمدنا في الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الإرتباطي لأنه يدرس العلاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي.

5. أساليب المعالجة الإحصائية:

تم الاعتماد على برنامج الحزمة الإحصائية (spss) للعلوم الإجتماعية باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- 1- التكرارات والنسب المئوية.
- 2- معامل ارتباط بيرسون.
- 3- المتوسط الحسابي والنظري.
- 4- الانحراف المعياري.

خلاصة الفصل:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى الإجراءات المنهجية الواجب إتباعها في هذه الدراسة فقد ذكرنا المنهج المتبع وهو المنهج الوصفي الإرتباطي الملائم لدراستنا، ثم بينا عينة الدراسة، وتطرقنا إلى كل من مجالات الدراسة المكانية والزمنية، وفي الأخير تعرضنا إلى الأساليب الإحصائية التي تتناسب مع فرضيات الدراسة وتوصلنا في الأخير إلى نتائج سنقوم بعرضها في الفصل التالي.

الفصل الرابع:

عرض وتفسير

ومناقشة النتائج

- تمهيد

- 1- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى
- 2- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية
- 3- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة
- 4- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الرابعة
- 5- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الخامسة
- 6- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية العامة

- خلاصة الفصل

تمهيد:

بعد التطرق إلى الفصل السابق والذي يتضمن الإجراءات الميدانية للدراسة، سوف يتم في هذا الفصل عرض أهم النتائج المتحصل عليها من خلال الإستبيان الموجه لأفراد العينة، ومن ثم تحليلها و تفسيرها ومناقشتها إستنادا على الجانب النظري، والدراسات السابقة المتعلقة بموضع الدراسة من أجل معرفة إذا كانت هناك علاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي.

1- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

- نتوقع مستوى الفعالية الذاتية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط مرتفع.

الجدول رقم(23): يمثل مستويات المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الفعالية الذاتية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

المتغيرات	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	الانحراف المعياري
بعد قدر الفعالية	44,13	36	4,91
بعد العمومية	33,94	28	3,85
بعد القوة أو الشدة	35,62	30	4,43
الإختبار الكلي	113,70	94	11,85

تبين من خلال الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي الكلي لأبعاد الفعالية الذاتية قدر بـ: **(113,70)**، في حين المتوسط النظري قدر بـ: **(94)**، وهذا ما يدل على أن درجة الفعالية الذاتية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط كانت عالية.

ويمكن تفسير النتيجة المحصل عليها أن التلاميذ الذين يتصفون بفعالية ذاتية عالية (مرتفعة)، يكونون قادرين على مواجهة الصعوبات الدراسية التي تواجههم في مسارهم التعليمي، وكذلك يتحدون الظروف البيئية التي قد تعيقهم على تحقيق ذواتهم ومشاريعهم المدرسية.

كما أن ارتفاع الفعالية الذاتية يؤدي إلى الشعور بتقدير الذات والثقة بالنفس وتحقيق التوافق الدراسي، وأكد باندورا **(1989)** أن ارتفاع مستوى الفعالية الذاتية لدى الفرد ترجع إلى معلومات الفرد وخبراته السابقة وفي جزء آخر إلى عملية التعلم، والعلاقة الموجبة بين الثقة بالنفس وفعالية الذات، ويتفق مع ما أشارت إليه دراسة **(Micheal1991)** من أن ارتفاع مستوى الفعالية الذاتية يساعد على التوافق الإنفعالي، حيث يكون التلميذ واثق بنفسه ومتوافقا توفقا حسنا، وهذا ما أشارت إليه دراسة كل من

(Bandura, Shunt 1981, Gist et Mitchell 1992) إلى أن الإحساس القوي بالفعالية الذاتية يزيد من بذل الجهد والمثابرة المستمرة، كما أن الثقة بالنفس تزيد من إحترام

الذات وفعالية الذات، كما نفسر إرتفاع الفعالية الذاتية بالرجوع إلى خبرة السيطرة على التجارب تؤدي إلى مستوى عالي من الفعالية الذاتية، وعليه أشارت دراسة

(Merra, Komarraju, Dustin Nadler 2013) إلى أن الفعالية الذاتية المرتفعة تساعد التلاميذ على تحقيق الأهداف التي تتضمن التحدي، وإكتساب معارف جديدة في الأداء الذي يشمل درجات جيدة وأداء عالي.

2- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

- نتوقع مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط مرتفع.

الجدول رقم(24): يمثل مستويات المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لأبعاد التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

الإنحراف المعياري	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الأساليب الإحصائية المتغيرات
3,96	24	27,41	بعد الجد والإجتهد
3,60	20	25,18	بعد الإذعان
3,45	18	21,92	بعد العلاقة بالمدرس
9,20	62	74,51	الإختبار الكلي

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي الكلي لأبعاد التوافق الدراسي قدر بـ: (74,51)، في حين أن المتوسط النظري قدر بـ: (62) وهذا يدل على أن درجة التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط كانت عالية.

حيث إتفقت نتيجة هذه الفرضية مع نتائج الدراسات السابقة التي تناولت موضوع التوافق الدراسي، وهي دراسة (باخالد عزيزة 2015) التي توصلت إلى أن تلاميذ قسم رياضة ودراسة يتمتعون بتوافق دراسي مرتفع، وكذلك هي النتيجة التي توصلت إليها دراسة (صاحب أسعد ويس 2010)، والتي مفادها أن عينة طلاب الجامعة يتمتعون بتوافق دراسي إيجابي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة أن تلاميذ السنة الرابعة متوسط يتمتعون بتوافق دراسي مرتفع، يعطيهم الدافع للعطاء والتفاعل مع البيئة الدراسية ومن ثم النجاح في الحياة الدراسية، وهذا بدوره يرجع إلى عوامل متعددة تساهم في إرتفاع التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة

متوسط وتتمثل هذه العوامل في الاندماج الإيجابي مع زملاء والشعور نحو الأستاذ بالموودة والإخاء والإحترام يكون لديهم رغبة في إتفاق الواجبات المدرسية والعمل بجد وتحدي داخل القسم والإتجاه الموجب نحو الدراسة وحسن إستخدام الوقت والإقبال على الدروس إضافة إلى الرضا عن الدراسة والقدرة على التحصيل الجيد ودرجة الإلتزام والانضباط والمواظبة، هذا كله من شأنه أن يخلق حالة من الرضا عن الإنجاز الأكاديمي مع رضا المؤسسة التعليمية عنه سواء في أدائه الأكاديمي أو في علاقته مع مدرسيه وزملائه.

