



مجلة أكاديمية شمال أوروبا المحكمة - الدنمارك (الإصدار الأول) بتاريخ 13/10/ 2018

A
JNE
A

التنظيم الذاتي الأكاديمي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة
جامعة دمشق والكويت

**Academic self-regulation & its relationship
to psychological resilience among students
of Damascus and Kuwait University**

أعداد

Prepared by



دكتور: راشد مانع راشد العجمي
Dr. Rashid Maneh Rashid Al-Ajmi
كلية التربية الأساسية / جامعة الكويت
College of Basic Education
Kuwait University
Rashed_207@yahoo.com



الأستاذ الدكتور / رياض نائل العاسمي
Prof. Dr. Riad Nael Asma
كلية التربية / جامعة دمشق
College of Education
University Damascus -Syrien
reyadalaasemy@gmail.com

ملخص البحث

هدف البحث الحالي إلى استكشاف العلاقة بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة دمشق والكويت، إضافة إلى معرفة الفروق في كل من التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية تبعاً للجنس (ذكور وإناث)، وأخيراً حساب أثر التفاعل بين المتغيرات الديمغرافية والسيكومترية على التنظيم الذاتي الأكاديمي. وقد تكونت عينة البحث من (115) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، بواقع (62) طالباً من طلاب جامعة دمشق، و(53) طالباً وطالبة من جامعة الكويت، وقد بلغ عدد الإناث (59) طالبة، و (56) طالباً. وقد استخدم الباحثان لهذا الغرض مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي الذي ترجمه العاسمي (2015)، ومقياس المرونة النفسية الذي قام بترجمته العاسمي (2012)، وذلك بعد التحقق من صدقهما وثباتهما على أفراد العينة المقصودة بالبحث الحالي من طلبة جامعتي دمشق والكويت.

وأظهرت نتائج البحث ما يلي: وجود علاقة إيجابية بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية، مع وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة جامعة دمشق والكويت في كل من التنظيم الذاتي الأكاديمي، وفروق دالة في الجنس (الذكور، الإناث) في هذين المتغيرين. كما أظهرت النتائج أن تأثير كل من الجنس كان له أثراً دالاً في التنظيم الذاتي الأكاديمي، بينما لم يكن لمتغير البيئة الجغرافية (الكويت، دمشق) أي تأثير على التنظيم الذاتي الأكاديمي لدى عينة البحث.

وفي ضوء النتائج التي تم استخلاصها من هذا البحث، قدم الباحثان مجموعة من المقترحات لتحسين التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية لدى الطلبة الذين يواجهون مشكلات في هذين المتغيرين في حياة الطلبة الأكاديمية، وذلك بهدف الارتقاء بأهدافهم العلمية والتعليمية على نحو فعال.

الكلمات المفتاحية: التنظيم الذاتي الأكاديمي - المرونة النفسية .

Abstract

The aim of the current research was to explore the relationship between academic self-regulation and psychological resilience in a sample of students from Damascus and Kuwait University. In addition, the differences in both academic self-regulation and psychological resilience were determined by sex (males and females). Finally, Academic. The study sample consisted of (115) students of the university, 62 students from Damascus University and 53 students from Kuwait University. The number of females was 59 students and 56 students. The researchers used the academic self-regulation scale prepared by the second researcher for this purpose and the psychological resilience scale, which was translated by the second researcher, after verifying their sincerity and persistence in the current research of the students of the Damascus and Kuwait University.

The results of the study showed that there is a positive relationship between academic self-regulation and psychological resilience, with statistically significant differences between the students of Damascus and Kuwait University in both academic self-organization and gender

differences in these two variables. The results showed that the effect of each sex had a significant effect on academic self-organization, while the geographical environment variable (Kuwait, Damascus) had no effect on emotional regulation in the sample.

In light of the results obtained from this research, the researchers presented a set of proposals to improve the academic self-regulation and psychological resilience of students who have problems in these two variables in the academic life of students, in order to effectively raise their scientific and educational goals.

Key words : Academic self-regulation - Psychological resilience.

مقدمة:

منذ العمل الرائد من قبل باندورا، وكانفر (1970) Kanfer، و (1991) Bandura وغيرهم، أصبح التنظيم الذاتي السلوكي موضوعاً محورياً للدراسة في علم النفس العام وتحديداً في علم النفس التربوي (Zimmerman and Schunk, 2011)، مثل المرونة النفسية أو القدرة على الصمود، فإن التنظيم الذاتي هو عبارة عن بناء مظلم يضم العديد من الكفاءات (de la Fuente, 2015) : التوجيه الذاتي، والقدرة على التكيف، والإدارة الذاتية، وحل المشكلات، والتفكير النقدي. وكونها عملية يقوم فيها الفرد بدور نشط في بناء مصيره (يتطلب الإرادة والمهارات) من خلال تنشيط ورصد وتثبيت وتكييف سلوك الفرد، والانفعالات، والدوافع، والاستراتيجيات المعرفية وما وراء المعرفية والمصادر الخارجية، يسعى الشخص من خلالها للوصول إلى أهدافه المرجوة (Limon, 2004; Pintrich, 2004).

والتنظيم الذاتي هو عملية تنطوي على إدارة السلوك في ثلاث مراحل مهمة (Zimmerman and Labuhn, 2012): (أ) مرحلة التخطيط، بما في ذلك جوانب تحليل المهام ووضع أهداف محددة تتعلق بالمهام؛ (ب) مرحلة رصد الأداء، بما في ذلك استخدام الاستراتيجيات والموارد المتعلقة بالمهمة، وكذلك النظر المستمر في فعاليتها والتقدم المحرز نحو تحقيق الأهداف المحددة؛ (ج) التفكير في مرحلة الأداء، وهو تقييم ما فعله المرء أو ما يمكن تحسينه، وإدارة المشاعر التي تسببها النتائج، ثم استخدام التفكير الذاتي لبدء الدورة من جديد. ويتم تشكيل هذه العملية من قبل العديد من المتغيرات، منها السيطرة والفعالية الذاتية .

وفي أدبيات متخصصة في مجال المرونة النفسية، يُعدّ ضبط النفس جانباً رئيسياً، ويتم تقييم المعرفة باستراتيجيات تحسين التنظيم الذاتي الشخصي والأكاديمي (Swanson et al., 2011). وقد نشر عدد كبير من الباحثين أعمالاً تتعلق بالتنظيم الذاتي للمرونة والعكس بالعكس (Tugade and Fredrickson, 2004) ودرس (Eisenberg and Spinrad, 2004) هذه العلاقة، الذين أشاروا إلى أن التنظيم الذاتي يعمل كعامل تنبئي للمرونة النفسية، حيث يؤدي إلى العوامل الوقائية (الداخلية) الفردية . وبالمثل، يرى (Seligman, 2005) Mischel, 2014 أن الضبط الذاتي (السيطرة على الأفكار والانفعالات والسلوك) يشجع على التكيف الإيجابي، ويجعل من السهل تحقيق حياة سعيدة وصحية .

ومن الشائع أن تشمل مقاييس المرونة والتنظيم الذاتي والمتغيرات الأخرى المرتبطة بها أداة للمرونة، تظهر أن التباين في القدرة على المرونة الذي يفسره التنظيم الذاتي قد يصل إلى 46%. العديد من العوامل التي تسهم في فشل الطالب والتسرب من الكليات، ولكن العديد من الطلبة قادرين على التغلب على هذه العوائق، ويصبحون أفراداً مجدين بشكل جيد (Norris, 2014).

إن العلاقة بين القدرة على المرونة أو الصمود النفسي والتنظيم الذاتي الأكاديمي وصعوباته كمتغير للتكيف والحماية النفسية والاجتماعية لدى العديد من أفراد المجتمع وخصوصاً طلبة الجامعة. وقد يبدو أن هذه العلاقة واضحة بين الطلاب المتميزين دراسياً والمتعثرين دراسياً أو المنخفضين تحصيلياً هو من بين الأسباب التي يمكن أن تؤدي إلى تعرض الشخص لخطر الغزلة الاجتماعية: إنها مشكلة، لأن الطلاب ذوي الأداء المنخفض يفتقرون إلى المؤهلات التعليمية الأساسية اللازمة لدخول سوق العمل. وعلاوة على ذلك، وعلى وجه التحديد فيما يتعلق بالأداء، وجهت زيمرمان (Zimmerman, 1990) انتباهنا إلى أهمية التنظيم الذاتي كعامل رئيسي في التحصيل الدراسي. واقترحت البحوث الحديثة بشأن المرونة النفسية والقدرة على التنظيم الذاتي كعامل وقائي في هذا الصدد.

