

تاريخ القبول: 2025/10/17

تاريخ الإرسال: 2025/09/25

تاريخ النشر: 2025/11/30

أثر المرونة النفسية على الثقة بالنفس لدى مدرسي المرحلة المتوسطة
بتامنغست- الجزائر

The effect of psychological resilience on self- confidence among middle school teachers in Tamanrasset, Algeria.

بوشامي عبد المولى¹جامعة تامنغست (الجزائر)، bouchami.abdelmoula@univ-tam.dz¹

المخلص:

تهدف الدراسة الحالية إلى تحديد كل من أثر المرونة النفسية على الثقة بالنفس لدى مدرسي المرحلة المتوسطة بتامنغست - الجزائر - حيث تكونت عينة الدراسة من 83 مدرس، وتم استعمال مقياسي المرونة النفسية لأسامة سيد محمد زكي (2022) والثقة بالنفس لفريخ عويد العنزي (1999).

وتم التوصل إلى: أن المدرسين يتميزون بمرونة نفسية غير مرتفعة، أما ثقتهم بأنفسهم كانت مرتفعة، وتم إستخلاص أن المرونة النفسية مرتبطة إرتباطاً دال إحصائياً وموجباً بالثقة بالنفس، كما أنها تؤثر على الثقة بالنفس بدرجة كبيرة حيث أنها إستطاعت أن تفسر ما نسبته 32.2% من التغيرات الحادثة في الثقة بالنفس.

الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، الثقة بالنفس، المدرسين، المرحلة المتوسطة

Abstract:

The current study aims to determine the effect of psychological resilience on self-confidence among middle school teachers in Tamanrasset - Algeria. The study sample consisted of 83 teachers, and the psychological resilience scale of Osama Sayed Mohamed Zaki (2022) and the self-confidence scale of Fareeh Owaid Al-Anzi (1999) were used. The results showed that the teachers have a non-high level of psychological resilience, while their self-confidence was high. It was concluded that psychological resilience is statistically significantly and positively correlated with self-confidence, and that it affects self-confidence to a large extent, as it was able to explain 32.2% of the changes in self-confidence.

Keywords: Psychological resilience, self-confidence, teachers, middle school

BOUCHAMI.ABDELMOULA@UNIV- المؤلف المرسل: بوشامي عبد المولى،

TAM.DZ

1. مقدمة:

نظرًا لانتشار ظاهرة العنف المدرسي في السنوات الأخيرة وبالأخص في نهاية السنة الدراسية حيث شاهدنا ظواهر كقطع الكراسيات والمآزر وحرقتها أمام المؤسسات التربوية، والاعتداء على المدرسين (الأساتذة) وممتلكاتهم، وهذا السلوك مبدئيًا يفترض كونه ردة فعل التلاميذ تجاه المدرسة عمومًا، سواء كان بسبب كثافة البرامج وعدد ساعات الدراسة، أو المعاملة التي يتلقونها من الطاقم التربوي أو الإداري... وعلى هذا الأساس أردنا تناول هذه الإشكالية من بعض جوانب سمات شخصية المدرس من خلال اختبار مستوى درجة مرونته النفسية ودرجة ثقته بنفسه، وفق التساؤلات التالية:

- ما مستوى كل من المرونة النفسية والثقة بالنفس التي يتمتع بها مدرسي التعليم المتوسط بـتامنغست لمواجهة هذه الضغوطات المختلفة؟
- هل يوجد تأثير للمرونة النفسية على الثقة بالنفس لدى مدرسي التعليم المتوسط بـتامنغست؟

فرضيات الدراسة:

- مستوى كل من درجة المرونة النفسية والثقة بالنفس لدى مدرسي التعليم المتوسط بـتامنغست لا يختلف عن المتوسط.
- لا يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية للمرونة النفسية على الثقة بالنفس لدى مدرسي التعليم المتوسط بـتامنغست.

2. أهداف البحث:

- معرفة إمكانية تنبؤ المرونة النفسية بالثقة بالنفس لدى مدرسي التعليم المتوسط بـتامنغست
- التعرف على كل من مستوى المرونة النفسية والثقة بالنفس لدى مدرسي التعليم المتوسط بـتامنغست.

3. أهمية البحث: تتمثل أهمية البحث في جانبين نظري وعملي كمايلي:

- 1- تتناول هذه الدراسة فئة مهمة في المجتمع وهي فئة مدرسي التعليم المتوسط التي تمتلك دورًا أساسيًا في تربية وبناء شخصية أبنائنا التلاميذ.
- 2- أهمية المفهومين : المرونة النفسية و الثقة بالنفس كمفهومين حديثين من مفاهيم علم النفس الإيجابي ودورهما في تحسين الصحة النفسية خصوصًا في العمل التربوي.
- 3- تعتبر هذه الدراسة من الدراسات القليلة التي جمعت بين هذين المفهومين - في حدود علم الباحث-ومن أوائلها في تطبيقها على فئة مدرسي التعليم

المتوسط على الأقل في البيئة المحلية والعربية مما يساعد الباحثين على فتح آفاق جديدة لتناول مفاهيم أخرى تساهم في تحسين الصحة النفسية في العمل التربوي.

