





جامعة تيسمسيلت

المعيار

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات
مصنفة " C "

في الآداب، الحقوق والعلوم السياسية،
العلوم الاقتصادية والعلوم الإنسانية والاجتماعية

المجلد الثاني عشر العدد 02 ديسمبر 2021

EISSN 2602-6376

ISSN 2170-0931

المعيار

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات
مصنفة " C "



جامعة تيسمسيلت - الجزائر -

شروط النشر وضوابطه

- المعيار مجلة علمية محكمة تنشر البحوث الأكاديمية والدراسات الفكرية والعلمية والأدبية التي لم يسبق نشرها من قبل.
- دورية تصدر مرتين في السنة عن جامعة تيسمسيلت. الجزائر.
- تُقبل البحوث باللغات العربية والفرنسية والانجليزية.
- ضرورة وجود مختصر أو تمهيد للمقال سواء باللغة العربية أو الأجنبية.
- تخضع البحوث والدراسات المقدمة للمجلة للشروط الأكاديمية المتعارف عليها.
- تخضع البحوث للتحكيم من طرف اللجنة العلمية للمجلة.
- تُقدم البحوث والدراسات مكتوبة في ورقة على مقاس (21/29.7) بهامش 1.5 سنتيم عن يمين الصفحة وعن يسارها وهامش 1.5 سنتيم عن أعلى الصفحة وأسفلها.
- تتم الكتابة بخط (Traditional Arabic) حجم (16)، وفي الهامش بالخط نفسه حجم (14).
- تتم كتابة البحوث كاملة أو الفقرات والمصطلحات والكلمات باللغة الأجنبية داخل البحوث المكتوبة باللغة الفرنسية بخط (Times new roman) حجم (12)، وفي الهامش بالخط نفسه حجم (10).
- تكون الهوامش والإحالات في آخر الدراسة ولا يستعمل فيها التهميش الأوتوماتيكي.
- يُقدم البحث في قرص مضغوط ونسخة ورقية مطبوعة.
- لا يقل حجم البحث عن 10 صفحات ولا تتجاوز 15 صفحة.
- الأعمال المقدمة لا تُرَدّ إلى أصحابها سواء نشرت أم لم تنشر.
- المواد المنشورة تعبر عن آراء أصحابها، والمجلة غير مسئولة عن آراء وأحكام الكتاب. كما أن ترتيب البحوث يخضع لاعتبارات تقنية وفنية.

المدير المسئول عن النشر

أ. د. عيساني امحمد.

المعيار

المجلد الثاني عشر العدد 2 ديسمبر 2021

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات

مصنفة " C "

تصدر عن جامعة تيسمسيلت - الجزائر

توجه جميع المراسلات باسم رئيس التحرير

عن طريق البوابة الإلكترونية www.asjp.cerist.dz

جامعة تيسمسيلت . الجزائر.

الهاتف/الفاكس : 046573188

البريد الإلكتروني: www.cuniv.tissemsilt.dz

EISSN 2602-6376

ISSN 2170-0931

رئيس المجلة:

أ. د. دهم عبد المجيد

المدير المسؤول عن النشر:

أ. د. عيساني احمد

رئيس التحرير:

أ. د. مرسي رشيد.

نائب رئيس التحرير:

أ. د. علاق عبد القادر، د. دهقاني أوب

سكرتير المجلة:

عرجان نورة

هيئة التحرير:

د. محي الدين محمود عمر د. بن رايح خير الدين، د. بوسيف إسماعيل، أ. د. شريط عابيد، أ. د. روشو خالد، أ. د. سعادية الهواري،

الهيئة العلمية:

من جامعة تيسمسيلت: أ. د. غربي بكاي، أ. د. شريف سعاد، د. يعقوبي قدوية، أ. د. مرسل مسعودة، أ. د. بن علي خلف الله، أ. د. رزاقية محمود، أ. د. دردار البشير، أ. د. فايد محمد
بوغاري فاطمة، أ. د. بوزيان أحمد، من جامعة صفاقس، تونس: أ. د. عبد الحميد عبد الواحد، د. بوكري بن عبد الكريم، من جامعة المنصورة، مصر: د. محمد كمال سرحان، من جامعة طرابلس، ليبيا: د. أحمد رشرش،
من الجامعة الأردنية، الأردن: أ. د. صادق الحايك، من جامعة الجزائر 03، الجزائر: د. فتحي بلغول، من جامعة لمين دباغين، سطيف: أ. د. بوطالي بن جدو، من جامعة وهران: أ. د. مختار حبار، من جامعة سيدي
بلعباس: أ. د. محمد بلوحي، من جامعة سعيدة: د. عبد القادر راجي، من جامعة تلمسان: أ. د. محمد عباس، أ. د. عبد الجليل مراض، من جامعة تيزي وزو: أ. د. مصطفى درواش، من جامعة مستغانم: د. منصور بن
لكحل، من جامعة زيان عاشور، الجلفة: د. حري سليم، من جامعة حسيبة بن بوعلي، شلف: أ. د. حفصاوي بن يوسف، أ. د. موسى فريد، أ. د. بولاس محمد، أ. د. علاق عبد القادر، أ. د. روشو خالد، أ. د. مرسي
مشري، أ. د. لعروسي أحمد، د. قززان مصطفى، أ. د. محمودي قادة،
د. عيسى سماعيل، د. ضويحي حمزة، د. كروش نور الدين، د. بوكريد عبد القادر، د. عادل رضوان. من جامعة ابن خلدون تيارت:

أ. د. عليان بوزيان، أ. د. فثاك علي، أ. د. بوسماحة الشيخ، أ. د. بن داود إبراهيم، أ. د. شريط عابيد. UNIVERSITIE PAUL SABATIER TOULOUZE 03. FRANCE: CRISTINE Mensson

كلمة العدد

بعد تصنيفها في صنف "C" تواصل المجلة صدورها لتطل على قراءها الكرام بعدد كبير من المقالات وهذا راجع إلى المشاركات الكثيرة للأساتذة الباحثين دون إقصاء أحدهم وفسح مجال المشاركة والتسهيل للأخوة الأساتذة والباحثين لتسيير مساهمهم العلمي قصد الترقية أو المناقشة في مذكراتهم العلمية.

المدير المسئول عن النشر

فهرس الموضوعات

أ. د. عيساني امحمد :	ص ١٥
- كلمة العدد.	
د. نوبوة مريم:	ص ٥١
- جهود مكى بن أبى طالب القيسى في الصوتيات الفيزيولوجية.	
د. فواتح إبراهيم عبد الرحيم:	ص ٥٩
قراءات ضبطية لبعض القواعد الإملائية والدلالية في اللغة العربية.	
أقضي نوال:	ص ٢٥
- جماليات الصورة الحلم في شعر عز الدين ميهوبي.	
ط. الباحث : بوسنة الطيب / أ. د. قاسم قادة بن الطيب	ص ٣٦
- من جماليات الأسلوبية في متون الأربعين النووية.	
دلال عودة:	ص ٤٥
التدريس بالعصف الذهني ودوره في تنمية المهارات الفكرية.	
ختال بختة/ عمارة كحلي:	ص ٥٤
الدلالة الرمزية لجائحة كورونا من خلال الكاريكاتير والخرافتي (الجزائر وفلسطين أنموذجا).	
مزارى بودريالة/ د. يونسى محمد:	ص ٦٨
اللغة وأشكال التواصل - لغة منصات التواصل الاجتماعي نموذجاً -	
صافي زهرة:	ص ٨٠
التفكير النقوي الناقد في الخطاب اللساني العربي - قراءة في فكر حسن خميس الملخ -	
سلى فطيمة/ د. نور الدين علوى:	ص ٩١
الأنساق المضمرّة في الأمثال الشعبية الجزائرية	
د. بوزيدى محمد:	ص ١٠٩
جمالية التلقى؛ المفاهيم النظرية والإجراءات النقدية	
مهدي صياد:	ص ١١٧
تجليات العجائى في مؤلفى ابن الجوزى "ملتقط الحكايات وعجب الخطب"	
د. بلمصايح خالد:	ص ١٣٠
مصطلح الظاهرة القرآنية في الفكر الحدائى.	
د. عطار خالد:	ص ١٤٠
المصطلح النحوى في كتاب: النحو الوائى للدكتور عباس حسن.	
دريسى عائشة/ فارسي عبد الرحمن:	ص ١٤٩
الاقتباس القرآنى في الرسائل الموحّدة	
د. فتوح محمود/ د. قردان الميلود:	ص ١٥٩
علاقة البلاغة العربية بالنقد الأدبى في الفكر العربى.	
بن حنيفية فاطيمة:	ص ١٧٠
النقد النفسى بين النظرية والتطبيق في النقد الغربى	
قرقور أحلام:	ص ١٨٢
سياسة التعدّد اللغوى ودورها في تعزيز المواطنة اللغوية.	
بوقرية نور الهدى / أ. د. جيلالى بن فريحة:	ص ١٩٢
ملاحم من تعليمية أصوات اللغة العربية بين القلم والحديث	
جغام ليلى:	ص ٢٠٤
حضور المتلقى في نصوص كتاب "البيان والتبيين" للمحافظ	
حبيى خديجة/ أ. د. شريط سنوسى:	ص ٢١٢
إشكالية المنهج السوسيونصى / نقدي بين بير زما وكلود دوشى؛ قراءة تحليلية نقدية في المنهج والمفاهيم والآليات.	