مشكلة البحث:

إن القدرة على تنظيم السلوك الذاتي هي واحدة من أهم العوامل الوقائية التي يتعلق بالقدرة على المرونة النفسية، وينبغي تعزيزها بشكل خاص لدى طلبة عموماً وخصوصاً للطلبة المتواقين أكاديمياً الذين يواجهون صعوبات دراسية. وقد وصفت الدراسات السابقة أن هؤلاء الطلاب يتباينون في وجود سلوكيات تشير إلى عدم وجود التبصر في أدائهم الأكاديمي. ومن بين العوامل المختلفة التي تؤثر على المرونة، تم تأكيد أن التنظيم الانفعالي والذاتي بأنه مهم، ولكن هناك متغيرات شخصية أخرى تلعب دورها أيضاً (Gardner et al. 2008)؛ ويشير باكنر وآخرون (Buckner, et al, 2009) إلى أن نماذج التنظيم الذاتي لها أهمية مرحلة التخطيط وتحديد الأهداف في عملية تنظيم الذات (Zimmerman 2008). ومع ذلك، تبين الأبحاث أنه بالرغم من أن عامل الأهداف ضروري لتطوير القدرة على التكيف، وقيمه التنبؤية غير المباشرة ويتم من خلال التعلم من الأخطاء، فقد أشارت دراسة باوليز وآخرون (Bowles et al, 2015) إلى وجود علاقة إيجابية بين التنظيم الذاتي والمرونة النفسية وخصوصاً عند أفراد العينة المتفوقين تحصيلياً وعلاقة سلبية مع المتدنين تحصيلياً. وهكذا، بالنسبة لهذه العينة من طلبة الجامعة فإن الباحث يحاول تبيان العلاقة بين التنظيم الذاتي والمرونة النفسية، وهذه العلاقة في حال ثبوتها لدى العينة ككل يمكن التعرف من خلالها إلى الفروق بين الطلاب المتميزين وغير المتميزين تحصيلياً في بعض المتغيرات الديمغرافية (الجنس، والتخصص الدراسي) هذه النتيجة لها آثار عملية مثيرة للاهتمام تشير إلى أنه من أجل تحسين القدرة على المرونة من خلال التنظيم الذاتي لدى الطلاب؛ فالمرونة

النفسية حسب تعبير دويك وآخرون (Dweck, et al, 2011) هي العامل الحاسم في التنظيم الذاتي والمثابرة الأكاديمية من أجل تعزيز ذلك، وغرس عقلية النمو والنظر إلى الفشل والأخطاء كجزء طبيعي من عملية التعلم. كما أثبتت النتائج (Eisenberg & Spinrad, 2004)؛ (Connell. & Dishion, 2006) أن المستويات المنخفضة والمتوسطة من التنظيم الذاتي مصحوبة بفروق مماثلة من المرونة. وهذا الدليل يشير إلى وجود علاقة ثابتة بين المتغيرين، كما تدعمها دراسات أخرى.

كذلك، أشارت العديد من الدراسات إلى وجود ارتباط واضح بين المرونة Resilience والتنظيم الذاتي؛ فالمرونة، هي القدرة على التكيف مع مرور الوقت مع الحياة المتغيرة أو المواقف الضاغطة، التي تمثل التكيف الناجح مع تلك الظروف (Ahern, Kiehl, Sole, & Byers, 2006). لذلك، فالمرونة النفسية لدى طلاب الجامعات لها أهميتها خاصة؛ فالحياة في الجامعة يمكن أن تكون معقدة وشاقة، وتتطلب القدرة على التعامل مع متطلباتها الأكاديمية/ الدراسية، والتوازن الدراسي/ الحياة... الخ. نتيجة لذلك، أشارت الدراسات إلى أن ارتفاع مستويات اعتلال الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة بالمقارنة مع أقرانهم من غير الجامعيين نتيجة لغياب المرونة النفسية في مواجهة متطلبات الحياة الجامعية المتعددة في كثير من الحالات (Stallman, 2010). وقد أظهرت البحوث في علم الأعصاب حول المرونة والضغط النفسية، أن المرونة قد تؤدي إلى زيادة الخبرة الإيجابية التي يمكن اعتبارها وسيلة فعالة لتعزيز الصحة النفسية (Hamilton-West, 2010). لذلك، فالتنظيم الذاتي الأكاديمي قد يسهم في المرونة النفسية لدى الطلبة ويقلل من عمليات الإخفاق الأكاديمي ويزيد من المثابرة والتحصيل الجيدة، لأن عملية التنظيم الذاتي بمكوناته وأبعاده يساعد الطالب الجامعي في استثمار طاقاته الفكرية من خلال تنظيمها بطريقة مرنة للوصول إلى الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها. كما أن الدراسات السابقة أشارت إلى أن الطلبة في الكليات العلمية أكثر تنظيمياً ذاتياً في أثناء التعامل مع مقرراتهم النظرية والعملية بعكس طلبة الكليات النظرية، وذلك بحكم طلبة الكليات العلمية يدرسون مواد علمية لها معايير ثابتة في الوصول إلى النتائج بينما طلبة الكليات النظرية، فإن النماذج والنظريات الأدبية هي مجرد رؤى متباينة ولا توجد معايير ثابتة للحكم العلمي في قضية من قضايا العلم الذي يدرسونها. وثمة مجموعة متزايدة من البحوث Zimmerman (et al, 2004) تشير إلى أن الطلاب الذين لديهم تنظيم ذاتي للجوانب المعرفية والتحفيزية والسلوكية لوظائفهم الأكاديمية هم أكثر فعالية ومرونة نفسية من غير الطلبة المنظمين ذاتياً. كما أشارت النتائج أن هناك فروق واضحة في كل من التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية بين الذكور والإناث. فقد أظهرت نتائج دراسة ويس وآخرون (et al. 2013 Weis)، أن الإناث أكثر تنظيمياً ذاتياً في المجال الأكاديمي من الذكور، وهذا الأمر ربما يعود إلى منافسة الإناث لوضع مكانة لهن في مجتمع الذكور. وحتى الآن الدراسات والبحوث السابقة لم تحسم

هذه المسألة لوجود فروق ثقافية ومعرفية في الدراسات التي تناولت هذه الفروق بين الذكور والإناث في هذه المتغيرات محل الدراسة الحالية. وهذا ما يسعى الباحثان التحقق منه في هذه الدراسة.

مما سبق، يمكن أن يصوغ الباحثان مشكلة بحثهما على النحو الآتي:

هل توجد علاقة بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية لدى طلبة جامعة دمشق وجامعة الكويت من أفراد العينة الكلية؟

أهمية البحث:

تكم أهمية البحث الحالي في النقاط التالية:

1- أهمية متغيرات الدراسة، التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية، باعتبار أن هذين المتغيرين يسهمان في التركيز الذهني واليقظة العقلية لدى الطلبة واللذين يساعدهم على تحقيق أهدافهم الدراسية بفاعلية عالية.

2- أهمية العينة المستخدمة في الدراسة الحالية، وهم طلبة الجامعة جامعة دمشق والكويت من الكليات العلمية والنظرية؛ فطلبة الجامعة هم في مرحلة دراسية أحوج من باقي طلبة المراحل الدراسية الأخرى إلى عملية التنظيم الذاتي للمواد الدراسية، لأنها ذا تساعدهم على التمكن منها والتكيف معها واكتسابها بطريقة إيجابية للانخراط في سوق العمل الذي يحتاج إلى مثل هذه المهارات العلمية والتعامل معها بمرونة وكفاءة عالية، وهذا المطلب ضروري لطلبة الجامعة بحكم المرحلة العمرية والنضج العقلي.

3- غياب الدراسات المحلية والعربية التي تصدت لهذا الموضوع رغم أهميته العلمية والشخصية، وهذا يمكن أن يكشف الكثير عن الجوانب التي يمكن أن تسلط الانتباه إليها لتدريب الطلبة على استراتيجيات التنظيم الذاتي الأكاديمي من أجل تحفيزهم لمتابعة الدراسة بطريقة مضبوطة وسمات شخصية تتسم بالمرنة.

4- النتائج المتوقعة لهذه الدراسة يمكن أن تساعد في وضع العديد من البرامج التدريبية والإرشادية التي تقدم للطلبة الذين بحاجة إلى التنظيم الذاتي الأكاديمي وتعزيز قدراتهم للوصول إلى مرحلة التمكن في عملية التعليم والتعلم الذاتي القائم على سمات الشخصية الإيجابية المرنة.

أهداف البحث:

1- استكشاف العلاقة بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية.