4- تفيد هذه الدراسة المسؤولين والمدراء وحتى المدرسين أنفسهم فيما يخص مستوى كل من المرونة النفسية والثقة بالنفس لدى الأساتذة للإستعداد لمواجهة الضغوط النفسية والمهنية .

4. المصطلحات الإجرائية للدراسة:

4. 1 المرونة النفسية: تعرف إجرائيًا بأنها الدرجة التي يحصل عليها الفرد على إستبيان المرونة النفسية لأسامة سيد محمد زكي (2022) .

4. 2 الثقة بالنفس: تُعرف إجرائيًا بأنها الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس الثقة بالنفس لفريخ عويد العنزي (1999).

5. الدراسات السابقة:

وفيما يتعلق بالدراسات السابقة التي تناولت المرونة النفسية بمتغيرات أخرى (خلاف متغير الثقة بالنفس) نتناول منها مايلي:

قام (صالح ، 2018)¹ بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات الإجتماعية لدى المعلمين، حيث بلغت عينة الدراسة 98 معلمًا من معلمي التربية الإجتماعية والوطنية في محافظة المفرق بالأردن، ولجمع البيانات قام الباحث بتصميم مقياس المرونة والذي يتضمن أربعة مجالات وهي: (التفكير الإيجابي، الصلابة النفسية، تعدد مصادر، الغرض أو الهدف) ، ومقياس حل المشكلات، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى درجة المرونة النفسية لدى المعلمين مرتفع.

وأجرى كل من (الزغبى و عطاالله، 2021)² دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى العوامل الضاغطة وعلاقتها بمستوى المرونة النفسية لدى المعلمين والمعلمات في إحدى مدارس جبل لبنان، وكذلك الكشف عن الفروق بين عينتها من (35) معلمًا ومعلمة أجابوا على مقياسين: مقياس خاص بالعوامل الضاغطة، ومقياس خاص بالمرونة النفسية بمكوناتها الثلاثة : الكفاءة الذاتية، النمو والتفاؤل، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى المرونة النفسية لدى المعلمين والمعلمات كان مرتفعًا.

وقام كل من شو و ليو (Chu & Liu, 2022)³ بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى المعلمين في الصين، والكشف عن الفروق في مستوى المرونة النفسية وفقًا لمتغيري النوع وسنوات الخبرة في التدريس، بلغت العينة حوالي 330 معلمًا ومعلمة، يدرسون في المدارس الثانوية الصينية، وتم تطبيق مقياس كونور-ديفيدسون للمرونة (CD-RISC) ، وكشفت نتائجها إلى أن مستوى المرونة النفسية لدى المعلمين كان متوسط إلى مرتفع.

أما ما يخص علاقة الثقة بالنفس بمتغيرات نفسية أخرى (خلاف متغير المرونة النفسية) فقد تم بحث علاقة الثقة بالنفس مع الكثير من المتغيرات حيث قام الركابي(2000)⁴ بدراسة هدفت للتعرف على مستوى الثقة بالنفس وعلاقتها بالطموح، وتكونت عينة الدراسة من 277 من طلاب كلية التربية بالجامعة المستنصرية، وتم إعداد أداة لقياس الثقة بالنفس وأظهرت النتائج أن متوسط الثقة بالنفس لدى عينة البحث أعلى من المتوسط الفرضي (أي مستوى الثقة بالنفس مرتفع. وفيما يتعلق بالدراسات التي تناولت المتغيرين معًا الثقة بالنفس والمرونة النفسية حصل الباحث على دراسة واحدة - في حدود علم الباحث - وهي دراسة العنكوشي و البديري(2017)⁵ هدفت إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية والثقة بالنفس لدى المرشدين التربويين وكذا التعرف على مدى علاقة ومساهمة المرونة النفسية

بمتغير الثقة بالنفس لدى هذه الفئة، يستعمل الباحثان المنهج الوصفي، وإعتمادا على مقياس الثقة بالنفس لسيدني شروجر (1980) Sidney shraujer والذي إستخدمته (نجمة بلال ، 2014) ، وكذلك مقياس المرونة النفسية لشقورة (2012) وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن المرشدين التربويين في محافظة الديوانية لا يتمتعون بمستوى عال من المرونة النفسية، بينما يتمتعون بمستوى عال من الثقة بالنفس، وكذلك توجد علاقة قوية جدًا بين المرونة النفسية والثقة بالنفس لدى هؤلاء، حيث فسرت المرونة النفسية ما نسبته 53% من التباينات الحادثة في الثقة بالنفس.

