

عنوان البحث

المرونة النفسية والقلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي شرقي القدس

أ. غدير خالد جمال الهريمي¹ د. فدوى الحلبية²

¹ ماجستير ارشاد نفسي وتربوي، فلسطين.

² جامعة القدس، علم النفس التربوي، فلسطين.

بريد الكتروني: fhalabiyah@staff.alquds.edu

HNSJ, 2022, 3(5); <https://doi.org/10.53796/hnsj3520>

تاريخ القبول: 2022/04/15م

تاريخ النشر: 2022/05/01م

المستخلص

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى المرونة النفسية وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي القدس وعلاقته بمتغيرات الدراسة ولتحقيق هذا الهدف استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي وأداة الاستبانة وقد أظهرت النتائج أن درجة المرونة النفسية لدى طلبة الثانوية العامة كانت مرتفعة، وأن درجة القلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة القدس كانت منخفضة، واتضح عدم وجود فروق في مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق لصالح طلبة الفرع الأدبي، ووجود فروق تعزى لمتغير الدخل الشهري لصالح الطلبة الذين لذوي الدخل العالي، وعدم وجود فروق تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب ومستوى تعليم الأم. وعدم وجود فروق في مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق تعزى لمتغير الفرع ولصالح طلبة الفرع العلمي، وعدم وجود فروق تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب. وأوصت الباحثة بضرورة تدريب الطلبة على التركيز على المواقف التعليمية والمواد الدراسية بدلاً من سيطرة الأفكار السلبية على حياة الطالب وللخروج من ضغوطات الأزمات التعليمية، وتعريف الطالب بعدم أهمية وجهات نظر الآخرين في المسائل الاجتماعية والثقافية المتعلقة به.

الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، القلق الاجتماعي، الطلبة الثانوية، ضواحي القدس.

RESEARCH TITLE

PSYCHOLOGICAL FLEXIBILITY AND SOCIAL ANXIETY AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS IN THE SUBURBS OF JERUSALEM**Ghadeir Khaled Jamal Al Hremi¹****PhD. Fadwa Halabiah²**¹ Master's degree in psychological and educational counseling, Palestine.² Al-Quds University, Educational Psychology, Palestine.

Email: fhalabiyah@staff.alquds.edu

HNSJ, 2022, 3(5); <https://doi.org/10.53796/hnsj3520>**Published at 01/05/2022****Accepted at 15/04/2021****Abstract**

The aim of this study was to identify the level of psychological resilience and the level of social anxiety among high school students in the suburbs of Jerusalem. To achieve this objective, the study used the analytical descriptive method and the questionnaire tool.

The results showed that the level of psychological flexibility among high school students was high, with an arithmetic mean of the responses of students on the psychometric scale (4.02), and that the level of social anxiety among high school students in Jerusalem was low, Social status (2.54).

There were no differences in the psychological elasticity scale due to gender variable, differences in favor of students of the literary branch, and differences due to variable monthly income for students whose families earned more than 3500 NIS and no differences due to variable father education level, Mother education.

And the absence of differences in the measure of social anxiety attributed to the gender variable, and it was found that there are differences attributed to the variable of branch and for the benefit of students of the scientific branch, and the differences attributed to the variable monthly income, and the absence of differences attributed to the variable level of education of the father.

The researcher recommended the need to train students to focus on educational attitudes and subjects instead of controlling negative thoughts on students' lives and to get out of the pressures of educational crises and to inform students about the importance of others' views on social and cultural issues.

Key Words: psychological resilience, social anxiety, secondary students, Jerusalem suburbs.

مقدمة:

تتميز مرحلة الثانوية العامة مرحلة مهمة ومفصلية في حياة الطالب، كونها تحدد مصيره الجامعي، ولها مميزات وخصائص تعليمية تتعلق بها وأبرزها القلق والخوف من حصول الطالب على نتيجة متدنية، مما يؤثر على الجوانب النفسية والاجتماعية على الطالب، لذا فضّلت الباحثة القيام بدراسة للبحث والنقصي في هذه الجوانب؛ من حيث القلق الاجتماعي الذي يعيشه الطالب في هذه المرحلة وما يقابله من مرونة نفسية لديه لمواجهة هذه الضغوطات.

وجاء الاهتمام بهذه المرحلة التعليمية لأنها جزء من عملية اجتماعية وإنسانية وحضارية، هدفها تحقيق النمو الأفضل للطالب، والبحث في الوسائل التي تمكّنه من اكتساب التوافق مع ذاته ومع المجتمع، والحصول على النمو السليم، وإن الاهتمام بسلوك الطلبة وتوافقهم من الأمور الحياتية والاجتماعية الضرورية في تقدم المجتمع، وتوظيف طاقاتهم وتطويرها وفقاً لحاجاتهم وحاجات المجتمع. (العزي والخشاب، 2010، ص 187) فالمرونة النفسية تدفع الفرد إلى أن يتمتع بالاستقرار النفسي وبالتمكن من التصدي لضغوطات الحياة وتجاوز الإحباطات، لتحقيق التكيف والتوافق مع متغيرات الحياة ومستجداتها، والتقليل من استخدام ردود الفعل العنيفة وعدم التسرع في اتخاذ القرارات، وبذلك يكون الطالب قادراً على التعايش مع الضغوطات النفسية والاجتماعية، ويتمكن من استخدام التوقعات الإيجابية بطريقة حسنة تقلل من تأثير القلق الاجتماعي. (إسماعيل، 2017)

وعلى الرغم من أهمية المرونة النفسية ودورها البارز والفعال في الحد من تأثير الاضطرابات النفسية والاجتماعية، إلا أنّ القلق الاجتماعي يرافق طالب الثانوية العامة باستمرار، وخوفه من الفشل في تحقيق أهدافه المستقبلية المعتمدة على هذه المرحلة، بالإضافة الى تعرضه لقلق الامتحان وضغطه على شخصية الطالب (داهم، 2015). لذا فإن المرونة النفسية من العوامل المؤثرة في التقليل من القلق الاجتماعي والذي يؤثر على طلاب المرحلة الثانوية من جميع النواحي النفسية والاجتماعية والاكاديمية والصحية وانه كلما كان الطالب لديه مرونة نفسية كلما استطاع التكيف نفسياً واجتماعياً لتخطي المرحلة بنجاح والشعور بالإيجابية مما يزيد من تحصيل الطالب وحصوله على درجات تمكنه من تحقيق امالة المستقبلية .

مشكلة الدراسة:

تعدّ مرحلة الثانوية العامة (التوجيهي) من المراحل الصعبة وذات التأثيرات المتنوعة على شخصية الطالب وطرق تفكيره، ويتعامل معها أفراد المجتمع على أنّها مرحلة أو سنة دراسية من أصعب المراحل وأكثرها تأثيراً على شخصية الطالب والتي تتضمن مبالغاة اجتماعية تتمثل في الحرص الشديد على تلبية احتياجات الابن، وإضفاء أجواء من الحساسية الشديدة تجاه أي موقف قد يتعرض له الابن، وحرص زائد وضغط أسري لزيادة انتباه الطالب وتركيزه وزيادة عدد ساعات دراسته، فينتج عن هذا الأمر تعرّض طلبة الثانوية العامة لضغوطات اجتماعية وتعليمية ونفسية متنوعة، وشعورهم بأنهم تحت المراقبة الأسرية والمجتمعية والتعليمية باستمرار، وقد ينتج عن هذه الضغوطات حالة من القلق الاجتماعي لدى الطالب يظهر على شكل تردد أو انطواء أو انسحاب من المواقف الاجتماعية العامة، ويمكن صياغة مشكلة الدراسة بالسؤال الآتي: ما مستوى المرونة النفسية والقلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي القدس في ضوء بعض المتغيرات.