2- تعرف الفروق بين طلبة جامعة دمشق والكويت في هذين المتغيرين.

3- قياس الفروق بين الذكور والإناث في كل من التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية لدى أفراد عينة البحث.

4-تحديد أي عامل في التنظيم الذاتي يظهر أكبر دلالة إحصائية في ارتباط وتنبؤ متغير المرونة ومن المتوقع أن يكون لعوامل التنظيم الذاتي أكبر قوة ارتباطية وقابلية للتنبؤ بعوامل لمقياس المرونة المستخدمة في هذه الدراسة.

مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية:

1-التنظيم الذاتي الأكاديمي: Academic self-regulation

هو واحد من مجالات التنظيم الذاتي، ويتمشى بشكل وثيق مع مصالح المتعلمين وبصفة عامة، فإنه يشير إلى التعلم الذي يسترشد بمعرفة ما وراء المعرفة (التفكير في تفكير الفرد)، والعمل الاستراتيجي (التخطيط والرصد، وتقييم التقدم الشخصي ضد معيار، والدافع للتعلم وهو يصف عملية السيطرة على وتقييم التعلم والسلوك الخاصة (Ormrod, 2009,8).

ويعرف زيمرمان (Zimmerman, 2000,82-91) التنظيم الذاتي الأكاديمي ، بأنه" العملية تساعد الطلاب على إدارة أفكارهم وسلوكياتهم وفعاليتهم من أجل التنقل بنجاح في خبراتهم التعليمية. تحدث هذه العملية عندما يتم توجيه الإجراءات والعمليات الهادفة للطالب نحو اكتساب المعلومات أو المهارات خلال مرحلة التخطيط ، حيث يقوم الطلاب بتحليل مهمة التعلم وتحديد أهداف محددة نحو إكمال هذه المهمة.

ويعرف الباحثان التنظيم الذاتي الأكاديمي بأنه قدرة المفحوص على الإجابة على المقياس المستخدم في البحث الحالي والذي يتكون من (32) عبارة موزعة على خمسة أبعاد (تلقي المعلومات، وتقييم المعلومات، وإحداث التغيير بوعي، ووضع الخطة، وتنفيذ الخطة وتقييمها)، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى أن المفحوص يتمتع بدرجة عالية من التنظيم الانفعالي الأكاديمي، والدرجة المنخفضة تشير إلى صعوبة المفحوص في التنظيم الذاتي الأكاديمي.

2-المرونة النفسية: Psychological resilience

تُعرف المرونة النفسية أو القدرة على الصمود بأنها قدرة الفرد على التكيف بنجاح مع مهام الحياة في مواجهة الحرمان الاجتماعي أو الظروف المعاكسة للغاية (Pecillo, Małgorzata, 2016) . ويمكن أن يأتي الشد والإجهاد في شكل مشكلات عائلية أو علاقة، مشاكل صحية، أو مخاوف في مكان العمل والمال، من بين أمور أخرى (American Psychological Association. 2014) فالقدرة على الصمود هي القدرة على الارتداد من تجربة سلبية مع "الأداء الكفاء". المرونة ليست قدرة نادرة . في الواقع، توجد لدى الفرد العادي، ويمكن تعلمها وتطويرها من قبل أي شخص تقريباً. وينبغي أن تعد القدرة على الصمود عملية، وليس سمة ينبغي أن تكون . إنها عملية فردية من خلال نظام منظم مع الاكتشاف التدريجي للقدرات الشخصية الفريدة (Rutter, 2008).

ويعرف الباحثان المرونة النفسية إجرائياً، بأنها الدرجة التي يحصل على المفحوص على مقياس المرونة المعتمد في الدراسة الحالية، والذي يتكون من أربعة أبعاد، هي(الصلابة أو الجرأة، والتقاؤل، الحيلة، والغرض)

حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى أن المفحوص يتمتع بدرجة عالية من المرونة بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض درجة المرونة لدى المفحوص، وتتراوح حدود المقياس بين (25) درجة كحد أدنى، والدرجة (100) كحد أعلى.

دراسات سابقة:

تناول هاميل (Hamill, 2005) في دراسته حول المرونة والكفاءة الذاتية وأهمية معتقدات الكفاءة وآليات التعامل لدى المراهقين المرنيين: حيث هدفت إلى استكشاف القدرة على المرونة بين المراهقين الذين يستخدمون كلا من التقرير الذاتي وبيانات الوالدين . وقد تكونت العينة من (43) المراهقين، الذين تراوحت أعمارهم بين (16-19) سنة عاماً من طلاب المدارس الثانوية المسجلين حالياً في فئة علم النفس الاختيارية . تم قياس الفعالية الذاتية، وتصورات الضبط الانفعالي، والاستجابة للضغوط، والمثابرة وآليات التكيف باستخدام العديد من الاستبيانات والمهام المنظمة. وقد أسفر التحليل عن أربع مجموعات متميزة: المراهقون المرنون والمراهقون المختصون، والمراهقون غير المتكافئين، ومجموعة منخفضة من الشدائد/ منخفضة الكفاءة . وكان المراهقين المرنون والمختصون متشابهين من حيث الكفاءة الذاتية وآليات التكيف، وسجلت المجموعة غير الملائمة للتكيف والمنخفضة / الشدائد المنخفضة هذه المقاييس الفرعية أقل من تلك التي تتمتع بها المجموعات المرنة والمختصة. وكانت الكفاءة الذاتية والقدرة على التعبير عن استجابات للتعامل للخصائص الشخصية المهمة التي ميزت المجموعة المرنة من الشباب غير الملائمين كما كان متوقعاً. ولم يختلف الضبط الداخلي ، والاستجابة للضغوط، والمثابرة، والقدرة على اختيار خيارات التكيف الإيجابية بين المجموعات الأربع، مما أدى إلى إمكانية أن تؤدي هذه الخصائص دوراً أقل أهمية في تنمية الكفاءة في مواجهة الشدائد.

بينما قام فيلكي (Velki,2009) بدراسة حول العلاقة بين التنظيم الذاتي الكاديمي والتحصيل والصحة" وكان الهدف من هذه الدراسة: أولاً، تحديد وجود علاقة تقرير المصير في ظروفنا الاجتماعية والثقافية على المستوى الأكاديمي، ثانياً، لتحديد العلاقة بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والإنجاز الأكاديمي، والثالث، لتحديد العلاقة بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والصحة. أجريت الدراسة على عينة من 217 طالباً في السنة الأولى والثانية (159 أنثى و 58 ذكراً) من علم الأحياء والطب . تم استخدام أدوات القياس التالية: استبيان التنظيم الذاتي الأكاديمي، والتقييم الذاتي للصحة النفسية والجسدية والصف في الاختبار . وتشير النتائج التي تم الحصول عليها إلى ما يلي: في ظروفنا الاجتماعية والثقافية، على المستوى الأكاديمي . فهناك علاقة إيجابية بين الدافع الذاتي والدرجات في الاختبار والدافعية الذاتية والكلية التي يحضرها الطلاب هي مؤشرات هامة

للتحصيل الدراسي. هناك علاقة إيجابية بين الدافع الذاتي والصحة . وكان للطلاب ذوي الدافع الذاتي تقييم ذاتي أفضل للصحة النفسية والجسدية من الطلاب من عدم الضبط الانفعالي.

وتناولت دراسة سكوت (Schutte,2012) العلاقة بين المرونة والتنظيم الذاتي والأداء الأكاديمي الذين يعيشون في المدن تحت الظروف السلبية. هدفت إلى تحديد ما إذا كانت هناك علاقة بين القدرة المرنة والتنظيم الذاتي والأداء الأكاديمي للمتعلمين . وقد تحقق ذلك من خلال وصف وفهم (أ) قدرة المتعلمين على التحرك والتفاوض بشأن مصادر الحماية الأساسية (أي الموارد الشخصية والأسرية والمجتمعية والثقافية) التي يفترض أن تكون متاحة للمتعلمين؛ (ب) دعم فهم أفضل لبناء للتنظيم الذاتي وعلاقته بالأداء الأكاديمي. وتكونت العينة من (180) متعلماً وكانت أدوات القياس هي: (أ) استبيان للسيرة الذاتية؛ (ب) استبيان التنظيم الذاتي للتعلم و (ج) مقياس مرونة الأطفال والشباب. وأظهر تحليل عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المرونة والأداء الأكاديمي للمشاركين، لكنه أظهر علاقة معتدلة بين الأداء الأكاديمي والتنظيم الذاتي، حيث كانت أهم العمليات المشار إليها هي تحديد الأهداف والتخطيط الاستراتيجي والتقييم الذاتي كذلك أظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية. وتظهر النتائج أيضاً أن الأداء الأكاديمي كان أفضل بالنسبة لمجموعة من المشاركين الذين يتمتعون بالتنظيم الذاتي أكثر من مجموعة من المشاركين منخفضي التنظيم الذاتي .