228 ص	حاجي حنان / رواينة الطاهر:.....
	المقامة وفاعلية التأويل عند الناقد عبد الفتاح كيليطو
236 ص	ميمون يوسف / د. طعام شامخة:.....
	سيكولوجية العصبية في الشعر العربي القديم قراءة تحليلية في نماذج شعرية مختارة
248 ص	د. خراب ليندة:.....
	ميثاق التناسق بين رواية نوار اللوز لواسيني الأعرج وسيرة بني هلال
258 ص	شحلاط موسى / د. بوركبة بختة:.....
	تظاهرات التّجريب في الرواية النّسائيّة الجزائريّة "رواية عازب حي المرجان لريّعة جلطي مثلاً"
273 ص	د. شوقي نذير / أ. د. برادي أحمد:.....
	أثر مرض الموت على أصل أحكام الطلاق في الشريعة والقانون الجزائري
282 ص	عبد الكريم باسماعيل:.....
	امتلاك السلاح في العلاقات الدولية: جدلية الحرب والسلام
294 ص	جيري ياسين:.....
	الرسائل المجهولة والتبليغ عن الفساد
310 ص	د. لميز امينة:.....
	مجلس المنافسة بين الاستقلالية والتبعية على ضوء الأمر 03/03 المعدل والمتمم
321 ص	Boumeddane Zaza:.....

Le cadre juridique du mariage et du divorce en Droit turc The legal framework of marriage and divorce in Turkish law

328 ص	بن عمور عائشة:.....
	نطاق الجريمة الإلكترونية من حيث الأشخاص والموضوع
339 ص	وطواط محمد:.....
	الحماية الوقائية للأموال الغاية من الحرائق في التشريع الجزائري
368 ص	د. لرقط عزيزة:.....
	الاعتراض على الأمر الجزائي كضمانة في محاكمة عادية
378 ص	د. قروف جمال:.....
	التزامات الموظف العمومي بحماية المعلومات والوثائق المصنفة المتعلقة بالسلطات العمومية طبقاً للأمر 21-09.
292 ص	ط. د. / حجاج خديجة / د. / زرقين عبد القادر:.....
	فعالية الضبط الإداري في حماية البيئة من التلوث الهوائي
403 ص	د. بلجدوي بسمة:.....
	النظام القانوني للدفتري العقاري في التشريع الجزائري
412 ص	Imen Misraoui:.....

National Security: an eternal "ambiguous symbol

419 ص	قوق علي:.....
	تجارب العدالة الانتقالية في دول ما بعد الصراع
429 ص	محمد فلاح عربي / بن داهة عدة:.....
	الاستغلال الاستعماري لغابات بلوط الفلين بالجزائر ما بين (1830-1930) من خلال المصادر الفرنسية
444 ص	فلاك نور الدين:.....
	انعكاسات إستراتيجية الأمن القومي الأمريكي على القضية الفلسطينية خلال عهد الرئيس دونالد ترامب
464 ص	تسابيت عبد الرحمان / مولاي علي هوار:.....
	التجربة البريطانية في مجال الشراكة بين القطاع العام والخاص-قطاع الصحة، التعليم والنقل نموذجاً -
477 ص	ضيبيان كريمة / محمودي أحمد:.....
	أثر الخداع التسويقي على اتجاهات المستهلك -دراسة حالة الوكالات السياحية الحج والعمرة-
477 ص	طوير امباركة:.....

- دور التشخيص الاستراتيجي في تطوير أداء المنظمات دراسة ميدانية مؤسسة كوندور إلكترونيك
د.قوادري رشيد: ص 506
- دراسة ميدانية على المؤسسة العمومية للمباني الصناعية والنحاس "باتيسيك غرب" عين الدفلى -
ط.د. سلطاني عادل: ص 521
- أثر الاقتصاد الموازي على النمو الاقتصادي في الجزائر دراسة قياسية للفترة 1990-2019
ط.د. مغراوي ميلود/ د.يوني محمد: ص 534
- أثر تقلبات سعر الصرف على ميزان المدفوعات الجزائري (دراسة قياسية خلال الفترة 1990-2019)
شداد ناصر: ص 550
- دور برامج التدريب في تطوير الكفاءات المحورية للمؤسسات - دراسة تحليلية -
وهاب سمير / حمدي معمر: ص 563
- تقييم الملاءة المالية في شركات التأمين الجزائرية دراسة حالة الشركة الوطنية للتأمين SAA
د. لحمر حكيمة: ص 576
- العلامة التجارية وأثر إبعادها على المستهلك: دراسة ميدانية على عينة من مستهلكي أجهزة الحاسوب المحمول بولاية سكيكدة
بوسهوه نذير/ بن حوة أمينة: ص 592
- أثر العقوبات الاقتصادية الدولية على الحق في التنمية
ط.د. مغربي السعيد/ أ.د. العيداني إلياس: ص 607
- أثر الإبداع الإداري في تحسين الأداء الوظيفي
نجاح عائشة/ بوقادير ربيعة: ص 627
- دور تحسين أداء رجل البيع في تقوية الموقع التنافسي للمؤسسة الجزائرية للمنسوجات لولاية تيسمسيلت
Ramdane MEHIRI/ Arbia SABBABI
..... ص 646
- Managing University Large Classes: A descriptive study
ط.د. بن حامد كمال/ د.العقاب محمد: ص 663
- أثر الصدمات الهيكلية على العلاقة بين التضخم وبعض المتغيرات النقدية:الجزائر أمودجا
ط.د. قاسي يسمينة/ د. بولصنام محمد: ص 678
- دور صناعة التكنولوجيا المالية في تعزيز الشمول المالي في الدول العربية
d. zaaf nacera
..... ص 692
- The contribution of transformational leadership to achieving organizational excellence at the Faculty of Economic, Commercial and Management Sciences
medea
ط. د. سواعدي براهيم/ د. بوزكري جيلالي: ص 711
- دور التوظيف الإلكتروني في استقطاب المواهب لدى صندوق الضمان الاجتماعي بالجلفة
زيتوني هوارية/ زكرياء مسعودي: ص 726
- أثر القروض الموجهة للقطاع الخاص على التشغيل في الجزائر - دراسة قياسية للفترة (1980-2017) -
ط/د: زيار محمد/ د. طالم صالح: ص 743
- أثر الالتزام بأبعاد المسؤولية الاجتماعية على تعزيز ولاء الزبائن (دراسة عينة من زبائن مؤسسة اتصالات الجزائر)
بن لوصيف حنان/ بولحية سليم: ص 760
- الاستثمار في المجال الرقمي خيار التحول لتسويق الخدمات البنكية في الوطن العربي
Rakhrour Youssef/ Benilles Billel
..... ص 775
- L'impact de l'intermédiation financière sur la croissance économique en Algérie : Analyse par l'approche ARDL (1990-2020) The impact of financial
intermediation on economic growth in Algeria: Analysis by the ARDL approach (1990-2020)
د.بن عدة القادر: ص 788
- التكامل الاقتصادي العربي كآلية لتفعيل الشراكة العربية الأوروبية-دراسة تحليلية مقارنة-
د. قرقور محمد/ بوحاج سباع: ص 804
- تأثير استخدام برنامج تعليمي وفق التغذية الراجعة الخارجية في تعلم مهارة الإرسال البسيط في كرة الطائرة في ظل التدريس بالجيل الثاني لدى تلاميذ الطور المتوسط.
بونشادة ياسين: ص 820
- فعالية برنامج تدريبي لتحسين السباحة الحرة لدى سباحي فئة الناشئين من 09-12 سنة

