الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالمرونة لدى طلبة المرحلة الثانوية

أ.د/ صلاح الدين عبدالقادر * د/ ممدح حسن غانم †

مروة محمود كمال سالم ‡

مقدمة

تعتبر المرحلة الثانوية من المراحل المهمة فى حياة الطالب التي تحدد شكل حياته المستقبلية، ولكي يجتاز الطالب هذه المرحلة بنجاح فإنه يتوجب عليه بذل الجهد والمثابرة وتحمل الأعباء والمتطلبات الدراسية ومواجهة ضغوط الحياة، كما يتطلب ذلك أيضا تكيف الطالب الدراسي واقتناعه بالتخصص الذي يدرسه، وكل ذلك يتطلب قدراً من المرونة النفسية تمكنه من عبور واجتياز هذه المرحلة. (يحيى شقورة، ٢٠١٢، ٣)

والطالب هو محور العملية التعليمية والتربوية وبعض قدراته العقلية قابلة للتطوير وهذه الميزات تدفعنا لمساعدة الطالب لمواكبة متطلبات العصر وما يشهده من تقدم علمي وتكنولوجي هائل، أصبح من الضروري مساعدة الطلاب علي التعامل مع بيئتهم التعليمية الحديثة. (غالب البدارين، ٢٠١٧، ٥٧)

وتعد المرونة أحد العمليات التي تمكن الإنسان من التكيف مع مواقف الحياة المختلفة ومنها البيئة التعليمية. (APA,٢٠٠٢) فهي عملية بنائها وتعزيزها يحتاج إلى الانتظام والاتساق فى المعاملة والرعاية والدفء والعلاقات والتوقعات المرتفعة؛ فضلا عن التشجيع والتقبل غير المشروط. (Wang, m, ١٩٩٧, ٦٣)

حيث لاغني عن المرونة فى التكيف مع المستجدات والمعلومات الجديدة التي يواجهها الأفراد كافة، كما أنها ضرورية فى حل المشكلات بصورة فعالة، وفى إجادة الاتصال مع الآخرين ولعب الأدوار، والتفاوض، وحل النزاعات بصورة إبداعية . (فتحي جروان، ٢٠٠٥، ٥١)

كما يتميز الطلبة ذو الكفاءة الذاتية المرتفعة بأنهم أكثر تحديا لأنفسهم مع المهام الصعبة، لأنهم يدركون أنهم قادرون على أن يتغلبوا على العقبات، ويقيمون مطالب المهمة المطلوبة بشكل دقيق، كما أنهم يبذلون درجة عالية من الجهد من اجل الوفاء بالتزاماتهم، ويعزون فشلهم إلى نقص أو خلل داخلي بدلاً من العوامل من العوامل الخارجية، بالإضافة إلى أنهم يتعافون بسرعة من الفشل والانتكاسات ويحققون أهدافهم الشخصية فى نهاية المطاف، من ناحية اخرى أن الطلبة ذو الكفاءة الذاتية المتحققة، يعتقدون بأنهم غير قادرين على النجاح فى المهام والأنشطة الموكولة لهم، ويتميزون بالشك الذاتى، والقلق وهم لايبذلون الجهد اللازم لتنفيذها، وربما ينظرون إلى المهام الصعبة التي تتسم بالتحدي كالتهديد يجب تجنبه، والتهرب منه؛ وبالتالي أن الطلبة ذو الكفاءة الذاتية المنخفضة لديهم طموحات منخفضة، مما قد يؤدى إلى أداء اكاديمى مخيب للآمال والفشل والعجز. (Margolis, h & Mccabe, p, ٢٠٠٦, ٢١٨-٢٢٧)

* أستاذ الصحة النفسية كلية التربية النوعية – جامعة بنها

† مدرس علم النفس كلية التربية النوعية– جامعة بنها

‡ باحثة دكتوراة كلية التربية النوعية – جامعة بنها

مشكلة الدراسة

تتحدد مشكلة البحث فى السؤال الرئيسي التالي **هل توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين درجات طلاب المجموعة لمقياس المرونة ومقياس الكفاءة الذاتية؟**

أهداف الدراسة

- **الكشف عن وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين درجات طلاب المجموعة لمقياس المرونة ومقياس الكفاءة الذاتية.**
- **توفير أداة لتحديد درجة الكفاءة الذاتية لطلاب المرحلة الثانوية.**
- **توفير أداة لتحديد درجة المرونة لطلاب المرحلة الثانوية.**

أهمية الدراسة

١ – الأهمية النظرية:

- يعتبر هذا البحث من الأبحاث التي تفتقدها المؤسسات التعليمية، وذلك فى حدود اطلاع الباحثة.

٢ – أهمية تطبيقية:

- بناء على نتائج البحث المتوقعة يمكن إعداد وتطبيق برامج إرشادية تهدف إلى تنمية الكفاءة الذاتية اللازم لدراسة لأسباب مواجهة الصعوبات والعراقيل التي تعيق آليات المرونة والكفاءة الذاتية للطلاب المحتاجين لذلك.
- يمكن أن تستفيد مكاتب الخدمات التعليمية بنتائج هذا البحث فى وضع خطط عملية، تؤدى إلى خفض الضغوط التي يواجهها الطالب ورفع مستوى المرونة والكفاءة الذاتية لديه.