بينما سعت دراسة (MichelleD. Keye, Aileen & Pidgeon, 2014) إلى استكشاف العلاقة بين المرونة، اليقظة العقلية، الكفاءة الذاتية الأكاديمية. وكان الغرض الرئيسي استكشاف دور اليقظة العقلية والكفاءة الذاتية والأكاديمية في التنبؤ بالمرونة بين طلاب الجامعات. حيث أكمل (141) طالباً مقياس فرايبورغ لليقظة، والمعتقدات في النجاح ومقياس وكونور ديفيدسون المرونة مقياس. وأظهرت النتائج أن اليقظة العقلية و الكفاءة الذاتية والأكاديمية تنبئ بدرجة كبيرة من المرونة. وتشير هذه النتيجة إلى أن اليقظة العقلية و الكفاءة الذاتية والأكاديمية لهما تأثير كبير على المرونة.

وكان الغرض من الدراسة التي قام بها.(Kiranmayi Neelarambam,2014) استكشاف دور اليقظة العقلية كما المرونة كمتغيرين للتنبؤ بالاكئاب والصدمات النفسية الذي يتعرض لها طلاب الجامعات. اقترحت دراسة اختبار النموذج الذي يتنبأ باليقظة العقلية والمرونة بأعراض الاكئاب وأعراض الصدمات النفسية. وقد تكونت العينة من (529) طالباً من طلاب الجامعة، حيث أكملوا المقاييس التالية استبيان الوجوه الخمسة لليقظة العقلية (باير، 2003)، و مقياس المرونة (كونور ودافيدسون، 2003)، وأعراض الاكئاب، بيك(2001) ، وأعراض الصدمة. أظهرت النتائج أن اليقظة العقلية تعد منبئاً جيداً للكشف عن أعراض الصدمات النفسية وأعراض الاكئاب التي يتعرض لها طلاب الجامعات بالمقارنة مع الطلاب الذين لم يتعرضوا لصدمات نفسية

بالرغم من أن المرونة لم تتوقع الكثير من المتغيرات النتيجة. كما أشارت النتائج إلى أن اليقظة العقلية تتوسط العلاقة بين المرونة وأعراض الصدمة فضلاً عن المرونة وأعراض الاكتئاب لدى كل من طلاب الجامعات الذين تعرضوا للصدمة وغير المعرضين للصدمة .

وتناول محمد بيور (Mohammadi Pour,2015) في دراسته التحقق من صدق ووثوقية مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي، حيث هدفت الدراسة إلى التحقق من صحة وموثوقية مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي، وقد تكونت العينة من (360) طالبا وطالبة، بينهم (252) طالبة و (108) طالب من طلاب كلية العلوم الإنسانية جامعة آزاد الإسلامية في كوتشان . ولتقييم موثوقية الاستبيان، استخدم معامل ألفا كرونباخ ولتحقيق ذلك من أجل صحته، واستخدم التحليل الاستكشافي . وأظهرت هذه الدراسة أن الاتساق الداخلي لمعامل ألفا كرونباخ لمجموع مقبول من (0.939) وأبعاده الفرعية بين (0.718 و 0.874). ويؤكد تحليل العوامل الاستكشافية والتأكدية أيضاً أن بنية الاستبيان لها قيمة جيدة بشكل معقول مع البيانات وأن جميع المؤشرات الجيدة تؤكد الفروق بين الذكور والإناث في التنظيم الذاتي الأكاديمي، وجاءت هذه النتائج لصالح الإناث.

وحول العلاقة بين المرونة النفسية والتنظيم الذاتي - دراسة بين الشباب الإسبان المعرضين للمخاطر الاجتماعية قام راجويل وآخرون (2017) Raquel,et al بدراسة تهدف إلى اختبار العلاقة الافتراضية بين المرونة النفسية والتنظيم الذاتي . وقد افترض أن التنظيم الذاتي سيكون مرتبطاً ومؤشراً جيداً على الصلابة، وأن المستويات المنخفضة والمتوسطة من التنظيم الذاتي ستؤدي إلى مستويات مماثلة من المرونة. وتكونت العينة من (365) طالباً ، تراوحت أعماهم بين (15 و 21) من نافار (اسبانيا) الذين التحقوا في برامج التأهيل المهني الأولي . ومن أجل التقييم، تم تطبيق مقياس كونور ديفيدسون للمرونة ، واستبيان التنظيم الذاتي المختصر. وأظهرت النتائج علاقة إيجابية بين المرونة والتنظيم الذاتي وكان التعلم من الأخطاء (التنظيم الذاتي) مؤشراً مهماً للتكيف والثقة والمثابرة والتكيف والتسامح إزاء المواقف السلبية (المرونة) . وبالمثل، فإن المستويات المنخفضة والمتوسطة المتوسطة من التنظيم الذاتي ترتبط بعوامل المرونة النفسية .

ويلاحظ مما تقدم من الدراسات السابقة التي عرضها الباحثان، غياب للدراسات العربية في تناولها لمتغيرات البحث الحالي، وهذا يؤكد جدية الموضوع وحدائته في البيئة المحلية والعربية، وإن تبين من ذلك، فالدراسات الأجنبية تناولته على نحو واسع ووضعت له العديد من النماذج والتفسيرات النظرية والتطبيقية مثل نموذج ماسرمان، وديسي ريان وغيرهم من العلماء الذين تناولوا العلاقة بين المتغيرين وتطبيقه في دراسات على الطلبة بمختلف مراحلهم الدراسة المتباينة، وأظهرت النتائج تبايناً وفروقات واضحة بين هذه المتغيرات والعديد من

المتغيرات الشخصية والنفسية والديمغرافية. لذا، جاء هذا البحث ليرصد هذه العلاقة بين المتغيرين في البيئة العربية وخصوصاً بين طلبة الجامعة دمشق والكويت .

فرضيات البحث:

1- توجد علاقة الارتباطية دالة إحصائياً بين متوسطات درجات التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة الكلية من طلبة جامعة دمشق والكويت.

2- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات التنظيم الذاتي الأكاديمي لدى طلبة جامعة دمشق والكويت.

3- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المرونة النفسية لدى طلبة جامعة دمشق والكويت.

4- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث في التنظيم الذاتي الأكاديمي

5- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس المرونة النفسية .

6- توجد فروق دالة إحصائياً بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات على مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس المرونة النفسية.

7- يوجد تفاعل ذو دلالة إحصائية بين متغيرات: الجنس، الكلية (التخصص) والمرونة، وأثرها على التنظيم الذاتي الأكاديمي لدى أفراد العينة الكلية.

إجراءات البحث ومنهجه:

1- **منهج البحث**، يستخدم هذا البحث المنهج الوصفي التحليلي، وهو من المناهج الأكثر شيوعاً لمثل هذه البحوث، حيث قام الباحثان في ضوء هذا المنهج باكتشاف العلاقة بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية لدى بعض طلبة جامعة دمشق والكويت، ومعرفة الفروق بين الطلبة الذكور والإناث، وبيان أثر التفاعل بين متغير الجنس والتخصص والمرونة على التنظيم الذاتي الأكاديمي، بمعنى هل يمكن أن تتنبأ تلك المتغيرات بالتنظيم الذاتي الأكاديمي لدى أفراد عينة البحث.

2- **عينة الدراسة**: تكونت عينة البحث من (115) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، بواقع (62) طالباً من طلاب جامعة دمشق، و(53) طالباً وطالبة من جامعة الكويت، وقد بلغ عدد الإناث (59) طالبة، و (56) طالباً. وقد بلغ أعمار الطلبة بين (19- 21) من طلبة السنة الأولى والثانية من طلاب كلية التربية والحقوق والعلوم في جامعة دمشق، وكلية الآداب قسم علم النفس، والشريعة في جامعة الكويت وقد تم تطبيق هذا البحث في الفصل الأول من العام الدراسي 2017/2018م.

