



جامعة ابن خلدون تيارت

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

مذكرة مكملة لمتطلبات نيل شهادة الماستر الطور الثاني ل.م.د.
في علم النفس العيادي

تقدير الذات وعلاقته بالمرونة النفسية لدى الطالب الجامعي

-دراسة ميدانية على عينة من طلبة قسم العلوم الاجتماعية بجامعة ابن خلدون تيارت -

الإشراف:

بغداد مُجَّد إبراهيم

إعداد الطالبين:

• بكري مُجَّد الحسن

• بن علة خالد

لجنة المناقشة

الصفة	الرتبة	الأستاذ(ة)
رئيسا	أستاذ مساعد "أ"	بوكصاصة نوال
مشرفا ومقررا	أستاذ مساعد "أ"	بغداد مُجَّد إبراهيم
مناقشا	أستاذ محاضر "ب"	بن لباد أحمد

السنة الجامعية: 2020 - 2021

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

۱۴۳۸

شكر وتقدير

قال الله تعالى ﴿ وَلَقَدْ آتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنْ اشْكُرْ لِلَّهِ ۚ وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ ۖ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ

غَنِيٌّ حَمِيدٌ ﴾ سورة لقمان الآية 12

وقال رسوله الكريم ﷺ ﴿ لَا يَشْكُرُ اللَّهُ مَنْ لَا يَشْكُرُ النَّاسَ ﴾

نحمد الله تعالى حمدا طيبا كثيرا مباركا فيه ملئ السموات والأرض على ما أكرمنا به من إتمام هذه الدراسة ثم نتوجه بجزيل الشكر والامتنان إلى الأستاذ الفاضل بغداد محمد إبراهيم على جميل صبره ونصحه وسعة ورحابة صدره، إذ لم يكن مشرفا وحسب بل كان داعما ومساندا، ويعود له الفضل الكبير في إتمام هذه الدراسة.

ونتقدم بالشكر والتقدير للأساتذة الأفاضل أعضاء لجنة المناقشة

كما نتقدم بجزيل الشكر والعرفان للأساتذة الذين رافقونا طيلة مسارنا التكويني بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة ابن خلدون - تيارت -

إهداء

إلى أول من علمني حديث رسول الله ﷺ «طلب العلم فريضة على كل مسلم ومسلمة»
والذي وقدوتي الغالي رحمه الله وأدخله برحمته في عباده الصالحين وجمعه مع قدوته وحببيه رسول
الله ﷺ في جنات النعيم وجدد عليه الرحمات في كل لحظة وحين إلى يوم الدين.
وإلى من ربّنتي ورعتني وعلمتني معنى أن يضحي الإنسان ويصبر على المكآره في سبيل أهداف
أسمى وأرقى والدتي الغالية أطال الله عمرها في طاعته ورزقها الصحة والعافية، وأوزعني أن أشكر
لها ولو النذر اليسير مما عانتة في تربيّتي والسهر على رعايتي.

مُحَمَّدُ الْحَسَنُ



إهداء

الحمد لله وكفى والصلاة على الحبيب المصطفى وأهله ومن وفي

أما بعد فالحمد لله الذي وفقنا لتتمين هذه الخطوة في مسيرتنا الدراسية بمذكرتنا
هذه ثمرة الجهد والصبر بفضلته تعالى، مهداة إلى الوالدين الكريمين حفظهما الله
وأدامهما نورا لدربي وكل العائلة الكريمة التي ساندتني من إخوة وأخوات، أسأل
الله أن يرضى عنهم ويوفقهم في حياتهم.

خالد



ملخص الدراسة

• ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت الدراسة الحالية إلى اكتشاف مدى وجود علاقة بين تقدير الذات والمرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، والكشف عن ما إذا كان هناك فروق في مستوى تقدر الذات والمرونة النفسية تعزى للمتغيرات التالية: (الجنس، التخصص، والمستوى الدراسي) وسعياً لتحقيق أهداف هذه الدراسة قام الطالبان بالاعتماد على المنهج الوصفي كونه الأنسب لطبيعة الموضوع، معتمدين في ذلك على مقياس كوبر سميث لتقدير الذات، ومقياس المرونة النفسية من إعداد يحيى عمر شعبان شقورة (2012)، وتم تطبيق هاتين الأداتين على عينة من طلبة قسم العلوم الاجتماعية بجامعة ابن خلدون -تيارت- بلغ عددهم (119) طالبا بواقع (38) ذكر و (81) أنثى، وللوصول إلى نتائج الدراسة تم استخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية متمثلة في المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، اختبار التباين أحادي الاتجاه، اختبار كروسكال-واليس، اختبار مان-ويتني ومعاملات الارتباط سبيرمان رو و كاندل تاو، وخلصت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

- توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والمرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين.
- توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين.
- توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها العقلي لدى الطلبة الجامعيين.
- توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير المستوى الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة علم النفس.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

الكلمات المفتاحية: تقدير الذات، المرونة النفسية، الطالب الجامعي.

Abstract:

The current study aimed to discover the relationship between self-esteem and psychological resilience among university students, and to reveal whether there were differences in the level of self-esteem and psychological resilience due to the following variables: (gender, specialization, and academic level) and in order to achieve the objectives of this study, the two students relied on the curriculum Descriptive as being the most appropriate to the nature of the subject, relying on the Cooper Smith scale of self-esteem, and the psychological resilience scale prepared by Yahya Omar Shaaban Shaqoura (2012), and these two tools were applied to a sample of students from the Department of Social Sciences at Ibn Khaldoun University - Tiaret - their number reached (119).) students (38) males and (81) females, and to reach the results of the study, a set of statistical methods were used, represented in arithmetic means, standard deviations, t-test for two independent samples, one-way variance test, Kruskal-Wallis test, Mann-whitney test and Spearman-Rho and Kendel-Tau correlation coefficients, and the results of the study concluded the following:

- There is a statistically significant correlation between self-esteem and psychological resilience among university students.

- There is a statistically significant correlation between self-esteem and psychological resilience in its emotional dimension among university students.
- There is a statistically significant correlation between self-esteem and psychological flexibility in its mental dimension among university students.
- There is a statistically significant correlation between self-esteem and psychological resilience in its social dimension among university students.
- There are no statistically significant differences in the level of self-esteem among university students due to the gender variable.
- There are no statistically significant differences in the level of self-esteem among university students due to the variable of specialization.
- There are no statistically significant differences in the level of self-esteem among university students due to the academic level variable.
- There are no statistically significant differences in the level of psychological resilience among university students due to the gender variable.
- There are statistically significant differences in the level of psychological resilience among university students due to the variable of specialization in favor of psychology students.

- There are no statistically significant differences in the level of psychological resilience among university students due to the academic level variable.

Keywords: self-esteem, psychological resilience, university student.

● ملخص الدراسة باللغة الفرنسية:

Résumé de l'étude :

La présente étude visait à découvrir s'il existe une relation entre l'estime de soi et la résilience psychologique chez les étudiants universitaires, et à découvrir s'il existe des différences dans le niveau d'estime de soi et de résilience psychologique en raison des variables suivantes: (sex, spécialisation et niveau académique). Afin d'atteindre les objectifs de cette étude, les deux étudiants se sont appuyés sur l'approche descriptive car elle est la plus appropriée à la nature du sujet, en s'appuyant sur l'échelle d'estime de soi de Cooper Smith, et l'échelle de résilience psychologique préparée par Yahya Omar Shaaban Shaqoura (2012), et ces deux outils ont été appliqués à un échantillon d'étudiants du Département des Sciences Sociales de l'Université Ibn Khaldun - Tiaret - dont le nombre a atteint (119) étudiants, (38) étudiant et (81) étudiante, et pour arriver aux résultats de l'étude, un ensemble de méthodes statistiques ont été utilisées, telles que les moyennes arithmétiques, les écarts-types, le test-t pour deux échantillons indépendants, le test de variance à une voie one-way-annova, le test de Kruskal-Wallis, le test de Mann-Whitney et les coefficients de

corrélation Spearman-Rho et kendle-Tau, les résultats de l'étude a conclu ce qui suit :

- Il existe une corrélation statistiquement significative entre l'estime de soi et la résilience psychologique chez les étudiants universitaires.
- Il existe une corrélation statistiquement significative entre l'estime de soi et la résilience psychologique dans sa dimension émotionnelle chez étudiants universitaires.
- Il existe une corrélation statistiquement significative entre l'estime de soi et la résilience psychologique dans sa dimension mentale chez les étudiants universitaires.
- Il existe une corrélation statistiquement significative entre l'estime de soi et la résilience psychologique dans sa dimension sociale chez les étudiants universitaires.
- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans le niveau d'estime de soi chez les étudiants universitaires en raison de la variable du sexe.
- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans le niveau d'estime de soi chez les étudiants universitaires en raison de la variable de spécialisation.
- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans le niveau d'estime de soi chez les étudiants universitaires en raison de la variable du niveau académique.

- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans le niveau de résilience psychologique chez les étudiants universitaires en raison de la variable de sexe.
- Il existe des différences statistiquement significatives dans le niveau de résilience psychologique chez les étudiants universitaires en raison de la variable de spécialisation en faveur des étudiants de psychologie.
- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans le niveau de résilience psychologique chez les étudiants universitaires en raison de la variable du niveau scolaire.

Mots clés : estime de soi, résilience psychologique, étudiant universitaire.

فهرس المحتويات

أ.....	شكر وتقدير
ب.....	إهداء
د.....	ملخص الدراسة
ل.....	فهرس المحتويات
ت.....	قائمة الجداول
خ.....	قائمة الأشكال
1.....	مقدمة الدراسة

الإطار النظري

الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة

6.....	تمهيد
6.....	1. إشكالية الدراسة:
8.....	1.1. التساؤل العام
8.....	1.2.1. التساؤلات الفرعية
9.....	2. فروض الدراسة
9.....	1.2.1. الفرضية العامة
10.....	3. أهداف الدراسة
10.....	4. أهمية الدراسة
10.....	1.4.1. الأهمية النظرية
10.....	2.4.2. الأهمية التطبيقية

11	5. تعريف متغيرات الدراسة إجرائيا
11	1.5. متغير تقدير الذات
11	2.5. متغير المرونة النفسية
11	6. الدراسات السابقة
11	1.6. الدراسات التي تناولت متغير تقدير الذات
18	2.6. الدراسات التي تناولت متغير المرونة النفسية
24	3.6. الدراسات التي تناولت المتغيرين معا
25	7. التعقيب على الدراسات السابقة:
25	1.7. أوجه التشابه بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية
26	2.7. أوجه الاختلاف بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية
26	3.7. أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة
26	خلاصة الفصل

الفصل الثاني: تقدير الذات والمرونة النفسية

28	تمهيد
28	أولا: مفهوم الذات:
28	1. تعريف مفهوم الذات
28	أ- مفهوم الذات لغة
28	ب- مفهوم الذات اصطلاحا
29	2. وظيفة مفهوم الذات
29	3. مراحل نمو الذات

29	أ-مرحلة انبثاق الذات: من صفر إلى سنتين (0-2 سنة)
30	ب-مرحلة تأكيد الذات: من سنتين إلى خمس سنوات (2-5 سنة)
30	ج-مرحلة توسيع الذات: من خمس سنوات إلى عشرة سنوات (5-10 سنة)
31	د-مرحلة تمييز الذات: من عشرة إلى ثمانية عشر سنة (10-18 سنة)
31	هـ-مرحلة النضج: من عشرين إلى ستين سنة (20-60 سنة)
32	4.مكونات الذات
32	أ-مفهوم الذات الاجتماعي
32	ب-مفهوم الذات الأكاديمي
32	ج-مفهوم الذات المدرك
32	د-مفهوم الذات المثالي
33	هـ-مفهوم الذات المؤقت
33	5.خصائص مفهوم الذات
33	أ-مفهوم الذات منظم
33	ب-مفهوم الذات متعدد الجوانب
33	ج-مفهوم الذات هرمي
34	د-مفهوم الذات الأكاديمي
34	هـ-مفهوم الذات الغير أكاديمي
34	و-مفهوم الذات ثابت
34	ز-مفهوم الذات ارتقائي نمائي
35	ح-مفهوم الذات ذو طبيعة تقييمية وصفية:

35	ط- مفهوم الذات متمايز
35	6. أشكال مفهوم الذات
35	أ- مفهوم الذات الإيجابي
36	ب- مفهوم الذات السالب
37	7. النظريات المفسرة لمفهوم الذات
37	أ- النظرية السلوكية:
37	ب- نظرية التحليل النفسي
38	ج- النظرية الظاهرية:
39	د- نظرية باندورا BANDURA
39	هـ- نظرية أبراهام ماسلو A.MASLOW
40	ثانيا: تقدير الذات
40	1. لمحة تاريخية عن تطور مفهوم تقدير الذات:
40	2. تعريف تقدير الذات:
40	أ- التعريف اللغوي:
41	ب- التعريف الاصطلاحي
42	3. أهمية تقدير الذات:
43	4. أبعاد تقدير الذات:
44	أ- الرضا عن الذات
44	ب- التكيف
44	ج- الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه

45	د-الثقة بالنفس.....
45	هـ-الأدوار الاجتماعية.....
45	5.العوامل المؤثرة على تقدير الذات:
45	أ-عوامل ذاتية.....
46	ب-عوامل أسرية.....
46	ج-عوامل اقتصادية واجتماعية.....
47	د-عوامل وضعية.....
47	6.مستويات تقدير الذات:
47	أ-التقدير المرتفع للذات.....
48	ب-التقدير المنخفض للذات.....
49	7.النظريات المفسرة لتقدير الذات.....
49	أ-نظرية روزنبرغ ROSENBERG 1989
50	ب-نظرية COOPER SMITH
50	ج-نظرية زيلر ZILLER 1973
51	د-نظرية إيستين EPSTIEN
51	8.تقدير الذات العادي والمرضي.....
51	أ.تقدير الذات العادي.....
52	ب.تقدير الذات المرضي.....
52	ثالثا: المرونة النفسية.....
52	1.مفهوم المرونة النفسية.....

53	أ-المرونة في اللغة
53	ب-تعريف المرونة النفسية اصطلاحا:
54	2. بعض المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية
55	أ-قوة الأنا
55	ب-الثبات الانفعالي
55	ج-الهدوء الانفعالي
56	د-الاتزان الانفعالي
56	هـ-المناعة النفسية
56	و-المرونة النفسية و عمل الحداد:
57	ز-القدرة الفطرية:
57	ح-التفكير الإيجابي
57	ط-التوافق الإيجابي:
57	ي-الصلابة النفسية:
58	ك-القدرة على التكيف:
59	3. مصادر المرونة النفسية:
59	1.3. الموارد الشخصية الذاتية
59	2.3. الموارد الاجتماعية
59	3.3. المعتقدات الدينية
59	4.3. موارد ثقافية
59	5.3. المهارات السلوكية و المعرفية

60	6.3. الموارد الموهوبة
60	4. مؤشرات المرونة النفسية:
61	5. بناء المرونة النفسية:
62	6. المرونة النفسية والانفعالات:
63	7. النظريات المفسرة للمرونة النفسية:
63	1.7. النظرية السلوكية:
63	2.7. التحليل النفسي PSYCHOANALYSIS
64	3.7. نظرية أدلر:
64	4.7. نظرية أريكسون ERICKSON THEORY:
65	5.7. النظرية المعرفية:
65	6.7. نظريات التعلم الاجتماعي SOCIAL LEARNING THEORIES لروتر
66	7.7. نظرية كاون وتومسون (COWEN & THOMSON):
67	8.7. المنظور الإنساني:
67	8. العوامل المؤثرة على المرونة النفسية:
67	1.8. عوامل ذات علاقة بالخبرة
67	2.8. عوامل مرتبطة بالمرونة والقدرة على التأقلم
68	9. سمات الشخصية لذوي المرونة النفسية:
70	خلاصة الفصل

الإطار الميداني

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

73	تمهيد
73	1. منهج الدراسة
73	2. حدود الدراسة
74	3. الدراسة الميدانية
74	1.3. عينة الدراسة وكيفية اختيارها
74	2.3. خصائص عينة الدراسة
76	4. أدوات الدراسة
76	1.4. مقياس COOPER SMITH لتقدير الذات
77	- الخصائص السيكومترية من حساب الباحثة حمزاوي (2017)
83	2.4. مقياس المرونة النفسية المعد من طرف يحيى عمر شعبان شقورة (2012)
84	- الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة النفسية
91	5. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
92	خلاصة الفصل

الفصل الرابع: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

94	تمهيد
94	1. عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة
94	1.1. عرض نتائج الفرضية

95	2.1. مناقشة نتائج الفرضية.....
96	2. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى.....
96	1.2. عرض نتائج الفرضية.....
97	2.2. مناقشة نتائج الفرضية.....
98	3. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية.....
98	1.3. عرض نتائج الفرضية.....
99	2.3. مناقشة نتائج الفرضية.....
100	4. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة.....
100	1.4. عرض نتائج الفرضية.....
101	2.4. مناقشة نتائج الفرضية.....
102	5. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة.....
102	1.5. عرض نتائج الفرضية.....
103	2.5. مناقشة نتائج الفرضية.....
104	6. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة.....
104	1.6. عرض نتائج الفرضية.....
106	2.6. مناقشة نتائج الفرضية.....
107	7. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية السادسة.....
107	1.7. عرض نتائج الفرضية.....
108	2.7. مناقشة نتائج الفرضية.....
109	1.8. عرض نتائج الفرضية.....

110	2.8. مناقشة نتائج الفرضية.....
112	9. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثامنة.....
112	1.9. عرض نتائج الفرضية.....
115	10. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية التاسعة.....
115	1.10. عرض نتائج الفرضية.....
117	2.10. مناقشة نتائج الفرضية.....
117	خلاصة الفصل.....
118	خاتمة.....
118	الإقتراحات.....
118	قائمة المصادر والمراجع.....
118	قائمة الملاحق.....

قائمة الجداول

- جدول رقم (01): يوضح خصائص عينة الدراسة حسب متغير الجنس 74
- جدول رقم (02): يوضح خصائص عينة الدراسة حسب متغير التخصص 75
- جدول رقم (03): يوضح خصائص عينة الدراسة حسب متغير المستوى الدراسي: 75
- جدول رقم (04): يوضح توزيع فقرات مقياس تقدير الذات على بعديه 76
- جدول رقم (05): يوضح الصدق التمييزي لمقياس تقدير الذات 78
- جدول رقم (06): يبين العبارات التي قامت الباحثة حمزاوي (2017) بتعديلها من مقياس تقدير الذات.... 78
- جدول رقم (07): معاملات ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات 79
- جدول رقم (08): يمثل ثبات مقياس تقدير الذات باستخدام معادلة ألفا-كرومباخ 81
- جدول رقم (09): يوضح ثبات المقياس عن طريق معامل ألفا كرونباخ 81
- جدول رقم (10): يوضح صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس تقدير الذات 82
- جدول رقم (11): يوضح توزيع فقرات مقياس المرونة النفسية على الأبعاد 84
- جدول رقم (12): يوضح قيمة معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والبعد الذي تنتمي له 85
- جدول رقم (13): يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس 86
- جدول رقم (14): ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار 87
- جدول رقم (15): يوضح ثبات مقياس المرونة النفسية بطريقة ألفا كرونباخ 88
- جدول رقم (16): يوضح صدق الاتساق الداخلي لعبارات البعد الإنفالي 88
- جدول رقم (17): يوضح صدق الاتساق الداخلي لعبارات البعد العقلي 89
- جدول رقم (18): يوضح صدق الاتساق الداخلي لعبارات البعد الاجتماعي 90
- جدول رقم (19): يوضح درجة الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس 91
- جدول رقم (20): مخرج SPSS يوضح طبيعة توزيع بيانات تقدير الذات والمرونة النفسية 94
- جدول رقم (21): مخرج SPSS يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية العامة 95
- جدول رقم (24): يوضح طبيعة توزيع البيانات الخاصة بمتغيري تقدير الذات والبعد العقلي للمرونة النفسية .. 98
- جدول رقم (25): مخرج SPSS يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية الثانية 99

- جدول رقم (26): يوضح طبيعة توزيع البيانات الخاصة بمتغيري تقدير الذات والبعد الاجتماعي للمرونة النفسية 100
- جدول رقم (27): مخرج SPSS يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية الثالثة 101
- جدول رقم (28): يوضح طبيعة توزيع بيانات تقدير الذات حسب متغير الجنس 102
- جدول رقم (29): مخرج SPSS يوضح نتائج اختبار الفرضية الجزئية الرابعة 103
- جدول رقم (30): يوضح طبيعة توزيع بيانات تقدير الذات حسب متغير التخصص 105
- جدول رقم (33): يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية السادسة 108
- جدول رقم (36): يوضح طبيعة توزيع بيانات المرونة النفسية حسب متغير التخصص 112
- جدول رقم (37): يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية الثامنة 113
- جدول رقم (38): يوضح نتائج اختبار Mann-Whitney للمقارنات البعدية المتعددة بين المجموعات الثلاثة 114
- جدول رقم (39): يوضح طبيعة توزيع بيانات المرونة النفسية حسب متغير المستوى الدراسي 115
- جدول رقم (40): يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية التاسعة 116

قائمة الأشكال

رسم توضيحي رقم (01): يمثل المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية 58

مقدمة الدراسة

مقدمة:

تعتبر مرحلة الدراسة الجامعية إحدى المحطات الهامة التي يمر بها الإنسان في حياته بعد كل من البيت والمدرسة، فهي تحتوي على نخبة المجتمع من المثقفين والمتفوقين، وهي مرحلة يسعى فيها الطالب الجامعي إلى التزود معرفيا وإعداد نفسه اجتماعيا وروحيا، وصحيا ونفسيا، فالصحة النفسية من أهم العوامل التي تجعل الطالب الجامعي يخوض مسارا تكوينيا زاخرا بالتحصيل الدراسي والنجاح والتفوق، وتجعله قادرا على الصمود حيال الشدائد والأزمات ومحأولة مواجهتها والتغلب عليها، كما يجعله أكثر قدرة على الإبداع والإنتاج وتساعد على المضي قدما في جو من التوافق النفسي.

(توفيق، 2018: 178)

ومن أهم المفاهيم المرتبطة بالصحة النفسية للفرد عموما وللطالب الجامعي خصوصا تقدير الذات، إذ هو مجموعة من القيم والاتجاهات والأحكام التي يملكها الفرد عن سلوكه وقدراته وجسمه وهي الطريقة التي ينظر بها الفرد إلى نفسه، فيكون غالبا تفكيره وشعوره وسلوكه متسقا مع مفهومه عن ذات وتقييمه لها، وهو مفهوم يتطور عبر المراحل العمرية، من خلال عملية وجدانية تتمثل في إحساس الفرد بأهميته وجدارته.

(علوي، 2016: 26)

إلى جانب تقدير الذات ومن أحد أهم المكونات الرئيسية للصحة النفسية نجد المرونة النفسية، فهي تعتبر مساهما رئيسيا في الرفاهية اليومية والتوافق الاجتماعي المقترن بروح المعاشرة والاهتمام بالمشاكل وما يعانيه المجتمع من أزمات، واستيعاب الآخر وترك مساحة واسعة للحوار، وتختلف قدرة الأفراد عموما وفتة الطلبة الجامعيين خصوصا على مواجهة الصعوبات والضغوط الحياتية، وانعدام المرونة لدى البعض ولا سيما فتة الطلبة يجعلهم متصلبين غير قابلين للتغير والتأثير، كما أنهم يفقدون الكثير من العلاقات الاجتماعية، وتمثل المرونة النفسية قدرة الفرد على مقاومة الضغوطات وعدم إظهار الخلل الوظيفي النفسي، أو المزاج السلبي الدائم.

(حليم و حلا، 2018: 212)

و بتسليط الضوء على الأهمية والدور البالغ الذي يلعبه تقدير الذات والمرونة النفسية في مسار وحياة الطلبة الجامعيين الذين يعتبرون بمثابة العمود الفقري للمجتمع والنواة المكونة لإطارته التي يحتاجها للمضي قدما وللحاق

بالركب، وفي خضم عملنا على إنجاز الدراسة الحالية بمختلف نواحيها قمنا بتقسيم العمل أربعة فصول، كل فصل منها غطى جوانبا مهمة ولا غنى عنها، وفيما يلي عرض لأهم ما تضمنته هذه الفصول:

❖ **الفصل الأول:** مدخل إلى الدراسة ويضم إشكالية الدراسة وفروضها وأهدافها، وأهميتها، وقمنا فيه بتقديم تعريفات إجرائية لمتغيري الدراسة، وكذا عرض الدراسات السابقة التي تناولت كل متغير على حدة، والدراسات التي جمعت بين المتغيرين.

❖ **الفصل الثاني:** ويتمثل في عرض التناول النظري لمتغيري الدراسة من تعاريف وخصائص ونظريات مفسرة، عرجنا فيه أولا على مفهوم الذات، وثانيا مفهوم تقدير الذات، وختمنا ثالثا بمفهوم المرونة النفسية.

❖ **الفصل الثالث:** قمنا فيه بعرض مختلف الإجراءات المنهجية التي تم العمل بها للوصول إلى نتائج الدراسة، إذ قمنا بتحديد المنهج المعتمد عليه، والحدود الزمانية والمكانية لإجراء الدراسة، كما قمنا بتقديم وصف لعينة البحث وخصائصها وكيفية اختيارها، وكذا الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، وفي الأخير ختمنا بالأساليب الإحصائية المعتمد عليها في الدراسة.

❖ **الفصل الرابع:** تم فيه عرض النتائج التي خلصت إليها الدراسة الميدانية، ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة.

الإطار النظري

الفصل الأول:

مدخل إلى الدراسة

تمهيد:

يمثل هذا الفصل مدخل إلى الدراسة، حيث أنه يعتبر الخطوة الأساسية والضرورية لكل دراسة علمية ومنه يمهد للجانب الميداني ويساهم في بناء ركيزة ودعامة للدراسة، من أجل مناقشة الفرضيات والتوصل إلى الأهداف المرجوة منها، ويتم هذا وفق خطة منهجية والمتمثلة في إشكالية وفرضيات الدراسة، وكذا أهداف وأهمية البحث بالإضافة إلى ضبط المفاهيم إجرائياً، لنختم الفصل باستعراض الدراسات السابقة والتي لها علاقة بموضوع الدراسة.

1. إشكالية الدراسة:

تعتبر الصحة النفسية ذات أهمية كبيرة بالنسبة للطالب الجامعي، والتي تؤثر في حياته وتوافقه وتحصيله الدراسي، حيث أن الطالب الجامعي الذي يكون مردوده الدراسي ضعيف أو الذي يجد صعوبة في تحصيله للدروس والمتابعة لما قدم له داخل الجامعة، فإنه من الممكن جداً أن يرجع ذلك إلى معاناة هذا الطالب من مشاكل نفسية راجعة إلى سوء توافقه.

(توفيق، 2018)

ومن أهم المتغيرات التي تندرج تحت مظلة الصحة النفسية نجد متغير تقدير الذات الذي يمثل أحد الأبعاد الأساسية للشخصية التي اهتم بها علم النفس، فهو يعتبر عاملاً أساسياً للنجاح في حياة الفرد، كما وضعه **Abraham Maslow** في أعلى سلم الحاجات، فتقدير الذات مطلب حيوي وحاجة إنسانية للصمود في مجتمع يسوده التنافس كل يوم، فهو الذي يعين الإنسان على التصرف أمام الصعوبات.

(فتيحة، 2014)

حيث أن تقدير الذات الإيجابي يعني وجود مشاعر إيجابية نحو الذات، فيشعر الفرد بأهمية نفسه واحترامه لها، ويثق بنفسه وبالآخرين ويشعر بالكفاءة فلا ييأس أو ينسحب عند الفشل، ويميل الأفراد ذوو التقدير المرتفع للذات إلى أن يكونوا مستقلين ومتحملين للمسؤولية ومتفهمين ومتفائلين بما سوف تأتي به الحياة، وعلى هذا فإن تقدير الذات الإيجابي هو أحد المفاهيم الأساسية للتوافق في مختلف مجالات الحياة.

(إيمان و صافية، 2017: 38)

وللأهمية البالغة لمتغير تقدير الذات نال اهتمام كثير من الدراسات النفسية، فهو يتواجد بمستويات مختلفة عند الطلبة الجامعيين تبعاً لمتغيرات سوسيو ديمغرافية، وهذا ما خلصت إليه دراسة **بن دهنون وماحي (2014)** حيث توصلت هذه الدراسة إلى وجود تباين في مستوى تقدير الذات لصالح فئة الذكور، وهذا بسبب بعض العوامل حصرتها الباحثة في التنشئة الاجتماعية وما للأسرة من دور مهم في بناء وتكوين شخصية الطلبة، مما يساهم في بلورة تصور واضح عن الذات، وعن المستقبل والتنافس على إبراز تحقيق الذات في الوسط الجامعي وباعتبار خصوصية النمو لدى الذكور وحاجياتهم النفسية والاجتماعية تختلف عن حاجيات وخصوصيات الإناث.

(بن دهنون و ماحي، 2014)

وتختلف مستويات تقدير الذات تبعاً لمتغير آخر وهو التخصص الجامعي حيث جاءت دراسة **بن طاهر ومزيان (2017)** لتؤكد ذلك فتوصلت إلى وجود فروق في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص لصالح التخصص العلمي. هذا وقد توصلت دراسة أجرتها الباحثة **Nermin Gurhan وآخرون (2017)** إلى وجود مستويات أعلى من المتوسط في مستوى تقدير لدى فئة الطلبة الجامعيين.

إلى جانب تقدير الذات نجد متغيراً آخر لا يقل عنه أهمية، وهو المرونة النفسية حيث تلعب دوراً هاماً في تحديد مدى قدرة الأفراد عموماً والطلبة الجامعيين خاصة على التكيف مع الصعوبات والمواقف الضاغطة التي تواجههم في حياتهم فالشخص السوي نفسياً والذي يمتلك اتزاناً انفعالياً هو الذي يمكنه السيطرة على انفعالاته بمرونة عالية والتعبير عنها حسب طبيعة الموقف وهذا يساعد الفرد على المواجهة الواعية لظروف الحياة وأزماتها، فلا يضطرب أو ينهار للضغوطات والصعوبات التي تواجهه.

(النوي، 2016: 10)

وتعد الباحثة (**emmy werner**) من أوائل الباحثين الذين استخدموا مصطلح المرونة النفسية في العقد السابع من القرن العشرين، عندما حاولت هي و مجموعة من العلماء والباحثين تفسير السلوك الإيجابي الجيد للفرد في أثناء تعرضه لظروف صعبة، ولفهم العمليات التي تفسر أدائه الغير متوقع، وظل الاهتمام منصباً على دراسة المرونة النفسية لدى الأفراد إلى أن بدأ يظهر علم النفس الإيجابي الذي اهتم بدراسة وتنمية القوى الشخصية والقدرات والسمات الإيجابية للأفراد.

(أبو حلاوة، 2013)

وعلى صعيد البحوث العلمية الحديثة، ونظرا لكون المرونة النفسية بمثابة حجر الزاوية في تعامل الفرد مع ضغوطات الحياة و لما تلعبه من دور في رسم صورة الشخصية السوية ، جعل هذا العديد من الباحثين يتناولونها بدراسات اختلفت أهدافها ومناهجها، فالمرونة النفسية لها علاقة مباشرة بتحلي الطالب بالمهارات الاجتماعية التي تلزمه في طريقه نحو التحصيل الأكاديمي وهذا ما خلصت إليه دراسة الباحث **صالح بن سيف العزري (2016)** حيث وجدت هذه الدراسة أن هناك علاقة إيجابية بين المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية لدى الطالب الجامعي، وفي نفس المسار توصلت دراسة الباحثين **رملة جبار و رهام عبي رضا (2017)** إلى تمتع الطلبة الجامعيين بمستوى عالي من المرونة النفسية، فالمرونة النفسية لها بالغ الأثر في الاندماج الاجتماعي للفرد عموما والطالب الجامعي خصوصا وهذا ما أكدته دراسة أجراها الباحث **صبيحة ياسر مكطوف (2021)** حيث توصل إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية والاندماج الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.