كما قد يرجع هذا إلى التخطيط الجيد للتلميذ مما ينعكس إيجاباً على عملية التحصيل والتوافق الدراسي، ومن أهم العوامل في تحقيق التوافق الدراسي الدور التربوي في المؤسسة الذي يلعب دوراً كبيراً في تحقيق التوافق الدراسي.

فكلما ارتفع المستوى التربوي في المدرسة زاد ذلك من توافق التلميذ دراسياً، وبالتالي القدرة على العمل بجد وتحدي في البيئة المدرسية، التي لها الأثر الأكبر على التلاميذ المراهقين حيث يقضون وقتاً طويلاً من حياتهم في المدرسة بالانتقال عبر مراحل تعليمية مختلفة، كما أن ارتفاع مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط يرجع إلى دافعيتهم العالية للدراسة والتعلم، التي تساهم بشكل فعال في تحسين أداء التلاميذ، بمعنى التلميذ ذو دافعية يكون لديه تحدي ومثابرة ويستمتع بالعمل الدراسي مع رفاقه ويكون علاقات إيجابية معهم، وهذا ما يجعله أكثر تركيزاً وإجتهداً وإثارة وحيوية، ويكون لديه رغبة في إتقان الواجبات المدرسية ليصل إلى مستوى عال من التوافق الدراسي.

3- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

- توجد علاقة ارتباطية بين بعد قدر الفعالية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

الجدول رقم (25): يمثل نتائج قيمة "ر" المحسوبة لبعد قدر الفعالية وعلاقته بالتوافق الدراسي.

مستوى الدلالة	قيمة "ر" المحسوبة	الأساليب الإحصائية المتغيرات
0,001	0,49	بعد قدر الفعالية وعلاقته بالتوافق الدراسي

نلاحظ من خلال أن قيمة "ر" المحسوبة لدى بعد قدر الفعالية وعلاقته بالتوافق الدراسي قد قدرت ب: (0,49)، وهو معامل ارتباط موجب دال، عند مستوى الدلالة (0,001) وعليه

نقول أنه توجد علاقة إرتباطية بين بعد قدر الفعالية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

من خلال حسابنا لمعامل الإرتباط تبين لنا وجود علاقة إرتباطية بين بعد قدر الفعالية والتوافق الدراسي، وعليه فإن الفرضية تحققت، ويمكن تفسير هذه النتيجة على أنها ترجع إلى مستوى قدر الفعالية، أي أنه كلما كانت لدى التلميذ فعالية مرتفعة تدفعه للإنجاز، ومواجهة كل العقبات الدراسية، أي أن إحساس التلاميذ بفعاليتهم الذاتية يتعلق بتقييمهم لإمكانياتهم وقدرتهم على تحقيق مستوى معين من الأداء مهما بلغت درجة صعوبته وهذا ما تؤكدته دراسة باندورا: "أن طبيعة التحديات التي تواجه الفعالية الذاتية الشخصية للتلميذ يمكن الحكم عليها بمختلف الوسائل مثل: مستوى الإلتقان وبذل الجهد والتنظيم الذاتي المطلوب، فمن خلال التنظيم الذاتي فإن القضية لم تعد أن التلميذ يمكن أن ينجز عملا معنا عن طريق الصدفة ولكن القضية هي أن التلميذ الذي لديه قدر الفعالية لينجز بنفسه وبطريقة منتظمة من خلال مواجهة مختلف حالات العدول من خلال الأداء".

وعليه أصبح قدر الفعالية مرتبط بالتوافق الدراسي وهذا راجع إلى تحقيق التلميذ للتوافق أو التكيف الدراسي وإكتساب المعارف والأداء والتحصيل الدراسي المناسب، وقدرته على حل المشكلات والتغلب على العقبات ببذل جهود لتحقيق الأهداف التربوية الموجودة.

4- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

- توجد علاقة إرتباطية بين بعد العمومية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

الجدول رقم(26): يمثل نتائج قيمة "ر" المحسوبة لبعد العمومية وعلاقتها بالتوافق الدراسي.

مستوى الدلالة	قيمة "ر" المحسوبة	الأساليب الإحصائية المتغيرات
0,001	0,52	بعد العمومية وعلاقته بالتوافق الدراسي

من خلال الجدول أعلاه تبين أن قيمة "ر" المحسوبة لدى بعد العمومية قدر ب: (0,52)، وهو معامل إرتباط موجب دال، عند مستوى الدلالة (0,001)، وعليه نقول توجد علاقة إرتباطية بين بعد العمومية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

بعد حسابنا لمعامل الارتباط تم التوصل إلى وجود علاقة إرتباطية بين بعد العمومية والتوافق الدراسي، وبناء على ذلك فإن الفرضية تحققت وهذا راجع إلى أن قدرة التلميذ على أن يعمم قدراته في المواقف المشابهة، أي إنتقال الفعالية الذاتية من موقف لآخر مشابه، إلا أن درجة العمومية تختلف من تلميذ إلى تلميذ آخر، فقد تكون ذاته وقدراته فعالة في مادة معينة، مثلا مادة الرياضيات وقد لا تكون في مادة اللغة العربية، بمعنى أن التلميذ قد يكون لديه ثقة عامة في نفسه، إلا أن درجة الثقة وإمكانياته وقدراته قد ترتفع في مواد وتنخفض في مواد أخرى.

وإذا أدرك التلميذ أن تعميم قدراته في الجوانب الدراسية مع مراعاة درجة العمومية يقوده إلى التوافق والتكيف الدراسي ويزيده تحفيزا.

5- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الخامسة:

- توجد علاقة إرتباطية بين بعد القوة أو الشدة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

الجدول رقم (27): يمثل نتائج قيمة "ر" المحسوبة لبعء للقوة أو الشدة وعلاقتها بالتوافق الدراسي.