- د.لخضاري عبد القادر: ص 831
برنامج تعليمي مقترح باستخدام بعض ألعاب الكيدس اتلتيك في تعلم تقنيات دفع الكرة لدى تلاميذ الطور المتوسط
- بن ديدة مصطفى/ ربيع صالح: ص 843
بناء مستويات معيارية من خلال بطارية اختبارات بدنية في رياضة الكرة الطائرة
- زموالي لحسن / مكران إسماعيل: ص 862
أثر الطريقة الفترية في تنمية صفة المداومة العامة وبعض المتغيرات الفسيولوجية لدى أصاغر ألعاب القوى (14-15 سنة)
- ط.د بلوناس نور الدين / أ.د واضح أحمد الأمين: ص 875
دراسة مقارنة لمدى استخدام مدربي كرة اليد الجزائريين لتدريبات القوة والتدريب بالألعاب المصغرة في تطوير القدرة على تكرار السرعات (RSA).
- بومعزة محمد لمين: ص 894
دراسة أثر كل من أساليب التدريس التبادلي والتدريبي على بعض المهارات الأساسية في كرة اليد (التمرير، التنطيط والتصويب) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية
- Kharoubi Mohamed Fayçal: ص 908
L'impact de l'entraînement par l'intervalle des sprints sur l'amélioration les facteurs de la santé Impact Sprint Interval Training on improving health factors
- مقدم أمال/ مصباح فوزية: ص 918
مدى مساهمة الرعاية الأسرية في الحد من مخاطر فيروس كورونا في المجتمع الجزائري
- لحسن براهيم: ص 932
صلات العرب القدماء في جنوب وشمال شبه الجزيرة العربية بالحضارات القديمة من ق.م 08 إلى ق.م 02
- مضوي زاهية: ص 944
دور المضاهرة السياسية في توطيد العلاقات بين بلاد المغرب القديم وبلدان الحوض المتوسطي قديما(ق.م 26 ق.م-ق.م 4)
- Djaaraoui Elhadj /Khalki Smaine: ص 958
The Colonial Ethnic Legacy of French "Divide and Rule" Policy in Post Independent Algeria
- د. بوسنة فطيمة: ص 969
القدرة التنبؤية لأبعاد رأس المال النفسي الإيجابي بمستوى الضغط المهني لدى المرأة المتزوجة العاملة في ظل جائحة كورونا
- رحموني مريم/ حدي محمد: ص 982
أثر التكفل المعرفي السلوكي في تعديل الوضعيات الضاغطة لدى المسجون. دراسة حالة
- معاشو نصرالدين / أ.شريف رضا: ص 1000
البعد الاستيمولوجي في قراءة التراث الإسلامي في فكر محمد أركون
- ط/د الباحث: نغاز عبد الحق: ص 1014
القيم الإنسانية في الفلسفة المعاصرة -برتراند راسل نموذجاً -
- بحوش فوزية / بن دودة مليكة: ص 1034
نحو مفهوم أرندتي للمواطنة
- عمارة الناصر: ص 1043
الكوجيتو الهرمينوطيقي لدى ريكور: تشييد الذات حتى الموت
- عمران سميرة/ داود خل: ص 1055
مفهوم الحرية في الفكر الفلسفي: طرح كرونولوجي
- نجاري فضيلة/ دهم عبد المجيد: ص 1064
النص القرآني والوحي في مشروع نصر حامد أبو زيد
- د. بوهالي حفيظة: ص 1073
الشائعات وتأثيرها على مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي بالجزائر في ظل جائحة كورونا -دراسة مسحية على ضوء نظرية الشخص الثالث-
- شعلال مختار/ د بن دريس أحمد: ص 1073
الخصوصية الرقمية لمستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي بين الحماية والانتهاك

- د. سليمان فيسة نورة د. عبد اللاوي صبيحة: ص 1096
- العوامل المؤدية لعمالة الأطفال في الجزائر وآثارها
- د. عدة بشير / قشوط بن عودة: ص 1115
- التربية الإعلامية الأسرية على الإعلام الحديث في الجزائر دراسة ميدانية على عينة من الأسر الجزائرية
- حمدوش زهير: ص 1127
- الشمسيات في العمارة بالجزائر خلال الفترة العثمانية
- حاج علي حكيمة/ حماش الحسين: ص 1140
- الضغط النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى عينة من النساء العاملات في القطاع الصحي لولائي تيزي وزو وبومرداس.
- د/ بررد رتيبة: ص 1158
- الصعود السلمى الصينى والتوقع الاستراتيجى فى النظام العالمى
- فقيه تقي الدين / ربيعى محمد: ص 1173
- المرونة النفسية وعلاقتها بالاتجاه نحو السلوك الصحى لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط بمؤسسة كمال زميرين المدية
- الوافي آسيا / يحشاشي رايح: ص 1187
- أهمية الذكاء الاقتصادي لحماية المصارف الإسلامية
- بروي جهيده/ دادون مسعود: ص 1200
- الذكاء الاصطناعي في تعلم وتعليم اللغات الأجنبية؛ تعلم اللغة العربية للناطقين بغيرها على دوولينجو أنموذجا
- عبد الحميد فضيلة: ص 1217
- أثر إجراءات التسويق الداخلي في تعزيز الولاء التنظيمي للعاملين في بنك السلام الجزائر
- حاج سعيد يوسف / رايحي بوعبد الله: ص 1230
- التحفيزات الجبائية كآلية لدعم المؤسسات الناشئة في الجزائر

المرونة النفسية وعلاقتها بالاتجاه نحو السلوك الصحي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط بمؤسسة كمال زميرلين المدية
Psychological flexibility and relationship to the trend towards healthy behavior among
students of the fourth year average at the Kamel Zmarlin Foundation Medea

ربيعي محمد

جامعة - غليزان - (الجزائر)

Mrebaipsy@yahoo.fr

فقيير تقي الدين*

جامعة - غليزان - (الجزائر)

takihamide@gmail.com

المعلومات المقال	الملخص:
تاريخ الإرسال: 01/07/2021 تاريخ القبول: 26/12/2021 <u>الكلمات المفتاحية:</u> ✓ المرونة النفسية ✓ الاتجاه نحو السلوك الصحي ✓ تلاميذ السنة الرابعة متوسط	هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية للتلاميذ السنة الرابعة متوسط الذين يزاولون دراستهم بمؤسسة كمال زميرلين بولاية المدية وعلاقتها بالاتجاه نحو السلوك الصحي. وقد تكونت عينة الدراسة من (110) تلميذ وتلميذة يدرسون بالسنة الرابعة متوسط، تم اختيارهم بطريقة قصدية. والذين طبق عليهم مقياس المرونة النفسية ومقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي، حيث استعان الباحث في هذه الدراسة ببرنامج (spss) لاختبار الفرضيات. فكانت النتائج كالتالي: 1- يتمتع تلاميذ السنة الرابعة متوسط بدرجة عالية من المرونة النفسية 2- هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المرونة النفسية والاتجاه نحو السلوك الصحي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.
Article info	Abstract:
Received: 01/07/2021 Accepted: 26/12/2021 <u>Keywords:</u> ✓ Psychological flexibility ✓ Trend Toward healthy behavior ✓ Fourth year middle school students	This study aimed to identify the level of psychological resilience of the fourth year average students who are studying at the Kamal Zummarlin Foundation in the state of Medea and its relationship to the trend towards healthy behavior. The study sample consisted of (110) male and female students studying in the fourth year of average, they were chosen intentionally. Those who were applied to the measure of psychological resilience and the measure of attitude towards healthy behavior, where the researcher used the (SPSS) program in this study to test the hypotheses. The results were as follows: 1- The average fourth-year students enjoy a high degree of psychological flexibility 2- There is a statistically significant correlation between psychological resilience and the trend towards healthy behavior among fourth-year students average

1. مقدمة:

خلق الله الإنسان، وأنعم عليه بالكثير من النعم التي ليس لها حدود مهما حاول الإنسان حصرها وعدّها، ومن بين هذه النعم نعمة الصحة وهي تاج فوق رؤوس الأصحاء سواء كانت صحة الجسد أو العقل أو النفس فكل منهم يكمل الآخر.