ومما سبق طرحه يمكننا تحديد مشكلة البحث كالتالي:

1.1. التساؤل العام:

■ هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين تقدير الذات والمرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين؟

2.1. التساؤلات الفرعية: الأبعاد التي سيتم ذكرها في التساؤلات الفرعية هي أبعاد فرعية لمتغير المرونة النفسية.

■ هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الانفعالي لدى الطلبة

الجامعيين؟

■ هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها العقلي لدى الطلبة

الجامعيين؟

■ هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الاجتماعي لدى

الطلبة الجامعيين؟

■ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس؟

■ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير

المستوى؟

■ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص؟

■ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس؟

■ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير

المستوى؟

■ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير

التخصص؟

2. فروض الدراسة:

1.2. الفرضية العامة:

■ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين .

2.2. الفرضيات الجزئية:

■ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الانفعالي لدى الطلبة

الجامعيين.

■ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها العقلي لدى الطلبة

الجامعيين.

■ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الاجتماعي لدى الطلبة

الجامعيين.

■ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.

■ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير المستوى.

■ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص.

■ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.

■ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير المستوى.

■ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير

التخصص.

3. أهداف الدراسة:

- الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والمرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين .
- الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين.
- الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها العقلي لدى الطلبة الجامعيين.
- الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين.
- الكشف عن مدى وجود فروق في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.
- الكشف عن مدى وجود فروق في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير المستوى.
- الكشف عن مدى وجود فروق في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص.
- الكشف عن مدى وجود فروق في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.
- الكشف عن مدى وجود فروق في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير المستوى.
- الكشف عن مدى وجود فروق في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص؟

4. أهمية الدراسة:

1.4 الأهمية النظرية:

تكمن الأهمية النظرية في التراث النظري الذي خلفه الباحثون والعلماء حول تقدير الذات والمرونة النفسية من حيث المفاهيم، والأطر النظرية المتعلقة بالمتغيرين، وتكمن أهمية هذه الدراسة أيضا في أهمية كل متغير على حدة من جهة، و إمكانية وجود علاقة له مع المتغير الآخر من جهة أخرى.

2.4 الأهمية التطبيقية:

تتضح أهمية هذه الدراسة تطبيقيا من خلال تسليطها للضوء على تقدير الذات والمرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين، وكذا العلاقة بين هذين المتغيرين، إذ يعتبر الطلبة الجامعيون فئة مهمة جدا في المجتمع تستدعي البحث والاهتمام.

5. تعريف متغيرات الدراسة إجرائيا:

1.5. متغير تقدير الذات:

- اصطلاحا: يعرفه **cooper smith** بأنه تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على المحافظة عليه.

(أماي، 2015: 10)

- إجرائيا: هو الدرجة الكلية التي يتحصل عليها الطالب من خلال استجابته على مقياس كوبر سميث لتقدير الذات.

2.5. متغير المرونة النفسية:

- اصطلاحا: خاصية في الفرد تساعده على التكيف و التلاؤم ، وهي ميزة تشير إلى الانفتاح على صعيد القدرات و الاستعداد من جانب الفرد لتطويعها و ملائمتها للظروف المستجدة.

(عربية، 2018: 29)

- إجرائيا: هي الدرجة الكلية التي يتحصل عليها الطالب الجامعي من خلال استجابته على مقياس المرونة النفسية المعد من طرف يحيى عمر شعبان شقورة (2012).

6. الدراسات السابقة:

1.6. الدراسات التي تناولت متغير تقدير الذات:

أ- الدراسات العربية:

❖ دراسة جرادات عبد الكريم ومُحَمَّد سليمان (2006): بعنوان تقدير الذات وعلاقته بالاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين، وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية و اكتشاف مدى وجود فروق في تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية تعزى لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة قوامها (397) طالبا وطالبة في مستوى البكالوريوس، وخلصت نتائج الدراسة إلى:

-توجد علاقة دالة إحصائيا بين تقدير الذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين.

- لا توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات تعزى لمتغيري الجنس أو المستوى الدراسي.

-توجد فروق دالة إحصائية في الاتجاهات اللاعقلانية لصالح الإناث.

❖ **دراسة أصلان المساعيد وزياد التح (2014):** بعنوان تقدير الذات وعلاقته بدافعية التعلم لدى طلبة

كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تقدير الذات عند طلبة كلية علوم التربية في جامعة آل البيت وعلاقته بدافعية التعلم ، وتألقت عينة الدراسة من (244) طالبا وطالبة، من مستوى السنة الثانية والرابعة من كلية علوم التربية للعام الجامعي 2013/2012 وجمع البيانات قام الباحث باستخدام أداتين من إعداداه مقياس تقدير الذات ومقياس دافعية التعلم، وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- أن الطلبة لديهم مستوى تقدير ذات أعلى من المتوسط.

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين تقدير الذات والدافعية للتعلم عند الطلبة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير المستوى الدراسي لصالح طلبة السنة الثانية.

❖ **دراسة بن دهنون سامية و ماحي إبراهيم (2014):** بعنوان الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير

الذات لدى طلاب الجامعة وهدفت إلى معرفة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات وقد بلغت عينة الدراسة (156) طالبا وطالبة يدرسون بالسنة الأولى والسنة الثالثة ليسانس بجامعة وهران وقد استخدم الباحث مقياسين أحدهما مقياس راسل والآخر مقياس روزنبرغ لتقدير الذات معتمدا على المنهج الوصفي وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائية بين تقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية عند الطلبة.

- لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية تعزى لمتغير الجنس عند الطلبة.

-توجد فروق دالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

- لا توجد فروق في مستوى الوحدة النفسية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

- توجد فروق دالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

❖ **دراسة إبراهيم سليمان المصري (2014):** جاءت هذه الدراسة تحت عنوان تقدير الذات وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الخدمة الاجتماعية في جامعة القدس المفتوحة، وهدفت إلى التعرف على مدى وجود علاقة بين تقدير الذات والصحة النفسية لدى هذه العينة، وكذا مدى وجود فروق لدى أفراد العينة في مستوى تقدير الذات والصحة النفسية تعزى لمتغيرات الجنس والعمر والمستوى الدراسي، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها (80) طالبا وزعت عليهم استبانة تقدير الذات والصحة النفسية من إعداد الباحث، وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- وجود درجة عالية من تقدير الذات والصحة النفسية لدى طلبة الخدمة الاجتماعية بجامعة القدس.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى طلبة الخدمة الاجتماعية تعزى لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى طلبة الخدمة الاجتماعية تعزى لمتغير السن.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الخدمة الاجتماعية تعزى لمتغيرات العمر، الجنس والمستوى الدراسي.

❖ **دراسة بن طاهر و مزيان أحمد (2017):** بعنوان تقدير الذات الاجتماعية لدى فئة الشباب الجامعي وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستويات تقدير الذات الاجتماعية لدى فئة الشباب الجامعي، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (296) طالبا وطالبة، وذلك بالاعتماد على المنهج الوصفي، وتم تجميع معطيات الدراسة بتطبيق استبانة من إعداد الباحثين، وخلصت نتائج الدراسة إلى:

- تمتع الشباب الجامعي بمستوى جيد في تقدير الذات الاجتماعية.
- تسجيل تباين في تقدير الذات الاجتماعية يعزى لمتغير التخصص.

❖ **دراسة منال عثمان الصمدي و لبنى عبد الرحمن السعود (2018):** تحت عنوان تقدير الذات وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى عينة من طالبات كلية علم النفس والتربية الخاصة بجامعة البلقاء التطبيقية، وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين تقدير الذات والمسؤولية الاجتماعية، واكتشاف مدى وجود فروق في تقدير الذات والمسؤولية الاجتماعية تعزى لمتغير التخصص، وقد أجريت الدراسة على عينة من

الطالبات بلغت (131) طالبة، وذلك باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي ومقياسين ، مقياس لتقدير الذات ومقياس للمسؤولية الاجتماعية، وخلصت نتائج الدراسة إلى:

- وجود علاقة ارتباطية بين مستوى تقدير الذات ومستوى المسؤولية الاجتماعية .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات والمسؤولية الاجتماعية تعزى لمتغير التخصص لصالح طالبات الإرشاد النفسي والتربوي.

❖ **دراسة زيوي عبلة و أيت حبوش سعاد (2019):** جاءت هذه الدراسة تحت عنوان تقدير الذات لدى الطالب الجامعي وهدفت إلى التعرف على مستويات تقدير الذات لدى مجموعتي طلاب السنة الأولى والثانية ليسانس ، وذلك بالاعتماد على المنهج الوصفي على عينة قوامها (138) طالبا بجامعة الجزائر 2 ، باستخدام مقياس تقدير الذات لكوبر سميث، وخلصت نتائج الدراسة إلى :

- وجود مستوى متدني في تقدير الذات عند طلبة السنة الأولى .
- وجود مستوى مرتفع في تقدير الذات عند طلبة السنة الثانية.

❖ **دراسة صارة حمري (2019) :** جاءت هذه الدراسة تحت عنوان القيمة التنبؤية بتقدير الذات من خلال الذكاء الانفعالي ومستوى الطموح لدى عينة من طلبة الجامعة وهدفت إلى فحص القيمة التنبؤية بتقدير الذات من خلال درجات كل من الذكاء الانفعالي ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعة، هذا وقد شملت عينة الدراسة (202) طالبا وطالبة من جامعة وهران وأسفرت نتائج هذه الدراسة إلى:

- ارتفاع مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والذكاء الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين.
- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات ومستوى الطموح لدى الطلبة الجامعيين.
- تسهم أبعاد الذكاء الانفعالي في التنبؤ بمستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين.

❖ **دراسة مصلح عبد الله البطوش (2020):** جاءت هذه الدراسة تحت عنوان تقدير الذات لدى الطلبة المعاقين حركيا بجامعة حائل وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لديهم ، وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى تقدير الذات لدى الطلاب المعاقين حركيا بجامعة حائل ، والكشف عن العلاقة بين مستوى تقدير

الذات والتحصيل الدراسي، كما هدفت إلى التعرف على الفروق في تقدير الذات لدى أفراد العينة وفقا لمتغيرات تعزى للمستوى الدراسي، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي ومقياس تقدير الذات من إعداد نجلاء أبو الوفا (2017) على عينة قوامها (16) طالبا يمثلون في كل الطلبة المعاقين حركيا في جامعة حائل وخلصت نتائج الدراسة إلى:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين تقدير الذات و التحصيل الدراسي لدى الطلبة المعاقين حركيا بجامعة حائل.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

❖ **دراسة سليمان بن محمد آل جابر (2020):** جاءت هذه الدراسة بعنوان التسوية وعلاقته بتقدير الذات عند طلاب الجامعة وهدفت إلى التعرف على مدى وجود علاقة بين تقدير الذات والتسوية لدى طلاب الجامعة، وكذا التعرف على مدى انتشار مشكلة التسوية بين الطلبة، وكذلك الكشف عن الفروق في التسوية وتقدير الذات وفقا للمتغيرات الديمغرافية، و اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة بحثه من (230) طالبا واستخدم الباحث لجمع البيانات الأدوات التالية: مقياس تقدير الذات من إعداد (الديريني وآخرين) بالإضافة إلى استمارة المعلومات العامة من إعداد الباحث، وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيا بين درجة التسوية وتقدير الذات.

- عدم وجود فروق في درجة التسوية وتقدير الذات تعزى للمتغيرات الديمغرافية.

❖ **دراسة فرحات عبد الرحمن و رتيمة أمينة (2020)** جاءت هذه الدراسة بعنوان تقدير الذات الأكاديمي وعلاقته بسمة التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الجلفة، وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمي وسمتي التفاؤل والتشاؤم كما هدفت لاكتشاف ما إذا كان هناك فروق في مستوى تقدير الذات وسمتي التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغيري الجنس والتخصص، وقد اعتمد الباحثين في دراستهما على المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها (60) طالبا منهم (30) طالب ضمن تخصص علم النفس التربوي و (30) طالب ضمن تخصص علم النفس العمل والتنظيم وتسيير الموارد البشرية، وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات الأكاديمي وصفة التفاؤل لدى الطلبة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات الأكاديمية وسمتي التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير الجنس عند الطلبة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيري تقدير الذات الأكاديمي وسمتي التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير التخصص عند الطلبة .

❖ **دراسة أمنية مُحمد البكري و بوسي عبد العال عبد الرحيم (2021)** جاءت هذه الدراسة بعنوان التنمر وعلاقته بتقدير الذات ودافعية الإنجاز لدى عينة من طلاب الجامعة وهدفت إلى اكتشاف مدى وجود علاقة بين التنمر وتقدير الذات ودافعية الإنجاز لدى الطلبة واعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها (245) طالبا ، مستخدما لجمع البيانات استمارة المعلومات الأولية واستبيان التنمر واستبيان تقدير الذات واستبيان دافعية الإنجاز من إعداد الباحث وقد خلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التنمر وتقدير الذات عند الطلبة.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية بين تقدير الذات و دافعية الإنجاز الأكاديمي.

ب - الدراسات الأجنبية:

❖ **دراسة Marayam Saadat وآخرون (2012):** جاءت هذه الدراسة بعنوان تقدير الذات عند طلبة الجامعة الإيرانية وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي وقد هدفت هذه الدراسة إلى كشف العلاقة بين تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة الجامعة الإيرانية وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي وأداتي قياس من إعداداه على عينة قوامها (370) طالبا وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة الإيرانية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة الجامعة الإيرانية.

❖ **دراسة Aregu Bekele Birhanie (2013):** بعنوان تقدير الذات و الفعالية الذاتية و متغير الجنس كمحددات لمهارات التحدث عند طلاب الجامعة وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير

الذات والفعالية الذاتية عند الطلبة الجامعيين وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي وأداتين للقياس من إعداده على عينة قوامها (128) طالبا وطالبة وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات يعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الفعالية الذاتية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والفعالية الذاتية عند الطلبة الجامعيين.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات ومهارات التحدث عند الطلبة الجامعيين.

❖ **دراسة Arshad Muhammad وآخرون(2015):** جاءت هذه الدراسة بعنوان تقدير

الذات وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين وهدفت إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والأداء الأكاديمي وكذا التعرف على ما إذا وجدت فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي مستخدما مقياس روزنبرج لتقدير الذات ومقياس الأداء الأكاديمي من إعداده لجمع البيانات وذلك على عينة قوامها (80) طالبا 40 منهم ذكور و 40 إناث وقد خلصت نتائج هذه الدراسة إلى :

- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات و الأداء الأكاديمي عند الطلبة الجامعيين.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات نعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

❖ **دراسة Wael Sahdo Kharsah (2016):** بعنوان تقدير الذات وعلاقته بالالتزام والأداء

الأكاديمي عند الطلاب الجامعيين المعيدين وقد هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات وهذين المتغيرين وقد تمثلت عينة الدراسة في (194) طالبا (77) ذكور و (117) إناث واعتمد الباحث على المنهج الوصفي وجمع البيانات استخدم الباحث مقياس روزنبرج لتقدير الذات ومقياس بريثاني دايفيز للالتزام الأكاديمي ومقياس Allen و Meyers للأداء الدراسي وقد خلصت نتائج هذه الدراسة إلى :

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات و الأداء الأكاديمي عند الطلبة المعيدين.
- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الالتزام والأداء الأكاديمي عند الطلبة المعيدين.

❖ دراسة **Nermin Gürhan وآخرون (2017)** : بعنوان تقدير الذات وعلافته ببعض الأعراض النفسية هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات وبعض الأعراض النفسية عند الطلبة الجامعيين وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لأهداف هذه الدراسة وتمثلت عينة الدراسة في (764) طالب وطالبة جامعية وقد خلصت نتائج الدراسة إلى الآتي:

- توجد مستويات أعلى من المتوسط في تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين.
- توجد علاقة ارتباطية عكسية بين تقدير الذات والوسواس القهري والحساسية الشخصية عند الطلاب الجامعيين.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.

2.6. الدراسات التي تناولت متغير المرونة النفسية:

أ - الدراسات العربية:

❖ دراسة **يحيى عمر شعبان شقورة (2012)**: جاءت هذه الدراسة تحت عنوان المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة، وهدفت إلى التعرف على مستوى كل من المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين، وكذا التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق في مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى أفراد العينة تعزى لمتغيرات (الجنس، الجامعة، التخصص، المعدل التراكمي للطلاب، الترتيب الميلادي للطلاب، والدخل الشهري للأسرة، المستوى التعليمي للوالدين)، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي وتكونت عينة الدراسة من (600) طالبا وطالبة؛ (200) طالب وطالبة من كل جامعة) نصفهم من الذكور والنصف الآخر من الإناث ولجمع البيانات استخدم الباحث استبانة المرونة النفسية من إعدادة ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي (1998)، وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- وجود مستوى فوق المتوسط من المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين.
- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين.
- وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الطلبة الذكور.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة تعزى للمتغيرات التالية: (التحصيل الأكاديمي، التخصص، الترتيب الميلادي، الدخل الشهري للأسرة والمستوى التعليمي للوالدين).

❖ **دراسة سالم بن صالح بن سيف العزري (2016):** بعنوان المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الشرعية بسلطنة عمان، وقدفت هذه الدراسة إلى معرفة درجة المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الشرعية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ومقياس المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية على عينة قوامها (279) طالبا وطالبة منهم (124) طالب و (155) طالبة وقد خلصت نتائج الدراسة إلى :

- وجود درجة عالية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة.

- وجود درجة عالية في مستوى المهارات الاجتماعية لدى الطلبة.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغيرات (الجنس، المعدل الأكاديمي والتخصص).

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية والمهارات الاجتماعية لدى الطلبة.

❖ **دراسة النوي هاجر(2016):** تحت عنوان الرضا عن الحياة وعلاقته بالمرونة النفسية والضغط النفسية لدى طلبة الجامعة وقد هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى الرضا عن الحياة والمرونة النفسية والضغط النفسية لدى طلبة الجامعة، فضلا عن الكشف عن العلاقة بين كل من الرضا عن الحياة والمرونة النفسية والضغط النفسية لدى الطلبة الجامعيين ، وكذا الكشف عن الفروق في المتغيرات الثلاث وفقا لمتغير الجنس، وقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي وجمع البيانات استخدم مقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي (1996)، واستبيان المرونة النفسية المعد من طرف الباحثة ومقياس الضغط النفسية للطلبة المعد من طرف نجلاء عبد المعبود (2005)، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب جامعي (76) من الذكور و (124) من الإناث، وخلصت نتائج هذه الدراسة إلى :

- يمتلك الطلبة مستويات متوسطة من الرضا عن الحياة والمرونة النفسية والضغط النفسية.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين كل من الرضا عن الحياة والمرونة النفسية.

- وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين المرونة النفسية والضغط النفسية.
- لا توجد فروق في مستويات المرونة النفسية والضغط النفسية والرضا عن الحياة تعزى لمتغير الجنس.
- ❖ **دراسة رملة جبار و رهام علي رضا (2017):** بعنوان المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية ، هدفت التعرف على مستوى المرونة النفسية عند طلبة الجامعة وما إذا كان هناك فروق في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغيري الجنس والتخصص بالإعتماد على المنهج الوصفي على عينة قوامها (80) طالبا وطالبة من جامعة القادسية ولجمع البيانات استخدمت الباحثين مقياس المرونة النفسية المعد من قبل الزهيري (2012)، وقد خلصت نتائج الدراسة إلى :
 - وجود مستوى عالي من المرونة النفسية عند عينة البحث .
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص الدراسي.
- ❖ **دراسة بريقة محمد علي (2017):** بعنوان المرونة النفسية وعلاقتها بمتغيري السن والجنس لدى طلبة معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية وعلاقتها بمتغيري الجنس والسن كما هدفت إلى معرفة ما إذا كان هناك فروق فردية في مستوى المرونة النفسية للطلبة تعزى لمتغيري السن والجنس. استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (95) طالبا وطالبة (75) ذكور و (20) إناث .وقد توصلت نتائج الدراسة إلى :
 - وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير السن لصالح الطلبة من (27-37) سنة.
 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية عند الطلبة تعزى لمتغير الجنس.
- ❖ **دراسة سرى أسعد جميل (2017):** بعنوان الإخفاق المعرفي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة الجامعة ، وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الإخفاق المعرفي ومستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة والتعرف على ما إذا كان هناك فروق في مستوى المتغيرين تعزى لمتغير الجنس ، وقد اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على المنهج الوصفي ولجمع البيانات استخدمت مقياس الإخفاق المعرفي المعد من طرف الباحثة ومقياس

المرونة النفسية المعد من قبل الحمداني (2012) وذلك على عينة قوامها (80) طالبا وطالبة وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- يوجد مستوى متوسط في متغير الإخفاق المعرفي لدى طلبة جامعة تكريت.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإخفاق المعرفي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.
- يوجد مستوى منخفض من المرونة النفسية عند طلبة جامعة تكريت.
- لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس عند طلبة جامعة تكريت.
- هناك علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائية بين الإخفاق المعرفي والمرونة النفسية عند طلبة جامعة تكريت.

❖ دراسة سعاد عبيد بن خلفان الهاشمية (2017): بعنوان المرونة النفسية وعلاقتها بمهارات التواصل

والصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، وقد هدفت هذه الدراسة إلى اكتشاف العلاقة بين المرونة النفسية ومهارات التواصل والصحة النفسية، واعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج الوصفي التحليلي، وجمع بيانات الدراسة استخدمت الباحثة مقياس المرونة النفسية لكونور دافيدسون (2003) ومقياس مهارات التواصل لميلارد بيانفوني (1969) من ترجمة الباحثة ومقياس الصحة النفسية لأحمد عبد الخالق (2011) وذلك على عينة قوامها (100) طالب وطالبة منهم (403) ذكور و(597) إناث وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- وجود مستويات مرتفعة من المرونة النفسية والصحة النفسية ومستوى متوسط من مهارات التواصل لدى الطلبة.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية والصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.
- لا توجد فروق في مهارات التواصل تعزى لمتغير الجنس عند الطلبة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة كلية العلوم والآداب.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية ومهارات التواصل والصحة النفسية تعزى لمتغير الدرجة العلمية لصالح طلبة التأهيل التربوي.

- تسهم المرونة النفسية في التنبؤ بمهارات التواصل والصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين.

❖ دراسة هالة خير سناري إسماعيل (2017): جاءت هذه الدراسة بعنوان المرونة النفسية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية، وقد استهدفت هذه الدراسة التعرف على مستوى اليقظة العقلية والمرونة النفسية عند الطلبة وعلاقتهما ببعضهما، واستهدفت أيضا الكشف عن إمكانية التنبؤ باليقظة العقلية لديهم من خلال المرونة النفسية، اعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج الوصفي على عينة قوامها (223) طالبا وطالبة، ولجمع البيانات استخدمت الباحثة مقياس المرونة النفسية إعداد مُجدَّ سعد حمدان (2010) ومقياس اليقظة العقلية إعداد عبد الرقيب البحري وآخرون (2014)، وقد خلصت نتائج الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود مستويات منخفضة من المرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين.

- وجود مستويات أعلى من المتوسط من اليقظة العقلية لدى الطلبة الجامعيين.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المرونة النفسية واليقظة العقلية عند الطلبة الجامعيين.

- كما أن اليقظة العقلية أسهمت في التنبؤ بالمرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين.

❖ دراسة رشا مُجدَّ عبد الرحمن و أشرف مُجدَّ العزب (2021): جاءت هذه الدراسة بعنوان التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات وقد هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن إمكانية التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية بالإضافة إلى الرضا عن الحياة والطموح، وذلك بالاعتماد على المنهج الوصفي على عينة قوامها (260) طالبا وطالبة بمتوسط عمري (24.3) سنة ولجمع البيانات قام الباحث باستخدام مقياسي للمرونة النفسية والرضا عن الحياة من إعداده وخلصت نتائج الدراسة إلى:

- وجود مستوى مرتفع من المرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى الطلبة.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الطلبة الذكور.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص لصالح التخصصات النظرية.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير السن لصالح من هم أكبر من 21 سنة.

❖ دراسة صبيحة ياسر مكطوف (2021): بعنوان الاندماج الاجتماعي وعلاقته بالمرونة النفسية عند طلبة الجامعة النازحين ، وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى كل من الاندماج الاجتماعي والمرونة النفسية عند الطلبة والعلاقة بين المستوى الاجتماعي والمرونة النفسية عند الطلبة ن وما إذا كان هناك فروق في مستوى المتغيرين عند أفراد العينة وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي وجمع البيانات استخدمت مقياس الاندماج الاجتماعي من إعدادها ومقياس جاهز للمرونة النفسية على عينة قوامها (200) طالبا وطالبة وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- أن مستوى الاندماج الاجتماعي لدى طلبة الجامعة النازحين ضمن المستوى المتوسط وكذلك المرونة النفسية.
- هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الاندماج الاجتماعي والمرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين النازحين.
- هناك فروق دالة إحصائيا في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة النازحين يعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص لصالح الطلبة العلميين.

ب - دراسات أجنبية:

❖ دراسة **Albert j. isaacs (2014)**: بعنوان الفروق بين الجنسين في مستوى المرونة النفسية عند العمداء الأكاديميين، هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس وكذا الكشف عن مستوى المرونة النفسية عند أفراد العينة، ولتحقيق أهداف الدراسة اعتمد الباحث على المنهج الوصفي على عينة قوامها (35) عميدا بواقع (16) ذكر و (19) أنثى وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- يتمتع أفراد العينة بمستوى عالي من المرونة النفسية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

❖ دراسة **Rocío Gómez-Molinero وآخرون (2018)** : بعنوان المرونة النفسية وعلاقتها بالتفاؤل عند الطلبة الجامعيين، هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين المرونة النفسية والتفاؤل عند الطلبة، كما هدفت إلى اكتشاف مدى وجود فروق في مستوى المرونة النفسية والتفاؤل تعزى لمتغيرات (الجنس، السن)،

ولتحقيق أهداف الدراسة اعتمد الباحث على المنهج الوصفي على عينة قوامها (132) طالبا وطالبة من جامعة "قادش" إسبانيا غالبية الطلاب كانوا من الإناث حيث بلغت نسبتهم (72.5%)، وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المرونة النفسية ومستوى التفاؤل عند الطلبة.
- لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية عند الطلبة تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية عند الطلبة تعزى لمتغير السن.
- لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التفاؤل عند الطلبة تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التفاؤل عند الطلبة تعزى لمتغير السن.

❖ **دراسة F. Arbinaga (2018):** جاءت هذه الدراسة بعنوان جودة النوم المدرك وعلاقتها بالمرونة النفسية عند طلبة الرقص وقد هدفت إلى الكشف عن مدى وجود علاقة ارتباطية بين جودة النوم المدرك والمرونة النفسية عند طلبة الرقص ومدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية وجودة النوم تعزى لمتغير الجنس، واعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي على عينة قوامها (116) طالب وطالبة وقد خلصت نتائج الدراسة إلى:

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين جودة النوم والمرونة النفسية عند الطلبة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة النوم تعزى لمتغير الجنس.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير جودة النوم لصالح الطلبة ذوي المستوى العالي من جودة النوم.

3.6. الدراسات التي تناولت المتغيرين معا:

❖ **دراسة Zeynep Karatas و Mehmet Akif Ersoy (2011):** جاءت هذه الدراسة بعنوان تقدير الذات واليأس والمرونة النفسية عند الطلاب المراهقين في تركيا وقد هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات والمرونة النفسية واليأس عند أفراد العينة وقد اعتمد الباحثين في دراستهما على

المنهج الوصفي باستخدام مقياس **Beck Hopelessness** ومقياس كوبر سميث لتقدير الذات ومقياس المرونة النفسية من إعدادها وذلك على عينة قوامها (223) طالب وطالبة بواقع (90) إناث و (133) ذكور وقد خلصت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- من خلال متغيري اليأس وتقدير الذات يمكن التنبؤ بالمرونة النفسية.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والمرونة النفسية.
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين اليأس والمرونة النفسية.

❖ **دراسة هدى بوصبيح (2019):** جاءت هذه الدراسة بعنوان تقدير الذات والمرونة النفسية لدى المهاجرين غير الشرعيين الجزائريين، وهدفت إلى التعرف على درجة تقدير الذات ومستوى المرونة النفسية لدى فئة المهاجرين غير الشرعيين، كما هدفت أيضاً إلى معرفة ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات ومستوى المرونة النفسية لدى المهاجرين غير الشرعيين الجزائريين تعزى للمتغيرات التالية: (الجنس، السن، الشهادة العلمية)، وقد اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي على عينة قوامها (50) مهاجراً غير شرعي جزائري بمدينة عنابة والجزائر العاصمة، تم اختيارهم بطريقة قصدية، معتمدة على أداتي قياس متمثلتين في مقياس Cooper smith لتقدير الذات ومقياس المرونة النفسية من إعداد وازي طأوس وسليمة حمودة (2008)، وقد خلصت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

- يوجد مستوى عالي من تقدير الذات والمرونة النفسية لدى المهاجرين غير الشرعيين الجزائريين.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات والمرونة النفسية تعزى لمتغيرات (الجنس، السن والشهادة العلمية).

7. التعقيب على الدراسات السابقة:

1.7. أوجه التشابه بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية:

اتفقت الدراسة الحالية مع جل الدراسات السابقة السالفة العرض في اعتمادها على المنهج الوصفي، وكذا العينة المختارة للدراسة فكلها اختارت الطلبة الجامعيين كمجتمع للبحث، واتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة أدوات الدراسة والتي تتمثل في مقياس Cooper smith لتقدير الذات مثل دراسة زيوي عبلة وآيت

حبوش سعاد (2019)، و مقياس المرونة النفسية كدراسة يحى عمر شعبان شقورة (2012)، وتشابحت كذلك في صياغتها للفرضية العامة مع دراسة Zeynep Karatas و Mehmet Akif Ersoy (2011) وفي حدود علم الطالبين فهذه هي الدراسة الوحيدة التي جمعت بين متغيري تقدير الذات والمرونة النفسية على عينة الطلبة الجامعيين، ويجدر الذكر أن هناك دراسة أخرى جمعت بين المتغيرين ولكن مجتمع البحث كان مختلفا إذ تم تناول المتغيرين على عينة من المهاجرين غير الشرعيين وهي دراسة هدى بوصبيح (2019)، أما على صعيد الفرضيات الجزئية الخاصة بالفروق في مستوى المتغيرين التي تعزى لـ (الجنس، التخصص والمستوى الدراسي) فقد اتفقت الدراسة الحالية في صياغتها مع أغلبية الدراسات السابقة المذكورة سالفًا مثل دراسة بن دهنون ومأحي إبراهيم (2014) ودراسة رشا عبد الرحمن و أشرف مُجد العزب (2021)، ودراسة يحى عمر شعبان شقورة (2012).

2.7. أوجه الاختلاف بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية:

اختلفت الدراسة الحالية عن كل الدراسات السابقة السالفة الذكر في تناولها للعلاقة بين تقدير الذات والأبعاد الفرعية للمرونة النفسية (البعد الانفعالي، البعد العقلي، والبعد الاجتماعي)، واختلفت عن بعض الدراسات في اختيارها لأدوات القياس فبعض الدراسات قام الباحثون فيها باستخدام أدوات من إعدادهم والبعض الآخر اعتمد على مقياس Rosenberg لتقدير الذات مثل دراسة بن دهنون سامية ومأحي إبراهيم (2014).

