



مجلة الجامعة الإسلامية للعلوم التربوية والاجتماعية

مجلة علمية دورية محكمة

تصدر أربع مرّات في العام خلال الأشهر
(مارس ، يونيو ، سبتمبر ، ديسمبر)

العدد	المجلد	الشهر	السنة
27	55	ربيع الأول / سبتمبر	2026 / 1448

معلومات الإيداع في مكتبة الملك فهد الوطنية

النسخة الورقية

رقم الإيداع: 1441/7131

تاريخ الإيداع: 1441/06/18

رقم ردمد : 1658-8509

النسخة الإلكترونية

رقم الإيداع: 1441/7129

تاريخ الإيداع: 1441/06/18

رقم ردمد : 1658-8495

معلومات وسائل التواصل

الموقع الإلكتروني للمجلة

<https://journals.iu.edu.sa/ESS>



ترسل البحوث على موقع المجلة

البريد الإلكتروني للمجلة

iujournal4@iu.edu.sa

حساب المجلة على منصة X

[@iujournal4](https://twitter.com/iujournal4)



مجلة الجامعة الإسلامية للعلوم التربوية والاجتماعية

البحوث المنشورة في المجلة
تعبر عن آراء الباحثين ولا تعبر
بالضرورة عن رأي المجلة

جميع حقوق الطبع محفوظة
للجامعة الإسلامية



قواعد وضوابط النشر في المجلة

أن يتسم البحث بالأصالة والجدية والابتكار بالإضافة المعرفية في التخصص.

لم يسبق للباحث نشر بحثه.

أن لا يكون مستلّاً من أطروحة الدكتوراه أو الماجستير سواء بنظام الرسالة أو المشروع البحثي أو المقررات.

أن يلتزم الباحث بالأمانة العلمية.

أن تراعى فيه منهجية البحث العلمي وقواعده.

أن لا تتجاوز نسبة الاقتباس في البحوث التربوية (25%)، وفي غيرها من التخصصات الاجتماعية لا تتجاوز (40%).

أن لا يتجاوز مجموع كلمات البحث (12000) كلمة بما في ذلك الملخصين العربي والإنجليزي وقائمة المراجع.

لا يحق للباحث إعادة نشر بحثه المقبول للنشر في المجلة إلا بعد إذن كتابي من رئيس هيئة تحرير المجلة.

أسلوب التوثيق المعتمد في المجلة هو نظام جمعية علم النفس الأمريكية (APA) الإصدار السابع، وفي الدراسات التاريخية نظام شيكاغو.

أن يشتمل البحث على : صفحة عنوان البحث، ومستخلص باللغتين العربية والإنجليزية، ومقدمة، وطلب البحث، وخاتمة تتضمن النتائج والتوصيات، وثبت المصادر والمراجع، والملاحق اللازمة مثل: أدوات البحث، والموافقات للتطبيق على العينات وغيرها؛ إن وجدت.

أن يلتزم الباحث بترجمة المصادر العربية إلى اللغة الإنجليزية.

يرسل الباحث بحثه عبر موقع المجلة، بصيغة (WORD) وبصيغة (PDF) مع موافقته بأن البحث لم يسبق نشره، وأنه غير مقدم للنشر، ولن يقدم للنشر في جهة أخرى حتى تنتهي إجراءات تحكيمه في المجلة.

لا يحق للباحث سحب البحث بعد قبوله للنشر.

المجلة لا تفرض رسوما للنشر.



الهيئة الاستشارية:

معالي أ.د : محمد بن عبدالله آل ناجي

مدير جامعة حفر الباطن سابقاً

معالي أ.د : سعيد بن عمر آل عمر

مدير جامعة الحدود الشمالية

معالي د : حسام بن عبدالوهاب زمان

رئيس هيئة تقويم التعليم والتدريب

أ. د : سليمان بن محمد البلوشي

عميد كلية التربية بجامعة السلطان قابوس

أ. د : خالد بن حامد الحازمي

أستاذ التربية الإسلامية بالجامعة الإسلامية سابقاً

أ. د : سعيد بن فالح المغامسي

أستاذ الإدارة التربوية بالجامعة الإسلامية

أ. د : عبدالله بن ناصر الوليعي

أستاذ الجغرافيا بجامعة الملك سعود





مجلة الجامعة الإسلامية
للعلوم التربوية والاجتماعية

هيئة التحرير:

رئيس التحرير:

أ.د. عبدالله بن عبدالمحسن الحربي

أستاذ المناهج وطرق التدريس بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

مدير التحرير:

أ.د. محمد بن جزاء بجاد الحربي

أستاذ أصول التربية بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

أعضاء التحرير:

معالي أ.د. راتب بن سلامة السعود

وزير التعليم العالي الأردني سابقا
وأستاذ السياسات والقيادة التربوية بالجامعة الأردنية

أ.د. محمد بن يوسف عفيفي

أستاذ أصول التربية بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

أ.د. عبدالرحمن بن يوسف شاهين

أستاذ المناهج وطرق التدريس بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

أ.د. خالد بن إبراهيم الدغيم

أستاذ المناهج وطرق التدريس بجامعة القصيم

أ.د. أحمد بن محمد شبيب حسن

أستاذ علم النفس التربوي بجامعة الأزهر بالقاهرة

أ.د. ياسر بن عايد السميري

أستاذ التربية الخاصة بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

أ.د. محمد بن إبراهيم الدغيري

وكيل جامعة شقراء للدراسات العليا والبحث العلمي
وأستاذ الجغرافيا الاقتصادية بجامعة القصيم

أ.د. نور هيدايانتو سيتيو بوترو

أستاذ علم النفس التربوي بجامعة نيجيري يوجياكارتا بإندونيسيا

أ.د. منصور بن سعد فرغل

أستاذ الإدارة التربوية بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

أ.د. إبراهيم بن علي الربيعي

أستاذ التاريخ الإسلامي بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

د. رجاء بن عتيق المعيلي الحربي

أستاذ التاريخ الحديث والمعاصر المشارك بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

د. عادل بن عيد الجهني

أستاذ أصول التربية المشارك بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

د. رشدي بن مامو طاهر

أستاذ التربية الإسلامية المساعد بجامعة الأمير سونكلا بتايلاند

د. حاجي بن شيخ تونكارا

دكتورة في أصول التربية الإسلامية
والملحق القنصلي بقنصلية جامبيا في جدة

الإخراج والتنفيذ الفني:

أ. محمد بن سعد الشال

التنسيق العلمي:

أ. أحمد شفاق بن حامد

سكرتارية التحرير:

أ. سعيد يعقوب حسيني

أ. دابري عبد الكريم



فهرس المحتويات : *

م	عنوان البحث	الصفحة
1	تأثير تطبيقات الذكاء الاصطناعي في تعزيز الشمولية الأكاديمية والاجتماعية للطلبة ذوي الإعاقة بالجامعات السعودية في ضوء معايير الاعتماد الأكاديمي الوطني د. أحمد سعيد عبد العزيز إبراهيم صالح	12
2	برنامج تدريبي مقترح للقيادات الإدارية بجامعة الملك خالد لدعم ممارسات إدارة الموارد البشرية الخضر د. حنان محمد عبدالله آل هيض	61
3	Evaluating AI-Based UDL Interventions to Improve Accessibility and Engagement in Special Education د. أضواء بنت علي الأحمري	103
4	تطبيق التعليم المدمج المعزز بالتكنولوجيا الرقمية وعلاقته بتنمية مهارات الفهم العميق والتفكير الناقد لدى طلاب الجامعات الأهلية بجدة في ضوء التحول الرقمي لرؤية 2030 د. رنده أحمد محمد حريزي	124
5	مدى إسهام المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض: دراسة وصفية تنبؤية د. تهاني بنت إبراهيم بن سعيد الدوسري	170
6	مستوى متعة الحياة وعلاقتها ببعض سمات الشخصية الإيجابية لدى طلاب معهد تعليم اللغة العربية لغير الناطقين بها بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة د. علي بن عبدالله السويهي	219
7	Barriers to Implementing Early Intervention Programs for Children with Learning Disabilities in Saudi Arabia from the Perspective of Teachers د. بلسم عبد الله الرشيد	263
8	تصورات المعلمين حول استخدام تطبيقات الذكاء الاصطناعي التوليدي في تعليم العلوم د. أمل بنت فالح العنزي	283
9	تطبيق إدارة المخاطر في المدارس الحكومية للبنات بمحافظة الخرج د. ندى بنت فهد بن إبراهيم الهزاع	336
10	العرفاء وأثرهم في الضبط الاجتماعي والبناء الإداري في العصر النبوي دراسة تاريخية حضارية د. بندر بن محمد الحجري	385

* ترتيب الأبحاث حسب تاريخ ورودها للمجلة مع مراعاة تنوع التخصصات



مجلة الجامعة الإسلامية
للعلوم التربوية والاجتماعية

معرفة
e-Marefa



المنظومة
ALMANDUMAH

Arcif
Analytics

مدى إسهام المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى
طالبات الجامعة بمدينة الرياض: دراسة وصفية تنبؤية

**The Extent to Which Psychological Resilience
Contributes to Predicting Academic Self-
Motivation among Female University Students in
Riyadh: A Descriptive Predictive Study**

إعداد

د. تھاني بنت إبراهيم بن سعيد الدوسري

أستاذ علم النفس المساعد

قسم علم النفس - كلية العلوم الاجتماعية - جامعة الإمام محمد بن
سعود الإسلامية

Dr. Tahani Ibrahim Saeed Al-Dossary

Assistant Professor of Psychology

Department of Psychology - College of Social Sciences - AL
Imam Muhammad Ibn Saud Islamic University

Email: tialdossary@imamu.edu.sa

DOI: 10.36046/2162-000-027-025

المستخلص

سعت الدراسة للكشف عن مدى إسهام المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعات بمدينة الرياض. وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التنبؤي، واستخدمت مقياس المرونة النفسية من إعداد كونور دافيسون Connor Davidson المطور من قبل Singh & Nan Yu (2010) ترجمة وتقنين صارة (2023)، ومقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي من إعداد التكريتي والعبدي (2022). وتكونت عينة الدراسة من (384) طالبة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المرونة النفسية والتحفيز الذاتي الأكاديمي، ووجود فروق دالة إحصائية في متوسط درجات العينة في المرونة النفسية والتحفيز الذاتي الأكاديمي، تعزى للمتغيرات الشخصية والديموغرافية (المعدل التراكمي، ومستوى دخل الأسرة) في اتجاه الطالبات ذوات المعدل المرتفع، والطالبات من أسر ذات دخل مرتفع، كما كشفت الدراسة عن إسهام المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة.

الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية - التحفيز الذاتي الأكاديمي - طالبات الجامعة - إسهام نسبي - مدينة الرياض.

Abstract

The study sought to explore the extent to which Psychological Resilience contributes to predicting academic self-motivation among female university students in Riyadh. The study adopted the descriptive predictive approach and employed the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) developed by Singh and Nan Yu (2010) and translated and standardized by Sarah (2023), as well as the Academic Self-Motivation Scale developed by Al-Tikriti and Al-Ubaydi.(2022)

The study sample consisted of 384 students. The findings revealed a statistically significant correlation between psychological resilience and academic self-motivation. The results also indicated statistically significant differences in the mean scores of the sample on both psychological resilience and academic self-motivation attributable to personal and demographic variables (cumulative GPA and family income), in favor of students with higher GPAs and those from higher-income families. Furthermore, the study demonstrated that psychological resilience contributes to predicting academic self-motivation among female university students.

Keywords: Psychological resilience - Academic Self-motivation - Female university students - Relative contribution - Riyadh.

المقدمة

شهدت السنوات الأخيرة اهتماما بالبحث في العوامل النفسية التي تساعد الطلبة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية؛ وذلك أن المرحلة الجامعية من أهم المراحل في حياة الطلبة؛ إذ تشكل فيها هويتهم الشخصية وتصل معارفهم وتحدد أهدافهم ومسارات حياتهم، وتكتسب الكثير من الخبرات في هذه المرحلة (القحطاني، 2024)، ومن أبرز هذه العوامل المرونة النفسية التي تعرف بأنها قدرة الفرد على تقبل الخبرات الداخلية الصعبة والتكيف معها دون تجنبها، مع الاستمرار في السعي نحو تحقيق القيم والأهداف المهمة (Jefford, Matthew & Laura, 2018)، وتعد هذه القدرة حجر الزاوية في الصحة النفسية والكفاية الأكاديمية التي تتطلب مستويات عالية من التنظيم الذاتي والتحفيز المستمر.

وانطلاقاً من الأطر النظرية الحديثة في علم النفس الإيجابي وعلم نفس الدافعية، ينظر إلى المرونة النفسية بوصفها مورداً نفسياً داخلياً سابقاً زمنياً للتحفيز الذاتي، إذ تمثل البنية النفسية التي تمكن الفرد من إدارة خبراته الانفعالية والفكرية الصعبة بطريقة مرنة، بما يسمح بتوجيه السلوك لاحقاً نحو الأهداف ذات المعنى (Kashdan & Rottenberg, 2010; Ryan & Deci, 2020). وعليه، فإن المرونة النفسية لا تعمل فقط بوصفها متغيراً مصاحباً للتحفيز الذاتي، بل تعد من محدداته النفسية الأساسية التي تسهم في نشأته وتعزيزه واستدامته في السياق الأكاديمي.