تعميماً على هذه الدراسات يلاحظ أنها اختلفت في مواضيعها وفرضياتها وأهدافها وأدوات دراسات، وتشابهت في المنهج المستعمل وهو المنهج الوصفي، وكذا عينات الدراسة كانت من المعلمين خصوصاً ما تعلق بدراسات المرونة النفسية مع متغيرات أخرى، والطلبة الجامعيين خصوصاً ما تعلق بدراسات الثقة بالنفس بمتغيرات أخرى إلا دراسة واحدة - عثر عليها باحث الدراسة الحالية- في حدود علمه - جمعت متغيري الدراسة الحالية معاً، واختلفت مع الدراسات السابقة في ذلك، وتشابهت مع دراستنا الحالية في ذلك واختلفت معها في عينة الدراسة وأدوات البحث ، حيث إستعملت دراسة العنكوشي والبديري (2017) عينة من المرشدين التربويين بمحافظة الديوانية، بينما الدراسة الحالية إستعملت عينة من مدرسي (أساتذة) التعليم المتوسط بـتامنغست (الجزائر) ، وفي أدوات البحث إستعملت دراسة العنكوشي والبديري (2017) مقياس الثقة بالنفس لسيدني شروجر (1980) و مقياس المرونة النفسية لشقورة (2012) أما في البحث الحالي تم إستعمال مقياس الثقة بالنفس للعززي (1999) والذي قننه على المجتمع الجزائري بشير معمري (2020) وإستبيان المرونة النفسية لأسامة سيد محمد زكي (2022) .

6. الدراسة النظرية:

1.6 المرونة النفسية: وهي من المصطلحات الحديثة في علم النفس الإيجابي ، وهي قدرة الأفراد على الاحتفاظ بالهدوء ، والثبات الذاتي في مواجهة الأحداث الضاغطة، وتكيف أنفسهم بفعالية مع المواقف الصعبة ومواجهتها⁶ .

ويرى أبو حلاوة (2013)⁷ أن المرونة في علم النفس " هي فكرة ميل الفرد إلى الثبات والحفاظ على هدوئه و إتزانه الذاتي عند التعرض لضغوط أو مواقف عصبية، فضلاً عن قدرته على التوافق الفعال والمواجهة الإيجابية لهذه الضغوط وتلك المواقف الصادمة" .

2.6 الثقة بالنفس: يعتبر مفهوم الثقة بالنفس من المفاهيم الشائعة الإستعمال في الحياة اليومية، وفي العلوم الإنسانية عامة، وعلم النفس خاصة. ويعتقد أنها جزء من مفهوم تقدير الذات، وأحياناً أخرى متغيراً مستقلاً عنه . وتظهر الثقة بالنفس في شعور الشخص بكفاءته الجسمية والنفسية و الإجتماعية، وبقدرته على تحقيق ما يريد، وإدراكه لتقبل الآخرين له وثقتهم به. ويتصف الشخص الواثق من نفسه بالإتزان الإنفعالي والنضج الإجتماعي، وقبول الواقع، ويجد في نفسه القدرة على مواجهة الأزمات بتعقل وتفكير⁸.

وقد إنفق الباحثون على أن الثقة بالنفس سمة في الشخصية، إستنتاجاً من التحليلات العاملية التي أجراها كل من فلانجان Flangan وموسير Mosie (1937) كاتل Cattell وجروين Gruen (1954)، كاتل Cattell (1957) ، جيلفورد Guilford وزمرمان Zimmerman (1956)، لورر Lorr وجنكنز Jenkins (1953)، أيزنك Eysenck (1953)⁹.

أوضح أيزنك Eysenck (1970) أن " الثقة بالنفس دليل على مستوى الصحة النفسية، وأن فقدان الثقة بالنفس هو أحد المظاهر الأساسية للعصابية"¹⁰

وأوضح باحثون آخرون، أن الثقة بالنفس، تنمو نتيجة للتفاعل بين الطفل وأسرته. وتعزز الأسرة هذا المفهوم من خلال أساليب تربوية متعددة أساسها التعزيز بأساليبه المختلفة كالثناء والإطراء والمكافأة في المواقف التي يبدي فيها الطفل إستجابات ناجحة ومقبولة فديًا و إجتماعيًا.¹¹

7. الدراسة الميدانية:

1.7 منهجية الدراسة: إن الظاهرة النفسية المدروسة، ظاهرة آنية - في الوقت الحاضر- ، كما يمكن التنبؤ بمستقبل متغيراتها، فالمنهج المناسب لدراستها هو المنهج الوصفي الذي يدرس الأوضاع الراهنة للظواهر ، من حيث أشكالها، وعلاقاتها، والعوامل المؤثرة في ذلك، كما يشمل في كثير من الأحيان على عمليات تنبؤ لمستقبل الظواهر والأحداث التي يدرسها.¹²

2.7 مجتمع وعينة الدراسة: كل مدرسي (أساتذة) التعليم المتوسط الدائمين (متربصين ومرسمين) بولاية تامنغست، تم إختيار عينة منهم من قوائم لدى موجهي (مفتشي) التعليم المتوسط بطريقة عشوائية بلغت 83 مدرس ومدرسة.