3.7. أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

كان للدراسات فائدة كبيرة على الدراسة الحالية فقد ساعدت الطالبين في اختيار المنهج المناسب للدراسة، والأدوات المناسبة لجمع البيانات، وكذا صياغة الفرضيات، وحتى الأساليب الإحصائية المعتمدة في اختبار صحة هذه الفرضيات.

خلاصة الفصل:

قدمنا في هذا الفصل مجموعة من العناصر المنهجية الهامة في دراستنا، والتي كانت بمثابة تمهيد أو منطلق لما سيتم عرضه في الإطار النظري الخاص بالمتغيرات، وكذلك الجانب الميداني للدراسة، فهذه الخطوة ساعدتنا كثيرا في فهم الدراسة، وكذلك معرفة التوجه أو الطريق الذي ستسلكه دراستنا.

الفصل الثاني:

تقدير الذات والمرونة النفسية

تمهيد:

في هذا الفصل سنحاول التطرق إلى الجوانب النظرية المتعلقة بتقدير الذات والمرونة النفسية حيث عرجنا على مفهوم الذات ومراحل نموها والنظريات المفسرة لها ثم تقدير الذات وأهميته وأبعاده وكذا النظريات المفسرة له وفي الأخير تطرقنا لمفهوم المرونة النفسية بما يحمل من أبعاد ومفاهيم مرتبطة به وكذا النظريات المفسرة له.

أولاً: مفهوم الذات:

1. تعريف مفهوم الذات:

أ- مفهوم الذات لغة:

ذات الشيء، نفس الشيء، عينه وجوهره، فهذه الكلمة لغوياً مرادفة لكلمة النفس والشيء، ويعتبر الذات أعم من الشخص لأن الذات تطلق على الجسم وغيره والشخص لا يطلق إلا على الجسم فقط.

(ابن منظور، 1988: 31)

ب- مفهوم الذات اصطلاحاً:

تختلف تعاريف مفهوم الذات باختلاف آراء العلماء، ومن هذه التعاريف ما يلي:

- تعريف آلپورت (ALLPORT 1961): يعرفه بأنه مفهوم إدراكي متكامل غير واضح المعالم من حيث خصائصه أو الطريقة التي يتشكل بها، ولكنه شديد الوضوح في تعبيره عن نفسه وفي تشكيله لسلوك وخريطة سماته المزاجية.

- تعريف Spenser and jeffery 1980: يعرفه بأنه الانطباع الذي يكونه الفرد عن نفسه، أو إدراك الفرد لنفسه هو يشمل مفهوم الفرد عن السمات أو الخصائص التي يعتبرها هامة بالنسبة له وتقييمه لهذه السمات، ويشتمل مفهوم الذات على الهوية الذاتية والتقدير والذات المثالية.

- تعريف طلعت منصور حليم بشاي 1982: يعرفه على أنه صورة الشخص عن نفسه كما تتميز عن الأشخاص الآخرين بهوية ذاتية لها مسارها النمائي، ويتأثر بالتعلم ويخضع للتغيير، ويمكن دراسته بالطرق والإجراءات العلمية. (مليكة، 2018: 26)

2. وظيفة مفهوم الذات:

وظيفة مفهوم الذات وظيفة دافعية وتكامل وبلورة عالم الخبرة المتغير الذي يوجد الفرد في وسطه، ولذا فإنه ينظم ويحدد السلوك، ويمكن تعديل مفهوم الذات على الرغم من أنه ثابت إلى حد كبير حيث يرى كارل روجرز صاحب نظرية الذات بأننا نستطيع ذلك من خلال العلاج النفسي المتمركز حول العميل، والذي يؤمن بأن أفضل طرق تعديل السلوك تتم من خلال إحداث تغيير في مفهوم الذات.

ولمفهوم الذات وظيفتان أساسيتان هما:

- السعي لتكامل الشخصية، كي يكون الفرد متكيفا مع البيئة التي يعيش فيها.

- تمييز كل شخص بهوية مختلفة عن الآخرين.

أما ألبورت فيري أن وظيفة الذات هي العمل على وحدة وتماسك الشخصية، وتميز كل فرد عن الآخر، وهي تساعد على اتساق الفرد في تقييماته ومقاصده. في حين هناك آخرون يرون أن الوظيفة الأساسية لمفهوم الذات هي تنظيم عالم الخبرة من أجل التكيف السليم.

ومفهوم الذات يتم تناوله في الدراسات النفسية بمعنيين رئيسيين كما يقول هول و ليندزي 1971 هما:

- الذات كموضوع: وذلك من خلال الفكرة التي يكونها الفرد عن نفسه، وكل ما يخص اتجاهاته ومدركاته ومشاعره وتقييمه لنفسه كموضوع.

- الذات كعملية: ويقصد بها أن الذات فاعل تكون من مجموعة من العمليات كالتذكر والتفكير والإدراك.

(نجيبة، 2017 : 53-54)

3. مراحل نمو الذات:

أ- مرحلة انبثاق الذات: من صفر إلى سنتين (0-2 سنة)

عند الميلاد يكون الطفل في حالة لا تمايز، هذه الحالة تنطبق أيضا على الذات فالجانب المسيطر في هذه المرحلة هو انبثاق الذات من خلال سياق التباين بين الذات واللذات، وفي هذا الاتجاه حالة (symbiose) بين الأم والطفل، تساهم في عملية اللاتمايز، وأول تمييز بين الذات واللذات يبدأ على مستوى الصورة الجسدية

وهذا من مختلف الإحساسات الجسمية ومن خلال الاحتكاك بالأم، وتكون الصورة الجسدية ذات قوام وثبات أكثر ما بين سنتين وثلاث سنوات تقريبا، وفي نفس الوقت الذي تتكون فيه الصورة الجسدية تنبثق صورة أخرى داخلية تترجم فيما بعد الإحساس بحب الآخر والإحساس بالقيمة، هذه الإحساسات هي التي تسمى تقدير الذات.

(حيمود، 2010: 97)

ب- مرحلة تأكيد الذات: من سنتين إلى خمس سنوات (2-5 سنة)

بعد انبثاق الذات، أي بعد ظهور الركائز الأولية لتكوين تصور الذات تظهر هناك مرحلة ترسيخ وتعزيز، وتدعيم وتأكيد الذات، فاستعمال الضمائر الشخصية دليل على ليس فقط على التباين أو التمايز بين الذات، بل ويدعم الطفل وعيه بنفسه كذلك على المستوى السلوكي من خلال الرفض والاعتراض. كما أن اللعب، وسلوكيات المحاكاة والتقليد تدل كذلك على رغبة الطفل في التمايز أكثر، وفي تكوين إحساسات أكثر بالذات والهوية.

ج- مرحلة توسيع الذات: من خمس سنوات إلى عشرة سنوات (5-10 سنة)

إن تكديس عدد كبير ومتنوع من التجارب الجسمية والمعرفية والعاطفية والاجتماعية قد تساهم في الهيكلة التدريجية لتصور الذات، تتمثل هذه الهيكلة في مجموعة الإدراكات (الجسم، التقمصات، الأدوار، القيم والمزايا) التي يعتبرها الطفل جزءا لا يتجزأ منه، وهذا من خلال التجارب اليومية التي يعيشها، والأدوار التي يقوم بها، وكذلك استجابات المحيط التي تعمل على توطيد وتدعيم الإدراكات الأولية.

وبانتقال الطفل في هذه المرحلة من الجو الأسري إلى المدرسة وبالتالي باتباع محيطه يتبين له أن هذه الإدراكات الأولية التي حصل عليها في الجو الأسري لم تعد كافية وبالتالي تتضح له أهمية توسيع الذات وأهمية إدماج تجارب جديدة توسع تصوره لذاته.

(حيمود، 2010: 98)

د- مرحلة تمييز الذات: من عشرة إلى ثمانية عشر سنة (10-18 سنة)

تدعى مرحلة المراهقة حسب غالبية الباحثين بمرحلة إعادة صياغة وتمييز الذات.

فعملية تكديس التجارب المتعددة والمتزايدة وظهور مسؤوليات الرشد، تحتم إعادة الصياغة للذات، بأكثر شمولية، والبحث عن التمييز يكون أكثر تفرد للوصول لتصور الذات الأكثر استقلالية.

ومن بين العوامل المتداخلة في إعادة الصياغة وتمييز مفهوم الذات هناك النضج الجنسي، فالتغيرات التي يعرفها جسم المراهق تجعل انشغاله ينصب مرة أخرى على صورته الجسمية، إذ يتحتم على المراهق إدماج وتقبل هذه التغيرات الجسمية حتى يحقق تكيفا مقبولا بالنسبة لجنسه والجنس الآخر، كما أن انتقال المراهق من فترة التكيف الملموس إلى مرحلة التكيف التفكير الإجرائي الاستنباطي يجعله يعيد النظر في ذاته وصياغتها وفق معطيات جديدة تتعدى مستوى الواقع الملموس، كما أن إعادة النظر في المواضيع القديمة والعلاقات القديمة (الوالدية) وبالتالي التقمصات يحتم عليه البحث عن ذاته وتقمصه للشخصيات الموجودة في الجماعة أو الأفراد، وبالتالي تغيير صورته لذاته وتقديره لها.

هـ- مرحلة النضج: من عشرين إلى ستين سنة (20-60 سنة)

معظم نظريات الشخصية تميل إلى جعلنا نؤمن بأن الوصول إلى مرحلة الرشد يعني أن يحدث شيء خاص خلال هذه المرحلة، لكن البحوث في السنين الأخيرة تفرض علينا النظر في نظريات النمو، حيث نجدها اهتمت بالنمو في كل مرحلة من الحياة، فتصور الذات في هذه المرحلة ليس فقط بتصور، لكن يمكن أن يكون موضوع لإعادة التشكيل الفكري بالنسبة للمتغيرات والحوادث الآتية: التكيف، المهنة المختارة، الكفاءة، النجاح أو الفشل في العمل، التكيف مع الزواج أو العزوبية، الأمومة والأبوة، درجة النجاح أو الفشل في الزواج، المكانة الاجتماعية والثقافية، الجنس، الصورة الجسدية حسب تغيرات الصحة، معنى هوية الذات، تحصل له تغيرات حسب هذه المتغيرات، درجة تقدير الذات هو أيضا مرتبط بالإدراكات والقدرات الفيزيولوجية أو العقلية وتفاعلها مع العمر.

إن الشكل العام لنمو الذات في هذا العمر يمتاز بما يلي:

- الشعور بالصلاحية يزيد نقصا في الكسل، الحيرة، لهو الفكر.

- العلاقة بين الأشخاص إيجابية والإحساس بالإحراج أمام الآخرين ينقص.

- تزيد الثقة بالنفس وينقص الحياء.

- تزيد مراقبة الذات.

- نمو الشعور بالذات وحدودها.

(حيمود، 2010: 99-100)

4. مكونات الذات:

أ- مفهوم الذات الاجتماعي:

ويرمي هذا المصطلح إلى إدراك الشخص لنظرة الآخرين له معتمداً في ذلك على تصرفاتهم وأقوالهم ويتكون من المدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين يتصورونها عنه ويمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين.

(دينا، 2008: 31)

ب- مفهوم الذات الأكاديمي:

وينظر إليه بأنه اتجاهات الفرد وآرائه حول التحصيل في مواضيع معينة يتعلمها ذلك الفرد عن درجاته وعلاماته في الاختبارات التحصيلية.

ج- مفهوم الذات المدرك:

يتألف مفهوم الذات المدرك من جملة المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تتجلى عملياً في وصف الفرد لذاته وهو عبارة عن إدراك المرء لنفسه على ضوء الواقع وليس كما يتمنى أن يكون ويشمل هذا الإدراك المظهر والجسم والقدرات والمكانة ودور الفرد في المجتمع.

د- مفهوم الذات المثالي:

ويطلق الباحثون على هذا المصطلح عدة تسميات منها ذات الطموح أو الذات الطموحة وهي الحالة التي يتمنى المرء أن يكون عليها سواء وجدانياً أو جسمانياً أم على الصعيدين معاً معتمداً على مدى سيطرة مفهوم الذات المدرك لدى الشخص ويتكون من المدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية التي يود أن الشخص عليها.

هـ - مفهوم الذات المؤقت:

وهو مفهوم يتسم بعدم الثبات والاستقرار يحوزه الفرد لمدة زمنية وجيزة ثم يتلاشى بعدها وقد يكون مرغوبا فيه أو غير مرغوب فيه حسب المواقف والتغيرات التي يجد المرء نفسه مقابلا لها.

(دينا، 2008: 32)

5. خصائص مفهوم الذات:

أ - مفهوم الذات منظم:

تجارب الفرد المتنوعة تزوده بالمعلومات التي يركز عليها في إدراكه فيقوم الفرد بإعادة صياغتها وتصنيفها والتنظيم الذي يتبناه الفرد إلى حد ما انعكاس لثقافته الخاصة.

(رشا، 2012: 24)

وهذه التجارب تشكل بكل أنواعها مجموعة من المعلومات التي يؤسس عليها الفرد مفهومه لذاته، ومن أجل استيعاب هذه الخبرات يقوم الفرد بوضعها في زمر وفئات ذات صيغ أبسط، فعلى سبيل المثال قد تدور خبرة الطفل في محور عائلته وأصدقائه ومدرسيه، وهذا يبرر وجود الفئات في أحاديث الأطفال عن أنفسهم، لأن هذه الفئات تمثل طريقة تنظيم الخبرات وجعلها ذات معنى.

(مهند وسليم، 2003: 39)

ب - مفهوم الذات متعدد الجوانب:

أشارت بعض الدراسات إلى أن نظام التصنيف هذا قد يشكل مجالات كالمدرسة والتقبل الاجتماعي والجاذبية الجسمية والقدرة، وهذا يعكس التصور الذي يتبناه الفرد أو يشارك فيه أقرانه.

(رشا، 2012: 24)

ج - مفهوم الذات هرمي:

تشكل جوانب مفهوم الذات هرما، قاعدته خبرات الفرد في المواقف الخاصة، فمنه مفهوم الذات وتنقسم قمة الهرم إلى مكونين اثنين هما:

د- مفهوم الذات الأكاديمي:

حيث يتجزأ هذا المكون وفق المواد العلمية والميادين خبراتية مختلفة وعمامة. ثم يتفرع مفهوم الذات الأكاديمي إلى مجالات أضيق ضمن المواد الدراسية.

هـ- مفهوم الذات الغير أكاديمي:

وينقسم إلى مفاهيم اجتماعية ونفسية وجسمية للذات والتي تتجزأ إلى جوانب أكثر تحديدا كما هو الحال بالنسبة لمفهوم الذات الأكاديمي.

(مهند وسليم، 2008: 40)

و- مفهوم الذات ثابت:

يتصف مفهوم الذات العام بالثبات النسبي، فكلما كان الاتجاه في هرم الذات نحو القاعدة المعتمدة هذا المفهوم يشكل أثرا على المواقف المحددة ويصبح بالتالي أقل ثباتا، ويتنوع مفهوم الذات في قاعدة الهرم بشكل كبير بتنوع المواقف.

أي أننا كلما اتجهنا نحو دقائق الأمور وجدنا أن مفهوم الذات يعتمد على الحالة المحددة وبالتالي يصبح أقل ثباتا.

(رشا، 2012: 25)

ز- مفهوم الذات ارتقائي نمائي:

تعني هذه الخاصية أن جوانب مفهوم الذات تزداد وضوحا لدى الفرد مع تطوره من مرحلة نمائية إلى أخرى، فالأطفال يميزون في بداية حياتهم أنفسهم عن البيئة المحيطة، وهم غير قادرين على التنسيق بين الأجزاء الفرعية للخبرات التي يمرون بها، وكلما نما الطفل زادت خبراته ومفاهيمه، ويصبح قادرا على إيجاد التكامل بين هذه الأجزاء الفرعية لتشكيل إطارا مفاهيميا واحدا.

(مهند وسليم، 2008: 40)

ح- مفهوم الذات ذو طبيعة تقييمية وصفية:

أي أنه لا يفيد الفرد فقط في تطوير وصفه لذاته في موقف معين من المواقف، بل يكون كذلك تقييمات لذاته في تلك المواقف، ويمكن أن تصدر تلك التقييمات بالإشارة إلى معايير نسبية مثل المقارنة مع الزملاء، إذ تختلف أهمية ودرجة بعد التقييم باختلاف الأفراد والمواقف أيضا.

ط- مفهوم الذات متمايز:

السمة الأخيرة لمفهوم الذات أنه متميز عن المفاهيم الأخرى التي تربطه بها علاقة نظرية، فمفهوم الذات للقدرة العقلية، يفترض أنه مرتبط بالتحصيل الأكاديمي أكثر من ارتباطه بالمواقف الاجتماعية والمادية، أي أنه يمكن تمييز مفهوم الذات عن البناءات الأخرى مثل التحصيل الأكاديمي.

(رشا، 2012: 26)

6. أشكال مفهوم الذات:

يتوفر مفهوم الذات على مجموعة من السمات الأساسية والتي تحدد نظرة الفرد لذاته، بحيث يتخذ مفهوم الذات أحد الشكلين الآتي ذكرهما:

أ- مفهوم الذات الإيجابي:

ويشير هذا الشكل إلى مدى تقبل الفرد لنفسه وتقديره لها، حيث تظهر لمن يتمتع بمفهوم ذات إيجابي صورة واضحة ومتبلورة للذات يلمسها كل من يتعامل معه أو يحتك به، ويكشف عنها أسلوب تعامله مع الآخرين الذي يظهر فيه دائما الرغبة في احترام الذات وتقديرها والحفاظ على مكانتها الاجتماعية ودورها وأهميتها، والثقة الواضحة بالنفس والتماسك بالكرامة والاستقلال الذاتي مما يعبر عن تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها، بالإضافة إلى تحمله للمسؤولية كما أنه يتسم بالتفهم والتفاؤل تجاه الحياة.

(جمعي، 2017: 67)

إذن مفهوم الذات الموجب يعبر عن الصحة النفسية والتوافق النفسي، وإن تقبل الذات يرتبط ارتباطا جوهريا بتقبل وقبول الآخرين، ويعتبر بعدا أساسيا في عملية التوافق الشخصي.

كما وصف ماسلو 1962 Maslow صفات الفرد الذي لديه مفهوم ذات إيجابي كما يلي:

- أن يكون قادرا على تقبل نفسه والآخرين.
- أن ينظر للعقبات والمشاكل بعناية.
- أن لا يعتمد على الظروف المحيطة به.
- أن يتبع نظاما عقليا في بناء معتقداته وشخصيته.
- أن يكون قادرا على الإبداع.
- أن يتقبل الآخرين بشخصياتهم ويحترمهم.

(حمزاوي، 2017: 83)

ب- مفهوم الذات السالب:

يظهر في شعور الفرد بعدم الرضا عن نفسه وتحقيره الدائم لذاته والتقليل من شأنها وشعوره بأن لا قيمة له في الحياة.

وينطبق هذا المفهوم أيضا على مظاهر الانحرافات السلوكية والأنماط المضادة أو المتناقضة مع أساليب الحياة العادية للأفراد والتي تخرجهم عن الأنماط السلوكية المتوقعة من الأفراد العاديين في المجتمع.

ويتميز الأفراد ذوي مفهوم الذات السالب بالافتقار إلى الثقة بأنفسهم وعدم التفاؤل بالجهود التي بذلوها إذ يشعرون بعدم القدرة والدونية والتشاؤم والإحباط، ويستسلمون بسرعة. كما يشعرون دائما بأنهم سيئون وعاجزون. هذه المشاعر غالبا ما تتحول إلى سلوك انتقامي ضد الآخرين أو ضد أنفسهم ولسوء الحظ فإن سلوكياتهم هذه تجعل الآخرين ينظرون إليهم بطريقة سلبية كما ينظرون هم لأنفسهم.

(جمعي، 2017: 68)

فالشعور بالاحترام ينبع من الإنجاز والمديح ومن الانتماء للمجموعة لذلك فإن المشاعر الموجبة والسالبة نحو النفس تختلف من فرد لآخر.

(حمزاوي، 2017: 84)

7. النظريات المفسرة لمفهوم الذات:

أ- النظرية السلوكية:

يعتبر السلوك المحور الرئيسي للنظرية السلوكية من حيث تعلمه وكيفية تعديله، ويرى السلوكيين أن سلوك الفرد خاضع لظروف البيئة فتصرفات الفرد سواء كانت سوية أم شاذة فهي من وجهة نظرهم سلوكيات متعلمة، والشخصية من وجهة نظر المدرسة السلوكية هي الأنماط المتسقة من السلوك أي أننا لكي نحدد شخصية الفرد علينا أن نحدد ما يفعله وما يقوم به من تصرفات لها صفة الاستقرار.

ويؤكد سكينر Skinner على دراسة السلوك الإنساني الذي يخضع للملاحظة ويمكن قياسه والتحكم فيه فهو يرى أن سلوك الفرد محكوم في أي وقت بالكثير من الظروف المستقلة في جوهرها وعلى ذلك يجب ألا يتوقع الناس إدراك الكثير من الاتساق السلوكي، من وقت إلى آخر لأنه يعتبر مفهوم الذات في نظره ليس أمراً أساسياً في تحليل السلوك.

(نبيل، 2011: 42)

ب- نظرية التحليل النفسي:

تقوم نظرية التحليل النفسي على ثلاث مسلمات أساسية، عن الطبيعة الإنسانية أولها، أن السنوات الخمسة الأولى من حياة الفرد هي أهمها وأكثرها تأثيراً في سلوكه سوية أو شاذة. ثانيها الدفاعات الغريزية الجنسية للفرد هي محددات أساسية لسلوكه، وثالثها أن الجانب الأكبر من سلوك الفرد تحكمه محددات لاشعورية إلا أن الفرويديين الجدد نظروا إلى السلوك الإنساني نظرة توازن بين الجوانب البيولوجية والاجتماعية، والحضارية. وقد أعطى **Freud** لآنا مكانة بارزة في نظريته لبناء الشخصية ويرى أن يقوم بدور وظيفي، وتنفيذي اتجاه الشخصية، إضافة إلى أنه يحدد الغرائز ليقوم بإشباعها، ويحدد أيضاً إلى جانب ذلك كيفية إشباعها كما يقوم الأنا أيضاً بمنع تفرغ الشحنة حتى يحين الوقت المناسب لتفريغها، ويقوم بالاحتفاظ بالدوافع النفسية بين متطلبات الصراع

الأخلاقي للشخصية، وبين الواقع الطبيعية، ويقوم الأنا بدور فعال حتى إنه يمتلك القدرة على الاحتفاظ بالتوافق، بين الدوافع، والضمير.

(عواض، 2003: 38-39)

ويرى **آدلر Adler** أن فكرة الذات الخلاقة هي صاحبة السيادة في بناء الشخصية، وجعل الشعور مركز الشخصية، حيث أن الإنسان كائن شعوري مدرك وواع لمبررات سلوكه وفسر سوء التوافق أنه ناتج عن اعتقاد الفرد الخاطيء حول الذات والعالم، وهذا لكون الفرد لديه أهداف خاطئة وأسلوب حياة خاطيء، فالفرد يلجأ إلى أشكال مختلفة من السلوك الشاذ بهدف حماية اعتقاده عن ذاته.

(معي، 2014: 16)

ج- النظرية الظاهرية:

يعطي هذا التيار أهمية كبيرة لتجربة الفرد الذاتية ولسلوكاته، وهذه الأخيرة تفسر انطلاقا من الإدراك الكلي التجريبي الذي يكونه الفرد عن هذه الأحداث والسبيل الذي ينظم به مختلف إدراكاته لبناء سلوكه، حيث يشكل الحدث ما يسمى بالظاهرة، فهم يولون أهمية كبيرة للمجتمع في تكوين مفهوم الذات من جهة ، وفي حصر الاهتمام حل الشخص وسلوكه من جهة أخرى.

وينظر k.rogers إلى مفهوم الذات بأنه معقد يتغير مع تفاعل الفرد مع بيئته حيث يكشف عن نفسه من خلال خبراته مع العالم الخارجي، فالفرد يستجيب للبيئة كما يدركها ويفهمها، وهو يتغير نتيجة التعلم والنضج وإعادة التنظيم للتصورات المدركة بواسطة العلاج النفسي.

فتقوم نظرية روجرز على مفهومين أساسيين هما الظاهرية، والكلية، فتتكون من الكائن العضوي الذي يستجيب ككل، والذي تتركز فيه جميع الخبرات من الناحية النفسية، فتشكل مجموعة من الخبرات والمدركات في المجال الظاهري، الذي لا يعرفه إلا الشخص نفسه، كما يستجيب للبيئة حسب مجاله الظاهري، لا كما هي في الواقع بالضرورة ويتميز تدريجيا جزء من المجال الظاهري ليشكل الذات التي تعني الجشطالت.

(بوتعني، 2013: 137)

د- نظرية باندورا Bandura:

يرى باندورا أن تنظيم الشخصية الأساسي الذي كان مرتبطاً بمقاومة ضغوط الحياة يتضمن متغيرات الفاعلية الذاتية، بمدى كفاءة الفرد في إمكانية تنفيذ سلسلة من الأفعال الضرورية للتعامل مع المواقف الضاغطة، واستنتاج أن الفاعلية الذاتية تبدأ بمدى واسع من السلوكات التكيفية في الحياة، فإن مفهوم الفرد عن نفسه يظهر من خلال الإدراك المعرفي لقدرات الفرد الشخصية ومن خلال تعدد الخبرات التي يمر بها الفرد حيث تعمل هذه الخبرات على مساعدة الذات في التغلب على الضغوط التي تواجهه، وهذه المؤثرات المعرفية قد تأخذ أشكالاً مختلفة منها سلوك الفرد، وأهدافه الشخصية، وتفسيره لذاته، والثقة بالنفس، وبناء على التطوير الذي قدمه باندورا في نظريته للتعلم الاجتماعي، فإن الأفراد يمتلكون نظاماً ذاتياً هو الذي يمكنهم من ممارسة السيطرة على أفكارهم ومشاعرهم، وانفعالاتهم، وتقييم المواقف، ومن ثم التوقعات عن النجاح أو الفشل في المهام.

(شموس، 2013: 19)

ه- نظرية أبراهام ماسلوا A.Maslow:

قام A.Maslow بدراسة الشخصيات حيث درس العديد منها وحاول أن يجد السمات التي تجمع بين هذه الشخصيات وقام خلال هذه العملية بدراسة عن طلاب الجامعة وكبار السن وكانت نسبة الذين حققوا ذواتهم في هذه الفئة 1 بالمئة تقريبا وقد رس ماسلوا شخصيات عامة من الذين حققوا ذواتهم من أمثال جيفرسون وروزفلت الرئيسان الأمريكيان الأسبقان وأينشتاين عالم الفيزياء الشهير وأعد ماسلو هرمًا يتجه من قاعدته إلى أعلاه نحو تحقيق الذات أسماه هرم الحاجات وهذه الحاجات تترتب في الهرم على النحو الآتي:

- الحاجات الفسيولوجية **physiological needs**: وهي الحاجات التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً ببقاء الفرد، ويشترك فيها الإنسان مع الحيوان، وتشمل هذه الحاجات الطعام، والشراب، والتزاوج، والإخراج، والنوم. وإذا لم تشبع واحدة من هذه الحاجات فإنها تبقى مسيطرة سيطرة تامة على حياة الفرد، ولا يهدأ حتى تشبع.
- حاجات الأمان **safety needs**: وتمثل في الحاجة إلى الاستقرار والحماية والنظام والتحرر من الخوف، والقلق، وعندما تلبى هذه الحاجات يشعر الفرد وكأنه يعيش آمناً متحرراً من أسباب الخوف والخطر.

- حاجات الحب والانتماء **love and belonging needs**: إذا أشبعت الحاجات الفسيولوجية وحاجات الأمن يطلب الإنسان المزيد كأن يكون محبوبا وإذا حرم من إرضاء حاجات الحب والانتماء شعر بالوحدة والحناء وأنه يعيش في جزيرة منعزلة أو صحراء جرداء.

- حاجات التقدير **esteem needs**: سواء تقدير الآخرين للفرد أو تقديره هو لنفسه، وهذا التقدير إنما يتأتى بفعل مساهمات الشخص في المصالح الاجتماعية للمجتمع الذي يعيش فيه.

- حاجات تقدير الذات **self actualization needs**: هي قمة الإضاءات الإنسانية حيث يحقق الفرد ذاته ويؤكد هويته، وقد أجرى ماسلوا بعض الدراسات على الأفراد الذين وصلوا إلى تحقيق الذات وتبين له أنه تجمع بينهم عدة خصائص.

(شحاتة، 2012: 293-294)

ثانيا: تقدير الذات

1. لمحة تاريخية عن تطور مفهوم تقدير الذات:

يعتبر **ZILLER و Rosenberg** من أشهر الباحثين الذين طوروا هذا المفهوم وناقشوه، باعتبار أن هناك أشخاص لهم تقدير ذات مرتفع مفترضين في المقابل أن هناك أشخاصا يتمتعون بتقدير ضعيف أو متدني، وانطلاقا من هذا المنظور أقيمت بحوث تجريبية ساهمت في توضيح العلاقة بين مستوى تقدير الذات عند الفرد وبين مميزاته الشخصية، سواء كانت ثقافية أو وجدانية.

(عبد الله و وزاني، 2018: 25)

2. تعريف تقدير الذات:

أ- التعريف اللغوي:

قدر بمعنى، اعتبر، ثمن، أعطى القيمة.

وتعرف المعاجم بصورة عامة تقدير الذات على أنه شعور مناسب يتولد من حسن الرأي الذي يتكون عند الفرد فيما يخص جدارته، وقيمه، أما معجم التربية الحالي "لجنادر ولينارد" (1993) فيعرف تقدير الذات على أنه

القيمة التي يعطيها الفرد لنفسه بصورة إجمالية، ويرجع ذلك في أساسه إلى ثقة الكائن البشري المطلقة بفعاليته وقيمه.

(آمنة و وفاء، 2017: 34)

ب- التعريف الاصطلاحي:

- يعرف تقدير الذات حسب معجم علم النفس والتحليل النفسي: بأنه نظرة الفرد واتجاهه نحو ذاته ومدى تقدير هذه الذات من الجوانب المختلفة كالدور والمركز الأسري والمهني والجنسي، وبقية الأدوار التي يمارسها في مجال العلاقة بالواقع وتشكل توظيفاً أو تعديلاً أو انحرافاً في علاقة الفرد بذاته.

(آمال، 2018: 28)

- و يعرفه **cooper smith** بأنه تقييم يضعه الفرد لنفسه وبفعله ويعمل على المحافظة عليه، ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته، كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه قادر وهام وناجح وكفؤ أي أن تقدير الذات هو حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية كما يعبر عن اتجاهات الفرد نحو نفسه، ومعتقداته عنها، وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين باستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة.

(أماي، 2015: 10)

- وقد عرفه **Rosenberg (1978)** بأنه التقييم الذي يقوم به الفرد، ويحتفظ به عادة بالنسبة لذاته، وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض، كما أن تقدير الذات العالي يدل على أن الفرد ذو كفاءة عالية، أو ذو قيمة يحترم ذاته، أما التقدير المنخفض للذات فيشير إلى رفض الذات وعدم الاقتناع بها.

(أوضايفية و مرزوقي، 2018: 67)

- ويوضحه **Maslow (1967)** في تنظيمه للحاجات النفسية الخاصة بحاجات التقدير في شقين:

الشق الأول: يتمثل في احترام الذات، ويتضمن أشياء مثل الجدارة والكفاءة والثقة بالنفس والقوة الشخصية والإنجاز والاستقلالية.