وتعد الصحة المدرسية أحد العناصر المهمة المكونة للصحة العامة في كل الدول، وقد دأبت معظم الدول المتحضرة والنامية على العناية بهذا الفرع من العلم إذ يتحتم عليها أن تبدأ بعناية الإنسان من أجل بناء أمة قوية وجيل متين البنين، خاصة التلاميذ بحيث يقضون جزءاً كبيراً من حياتهم اليومية في المدرسة، وتحميهم لهم فرصاً تربوية صحية لكي تساعدتهم على تحقيق السلامة النفسية والجسمية في ظل الضغوط التي يتعرضون لها والتي تعود إلى طبيعة المرحلة العمرية والدراسية، والتي تنعكس على صحتهم الجسمية والنفسية وعلى حياتهم الاجتماعية بشكل عام وخاصة على تحصيلهم الدراسي". (محمد النجيري، 2000، ص 75).

وقد ينخفض التحصيل العلمي لدى التلميذ مع ارتفاع الاضطرابات النفسية والأمراض الجسدية، ويعود ذلك إلى ضعف قدرته على التركيز وانخفاض ملحوظ في تحمل المسؤولية وعدم شعوره بالرفاهية والسعادة في كل الأنشطة اليومية،

وبالتالي "عدم القدرة على العمل الدؤوب الذي تتطلبه الواجبات المدرسية". (جابر عبد الحميد جابر، 1986، ص 35).

والمرونة النفسية في علم النفس تعرف بأنها "القدرة الإيجابية للفرد على التكيف مع الضغوط النفسية، وتمكنه من أداء وظائفه بشكل جيد (Masten, 2009, p26).

ويمكن القول أن المرونة النفسية هي الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الفرد من التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة المختلفة، حيث تعرفها الجمعية الأمريكية لعلم النفس بأنها "عملية التوافق الجيدة والمواجهة الإيجابية للشدائد، الصدمات، النكبات أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر مثل المشكلات الأسرية، مشكلات العلاقات مع الآخرين، المشكلات الصحية، ضغوط العمل والمشكلات المادية". (APA, 2002, p 56).

وهذا ما هدفت إليه دراسة مازن الشماط، سنة 2013 والتي هدفت إلى التعرف على مرونة الأنا كمؤشر وقائي من سيطرة الميول الاكتئابية وأفكار الانتحار وطبقت على عينة تكونت من 915 طالباً وطالبة في المرحلة الثانوية في محافظة دمشق وخلصت هذه الدراسة إلى أن المرونة النفسية لديها علاقة بتحسين الأفراد من الميول الاكتئابية والأفكار الانتحارية.

كما ترتبط المرونة النفسية بقدرة الفرد على التكيف مع الظروف المحيطة به فهي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالسلوكيات التي يمارسها الأفراد في حياتهم اليومية، ونجد منها السلوكيات الصحية التي لها دور فعال في المحافظة على الصحة وترقيتها في ظل الضغوط التي يتعرض لها الفرد، ويعد السلوك الصحي أحد المفاهيم المرتبطة بالصحة المدرسية ويقصد به حسب (شيلي تايلور) أنه "كل نشاط يقوم به الفرد لتنمية صحته أو استدامة العافية مثل الغذاء الصحي والنشاط الرياضي والامتنال لتعليمات طبية ومتابعة العلاج والابتعاد عن العوامل الخطر والسلوك المرض". (Taylor, 2003, p50).

ويعرف السلوك الصحي على أنه "مجموعة من السلوكيات هدفها الوقاية من الأمراض والمحافظة على دوام الصحة". (نايت عبد السلام، 2014، ص 15).

ويعتبر السلوك الصحي من السلوكيات الذي يلقي أهمية متزايدة، ليس فيما يتعلق بالجوانب الجسدية فحسب وإنما في لجوانب النفسية أيضاً، ومن أجل ذلك تعد دراسة وفهم الممارسات السلوكية المضرة بالصحة والتنمية لها، الخطوة الأولى نحو إيجاد الموارد المنمية للصحة والعمل على تطويرها، وتحديد العوامل والاتجاهات المعيقة للصحة من أجل العمل على تعديلها". (عمادي نادية، 2009، ص 37).

فنظراً لندرة الدراسات سواء القديمة منها أو الحديثة والتي تناولت التفاعل بين متغيرات الدراسة حاولنا نحن في هذه الدراسة تبيان العلاقة بين المرونة النفسية والاتجاه نحو السلوك الصحي لدى تلاميذ المرحلة الرابعة من التعليم المتوسط بمؤسسة كمال زمـرلـين المديـة، محاولين الإجابة على التساؤلات التالية:

- ما مستوى المرونة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الرابعة من التعليم المتوسط بمؤسسة كمال زمـرلـين؟
- هل توجد علاقة بين المرونة النفسية والاتجاه نحو السلوك الصحي لدى تلاميذ المرحلة الرابعة من التعليم المتوسط بمؤسسة كمال زمـرلـين؟

وتبعاً لهذه التساؤلات صيغت الفرضيات التالية:

- يتمتع التلاميذ السنة الرابعة متوسط بمؤسسة كمال زميرين بدرجة عالية من المرونة النفسية
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين المرونة النفسية والاتجاه نحو السلوك الصحي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط بمؤسسة كمال زميرين.

2.1 أهداف الدراسة:

- الكشف عن مستوى المرونة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الرابعة من التعليم المتوسط بمؤسسة كمال زميرين.
- التعرف على طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية والاتجاه نحو السلوك الصحي لدى تلاميذ المرحلة الرابعة من التعليم المتوسط بمؤسسة كمال زميرين.

3.1 أهمية الدراسة:

تكتسب هذه الدراسة أهميتها من أهمية الموضوع الذي تتناوله للتعرف على معنى المرونة النفسية والاتجاه نحو السلوك الصحي وعلى مدى تمتع الفئة المستهدفة بالمرونة النفسية وعلاقتها بالاتجاه نحو السلوك الصحي، كما تنبثق أهميتها من كونها قد تساعد في فتح المجال أمام المزيد من الدراسات مستقبلاً وتبسيط الضوء على موضوع البحث والاهتمام به أكثر.

4.1 الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:

المرونة النفسية:

المرونة النفسية هي عملية ديناميكية تمكن الأفراد من إظهار تكيف سلوكي عندما يواجهون مواقف عصبية أو صادمة أو مأساوية أو تهديد أو حتى مواقف ضاغطة (Luther Cecchetti & Becker, 2000, p 26)، ويعرف في دراستنا بمجموع الدرجات التي يتحصل عليها التلميذ على مقياس المرونة النفسية ليحي عمر شعبان شقورة، سنة 2012.

الاتجاه نحو السلوك الصحي:

الاتجاه نحو السلوك الصحي هو: "نسق من التقييمات الوجدانية المرتبطة أو المشاعر المرتبطة بالسلوك الصحي". (زعطوط رمضان، 2014، ص 282)، ونعبر عنه في دراستنا بالدرجة التي يتحصل عليها التلميذ على مقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي لنايت عبد السلام كريمة، سنة 2014، وذلك باحتساب المجموع الكلي للمقياس.

2. الجانب الميداني للبحث

1.2 منهج الدراسة:

يرتبط اختيار المنهج المناسب للدراسة بطبيعة المشكلة التي يعالجها، لذلك تم اختيار المنهج الوصفي ذي الطابع الارتباطي بما يناسب دراسة هذا الموضوع، ذلك باعتبار هذا المنهج يهدف إلى جمع البيانات وتحديد العلاقات الموجودة بين الظواهر بالإضافة إلى تحليلها، حيث نسعى في هذه الدراسة إلى معرفة مستوى المرونة النفسية لدى تلاميذ السنة الرابعة بمتوسطة كمال زميرين بالمدينة والكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية والاتجاه نحو السلوك الصحي لديهم.

2.2 حدود الدراسة:

تحدد هذه الدراسة بالحدود التالية:

الحد الزمني: تم تطبيق هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من سنة 2020/2021.

الحد المكاني: متوسطة كمال زميرين بولاية المدية.

الحد الموضوعي: يتحدد موضوع الدراسة في تناوله المرونة النفسية وعلاقتها بالاتجاه نحو السلوك الصحي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

الحد البشري: تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط في متوسطة كمال زمـرلـين.