مستوى الدلالة	قيمة "ر" المحسوبة	الأساليب الإحصائية المتغيرات
0,001	0,44	بعد القوة أو الشدة وعلاقته بالتوافق الدراسي

نستخلص من خلال الجدول أن قيمة "ر" المحسوبة لبعء القوة أو الشدة والتوافق الدراسي قدرت بـ: (0,44)، ومعامل إرتباط موجب دال، عند المستوى (0,001)، وهذا يدل على أنه توجد علاقة إرتباطية بين بعد القوة أو الشدة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

توصلت نتائج الدراسة إلى تحقق الفرضية والتي شير إلى أنه توجد علاقة إرتباطية بين بعد القوة أو الشدة والتوافق الدراسي حيث يمكننا تفسير ذلك بقوة الشعور تعبر عن المثابرة العالية والقدرة المرتفعة والثقة التي تمكنهم من الأداء الجيد وإدراك التلميذ بإمكاناته وقدراته، وتمكنه على تحديد أهدافه الأكاديمية وإملاكه المهارات الكفيلة بتحقيقها وتحقيق النجاح، كما أن القوة تعني الفروق الفردية بين التلاميذ في مواجهة المواقف الفاشلة، فهناك تلاميذ لديهم قوة وفعالية مرتفعة، فيثابر في مواجهة الأداء الضعيف في حين يعجز

الآخرون عن ذلك، وتؤثر الفعالية والقوة المرتفعة والمنخفضة في محاولة التلميذ بذل جهد أكبر والمثابرة من أجل تحقيق النجاح أو التوقف عن بذل جهد عند ظهور صعوبة أو مشكلة وهذا ما يؤدي به إلى توافق دراسي وعدم الفشل في تحقيق الأهداف التربوية والتحصيل الدراسي المناسب.

6- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية العامة:

- توجد علاقة إرتباطية بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

ولمعرفة إن كانت هناك علاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط قمنا بحساب معامل الإرتباط بيرسون وتحصلنا على النتيجة التالية (0.54)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وبناء هذه النتيجة تم قبول الفرضية أي توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط، مما يدل أنه كلما زاد مستوى الفعالية الذاتية زاد مستوى التوافق الدراسي، وهذا ما إتفقت معه معظم الدراسات أهمها دراسة رفقة خليف سالم (2009) التي هدفت إلى التعرف على علاقة فاعلية الذات والفرع الأكاديمي بدافع الإنجاز الدراسي لدى الطالبات، وقد أشارت نتائج الدراسة على أن معظم أفراد العينة لديهن مستوى مرتفع من فاعلية الذات، ودراسة جولتان حسن حجازي (2013) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الفعالية الذاتية ومستوى التوافق المهني وجودة الأداء لدى المعلمات، حيث أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الفعالية الذاتية يزيد عن 80% كمستوى إفتراضي. إلا أن الدراسة الحالية تميزت بدراسة العلاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ، أي أنه كلما زادت الفعالية الذاتية لدى التلميذ خاصة في الجانب الدراسي كلما زادت قدرته على فهم المواقف الدراسية الصعبة والتي تساعد على مواجهة تلك الضغوطات بإيجابية حتى لا تصبح تهديدا عليه إنما يستطيع تجاوز كل من العقبات ومواجهة المشكلات التي يتلقاها في مواقف حياته ولاسيما في البيئة المدرسية، فبدأ التلميذ في بناء أهداف مستقبلية، وبالتالي شعوره بالنجاح على المستوى الدراسي فيجعله متوافق دراسيا، وبالمقابل التلاميذ الذين لديهم فعالية ذاتية منخفضة يجعلهم عرضة للضغوط والصعوبات في الحياة الدراسية مما قد يؤثر على أدائهم وتحصيلهم الدراسي، ومن ثمة توافقهم مع الجو والبيئة المدرسية.

حيث يؤكد بانديورا أنه: "كلما قويت الفعالية الذاتية إزدادت مواجهة التلميذ للمواقف والضغوط المهددة، وأن الفعالية الذاتية تحدد بمقدار الجهد الذي يبذله التلاميذ وبطول المدة الزمنية التي سيثابرون بها في مواجهة العقبات".

فتعزيز الفعالية الذاتية في المراحل الأساسية من التعليم بالنسبة للتلاميذ يجعلهم أكثر توافقا دراسيا وإجتهداء، ومثابرة في الدراسة ويساعدهم على الأداء والتحصيل الجيدين.

إستنتاج عام للدراسة:

إنطلاقاً مما تم عرضه من الخلفية النظرية لكل من الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي، وإعتماداً على البيانات الإحصائية، وفي إطار الهدف الرئيسي للدراسة وهو التأكد من أنه توجد علاقة ارتباطية بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

وبعد إجرائنا للدراسة الميدانية على عينة مكونة من (300) تلميذ وتلميذة وبتطبيق أداتين للقياس الأولى تمثلت في إستبيان الفعالية الذاتية والثانية في التوافق الدراسي وبعد المعالجة الإحصائية توصلنا إلى النتائج التالية:

- مستوى الفعالية الذاتية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط مرتفع.
- مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط مرتفع.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين قدر الفعالية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين العمومية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين القوة أو الشدة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

خاتمة

خاتمة:

تعتبر الفعالية الذاتية أحد أهم مفاتيح النجاح التي يمتلكها التلميذ في تحقيق التوافق الدراسي والتحصيل الجيد، وفي مواجهة المهام والعقبات والتعامل مع التحديات وحل المشكلات التي يتلقاها في بيئته الدراسية، وتعود مثابرته ومقدار الجهد الذي يبذله ومدى مرونته مع المواقف الصعبة التي يواجهها في المدرسة تجعله متوافق دراسيا.

ومن هنا نستنتج مما سبق أن التلاميذ الذين لديهم فعالية ذاتية مرتفعة يتميزون بمستوى عال من الثقة بالنفس، ويستعيدون سريعا شعورهم بفعالية ذاتية في حالات الفشل، يتمتعون بمثابرة عالية في مواجهة العقبات التي تقابلهم في البيئة المدرسية، وإملاكهم للفعالية الذاتية تزيد من إنجازاتهم وأدائهم.

وعليه توصلت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الفعالية الذاتية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط، بحيث كلما زادت درجة الفعالية الذاتية زادت درجة التوافق الدراسي، وفي الأخير يمكننا القول أن التوافق الدراسي هدف يسعى إليه كل تلميذ متعلم، إعتقادا بأهمية الفعالية الذاتية في تحقيق التوافق الدراسي للتلاميذ داخل بيئتهم المدرسية.

الإقتراحات والتوصيات:

بناء على النتائج المتوصل إليها في الدراسة الحالية المتعلقة بالفعالية الذاتية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط يمكن إقتراح مجموعة من التوصيات والإقتراحات.