تعمل هذه الدراسة إلى إجابة الأسئلة الآتية:

1. ما مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي شرقي القدس؟
2. ما مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي شرقي القدس؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في مستوى المرونة النفسية والقلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في ضواحي شرقي القدس تعزى لمتغيرات (الجنس، التخصص، مستوى تعليم الوالدين).

فرضيات الدراسة:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات أفراد عينة الدراسة في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغيرات: الجنس، مستوى تعليم الوالدين.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات أفراد عينة الدراسة في مستوى القلق الاجتماعي تعزى لمتغيرات: الجنس، مستوى تعليم الوالدين

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. التعرف إلى مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي شرقي القدس.
2. التعرف إلى مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي القدس.
3. التعرف إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في مستوى المرونة النفسية والقلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في ضواحي شرقي القدس تعزى لمتغيرات (الجنس، التخصص، مستوى تعليم الوالدين).

الأهمية النظرية: تعدّ هذه الدراسة إثراء للأفكار والمعارف المتخصصة حول القلق الاجتماعي والمرونة النفسية كمفهومين بارزين في علم النفس

الأهمية التطبيقية: تتيح هذه الدراسة مجالات عدة لاستحداث برامج علاجية لمواجهة القلق الاجتماعي وأسبابه، وقد تسهم نتائجها في إفادة القائمين على العملية التربوية في مراعاة الحالة النفسية التي يمرّ بها طلبة الثانوية العامة باعتبارها مرحلة دراسية أساسية في حاته العلمية >

محددات الدراسة:

- المحدد المكاني: مدارس ضواحي شرقي القدس.
- المحدد الزمني: السنة الدراسية 2018 – 2019.
- المحدد البشري: طلبة الثانوية العامة في مدارس ضواحي شرقي القدس قرى (السواحة الشرقية، أبو ديس، العيزرية، الشيخ سعد).
- المحدد المفاهيمي: المرونة النفسية والقلق والقلق الاجتماعي.
- المحدد الإجرائي: قياس مستوى المرونة النفسية ومستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في مدارس ضواحي شرقي القدس

مصطلحات الدراسة: المرونة النفسية :

- "عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد، والصدمات النفسية، والنكبات أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر، مثل المشكلات الأسرية، ومشكلات العلاقات مع الآخرين، والمشكلات الصحية الخطيرة، وضغوط العمل والمشكلات المالية". (American Psychological Association, 2014, p 38) وتعرف بانها "ميل الفرد إلى الثبات والحفاظ على هدوئه واتزانته الذاتي عند التعرض لضغوط أو مواقف عصبية، فضلاً عن قدرته على التوافق الفعال والمواجهة الإيجابية لهذه الضغوط وتلك المواقف الصادمة، بحيث يؤدي هذا الميل إلى تمكين الفرد من التوافق والمواجهة الإيجابية لهذه الضغوط والمنغصات وبالتالي سرعة التعافي والتجاوز السريع للموقف الصادم والعودة إلى الحالة الوظيفية العادية واعتبار الموقف الصادم أو الضاغط فرصة لتقوية الذات وتحسينها ضد الضغوط والمواقف الصادمة مستقبلاً". (أبو حلاوة، 2018، ص 16) وتعرفها الباحثة إجرائياً على أنها الأساليب والطرائق التعليمية والفكرية والنفسية التي يكتسبها طالب المرحلة الثانوية من المجتمع المحلي والمجتمع المدرسي لمواجهة الضغوطات التعليمية والاجتماعية والفكرية بهدف التفوق والحصول على درجات عليا في الامتحانات الوزارية. ويعرف **القلق الاجتماعي** بانها مجموعة من المشاعر السلبية التي تظهر على أفراد مجتمع ما، بحيث يشتركون في هذه المشاعر وفي الأسباب العامة لحدوث هذه المشاعر. (Yagci, & Caglar, 2010, p 90)

- حالة من التوتر الشامل والمستمر وشعور غامض غير سار في توتر وخوف وتوجس يصاحبه خوف وقلق، يصحبه إحساسات جسمية مجهولة المصدر، كضغط الدم وخفقان القلب وتوتر العضلات، ينتج عن ردة فعل الفرد الناجمة عن فقدان شيء ما أو فشل واقعي. (حجازي، 2013، ص 14) وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنه مجموع الضغوط الفكرية والتعليمية والنفسية التي يواجهها طالب المرحلة الثانوية أثناء استعداده لدراسة هذه المرحلة والتقدم إلى الامتحانات الوزارية.

الثانوية العامة:

- قسم من المرحلة الثانية من التعليم العام الذي يشمل التعليم الأساسي (المرحلة الأساسية الدنيا والعليا). والثانوي الذي يلي مرحلة التعليم الأساسي ويسبق التعليم الجامعي، ومدّة الدراسة فيها سنتان دراسيتان وتشتمل على الصّفين الأول والثّاني الثّانويّين. (الحموري، 2015، ص 7)

- (وزارة التربية والتعليم، 2010، ص 2)

وتعرفها الباحثة إجرائياً على أنها هي ذاتها مصطلح (التوجيهي أو الصف الثاني عشر) المستخدم في فلسطين، ويشير إلى شهادة الثانوية العامة التي تخول الطالب الدخول إلى الجامعة نتيجة تقدمه إلى الامتحانات الوزارية بحسب الفرع المنتسب لها الطالب: العلمي والأدبي والتجاري.

مدارس ضواحي القدس: تعرفها الباحثة على أنها جميع المدارس التابعة لوزارة التربية والتعليم الفلسطينية وموجودة في الجزء الشرقي من المدينة، وتدرّس المنهاج الفلسطيني.

الاطار النظري والدراسات السابقة :

ينظر لمتغير المرونة النفسية Resilience على أنه أهم آليات التوافق والمواجهة الإيجابية الفعالة عند التعرض

للضغوط النفسية، وهي أحد المكونات الهامة للصحة النفسية، والتي تمكن الأفراد من التواصل مع ظروف الحياة، ومواجهة العقبات، وتسهم في الوقاية من نتائج الضغوطات التي يتعرض لها الفرد. (Ferda et al, 2004). لذا تعرّف المرونة النفسية كمقياس لكيفية تكيف الشخص المتطلبات الطرفية المستقبلية وتتكون المرونة النفسية من ثلاثة مصادر، تتمثل في: الدعم الخارجي الذي يحافظ على استمرارية المرونة، والقوة الداخلية الذاتية التي تتكون مع مرور الوقت، وامتلاك مهارة حل المشكلات. (مقدادي، 2018).

