

جامعة قاصدي مرباح ورقلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي التربوي



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي

شعبة التربية الحركية

تخصص التربية الحركية لدى الطفل والمراهق

بعنوان:

علاقة الصلابة النفسية بالتحصيل الدراسي لطالب التربية البدنية والرياضية .

"دراسة ميدانية بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة ورقلة"

إعداد الطالب: الشايب خالد

نوقشت بتاريخ:

أمام اللجنة المكونة من السادة:

| | | | |
|----------|-----------------------|-------------|---------|
| الأستاذ: | قويدر بن براهيم العيد | جامعة ورقلة | رئيساً |
| الأستاذ: | قادي تقي الدين | جامعة ورقلة | مشرفاً |
| الأستاذ: | ناصر يوسف | جامعة ورقلة | مناقشاً |

السنة الجامعية: 2016م / 2017م

كلمة شكر

لا يسعني وأنا أنهي هذا العمل إلا أن أتوجه بالشكر الجزيل والحمد الكثير لله الواحد الأحد
على أن أعانني ووفقني،

فلك الحمد والشكر والمنة والفضل، وأصلي وأسلم على خير البرية محمد صلى الله
عليه وسلم.

ثم أتوجه بالشكر والعرفان إلى الأستاذ المشرف تقي الدين قاري الذي شرفني بتأطير هذا
العمل فكان نعم الموجه.

كما أتوجه بالشكر إلى كل من قدم لي يد المساعدة وأخص بالذكر الوالد الكريم
والأخت الفاضلة.

كما لا يفوتني أن أتوجه بالشكر إلى الأساتذة الأفاضل أعضاء اللجنة المناقشة،
والزملاء طلبة معهد تقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الذين تكرموا بالإجابة على أداة الدراسة الحالية.

والحمد لله أولاً وأخيراً

الطالب: خالد الشايب.

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة علاقة الصلابة النفسية بالتحصيل الدراسي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في جامعة ورقلة.

تكوّن مجتمع الدراسة من طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في جامعة ورقلة خلال السنة الجامعية 2017/2016، والبالغ عددهم (666) طالباً، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (140) طالبا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية بما نسبته (21%) تقريباً من مجتمع الدراسة، وتم استخدام أداة (أبو حسين) التي تتكون من ثلاثة أبعاد هي: الالتزام، والتحدي، والتحكم، ومن 31 بنداً، حيث تم تعديلها ليصبح عدد البنود 30 بنداً.

وقد أسفرت النتائج عن عدم وجود علاقة دالة بين الصلابة والتحصيل الدراسي، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق دالة في الصلابة النفسية و التحصيل الدراسي باختلاف متغير المستوى الدراسي وقد تم تفسير هذه النتائج انطلاقاً من الدراسات السابقة والواقع المعيش.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، الالتزام، التحكم، التحدي، التحصيل الدراسي،

طلبة التربية البدنية والرياضية.

Abstract

The present study aimed at identifying the relationship of psychological hardness to the academic achievement of the students of the Institute of Science and Technology of Physical and Sports Activities at the University of Ouargla.

The study population consisted of students of the Institute of Science and Technology of Physical and Sports Activities at the University of Ouargla during the year 2016/2017. The sample consisted of (666) students. The study was conducted on a sample of (140) students who were randomly selected by class (21%) of the study population.

The study used a tool (Abu Hussein), which consists of three dimensions: commitment, challenge and control, and 31 items, which were amended to become 30 items.

The results showed no significant relationship between hardness and academic achievement. The study also showed that there were no significant differences in psychological hardness and academic achievement according to the variables of the academic level. These results were explained by previous studies and the living reality.

قائمة المحتويات

| الصفحة | العنوان |
|--------|---|
| أ | كلمة شكر |
| ب | ملخص الدراسة |
| ج | فهرس المحتويات |
| هـ | قائمة الجداول |
| 1 | المقدمة |
| | الفصل الأول: مشكلة الدراسة |
| 3 | 1. تحديد إشكالية الدراسة |
| 5 | 2. فرضيات الدراسة |
| 5 | 3. أهداف الدراسة |
| 6 | 4. أهمية الدراسة |
| 6 | 5. التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة |
| 7 | 6. حدود الدراسة |
| | الفصل الثاني: الدراسات السابقة المتعلقة بمتغيرات الدراسة |
| 9 | تمهيد |
| 9 | 1. الدراسات المتعلقة بالصلابة النفسية |
| 17 | 2. الدراسات المتعلقة التحصيل الدراسي |
| | 3-التعليق على الدراسات السابقة |
| | الفصل الثالث: الصلابة النفسية لطلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية |
| 22 | تمهيد |
| 22 | 1.تعريف الصلابة النفسية |
| 24 | 2.أهمية الصلابة النفسية |
| 25 | 3.أبعاد الصلابة النفسية |
| 28 | 4.خصائص الأفراد ذوي الصلابة النفسية |

| | |
|----|--|
| 29 | 5. النظريات المفسرة للصلابة النفسية |
| 30 | خلاصة الفصل |
| | الفصل الرابع: التحصيل الدراسي |
| 32 | 1. تعريف التحصيل الدراسي |
| 34 | 2. أهمية التحصيل الدراسي |
| 35 | 3. العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي |
| 36 | 4. أدوات قياس التحصيل الدراسي |
| 41 | خلاصة الفصل |
| | الفصل الخامس: إجراءات الدراسة الميدانية |
| 43 | تمهيد |
| 43 | 1. منهج الدراسة |
| 43 | 2. مجتمع الدراسة |
| 44 | 3. عينة الدراسة |
| 44 | 4. الدراسة الاستطلاعية |
| 44 | 5. أدوات الدراسة |
| 47 | 6. إجراءات تطبيق الدراسة الميدانية |
| 47 | 7. الأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة |
| | الفصل السادس: عرض النتائج وتفسيرها |
| 49 | تمهيد |
| 49 | 1. عرض نتائج الفرضية الأولى وتفسيرها |
| 50 | 2. عرض نتائج الفرضية الثانية وتفسيرها |
| 52 | 3. عرض نتائج الفرضية الثالثة وتفسيرها |
| 54 | خلاصة عامة وآفاق مستقبلية |
| 55 | قائمة المراجع |
| | الملاحق |

قائمة الجداول

| الصفحة | عنوان الجدول | رقم الجدول |
|--------|--|------------|
| 44 | يمثل مجتمع الدراسة. | 1 |
| 44 | يمثل عينة الدراسة. | 2 |
| 45 | يبين أبعاد الصلابة النفسية والفقرات التي تنتمي إليه. | 3 |
| 46 | يوضح دلالة الفرق بين درجات الفئة العليا ودرجات الفئة الدنيا على أداة الصلابة النفسية. | 4 |
| 49 | يمثل قيمة معامل الارتباط بين الصلابة النفسية والتحصيل الدراسي. | 5 |
| 51 | يوضح نتائج اختبار(ت) بين متوسط درجات طلبة الليسانس وطلبة الماستر على اختبار الصلابة النفسية. | 6 |
| 52 | يوضح نتائج اختبار(ت) بين متوسط تحصيل طلبة الليسانس ومتوسط تحصيل طلبة الماستر. | 7 |

مقدمة:

لقد اهتمت الدول الحديثة بالتربية البدنية اهتماما كبيرا لما لها من أهداف بناءة تساعد على إعداد المواطن الصالح إعدادا شاملا لجميع الجوانب الشخصية سواء كانت جسدية أو نفسية، عقلية أو اجتماعية، حتى أنها أصبحت من المؤشرات الهامة التي تدل على التقدم الحضاري للمجتمع و أصبح تطورها ضرورة من ضروريات الحياة وواجباً اجتماعياً هاماً يجب أن نعمل على تحقيقه.

ومن بين الأهداف التي تسعى التربية البدنية إلى تحقيقها، تكوين شخصية الطالب بطريقة متماسكة ومتوازنة وبناءة، وتؤكد الدراسات أن من بين محددات الشخصية المتوازنة والمتناسقة سمة الصلابة النفسية التي يمكن أن تسهم في تطوير مستوى التحصيل الدراسي لدى طالب التربية البدنية والرياضية، وهذا ما تحاول الدراسة الحالية طرحه ومناقشته وفقاً للخطة المنهجية المناسبة

جاءت الدراسة مقسمة إلى ستة فصول يتناول الفصل الأول مشكلة الدراسة والفصل الثاني الدراسات السابقة.

بينما الفصل الثالث تناول الصلابة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، وخصص الفصل الرابع التحصيل الدراسي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

أما الفصل الخامس فقد تم التطرق فيه إلى إجراءات الدراسة الميدانية، وخصص الفصل السادس والأخير لعرض وتفسير نتائج الدراسة الميدانية، وختمت الدراسة بخلاصة واستنتاج عام فضلا عن قائمة المراجع والملاحق

الفصل الأول:

مشكلة الدراسة

- 1- مشكلة الدراسة
- 2- أسئلة الدراسة
- 3- فرضيات الدراسة
- 4- أهداف الدراسة
- 5- التحديد الإجرائي لمتغير الدراسة

1- مشكلة الدراسة :

يولى الكثير من الباحثين اهتماما كبيرا بالتحصيل الدراسي والأكاديمي على حد سواء باعتبارهما مؤشرا موضوعيا وعلميا على مدى تقدم الطالب في اكتسابه للمعارف المختلفة وكذا على مدى قدرته على استرجاعها في الوقت المناسب من خلال الامتحانات والاستجابات والفحوص، وقد قدم الباحثون مجموعة من التعاريف المختلفة والمتنوعة والتي ترجعه أحيانا إلى استعدادات المتدرس وقدراته وأحيانا أخرى بالمنهاج والمادة الدراسية.

يتأثر الكائن البشري بالبيئة المحيطة به بشكل ينعكس على السلوك والأفعال وتتحدد من خلالها العلاقات بين الأفراد والجماعات، ولعل من أهم البيئات التي يتعامل معها الإنسان بشكل يومي وفي مختلف مراحل حياته وهي البيئة التعليمية (جديد، 2016: 11).

ويلجأ الفرد حين تواجهه عقبات أو مشكلات لا يستطيع حلها إلى تعديل سلوكه بما يتلاءم والظروف الجديدة لكي يحصل على إرضاء أو إشباع لدوافعه فتغير من سلوكه ليكون أكثر فاعلية مع الظروف المؤثرة في العمل أو التعليم وحتى يحقق أهدافه ويستعيد حالة الاتزان والانسجام لاستمرار النمو والحياة.

وعلى الرغم من كثرة الأساليب النفسية والوقائية الدفاعية وتعددتها وتنوعها في حماية الذات الإنسانية من اللوم والتهديد النفسي، برزت أساليب نفسية تعد من أساسيات الصحة النفسية التي تسهم إلى حد كبير في مقدرة الفرد وإمكانيته على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه (جديد، 2016: 11).

ومن العوامل النفسية التي تساعد الأفراد على التوافق مع المواقف المختلفة التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية الصلابة النفسية أو ما يسمى أحيانا المقاومة النفسية أو المناعة النفسية، حيث توصلت الباحثة "كوبازا" إلى أن الصلابة النفسية هي التي تكمن وراء احتفاظ الأفراد بصحتهم النفسية. (بوراس، 2015: أ)

ولمفهوم الصلابة النفسية دور مهم وفعال في منع حدوث التأثيرات السلبية المتوقعة التي تحدثها ظروف الحياة الضاغطة على قابلية الفرد بصورة عامة، فضعف تحقيق الصلابة النفسية لدى الفرد يجعله أكثر عرضة للانفعالات السلبية وأكثر استجابة للمواقف غير السارة

وعدم القدرة على التفاعل مع الآخرين وتحمل المسؤولية، إلا من خلال المساعدة، إضافة إلى تعرضه للإصابة بالأمراض النفسية والجسمية وصعوبة التوافق مع العالم الخارجي، وهذا ما يجعله يواجه صعوبات كثيرة في حياته.

وتعطينا الصلابة النفسية مؤشرا من مؤشرات الصحة النفسية والجسمية وتحدد مستوى قابلية الفرد على التوافق مع المتغيرات البيئية المختلفة، ولما كانت الصحة النفسية معيارا يدل على نضج الشخصية وتكاملها، فالشخص الناضج هو الذي يتمكن من السيطرة على انفعالاته والاحتفاظ برياسة جأشه عند مواجهة المشكلات.

لذلك اهتم علماء النفس بالصلابة النفسية واعتبروها متغيرا من متغيرات الشخصية، فالضعف في مستواها يسهم في إعاقة توافق الفرد مع البيئة ويؤثر في مستوى علاقاته مع الآخرين.

وقد أشار هانتون HANTON إلى أن الفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية يستخدم التقييم وإستراتيجيات المواجهة بفاعلية، وهذا يشير إلى أن لدى ذلك الفرد مستوى عال من الثقة النفسية والدافعية للإنجاز، وعليه فإن ذلك الفرد يواجه المواقف الضاغطة بأقل تهديد ويعيد بناءها بطريقة أكثر إيجابية، والأكد أن هذا لا يحدث مع كل الأفراد، ونتيجة لهذا توجه اهتمام الكثير من الباحثين إلى هذه القوة النفسية الصلبة، ونجد من أهم هؤلاء الباحثين كوبازا Kobasa بهدف معرفة المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تكمن وراء احتفاظ الأفراد بصحتهم النفسية، وتوصلت إلى أن الصلابة النفسية هي مجموعة من الخصائص تشمل متغيرات الالتزام ووضوح الأهداف والتحكم والتحدى (المفرحي، 2008: 89).

والمعيار الأساسي لقياس مدى فاعلية مستوى الفرد في المحيط التربوي ونجاح عملية التعليم هو مستوى التحصيل الدراسي، حيث يتأثر التحصيل بعدة عوامل منها مايتعلق بالمتعلم كالذكاء والقدرات العقلية والعوامل الاجتماعية المحيطة به، كما يولي الدارسون للتحصيل الدراسي أهمية قصوى لتحديد المتغيرات المؤثرة على إنجاز التلميذ في المحيط المدرسي، والتركيز على المؤثرات الشخصية المتعلقة بالطالب كالسمات الشخصية المميزة، وتؤكد الدراسات أن الصلابة النفسية عامل حاسم في الرفع من مستوى التحصيل الدراسي لدى المتمدرسين والطلاب.