وقد أظهر عدد من الدراسات العربية أن المرونة النفسية بوصفها متغيراً نفسياً ذا صلة بقدرة الطلبة على التنظيم الذاتي والتكيف الأكاديمي، ومنهم: (القحطاني، 2024)، و(العاسمي، 2018)، و(وهبة، 2025)، حيث أسهمت أعمالهم في إبراز الدور الإيجابي للمرونة النفسية في دعم الأداء الأكاديمي والصحة النفسية لدى طلبة الجامعة.

كما ناقشت الدراسات الأجنبية المرونة النفسية بوصفها متغيراً نفسياً يرتبط ارتباطاً إيجابياً بكل من الكفاية الذاتية والتحفيز الذاتي الأكاديمي، باعتبارها مورداً داخلياً داعماً لقدرة الفرد على التكيف والمثابرة في السياق التعليمي، وقد تناولت أعمال Jeffords, Jaimie, Bumpus, Matthew & Hill, (2018) المرونة النفسية في علاقتها بالدافعية الذاتية والكفاية الأكاديمية، في حين أشارت أعمال Archer, Lewis, Yarker, Zernerova & Flaxman (2024) إلى دور المرونة النفسية في تعزيز القدرة

على تحمل متطلبات الأداء الأكاديمي والإنجاز الشخصي، بما يدعم مكانتها كأحد الموارد النفسية الأساسية في البيئات التعليمية.

وفي المقابل، يعد التحفيز الذاتي الأكاديمي من المتغيرات المحورية في تفسير سلوك الطلبة داخل البيئة الجامعية؛ إذ يشير إلى قدرة الطالب على استثارة دافعيته الداخلية والحفاظ عليها ذاتياً دون الاعتماد على الحوافز الخارجية، بما يشمل التخطيط، والمثابرة، وضبط الجهد، ومقاومة الإحباط أثناء التعلم (Ryan & Deci, 2020)، وقد أظهرت الدراسات الحديثة أن التحفيز الذاتي الأكاديمي يرتبط ارتباطاً إيجابياً بالتحصيل الدراسي، والانخراط الأكاديمي، والرفاه النفسي، كما يسهم في خفض التسويف الأكاديمي والانسحاب من المهام التعليمية (Howard, Bureau, Guay, Chong, & Ryan, 2021؛ Ntoumanis, Ryan, Fox, & Thøgersen-Ntoumani, 2021).

وبذلك يتضح أن المرونة النفسية من أهم المتغيرات التي تسهم في تعزيز قدرة الفرد على مواجهة التحديات الأكاديمية والحياتية، في حين يمثل التحفيز الذاتي القوة الدافعة التي تحافظ على استمرارية السعي نحو الأهداف. وبذلك يمثل التفاعل بين هذين المتغيرين مجالاً مهماً للبحث النفسي لما له من انعكاسات مباشرة على النمو الشخصي والتحصيل الأكاديمي ورفاهية الطلبة.

مشكلة الدراسة:

تواجه الطالبات الجامعيات تحديات وضغوطاً متعددة، سواء في الجانب الأكاديمي أو الشخصي، الأمر الذي يستلزم توافر موارد نفسية داعمة تسهم في تعزيز القدرة على التكيف والاستمرار، وتعد المرونة النفسية من أبرز هذه الموارد؛ لما توفره من قدرة على مواجهة الضغوط والمواقف الصعبة، في حين يمثل التحفيز الذاتي المحرك الداخلي الذي يدعم المثابرة والاستمرار في الإنجاز.

وفي هذا السياق، تشير دراسات سعودية إلى أن ارتفاع مستويات الضغط لدى الطالبات يرتبط بانخفاض الاندماج الأكاديمي، مما يعكس وجود تحديات تكيفية قد تمتد آثارها إلى الدافعية والاستمرار الأكاديمي (Alkharj et al., 2024).

وعلى الرغم من إشارة الأدبيات العربية والأجنبية إلى أهمية المرونة النفسية ودورها في مواجهة الضغوط وتعزيز القدرة على التكيف والإنجاز، وارتباطها بمؤشرات إيجابية - مثل فاعلية الذات

والدافعية (Ryan & Deci, 2020; Jeffords et al., 2018; Archer, 2024) - فإن غالبية الدراسات ركزت على التفاعل بينها وبين التنظيم الذاتي أو الرفاهية النفسية (العاسمي 2018؛ القحطاني، 2024؛ Bagdžiūnienė, Dirgėlienė, Daukantaitė et al., 2025)، كما أشارت بعض الأبحاث إلى علاقتها العامة بالدافعية الأكاديمية (Abdolrezapour, Jahanbakhsh Ganjeh & Ghanbari, 2023; Chen et al., 2023).

وقد تناولت دراسات متعددة المرونة النفسية في ارتباطها بمتغيرات نفسية وأكاديمية متنوعة، إلا أن الحاجة ما تزال قائمة إلى فحص علاقتها المباشرة بالتحفيز الذاتي الأكاديمي بوصفه ناتجا دافعيا محمدا، وباختبار قدرتها التنبؤية تجاهه ضمن السياق المحلي.

ومن هنا تبرز مشكلة الدراسة الحالية، التي تتمثل في السعي إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية والتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض، والتحقق من الدور التنبؤي للمرونة النفسية في تفسير مستويات التحفيز الذاتي الأكاديمي، بعد ضبط أثر بعض المتغيرات ذات الصلة بالسياق الأكاديمي والاجتماعي للطالبات الجامعيات.

أسئلة الدراسة:

- 1- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المرونة النفسية والتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض؟
- 2- هل توجد فروق دالة إحصائية في متوسط درجات العينة في المرونة النفسية تعزى للمتغيرات الديموغرافية (المعدل التراكمي، ومستوى دخل الأسرة)؟
- 3- هل توجد فروق دالة إحصائية في متوسط درجات العينة في التحفيز الذاتي الأكاديمي تعزى للمتغيرات الديموغرافية (المعدل التراكمي، ومستوى دخل الأسرة)؟
- 4- ما مدى إسهام المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض؟

أهداف الدراسة:

- 1- التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين المرونة النفسية والتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض.

- 2- الكشف عن الفروق التي تعزى للمتغيرات الديموغرافية (المعدل التراكمي، ومستوى دخل الأسرة) في متوسط درجات العينة في المرونة النفسية.
- 3- الكشف عن الفروق التي تعزى للمتغيرات الديموغرافية (المعدل التراكمي، ومستوى دخل الأسرة) في متوسط درجات العينة في التحفيز الذاتي الأكاديمي.
- 4- تحديد مدى إسهام المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض.

أهمية الدراسة:

تنبع أهمية الدراسة من طبيعة المتغيرات النفسية التي تتناولها، وهي المرونة النفسية والتحفيز الذاتي الأكاديمي، بوصفهما متغيرين نفسيين يسهمان في دعم قدرة طالبات الجامعة على التكيف مع متطلبات البيئة الجامعية، وتنظيم الجهد الأكاديمي، والاستمرار في الإنجاز.

كما تكتسب الدراسة أهميتها من إثراء المكتبة العلمية بالجانب النظري والتطبيقي، وتقديم فهم أعمق لهذه المتغيرات؛ لكونها - في حدود علم الباحثة - لم تحظ بالدراسة الكافية؛ خاصة في البيئة المحلية.

كما تنبع أهمية الدراسة من توجيه المختصين لبناء برامج الدعم النفسي الأكاديمي لتعزيز المرونة النفسية والتحفيز الذاتي في البيئة الأكاديمية.

وكذلك تسهم الدراسة في تقديم توصيات علمية توجه المسؤولين في المؤسسات التعليمية لتمكين العوامل النفسية التي تساعد الطلبة في بناء أساس نفسي يعزز من فاعلية التعلم ويحسن جودة أدائهم الأكاديمي.

المصطلحات:

- 1- **المرونة النفسية:** يعرفها صارة (2023) بأنها: "مناعة الفرد وقوته في تحمل ضغوط الحياة ومواجهتها" (ص6).

وتعرف إجرائيا بأنها الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة في المقياس المستخدم في الدراسة.

2- التحفيز الذاتي: يعرف التكريتي والعبيدي (2022) التحفيز الذاتي بأنه: "شحن المشاعر والطاقة الإيجابية للفرد وإثارتها وتقويتها من أجل تحقيق أهدافه والنجاح في حياته في أقصر وقت وبأقل جهد ممكن" (ص391).

3- التحفيز الذاتي الأكاديمي: تعرف الباحثة التحفيز الذاتي الأكاديمي بأنه: حالة داخلية تدفع الطالبة إلى الالتزام بالتعلم، وتنظيم السلوك الدراسي، والاستمرار في أداء المتطلبات الجامعية بكفاءة، والسعي نحو تحقيق الأهداف التعليمية بدافع داخلي من تقديرها للإنجاز والتعلم والنجاح. ويعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة في المقياس المستخدم في الدراسة.

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: المرونة النفسية

برز مفهوم المرونة النفسية مع ظهور علم النفس الإيجابي الذي يهتم بدراسة القوى الشخصية والقدرات والسمات الإيجابية وتنميتها بتعزيز إدراك الفرد لنقاط قوته بدلاً من التركيز على نقاط القصور لديه (العازمي، 2022).

ويتبوأ مفهوم المرونة النفسية مكانة مركزية بين المتغيرات النفسية التي تمكن الفرد من مواجهة الضغوط، مع تحويل الأزمات إلى فرص للنمو والتطور الشخصي؛ إذ يشير مفهوم المرونة النفسية إلى قدرة الفرد على التكيف مع الصعوبات، والمحافظة على التوازن النفسي، وتوظيف الخبرات والمهارات في التعايش الإيجابي مع الحياة (Al- Tammar, 2021).

ومن جهة أخرى أشارت دراسة تروي وشالكروس وجيولياني وجروس وماوس (Troy, Shallcross, Giuliani, Gross, & Mauss, 2023) إلى أهمية المرونة النفسية عند مواجهة الشدائد؛ فهي مؤشر قوي للحماية من الاضطرابات في الأداء النفسي، كما يختلف الأفراد في استجاباتهم للشدائد.

وفي السياق نفسه أشارت دراسة تشيدي وأديني وباباورن وأروجن (Chidi, Adeniyi, Okolo, Babawarun & Arowoogun, 2024) إلى أهمية المرونة للصحة النفسية للأفراد؛ إذ تعد عاملاً وقائياً من الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والاحتراق النفسي.

وكذلك لا تقتصر المرونة النفسية على مجرد تحمل المواقف السلبية أو الصمود أمامها، بل تشير إلى دينامية نفسية تفاعلية تظهر كيف يمكن للفرد أن يتجاوز المعاناة بفاعلية، والقدرة على التعلم منها (قادري وزقار، 2020).

ويستدل من الأدبيات النفسية على أن المرونة النفسية ليست سمة ثابتة في الشخصية، بل هي قابلة للتطور بالخبرة والتدريب؛ لأن الفرد قد يواجه مواقف صعبة في حياته يمكن أن تسبب في اضطراب نفسي مؤقت، لكن مع وجود دعم داخلي وخارجي للفرد يمكن أن يستعيد توازنه النفسي، ويطور قدراته على المواجهة في المستقبل (الفيشاوي وسليم ورسلان، 2024).

وقد تعددت التصورات النظرية التي سعت إلى تفسير المرونة النفسية لطبيعتها المعقدة؛ إذ تتداخل فيها الجوانب المعرفية والسلوكية والانفعالية والاجتماعية، وهذه النظريات مرجعية أساسية لفهم هذه الظاهرة (Owaid, 2025).

ويرى علم النفس الإيجابي - من خلال جهود "مارتن سليجمان" و"كريستوفر بيترسون" - أن المرونة النفسية قدرة إنسانية فطرية يمكن تطويرها وتعزيزها بتعزيز السمات الإيجابية في الشخصية كالتفاؤل والإصرار، ويؤكد أن مواجهة الأزمات ليست بالضرورة سلبية، بل قد تكون فرصة لإعادة اكتشاف الذات وتحقيق ما يعرف بـ "النمو ما بعد الصدمة" (عيبب، 2024).

ومن جهة أخرى ترى نظرية التكيف الديناميكي أن المرونة النفسية بوصفها استجابة وظيفية تسعى إلى الحفاظ على التوازن النفسي والسلوكي، وإلى التمكين من تعديل الأنماط والسلوك بحسب معطيات الموقف، كما تؤكد أهمية فهم السياق والزمن وخبرات الحياة (قادري وزقار، 2020).

أما النظرية المعرفية السلوكية فتري أن المشكلات والمواقف الضاغطة التي تعرض للفرد لا تنشأ من المواقف والأحداث الخارجية، بل من الطريقة التي يدرك بها الفرد هذه المواقف، والمعتقدات المعرفية التي يبنها في تفسير هذه الأحداث (عيبب، 2024).

وبناء على ما سبق يمكن القول: إن المرونة النفسية ركيزة أساسية من ركائز التفوق الأكاديمي؛ إذ تمكن الطالب من التوافق مع المتطلبات الأكاديمية وما يصاحبها من تحديات معرفية وانفعالية؛ فالطالب المرن نفسياً أشد قدرة على مواجهة الضغوط الجامعية؛ سواء كانت معرفية أو نفسية أو اجتماعية.