ومن أبرز فوائد المرونة النفسية تكوين (الأنا المرنة) وهي القدرة الديناميكية على التغيير مؤقتاً من رد الفعل المشروط أو الميول الإدراكية إلى ردود الفعل والإدراك المتجاوب مع الحالة الطارئة فوراً، نفسية. (Amir et al, 2016)

ان المكونات الأساسية للمرونة النفسية:

تعتبر ثلاثة عوامل حاسمة تؤثر على احتمال أن يكون الشخص مرناً نفسياً ويتمكن من الوصول إلى فوائدها، وأبرز هذه المكونات: الأداء التنفيذي والحالات العقلية الافتراضية وتكوينات الشخصية، والتحكم الذاتي. ومن مكونات المرونة الأساسية أيضاً أن يكون الشخص قادراً على تشكيل علاقات اجتماعية والحفاظ عليها، والخروج من دائرة القيود المفروضة على العلاقات الاجتماعية، وبخاصة الأحكام السابقة عن الأفراد التي تقلل من التواصل مع الآخرين، بما في ذلك التوقعات حول كيفية تصرف الآخر، والخروج من دائرة الإنغلاق الضيقة إلى دائرة تبادل الآراء الواسعة واستقبالها وتفسيرها بناء على الموقف، وبهذا نحرر الموارد المعرفية لدينا ونحصل على معلومات جديدة وخبرات مفيدة عن مجتمعنا وتصرفات أفرادها. (Kucuk, 2017)

ورغم ذلك ترى الباحثة بأن هذه الحالات الذهنية الافتراضية لها جانب سلبي، والذي يكاد يكون الجانب الآخر من مصلحتها. أنماط معالجة المعلومات والسلوك التي يقودها الاستدلال تصبح بطلاقة للغاية. أما بالنسبة لأصول هذه العقلية، فيمكننا الرجوع إلى التكرار النسبي لعدد كبير من السلوكيات السابقة التي تصبح تلقائية؛ يمكننا الإشارة إلى حوكمة القواعد حول ما هو مناسب وغير مناسب، (محمد، 2018)

ويظهر القلق لدى الطلبة على شكل حالة من عدم الاتزان الانفعالي تلازمه اقبل الاختبار أو أثنائه أو بعده، أو في المواقف التعليمية الصعبة، حيث يشعر بالتوتر وذلك بسبب مخاوف تتناوب تتعلق بالنجاح أو الفشل أو عدم الحصول على العلامة المرغوبة، ويترك القلق أثراً على الجوانب النفسية والعقلية والجسمية للفرد (Davidoff, 1983). وبناء على ما جاء في الطبعة الرابعة من الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع (DSM-IV) للاضطرابات النفسية فإنّ القلق الاجتماعي يعرّف على أنه الخوف الناتج من موقف اجتماعي واحد أو أكثر والتي يتطلب من الفرد فيها أداءً ما أمام الغرباء، أو أن يكون في موقع تقييم وفحص من الآخرين، فيكون الخوف ناتجاً عن الشعور بالارباك أو التحقير، وتظهر أعراض على الفرد تدلّ على القلق، ويدرك الفرد حينها أن خوفه غير عقلاني وغير منطقي (البناء، 2006).

وبناء على ما سبق يمكن القول أنّ القلق الاجتماعي مرتبط بالحياء والخجل والخوف والتردد والمشاعر السلبية لدى الفرد، ويؤثر في حدوث التفاعل الاجتماعي، بحيث يتجنب الفرد الذي يعاني من القلق الاجتماعي مواقف اجتماعية عدة. إن القلق الاجتماعي في درجته العادية له جانان (دبابش، 2011)

أولاً: الجانب الإيجابي: يتمثل في وقاية الفرد من الوقوع في بعض من المشكلات التي تضرّ ببعض جوانب حياته، مثلاً يتجنب بعضاً من المواقف المثيرة لمشاعر الكراهية أو السخط على المجتمع أو التي تذكره بجاذب أليم جرى في وقت سابق. ثانياً: جانباً سلبياً: وهو تراكم المشاعر السلبية التي تؤدي إلى نزوع الفرد عن الاختلاط بأقرانه أو داخل مجتمعه، وذلك بسبب خشيته وخوفه من وجوده بين الآخرين، وهذا الجانب يؤثر سلباً على تكوين العلاقات الاجتماعية العادية والطبيعية بين الفرد وأفراد مجتمعه.

ويشمل القلق الاجتماعي مكونين أساسيين هما (الخفاجي، 2009):

قلق التفاعل: هو عبارة عن القلق الذي ينشأ نتيجة التفاعل المتوقع بين الفرد والآخرين، ويحدث نتيجة الخجل أو التفاعل مع أناس جدد أو غرباء.

قلق المواجهة: هو القلق الناشئ عن المواجهة غير المتوقعة، ويظهر من خلال الحديث والاتصال، وغالباً يحدث القلق الاجتماعي أثناء التفاعل الاجتماعي بين الفرد والآخرين، وعادة ما يظهر القلق الاجتماعي على صورة انطواء وعدم القابلية في التفاعل.

(فايد، 2004) بأن القلق الاجتماعي يرتبط مع اضطراب الشخصية التجنبية، لأنهما ليسا وحدتي مرض مستقلتين، وذلك بناءً على ما أكده التشخيص الفارقي بين القلق الاجتماعي والشخصية التجنبية، حيث ظهر من نتائج الاختبارات المسجلة في (DSM-III) وجود ثلاثة محكات من أصل ثمانية تدل.

ويتوقف التشخيص الفارقي بين القلق الاجتماعي والشخصية التفتككية على طبيعة الانسحاب الاجتماعي في المواقف، ففي الوقت الذي يرغب فيه ذوي القلق الاجتماعي من العمل في الوسط الاجتماعي يفشل في القيام بنفس العمل بسبب القلق الشديد، فنجد الشخصية المتفتككة ينقصها الاستجابة إلى التفاعل الاجتماعي (فايد، 2004).

وترى الباحثة أنّ النشأة السوية هي إحدى الطرق الأساسية في مواجهة القلق الاجتماعي، بحيث لا يمتلك الفرد المقدرة اللازمة للتكيف مع المشكلات والمواقف التي سيواجهها أو سبق له أن واجهها، ولا يتشكل لديه الإدراك الصحيح للأحداث، لعدم وجود الخبرات الكافية لبناء الأفكار والمواقف الشخصية تجاه حدث ما، فقد يفقد الفرد القدرة على التمييز بين تطلعاته والأحداث التي يمر بها إذا سيطر القلق الاجتماعي على تطلعاته، لأنه سيبقى محصوراً داخل حيز القلق الاجتماعي.

يفرق سبيلجر في هذه نظريته بين جانبين من القلق:

حالة القلق: يشير سبيلجر إلى القلق كحالة انفعالية طارئة وقتية في حالة الكائن الحي، وتذبذب من وقت لآخر ويزول بزوال المثيرات التي تبعث، وهي حالة تتسم بها داخلياً وذلك لمشاعر التوتر والخطر المدركة شعورياً والتي تزيد من نشاط الكائن للجهاز العصبي الذاتي فتظهر علامات حالة القلق وتختلف حالات القلق هذه في شدتها وتقبلها معظم الوقت و**سمة القلق:** تشير إلى أن القلق سمة ثابتة نسبياً للشخصية، وتشير إلى الاختلافات الفردية وذلك في القابلية للإصابة بالقلق، والتي تعود إلى الاختلافات الموجودة لدى الأفراد استعداداتهم للاستجابة للمواقف المختلفة، كمواقف تهديد بارتفاع حالة القلق، ووفقاً لما اكتسبه الفرد في طفولته من خبرات، (دبابش، 2011)

وترى الباحثة أنّ هذه النظريات تباينت في تفسيرها للقلق الاجتماعي، وإن التفسيرات لا تعمل بمعزل عن بعضها،

بل في تكامل وتفاعل مستمرين، فادراك الموقف وتقييم خطورته يولد سلسلة من العمليات العقلية والفكرية ثم الانفعالية، التي تنشط بدورها الجوانب الفسيولوجية التي تتسبب إليه كل الأعراض المصاحبة للقلق الاجتماعي. الدراسات السابقة :

دراسة (شما، 2015) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على علاقة القلق الاجتماعي بتقدير الذات لدى طلبة الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة حمص، وتقدير الفرق بين الجنسين في أدائهم على كل من مقياس القلق الاجتماعي ومقياس تقدير الذات باستخدام المنهج الوصفي التحليلي؛ ولتحقيق هذه الأهداف تم تطبيق الدراسة على عينة مكونة من (426) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة حمص. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائياً بين القلق الاجتماعي وتقدير الذات لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي. وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات كلاً من الذكور والإناث على مقياس القلق الاجتماعي، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات كلاً من الذكور والإناث على مقياس تقدير الذات.