3.7 حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية: متغيرا الدراسة هما المرونة النفسية كمتغير مستقل، والثقة بالنفس كمتغير تابع .
- الحدود المكانية: بعض مؤسسات مرحلة التعليم المتوسط بولاية تامنغست.
- الحدود الزمنية: أنجزت الدراسة الحالية في الفترة من 18 نوفمبر 2024 إلى بداية مارس 2025

الحدود البشرية: تمت الدراسة على عينة بلغت 83 مدرس ومدرسة.

4.7 أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس المرونة النفسية: من إعداد أسامة سيد محمد زكي (2022) ويتكون من 36 بنداً ، وأربعة أبعاد كمايلي : بعد الكفاءة العقلية ويشمل البنود(09): 1، 5، 9، 13، 17، 21، 25، 29، 33. بعد الكفاءة الإنفعالية ويشمل البنود(09): 2، 6، 10، 14، 18، 22، 26، 30، 34. بعد الكفاءة الإجتماعية ويشمل البنود(10): 3، 7، 11، 15، 19، 23، 27، 31، 35، 36. بعد الطمأنينة الروحية ويشمل البنود(08): 4، 8، 12، 16، 20، 24، 28، 32.

البنود الموجبة: عددها(33) وهي:1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 31، 32، 35، 36.

أما البنود السالبة: عددها(03) وهي: 19، 30، 33.

طريقة التصحيح : بالنسبة للبنود الموجبة دائماً تأخذ(5) ، غالباً تأخذ(4)، أحياناً(3)، نادراً تأخذ(2)، أبداً تأخذ(1). أما بالنسبة للبنود السالبة يعكس التتقيط بحيث دائماً تأخذ(1)، غالباً تأخذ(2)، أحياناً تأخذ(3)، نادراً تأخذ(4)، أبداً تأخذ(5).

مستويات المرونة النفسية: أدنى علامة ممكنة في المقياس هي: $36 = (36) \times 1$ وأعلى علامة هي $180 = (36) \times 5$ نحسب المدى $180 - 36 = 144$ ، نحسب طول المجال $3/144 = 3$ (3مستويات وهي منخفضة، متوسطة، مرتفعة) إذن طول المجال $= 48$ ومنه نستنتج في المجال $36 - 84$ مستوى المرونة النفسية منخفض، في المجال $84 - 132$ مستوى المرونة النفسية متوسط، في المجال $132 - 180$ مستوى المرونة النفسية مرتفع.

الصدق والثبات من طرف صاحب المقياس:

صدق الإتساق الداخلي: تم حساب صدق الإتساق الداخلي من خلال حساب معامل الارتباط بيرسون بين البنود وأبعادها فتراوحت بين 0,292 و 0,726 عند مستوى

دلالة 0.01 وجميعها مرتفعة مما يدل على صدق المقياس كما تم حساب صدق الإتساق الداخلي بحساب معاملات الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس فكانت تتراوح بين 0,745 و 0,887 عند مستوى دلالة 0,01 وكلها مرتفعة ودالة إحصائيًا مما يدل على أن المقياس على درجة عالية من الإتساق، وبالتالي يدل على صدق أبعاد المرونة النفسية.

ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ: تم حساب ثبات المقياس من طرف صاحبه بطريقة ألفا كرونباخ حيث وجد معامل الثبات الكلي يساوي 0,863 مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات، وحصل كذلك على قيمة معامل ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المرونة النفسية وتراوح بين: 0,857 و 0,881 مما يدل على أن أبعاد مقياس المرونة النفسية تمتاز بدرجة ثبات عالية، الأمر الذي يجعله قابل للتطبيق في البحوث والدراسات.¹³

ثانيًا: إستبيان الثقة بالنفس: أعد هذا الإستبيان فريخ عويد العنزي (1999) ، ويتكون من 25 بندًا تقيس الثقة بالنفس كلها موجبة، يجاب عنها بأسلوب تقريرى. **طريقة التصحيح:** يجاب عن بنود المقياس وفق أربعة بدائل وهي: لا وتتال(0)، قليلًا تتال(1)، متوسطًا تتال(2)، كثيرًا تتال(3).

مستويات الثقة بالنفس: أدنى علامة في المقياس هي $0 = (25) \times 0$ وأعلى علامة هي $3 \times (25) = 75$ نحسب المدى $75 =$ ومنه طول المجال = المدى/عدد المستويات $= 75/3 = 25$ ومنه نستنتج في المجال $0 - 25$ مستوى ثقة منخفض، من $25 - 50$ مستوى ثقة متوسط، ومن $50 - 75$ مستوى ثقة مرتفع.