1- التوصيات :

- الإهتمام بالبيئة المدرسية من خلال توفير إحتياجات التلميذ.
- التأكيد على فهم المدرس لطبيعة المرحلة التي يمر بها التلميذ في فترة المراهقة مع إقامة دورات تكوينية من أجل دراسة علم نفس النمو، علم النفس التربوي، بيداغوجيا التدريس.
- تدعيم ثقة التلميذ في نفسه من قبل المدرس من خلال إقناعه بأنه قطب هام في نجاح العملية التعليمية.
- تدريب التلاميذ على تنمية فاعليتهم الذاتية التي تجعل الفرد قادرا على تقوية ثقته بنفسه، وتقوية إرادته في مواجهة التحديات، والتخطيط الجيد لمستقبله من خلال أخصائيين نفسيين مدربين في هذا المجال.
- توظيف المرشدين النفسيين لتنفيذ البرامج الإرشادية والإعلامية مع إستمرار تكوينهم في دورات تدريبية لتشخيص مشكلات التلاميذ وعلاجها للوصول بهم إلى توافق نفسي ودراسي وبالتالي تحقيق الصحة النفسية لديهم.

2- الإقتراحات:

- إجراء المزيد من الدراسات حول الفعالية الذاتية وربطها بمتغيرات أخرى (الدافعية للإنجاز، الصدمة النفسية ...).
- إجراء دراسة ول الفعالية الذاتية للمدرس ومدى تأثيرها على تحصيل التلميذ.
- إجراء دراسات تتعلق بالتوافق النفسي والدراسي وعلاقته بمتغيرات أخرى (كإستراتيجيات حل المشكلات، قلق الإمتحان، أساليب التعلم، تقدير الذات ...).
- إجراء دراسات تركز على المشاكل الدراسية التي يعاني منها التلميذ الجزائري في مختلف المؤسسات التعليمية.

قائمة

المراجع

قائمة المصادر والمراجع:

قائمة المصادر والمراجع:

الكتب:

- 01- أحمد عبد الهادي (2006): منهجية البحث في العلوم الإنسانية، عمان، الأردن: الأهلية للنشر والتوزيع.
- 02- أحمد محمد عبد الخالق (2001): أصول الصحة النفسية، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- 03- أديب محمد الخالدي (2009): مرجعى في الصحة النفسية النظرية الجديدة، ط3، الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.
- 04- أشرف عبد الغني شريت (2006): الصحة النفسية بين الإطار النظرى والتطبيقات الإجرائية، الإسكندرية: مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع.
- 05- الدردير عبد المنعم أحمد (2004): دراسات في علم النفس المعرفى، القاهرة: عالم الكتب.
- 06- المنسي محمود عبد الحليم (2003): مناهج البحث في مجالات التربية والنفسية، القاهرة: دار المعارف الجامعية.
- 07- إيمان مفلح البيتاوي (2013): القيادة الدافعة في الطفولة المبكرة، عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- 08- بدر الأنصاري (2000): قياس الشخصية، الكويت: دار الكتاب الحديث للنشر والتوزيع.
- 09- بشير معمريه (2007): القياس النفسى وتصميم أدواته للطلاب والباحثين في علم النفس والتربية، الجزائر: منشورات الحبر.
- 10- بشير معمريه (2012): أساسيات القياس النفسى وتصميم أدواته، الجزائر: دار الخلدونية للنشر والتوزيع.
- 11- حشمت حسين أحمد، مصطفى حسن باهي (2006): التوافق النفسى والتوازن الوظيفى، مصر: دار العالمية لنشر والتوزيع.

قائمة المصادر والمراجع:

- 12- دويدار عبد الفتاح محمد (1999): العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات، القاهرة: دار الفكر العربي للنشر والتوزيع.
- 13- رجاء محمود أبوعلام (2006): مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، مصر: دار النشر للجامعات.
- 14- سعيد جاسم الأسدي، مروان عبد المجيد إبراهيم (2003): الإرشاد التربوي، عمان، الأردن: دار العلمية للنشر والتوزيع.
- 15- سليم أبو عوض (2008): التوافق النفسي للمسنين، عمان، الأردن: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- 16- سليمان عبد الواحد إبراهيم (2014): الشخصية الإنسانية وإضطراباتها النفسية: رؤية في إطار علم النفس الإيجابي، عمان، الأردن: مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
- 17- سهير كامل أحمد (1999): الصحة النفسية والتوافق، مصر: مركز الإسكندرية للكتاب.
- 18- سيد محمود الطواب (2008): الصحة النفسية والإرشاد النفسي، الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب الأزاريطة.
- 19- صالح حسن الداھري (1999): الشخصية والصحة النفسية، عمان: دار الكاندي للنشر والتوزيع.
- 20- صالح حسن الداھري (2010): أساسيات القياس النفسي في الإرشاد والصحة النفسية، عمان: دار المكتبة الجامعية للنشر والتوزيع.
- 21- صلاح الدين العمرية (2005): علم النفس النمو، عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- 22- عبد الحميد محمد الشاذلي (2001): الواجبات المدرسية والتوافق النفسي، ط2، الإسكندرية: المكتبة الجامعية الأزاريطة.
- 23- عبد العزيز المعايطة، محمد الجيعان (2006): مشكلات تربوية معاصرة، عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- 24- عبد العزيز مفتاح محمد (2001): المدخل إلى الصحة النفسية والعقلية، بنغازي: دار المعرفة للطباعة.

قائمة المصادر والمراجع:

- 25- فتحي عبد الرحمان جروان (2015): الموهبة والتفوق، ط6، عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون.
- 26- فوزي محمد جبل (2000): الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، الإسكندرية: المكتبة الجامعية الأزاريطة.
- 27- مایسة أحمد النیال (2002): التنشئة الإجتماعية مبحث فی علم النفس الإجتماعی، مصر: دار المعرفة الجامعية الأزاريطة.
- 28- محمد جاسم العبيدي (2009): المدخل على علم النفس العام، عمان، الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- 29- محمد جاسم العبيدي (2009): مشكلات الصحة النفسية: أمراضها وعلاجها، عمان، الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- 30- محمد جاسم محمد (2004): مشكلات الصحة النفسية: أمراضها وعلاجها، عمان: مكتبة الآفاق للنشر والتوزيع.
- 31- محمد عماد الدين إسماعيل (2010): الطفل من الحمل إلى الرشد، الأردن: دار الفكر ناشرون وموزعون.
- 32- مروان أبو حويج، عصام الصفدي (2001): المدخل إلى الصحة النفسية، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- 33- مصطفى حجازي (2012): إطلاق طاقات الحياة، بيروت، لبنان: دار النهضة العربية للنشر والتوزيع.
- 34- مفتاح محمد عبد العزيز (2010): مقدمة في علم نفس الصحة، عمان، الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.
- 35- موسى جبريل، نزية حمدي، نسيمه داوود، صابر أبو طالب (2009): التكيف ورعاية الصحة النفسية، القاهرة، مصر: الشركة العربية المتحدة للتسويق والتوريدات بالتعاون مع جامعة القدس المفتوحة.
- 36- سامي محسن الختاتنة (2012): مقدمة في الصحة النفسية، دار الحامد للنشر والتوزيع.