أما الدراسة الحالية فتسعى للتأكد من علاقة الصلابة النفسية بالتحصيل الدراسي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة ورقلة، من خلال البحث في المشكلة التي تتمثل في: علاقة الصلابة النفسية بالتحصيل الدراسي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة ورقلة؟

2- تساؤلات الدراسة:

- هل توجد علاقة بين الصلابة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة التربية البدنية والرياضية ؟

- هل توجد فروق في الصلابة النفسية تعزى للمستوى الدراسي (ليسانس/ماستر)؟

- هل توجد فروق في التحصيل الدراسي تعزى للمستوى الدراسي (ليسانس/ماستر)؟

3- فرضيات الدراسة:

1- توجد علاقة دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة التربية البدنية.

2- توجد فروق دالة إحصائياً في الصلابة النفسية تعزى للمستوى الدراسي (ليسانس/ماستر)

3- توجد فروق دالة إحصائياً في التحصيل الدراسي تعزى للمستوى الدراسي (ليسانس/ماستر).

4- أهداف الدراسة: تتلخص أهداف الدراسة في النقاط الآتية:

1- معرفة علاقة الصلابة النفسية بالتحصيل الدراسي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

2- معرفة علاقة الصلابة النفسية بالمستوى العلمي للطلاب (ليسانس/ماستر).

4- معرفة علاقة التحصيل الدراسي بالمستوى العلمي للطلاب (ليسانس/ماستر).

5- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في أهمية المتغيرات التي تناولتها بالدراسة، حيث تعد الصلابة النفسية من المواضيع المهمة في علم النفس الإيجابي والتي تشغل مساحة واسعة من العلوم النفسية التي يعطى لها أهمية كبيرة في وقتنا الحاضر.

كما تتجلى أهمية الدراسة في الكشف عن علاقة الجوانب النفسية للطالب كالتحصيل الدراسي حيث أن التحصيل أحد الجوانب المهمة في منظومة التربية التي أهتم بدراستها الباحثون في مجال علم التربية والمختصون بالتحصيل الدراسي الأكاديمي.

ومن هنا حرصنا في هذه الدراسة على الاهتمام بالطلبة من خلال دراسة الصلابة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طالب معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، لان الاهتمام والعناية بمثل هذه المواضيع يساعد في الارتقاء بالطلبة واستغلال أقصى طاقاتهم وإمكاناتهم للرقى بالمجتمع.

6- التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة:

الصلابة النفسية: تعرف الصلابة على أنها سمة من سمات الشخصية والتي تساعد الفرد في التخلص من الضغوط وتشتمل على ثلاث أبعاد التحدي، والالتزام، والتحكم.

وتقاس الصلابة النفسية في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال استجاباتهم للأداة التي أعدتها .أبوحسن(2012).

التحصيل الدراسي : يعرفه جابلن أنه مستوى محدد من الأداء أو الكفاءة في العمل الدراسي، كما يقيم من قبل الأساتذة .

ويقاس التحصيل الدراسي في الدراسة الحالية بالدرجة التي تحصل عليها الطالب في إختبارات السنة السابقة.

7-حدود الدراسة: تتحدد الدراسة الحالية :

- زمنياً: الموسم الجامعي(2016/2017).

- بشرياً: طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

- مكانياً: بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة ورقلة.

الفصل الثاني:

الدراسات السابقة المتعلقة بمتغيري

الدراسة.

1-الدراسات السابقة المتعلقة بالصلابة

النفسية.

2-الدراسات السابقة المتعلقة بالتحصيل الدراسي.

3-التعليق على الدراسات السابقة.

- تمهيد:

إن استطلاع الدراسات السابقة مسألة مهمة من عدة وجوه، فهي تجنب الباحث التكرار وإضاعة الوقت والجهد في مواضيع تم بحثها، وهي تضع البحث في إطاره الصحيح وفي موقعه المناسب من البحوث الأخرى، وبيان ما يمكن أن يضيفه البحث إلى المعرفة الإنسانية، وبما أنه من الصعوبة بمكان حصر كل البحوث والدراسات المتعلقة بموضوع علاقة الصلابة بالتحصيل، فقد تم الاكتفاء بإلقاء الضوء على عدد منها لأهميتها.

وقد تم عرض هذه الدراسات وفقاً للخطوات الآتية:

- تعريف بالدراسة.

- أداة الدراسة

- الهدف من الدراسة.

- نتائج الدراسة.

1-الدراسات المتعلقة بمتغير الصلابة النفسية:

دراسة ميتشيل **Mitchel (1989)**: أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي على أحداث الحياة الضاغطة.

هدف الدراسة: معرفة أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي بالحياة الضاغطة، حيث بلغت عينة الدراسة 165 فرداً من طلبة قسم البكالوريوس في التمريض

أداة الدراسة: وقد طبقت عليهم مقياس الصلابة النفسية وقائمة النظرات الشخصية لمادي.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه بين الصلابة النفسية وتقييم

الأحداث بأنها مثيرة للتهديد، ووجود ارتباط إيجابي بين الصلابة النفسية وإستراتيجيات المواجهة

التي تركز على المشكلة ووجود ارتباط سلبي بين الصلابة النفسية واستراتيجيات المواجهة التي تركز على الانفعال.

دراسة مخيمر(1996): الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين إدراك القبول/الرفض الوالدي والصلابة النفسية.

أداة الدراسة: طبقت الدراسة على عينة بلغ عددها 163 منهم (88) ذكور و (75) إناث من طلبة جامعة الزقازيق

نتائج الدراسة: نتجت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث في بعدي التحكم والتحدي لصالح الذكور، بينما لم توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث في الدرجة الكلية للصلابة النفسية وفي بعد الإلتزام. كما أشارت النتائج كذلك إلى وجود ارتباط موجب دال بين الصلابة النفسية والدفء الوالدي لدى الذكور والإناث، وكذلك أشارت النتائج إلى وجود ارتباط دال سالب بين الصلابة النفسية والرفض الوالدي لدى الذكور والإناث.

دراسة قدومي(2001, Qadumi): بعنوان الصلابة النفسية لدى معلمي اللغة الإنجليزية

هدف الدراسة: التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات اللغة الإنجليزية في محافظات شمال فلسطين، إضافة إلى تحديد دور كل من المتغيرات التالية: النوع الاجتماعي والمؤهل العلمي والرتب والحالة الاجتماعية وعدد الطلاب في الصف والخبرة، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (271) معلما ومعلمة.

أداة الدراسة: طبق عليها مقياس مادي وكوباسا(1984)، تبين من الدراسة أن مستوى الصلابة النفسية لدى معلمي اللغة الإنجليزية في محافظات شمال فلسطين كان مرتفعا بشكل عام.

نتائج الدراسة: أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجال الالتزام في بيئة العمل لصالح الاناث، بينما أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى معلمي اللغة الإنجليزية تعزى لكل من المتغيرات التالية: الراتب، والخبرة، والمؤهل العلمي، عدد الطلاب في الصف، والحالة الاجتماعية.

دراسة عطار (2007): بعنوان العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والصلابة النفسية ومفهوم الذات لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي.

هدف الدراسة: سعت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والصلابة النفسية ومفهوم الذات لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي بالسعودية وكذلك التوصل إلى معادلة يمكن من خلالها التنبؤ بالصلابة النفسية من خلال أبعاد الذكاء الاجتماعي ومفهوم الذات، وقد تكونت عينة الدراسة من 22 طالبة

أداة الدراسة: وتم تطبيق مقاييس الذكاء الاجتماعي والصلابة النفسية

نتائج الدراسة: وأسفرت الدراسة على وجود علاقة بين الذكاء الاجتماعي الأبعاد والدرجة الكلية والصلابة النفسية كما وجدت علاقة دالة بين بعض أبعاد مفهوم الذات والصلابة النفسية كما يمكن التنبؤ بالصلابة من خلال أبعاد السعادة والرضا والمسؤولية الاجتماعية والتعاطف.

دراسة راضي (2008): بعنوان علاقة الصلابة النفسية بالالتزام الديني والمساندة الاجتماعية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى.

هدف الدراسة: استهدفت الدراسة إلى معرفة علاقة الصلابة النفسية بالالتزام الديني والمساندة الاجتماعية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى والتعرف عما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية تعزى إلى مكان السكن وقدرت عينة الدراسة بـ 361 أما من أمهات شهداء انتفاضة الأقصى.

أداة الدراسة: وقد استخدمت الباحثة مقياس الصلابة واستبيان الالتزام الديني واستبيان المساندة الاجتماعية

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الصلابة النفسية والالتزام الديني والمساندة الاجتماعية.

دراسة مريامة حنصالي 2009: إدارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الشخصية المناعية (الصلابة النفسية والتوكيدية) في ضوء الذكاء الانفعالي، دراسة ميدانية على الأساتذة الجامعيين الممارسين لمهام إدارية جامعة محمد خيضر بسكرة

هدف الدراسة: تهدف الدراسة إلى تفسير العلاقة بين الذكاء الوجداني بأبعاده و درجته الكلية وبين إدارة الضغوط النفسية وسمتي الشخصية المناعية (الصلابة النفسية و التوكيدية)، و تفسير العلاقة بين إدارة الضغوط النفسية بأبعادها ودرجاتها الكلية وبين سمتي الشخصية المناعية (الصلابة النفسية، التوكيدية)، وتفسير مدى ودلالة التباينات بين الجنسين على متغير الذكاء الانفعالي، تفسير مدى و دلالة تباينات في التخصص (العلمي، الأدبي) على متغير الذكاء الانفعالي، و أيضا إمكانية التنبؤ بدرجات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية من خلال درجاتهم على مقياس الذكاء الانفعالي.

أداة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من أساتذة الجامعيين الممارسين لمهام إدارية بجامعة محمد خيضر -بسكرة- للموسم الجامعي 2012.2013 البالغ عددهم (140) أستاذ. واعتمدت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الارتباط و المقارنة، كما اعتمدت في جمع بياناتها على مقياس الذكاء الانفعالي لعبد المنعم الدردير 2002 و قائمة أساليب مواجهة الضغوط من إعداد كارفر و شايرير ترجمة و تقنين زيزي السيد إبراهيم 2006 و مقياس الصلابة النفسية من إعداد الباحثة و عولجت البيانات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS.

نتائج الدراسة: أسفرت الدراسة عن النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباط موجبة عند 0.01 بين كل من إدارة الضغوط النفسية والصلابة النفسية والتوكيدية بالذكاء الانفعالي لدى الأساتذة الجامعيين الممارسين لمهام إدارية.
- وجود علاقة ارتباط موجبه ودالة إحصائيا عند مستوى 0.01 و 0.05 بين كافة أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي بالدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية و بأبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) لدى الأساتذة الجامعيين لمهام إدارة فيما عدا بعد المهارات الاجتماعية يعد التحكم والذي جاء ارتباطه غير دال.
- وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.05 و 0.01 بين الدرجة الكلية لمقياس الأساليب مواجهة الضغوط النفسية و بعدي التحكم و التحدي لمقياس الصلابة النفسية

لدى أفراد عينة الدراسة، حيث وجدت علاقة ارتباطية موجبة و دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 بين أساليب إدارة الضغوط النفسية (إعادة التفسير الايجابي و المواجهة النشطة والرجوع إلى الدين وقمع الأنشطة المتنافسة) وبين أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم، التحدي) كما وجدت علاقة ارتباط موجبة دالة إحصائياً عند 0.01 بين أسلوب (التقبل، الدعابة) وبين بعد التحدي وبالمقابل أسفرت النتائج ، عن وجود علاقة ارتباط سالبة ودالة إحصائياً بين أسلوب الإنكار وبعدي الالتزام والتحدي وكذا علاقة ارتباطية سالبة و دالة إحصائياً عند 0.01 بين إستراتيجية الابتعاد السلوكي للأبعاد الثلاثة للصلابة (الالتزام، التحدي، التحكم) وبين إستراتيجيات التعاطي المواد النفسية وبعدي الالتزام والتحكم من مقياس الصلابة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة.

- دراسة مرة السيد علي الهادي 2009 : الأمن النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية.

هدف الدراسة: تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن علاقة الأمن النفسي بالصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية، والكشف عن بعض أبعاد الأمن النفسي التي تنتبأ بالصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية، ومعرفة ديناميات الشخصية المتميزة بالأمن النفسي من المراهقين المعوقين .

أداة الدراسة: استخدمت الباحثة مجموعة من الأدوات السيكومترية والإكلينيكية لقياس متغيرات الدراسة وهما :استمارة بيانات عامة ،مقياس الأمن النفسي للمراهقين ذوي الإعاقة السمعية ،مقياس الصلابة النفسية للمراهقين ذوي الإعاقة السمعية ،استمارة دراسة حالة،استمارة مقابلة الشخصية،اختبار تفهم الموضوع.وتكونت العينة الأساسية للدراسة من 180 طالبا و طالبة من المراهقين المعوقين سمعياً (87 ذكور، 93 إناث)

نتائج الدراسة: أسفرت النتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عن مستوى (0.01)بين درجات الشعور بالأمن النفسي و درجات الصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات المراهقين ذوي الإعاقة السمعية في الأمن النفسي طبقاً للجنس فيما عدا وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) في الأمن الخارجي لصالح الإناث و عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات المراهقين ذوي الإعاقة السمعية في الأمن النفسي طبقاً لنوع الإقامة، بينما وجدت فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) في بعد الأمن الخارجي وعند مستوى (0.05) في بعد الأمن

الداخلي والدرجة الكلية للأمن النفسي طبقا لدرجة الإعاقة لصالح الذكور ذوي الإعاقة الجزئية، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المراهقين ذوي الإعاقة السمعية في الصلابة النفسية طبقا للجنس فيما عدا وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) في بعد الالتزام لصالح الإناث وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المراهقين ذوي الإعاقة السمعية في الصلابة النفسية طبقا للجنس فيما عدا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) في بعد الالتزام لصالح الإعاقة الجزئية، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات مراهقين ذوي الإعاقة السمعية في الصلابة النفسية طبقا لنوع الإقامة، تنبأ أبعاد الأمن النفسي بالصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية تتصف شخصية مرتفعي و منخفضي الأمن النفسي بديناميات شخصية مميزة لها.