الشق الثاني: يتمثل في التقدير من الآخرين ويتضمن المكانة والتقبل والانتباه والمركز والشهرة، حيث أن الأشخاص الذين يحصلون على درجات مرتفعة في تقدير الذات لديهم قدر كبير من الثقة في ذواتهم وقدراتهم، ويعتقدون في أنفسهم الجدارة والفائدة، وأنهم محبوبون من قبل الأفراد الآخرين، بينما الأشخاص الذين يحصلون على درجات منخفضة في تقدير الذات فلديهم فكرة متدنية عن ذاتهم ويعتقدون أنهم فاشلون غير جذابين.

(أيلاس، 2017: 88)

- ويعرف "عبد الرحيم بخت" تقدير الذات بأنه مجموعة من الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد، عندما يواجه العالم المحيط به، من هنا فإن تقدير الذات يعطي تجهيزاً عقلياً يعد الشخص للاستجابة طبقاً لتوقعات النجاح والقبول والقوة الشخصية، وبالتالي فهو حكم الشخص اتجاه نفسه وقد يكون هذا الحكم والتقدير بالموافقة أو الرفض.

(إيمان و صفية، 2017: 34)

3. أهمية تقدير الذات:

تؤكد معظم الدراسات على أن تقدير الذات يتكون عند الفرد منذ الطفولة، وعبر مراحل النمو المختلفة، حيث يكتسب الفرد تدريجياً فكرته عن نفسه، ويكون ذلك بفعل عوامل التنشئة الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي، وغيرها من العوامل، فكلما ينمو الطفل تزداد حاجته إلى التقدير ممن حوله في المدرسة من أقرانه ومدرسيه ليحظى بهذا التقدير، فيعمل وينشط في مجالات كثيرة، ونجده كذلك عند البالغين حيث يميل الفرد إلى أن يثاب على عمل قد أجاده، أو مشروع قام به إثابة مادية كالحصول على علاوة من رئيسه أو على درجة تشجيع، فحصوله ما يصل إليه الفرد، من نجاح أو فشل خلال خبرات حياته هي من تحدد شدة أو ضعف الحاجة إلى التقدير لدى هذا الفرد.

(إسعد، 2019: 30)

إن زيادة الإحساس بفاعلية الذات تساعد في تعزيز الصحة النفسية، وإذا كان مفهوم الذات إيجابياً كانت الصحة النفسية جيدة وإيجابية أيضاً، فإن الذي لديه صحة نفسية جيدة تمكنه من استخدام مهاراته والمحافظة على الأمل، كما أنه أيضاً يستطيع استخدام استراتيجيات لتخطي ومواجهة الضغوط التي تواجهه، وتقدير الذات من العوامل

المهمة في حياة الفرد خاصة التفاعل مع الآخرين، وحتى دليل على الصحة النفسية التي يتمتع بها، وهذا قد يؤدي بالفرد إلى إنجاز وتحصيل نجاحات في مجالات الحياة وعلى جميع الأصعدة ويكون أكثر قدرة وإنتاجا في المجتمع، على عكس الأفراد ذوي تقدير الذات السلبي أو المنخفض، بحيث يجعل الفرد عاجزا ويعرقل سيرورة حياته ويؤثر سلبا على صحته النفسية.

(بورنان و حملة، 2018: 57)

ويعزز تقدير الذات المرتفع ثلاث صفات أساسية للتقدم والنجاح في الحياة وهي: اتخاذ القرار، الشجاعة والمثابرة.

1. اتخاذ القرار: ويعني قدرة الفرد على القيام بالمهام المختلفة، القناعة الداخلية على تحقيق أهدافه، والإيمان بنفسه.

2. الشجاعة: تعني القدرة على التصرف رغم الخوف، والوقوف وقول "لا" عندما تكون مصالح الفرد في خطر، والمجازفة المدروسة والتعامل مع المشاكل إن لزم الأمر ويبقى الخوف هو العدو الأول للنجاح.

3. المثابرة: تعني قدرة الفرد على تتبع الأهداف وعدم التخلي عنها وإتمام المشاريع رغم العقبات والفشل الذي قد يواجهه.

وجود هذه العوامل الثلاث من شأنه أن يخلق درجة من الطاقة الداخلية التي تجعل الفرد يتحكم في نفسه مهما كانت الظروف.

(بلقايد، 2015: 83)

4. أبعاد تقدير الذات:

إن أبعاد تقدير الذات تتحدد بصفة عامة بنظرة الآخرين إلى الفرد، أو بنظرة الفرد لذاته هو وهذا بالإعتماد على مجموعة من الخصائص المتوفرة لديه، حيث أنها تكون شخصية متميزة من فرد إلى آخر.

فحسب **Abraham Maslow (1903)** فإن للفرد حاجات متسلسلة ومتدرجة يسعى دوما إلى تحقيقها، وإذا لم يستطع تحقيقها، فإنه يعيش في حالة من الإحساس بالنقص والشعور بالقلق ومن بين الحاجات النفسية العليا، الحاجة إلى احترام الذات وتقديرها، وهي حاجات نفسية واجتماعية، حيث يرغب الشخص في

الحصول على الاحترام والتقدير من الآخرين لشخصيته سواء كان ذلك بفضل سمات جسمية أو أخلاقية أو أدوار ومراكز يتمتع بها الفرد.

ويصف Maslow تقدير الذات في المستوى الخامس من هرمه، الذي يشمل بعدين أساسيين هما:

– **البعد الأول:** الحاجة إلى احترام الذات ويضم أشياء مثل : الكفاءة، الجدارة، الثقة بالنفس، القوة الشخصية، الإنجاز والاستقلالية.

– **البعد الثاني:** يتضمن الحاجة إلى التقدير من الآخرين، ويحوي المكانة، التقبل، الانتباه، المركز والشهرة.

(زأوي، 2012: 26)

ويمكن تلخيص أبعاد تقدير الذات فيما يلي:

أ- الرضا عن الذات:

يتمثل في التوافق النفسي بين الصورة التي يرغب الفرد أن يكون عليها والصورة الواقعية التي يظهر عليها في المجتمع، وعلى مدى التوافق الموجود بين هاتين الصورتين، فكلما كان التقارب بين الصورتين كلما كان تقدير الذات أحسن والتكيف جيد.

ب- التكيف:

إن تقدير الذات لا يقتصر على تعيين قيم إيجابية للنفس بل يتعلق أيضا بعملية التكيف بواسطة القدرة على التحكم في المحيط المادي والاجتماعي، هذا التحكم يولد لدى الفرد إحساسا على أنه قادر على التدخل في مجرى الأشياء والحوادث وبذلك تتقوى الذات إيجابيا، فالقدرة على التكيف في الوسط الطبيعي مرهونة بإدراك الفرد لتقديره لذاته.

ج- الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه:

فإذا كانت هذه الصورة سيئة يشعر الفرد أنه عاجز عن تحقيق أهدافه والتعبير عن مشاعره، فلا يتوافق مع محيطه، وبالتالي يمكن أن يصبح عدوا لنفسه، ويتولد عن ذلك ضغط نفسي ينعكس على كل مجالات حياته، فيصعب عليه إدراك وفهم حب الآخرين له.

د- الثقة بالنفس:

إن عدم الثقة بالنفس تولد إحساسا في مجرى الحياة الذي يستلزم ربط علاقات سليمة وإقامة التوازن النفسي، لذا فإن تقبل الذات، والتعرف عليها شرطان أساسيان يوصلان الفرد إلى تحديد إمكانيات التغيير، والتطوير الكامنة بداخله.

هـ- الأدوار الاجتماعية:

تشكل الأدوار الاجتماعية أهمية بالغة في البحث عن الهوية الفردي وتكوينها في التنظيم التدريجي لمفهوم الذات المنفردة، لأنها تتعلق بالبيئة العائلية، التربوية، والاجتماعية التي يعيش فيها الفرد، والتي توفر له إشارات تقييمية يستعملها وفقا لتجاربه المعاشة.

(بن سويسي، 2016: 11-12)

أما **Fleming and Courtney(1984)** فقد كشفت تحليلاهما عن وجود خمسة أبعاد لتقدير الذات، وتتمثل في اعتبار الذات، والثقة الاجتماعية، والقدرات المدرسية، والمظهر البدني، والقدرات البدنية. وتعمل هذه الأبعاد على تكوين تقدير الذات وإثباته، ليصل الفرد إلى تكامل شخصيته. فإذا ما استطاع أن يدرك تماما هذه الأبعاد من حيث ما يمتلكه من استعدادات وقدرات، ومكانة اجتماعية، فإنه يضع أهداف واقعية تسهل عليه التكيف الجيد، مؤديا به إلى شخصية سوية.

(زأوي، 2012: 27)

5. العوامل المؤثرة على تقدير الذات:

أ- عوامل ذاتية:

وتشتمل على:

- صورة الجسم: وتتمثل في التطور الفيزيولوجي مثل الحجم، سرعة الحركة، التناسق العضلي ويختلف هذا حسب نوع الجنس والصورة المرغوب فيها، إذ يتبين أنه بالنسبة للرجال يعود تقدير الذات إلى البناء الجسماني الكبير وإلى

قوة العضلات، بينما يختلف الأمر عند المرأة فكلما كان الجسم أصغر إلى حد ما فإن ذلك يؤدي إلى الرضا والراحة.

- **القدرة العقلية:** حيث ينمو موقف الفرد من نفسه وتقييمه لذاته إذا كانت قدراته العقلية تمكنه من أن يقيم خبراته، فالإنسان السوي ينمو لديه بصورة أفضل، أما الإنسان الغير سوي فهو لا يستطيع أن يقيم خبراته.

- **مستوى الذكاء:** فالشخص الذكي تكون لديه درجة كبيرة من الوعي والبداهة، لذلك فهو ينظر لنفسه بشكل أفضل من الشخص قليل الذكاء بالإضافة إلى الأحداث العائلية حيث يعمل الذكاء على إعطاء نظرة خاصة للفرد حول ذاته، هذه النظرة التي يساهم فيها المجتمع بصفة إيجابية أو سلبية حسب معاملة المحيطين به.

(سوايح، 2016: 16-17)

ب- عوامل أسرية:

تناول **Cooper Smith** علاقة أساليب المعاملة الوالدية بتقدير الذات وأشار إلى أن الأساليب الوالدية في تنشئة الأطفال تعتبر متغير مهم يؤثر في مفهوم تقدير الذات لدى الأطفال، وأشار إليان التقدير المرتفع لدى الأطفال مرتبط بشدة بالتقبل الوالدي، وبحب وحنان الوالدين اتجاه أطفالهم.

وفي دراسة حديثة لـ "كواش" وزملائه عن تأثير وعلاقة السلوك الوالدي في تنشئة الأبناء على تقديرهم لذاتهم، وانتهى إلى أن تقدير الذات المرتفع لدى الأطفال ارتبط إيجابيا بالتقبل والدفء لدى الجنسين وإن كان ذلك أكثر وضوحا بالنسبة للإناث، كما ارتبط التقدير المرتفع للذات لدى الذكور باللين ومنح الاستقلالية.

(بويطة، 2012: 74)

ج- عوامل اقتصادية واجتماعية:

ويتجلى هذا في انعكاس المستوى الثقافي والاقتصادي الضعيف على تقدير الذات عند الطفل حيث يعتبر عاملا هاما في اكتساب الطفل لتقدير الذات السلبي، كذلك المستوى المعيشي المتدهور ينتج عنه الكثير من الإحباط النفسي للطفل بحيث تكون الكثير من مطالبه ورغباته لا تشبع.

(سايع، 2015: 52)

د- عوامل وضعية:

وتتمثل خصتنا في الظروف التي يكون عليها الفرد أثناء قيامه بتقدير ذاته، فقد تتضمن هذه الظروف مثلا تنبيهات معينة تجعل الشخص المعني يراجع نفسه، ويتفحص تصوراته، ويقوم بتعديل اتجاهاته، وتقديراته اتجاه نفسه واتجاه الآخرين، فقد يكون الفرد مثلا في حالة مرضية أو تحت ضغط معين فهذا يؤثر على نفسيته وتوجه تقديرته بالنسبة للآخرين، أما تأثير هذه الحالات على تقدير الفرد فيتحدد بمدى تأثير الفرد بمظاهرها ومدى تكيفه معها.

(بوضرسة، 2016: 34)

6. مستويات تقدير الذات:

وجد كوبر سميث Cooper smith أن هناك مستويين لتقدير الذات، إذ يوضح أن الأشخاص ذوي تقدير الذات المرتفع يعتبرون أنفسهم أشخاصا هامين، يستحقون الاحترام والتقدير، فضلا عن أن لديهم فكرة محدودة وكافية لما يظنونه صوابا، كما أنهم يملكون فهما طيبا لنوع الشخص الذي يكونون عليه، بينما ذوو تقدير الذات السلبى يرون أنفسهم غير مهمين، وغير محبوبين، ولا يستطيعون فعل أشياء يودون فعلها، ويعتبرون أن ما يكون لدى الآخرين أفضل مما لديهم.

(إدريس، 2014: 39)

أ- التقدير المرتفع للذات:

يتمتع به الأشخاص الذين يستمتعون بالتحدي، ويميلون إلى الثقة بأحكامهم وأقل عرضة للقلق كما أنهم أكثر ميلا لتحمل الإيجابية في المناقشات الجماعية، وأقل حساسية للنقد.

فمن خلال دراسة قام بها كوبر سميث (1981) على الأشخاص المبتكرين الذين حصلوا على درجات مرتفعة في مقياس تقدير الذات، وجد أنهم أكثر رغبة في القيام بدور نشيط وفعال في المجموعات الاجتماعية، وأنهم أكثر قدرة على التعبير عن وجهات نظرهم، وأقل شعورا بالمتاعب والخوف، وأقل اضطرابا في شخصياتهم و أقل شعورا بالشك في أدائهم.

(بودقيق، 2016: 44)

هذا وقد صاغ روجرز قائمة من المحاكات التي لها دلالة على أن الفرد يتمتع بتقدير ذات عالي وهي:

-التطابق التام بين الخبرة ومفهوم الذات: وهو ما يحميه من التهديد والقلق، ويجول دون الحاجة للدفاع ويسمح لكل الخبرات بأن يتم التعبير عنها رمزياً في الوعي.

- الانفتاح الكامل على الخبرة: فالشخص ذو التقدير العالي مستعد للقيام بعمليات التقييم العضوية بدلاً من التسويف، وإبداء تبريرات للآخرين.

- إعادة تصحيح الاختيارات: وذلك باستبعاد أي حلول هزيلة للأخطاء متى تم فهم هذه الأخطاء، فالميل لتحقيق الذات، وتحقيق الواقع يعملان معاً في انسجام لتحقيق قدرات الفرد الكامنة وإمكاناته الفطرية.

- الشعور بالأهمية: لأن الفرد محبوب من الآخرين وقادر على أن يحمل لهم الحب بعمق ويشبع حاجاته من الاعتبار الإيجابي، من خلال تكوين علاقات شخصية ناجحة مع الآخرين.

- العيش بحرية وتكامل في كل لحظة: فهم يستجيبون بتلقائية لخبراتهم ويكيفون مفهومهم عن ذاتهم وشخصياتهم تبعاً لذلك فضلاً عن توقعهم الجيد للمستقبل ومحاولة ضبطه والتخطيط له.

(السيد، 1998: 416-417)

كما أن جين و مورفال (1971) باعتمادهما على أعمال "فاركش" (1967) يرون أن الأفراد الذين لديهم تقدير مرتفع للذات ينظرون إلى أحاسيس الآخرين بمنظور إيجابي ويميلون أكثر إلى حب الغير كما أنهم غالباً ما يتصفون بالمبادرة الشخصية، ويجوبون المشاركة في النشاطات والمناقشات، ويميلون إلى التأثير في الآخرين.

(بوزيد، 2016: 25)

ب- التقدير المنخفض للذات:

ويسمى أيضاً المفهوم السلبي للذات وقد اتفق العلماء فيما يخص هذا المستوى من تقدير الذات أن الفرد يكون فاقد الثقة بنفسه وبقدراته وإمكانياته، لا يجد حلاً لمشاكله ويظن دائماً أن محاولاته تنتهي بالفشل حيث يرى Rosenberg أن تقدير الذات المنخفض غالباً ما يكون مرتبطاً بوضعية خاصة منها الإحساس بالفشل،

الاكتئاب، مشاعر محبطة، وأعراض القلق، ويظهر الأشخاص أحيانا الميل إلى أن يكونوا خاضعين كما يتصفون بالخشيل والحساسية المفرطة وقلة الثقة بالنفس والميل إلى العزلة، كما أنهم قلما يبدون آرائهم أمام الآخرين.

(بودقيق، 2016: 44-45)

ويرى "شولتز" و "روزنبرغ" (1985) أن الأفراد ذوي تقدير الذات المنخفض يفضلون الابتعاد عن النشاطات الاجتماعية ولا يتقلدون مناصب رياضية، ويظهرون أحيانا الميل إلى أن يكونوا خاضعين ومسيرين، ويمتازون بالخجل والحساسية المفرطة.

(بوزيد، 2016: 26)

7. النظريات المفسرة لتقدير الذات:

أ- نظرية روزنبرغ 1989: Rosenberg

تدور أعمال روزنبرغ حول محاولته دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، وسلوكه من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد، ولقد اهتم روزنبرغ بصفة خاصة بدراسة تقييم المراهقين لذواتهم، ووسع بعد ذلك اهتمامه حيث شمل ديناميات تطور صورة الذات الإيجابية في مرحلة المراهقة واهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته.

وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد، كما اهتم بشرح وتفسير الفروق التي توجد بين الجماعات في تقدير الذات مثل تلك التي بين المراهقين الزوج والمراهقين البيض، والتغيرات التي تحدث في تقدير الذات في مختلف مراحل العمر.

(طهراوي، 2019: 25)

والمنهج الذي اعتمد عليه Rosenberg هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك، واعتبر أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاهها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها، وما الذات إلا أحد هذه الموضوعات، ويكون الفرد نحوها اتجاهها لا يختلف كثيرا عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الأخرى، ولو كانت أشياء بسيطة يود استخدامها، ولكن فيما بعد اعترف أن اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف ولو من الناحية الكمية عن اتجاهه نحو

الموضوعات الأخرى، معنى ذلك أن Rosenberg يؤكد على أن تقدير الذات، هو التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة لنفسه، وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض.

(حمدة، 2019: 42)

ب- نظرية Cooper smith:

يعتبر تقدير الذات عند كوبر سميث ظاهرة تتضمن كلا من أعمال تقييم الذات، كما تتضمن ردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية، وإن كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمه نحو الذات، فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر من العاطفة، فتقدير الذات عند كوبر سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنها تصنعه على نحو دقيق، وينقسم تعبير الفرد عن ذاته إلى قسمين:

- التعبير الذاتي: وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.

- التعبير السلوكي: ويشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته والتي تكون متاحة للملاحظة الخارجية.

ويميز كوبر سميث بين نوعين من تقدير الذات الأول: تقدير الذات الحقيقي، ويوجد عند الأفراد الذين بالفعل ذوو قيمة، والثاني: تقدير الذات الدفاعي، ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذوي قيمة، ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم والآخرين، وقد بين أن هناك ثلاث حالات من الرعاية الوالدية تبدو له مرتبطة بمستويات عالية من تقدير الذات وهي:

تقبل الأطفال من جانب الآباء، وتدعيم سلوك الأطفال الإيجابي، واحترام مبادراتهم وحريرتهم في التعبير من جانب الآباء.

(لقوقي، 2016: 64)

ج- نظرية زيلر 1973 Ziller:

تقدير الذات بالنسبة لزيلر مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية و قدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثبطات التي يتعرض لها من ناحية أخرى، ولذلك فإنه يفترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه، ويرى أن تقدير الذات ما هو إلا البناء

الاجتماعي، ويصفه بأنه تقييم يقوم به الفرد لنفسه ويلعب دور الوسيط أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي، وعلى ذلك فعندما تحدث التغييرات في البيئة الاجتماعية للفرد فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوية التغييرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعاً لذلك.

(طهرأوي، 2019: 27)

د- نظرية إيستايين Epstien:

يرى إيستايين أن الأفراد ينظمون المعلومات والخبرات التي يكونونها حول أنفسهم والآخرين في بيئتهم في ما يسمى بـ "النظرية الشخصية للواقع" وأحد الافتراضات الرئيسية لهذه النظرية هو أن عقل الفرد يميل إلى أخذ المعلومات وعمل ترابطات بين الأحداث، ثم يتم تنظيم هذه الترابطات داخل أنظمة تكاملية مختلفة تتكون من مكونات أكبر وأصغر، وذلك سيؤدي تبعاً إلى ما يسمى بالنظريات الشخصية حول الواقع والتعميمات التي نستخدمها كخطط معرفية من أجل خلق الإحساس بعالمنا، وافترض إيستايين أيضاً أن النظريات الشخصية للواقع تعمل على تيسير النمو الشخصي، والحياة لدينا كأفراد وهي تساعدنا في التفاعل مع الآخرين وتحقيق توازن بين السعادة والألم في المستقبل، وكذلك تساعدنا على الحفاظ على درجة مناسبة من تقدير الذات، ويصف إيستايين تقدير الذات على أنه حاجة إنسانية أساسية للجنس البشري باعتباره مستحقاً للحب والتقدير، وأنه قوة دافعة للفرد نحو التغيير الإيجابي.

(قوت، 2016: 31)

8. تقدير الذات العادي والمرضي:

أ. تقدير الذات العادي: يكون تقدير الذات عادياً عندما يكون الشخص قادراً على:

- قول ما يفكر فيه ويفعل ما يريد.
- يعلم أنه يستحق الحب.
- يمكنه قول "لا"، "توقف"، "لا أعلم" في الوقت المناسب.
- طلب المساعدة دون أن يحس نفسه أقل قيمة من الآخرين.
- يتمكن من التفكير في شيء آخر غير ذاته.

ب. تقدير الذات المرضي:

كل أعراض المعاناة من تقدير الذات تكون عادية ما دامت مؤقتة، لكن تصبح مرضية عندما تكون مزمنة، وهذه الأعراض تندرج وفق ثلاث محاور أساسية هي:

- الهوس بالذات: في كل مرة يمر الفرد بمشكلة ولا يحلها تتزايد لديه الأسئلة حول الذات، وهذا قد يزيد التفكير في الذات وتقييمها، إلى درجة الهوس.

- الضغط الداخلي: هذا ناتج عن عدم الأمان في الوضعيات الاجتماعية، خاصة إذا كان الفرد يحس نفسه مراقبا من المجتمع والحوادث، والحوادث التي تمس شخصيته.

- الإحساس بالوحدة: هذا ناتج عن إحساس الفرد بأنه شخص مختلف عن الآخرين، أكثر حساسية، أقل خبرة، وأكثر وحدة من الآخرين. (بلقايد، 2015: 85-86)

ثالثا: المرونة النفسية

1. مفهوم المرونة النفسية:

يمكن القول بان المرونة هي القدرة على التأقلم بشكل جيد مع التغيير والصدمات والأزمات والتهديدات ومصادر القلق، ومثال على ذلك العائلة ومشاكل العلاقات والمشاكل الصحية ومشاكل العمل والأزمات المالية، والمرونة ليست مهارة يمتلكها البعض والبعض الآخر لا بل هي مهارة مكتسبة عبر الأفكار والسلوكيات، ولا تعني المرونة النفسية أن الشخص لا يمر بالمشاعر التي ترافق المواقف الصعبة بل يمر بها مثل غيره ولكن يجيد التأقلم معها وتخطيها بالشكل الصحيح.

فالمرونة النفسية من المفاهيم الأساسية في علم النفس الإيجابي، ومن المجالات الرئيسة البحوث في أدبيات علم النفس المعاصر خاصة في علم النفس الإيجابي التطبيقي، الذي يهتم بدراسة وتنمية القوى والسمات الإيجابية عند الإنسان، بدلا من التركيز على الاضطرابات النفسية كما تعد المرونة النفسية مكون أساسي بعين الفرد على مواجهة الضغوط النفسية وتحقيق السعادة والصحة النفسية، تعبر عن مدى قدرته على التفاعل مع بنته أثناء مواجهته لمواقف الحياة الضاغطة والصادمة، وبالرغم من تمتع معظم الناس بمستوى معين من المرونة النفسية، إلا أن الشباب الجامعي يحتاجون أكثر إليها لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة في ظل التوترات والمشكلات اليومية التي يمرون بها في سعيهم إلى التكيف وتحقيق حياة أكثر صحة وسعادة. (صابر، 2021: 11)

أ- المرونة في اللغة :

جاء في لسان العرب: مرن يمرن مرانة ومرونة؛ وهو لين في صلابه، ومرنته: ألاتته وصلبته؛ ومرن الشيء يمرن مرونا اذا استمر، ومرنت يد فلان على العمل، أي صلبت و استمرت، و المرانة: اللين.

(ابن منظور، :4186)

ب- تعريف المرونة النفسية اصطلاحا:

إن مفهوم المرونة النفسية كغيره من المصطلحات فيه المفاهيم واختلفت، فنجد النشأة الأولى لهذا المصطلح كانت من الكلمة اللاتينية والتي تعني العود أو الارتداد والرجوع مرة أخرى ، أي العودة إلى الحالة الطبيعية والتعافي بسهولة من العوائق سواء للفرد أو الجماعة، ويتضمن سلوك المرونة " المرح و الابتهاج، الأمل امتلاك الإيمان دعم العلاقات الاجتماعية، كما أن الأفراد لديهم القوة لتنميتها مع الصعب وتحمل أحداث الحياة، والقدرة على العمل والأداء رغم الخسارة و مواجهة الضغوط.

(مليكة، 2019: 57)

يعرف رزوق المرونة النفسية بأنها: خاصية في الفرد تساعده على التكيف والتلاؤم، وهي ميزة تشير إلى الانفتاح على صعيد القدرات والاستعداد من جانب الفرد لتطويعها وملائمتها للظروف المستجدة.

(عربية، 2018: 29)

عرفت المرونة من قبل الجمعية الأمريكية لعلم النفس American psychological Association (2014) بأنها: عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد والصدمات النفسية والنكبات، أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر مثل: المشكلات الأسرية، مشكلات العلاقات مع الآخرين، المشكلات الصحية الخطيرة، وضغوط العمل والمشكلات المالية.

(إيمان ، 2017: 290)

تشير المرونة Resilience في علم النفس إلى فكرة ميل الفرد إلى الثبات و الحفاظ على هدوئه و اتزانه الذاتي عند التعرض لضغوط أو مواقف عصبية ن فضلا عن قدرته على التوافق الفعال و المواجهة الإيجابية لهذه الضغوط وتلك المواقف الصادمة. ويفضي هذا الميل إلى تمكين الفرد من التوافق الإيجابية لهذه الضغوط و المنغصات و

بالتالي سرعة التعافي والتجاوز السريع للموقف الصادمة والعودة إلى حالة الوظيفة العادية واعتبار الموقف الصادم أو الضاغط فرصة لتقوية الذات وتحسينها ضد الضغوط والمواقف الصادمة مستقبلاً .

(أبو حلاوة، 2018: 13)

كما يؤكد "ميشال" أن المرونة النفسية هي القدرة على الاستمرار في التركيز على لحظة الحاضر دون استعراض الأفكار السلبية أو التشبث وعدم المحاولة للتجنب .

(خديجة ، 2018: 7)

يشير أبو حلاوة (2008) إلى أن المرونة النفسية العامة ظاهرة عادية أو طبيعية، وليس ظاهرة خارقة للعادة أو غير طبيعية فمعظم الناس يظهرون مرونة نفسية واسعة، وإسقاط سمة المرونة النفسية على شخص ما لا يعني أن مثل هذا الشخص لا يجرب أو لا يعاني من مصاعب أو ضغوط فالألم الانفعالي والحزن وأعراض شائعة لبن الأشخاص الذين خبروا أو كانوا من شدائد أو نكبات أو عثرات شديدة في حياتهم. وهي ليست ميزة متفردة بالمطلق ، بل أنها موجودة بدرجات مختلفة ويمكن للبعض أن يكونوا مرنين تجاه أحد الأنماط من الجهد النفسي أكثر منه تجاه بشكل آخر من الضغوط و من الممكن للشخص أن يتعامل مع الشدة النفسية التي يفرضها عليه ضغط التعب في العمل أفضل مما يتعامل مع الضغوط الناجمة عن العلاقات المنزلية .

(فواز، 2013: 21)

يعرفها البهاص، سيد(2011) هي نمط من أنماط التوافق الإيجابي مع الضغوط، وتمثل في قدرة الفرد على التكيف بنجاح مع المحن والضغوط التي يتعرض لها وأن يجتاز مرحلة الصمود والصلابة أمام تلك المحن والضغوط إلى استخدام استراتيجيات إيجابية لمواجهتها.

(ابراهيم، 2020: 243)

2. بعض المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية:

مرونة الأنا :

عرفها " روتر " بأنها: "القطب الموجب للظاهرة الفريدة للفروق الفردية في استجابات الناس للضغوط والمحن"

وعرفها "فيرنرب" أنها: "التكيف الناجح الذي يتبع التعرض للأحداث الحياتية المؤلمة".

وعرفها "جيرمزي" بأنها القدرة على إعادة بناء الشخصية والقدرة على التشافي من المحنة.

(وهيبة، 2016: 26)

أ- قوة الأنا:

مفهوم قوة الأنا من المفاهيم التي شاع استخدامها في الخمسينات، ويرجع الفضل إلى أيزنك الذي استنبطه من سلسلة دراساته العملية على الشخصية خصوصا فيما يتعلق بالجانب المزاجي والانفعالي منها. ويؤكد كفاي على أن قوة الأنا تشير إلى التوافق مع الذات ومع المجتمع بالإضافة إلى الخلو من الأعراض العصبية والإحساس الإيجابي بالكافية، والرضا وقوة الأنا هي القطب المقابل للعصائية حيث يرى كثير من العلماء أن هناك متصلا يقع في أحد أطرافه قطب قوة الأنا في حين يقع في الطرف المقابل قطب العصائية. ويشير عبد الخالق إلى أن قوة الأنا تتضمن، عندما تكون مرتفعة، القدرة على مواجهة الضغوط البيئية والدافعية وتعني الضبط الكافي عندما تتعامل مع الآخرين واستخدام القدرات والمهارات البيئية المتاحة للشخص بأقصى طاقة ممكنة، وتعني أيضا أن الشخص يمكنه أن يعمل في إطار احترام الذات في الأخلاق الحضارية والاجتماعية والشخصية، ويتضمن انخفاض قوة الأنا نقصا في كبح الذات والسيطرة على البيئة ونقصا في الوعي المعرفي الذي يعيق قدرة الفرد على معالجة الضغوط والمشكلات المألوفة.

(أية، 2018: 16)

ب- الثبات الانفعالي:

يعرفه القريطي (1998) بأنه تلك الحالة الشعورية السوية التي يبدي فيها الفرد استجابة انفعالية لطبيعة الموقف أو المثير الذي يستدعي هذه الانفعالات، سواء من حيث نوعية الاستجابة وملائمتها، وشدة الإستجابية وكميتها ومدى ثباتها واستقرارها بالنسبة للمواقف الواحدة والمثيرات المتشابهة.

ج- الهدوء الانفعالي:

وهو القدرة على مواجهة الظروف المختلفة في الحياة منها السيئة بالشجاعة والحزم والبهجة والانشراح والمساواة والرضا.