3.2 مجتمع الدراسة:

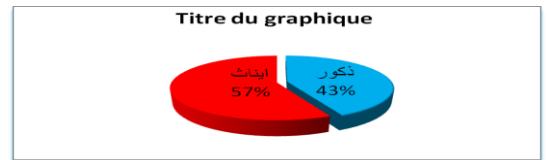
يتمثل مجتمع الدراسة الحالية في تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط الذين يـزاولون دراستهم بمتوسطة كمال زمـرلـين بولاية المديـة لسنة 2021/2020 بحيث قدر عددهم بـ 374 تلميذ وتلميذة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول 1: يوضح توزيع مجتمع الدراسة حسب متغيري الجنس:

المجموع الكلي	الجنس	
	ذكور	إناث
374	161	213

نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن مجتمع الدراسة يتكون من 374 تلميذ وتلميذة بحيث بلغ عدد الذكور 161 تلميذ وبلغ عدد الإناث 213 تلميذة يـزاولون دراستهم بمؤسسة كمال زمـرلـين بولاية المديـة.

الشكل 1: يمثل مجتمع الدراسة باستخدام الدائرة النسبية.



من خلال الشكل رقم (1) نلاحظ أن نسبة مجتمع الدراسة قد وزعت كالتالي حيث بلغت نسبة الإناث 57 % وهي أكبر من نسبة الذكور والتي بلغت 43 %.

4.2 عينة الدراسة:

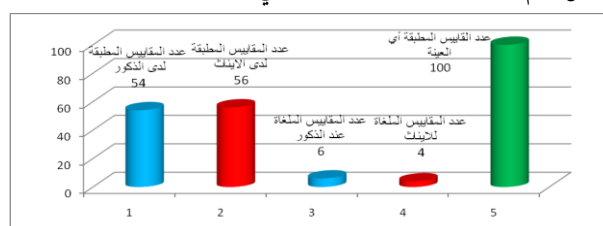
نظرا لصعوبة التوصل إلى مجتمع الدراسة الكلي وصعوبة التنقل إلى عدد كبير من المؤسسات التربوية، لم يقع اختيارنا على العينة العشوائية وتم اختيار العينة بطريقة قصدية المتاحة والمتمثلة في متوسطة كمال زمـرلـين، حيث تمثلت في (110) تلميذ وتلميذة ومسجلين في السنة الرابعة متوسطة ويـزاولون دراستهم دون انقطاع وتتراوح أعمارهم بين 14 و15 سنة وبعد تطبيق المقاييس وإلغاء بعض منها التي لم تستوفي الإجابة الكاملة، بلغ عدد العينة 100 تلميذ وتلميذة يدرسون في السنة الرابعة متوسطة بمؤسسة كمال زمـرلـين المديـة والجدول التالي يبين توزيع العينة حسب الجنس:

الجدول 2: يبين حجم العينة حسب الجنس:

الجنس	عدد المقاييس المطبقة	عدد المقاييس الملغاة	حجم العينة
ذكور	54	06	48
إناث	56	04	52
المجموع	110	10	100

نلاحظ من خلال جدول رقم (02) أن حجم العينة بلغ (110) فرد منهم (54) ذكرا و(56) إناث، وبعد تطبيق المقاييس والتي بلغت (110) مقياس والتي طبقت على الذكور والإناث، تم إلغاء (10) منها، (06) عند الذكور و(04) عند الإناث، وبهذا بلغ حجم عينة الدراسة (100) تلميذ وتلميذة.

شكل رقم 2: يبين العدد العينة الإجمالي بعد تطبيق المقاييس باستخدام الأعمدة البيانية



نلاحظ من خلال الشكل رقم (02) أن عدد المقاييس المطبقة عند الذكور كانت (54) مقياس وهي أقل عددا بالنسبة للإناث والتي بلغت (56) مقياس، وعدد المقاييس الملغاة بلغت عند الذكور (06) مقياس وهي أكثر من المقاييس الملغاة عند الإناث حيث بلغت (04) مقياس، وبهذا قدر عدد المقاييس (100) مقياس، وهو العدد الإجمالي لعينة الدراسة.

5.2 الأدوات الدراسة:

مقياس المرونة النفسية:

لقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على مقياس المرونة النفسية الذي أعده الباحث يحي عمر شعبان شقورة في دراسته لنيل شهادة الماجستير سنة 2012، تحت عنوان " المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية"، بكلية التربية جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

والجدول التالي يبين توزيع الفقرات حسب الأبعاد وطبيعتها (سلبية / الإيجابية):

الجدول 3: يبين توزيع الفقرات مقياس المرونة النفسية حسب أبعادها وطبيعتها (سلبية / إيجابية)

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

حيث يتم الإجابة على فقراته من خلال اختيار البديل الذي يعبر عن حالة المحب بوضع علامة (X)، إذ تتراوح تقديرات الإجابات بين: 1 للبديل أبدا و3 للبديل دائما، في الفقرات الإيجابية، في حين تعكس التقديرات في حالة الفقرات السلبية، وعليه فإن أعلى درجة يمكن أن يتحصل عليها المحب على المقياس ككل تكون: 120 بينما أدنى درجة تكون: (40). (يحي عمر شعبان شقورة، سنة 2012، ص 78)

الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة النفسية:

لنؤكد من صدق وثبات مقياس المرونة النفسية قمنا بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (40) تلميذ ثم قمنا باستعمال كل من طريقة الاتساق الداخلي أما الصدق فاستعملنا طريقة الصدق التمييزي وفيما يلي النتائج:

الثبات عن طريق معامل التناسق:

قمنا بتقدير الثبات عن طريق معادلة ألفا لكرونباخ لدرجة الكلية للمقياس بالإضافة إلى الدرجة الكلية لكل بعد:

الجدول 4: يبين قيمة ألفا كرونباخ في مقياس المرونة النفسية:

المقياس	الأبعاد	العينة	قيمة ألفا كرونباخ الحام	قيمة ألفا كرونباخ المعيارية
الأبعاد	البعد الانفعالي	40	0.60	0.60
	البعد العقلي	40	0.68	0.96
	البعد الاجتماعي	40	0.65	0.66
المقياس	المرونة النفسية	40	0.64	0.65

نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) والذي يبين قيمة ألفا كرونباخ للدرجات الخام والدرجات المعيارية في البعد الانفعالي وهي (0.60)، (0.60) على التوالي وهي أكبر من 0.50 أي أن البعد الانفعالي في المقياس على درجة مقبولة من الثبات، كما نلاحظ أن قيمة ألفا لكرونباخ الخام والمعيارية في البعد العقلي هي (0.68)، (0.96) على التوالي وهي أكبر من (0.50) مما يدل على ثبات البعد العقلي في المقياس، أما قيمة ألفا لكرونباخ الخام والمعيارية للبعد الاجتماعي فقد بلغت (0.65)، (0.66) على التوالي وهي أكبر من (0.50) مما يدل على ثبات البعد الاجتماعي في المقياس، وبلغت قيمة ألفا لكرونباخ الخام والمعيارية للمقياس ككل قدرت بـ (0.64)، (0.65) على التوالي، مما يدل على أن مقياس المرونة النفسية على درجة مقبولة من الثبات.

صدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

الجدول 5: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس المرونة النفسية:

المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
المجموعة العليا	11	97,7692	20	8.35	دال عند 0.01
المجموعة الدنيا	11	83,3077			

نلاحظ من الجدول رقم (05) أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا والذي قدر بـ (97.76) كان أكبر من المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا والتي قدرت بـ (83.30)، كما بلغت قيمة (ت) (8.35) وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، بدرجة حرية (20)، وهذا معناه أنه يوجد فرق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في سمة المرونة النفسية، أي أن مقياس المرونة النفسية لديه القدرة على التمييز بين التلاميذ الذين يتمتعون بمرونة نفسية، ومن خلال النتائج والمتعلقة بتقدير الثبات والصدق يمكن القول أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق والثبات، كما يمكن استعماله في الدراسة من أجل جمع البيانات والتحقق من الفرضيات.

مقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي:

لقد تم الاعتماد على مقياس التي أعدته الباحثة نايت عبد السلام كريمة في أطروحتها لنيل شهادة الدكتوراه سنة 2014 تحت عنوان "علاقة بعض المتغيرات النفسية والشخصية وطرق التعامل مع الضغط النفسي والاتجاه نحو السلوك الصحي بارتفاع ضغط الدم الشرياني التاجي. دراسة مقارنة للمرضى والغير مرضى"، من قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا، جامعة الجزائر 2.