دراسة كور (2011): بعنوان أثر الجنس والمناخ المدرسي على الجدية في العمل

هدف الدراسة: الدراسة فحص تأثير الجنس والمناخ المدرسي على الجدية في العمل للمراهقين على عينة قوامها 1011 مراهقا (ذكور 448) و (إناث 563) متوسط أعمارهم 17 سنة بالهند **أداة الدراسة:** تم استخدام مقياس الجدية في العمل واستبيان المناخ المدرسي، وتم تحليل النتائج بطريقة تحليل التباين

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود تأثير هام للجنس على الجدية في العمل بأبعادها من خلال بعد الالتزام، وكذلك تأثير دال للمناخ المدرسي على الجدية في العمل بأبعادها.

دراسة العيافي (2012): بعنوان الصلابة النفسية في العمل وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين.

هدف الدراسة: استهدفت معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين وتكونت عينة الدراسة من 654 طالبا

أداة الدراسة: استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية من إعداد yoon & betz من تعريف حمادة عبد اللطيف ومقياس مواقف الحياة الضاغطة من إعداد زينب شقير.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أبرزها: أن المظاهر الأكثر شيوعا للصلابة النفسية عند العاديين هي: الاستمتاع بالتحدي، الترابط مع المجموعة من الناس، اليقين عند المسير بالوصول إلى النهاية.

- **دراسة خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي 2012:** الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعادين بمدينة مكة المكرمة.

- **هدف الدراسة:** تهدف الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا و العاديين و كذلك التعرف على ترتيب استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية، كما تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط، وكذلك التحقق من وجود فروق بين الطلاب المتفوقين والعادين في الصلابة النفسية وفي أساليب مواجهة الضغوط النفسية.

- **أداة الدراسة:** استخدم الباحث المنهج الوصفي الإرتباطي المقارن وتكونت العينة من 200 طالب من طلاب التعليم الثانوي، تم اختيارهم عشوائيا طبقا

- **نتائج الدراسة:** أظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية و أبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى الطلاب العاديين، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين غالبية أساليب المواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية و أبعادها (الالتزام، التحدي، التحكم) من جهة أخرى، لدى الطلبة المتفوقين والعادين في درجات أبعاد الصلابة النفسية و الدرجة الكلية للصلابة النفسية لصالح المتفوقين، ووجدت فروق حقيقية بين المتفوقين و العاديين في أساليب مواجهة الضغوط النفسية باستثناء (التحليل المنطقي، تحمل المسؤولية، التنفيس الانفعالي).

دراسة مادي وزملاؤه: بعنوان العلاقة بين الصلابة النفسية واستخدام الكحول في مرحلة المراهقة

هدف الدراسة: استهدفت الدراسة معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية واستخدام الكحول في

مرحلة المراهقة، حيث بلغت عينة الدراسة 226 طالبا جامعيًا تتراوح أعمارهم بين (18-37 سنة)

أداة الدراسة: طبق عليهم اختبار يبين مدى تعاطيهم للكحول في مرحلة المراهقة ومقياس

الصلابة النفسية لـ (مادي 1996)

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود علاقة عكسية بين درجة الصلابة النفسية واستخدام الكحول سابقا ، وأن الأفراد ذوي مستوى الصلابة النفسية العالية أفادوا تعاطيا أقل للكحول من الأفراد ذوي الصلابة النفسية المنخفضة والذين أفادوا أنهم أكبر تعاطيا للكحول سواء في الماضي أو في وقتهم الحاضر.

دراسة بيازيدي وغاردي: بعنوان الدراسة علاقة أنماط الهوية بالصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة بباكستان

هدف الدراسة: استهدفت الدراسة استكشاف العلاقة بين أنماط الهوية (الإعلامية، المعيارية، الانطوائية) والصلابة النفسية عند الطلاب في جامعة "بيام نور" على عينة تقدر ب 230 طالباً وطالبة منهم 115 طالباً و 115 طالبةً اختيروا بالطريقة العشوائية العنقودية

أداة الدراسة: تم تطبيق استبيان مراجعة أساليب الهوية وقائمة مسح النظرات الشخصية لمادي

نتائج الدراسة: أشارت النتائج إلى وجود علاقة دالة بين نمط الهوية الإعلامي والصلابة النفسية بينما انعدمت العلاقة بين النمط المعياري والانطوائي والصلابة النفسية وعدم وجود فروق تعزى إلى الجنس في أنماط الهوية والصلابة النفسية.

- **دراسة محمد زهير عليوي:** العلاقة بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى الرياضيين من ذوي الإعاقة الحركية في الضفة الغربية.

هدف الدراسة: هدفت الدراسة للتعرف على الصلابة النفسية والدافعية للإنجاز لدى الرياضيين من ذوي الإعاقة الحركية في الضفة الغربية و ذلك إلى الاختلاف في الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز الرياضي تبعا إلى متغيرات لجنس ونوع اللعبة وسنوات الممارسة لدى الرياضيين من ذوي الإعاقة الحركية في الضفة الغربية

أداة الدراسة: مجتمع مكون من 86 لاعبا ولعبة حيث تم اختيارهم اعتمادا على المنهج الوصفي بأسلوب مسحي و استخدام مقياس سليمان وعبد الوهاب للصلابة 2005 ومقياس الدافعية للإنجاز الرياضي لعلاوي(1998)

نتائج الدراسة: حيث أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الصلابة النفسية لدى الرياضيين من ذوي الإعاقة الحركية في الضفة الغربية جاء بمستوى عال، حيث وصلت النسبة المئوية إلى (80.66%) وأن درجة الدافعية للإنجاز لدى الرياضيين من ذوي الإعاقة الحركية في الضفة الغربية في بعد (دافع إنجاز النجاح) جاءت بدرجة كبيرة حيث وصلت النسبة المئوية إلى (80.00%) وبدرجة كبيرة في بعد (دافع تجنب الفشل) حيث وصلت النسبة المئوية (72.00%)

- **دراسة بوراس كاهينة (2015):** الصلابة النفسية وعلاقتها بالتفوق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (يتيمي أحد الوالدين)

هدف الدراسة: هدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين متغير الصلابة النفسية والتوافق الدراسي ومعرفة مدى تمتع تلاميذ المرحلة الثانوية الأيتام بالصلابة النفسية والتوافق الدراسي، ومعرفة الفروق الجنسية للمتغيرين .

أداة الدراسة: عينة الدراسة تكونت من 146 تلميذ يتيم (16 ذكور، 85 إناث)، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي و استخدمت مقياس الصلابة النفسية لكوبازا وتعريب مخيمر، ومقياس التوافق الدراسي لهنري بوري من تعديل وتكييف الزيايدي.

نتائج الدراسة: أسفرت النتائج إلى ما يلي: وجود علاقة ارتباط موجبة بين الصلابة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية يتيمي أحد الوالدين، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية يتيمي أحد الأب و يتيمي الأم، و عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في متغير الصلابة النفسية و متغير التوافق الدراسي.

2-دراسات متعلقة بمتغير التحصيل الدراسي:

دراسة فاطمة بنت خلف الله عمير الزيايدي (2007): أثر التعلم النشط في تنمية التفكير

الإبتكاري والتحصيل الدراسي بمادة العلوم لدى طالبات الصف الثالث المتوسط بالمدارس الحكومية بمدينة مكة المكرمة.

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى معرفة أثر التعلم النشط في تنمية التفكير الإبتكاري والتحصيل الدراسي بمادة العلوم لدى طالبات الصف الثالث المتوسط بالمدارس الحكومية بمدينة مكة المكرمة.

أداة الدراسة: استخدمت الباحثة نهجا شبه تجريبي، حيث طبقت الدراسة على عينة بلغ حجمها (56) طالبة من طالبات الصف الثالث المتوسط في مكة المكرمة بالفصل الدراسي الثاني لعام 1428هـ.

نتائج الدراسة: أظهرت النتائج أنه توجد علاقة ارتباطية بين التفكير الابتكاري والتحصيل الدراسي في مادة العلوم لدى طالبات الصف الثالث المتوسط، وأظهرت أيضا أن هناك أثر إيجابي لاستخدام التعلم النشط في تنمية التفكير الابتكاري والتحصيل الدراسي في وحدة الشغل والطاقة بمادة العلوم لدى طالبات الصف الثالث المتوسط.

دراسة لونا س حدة (2013): علاقة التحصيل الدراسي بدافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس. **هدف الدراسة:** هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التحصيل الدراسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس.

أداة الدراسة: قامت الباحثة باستخدام مقياس دافعية التعلم ليوسف قطامي والحصول على معدلات التلاميذ ومعالجتها إحصائيا حسب طبيعة كل فرضية

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائيا بين التحصيل والدافعية، كما توصلت إلى وجود فرق بين الذكور والإناث في مستوى التحصيل الدراسي.

دراسة الشايب (2013): فاعلية استخدام إستراتيجية خرائط المفاهيم في تدريس مادة العلوم الفيزيائية والتكنولوجيا على التحصيل الدراسي فيها.

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى اختبار فاعلية استخدام إستراتيجية خرائط المفاهيم في تدريس مادة العلوم الفيزيائية والتكنولوجيا على التحصيل الدراسي فيها.

أداة الدراسة: استخدمت الباحثة طريقة التدريس بخرائط المفاهيم وطورت اختبارا لقياس تحصيل

التلاميذ في مادة العلوم الفيزيائية وقدرت العينة بـ 72 تلميذ مقسمة إلى مجموعتين تجريبية

(تلميذ 38)، وضابطة (34 تلميذ)، حيث يدرس تلاميذ المجموعتين بمتوسطة تخة إبراهيم بمدينة

ورقلة.

نتائج الدراسة: نتجت الدراسة عن وجود فرق دال إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في التحصيل البعدي، كما نتجت إلى عدم وجود فرق دال إحصائياً بين الذكور والإناث من المجموعة التجريبية في التحصيل البعدي.

دراسة بوخالفة سليمة (2015): الصلابة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي.

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين الصلابة النفسية من خلال (الأبعاد، الدرجة الكلية) والتحصيل الدراسي.

أداة الدراسة: تم استخدام مقياس الصلابة النفسية من تصميم الباحثة، والاستعانة بمعاملات الارتباط واختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات، وتحليل التباين الأحادي لاختبار الفرضيات، على عينة من 342 طالباً وطالبة ممتدرسين ببعض ثانويات مدينة تمرت. **نتائج الدراسة:** وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الصلابة و(الأبعاد والدرجة الكلية) والتحصيل الدراسي.

دراسة حسن بن أحمد حلواني: تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية على مستوى التحصيل الدراسي لطلاب الصف الثاني ثانوي بمدينة مكة المكرمة.

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى معرفة مدى تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية على مستوى التحصيل الدراسي لطلاب الصف الثاني ثانوي بمدينة مكة المكرمة.

أداة الدراسة: استخدم الباحث أسلوب التحليل الوثائقي لجمع البيانات والمعلومات على عينة طبقية عشوائية شملت جميع المدارس الحكومية التابعة لإدارة التعليم بالعاصمة المقدسة، والتي بلغ عددها (17) مدرسة ثانوية.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي والطلاب غير الممارسين في مستوى التحصيل الدراسي لصالح الطلاب الممارسين.

3- التعليق على الدراسات السابقة:

إن استقراء الدراسات السابقة يبين :

- ندرة الدراسات التي اهتمت بطلبة التربية البدنية، وتأتي هذه الدراسة لتقدم إضافة في هذا المجال وذلك باهتمامها بطلبة التربية البدنية في الجامعة.
- تشابه الدراسات السابقة من حيث اعتمادها على مقياس الصلابة النفسية الذي أعده كل من كوبازا وماندي.
- تناولت الدراسات السابقة متغير الصلابة النفسية في علاقته مع متغيرات أخرى (الدافعية، الضغوط...)، في حين ندرت الدراسات التي اهتمت بالتحصيل الدراسي.

الفصل الثالث:

الصلابة النفسية لدى طلبة التربية

البدنية والرياضية.

1- تعريف الصلابة النفسية.

2- أهمية الصلابة النفسية.

3- أبعاد الصلابة النفسية.

4- خصائص الأفراد ذوي الصلابة النفسية.

5- النظريات المفسرة للصلابة النفسية.

- تمهيد:

حظي موضوع الصلابة النفسية باهتمام الباحثين في السنوات القليلة الماضية كمادي

وكوبازا(1984) ، وذلك نظرا للعلاقة الوثيقة التي تربط ما بين الصلابة النفسية والقدرة على

زيادة الإنتاج، وخاصة في مجال السلوك التنظيمي وعلم النفس الصناعي ، ثم انتقل الاهتمام به لاحقا إلى المؤسسات التربوية، حيث تنوعت اهتمامات الباحثين في هذا المجال، وغطت مجالا واسعا من المؤثرات التي تؤثر سلبا أو إيجابا على مجمل مخرجات تلك المؤسسات.

ويعتبر العالم مادي (Maddi) مؤسس مفاهيم الصلابة النفسية، حيث أجرى مجموعة من الدراسات التي تفحص الصفات المميزة للأشخاص مثل المعلمين الذين لديهم صلابة نفسية. وقد اهتمت معظم دراسات مادي وكوباسا (Maddi & Kobassa 1984) بفحص العلاقة بين الصلابة النفسية والعوامل النفسية الأخرى، واستطاعا توظيف واستثمار صلابة الأشخاص في أماكن عملهم مثل المعلمين والرياضيين والإداريين والمرضى في هذه الدراسات.

1- تعريف الصلابة النفسية:

تشير الصلابة النفسية (Hardiness) كما عرفها كوباسا ومادي (1999) أنها حالة وسطية مهمة من أوضاع الضغط في العمل.

بينما أشار كل من مانينج وفوسلير (1999) إلى أن الصلابة تتكون من ثلاثة مفاهيم هي التحكم (Control) والالتزام (Commitment) والتحدي (Challenge).