د- الاتزان الانفعالي :

هو أن يكون لدى الفرد القدرة على التحكم والسيطرة على انفعالاته المختلفة ولديه مرونة في التعامل مع المواقف والأحداث الجارية بحيث تكون استجابته الانفعالية مناسبة للمواقف التي تستدعي هذه الانفعالات ويوضح ذلك ريان أن الفرد المتزن انفعاليا يستجيب للمواقف والمشاكل التي تواجهه بأسلوب يتصف بالمرونة وعدم التطرف والمبالغة والاندفاع أو المغالاة في الاستجابة للمواقف الانفعالية المختلفة، فهو شخص يشعر بالتفاؤل والبشاشة، و الاستقرار والتحرر إلى حد كبير من الشعور بالإثم والقلق، و الوحدة النفسية، لذا فان الاتزان الانفعالي هو حالة التروي والمرونة الوجدانية حيال المواقف الانفعالية المختلفة التي تجعل الأفراد يميلون لهذه الحالة الأكثر سعادة، وهدوءاً وتفاؤلاً وثباتاً للمزاج، وثقة في النفس.

(هدى، 2019: 26-27)

ه- المناعة النفسية:

يعرفها عصام محمد زيدان بأنها قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية والإحباطات والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير الإيجابي وضبط الانفعالات والإبداع في حل المشكلات وزيادة فاعلية الذات ونموها، وتركيز الجهود نحو الهدف وتحدي الظروف وتغييرها والتكيف مع البيئة، وهي قدرة الفرد على حماية النفس من التأثيرات السلبية المحتملة للضغوط والتهديدات و المخاطر والإحباطات والأزمات النفسية الداخلية والخارجية من خلال الموارد الذاتية والإمكانات الكامنة في الشخصية.

(رابعة، 2018: 7).

و- المرونة النفسية و عمل الحداد:

حسب بوحجار(2015) عمل الحداد هو عمل نفسي لا شعوري شاق وطويل يقوم به الجهاز النفسي بعد فقدان الفرد لموضوع مستثمر بتدخل عمل سيرورة المرونة وهذا ما أكده " " حيث اعتبر أن الأفراد الذين يتجاوزون الأحران بقوة ،بحيث يشتغلون حالاً عمل سيرورة المرونة النفسية.

(انيسة، 2019: 83)

ز- القدرة الفطرية :

هي قدرة أودعها الله في قلوبنا، وهي ما فطر الله الإنسان عليها منذ ولادته وبها تسيير النفس بإذن الله. المرونة الأسرية: وتعرف المرونة الأسرية بأنها: قدرة أفراد الأسرة على التواصل والتوازن مع التغيير الحاصل في القيادة داخل البناء الأسري، فتضع الأسرة القواعد الخاصة من أجل الموازنة والاستقرار مقابل ذلك التغيير.

(صالح، 2018: 31)

ح- التفكير الإيجابي:

وهو التفاؤل والإحساس بالقدرة على النجاح فيه، حيث التفكير بالفشل مقدمة للوصول إليه، و سبب لإدراكه ونيله.

(ميس، 2018: 44)

ط- التوافق الإيجابي:

هو قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه وهذا ما يؤدي به إلى التمتع بحياة خالية من التزام و الاضطرابات. يعني هذا أن يرضى الفرد عن نفسه، وأن يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين.

(بريقية، 2017: 21)

ي- الصلابة النفسية:

تعرفها " سوزان كوبازا Suzanne kobasa": أنها هي مجموعة من السمات الشخصية التي تعمل كواق لأحدث الحياة الضاغطة، وهي تمثل اعتقادا أو اتجاهها عاما لدى الفرد في قدرته على استغلال كافة مصادره وإمكانياته النفسية والبيئة المتاحة، كي يدرك أحداث الحياة الشاقة إدراكا غير مشوه، ويفسرها بمنطقية وموضوعية، ويتعايش معها بشكل إيجابي.

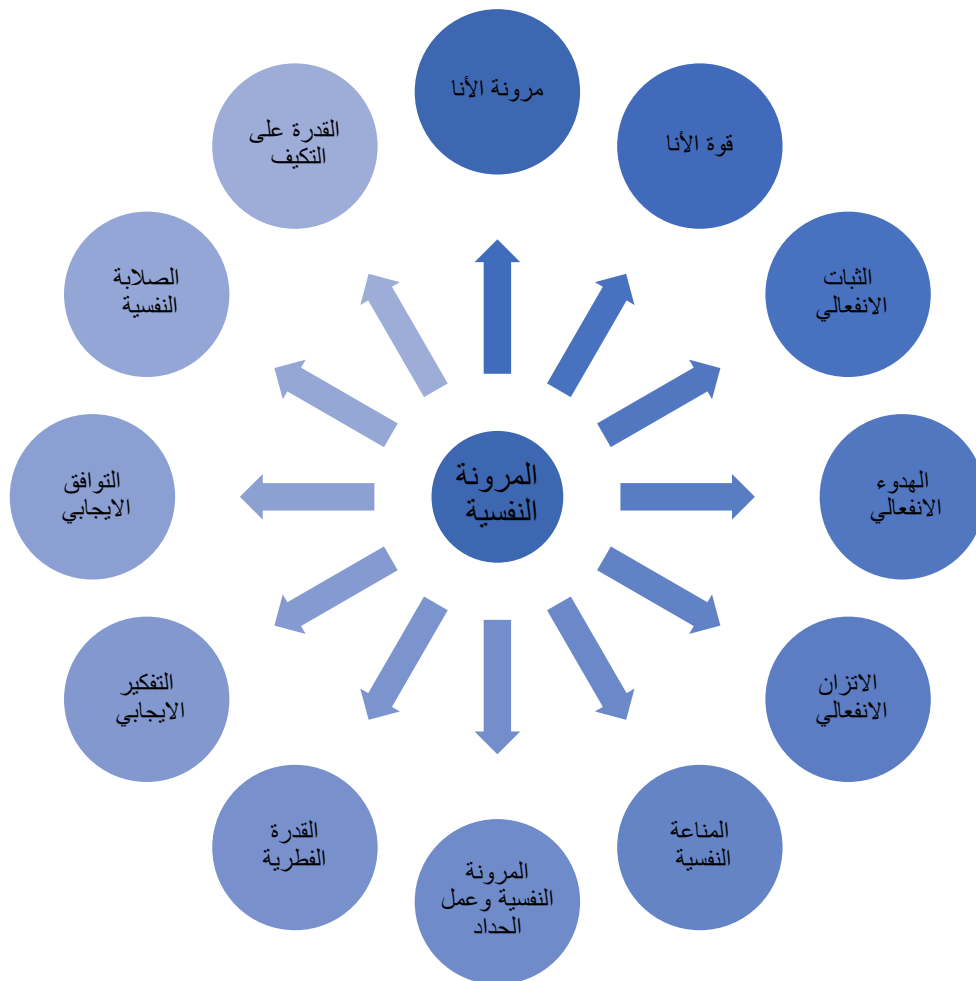
(عمر، 2016: 18).

ك- القدرة على التكيف:

في علم النفس هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين البيئة، وبناء على ذلك الفهم نستطيع أن نعرف هذه الظاهرة بأنها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين المرء و بيئته

(سيف، 2016: 12).

رسم توضيحي رقم (1): يمثل المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية



3. مصادر المرونة النفسية:

وضعت دنكل ودولبير (Dunkel & Dolbier,) ست فئات لمصادر المرونة النفسية وهي:

1.3. الموارد الشخصية الذاتية:

أخرى أكثر أهمية، مثل الضمير، وتشمل الموارد الذاتية الكفاءة الذاتية للشخص، وإتقانه واحترامه لذاته، ووجود نظرة إيجابية عن النفس، ووجود الإمكانيات، والقدرة على التغلب على الشدائد والتحديات التي يمر بها.

2.3. الموارد الاجتماعية:

وتشمل العوامل الاجتماعية المتصورة التي تقدم الدعم المتاح، ووجود شبكة اجتماعية قوية، وإدراك أن الآخرين المتاحين هم مصدر قوي للدعم، وذلك وفي أوقات الشدائد، تظهر فعليا تلك القوى الداعمة، والدعم العاطفي الفعال من الأسرة و الأقارب و الأصدقاء، وذلك أمر حاسم في زيادة مستوى مرونة الفرد.

3.3. المعتقدات الدينية:

وتشمل القيم، مثل الروحانية والمعتقدات، أو الممارسات الدينية التي لديها العديد من الآثار الإيجابية للتعامل مع المصاعب طوال الحياة، وعوامل مثل الاعتقاد بأن هناك قوة عليا، بأن السلطة العليا يمكن أن يكون لها دور مفيد في حياة المرء ومساعدته على مواجهة الصعوبات .

4.3. موارد ثقافية:

ثقافة الجماعة في الأسر الشرقية خاصة، يمكن أن تكون واقعية، وتمنح الأفراد الشعور بالدعم، وكذلك في المجتمعات الأخرى تظهر أيضا إسهامات الثقافة في مساعدة الفرد في تجاوز المحن.

5.3. المهارات السلوكية و المعرفية:

تشمل مهارات تنظيم العواطف والمشاعر، والمواجهة النشطة التي تمكن الشخص من إدارة الأزمات وقت الضغط، ومثل ذلك: تقنيات التأمل والاسترخاء التي تعزز الهدوء في وجه الإجهاد، وتلك طرق تكيفية للتعامل مع أنواع كثيرة من الشدائد.

(دنبا، 2021: 17-18).

6.3. الموارد الموهوبة:

الفئة النهائية هي الموارد الموهوبة والموروثة أو المكتسبة، وتشمل الحالة الاجتماعية للفرد، كأن يكون متزوجاً، والحالة الاقتصادية المرتفعة، والاستعداد الوراثي للخير، والصحة و القدرات المعرفية العالية، فمثلاً تشير البحوث إلى أن كلا من التعليم والدخل عموماً تعزز الصحة والرفاهية، وهي موارد قيمة في سياق الإجهاد كذلك.

إن بعض موارد المرونة مستقرة إلى حد ما، يمكن لبعض موارد المرونة الأخرى أن تتعلم وتمارس، وعلى سبيل المثال: تلك العوامل التي يمكن أن تكون لها التأثير بالتعزيز، إلا أن تغيير الوضع الاجتماعي والاقتصادي يعد أمراً في غاية الصعوبة.

(دنيا، 2021: 17-18).

4. مؤشرات المرونة النفسية:

يمكن تحديد مجموعة هذه المؤشرات من ناحيتين، فالناحية الأولى تتعلق بشخصية الفرد المتمتع بالمرونة النفسية، بينما الناحية الثانية فتتعلق بالمحيط الخارجي.

فالمؤشرات الفردية يمكن تلخيصها فيما يلي:

- مستوى القدرات العقلية متوسط.
- القدرة على حل المشكلات.
- القدرة على التخطيط الناجح للأمر و المشاريع.
- توظيف استراتيجيات تكيفية.
- فاعلية الذات التي تشير إلى إيمان الفرد بقوته على إنجاز مهمة معينة أو عدة مهام .
- مركز تحكم داخلي.
- إعطاء معنى للحياة (درجة الإيمان ، فلسفة الحياة...).
- تفهم الذات.
- قادر على تحقيق الاستقلالية و الفعالية في علاقاته مع المحيط.
- تقدير ذات مرتفع.
- مزاج مستقر.

- مهارات علائقية (التقمص العاطفي القدرة على البحث و طلب المساعدة و مهارات الاتصال).
- (سعاد،رحمة،2021: 13-14).

بينما المؤشرات المتعلقة بالمحيط فتتعلق بكل من الأسرة والمجتمع:

- تماسك و ترابط أسري قوي.
 - قدرة الأولياء على توفير جو تربوي إيجابي.
- وعلى مستوى المجتمع يمكن تلخيص جملة من المؤشرات المتمثلة في:
- المساندة الغير رسمية من قبل الأصدقاء و الرفقاء مثلا.
 - ممارسة الأنشطة المختلفة ذات الطابع الثقافي، الديني، الجماعي الإنساني.

(سعاد،رحمة،2021: 13-14).

5. بناء المرونة النفسية:

قدمت الجمعية الأمريكية لعلم النفس (The American Psychological Association) عشرة طرق لبناء المرونة النفسية و هي:

- 1) العلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين بصفة عامة و أعضاء الأسرة و الأصدقاء بصفة خاصة .
 - 2) تجنب الاعتقاد بأن الأزمات أو الأحداث الضاغطة مشكلات لا يمكن تجنبها.
- (سمية،2018: 23)

- 3) وضع أهداف واقعية والاندفاع الإيجابي تجاه تحقيقها.
- 4) اتخاذ قرارات حاسمة أو قاطعة: تعامل مع المواقف العصبية بأقصى ما تملك من طاقة أو قدرة واتخذ قرارات حاسمة تدفعك باتجاه المواجهة والتصدي الفعال والتوافق النشط الإيجابي، بدلا من الالتصاق بالضغوط واجترار المها.

(مصطفى، 2017: 50)

- 5) التطلع الفردي لفرص استكشاف الذات بعض الصراع مع الحسارة.

(6) تنمية الثقة بالذات.

(زهرة، 2018: 13)

(7) الحفاظ على تصور طويل الأجل وفهم الحدث الضاغط في إطار السياق الواسع المخلق له.

(8) الحفاظ على روح التفاؤل وتوقع الأفضل.

(إيمان، 2017: 296).

(9) رعاية المرء لعقله وجسده وممارسة التدريبات المنظمة مع الانتباه لحاجاته ومشاعره فضلا عن الاندماج في

أنشطة الاسترخاء والترفيه والتأسيس لحياة مرنة ومتوازنة.

(أحمد و آخرون، 2019: 10)

(10) تقبل الظروف التي لا يمكن تغييرها.

(11) فهم الأحداث الضاغطة في إطار السياق التي تحدث فيه.

(رشا، اشرف: 2021: 269).

6. المرونة النفسية والانفعالات:

تؤكد نتائج بعض الدراسات على وجود ارتباط دال بين المرونة النفسية والانفعالات الإيجابية، فقد استهدفت دراسة أونج وآخرون (2006) الكشف عن الدور الذي تلعبه الانفعالات الإيجابية في المرونة النفسية، فلخصت إلى التميز والإدارة الفعالة لكل من الانفعالات الإيجابية والسلبية، فضلا عن القدرة على ضبط وتنظيم الاستجابات الانفعالية، مما يخفف بصورة واضحة من التأثيرات السلبية للخبرات والأحداث الضاغطة.

كما يفيد أونج وآخرون (2006) أن اللواحق الكيفية للمرونة دالة للزيادة في التعقد الانفعالي حال وجود الضغط النفسي. أضيف إلى ذلك أن المرونة النفسية وعلاقتها بالقدرة على ضبط الخبرات الانفعالية الإيجابية والسلبية تمكن الأفراد من التعافي من التأثيرات السلبية لمنغصات الحياة اليومية وسرعة تجاوز هذه التأثيرات.

وخلصت نتائج دراسات أخرى أن الانفعالات الإيجابية توقف مسار التأثيرات السلبية للضغوط النفسية وتساعد الأفراد المستوى المرتفع من المرونة في التعافي والبرء السريع من تأثيرات هذه الضغوط.

وارتباط بالمسار البحثي السابق، تثبت بعض الدراسات أن الانفعالات الإيجابية تمكن الأفراد ذوي المرونة النفسية من التوظيف الكامل لمكامن قوتهم ومصادرهم النفسية المتاحة للتمكن من التوافق الإيجابي والمواجهة الفعال للصدمات والكوارث لكونها تمثل عامل وقاية من التأثير السلبي كما تمثل تحصينا نفسيا ضد المتاعب والمصاعب في المستقبل، ومن هنا يؤكد بعض العلماء على أن الانفعالات الإيجابية عنصر شديد الفعالية في المرونة النفسية.

(هاجر، 2016: 76-77).

7. النظريات المفسرة للمرونة النفسية:

1.7. النظرية السلوكية:

يرجع الفضل في بلورة هذا السلوك إلى جون واطسون الذي أراد أن يجعل علم النفس علما مثل العلوم الطبيعية، لذلك رفض أن تكون فكرة اللاشعور موضوع دراسة لعلم النفس، وتقوم الشخصية في حالة سوائها أو انحرافها على مجموعة من العادات التي سبق أن تعلمها الفرد، فالشخصية كلها مكتسبة متعلمة تحت شروط التعزيز، ويعتبر السلوكيون أن الشرط والصراع بين المثيرات الجديدة، لعل سبب ذلك هو عدم قدرة الفرد على ترك الاستجابات القديمة.

فالمرونة مكتسبة متعلمة من وجهة نظر السلوكيين، يكتسبها الفرد من خلال اكتسابه للعادات الإيجابية وممارستها مما يؤدي إلى تكوين شخصية مرنة قابلة للتكيف، والمواجهة لضغوطات الحياة.

(رانيا، 2017: 35).

2.7. التحليل النفسي Psychoanalysis

يعد سيجموند فرويد S. Freud المؤسس الفعلي لما يسمى بمدرسة التحليل النفسي وهو يرى في الشخصية ثلاث قوى وهي: الهو (ID) والانا (Ego) والانا الأعلى (Super Ego)، ووظيفة الأنا أنها تسعى التوفيق بين ضغط الغرائز من جهة وضغط الأنا وقدراته ونجاحها على أحداث التوازن بين متطلبات الهو، ولأنا الأعلى لأنها تخضع لمبدأ الواقع وتسعى للتفكير الموضوعي والمعتدل والذي يتماشى مع الضغوط والمشكلات الاجتماعية ويفتتد الدفاع عن الشخصية والعمل على المرونة النفسية الموافق الضاغطة والعمل على التوافق محل الصراعات.

نظرية التحليل النفسي الاجتماعي للفردويين الجدد:

3.7. نظرية أدلر:

يفترض أدلر أن الشخص السليم والصحي هو الذي يعيش وفقا لمبادئ، مع إمكانية تغير هذه المبادئ وفقا للظروف الواقعية والاستثنائية والتوجه نحو تحقيق أهداف تتفق مع المصلحة الاجتماعية.

وافترض أدلر وجود أربعة أساليب أساسية للحياة يتبناها الناس للتعامل مع المشكلات وهي (النمط المسيطر، والنمط المتعمد المتجنب والنمط المميز اجتماعيا).

فالمرونة النفسية استنادا إلى وجهة نظر أدلر تعتمد على مدى تغيير الفرد لأساليب حياته وفقا لمستجدات الواقع والمصلحة الاجتماعية بما يحقق له سد ثغرات نقصه من اجل بلوغ مستويات أعلى من النمو النفسي والتكيف للواقع الاجتماعي.

(ربيعة، صباح، 2013: 338)

4.7. نظرية أريكسون Erickson Theory:

استخدم أريكسون مصطلح أزمت الحياة " **life crises** " في نظريته لتطور الشخصية وتكاملها، وهي عبارة عن مشكلة للتكيف في متدرج كتصاعد وهذا التكيف لا يتحقق وفق وجهة نظر أريكسون إلا اذا زاد معدل المرونة النفسية لدى الفرد في تعامله مع الواقع. إذن كل مرحلة من مراحل النمو لدى الإنسان تتخللها صراعات تحتاج إلى حلول من خلال التعامل معها بطريقة تكيفية تنموية تتناسب مع المراحل التي ظهرت بها الأزمة. ووفقا لمبدأ التخلق المتعاقب " **Epigenesis** " فكل مرحلة من مراحل النمو بالنسبة لأريكسون لها مهامها الحياتية والنجاح أو الفشل في تحقيق هذا له أثره الهام على النمو في المرحلة اللاحقة، فأريكسون يركز على القوة الاجتماعية والتاريخية التي تؤثر على قوة أو مرونة أو صلابة الأنا، فأثار المجتمع على الشخص هي مركز تطور الشخصية والفروق في المتغيرات الثقافية مهمة وتؤدي إلى اختلافات في سلوك الراشدين، فالجماعات لها طرق مختلفة في تنشأ أطفالها وبذلك فان طريقة التربية في العائلة والنموذج الاجتماعي المتبنى عبر مراحل النمو المختلفة يؤدي دورا هاما في تكوين الأنا.

(ليلي، 2020: 144)

5.7. النظرية المعرفية:

تعد المرونة جزءاً أساسياً من النظرية المعرفية لأنه بالمرونة حل للمشكلات وتكيف مع الخبرات السابقة، ولأنها جزء من التفكير ومن الدافعية العقلية، والجزء الآخر من المرونة المتمثل في نوع المرونة النفسية هو تعديل نمط الأفكار ليقابل التغيرات في البيئة المحيطة، ولأن المرونة المعرفية جزءاً أساسياً من النظرية المعرفية فاعتبرت المرونة مكوناً يدفع الفرد إلى تغيير أنماط سلوكه بما يتلاءم مع أفكاره ومعتقداته ليحقق السعادة، وعلى الأقل ليحقق متطلبات تكيفه مع الواقع المعاش، وطلب التكيف لتحقيق الأهداف يستثير تغيير لتوليد الأفكار الجديدة، ومن هنا أصبحت النظرية المعرفية والمرونة النفسية تساعدان على تعديل ما تحمله أفكار الفرد وما يستطيع بها أن يتكيف مع متطلبات الواقع، وهذا ما أكدته علماء النفس المعرفيين حيث يصبح الفرد مرة ناقداً، ومرة متكيفاً، ومرة يقبل لأجل ما يحمله الواقع من خطوط ومن ضغوطات فتصبح تصرفات الفرد ما بين الشعور بأنه لن يقف مستسلماً ولن يقف بدون ما يحدد لأفكاره طريقاً، فتستمد دافعيته ما تحمله أفكاره.

(أماي، 2018: 32-33).

6.7. نظريات التعلم الاجتماعي Social learning Theories لروتر

1) تعد نظرية التعلم الاجتماعي لجوليان روتر (Julian B. Rutter) محاولة تجمع بين اتجاهين مختلفين في علم النفس، هما نظرية (المثير - الاستجابة) من ناحية والنظريات المعرفية من ناحية أخرى فنظرية روتر في التعلم الاجتماعي المعرفي اعتمدت على أساسيات يمكن إجمالها بما يأتي:

✓ أن تفاعل الناس مع بيئتهم يعتمد على خبراتهم الماضية من ناحية وتوقعهم للمستقبل من ناحية أخرى بناء على حاجاتهم.

✓ أن السلوك لا يعتمد على البيئة بمعزل عن الفرد أو العكس، فقيمة التعزيزات لا تعتمد على المثير الخارجي المعزز وخصائصه بل على معناه ودلالاته التي يدركها الفرد بسعته المعرفية أن نمو وتطور وتغير الشخصية الإنسانية يرتبط مرورها بخبرات جديدة من خلال تفاعلها مع البيئة حتى يمكن معه الوصول إلى صيغة للتنبؤ بالسلوك. أن مفهوم مركز الضبط اشتقه روتر من نظرية التعلم الاجتماعي في الخمسينات من القرن العشرين كمحاولة مبدئية لتفسير السلوك الإنساني والكشف عن العوامل المؤثرة، ويقصد بمفهوم مركز الضبط مدى شعور الفرد أن باستطاعته السيطرة على الأحداث التي يمكن أن تؤثر فيه، حيث يتوزع الأفراد تبعاً لهذا المفهوم على فئتين هما:

(2) فئة مركز الضبط الداخلي Internalizes وهم الأفراد الذين يعتقدون أنهم مسئولون عما يحدث لهم، ومن ثم فهم قادرون على التأثير في الأحداث المحيطة بهم.

(3) فئة مركز الضبط الخارجي Externalizes وهم الأفراد الذين يعتقدون أن الأحداث يتم التحكم فيها من خارج ولا سيطرة لهم على هذه الأحداث أو التأثير فيها، حيث تعود بدرجة أكبر إلى الحظ، الصدفة، القدر، الآخرين المؤثرين أو عوامل بيئية يصعب التنبؤ بها وطبقا لروتر أن أصحاب الضبط الداخلي يتصفون بالخصائص الآتية:

يواصلون ويتأثرون في مواجهة الفشل ..

(عبيد , وآخرون , 2017, ص 55-56-57)

✓ قل عرضة للشعور بالضغط.

✓ يميلون إلى إيجاد بدائل توصلهم إلى السلوك الناجح.

✓ يكافحون بشكل افضل مع ضغوط الحياة.

✓ يكونون اقل عرضة للشعور بالقلق.

✓ يتحكمون بانفعالاتهم ويميلون إلى تأكيد ذاتهم.

وطبقا لنظرية روتو أن أصحاب الضبط الخارجي يخضعون لضغوطات الحياة فهم أقل مرونة قياسا بضبط الداخلي.

(عبيد , وآخرون , 2017, ص 55-56-57)

7.7. نظرية كاون وتومسون (Cowen & Thomson):

ينظر أن إلى المرونة على أنها صفة عامة للاستجابة تعم كل مظاهر سلوك الفرد، ويتمثل بميل الفرد إلى التمسك بطريقة معينة في حل المسائل كانت من قبل ناجحة في الوقت الذي لم تعد تلك الطريقة صالحة في حل المسائل، وبينان العوامل الشخصية التي تتصل بتصلب الوجهة الذهنية، وهي قلة الكفاءة والإنتاجية وقلة التخيل والعجز عن فهم العلاقات المتعددة... وكف للتعبير الانفعالي فيما يتعلق بكل من الإبداع الداخلي الثري، والتفاعل مع الواقع البيئي الخارجي، مرتبطا بمشاعر عدم التأكد والحذر عندما يكون الشخص في مثل هذه المواقف، والميل للانسحاب عندما تتأزم الأمور ومدى محدود من الاهتمامات، ومجال أضييق من الأداء وتوافق أقل من المجتمع... وأقل في التوافق الشخصي.

(سالم، 2016: 24).

8.7. المنظور الإنساني:

يركز هذا المنظور على أهمية الخبرة الذاتية للفرد، ومشكلاته الأساسية كالقلق وفاعليته وحرية في اتخاذ قراراته لحل مشكلاته، ويركز إلى كشف السبل التي تؤدي بالفرد إلى التكيف وتحقيق أقصى فاعلية لذاته. اذا يرى روجرز أن سلوك مدفوع بقوة واحدة هي النزعة لتحقيق، المتمثلة بالرغبة في المحافظة على النفس وتطويرها أن الشخصية السليمة المرنة ينظر روجرز دالة على الانسجام بين الذات والخبرات، فالأشخاص الأصحاء نفسياً قادرون على إدراك أنفسهم وبيئاتهم كما هي في الواقع وهم متفتحون بحرية لكل من هذه الخبرات لا تشكل تهديدا للذات لديهم، وأنهم أحرار ليحققوا ذواتهم في السير قدما ليكونوا أشخاصا متكاملين في أداء مهامهم، ليس بالضرورة أن يغيروا وجه العالم بل يكفي أن يكون مبدعا حتى في شيء صغير ليشعر بالتلقائية وبمرونة كبيرة في التكيف مع الحياة والبحث عن خبرات جديدة نحو الإحساس بالرضا وتحقيق الأهداف التي يسعى إليها. ويرى ماسلو أن صاحب الشخصية السوية المرنة هو الشخص الذي يحقق ذاته.

(نعيمه، 2018: 14).

8. العوامل المؤثرة على المرونة النفسية:

1.8. عوامل ذات علاقة بالخبرة:

طوال حياتنا تتراكم المهارات والمعارف والخبرات التي لدينا لبناء المميزات الشخصية في تعزيز قدرتنا على الصمود ويمكن تحديدها في الآتي:

- التجارب: لدينا في جميع مراحل الحياة التي تساهم في قدرتنا على الصمود وهي عبارة عن تحديات في عدة مجالات وهي عوامل تؤثر علينا كالفقدوة مثل الآباء والمعلمين.
- المهارات والتفاعل: هي عبارة عن مهارات في تحديد الغرض والتخطيط، وتنظيم حياتنا في المنزل والعمل، وتجعل لنا خبرة في مواضيع معينة أو الهوايات التي تتحول إلى شغف، وقدرتنا على حل المشاكل والتحديات.

2.8. عوامل مرتبطة بالمرونة والقدرة على التأقلم:

- إقامة علاقات وثيقة مع الأشخاص البالغين في الأسرة والمجتمع اللذين يتمتعون بالكفاءة والقدرة على تقدر الرعاية الجيدة.
- (علي، 2017: 22).

- التحلي بقدرات تنظيم الذات.
- النظر إلى الذات بمنظور إيجابي.
- وجود الحافز لكي يصبح الفرد عطاء فعالاً في المجتمع.
- تكوين صداقات وعلاقات رومانسية مع الإقران وحب مساعدة الآخرين والاهتمام بهم.

(علي، 2017: 22).

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

- القدرة على التكيف مع الضغوط النفسية بفاعلية وبطريقة صحية.
- امتلاك الفرد لمهارات حل المشكلات.
- اعتقاد الفرد بوجود شيء يمكن القيام به للسيطرة على المشاعر الحادة والتكيف مع الظروف الطارئة.
- توفر الدعم الاجتماعي.
- الاتصال والترابط مع الآخرين مثل العائلة أو الأصدقاء.
- المعتقدات الدينية.
- البحث عن المعاني الإيجابية للمواقف الصادمة.

(عربية، 2015: 45)

9. سمات الشخصية لذوي المرونة النفسية:

- تتسم السمات الشخصية للأشخاص ذوي المرونة النفسية في ما يلي:
- الإيجابية والتكيف في الظروف المعاكسة.
 - القدرة على تحمل الإحباط.

- مستوى التفاعل والتغلب على النتائج السلبية للضغوط.
- تنوع أساليبهم المعرفية تبعاً لمقتضيات المواقف التي يواجهونها.
- ضبط النفس والانفتاح على الخبرة والابتعاد عن الفضاضة.
- العمل بفعالية وفقاً مع القيم الشخصية.

وفي هذا الإطار تحديد مؤشرات مرونة الأنا وذلك من خلال السمات الشخصية المميزة للأشخاص ذوي المرونة العالية والتي تشمل:

(أسماء، 2019: 21-22).

الاستبصار: وهي قدرة الشخص على قراءة وترجمة المواقف والأشخاص وتشمل القدرة على التواصل البين، الشخصي، علاوة على معرفة كيفية تكيف سلوك الفرد ليكون متناسبا مع المواقف المختلفة مما يجعله يفهم نفسه ويفهم الآخرين.

(أسماء، 2019: 22).

الاستقلال: فهم يتكيفون مع أنفسهم ويعرفون ما لهم وما عليهم، ويوازنون بين ذاتهم والأفراد المحيطين بهم، والجدير بالذكر أنهم لا يتساهلون في قرارهم في مواجهة الأحداث.

(أمجد، 2021: 776).

الإبداع: ويشمل الإبداع أجزاء خيارات وبدائل للتكيف مع تحديات الحياة بل وأكثر من ذلك الاندماج في كل الأشكال السلوكية السلبية (تحديد المصاعب و المخاطر).

(يوسف، 2014: 16).

روح الدعابة: وتعتبر روح الدعابة الجانب المضيء من الحياة لدى الشخص المرن، حيث تمثل القدرة على إدخال السرور على النفس، وإيجاد المرح اللازم للبيئة المحيطة به، وهذا ما يعتبر خاصية أو سمة مميزة للأفراد المرنين الذين يجيدون فن التعامل في الحياة اليومية تكون أقل مخاطرة في مواجهة تحديات والتأقلم مع الظروف القاسية والأكثر صعوبة.

(غزل، 2018: 27-28).

المبادأة: وتتمثل في قدرة الشخص على البدء في تحدي مواجهة الأحداث، بعد دراسة سرعة وصحيحة تعبر عن قدرة الفرد على الحدس وادراك العواقب الإيجابية والسلبية.

(نبيلة، 2016: 479)

تكوين العلاقات: وتشمل قدرة الفرد المرن على تكوين علاقات إيجابية صحيحة وقوية من خلال قدرته على التواصل النفسي والاجتماعي، والعقلي البين شخصي مع من يحيطون به، كما تشمل قدرته على التواصل مع ذاته.