حدود الدراسة

- **الحدود الموضوعية:** سوف يقتصر البحث على معرفة العلاقة بين الكفاءة الذاتية والمرونة لدى طلبة المرحلة الثانوية.
- **الحدود المكانية:** سوف يتم إجراء الدراسة على عينة مكونة من (٥٠)من طلاب الصف الأول الثانوي بمدرسة إمياي الثانوية المشتركة .
- **الحدود الزمانية:** يتم تطبيق الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي٢٠١٨

مصطلحات الدراسة

- **الكفاءة الذاتية وتعرف على أنها** " معتقدات شخصية عند اداء الفرد لمهاراته الذاتية، وذلك لاجراء سلوكيات او معالجة مواقف او انجاز اهداف محددة". (فتحي الزيات،٢٠٠١،٩)
- **المرونة وتعرف على أنها** " قدرة الفرد على الحفاظ على توازنه، وعلى توافقه الجيد والمواجهة الايجابية للشدائد". (عيسي الهزيل،٢٠١٥،٦)

الإطار النظري والدراسات السابقة

المحور الأول: الكفاءة الذاتية

يعرف (Bandura, a, ١٩٩٧, ١٢٣) الكفاءة الذاتية على أنها " الأحكام التي يصدرها الأفراد على قدراتهم؛ لتنظيم وانجاز الأعمال التي تتطلب تحقيق أنواع واضحة من الأداء".

ويشير (Sharm, d & silberesion, r, ٢٠٠٧, ٤٦-٥٨) إلى أن الكفاءة الذاتية هي " ثقة الأفراد فى قدرتهم على النجاح فى مهمة معينة، فإذا امتلك الفرد القدرة على تنفيذ المهمة بنجاح، فإنه بعد ذلك سيتم البدء فى هذه المهمة، ومن جهة اخرى فإن الفرد إذا امتلك تصوراً لصعوبة هذه المهمة وعدم قدرته على أدائها بنجاح، لذا تسمى الكفاءة الذاتية أيضا بالقدرة المدركة".

ويري (ماهر عبد الباري، ٢٠١٠، ١٧٣) الكفاءة الذاتية على أنها " معتقدات أو انطباعات عما يملكه الفرد من قدرات وإمكانات فى التعامل، ووعيه بجوانب ضعفه وقوته فى القراءة، ومشاعره تجاه المواد وحكمه الذاتى على نفسه عند قراءة موضوع ما".

الخصائص المميزة للكفاءة الذاتية

يري (ماهر عبد الباري، ٢٠١٠، ١٧٤) الكفاءة الذاتية تتميز بانها قابلة للقياس ، وتأثر في أنماط تفكير الفرد ، وتساهم في تغير سلوكه.

وتذكر (نورا زهران، ٢٠١٨، ٢١٥-٢١٦) من أهم الخصائص المميزة لمفهوم الكفاءة الذاتية، وهى:التخلص من السلوكيات غير المرغوبة، تجنب الاستراتيجيات الخطأ، الخروج من الخبرات الصعبة بوضع أفضل، تحويل الفشل إلى نجاح، التغلب على العقبات بالجهد المتواصل،الدقة فى تقييم الأداء، تنظيم الذات، توقع الانجاز، الدافعية الذاتية، والتميز فى العمليات العقلية الفكرية.

أبعاد الكفاءة الذاتية

حددت (هبة إبراهيم، ٢٠١٥، ٢٤١) أبعاد الكفاءة الذاتية، على: انها التفاعل والانجاز، الميل إلى التعلم، المثابرة، وإدراك الذات.

مصادر الكفاءة الذاتية

يشير (مصطفى صفورى، ٢٠١٤، ١٩-٢٠) إلى العديد من المصادر الأساسية لكفاءة الذات وفقا للنظرية المعرفية الاجتماعية، ومن ابرز هذه المصادر مايلى:

إعادة بناء الخبرات الشخصية والانجازات الماضية، مراقبة أداء الآخرين وخبرات التعلم، الإقناع اللفظى، والحالة الفسيولوجية والعاطفة.

دراسات تناولت الكفاءة الذاتية والمرحلة الثانوية

هدفت دراسة (Bong, m, ٢٠١٣, ٤٥) تحديد علاقة الدافعية الأكاديمية لطلاب المدارس المتوسطة والثانوية بكل من الكفاءة الذاتية والقيم والانجاز، إذ تكونت عينة الدراسة من (٤٢٤) طالبا من طلاب المدارس المتوسطة والثانوية الكوريين، وتم قياس متغيرات الدراسة التي شملت (الكفاءة الذاتية، والدافعية الأكاديمية، والقيم والانجاز). وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن الكفاءة الذاتية ترتبط بدرجة متوسطة بالدافعية الأكاديمية، وأن الدافعية الأكاديمية لطلاب المدارس الثانوية أكثر تمايزاً بالمقارنة مع طلاب المدارس المتوسطة.

وهدفت دراسة (همام عليان، ٢٠١٤) إلي الكشف عن كفاءة الذات المدركة وعلاقتها بالمعتقدات المعرفية لدى طلبة المدارس الثانوية المتميزين، تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب وطالبة؛

ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث ببناء مقياس الكفاءة الذاتية، وأشارت النتائج إلى أن طلبة المرحلة الثانوية فى مدارس المتميزين لديهم مستوى عال من كفاءة الذات المدركة، وفق متغير الجنس (ذكور وإناث) لصالح الذكور، وأن كفاءة الذات المدركة للذكور ومعتقداتهم المعرفية أعلي من الإناث.