الصدق والثبات وفق صاحب الإستبيان: تم حساب الصدق من خلال حساب الارتباطات بين كل بند والدرجة الكلية للإستبيان على عينات من طلاب جامعة

الكويت، منهم 219 ذكرًا، 186 أنثى والعينة الكلية 405، حيث تراوحت بين 0,286 و 0,747 وكلها دالة إحصائيًا عند مستوى 0,01. كما تم حساب معاملات الارتباط بين كل بند وكل من قائمة تقدير الذات لروزنبرج والثقة بالنفس لبرنويتر على العينة الكلية (ن=405) فكانت معاملات الارتباط ما بين 0,182 و 0,378 وكلها دالة إحصائيًا عند مستوى 0,01 مما يدل على صدق بنود المقياس. أما الثبات فقد حُسب بمعامل ألفا كرونباخ فكان يساوي لدى عينة الذكور 0,89، ولدى عينة الإناث 0,93 ولدى العينة الكلية 0,92 الأمر الذي يجعل مقياس المرونة النفسية عالي الثبات.¹⁴

الصدق والثبات وفق الدراسة الحالية:

بعد حساب الصدق والثبات في مقياس المرونة النفسية على عينة بلغت 43 بواسطة الحزمة الإحصائية SPSS25 إتضح بعض البنود في المقياس غير دالة وهي (10 بنود): 6، 15، 16، 17، 18، 22، 30، 31، 35، 36. فتم حذفها من المقياس، فأصبح إجمالي بنود المقياس 26 بندًا عوض 36 الأصلية، والتي سيتم تطبيقها على عينة الدراسة الأساسية، فكانت نتائج الثبات والصدق كما يلي:

جدول 1: يوضح ثبات أداتي الدراسة الحالية

المقياس أو الاستبيان	عدد البنود	حجم العينة	الثبات بمعامل ألفا كرونباخ	الثبات بالنصفية (معامل جتمان)	الدالة الإحصائية
المرونة النفسية	26	43	0,774	0,818	دال
الثقة بالنفس	25	44	0,906	0,915	دال

يتضح من الجدول رقم(1) أن معامل الثبات ألفاكرونباخ لمقياس المرونة النفسية(0,774) مرتفع وكذلك معامل جتمان للتجزئة النصفية(0,818) مما يدل على ثبات المقياس وبالتالي يمكن تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية. كما يتضح كذلك من الجدول(1) أن معامل الثبات ألفاكرونباخ لإستبيان الثقة بالنفس(0,906) جد عال ونفس الشيء بالنسبة لمعامل جتمان(0,915)، مما يدل على ثبات الإستبيان، وبالتالي يمكن تطبيقه في الدراسة الحالية.

أما صدق المقياسين فقد تم بطريقتين: حساب الصدق التمييزي(أو صدق المقارنة الطرفية بين الدرجات الدنيا والعليا) لكل من المقياس و الإستبيان ، وحساب الصدق الذاتي (الذي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات ألفاكرونباخ) لكل من مقياس المرونة و إستبيان الثقة بالنفس كما بالجدول الآتي:

جدول رقم(2): يوضح الصدق التمييزي والصدق الذاتي لأداتي الدراسة الحالية

الصدق الذاتي	قيمة "ت"	عينة الدرجات العليا ن=12		عينة الدرجات الدنيا ن=12		ن المقياس/ الإستبيان
		ع	م	ع	م	
0,879	***-11,65	3,9648	156,083	5,13677	134,2500	المرونة النفسية
0,951	***-11,47	2,4664	71,9167	6,54298	49,4167	الثقة بالنفس

*** دالة عند مستوى أقل من 0,001 ، م: المتوسط ، ع: الإنحراف المعياري

من الجدول رقم(2) بلغت عينتي المقارنة الطرفية في كل من مقياس المرونة وإستبيان الثقة بالنفس ن=12 بسحب ما نسبته 27% من العينتين الكليتين الخاصتين بحساب الخصائص السيكمومترية لأداتي الدراسة وبعد تطبيق إختبار "ت" بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية ،كانت قيمته بالنسبة لمقياس المرونة النفسية

(ت=11,65-) وبالنسبة لإستبيان الثقة بالنفس (ت=11,47-) وكليهما دالتين إحصائيًا عند مستوى أقل من 0,001 ، كما أن معامل الصدق الذاتي لمقياس المرونة النفسية يساوي 0,879 وإستبيان الثقة بالنفس يساوي 0,951 وهما قيمتان مرتفعتان وبالتالي فإن أداتي الدراسة عاليتا الصدق الأمر الذي يجعلهما قابلتين للتطبيق في الدراسة الحالية.

5.7 الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة:

إستخدم الباحث في الدراسة الحالية أساليب إحصائية من برنامج الحزمة الإحصائية SPSS النسخة 25 وهي:

- معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات أداتي الدراسة و المتوسط الحسابي لإختبار فرضيات مستوى المرونة النفسية و الثقة بالنفس.
- إختبار "ت" لعينتين مستقلتين للمقارنة بين الدرجات الدنيا والدرجات العليا (حساب الصدق التمييزي)
- الإنحدار الخطي البسيط لدراسة فرضية التأثير للمتغير المستقل على المتغير التابع.