قائمة المصادر والمراجع:

37- عبد اللطيف ، مدحت عبد الحميد (1990): الصحة النفسية والتوافق الدراسي، بيروت: دار النهضة العربية.

38- عطا الله فؤاد الخالدي، دلال سعد الدين العلمي (2009): الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق، عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

المجلات:

39- إبراهيم بن عبد الله، عبد الفتا الغنيمي (2013): فاعلية الذات لدى معلمى التلاميذ نوى اضطراب التوحد وعلاقتها باتجاهاتهم نحو هؤلاء التلاميذ، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، كلية التربية، جامعة الملك سعود، المجلد 02، العدد ، ص617.

40- أحمد محمد الزغبى (2014): فاعلية الذات الإبداعية لدى الطلبة الموهوبون ومعلميهم فى الأردن، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد 10، العدد 04، ص475.

41- إسماعيل بن خليفة (2014): الحاجات الإرشادية لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط وعلاقتها بتوافقهم الدراسي " دراسة ميدانية "، مجلة الدراسات والبحوث الإجتماعية جامعة الوادي، العدد 06، ص.ص39، 58.

42- أصلان صبح المساعيد (2011): التفكير العلمي عند طلبة الجامعة وعلاقته بالكفاءة الذاتية العامة فى ضوء بعض المتغيرات، مجلة الجامعة الإسلامية، المجلد 19، العدد 01، ص.ص680، 707.

43- العدل عادل ممد محمود (2001): تحليل المسار للعلاقة بين مكونات القدرة على حل المشكلات الاجتماعية وكل من فعالية الذات والاتجاه نحو المخاطرة، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، القاهرة، الجزء الأول، العدد 25، ص.ص121، 178.

44- القضاة محمد أمين (2007): درجة تكيف الطلبة العمانيين مع البيئة الثقافية فى الجامعات الأردنية وعلاقتها بالتحصيل وبعض المتغيرات الأخرى، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 08، العدد 02، ص.ص98، 117.

45- برهان ماهر (2014): الفروق فى مستوى فاعلية الذات لدى عينة أردنية من الطلبة المعوقين سمعياً فى جامعة اليرموك، مجلة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، المملكة العربية السعودية، المجلد 02، العدد 05، ص190.

قائمة المصادر والمراجع:

- 46- جولتان حسن حجازي (2013): فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد 09، العدد 04، ص.ص 419، 433.
- 47- دخيل بن محمد البهدل (2014): الفاعلية الذاتية وعلاقتها بعوامل الشخصية لدى المرشدين الطلابيين الملتحقين بدبلوم التوجيه والإرشاد ببعض الجامعات السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 15، العدد 01، ص.ص 140، 177.
- 48- رامي محمود اليوسف (2013): المهارات الإجتماعية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة والتحصيل الدراسي العام لدى عينة من طلبة المرحلة المتوسطة في منطقة حائل السعودية في ضوء عدد من المتغيرات، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، مجلد 21، العدد الأول، ص.ص 327، 365.
- 49- رفقة خليف سليم (2008): فاعلية الذات والفرع الأكاديمي بدافع الإنجاز الدراسي لدى طالبات كلية علجون الجامعية، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 23، ص.ص 134، 169.
- 50- سالي طالب علوان (2012): الكفاءة الذاتية المدركة عند طلبة جامعة بغداد، مجلة البحوث التربوية والنفسية، قسم التربية وعلم النفس، جامعة بغداد، العدد 33، ص.ص 224، 248.
- 51- سعاد علاء الدين (2013): الكفاءة الذاتية والممارسات التعليمية كمتنبات بالرضا الوظيفي للمعلمين، دراسات العلوم التربوية، المجلد 40، العدد 02، ص 1692.
- 52- عبد الحكيم المخلافي (2010): فاعلية الذات الأكاديمية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى الطلبة " دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة صنعاء "، مجلة جامعة دمشق، المجلد 26، ص.ص 481، 513.
- 53- عطف محمود أبو غالي (2012): فاعلية الذات وعلاقتها بضغط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، كلية التربية جامعة الأقصى، فلسطين، المجلد 20، العدد 01، ص.ص 620، 654.
- 54- لشهب أسماء (2018): تصميم وتقنين أداة لقياس الفعالية الذاتية الأكاديمية لتلميذ مرحلة التعليم الثانوي (دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية الوادي)، مجلة العلوم النفسية والتربوية، ص.ص 454، 470.

قائمة المصادر والمراجع:

55- محمد يوسف أحمد راشد (2011): التوافق الدراسي والشخصي الإجتماعي بعد توحيد المسارات في مملكة البحرين (دراسة ميدانية على طلبة المرحلة الثانوية بالمحافظة الوسطى)، مجلة جامعة دمشق، المجلد 27، ص.ص 701، 740.

56- محمود كاظم محمود (2009): أثر برنامج إرشادي وفق أسلوب الفاعلية الذاتية في تنمية الأمانة المهنية والمسؤولية الشخصية لدى موظفي كلية التربية، مجلة ديالى لية التربية، العدد 41، ص.ص 01، 21.

57- ميدون مباركة (2014): الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، مجلة العلوم الإنسانية والإجتماعية، العدد 17، ص.ص 105، 118.

58- نصر محمد علي، محمد عبد الله محلول (2006): العلاقة بين فاعلية الذات ودافعية الإنجاز وأثرهما في التحصيل الأكاديمي لدى طلبة الثانوية في مدينة صنعاء، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والإجتماعية والإنسانية، المجلد 18، العدد 01، ص.ص 91، 130.

59- هدى الخاليلة (2011): الفاعلية الذاتية لمعلمي مدارس محافظة الزرقاء ومعلماتها في ضوء بعض المتغيرات، مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الإنسانية، المجلد 25، العدد 01، ص.ص 01، 24.

الرسائل العلمية:

60- الجاسر البندري عبد الرحمان (2007): الذكاء الإنفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات وإدراك القبول - الرفض الوالدي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى، رسالة ماجستير كلية التربية، جامعة أم القرى، السعودية.

61- العتيبي بندر بن محمد حسن الزيادي (2008): إتخاذ القرار وعلاقته بكل من فاعلية الذات والمساندة الإجتماعية لدى عينة من المرشدين الطلابيين بمحافظة الطائف، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية.