دراسة (عبد الله عبد المجيد، ٢٠١٥، ١٦٥) هدفت إلى قياس فاعلية استخدام نموذج التعلم التوليدي فى تدريس المنطق على تصحيح التصورات الخاطئة للمفاهيم المنطقية وتنمية الكفاءة الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وقد استخدم المنهج الوصفي وذلك على عينة عددها (٣٧) طالباً ومن خلال اختبار تشخيص التصورات الخاطئة للمفاهيم المنطقية وتنمية الكفاءة الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية، واختبار تصحيح التصورات الخاطئة للمفاهيم المنطقية، ومقياس الكفاءة الذاتية، ودليل المعلم . وقد أظهرت النتائج عن فاعلية استخدام نموذج التعلم التوليدي فى تدريس المنطق على تصحيح التصورات الخاطئة للمفاهيم المنطقية وتنمية الكفاءة الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

كما هدفت دراسة (نورا زهران، ٢٠١٨، ١٧٩) إلى تنمية مهارات تحليل النصوص الأدبية ونقدها والكفاءة الذاتية فى قراءتها لدى طلاب المرحلة الثانوية؛ ولتحقيق هدف الدراسة تم إعداد قائمة بمهارات تحليل النص الادبى، وإعداد اختبار مهارات تحليل النصوص الأدبية، واختبار مهارات النقد الادبى، وكذلك إعداد مقياس الكفاءة الذاتية فى قراءة النصوص الأدبية لطلاب المرحلة الثانوية. وجاءت النتائج تشير إلى ثبوت فاعلية مدخل القراءة الإستراتيجية التعاونية فى تنمية مهارات تحليل النصوص الأدبية ونقدها والكفاءة الذاتية فى قراءتها لدى طلاب المرحلة الثانوية.

المحور الثاني: المرونة

يري (Ahern, n, ٢٠٠٨, ٣٢-٣٦) أن المرونة هي " مجموعة من السمات الشخصية التي تقلل من اثر الضغوط التي يتعرض لها الفرد".

وتعرف الجمعية الامريكية لعلم النفس (APA, ٢٠٠٩, ٣٦) المرونة على أنها " عملية التوافق الجيد والمواجهه الايجابية للشدائد والصدمات، النكبات أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر مثل المشكلات الأسرية، مشكلات العلاقات مع الآخرين".

ويعرفها (Dennis, j & vander, j,٢٠١٠, ٢٤٢) بأنها " القدرة على التحول المعرفي والتكيف مع المؤثرات البيئية الصعبة المتغيرة، والقدرة على توليد وإنتاج بدائل متعددة لهذه المؤثرات".

وتعرف المرونة بأنها " القدرة على بناء المعرفة بطرق مختلفة ومتنوعة بشكل يعزز التكيف مع المتطلبات المختلفة لموقف التعلم". (Rose, a, ٢٠١١, ٣١)

ويرى (يحيى شقورة، ٢٠١٢، ١٠) أن المرونة هي " قدرة الفرد على مواجهة المواقف المختلفة بفاعلية والرد عليها بشكل عقلانى وإقامة علاقات طيبة مع الآخرين أساسها الود والاحترام المتبادل وتقبل الآخرين".

إما (محمد ابو حلاوة، ٢٠١٣، ٣) يرى أن المرونة " هي عملية التوافق الجيد والمواجهة الايجابية للشدائد، والصدمات، والنكبات، أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر ".

وترى (سالمة ديهوم، ٢٠١٦، ٨١) أن المرونة " هي قدرة الفرد على مواجهة المواقف المختلفة فى حدتها وشدتها، وذلك بالمناعة الايمانية المكتسبة لديه".

جوانب المرونة

تذكر (زينة عبد صحبة، ٢٠١٦، ٤٤) وصفاً للمرونة بالتأكيد على أنها مكوناً يتضمن ثلاث جوانب: المرونة الفطرية ،الصفات الخاصة بالمرونة، العمليات الخاصة بالمرونة.

العوامل المؤثرة فى المرونة

قد لخص (Godsshalk, v, ٢٠٠٤, ٥٠٧-٥٢٦) مجموعة من العوامل والمتغيرات التي تؤثر على مستوى المرونة فى عدة جوانب، هي:النضج والنمو،الخبرة، قدرة الفرد على التكيف مع البيئة المحيطة به، القدرة على التفاعل الاجتماعى الايجابي مع الآخرين، ومدى قدرة الفرد على تغيير اتجاهاته وافكاره حول ما يتعامل معه من مواقف ومشكلات.

طرق بناء المرونة

قدمت الجمعية الامريكية لعلم النفس (APA, ٢٠١٠, ٤٣) عشرة طرق لبناء المرونة، وهى:

رعاية المرء لعقله وجده ممارسة تدريبات منتظمة ،الحفاظ على تصور طويل الاجل وفهم الحدث الضاغط ،الحفاظ على روح التفاؤل والاستبشار وتوقع الأفضل،تنمية الثقة فى الذات،التطلع لفرص استكشاف الذات،اتخاذ افعال حاسمة فى المواقف والاندفاع الايجابي باتجاه تحقيقها،وضع أهداف واقعية والاندفاع الايجابي باتجاه تحقيقها،تقليل الظروف التي لا يمكن تغييرها،والعلاقات الاجتماعية الايجابية مع الآخرين بصفه عامة واعضاء الاسرة والاصدقاء بصفة خاصة.