ثانياً: التحفيز الذاتي الأكاديمي

التحفيز الذاتي الأكاديمي أساس لتحقيق التعلم الفعال وتطوير الذات في البيئة التعليمية؛ إذ يعبر عن الدافع الداخلي الذي يحفز الطالب على المثابرة والإنجاز بتوجيه الإدراك إلى المسؤولية الذاتية والتعلم النشط (Ruijuan, Srikhoa, & Jantharajit, 2023).

وتشير دراسة أولاديل (Oladele, 2023) إلى أن التحفيز الذاتي من أهم العوامل المؤثرة في النجاح الأكاديمي؛ فهو يعبر عن الطاقة الداخلية التي تدفع الطلبة نحو التخطيط لتحقيق أهدافهم والسعي لتحقيقها دون الاعتماد على عوامل خارجية؛ وذلك أن الطلاب الذين يمتلكون تحفيزاً ذاتياً أشد التزاماً بالمثابرة، وتنظيماً للوقت رغم التحديات، ويرتفع تحصيلهم الأكاديمي، ويترسخ لديهم الإحساس بالمسؤولية والاعتماد على الذات.

وفي السياق نفسه، توضح الأدبيات المعرفية الحديثة أن التحفيز الذاتي يسهم في تفسير السلوك الإنساني وتوجيهه من خلال فهم دور المعززات وتنظيم الاستجابات السلوكية، كما يساعد الأفراد على التكيف مع التغيرات المرتبطة بضبط المثيرات والتحكم في السلوك الموجه نحو الأهداف، وذلك عبر تفعيل عمليات التنظيم الذاتي وتوقعات النجاح والكفاءة الذاتية (Schunk & DiBenedetto, 2020).

وقد تعددت التصورات المعرفية التي تفسر مفهوم التحفيز الذاتي؛ فتفترض نظرية تقرير المصير أن التحفيز الذاتي ينقسم إلى نوعين من التحفيز (داخلي، وخارجي)، كما تؤكد أهمية تلبية الحاجات النفسية (الاستقلالية والكفاية والانتماء الاجتماعي)؛ كل ذلك من أجل تعزيز التحفيز الداخلي والسلوك الإيجابي، وتؤكد النظرية أن السلوك الإنساني ينتقل من التحفيز الخارجي إلى التحفيز الداخلي عبر سلسلة متصلة؛ فكلما أشبع الحاجات النفسية زادت احتمالية ظهور التحفيز الداخلي، وتراجعت سيطرة المؤثرات الخارجية (Deci & Ryan, 2000).

أما النظرية المعرفية فترى أن التحفيز الذاتي يتأثر بسعي الفرد إلى فهم بيئته واكتشافها وحل المشكلات التي يواجهها، ويزداد عندما يكون لدى الفرد توقع إيجابي للنجاح وثقة بقدرته على الإنجاز؛ إذ تركز هذه النظرية على دور العمليات المعرفية، ولا سيما الفهم والتنظيم الذاتي والإحساس بالكفاءة الذاتية، في توجيه السلوك الموجه نحو الأهداف وتعزيزه (Schunk & DiBenedetto, 2020).

وأما النظرية المعرفية - السلوكية فتفسر التحفيز الذاتي من خلال التغذية الراجعة للنجاح، وترى الخبرات السابقة المتحصلة من النجاح تعزيزا إيجابيا يدعم استمرار السلوك التحفيزي، أما الإخفاق المتكرر وغياب التغذية الراجعة فيقللان منه (Lohbeck & Moschner, 2021).

وأما النظرية الإنسانية فترى أن الإنسان بطبيعته خير إيجابي ويسعى إلى تحقيق ذاته؛ فكل أنسان لديه قدرة داخلية فطرية تمكنه من النمو والازدهار، كما ترى أن التحفيز الحقيقي ينبع من دوافع داخلية لا من المكافآت الخارجية؛ فالسلوك الإنساني موجه نحو التعلم والنمو انطلاقا من رغبة ذاتية في تحقيق الذات لا استجابة للضغوط الخارجية (McLeod, 2014).

ويتضح مما سبق أن التحفيز الذاتي عنصر مهم في بناء الشخصية وتنمية المهارات على المستوى الأكاديمي والشخصي؛ إذ يرتبط بمسؤولية الطالب وفاعليته في مواجهة الضغوط المختلفة وتحقيق النجاح، والأدبيات السابقة تؤكد أهمية استثمار الطاقة الداخلية لتنمية الإحساس بالمسؤولية والقدرة على الإنجاز ومواجهة التحديات.

وتنطلق الدراسة من افتراض أن المرونة النفسية تمثل متغيرا نفسيا داعما للتحفيز الذاتي الأكاديمي، وتسعى إلى اختبار هذا الإسهام في سياق جامعي، مع التحكم في بعض المتغيرات الديموغرافية.

الدراسات السابقة:

1/ دراسة عبيدو وأماكو ومحمد وإدورد Abaidoo, Amoako, Mahama, Edward, (2021) بعنوان: الكشف عن مدى إسهام المرونة النفسية والمفهوم الذاتي الأكاديمي في التنبؤ بدافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعة. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (327) طالبا جامعيًا، وقد استخدمت الدراسة ثلاثة مقاييس هي: (مقياس المرونة، ومقياس المفهوم الذاتي الأكاديمي، ومقياس دافعية الإنجاز)، وأظهرت نتائج الدراسة أن عينة الدراسة ظهرت لديهم مستويات مرتفعة من المرونة النفسية والمفهوم الذاتي الأكاديمي، كما توصلت إلى أن متغيري المرونة النفسية والمفهوم الذاتي الأكاديمي كانا مؤشرين لدافعية الإنجاز.

2/ دراسة صارة (2023) بعنوان: الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية وكفاءة الذات الأكاديمية لدى طلبة الجامعة. وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، واستخدمت مقياس المرونة

النفسية ومقياس الكفاية الذاتية الأكاديمية، وتكونت عينة الدراسة من (130) طالبا وطالبة، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود مستوى فوق المتوسط من المرونة النفسية والكفاية الذاتية الأكاديمية، كما توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين المرونة النفسية والكفاية الذاتية الأكاديمية.

3/ دراسة وهبة (2024): حاولت الكشف عن فاعلية برنامج تدريبي قائم على المرونة النفسية في فعالية الذات الأكاديمية لدى مرتفعي القلق المهني المستقبلي من طلاب شعبة علم النفس بجامعة الأزهر بالقاهرة. وقد اتبعت الدراسة المنهج التجريبي، واستخدمت مقياس فاعلية الذات الأكاديمية ومقياس القلق المهني المستقبلي، وتكونت عينة الدراسة من (60) طالبا مقسمين على مجموعتين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج القائم على تنمية المرونة النفسية في تحفيز فاعلية الذات الأكاديمية.

4/ دراسة القحطاني (2024): سعت الدراسة للكشف عن مستوى المرونة النفسية، والكفاية الانفعالية، ومهارات التنظيم الذاتي لدى طالبات الجامعة. واتبعت المنهج الوصفي، واستخدمت المقاييس التالية: (مقياس المرونة النفسية، ومقياس الكفاية الانفعالية، ومقياس التنظيم الذاتي)، وطبقت على عينة مكونة من (353) طالبة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى مرتفع من المرونة النفسية والكفاية الانفعالية ومهارات التنظيم الذاتي لدى طالبات الجامعة، كما أظهرت النتائج إمكانية التنبؤ بمهارات التنظيم الذاتي من خلال المرونة النفسية والكفاية الانفعالية لدى طالبات الجامعة.

5/ دراسة ميلايكو ونيغازي وتولا (Melaku, Negasi & Tolla, 2025): سعت الدراسة للكشف عن الدور الوسيط للمرونة النفسية والدافعية الأكاديمية في العلاقة بين الدعم الأكاديمي المتصور والتحصيل الأكاديمي. وقد اتبعت الدراسة المنهج الارتباطي، وتكونت العينة من (370) طالبا جامعا، واستخدمت مقياسي المرونة النفسية والدافعية الأكاديمية، وتوصلت الدراسة إلى أن المرونة النفسية تسهم إسهاما مباشرا وغير مباشر في رفع مستويات التحفيز الذاتي الأكاديمي الذي يؤدي إلى تحصيل دراسي أعلى.

6/ دراسة إكسيو جي وإكسيو يو (Xu, j & Xu, u 2025): سعت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الكفاية الذاتية والمرونة النفسية، ومدى تأثيرهما على التحفيز الأكاديمي، وقد اتبعت الدراسة المنهج الارتباطي، وتكونت العينة من (420) طالبا جامعيًا، واستخدمت مقياسي الكفاية الذاتية والمرونة النفسية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الكفاية الذاتية والمرونة النفسية، وكلاهما يسهم في تحسين التحفيز الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

تعقيب على الدراسات السابقة

أظهرت الدراسات السابقة اهتماما بدراسة المرونة النفسية وربطها بمتغيرات مختلفة؛ منها دافعية الإنجاز في دراسة عبيدو وآخرين (Abaidoo et al., 2021)، والكفاية الذاتية الأكاديمية في دراسة صارة (2023)، ودراسة إكسيو جي وإكسيو يو (Xu, j & Xu, u 2025)، وفاعلية الذات في دراسة وهبة (2024) والتنظيم الذاتي في دراسة القحطاني (2024)، والدافعية الأكاديمية والدعم الأكاديمي المتصور في دراسة ميلاكيو وآخرين (Melaku et al., 2025)، ولم تربط الدراسات السابقة العلاقة بين المرونة النفسية والتحفيز الذاتي الأكاديمي ربطا مباشرا كما في الدراسة الحالية، حيث تتميز الدراسة الحالية باعتمادها على نموذج تنبؤي مباشر لاختبار إسهام المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي، كما لم تتناول الدراسات السابقة هذه المتغيرات بالدراسة في البيئة السعودية خاصة؛ لذا تسعى الدراسة الحالية للكشف عن دور المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي في سياق بيئي وثقافي مختلف، كما لم تتناول الدراسات السابقة العوامل الديموغرافية التي يمكن أن تشكل فروقا لدى أفراد العينة؛ وهي: المعدل التراكمي، ومستوى دخل الأسرة، وكذلك تسعى الدراسة لتقنين أدائها على البيئة السعودية التي لم يسبق تقنينها وتناولها بالدراسة في المجتمع المحلي في حدود علم الباحثة.

فروض الدراسة:

- 1- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المرونة النفسية والتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض.
- 2- توجد فروق دالة إحصائية في متوسط درجات العينة في المرونة النفسية تعزى للمتغيرات الديموغرافية (المعدل التراكمي، ومستوى دخل الأسرة).

3- توجد فروق دالة إحصائية في متوسط درجات العينة في التحفيز الذاتي الأكاديمي تعزى للمتغيرات الديموغرافية (المعدل التراكمي، ومستوى دخل الأسرة).

4- تسهم المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض.

منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التنبؤي لملاءمته لأهداف الدراسة، للكشف عن مدى إسهام المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من: عينة استطلاعية للتحقق من صدق أداتي الدراسة وثباتهما، وعينة أساسية لاختبار فروض الدراسة. وفيما يلي تعرض الباحثة بيانات العينتين الاستطلاعية والأساسية.

1/ عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (190) من طالبات الجامعة بمدينة الرياض.

2/ عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة من (384) من طالبات الجامعة بمدينة الرياض، اخترن بالطريقة العشوائية بناء على المتغيرات الديموغرافية التالية:

أ/ المعدل التراكمي:

- 4,50 إلى 5,00: ممتاز.
- 3,75 إلى أقل من 4,50: جيد جدا.
- أقل من 3,75: أقل من جيد جدا.

ب/ مستوى دخل الأسرة:

- أقل من 10,000: منخفض.
- من 10,000 إلى 20,000: متوسط.

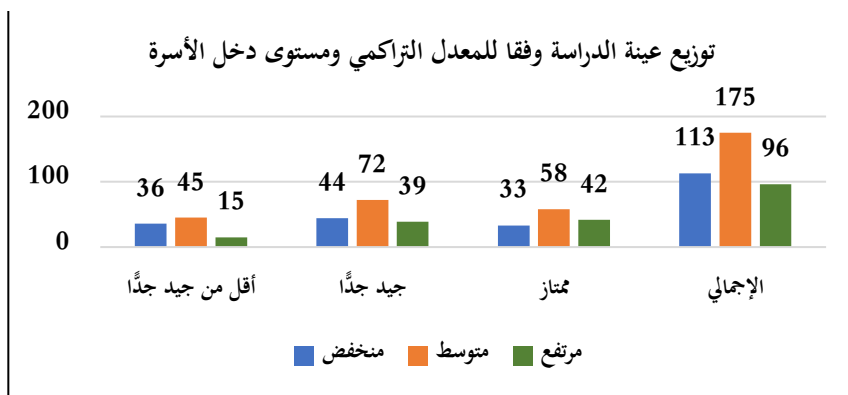
• أكثر من 20,000: مرتفع.