دراسة (شقورة، 2012): هدفت إلى التعرف على كل من مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، وكذلك هدفت إلى التعرف إلى العلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق في مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة بالنسبة لبعض المتغيرات (الجنس، الجامعة، التخصص، المعدل التراكمي للطلاب، الترتيب الميلادي للطلاب، والدخل الشهري للأسرة، المستوى التعليمي للوالدين)، وكانت عينة البحث تكونت من (600) طالب وطالبة. واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي وتم استخدام استبانة المرونة النفسية ومقياس الرضا عن الحياة، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية تعزى للمتغيرات

دراسة (الشريف، 2014): هدفت هذه الدراسة إلى معرفة الفروق في أبعاد القلق الاجتماعي (قلق التفاعل الاجتماعي، وصعوبة التواصل والتعبير، والخوف من مواجهة الآخرين، وضعف الثقة بالنفس، وتجنب الاحراج) لدى عينة من طلبة جامعة طيبة في السعودية، وذلك تبعاً لمتغيرات (النوع الاجتماعي، والتخصص، ومكان الإقامة، والتحصيل الدراسي)، وهدفت أيضاً إلى معرفة دلالة الارتباط بين القلق الاجتماعي والتحصيل الدراسي، وقد استخدم الباحث المنهج الارتباطي ومقياس القلق الاجتماعي مع عينة مكونة من (570) طالباً وطالبة، وبعد إجراء عملية التحليل أوضحت النتائج عدم وجود فروق في أبعاد القلق الاجتماعي تعزى لمتغيرات (النوع الاجتماعي والتخصص الدراسي والتحصيل الدراسي)، ووجود فروق في بعد ضعف الثقة بالنفس لصالح الذكور، ووجود فروق في أبعاد

هذه الدراسة إلى تحليل المرونة النفسية والإدراك الصحي لدى المراهقين مع العوامل المؤثرة عليهما، وذلك لدى طلبة المدارس الثانوية في مقاطعة قبرسون في تركيا، ولتحقيق هذا الهدف استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي وأداة الاستبانة مع عينة عشوائية بلغ حجمها (561) طالباً وطالبة، وبعد إجراء التحليل الإحصائي المناسب أظهرت النتائج وجود درجة عالية من المرونة النفسية لدى الطلبة عينة الدراسة، حيث بلغت درجتها

(78.4%)، واتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيرات الوضع الأسري الاقتصادي والاجتماعي، كذلك وجود فروق تعزى لمتغير دعم الأقران.

دراسة سبناث وآخرون (Sibnath et al, 2010): هدفت هذه الدراسة إلى مقارنة القلق الاجتماعي لدى المراهقين في مدينة كولكاتا في الهند من حيث الجنس ونوع المدرسة والخلفية الاجتماعية والاقتصادية وحالة توظيف الأمهات. وقد استخدمت هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي وأداة الاستبانة التي قامت بتطبيقها على عينة بلغ حجمها (460) طالب وطالبة، وقد أظهرت النتائج أن القلق كان سائداً في العينة حيث وجد ما نسبته (20.1%) من الذكور يعانون من القلق الاجتماعي وما نسبته (17.9%) من الإناث يعانون من القلق الاجتماعي، واتضح أيضاً وجود فروق تعزى لمتغيرات الحالة الاقتصادية المنخفضة ولعمل الأم وللمستوى الدراسي المنخفض. ود فروق تعزى لمتغير دعم الأقران.

دراسة أمير (Amir et al, 2016): هدفت هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين المرونة وجودة الحياة لدى طلاب جامعة ولاية ياسوج في إيران، وقد أجريت هذه الدراسة باستخدام المنهج التحليلي وأداة الاستبانة التي تم تطبيقها على (338) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وبين جودة الحياة في مجالات: التحصيل الأكاديمي والمستوى الاقتصادي والرفاهية النفسية، وقد اتضح عدم وجود فروق تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص والتحصيل الأكاديمي.

دراسة بريما وآخرون (Prima et al 2010): هدفت هذه الدراسة إلى تحديد مصادر القلق لدى طلبة الجامعات، وإلى دور المرونة النفسية في التقليل من هذا القلق، ولتحقيق هذا الهدف استخدمت الدراسة المنهج التحليلي وأداة الاستبانة على عينة بلغ حجمها (770) طالباً من جامعة ماليزيا باهانج. وقد توصلت الدراسة إلى أنّ أهم مصادر القلق الاجتماعي لدى الطلبة تتلخص في قلق الدراسة وقلق الامتحان وقلق عرض الفصل والقلق من مادة الرياضيات، وقد اتضح أن للمرونة النفسية دور وبدرجة عالية في الحد من تأثير مصادر القلق الاجتماعي، وأنّ درجة القلق الاجتماعي لدى الإناث أعلى، كذلك توجد فروق لصالح الطلبة ذوي التحصيل المرتفع من حيث درجة القلق الاجتماعي.

الطريقة والإجراءات: منهجية الدراسة: من أجل تحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة الثانوية العامة ذكوراً وإناثاً من مدارس ضواحي القدس، والذين يدرسون في المدارس الثانوية والبالغ عددهم (1566) حسب إحصائيات مديرية التربية والتعليم - ضواحي القدس للعام الدراسي 2018 - 2019، وموزعين على (41) مدرسة حكومية وخاصة، ومن الفروع الأربع، وهي الريادة والأعمال والأدبي والعلمي والنظام الأجنبي، (انظر الملحق رقم 4). عينة الدراسة: استخدم الباحثان العينة العشوائية البسيطة، فقد تم توزيع (350) استبانة على (20) مدرسة من مدارس ضواحي شرقي القدس بحسب عدد طلبة الثانوية العامة في كل مدرسة البالغ عددها (41) مدرسة وتم جمع الاستبانات التي اتضح أنّ (30) استبانة منها غير صالحة للتحليل الإحصائي، وبهذا بلغ حجم عينة الدراسة (320) طالباً وطالبة من مدارس ضواحي شرقي القدس.

وفيما يلي توضيح لخصائص عينة الدراسة كما هو موضح في الجدول جدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الخصائص الديمغرافية

المتغيرات	الفئات	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	104	32.5
	أنثى	216	67.5
الفرع	علمي	60	18.8
	أدبي	224	70.0
مستوى تعليم الأب	دبلوم فأقل	183	57.2
	بكالوريوس	97	30.3
	دراسات عليا	40	12.5
مستوى تعليم الأم	دبلوم فأقل	177	55.3
	بكالوريوس	111	34.7
	دراسات عليا	32	10.0
المجموع		320	%100

أداة الدراسة:

اعتمد هذا البحث على أداة الاستبانة، ، الأول مقياس المرونة النفسية وبواقع (25) فقرة وهو من إعداد (القلبي، 2016) بناء على النسخة المصرية لمقياس المرونة النفسية كما وردت في البنية العاملة للنسخة الأمريكية لمقياس المرونة النفسية، والثاني مقياس القلق الاجتماعي وبواقع (30) فقرة، وهو من إعداد (أبو أسعد، 2011) صدق أداة الدراسة: تم التحقق من صدق أداة الدراسة بعرضها مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة والذين أبدوا بعض الملاحظات حولها، وبناءً عليه تم إخراج الاستبانة بشكلها الحالي، هذا من ناحية؛ ومن ناحية أخرى تم التحقق من صدق الأداة أيضًا بحساب معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) لفقرات الدراسة مع الدرجة الكلية للأداة، وذلك كما هو واضح في الجدولين الآتيين: جدول رقم (2): نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات مقياس المرونة النفسية مع الدرجة الكلية للأداة