6.7 تحليل ومناقشة النتائج:

1) تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أن " مستوى درجة المرونة النفسية لدى مدرسي التعليم المتوسط بتمانغست لا يختلف عن المتوسط." ولإختبار هذه الفرضية نحدد المتوسط الحسابي للمرونة النفسية بواسطة برنامج SPSS25 ونقارنه بالمستويات الثلاثة لدرجة المرونة النفسية التي حددناها سالفًا ، فنجد النتائج التالية:

جدول 3: يوضح المتوسط الحسابي للمرونة النفسية

المتغير	العينة (n)	أعلى قيمة	أدنى قيمة	المتوسط	الإنحراف المعياري
---------	------------	-----------	-----------	---------	-------------------

8.12	108.46	78.00	122.00	83	المرونة النفسية
------	--------	-------	--------	----	-----------------

من الجدول (3) يلاحظ أن المتوسط الحسابي لدرجة المرونة النفسية **108.46** بإنحراف معياري قدره 8.12 وبمقارنته بالمستويات الثلاثة لدرجة المرونة النفسية المحددة سابقاً نجد أنه يقع في **المجال 84 - 132** مستوى المرونة النفسية **متوسط** ، ومنه الفرضية الأولى (وهي فرضية صفرية H_0) محققة (مقبولة). وجاءت هذه النتيجة متوافقة مع دراسة شو وليو (Chu & Liu, 2022) على عينة من المدرسين بالصين، كما أنها جاءت مختلفة مع دراسة كل من : الزغبى و عطالله (2021) على عينة من المدرسين بمدارس جبل لبنان ، وصالح (2018) على عينة من المدرسين بمحافظة المفرق بالأردن التي توصلتا إلى أن مستوى درجة المرونة النفسية مرتفع ، والعنكوشي والبديري (2017) على عينة من المرشدين التربويين بمحافظة الديوانية التي توصلت إلى أن درجة المرونة النفسية غير مرتفع.

وتفسر هذه النتيجة بكون المدرسين لا يتمتعون بمستوى عالي من المرونة النفسية ويعكس ذلك إنعكاس الوضع النفسي والشد العصبي على بيئة العمل، وكذلك تأثرهم بالجو العام للمدرسة (المتوسطة) والمجتمع والذي غالباً ما يكون مشحون نفسياً ، مما يفقدهم المرونة الكافية أثناء الأداء الوظيفي للمدرس بشكل عام.

2) تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أن " مستوى درجة الثقة بالنفس لدى مدرسي التعليم المتوسط بـتامنغست لا يختلف عن المتوسط". ولإختبار هذه الفرضية نحدد المتوسط الحسابي للثقة بالنفس بواسطة برنامج SPSS25 ونقارنه بالمستويات الثلاثة لدرجة الثقة بالنفس التي حددناها سالفاً، فنجد النتائج التالية:

جدول 4: يوضح المتوسط الحسابي للثقة بالنفس

المتغير	العينة (n)	أعلى قيمة	أدنى قيمة	المتوسط	الإنحراف المعياري
---------	------------	-----------	-----------	---------	-------------------

الثقة بالنفس	83	75.00	44.00	62.02	7.74
--------------	----	-------	-------	-------	------

من الجدول رقم (4) يلاحظ أن المتوسط الحسابي للثقة بالنفس **62.02** بإنحراف معياري قدره 7.74 وبمقارنته بالمستويات الثلاثة لدرجة الثقة بالنفس التي تم تحديدها سابقاً نجد أنه يقع في **المجال 50-75** مستوى ثقة نفسية مرتفع. ومنه الفرضية الثانية (وهي فرضية صفرية H_0) غير محققة (مرفوضة) ونقبل الفرضية البديلة (H_1) التي تنص على أن " مستوى درجة الثقة بالنفس مرتفع لدى مدرسي التعليم المتوسط بتامنغست " وجاءت هذه النتيجة متوافقة مع دراسة كل من : الركابي (2000) على عينة من طلاب كلية التربية بالجامعة المستنصرية ، و العنكوشي والبيديري (2017) على عينة من المرشدين التربويين في محافظة الديوانية والتي توصلنا إلى أن مستوى درجة الثقة بالنفس مرتفع. وتفسر هذه النتيجة كون العمل الجماعي للمدرسين يقتضي التميز بالثقة بالنفس العالية ولأنها تعد من الآليات الخاصة بالعمل الجماعي، فضرورة تمتع المدرس بثقة نفس عالية وسمات شخصية وتكوين مهني جيد تؤهلهم لعملية التدريس على أكمل وجه كونهم يمتلكون القابليات الذهنية والعقلية والمعرفية للوقوف على المشكلات المدرسية.

(3) تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على أن " لا يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية للمرونة النفسية على الثقة بالنفس لدى مدرسي التعليم المتوسط بتامنغست. " ولإختبار هذه الفرضية نطبق الإختبار الإحصائي الإنحدار الخطي البسيط بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية SPSS النسخة 25 ، بعد التحقق من شروط تطبيقه ، فحصل على النتائج التالية:

جدول 5: يوضح معاملي الارتباط والتحديد

حجم العينة	الخطأ	المعياري	معامل	معامل	التحديد
------------	-------	----------	-------	-------	---------