والجدول (1) يوضح توزيع العينة وفقا للمتغيرين السابقين:

الجدول (1): توزيع عينة الدراسة وفقا للمعدل التراكمي ومستوى دخل الأسرة

المعدل التراكمي		أقل من 10000 ريال / منخفض		من 10000 إلى 20000 ريال / متوسط		أكثر من 20000 ريال / مرتفع		الإجمالي	
		العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
أقل من 3.75 (أقل من جيد جدا)		36	31.9%	45	25.7%	15	15.6%	96	25.0%
من 3.75 إلى 4.50 (جيد جدا)		44	38.9%	72	41.1%	39	40.6%	155	40.4%
4.50 إلى 5.00 (ممتاز)		33	29.2%	58	33.1%	42	43.8%	133	34.6%
الإجمالي		113	29.4%	175	45.6%	96	25%	384	100%

يتضح من الجدول (1) أن حجم العينة الأساسية (384) طالبة وزعن توزيعا متوازنا نسبيا بين فئات المعدل التراكمي ومستوى الدخل الأسري؛ فبينما بلغت نسبة الطالبات ذوات المعدل الممتاز (34,6%)، بلغت نسبة فئة (جيد جدا) (40,4%)، وبلغت نسبة فئة الأقل من جيد جدا (25%). أما من حيث الدخل فقد مثلت الفئة المتوسطة أغلب العينة بنسبة بلغت (45,6%)، تليها الفئة المنخفضة بنسبة بلغت (29,4%)، ثم الفئة المرتفعة بنسبة بلغت (25%)، ويدل ذلك على أن العينة شملت مستويات تحصيلية واقتصادية متنوعة تتيح تحليل الفروق وفق المتغيرات الديموغرافية بدقة.



الشكل (1) توزيع عينة الدراسة وفقا للمعدل التراكمي ومستوى دخل الأسرة

أدوات الدراسة:

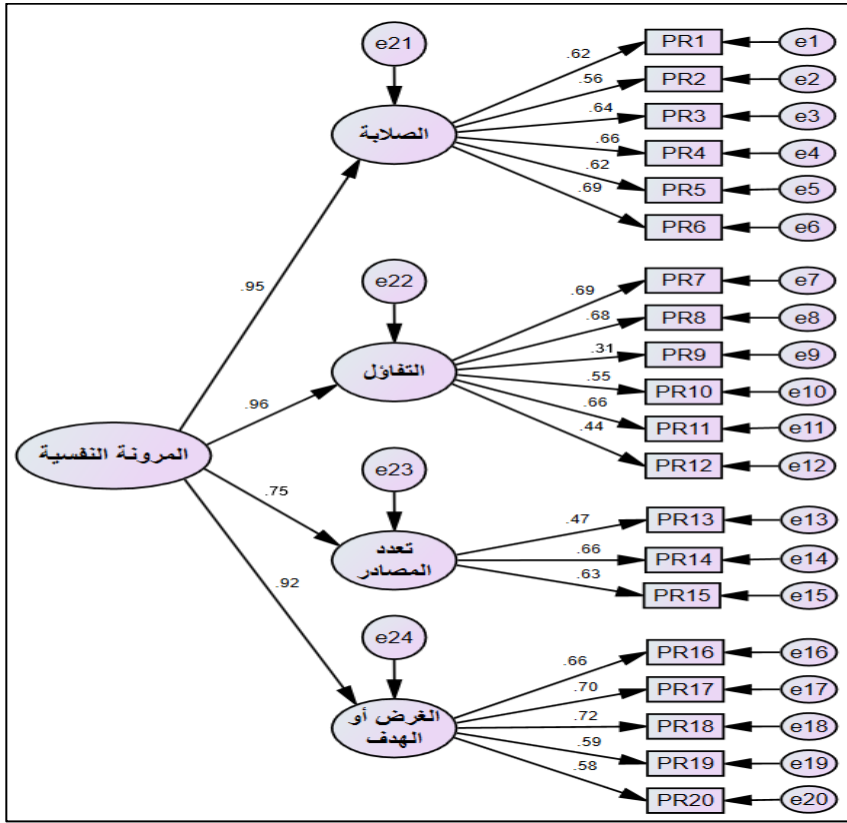
1- مقياس المرونة النفسية الذي أعده كونور دافيسون Connor Davidson وطوره Singh & Nan Yu (2010) وترجمه وقننه صارة (2023):

تكون المقياس في صورته النهائية من (20) بنداً يقيس مستوى المرونة النفسية، وقد وزع على أربعة أبعاد هي: (الصلابة - التفاؤل - تعدد المصادر - الغرض أو الهدف) وخمسة بدائل للإجابة هي: (لا تنطبق أبداً - تنطبق قليلاً - تنطبق أحياناً - تنطبق كثيراً - تنطبق دائماً). وأظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الصدق إذ ارتبطت بنوده بالدرجة الكلية ارتباطاً دالاً إحصائياً، كما بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (0,73)، وبطريقة التجزئة النصفية (0,70) وهذا يؤكد ثبات الأداة وملاءمتها للاستخدام.

صدق مقياس المرونة النفسية وثباته في الدراسة الحالية:

أولاً- الصدق البنائي (التحليل العاملي التوكيدي):

أجرت الباحثة تحليلاً عاملياً توكيدياً من الدرجة الثانية، والشكل (2) يوضح البنية العاملية للمقياس باستخدام التحليل العاملي التوكيدي:



الشكل (2) نتائج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس المرونة النفسية

يوضح الشكل (2) أن مقياس المرونة النفسية يتكون من أربعة عوامل من الدرجة الأولى تشبع على عامل عام من الدرجة الثانية يمثل الدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية، كما يتبين أن كل فقرة من فقرات مقياس المرونة النفسية قد تشبعت على العامل الذي تنتمي إليه، وكانت جميع قيم التشبعات مناسبة ($\leq 0,3$)، وكذلك تشير القيم المعيارية لتشبعات العوامل الفرعية على العامل العام إلى قوة العلاقة بينها؛ إذ بلغت (0,95، 0,96، 0,75، 0,92) على الترتيب، وهذا يؤكد صدق البنية العاملية للمقياس، والجدول (2) يوضح مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المفترض لمقياس المرونة النفسية.

الجدول (2): مؤشرات جودة المطابقة للنموذج الافتراضي لبنية مقياس المرونة النفسية

المؤشر	القيمة	المدى المقبول للمؤشر	مدى تحقق المؤشر
مربع كاي Chi-square ((CMIN	177,19	أن تكون قيمة	تحقق بدرجة ممتازة
درجات الحرية df	166	$(CMIN/DF) < 3$	
مستوى الدلالة	0,064		
CMIN/DF	1,07		
جذر متوسط مربع خطأ التقريب RMSEA	0,019	أن تكون $0,08 >$	تحقق بدرجة ممتازة
جذر متوسط مربعات البواقي RMR	0,056	أن تكون $0,10 >$	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر جودة المطابقة GFI	0,917	أن تكون $0,90 <$	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر جودة المطابقة المصحح AGFI	0,884	أن تكون $0,90 <$	تحقق بدرجة مقبولة
مؤشر المطابقة المعياري NFI	0,904	أن تكون $0,90 <$	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر المطابقة المقارن CFI	0,980	أن تكون $0,90 <$	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر المطابقة التزايدى IFI	0,980	أن تكون $0,90 <$	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر توكر لويس TLI	0,974	أن تكون $0,90 <$	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج النهائي (ECVI)	1,572	أن تكون قيمة مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج النهائي أقل من قيمته للنموذج المشبع أو قريبة منها.	تحقق بدرجة ممتازة
قيمة الصدق الزائف المتوقع للنموذج المشبع (Saturated Model)	2,222		

ويلحظ من الجدول (2) وجود مطابقة جيدة لبنية مقياس المرونة النفسية مع بيانات عينة الدراسة الاستطلاعية، وكانت جميع القيم مناسبة في ضوء المدى المقبول لكل مؤشر؛ إذ:

- بلغت قيمة مربع كاي (177,19)، وهي قيمة غير دالة إحصائية، كما بلغت النسبة بين قيمة مربع كاي ودرجات الحرية (3) $(1,07) < (CMIN/DF)$ مبنية ملائمة النموذج للبيانات.
- قيمة مؤشر جذر متوسط مربع خطأ التقريب $(0,08) < (RMSEA)$ ، وكذلك قيمة مؤشر جذر متوسط مربعات البواقي $(0,10) < (RMR)$ ، وهذا يبين جودة النموذج في تفسير البيانات مع الحد الأدنى من الخطأ.
- تراوحت قيم مؤشرات جودة المطابقة (GFI- AGFI- NFI- CFI- IFI- TLI) من (0,884) إلى (0,980)، وجميعها $(\leq 0,90)$ فيما عدا مؤشر جودة المطابقة المصحح.
- بلغت قيمة مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج النهائي (ECVI) (1,572)، وكانت أقل من قيمة الصدق الزائف المتوقع للنموذج المشبع (Saturated Model) التي بلغت (2,222).
- بناء على ما سبق يتبين أن النموذج الافتراضي لبنية مقياس المرونة النفسية يتمتع بمطابقة عالية مع بيانات العينة الاستطلاعية.

ثانياً- الاتساق الداخلي:

تحققت الباحثة من الاتساق الداخلي لمقياس المرونة النفسية بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه، وكذلك بينها وبين الدرجة الكلية للمقياس، كما حسبت الباحثة معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس الأربعة ودرجته الكلية باستخدام طريقة بيرسون؛ فجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (3):

الجدول (3): الاتساق الداخلي لفقرات مقياس المرونة النفسية (ن=190)

الفقرة	معامل الارتباط بدرجة البعد	معامل الارتباط بدرجة المقياس	معامل ارتباط البعد بدرجة المقياس
البعد الأول- الصلابة			
1	**0,725	**0,594	**0,884

	**0,574	**0,700	2
	**0,556	**0,693	3
	**0,708	**0,719	4
	**0,634	**0,724	5
	**0,708	**0,690	6
البعد الثاني - التفاضل			
**0,829	**0,668	**0,582	7
	**0,651	**0,706	8
	**0,301	**0,522	9
	**0,588	**0,755	10
	**0,676	**0,751	11
	**0,473	**0,651	12
البعد الثالث - تعدد المصادر			
**0,825	**0,529	**0,680	13
	**0,714	**0,795	14
	**0,655	**0,788	15
البعد الرابع - الغرض أو الهدف			
**0,882	**0,703	**0,792	16
	**0,664	**0,785	17
	**0,731	**0,762	18
	**0,591	**0,703	19
	**0,605	**0,705	20

** دال عند مستوى (0.01)

يتبين من الجدول (3) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه قد تراوحت بين (0,522)، (0,795)، وجميعها دالة

إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01)، وكذلك تراوحت قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس بين (0,301)، (0,731)، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01)، كما يتبين أن جميع قيم معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس المرونة النفسية والدرجة الكلية للمقياس مرتفعة إذ بلغت (0,884، 0,829، 0,825، 0,882) على الترتيب، وأنها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01)، وهذا يدل على تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الاتساق الداخلي.

ثالثاً - الثبات:

تحققت الباحثة من ثبات مقياس المرونة النفسية بحساب معامل ثبات مكدونالد أوميغا (McDonald Omega)، كما حسبت معامل ثبات التجزئة النصفية (Split-Half) المصحح بمعادلة سبيرمان براون (Spearman-Brown Coefficient) لكل بعد من أبعاد المقياس وللمقياس إجمالاً؛ فجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (4):

الجدول (4): ثبات مقياس المرونة النفسية باستخدام مكدونالد أوميغا والتجزئة النصفية (ن = 190)

أبعاد المقياس	عدد الفقرات	طريقة حساب الثبات	
		مكدونالد أوميغا	التجزئة النصفية
الصلابة	6	0,811	0,787
التفاؤل	6	0,726	0,740
تعدد المصادر	3	0,735	0,725
الغرض أو الهدف	5	0,796	0,776
المقياس إجمالاً	20	0,912	0,868

يتبين من الجدول (4) أن قيمة معامل الثبات بطريقة مكدونالد أوميغا لمقياس المرونة النفسية قد بلغت (0,912)، وتراوحت لأبعاد المقياس بين (0,726 - 0,811)، كما بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس باستخدام معامل ثبات التجزئة النصفية المصحح بمعادلة سبيرمان براون (0,868)، وتراوحت لأبعاد المقياس بين (0,725 - 0,787)، وجميعها قيم مناسبة (>0,7)

تدل على ثبات مقياس المرونة النفسية، وإمكانية الاعتماد عليه والوثوق في نتائجه لدى عينة الدراسة الحالية.

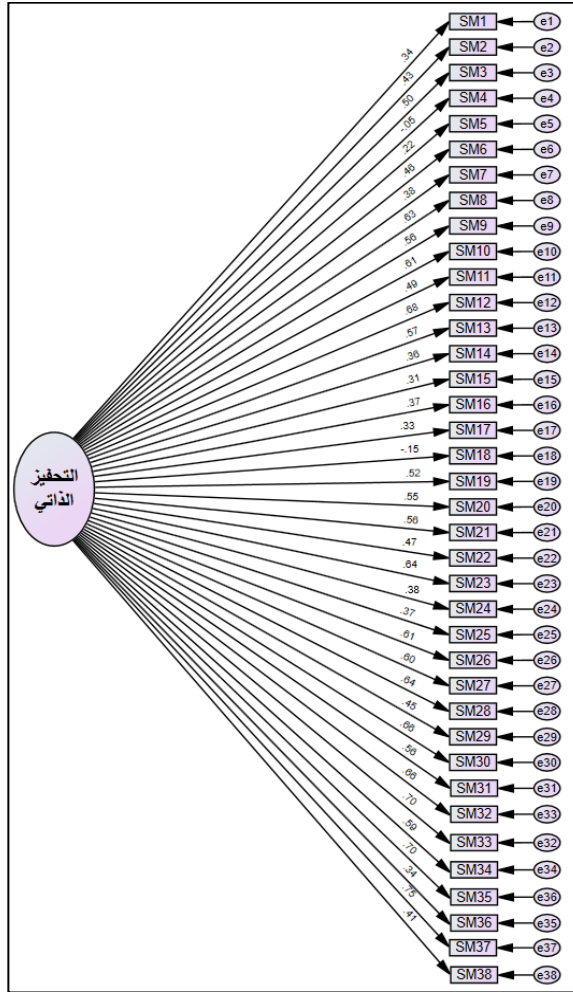
2- مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي إعداد التكريتي والعبدي (2022)

تكون المقياس في صورته النهائية من (38) بند تقيس مستوى التحفيز الذاتي الأكاديمي موزعة على (5) بدائل للإجابة هي: (دائما- غالبا- أحيانا- نادرا- أبدا)، وأظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الصدق إذ ارتبطت بنوده بالدرجة الكلية ارتباطا دالا إحصائيا، كما بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (0,70)، وبطريقة التجزئة النصفية (0,76)، وهذا يؤكد ثبات الأداة وملاءمتها للاستخدام.