كذلك فإن كوباسا (1996)، عرف الصلابة أنها مقياس لاتجاه الشخص لعمل علاقات مع نفسه ومع العالم الخارجي، وأنها القابلية لفهم الظروف المحيطة بالشخص.

تعد الصلابة كعامل للشخصية (Personality Factor) عاملا مقرا في الترقية والحفاظ على السلوك الصحي في المنظمات، وهذا العامل لكوباسا يتكون من التحكم في بيئة العمل والالتزام بالعمل والتحدي والتغيير في العمل، وهو عامل مهم في توضيح لماذا يصاب بعض الناس بالضغط أثناء العمل (Stress) بدون أن يمرضوا فعليا (Just, & 1999).

ويذكر العالمان كوباسا ومادي في كتابهم (التنفيذ الأكثر صلابة تحت الضغط)

(Executive under stress th Hardly) أن الصلابة صفة مميزة للشخصية تتكون من

التحكم والالتزام والتحدي، فالالتزام (Commitment) يعني بذل أقصى جهد ممكن في أي عمل تقوم به بحيث تدمج نفسك كلياً في العمل، أما التحكم (Control) يعني أنك تعتقد في داخلك وتقوم بالعمل كأنك تستطيع التأثير في الأحداث من حولك، أي أنك تعكس كيف يمكنك تحويل الأحداث لمصلحتك، بينما التحدي (Challenge) يعني أنك تعتبر التغيير طبيعياً فبدلاً من الخوف من التغيير تعتبره تغيراً تلقائياً مفيداً لتطورك الشخصي (Kobasa & Maddi, 1999).

وأشار (Myron, 1985) أنك حتى لو كنت مديراً غير تنفيذي تستطيع استخدام هذه الصفات لمساعدتك حتى تتلائم مع الأحداث الشديدة والضاغطة (Galla, 1994) ومن جتهتم فإن سبنسر وكلوديا (Spencer & Claudia, 1992) عرفا الصلابة بأنها خاصية شخصية تتكون من التحكم والالتزام والتحدي، وهذه الخصائص على صلة مع الفاعلية الذاتية (Self-Efficacy)، والمكانة (Staus)، والاعتقادات الوظيفية (Career Beliefs) والدافعية (Motivation) والمرونة في العمل (Flexibility).

أما ميشيل وتشارلز (Michael & Charles, 1989) فقد أكدوا أن الصلابة النفسية والتي تتكون من الالتزام والتحكم والتحدي يمكن اعتبارها مرتبطة بالتفاؤل والنجاح ومقاومة الضغوط المختلفة.

وعرفها مخيمر (1996) بأنها نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يواجهه من أحداث بتحمل المسؤولية عنها، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً أو إعاقة له.

أما هيثر وجيل (Heather & Gail) وإنفولدسن وداون (Enevoldsen & Dawn) فقد أشاروا أن الصلابة في الشخصية تؤثر جلياً في كفاءة وفاعلية ودافعية الأفراد نحو العمل الجاد والمثمر، وهي لا تتوفر بجميع الأفراد وإنما في أصحاب الشخصيات الفذة.

نلاحظ من التعريفات السابقة للصلابة أن معظم العلماء والباحثين اتفقوا أن الصلابة تتكون من ثلاث مجالات أو أبعاد وهي الالتزام، التحكم والتحدي، وأن الصلابة النفسية هي سمة من سمات الشخصية الناجحة في العمل والتي تساعد الفرد على التخلص من ضغوط العمل المختلفة.

فالصلابة النفسية كما هو واضح من التعريفات السابقة هي سلوك شخصي يلتزم به الشخص داخل المنظمة أو المؤسسة التي يعمل بها دون ضغط من أحد، فهي سلوك ملازم لهذا الشخص، ينعكس على الأشخاص المحيطين به، وعلى بيئة ومناخ العمل من حوله.

2- أهمية الصلابة النفسية:

يذكر بن سعد أن أي شيء لا يوصف صلبا إلا إذا اختبر تحت الضغط والشدة فإذا أبدى مقاومة وتماسكا وصفناه صلبا وكذلك الحال في المجال النفسي فقد ارتبطت الصلابة النفسية بالضغوط والشدائد التي يتعرض له الفرد (بن سعد، 2012: 35)

وأيد الباحث مادي مؤسس معهد الصلابة النفسية هذا الرأي فمن خلال مراجعته للبحوث النفسية على مدى العشرين سنة الماضية برزت الصلابة كأهم عوامل الشخصية التي تعزز الأداء والسلوك والروح المعنوية والقدرة على الصمود والتحمل والصحة النفسية (Maddi,2007,p161)

وترى الجمعية الأمريكية لعلم النفس في مقال نشرته في موقعها أن الصلابة تحول المحن إلى منح والشدائد إلى فرص للنمو والارتقاء، وهي مفتاح للمرونة ليس فقط للتعامل مع الضغوط وإنما النجاح رغم تأثيرها، فالصلابة النفسية تقوي الأداء والقيادة وإدارة الضغوط والحالة النفسية والصحة النفسية والجسدية (apa,2003,p 1) وهذا مقارنة بعوامل أخرى إذ يذكر كل من كوباسا وبيسوتي وزولا 1985 في بحثهم عن مصادر المقاومة ومقارنتها مع الصلابة النفسية توصلوا إلى أن المساندة الاجتماعية والدعم النفسي مصادر مقاومة ممكنة في التصدي للضغوط، لكن بالمقارنة بين تأثيرهما وتأثير الصلابة النفسية تبين أن هذه الأخيرة تتمتع بدرجات أعلى ضد تأثيرات الضغوط (Schellenberg,2005,p31)

ولا تتوقف أهمية هذا المتغير على المجال الصحي والاجتماعي فقط وإنما تتعداه إلى ميادين التعليم فهو عامل هام جدا للطلبة لتجاوز ضغوط الأداء والانجاز وفي معاهد التدريس وعامل مساعد للمربين وكذلك في تنفيذ البرامج والمنهاج (Almolhodaei & Daneshamooz, 2012, p271).

3- أبعاد الصلابة النفسية:

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة والأدبيات التربوية السابقة أشار العديد من التربويين والمهتمين بموضوع الصلابة النفسية إلى أن الصلابة تؤثر في الشخصية وفي كفاءة وفاعلية ودوافع الأفراد نحو العمل المثمر، إلا أنها لا تتوفر لدى جميع الأفراد والشخصيات العاملة، آخذين بعين الاعتبار المتغيرات المستقلة المتعددة كالجنس وسنوات الخبرة ومكان العمل وغيرها من الأمور التي قد تلعب دورا بارزا في مدى فاعلية الفرد في العمل.

إلا أن العالم كوباسا وضع فرضياته والتي اعتمدت كأبعاد للصلابة النفسية تعتمد في الدراسات التربوية، وهذه الافتراضات هي:

فرضيات كوباسا كما وردت في (منصور، 2009: 2)

• الافتراض الأول: السيطرة والتحكم (Control)

عرف عبد الخالق (1987) الوارد في (منصور، 2009: 2) السيطرة "بحب السيادة والعدوانية والخشونة وحب التنافس وكذلك الزعامة".

واستطرد عبد الخالق بقوله، هي دفاع الفرد عن نفسه في علاقات المواجهة والتطلع إلى مراكز القيادة وترأس الآخرين والتعصب لرأيه. كما راجح (2001) "تبدو السيطرة في ميل الفرد إلى الظهور والتفوق والغلبة والترغم والتنافس بهدف الانتصار على الآخرين ويتضمن إحباط جهودهم وعرقلة نجاحهم". وتشير الزهراني (2008) بأن (مكدوجل) يعتبر السيطرة غريزة أي دافعا فطريا يثيره وجود الفرد أدنى منه وأضعف، أو وجوده في موقف يشعره بأنه ذو بأس

ونفوذ، وهو دافع يقترن بانفعال (الزهو) وينزع بالفرد إلى التحكم والتزعم وإظهار القوة وتوكيد الذات أمام الآخرين، أو التفاخر والغرور والخيلاء كما يبدو لدى الطفل إذ يحاول لفت الأنظار إليه في مقاومة أوامرنا والقيود التي تفرض عليه.

إن امتلاك قوة (السيطرة) على أحداث الحياة أو حتى الإحساس به أو الاعتقاد به تظهر الفرد بصحة أفضل من عدم امتلاكه أو عدم الإحساس به، واعتمد كوباسا افتراضات (أفرل) للفحوص المخبرية التي تبين أن هناك بناءات للشخصية منظمة لا تضعف تجاه المنبهات الضاغطة وإن الشخص السليم يملك:

- سيطرة جازمة / أي اختيار البديل المناسب من السلوك للتعامل مع الضغط.
- سيطرة معرفية / أي القابلية على تفسير وتقييم الأحداث الضاغطة.

مهارات التعامل / أي الاستجابات الملائمة للتعامل مع الضغوط، لغرض مواجهة ومقاومة الأحداث وعدم الاستسلام لها، والذين لا يمتلكون استجابات ملائمة ومتطورة لا يستطيعون المواجهة (منصور، 2009: 2).

وتوصلت إلى أن الشخص الذي يتعرض للمرض نتيجة الضغط يكون بدون طاقة أو قدرة وتكون لديه الدافعية للانجاز قليلة فيضعف أمام الضغوط وبالتالي يستسلم لها.

• الافتراض الثاني: الالتزام والمشاركة

عند تعرض فرد (يشعر بالالتزام) للضغط في مجالات حياته فإنه يبدو سليماً من الأمراض النفسية (الالتزام هو قدرة الفرد لربط حياته بصورة كاملة في الظروف المختلفة بما فيها العمل والعائلة والعلاقات الشخصية) فإن مواجهة هذا الفرد للبيئة الضاغطة يخفف منها فضلاً عن أن الشخص الملتزم يشعر دائماً أنه يشارك الآخرين وهذا يشكل مصدراً لمقاومة الضغط (منصور، 2009: 3).

• الافتراض الثالث: التحدي والتغيير

إن الشخص الذي تكون لديه صفة (التحدي) ليوافق التغيير بصورة مستمرة يكون عند تعرضه للضغوط بعيدا عن الإصابة بالمرض، فالشعور الإيجابي عن التغيير الذي يحصل من البيئة يعد حافظا لإدراكه قيمة الحياة وتعلقه بها، فضلا عن أنه يجد المتعة في هذه الخبرات وطبقا لكوباسا فإن متغير قوة التحمل النفسي يمكن أن يحمي الفرد من التأثيرات المدمرة لأحداث الحياة الضاغطة (Kobasa, 1979).

ويؤكد بروكس (Brooks, 1999, p.4) أهمية الالتزام في العمل حيث قال: "الالتزام هو شيء عاطفي حيث نشعر بالاتصال القوي بأهداف مجموعتنا، وحتى أن الالتزام يعبر عن نفسه بنفسه عندما يرى الناس أنفسهم كمشاركين وليس كموظفين".

وأشار مايرون (Myron, 1985) بأن المدير غير التنفيذي أيضا يستطيع استخدام هذه الصفات لمساعدته حتى تتلائم مع الأحداث الشديدة والضاغطة عليه قبل أن تسبب له المزيد من الإجهاد والضغط الذي يؤدي إلى مرضه. (منصور 2009).

وباستعراض مجالات الصلابة الثلاث وهي: الالتزام والتحكم والتحدي يلاحظ أن الشخصية الصلبة لديها مستوى عال من القدرة على احتمال الآلام والمشتاق والصمود في سير فعل ما برغم الصعاب والتوافق والتعامل مع ضغوط الحياة وتطوير مجالات العمل، وعليه فالشخصية الصلبة مرغوبة في العمل الإداري، فمثلا مدير المدرسة الذي يتمتع بشخصية جادة يستطيع توفير البيئة التعليمية المناسبة في المدرسة، وضمان سلامة سير العملية التربوية، وتنسيق جهود العاملين فيها، وتوجيههم، وتقويم أعمالهم، من أجل نجاح المدرسة في تأدية رسالتها.

4- خصائص الأفراد ذوي الصلابة النفسية:

بعد الاطلاع على الدراسات التربوية والنفسية لخصائص ذوي الصلابة النفسية تبين أن هناك نوعين للخصائص هما:

4-1- خصائص الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة:

يتميز هؤلاء الأفراد بجملة من الخصائص منها:

- الأشخاص ذوي المرتفعة يمتلكون مركز ضبط داخلي عال وينظر هؤلاء الأشخاص إلى الصعوبات والتحديات والعوائق كفرص للنمو والتطور مع امتلاكهم لدرجة عالية من الالتزام نحو أنشطتهم اليومية (Bruce Robert,2009,p5)

- كما يتسم هؤلاء بانخراطهم في أنشطة تسهم في الحفاظ على صحتهم النفسية والجسدية ويميلون إلى استخدام استراتيجيات المواجهة الفعالة خاصة تلك التي تركز على المشكلة (Soderstrom et al,2000,p313)

ويضيف مادي وكوباسا أن هؤلاء الأفراد يكونون أكثر قدرة ونجاحا في أساليب مواجهتهم للضغوط بحيث تفيدهم هذه السمة في خفض تهديدات الأحداث الضاغطة من خلال رؤيتها من منظور ايجابي وتحليلها إلى مركباتها الجزئية ووضع الحلول المناسبة لها.

كما يتصف أصحاب الصلابة النفسية المرتفعة بمقاومتهم للأمراض المدرجة تحت تأثير الضغوط بسبب الطريقة الإدراكية التكيفية التي يتعاملون بها وما ينتج عنها من انحدار في مستوى التحفز الفسيولوجي (راضي،2008: 55).

4-2- خصائص الأفراد ذوي الصلابة النفسية المنخفضة:

تتميز سماتهم بعدم الشعور بهدف لأنفسهم، ولا بمعنى لحياتهم ولا يتفاعلون مع بيئتهم بإيجابية ويتوقعون التهديد المستمر والضعف في مواجهة الأحداث الضاغطة المتغيرة ويفضلون ثبات الأحداث الحياتية، وليس لديهم اعتقاد بضرورة التحديد والارتقاء كما أنهم سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم وعاجزون عن تحمل الأثر السيئ للأحداث الضاغطة(جديد،2008: 61)

ويتضح مما سبق أن خصائص ذوي الصلابة المنخفضة يتصفون بـ:

- بعدم القدرة على الصبر وعدم تحمل المسؤولية.