الفقرات	قيمة (r)	الدلالة الإحصائية	الفقرات	قيمة (r)	الدلالة الإحصائية
1	**0.49	0.000	14	**0.53	0.000
2	**0.57	0.000	15	**0.61	0.000
3	**0.44	0.000	16	**0.36	0.000
4	**0.55	0.000	17	**0.42	0.000
5	**0.48	0.000	18	**0.52	0.000
6	**0.30	0.000	19	**0.23	0.000
7	**0.39	0.000	20	**0.42	0.000
8	**0.28	0.000	21	**0.57	0.000
9	0.09	0.097	22	**0.52	0.000

0.000	**0.62	23		0.000	**0.35	10
0.000	**0.28	24		0.000	**0.42	11
0.000	**0.33	25		0.000	**0.53	12
				0.000	**0.60	13

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05

نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات مقياس القلق الاجتماعي مع الدرجة الكلية للأداة في جدول رقم (3).

الفقرات	قيمة (ر)	الدلالة الإحصائية	الفقرات	قيمة (ر)	الدلالة الإحصائية
1	**0.46	0.000	16	**0.72	0.000
2	**0.50	0.000	17	**0.60	0.000
3	**0.36	0.000	18	**0.73	0.000
4	**0.41	0.000	19	**0.71	0.000
5	**0.59	0.000	20	**0.62	0.000
6	**0.65	0.000	21	**0.70	0.000
7	**0.50	0.000	22	**0.63	0.000
8	**0.61	0.000	23	**0.57	0.000
9	**0.65	0.000	24	**0.70	0.000
10	**0.74	0.000	25	**0.62	0.000
11	**0.61	0.000	26	**0.67	0.000
12	**0.44	0.000	27	**0.38	0.000
13	**0.56	0.000	28	**0.61	0.000
14	**0.65	0.000	29	**0.79	0.000
15	**0.79	0.000	30	**0.78	0.000

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05

7.3 ثبات أداة الدراسة: تم حساب الثبات بطريقة الاتساق الداخلي وبحساب معادلة الثبات كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha)، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (4). نتائج معامل كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) لثبات أداة الدراسة

المجال	عدد الحالات	عدد الفقرات	قيمة ألفا
مقياس المرونة النفسية	320	25	0.81
مقياس القلق الاجتماعي	320	30	0.94

تشير المعطيات الواردة في الجدول (4) إلى أن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الثبات وذلك في مقاييس الدراسة سواء المرونة النفسية أم القلق الاجتماعي.:

وقد تمت المعالجة الإحصائية للبيانات باستخراج الأعداد، المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation)، اختبار ت (T-test)، واختبار تحليل التباين الأحادي (One

باستخدام برنامج الرزم الإحصائية SPSS. نتائج الدراسة: نتيجة السؤال الأول: ما درجة المرونة النفسية لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي شرقي القدس؟ في جدول رقم (5):

الدرجة	الانحراف	المتوسط	الفقرات
كبيرة	0.57	4.78	24 أو من بالقضاء والقدر
كبيرة	0.65	4.59	1 أعمل على تحقيق أهدافي
كبيرة	0.71	4.49	4 افتخر بإنجازاتي
كبيرة	0.85	4.41	18 نجاحي السابق يعطيني الثقة في مواجهة التحديات الجديدة
كبيرة	0.67	4.40	3 أستطيع تحقيق ما أطمح إليه
كبيرة	0.66	4.39	7 اعتقد نفسي شخص قوي
كبيرة	0.76	4.31	6 أحب التحديات
كبيرة	0.85	4.24	23 أشعر بقوة أهدافي
كبيرة	0.79	4.24	5 أقدم أفضل جهد مهما كانت الظروف
كبيرة	0.82	4.20	25 استنتج أن الأمور تحدث لسبب معين
كبيرة	0.97	4.04	9 أتصرف بطريقة عفوية
كبيرة	1.09	3.98	22 أعرف إلى أين أتوجه للحصول على المساعدة
كبيرة	1.11	3.97	19 العلاقات الجيدة مع الأصدقاء تحررني من الضغوط
كبيرة	0.87	3.90	21 عادة أتحكم في أمور حياتي
كبيرة	1.11	3.89	12 أرى الجانب المشرق في أمور حياتي
كبيرة	1.25	3.83	8 أستسلم بسهولة عندما أفشل بشيء ما
كبيرة	1.04	3.81	14 أستطيع التعامل مع المشاعر الحزينة
كبيرة	0.97	3.79	10 اتخذ قرارات صعبة
كبيرة	1.03	3.76	2 أستسلم لمجرد اعتقادي أن الأمر ميئوس منه
كبيرة	1.08	3.74	11 أفضل أخذ مركز الصدارة عند حل المشكلة
كبيرة	0.92	3.72	17 أتعامل مع كل ما يستجد من أمور أياً كان نوعها
كبيرة	0.99	3.68	13 أتحمل الضغوط النفسية
متوسطة	1.08	3.63	15 أفكر بوضوح حتى في الظروف الصاعقة
متوسطة	1.12	3.43	16 أتكيف مع التغيير المؤثر على حياتي
متوسطة	1.12	3.40	20 أتعافي بشكل سريع من الأزمات النفسية والإجهاد
كبيرة	0.40	4.02	الدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية

يبين الجدول (5) أن درجة المرونة النفسية لدى طلبة الثانوية العامة كانت كبيرة، حيث بلغ المتوسط الحسابي لاستجابات الطلبة على مقياس المرونة النفسية (4.02)، بانحراف معياري (0.40).

نتيجة السؤال الثاني: ما درجة القلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي شرقي القدس؟
في جدول رقم (6).

الدرجة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الفقرات
متوسطة	1.13	3.34	يصبح العمل صعباً علي عندما أشعر أن أحدهم ينظر إلي أثناء قيامي به.
متوسطة	1.21	3.23	ألاحظ أنني أفكر بأشياء ليس له علاقة بالموقف الذي أكون فيه.
متوسطة	1.25	3.05	أنزعج عندما ينظر إلي الناس في الشارع أو في الأماكن العامة.
متوسطة	1.13	2.83	أفكر في أشياء غير مهمة عندما أكون مع أشخاص آخرين.
متوسطة	1.23	2.81	أشعر بالخجل عندما أتحدث مع شخص مهم.
متوسطة	1.19	2.76	تشرد أفكاري دائماً أثناء مخالطتي للآخرين.
متوسطة	1.14	2.75	أكون متوتراً جداً قبل حدوث موقف اجتماعي ما.
متوسطة	1.21	2.72	أحتاج لوقت حتى أستطيع التغلب على خلجي في المواقف غير المألوفة بالنسبة لي.
متوسطة	1.28	2.69	أكون متوتراً عند لقائي بآخرين.
متوسطة	1.19	2.68	عندما أكون بين مجموعة من الأشخاص، أينما كانت، فإنني أتطلع لانتهاء هذا الوقت.
متوسطة	1.20	2.54	أشعر بالضيق الشديد والارتباك عندما يكون علي الحديث أمام مجموعة من الأشخاص.
متوسطة	1.14	2.52	عندما أكون بين الآخرين فإنني غالباً أتعمد الابتعاد عن الأنظار.
متوسطة	1.11	2.50	يخفق قلبي بشدة عندما أكون بين الآخرين في موقف اجتماعي ما.
متوسطة	1.06	2.46	غالباً ما تتشتت أفكاري في المواقف الاجتماعية.
متوسطة	1.29	2.43	يصعب علي التعبير عن رأيي في نقاش مع أشخاص لا أعرفهم.
متوسطة	1.13	2.41	أكون عادة غير واثق من نفسي
متوسطة	1.29	2.39	من الصعب عليّ الحديث مع شخص غريب.
متوسطة	1.09	2.37	أشعر بالعجز عندما أفكر في لقاء علي القيام به مع أشخاص آخرين.
متوسطة	1.11	2.36	أشعر بالخوف عند تعرضي لأي موقف اجتماعي.
متوسطة	1.13	2.34	أكون متوتراً أثناء وجودي بين الآخرين.
منخفضة	1.16	2.29	كثرة الناس حولي تربكني.