صدق مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي وثباته في الدراسة الحالية:

أولا- الصدق البنائي (التحليل العاملي التوكيدي):

أجرت الباحثة تحليلا عامليا توكيديا من الدرجة الأولى (Frist Order Confirmatory Factor Analysis)، والشكل (3) يوضح البنية العاملية للمقياس باستخدام التحليل العاملي التوكيدي.



الشكل (3) نتائج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي

يوضح الشكل (3) أن مقياس التحفيز الذاتي يتكون من عامل واحد من الدرجة الأولى تتشعب عليه جميع فقرات المقياس، وكانت جميع قيم التبعيات مناسبة ($0.3 \leq$) فيما عدا الفقرات (4، 5، 18)، وهذا يؤكد صدق البنية العاملية للمقياس، والجدول (5) يوضح مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المفترض لمقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي بعد حذف الفقرات الثلاثة.

الجدول (5): مؤشرات جودة المطابقة للنموذج الافتراضي لبنية مقياس التحفيز الذاتي بعد حذف الفقرات (4، 5، 18) من النموذج

المؤشر	القيمة	المدى المقبول للمؤشر	مدى تحقق المؤشر
مربع كاي Chi-square ((CMIN	1372,91	أن تكون قيمة (CMIN/DF) < 3	تحقق بدرجة ممتازة
درجات الحرية df	560		
مستوى الدلالة	0,000		
CMIN/DF	2,45		
جذر متوسط مربع خطأ التقريب RMSEA	0,051	أن تكون > 0,08	تحقق بدرجة ممتازة
جذر متوسط مربعات البواقي RMR	0,075	أن تكون > 0,10	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر جودة المطابقة GFI	0,920	أن تكون < 0,90	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر جودة المطابقة المصحح AGFI	0,902	أن تكون < 0,90	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر المطابقة المعياري NFI	0,912	أن تكون < 0,90	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر المطابقة المقارن CFI	0,942	أن تكون < 0,90	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر المطابقة التزايدى IFI	0,947	أن تكون < 0,90	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر توكر لويس TLI	0,921	أن تكون < 0,90	تحقق بدرجة ممتازة
مؤشر الصديق الزائف المتوقع للنموذج النهائي (ECVI)	6,667	أن تكون قيمة مؤشر الصديق الزائف المتوقع لنموذج النهائي أقل من قيمته للنموذج المشبع أو قريبة منها.	تحقق بدرجة ممتازة
قيمة الصديق الزائف المتوقع للنموذج المشبع (Saturated Model)	8,005		

- ويلحظ من الجدول (5) وجود مطابقة جيدة لبنية مقياس التحفيز الذاتي المفترضة مع بيانات عينة الدراسة الاستطلاعية؛ وكانت جميع القيم مناسبة في ضوء المدى المقبول لكل مؤشر إذ:
- بلغت قيمة مربع كاي (1372,91)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0,01)، لكن النسبة بين قيمة مربع كاي ودرجات الحرية (CMIN/DF) بلغت (2,45) > (3)، وهذا يبين ملائمة النموذج للبيانات.
 - بلغت قيمة مؤشر جذر متوسط مربع خطأ التقريب (0,08) < (0,051) (RMSEA)، وبلغت قيمة مؤشر جذر متوسط مربعات البواقي (0,10) < (0,075) (RMR)، وهذا يبين جودة النموذج في تفسير البيانات مع الحد الأدنى من الخطأ.
 - تراوحت قيم مؤشرات جودة المطابقة (GFI- AGFI- NFI- CFI- IFI- TLI) بين (0,947-0,902)، وجميعها (> 0,90).
 - بلغت قيمة مؤشر الصديق الزائف المتوقع للنموذج النهائي (6,667) (ECVI)، وكانت أقل من قيمة الصديق الزائف المتوقع للنموذج المشبع (Saturated Model) التي بلغت (8,005).

وجميع ما سبق يبين أن النموذج الافتراضي لبنية مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي يتمتع بمطابقة عالية مع بيانات العينة الاستطلاعية، ومن ثم يؤكد الصديق البنائي للمقياس.

ثانياً- الاتساق الداخلي:

تحققت الباحثة من الاتساق الداخلي لمقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس؛ فجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (6).

الجدول (6): يوضح الاتساق الداخلي لفقرات مقياس التحفيز الذاتي (ن=190)

الفقرة	معامل الارتباط بدرجة المقياس	الفقرة	معامل الارتباط بدرجة المقياس	الفقرة	معامل الارتباط بدرجة المقياس
1	0,412**	14	0,436**	27	0,521**

2	**0,469	15	**0,462	28	**0,678
3	**0,461	16	**0,466	29	**0,499
4	0,045	17	**0,440	30	**0,573
5	0,056	18	0,074	31	**0,522
6	**0,515	19	**0,529	32	**0,669
7	**0,408	20	**0,576	33	**0,652
8	**0,638	21	**0,548	34	**0,592
9	**0,431	22	**0,525	35	**0,658
10	**0,657	23	**0,618	36	**0,408
11	**0,587	24	**0,261	37	**0,630
12	**0,650	25	**0,500	38	**0,505
13	**0,641	26	**0,596		

دال عند مستوى (0,01)

يتبين من الجدول (6) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (0,045)، (0,678)، وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01)، فيما عد الفقرات (4، 5، 18)؛ لذلك حذفت قبل تطبيق المقياس على عينة الدراسة الأساسية.

ثالثاً- الثبات:

تحققت الباحثة من ثبات مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي بحساب معامل ثبات ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، كما حسبت معامل ثبات التجزئة النصفية (Split-Half) المصحح بمعادلة سبيرمان براون (Spearman-Brown Coefficient)؛ فجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (7):

الجدول (7): ثبات مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي باستخدام ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية (ن=190)

المقياس	عدد الفقرات	طريقة حساب الثبات	
		ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
التحفيز الذاتي (38 فقرة)	38	0,908	0,833
التحفيز الذاتي (35 فقرة بعد حذف الفقرات 4، 5، 18)	35	0,919	0,852

يتبين من الجدول (7) أن قيمة معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي قد بلغت (0,908)، كما بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس باستخدام معامل ثبات التجزئة النصفية المصحح بمعادلة سبيرمان براون (0,833)، وقد ارتفعت قيم معامل الثبات بعد حذف الفقرات (4، 5، 18) لتصبح (0,919) لمعامل ألفا كرونباخ، و(0,852) للتجزئة النصفية، وهما قيمتان مرتفعتان ($>0,7$) تدلان على ثبات مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي؛ خاصة بعد حذف الفقرات المشار إليها، وإمكانية الاعتماد عليه والوثوق في نتائجه لدى عينة الدراسة الحالية.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

حللت البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) الإصدار الثامن والعشرين (Statistical Package for Social Sciences - Version 28) باستخدام الأساليب الإحصائية التالية لاختبار صحة فروض الدراسة:

1- معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson Correlation Coefficient): لاختبار صحة الفرض الأول من فروض الدراسة.

2- تحليل التباين أحادي الاتجاه (One Way ANOVA): لاختبار صحة الفرضين الثاني والثالث من فروض الدراسة بعد التحقق من اعتدالية توزيع البيانات، باستخدام اختبار كولموجروف سميروف، وتجانس التباين باستخدام اختبار ليفين.

3- اختبار شيفيه (Scheffe Test): للمقارنات البعدية لاختبار صحة الفرضين الثاني والثالث من فروض الدراسة.

4- تحليل الانحدار الخطي البسيط (Simple Linear Regression) بالطريقة القياسية (Enter): لاختبار صحة الفرض الرابع من فروض الدراسة.

نتائج الدراسة:

نتائج الفرض الأول:

نص الفرض الأول من فروض الدراسة على أنه: "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المرونة النفسية والتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض".

ولاختبار صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) فجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (8):

الجدول (8): نتائج اختبار بيرسون للعلاقة بين التحفيز الذاتي الأكاديمي والمرونة النفسية لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض (ن = 384)

التحفيز الذاتي	المرونة النفسية	
**0,453	معامل ارتباط بيرسون	الصلابة
0,001>	مستوى الدلالة	
**0,507	معامل ارتباط بيرسون	التفاؤل
0,001>	مستوى الدلالة	
**0,518	معامل ارتباط بيرسون	تعدد المصادر
0,001>	مستوى الدلالة	
**0,577	معامل ارتباط بيرسون	الغرض أو الهدف
0,001>	مستوى الدلالة	
**0,595	معامل ارتباط بيرسون	الدرجة الكلية للمقياس
0,001>	مستوى الدلالة	

أوضحت النتائج المبينة في الجدول (8) وجود علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01) بين التحفيز الذاتي وأبعاد المرونة النفسية (الصلابة، والتفاؤل، وتعدد المصادر، والغرض أو الهدف) وبين درجتها الكلية لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض؛ إذ كانت قيمة معامل ارتباط بيرسون مع بعد الصلابة (0,453)، ومع بعد التفاؤل (0,507)، ومع بعد تعدد المصادر (0,518)، ومع بعد الغرض أو الهدف (0,577)، ومع الدرجة الكلية للمقياس (0,595)، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($0,01 >$)، وهذا يدل على تحقق الفرض الأول من فروض الدراسة.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة وفق تصور نظرية تقرير المصير Self-Determinaion Theory التي تؤكد أن المرونة النفسية تمكن الأفراد من مواجهة الصعوبات والتكيف مع الضغوط بمرونة تعزز الإحساس بالتحكم ومشكلة أحد المكونات الأساسية التي تدعم التحفيز الذاتي للإنجاز (Liu & Huang, 2021)؛ فإنه كلما زادت المرونة النفسية زادت قدرة الطالبات على تعديل إستراتيجيات مواجهة الضغوط وتحويلها إلى فرص للتعليم والنمو؛ وهكذا تتولد لديهن رغبة ذاتية للتفوق حتى في الظروف الصعبة.

وتدعم هذه النتيجة دراسة القحطاني (2024) التي توصلت إلى أن المرونة النفسية تتنبأ بمهارات التنظيم الذاتي الأكاديمي لدى الطالبات، وهذا يعني أن الطالبات اللاتي يتمتعن بالمرونة النفسية أشد قدرة على التحفيز الذاتي والتنظيم وتحقيق الأهداف الأكاديمية.

كما أشارت دراسة جيفوردز وزملائه (Jeffords et al., 2018) إلى أن الطلبة الذين يتمتعون بالمرونة النفسية يحققون مستويات أعلى من الكفاية والثقة في تحفيز أنفسهم لإنجاز المهام الجامعية. ومن هنا يتضح أن المرونة النفسية عنصر مهم لتعزيز التحفيز الذاتي الأكاديمي لما توفره من دعم داخلي يحفز إلى الإصرار والمثابرة.

نتائج الفرض الثاني:

نص الفرض الثاني من فروض الدراسة على أنه: "توجد فروق دالة إحصائياً في متوسط درجات العينة في المرونة النفسية تعزى للمتغيرات الديموغرافية (المعدل التراكمي، ومستوى دخل الأسرة)".