- اتصافهم بعدم الشعور بوجود هدف لأنفسهم ولا معنى لحياتهم ولا يتفاعلون مع بيئتهم بإيجابية ويتوقعون التهديد المستمر، والضعف في مواجهة الأحداث الضاغطة.

- كما أنهم يفضلون ثبات الأحداث الحياتية وليس لديهم اعتقاد بضرورة التجديد والارتقاء
كما أنهم سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم وعاجزون عن تحمل الأثر السيئ للأحداث الضاغطة.
- قلة المرونة في اتخاذ القرارات وفقدان التوازن.

5- النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

نظرية كوبازا 1979 اعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية والتجريبية تمثلت
أسس النظرية في آراء بعض العلماء أمثال فرانكل Phrankel وماسلو Masslo وروجز
Rojars و التي أشارت إلى أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة
الأولى على قدرته على استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة.
ويعد نموذج لازاروس LAZAROUS من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث
أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعوامل ثلاثة وهي:

➤ البيئة الداخلية للفرد.

➤ الأسلوب الإدراكي المعرفي.

➤ الشعور بالتهديد و الإحباط.

ذكر لازاروس أن حدوث خبرة الأحداث الضاغطة يحددها مدى إدراك الفرد للحدث
واعتباره موقفا قابلا للتعايش.

وطرحت كوبازا الافتراض الأساسي لنظريتها والقائل بأن التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد
أمر ضروريا بل حتمي لا بد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي وان مصادر
النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث ومن أبرز
هذه المصادر الصلابة النفسية وأبعادها الثلاثة وهي: الالتزام، التحكم، التحدي. (راضي، 2008:
35).

نموذج فنك (1993) المعدل لنظرية "كوبازا":

لقد ظهر حديثا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات أحد النماذج الحديثة الذي أعاد
النظر لنظرية "كوبازا" وحاول وضع تعديل جديد لها، وهذا النموذج قدمه فنك وتم تقديم هذا

التعديل من خلال دراسته التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعّال من ناحية والصحة العقلية من ناحية أخرى وتوصل فنك إلى ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد فارتباط الالتزام جوهريا بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام إستراتيجيات التعايش الفعّال خاصة إستراتيجية ضبط الانفعال حيث ارتبط بعد التحكم إيجابيا بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة وإستراتيجية حل المشكلات للتعايش.

خلاصة الفصل:

لقد تم في هذا الفصل استعراض تعريف الصلابة النفسية، حيث أجمع الباحثون على أنها سمة من سمات الشخصية الناجحة في العمل والتي تساعد الفرد في التخلص من ضغوط العمل المختلفة، كما تم توضيح أهمية الصلابة النفسية والتي تعتبر عاملا هاما للطلبة لتجاوز ضغوط الأداء والانجاز وعامل مساعد للمربين وكذلك في تنفيذ البرامج والمنهاج وكذلك تعريف الأبعاد المكونة للصلابة، وتم التطرق إلى خصائص الصلابة النفسية مع تقديم فكرة عن نظريات الصلابة النفسية.

الفصل الرابع:

التحصيل الدراسي

لدى طلبة التربية البدنية والرياضية.

1- تعريف التحصيل الدراسي.

2 - أهمية التحصيل الدراسي.

3 - العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي.

4- أدوات قياس التحصيل الدراسي.

5 - أنواع الاختبارات التحصيلية.

1- تعريف التحصيل الدراسي:

يعتبر التحصيل الدراسي من الأهداف السامية التي تسعى المجتمعات إلى تحقيقها من خلال برامج التربية والتعليم، باعتبار التحصيل هو المؤشر الأساسي لمعرفة مدى نجاح العملية التعليمية وتحقيقها للأهداف المسطرة.

يشير "الفرايدي" (2005) في "كتاب العين" إلى أن الفعل "حصل" يعني: بَقِيَ وَبَيَّتَ، و"التحصيل" هو: تمييز ما يحصل. (الفرايدي، أبي عبد الرحمن الخليل بن أحمد، 2005: 194)

ويعرفه (كود 1973) التحصيل الدراسي هو المعرفة المحققة أو المهارة الفعلية في المواد الدراسية مقاسا بالدرجات التي يضعها المدرسون للطلبة.

كما يعرفه (بريسي 1959) التحصيل الدراسي هو عملية تشمل كل ما يمكن أن يتعلمه التلميذ في مدرسته سواء ما يتصل بالجوانب المعرفية أو الجوانب الدافعية أو الجوانب الاجتماعية والانفعالية.

ويعرف (تيس، سيد علي، 2009) التحصيل بأنه "مقدار المعرفة أو المهارة التي حصل عليها الفرد نتيجة التدريب والمرور بخبرات سابقة" أو أنه "مجموعة المعلومات والمعطيات الدراسية والمهارات والكفاءات التي يكتسبها التلميذ من خلال عملية التعلم، وما يحصله من مكتسبات عملية عن طريق التجارب والخبرات ضمن إطار المنهج التربوي المعمول به"

كما يعرف "قطامي وبرهوم" (1992) المشار إليه في (كركوش، فتيحة، 2010) بأنه الأداء الأكاديمي الذي يقوم به الطفل في مجال معين وفي المجالات العلمية المختلفة

ويعرفه "السالم والطرأونة" (1997) بأنه مقدار ما يحققه المتعلم من أهداف تعليمية في مادة دراسية أو مجموعة مواد نتيجة مروره بخبرات ومواقف تعليمية تعليمية.

أما (الزعيبي، محمد، 1995) فقد عرف التحصيل الدراسي بأنه النتيجة التي يحصل عليها التلميذ بعد إجراء عملية التعليم والتعلم في برامج الدراسة وفي جميع المستويات.

كما عرفه "فاخر عاقل" (1971) بأنه مدى استيعاب التلاميذ لما يتعلمونه من خبرات في المواد الدراسية المقررة، ويقاس بالدرجات التي يحصل عليها التلاميذ على الاختبارات الدراسية، في حين تعرفه "رمزية الغريب" (1977) في بأنه الإنجاز التحصيلي للتلاميذ في مادة دراسية

معينه أو مجموعة من المواد المقدر بالدرجات طبقاً للامتحانات التي تجريها المدرسة في آخر السنة. (كركوش، فتيحة، 2010)

ويعرفه "ابراهيم الكناني" بأنه كل ما يقوم به الطالب في الموضوعات المدرسية المختلفة، والذي يمكن إخضاعه للقياس عن طريق درجات اختبار أو تقديرات المعلمين أو كلاهما. (سعد الله، الطاهر، 1991: 47)

حيث يتفق هذا التعريف مع تعريف "عبد الكريم" (2001)، الذي عرف التحصيل الدراسي بأنه "المعلومات والمهارات التي يكتسبها الطالب وتتمو لديه خلال تعلّمه للموضوعات الدراسية المقررة، ويقاس التحصيل بالدرجات التي يحصل عليها الطالب في اختبارات التحصيل أو التي يضعها المعلم أو كليهما، من خلال تحليل مجموعة التعاريف التي أدرجت حول مفهوم التحصيل الدراسي، يمكن تقسيم هذه التعاريف إلى ثلاث مجموعات:

لقد ناقشت المجموعة الأولى من التعاريف مفهوم التحصيل بمعناه العام والشامل، ويشير هذا المفهوم إلى أن التحصيل هو المهارات والمعارف التي يكتسبها المتعلم عن طريق مروره بخبرات أو تجارب، أي عن طريق عملية التعلم.

أما المجموعة الثانية من التعاريف فتري أن التحصيل هو معيار النجاح أو التفوق الأكاديمي الذي يصل إليه المتعلم.

في حين ركزت المجموعة الثالثة على مفهوم التحصيل بالإشارة إلى أسلوب قياسه، فقد أشارت هذه التعاريف على أن التحصيل يقاس عن طريق اختبارات التحصيل أو تقديرات المعلمين.

إن المعارف والخبرات التي يكتسبها التلميذ في مادة دراسية ما هي أهداف تم وضعها مسبقاً، ويتم التحقق من اكتسابها بعد عملية التدريس من خلال اختبارات التحصيل، وعليه يمكن أن نعرّف التحصيل الدراسي بأنه مقدار ما اكتسبه المتعلم من المعارف والخبرات والمهارات المقترحة في المنهاج الدراسي، ويتم قياسها باستخدام اختبارات التحصيل.

2- أهمية التحصيل الدراسي:

يكتسي التحصيل الدراسي أهمية كبيرة بالنسبة للطالب أو أسرته أو مجتمعه حيث أن التحصيل الدراسي يمارس دوراً هاماً في صنع الحياة اليومية للفرد والأسرة و المجتمع لا يوازيه في ذلك أي مفهوم تربوي آخر سوى الإنسان نفسه المنتج للتحصيل, كما أن التحصيل مهم للحياة و تقدم الفرد فإنه أيضاً هام جداً للمجتمع وخاصة في بيئتنا العربية على اعتبار أننا في مجتمع يعطي قدراً كبيراً من الاهتمام للتحصيل الدراسي و النجاح.

ولا شك أن التحصيل الدراسي له أهمية كبيرة على مستوى الفرد حيث يؤدي إلى إشباع حاجة الفرد و تحقيق التوافق النفسي, وتقبل الفرد لذاته, ومن ثم عدم الوقوع في مشكلات سلوكية قد تؤدي إلى اضطراب النظام داخل المدرسة و خارجها(أحمد 2010: 14)

فالتحصيل الدراسي مؤشر لنجاح الطالب في الحياة المدرسية وفي الحياة اليومية والقدرة على التفاعل والتعايش مع الآخرين في المستقبل, كما أن الجامعات و المعاهد العليا التي تعمل على تدريب و تخريج الطلاب تعتبر المعدل الذي يحصل مقياساً لقدراته ومن ثم قبوله في الجامعة بصورة عامة وفي بعض التخصصات بصورة خاصة حيث أنها تطلب معدلات مرتفعة جداً لدخول تخصص معين.(بوخالفة،2015: 15)

3- العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي:

يعتبر التحصيل الدراسي المعيار الأساسي لمعرفة مدى تحقق الأهداف التربوية، فقد اهتم التربويون بموضوع التحصيل الدراسي وطرق تحسينه والتحكم في العوامل التي قد تؤثر فيه أو تعيق السيورة الحسنة لعملية التعليم والتعلم، ومن بين أهم العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي:

أ- العوامل الشخصية: وتتمثل في العوامل المتعلقة بالمتعلم مثل:

- الحالة النفسية: وتتمثل في طبيعة العمليات العقلية كالإدراك والانتباه والتفكير والذكاء والتذكر...، هذه العمليات لها أهمية بالغة في عملية التعلم، وأي خلل على مستواها يؤدي إلى

انخفاض مستوى التحصيل الدراسي، كما أن هذه العمليات العقلية بدورها تتأثر بالحالة النفسية للمتعلم كالقلق أو الخوف أو الاكتئاب...

- **الحالة الصحية:** يتأثر التحصيل الدراسي بالحالة الصحية للمتعلم كأن يكون مصاباً بأمراض مزمنة تحتم عليه الغياب المتكرر، أو السمع، أو نقص النظر الذي يعيق عملية اكتساب المعارف والمهارات.

- **الاتجاهات والميول:** تؤثر الميول والاتجاهات في التحصيل الدراسي للتلميذ، فإذا كان التلميذ يميل إلى العمل اليدوي مثلاً فإن تحصيله في الأعمال المخبرية والنشاطات التقنية يرتفع، كما أن الاتجاه السلبي نحو الرياضيات مثلاً يجعل التلميذ يرى أنها مادة صعبة ولا يمكن تعلمها وبالتالي ينخفض تحصيله الدراسي فيها.

ب- **العوامل الأسرية:** تتمثل العوامل الأسرية في استقرار الأسرة ومستواها الثقافي والاقتصادي، فالطفل الذي يعيش في أسرة مفككة يتأثر تحصيله الدراسي بالمشاكل الأسرية التي يعاني منها، كما أن الطفل الذي يعيش في أسرة فقيرة قد يعجز عن شراء بعض الأدوات والوسائل المدرسية وقد يضطر للغياب عن المدرسة وبالتالي ينخفض تحصيله الدراسي، أما العامل الأسري الآخر فهو المستوى الثقافي للوالدين الذي يؤثر على اتجاهات الطفل نحو التعليم مثلاً، ويؤثر عن اهتمامه بالواجبات المدرسية وبالتالي ينخفض تحصيله الدراسي.

ج- **العوامل المدرسية:** وتتمثل في البيئة الصفية والمعلم وكل ما يتعلق بالمدرسة من مناهج وطرق تدريس ووسائل تعليمية.

- **طرق التدريس:** إن سوء اختيار الطريقة المناسبة لتدريس أي موضوع دراسي يؤثر على التحصيل الدراسي، ويحول دون تحقيق الهدف التربوي، وهذا ما أكدته دراسة "المصوري" (1413هـ) التي توصلت إلى أن طريقة المعلم في التدريس وسلوكه في التعامل مع طلابه من أهم العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي.

- **المعلم:** تتمثل العوامل المتعلقة بالمعلم في خبرته المهنية وإعداده وتكوينه العلمي وشخصيته، حيث أن إعداد المعلم وتأهيله يساعده على فهم مشكلات التلاميذ النفسية والسلوكية والتحكم

فيها وتزيد من مكتسباته المعرفية، فقد أكدت دراسة "شلبي" (1987) إلى تفوق المعلم المؤهل تربوياً على المعلم غير المؤهل تربوياً في تنمية عمليات العلم والتحصيل لدى التلاميذ.

- **الوسائل التعليمية:** إن عدم توفر الوسائل التعليمية المساعدة أو سوء استخدامها من طرف المعلم يعيق حدوث عملية التعلم واكتساب المعرفة وبالتالي انخفاض التحصيل الدراسي، فقد أكدت دراسة توفيق (1987) التي أجريت على تلاميذ الصف التاسع، تفوق المجموعة التجريبية التي درست موضوع الجهاز الهضمي باستخدام (القصة العلمية، نموذج قابل للفك والتركيب، برنامج مكون من شرائح ملونة) على المجموعة الضابطة في التحصيل الدراسي.