الجدول 6: يبين توزيع البنود حسب طبيعتها (إيجابية/ سلبية) لمقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي:

البنود الموجبة	البنود السالبة
2، 3، 6، 7، 11، 12، 14، 20، 22، 23، 24، 25، 26، 28، 30	1، 4، 5، 8، 9، 10، 13، 15، 16، 17، 18، 19، 21، 27، 29

حيث يتم الإجابة على فقراته من خلال اختيار البديل الذي يعبر عن حالة الجيب بوضع علامة (X)، إذ تتراوح تقديرات الإجابات بين: 1 للبديل غير موافق تماما و 5 للبديل موافق تماما، في الفقرات الإيجابية، في حين تعكس التقديرات في حالة الفقرات السلبية، وعليه فإن أعلى درجة يمكن أن يتحصل عليها الجيب على المقياس ككل تكون: (145) بينما أدنى درجة تكون (29). (نايت عبد السلام كريمة، سنة 2014، ص 82)

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي:

للتحقق من صلاحية مقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي تم اختياره على عينة التلاميذ قوامها (40) مفردة، حيث تم تقدير ثبات الأداة عن معامل التناسق (ألفا كرونباخ) أما الصدق فتم تقديره عن طريق الصدق التمييزي وفيما يلي النتائج:

- الثبات عن طريق ألفا كرونباخ:

قمنا بتقدير الثبات عن طريق معادلة ألفا لكرونباخ لدرجة الكلية للمقياس:

الجدول 7: يبين قيمة ألفا كرونباخ في مقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي:

المقياس	العينة	قيمة ألفا كرونباخ الخام	قيمة ألفا كرونباخ المعيارية
الاتجاه نحو السلوك الصحي	40	0.66	0.68

نلاحظ من خلال الجدول رقم (07) أن قيمة ألفا لكرونباخ الخام وقيمة ألفا لكرونباخ المعيارية لمقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي قدرت بـ (0.66)، (0.68) على التوالي، مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات.

صدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

الجدول 8: بين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين في مقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي:

المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
المجموعة العليا	11	111,6364	20	7.73	دال عند 0.01
المجموعة الدنيا	11	90,6000			

من خلال الجدول رقم (08) نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا والذي قدر بـ (111.64) كان أكبر بكثير من المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا والذي قدر بـ (90.60)، حيث بلغت قيمة (ت) (7.13) والتي كانت دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01، بدرجة الحرية (20)، وهذا يدل على أنه يوجد فرق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في الاتجاه نحو السلوك الصحي، أي أن المقياس لديه قدرة الكشف عن الاختلاف في طبيعة الاتجاه نحو السلوك الصحي.

ومن خلال النتائج والمتعلقة بتقدير الثبات والصدق المقياس يمكن القول أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق والثبات ويمكن استعماله في الدراسة من أجل جمع البيانات والتحقق من الفرضيات.

6.2 الأسلوب الإحصائي المستخدم في الدراسة:

لقد تم الاعتماد على الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss الصيغة 20 في معالجة البيانات وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

1- معادلة ألفا كرونباخ من أجل تقدير الثبات في مقياس الدراسة

2- اختبار t.test لعينتين مستقلتين من أجل التأكد من الصدق التمييزي في مقياس الدراسة.

3- النسب المئوية والتكرارات من أجل وصف العينة

4- اختبار t.test لعينة واحدة من أجل التحقق من الفرضية الأولى

5- معامل الارتباط بيرسون من أجل التأكد من صحة الفرضية الثانية.

3. عرض ومناقشة وتفسير النتائج:

1.3 الفرضية الأولى:

والتي مفادها: "يتمتع التلاميذ السنة الرابعة متوسط بدرجة عالية من المرونة النفسية"

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار "ت" لعينة واحدة وفيما يلي جدول يبين هذه النتائج:

الجدول 9: يبين مستوى المرونة النفسية لدى التلاميذ السنة الرابعة متوسط:

المتغير	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	د الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
البعد الانفعالي	36,4400	32	99	12,69	دال عند 0.01
البعد العقلي	21,6900	18	99	16,46	دال عند 0.01
البعد الاجتماعي	32,5500	30	99	8,110	دال عند 0.01
المرونة النفسية	90,6800	80	99	18.24	دال عند 0.01

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن الفرق الملاحظ بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة: (36,44) في البعد الانفعالي والمتوسط الفرضي له: (32) هو فرق جوهري، حيث قدرت قيمة "ت" ب (12,69) وهي دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) ودرجة الحرية تقدر ب (99) لصالح المتوسط الحسابي، وهذا معناه أن أفراد العينة يتمتعون بمرونة انفعالية، أما البعد العقلي فقد قدر المتوسط الحسابي ب (21,69) والمتوسط الافتراضي قدره (18) وبلغت قيمة "ت" ب (16,46) وهي دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) عند درجة الحرية (99) ومنه أفراد العينة يتمتعون بمرونة عقلية، ونفس الشيء بالنسبة إلى البعد الاجتماعي حيث قدر المتوسط الحسابي ب (32,55) وبلغ المتوسط الافتراضي (32) كما هو مبين في الجدول حيث قدرت قيمة "ت" ب (8,11) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بدرجة الحرية (99) ومنه يمكن القول أن أفراد العينة يتمتعون بمرونة اجتماعية، أما بالنسبة للمرونة النفسية ككل فقد بلغ متوسط الحسابي (90,68) وبالمتوسط الافتراضي قدره (80) كما بلغت قيمة "ت" (18.24) وهي دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) عند درجة الحرية (99) لصالح المتوسط الحسابي، وعلى هذا الأساس يمكن القول أن أفراد عينة البحث يتمتعون بدرجة مقبولة من المرونة النفسية بمختلف أبعادها.

أثبتت النتائج المتوصل إليها أن متوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة بالنسبة للأبعاد الثلاثة المشكلة لسمة المرونة النفسية (الانفعالي، العقلي، الاجتماعي) كان أكبر بكثير عن المتوسط الافتراضي (متوسط المجتمع) حيث قدرت قيمة الفرق بينهما ب (4.44)، (3.69)، (2.55) على التوالي وهي قيم كلها دالة إحصائية، وهذا مؤشر يدل على ارتفاع مستوى المرونة النفسية لأفراد العينة، ومنه يمكن التأكيد على أن تلاميذ السنة الرابعة من المرحلة المتوسطة يتمتعون بسلامة انفعالية، عقلية واجتماعية، وهذا ما يثبت درجة الوعي التي أصبحت تتبناها هذه الشريحة من المجتمع في مواجهة الضغوط ومتطلبات الحياة، وهذا ما تؤكدته دراسة (flatch, 1988) والذي يشير إلى أن الفرد المتعلم يمتاز عن غيره من الأفراد بمجموعة من السمات والتي تجعله شخص مرن وقادر على فهم ومواجهة الآخرين بطرق سلسة وبكثير من الحيلة والحذر، حيث يصفهم بأنهم أشخاص محترمين ومقدرين لذاتهم ويتمتعون بأفكار وأفعال مستقلة، كما لديهم القدرة على حل المشكلات وكفائتهم الفعالة في التفاعل مع الآخرين وإقامة شبكة من العلاقات، كما أنهم أشخاص ذوي استعداد عالي لاكتشاف أفكار جديدة، في حين تناقضت نتائج الدراسة مع دراسة "Campbell, (2009)" التي توصلت إلى أن الأفراد من المستويات الأدنى من التعليم لديهم مستوى منخفض من المرونة النفسية.