القيم الموجهة (الأخلاق): وتشمل البناء الخلقى والروحاني الصحيح للشخص المرن، والتي تتضمن قدرته على تكوين مفاهيم روحانية وتطبيقها من خلال تعامله مع أفراد مجتمعه ومع خالقه ليكون شخصا متمتعا بإدراكات روحانية وخلقية في حياته العامة والخاصة.

(جابر، 2014: 263)

خلاصة الفصل:

مما سبق ذكره نستخلص أن تقدير الذات مفهوم بالغ الأهمية في الصحة النفسية للفرد ويعتبر من الجوانب المهمة التي تستدعي البحث والدراسة، أما فيما يخص المرونة النفسية فمن خلال ما تم التطرق إليه نجد أنها لبنة أساسية في وجزء لا يتجزأ من الصحة النفسية وهي مدخل أساسي لأن يكون متوافقا مع متطلبات معيشته وأمور حياته، ولا سيما في ظل الأوضاع التي يعيشها من تطور وتقدم مما يتطلب التعامل مع الأمور بكل مرونة ويسر.

الإطار الميداني

الفصل الثالث:

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد:

من المتفق عليه أن البحث العلمي يسير وفق خطوات منهجية للوصول إلى نتائج أكثر موضوعية ودقة وعلمية، ويعتبر هذا الفصل بمثابة عرض لأهم الخطوات المنهجية التي قام بها الطالبان من أجل التأكد من صحة فروض الدراسة، وهذا بغية الوصول إلى مناقشتها، وقد اعتمدنا في هذا الفصل توضيح المنهج المتبع، وحدود الدراسة، وعينتها، وأدواتها بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية المستعملة فيها.

1. منهج الدراسة:

تحتم الضرورة على الباحث أن يتبع المنهج المناسب لدراسته وهذا حسب طبيعة مشكلة البحث ويعرف المنهج العلمي بأنه الأسلوب الذي يسلكه الباحث كي يجيب على التساؤلات التي تثيرها مشكلة البحث واختبار فرضياته، فالمنهج يعني مجموعة من القواعد العامة التي يتم إتباعها قصد الوصول إلى النتائج، فهو بذلك الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة وتختلف مناهج البحث باختلاف طبيعة الموضوع وخصائصه.

(حلمي، 2001: 39)

ولما كانت الدراسة الحالية تحاول الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والمرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين، فقد اعتمد الطالبين على المنهج الوصفي الارتباطي، حيث يرتبط استخدام المنهج الوصفي غالباً بدراسات العلوم الاجتماعية والإنسانية والتي أستخدم فيها منذ نشأته وظهوره.

(ربحي و عثمان، 2000: 43)

وبذلك فالمنهج الوصفي يحتل مرتبة رائدة من البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية، فهو الأقدر على الاستجابة لخصوصية موضوعاتها، فهو يتتبع رهن الظاهرة تتبعا وصفيا مما يتيح للباحث إدراكها واقعيًا بدون المساس بعناصرها الأساسية.

(سعد الحاج، 2019: 22)

2. حدود الدراسة:

– الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة الميدانية على عينة من طلبة قسم العلوم الاجتماعية بجامعة ابن خلدون تيارت.

–الحدود الزمانية: امتدت الفترة الزمنية المستغرقة في تطبيق مقياسي الدراسة على الطلاب وتفرغ النتائج بعد ذلك من 22 مارس إلى غاية 13 أفريل 2022.

3. الدراسة الميدانية:

تعتبر الدراسة الميدانية خطوة أساسية ومفصلية يقوم الباحث من خلالها بجمع البيانات والمعلومات التي يحتاجها من عينة البحث، والتي تعينه على التحقق من صحة الفروض التي وضعها ومناقشة النتائج فيما بعد.

1.3. عينة الدراسة وكيفية اختيارها:

تم تطبيق مقياسي الدراسة على عينة قوامها 120 طالب جامعي من قسم العلوم الاجتماعية بجامعة ابن خلدون –تيارت-، وقد اختيرت العينة بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة.

2.3. خصائص عينة الدراسة:

أ – خصائص عينة الدراسة حسب متغير الجنس:

جدول رقم (01): يوضح خصائص عينة الدراسة حسب متغير الجنس:

		الجنس			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ذكر	38	31.9	31.9	31.9
	أنثى	81	68.1	68.1	100.0
	Total	119	100.0	100.0	

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن غالبية أفراد العينة كانوا من الإناث حيث كان عددهم 81 بنسبة مئوية قدرت بـ 68.1 % وعدد أفراد الذكور كان 38 بنسبة مئوية قدرت بـ 31.9 %.

ب - خصائص عينة الدراسة حسب متغير التخصص:

جدول رقم (02): يوضح خصائص عينة الدراسة حسب متغير التخصص:

التخصص					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	علم النفس	63	52.9	52.9	52.9
	علم الاجتماع	28	23.5	23.5	76.5
	فلسفة	28	23.5	23.5	100.0
	Total	119	100.0	100.0	

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن غالبية أفراد العينة كانوا من طلبة علم النفس حيث كان عددهم 63 بنسبة مئوية قدرت بـ 52.9% وعدد أفراد طلبة علم الاجتماع كان 28 طالبا بنسبة مئوية قدرت بـ 23.5% وكذلك الأمر بالنسبة لطلبة تخصص الفلسفة حيث كان عددهم 28 بنسبة مئوية قدرت بـ 23.5%.

ج - خصائص عينة الدراسة حسب متغير المستوى الدراسي:

جدول رقم (03): يوضح خصائص عينة الدراسة حسب متغير المستوى الدراسي:

المستوى					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ليسانس	61	51.3	51.3	51.3
	ماستر	58	48.7	48.7	100.0
	Total	119	100.0	100.0	

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن غالبية أفراد العينة كانوا من طلبة مستوى الليسانس حيث كان عددهم 61 بنسبة مئوية قدرت بـ 51.3% وعدد أفراد طلبة مستوى الماستر كان 58 بنسبة مئوية قدرت بـ 48.7%.

4. أدوات الدراسة:

من أجل جمع بيانات الدراسة قام الطالبان بالإعتماد على أداتين للقياس وهما:

1.4 مقياس Cooper Smith لتقدير الذات:

أ. وصف المقياس:

صمم هذا المقياس من قبل الباحث الأمريكي كوبر سميث cooper smith سنة (1967)، حيث تستمد فقرات المقياس جذورها من مقياس (روجرز ودايموند)، كما نجد نسخة مبسطة ومصغرة لاختبار كوبر سميث وتتكون من 25 فقرة مختارة من 50 فقرة الأصلية وأجريت دراسة سنة (1977) أكدت الخصائص السيكومترية لهذا الاختبار المبسط.

تم بناء مقياس تقدير الذات لقياس الاتجاهات التقييمية لدى الفرد اتجاه نفسه في الميدان الاجتماعي، الأسري، الشخصي والدراسي، أو المهني.

و يحتوي المقياس على بعدين لتقدير الذات هما تقدير الذات الإيجابي (7 فقرات) وتقدير الذات السلبي (18 فقرة).

جدول رقم (04): يوضح توزيع فقرات مقياس تقدير الذات على بعديه:

تقدير الذات السلبي	تقدير الذات الإيجابي
1-2-3-4-6-7-10-12-13-15	5-8-9-11-14-19-20
16-17-18-21-22-23-24-25	

ب. تقنين المقياس:

قام الباحث (بشير معمري) بتقنين المقياس على عينة مكونة من 419 فردا ، منهم 198 ذكرا و 221 أنثى ، تراوحت أعمار عينة الذكور بين 17-46 سنة، بمتوسط حسابي قدره 28.41 وانحراف معياري قدره 4.26. وتراوحت أعمار الإناث بين 16-46 سنة، بمتوسط حسابي قدره 27.21، وانحراف معياري قدره 4.21. وتم

سحب العينتين (الذكور والإناث) من تلاميذ وتلميذات مؤسسات التعليم الثانوي بولاية باتنة، ومن طلاب وطالبات كليات جامعة الحاج لخضر - باتنة وشملت الطلبة والموظفين والأساتذة، ومن مراكز التكوين المهني والتكوين شبه الطبي بمدينة باتنة.

(حمزاوي، 2017: 173)

ج. كيفية التصحيح:

تصحح البنود الموجبة على النحو التالي: درجتين (2) للإجابة كثيرا، درجة واحدة (1) للإجابة قليلا، صفر درجة (0) للإجابة لا.

وتعكس الدرجات في حالة البنود السالبة: صفر درجة (0) للإجابة كثيرا، درجة واحدة (1) للإجابة قليلا، ودرجتين للإجابة لا.

ويمكن معرفة مستوى تقدير الذات بجمع الدرجات المتحصل عليها لتعطي الدرجة الكلية لتقدير الذات.

(حمزاوي، 2017: 174)

- الخصائص السيكومترية من حساب الباحثة حمزاوي (2017):

- صدق المقياس: لتأكد من الصدق استخدمت الباحثة طريقتين، الصدق التمييزي وصدق الاتساق الداخلي.

-الصدق التمييزي: للتأكد من الصدق التمييزي قامت الباحثة باستخدام طريقة المقارنة الطرفية، حيث تمت المقارنة بين عينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات بواقع 27% من العينة الكلية، وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (05): يوضح الصدق التمييزي لمقياس تقدير الذات:

الصدق التمييزي	متوسط	انحراف	متوسط	انحراف	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية
مقياس تقدير الذات	42.29	4.84	12.11	4.12	31.82	**دالة

ويتبين من قيمة "ت" الجدولية أنها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01)، وبالتالي يتميز المقياس بقدرة عالية على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في تقدير الذات.

-صدق الاتساق الداخلي:

لحساب هذا النوع من الصدق قامت الباحثة بالتأكد من صدق الاتساق للمقياس باستخدام معامل "بيرسون" بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس بواسطة برنامج (spss)، ووجدت أن بعض الفقرات غير دالة إحصائياً، حيث قامت بتعديلها في الصورة الثانية والنهائية للمقياس. والغيارات التي قامت الباحثة بتعديلها لعدم ارتباطها بدلالة إحصائية بالدرجة الكلية للمقياس مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (06): يبين العبارات التي قامت الباحثة حمزاوي (2017) بتعديلها من مقياس تقدير الذات :

رقم العبارة	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
7	أحتاج وقتاً طويلاً كي أتعود على الأشياء الجديدة.	أستغرق وقتاً طويلاً في التعود على الأشياء الجديدة.
11	تتوقع أسرتي مني نجاحات عالية.	تتوقع أسرتي مني النجاح.
16	أريد أن أترك البيت.	لدي رغبة في ترك البيت.
17	أشعر بالضيق من عملي.	أشعر بالضيق في القسم.

أشعر عادة كم لو كنت أَدْفَعُ لفعل الأشياء.	22
أشعر بمضايقات من قبل والداي.	
ينقصني تلقي التشجيع على ما أقوم به من أعمال	23
ينقصني تلقي التشجيع في القسم.	
ينبغي على الناس أن لا يعتمدوا علي.	25
عادة لا يثق بي الناس.	

قامت الباحثة بهذا التعديل من خلال الرجوع إلى مقياس "كوبر سميث" الأصلي باللغة الفرنسية وإعادة مقارنة العبارات السابقة مع المقياس المعرب. وبعد إعادة تطبيقه ، تم حساب معامل الاتساق الداخلي لدرجات الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (07): معاملات ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات:

رقم الفقرة	الفقرات	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
1		0.44	دال
2	أجد من الصعب علي أن أتحدث أمام مجموعة من الناس	0.53	دال
3	أود لو أستطيع أن أغير أشياء في نفسي	0.43	دال
4	يصعب علي اتخاذ قرار خاص بي	0.54	دال
5	يسعد الآخرون بوجودهم معي	0.59	دال
6	أتضايق بسرعة في المنزل	0.55	دال
7	أستغرق وقتا طويلا في التعود على أشياء جديدة	0.49	دال
8	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني	0.29	دال
9	تراعي عائلتي مشاعري عادة	0.34	دال

10	أستسلم وأهزم بسرعة	0.37	دال
11	تتوقع أسرتي مني النجاح	0.56	دال
12	يصعب علي جدا أن أبقى كما أنا	0.62	دال
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي	0.67	دال
14	يتبع الناس أفكاري	0.27	دال
15	أقلل من قدر نفسي	0.56	دال
16	لدي رغبة في ترك البيت	0.65	دال
17	أشعر بالضيق في القسم	0.57	دال
18	مظهري ليس جيدا مثل معظم الناس.	0.63	دال
19	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله	0.43	دال
20	تفهمني أسرتي	0.58	دال
21	معظم الناس محبوبون أكثر مني	0.56	دال
22	أشعر بمضايقات من قبل والداي	0.59	دال
23	ينقصني تلقي التشجيع في القسم	0.45	دال
24	أرغب أن أكون شخصا آخر	0.62	دال
25	عادة لا يثق بي الناس	0.56	دال

يبين الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط التي تحصلت عليها الباحثة بحساب معامل الارتباط "بيرسون" بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائيا مما يؤكد أن فقرات المقياس تتميز باتساق داخلي.

(حمزاوي، 2017: 176-179)

– ثبات المقياس:

للتأكد من ثبات مقياس تقدير الذات اعتمدت الباحثة على معامل "آلفا كرومباخ" كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (08): يمثل ثبات مقياس تقدير الذات باستخدام معادلة آلفا-كرومباخ:

المقياس	معامل آلفا كرومباخ قبل التعديل	معامل آلفا كرومباخ بعد التعديل
تقدير الذات	0.70	0.74

يتضح من خلال الجدول السابق أن معامل ثبات "آلفا كرومباخ" لمقياس تقدير الذات ارتفع من (0.70) إلى (0.74) وهو معامل ثبات قوي ، يدل على ثبات فقرات مقياس تقدير الذات.

(حمزاوي، 2017 : 179-180)

– الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات في الدراسة الحالية:

أ – الثبات:

جدول رقم (09): يوضح ثبات المقياس عن طريق معامل آلفا كرونباخ:

عدد الفقرات	25
قيمة معامل آلفا كرونباخ	0.867

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل آلفا كرونباخ قدرت بـ 0.86 وهذا يدل على أن مقياس تقدير الذات يتمتع بدرجة عالية من الثبات تسمح بقبوله واعتباره جيدا لهذه الدراسة.

ب - صدق الاتساق الداخلي:

لحساب الصدق الداخلي لمقياس تقدير الذات قمنا بإجراء بحساب درجة الارتباط بين درجات العبارات والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (10): يوضح صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس تقدير الذات:

رقم العبارة	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
01	0.41	0.00	دال
02	0.56	0.00	دال
03	0.50	0.00	دال
04	0.42	0.00	دال
05	0.26	0.00	دال
06	0.56	0.00	دال
07	0.40	0.00	دال
08	0.37	0.00	دال
09	0.40	0.00	دال
10	0.59	0.00	دال
11	0.40	0.00	دال
12	0.49	0.00	دال
13	0.52	0.00	دال
14	0.24	0.00	دال
15	0.63	0.00	دال
16	0.54	0.00	دال

دال	0.00	0.48	17
دال	0.00	0.63	18
دال	0.00	0.57	19
دال	0.00	0.25	20
دال	0.00	0.56	21
دال	0.00	0.55	22
دال	0.00	0.61	23
دال	0.00	0.63	24
دال	0.00	0.37	25

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن كل العبارات كانت تتمتع بدرجة ارتباط دالة إحصائيا مع الدرجة الكلية للمقياس حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.24) إلى (0.63) وهذا يدل على أن مقياس تقدير الذات يتمتع بدرجة جيدة من الصدق تسمح بتوظيفه في هذه الدراسة.

2.4. مقياس المرونة النفسية المعد من طرف يحيى عمر شعبان شقورة (2012):

أ. وصف المقياس:

تتكون استبانة المرونة النفسية من 40 فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد هي:

- البعد الانفعالي: مكون من 21 فقرة.
- البعد العقلي: مكون من 8 فقرات.
- البعد الاجتماعي: مكون من 11 فقرة.

جدول رقم (11): يوضح توزيع فقرات مقياس المرونة النفسية على الأبعاد:

الفقرات السالبة	الفقرات الموجبة	البعد
5، 32، 34، 36، 38.	1، 2، 3، 4، 6، 7، 8، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 33، 35، 37.	الانفعالي
	9، 10، 11، 12، 23، 24، 39، 40.	العقلي
13، 28، 30.	14، 15، 16، 25، 26، 27، 29، 31.	الاجتماعي

ب. طريقة تصحيح المقياس:

وزعت درجات الاستجابة على فقرات المقياس على النحو التالي:

3 = دائما، 2 = أحيانا، 1 = أبدا. للفقرات الموجبة.

1 = دائما، 2 = أحيانا، 3 = أبدا. للفقرات السالبة.

- الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة النفسية :

- الصدق

1- صدق المحكمين: قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين ذوي الخبرة في مجال علم النفس وذلك بهدف الأخذ بأرائهم وملاحظاتهم، وقد اعتمد الباحث الفقرات التي اتفق عليها 80 % من المحكمين، وقد حصلت جميع الفقرات على هذه النسبة فأكثر، وبالتالي تم اعتماد جميع فقرات الاستبانة بصورتها الأولية.

2- صدق الاتساق الداخلي:

- معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه:

جدول رقم (12): يوضح قيمة معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والبعد الذي تنتمي له:

البعد الاجتماعي		البعد العقلي		البعد الانفعالي	
معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
**0.402	13	**0.531	9	*0.308	1
**0.440	14	**0.554	10	**0.388	2
**0.358	15	**0.506	11	**0.560	3
**0.358	16	*0.267	12	**0.441	4
**0.447	25	**0.572	23	**0.365	5
**0.475	26	**0.421	24	**0.415	6
**0.590	27	**0.342	39	**0.407	7
// 0.229	28	**0.545	40	**0.332	8
**0.407	29	**0.516	41	// 0.160	17
**0.432	30			// 0.180	18
**0.557	31			**0.473	19
**0.331	42			**0.373	20
**0.530	43			*0.265	21
**0.712	44			// 0.093	22
**0.536	45			// 0.170	32
**0.552	46			**0.355	33
// 0.242	47			**0.483	34
				**0.338	35

				**0.594	36
				//0.052	37
				0.271	38

** - دالة عند مستوى 0.01 * - دالة عند مستوى 0.05 // - غير دالة

يتضح من خلال الجدول السابق أن جميع الفقرات كانت دالة عند مستوى 0.01 و 0.05 وكانت معاملات الارتباط تتراوح بين 0.265 و 0.712، في حين لم تحقق الفقرات التالية الدلالة الإحصائية (17، 18، 22، 28، 32، 37، 47) وبالتالي تم حذفها من المقياس وبذلك يتكون المقياس في صورته النهائية من 40 فقرة.

- درجة الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس:

جدول رقم (13): يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس:

معامل الارتباط	البعد
**0.773	الانفعالي
**0.576	العقلي
**0.816	الاجتماعي

** دال عند مستوى الدلالة 0.01

يتضح من خلال الجدول السابق أن معاملات الارتباط لجميع أبعاد المقياس كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.01**.

- الثبات:

حساب معامل الثبات بالطرق التالية:

أ. الثبات بطريقة إعادة الاختبار:

قام الباحث بحساب ثبات مقياس المرونة النفسية باستخدام طريقة إعادة الاختبار، حيث تم تطبيق الاختبار على عينة مكونة من 60 طالبا وطالبة ومن ثم قام بعد أسبوعين بإعادة تطبيق المقياس على نفس أفراد العينة وذلك كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (14): ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار:

الدرجة الارتباط	البعد
**0.658	الانفعالي
**0.692	العقلي
**0.834	الاجتماعي

ب. الثبات بطريقة التجزئة النصفية **split-half method**:

قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين مجموع درجات الفقرات الفردية ومجموع درجات الفقرات الزوجية لمقياس المرونة النفسية حيث بلغ معامل الارتباط (0.463) وهو دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01، ثم استخدم معادلة سبيرمان-براون **sperman-brown** لتعديل طول الاختبار وقد تبين أن معامل سبيرمان براون للاختبار يساوي (0.633)، وكانت معاملات الارتباط للفقرات الفردية تساوي (0.624) ومعاملات الارتباط للفقرات الزوجية تساوي (0.721).

ج. الثبات بحساب معامل ألفا كرونباخ **cronbache alpha** :

قام الباحث بحساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا-كرونباخ وكانت قيمة ألفا $\alpha = 0.789$.

(يحيى، 2012: 78-83)

– الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة النفسية في الدراسة الحالية:

أ– الثبات:

جدول رقم (15): يوضح ثبات مقياس المرونة النفسية بطريقة ألفا كرونباخ:

عدد الفقرات	40
قيمة معامل ألفا كرونباخ	0.838

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل ألفا كرونباخ قدرت بـ 0.83 وهذا يدل على أن مقياس المرونة النفسية يتمتع بدرجة عالية من الثبات تسمح بقبوله واعتباره جيدا لتوظيفه في الدراسة الحالية.

ب – صدق الاتساق الداخلي لمقياس المرونة النفسية:

البعد الأول : البعد الانفعالي

جدول رقم (16): يوضح صدق الاتساق الداخلي لعبارات البعد الإنفالي:

رقم العبارة	معامل بيرسون	مستوى الدلالة	الدلالة
1	0.38	0.00	دال
2	0.48	0.00	دال
3	0.48	0.00	دال
4	0.47	0.00	دال
5	0.39	0.00	دال
6	0.52	0.00	دال
7	0.44	0.00	دال
8	0.31	0.00	دال

دال	0.00	0.39	17
دال	0.00	0.27	18
دال	0.00	0.43	19
دال	0.00	0.41	20
دال	0.00	0.52	21
دال	0.00	0.39	22
دال	0.00	0.27	32
دال	0.00	0.37	33
دال	0.00	0.33	34
دال	0.00	0.40	35
دال	0.00	0.29	36
دال	0.00	0.45	37
دال	0.00	0.39	38

جدول رقم (17): يوضح صدق الاتساق الداخلي لعبارات البعد العقلي:

الدلالة	مستوى الدلالة	معامل بيرسون	رقم العبارة
دال	0.00	0.52	9
دال	0.00	0.55	10
دال	0.00	0.50	11
دال	0.00	0.58	12
دال	0.00	0.52	23
دال	0.00	0.60	24

دال	0.00	0.40	39
دال	0.00	0.48	40

جدول رقم (18): يوضح صدق الاتساق الداخلي لعبارات البعد الاجتماعي:

رقم العبارة	معامل بيرسون	مستوى الدلالة	الدلالة
13	0.48	0.00	دال
14	0.57	0.00	دال
15	0.44	0.00	دال
16	0.48	0.00	دال
25	0.28	0.00	دال
26	0.43	0.00	دال
27	0.52	0.00	دال
28	0.42	0.00	دال
29	0.54	0.00	دال
30	0.43	0.00	دال
31	0.45	0.00	دال

بملاحظة الجداول السابقة يتضح لنا أن كل العبارات كانت تتمتع بدرجة ارتباط دالة إحصائية مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.27) إلى (0.58) وقد كانت كلها دالة عند مستوى 0.00، هذا وقد تم حساب قيمة الارتباط بين درجة كل بعد مع الدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم (19): يوضح درجة الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس:

البعد	معامل بيرسون	مستوى الدلالة	الدلالة
الانفعالي	0.93	0.00	دال
العقلي	0.77	0.00	دال
الاجتماعي	0.86	0.00	دال

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.00 حيث تراوحت ما بين 0.77 و 0.93 وهذا ما يؤكد أن مقياس المرونة النفسية يتمتع بدرجة عالية من الصدق مما يجعله مناسباً لتوظيفه في الدراسة الحالية.

5. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة قمنا بتفريغ البيانات في برنامج **SPSS** وذلك للقيام بتحليلها إحصائياً بغرض الوصول إلى النتائج والإجابة عن تساؤلات الدراسة وذلك بالقيام بمجموعة الأساليب الإحصائية تمثلت في:

- المتوسطات الحسابية.
- الانحرافات المعيارية.
- معامل الارتباط بيرسون.
- معامل الثبات ألفا كرونباخ.
- اختبار التوزيع الطبيعي Kolmogrov-smirnov.
- اختبار التوزيع الطبيعي Shapiro-wilk.
- معامل الارتباط Spearman-rho.
- معامل الارتباط Kendall-tau.

- اختبار Mann-Whitney للمقارنة بين المتوسطات.

- اختبار التباين الأحادي الاتجاه One-way-annova.

- اختبار "ت" للفروق بين عينتين مستقلتين T-test.

- اختبار Kruskal-walls للعينات المستقلة.

خلاصة الفصل:

تمثل محتوى هذا الفصل في عرض لأهم الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة الحالية من تحديد لمنهج و حدود الدراسة إلى عينة الدراسة وخصائصها حسب المتغيرات السوسيوديمغرافية المتمثلة في الجنس والتخصص والمستوى الدراسي، وكذا عرض الأدوات المستخدمة في جمع البيانات والأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل هذه البيانات.

الفصل الرابع:

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد: بعد جمع البيانات وتفريغها في برنامج الحزمة الإحصائية SPSS قمنا بعملية المعالجة الإحصائية بغرض الحصول على النتائج والتحقق من صحة فرضيات الدراسة، وسيتم في هذا الفصل عرض ما تم التوصل إليه من نتائج ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة.

1. عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة:

1.1. عرض نتائج الفرضية:

تنص الفرضية العامة على أنه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين"

- طبيعة توزيع البيانات الخاصة بمتغيري تقدير الذات والمرونة النفسية:

جدول رقم (20): مخرج SPSS يوضح طبيعة توزيع بيانات تقدير الذات والمرونة النفسية:

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
تقدير_الذات	.070	119	.200*	.978	119	.048
المرونة_النفسية	.113	119	.001	.941	119	.000

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

وللتحقق من صحة الفرضية العامة قمنا بحساب معاملي الارتباط سبيرمان رو و كاندل تأو تكون بيانات متغير المرونة النفسية لا تتبع التوزيع الطبيعي إذ بلغت درجة الدلالة لاختبار Kolmogorov-smirnov 0.001 وهي أقل من 0.05، وقد تم التحصيل على النتائج التالية:

جدول رقم (21): مخرج SPSS يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية العامة:

Correlations				
			المرونة_النفسية	تقدير_الذات
Kendall's tau_b	المرونة_النفسية	Correlation Coefficient	1.000	.387**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	119	119
	تقدير_الذات	Correlation Coefficient	.387**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	119	119
Spearman's rho	المرونة_النفسية	Correlation Coefficient	1.000	.521**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	119	119
	تقدير_الذات	Correlation Coefficient	.521**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	119	119

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

من خلال الجدول السابق يتضح لنا أن درجة الارتباط بين تقدير الذات والمرونة النفسية لدى الطالب الجامعي تبلغ قيمتها (0.387) بمعامل كاندل و(0.521) بمعامل سبيرمان رو وهي دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01، وعليه نقوم برفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل فالفرضية العامة قد تحققت.

2.1. مناقشة نتائج الفرضية:

أقرت نتائج اختبار صحة الفرضية العامة بوجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين، مما يعني أنه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات زادت درجة المرونة النفسية عند الطالب الجامعي، وعليه يمكننا القول أن الفرضية العامة قد تحققت وبالتالي تحقق أول أهداف الدراسة، وفي نفس السياق تتماشى هذه النتيجة مع نتيجة دراسة أجرتها كل من **Mehmet Zeynep Karatas** و **Akif Ersoy** (2011) وكانت أبرز نتيجة لهذه الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة و دالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية عند الطلبة.

2. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

1.2. عرض نتائج الفرضية:

تنص هذه الفرضية على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الانفعالي عند الطالب الجامعي"

- طبيعة توزيع البيانات الخاصة بمتغيري تقدير الذات والبعء الانفعالي للمرونة النفسية:

جدول رقم (22): مخرج SPSS يوضح طبيعة توزيع بيانات تقدير الذات والمرونة النفسية:

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
تقدير_الذات	.070	119	.200 [*]	.978	119	.048
البعء_الإنفعالي	.133	119	.000	.921	119	.000

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

وللتحقق من صحة الفرضية قمنا بحساب معاملي الارتباط سبيرمان رو و كاندل تأو كون البيانات في متغير البعد الانفعالي لا تتبع التوزيع الطبيعي إذ كانت الدلالة الإحصائية لاختبار Kolmogorov-smirnov 0.000 وهي أقل من مستوى 0.05، وقد تم التحصيل على النتائج التالية:

جدول رقم (23): مخرج SPSS يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية الأولى:

Correlations				
			تقدير_الذات	البعد_الانفعالي
Kendall's tau_b	تقدير_الذات	Correlation Coefficient	1.000	.411**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	119	119
	البعد_الانفعالي	Correlation Coefficient	.411**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	119	119
Spearman's rho	تقدير_الذات	Correlation Coefficient	1.000	.542**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	119	119
	البعد_الانفعالي	Correlation Coefficient	.542**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	119	119

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل كاندل بلغت (0.411) وقيمة معامل سبيرمان رو قد بلغت (0.542) وقد كان هذا الارتباط دالا إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الانفعالي لدى الطالب الجامعي، وبالتالي نرفض الفرض الصفري إذ تحقق الفرض البديل.

2.2. مناقشة نتائج الفرضية:

أقرت نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية الأولى بوجود علاقة ارتباطية موجبة و ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الانفعالي عند الطلبة الجامعيين، مما يعني أنه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات زادت درجة المرونة النفسية في بعدها الانفعالي عند الطالب الجامعي، وعليه يمكننا القول أن الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت وبالتالي تحقق ثاني أهداف هذه الدراسة.

3. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

1.3. عرض نتائج الفرضية:

تنص هذه الفرضية على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها العقلي عند الطالب الجامعي"

- طبيعة توزيع البيانات الخاصة بمتغيري تقدير الذات والبعد العقلي للمرونة النفسية:

جدول رقم (24): يوضح طبيعة توزيع البيانات الخاصة بمتغيري تقدير الذات والبعد العقلي للمرونة النفسية:

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
تقدير الذات	.070	119	.200*	.978	119	.048
البعد العقلي	.142	119	.000	.963	119	.002

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

وللتحقق من صحة هذه الفرضية قمنا بحساب معاملي الارتباط سبيرمان رو و كاندل كأكون البيانات في متغير البعد العقلي لا تتبع التوزيع الطبيعي إذ كانت الدلالة الإحصائية لاختبار Kolmogorov-smirnov 0.000 وهي أقل من مستوى 0.05، وقد تم التحصل على النتائج التالية:

جدول رقم (25): مخرج SPSS يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية الثانية:

Correlations				
			تقدير_الذات	البعد_العقلي
Kendall's tau_b	تقدير_الذات	Correlation Coefficient	1.000	.236**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	119	119
	البعد_العقلي	Correlation Coefficient	.236**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	119	119
Spearman's rho	تقدير_الذات	Correlation Coefficient	1.000	.322**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	119	119
	البعد_العقلي	Correlation Coefficient	.322**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	119	119

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل كاندل بلغت (0.236) وقيمة معامل سبيرمان رو قد بلغت (0.322) وقد كان هذا الارتباط دالا إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها العقلي لدى الطالب الجامعي، وبالتالي نرفض الفرض الصفري إذ تحقق الفرض البديل.

2.3. مناقشة نتائج الفرضية:

أقرت نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية الثانية بوجود علاقة ارتباطية موجبة و ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها العقلي عند الطلبة الجامعيين، مما يعني أنه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات زادت درجة المرونة النفسية في بعدها العقلي عند الطالب الجامعي، وعليه يمكننا القول أن الفرضية الجزئية الثانية قد تحققت وبالتالي تحقق ثالث أهداف هذه الدراسة.

4. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

1.4. عرض نتائج الفرضية:

تنص هذه الفرضية على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الاجتماعي عند الطالب الجامعي"

- طبيعة توزيع البيانات الخاصة بمتغيري تقدير الذات والبعد العقلي للمرونة النفسية:

جدول رقم (26): يوضح طبيعة توزيع البيانات الخاصة بمتغيري تقدير الذات والبعد الاجتماعي للمرونة

النفسية:

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
تقدير الذات	.070	119	.200*	.978	119	.048
بعد الاجتماعي	.114	119	.001	.946	119	.000

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

وللتحقق من صحة هذه الفرضية قمنا بحساب معاملي الارتباط سبيرمان رو و كاندل كأكون البيانات في متغير البعد الاجتماعي لا تتبع التوزيع الطبيعي إذ كانت الدلالة الإحصائية لاختبار Kolmogorov-smirnov 0.001 وهي أقل من مستوى 0.05، وقد تم التحصل على النتائج التالية:

جدول رقم (27): مخرج SPSS يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية الثالثة:

Correlations				
			تقدير الذات	البعد الاجتماعي
Kendall's tau_b	تقدير الذات	Correlation Coefficient	1.000	.375**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	119	119
	البعد الاجتماعي	Correlation Coefficient	.375**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	119	119
Spearman's rho	تقدير الذات	Correlation Coefficient	1.000	.487**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	119	119
	البعد الاجتماعي	Correlation Coefficient	.487**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	119	119

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل كاندل بلغت (0.375) وقيمة معامل سبيرمان رو قد بلغت (0.487) وقد كان هذا الارتباط دالا إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الاجتماعي لدى الطالب الجامعي، وبالتالي نرفض الفرض الصفري إذ تحقق الفرض البديل.

2.4. مناقشة نتائج الفرضية:

أقرت نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية الثالثة بوجود علاقة ارتباطية موجبة و ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها الاجتماعي عند الطلبة الجامعيين، مما يعني أنه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات زادت درجة المرونة النفسية في بعدها الاجتماعي عند الطالب الجامعي، وعليه يمكننا القول أن الفرضية الجزئية الثالثة قد تحققت وبالتالي تحقق رابع أهداف هذه الدراسة.

5. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

1.5. عرض نتائج الفرضية:

تنص هذه الفرضية على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس لدى الطالب الجامعي".

- طبيعة توزيع البيانات الخاصة بتقدير الذات حسب متغير الجنس:

جدول رقم (28): يوضح طبيعة توزيع بيانات تقدير الذات حسب متغير الجنس:

Tests of Normality							
	الجنس	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
تقدير_الذات	ذكر	.112	38	.200 [*]	.943	38	.054
	أنثى	.084	81	.200 [*]	.972	81	.068

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

- بما أن أفراد عينة الذكور أقل من 50 فإننا نستعمل **Shapiro-wilk** لتحديد طبيعة توزيع البيانات فنجد أنها عند مستوى الدلالة **0.054** وهي أكبر من مستوى **0.05** وبالتالي تتوزع البيانات الخاصة بالذكور توزيعاً طبيعياً.

- بالنسبة للإناث فعددنا أكبر من 50 لذلك نلجأ إلى استعمال **Kolmogorov-smirnov** فنجد أن قيمة الدلالة أكبر من **0.05** وهي **0.200** وبالتالي فالبيانات تتبع التوزيع الطبيعي.

ولاختبار صحة هذه الفرضية فإننا نلجأ إلى استخدام اختبار **T-Test** للمقارنة بين المتوسطين والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (29): مخرج SPSS يوضح نتائج اختبار الفرضية الجزئية الرابعة:

المتغير	العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الخطأ المعياري	درجة الحرية	T	مستوى الدلالة لاختبار t-test
تقدير الذكور	38	34.13	9.10	1.477	117	0.879	0.381	
الذات	81	32.69	7.95	0.883			(غير دال)	

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن المتوسط الحسابي لعينة الذكور البالغ عددهم (38) قدر بـ 34.13 والانحراف المعياري 9.10 في حين أن الإناث البالغ عددهن (81) فمتوسطهن الحسابي قدر بـ 32.69 وانحراف معياري 7.95 وللتأكد من وجود فروق بين الجنسين قمنا بمقارنة المتوسطين باستخدام اختبار T-test لعينتين مستقلتين حيث قدرت قيمة الدلالة الإحصائية بـ 0.381 وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 إذا فالتباين بين المجموعتين ليس دالاً إحصائياً وبالتالي لا توجد فروق في مستوى المرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس. فنقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل. وعليه فالفرضية المشار إليها سابقاً لم تتحقق.

2.5. مناقشة نتائج الفرضية:

نصت نتائج اختبار هذه الفرضية على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس عند الطلبة الجامعيين وتتماشى هذه النتيجة مع الدراسة التي أجراها جرادات عبد الكريم و محمد سليمان (2006) حيث خلصت هذه الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الطلبة الذكور والإناث، في حين اختلفت نتيجة هذه الدراسة مع الدراسة التي أجراها أصلان المساعيد وزياد التح (2014) حيث توصلت دراستهما إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس لصالح الطالبات الإناث، واختلفت أيضاً مع دراسة أجرتها بن دهنون سامية وماحي إبراهيم (2014) حيث كانت النتيجة في

هذه الدراسة وجود فروق دالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس لصالح الطلبة الذكور، في حين اتفقت هذه النتيجة مع النتيجة التي توصل إليها سليمان إبراهيم المصري (2014) حيث توصل إلى عدم وجود فروق في مستوى تقدير الذات ينسب لمتغير الجنس، واتفقت مع دراسة سليمان بن محمد آل جابر (2020) حيث خلصت نتائجها إلى عدم وجود فروق في مستوى تقدير الذات تعزى للمتغيرات الديمغرافية (الجنس، السن، المستوى الدراسي) عند الطلبة الجامعيين، وعلى نفس المنوال وافقت هذه النتيجة التي توصل إليها فرحات عبد الرحمن و رتيمة أمينة (2020) بعدم وجود فروق دالة إحصائية في متغير تقدير الذات الأكاديمي تعزى لمتغير الجنس عند الطلبة، هذا واختلفت هذه النتيجة مع النتيجة التي توصلت إليها دراسة Marayam Saadat وآخرون (2012) بوجود فروق دالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة الإيرانية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، ونفس الأمر مع دراسة Aregu Bekele Birhanie (2013) حيث خلصت إلى وجود فروق في مستوى تقدير الذات لصالح الطلبة الذكور، أما في دراسة Arshad Muhammad وآخرون (2015) فقد كانت الفروق لصالح الطالبات الإناث، وهذا ما أكدته دراسة Nermin Gürhan وآخرون (2017) حيث خلصت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير تعزى لمتغير الجنس لصالح الطالبات الإناث.

6. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة:

1.6. عرض نتائج الفرضية:

تنص هذه الفرضية على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات عند الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص"

– طبيعة توزيع البيانات الخاصة بتقدير الذات حسب متغير التخصص:

جدول رقم (30): يوضح طبيعة توزيع بيانات تقدير الذات حسب متغير التخصص:

Tests of Normality							
	التخصص	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
تقدير_الذات	علم النفس	.080	63	.200*	.963	63	.054
	علم الاجتماع	.068	28	.200*	.990	28	.993
	فلسفة	.173	28	.032	.949	28	.189

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

- بما أن عدد أفراد عينة علم النفس أكبر من 50 فإننا نستعمل Kolmogorov-smirnov لتحديد طبيعة توزيع البيانات فنجد أنها عند مستوى الدلالة 0.200 وهي أكبر من مستوى 0.05 وبالتالي فالبيانات الخاصة بأفراد تخصص علم النفس تتوزع توزيعاً طبيعياً.

- بما أن أفراد عيني علم الاجتماع والفلسفة كلاهما عددهم أقل من 50 فإذا أخذ بـ Shapiro-wilk فنجد أن قيمة الدلالة الإحصائية لمجموعة علم الاجتماع هي 0.993 وللمجموعة الفلسفة هي 0.189 وهاتين القيمتين أكبر من 0.05 وبالتالي فبيانات المجموعتين تتوزع توزيعاً طبيعياً.

ولاختبار صحة هذه الفرضية عمدنا إلى استخدام اختبار التباين الأحادي الاتجاه **one-way-annova** وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (31): يوضح نتائج اختبار الفرضية الجزئية الخامسة:

مستوى الدلالة one-way- annova	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	العينة	المتغير
0.117 (غير دال)	9.19	33.77	63	علم النفس	تقدير الذات
	7.67	30.35	28	علم الاجتماع	
	6.23	34.53	28	فلسفة	

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن المتوسط الحسابي لعينة علم النفس البالغ عددهم (63) قدر بـ 33.77 والانحراف المعياري 9.19 في حين أن مجموعة علم الاجتماع البالغ عددهم (28) فمتوسطهم الحسابي قدر بـ 30.35 بانحراف معياري 7.67 ، ومجموعة الفلسفة البالغ عددها (28) أيضا فمتوسطها قدر بـ 34.53 بانحراف معياري 6.23 وللتأكد من وجود فروق بين المجموعات الثلاث قمنا بحساب اختبار one-way-annova حيث قدرت قيمة الدلالة الإحصائية بـ 0.117 وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 إذا فالتباين بين المجموعات الثلاث ليس دالا إحصائيا وبالتالي لا توجد فروق في مستوى تقدير الذات عند الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص. وعليه نقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل. وبالتالي فالفرضية المشار إليها سابقا لم تتحقق.

2.6. مناقشة نتائج الفرضية:

نصت نتائج هذه الفرضية على عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير التخصص الدراسي، وهذه النتيجة مخالفة لما خلصت إليه نتيجة دراسة بن طاهر طاهر ومزيان أحمد (2017) حيث تم تسجيل تباين في مستوى تقدير الذات الاجتماعية يعزى لمتغير التخصص الدراسي عند الطلبة الجامعيين،

واختلفت هذه النتيجة أيضا مع النتيجة التي توصلت إليها دراسة منال عثمان الصمدي و لبنى عبد الرحمن السعود (2018) حيث خلصت الدراسة إلى وجود ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير التخصص الدراسي لصالح طالبات الإرشاد النفسي والتربوي، واتفقت نتيجة هذه الفرضية مع النتيجة التي توصلت إليها دراسة فرحات عبد الرحمن ورتيمي أمينة (2020) حيث خلصت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في متغير تقدير الذات تعزى لمتغير التخصص الدراسي عند الطلبة الجامعيين.

7. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية السادسة:

1.7. عرض نتائج الفرضية:

تنص هذه الفرضية " على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير المستوى الدراسي عند الطلبة الجامعيين"

- طبيعة توزيع بيانات تقدير الذات حسب متغير المستوى الدراسي:

جدول رقم (32): يوضح طبيعة توزيع بيانات تقدير الذات حسب متغير المستوى الدراسي:

Tests of Normality							
	المستوى	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
تقدير الذات	ليسانس	.107	61	.081	.976	61	.263
	ماجستير	.058	58	.200*	.970	58	.152

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

و بما أن بيانات تقدير الذات عند المجموعتين (ليسانس) و (ماجستير) تتبع التوزيع الطبيعي فقد قمنا بحساب إختبار T-test لعينتين مستقلتين لإيجاد الفروق بين المجموعتين في مستوى تقدير الذات وقد كانت النتائج كالآتي:

جدول رقم (33): يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية السادسة:

المتغير	العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الخطأ المعياري	درجة الحرية	T	مستوى الدلالة لاختبار t-test
تقدير الذات	ليسانس	61	33.68	7.47	0.957	117	0.720	0.473
الذات	ماستر	58	32.58	9.17	1.204			(غير دال)

يتضح من خلال الجدول أعلاه أنه لا يوجد اختلاف دال إحصائياً بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعتي الليسانس والماستر في متغير تقدير الذات حيث قيمة T قدرت بـ 0.720 و لم تكن دالة إحصائياً إذ نجدها عند مستوى الدلالة 0.473 وعليه يتم قبول الفرض الصفري ورفض الفرض البديل أي أن الفرضية الجزئية السادسة لم تتحقق.

2.7. مناقشة نتائج الفرضية:

خلصت نتيجة اختبار صحة هذه الفرضية إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير المستوى الدراسي عند الطلبة الجامعيين، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة جرادات عبد الكريم ومُحَمَّد سليمان (2006) حيث توصلوا إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى تقدير الذات ترجع إلى متغير المستوى الدراسي عند الطلبة الجامعيين، واختلفت هذه النتيجة مع النتيجة التي خلصت إليها دراسة أصلان المساعيد وزباد التح (2014) حيث توصلوا إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير المستوى الدراسي لصالح طلبة السنة الثانية، واختلفت نتيجة هذه الفرضية أيضاً مع النتيجة المتوسل إليها من قبل دهنون سامية و ماحي إبراهيم (2014) حيث خلصت نتائج دراستهما إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير المستوى الدراسي عند الطلبة الجامعيين، في حين اتفقت مع النتيجة التي توصلت إليها دراسة إبراهيم سليمان المصري (2014) بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات

تعزى لمتغير المستوى الدراسي عند الطالب الجامعي، واختلفت نتيجة اختبار هذه الفرضية أيضا مع دراسة مصلح عبد الله البطوش (2020) حيث توصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير المستوى الدراسي عند الطلبة المعاقين حركيا بجامعة حائل، ولكنها اتفقت مع النتيجة المتوسل إليها من قبل سليمان بن محمد آل جابر (2020) حيث خلصت نتائج دراسته إلى عدم وجود فروق في تقدير الذات تعزى للمتغيرات الديمغرافية (الجنس، التخصص، المستوى الدراسي) عند الطلبة الجامعيين.

8. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية السابعة:

1.8. عرض نتائج الفرضية:

تنص هذه الفرضية على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس عند الطلبة الجامعيين"

- طبيعة توزيع بيانات المرونة النفسية حسب متغير الجنس:

جدول رقم (34): يوضح توزيع بيانات المرونة النفسية حسب متغير الجنس:

Tests of Normality							
	الجنس	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
المرونة النفسية	ذكر	.167	38	.009	.855	38	.000
	أنثى	.105	81	.028	.964	81	.021

a. Lilliefors Significance Correction

- بما أن عدد أفراد عينة الإناث أكبر من 50 نأخذ باختبار Kolmogorov-smirnov

فنجد أن قيمة الدلالة الإحصائية 0.028 وهي أقل من 0.05 وبالتالي فبيانات عينة الإناث لا تتوزع توزيعا طبيعيا.

- بالنسبة لعينة الذكور نجد أفرادها أقل من 50 فنأخذ باختبار Shapiro-wilk فنجد أنها ذات دلالة أقل من 0.05 وهي 0.00 وبالتالي فبيانات عينة الذكور لا تتبع التوزيع الطبيعي.

ولاختبار صحة هذه الفرضية قمنا بحساب اختبار Mann-Whitney للمقارنة بين متوسطي المجموعتين وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (35): مخرج SPSS يوضح نتائج اختبار الفرضية الجزئية السابعة:

المتغير	العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة لاختبار مان ويتني
المرونة	ذكور	38	93.42	12.87	0.429 (غير دال)
النفسية	إناث	81	94.07	10.04	

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن المتوسط الحسابي لعينة الذكور البالغ عددهم (38) قدر بـ 93.42 والانحراف المعياري 12.87 في حين أن الإناث البالغ عددهن (81) فمتوسطهن الحسابي قدر بـ 94.07 بانحراف معياري 10.04 وللتأكد من وجود فروق بين الجنسين قمنا بمقارنة المتوسطين باستخدام معامل Mann-Whitney u test لعينتين مستقلتين حيث قدرت قيمة الدلالة الإحصائية بـ 0.429 وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية 0.05 إذا فالتباين بين المجموعتين ليس دالا إحصائيا وبالتالي لا توجد فروق في مستوى المرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس. فنقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل. وعليه فالفرضية المشار إليها سابقا لم تتحقق.

2.8. مناقشة نتائج الفرضية:

خلصت نتائج هذه الفرضية إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس عند الطلبة الجامعيين، وهذا مخالف للنتيجة التي خصت إليها دراسة يحيى عمر شعبان شقورة (2012) حيث توصل إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الطلبة الذكور، واتفقت مع دراسة سالم بن صالح بن سيف العزري (2016) التي خلصت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في

مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس، واتفقت أيضا مع دراسة النوي هاجر (2016) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس عند الطلبة الجامعيين، واتفقت أيضا مع النتيجة التي انتهت إليها دراسة رملة جبار ورهام علي رضا (2017) حيث توصلنا إلى عدم وجود فروق في المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس عند الطلبة الجامعيين.

وكذلك اتفقت مع دراسة برقيقة مُجَّد علي (2017) الذي انتهت دراسته إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس عند الطلبة الجامعيين، وفي نفس السياق كانت نتيجة الدراسة التي قامت بها سرى أسعد جميل (2017) عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية يرجع لمتغير الجنس عند طلبة جامعة تكريت، وعكس هذه النتيجة كانت نتيجة الدراسة التي أجرتها سعاد عيد بن خلفان الهاشمية (2017) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الطالبات الإناث، في نفس السياق كانت النتيجة التي توصلت إليها دراسة رشا عبد الرحمن وأشرف مُجَّد العزب (2021) وجود فروق في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الطلبة الذكور، وكذلك دراسة ياسر مكطوف (2021) التي خلصت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الطلبة الذكور، كذلك الدراسة التي قام بها **Albert j.isaacs (2014)** وخلصت إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الطلبة الذكور، أما دراسة **Rocío Gómez-Molinero** وآخرون (2018) فقد جاءت موافقة لنتيجة الدراسة الحالية حيث خلصت إلى عدم وجود فروق في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لدى الطلبة الجامعيين، وفي نفس الاتجاه ذهبت دراسة **F. Arbinaga (2018)** إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لدى الطلبة الجامعيين.

9. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثامنة:

1.9. عرض نتائج الفرضية:

- طبيعة توزيع بيانات المرونة النفسية حسب متغير التخصص :

جدول رقم (36): يوضح طبيعة توزيع بيانات المرونة النفسية حسب متغير التخصص :

Tests of Normality							
	التخصص	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
المرونة_النفسية	علم النفس	.127	63	.013	.917	63	.000
	علم الاجتماع	.117	28	.200 [*]	.955	28	.270
	فلسفة	.169	28	.039	.837	28	.001

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

- بما أن عدد أفراد عينة علم النفس أكبر من 50 فإننا نستعمل Kolmogrov-smirnov لتحديد طبيعة توزيع البيانات فنجد أنها عند مستوى الدلالة 0.013 وهي أقل من مستوى 0.05 وبالتالي فالبيانات الخاصة بأفراد تخصص علم النفس لا تتبع التوزيع الطبيعي.

- بالنسبة لأفراد عينة علم الاجتماع نجد أن عددهم أقل من 50 فنلجأ للأخذ باختبار Shapiro-wilk فنجد أنه عند مستوى الدلالة 0.270 وهي أكبر من مستوى 0.05 وبالتالي فالبيانات الخاصة بأفراد عينة علم الاجتماع تتوزع توزيعاً طبيعياً.

- أما بالنسبة لأفراد عينة الفلسفة وبما أنهم أقل من 50 فنأخذ باختبار Shapiro-wilk فنجد أنه عند مستوى الدلالة 0.001 وهي أقل من مستوى 0.05 وبالتالي فبيانات أفراد عينة علم الاجتماع لا تتبع التوزيع الطبيعي.

ولاختبار صحة هذه الفرضية عمدنا إلى استخدام اختبار **Kruskal-wallis test** وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (37): يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية الثامنة:

المتغير	العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة لاختبار Kruskal-wallis
المرونة النفسية	علم النفس	63	95.82	9.88	0.027 (دال)
	علم الاجتماع	28	90.10	12.65	
	فلسفة	28	93.21	10.86	

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن المتوسط الحسابي لعينة علم النفس البالغ عددهم (63) قدر بـ 95.82 والانحراف المعياري 9.88 في حين أن مجموعة علم الاجتماع البالغ عددهم (28) فمتوسطهم الحسابي قدر بـ 90.10 بانحراف معياري 12.65 ، ومجموعة الفلسفة البالغ عددها (28) أيضا فمتوسطها قدر بـ 93.21 بانحراف معياري 10.86 وللتأكد من وجود فروق بين متوسطات المجموعات الثلاث قمنا بحساب اختبار **Kruskal-wallis test** حيث كانت النتيجة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.027 وهي أقل من مستوى 0.05 وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثلاث.

ولمعرفة هذه الفروق لصالح أي مجموعة قمنا بإجراء المقارنات البعدية المتعددة وذلك باستخدام اختبار **Mann-Whitney** بين كل مجموعة والأخرى وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (38): يوضح نتائج اختبار Mann-Whitney للمقارنات البعدية المتعددة بين المجموعات الثلاثة:

الفلسفة 60.82	علم الاجتماع 45.18	الفرق بين متوسطات رتب المجموعات
0.510 (غير دال إحصائياً)	0.007 (دال إحصائياً)	علم النفس 66.22
0.103 (غير دال إحصائياً)	-	علم الاجتماع 45.18

ويمكن تلخيص نتائج اختبار Mann-Whitney للمقارنات البعدية المتعددة كما يلي:

- يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين عينة طلبة علم النفس بمتوسط رتب قدر بـ 66.22 وعينة طلبة علم الاجتماع بمتوسط رتب قدر بـ 45.18 وهذا الفرق كان دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.007 لصالح طلبة علم النفس لأن متوسط رتبهم أكبر من متوسط رتب عينة طلبة علم الاجتماع.

- لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين عينة طلبة علم النفس بمتوسط رتب قدر بـ 66.22 وعينة طلبة الفلسفة بمتوسط رتب قدر بـ 60.82 حيث كانت الدلالة الإحصائية 0.510 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05.

- لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين عينة طلبة علم الاجتماع بمتوسط رتب قدر بـ 45.18 وعينة طلبة الفلسفة بمتوسط رتب قدر بـ 60.82 حيث كانت الدلالة الإحصائية 0.103 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05.

وبناء على ما تقدم نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل، إذ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لصالح أفراد عينة علم النفس، وعليه فالفرضية المشار إليها سابقاً قد تحققت.

2.9. مناقشة نتائج الفرضية:

خلصت نتائج اختبار صحة هذه الفرضية إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة علم النفس، وهذه النتيجة لا تتماشى مع النتيجة التي توصلت إليها دراسة يحيى عمر

شعبان شقورة (2012) حيث توصل إلى عدم وجود فروق في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص لدى الطلبة الجامعيين، واختلفت النتيجة الحالية أيضا مع النتيجة التي توصلت إليها دراسة سالم بن صالح بن سيف العزري (2016) حيث خلصت نتائج دراسته إلى عدم وجود فروق في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص، وفي نفس المسار توصلت دراسة رملة جبار و رهام علي رضا (2017) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص، أما دراسة سعاد عيد بن خلفان الهاشمية (2017) فقد اتفقت مع نتيجة الدراسة الحالية إذ توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة كلية العلوم والآداب، كما اتفقت أيضا مع النتيجة التي توصلت إليها دراسة رشا محمد عبد الرحمن وأشرف محمد عازب (2021) حيث توصلوا إلى وجود فروق دالة معنويا في مستوى المرونة النفسية لصالح طلبة التخصصات النظرية، وفي نفس الاتجاه خلصت دراسة صبيحة ياسر مكطوف (2021) إلى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص لصالح الطلبة العلميين.

10. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية التاسعة:

1.10. عرض نتائج الفرضية:

- طبيعة توزيع بيانات المرونة النفسية حسب متغير المستوى الدراسي:

جدول رقم (39): يوضح طبيعة توزيع بيانات المرونة النفسية حسب متغير المستوى الدراسي:

Tests of Normality							
	المستوى	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
المرونة_النفسية	بيسانس	.140	61	.005	.925	61	.001
	ماستر	.127	58	.021	.952	58	.022

a. Lilliefors Significance Correction

- بما أن أفراد عينة الليسانس أكثر من 50 فإننا نستعمل **Kolmogrov-smirnov** لتحديد طبيعة توزيع البيانات فنجد أنها ذات دلالة إحصائية عند مستوى **0.005** وهي أقل من مستوى الدلالة **0.05** وبالتالي البيانات الخاصة بعينة الليسانس لا تتبع التوزيع الطبيعي.

- كذلك عينة الماستر أكبر من 50 لذلك نلجأ إلى استعمال **Kolmogrov-smirnov** فنجد أن قيمة الدلالة أقل من **0.05** وهي **0.021** وبالتالي فالبيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

و لاختبار صحة هذه الفرضية قمنا بحساب اختبار **Mann-Whitney** للمقارنة بين عيتين مستقلتين وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (40): يوضح نتائج اختبار صحة الفرضية الجزئية التاسعة:

المتغير	العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة لإختبار مان ويتني
المرونة	ليسانس	61	93.98	9.63	0.947
النفسية	ماستر	58	93.74	12.30	(غير دال)

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن المتوسط الحسابي لعينة الليسانس البالغ عددهم (61) قدر بـ **93.98** والانحراف المعياري **9.63** في حين أن عينة الماستر البالغ عددهم (58) فمتوسطهم الحسابي قدر بـ **93.74** بانحراف معياري **12.30** وللتأكد من وجود فروق بين العيتين قمنا بإجراء اختبار **Mann-Whitney u test** لعيتين مستقلتين حيث قدرت قيمة الدلالة الإحصائية بـ **0.947** وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية **0.05** إذا فالتباين بين المجموعتين ليس دالا إحصائيا وبالتالي لا توجد فروق في مستوى المرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير المستوى الدراسي، فنقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل. وعليه فالفرضية المشار إليها سابقا لم تتحقق.

2.10. مناقشة نتائج الفرضية:

خلصت نتائج اختبار صحة هذه الفرضية إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير المستوى الدراسي، وقد اتفقت النتيجة المتوصل إليها مع النتيجة التي توصلت إليها دراسة يحيى عمر عبد الرحمن شقورة (2012) حيث خلصت إلى عدم وجود فروق دالة معنوية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

خلاصة الفصل:

قمنا في هذا الفصل بعرض كل النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة جراء عملية اختبار صحة الفرضيات، حيث تم قبول البعض من هذه الأخيرة أي تأكدت صحتها وتم رفض البعض الآخر، كما تمت مناقشة هذه النتائج على ضوء ما سبق من دراسات متعلقة بالدراسة الحالية ومنها ما جاءت نتائجها في نفس السياق مع نتائج الدراسة ومنها ما اختلفت نتائجها.

خاتمة

خاتمة:

من خلال هذه الدراسة حاولنا تسليط الضوء على متغيرين سيكولوجيين يحتلان مرتبة عالية من الأهمية، ولطالما كانا محل اهتمام العديد من العلماء والباحثين في مجال علم النفس، و قد تمثل هذين المتغيرين في تقدير الذات والمرونة النفسية، ومجتمع البحث المستهدف لدراسة هذين المتغيرين لا يقل أهمية عن الموضوع نفسه، فالطلبة الجامعيون والوسط الجامعي يعتبران بمثابة النواة الأساسية لقيام المجتمعات وتحضرها، إذ فيه تتكون إطارات المجتمع من أخصائيين نفسانيين وأطباء ومهندسين ومعلمين.

وكان الهدف من هذه الدراسة اكتشاف ما إذا كان هناك علاقة بين هذين المتغيرين، وتوصل الطالبان من خلال هذه الدراسة النظرية والتطبيقية وذلك بعد التحليل الإحصائي لبيانات الدراسة الناتجة عن تطبيق مقياسي تقدير الذات والمرونة النفسية على (119) طالبا من طلاب قسم العلوم الاجتماعية بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة ابن خلدون - تيارت-، وفقا لما يتطلب الموضوع وطبيعة الأسئلة المطروحة، وذلك لإعطاء نتائج أكثر مصداقية، هذا وقد خلصت نتائج الدراسة الحالية إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين تقدير الذات والمرونة النفسية عند الطلبة الجامعيين، وكذا وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين تقدير الذات والمرونة النفسية بأبعادها الثلاثة (البعد الانفعالي، العقلي والاجتماعي) في حين لم تكن هناك فروق دالة إحصائيا في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة تعزى للمتغيرات السوسيوديمغرافية التالية: (الجنس، التخصص، والمستوى الدراسي)، أما بالنسبة لمتغير المرونة النفسية فقد كانت هناك فروق دالة إحصائيا لدى الطلبة تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة علم النفس، وهذا راجع في تقديرنا المتواضع للثقافة النفسية التي اكتسبها جراء دراستهم لتخصص علم النفس، هذا وقد توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة تعزى لمتغيري (الجنس، والمستوى الدراسي).

وفي الأخير نسأل الله العلي العظيم أن تكون هذه الدراسة ذات منفعة وفائدة لكل الطلبة والباحثين ولكل من تطرق لهذا الموضوع.

الإقتراحات

الإقتراحات:

في ضوء النتائج المتوصل إليها في دراستنا الحالية نقترح ما يلي:

- ضرورة الاهتمام بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي بمختلف أبعادها كتقدير الذات والمرونة النفسية.
- إعداد وتصميم برامج إرشادية للطلبة الجامعيين من أجل زيادة مستوى المرونة النفسية وقدير الذات وتوجيههم نحو الاهتمام بصحتهم النفسية و ذلك من اجل أن يكونوا أفراد يمكن الاعتماد عليهم مستقبلا في المجتمع ويحققوا نجاحات تفيدهم وتفيد غيرهم.
- إجراء دراسات مستقبلا حول هذا الموضوع وخاصة لدى فئة الطلبة الجامعيين كونها مرحلة مهمة في حياة الإنسان.
- ربط متغيرات الدراسة الحالية بمتغيرات أخرى كالتوافق النفسي، الدافعية نحو الإنجاز، جودة الحياة.

قائمة المصادر والمراجع

المصادر:

القرآن الكريم.

المراجع باللغة العربية:

- إبراهيم, سليمان المصري.(2014).تقدير الذات وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الخدمة الاجتماعية في جامعة القدس المفتوحة. مجلة دراسات نفسية وتربوية.مج.1، ع.13، ص ص.131-148.
- ابن دهنون، سامية شيرين وماحي، إبراهيم. 2014. الشعور بالوحدة النفسية و علاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة .مجلة الباحث في العلوم الإنسانية و الاجتماعية،مج.1، ع. 16، ص ص. 69-86.
- ابن منظور.(1988). قاموس لسان العرب. د ط. دار المعرفة. القاهرة.
- إدريس، زغيدى.(2016). تقدير الذات لدى الراشد المصاب بالعقم. دراسة ميدانية بتطبيق مقياس كوبر سميث. مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة مُجَّد خيضر. بسكرة.
- اسعد، عبد الكريم.(2019).دراسة تقدير الذات عند المعوقين جسميا الممارسين للأنشطة الرياضية المكيفة. دراسة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. معهد التربية البدنية والرياضية. جامعة عبد الحميد ابن باديس. مستغانم.
- السيد، مُجَّد عبد الرحمن.(1998).نظريات الشخصية.ط1. دار قباء للنشر والتوزيع. القاهرة. مصر.
- الشحات مُجَّد إبراهيم علي (2020)، المرونة النفسية و علاقتها بإدارة الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة ،مصر
- الشماط مازن فواز (2013)، مرونة الأنا كمؤشر وقائي من سيطرة الميول الإكتئابية وأفكار الانتحارية -دراسة ميدانية على عينة من طلبة المدارس الثانوية في مدينة دمشق بحث مقدم لنيل درجة الماجستير في الإرشاد النفسي -جامعة دمشق

- المساعيد، أصلان صبح والتح، زياد خميس.(2014). تقدير الذات و علاقته بدافعية التعلم لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت، في ضوء بعض المتغيرات .المناة للبحوث و الدراسات .مج. 20، ع. 2ب، ص. 35-53.
- النوي هاجر(2016)،الرضا عن الحياة و علاقته بالمرونة النفسية و الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة-دراسة ميدانية بولاية باتنة، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس تخصص ارشدا وصحة نفسية، جامعة الجزائر02 أبو القاسم سعد الله.
- أماني، خليل محمود.(2015).تقدير الذات وعلاقته بالضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج في محافظات غزة. كلية التربية. الجامعة الإسلامية. غزة.
- آمنة، بن فرحات. وفاء حمودة.(2017).علاقة تقدير الذات بالتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي. دراسة ميدانية بجامعة حمة لخضر بالوادي. مذكرة ماستر. قسم العلوم الاجتماعية. شعبة علوم التربية. جامعة الوادي.
- إيمان، بن الزاوي و صفية، بوقطاية.(2017).الاتجاه نحو التخصص وعلاقته بتقدير الذات. دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية الوادي. مذكرة ماستر. كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية. جامعة الشهيد حمة لخضر.
- بادسي، أسماء.(2019).المستوي المرونة النفسية لدي الطالبة الجامعية العاملة. رسالة ماجستير. جامعة مُجد خيضر.
- بخاري نبيلة بنت مُجد أمين أكرم(2016)،الفروق في المرونة النفسية وبعض سمات الشخصية في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب جامعة الطائف. رسالة ماجستير. السعودية.
- بدار سعاد، بوسته رحمة(2021)،مؤشرات المرونة النفسية لدى عينة من الراشدين يعانون من التأأة- دراسة حالة لعينة من الراشدين بمدينة المسيلة-مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي، جامعة مُجد بوضياف، المسيلة.
- بريقة مُجد علي(2017)،علاقة المرونة النفسية بمتغير الجنس و السن-دراسة ميدانية لطلبة معهد علوم و تقنيات الأنشطة البدنية والرياضية جامعة قصدي مرباح، مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي تخصص التربية الحركية لدى الطفل و المراهق، ورقلة.