- **المنهج الدراسي:** يتأثر تحصيل التلاميذ بالمنهج الدراسي عند عدم ملاءمته لقدرات ورغبات وميول واتجاهات التلاميذ، وعند عدم ارتباط محتواه بالبيئة التي يعيش فيها التلاميذ، وعند عدم تنظيم محتواه تنظيمياً منطقياً، كما أن طول محتوى المنهج مقارنة مع الوقت المحدد له قد يؤثر سلباً على تحصيل التلاميذ، كما أن التحصيل يتأثر بالمنهج إذا كانت عناصره (المحتوى، وطرق التدريس، والأهداف، والتقييم) غير متكاملة ومتناسقة مع بعضها البعض.

إن هذه العوامل ليست هي كل العوامل المؤثرة على التحصيل بل هي العوامل الأكثر تأثيراً والتي يجب التحكم فيها من أجل ضمان السير الحسن للعملية التعليمية التعلمية وتحسين مخرجات التعليم التي تظهر في مستوى التحصيل الدراسي للتلاميذ.

4- أدوات قياس التحصيل الدراسي:

إن الهدف من قياس التحصيل لا يتوقف على معرفة مدى تحقق الأهداف فقط، بل إنه عملية مستمرة تمكن من تعديل الأهداف التعليمية الراهنة ووضع أهداف جديدة، وتخطيط محاولات تعليمية أكثر فعالية في مجال تحقيق الأهداف التعليمية.

يحتاج قياس التحصيل الدراسي إلى أدوات ووسائل موضوعية حتى يتمكن المعلم من إصدار حكم صائب على ما تعلمه التلميذ وما تحقق من أهداف، وهذا ما يتطلب الاعتماد على أدوات قياس متناسقة مع العمل التربوي، ومن بين هذه الأدوات ما يلي:

4. 1- **الملاحظة:** هي إستراتيجية يتوجه فيها المعلم بحواسه المختلفة نحو الطالب بقصد مراقبته في موقف نشط، وذلك من أجل الحصول على معلومات تفيد في الحكم عليه، وفي

تقويم مهاراته وقيمه وسلوكه وأخلاقياته وطريقة تفكيره، وللملاحظة معايير محددة بحيث تصبح ملاحظة موضوعية تقدم تغذية راجعة نوعية، وتبتعد كل البعد عن العشوائية، كما يجب على المعلم أن يحدد مسبقاً ما سيتم ملاحظته، وأن يسجل السلوك المستهدف وقت حدوثه مراعيًا استخدام أداة الرصد المناسبة (كسلم التقدير وقائمة الرصد) والوقت المستغرق في عملية الملاحظة.

تعتبر الملاحظة إحدى أدوات قياس مستوى الأداء أي مدى قدرة المتعلم على توظيف المعارف التي تعلمها، حيث يلاحظ المعلم السلوك اللفظي للتلاميذ ويسجل استجاباتهم في غرفة الصف، من خلال مشاركتهم في الأسئلة والأجوبة، ويلجأ المعلمون إلى استخدام الملاحظة بدل الاختبارات الكتابية لقياس بعض المهارات كالمهارة الذهنية، القراءة السليمة، التعبير الجيد أو تصميم تجربة علمية أو استخدام القواميس...

إن استخدام الملاحظة يكون أكثر فعالية إذا استخدم المعلم سجل الملاحظة، الذي يساعد على تحديد محكات الأداء وتحديد سلم التقييط.

4. 2- المقابلات الفردية أو الجماعية: يمكن للمعلم تحديد مستوى تحصيل تلاميذه للمعرفة الموجهة لهم ومدى تحقيق الأهداف التعليمية من خلال المقابلات التي يجريها معهم (فردية أو جماعية)، ويتم فيها طرح الأسئلة الشفوية ومناقشتها معهم، حيث يساعد النقاش على تقدير مستوى اكتساب المعرفة ومستوى التفكير والاتجاهات والميول التي يحملها التلاميذ.

4. 3- تقارير الطلبة ومشروعات البحوث: تستخدم هذه الأدوات لقياس قدرة المتعلم على الإبداع في عمل ما، وقدرته على التخطيط وإحداث التكامل بين أجزاء المعرفة، إضافة إلى قدرته على العمل مع الآخرين بنشاط وتعاون في مواقف حياتية حقيقية.

إن إنجازات الطلبة التي تقدم في شكل تقارير أو مشروعات بحث تستخدم في عملية التقويم وتحديد مستوى التحصيل، حيث يتمكن المعلم من خلالها من التعرف على مستوى تقدم التلاميذ نحو الأهداف التعليمية المتوخاة من المنهاج الدراسي.

4. 4- التقويم الذاتي: ويهدف إلى ترك التلاميذ يحددون مستوى ما تعلموه، وذلك باستخدام مقاييس التقدير وقوائم الشطب والاستبانات المصححة، مع ضرورة أن تتصف هذه الوسائل بالموضوعية والدقة.

إن استخدام أدوات التقويم الذاتي لا تساعد على قياس التحصيل فقط بل إنها عامل هام يمكن التلميذ من معرفة مواطن قوته وضعفه وتقويم أدائه المستقبلي، كما أنها وسيلة مساعدة للمعلم للمقارنة بين التلاميذ مستويات تحصيل التلاميذ

4. 5- اختبارات التحصيل: تسمى اختبارات التحصيل باسم الامتحانات المدرسية، وهي اختبارات يقوم المعلم بإعدادها والاعتماد عليها من أجل تقدير مستوى تحصيل تلاميذه، وتستخدم اختبارات التحصيل بأنواعها لعدة أغراض منها:

- الاختيار والتعيين: كاختيار الأفراد للدخول إلى مدرسة عليا أو الالتحاق بمهنة محددة.
- التشخيص: تحديد مناطق القوة والضعف في التلميذ من حيث تحصيله الدراسي بغرض تحسين مستواه.

- التغذية الراجعة.
- تقويم البرامج: إن عملية تقويم البرامج من حيث صلاحيتها وملاءمتها ومدى فاعلية طرق التدريس المستعملة، تحتاج إلى قياس مستوى تحصيل التلاميذ.

5- أنواع الاختبارات التحصيلية:

تستخدم اختبارات التحصيل في قياس ما تعلمه التلاميذ وتزويد المعلم بمعلومات تمكنه من اتخاذ أكبر قدر من القرارات ذات العلاقة بالنشاطات التعليمية المستقبلية، كما أن اختبارات التحصيل هي الوسيلة الأكثر استخداماً لمعرفة ما تعلم التلميذ في مجال محدد، ويستخدم المعلمون أنواعاً كثيرةً من اختبارات التحصيل أهمها مايلي:

5. 1- الاختبارات المقننة:

تصمم هذه الاختبارات من طرف المختصين في القياس وبناء الاختبارات، بحيث تشمل مجالاً واسعاً من الأهداف التربوية، فهي اختبارات قابلة للتطبيق في مجال واسع، وتستخدم هذه الاختبارات من أجل إبراز الفروق بين تلاميذ عدة مدارس فيما يخص مستوى تعليمي معين، وبالتالي فإن مجال القياس يشمل كل المواد والتعلمات في المستوى التعليمي المعني بالقياس وليس مادة واحدة فقط أو جزء منها.

قبل اعتماد أي اختبار كاختبار مقنن يتم تحليل بنوده وتطبيقه على عينة من التلاميذ من أجل دراسة مدى صعوبة وسهولة البنود وقدرتها التمييزية، ودراسة صدقها وثباتها، وهذه الخطوات تتمثل في تحليل البنود والصدق والثبات هي التي تجعل من الاختبار اختباراً مقنناً.

ومن أمثلة الاختبارات التحصيلية المقننة بطارية ستانفورد للتحصيل والتي تضم الاختبارات التالية: اختبار الفهم والقراءة، اختبار القواعد، اختبار الحساب، اختبار التفكير الرياضي، اختبار العلوم الأساسية، اختبار العلوم الإنسانية.

2.5- الاختبارات الأدائية:

يسمى هذا النوع من الاختبارات بالاختبارات العملية أو الاختبارات غير اللفظية، وهي اختبارات يتم فيها محاكاة الموقف الطبيعي بدرجة أكبر مما تسمح به اختبارات الورقة والقلم، ويعتبر الموقف الطبيعي في هذه الحالة محك الأداء، وتستخدم هذه الاختبارات لقياس مخرجات التعلم المتعلقة بالأداء الحركي والعملية، كأن تستخدم في مقررات العلوم لقياس المهارات العملية في المختبر. (أبو علام، رجاء محمود، 2007: 389)

وتصنف الاختبارات العملية إلى نوعين هما:

- اختبارات التحكم: وتقيس مستوى قدرة التلميذ على التحكم بالأجهزة والأدوات المخبرية (العلمية) وتنفيذ نشاطات العمل المخبري.
- اختبارات التعرف: وتقيس قدرة التلميذ على توظيف معارفه للتعرف على الأشياء والمواد المجهولة.

3.5- الاختبارات الشفوية:

هي اختبارات على شكل أسئلة غير مكتوبة يُطلب الإجابة عنها دون كتابة، وتهدف إلى معرفة مدى فهم التلميذ للمادة الدراسية ومدى قدرته على التعبير عن نفسه، ويهدف هذا النوع من الاختبارات إلى قياس قدرة التواصل المعرفي وقياس مستوى التفكير ومدى سرعة الفهم والتفكير، كما أنها تساعد على الكشف عن الأخطاء المفاهيمية وتعديلها، وتقيس قدرة التلميذ على المناقشة والدفاع عن آرائه وتكشف أيضاً عن اتجاهات وميول التلميذ.

من أهم عيوب الاختبارات الشفوية مايلي:

- الأسئلة الشفوية لا تشمل جميع مواضيع المقرر الدراسي.

- تتأثر الاختبارات الشفوية بذاتية المعلم.

- اختلاف مستوى صعوبة وسهولة الأسئلة الموجهة للتلاميذ، فقد يحكم المعلم على مستوى تحصيل تلميذ على أنه مرتفع، ويحكم على مستوى تحصيل تلميذ آخر بأنه منخفضاً، مع أنه وجه أسئلة سهلة للتلميذ الأول وأسئلة صعبة للتلميذ الثاني.

- تتأثر الإجابة الشفوية بالقدرة اللغوية للتلميذ وقدرته على مواجهة موقف الاختبار.

يتميز كل نوع من أنواع الاختبارات التحصيلية عن غيره من ناحية شكل الأسئلة ونمط الإجابة ومعيار التصحيح، غير أن النوع الأكثر استخداماً وشيوعاً عند المعلمين هو اختبارات التحصيل الموضوعية، لموضوعية أسئلتها وإجابتها، وموضوعية وسهولة تصحيحها، كما أنها تسمح بالمقارنة بين مستويات تحصيل التلاميذ، وقدرتها على قياس تحصيل الجانب الأكبر من المقرر الدراسي.

إن المميزات التي تتصف بها اختبارات التحصيل الموضوعية لا يعني استخدامها وحدها دون غيرها، بل أن الموقف التعليمي هو الذي يحدد أداة القياس المناسبة، ففي اختبار القدرة على القراءة يستخدم المعلم الاختبار الشفوي، وفي التربية البدنية يستخدم الاختبار العملي..، كما أن تعدد أدوات قياس التحصيل في الموقف التعليمي الواحد يعطي نتائج أكثر دقة عن المستوى الحقيقي للتحصيل.

5. 4- اختبارات التحصيل الموضوعية:

تشير "وولفوك" (Woolfolk,2010) إلى أن كلمة موضوعية تعني "عدم قابلية الكثير من التفسيرات" أو "ليست ذاتية"، وأن الاختبارات الموضوعية تشتمل على مفردات اختيار من متعدد، ومزاوجة، وصواب أو خطأ، وتكملة فراغات، وتصحيح الإجابات لا يتطلب تفسيراً.(وولفوك، أنيتا، 2010: 1181)

يسمى هذا النوع من اختبارات التحصيل باسم الاختبارات الموضوعية لكونها تتميز بما يلي:

- تمثل بنودها بدرجة كبيرة الموضوع المراد قياسه.

- تشمل مختلف عناصر المادة التعليمية.

- عدد بنوده كبير.

- بنودها دقيقة وتتطلب أجوبة دقيقة ومحددة.

تعتبر اختبارات التحصيل الموضوعية عبارة عن مجموعة من الأسئلة ذات الإجابات القصيرة التي تساعد على قياس الاستدعاء والتعرف، ويمكن الإجابة عليها في الوقت المحدد للدرس، وتكون الاختبارات الموضوعية مبنية على أسس سليمة يسودها التفكير المنطقي، ويُراعى فيها استبعاد ذاتية التلميذ عند الإجابة وذاتية المصحح عند تقدير درجات الإجابات، كما أن أسئلتها تتصف بالوضوح والدقة، كما أن أسئلتها تأخذ أشكالاً مختلفة مثل: اختبار متعدد الإجابات، اختبار الصواب والخطأ، اختبار التكملة، اختبار المزوجة.

ومن أهم مميزات اختبارات التحصيل الموضوعية أنها سهلة التطبيق والتصحيح، وأنها تغطي أكبر جزء ممكن من المادة التعليمية لكثرة عدد بنودها، كما أنها تحدد المستويات المتباينة لتحصيل الطلاب نظراً لكثرة الأسئلة وتباينها من حيث درجة السهولة والصعوبة.

خلاصة الفصل:

لقد تناول هذا الفصل موضوع التحصيل الدراسي باعتباره أحد الموضوعات الهامة التي تم يتم بواسطتها الحكم على أداء المتعلمين وعلى أداء النظام التربوي العمومي حيث تم التطرق إلى مجموعة من التعاريف التي تناولته والتي تربطه أحياناً بالخصائص الشخصية للمتعلم وتربطه وأحياناً أخرى بالمنهاج والمادة الدراسية، وقد أجمع المختصون في مجال التربية على أن هناك عدة عوامل تؤثر في التحصيل الدراسي منها العوامل الشخصية والعوامل الأسرية والعوامل المدرسية، وفي الأخير تم التطرق إلى أدوات قياس التحصيل الدراسي كالملاحظة والمقابلات الفردية أو الجماعية والاختبارات التحصيلية التي تم التطرق إلى أنواعها بشكل مفصل ودقيق.