62- اللحياني محمد بن أحمد (2002): فاعلية الذات الإجتماعية وعلاقتها بالذكاء الشخصي (الإجتماعي، الذاتي) وفق نموذج جاردينر للذكاء المركب، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية.

قائمة المصادر والمراجع:

- 63- المصري نيفين عبد الرحمان (2010): قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلي الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الأزهر، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة.
- 64- باخالد عزيزة (2015): التوافق الدراسي لدى تلاميذ رياضة ودراسة، رسالة ماستر، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.
- 65- بن الزاوي ناجية (2013): علاقة أليب المعاملة الوالدية بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ مرحلة المتوسط " دراسة ميدانية ببعض متوسطات مدينة تقرت "، مذكرة الماستر تخصص إرشاد وتوجيه، جامعة مرباح قاصدي، ورقلة.
- 66- بوصفر دليلة (2011): الاستقلال النفسي عن الوالدين وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى الطالب الجامعي المقيم (18-21 سنة) " دراسة ميدانية بجامعة مولود معمري "، مذكرة ماجستير تخصص علم النفس المدرسي، جامعة تيزي وزو.
- 67- حمادة برهان محمود، شراذقة ماهر تيسير (2013): الفروق الفردية في مستوى فاعلية الذات لدى عينة أردنية من الطلبة المعوقين سمعيا في جامعة اليرموك، رسالة ماجستير في التربية الخاصة، جامعة الطائف، السعودية.
- 68- حميدة بن قادة ، نصيرة دواعر (2017): أثر التفكك الأسري على التوافق الدراسي للأطفال المتمدرسين بالمرحلة الابتدائية " دراسة ميدانية بولاية عين الدفلى "، مذكرة ماستر في علم التربية، تخصص إرشاد وتوجيه، جامعة خميس مليانة.
- 69- خطارة رشيدة (2011): الذكاء الوجداني وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي، رسالة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.
- 70- دودو صونيا (2017): الفعالية الذاتية وعلاقتها بالتوافق النفسي في ضوء متغيري التفاؤل والتشاؤم لدى الفريق شبه الطبي، أطروحة دكتوراه، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- 71- رزقي رشيد (2011): الفعالية الذاتية وعلاقتها بالإنضباط الصحي لدى مرضى القصور الكلوي المزمن، رسالة ماجستير، جامعة الحاج لخضر، باتنة.
- 72- صابر عبد القادر (2003): فاعلية الذات وعلاقتها باتخاذ القرار لدى المراهقين من الجنسين، رسالة ماجستير، جامعة عين شمس.

73- طبة عارم (2017): التدريس بالكفاءات والتوافق الدراسي لدى تلاميذ الطور المتوسط "دراسة ميدانية بمتوسطات بئر العائر"، مذكرة ماستر، تخصص علم إجتماع التربية، ولاية تبسة.

74- عبد الرحيم شعبان شقورة (2002): الدافع المعرفي وإتجاهات طلبة كليات التمريض، مذكرة ماجستير في علم النفس التربوي، الجامعة الإسلامية، غزة.

75- عبد الله لبوز (2002): التنشئة الأسرية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة ماجستير، تخصص علم النفس المدرسي والتوجيه الإجتماعي، جامعة ورقلة.

76- محمد أبو هاشم حسن (2005): مؤشرات التحليل البعدي لبحوث فعالية الذات في ضوء نظرية باندورا، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الملك سعود.

77- مروى عمارة (2015): الإتصال داخل الأسرة وعلاقته بالتوافق الدراسي "دراسة ميدانية على تلاميذ لسنة أولى ثانوى"، مذكرة ماستر في علوم التربية، تخصص علم النفس المدرسي وصعوبات التعلم، جامعة بسكرة.

78- نجمة بنت عبد الله الزهراني (2005): النمو النفس- إجتماعي وفق نظرية اريكسون وعلاقته بالتوافق والتحصيل الدراسي لدى عينة الطلاب والطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف، مذكرة ماجستير في التعلم، جامعة أم القرى، السعودية.

79- ولاء سهيل يوسف (2016): فاعلية الذات وعلاقتها بالمسؤولية الإجتماعية، رسالة ماجستير في علم النفس العام، كلية التربية، جامعة دمشق.

المؤتمرات:

80- عبد الوهاب أماني عبد المقصود، شند سميرة محمد (2010): جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بفعالية الذات لدى عينة من الأبناء المراهقين، المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين الشمس، مصر، ص497.

81- كمال أحمد الإمام النشاوي (أفريل 2006): فعالية الذات وعلاقتها ببعض السمات الشخصية لدى طلاب كلية التربية النوعية، مؤتمر التعليم النوعي ودوره في التنمية البشرية في عصر العولمة، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، ص.ص471، 495.

العلماء حقا

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ابن خلدون - تيارت-

كلية العلوم الإنسانية والعلوم الإجتماعية

قسم العلوم الإجتماعية

مسار: علم النفس المدرسي

الفعالية الذاتية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة
متوسط.

الجنس: ذكر () - أنثى ()
معدل الفصل الأول:
قسم:
معدل الفصل الثاني:

عزيزي التلميذ، عزيزتي التلميذة.

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته وبعد:

في إطار إنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس المدرسي الموسومة

ب: "الفعالية الذاتية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط"

نضع بين يديكم هذه الإستمارة التي تحتوي على عدد من العبارات و المطلوب منكم قراءة

كل عبارة ثم التأشير عليها بوضع علامة (x) أمام الإجابة التي تناسبك.

-الرجاء الإجابة على كل العبارات.

- ليس هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

- نضمن لكم سرية المعلومات المقدمة والتي لن تستخدم إلا في إطار هذه الدراسة.