2.3 الفرضية الثانية:

التي مفادها: توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين المرونة النفسية والاتجاه نحو السلوك الصحي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استعمال معامل الارتباط بيرسون وفيما يلي جدول يبين هذه النتائج:

الجدول 10: يبين قيمة الارتباط بين المرونة النفسية والاتجاه نحو السلوك الصحي:

المتغير	حجم العينة	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة
المرونة النفسية	100	0.50	دال عند 0.01
الاتجاه نحو السلوك الصحي	100		

نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات تلاميذ السنة الرابعة متوسط على مقياس المرونة النفسية ودرجاتهم على مقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي قد بلغ (0.50) وهي قيمة موجبة ودالة عند مستوى الدلالة 0.01. وفي ضوء هذه القيمة يمكننا القول أننا متأكدون بنسبة 99% بأن هنا علاقة ارتباطية موجبة متوسطة بين المرونة النفسية والاتجاه نحو السلوك الصحي لدى أفراد عينة البحث، وعليه نقبل الفرضية الثانية. وتشير هذه النتائج إلى أنه كلما ارتفع مستوى المرونة النفسية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط تعزز اتجاههم الإيجابي نحو السلوك الصحي، ويرى الباحث أن هذه النتيجة منطقية حيث أن المرونة النفسية تؤدي إلى التوافق النفسي والاجتماعي وتساعد الفرد على الاستقلال بذاته وبالتالي تتكون لديه فعالية ذاتية تساعده على اختيار السلوكيات التي من شأنها أن ترجع بالإيجاب على صحته الجسمية أو النفسية، وهذا ما تأكده نظرية باندورا (التعلم الاجتماعي) والذي أكد على مفهوم الفعالية الذاتية، حيث يرى أن هناك نوعين من التوقعات يرتبطان بنظرية الفعالية الذاتية، فالأول يتعلق بإدراك الفرد لقدراته على القيام بسلوك معين، والثاني هو التوقعات الخاصة بالنتائج، بمعنى الاعتقاد بأن هناك نتائج يمكن أن تنتج من الانخراط في سلوك معين، ومنه فإن الفعالية الذاتية هي مفهوم يفهم من المرونة النفسية ويؤدي إلى النجاح في تبني اتجاهات إيجابية نحو السلوك الصحي، وتتفق هذه الدراسة في جزء منها مع دراسة "محمد عصام أبوندى، سنة (2015)" حيث خلصت إلى أنه هناك علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي والمرونة النفسية، والتي يرجعها الباحث إلى قدرة الفرد على التعامل ومواجهة الضغوطات المستمرة التي يتعرض لها حيث تولد لديه ثقة بالنفس وتساعد على الاستقلال بذاته مما يجعله يحظى بمرونة نفسية عالية، في حين تناقضت هذه النتائج مع دراسة "لمياء قيس، سنة 2012" حيث توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المرونة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة، وتعتقد الباحثة أن هذه النتيجة مؤشر طبيعي للعلاقة بين متغير إيجابي في المرونة النفسية ومتغير سلبي هو أحداث الحياة الضاغطة. ومنه يمكن القول أن تلاميذ عينة البحث يتمتعون بمرونة نفسية تؤهلهم لإدراك قدراتهم على تبني اتجاهات إيجابية نحو السلوك الصحي وأنهم يتوقعون النتائج التي تأتي من وراء تبني هذا النوع من السلوك، فهي تولد لديهم إحساس عال بالقدرة على تبني سلوكيات وقائية وتنفيذها.

4. خاتمة الدراسة ومقترحاتها:

إن الغرض من هذه الدراسة معرفة ما إذا كانت المرونة النفسية لها علاقة بالاتجاه نحو السلوك الصحي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط، كما تهدف إلى معرفة مستوى المرونة النفسية لدى عينة الدراسة، ومن خلال هذا قمنا بافتراض فرضيتين: الفرضية الأولى والتي تنص على أن تلاميذ عينة البحث يتمتعون بمرونة نفسية عالية، وقد بلغ المتوسط الحسابي (90.68) وقدرت قيمة "ت" بـ (18.24) وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة (0.01) بدرجة الحرية (99)، وهذا ما يثبت صحة الفرضية بأن التلاميذ يتمتعون بدرجة عالية من المرونة النفسية ودرجة الوعي التي أصبحت تبنيها هذه الشريحة من المجتمع في مواجهة الضغوط ومتطلبات الحياة وطريقة التفاعل والتعامل مع الظروف المحيطة بهم سواء الإيجابية أو السلبية في المجتمع، وبذلك فقد تحققت الفرضية الأولى. والفرضية الثانية والتي تنص على أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية والاتجاه نحو السلوك الصحي لدى أفراد عينة البحث، حيث أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات تلاميذ السنة الرابعة متوسط على مقياس المرونة النفسية ودرجاتهم على مقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي قد بلغ (0.50) وهي قيمة موجبة ودالة عند مستوى الدلالة 0.01، ومنه كلما ارتفع مستوى المرونة النفسية لدى أفراد عينة البحث تعزز اتجاههم الإيجابي نحو السلوك الصحي، وبالتالي فقد تحققت هذه الفرضية.

في ظل هذه النتائج نقترح جملة المقترحات التالية:

- 1- إعداد برامج لرفع مستوى المرونة النفسية وبالتالي تبني اتجاهات إيجابية نحو الممارسات السلوكية الصحية.
- 2- إجراء دراسة تتناول المرونة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى: كالالتزام الصحي ومركز الضبط المدرس.
- 3- القيام بدراسة مماثلة على عينات أخرى تضم أفراداً من شتى الشرائح الاجتماعية (تلاميذ المدرسة الابتدائية، تلاميذ الثانويات، ذوي الاحتياجات الخاصة،

الكبار في السن).

4- وضع خطط وبرامج وقائية في المؤسسات التربوية تعمل على إكساب التلاميذ اتجاهات وممارسات سلوكيات صحية التي تعود بالإيجاب على صحتهم.

5. قائمة المراجع:

- 1- جابر عبد الحميد جابر، 1986: "علم النفس التربوي"، دون طبعة، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر.
- 2- زعطوط رمضان، عبد الكريم قريشي: "الاتجاه نحو السلوك الصحي وعلاقته بالتدين لدى مرضى السكري ومرض ضغط الدم المرتفع بورقلة"، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 17، ديسمبر 2014، ص 279-294.
- 3- عيادي نادية، 2009: "علاقة مصدر الضبط بالسلوك الصحي لدى طلبة الجامعة"، رسالة ماجستير، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة باتنة، الجزائر.
- 4- محمد النجيري، 2000: "دور المدرسة في التربية الصحية للطفل"، مجلة الوعي الإسلامي، العدد 416، القاهرة، مصر.
- 5- نايت عبد السلام كريمة: "علاقة بعض المتغيرات النفسية والشخصية وطرق التعامل مع الضغط النفسي والاتجاه نحو السلوك الصحي بارتفاع ضغط الدم الشرياني الناجي. دراسة مقارنة للمرضى والغير مرضى"، أطروحة دكتوراه، قسم علم النفس وعلوم التربية والأطفونيا، جامعة الجزائر 2، الجزائر.
- 6- يحي عمر شعبان شقورة، 2012: "المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة"، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

7- (A.P.A) American psychological association, 2002: « the road to résilience », 750 first Streets, NE, Washington DC.

8- Luther Cecchetti and Becker brony, 2000: « the construct of résilience » Gi tical évaluation and children for futur Works.

9- Masten A.S, 2009: « ordinary Magic: Lessons frome research on résilience in humane », vol 49, development , éducation , canada.

10- Shelly Taylor S.E, 2003: « health psychologie », 5eme ed , new York , graw-hill.

6. ملحق:

مقياس الاتجاه نحو السلوك الصحي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

الحسن.....

عزيزي الطيب، عزيزي التلميذ.....

لديك مجموعة من العبارات التي تعبر عن اتجاهات السلوكيات الصحية، الرجاء قراءة كل عبارة بتمعن، ثم ضع إشارة (X) في المربع الذي يعبر عن الدرجة التي تعتقد أنها تصف حقيقة اتجاهك نحو السلوك الصحي ومدى موافقتك على ما جاء في تلك العبارة.

وشكرا على تعاونكم

ملاحظة: نتائج هذه الاستمارة تستعمل لغرض البحث العلمي فقط

الرقم	العبارة	غير موافق أبدا	غير موافق	محايد	موافق	موافق تماما
01	لا اهتم كثيرا بمشكلاي الصحية					
02	أكره الدراسة لساعات طوال في اليوم					
03	أحب التفرغ والاستجمام للراحة					
04	أفضل استعمال وسائل النقل على السير على قدمي					
05	زيادة الوزن لا تقلقني كثيرا					
06	أرغب في ممارسة الرياضة مرتين على الأقل أسبوعيا					
07	أحب تنظيف أسناني يوميا					
08	أميل كثيرا إلى تناول القهوة والشاي					
09	لا يقلقني السهر أو النوم متأخرا					
10	أحب أكل الكسكسي كثيرا					
11	أتمنى أن يمنع الكحول تماما في بلدنا					
12	أميل إلى النوم من 7 إلى 8 ساعات يوميا					
13	أميل إلى تناول مشروبات غازية					
14	أحب نوم القيلولة أواخر قسط من الراحة					
15	أنا أحب أكل اللحم خاصة الحمراء					
16	يرعني القيام بكل التحاليل التي يطلبها الأطباء					
17	يصعب الالتزام بالحمية (الرجيم)					
18	أحب أكل الحلويات بكثرة					
19	أميل إلى إضافة الملح للطعام (قبل تذوقه)					
20	أحب تناول الفواكه					

21	يصعب علي الاستماع عن التدخين				
22	يصعب علي تناول وجبات سريعة بين الوجبات الرئيسية				
23	أنا أكوه التدخين				
24	أمل إلى استهلاك جميع مشتقات الحليب (الحن، اللبن، الزباد،... الخ)				
25	أنا أتناول بانتظام الأدوية التي يصفها لي الأطباء				
26	أحب تناول الخضار				
27	لا يقلقي تناول الأطعمة الدسمة (كثيرة الدهن)				
28	أحب قياس ضغط الدم ولومرة في السنة				
29	إذا كان الأكل قليل الملح يصعب علي تناوله				
30	أحب قيام بحمام (دوش) يوميا				

مقياس المرونة النفسية

كلية العلوم الاجتماعية والانسانية

الجنس:.....