أدوات البحث:

لدراسة العلاقة بين المرونة النفسية، وتنظيم الذاتي الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، طبق الباحثان هاتين الأداةين على عينة من طلاب جامعة دمشق والكويت، بواقع (40) طالباً وطالبة مناصفة بين طلبة تلك الجامعتين من أجل التحقق من صدقهما وثباتهما:

أ- مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي (ASRQ) Academic Self-Regulation Questionnaire

وهذا المقياس من إعداد (Brown, Miller, & Lawendowski, 1999) ، وطوره (Williams & Deci, 1999). في كلية العلوم الطبية، بينما طوره (Black & Deci, 2000), على طلبة كلية الكيمياء العضوية. وقام العاسمي(2015) بترجمته وتقنيته على عينة من طلاب الجامعة. ويتكون مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي من (32) عبارة، تقيس خمسة أبعاد أساسية، هي الآتية: تلقي المعلومات، تقييم المعلومات، وإحداث التغيير بوعي، ووضع الخطة، وتنفيذ الخطة وتقييمها. وتتراوح درجات المقياس بين (32) درجة كحد أدنى، والدرجة(160) درجة كحد أقصى، والإجابة على بنود المقياس تبدأ بدرجة(1) إلى الدرجة (5). وقد طبق معد المقياس للتحقق من صدقه وثباته على عينة من طلبة الجامعة ، بلغ عددها(83) طالباً وطالبة، حيث بلغ معامل الاتساق الداخلي(0,90).

صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية:

صدق المقياس: تم التحقق من صدقه من خلال تطبيقه على العينة الاستطلاعية المبينة أعلاه، حيث أظهرت نتائج الاتساق الداخلي بين أبعاده والدرجة الكلية كما هي موضحة في الجدول الآتي:

جدول(1)

الاتساق الداخلي لمقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي في أبعاده لدى عينة البحث الاستطلاعية

أبعاد أستبيان التنظيم الذاتي الأكاديمي									
تلقي المعلومات		تلقي المعلومات		تلقي المعلومات		تلقي المعلومات		تلقي المعلومات	
ر	م	ر	م	ر	م	ر	م	ر	م
0,63	5	0,65	4	0,55	3	0,66	2	0,55	1
49,.,	10	71,.,	9	66,.,	8	48,.,	7	0,69	6
81,.,	15	65,.,	14	59,.,	13	44,.,	12	71,.,	11
76,.,	20	63,.,	19	28,.,	18	51,.,	17	62,.,	16
41,.,	25	67,.,	24	65,.,	23	62,.,	22	52,.,	21
40,.,	30	31,.,	29	71,.,	28	45,.,	27	72,.,	26
-	-	-	-	-	-	50,.,	32	67,.,	31

يتضح من الجدول السابق وجود اتساق داخلي بين عبارات المقياس وكل بعد من أبعاد والدرجة الكلية لكل بعد وللمقياس، وهذه النتيجة تشير إلى صدق المقياس وقدرته على قياس ما وضع لقياسه.

ثبات المقياس:

استخدم الباحثان للتحقق من ثبات المقياس من خلال استخدام طريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية حتث
توصل إلى النتائج الموضحة في الجدول الآتي:

جدول (2)

ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

المتغيرات	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
تلقي المعلومات	(**)0.741	(**)0.425
تقييم المعلومات	(**)0.865	(**)0.546
إحداث التغيير بوعي	(**)0.689	(**)0.335
وضع الخطة	(**)0.725	(**)0.653
تنفيذ الخطة وتقييمها	(**)0.658	(**)0.435
الدرجة الكلية	(**)0.439	(**) 0.458

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت جيدة، وهذا يشير إلى مناسبة المقياس وتطبيقه على العينة المستهدفة بالبحث الحالي.

ب - مقياس المرونة النفسية: Psychological Resilience أعد هذا المقياس الذي كونورودافيدسون Connor (and Davidson,2003) والذي يرمز له ب، (CD-RISC) ونقله العاسمي (2012) إلى العربية والذي يتألف من (25) عبارة تقريرية، موزعة على أربعة أبعاد أساسية، ولكل عامل يتكون من عدة بنود أو عبارات بعضها إيجابي وبعضها الآخر سلبي، حيث يجيب المفحوص على هذه العبارات من خلال متدرج من خمس درجات يبدأ ب غير صحيحة إطلاقاً إلى صحيحة دائماً، وتتراوح الدرجة لكل عبارة بين (ال صفر . 4) درجات، والدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين (0 100) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة على أن المفحوص يتمتع بدرجة عالية من المرونة. أما العوامل التي يتألف منها المقياس حسب التحليل العاملي كونور ودافيدسون فهي التالية: العامل الأول، الصلابة أو الجراءة Hardness ،العامل الثاني: التفاؤلOptimism، العامل الثالث: قلة الحيلة Resource Fulness ، العامل الرابع:

الغرضPurpose

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أ-الصدق:

تم حساب الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس المرونة النفسية على أفراد العينة الاستطلاعية، وذلك بهدف التعرف على الترابط بين أبعاد المقياس، حيث توصلت التحليل إلى النتائج التالية كما يوضحها الجدول الآتي:

جدول (3)

الاتساق الداخلي للأبعاد مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي لكل من عينة الدراسة الاستطلاعية

الأبعاد	طلبة جامعة الكويت	طلاب جامعة دمشق
---------	-------------------	-----------------

0.53 (**)	0.48 (**)	الصلابة أو الجرة
0.45 (**)	0.35 (**)	التفاؤل
0.63 (**)	0.30 (**)	الحيلة
0.58 (**)	0.38 (**)	الغرض

يتضح من الجدول السابق (4) تمتع المقياس معامل ارتباط دال عند مستوى دلالة (0,01) بين أبعاد مقياس المرونة لكل من أفراد العينة (الكويت، دمشق)، حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط لأبعاد المقياس لدى أفراد طلبة الكويت بين (0,35 إلى 0,48)، ولدى عينة طلاب جامعة دمشق بين (0,45 إلى 0,65)، وهي قيم مقبولة. كذلك استخدام ارتباط الأبعاد الفرعية للمقياس مع الدرجة الكلية حيث تراوحت بين (0,32-0,53) لعينة طلبة الكويت، و (0,29-0,48) لعينة طلبة جامعة دمشق، وهذه النتيجة تؤكد على قدرة المقياس على قياس ما ينبغي قياسه في البحث الحالي.

ب- ثبات المقياس:

تم استخدام معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لعبارات مقياس المرونة لدى أفراد عينة طلبة جامعة دمشق والكويت، وذلك كما يظهره الجدول الآتي:

جدول (4)

ثبات مقياس المرونة باستخدام ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

الأبعاد الفرعية	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
الصلابة أو الجرة	0,76 (**)	0,65 (**)
التفاؤل	0,85 (**)	0,74 (**)
الحيلة	0,59 (**)	0,67 (**)
الغرض	0,61 (**)	0,81 (**)
الدرجة الكلية	0,55 (**)	-

يتبين من الجدول السابق (5) أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات حسب معادلة كرونباخ والتجزئة النصفية بالنسبة لطلبة جامعة دمشق والكويت ، وهذا ما يبرر استخدامه في البحث الحالي.

نتائج الدراسة وتفسيرها:

نتائج الفرضية الأولى، ونصها: توجد علاقة الارتباطية دالة إحصائياً بين متوسطات درجات التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة الكلية من طلبة جامعة دمشق والكويت. وللتحقق من هذه الفرضية قام الباحثان بحساب العلاقة الارتباطية بين درجات طلبة جامعة دمشق والكويت، وذلك باستخدام قانون الترابط لبيرسون، والجدول التالي يوضح طبيعة العلاقة بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية.

جدول (5)

العلاقة بين درجات التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية لدى أفراد عينة البحث

الدرجة الكلية	الهدف	الحيلة	التفاؤل	الجرأة	الأبعاد
ترابط ودلالة	ترابط ودلالة	ترابط ودلالة	ترابط ودلالة	ترابط ودلالة	
0,83 (**)	0,63 (**)	0,70 (**)	0,95 (**)	0,50 (**)	تلقي المعلومات
0,39 (**)	0,44 (**)	0,51 (**)	0,40 (**)	0,38 (**)	تقييم المعلومات
0,40 (**)	0,30 (**)	0,40 (**)	0,53 (**)	0,44 (**)	إحداث التغيير بوعي
0,43 (**)	0,38 (**)	0,39 (**)	0,34 (**)	0,37 (**)	وضع الخطة
0,26 (**)	0,54 (**)	0,35 (**)	0,49 (**)	0,33 (**)	تنفيذ الخطة وتقييمها

** دالة عند مستوى (0.01) * دالة عند مستوى (0.05)

في النظر إلى الجدول (5) يتضح وجود علاقة دالة إحصائياً عند مستوى (0,01) بين الدرجات الفرعية لأبعاد مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي والدرجات الفرعية الأبعاد مقياس المرونة النفسية. كما بينت نتائج الدول السابق وجود علاقة ارتباطية بين الدرجات الكلية لمقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية لدى أفراد العينة الكلية من طلبة جامعة دمشق والكويت. وتشير هذه النتيجة إلى أن العلاقة بين هذين المتغيرين إيجابياً، فكلما كانت المرونة النفسية لدى الطلبة إيجابية، كلما كانوا أكثر تنظيماً ذاتياً على المستوى الأكاديمي.