ولمعرفة مدى صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل التباين أحادي الاتجاه (One Way ANOVA)؛ بعد التحقق من افتراضاته، فجاءت النتائج على النحو التالي:

أولاً- الفروق التي تعزى لاختلاف المعدل التراكمي في المرونة النفسية:

الجدول (9): الإحصاءات الوصفية لأفراد العينة على مقياس المرونة النفسية وفقاً للمعدل

التراكمي

مقياس المرونة النفسية	المعدل التراكمي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
الصلابة	أقل من 3,75 (أقل من جيد جداً)	96	18,97	5,42
	من 3,75 إلى أقل من 4,50 (جيد جداً)	155	20,37	4,45
	4,50 إلى 5,00 (ممتاز)	133	21,86	4,41
التفاؤل	أقل من 3,75 (أقل من جيد جداً)	96	14,95	3,97
	من 3,75 إلى أقل من 4,50 (جيد جداً)	155	16,19	3,81
	4,50 إلى 5,00 (ممتاز)	133	17,22	3,67
تعدد المصادر	أقل من 3,75 (أقل من جيد جداً)	96	10,82	2,32
	من 3,75 إلى أقل من 4,50 (جيد جداً)	155	11,12	2,48
	4,50 إلى 5,00 (ممتاز)	133	11,83	2,36
الغرض أو الهدف	أقل من 3,75 (أقل من جيد جداً)	96	17,53	4,97
	من 3,75 إلى أقل من 4,50 (جيد جداً)	155	18,20	4,15
	4,50 إلى 5,00 (ممتاز)	133	19,68	3,76
الدرجة الكلية للمقياس	أقل من 3,75 (أقل من جيد جداً)	96	62,27	14,33
	من 3,75 إلى أقل من 4,50 (جيد جداً)	155	65,89	12,72
	4,50 إلى 5,00 (ممتاز)	133	70,59	12,10

أوضحت النتائج المبينة في الجدول (9) الإحصاءات الوصفية لدرجات أفراد العينة على أبعاد مقياس المرونة النفسية والدرجة الكلية له وفقاً للمعدل التراكمي، ويتبين من مقارنة المتوسطات

الحسابية أن مستوى المرونة النفسية يزداد تدريجياً بارتفاع المعدل التراكمي؛ إذ حققت الطالبات ذوات المعدل (4,50 إلى 5,00) أعلى متوسطات في جميع أبعاد المرونة النفسية وفي الدرجة الكلية للمقياس، تليهن طالبات فئة (3,75 إلى 4,50)، ثم الطالبات ذوات المعدل الأقل من (3,75). وتشير هذه النتائج إلى أن الطالبات ذوات التحصيل الأكاديمي المرتفع يتمتعن بدرجة أعلى من الصلابة والتفاؤل وتعدد المصادر والقدرة على تحديد الأهداف، وهذا يبين مستوى أفضل من التكيف والمرونة النفسية في مواجهة التحديات الأكاديمية، وسوف تتحقق الباحثة من دلالة هذه الفروق إحصائياً باستخدام تحليل التباين الأحادي في الجدول (10).

الجدول (10): نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه للفروق التي تعزى لاختلاف المعدل التراكمي بين متوسطات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسية

مقياس المرونة النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الصلابة	بين المجموعات	474,6	2	237,32	10,748	$0,001 >$
	داخل المجموعات	8412,8	381	22,08		
	الكلية	8887,4	383			
التفاؤل	بين المجموعات	287,8	2	143,91	9,948	$0,001 >$
	داخل المجموعات	5511,6	381	14,47		
	الكلية	5799,4	383			
تعدد المصادر	بين المجموعات	63,7	2	31,83	5,532	$0,004$
	داخل المجموعات	2191,7	381	5,75		
	الكلية	2255,3	383			
	بين المجموعات	289,7	2	144,86	8,032	$0,001 >$

الغرض أو الهدف	داخل المجموعات	6871,4	381	18,04	
	الكلية	7161,2	383		
الدرجة الكلية للمقياس	بين المجموعات	3998,8	2	1999,39	11,947
	داخل المجموعات	63764,2	381	167,36	
	الكلية	67763,0	383		
					0,001>

تظهر نتائج الجدول (10) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات الطالبات على مقياس المرونة النفسية تعزى لاختلاف المعدل التراكمي، وكان ذلك في جميع الأبعاد الأربعة للمقياس (الصلابة، والتفاؤل، وتعدد المصادر، والغرض أو الهدف) وكذلك في الدرجة الكلية؛ إذ جاءت قيم (F) جميعها دالة عند مستوى ($p < 0.01$)، وللتعرف الأكثر تحديداً على اتجاه هذه الفروق بين الفئات الثلاث استخدمت المقارنات البعدية (Post Hoc) باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe Test)؛ فجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (11).

الجدول (11): نتائج اختبار شيفيه لدلالة الفروق التي تعزى لاختلاف المعدل التراكمي

في المرونة النفسية

مقياس المرونة النفسية	الفروق بين المتوسطات ودلالاتها			
	المعدل التراكمي	أقل من جيد جدا	جيد جدا	ممتاز
الصلابة	أقل من جيد جدا	-	*1,405-	*2,896-
	جيد جدا		-	*1,490-
	ممتاز			-
التفاؤل	أقل من جيد جدا	-	*1,246-	*2,270-
	جيد جدا		-	*1,024-
	ممتاز			-
تعدد المصادر	أقل من جيد جدا	-	0,300-	*1,004-
	جيد جدا		-	*0,704-

-			ممتاز	
*2,153-	0,669-	-	أقل من جيد جدا	الغرض أو الهدف
*1,484-	-		جيد جدا	
-			ممتاز	
*8,323-	*3,619-	-	أقل من جيد جدا	الدرجة الكلية للمقياس
*4,704-	-		جيد جدا	
-			ممتاز	

* دالة عند مستوى (0,05) فأقل.

أوضحت نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية المبينة في الجدول (11) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ($p \leq 0.05$) بين فئات المعدل التراكمي في الدرجة الكلية للمرونة النفسية وجميع أبعادها، باستثناء بعد "تعدد المصادر" و"الغرض أو الهدف" بين فئتي (أقل من جيد جدا) و(جيد جدا)؛ إذ لم تصل الفروق إلى مستوى الدلالة. ويتضح أن اتجاه الفروق جاء لصالح الفئة ذات المعدل (ممتاز)؛ إذ سجلت أعلى المتوسطات في جميع الأبعاد والدرجة الكلية، تليها فئة (جيد جدا)، ثم الفئة (الأقل من جيد جدا).

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الطالبات المتفوقات يمتلكن خصائص إيجابية تساعدهن في التفوق الأكاديمي؛ كالتنظيم الذاتي، ووضوح الهدف، والإصرار على تحقيقه، وهي سمات مرتبطة بارتفاع عامل المرونة النفسية؛ فالطالبة التي تتمتع بالقدرة على التنظيم الذاتي والتحكم في سلوكها الأكاديمي تميل عادة إلى التعامل بمرونة مع الضغوط الأكاديمية، وإعادة النظر في هذه الضغوط لتكون فرصا للتحدي والتطور والنمو.

وهذا التفسير يتسق مع تصور علم النفس الإيجابي في تركيز الانتباه على النجاحات والقدرات الذاتية بدلا من الصعوبات، وهذا يزيد من القدرة على التعامل المرن مع الضغوط الأكاديمية. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة العاسمي (2018) التي أشارت إلى إسهام التنظيم الذاتي في زيادة المرونة النفسية ومن ثم في تحسين الأداء الأكاديمي.

كما تدعم هذه النتيجة دراسة ستيل وآخرين (Steel et al., 2024) التي أشارت إلى وجود علاقة إيجابية بين المرونة النفسية والتحصيل الأكاديمي المرتفع لدى طلبة الجامعة. وأشارت دراسة صار (2023) إلى أن المرونة النفسية ترتبط إيجابيا بكفاية الذات الأكاديمية، وهذا يشير إلى أن الطالبات اللاتي يتمتعن بالمرونة النفسية أشد إحساسا بالكفاية والثقة، وهذا يؤدي إلى زيادة التفوق الأكاديمي.

وبناء على ذلك يتضح أن المرونة النفسية تؤدي دورا أساسيا في تعزيز مشاعر الكفاية الذاتية والثقة بالنفس والتحكم؛ ومن ثم تحسن تحصيل الطالبات وتزيد من تفوقهن الدراسي.

ثانيا- الفروق التي تعزى لاختلاف مستوى دخل الأسرة في المرونة النفسية:

الجدول (12): الإحصاءات الوصفية لأفراد العينة على مقياس المرونة النفسية وفقا لمستوى دخل الأسرة (ن=384)

مقياس المرونة النفسية	مستوى دخل الأسرة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
الصلابة	أقل من 10000 ريال/ منخفض	113	20,93	5,03
	من 10000 إلى 20000 ريال/ متوسط	175	19,34	4,57
	أكثر من 20000 ريال/ مرتفع	96	22,27	4,43
التفاؤل	أقل من 10000 ريال/ منخفض	113	17,15	3,82
	من 10000 إلى 20000 ريال/ متوسط	175	14,94	3,65
	أكثر من 20000 ريال/ مرتفع	96	17,53	3,70
تعدد المصادر	أقل من 10000 ريال/ منخفض	113	11,34	2,19
	من 10000 إلى 20000 ريال/ متوسط	175	10,82	2,67
	أكثر من 20000 ريال/ مرتفع	96	12,09	2,00
الغرض أو الهدف	أقل من 10000 ريال/ منخفض	113	19,06	3,83
	من 10000 إلى 20000 ريال/ متوسط	175	17,31	4,55
	أكثر من 20000 ريال/ مرتفع	96	20,20	3,77

12,20	68,48	113	أقل من 10000 ريال/ منخفض	الدرجة الكلية للمقياس
13,43	62,41	175	من 10000 إلى 20000 ريال/ متوسط	
11,85	72,09	96	أكثر من 20000 ريال/ مرتفع	

أوضحت النتائج المبينة في الجدول (12) الإحصاءات الوصفية لدرجات أفراد العينة على أبعاد مقياس المرونة النفسية والدرجة الكلية له وفقاً لمستوى دخل الأسرة، ويتبين من مقارنة المتوسطات الحسابية أن مستوى المرونة النفسية يختلف باختلاف مستوى دخل الأسرة؛ إذ ارتفعت المتوسطات بوضوح لدى الفئة ذات الدخل المرتفع مقارنة بالفئتين المتوسطة والمنخفضة؛ فقد سجلت الطالبات المنتميات إلى الأسر ذات الدخل المرتفع أعلى متوسطات في جميع أبعاد المرونة النفسية، وفي الدرجة الكلية للمقياس، تليهن فئة الدخل المنخفض، ثم فئة الدخل المتوسط التي حققت أدنى المتوسطات عبر الأبعاد كافة، وسوف نتحقق الباحثة من دلالة هذه الفروق إحصائياً باستخدام تحليل التباين الأحادي المبينة نتائجه في الجدول (13).

الجدول (13): نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه للفروق التي تعزى لاختلاف مستوى دخل الأسرة بين متوسطات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسية

مقياس المرونة النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الصلابة	بين المجموعات	557,9	2	278,96	12,760	001,>
	داخل المجموعات	8329,5	381	21,86		
	الكلية	8887,4	383			
التفاؤل	بين المجموعات	550,8	2	275,39	19,990	001,>
	داخل المجموعات	5248,7	381	13,78		
	الكلية	5799,4	383			
تعدد المصادر	بين المجموعات	100,4	2	50,22	8,880	004,
	داخل المجموعات	2154,9	381	5,66		
	الكلية	2255,3	383			

001,>	16,161	280,01	2	560,0	بين المجموعات	الغرض أو الهدف
		17,33	381	6601,1	داخل المجموعات	
			383	7161,2	الكلية	
001,>	19,781	3187,21	2	6374,4	بين المجموعات	الدرجة الكلية للمقياس
		161,12	381	61388,5	داخل المجموعات	
			383	67763,0	الكلية	

تظهر نتائج الجدول (13) وجود فروق دالة إحصائية تعزى لاختلاف مستوى دخل الأسرة بين متوسطات الطالبات على مقياس المرونة النفسية، وكان ذلك في جميع الأبعاد الأربعة للمقياس (الصلاية، والتفاؤل، وتعدد المصادر، والغرض أو الهدف) وكذلك في الدرجة الكلية؛ إذ جاءت قيم (F) جميعها دالة عند مستوى $(p < 0.01)$ ، وللتعرف الأكثر تحديداً على اتجاه هذه الفروق بين الفئات الثلاث استخدمت المقارنات البعدية (Post Hoc) باستخدام اختبار شيفيه؛ فجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (14).

الجدول (14): نتائج اختبار شيفيه لدلالة الفروق التي تعزى لاختلاف مستوى دخل الأسرة في المرونة النفسية

الفروق بين المتوسطات ودلالاتها				مقياس المرونة النفسية
مرتفع	متوسط	منخفض	مستوى دخل الأسرة	
*1,342-	*1,592	-	منخفض	الصلاية
*2,934-	-		متوسط	
-			مرتفع	
0,381-	*2,213	-	منخفض	التفاؤل
*2,594-	-		متوسط	
-			مرتفع	
*0,757-	0,513	-	منخفض	تعدد المصادر
*1,271-	-		متوسط	
-			مرتفع	

الغرض أو الهدف	منخفض	-	*1,753	-1,136*
	متوسط		-	-2,889*
	مرتفع			-
الدرجة الكلية للمقياس	منخفض	-	*6,072	-3,616*
	متوسط		-	-9,688*
	مرتفع			-

* دالة عند مستوى (0,05) فأقل.

أوضحت نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية المبينة في الجدول (14) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ($p \leq 0.05$) بين فئات مستوى دخل الأسرة في الدرجة الكلية للمرونة النفسية وجميع أبعادها، باستثناء بعد التفاؤل بين فئتي الدخل المنخفض والمرتفع، وبعد تعدد المصادر بين فئتي الدخل المنخفض والمتوسط؛ إذ لم تصل الفروق إلى مستوى الدلالة. وقد تبين أن اتجاه الفروق لصالح الفئة ذات الدخل المرتفع؛ إذ سجلت أعلى المتوسطات في جميع الأبعاد والدرجة الكلية، تليها فئة الدخل المنخفض، تليها الفئة المتوسطة التي كانت الأدنى في جميع الأبعاد.

والنتائج السابقة تشير إلى تحقق الفرض الثاني من فروض الدراسة.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة من خلال تصور علم النفس الإيجابي الذي ركز على تعزيز الموارد الإيجابية، فالطالبات المنتميات إلى الأسر ذات الدخل المرتفع قد يتمتعن بوصول أفضل لموارد الدعم الاجتماعي والمادي، وهذا يؤدي إلى الإحساس بالكفاية الذاتية ويزيد القدرة على مواجهة التحديات.