عززي التلميذ عززي التلميذة:.....

نضع بين يديك مجموعة من العبارات التي تصف حالتك في مجموعة من المواقف المختلفة لذا نطلب منك قراءة كل عبارة بنم عن وقرر إذا كانت تنطبق عليك أم لا وذلك بوضع العلامة (X) في الحانة المناسبة.

ملاحظة: نتائج هذه الاستمارة تستعمل لعرض البحث العلمي فقط

الرقم	العبارة	دائماً	أحياناً	أبداً
01	أأخذ قراراتي بنفسني			
02	أقبل الانتقاد بصدر رحب			
03	أشارك الآخرين في مساهماتهم السعيدة والحزينة			
04	لدي الحرة لمواجهة الواقع مهما كان مؤلماً			
05	أتمسك برأيي بالرغم من صواب الرأي الآخر			
06	أسعى لمساعدة الآخرين في محنتهم			
07	عندما أحل مشكلة أجد معة في التحرك لحل مشكلة أخرى			
08	أعتبر رأيي هو رأيي مبدئي إلى أن أستمع للآخرين ثم أقرر الرأي النهائي			
09	أسعى لبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين			
10	أخطط لأموالي حياتي ولا أتريتها تحت رحمة الصدفة			
11	اعترف بالخطأ إذا اقتضت بوجهة النظر المخالفة			
12	أغتم أي فرصة للتواصل مع الآخرين			
13	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات			
14	أصغي للرأي المخالف لي لأسعوب حقائقه التي قد تكون غاية عني			
15	لدي القدرة على تكوين صداقات جديدة بسهولة			
16	مهما كانت العقبات فإنني أسعى لتحقيق أهدافي			
17	أؤمن بأن الخلاف في الرأي ضرورة لإثراء الموضوع المطروح للنقاش			
18	أشارك في الأنشطة المجتمعية والأعمال التطوعية			
19	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة مالا أعرفه			
20	عادة ما أفكر جيداً قبل أن أقدم على فعل أي شيء			
21	علاقاتي مع الآخرين مبنية على الاحترام والتقدير			
22	أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تتطلب علي مشكلات أستطيع أن أواجهها			
23	أشارك أسرتي في مواجهة وحل المشاكل التي تواجهها في الأسرة			
24	أشارك في النقاشات حول المواضيع الأسرية مع أفراد أسرتي			
25	أرغب أن أصف نفسي بأنني ذو شخصية لطيفة وقوية			
26	أرفض القيام بالأعمال التي يكلفني بها والدي إذا تعارضت مع مبادئ			
27	أقدم المساعدة لزملائي في حل المسائل الدراسية التي لا يفهمون على حله			
28	أخجل من الإجابة على الأسئلة التي يوجهها الأستاذ بالرغم من معرفتي للإجابة الصحيحة			
29	أحترم آراء والدي بالرغم من تعارضها مع رأيي الشخصي			
30	أرتبك عندما يوجه لي المحاضر سؤال أمام الآخرين			
31	أشارك في الأعمال البيتية بالرغم من انشغالي بالأعباء الدراسية			
32	أشعر بحرج من الاتصال بأستاذتي			
33	أقدم المساعدة لأخوتي في حل واجباتهم المدرسية بالرغم من انشغالي بدراساتي			
34	أتردد في الاستفسار من أستاذتي عن مواضيع لا أفهمها			
35	أفقد تعليمات والدي بدقة			
36	أشعر بالملل والفتق أثناء الدروس			
37	أفقد رغبات والدي بدون تذمر			
38	أشعر بقلق شديد عند الدخول لقاعة الامتحانات			
39	أشارك في الأنشطة والتفاعلات التلاميذ داخل المؤسسة			
40	أأعجب على غضيبي من الآخرين بسرعة معقولة			

مقياس المرونة:

البيانات عن طريق الاستمارة الداخلي:

المقاييس ككل			
		N	%
Cases	Valid	39	100,0
	Excluded ^a	0	0
	Total	39	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.655	.644	41

Summary Item Statistics							
	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Variances	.417	.026	.632	.606	24,632	.017	41
Inter-Item Correlations	.042	-.434	.558	.992	-1,286	.031	41

البيد الأول			
		N	%
Cases	Valid	39	97,5
	Excluded ^a	1	2,5
	Total	40	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.607	.605	16

Summary Item Statistics							
	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Variances	.378	.026	.632	.606	24,632	.021	16
Inter-Item Correlations	.027	-.357	.480	.837	-1,342	.032	16

البيد الثاني			
		N	%
Cases	Valid	39	97,5
	Excluded ^a	1	2,5
	Total	40	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.680	.694	9

Summary Item Statistics							
	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Variances	.378	.204	.524	.320	2,570	.012	9
Inter-Item Correlations	.098	-.296	.433	.729	-1,463	.026	9

البيد الثالث			
		N	%
Cases	Valid	39	97,5
	Excluded ^a	1	2,5
	Total	40	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.651	.664	16

Summary Item Statistics							
	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Variances	.477	.301	.625	.324	2.076	.011	16
Inter-Item Correlations	.051	-.346	.517	.864	-1.492	.031	16

صدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

Group Statistics					
	VAR.00043	N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
VAR.00042	1,00	11	97,7692	4,81584	1,33567
	2,00	11	83,3077	3,96620	1,10003

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Difference	
									Lower	Upper
VAR.00042	assumed	142	.710	8,358	20	.000	14,46154	1,73034	10,89029	18,032
	not assumed			8,358	19,149	.000	14,46154	1,73034	10,88333	18,039

المقياس الثاني: الاتجاه نحووس السلوك الصحي: الثبات عن طريقة الاتساق الداخلي:

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	39	100,0
	Excluded ^a	0	0
	Total	39	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.663	.681	50

Summary Item Statistics							
	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Variances	1,534	.518	2,410	1,892	4,651	.153	30
Inter-Item Correlations	.030	-.544	.611	1,154	-1,123	.036	30

الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

Group Statistics					
	VAR00032	N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
VAR00031	1,00	11	111,6364	4,94515	1,49102
	2,00	11	90,6000	7,39670	2,33904

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	Std. ErrorDifference	95% Confidence Difference	
									Lower	Upper
VAR00031	assumed	1,085	,311	7,731	19	,000	21,03636	2,72116	15,34091	26,73182
	not assumed			7,584	15,497	,000	21,03636	2,77385	15,14052	26,93221

ملحق الفرضية رقم: 01

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الانفعالية المرونة	100	36,4400	3,49695	,34970

One-Sample Test						
	Test Value = 32					
	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
الانفعالية المرونة	12,697	99	,000	4,44000	3,7461	5,1339

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
العقلية: الموهبة	100	21,6900	2,24146	,22415

One-Sample Test

	Test Value = 18					
	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
العقلية المرونة	16,462	99	,000	3,69000	3,2452	4,1348

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاجتماعية المرونة	100	32,5500	3,14426	,31443

One-Sample Test						
	Test Value = 30					
	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
الاجتماعية المرونة	8,110	99	,000	2,55000	1,9261	3,1739

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسية المرونة	100	90,6800	5,85495	,58549

One-Sample Test						
	Test Value = 80					
	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
النفسية المرونة	18,241	99	,000	10,68000	9,5183	11,8417

ملحق الفرضية رقم: 02

Correlations			
		النفسية المرونة	الصحي السلوك نحو الانحياز
النفسية المرونة	Pearson Correlation	1	,508
	Sig. (2-tailed)		,004
	N	100	100
الصحي السلوك نحو الانحياز	Pearson Correlation	,508	1
	Sig. (2-tailed)	,004	
	N	100	100