خصائص الاشخاص ذوى المرونة المرتفعة

لديهم مستوى مرتفع من المثابرة والاجتهاد ،لديهم قدرة على إدارة الانفعالات والمشاعر القوية السلبية منها الايجابية،لديهم نظرة ايجابية للذات واحساس عام بالثقة ،لديهم إحساس بالاستقلالية والاعتماد على الذات ،الاندفاع فى مساعدة الآخرين، الأهداف الشخصية أو الجمعية، فعالية الذات،الحس الفكاهى،القدرة على إدراك التأثير القوى للضغوط،والقدرة على الاستفادة من النجاحات السابقة فى التعامل مع الضغوط. (Rutter,m, ٢٠٠٨, ٣-٢٢)

دراسات تناولت المرونة و المرحلة الثانوية

قام (Oner, c, ٢٠١٤, ٣٤٧-٣٦٣) بدراسة فى تركيا هدفت التعرف إلى العلاقة بين المرونة المعرفية وبين الفاعلية الذاتية الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية لدى عينة مكونة من (١٦٣) مراهقة، و (١٠٧) مراهق من عدد من المدارس الثانوية؛ ولتحقيق هدف الدراسة استخدمت الدراسة مقياس المرونة المعرفية ومقياس توقعات الفاعلية الذاتية لدى المراهقين، أظهرت النتائج أن مستوى المرونة المعرفية ترتبط بجنس المراهق، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة بين المرونة المعرفية والفاعلية الذاتية الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية لدى المراهقين، وأن معتقدات الفاعلية الذاتية الانفعالية والاجتماعية كانت عامل تنبؤ بالمرونة المعرفية لدى المراهقين.

كما قام (Onen,a & kocak, c, ٢٠١٥, ٢٣٤٦-٢٣٥٠) بدراسة هدفت إلى الكشف عن اثر المرونة المعرفية على استراتيجيات الدراسة لدى عينة مكونة من (٥٥٤) طالبا وطالبة من طلبة المدارس الثانوية فى مدينة انقره؛ ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس المرونة المعرفية

المعد من قبل (Bilgin) وكذلك مقياس استراتيجيات الدراسة من قبل (ozturk, k & cetin). وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه ايجابية بين المرونة المعرفية واستراتيجيات الدراسة لدى طلبة المدارس الثانوية.

كما هدفت دراسة (عيسى الهزيل، ٢٠١٥، ١-٩٣) إلى التعرف على العلاقة بين المرونة المعرفية وتنظيم الذات، لدى عينة من (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية فى بئر السبع؛ ولتحقيق أهداف الدراسة طور الباحث مقياس المرونة المعرفية وتنظيم الذات. أشارت النتائج إلى أن مستوى المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية فى بئر السبع جاء متوسطا، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه ايجابية بين المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية فى بئر السبع، وأن مستوى المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية فى بئر السبع للذكور أعلي من الإناث، وأن المرونة المعرفية بالنسبة للصف المدرسي لصالح الصف الثاني الثانوي.

دراسة (محمود منسى، ٢٠١٧، ١-٩٢) هدفت إلى الكشف عن الفروق فى درجات سلوك حل المشكلة تبعاً للنوع ذكور/ اناث، والكشف عن الفروق فى درجات سلوك حل المشكلة تبعاً لمستويات المرونة المعرفية لدى الطلاب عينة الدراسة، والكشف عن الفروق فى درجات سلوك حل المشكلة تبعاً للأسلوب الابداعى (التجديدى/ التكيفى) لدى الطلاب عينة الدراسة، التنبؤ بسلوك حل المشكلة من خلال المرونة المعرفية والاسلوب الابداعى (التجديدى / التكيفى) لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتمثلت ادوات الدراسة فى مقياس المرونة المعرفية (مارتن، روبين، ١٩٩٥)، ومقياس الأسلوب الابداعى (كيرتون، ١٩٧٦) وسلوك حل المشكلة إعداد (عادل السيد البنا،١٩٩٦)، وذلك على عينة من طلبة الصف الاول الثانوي. جاءت النتائج تشير إلى عدم وجود فروق بين الذكور والاناث فى اسلوب حل المشكلة، المرونة المعرفية، الأسلوب الابداعى، كما توجد فروق فى سلوك حل المشكلة بين الطلاب تبعاً لمستوى المرونة المعرفية لديهم، كما تتنبئ متغيرات المرونة المعرفية والاسلوب الابداعى بأسلوب حل المشكلة لدى طلاب المرحلة الثانوية.

إجراءات البحث

١- الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات والبحوث المتعلقة بمتغيرات البحث (الكفاءة الذاتية والمرونة).
٢- إعداد أدوات البحث والتي تتضمن مقياس الكفاءة الذاتية، ومقياس المرونة.
٣- التحقق من الكفاءة السيكومترية لأدوات البحث.
٤- التطبيق أدوات البحث.
٥- اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة للبحث.
٦- مناقشة النتائج وتفسيرها.
٧- اقتراح البحوث والتوصيات فى ضوء نتائج البحث.

أدوات الدراسة

مقياس الكفاءة الذاتية (إعداد الباحثة)

مر هذا المقياس بعدة خطوات نوضحها فيما يلى:

- الاطلاع على البحوث والدراسات السابقة (**Kale,** **na , ٢٠١٤, Yazicia, ٢٠١١,** Cynthia , ٢٠٠٩ , Brookby , ٢٠٠٤ , Castejón et al., ٢٠١٦) للاستفادة منها في عمل المقياس .
- **تحكيم المقياس:** عرض المقياس على (ن=٧) من الاختصاصين فى علم النفس والارشاد النفسي بهدف الوقوف على مدى ملاءمتها وتحديد الصياغة بما يتناسب مع العينة المدروسة.
- **الصورة النهائية للمقياس:** تكون مقياس الكفاءة الذاتية بصورته النهائية من(٦٠) مفردة بعد إجراء التعديلات في صياغة بعض العبارات وإضافة التعريف الإجرائي علي المكون الفرعي في الصورة الأولية للمقياس، مفردات المقياس موزعة على خمس مكونات فرعية هي: (المجال الاكاديمي/المعرفي) ويتكون من (١٢) مفردة،(المجال الاجتماعي) ويتكون من (١٢) مفردة، (المجال الانفعالي) ويتكون من (١٢) مفردة، (الثقة بالنفس) ويتكون من (١٢) مفردة، (تحمل المسئولية) ويتكون من (١٢) مفردة.