أما الطالبات ذوات الدخل المنخفض فقد يظهرن مستويات مرتفعة نسبياً من المرونة النفسية مقارنة بالطبقة المتوسطة؛ وذلك لكون ضغوط الحياة والتحديات المادية قد تؤدي إلى تطوير مهارات تكيف أقوى بمرور الوقت؛ لأن المواجهة المستمرة للصعوبات تكسب الفرد القدرة على التحمل وتعزز المرونة النفسية، وهذا ما يعرف في علم النفس بـ"المرونة التكيفية الناتجة عن الشدائد" (adversity-induced resilience)؛ وتعني أن الأفراد الذين يمرون بظروف صعبة أقدر على الصمود بمرور الوقت (Fletcher & Sarkar, 2016).

وتدعم هذه النتيجة دراسة دي أندريد (de Andrade et al., 2024) التي أكدت وجود علاقة بين العوامل الاقتصادية كإنخفاض دخل الأسرة وانخفاض معدل المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، كما أكدت أن زيادة الدخل تدعم الاستقرار والمرونة، أما الضغط المالي فقد ينتج نوعاً من التكيف. أما الطالبات المنتميات إلى الفئة ذات الدخل المتوسط فقد تكون مستويات المرونة لديهن أقل نسبياً لأنهن أقل عرضة للضغوط المادية القاسية كذوات الدخل المنخفض، وفي الوقت نفسه لا يتمتعن بوفرة الموارد كذوات الدخل المرتفع، الأمر الذي يجعلهن أقل مرونة من الطالبات ذوات الدخل المنخفض والطالبات ذوات الدخل المرتفع؛ إذ لا يواجهن التحديات التي تكسبهن المرونة النفسية، ولا يتمتعن بالراحة المادية التي تعزز استقرارهن النفسي.

نتائج الفرض الثالث:

نص الفرض الثالث من فروض الدراسة على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية في متوسط درجات العينة في التحفيز الذاتي الأكاديمي تعزى للمتغيرات الديموغرافية (المعدل التراكمي، ومستوى دخل الأسرة)".

أولاً- الفروق التي تعزى لاختلاف المعدل التراكمي في التحفيز الذاتي:

الجدول (15): الإحصاءات الوصفية لأفراد العينة على مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي وفقاً للمعدل التراكمي

مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي	المعدل التراكمي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
الدرجة الكلية للمقياس	أقل من 3,75 (أقل من جيد جداً)	96	134,02	15,77
	من 3,75 إلى أقل من 4,50 (جيد جداً)	155	135,02	21,16
	4,50 إلى 5,00 (ممتاز)	133	141,14	19,27

أوضحت النتائج المبينة في الجدول (15) الإحصاءات الوصفية لدرجات أفراد العينة على مقياس التحفيز الذاتي وفقاً للمعدل التراكمي، ويتبين من مقارنة المتوسطات الحسابية أن مستوى التحفيز الذاتي الأكاديمي يزداد تدريجياً بارتفاع المعدل التراكمي؛ إذ حققت الطالبات ذوات المعدل (4,50 إلى 5,00) أعلى متوسطات في الدرجة الكلية للمقياس، تليهن طالبات فئة (3,75 إلى

4,50)، ثم الطالبات ذوات المعدل الأقل من (3,75). وتشير هذه النتائج إلى أن الطالبات ذوات التحصيل الأكاديمي المرتفع يتمتعن بدرجة أعلى من التحفيز الذاتي الأكاديمي، وسوف تتحقق الباحثة من دلالة هذه الفروق إحصائياً باستخدام تحليل التباين الأحادي في الجدول (16).

الجدول (16): نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه للفروق التي تعزى لاختلاف المعدل التراكمي بين متوسطات أفراد العينة على مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي

مقياس التحفيز الذاتي	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	بين المجموعات	3738,2	2	1869,11	5,028	007,
	داخل المجموعات	141641,2	381	371,76		
	الكلية	145379,4	383			

تظهر نتائج الجدول (16) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات الطالبات على مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي تعزى لاختلاف المعدل التراكمي؛ فقد بلغت قيمة (F=5.028) وكانت دالة عند مستوى (p<0.01)، وللتعرف على اتجاه هذه الفروق بين الفئات الثلاث استخدمت المقارنات البعدية (Post Hoc) باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe Test)، وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (17).

الجدول (17): نتائج اختبار شيفيه لدلالة الفروق التي تعزى لاختلاف المعدل التراكمي في التحفيز الذاتي الأكاديمي

مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي	الفروق بين المتوسطات ودلالاتها			الدرجة الكلية للمقياس
	المعدل التراكمي	أقل من جيد جدا	جيد جدا	ممتاز
الدرجة الكلية للمقياس	أقل من جيد جدا	-	0,999-	*7,122-
	جيد جدا		-	*6,124-

-			ممتاز	
---	--	--	-------	--

* دالة عند مستوى (0,05) فأقل.

أوضحت نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية المبينة في الجدول (17) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ($p \leq 0.05$) بين فئات المعدل التراكمي في الدرجة الكلية لمقياس التحفيز الذاتي، وقد جاءت الفروق لصالح الفئة ذات المعدل (ممتاز)؛ إذ تفوقت على فئتي (جيد جداً) و(أقل من جيد جداً) بفروق دالة إحصائية، في حين لم تظهر فروق دالة بين الفئتين (أقل من جيد جداً) و(جيد جداً).

وتعزى هذه النتيجة إلى أن التحفيز الذاتي الأكاديمي دافع داخلي قوي، يساعد الطالبات في الاستمرار وبذل الجهد للوصول إلى التفوق الأكاديمي، وكذلك إلى أن الطالبات اللاتي يتميزن بالتحفيز الذاتي عادة ما يضعن أهدافاً وخططاً تساعدن في النجاح والتفوق، ومن ثم تؤدي إلى التحسن المستمر في الأداء الأكاديمي.

من جهة أخرى وبناء على النظرية المعرفية السلوكية (CBT) يعمل النجاح والإنجاز المتكرر لدى الطالبات ذوات المعدل المرتفع بوصفه محفزاً ذاتياً لديهن ويوفر تغذية راجعة؛ ومن ثم يزيد سلوك المثابرة والتفوق الأكاديمي.

وتعزز هذه النتيجة دراسة كوزنيلز وآخرين (González-Arias et al., 2025) التي وجدت أن التحفيز الذاتي الأكاديمي له تأثير مباشر وإيجابي على الأداء الأكاديمي.

كما تدعم هذه النتيجة دراسة ميلاكيو وآخرين (Melaku et al., 2025) التي أشارت إلى أن رفع مستوى التحفيز الذاتي الأكاديمي يسهم في زيادة التحصيل الأكاديمي.

وبناء على ذلك يعد التحفيز الذاتي الأكاديمي عاملاً مهماً في تعزيز السمات الأكاديمية الإيجابية التي ترفع من مستوى التحصيل الدراسي كالتنظيم الذاتي والثقة والإصرار والمثابرة.

ثانيا- الفروق التي تعزى لاختلاف مستوى دخل الأسرة في التحفيز الذاتي:
الجدول (18): الإحصاءات الوصفية لأفراد العينة على مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي
وفقا لمستوى دخل الأسرة (ن=384)

مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي	مستوى دخل الأسرة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
الدرجة الكلية للمقياس	أقل من 10000 ريال/ منخفض	113	137,01	19,12
	من 10000 إلى 20000 ريال/ متوسط	175	133,00	19,12
	أكثر من 20000 ريال/ مرتفع	96	143,84	18,79

أوضحت النتائج المبينة في الجدول (18) الإحصاءات الوصفية لدرجات أفراد العينة على مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي وفقا لمستوى دخل الأسرة، ويتبين من مقارنة المتوسطات الحسابية أن مستوى التحفيز الذاتي يختلف باختلاف مستوى دخل الأسرة؛ إذ ارتفعت المتوسطات بوضوح لدى الفئة ذات الدخل المرتفع مقارنة بالفئتين المتوسطة والمنخفضة؛ فقد سجلت الطالبات المنتميات إلى الأسر ذات الدخل المرتفع أعلى متوسط في الدرجة الكلية للمقياس، تليهن فئة الدخل المنخفض، ثم فئة الدخل المتوسط التي حققت أدنى المتوسطات، وسوف تتحقق الباحثة من دلالة هذه الفروق إحصائيا باستخدام تحليل التباين الأحادي في الجدول (19).

الجدول (19): نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه للفروق التي تعزى لاختلاف مستوى دخل الأسرة بين متوسطات أفراد العينة على مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي

مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
	بين المجموعات	7291,8	2	3645,88	10,059	>0,001

		362,43	381	138087,6	داخل المجموعات	الدرجة الكلية للمقياس
			383	145379,4	الكلية	

تظهر نتائج الجدول (19) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات الطالبات على مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي تعزى لاختلاف مستوى دخل الأسرة؛ إذ بلغت قيمة ($F=10.059$) وكانت دالة عند مستوى ($p<0.001$)، وللتعرف على اتجاه هذه الفروق بين الفئات الثلاث استخدمت المقارنات البعدية (Post Hoc) باستخدام اختبار شيفيه؛ فجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (20).

الجدول (20): نتائج اختبار شيفيه لدلالة الفروق التي تعزى لاختلاف مستوى دخل الأسرة في التحفيز الذاتي الأكاديمي

الفروق بين المتوسطات ودلالاتها				مقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي
مرتفع	متوسط	منخفض	مستوى دخل الأسرة	
مرتفع	متوسط	منخفض	مستوى دخل الأسرة	
مرتفع	متوسط	منخفض	مستوى دخل الأسرة	
مرتفع	متوسط	منخفض	مستوى دخل الأسرة	

* دالة عند مستوى (0,05) فأقل.

أوضحت نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية المبينة في الجدول (20) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ($p\leq 0.05$) بين فئات مستوى دخل الأسرة في الدرجة الكلية لمقياس التحفيز الذاتي الأكاديمي؛ إذ كانت الفروق دالة بين فئتي الدخل المنخفض والمرتفع، وكذلك بين فئتي الدخل المتوسط والمرتفع، وجاءت جميعها لصالح الفئة ذات الدخل المرتفع، في حين لم تظهر فروق دالة بين فئتي الدخل المنخفض والمتوسط.

والنتائج السابقة تشير إلى تحقق الفرض الثالث من فروض الدراسة.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الطالبات المنتميات إلى الأسر ذات الدخل المرتفع يتمتعن بموارد مادية ومعرفية تؤدي إلى الشعور بالكفاية الذاتية والقدرة على تحقيق الأهداف؛ وذلك أن

الطالبات اللائي يتمتعن بالدعم المالي يمكنهن تطوير أنفسهن بالدورات التدريبية وورش العمل وغيرها من الموارد المعرفية التي تدعم شعورهن بالتحكم والتطور والإنجاز.

ومن جهة أخرى وبحسب تصور نظرية التوقع والقيمة Expectancy-Value Theory (Wigfield & Eccles, 2000) فإن الطالبات المنتميات إلى أسر ذات دخل مرتفع قد ترى في التحصيل الدراسي وسيلة للاحتفاظ بالوضع الاجتماعي، وهذا مما يرفع قيمة الهدف ومن ثم يزيد الدافع.

وبناء على نظرية تقرير المصير (Self-Determination Theory Deci & Ryan, 2000) فإن التحفيز الذاتي يتكون من خلال ثلاث حاجات أساسية (الكفاية، والانتماء والاستقلال) ويقويها، والطالبات المنتميات إلى الأسر ذات الدخل المرتفع عادة ما يحظين ببيئة داعمة تشبع هذه الحاجات.

أما عدم وجود فروق بين الطالبات المنتميات إلى أسر ذات دخل متوسط، والطالبات المنتميات إلى أسر ذات دخل منخفض فقد يعزى إلى أنهن يعشن في بيئات متقاربة، من حيث الموارد التعليمية والمادية والضغط اليومية؛ فقد يكون لديهن دافع داخلي يشعرهن بالإجهاد بسبب الضغوط المالية ومن ثم يخفض الحافز الذاتي لديهن.

وتتفق مع هذه النتيجة دراسة (Aliverniniet al., 2023) التي توصلت إلى أن الفئات ذات الدخل المنخفض تفقد قيمة الدراسة بمرور الوقت، غير أنه قد تظل هناك أشكال أخرى من التحفيز كالدافع للبقاء؛ ولذلك قد يتأثر التحفيز الذاتي بمدى توفر البيئة الداعمة لإشباع الحاجات النفسية، وهذا يؤكد أن البيئة المادية والاجتماعية تؤدي دورا مهما في تنمية التحفيز الذاتي لدى الطالبات.

نتائج الفرض الرابع:

نص الفرض الرابع من فروض الدراسة على أنه: "تسهم المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض".

ولاختبار صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل الانحدار الخطي البسيط (Simple Linear Regression) بالطريقة القياسية (Enter) للوقوف على مدى إسهام المرونة النفسية في التنبؤ

بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض، والجدول (21) يوضح نتائج التحليل الإحصائي للانحدار.