الدرجة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الفقرات
منخفضة	1.18	2.29	16 أشعر بالصداع أثناء وجودي في أي موقف اجتماعي.
منخفضة	1.13	2.29	19 أتردد عندما أريد سؤال شخص ما عن أمر من الأمور (كسؤال شخص ما عن شارع معين).
منخفضة	1.09	2.25	17 أكون متوتراً قبل أن أدخل في موقف اجتماعي بسبب شعوري بأني سأفشل في هذا الموقف.
منخفضة	1.17	2.20	14 أكون عاجزاً عن النقاش إذا دار حديث ما ضمن مجموعة من الأفراد.
منخفضة	1.07	2.15	29 أعاني من قلق شديد عندما أكون بين الناس.
منخفضة	1.08	2.15	20 أحياناً أشعر بالدوار عندما أتبادل الحديث مع الآخرين.
منخفضة	1.02	2.14	18 أصاب بالصداع قبل حدوث لقاء اجتماعي ما.
منخفضة	1.05	2.10	27 يكون حلقي جافاً عندما أتواجد بين الآخرين.
منخفضة	1.01	1.90	4 أشعر دائماً بردود أفعال جسدية (كالحكة والألم والتعرق والغثيان والشعور بالإقياء) عندما أكون بين الآخرين.
منخفضة	0.69	2.54	الدرجة الكلية لمقياس القلق الاجتماعي

تشير المعطيات الواردة في الجدول (6) إلى أن درجة القلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة القدس كانت منخفضة، حيث بلغ المتوسط الحسابي لاستجاباتهم على مقياس القلق الاجتماعي (2.54)، بانحراف معياري (0.69).

نتائج فرضيات الدراسة: الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس. في جدول رقم (7):

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت المحسوبة	الدلالة الإحصائية
ذكر	104	4.03	0.38	318	0.429	0.668
أنثى	216	4.01	0.41			

تشير المعطيات الواردة في الجدول (7) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس.

نتيجة الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب. للتحقق من صحة الفرضية الرابعة تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One way analysis of variance) للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية

تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب، وذلك كما هو موضح في جدول رقم (8): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One way analysis of variance) للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب. في جدول رقم (9)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
بين المجموعات	0.037	2	0.018	0.113	0.894
داخل المجموعات	51.817	317	0.163		
المجموع	51.854	319			

تشير المعطيات الواردة في الجدول (9) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب،

نتيجة الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأم. للتحقق من صحة الفرضية الأولى تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One way analysis of variance) للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب وذلك كما هو موضح في الجدول لآتي: جدول (11) نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One way analysis of variance) للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأم. في جدول رقم (10)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
بين المجموعات	0.544	2	0.272	1.680	0.188
داخل المجموعات	51.310	317	0.162		
المجموع	51.854	319			

تشير المعطيات الواردة في الجدول (10) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأم،
نتيجة الفرضية السادسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس.

للتحقق من صحة الفرضية السادسة استخدم اختبار "ت" (T-test) للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية

العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس، كما هو واضح من خلال الجدول (12) الآتي: نتائج اختبار "ت" (T-test) للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس جدول رقم (11)

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت المحسوبة	الدلالة الإحصائية
ذكر	104	2.58	0.73	318	0.605	0.546
أنثى	216	2.53	0.67			

تشير المعطيات الواردة في الجدول (12) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس، حيث كانت الدلالة الإحصائية أكبر من 0.05.

نتيجة الفرضية التاسعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب. للتحقق من صحة الفرضية التاسعة تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One way analysis of variance) للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب وذلك كما هو موضح في الجدول

جدول (13): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One way analysis of variance) للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب. في جدول رقم (14)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
بين المجموعات	2.400	2	1.200	2.539	0.081
داخل المجموعات	149.805	317	0.473		
المجموع	152.204	319			

تشير المعطيات الواردة في الجدول (13) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب، نتيجة الفرضية العاشرة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير مستوى تعليم الأم.

للتحقق من صحة الفرضية العاشرة تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One way analysis of variance) للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية

تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب، وذلك كما هو موضح في جدول رقم (14) الآتي: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One way analysis of variance) للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير مستوى تعليم الأم. في جدول رقم (15)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدالة الإحصائية
بين المجموعات	6.797	2	3.399	7.410	**0.001
داخل المجموعات	145.407	317	0.459		
المجموع	152.204	319			

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05

يتضح من خلال المعطيات الواردة في الجدول (15) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير مستوى تعليم الأم، ولإيجاد مصدر الفروق استخدم اختبار توكي (Tukey test) نتائج اختبار توكي (Tukey test) للمقارنات الثنائية البعدية للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير مستوى تعليم الأم. في رقم (16)

المقارنات	دبلوم فأقل	بكالوريوس	دراسات عليا
دبلوم فأقل		0.214-*	0.439-*
بكالوريوس			0.225-
دراسات عليا			

تشير نتائج جدول (16) وجود فروق بين الطلبة الذين مستوى تعليم أمهاتهم دبلوم فأقل، وبين الطلبة الذين مستوى تعليم أمهاتهم دراسات عليا، ولصالح الطلبة الذين مستوى تعليم أمهاتهم دراسات عليا، والذين كانت درجة القلق الاجتماعي لديهم أعلى شيء. كما هو واضح من خلال المتوسطات الحسابية في جدول رقم (17) المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير مستوى تعليم الأم.

مستوى تعليم الأم	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
دبلوم فأقل	177	2.43	0.69
بكالوريوس	111	2.64	0.69
دراسات عليا	32	2.87	0.55

مناقشة نتيجة السؤال الأول:

نص السؤال: ما درجة المرونة النفسية لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي شرقي القدس؟

اتضح أنّ درجة المرونة النفسية لدى طلبة الثانوية العامة كانت كبيرة، تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى تراكم الخبرات الطويلة لديهم ولدى المدرسين والأهالي حول هذه المرحلة الثانوية وتهيأة المناخ الدراسي المناسب، وانتشار التكنولوجيا الحديثة والمواقع الالكترونية وقد اتفقت هذه الدراسة مع (Sibnath et al, 2010).

2.1.5 مناقشة نتيجة السؤال الثاني:

أوضحت النتائج أن درجة القلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة القدس كانت منخفضة، أوضحت النتائج أن درجة القلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة القدس كانت منخفضة، تفسر الباحثة هذه النتيجة للأسباب السابقة ولغيرها من الأسباب التي تتمثل في أنّ مجرد وصول الطالب إلى هذه المرحلة قد اكتسب تعريفاً مهماً لها، وهي أنّها من المراحل التعليمية المهمة في حياته، وأنّه يجب عليه تحمّل تبعات وصعوبات هذه المرحلة، فهو يدرك أنّه في مرحلة مفصلية تحدد مستقبله التعليمي، لذا يتعرّف طلبة الثانوية العامة لأهمية وصعوبة هذه المرحلة، وأنّه هو القادر على تحديد مصيره التعليمي مستقبلاً، خاصة أنّ العديد من الطلبة في منطقة الدراسة كمار اشار له (دبابش، 2011).