- بلقايد، سعدية.(2015).تقدير الذات لدى والدي الطفل التوحدي. دراسة عيادية ل(08) حالات بولاية البويرة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. مذكرة ماستر. جامعة محمد آكلي أولحاج. البويرة.
- بن سويسي، نسيم.(2016). تقدير الذات عند المرأة المتزوجة المصابة بالعم. مذكرة لنيل شهادة الماستر علم النفس العيادي. كلية علم النفس وعلوم التربية. قسم علم النفس. جامعة عبد الحميد مهري. قسنطينة.
- بن سيف العزري, سالم بن صالح.(2016) المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية علوم الشرعية في سلطنة عمان. رسالة ماجستير.
- بن عمر وهيب(2016)،فاعلية الذات ومرونة الأنا وعلاقتها بمصدر الضبط الصحي -دراسة مقارنة بين مرضى القلب ومرضى القصور الكلوي بمدينة ورقلة، مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة الماستر اكاديمي ،جامعة قاصدي مرياح ،ورقلة.
- بوبطة، لطفي.(2012).تقدير الذات وعلاقته بالمشكلات الانفعالية عند المراهقين. قسم علم النفس. مذكرة ماستر. جامعة باجي مختار. عنابة.
- بوتعني، فريد.(2013). الاغتراب كمتغير وسيط بين تقدير الذات والنسق التقييمي لدى طلبة المركز الجامعي بتامنغست. قسم العلوم الاجتماعية. أطروحة دكتوراه. جامعة الحاج لخضر. باتنة.
- بودقيق، زينب.(2016).تأثير العم على تقدير الذات عند المرأة. مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي. كلية علم النفس والعلوم التربوية. جامعة قسنطينة 2.
- بورنان، وردة. حملة، سامية.(2018).ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الطالب الجامعي. دراسة ميدانية على عينة من طلاب كلية سويداني بوجمعة بجامعة قلمة. مذكرة ماستر. قسم علم النفس. جامعة 08 ماي 1945. قلمة.
- بوزيد، أميرة.(2016).تقدير الذات عند المرأة مستأصلة الثدي. مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي. كلية علم النفس وعلوم التربية. جامعة قسنطينة 2.
- بوضرسة، أسماء.(2016).تقدير صورة الذات عند المرأة الحامل. دراسة ميدانية بولاية قسنطينة. مذكرة ماستر. قسم علم النفس. كلية علم النفس وعلوم التربية. جامعة قسنطينة.

- بوعزة خديجة(2018)، مظاهر المرونة النفسية لدى اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية -دراسة عيادية لحالتين بمركز الوسيط للصحة العقلية - جامعة د . الطاهر مولاي - سعيدة - مذكرة تخرج لينيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي .
- توفيق ، شهري.(2016).الصحة النفسية للطلاب الجامعي. مجلة الفكر المتوسطي. مج. 2018، ع. 13، ص ص.177-191.
- جمعي، سامية.(2017).مفهوم الذات لدى الزوجين وعلاقته بطبيعة الاتصال داخل الأسرة. دراسة ميدانية لفاعلية برنامج إرشادي. أطروحة دكتوراه. كلية العلوم الاجتماعية. جامعة وهران.
- جودي عربية (2018)، المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى النساء المتزوجات المصابات باضطرابات الغدة الدرقية دراسة ميدانية بعيادة متخصصة في الغدد والسكري بولاية المسيلة. مذكرة ماستر. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة محمد بوضياف. المسيلة.
- حامدي سيف الدين(2019)،علاقة مستوى الثقافة الرياضية بالمرونة النفسية لدى طلبة السنة أولى ماستر نشاط بدني رياضي مدرسي-دراسة ميدانية بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية - ورقة-مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي، جامعة قاصدي مرباح، ورقة .
- حلمي، المليجي.(2001).مناهج البحث في علم النفس.ط1.دار النهضة العربية. بيروت. لبنان.
- حمة، فاطمة الزهراء.(2019).تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى التلاميذ المتأتمين. دراسة ميدانية لدى تلاميذ مستوى الرابعة والخامسة ابتدائي. قسم العلوم الاجتماعية. مذكرة ماستر. شعبة علم النفس. جامعة عبد الحميد ابن باديس. مستغانم
- حيمود، أحمد.(2010).المكانة الاجتماعية لتلميذ مرحلة التعليم الثانوي وعلاقتها بمفهوم الذات والاتجاهات نحو النشاط البدني والرياضي. رسالة دكتوراه علوم في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. قسنطينة.
- دريس نعيمة(2018)، المرونة النفسية وعلاقتها بسمات الشخصية لدى طلبة جامعة سعيدة ،مذكرة تخرج لينيل شهادة الماستر ل.م.د تخصص إرشاد و توجيه، جامعة د. مولاي الطاهر ،سعيدة.

- دينا، موفق زيد.(2008). مفهوم الذات وعلاقته بالتكيف الاجتماعي. دراسة مقارنة لدى طلبة شهادة الثانوية العامة بفرعيها العلمي والأدبي. رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة دمشق.
- رابعة عبد الناصر مُجد مسحل(2018)، المناعة النفسية وعلاقتها بكل من الكفاءة المنهية و الضغوط المهنية لدى العاملين بالجهاز الإداري بالدولة بكلية الدراسات الإنسانية بقسم علم النفس بالدقهلية جامعة الأزهر.مج.22.ع.22. ص ص.1165-1238
- ربحي، مصطفى عليان. عثمان، مُجد غنيم.(2000). مناهج وأساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق. ط1. دار صفاء للنشر والتوزيع. عمان.
- رشا، عبد المطلب المعاينة.(2012). مفهوم الذات الأكاديمي ودافعية الإنجاز وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثامن في قسبة الكرك. رسالة ماجستير. قسم علم النفس. جامعة مؤتة.
- رشا، مُجد عبد الرحمن و أشرف مُجد العزب.(2021). التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات. المجلة التربوية لجامعة سوهاج.مج.1، ع74، ص ص.258-300.
- رقاب سمية (2018) صورة الجسم و علاقتها بالمرونة النفسية الأشخاص المسنين المقيمين بدور العجزة - دراسة استكشافية على الأشخاص المسنين بدار العجزة في مدينتي وهران و باتنة ،مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر اكاديمي ،جامعة قاصدي مرباح ورقلة .
- رملة، جابر عبيد و رهام، علي رضا .(2017). المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية. دراسة ميدانية بجامعة القادسية. رسالة ماجستير. قسم الإرشاد والتوجيه التربوي.
- زاوي، زاهية.(2012). تقدير الذات لدى المراهق الجانح. دراسة عيادية لخمسة حالات. مذكرة ماستر. قسم علم النفس. معهد العلوم الإنسانية والاجتماعية. المركز الجامعي العقيد آكلي محند أولحاج. البويرة.
- زغوت و ليد مُجد أية (2018)، قوة الأنا وعلاقتها بالتفكير الأخلاقي و الاتجاهات الاجتماعية و السياسية لدى طلبة و أعضاء هيئة التدريس في جامعة الأزهر بغزة-قدمة هذه الدراسة استكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير على درجة الماجستير في علم النفس من كلية التربية-جامعة الأزهر ، غزة.

- سالم، بن صالح بن سيف العزري.(2016).المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الشرعية .رسالة ماجستير. قسم التربية والدراسات الإنسانية. كلية العلوم والآداب. سلطنة عمان.
- سايح، زليخة.(2015).علاقة تقدير الذات ووجهة الضبط بالتحصيل الدراسي. دراسة ميدانية على عين من تلاميذ السنة أولى ثانوي. رسالة ماجستير. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة أبو بكر بلقايد. تلمسان.
- سرى، أسعد جميل.(2017). الإخفاق المعرفي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة الجامعة. مركز البحوث النفسية. جامعة تكريت. مج. 1، ع.26، ص . 492-473.
- سعاد، عيد بن خلفان الهاشمية.(2017).المرونة النفسية وعلاقتها بمهارات التواصل والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة نزوى. رسالة ماجستير. قسم التربية والدراسات الإنسانية. كلية العلوم والآداب. سلطنة عمان.
- سعد الحاج، بن جخدل.(2019). ثلاثة مناهج لبحث علمي رائد مفاهيم وتصاميم. ط1. دار البداية للنشر والتوزيع. عمان. الأردن.
- سعودي زهرة (2018)،مستوى المرونة النفسية لدى الراشد مبتور الأطراف -دراسة عيادية لثلاث حالات- بسكرة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي ،جامعة محمد خيضر ،بسكرة
- سليمان، بن محمد، آل جابر. (2020). التسوية وعلاقته بتقدير الذات عند طلاب الجامعة. دراسة ميدانية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. مج. 4، ع. 20، ص. 282-239.
- سوايح، هدى.(2016).تقدير الذات لدى المسن المقيم بديار الرحمة. دراسة ميدانية بديار الرحمة بولاية قسنطينة. مذكرة ماستر. قسم علم النفس. جامعة عبد الحميد مهري. قسنطينة.
- شحاتة، محمد ربيع.(2012). سيكولوجية الشخصية. ط1. دار المسيرة للنشر والتوزيع. عمان. الأردن.
- شمس، عبد الله عسكر سليمان.(2013). مفهوم الذات وعلاقته بالجدية بالعمل لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية شمال الضفة. رسالة ماجستير. عمادة الدراسات العليا جامعة القدس.

- صارة، حمزي.(2019).القيمة التنبؤية بتقدير الذات من خلال الذكاء الانفعالي ومستوى الطموح لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي. مج. 6، ع. 2، ص ص. 508-520.
- صالح، أمينة مُجَّد البكري وحسين، بوسي عبد العال عبد الرحيم. (2021). التنمر و علاقته بتقدير الذات و دافعية الإنجاز الأكاديمي لدي عينة من طلاب الجامعة.مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية. مج. 7، ع. 35، ص . 988-901.
- صبيحة، ياسر مكطوف.(2021).الاندماج الاجتماعي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة الجامعة النازحين. مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية. مج. 7، ع. 28، ص ص. 392-372.
- طاوس، و .(2018)صورة الجسم و علاقتها بالمرونة النفسية لدى المسنين. دراسة ميدانية على عينة من المسنين المقيمين بدار العجزة، بمدينة باتنة و وهران. مجلة دراسات نفسية وتربوية.مج. 11، ع. 2، ص ص. 311-298.
- طهراوي، أسماء.(2019). تقدير الذات وعلاقته بالاكنتاب لدى المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي. دراسة ميدانية في ثانويتين بالبويرة. مذكرة ماستر. قسم علم النفس وعلوم التربية. جامعة آكلي محند أولحاج. البويرة.
- عبد الله، زينب. وزاني، حنان.(2018).تقدير الذات عند الأمهات العازبات. دراسة عيادية لأربع حالات بالمركز الوطني للنساء والفتيات ضحايا العنف بمستغانم. مذكرة ماستر. جامعة عبد الحميد ابن باديس. مستغانم.
- عجيب ميس(2018)،الاستقلالية والمرونة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى المراهقين في مدارس محافظة دمشق —دراسة مقدمة لنيل درجة الدكتوراه في الصحة النفسية للأطفال والمراهقين ،جامعة دمشق.
- عواض، بن مُجَّد عويض الحربي.(2003).العلاقة بين مفهوم الذات والسلوك العدواني لدى الطلاب الصم. دراسة مقارنة بين معهد وبرنامجي الأمل بالمرحلة المتوسطة بالرياض. رسالة ماجستير. كلية الدراسات العليا. قسم العلوم الاجتماعية. جامعة الرياض.

- فتيحة، ديب.(2014). أهمية تقدير الذات في حياة الفرد. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. مج 2014، ع. 17، ص ص.17-24.
- فرحات، عبد الرحمن ورتيمي، أمينة.(2020).تقدير الذات الأكاديمي وعلاقته بسمة التفاؤل والتشاؤم عند طلبة جامعة الجلفة. مجلة مفاهيم للدراسات الفلسفية والإنسانية المعمقة. مج. 2020، ع.7، ص ص.463-454.
- قانة أنيسة(2019)، دور المرونة النفسية في مساندة المدمن المتعالج على التعافي من الإدمان على المخدرات-دراسة عيادية لحالتين بالمركز الوسيطي لعلاج الإدمان بتجديت بولاية مستغانم-مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم .
- قوت، إيمان.(2016).تقدير الذات عند المصابين بالشره المرضية. دراسة عيادية لثلاث حالات. قسم علم النفس. كلية علم النفس وعلوم التربية. مذكرة ماستر. جامعة قسنطينة2.
- لقوي، دليلة.(2016).مستوى تقدير الذات لدى المراهق مجهول النسب المكفول في أسرة بديلة. دراسة حالة لمراهقين مكفولين. مذكرة ماستر. قسم العلوم الاجتماعية. شعبة علم النفس. جامعة محمد خيضر. بسكرة.
- ليلي مدور(2020)، فاعلية برنامج إرشادي(معرفي-سلوكي) في تنمية بعض متغيرات الشخصية للتخفيف من الاحتراق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم المتوسط -دراسة شبه تجريبية-أطروحة لنيل شهادة دكتوراه في علوم التربية تخصص توجيه و إرشاد تربوي جامعة باتنة01-
- ملا أحمد صابر(2021)، دور المرونة النفسية في توسط العلاقة بين الضغوط النفسية المدركة و الصحة النفسية للمقيمين في الحجر الصحي بسبب فاجعة -19covid في أربيل ، بحث مقدم إلى رئاسة قيم الإرشاد التربوي والنفسي ، كجزء من متطلبات نيل درجة البكالوريوس ،جامعة صلاح الدين، أربيل.
- مليكة ، علي صوشة. (2018).مستوى مفهوم الذات لدى متربصي التكوين المهني. دراسة ميدانية على عينة من متربصي التكوين المهني والتمهين بأولاد دراج. مذكرة ماستر. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية محمد بوضياف. المسيلة.

- منى، بنت عبد الله بن نبهان العامرية.(2014). أبعاد مفهوم الذات لدى العاملات وغير العاملات وعلاقته بمستوى الضغوط النفسية والتوافق الأسري بمحافظة الداخلية. رسالة ماجستير. قسم التربية والدراسات الإنسانية. جامعة نزوى.
- مهند، عبد. سليم، عبد العلي.(2003). مفهوم الذات وأثر بعض المتغيرات الديمغرافية وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية الحكومية بمحافظة جنين ونابلس. رسالة ماجستير. جامعة النجاح الوطنية. نابلس. فلسطين.
- نبيل، منصوري.(2011). مفهوم الذات وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لحكام كرة القدم. دراسة ميدانية لحكام الدرجة الأولى والثانية احترافية. معهد التربية البدنية والرياضية. سيدي عبد الله. زرالدة. رسالة ماجستير. جامعة الجزائر-03-
- نجيبة، منصر.(2017). مفهوم الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي. دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة الشهيد حمه لخضر. مذكرة ماستر. قسم العلوم الاجتماعية. شعبة علوم التربية. جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي.
- هالة ،خير سناري إسماعيل.(2017). اليقظة العقلية وعلاقتها بالمرونة النفسية عند طلبة كلية التربية. مجلة الإرشاد النفسي. مج. 1، ع. 50 ، ص ص.288-335.
- هدى، بوصبيح.(2019). تقدير الذات والمرونة النفسية لدى المهاجرين غير الشرعيين الجزائريين. دراسة ميدانية بمدينة عنابة والجزائر العاصمة. مذكرة ماستر. جامعة قاصدي مرباح. ورقلة.
- هلكا عمر علاء الدين (2016) الصلابة النفسية و علاقتها بكل من تحمل الضيق و الأبعاد الأساسية للشخصية لدى عينة من المراهقين اللبنانيين ،مقدمة كجزء من متطلبات نبيل درجة الدكتوراه في علم النفس ، جامعة بيروت العربية .
- يحيى، عمر شعبان شقورة.(2012). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات. دراسة ميدانية على عينة من طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة الأزهر. غزة.
- أبو حلاوة، مُجَّد السعيد عبد الجواد. (2013). المرونة النفسية ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية. الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية العربية.

- آل الشيخ غزل بنت عبد الرحمن(2018)، الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طالبات جامعة الإمام مُجَّد بن سعود الإسلامية ، رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في تخصص علم النفس، السعودية.
- آمال، بشيري.(2018). تقدير الذات وعلاقته باتخاذ القرار لدى طلبة السنة الثانية علم النفس وعلوم التربية. دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مباح. مذكرة ماستر. جامعة قاصدي مباح. ورقة.
- أوضافية، إيمان. مرزوقي، بسمة.(2018). الذكاء الوجداني وعلاقته بتقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين. دراسة ميدانية على عينة من طلاب كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة قلمة. مذكرة ماستر. قسم علم النفس. جامعة 8 ماي 1945 قلمة.
- أيلاس، مُجَّد.(2017).مركز الضبط وعلاقته بتقدير الذات وقلق الامتحان. دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بولاية تلمسان. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. مذكرة ماستر. جامعة أبو بكر بلقايد. تلمسان.
- بكير مليكة (2019)،المرونة النفسية و علاقته بالضغوط المدرسية لدى التلاميذ المترشحين لامتحان البكالوريا،مج. 7، ع. 01. جوان 2019، ص 57
- بن الطاهر، طاهر ومزيان، مُجَّد. (2017). تقدير الذات الاجتماعية لدى فئة الشباب الجامعي. مجلة التنمية البشرية.مج.1، ع.8، ص ص.137-166.
- جرادات، عبد الكريم و مُجَّد، سليمان.(2006). العلاقة بين تقدير الذات و الاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مج. 2، ع. 3، ص 143-153.
- حليمة علي صالح الحدأ، إجاد مُجَّد قاسم عشان (2021)، الذكاء الاستراتيجي و علاقته بالمرونة النفسية لدى العاملين في المؤسسات (دراسة تحليلية) ، دراسات عربية في التربية و علم النفس (ASEP)، العدد المئة وواحد وثلاثون مارس 2021
- حمزاوي، زهية.(2017).صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات عند المراهق. دراسة ميدانية لتلاميذ الثانوية بولاية مستغانم. مذكرة ماستر. كلية العلوم الاجتماعية. جامعة وهران.

- زيوي، عبلة و أيت حبوش، سعاد. (2019). تقدير الذات لدى الطالب الجامعي. مجلة دراسات نفسية وتربوية.مج.12،ع.1، ص ص.105-112.
- عبد الرحمن مُجدد رشا، العزب اشرف مُجدد(2021)، التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات دراسة على عينة من طلبة الجامعة ،عجمان الإمارات العربية المتحدة. ع.أفريل مج.1، ص 83.
- علي صكر جابر(2014)، مرونة الأنا وعلاقتها بجيوية الضمير لدى طلبة الجامعة مجلة العلوم الإنسانية. مج. 1، ع. 1، ص 21، ص263.
- عمان: تصور مقترح لتحسين المرونة النفسية لدى أطفال مرض السكري، مجلة الواحات للبحوث و الدراسات. مج 14، ع. 3، ص776.
- فوزي شاهين إيمان (2017)، المرونة النفسية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية (دراسة تنبؤية)،مجلة الإرشاد النفسي عملية -تخصصية - مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس. ع .50، ص296
- محمود رامز يوسف(2014)،العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية و علاقتها بالمرونة النفسية لدى الطلاب المعلمين، المجلة المصرية للدراسات النفسية. جامعة عين شمس، مصر. مج.24، ع85،ص16
- مصلح، عبد الله البطوش. (2020). مستوى تقدير الذات لدى الطلبة المعاقين حركيا بجامعة حائل وعلاقته بالتحصيل الدراسي. مجلة العلوم الإنسانية. جامعة أم البواقي.مج.7،ع.3، ص ص.1144-1164.
- منال، عثمان الصمادي و لبنى، عبد الرحمن السعود.(2018).تقدير الذات وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى عينة من طالبات كلية الأميرة عالية. مجلة كلية التربية جامعة عين شمس.مج.2،ع42،، ص 247-290.

- المراجع باللغة الأجنبية:

- Arbinaga, F. (2018). Self-reported perceptions of sleep quality and resilience among dance students. *Perceptual and motor skills*, 125(2), 351-368.
- Aregu, Bekele Birhanie. (2013). "Self-efficacy, self-esteem and gender as determinants of performance in speaking tasks." *Journal of media and communication studies* 5.6 64-71.
- Arshad, M., Zaidi, S. M. I. H., & Mahmoud, K. (2015). Self-Esteem & Academic Performance among University Students. *Journal of Education and Practice*, 6(1), 156-162.
- Gürhan, N., Kaya, B., Özbaş, A. A., Kabataş, E., Sahin, C., & Doğan, H. (2017). The relationship between self-esteem and psychological symptoms for university students. *International Journal of Behavioral Sciences*, 11(1), 11-15.
- Isaacs, A. J. (2014). Gender Differences in Resilience of Academic Deans. *Journal of Research in Education*, 24(1), 112-119.
- Karatas, Z., & Cakar, F. S. (2011). Self-Esteem and Hopelessness, and Resiliency: An Exploratory Study of Adolescents in Turkey. *International Education Studies*, 4(4), 84-91.
- Kharsah, W. S., & Fatmawati, L. (2016). The correlation between levels of self-esteem, university commitment and academic performance among undergraduate students.

In *Proceedings of the National Conference for Postgraduate Research, Universiti Malaysia Pahang, Pekan*. (25). 200–205.

– Saadat, M., Ghasemzadeh, A., & Soleimani, M. (2012). Self-esteem in Iranian university students and its relationship with academic achievement. *Procedia-social and behavioral sciences*, (31), 10–14.

–Gómez Molinero, R., Zayas, A., Ruiz González, P., & Guil, R. (2018). Optimism and resilience among university students.

قائمة الملاحق

قائمة الملاحق

ملحق رقم (01): مقياس تقدير الذات

الجنس: ذكر () أنثى ()

التخصص:

المستوى الدراسي: ماجستير () ليسانس ()

التعليمة: أمامك مجموعة من العبارات ضع العلامة (x) أمام الدرجة المناسبة لشعورك بالعبارة ، لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وهذه المعلومات ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

لا	قليلًا	كثيرًا	العبارات
			1. أتضايق من كثير من الأمور والأشياء عادة.
			2. أجد من الصعب علي أن أتحدث أمام مجموعة من الناس.
			3. أود لو أستطيع أن أغير أشياء في نفسي.
			4. يصعب علي اتخاذ قرار خاص بي.
			5. يسعد الآخرون بوجودهم معي.
			6. أتضايق بسرعة في المنزل.
			7. أستغرق وقتًا طويلًا للتعود على الأشياء الجديدة.
			8. أنا محبوب من الأشخاص من نفس سني.
			9. تراعي عائلتي مشاعري عادة.
			10. أستسلم وأنهزم بسرعة.
			11. تتوقع أسرتي مني نجاحات عالية.
			12. يصعب علي جدا ان أبقى كما أنا.
			13. تختلط الأشياء كلها في حياتي.
			14. يتبع الناس أفكارني.
			15. أقل من قدر نفسي.
			16. أريد أن أترك البيت.
			17. أشعر بالضيق من عملي.

قائمة الملاحق

			18. مظهري ليس جيدا مثل معظم الناس.
			19. إذا كان لدي أي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله.
			20. تهمني أسرتي.
			21. معظم الناس محبوبون أكثر مني.
			22. أشعر عادة كم لو كنت أُدْفَعُ لفعل الأشياء.
			23. ينقصني تلقي التشجيع على ما أقوم به من أعمال.
			24. أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر.
			25. ينبغي على الناس أن لا يعتمدوا علي.

قائمة الملاحق

ملحق رقم (02): مقياس المرونة النفسية

التعليمة: أخي الطالب نطلب منك الإجابة بكل صدق على العبارات التالية . الرجاء وضع علامة × أمام العبارة التي تناسب موقفك . و نحيطك علما أن نتائج الاستبيان ستوظف في إطار البحث العلمي و فقط .

الرقم	العبارة	دائما	أحيانا	أبدا
1	أأخذ قراراتي بنفسي			
2	أقبل الانتقاد بصدر رحب			
3	أشارك الآخرين في مناسباتهم السعيدة والحزينة			
4	لدي الجرأة لمواجهة الواقع مهما كان مؤلما			
5	أتمسك برأيي بالرغم من صواب الرأي الآخر			
6	أسعى لمساعدة الآخرين في محنتهم			
7	عندما أحل مشكلة أجد المتعة في التحرك لحل مشكلة أخرى			
8	أعتبر رأيي هو رأي مبدئي إلى أن أستمع للآخرين ثم أقرر الرأي النهائي			
9	أسعى لبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين			
10	أخطط لأمر حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة			
11	أعترف بالخطأ إذا اقتنعت بوجهة النظر المخالفة			
12	أغتنم أي فرصة للتواصل مع الآخرين			
13	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات			
14	أصغي للرأي المخالف لي لأستوعب حقائقه التي قد تكون غائبة عني			
15	لدي القدرة على تكوين صداقات جديدة بسهولة			
16	مهما كانت العقبات فإنني أسعى لتحقيق أهدافي			
17	أؤمن بان الخلاف في الرأي ضرورة لإثراء الموضوع المطروح للنقاش			

			أشارك في الأنشطة المجتمعية والأعمال التطوعية	18
			لدى حب استطلاع ورغبة في معرفة مالا أعرفه	19
			عادة ما أفكر جيداً قبل أن أقدم على فعل أي شيء	20
			علاقاتي مع الآخرين مبنية على الاحترام والتقدير	21
			أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تنطوي علي مشكلات أستطيع أن أواجهها	22
			أشارك أسرتي في مواجهة وحل المشاكل التي تواجهنا في الأسرة	23
			أشارك في النقاشات حول المواضيع الأسرية مع أفراد أسرتي	24
			أرغب أن أصف نفسي بأني ذو شخصية لطيفة وقوية	25
			أرفض القيام بالأعمال التي يكلفني بها والدي إذا تعارضت مع مبادئ	26
			أقدم المساعدة لزملائي في حل المسائل الدراسية التي لا يقدرون على حلها	27
			أخجل من الإجابة على الأسئلة التي يوجهها المحاضر بالرغم من معرفتي للإجابة الصحيحة	28
			أحترم آراء والدي بالرغم من تعارضها مع رأيي الشخصي	29
			أرتبك عندما يوجه لي المحاضر سؤال أمام الآخرين	30
			أشارك في الأعمال البيتية بالرغم من انشغالي بالأعباء الدراسية	31
			أشعر بحرج من الاتصال بأساتذتي	32
			أقدم المساعدة لأخوتي في حل واجباتهم المدرسية بالرغم من انشغالي بدراسي	33
			أتردد في الاستفسار من أساتذتي عن مواضيع لا أفهمها	34
			أنفذ تعليمات والدي بدقة	35
			أشعر بالملل والضيق أثناء المحاضرات	36
			أنفذ رغبات والدي بدون تدمير	37

قائمة الملاحق

			أشعر بقلق شديد عند الدخول لقاعة الامتحانات	38
			أشارك في الأنشطة والفعاليات الطلابية داخل الجامعة	39
			أتغلب على غضبي من الآخرين بسرعة معقولة	40

ملحق رقم (03): ترخيص إجراء الدراسة الميدانية

جامعة ابن خلدون - تيارت -

قسم العلوم الاجتماعية

السنة الثانية ماستر تخصص علم النفس العيادي

الى السيد: عميد كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

الموضوع: طلب إجراء دراسة ميدانية

الطالب: بكري محمد الحسن

الطالب: بن علة خالد

تخصص: علم النفس العيادي

لنا عظيم الشرف أن نتقدم الى سيادتكم بطلبنا هذا والمتمثل في إجراء دراسة ميدانية في إطار مذكرة بعنوان تقدير الذات وعلاقته بالمرونة النفسية لدى الطالب الجامعي مكتملة لمتطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي.

وفي الأخير نرجوا أخذ هذا الطلب بعين الاعتبار وتقبلوا منا فائق عبارات الشكر والتقدير.

إمضاء العميد
الأستاذ الدكتور: تاج محمد
عميد كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
جامعة ابن خلدون - تيارت

إمضاء المعني

ملحق رقم (04): تصريح شرفي للأمانة العلمية



جامعة ابن خلدون - تيارت
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية



تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بالوقاية ومحاربة السرقة العلمية)

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة) .. ببيكي محمد الحسن

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم 149778 و الصادرة بتاريخ: 13.04.2016

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: العلوم الاجتماعية

و المكلف بإنجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر عنوانها:

تقدير الذات وعلاقتها بالمرور النفسية لدى الطلبة

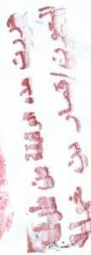
الرجاء محيين

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية للنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ

إمضاء المعني

عنا بوليس الشطي (الشمسي البكري)
وبالتفويض عنه
إمضاء: عماد لادار، الأمانة
عمادة الطب



ملحق رقم (03): تصريح شرقي للأمانة العلمية



جامعة ابن خلدون - تيارت
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية



تصريح شرقي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بالوقاية ومحاربة السرقة العلمية)

أنا الممضي أدناه،

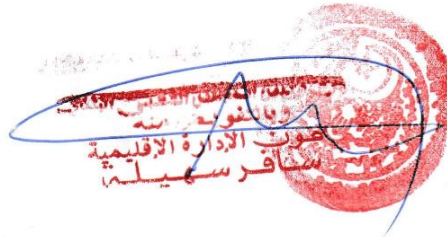
السيدة (ة) بنية خالد
الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم 07548938 والصادرة بتاريخ 03.09.2022
المسجل (ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: العلوم الاجتماعية
و المكلف بإنجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر عنوانها: التحليل الإحصائي للبيانات
بجامعة ابن خلدون - تيارت

أصرح بشرقي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية النزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ 18 MAI 2022

إمضاء المعني


B. Alla


مدير الإدارة الإقليمية
بجامعة ابن خلدون - تيارت