وتتفق هذه النتيجة مع العديد من الدراسات السابقة راجويل وآخرون (2017) Raquel, et al MichelleD. (Schutte, 2012) (Keye, Aileen & Pidgeon, 2014) التي وجدت علاقة إيجابية بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسي، وعلاقة سلبية بين صعوبات التنظيم الذاتي وعدم المرونة النفسية. نتائج الفرضية الثانية ونصها: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات التنظيم الذاتي الأكاديمي لدى طلبة جامعة دمشق والكويت.

وللتحقق من هذه الفرضية استخدم لهذا الغرض قانون "ت" ستودنت لعينتين مستقلتين، وذلك لمعرفة الفروق بين طلبة جامعة دمشق والكويت، وذلك كما تظهره نتائج الجدول الآتي:

جدول (6)

الفروق بين متوسطات درجات طلبة جامعة دمشق والكويت على مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي

اتجاه الفروق	قيمة ت	طلبة دمشق (ن=62)			طلبة الكويت (53)		المتغيرات
		د.ح	ع	م	ع	م	
نصالح طلبة الكويت	8,67 (**)	113	2,98	19,87	2.69	21.64	تلقي المعلومات

تقييم المعلومات	19.86	4.43	22,51	3,63	113	7.54 (**)	لصالح طلبة دمشق
إحداث التغيير بوعي	22.01	2.53	25,76	2,21	113	5.65 (**)	لصالح طلبة دمشق
وضع الخطة	12.42	2.69	9,21	3,92	113	2,00 (**)	لصالح طلبة الكويت
تنفيذ الخطة وتقييمها	6.50	3.25	8,87	3,80	113	3.33 (**)	لصالح طلبة دمشق
الدرجة الكلية	82.43	6,82	86,22	5,32	113	3,08 (**)	لصالح طلبة دمشق

يتضح من الجدول السابق (6) مايلي:

أ- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01) بين متوسطات درجات التنظيم الذاتي الأكاديمي بين طلبة جامعة دمشق والكويت في كل من الأبعاد الآتية: تقييم المعلومات، تنفيذ الخطة، إحداث التغيير بوعي، وقد جاءت هذه الفروق دالة لصالح طلبة جامعة دمشق.

ب- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01) بين متوسطات درجات التنظيم الذاتي الأكاديمي بين طلبة جامعة دمشق والكويت في كل من الأبعاد الآتية: تلقي المعلومات، وضع الخطة، ، وقد جاءت هذه الفروق دالة لصالح طلبة جامعة الكويت.

ت- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات الدرجة الكلية على مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي لدى طلبة جامعة دمشق والكويت، وكانت النتائج لصالح طلبة جامعة دمشق.

يبدو أن هذه النتيجة تتباين مع نتائج الدراسات السابقة. يرى الباحثان تتعلق بطبيعة المواد التدريسية في كل من جامعة دمشق والكويت، وهذا التعلم الذي درسوه في مقرراتهم اكسبهم نوعاً من التخطيط الأكاديمي أفضل من طلبة الكويت الذين يركون على الجانب العلمي بدلاً من النظري.

نتائج الفرضية الثالثة، ونصها: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلبة جامعة دمشق والكويت في المرونة النفسية.

ولتحقق من هذه النتيجة تم استخدام قانون "ت" ستودنت لعينتين مستقلتين لحساب هذه الفروق بين طلبة جامعة دمشق والكويت في المرونة النفسية، كما تظهرها النتائج في الجدول الآتي:

جدول (7)

الفروق بين متوسطات درجات طلبة جامعة دمشق والكويت في المرونة النفسية

اتجاه الفروق	قيمة ت	طلبة دمشق (62)			طلبة الكويت(53)		الأبعاد
		د.ح	ع	م	ع	م	
غير دال	0,680	113	4,39	18,07	4,72	17,49	الجرأة
لصالح طلبة دمشق	3,04	113	5,01	20,03	5,04	17,13	التفاؤل

الحيلة	14.30	5,09	15.07	4.7	113	0,819	غير دال
الغرض	13,06	5,4	13.55	4,35	113	0,552	غير دال
الدرجة الكلية	62.00	13,25	66,71	9.63	113	2,17	لصالح طلبة دمشق

يتضح من الجدول (7) ما يلي:

أ- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) بين متوسط درجات بعد التفاوض، والدرجة الكلية للمرونة بين طلبة جامعة دمشق والكويت ، وجاءت هذه الفروق لصالح طلبة جامعة دمشق.

ب- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طلبة جامعة دمشق والكويت في الأبعاد التالية على مقياس المرونة (الجرأة، الحيلة، الغرض)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة حيث أظهرت نتائج YücelÖksüz & ElifGüven (2014) وجود علاقة إيجابية بين المرونة النفسية ومستويات المماثلة من المعلمين، بالإضافة إلى ذلك، وجد أن هناك فروقا دالة في مستويات المرونة النفسية بين الذكور والإناث لصالح الذكور. كما أظهرت نتائج دراسة Jowkar & Noorafshan (2001) فروقا بين الذكور والإناث حيث كانت تشير نتائج الإناث إلى مؤشر سلبي للكفاءة الشخصية، وتماسك الأسرة والبنية الشخصية بينما كانت نتائج الذكور تشير إلى مؤشر سلبي للبناء الشخصي، وقد كان التوقع (الذكور) مؤشراً إيجابياً كبيراً للكفاءة الاجتماعية هو التنبؤ السلبي للبنية الشخصية.

نتائج الفرضية الرابعة ونصها: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في التنظيم الذاتي الأكاديمي

وللتحقق من هذه النتيجة تم استخدام قانون "ت" ستودنت لعينتين مستقلتين لحساب هذه الفروق بين الذكور والإناث على مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي، وذلك تظهر نتائجها في الجدول الآتي:

جدول (8)

الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث من أفراد العينة الكلية في التنظيم الذاتي الأكاديمي

أبعاد المقياس	الإناث (59)		الذكور (56)		د.ح	قيمة ت	اتجاه الفرق
	ع	م	ع	م			
تلقي المعلومات	2.93	14.75	1.87	19.47	113	4,65	لصالح الذكور
تقييم المعلومات	4.11	14.64	2.45	21.09	113	7,75	لصالح الذكور
إحداث التغيير بوعي	2.67	16.55	2.21	22.25	113	4,72	لصالح الذكور
وضع الخطة	3.59	14.42	3.28	18.61	113	3,75	لصالح الذكور
تنفيذ الخطة وتقييمها	2,34	17,12	3,32	22,43	113	3,11	لصالح الذكور
الدرجة الكلية	3,76	77,12	2,43	99,65	113	8,76	لصالح الذكور

يتضح من الجدول (8) وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في التنظيم الذاتي الأكاديمي بين الذكور والإناث وجاءت هذه الفروق جميعها في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لصالح الذكور مقارنة بالإناث.

وتتفق هذه النتيجة فيما اقترحه ديفيس (1995) Davis بأن الفتيات أكثر توقعاً من الفتيان للعمل وفقاً للقواعد الاجتماعية، مما يدفع الفتيات أكثر ممارسة وبالتالي قدرة أفضل لتنظيم سلوكياتهم والعواطف. وتمشياً مع هذا الرأي، أظهرت الدراسات التحليلية التجميعية أن الفتيات لديهن حافز أعلى وقدرتهن على الانخراط في تنظيم السلوك أكثر من الأولاد (مثل (Silverman, 2003; Else-Quest et al., 2006; Cross et al., 2011). كما تم الإبلاغ عن الاختلافات بين الجنسين فيما يتعلق باستخدام المعتاد لاستراتيجيات تنظيم المشاعر. فعلى سبيل المثال، تميل الفتيات إلى استخدام استراتيجيات تهدف إلى حل مشكلة من أجل الشعور على نحو أفضل (أي الاستراتيجيات الموجهة نحو المشاكل) أكثر من الفتيان. وعلى النقيض من ذلك، يميل الأولاد إلى الانفصال عاطفياً عن المواقف العصبية (أي الاستراتيجيات الموجهة نحو العاطفة) أكثر من الفتيات (Eschenbeck et al., 2007).

نتائج الفرضية الخامسة وتفسيرها: توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس المرونة النفسية.