١- الخصائص السيكومترية لمقياس الكفاءة الذاتية

قامت الباحثة بالتحقق من توافر الشروط السيكومترية (الصدق – الثبات) للمقياس كالآتي :

أولا : ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقة: معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية ، وإعادة التطبيق كما يلي :

١. معامل ألفا كرونباخ : استخدمت الباحثة هذه الطريقة في حساب ثبات المقياس وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب الصف الأول الثانوي ، ويوضح الجدول معاملات الثبات لكل بعد من أبعاد المقياس وكذلك الدرجة الكلية باستخدام معامل الفا ، وقد كانت معاملات الفا كرونباخ للأبعاد على التوالي كما يلي : في بعد المجال الاكاديمي / المعرفي كان ٠.٧٠١ ، وفي بعد المجال الاجتماعي كان ٠.٧٤٥ ، وفي بعد المجال الانفعالي كان ٠.٧٣٩ ، في بعد الثقة بالنفس كان ٠.٧٨٢، اما في بعد تحمل المسئولية كان ٠.٧٦٤ ، بينما قيمة معامل الفا كرونباخ للمقياس ككل كانت ٠.٧٥٣ .

جدول (١) قيم معامل الثبات لكل بعد من أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية وللمقياس ككل

الأبعاد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
المجال الاكاديمي / المعرفي	١٢	٠.٧٠١
المجال الاجتماعي	١٢	٠.٧٤٥
المجال الانفعالي	١٢	٠.٧٣٩
الثقة بالنفس	١٢	٠.٧٨٢
تحمل المسئولية	١٢	٠.٧٦٤
المقياس ككل	٦٠	٠.٧٥٣

وتدل هذه القيم على أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات لقياس الكفاءة الذاتية لدى الصف الأول الثانوي ، ومن ثم ثبات المقياس ككل ، وهذا يعني أن القيم مناسبة يمكن الوثوق بها وتدل على صلاحية المقياس للتطبيق .

ثانيا : صدق المقياس

اعتمدت الباحثة في هذا البحث على صدق المحكمين للتأكيد على صدق المحتوى ، وكذلك الاتساق الداخلي ، الصدق الذاتي ، وفيما يلي توضيح لذلك :

أ. صدق المحكمين **:** قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية على عدد (٧) من المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية ؛ وذلك لإبداء الرأي حول مدى ملائمة الأبعاد الظاهرة موضع القياس والعبارات وما قد يوجد بها من تداخل أو تكرار. وبناءا على أراءهم قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي اتفق عليها المحكمين في صياغة بعض العبارات بنسبة ٨٠% فأكثر ، وفيما يلي جدول (٢) يوضح نسب اتفاق المحكمين على المقياس وعباراته :

جدول (٢) نسب الاتفاق بين المحكمين على مقياس الكفاءة الذاتية

م	أبعاد المقياس	الاتفاق بين المحكمين		نسبة الاتفاق
		موافق	غير موافق	
١	المجال الأكاديمي / المعرفي	٧	٠	%١٠٠
٢	المجال الاجتماعي	٧	٠	%١٠٠
٣	المجال الانفعالي	٧	٠	%١٠٠
٤	الثقة بالنفس	٧	٠	%١٠٠
٥	تحمل المسئولية	٧	٠	%١٠٠
المجموع		٣٥	٠	%١٠٠

وبعد إجراء التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمون والتي تضمنت تعديل في صياغة بعض عبارات المقياس المكون من (٦٠) عبارة في الصورة الأولية ، وهو أيضا في صورته النهائية بعد إجراء تعديلات السادة المحكمين مكون من (٦٠) عبارة ، ويتم استجابة المفحوصين على عبارات المقياس من خلال خمسة استجابات (موافق بشدة – موافق – موافق الى حد ما – غير موافق – غير موافق بشدة) ويتم إعطائها درجات تنازلية كما يلي (٥-٤-٣-٢-١) .

مقياس المرونة (إعداد الباحثة)

مر هذا المقياس بعدة خطوات نوضحها فيما يلى:

- الاطلاع على البحوث والدراسات السابقة (Bergold et al., ٢٠١٥, Guignard et al., ٢٠١٢ , Baker, Brandon, Bénony et al., ٢٠٠٧, ٢٠٠٧) والاستفادة منها في إعداد المقياس.
- **تحكيم المقياس:** عرض المقياس على (ن =٧) من الاختصاصين فى علم النفس والارشاد النفسي بهدف الوقوف على مدى ملاءمتها وصقل الصياغة بما يتناسب مع العينة المدروسة.
- **الصورة النهائية للمقياس:** تكون مقياس المرونة بصورته النهائية من(٣٠) مفردة ، بعد إجراء التعديلات في صياغة بعض العبارات وإضافة التعريف الإجرائي علي المكون الفرعي في الصورة

الأولية للمقياس، مفردات المقياس موزعة على ثلاثة مكونات فرعية هي: (التواصل الاجتماعي) ويتكون من (١٠) مفردات،(اتخاذ القرار) ويتكون من (١٠) مفردات، (القدرة على التحمل) ويتكون من (١٠) مفردات.

١- الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة

قامت الباحثة بالتحقق من توافر الشروط السيكومترية (الصدق – الثبات) للمقياس كالآتي :

أولا : ثبات المقياس

يعد الثبات من الشروط السيكومترية الهامة التي تعبر عن دقة الاختبار في قياس ما يدعى قياسه ، وقد تم حساب ثبات المقياس بطريقة: معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية ، وإعادة التطبيق كما يلي :

أ. معامل ألفا كرونباخ : استخدمت الباحثة هذه الطريقة في حساب ثبات المقياس وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب الصف الأول الثانوي ، ويوضح الجدول معاملات الثبات لكل بعد من أبعاد المقياس وكذلك الدرجة الكلية باستخدام معامل الفا ، وقد كانت معاملات الفا كرونباخ للأبعاد على التوالي كما يلي : في بعد التواصل الاجتماعي كان ٠.٨٤٠ ، وفي بعد اتخاذ القرار كان ٠.٧٥٣ ، اما في بعد القدرة على التحمل كان ٠.٧٢٨ ، بينما قيمة معامل الفا كرونباخ للمقياس ككل كانت ٠.٧٨٠ .

جدول (٣) قيم معامل الثبات لكل بعد من أبعاد مقياس المرونة وللمقياس ككل

الأبعاد	عدد العبارات	معامل الفا كرونباخ
التواصل الاجتماعي	١٠	٠.٨٤٠
اتخاذ القرار	١٠	٠.٧٥٣
القدرة على التحمل	١٠	٠.٧٢٨
المقياس ككل	٣٠	٠.٧٨٠

وتدل هذه القيم على أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات لقياس المرونة لدى طلاب الصف الأول الثانوي ، ومن ثم ثبات المقياس ككل ، وهذا يعني أن القيم مناسبة يمكن الوثوق بها وتدل على صلاحية المقياس للتطبيق .

ثانيا : صدق المقياس

يعرف صدق الاختبار بأن الاختبار يقيس ما وضع لقياسه ، وقد اعتمدت الباحثة في هذا البحث على صدق المحكمين للتأكيد على صدق المحتوى ، وكذلك الاتساق الداخلي ، والصدق الذاتي ، وفيما يلي توضيح لذلك :

ب. صدق المحكمين **:** قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية على عدد (٧) من المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية ؛ وذلك لإبداء الرأي حول مدى ملائمة الأبعاد للظاهرة موضع القياس ، والعبارات وما قد يوجد بها من تداخل أو تكرار ، وبناءا على أراءهم قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي اتفق عليها المحكمين بنسبة ٨٠% فأكثر ، وفيما يلي جدول (٤) يوضح نسب اتفاق المحكمين على المقياس وعباراته :

جدول (٤) نسب الاتفاق بين المحكمين على مقياس المرونة

م	أبعاد المقياس	الاتفاق بين المحكمين		نسبة الاتفاق
		موافق	غير موافق	
١	التواصل الاجتماعي	٧	٠	%١٠٠
٢	اتخاذ القرار	٧	٠	%١٠٠
٣	القدرة على التحمل	٧	٠	%١٠٠
المجموع		٢١	٠	%١٠٠

وبعد إجراء التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمون والتي تضمنت تعديل في صياغة بعض عبارات المقياس المكون من (٣٠) عبارة في صورته الأولية ، وإضافة التعريف الإجرائي للمكون الفرعي ، فقد أصبح المقياس في صورته النهائية بعد إجراء تعديلات السادة المحكمين مكون من (٣٠) عبارة . يتم استجابة المفحوصين على عبارات المقياس من خلال خمسة استجابات (موافق بشدة – موافق – موافق إلى حد ما – غير موافق – غير موافق بشدة) ، يتم إعطائها درجات (٥-٤-٣-٢-١) علي التوالي.

اختبار صحة الدراسة :

تنص مشكلة البحث على أنه " هل توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين درجات الطلاب علي مقياس المرونة ومقياس الكفاءة الذاتية " .

للإجابة علي هذا السؤال قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون person لتحديد العلاقة الارتباطية بين درجات الطلاب في مقياس المرونة ودرجاتهم في مقياس الكفاءة الذاتية كما هو مبين بالجدول التالي :

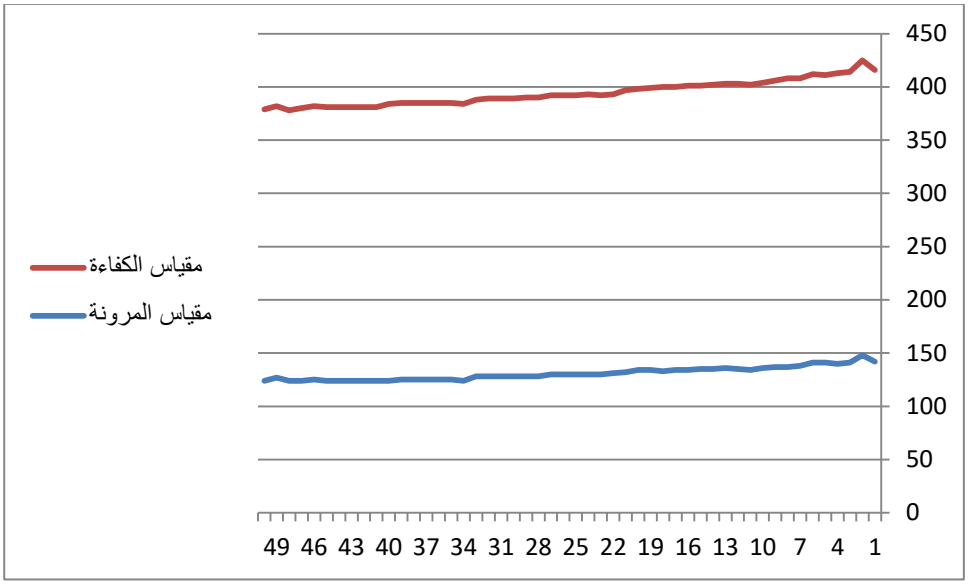
جدول (٥)