(n)	للتقدير (Std.err)	الإرتباط (R)	(R ²)
83	6.413	0,567	0.322

جدول 6: يوضح معاملي الإنحدار

معاملا الإنحدار الخطي	الخطأ المعياري لمعاملي الإنحدار	T المحسوبة	Sig القيمة الإحتمالية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية	F فريدمان	Sig القيمة الإحتمالية	الدلالة الإحصائية
A	3.369	9.482	0.355	0.723	0.05	غير دال إحصائيًا	0.000	دال إحصائيًا
B	0.541	0.087	6.203	0.000	0.05	دال إحصائيًا		

جدول 7: يوضح حجم التأثير

معامل التحديد (R ²)	0.09 > R ² ≥ 0.01	0.25 > R ² ≥ 0.09	R ² ≥ 0.25
حجم التأثير (ES)	صغير	متوسط	كبير

من الجدول رقم (6) يلاحظ:

إختبار فريدمان $F = 38.474$ عند مستوى قيمة إحتمالية 0.004 (أقل من 0.05) فهو دال إحصائيًا مما يعني أن نموذج الإنحدار الخطي معنوي ، أي توجد علاقة إرتباطية خطية بين المتغير المستقل (المرونة النفسية) والمتغير التابع (الثقة بالنفس) . ونلاحظ كذلك أن معاملي الإنحدار :

$A = 3.369$ بخطأ معياري قدره 9.482 و إختبار " ت " (T. Test) المحسوب له بواسطة برنامج SPSS25 : $t = 0.355$ عند قيمة إحتمالية 0.723 (أقل من 0.05) فهو غير دال إحصائيًا مما يجعلنا نقبل الفرض الصفري H_0 الخاص بمعامل الإنحدار ($A=0$)

$B = 0.541$ بخطأ معياري مقداره 0.087 أما إختبار " ت " (T. Test) المحسوب له بواسطة برنامج SPSS25 : $t = 6.203$ عند قيمة إحتمالية 0.000 (أقل من

0.05) فهو دال إحصائيًا ولكونه مقدار موجب فهذا يدل على وجود علاقة إرتباطية موجبة بين المرونة النفسية (المتغير المستقل) و الثقة بالنفس (المتغير التابع) ومنه نستنتج أن الفرضية الأولى (التي كانت صفرية H_0) مرفوضة (غير محققة) ونقبل بالفرض البديل H_1 الذي ينص على " يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية للمرونة النفسية على الثقة بالنفس لدى مدرسي التعليم المتوسط بتامنغست "

من الجدول (5) يمكننا إختبار جودة التوفيق: معامل الإرتباط $R=0.567$ ومعامل التحديد $R^2=0.322$ أي $R^2=32.2\%$ وتعني هذه النتيجة أن المرونة النفسية (المتغير المستقل) يفسر 32.2% من التباينات (التغيرات) الحاصلة في الثقة بالنفس (المتغير التابع) أي أن المرونة النفسية تؤثر (تتنبأ) في (ب) الثقة بالنفس بنسبة 32.2% ويتبقى ما نسبته 67.8% (بواقى أو أخطاء عشوائية) عوامل أخرى يمكن أن تفسر الثقة بالنفس ولم تتطرق لها الدراسة الحالية مثل : التدريب والتكوين ، الحوافز، الصحة النفسية ، الصحة الجسدية، تقدير الذات، التفاؤل، الإلتزان الإنفعالي...إلخ. أما شدة تأثير المرونة النفسية (المتغير المستقل) على الثقة بالنفس (المتغير التابع) يمكن تحديدها بإستعمال الجدول رقم (7) بحيث لدينا : $R^2=0.322$ وهو أكبر من 0.25 أي $R^2 \geq 0.25$ ومنه نستنتج أن المرونة النفسية (المتغير المستقل) في الثقة بالنفس (المتغير التابع) تأثير كبير. وجاءت هذه النتائج متوافقة مع دراسة العنكوشي والبديري (2018) على عينة من المرشدين التربويين والتي توصلت إلى وجود علاقة إرتباطية قوية بين المرونة النفسية والثقة بالنفس ، وأن المرونة النفسية فسرت ما نسبته 53% من التباينات الحادثة في الثقة بالنفس وكان تأثير المرونة على الثقة بالنفس كبير. وتفسر هذه النتائج - حسب رأي الباحث - كون المرونة النفسية ضرورة يحتاجها المدرس أثناء عمله التدريسي لأنها

تدعم حاجته إلى الثقة بالنفس، وهي ضرورة لكل مدرس وذلك لما لها من الأثر في إحداث نتائج إيجابية للعملية التربوية بشكل عام.