مناقشة نتائج فرضيات الدراسة:

الفرضية الأولى:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق في مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس، تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى سبب رئيسي وهو أنّ مناهج الثانوية العامة مخصص للذكور والإناث، وكذلك طرائق التدريس التي تضيء أساليباً متنوعة لاكتساب المرونة النفسية. والحديث حول المستقبل الجامعي للطالب، والذي بدروه يحثّ الذكور والإناث على التكيف مع المواقف المجهدة فكرياً ونفسياً وتساعد في اكتساب التفاوض في مقازمة الضغوط، منها تهيئة الطالب لاختبارات صعبة مع توضيح نقاط ضعفه وما يعاني منه من صعوبات. ولم ترتبط هذه النتيجة بالدراسات السابقة.

مناقشة نتيجة الفرضية الثانية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب.

اتضح من النتائج عدم وجود فروق في مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب، تعتقد الباحثة أنّ الأب وبغض النظر على مستواه التعليمي يسعى لأن يكون ابنه على مستوى عالٍ من التعليم، وتذليل الصعوبات أمام الابن، ويعمل على تماسك الأسرة والتماسك مع البيئة الاجتماعية والتعليمية، وتوفير البيئة المادية، والتمتع بالحكمة الداخلية التي تساعد الابن، ويوفر عقلية داعمة تدعم الابن لتحقيق التفوق، يؤدي إلى نمو المرونة النفسية وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة (شقورة، 2012)

مناقشة نتيجة الفرضية الثالثة :

تبيّن عدم وجود فروق في مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير مستوى تعليم الأم، تفسر الباحثة لان والأم قادرة على توفير قدر معين من الأجواء بحيث تسهم بالتغلب على تجربة سلبية بالتذكير بطرق النجاح والتكيف مع ظروف الحياة التعليمية الجديدة، فهناك العديد من العوامل التي توفرها الأم وتؤثر على المرونة النفسية، مثل سمات الشخصية من الانفتاح والانبساط، والقدرة على التكيف، وتأكيد الرقابة الداخلية للابن على ذاته من خلال تفوقه الدراسي، وتحسين الكفاءة الذاتية من وجهة نظر الابن، وحثّه على التنازل، أيضاً لديه المقدرة على التفسير الإيجابي والمعرفي للأحداث؛ وتوفير الدعم الاجتماعي من الأسرة والأصدقاء هي بعض العناصر التي تؤثر على المرونة النفسية لدى الابن.

وقد أشار (Amir et al, 2016)

مناقشة نتيجة الفرضية الرابعة :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق في مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس، تفسر الباحثة هذه النتيجة. ان الشعور بتدني الأداء التعليمي عن المستوى الذي يضعه المدرسون، أو الذي يضعه الطالب لنفسه، فيشعر أنّ أداءه المنخفض سوف يُقيّم سلباً، فيشترك الذكور والإناث في هذه الحالات، إضافة إلى عدم القدرة على التفاعل الاجتماعي المطلوب بسبب التردد في خوض نقاشات حول مستواه التعليمي، فيشعر الطالب بالنقص عندما ينظر إلى غيره من المتفوقين، أو قد يشعر بالغيرة من أقرانه. ووجود بعض المشاكل الاسرية بين افراد الاسرة الواحدة وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الأشقر، 2004) (شما، 2015) و(الشريف، 2014).

مناقشة نتيجة الفرضية الخامسة :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الفرع.

اتضح وجود فروق ولصالح طلبة الفرع العلمي، تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ طبيعة المواد العلمية التي يدرسها طلبة الفرع العلمي تنعكس سلباً على مستوى القلق الاجتماعي لديهم لصعوبة المواد العلمية فهي من جهة تسبب لهم خوف مستمر ومُلاحَظ في مواقف تعليمية مختلفة، مثل التوصل للإجابة الصحيحة، أو التخلص من موقف تعليمي صعب، خصوصاً أنهم مراقبون وتحت نظر المعلمين، فهذا الأمر بحد ذاته يؤدي إلى أنّ يعتبر طالب الفرع العلمي أنه عرضة لموقف الاجتماعي مخيف، ومن شأنه أن يثير القلق لديه، فلا يستطيع طالب الفرع العلمي هنا تجنّب مواقف الأداء أو المواقف الاجتماعيّة والتعليميّة داخل المدرسة أو البيت. ووتفق هذه الدراسة مع (Rodebaugh, et al, 2012). و (Amir et al, 2016).

مناقشة نتيجة الفرضية السادسة :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب

أظهرت النتائج عدم وجود فروق في مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير مستوى تعليم الأب، تعزو الباحثة هذه النتيجة أنّ للأب دور كبير في تحفيز الطالب، فكما له دور في زيادة المرونة النفسية فإنّ له دور التقليل من القلق الاجتماعي، وبكلمات أخرى أنه إذا عمل على زيادة الدوافع الإيجابية لدى الابن وزاد من ثقته بنفسه بهدف زيادة المرونة النفسية، فإنّه بذلك يؤدي بطريقة غير مباشرة إلى التقليل من القلق الاجتماعي. واتفقت هذه الدراسة مع (المكانين، والحوالدة، 2018)

مناقشة نتيجة الفرضية السابعة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات طلبة المرحلة الثانوية العامة في ضواحي القدس على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير مستوى تعليم الأم.

اتضح وجود فروق في مقياس القلق الاجتماعي ولصالح الطلبة الذين مستوى تعليم أمهاتهم بكالوريوس، تفسّر الباحثة هذه النتيجة أنّه حرص الأم الزائد والدائم على الأبناء، وتحصيلها العلمي المرتفع، يؤديان إلى زيادة حثّ الأم لابنها على التعلّم والالتزام بالمواقف التعليمية، وتحثّه على معرفة أي صغيرة وكبيرة في المواد الدراسية، وذلك بهدف الحصول على مستوى تعليمي عالٍ، وهذا بدوره ينعكس لدى الابن على شكل قلق اجتماعي، واتفقت هذه الدراسة مع (Rodebaugh, et al, 2012).

التوصيات:

- تفسح هذه الدراسة المجال للباحثين لقياس المرونة النفسية والقلق الاجتماعي لطلاب الثانوية وفق منحي التقبل والالتزام .
- غمل برامج ارشادية وعلاجية لتنمية المرونة النفسية والتقليل من القلق الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية لزيادة التكيف والتوازن لنفسي وتجنب القلق الاجتماعي .
- عمل دروات تدريبية لطلبة المرحلة الثانوية للتعامل مع اللق الاجتماعي وزيادة المرزومة النفسية .