واستخدم لهذا الغرض حساب المتوسطات بين الذكور والإناث حسب قانون "ت" ستودنت لعينتين مستقلتين، وذلك كما تظهر نتائج في الجدول الآتي:

جدول (9)

الفروق بين الذكور والإناث في المرونة النفسية من طلبة الكويت ودمشق

اتجاه الفروق	قيمة ت ودلالاتها	ذكور (ن=56)		إناث (ن=59)		أبعاد مقياس المرونة النفسية	
		د.ح	ع	م	ع		م
لصالح الذكور	4,68 (**)	113	4,04	19,75	4,30	16,08	الجرأة
لصالح الذكور	3,28 (**)	113	4,64	20,22	5,04	17,11	التقاؤل
لصالح الذكور	6,02 (**)	113	4,64	17,26	3,92	12,45	الحيلة
لصالح الذكور	3,68 (**)	113	4,84	14,96	4,11	11,88	الغرض
لصالح الذكور	8.43 (**)	113	8,51,	72,20	9,92	57,53	الدرجة الكلية

ويتضح من نتائج الجدول (9) وجود فروق في المرونة النفسية لدى الذكور والإناث، وجاءت النتائج في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لصالح الطلبة الذكور في كل من جامعة دمشق والكويت.

وبالرغم من عدم وجود دراسات مقارنة بين جامعات مختلفة في المرونة النفسية بين الذكور والإناث، إلا أن هذا البحث يبرز أهمية تلك الفروق بأن الذكور في البيئة العربية أكثر مرونة في التعامل مع أحداث الحياة

الضاغطة في البيئة الجامعية من الإناث بحكم التنشئة الاجتماعية . فقد وجدت دراسة Barbrook-Johnson (2017) & Juan I. فروقاً في التنظيم الانفعالية بين طلبة كلية الطب وعلم النفس ومالت تلك الفروق لصالح الكليات الطبية. بينما أشارت دراسة (CuixinPeng,2012) إلى العلاقة بين السلوك التعلم الذاتي التنظيم والإنجاز الأكاديمي لطلاب كلية العلوم والتي ترتبط مشاركتهم في المكونات التحفيزية ارتباطاً وثيقاً بأدائهم في الامتحانات والاستراتيجيات المعرفية التي لها التأثير الأقوى على درجات الإنجاز بالمقارنة مع الكليات النظرية.

-نتائج الفرضية السادسة وتفسيرها: "توجد فروق دالة إحصائياً بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات على مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس المرونة النفسية".

جدول (10)

دلالة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي التنظيم الذاتي الأكاديمي في المرونة النفسية

اتجاه الفروق	قيمة (ت)	مرتفعي التنظيم (27)		منخفضي التنظيم (34)		أبعاد مقياس المرونة	
		ح .د	ع	م	ع		م
مرتفعي التنظيم	7.65(**)	59	3.40	20.63	2.65	16.63	الجرأة
مرتفعي التنظيم	3.37(**)	59	2.77	21.97	4.26	17.06	التقاؤل
مرتفعي التنظيم	5.86(**)	59	2.70	21.90	3.90	16.88	الحيلة
مرتفعي التنظيم	3.34(**)	59	2.26	14.33	2.54	12.38	الغرض
مرتفعي التنظيم	6.04(**)	59	8.65	78.43	7.87	68.33	الدرجة الكلية

يتضح من نتائج الجدول (10) أن أفراد العينة الذين يتسمون بتنظيم انفعالي مرتفع يتسمون بمرونة عالية في التعامل مع متطلبات العمل الأكاديمي، وإن الذين ليس لديهم قدرة على تنظيم انفعالاتهم الذاتية على المستوى الأكاديمي يجدون صعوبة في المرونة النفسية في التعامل مع المواقف الدراسية. وقد قال بليير (Blair,2002) في هذا، إن التنظيم الكافي للانفعالات في الفصول الدراسية يسهل العمليات الإدراكية (مثل الذاكرة، والانتباه، والتخطيط، وحل المشكلات)، والتي تعتبر ضرورية للتعلم الدراسي. في سياق المدرسة، يجب تنظيم العواطف للسماح لسلوك الإنجاز المناسب بشكل عام، يمكن لكل من المنحى للمشاكل والاستراتيجيات المنحى المنحى أن تكون استراتيجيات التكيف لتنظيم العواطف . ويعتمد ذلك على الوضع الذي تجلب فيه الاستراتيجية فوائد أعلى (Lohaus et al., 2006) ويعني التنظيم الانفعالي (Skinner and Gembeck, 2006; Lohaus et al., 2007). وفيما يتعلق بالاستراتيجيات التي تستخدم لتنظيم المشاعر السلبية في السياق الأكاديمي، فقد أظهرت الدراسات هذه المشكلة.

نتائج الفرضية السابعة وتفسيرها: "يوجد تفاعل ذو دلالة إحصائية بين متغيرات: الجنس، الكلية (التخصص) والمرونة، وأثرها على التنظيم الذاتي لدى أفراد العينة الكلية".

جدول (11)

تحليل التباين بين الجنس والتخصص والتفاعل بينهما على التنظيم الذاتي لدى أفراد العينة الكلية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة " ف "	مستوى الدلالة
الجنس (أ)	177,89	1	177,98	31,00	دالة
البيئة (دمشق، الكويت(ب)	0,136	1	0,136	0,024	غير دالة
أ(ب)(التفاعل)	52,53	1	52,53	9,16	دالة
الخطأ	1698,18	112	5,74		
المجموع	131986	115			

يلاحظ من الجدول السابق (11) وجود تأثير دال بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والجنس، وذلك من خلال التفاعل بين التخصص والجنس وجد تأثير دال على التنظيم الذاتي والأكاديمي والمرونة النفسي، بينما التخصص له لم يكن له تأثير على المرونة النفسية. ويرى رافالي (Raffaelli et al., 2005) هنا يفهم التنظيم الذاتي بأنه الدافع والقدرة على الحفاظ على الإجراءات الموجهة نحو الأهداف بمرور الوقت وعبر سياقات ظرفية متعددة من أجل تحقيق الأهداف المرجوة (Cole et al., 2004). وبالرغم من وجود فروق مستقرة نسبياً بين الأفراد فيما يتعلق بالدافع والقدرة على التنظيم الذاتي. وهناك تباين محدد في الوضع في التنظيم الذاتي داخل الأفراد اعتماداً على إغراء مجال معين (Duckworth and Kern, 2011). وينظر إلى التنظيم الذاتي على أنه بناء واسع يشمل تنظيم سلوك المكونات الأكثر تحديداً وتنظيم العاطفة. ويمكن النظر إلى تنظيم السلوك وتنظيم العاطفة كعنصرين متميزين للتنظيم الذاتي. وعلى الرغم من أن مفاهيم السلوك والتنظيم هي مفاهيم مميزة، فإنها مترابطة أثناء مسار التنمية. وبالنظر إلى التصور الواسع للتنظيم الذاتي ومع الأخذ بعين الاعتبار أن التنظيم الذاتي هو بناء متعدد الأبعاد، فمن المهم اتخاذ منظور أكثر دقة بشأن التنظيم الذاتي من خلال عرض تنظيم السلوك وتنظيم العاطفة باعتبارها جوانب مترابطة ولكنها منفصلة للتنظيم الذاتي.

يبدو من نتائج البحث بشكل عامة إنها صادقة في حدود عينة البحث والأدوات المستخدمة فيه، ويمكن أن تتغير هذه النتائج لو تم تطبيق البحث على عينات من كليات الجامعة المختلفة، ومستويات دراسية متباينة (السنة الأولى، والسنة الرابعة على سبيل المثال). وبالرغم من هذه النتائج التي توصل إليها الباحثين فإنها تعد البداية للقيام بدراسات متشابهة من هذا النوع في بيئات جامعية عربية أخرى في هذين المتغيرين، إضافة إلى متغيرات أخرى.

لذلك يقترح الباحثان مايلي:

-إيلاء الاهتمام بالتنظيم الأكاديمي الذاتي لدى الطلبة عموماً، والذي يعزز ذلك تحصيلهم وكفاءتهم في التعلم القائم على التمكن.

. إجراء بحوث حول التنظيم الذاتي الأكاديمي بين المستويات الدراسية المختلفة (سنة أولى، رابعة، دراسات عليا) بين بعض الجامعات العربية، وهذا المقترح يضيف قيمة علمية لمستوى الطلبة في تلك الجامعات.

. إجراء دراسات حول التنظيم الذاتي والمرونة النفسية بين طلبة الجامعات تبعاً للمتغيرات الديمغرافية (الوضع الاجتماعي، الاقتصادي، مستوى تعليم الوالدين، منطقة السكن (ريف مدينة)).