الفصل الخامس:

إجراءات الدراسة الميدانية.

1- منهج الدراسة.

2- مجتمع الدراسة.

3- عينة الدراسة.

4- الدراسة الاستطلاعية.

5- أدوات الدراسة.

6- إجراءات تطبيق الدراسة الميدانية.

7- الأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة.

- تمهيد:

تعتبر الدراسة الميدانية القاعدة الأساسية لأي بحث علمي، فمن خلالها يتمكن الباحث من جمع المعلومات والبيانات حول موضوع بحثه، وبما أن قيمة النتائج التي يحصل عليها الباحث في دراسته تتوقف على مدى دقة الإجراءات المنهجية، والضبط الدقيق في معالجة الدراسة الميدانية، يأتي هذا الفصل ليوضح نوع المنهج الذي اعتمد، وكيفية اختيار العينة، وطريقة تصميم الأدوات المستخدمة في البحث.

وحيث أن طبيعة الموضوع المدروس هي التي تحدد نوع المنهج المتبنى في البحث، وبما أننا بصدد وصف ظاهرة وجمع بيانات ومعطيات حولها، وتحليل نتائج تلك البيانات لإصدار الأحكام الضرورية والقيام بعمليات المقارنة، حيث أننا بصدد دراسة علاقة الصلابة النفسية بالتحصيل الدراسي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بورقلة .

1- منهج الدراسة:

تحدد طبيعة المنهج المتبع حسب طبيعة البحث والأهداف التي يرمي إليها، وبما أن هذه الدراسة تستهدف معرفة علاقة الصلابة النفسية بالتحصيل الدراسي لدى طلبة معهد علوم النشاطات البدنية والرياضية فإن المنهج المناسب هو المنهج الوصفي.

2- مجتمع الدراسة: يقصد بالمجتمع (Population) مجموع العناصر التي يسعى الباحث

إلى أن يعمم عليها نتائج هذا البحث.

يتكون مجتمع الدراسة من طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة

ورقلة، سنة أولى (291)، سنة ثانية (115)، سنة ثالثة (93)، أولى ماستر (87)، ثانية ماستر (80).

جدول رقم (1) يمثل مجتمع الدراسة:

| عدد الطلبة | | | | | |
|---------------|---------|---------------|---------------|--------------|--------|
| المجموع العام | المجموع | السنة الثالثة | السنة الثانية | السنة الأولى | |
| 666 | 499 | 93 | 115 | 291 | ليسانس |
| | 167 | - | 80 | 87 | ماستر |

3- عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة تم اختيارها بطريقة عشوائية طبقية عددها (140) طالباً ، مثلت نسبة (21%) من مجتمع الدراسة، حيث كان عدد طلبة ليسانس (100)، وعدد طلبة الماستر (40).

جدول رقم(2): يمثل عينة الدراسة

| عدد الطلبة | | |
|------------|---------|---------|
| العينة | المجتمع | |
| 100 | 499 | ليسانس |
| 40 | 167 | ماستر |
| 140 | 666 | المجموع |

4- الدراسة الاستطلاعية:

تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى التأكد من صلاحية الأداة وتقدير خصائصها السيكمترية من صدق وثبات، وقد شملت الدراسة الاستطلاعية 30 طالبا من طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة ورقلة.

5- أدوات الدراسة:

1-أداة قياس متغير الصلابة النفسية

تمثلت أداة الدراسة في استبيان الصلابة النفسية الذي طوره أبو حسين (2012)، يتكون المقياس في صورته النهائية من ثلاث أبعاد . الالتزام، التحكم ، التحدي و (31) بند، بعد حذف البند رقم (31) لعدم مناسبه للبيئة الجزائرية ومضمونه، (أشعر أن قدرتي على التركيز أصبحت ضعيفة بعد هدم منزلي) بعض هذه البنود إيجابي وبعضها سلبي ، وتتم الاستجابة على كل منها وفقاً لتدرج ثلاثي البدائل على طريقة ليكارت، وهي: (موافق) وتصحح بـ 3 درجات، (لا أدري) وتصحح بـ 2 درجتين، (غير موافق) وتصحح بدرجة واحدة فقط. باستثناء الفقرات السلبية التي تصحح بعكس هذا الإتجاه، وعلى المفحوص أن يحدد مدى انطباق كل فقرة عليه، وذلك بوضع علامة (x) أمام الفقرة تحت البديل الذي ينطبق عليه، والجدول التالي يوضح توزيع البنود على الأبعاد ، يحتوي بعد الالتزام على (10) فقرات والتحكم(11)، والتحدي(9) فقرات.

جدول رقم(3): يبين أبعاد الصلابة النفسية والفقرات التي تنتمي إليه.

| الأبعاد | الفقرات | الفقرات السلبية | عدد الفقرات |
|---------|----------|------------------------------|-------------|
| 1 | الالتزام | 30/28/27/20/19/17/15/10/9/5 | 10 |
| 2 | التحدي | 29/25/23/16/12/11/8/7/2 | 9 |
| 3 | التحكم | 26/24/22/21/18/14/13/6/4/3/7 | 11 |
| | المجموع | | 30 |

يتم حساب الدرجة الكلية للمفحوص على المقياس بجمع درجاته في الأبعاد الثلاث للمقياس، وتتراوح الدرجة الكلية بين 30-90 درجة، تدل الدرجة المرتفعة على مستوى مرتفع بينما تدل الدرجة المنخفضة على مستوى صلابة منخفض.

الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة: بغرض حساب الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة الصدق والثبات قام الطالب بتطبيق الأداة على العينة الاستطلاعية والتي تقدر بـ 30 طالباً وذلك وفقاً للإجراءات الآتية.

1-الصدق: يقصد بالصدق، أن يقيس الاختبار ما وضع لقياسه، فهو يعني درجة تحقيق الأهداف التي صمم من أجلها الاختبار، وأنه كلما تعددت مؤشرات الصدق كان ذلك دالا على زيادة الثقة في الأداة.

- **صدق المقارنة الطرفية:** تم توزيع أداة البحث على 30 طالباً وبعد استرجاع النتائج رتب الأفراد تنازلياً حسب درجاتهم على الأداة، ثم أخذ 27% من أفراد الفئة العليا، و27% من أفراد الفئة الدنيا، وتمت المقارنة بين درجات الفئتين باختبار (ت) لعينتين مستقلتين، فكانت النتائج كالتالي :

جدول رقم(4): يوضح دلالة الفرق بين درجات الفئة العليا ودرجات الفئة الدنيا على أداة الصلابة النفسية.

| العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | درجة الحرية | ت المحسوبة | القيمة الاحتمالية | مستوى الدلالة |
|-------|-----------------|-------------------|-------------|------------|-------------------|---------------|
| 8 | 81.12 | 3.44 | 14 | 7.02 | 0.000 | دال عند 0,01 |
| 8 | 69.87 | 2.94 | | | | |

يشير جدول إلى أن متوسط درجات أفراد الفئة العليا على الاستبيان هو (81.12) بانحراف معياري قدره (3.44)، ومتوسط درجات الفئة الدنيا هو (69.87) وبانحراف معياري قدره (2.94)، كما يشير إلى أن قيمة ت المحسوبة (7.02) وهي أكبر من ت المجدولة عند مستوى الدلالة (0,01) ودرجة الحرية (14)، وعليه فإن الفرق بين درجات الفئتين العليا والدنيا دال إحصائية عند مستوى الدلالة (0,01)، وعليه فإن الاختبار صادق.

2- الثبات:

أ- **التجزئة النصفية:** من أجل التأكد من ثبات الأداة تم تقسيمها إلى نصفين، النصف الأول يضم البنود الفردية والنصف الثاني يضم البنود الزوجية، ثم قمنا بحساب معامل الارتباط بين

نصفي الاختبار، فكانت قيمته (0.3)، وبعد تصحيحه بمعادلة سبيرمان براون أصبحت قيمة معامل الثبات (0.5)

ب- ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach) :

وتم أيضا استخدام ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي فكانت النتيجة هي أن معامل الثبات (0.5)، وهو معامل ثبات مرتفع يجعلنا نطمئن إلى استخدام الأداة.

2- أداة قياس متغير التحصيل: لقياس متغير التحصيل الدراسي فقد تم الاعتماد على نتائج الطلبة في مسارهم الدراسي خلال السنة التي سبقت إجراء الدراسة الحالية، حيث طلب من كل مفحوص أن يسجل معدله السنوي للسنة الدراسية السابقة في البيانات الشخصية لاستبيان الصلابة النفسية.

6- إجراءات تطبيق الدراسة الميدانية: تمت إجراءات تطبيق الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة مابين 03 أفريل 2017 و 27 أفريل 2017، حيث تم توزيع الاستبيان على عينة الدراسة المقدره بـ 140 طالبا، وذلك بعد طلب الإذن من إدارة المعهد .

7- الأساليب الإحصائية المعتمدة في الدراسة: لتحليل بيانات الدراسة الحالية تم اعتماد برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية في التحليل الإحصائي SPSS النسخة 20.

وقد تم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

- معامل الارتباط بيرسون لاختبار الفرضية الأولى.
- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لاختبار الفرضية الثانية والثالثة.

الفصل السادس:

عرض نتائج الدراسة وتحليلها وتفسيرها

- 1- عرض نتائج الفرضية الأولى وتفسيرها.
- 2- عرض نتائج الفرضية الثانية وتفسيرها.
- 3- عرض نتائج الفرضية الثالثة وتفسيرها.

تمهيد:

سنتطرق في هذا الفصل إلى عرض نتائج الفرضيات و تفسير النتائج المتحصل عليها بعد الدراسة الميدانية.

1- عرض نتائج الفرضية الأولى وتفسيرها:

نص الفرضية: توجد علاقة دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية، والتحصيل الدراسي لدى طلبة التربية البدنية .

جدول رقم(5): يمثل قيمة معامل الارتباط بين الصلابة النفسية والتحصيل الدراسي.

| المتغيرات | عدد الأفراد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | درجة الحرية | (ر) المحسوبة | القيمة الاحتمالية | القرار |
|-----------|-------------|-----------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------|---------|
| الصلابة | 140 | 76.21 | 6.59 | 138 | -0.09 | 0.27 | غير دال |
| التحصيل | | 10.96 | 1.62 | | | | |

يتضح من خلال الجدول رقم (5) أن متوسط الصلابة النفسية لدى عينة البحث يقدر بـ(76.21)، وهو المتوسط الحسابي مرتفع إذا ما قورن بدرجة القطع(60)، أن متوسط التحصيل الدراسي يقدر بـ(10.96)، وأن المعدل التراكمي للتحصيل الدراسي متوسط.

كما يبين الجدول قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الصلابة النفسية والتحصيل الدراسي تقدر بـ 0.09 وان القيمة الاحتمالية تقدر بـ 0,27 وهي قيمة أكبر من 0.05، مما يعني أن العلاقة بين الصلابة والتحصيل غير دالة إحصائياً وعليه فإننا نقبل الفرضية الصفرية التي تنص على أنه لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين الصلابة والتحصيل الدراسي.

تتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة شيرد (2009) والتي توصلت إلى عدم ارتباط الصلابة النفسية مع التحصيل الدراسي في بعدي التحدي والتحكم.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة بوخالفة (2015) حيث بينت أن هناك علاقة دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة التعليم الثانوي، كما

تختلف مع ما توصلت إليه كوبازا من أن الصلابة النفسية ترتبط إيجاباً مع مفاهيم حسن الانجاز والفعالية والتفوق والتميز والدافعية، وتختلف كذلك هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Ahmadi et al,2013) والتي فسرت أن 10% من التغيرات في التحصيل الدراسي ترجع إلى الصلابة النفسية، كما أنها تختلف مع دراسة (Gulati et al,2012) حيث توصل إلى أن الصلابة النفسية ترتبط إيجابياً مع التحصيل الدراسي

وتفسر هذه النتيجة بكون التحصيل الدراسي يتأثر بمجموعة من العوامل الشخصية مثل مستوى الطموح، فقد أكدت دراسات عديدة أهمية مستوى الطموح في تحسين مستوى التحصيل لدى الطالب، حيث توصل رؤوف (1978) إلى وجود علاقة إيجابية مرتفعة بين مستوى الطموح والتحصيل الدراسي وكذلك فعالية الذات، حيث بينت دراسات عديدة أن لفعالية الذات أثر في التحصيل الدراسي، وكذا مركز الضبط، فقد بين كولمان وزملائه (1996) أن مركز الضبط هو أحد المحددات الهامة في التحصيل الدراسي وليس بالصلابة النفسية فقط.

كما أن العوامل الشخصية ليست هي العامل الوحيد الذي يفسر التحصيل، بل هناك عوامل أخرى كالممارسات التدريسية وأساليب التعامل مع الطلبة وطرق توجيههم واستراتيجيات التدريس المعتمدة والمناخ الصفّي وكفاءة الأستاذ ومستوى الدافعية للتعلم لدى الطالب وأنواع المساندة الاجتماعية كلها عوامل يمكن أن تسهم في رفع التحصيل الدراسي لدى الطالب.

2- عرض نتائج الفرضية الثانية وتفسيرها:

نص الفرضية: توجد فروق دالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى للمستوى الدراسي (ليسانس/ماستر).