تحت إشراف:

- د. بلعالية محمد

من إعداد:

- مباركي نسيمة

- هواري حنان

السنة الجامعية: 2018/2017

مقياس الفعالية الذاتية:

الرقم	البند	أوافق	أحياناً	لا أوافق
01	أعتقد أنني شخص فعال.			
02	أحقق أهدافي بعد أن أحاول عدة مرات.			
03	قدرتي كبيرة على التعامل مع المشكلات الجديدة التي أتعرض لها في مدرستي.			
04	أعتقد أنني ذكي.			
05	يعاملني الأستاذ على أنني من التلاميذ النجباء.			
06	أستطيع إقناع الآخرين حتى لو خالفوني الرأي.			
07	أستطيع التعامل مع الضغوط الحياتية التي تواجهني.			
08	أستطيع قيادة مجموعة من زملائي إلى هدف معين.			
09	أستمتع بالعمل مع الآخرين والتعاون معهم.			
10	تستهويني حلقات البحث الصعبة والجانب العلمي الذي يتطلب جهداً ووقتاً وأكون سعيداً عند تنفيذها.			
11	عندما تواجهني مشكلة جديدة أعرف كيف أتعامل معها.			
12	أستطيع التعامل مع معظم المشكلات الدراسية التي أتعرض لها في المتوسطة.			
13	أجد حلاً لكل مشكلة تواجهني بفعالية.			
14	أجيد التعامل مع الناس.			
15	لدي رؤية بعيدة للأشياء وأسعى لتحقيقها.			
16	يدفعني الفشل للعمل باجتهاد أكبر.			
17	أصدقائي يثقون بقراراتي.			
18	أستطيع تنفيذ خطط التي أضعها.			
19	هناك طموحات كثيرة أعجز عن تحقيقها.			
20	عندما أخفق في أداء عمل في المرة الأولى فإنني أستمر في المحاولة حتى أنجح.			
21	أثق بقدرتي على التخطيط الجيد.			
22	أضع خطط مناسبة لتحقيق أهدافي.			
23	أتجنب تعلم الأشياء الجديدة حينما تبدو لي صعبة.			
24	أثق في قدرتي على التعامل بكفاءة مع الأحداث غير المتوقعة.			
25	أحتاج إلى مساعدة الآخرين لتنفيذ أعمالي.			
26	أستطيع السيطرة على مشاعري.			
27	يسهل علي تحقيق أهدافي وطموحاتي.			

28	أنجز واجباتي المدرسية أولاً بأول.
29	أثق بإمكاناتي وقدراتي للقيام بما يطلب مني.
30	عندما أحدد الأهداف المهمة لنفسني أجد سهولة في تحقيقها.
31	لدي عزيمة وإرادة أقوى من بعض الزملاء.
32	أثق بقدرتي في مساعدة الآخرين حينما تواجههم مشكلة ما.
33	تساعدني تجاربي السابقة في التعامل مع المواقف الجديدة.
34	أستطيع تحقيق النجاح في معظم المهام التي أركز تفكيري فيها.
35	أسعى إلى تعلم أشياء جديدة تبدو صعبة بالنسبة لي.
36	إذا لم أنجح عند محاولة تعلم شيء جديد، سريعاً ما أعيد المحاولة.
37	أجد متعة في حل مشكلة يصعب على الآخرين حلها.
38	يلجأ لي زملائي في حل معظم المشاكل.
39	أعتمد على قدراتي الذاتية في حال واجهتني أي مصاعب.
40	أستطيع التعبير عن مشاعري دون أن أشعر بإحراج.
41	عندي كثير من الطموحات أسعى لإنجازها.
42	لدي القدرة على التركيز حتى بوجود فوضى من حولي.
43	عندما أقوم بعمل ما فإنني أقوم بإنجازه على أكمل وجه.
44	أبذل أقصى ما في وسعي لتحقيق أهدافي.
45	من السهل علي المشاركة في الأنشطة الإجتماعية كالحفلات.
46	أجد صعوبة في طرد الأفكار المزعجة من ذهني.
47	أستطيع إكمال المهمة بدقة مهما كانت معقدة.

مقياس التوافق الدراسي:

الرقم	البند	أوافق	أحيانا	لا أوافق
01	غالبا ما أنظر من نافذة أو باب القسم أثناء الدرس.			
02	أخذ مني الأستاذ أشياء كنت أعبت بها أثناء الدرس.			
03	أحاول الإجابة على الأسئلة التي يوجهها لي الأستاذ.			
04	أتحدث مع زميلي أثناء الدرس.			
05	يكون عملي عادة نظيفا ومرتبيا.			
06	أقوم بقضاء بعض المهام للأستاذ(كمسح السبورة).			
07	أجد أنه من الصعب علي الجلوس ساكنا في مكاني مدة طويلة.			
08	يسهل علي قراءة ما كتبت.			
09	أرفع أصبعي للإجابة إذا وجه الأستاذ سؤالا.			
10	أكون في العادة هادئا في القسم.			
11	أحضر إلى الدرس متأخرا.			
12	أوجه للأستاذ أسئلة إذا لم أفهم الدرس.			
13	أذهب إلى المتوسطة مع زملائي.			
14	أحضر أدواتي دائما.			
15	إذا لم أستطع القيام بالعمل المطلوب أطلب المساعدة من الأستاذ.			
16	أوجه انتباهي للأستاذ أثناء الشرح.			
17	كثيرا ما أعاقب من قبل أساتذتي.			
18	أرد مباشرة على توبيخ الأستاذ.			
19	يمكنني الإستمرار في أداء عملي لمدة طويلة.			
20	أؤدي واجباتي المطلوبة مني في الوقت المحدد.			
21	أذهب إلى مكتب الأستاذ إذا احتجت لمساعدته.			
22	اشتركت في خلاف حاد أو مشاجرة مع زملائي بالمتوسطة.			
23	أعتقد أن معظم الأساتذة يشعرون نحوي بالموودة.			
24	أنفذ دائما ما يطلب مني بدون تذمر.			
25	سبق لي أن حاولت دفع زملائي داخل أو خارج القسم.			
26	أحيانا ما ينتابني الضحك في القسم.			
27	تراودني الرغبة في الخروج من الحصة أثناء الدرس.			
28	تتفق الدراسة مع ميولاتي وإهتماماتي.			
29	أرفع صوتي للإجابة على السؤال قبل أن يأذن لي الأستاذ.			
30	أعتقد أن معظم المواد الدراسية صعبة.			
31	أساعد زملائي إذا طلبوا مني ذلك.			



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ابن خلدون * تيارت *

كلية العلوم الإنسانية و العلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

رقم القيد: 396 / ق ع إ ج / 2018

إلى السيد(ة) المحترم(ة) مدير : متوسطة إالفي

أحمد بفرندة - تيارت -

الموضوع: طلب الترخيص بإجراء دراسة ميدانية

تحية طيبة وبعد:

في إطار تبيين وترقية البحث العلمي لطلبة قسم العلوم الاجتماعية يشرفني أن ألتمس من سيادتكم الترخيص لطلبة الآتية أسمائهم

هواري حنان

مباركي نسيمة

بإجراء بحث ميداني في مؤسستكم المحترمة، يندرج هذا البحث في إطار تحضير مذكرة نهاية الدراسة في مستوى ماستر للسنة الجامعية 2018/2017 تحت عنوان:

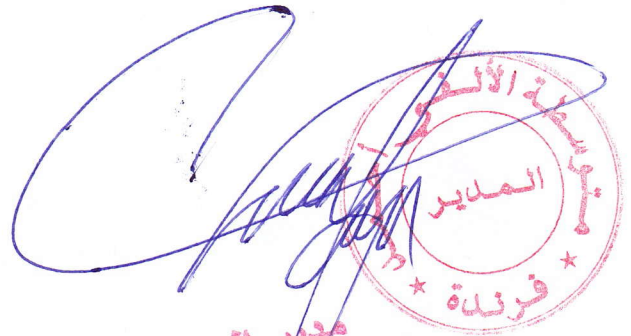
الفاعلية الذاتية و علاقتها بالتوافق الدراسي لدى عينة ممن تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط

وفي الأخير تقبلوا منا أسمى عبارات الاحترام والتقدير.