عمل المراجع:

المراجع العربية:

- أبو أسعد، أحمد (2011). دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية. الطبعة الثانية، مركز ديونو لتعليم التفكير، الأردن.
- أبو عجيل، هيام (2017). المرونة النفسية والرضا الوظيفي لدى المعلمين مرتفعي ومنخفضي السعادة بمرحلة التعليم الأساسي. رسالة ماجستير، جامعة السادات، مصر .
- إسماعيل، هالة (2017). المرونة النفسية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية (دراسة تنبؤية). مجلة الإرشاد النفسي. عدد 50، جزء 1 (أبريل 2017)، ص 287-335.
- الأشقر، هيفاء، (2004): دراسة أثر برنامج علاجي في خفض قلق التحدث - الرياض: كلية التربية، جامعة الملك سعود.
- آل شويل، سعيد، ونصر، فتحي (2012). الفروق بين مرتفعي ومنخفضي المرونة النفسية الإيجابية في بعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة البحث العلمي في التربية، مصر، ع 13، جزء 3، ص 1783 - 1717.
- حجازي، علاء (2013). القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- الحجامي، عبد العباس،(2012). مدى انتشار القلق النفسي لدى طلاب وطالبات كلية التربية-العراق: جامعة ذي قار، كلية التربية، مجلة ذي قار، العدد 5، المجلد 2

- حسان، ولاء (2009). فاعلية برنامج ارشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- الحمداني، ربيعة (2013). فاعلية برنامج ارشادي انتقائي في تنمية المرونة النفسية للطلبة ذوي الجفاف العاطفي في المرحلة الإعدادية. رسالة دكتوراه، جامعة تكريت، العراق.
- الحمداني، ربيعة، ومنوخ، صباح (2013). مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص. مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، مجلد 20. عدد 6، ص 377 - 391
- حياة خليل البناء، وأحمد محمد عبد الخالق، صلاح أحمد مراد، (2006). القلق الاجتماعي وعلاقته بالتفكير السلبي التلقائي لدى طلاب من جامعة الكويت - القاهرة: دراسات نفسية المجلد 16 العدد 2، رابطة الأخصائيين النفسيين المصريين المصرية
- الحفاجي، زينب (2009). دراسة أثر التربية العملية (التطبيق) في خفض القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة البصرة. مجلة الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، العدد 62 - البصرة: جامعة البصرة.
- داهم، فوزية (2015). جودة الحياة وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية المرتبطة بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي - دراسة وصفية ارتباطية في ثانويتي "حفيان محمد العيد، عبد العزيز الشريف" بولاية الوادي. رسالة ماجستير، جامعة الشهيد حمه لخضر، الجزائر.
- الزهيري، لمياء (2012). المرونة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير، جامعة ديالى، العراق.
- الشريف، بندر (2014). بعض أبعاد القلق الاجتماعي المنبئة بالتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة طيبة. المجلة الدولية التربوية المتخصصة، مجلد 3، عدد 9 (أيلول 2014)، ص 1 - 22.
- شغورة، يحيى (2012) المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين
- شما، يمان (2015). القلق الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات "دراسة ميدانية على تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة حمص. مجلة جامعة البعث، مجلد 37، عدد 6، ص 139 - 165.
- عبد الكريم، أضواء (2007). أثر أسئلة التحضير في التحصيل و قلق الامتحان لدى طلبة كلية الأساسية في مادة التاريخ المعاصر. مجلة التربية والعلم، المجلد(14) ، العدد(3)، ص ص:222_228
- علي، بريقة (2017). علاقة المرونة النفسية بمتغيري الجنس والسن: دراسة ميدانية لطلبة معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية جامعة قاصدي مرباح - ورقلة. رسالة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر.
- فايد، حسين علي، (2004). الرهاب الاجتماعي وعلاقته بكل من صورة الجسم ومفهوم الذات لدى طالبات الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي العدد الثامن عشر، القاهرة، مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس.
- القرشي، محمد، والقرشي، عبد الكريم (2013) مستوى القلق لدى تلاميذ المرحلة الثانوية "دراسة ميدانية بجامعة ورقلة". مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، عدد 13 (ديسمبر 2013)، ص 57-67.
- القللي، محمد (2016). البنية العاملية للنسخة الأمريكية لمقياس المرونة النفسية في البيئة المصرية دراسة سيكومترية على عينة من طلاب الجامعة. المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية - المؤسسة العربية للبحث العلمي والتنمية البشرية، (3)، ص 283 - 242.
- كامل، وحيد (2003). علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع. منشورات مركز دراسات وبحوث المعوقين، أطفال الخليج، على الرابط: www.gulfkids.com
- الكتاني، فاطمة الشريف، (2004). القلق الاجتماعي والعدوانية لدى الأطفال: العلاقة بينهما ودور كل منهما في الرفض الاجتماعي - بيروت: الطبعة الأولى، دار وحي القلم.
- محمد، صلاح (2018). إسهامات المرونة النفسية في التنبؤ بالتغلب على الاغتراب النفسي لدى الطلاب المصريين الدارسين

بالخارج. Global Institute for Study and Research Journal (GISR-J) 2018 MAY Vol.4 No 5.

يوسف، جمعة سيد (2000): الاضطرابات السلوكية وعلاجها، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.

الحموري، سونيا (2015). تقويم المنهاج الشرعي للمرحلة الثانوية في فلسطين. رسالة ماجستير، جامعة القدس، فلسطين.

موقع وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطينية (2010). النظام التعليمي في فلسطين. تم استرجاعه في 2019/7/15 ، على الرابط:

<http://www.mohe.gov.ps/ShowArticle.aspx?ID=181> -

المراجع الأجنبية:

Azlina, Sharij. (2010).The level of psychological flexibility among middle school students and their relationship to sex and academic achievement. **International Journal for Cross-Disciplinary Subjects in Education (IJCDSE)** ,1 (1) :3-8.

Nelson, Farberow (2014). Measuring the degree of psychological flexibility among secondary school students by sex and specialization. **Journal Of Gerontology**,Vol ,35,No ,6,949,957

Gramzow, Sedikides,. (2015). Impact of traumatic events on the psychological resilience of high school students . **personality and social psychology Bulletin**, 34, 188-205.

Aljohan,iBasem (2018). Prevalence and possible risk factor of social phobia among male secondary and intermediate school students in Al-Medinah. **The Egyptian Journal of Hospital Medicine** (July 2018) Vol. 72 (7), pp 4836-4842.

Amir Bastamina, & Mohammad Rezaei, & Mohammad Rezaei, & Yosef Tazesh (2016). Resilience and Quality of Life among Students of Yasouj State University. **International Journal of Research in Humanities and Social Studies**, Volume 3, Issue 8, (August 2016), pp 6-11.

APA: American Psychological Association (2014). **The Road to Resilience**. Washington DC: Author.

Davidoff, Linda (1983). **Introduction of phicology**. McGRAW- HILL, Toronto.

Kucuk, Emine (2017). Psychological resilience and health perception among adolescents and related factors. **Medicine Science**, 6(3), pp504- 509..

Prima Vitasari, & Muhammad Nubli Abdul Wahab, & Ahmad Othman, & Muhammad Ghani Awang (2010).Research for Identifying Study Anxiety Sources among University Students. **International Education Studies**, Vol. 3, No. 2; May 2010, pp 189 - 196.

Rodebaugh, L, et al. (2012): compensatory internet use among individuals higher in social anxiety and its implications for well-being personality and individual differences, 53(3)-195.

Sibnath Deb, & Pooja Chatterjee, & Kerryann Walsh (2010). Anxiety among high school students in India: Comparisons across gender, school type, social strata and perceptions of quality time with parents. **Australian Journal of Educational & Developmental Psychology**. Vol 10, 2010, pp18 - 31

Yagci ,E. & Çaglar, M (2010). How The Use Of Computer Types And Frequency Affects Adolescents Towards Anger And Aggression, The Turkish Online. **Journal of Educational Technology**, 9(1): 89-97.

Grace, Fayombo (2010). The relationship between personality traits and psychological resilience among the Caribbean adolescents. **International Journal of Psychological Studies**; Vol. 2 (2): 105 - 1 16.