لاختبار هذه الفرضية تم الاعتماد على اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، للمقارنة بين طلبة الماستر وطلبة الليسانس في الصلابة النفسية، فكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (6) : يوضح نتائج اختبار(ت) بين متوسط درجات طلبة الليسانس وطلبة الماستر على اختبار الصلابة النفسية

| القرار | القيمة الاحتمالية | (ت) المحسوبة | درجة الحرية | الانحراف المعياري | المتوسط الحساب | عدد الأفراد | الصلابة |
|---------|-------------------|--------------|-------------|-------------------|----------------|-------------|---------|
| غير دال | 0.75 | 0.31 | 138 | 6.46 | 76.09 | 95 | ليسانس |
| | | | | 6.90 | 76.46 | 45 | ماستر |

يشير الجدول إلى أن متوسط درجات طلبة الليسانس على اختبار الصلابة النفسية

يقدر بـ(76,09) بانحراف معياري (6,46)، وهي قيمة أقل من المتوسط الحسابي لعينة طلبة

الماستر والتي تقدر بـ (76.46) ولمعرفة ما إذا كان هذا الفرق بين طلبة الماستر وطلبة

ليسانس حقيقي أم يعود إلى الصدفة فقد تم المقارنة بينهما باعتماد الأسلوب الإحصائي (ت)،

حيث يشير الجدول أن قيمة (ت) المحسوبة تقدر بـ (0.31) وبما أن القيمة الاحتمالية المقدر بـ

(0.75) أكبر من ألفا (0.05)، فإنه يمكننا قبول الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود

فروق بين طلبة ليسانس وطلبة الماستر في الصلابة النفسية.

ويلاحظ من خلال الجدول السابق أن مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة التربية البدنية

(ماستر/ليسانس) مرتفع، وهي نتيجة تتفق مع دراسة (محمد زهير عليوي) حيث كان مستوى

الصلابة النفسية لدى الرياضيين عال بالنسبة (80.66)، كذلك فيما يخص دراسة

(العبدلي،2012) ودراسة (دخان وحجار،2005).

ويفسر عدم الاختلاف في مستوى الصلابة النفسية بين طلبة الليسانس والماستر بطبيعة

التنشئة الاجتماعية المتشابهة التي تتلقاها كل منهما، فضلا عن تشابه المؤثرين أثناء التكوين،

حيث أن نفس المؤثرين يسهمون في تكوين الطلبة سواء في الماستر أو ليسانس

فقد بين كور(2012) أن الصلابة النفسية تتأثر بعوامل مدرسية تساهم في رفعها أو تدهورها

مثل المناخ المدرسي والذي يعود بأثر سلبي على الصلابة النفسية إذا افتقر للديمقراطية

والإيجابية والتشجيع (بوخالفة، 2015: 51).

ويفسر ارتفاع مستوى الصلابة لدى طلبة الماجستير والليسانس بتساوي الفرص المتاحة لممارسة الأنشطة التربوية والبيداغوجية التي عادة ما تسهم في ارتفاع مستوى الصلابة النفسية، يرى كل من "دانيش آموز وألاء مول هداي" أن الصلابة النفسية تفسر رغبة بعض الطلاب في الاشتراك في العمل المدرسي في بعض الأنشطة التي تعتبر تحدياً لهم أكثر من زملائهم (بوخالفة، 2015: 51).

أضف إلى ذلك ما أشار إليه الشهري والمفرجي (2008) إلى أن عامل التقارب في المستويات يلغي الفروق بين الطلبة الصلابة النفسية، فالنظام التربوية متشابه لدى طلبة الماجستير وليسانس من حيث المنهاج وطرائق التدريس والنمط الإداري الإشرافي إضافة إلى انتماء العينة إلى نفس المرحلة العمرية (الشهري والمفرجي 2008: 240).

3- عرض نتائج الفرضية الثالثة وتفسيرها:

نص الفرضية: توجد فروق دالة إحصائية في التحصيل الدراسي تعزى للمستوى الدراسي (ليسانس/ماجستير).

لاختبار هذه الفرضية تم الاعتماد على اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، للمقارنة بين طلبة الماجستير وطلبة الليسانس في التحصيل الدراسي، فكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (7) : يوضح نتائج اختبار (ت) بين متوسط تحصيل طلبة الليسانس ومتوسط تحصيل طلبة الماجستير

| التحصيل | عدد الأفراد | المتوسط الحساب | الانحراف المعياري | درجة الحرية | (ت) المحسوبة | القيمة الاحتمالية | القرار |
|---------|-------------|----------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------|---------|
| ليسانس | 95 | 10.78 | 1.62 | 138 | -1.91 | 0.06 | غير دال |
| ماجستير | 45 | 11.34 | 1.52 | | | | |

يشير الجدول إلى أن متوسط درجات طلبة الليسانس على اختبار التحصيل الدراسي يقدر بـ(10.78)، وهي قيمة أقل من المتوسط الحسابي لعينة طلبة الماستر والتي تقدر بـ (11.34) ولمعرفة ما إذا كانت هذا الفرق بين طلبة الماستر وطلبة الليسانس حقيقي أم يعود إلى الصدفة فقد تم المقارنة بينهما باعتماد الأسلوب الإحصائي (ت)، حيث يشير الجدول أن قيمة (ت) المحسوبة تقدر بـ (0.91) وبما أن القيمة الاحتمالية المقدر بـ (0.06) أكبر من ألفا (0.05)، فإنه يمكننا قبول الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة ليسانس وطلبة الماستر في التحصيل الدراسية.

ويفسر عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة الماستر والليسانس في التحصيل الدراسي إلى تشابه البيئة التربوية التي يمارسون فيها العمل، باعتبار أن البيئة التربوية يمكن أن تكون أحد عوامل تدني مستوى التحصيل الدراسي، يرى العاجز (2002) أن من بين عوامل تدني مستوى التحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة العوامل الاقتصادية يليها العوامل الشخصية فالعوامل التربوية.

خلاصة عامة وآفاق مستقبلية:

كان الهدف من الدراسة الحالية معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية والتحصيل لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في ضوء متغير المستوى التعليمي، وبعد إجراء الدراسة الميدانية وتطبيق استبيان الصلابة النفسية على عينة مكونة من طبقتين من الطلبة (ليسانس/ماستر)، وتحديد المعدل التراكمي للعينة، بينت الدراسة أن مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة كان مرتفعاً، في حين كان المعدل التراكمي متوسطاً. أما العلاقة بين الصلابة النفسية والتحصيل الدراسي فلم تكن دالة إحصائياً،

كما بينت الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائية في الصلابة النفسية والتحصيل الدراسي تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

ومن خلال نتائج الدراسة نطرح بعض المقترحات المستقبلية:

- إجراء دراسة مماثلة على أساتذة التربية البدنية.
- إجراء دراسة تتناول الصلابة النفسية على المقيلين على اجتياز شهادة البكالوريا.
- إجراء دراسة تتناول علاقة الصلابة النفسية ببعض المتغيرات الأخرى، كالدافعية، ومستوى الطموح، وفاعلية الذات... .
- إجراء دراسات مقارنة في الصلابة النفسية بين المتفوقين في التحصيل الدراسي والعاديين.
- إجراء دراسة تتناول علاقة التحصيل الدراسي بالمناخ المدرسي.

المراجع

قائمة المراجع:

- أبو حسين، سناء محمد إبراهيم(2012)، الصلابة النفسية والأمل وعلاقتها بالأعراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمرة منازلهن في محافظة شمال غزة، رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير، جامعة الأزهر غزة.
- أحمد، عبد الحميد(2010)، التحصيل الدراسي وعلاقته بالقيم الإسلامية التربوية. بيروت، مكتبة حسين المصرية.
- البادري، سعود (2012)، تطبيقات علم النفس مهنة وتربية، الإمارات العربية، دار الكتاب الحديث.
- البيرقاد، تتهيد(2011)، الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية الموصل، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، 11، (1) 56-28.
- الحجار، بشير إبراهيم ودخان، كامل(2005)،الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية، مجلة الجامعة الإسلامية. المجلد14-العدد2.
- الحلو، غسان حسين(2010).مستوى الجدية في العمل التربوي والولاء التنظيمي لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في فلسطين، جامعة قابوس.
- الزايدي، فاطمة بنت خلف الله عمير (2007)، أثر التعلم النشط في تنمية التفكير الإبتكاري والتحصيل الدراسي بمادة العلوم لدى طالبات الصف الثالث المتوسط بالمدارس الحكومية بمدينة مكة المكرمة، متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في المناهج وطرق تدريس العلوم.
- العيافي، أحمد(1433).الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمكة المكرمة ومحافظة الليث، رسالة ماجستير منشورة جامعة أم القرى.
- الفراهيدي، أبي عبد الرحمن الخليل بن أحمد(2005)، كتاب العين، بيروت، دار إحياء التراث العربي.

- القاروط، صادق سميح صادق (2006)، الجدية في العمل وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى مديري المدارس الحكومية في محافظات الضفة الغربية، رسالة ماجستير في جامعة النجاح الوطنية ، نابلس فلسطين.
- المفرجي، سالم والشهري، عبد الله (2008)، الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية جامعة المينيا، العدد 19.
- بن سعد، أحمد (2012) الصلابة النفسية: المفهوم والمتعلقات، مجلة دراسات لجامعة الأغواط، (21)، 41-31.
- بوخالفة، سليمة (2015) الصلابة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي، مذكرة ماجستير في علم النفس، جامعة ورقلة.
- بوراس، كاهينة (2015) الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة ماجستير في علوم التربية، جامعة مولود معمري تيزي وزو.
- جديد، أحلام (2016)، علاقة الصلابة النفسية للطلبة الجامعيين بالدافعية للتعلم، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي جامعة غرداية.
- راضي، زينب نوفل أحمد (2008)، الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير في الصحة النفسية الجامعة الإسلامية غزة.
- سعدالله، الطاهر (1991)، علاقة القدرة على التفكير الإبتكاري بالتحصيل الدراسي، دراسة ببيكولوجية، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية.
- سنابل، أمين صالح جرار (2011)، الجدية في العمل وعلاقتها بالاحترق النفسي لدى مديري المدارس الحكومية الثانوية في محافظة شمال الضفة الغربية، رسالة الماجستير في جامعة النجاح الوطنية نابلس فلسطين.

- صالح، عايدة والمصدر، عبد العظيم(2013).الصلابة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعتي الأقصى والأزهر. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، (29)، 24-52.

- عطار، إقبال.(2007)، الذكاء الاجتماعي وعلاقته بكل من مفهوم الذات والصلابة النفسية لدى طالبات الاقتصاد المنزلي، مجلة كلية التربية جامعة طنطا، 1، (36)، 64-38.

- عودة، محمد(2010)،الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة رسالة ماجستير منشورة، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.

- كركوش، فتيحة(2010)، أهمية التقويم في قياس التحصيل الدراسي، مجلة الآداب والعلوم الاجتماعية، جامعة سعد دحلب، البليدة، العدد الثالث، ص ص: 28-49.

- لحواح، جمال(2008)، أثر التربية البدنية على التحصيل الدراسي، مذكرة ماجستير جامعة الجزائر.

- لونس، حدة(2013)، علاقة التحصيل الدراسي بدافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس، مذكرة ماستر في جامعة أكلي محند أولحاج البويرة.

- مخيمر، عماد(1996)، الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطية في العلاقة بين الضغوط وأعراض الإكتئاب لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 7، العدد 17.

الملاحق



جامعة قاصدي مرياح ورقلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استبيان

أخي الطالب، تحية طيبة وبعد:

في إطار إعداد مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية، نرجو منكم التكرم بالإجابة على بنود هذا الاستبيان.

علما أن إجاباتكم لا تعتبر صحيحة ولا خاطئة، وإنما هي رأي محترم، كما أن إجاباتكم ستحظى بالسرية التامة، ولن تستخدم إلا في أغراض البحث العلمي .

التعليمات: الرجاء الإجابة بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة.

البيانات الشخصية:

المستوى الدراسي: ليسانس ماستر

المعدل العام خلال السداسي الأخير: / 20

| الرقم | العبارة | موافق | لا ادري | غير موافق |
|-------|--|-------|---------|-----------|
| 1 | أسيطر على نفسي عند الحزن والفرح | | | |
| 2 | ينفذ صبري بسرعة إذا حدث خلاف مع الآخرين | | | |
| 3 | إذا واجهتني مشكلة أحاول حلها | | | |
| 4 | لدي القدرة على إدارة الأشياء والتحكم فيها | | | |
| 5 | أقوم بتأدية الواجبات المطلوبة مني على أكمل وجه | | | |
| 6 | أثق في قدرتي على التعامل مع المواقف الجديدة | | | |

| | | | | |
|--|--|--|----|--|
| | | | 7 | أصر على القيام بالأعمال التي أحبها مهما كانت النتيجة |
| | | | 8 | عندما أصاب بمشكلة صحية أو مالية فإنني أصبر وأحتمل |
| | | | 9 | أعتقد أن لحياتي هدفاً أعيش من أجله |
| | | | 10 | أشعر أنني فقدت الحياة بفقدان بعض أفراد عائلتي |
| | | | 11 | يمكنني التغلب على كافة المشكلات التي تواجهني |
| | | | 12 | أرتاح عندما أنجز الأعمال الصعبة |
| | | | 13 | أصبر على السراء والضراء |
| | | | 14 | أشعر باليأس عندما تكون الظروف ضدي |
| | | | 15 | أعتقد أن المستقبل ليس أفضل من الحاضر |
| | | | 16 | أصر على تحقيق أهدافي مهما كانت الصعاب |
| | | | 17 | ألتزم بقيمتي ومبادئتي وأحافظ عليها |
| | | | 18 | أحبط وتنشط عزيمتي بسهولة |
| | | | 19 | أحب تقديم المساعدة للآخرين |
| | | | 20 | أختار لنفسي أسهل الأعمال عند القيام بأعمال جماعية |
| | | | 21 | نجاحي في الحياة يعتمد على الحظ والصدفة |
| | | | 22 | أعتقد أن الفشل يعود لسوء التخطيط وليس لسوء الحظ |
| | | | 23 | أعتقد أن المشكلات فرصة لإظهار المهارات والقدرات الشخصية |
| | | | 24 | أتحمل ما يحدث لي من أحداث مؤلمة |
| | | | 25 | عندما أبدأ عملاً صعباً فإنني أصر على إنجازه حتى أنتهي منه |
| | | | 26 | أستطيع أن أتكيف مع الحياة مهما واجهت من صعاب |
| | | | 27 | أفضل أن تسير الحياة على وتيرة واحدة |
| | | | 28 | أعتقد أن الحياة التي لا يوجد بها تغيير هي حياة مملة وروتينية |
| | | | 29 | التغيير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح |
| | | | 30 | الحياة بكل ما فيها تستحق أن نحياها |