معامل الارتباط بين درجات الطالبات على مقياس المرونة ومقياس الكفاءة الذاتية

العدد	أطراف العلاقة	قيمة معامل الارتباط (ر)	مستوى الدلالة	نوع الارتباط
٥٠	المرونة × الكفاءة الذاتية	٠.٩٦٠	٠.٠١	طردي موجب

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية (طردية موجبة) بين درجات الطلاب في مقياس المرونة ودرجاتهم في مقياس الكفاءة الذاتية ؛ حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (٠.٩٦٠) وهي دالة عند مستوى ٠.٠١ .
- **ويوضح ذلك الشكل البياني التالي :**



شكل (١) رسم بياني يوضح العلاقة الارتباطية بين درجات طلاب في المرونة ودرجاتهم في الكفاءة الذاتية

- ويمكن تفسير نتائج الدراسة فى ضوء الاطر النظرية ونتائج الدراسات السابقة، وذلك على النحو التالي:

تلعب الكفاءة الذاتية دوراً كبيراً فى تطوير المرونة النفسية، فالكفاءة لها دور رئيس فى القدرة على مواجهة المواقف الصعبة والكفاءة تحدد مونة الفرد فى الشدائد وعند التعرض للضغوط والاكتئاب. **(Bandura, a, ٢٠٠٣)**

وبالتالي تعلب الكفاءة الذاتية دوراً مفتاحياً فى القدرة على المواجهة والمثابرة عند مواجهة الشدائد، والذي يؤدى بدوره إلى مرونة فى التفاعل مع المواقف. **(Hamills, s, ٢٠٠٣)**

وتشير دراسة **(chemers, h, ٢٠٠١)** إلى أن الكفاءة الذاتية ترتبط بزيادة المرونة، فالكفاءة الذاتية تستخدم كعملية فى تعزيز وتطوير المرونة، ويمكن تحسين الكفاءة الذاتية لدى الاطفال والمراهقين، باستخدام التدخلات المناسبة والتي تعتمد على زيادة المعرفة وممارسة المهارة.

وفى السياق ذاته جاءت نتائج دراسة **(fields,m, ٢٠١٣)** التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين المرونة والكفاءة الذاتية والاوضاع الاقتصادية الاجتماعية، وتم التوصل إلى أن المرونة النفسية والاوضاع الاقتصادية منبئات بالكفاءة الذاتية.

واستكمالاً فى البحث عن العلاقة بين الكفاءة الذاتية والمرونة اجرى **(speight,n, ٢٠٠٩)** دراسة هدفت إلى دراسة العلاقة بين المرونة النفسية وكل من الكفاءة الذاتية والانجاز الاكاديمى، وتم التوصل إلى وجود علاقة دالة موجبة بين المرونة النفسية وكل من الكفاءة الذاتية والانجاز الاكاديمى.

المراجع

- زينة عبد صحبة (٢٠١٦): المرونة النفسية وعلاقتها بالتوجه نحو الحياه لدى طلبة كلية الاداب. بحث تخرج، كلية الاداب، جامعة القادسية.
- سالمة ديهوم (٢٠١٦): المرونة النفسية وعلاقتها بالتكيف الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالفرع الغربى بمدينة زليتين. مجلة العلوم الإنسانية والتطبيقية كلية العلوم الإنسانية والتطبيقية، الجامعة الاسمرية زليتين، ع٢٩، ليبيا.
- عبد الله شراب (٢٠١٥): المرونة النفسية ودافع الانجاز الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية بعد العدوان الاسرائيلى على غزة. مج٢، الجامعة الاسلامية بغزة ومؤسسة ميرسى، ماليزيا.
- عبد الله عبد المجيد (٢٠١٥): فاعلية استخدام نموذج التعلم التوليدي فى تدريس المنطق على تصحيح التصورات الخاطئة للمفاهيم المنطقية وتنمية الكفاءة الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية. ع٧٣، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، مصر.
- عيسى الهزيل (٢٠١٥) : المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية فى بئر السبع وعلاقتها بالتنظيم الذاتى. رسالة ماجستير، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، الاردن.
- غالب البدارين (٢٠١٧): الأساليب المعرفية والكفاءة الذاتية الأكاديمية كمنبئات بالعبء المعرفي لدى طالبات المرحلة الثانوية فى قصبة المفرق. مجلة دراسات، مج٤٤، العلوم التربوية، الاردن.
- فتحي الزيات (٢٠٠١): مداخل ونماذج ونظريات. سلسلة علم النفس المعرفي (٢)، (القاهرة: دار النشر للجامعات).
- فتحي جروان (٢٠٠٥): تعليم التفكير: مفاهيم وتطبيقات. (ط٢)، (عمان: دار الفكر).
- ماهر عبد الباري (٢٠١٠): سيكولوجية القراءة وتطبيقاتها التربوية. (عمان: دار المسيرة).
- محمد ابو حلاوة (٢٠١٣): المرونة النفسية ماهيتها ومحدداتها وتنميتها الوقائية. الكتاب الإلكتروني شبكة العلوم النفسية العربية، العدد (٢٩).
- محمود منسى (٢٠١٧): التنبؤ بسلوك حل المشكلة فى ضوء المرونة والاسلوب الإبداعي (التجديدي/ التكيفي) لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمنهور، مصر.
- مصطفى صفوري (٢٠١٤): الكفاءة الذاتية وعلاقتها باتخاذ القرار المهني لدى طلبة المرحلة الثانوية فى منطقة الجليل الاعلى. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة اليرموك، الاردن.
- نورا زهران (٢٠١٨): تدريس النصوص الأدبية فى ضوء مدخل القراءة الإستراتيجية التعاونية لتنمية مهارات تحليلها ونقدها والكفاءة الذاتية فى قراءتها لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة القراءة والمعرفة، ع١٩٦، مصر.
- هبة إبراهيم (٢٠١٥): برنامج قائم على التعلم المستند إلى الدماغ لتنمية مهارات النحو والكفاءة الذاتية وقياس اثره على الأداء الكتابى. رسالة دكتوراه، كلية البنات، جامعة عين شمس.
- همام عليان (٢٠١٤): كفاءة الذات المدركة وعلاقتها بالمعتقدات المعرفية لدى طلبة المدارس الثانوية للمتميزين. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية، كلية التربية، بغداد.
- يحيى شقورة (٢٠١٢): المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الازهر، فلسطين.
- Ahern , n (٢٠٠٨): Resilience and coping strategies in adolescents. Pae-diatric nursing, ٢٠ (١٠).