- يمكن أن تساعد هذه النتائج المبدئية لهذا البحث القيام بوضع برامج تدريبية من قبل مراكز الإرشاد النفسي في الجامعات لتنمية التنظيم الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية.

- 1.Afsaneh Hassanbeigia. Workspace Et al,(2011).The relationship between study skills and academic performance of university students, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, , 1416-1424
- 2.Barbrook-Johnson & Juan I. (2017).CanoSelf-organization and social science, *Computational and Mathematical Organization Theory*June 2017, Volume 23, Issue 2, pp. 221–257.
- 3.Black, A. E., & Deci, E. L. (2000). The effects of instructors' autonomy support and students' autonomous motivation on learning organic chemistry: A self-determination theory perspective. *Science Education*, 84, 740-756.
- 4.Blair C. (2002). School readiness: integrating cognition and emotion in a neurobiological conceptualization of children's functioning at school entry. *Am. Psychol.* 57, 111–127
- 5.Brown, J. M., Miller, W. R., & Lawendowski, L. A. (1999). The Academic Self-Regulation Questionnaire. In L. VandeCreek & T. L. Jackson (Eds.), *Innovations in clinical practice: A source book* (Vol. 17, pp. 281-289). Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- 6.Cole P. M., Martin S. E., Dennis T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: methodological challenges and directions for child development research. *Child Dev.* 75, 317–333 .
- 7.Cross C. P., Copping L. T., Campbell A. (2011). Sex differences in impulsivity: a meta-analysis. *Psychol. Bull.* 137, 97–130.
- 8.CuixinPeng.(2012) . Self-Regulated Learning Behavior of College Students of Science and Their Academic Achievement, *Physics Procedia* Volume 33, 2012, Pages 1446-1450.
- 9.Davis T. L. (1995). Gender differences in masking negative emotions: ability or motivation? *Develop. Psychol.* 31, 660–667.
- 10.De la Fuente J., Zapata L., Martínez-Vicente J. M., Sander P., Cardelle-Elawar M. (2015). The role of personal self-regulation and regulatory teaching to predict motivational-affective variables, achievement, and satisfaction: a structural model. *Front. Psychol.* 6:399.
- 11.Duckworth A. L., Kern M. L. (2011). A meta-analysis of the convergent validity of self-control measures. *J. Res. Pers.* 45, 259–268 10. *Educational Psychology*, 25 (1), 82-91.
- 12.Eisenberg N., Spinrad T. L. (2004). Emotion-related regulation: sharpening the definition. *Child Dev.* 75, 334–339.
- 13.Else-Quest N. M., Hyde J. S., Goldsmith H. H., Van Hulle C. A. (2006). Gender differences in temperament: a meta-analysis. *Psychol. Bull.* 132, 33–72 .

14. Eschenbeck H., Kohlmann C., Lohaus A. (2007). Gender differences in coping strategies in children and adolescents. *J. Individ. Differ.* 28, 18–26.
15. Hamill, K. Sarah. (2015). Resilience and self-efficacy. *Colgate University Journal of the Sciences* 115, 146
16. Jowkar A., Noorafshan L. (2001). Gender different between Imaginary Audience and Personal Fable with Resilience among Male and Female. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* Volume 29, 2011, Pages 422-425,
17. Limon M. (2004). A tribute to P.R. Pintrich: contribution to psychology and education. *Electr. J. Res. Educ. Psychol.* 2, 159–210.
18. Lohaus A., Eschenbeck H., Kohlmann C., Klein-Heßling J. (2006). Fragebogen zur Erhebung von Stress und Stress bewältigung im Kindes- und Jugendalter (SSKJ 3-8) [Questionnaire for the Measurement of Stress and Coping in Children and Adolescents (SSKJ 3-8)]. Göttingen: Hogrefe
19. Mischel W. (2014). *The Marshmallow Test: Mastering Self-Control*. New York, NY: Brilliance Corp.
20. Mohammadi Pour (2015). Plyometric Indices of Academic self-regulation learning scale (ISSN: 0373-2525) Vol. 3(2), PP: 69-79, 2015 .
21. Norris M. D. (2014). At Risk Students and Resiliency. Electronic Theses Projects, and Dissertations. Paper 62. Available online at:
<http://scholarworks.lib.csusb.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1102&context=etd>. Retrieved May 10, 2016
22. Ormrod, Jeanne Ellis (2009), *Essentials of Educational Psychology*, page 105, (Pearson Education Inc.
http://www.hewlett.org/uploads/Self_Regulated_Learning__21st_Century_Competencies.pdf.
23. Pecillo, Małgorzata (2016). "The concept of resilience in OSH management: A review of approaches". *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics.* 22 (2): 291–300 American Psychological Association. (2014). *the Road to Resilience*.
24. Peterson C., Seligman M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Washington, DC: American Psychological Association; Oxford University Press.
25. Pidgeon, Aileen M & Michelle Keye (2014). Relationship between Resilience, Mindfulness, and Psychological Well-Being in University Students *International Journal of Liberal Arts and Social Science.* 2. 5.45-60.
26. Raffaelli M., Crockett L. J., Shen Y. (2005). Developmental stability and change in self-regulation from childhood to adolescence. *J. Genet. Psychol.* 166, 54–75 10
27. Raquel Artuch-Garde Raquel Artuch-Garde,1,* Maria del Carmen González-Torres,2 Jesús de la Fuente,3,4 M. Mariano Vera,5 María Fernández-Cabezas,6 and Mireia López-García7 Relationship between Resilience and Self-regulation: A Study of Spanish Youth at Risk of Social Exclusion, *Front Psychol.* 2017; 8: 612
28. Rutter, M. (2008). "Developing concepts in developmental psychopathology", pp. 3–22 in J.J. Hudziak (ed.) *Developmental psychopathology and wellness: Genetic and*

- environmental influences. Washington, DC: American Psychiatric Publishing. ISBN 1585622796.
29. Schutte, S. (2012). The relationship between resilience, self-regulation and the academic performance of learners living in townships under adverse circumstances, Dissertation submitted in fulfilment of the requirements for the degree Master of Education in Teaching and Learning at the Potchefstroom Campus of the North-West University.
 30. Silverman I. W. (2003). Gender differences in delay of gratification: a meta-analysis. *Sex Roles* 49, 451–463.
 31. Skinner E. A., Zimmer-Gembeck M. J. (2007). The development of coping. *Annu. Rev. Psychol.* 58, 119–144 10.1146
 32. Swanson J., Valiente C., Lemery-Chalfant K., O'Brien T. C. (2011). Predicting early adolescents' academic achievement, social competence, and physical health from parenting, ego resilience, and engagement coping. *J. Early Adolesc.* 31, 548–576
 33. Weis, Mirjam Tobias Heikamp, and Gisela Trommsdorff. (2013). Gender differences in school achievement: The role of self-regulation, *Front Psychol.* 2013; 4: 442.
 34. Williams, G. C., & Deci, E. L. (1999). Internalization of biopsychosocial values by medical students: A test of self-determination theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 767-779.
 35. Yu X., Zhang J. X. (2007). Factor analysis and Psychometric evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with Chinese people. *Soc. Behav. Pers.* 35, 19–30
 36. YücelÖksüz ..ElifGüven. (2014). The Relationship between Psychological Resilience and Procrastination Levels of Teacher Candidates, Volume 116, 21 February 2014, Pages 3189-3193.
 37. Zimmerman B. J. (1990). Self-regulated learning and academic achievement. *Educ. Psychol.* 25, 3–17.
 38. Zimmerman B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: historical background, methodological developments, and future prospects. *Am. Educ. Res. J.* 45, 166–183.
 39. Zimmerman B. J., Labuhn A. S. (2012). Self-regulation of learning: process approaches to personal development, in *APA Educational Psychology Handbook, Vol. 1: Theories, Constructs, and Critical Issues*, Eds Zimmerman B. J., Labuhn B. J., editors. (Washington, DC: American Psychological Association;), 399–425.
 40. Zimmerman B. J., Schunk D. H. (2011). *Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance*. New York, NY: Taylor and Francis.
 41. Zimmerman Laura Nota. (2004). Self-regulation and academic achievement and resilience: A longitudinal study, *International Journal of Educational Research*, 41, 3, 198-215
 42. Tugade M. M., Fredrickson B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *J. Pers. Soc. Psychol.* 86, 320–333.
 43. Velki T. (2009). Relationship between Psychological Resilience and Academic self-regulation, academic Achievement and Health, *The Bulgarian Journal of Psychology*, 3–4, pp; 109-118.