تيارت في: 2018/04/08



مرزوقية
نائب عميد الكلية
والبحر العلمي والعلاقات الخارجية



مدير المتوسطة
عبد القادر فضة



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ابن خلدون * تيارت *

كلية العلوم الإنسانية و العلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

رقم القيد: 396. / ق ع إ ج / 2018

إلى السيد(ة) المحترم(ة) مدير : متوسطة رايح

ناصر بفرندة - تيارت -

الموضوع: طلب الترخيص بإجراء دراسة ميدانية

تحية طيبة وبعد:

في إطار تامين وترقية البحث العلمي لطلبة قسم العلوم الاجتماعية يشرفني أن ألتمس من سيادتكم الترخيص لطلبة الآتية أسمائهم

هواري حنان

مباركي نسيمة

بإجراء بحث ميداني في مؤسستكم المحترمة، يندرج هذا البحث في إطار تحضير مذكرة نهاية الدراسة في مستوى ماستر للسنة الجامعية 2018/2017 تحت عنوان:

الفاعلية الذاتية و علاقتها بالتوافق الدراسي لدى عينة ممن تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط

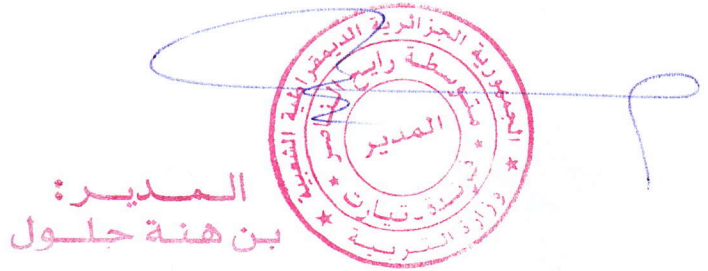
وفي الأخير تقبلوا منا أسمى عبارات الاحترام والتقدير.

تيارت في: 2018/04/08



نائب عميد الكلية

مرزوقي
نائب عميد مكلف بمسائل البحث العلمي
و البحث العلمي و العلاقات الخارجية



المدير:
بن هنة جلول

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ابن خلدون * تيارت *

كلية العلوم الإنسانية و العلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

رقم القيد: 396 / ق ع إ ج / 2018

إلى السيد(ة) المحترم(ة) مدير : متوسطة قلايلية

أحمد بفرندة - تيارت -

الموضوع: طلب الترخيص بإجراء دراسة ميدانية

تحية طيبة وبعد:

في إطار تثمين وترقية البحث العلمي لطلبة قسم العلوم الاجتماعية يشرفني أن ألتمس من سيادتكم الترخيص لطلبة الآتية أسمائهم

هوارى حنان

مباركي نسيمة

بإجراء بحث ميداني في مؤسستكم المحترمة، يندرج هذا البحث في إطار تحضير مذكرة نهاية

الدراسة في مستوى ماستر للسنة الجامعية 2018/2017 تحت عنوان: _____

الفاعلية الذاتية و علاقتها بالتوافق الدراسي لدى عينة ممن تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط

وفي الأخير تقبلوا منا أسمى عبارات الاحترام والتقدير.

تيارت في: 2018/04/08

نائب عميد الكلية
مرزوقي محمد
نائب عميد مكلف بالبحوث
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

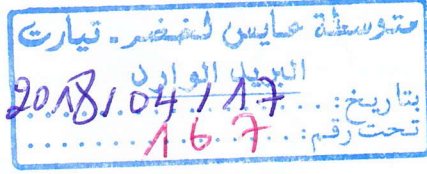
المدير المساعد
هدوية شرياشين



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ابن خلدون * تيارت *



كلية العلوم الإنسانية و العلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

رقم القيد: 396. / ق ع إ ج / 2018

إلى السيد(ة) المحترم(ة) مدير : متوسطة عايس لخضر - تيارت -

الموضوع: طلب الترخيص بإجراء دراسة ميدانية

تحية طيبة وبعد:

في إطار تتمين وترقية البحث العلمي لطلبة قسم العلوم الاجتماعية يشرفني أن ألتمس من سيادتكم الترخيص لطلبة الآتية أسمائهم

هواري حنان

مباركي نسيم

بإجراء بحث ميداني في مؤسستكم المحترمة، يندرج هذا البحث في إطار تحضير مذكرة نهاية الدراسة في مستوى ماستر للسنة الجامعية 2018/2017 تحت عنـــــــــــــــــوان:

الفاعلية الذاتية و علاقتها بالتوافق الدراسي لدى عينة ممن تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط

وفي الأخير تقبلوا منا أسمى عبارات الاحترام والتقدير.

تيارت في: 2018/04/08



مرزوقي
نائب عميد مكلف بالعلاقات الخارجية
و البحث العلمي



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ابن خلدون * تيارت *

كلية العلوم الإنسانية و العلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

رقم القيد: 314 / ق ع إ ج / 2018

إلى السيد(ة) المحترم(ة) مدير متوسطة قندوز

محمد بفرندة - تيارت -

الموضوع: طلب الترخيص بإجراء دراسة ميدانية

تحية طيبة وبعد:

في إطار تثمين وترقية البحث العلمي لطلبة قسم العلوم الاجتماعية يشرفني أن ألتمس من سيادتكم الترخيص لطلبة الآتية أسمائهم

- هواري حنان

- مباركي نسيمة

بإجراء بحث ميداني في مؤسستكم المحترمة، يندرج هذا البحث في إطار تحضير مذكرة نهاية الدراسة في مستوى ماستر للسنة الجامعية 2018/2017 تحت عنوان:

الفاعلية الذاتية و علاقتها بالتوافق الدراسي لدى عينة ممن تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط

وفي الأخير تقبلوا منا أسمى عبارات الاحترام والتقدير.

تيارت في: 2018/03/06.....