-American psychological association (APA) (٢٠٠٩): The road to resilience. ٧٥٠, first street, NE, Washington, DC.
-American psychological association (APA) (٢٠١٠): Resilience and strength in black children and adolescents, avirision for optmal development.
-Bandura , a (١٩٩٧): Self efficacy: the exercise of control. New York, W.H. freeman.
-Bandura , a (٢٠٠٣): Role of affective self regulatory efficacy in diverse spheres of psychological functioning child development, ٧٤.
- Brookby S. (٢٠٠٤): Academic self – efficacy and social self concept of mathematically Gifted high school student: in summer residential program. . (ed), psychology department, capella University.
- Bergold S, Wirthwein L, Rost DH, Steinmayr R.(٢٠١٥): Are gifted adolescents more satisfied with their lives than their non-gifted peers? Frontiers in Psychology; ٦:١٦٢٣.
- Bénony H, Van Der Elst D, Chahraoui K, Bénony C, Marnier JP.(٢٠٠٧): Link between depression and academic self-esteem in gifted children. Encephale; ٣٣(١):١١-٢٠.
-Bong , m (٢٠١٣): Between and within domain relations of academic motivation among middle and high school students: self efficacy, task value, and achievement goals. South Carolina, dept of educational psychology, Columbia, sc, us.
- Castejón JL, Gilar R, Veas A, Miñano P.(٢٠١٦): Differences in Learning Strategies, Goal Orientations, and Self-Concept between Overachieving, Normal-Achieving, and Underachieving Secondary Students. Frontiers in Psychology; ٧:١٤٣٨.
-Chemers, h (٢٠٠١): Academic self efficacy and first year college students performance and adjustment. Journal of educational psychology, ٩٣.
- Cynthia A,edins.(٢٠٠٩): Self – efficacy and self – Esteem in Gifted and non Gifted in the elementary schools system .(ed), psychology department, Missouri-Kansas City University.
-Dennis , j & vander, j (٢٠١٠): The cognitive flexibility inventory: instrument development and estimates of reliability and validity. Cognther res, ٣٤.
-Fields , m (٢٠١٣): Resilience, socioeconomic status, and career decision self efficacy in rural Appalachian adolescents, PhD, waiden university.

- Godsshalk, v (٢٠٠٤): The role of learning tasks on attitude change using cognitive flexibility hypertext system. The journal of the learning sciences, ١٣.
- Guignard JH, Jacquet AY, Lubart TI. (٢٠١٢): Perfectionism and Anxiety: A Paradox in Intellectual Giftedness? Rustichini A, ed. PLoS ONE ; ٧(٧):e٤١٠٤٣.
-Hamills , s (٢٠٠٣): Resilience and self efficacy: the importance of efficacy beliefs and coping mechanisms in resilienent adolescents. Colgate university journal of the sciences, ٣٥.
- Kalena, L. PETERSON, M.A. (٢٠١٤): Gifted African American: the Relationship Between self efficacy, familial support Educational attainment. Income, and life satisfaction a dissertation submitted to the faculty of the adler school of professional psychology.,(ed), professional psychology, the faculty of the adler school.
-Margolis, h & Mccabe, p (٢٠٠٦): Improving self efficacy and motivation: what to do, what to say. Intervation in school and clinic, ٤١ (٤).
-Onen , a & kocak, c (٢٠١٥): The effect of cognitive flexibility on higher school students study strategies. Social and behavioral sciences, ١٩١.
-Oner , c (٢٠١٤): The relation between cognitive flexibility and academic. Social and emotional self efficacy beliefs among adolscents. Education & science, ٣٩ (١٧٦).
-Reivich , k (٢٠١٠):Building resilience in youth.The pen resiliency program, national association of school psychologists, ٣٨(٦).
-Rose , a (٢٠١١): Restorative environments influence on cognitive flexibility in developing adults. Thesis master of science, the university of Utah.
-Rutter , m (٢٠٠٨): Developing concepts in developmental psychopathology in J.J. hudziak (ed). Developmental psychopathology in fluencies. American psychiatric publishing.
-Sharm , d (٢٠٠٧): Revisiting an earn Germany from the perspective of adolescents in mother headed single parent families. International journal of psychology, ٤٢ (١).
-Speight, n (٢٠٠٩) : The relationship between self efficacy, resilience and academic achievement among African American urban adolescent students, Ph.D. howard university.
-Wang , m (١٩٩٧): Fostering educational resilience in inner-city schools. Office of educational research and improvement (ed), Washington.