8. خاتمة:

يمكن أن نستخلص من هذه الدراسة الميدانية أن مدرسي التعليم المتوسط بولاية تامنغست يتميزون بمرونة نفسية غير مرتفعة تتجه نحو الدرجة المتوسطة ، أما ثقتهم بأنفسهم كانت مرتفعة الأمر الذي يدعو للتفاؤل فيما يتعلق بالقابلية للتحسن والتطور نحو الأفضل في العملية التربوية خصوصاً تعلم وإدراك وتطبيق المفاهيم النفسية التي تساعد على التخفيف من وطأة الضغوط النفسية والمهنية ومن هذه المفاهيم ما تم التطرق إليه في هذه الدراسة وهو مفهوم المرونة النفسية من حيث تعاريفها وتطبيقاتها ميدانياً. وكذلك تم إستخلاص أن المرونة النفسية مرتبطة ارتباطاً دالاً إحصائياً وموجباً بالثقة بالنفس لدى مدرسي التعليم المتوسط بتامنغست، كما أنها تؤثر على الثقة بالنفس بدرجة كبيرة حيث أنها إستطاعت أن تفسر ما نسبته 32.2% من التغيرات (التباينات) الحادثة في الثقة بالنفس بمعنى أنها يمكن أن تتنبأ بالثقة بالنفس بنسبة مئوية قدرها 32.2% فقط والباقي الذي هو 67.8% تفسره عوامل أخرى لم نتطرق لها هذه الدراسة .

التوصيات و الإقتراحات:

من النتائج المتوصل إليها يمكن صياغة التوصيات و الإقتراحات التالية:

- إنفتاح مُدرسي التعليم المتوسط وموجهيهم (مفتشيهم) على الباحثين الجامعيين والأخصائيين الممارسين في مختلف مجالات علم النفس ذات العلاقة كعلم النفس المدرسي والتربوي، علم النفس العيادي، علم النفس العمل والتنظيم والأرطوفونيا من خلال ندوات وأيام تكوينية وملتقيات.

- إعادة النظر في محتويات مادة علم النفس الموجهة لتكوين المدرسين بالتركيز على الجوانب العملية في الميدان وجعلها تواكب مفاهيم العصر.

قائمة المراجع:

- ¹ صالح خلف عبدالله، المرونة النفسية وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات الاجتماعية لدى معلمي التربية الاجتماعية والوطنية في المرحلة الأساسية العليا في الأردن، أطروحة دكتوراه، كلية العلوم التربوية، جامعة آل بيت، الأردن، 2018.
- ² الزغبى، سمر؛ عطا الله، عبير ، العوامل الضاغطة وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى عينة من المعلمين في إحدى مدارس جبل لبنان خلال التعليم عن بعد، مجلة وميض الفكر للبحوث، المجلد 10 الصفحات 73- 99 ، السنة 2021.
- ³ Chu ,W; Liu; H , A mixed -methods study on senior high school EFL teacher resilience in china , Frontiers in Psychology , 13(865599), <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.865599> , 2022.
- ⁴ الركابي، نضال عبد الحسن، مستوى الطموح وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية بالجامعة المستنصرية ، رسالة ماجستير، كلية التربية بالجامعة المستنصرية، 2000
- ⁵ العنكوشي، حليم صخيل مالك، البديري، حلا يحي عباس، الثقة بالنفس لدى المرشدين التربويين من ذوي المرونة النفسية في محافظة الديوانية، مجلة لارك للفلسفة واللسانيات والعلوم الاجتماعية، جامعة واسط كلية الآداب، العراق، المجلد 2018 العدد 28 الصفحات 211-228، 2018.
- ⁶ الطيار، خالد عبدالله ، المرونة النفسية كمنبئ بجودة الحياة المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة الرياض، مجلة كلية التربية بالمنصورة، المجلد 1، العدد 125، ص 235، السنة 2024.
- ⁷ أبو حلاوة، محمد السعيد عبدالجواد، المرونة النفسية ،ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية ، مؤسسة العلوم النفسية العربية، العدد2، المجلد 2013 ص 13 السنة 2013.
- ⁸ المشعان، عويد سلطان ،دافع الإنجاز وعلاقته بالقلق والإكتئاب والثقة بالنفس لدى الموظفين الكويتيين وغير الكويتيين حولية كلية الآداب والعلوم الاجتماعية جامعة الكويت مجلس النشر العلمي،الحولية20 الرسالة 139، ص 21 ، السنة 1999.

- ⁹ معمريّة، بشير، تقنين مقياسين للنّقة بالنفس في المجتمع الجزائري، المجلة العربية لعلم النفس، المجلد 5، العدد 2، ص، ص 24-46، ص 24، السنة 2020.
- ¹⁰ أبوعلام، محمد العادل، قياس النّقة بالنفس عند الطلاب في مراحل الدراسة الثانوية والجامعية، علي الصباح للنشر والتوزيع، الكويت، ص، ص 18-19، السنة 1978.
- ¹¹ العنزي، فريح، النّقة بالنفس وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين المصرية، القاهرة، 9(3)، ص 419، السنة 1999.
- ¹² عليان، رحي؛ غنيم، عثمان محمد، مناهج وأساليب البحث العلمي (النظرية والتطبيق) ، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الطبعة 1، ص 42، السنة 2000.
- ¹³ زكي، سيد محمد، التفكير التأملّي وعلاقته بالمرونة النفسية والتوجه الإيجابي لدى المراهقين، جامعة بني سويف كلية التربية، مصر، رسالة ماجستير منشورة، ص، ص 91-92، سنة 2022.
- ¹⁴ معمريّة، بشير، (مرجع سابق)، ص 36