الجدول (21) نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط لمعرفة مدى إسهام المرونة النفسية في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض (ن=384)

المتغير المستقل	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	بيتا	T	مستوى دلالة T
الثابت	78,879	4,093	-	19,271	0,001>
المرونة النفسية	0,871	0,060	0,595	14,452	0,001>
معامل الارتباط (R)	0,595				
معامل التحديد (R ²)	0,353				
F	208,869				
مستوى دلالة (F)	0,001>				
حجم الأثر (f ²)	0,546 (تأثير كبير)				

أوضحت نتائج الجدول (21) أن نموذج الانحدار الخطي البسيط دال إحصائياً عند مستوى ($p<0.001$)؛ إذ بلغت قيمة ($F=208.869$) مشيرة إلى أن المرونة النفسية تسهم إسهاماً معنوياً في التنبؤ بالتحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة بمدينة الرياض. كما بلغت قيمة معامل الارتباط ($R=0.595$) ومعامل التحديد ($R^2=0.353$)، وهو ما يعني أن المرونة النفسية تفسر ما نسبته (35,3%) من التغير في التحفيز الذاتي، ويظهر أن قيمة معامل الانحدار ($B=0.871$) موجبة ودالة إحصائياً عند ($p<0.001$)، وهذا يدل على أن ارتفاع مستوى المرونة النفسية يؤدي إلى زيادة مستوى التحفيز الذاتي الأكاديمي، وكذلك يدل على تحقق الفرض الرابع من فروض الدراسة.

وبناء على ذلك يمكن صياغة معادلة التنبؤ على النحو التالي:

$$\text{التحفيز الذاتي} = 78,879 + (0,871 \times \text{المرونة النفسية})$$

ولتعزيز تفسير النتائج عمليا، تم حساب حجم الأثر (Effect Size) للنموذج باستخدام مؤشر (f^2) اعتمادا على (R^2) ، حيث بلغت قيمة $(f^2=0.546)$ ، وهو ما يشير إلى حجم أثر كبير وفق معايير (Cohen). كما تعد قيمة $(R^2=0.353)$ دلالة على قوة تنبؤية معتبرة؛ إذ تفسر المرونة النفسية ما نسبته $(35,3\%)$ من التباين في التحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طالبات الجامعة، وهي نسبة تعد مرتفعة نسبيا في الدراسات النفسية والتربوية، وعلى المستوى التطبيقي، فإن قيمة معامل الانحدار $(B=0.871)$ تعني أنه عند زيادة المرونة النفسية بمقدار (وحدة واحدة) يتوقع أن يرتفع التحفيز الذاتي الأكاديمي بمقدار (0.871) درجة، مع ثبات العوامل الأخرى خارج النموذج، بما يبرز الأهمية العملية لتنمية المرونة النفسية بوصفها مدخلا فاعلا لدعم التحفيز الذاتي.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن المرونة النفسية توفر للفرد القدرة على الصمود أمام التحديات، وعلى الاستمرار في تحقيق الأهداف حتى في الظروف الصعبة، في حين يعبر التحفيز الذاتي عن قدرة الفرد على دفع نفسه لإنجاز المهام دون الاعتماد على مكافآت خارجية؛ فالأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية يجدون طرقا للحفاظ على دوافعهم الداخلية، وهذا التصور يتفق مع منظور علم النفس الإيجابي في تصويره عن المرونة النفسية؛ إذ يراها قوة فطرية داخلية تساعد الفرد في التحفيز الذاتي.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عبيدو وآخرين (Abaidoo et al., 2021) التي توصلت إلى أن المرونة مؤشر لدافعية الإنجاز. كما اتفقت مع دراسة القحطاني (2024) ودراسة ميلاكيو وآخرين (Melaku et al., 2025) في إمكانية التنبؤ بمهارات التنظيم الذاتي من خلال المرونة النفسية، ومع دراسة إكسيو جي وإكسيو يو (Xu, j & Xu, u 2025) التي توصلت إلى أن المرونة النفسية تسهم في تحسين التحفيز الذاتي الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

ومن النتائج السابقة يتبين أن المرونة النفسية عامل مهم في التحفيز الذاتي الأكاديمي؛ إذ تمنح الفرد القدرة على مواجهة التحديات بفاعلية دون فقدان الدافعية وعلى استمرار المثابرة للإنجاز، وهذا يبين أهمية تنمية المرونة النفسية بوصفها وسيلة لاستمرار الدوافع الداخلية وتحفيز الإنجاز الأكاديمي.

توصيات الدراسة:

بناء على نتائج الدراسة توصي الباحثة بتعزيز التحفيز الذاتي لدى الطالبات بتنمية المرونة النفسية من خلال تصميم برامج إرشادية وتدريبية تسهم في زيادة العوامل النفسية التي تحسن من جودة الأداء الأكاديمي؛ خاصة لدى فئة الطالبات ذوات المعدل الأقل من ممتاز والطالبات المنتميات إلى أسر ذات دخل متوسط ومنخفض، كما توصي الدراسة بتعزيز الوعي بأهمية الدعم النفسي والاجتماعي للطالبات لدى الأسر لدى الأسر؛ لما له من أثر إيجابي في رفع مستويات المرونة النفسية والتحفيز الذاتي الأكاديمي.

مقترحات الدراسة:

- 1- إجراء دراسة مماثلة في بيئات جامعية مختلفة، أو على فئات متعددة مثل الذكور والإناث، أو على فئات عمرية مختلفة، وإجراء مقارنات بين الفئات.
- 2- إجراء دراسة تجريبية لاختبار أثر تدخلات برامج إرشادية أو علاجية - كالعلاج بالقبول والالتزام، أو العلاج الجدلي السلوكي - لتعزيز المرونة النفسية ودورها في تنمية التحفيز الذاتي الأكاديمي.
- 3- دراسة متغيرات وسيطة معدلة مثل أثر الدعم الأسري، وجودة البيئة الجامعية على العلاقة بين المرونة النفسية والتحفيز الذاتي الأكاديمي.

المراجع

المراجع العربية:

- التكريتي، رغد سعدي والبيدي، صباح مرشود. (2022). التحفيز الذاتي وعلاقته بمهارات المذاكرة الفعالة لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، 29(3)، 384-413.
- صارة، برايح. (2023). المرونة النفسية وعلاقتها بكفاءة الذات الأكاديمية: دراسة ميدانية على طلبة كلية العلوم الاجتماعية بجامعة ابن خلدون - تيارت [رسالة ماجستير منشورة]. جامعة ابن خلدون، الجزائر.
- العازمي، عائشة. (2022). المرونة النفسية وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى المراهقين. مجلة كلية التربية - جامعة عين شمس، 46(3)، 133-173.
- العاسمي، رياض. (2018) التنظيم الذاتي للأكاديميين وعلاقته بالمرونة النفسية لدى جامعة دمشق والكويت. مجلة أكاديمية شمال أوروبا للدراسات والبحوث.
- عبيب، غنية. (2024). مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة دراسات نفسية، 14(1)، 377-390.
- الفيشاوي، سومة، وسليم، بسويي، ورسلان، نجلاء. (2024). المرونة النفسية وعلاقتها بالضغط المهنية لدى معلمات التربية الفكرية. مجلة كلية التربية للبنات بالقاهرة - جامعة الأزهر، 31(3)، 1-56.
- قادري، إبراهيم وزقعار، فتحي. (2020). الذكاء العاطفي وعلاقته بالتوافق المهني لدى معلمي التعليم الابتدائي. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 5(2)، 633-655.
- القحطاني، نورة سلمان. (2024). المرونة النفسية والكفاءة الانفعالية كمنبئات بمهارات التنظيم الذاتي لدى طالبات جامعة الملك خالد. مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية لكلية التربية جامعة سوهاج، 22(22)، 225-286.
- وهبة، زين العابدين محمد. (2025). فاعلية برنامج تدريبي قائم على المرونة النفسية في فعالية الذات الأكاديمية لدى مرتفعي القلق المهني المستقبلي لطلاب شعبة علم النفس بكلية التربية بالقاهرة جامعة الأزهر. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، 48(4)، 315-378.

ترجمة المراجع العربية:

- Abeeb, Ghaniyah. (2024). The Level of Psychological Resilience among University Students. Journal of Psychological Studies, 14(1), 377-390.
- Al-Asami, Riyadh. (2018). Self-Regulation among Academics and Its Relationship to Psychological Resilience at Damascus and Kuwait Universities. Northern Europe Academy Journal for Studies and Research.

- Al-Azmi, Aisha. (2022). Psychological Resilience and Its Relationship to Positive Thinking among Adolescents. *Journal of the Faculty of Education – Ain Shams University*, 46(3), 133–173.
- Al-Fishawi, Souma, Selim, Basyouni, & Raslan, Naglaa. (2024). Psychological Resilience and Its Relationship to Occupational Stress among Intellectual Education Teachers. *Journal of the Faculty of Education for Women in Cairo – Al-Azhar University*, 1(3), 1–56.
- Al-Qahtani, Noura Salman. (2024). Psychological Resilience and Emotional Competence as Predictors of Self-Regulation Skills among Female Students at King Khalid University. *Journal of Young Researchers in Educational Sciences, Faculty of Education, Sohaj University*, 22(22), 225–286.
- Al-Tikriti, J. & Al-Obaidi, R. S. (2022). Self-motivation and its relationship to effective memorization skills among university students. *Journal of Tikrit University for Humanities*, 29(3), 384–413. <https://doi.org/10.25130/jtuh.29.3.2.2022.18>
- Qadri, Ibrahim & Zegaar, Fathi. (2020). Emotional Intelligence and Its Relationship to Occupational Adjustment among Primary School Teachers. *Al-Jami' Journal for Psychological Studies and Educational Sciences*, 5(2), 633–655.
- Sarah, Brayeh. (2023). Psychological Resilience and Its Relationship to Academic Self-Efficacy: A Field Study among Students of the Faculty of Social Sciences at Ibn Khaldun University – Tiaret [Published Master's Thesis]. Ibn Khaldun University, Algeria.
- Wahbah, Zein Al-Abidin Muhammad. (2025). The Effectiveness of a Training Program Based on Psychological Resilience in Enhancing Academic Self-Efficacy among Students with High Levels of Future Occupational Anxiety in the Psychology Division, Faculty of Education, Cairo, Al-Azhar University. *Journal of the Faculty of Education in Psychological Sciences*, 48(4), 315–378.

المراجع الأجنبية:

- Abaidoo, A., Amoako, I., Mahama, I., & Edward, O. B. (2021). Resilience and Academic Self-Concept as Explanatory Variables of Achievement Motivation Among College Students. *European Scientific Journal*, ESJ, 17(35), 246. <https://doi.org/10.19044/esj.2021.v17n35p246>
- Abdolrezapour, P., Jahanbakhsh Ganjeh S. & Ghanbari, N. (2023) Self-efficacy and resilience as predictors of students' academic motivation in online education. *PLoS ONE*, 18(5): e0285984. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0285984>.
- Alkharj, S., Alsalamah, Y. S., Allari, R., Alharbi, M. S., Alslamah, T., Babkair, L., Labani, S., & Fawaz, M. (2024). *Stress and academic engagement among Saudi undergraduate nursing students: The mediating role of emotion regulation and emotional intelligence*. *Nursing Open*, 11, e2167
- Al-Tammar, S. (2021). The Role of Psychological Resilience in Predicting Psychological Distress among Kuwaiti Adults during Corona Pandemic. *Journal of Social Sciences*, 49(1), 9–27.
- Archer, R., Lewis, R., Yarker, J., Zernerova, L., & Flaxman, P.E. (2024). Increasing workforce psychological flexibility through organization-wide training: Influence on stress resilience, job burnout, and performance. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 33, 100799.

- Bagdziūnienė, D., Dirgėlienė, I., Daukantaitė, D., et al. (2025). Study and personal resources of university students: Academic resilience, study engagement and well-being. *Frontiers in Psychology*, 16, 1517359.
- Chen, C., et al. (2023). Social support, academic motivation, and engagement: A chain-mediating model in university students. *BMC Public Health*, 23, 17301.
- Chidi, R., Adeniyi, A. O., Okolo, C. A., Babawarun, O., & Arowoogun, J. O. (2024). Psychological resilience in healthcare workers: A review of strategies and intervention. *World Journal of Biology Pharmacy and Health Sciences*, 17(2), 387-395.
- de Andrade, JE; Meireles, AL; Machado, EL.; de Oliveira, HN; Sales, ADF; Cardoso, CS.; de Freitas, ED.; de Carvalho, Vidigal F.; Ferreira, LG.; Nobre, LN.; da Silva, LS.; Reis, EA.; Saunders, R.; Barbosa, BCR. & Ruas, CM. (2024). Sociodemographic, economic, and academic factors linked with resilience in university students during covid-19 pandemic: a Brazilian cross-sectional study. *BMC Psychol.* 1;12(1):615. doi: 10.1186/s40359-024-02138-1. PMID: 39482796; PMCID: PMC11529269.
- Deci, Edward & Ryan, Richard. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*. 11. 227-268. 10.1207/S15327965PLI1104_01.
- Fletcher, D. & Sarkar, M. (2016). Mental fortitude training: An evidence-based approach to developing psychological resilience for sustained success. *Journal of Sport Psychology in Action*, 7(3), 135–157.
- González-Arias, M.; Dibona, P.; Soto-Flores, B.; Rojas-Puelles, A.; Amato, M.; Álvarez-Trigo, D. & Castillo, R. (2025). Academic performance, self-reported motivation, and affect in higher education: the role of basic psychological need satisfaction. *Front Psychol.* 14;16:1519454. doi: 10.3389/fpsyg.2025.1519454. PMID: 40028646; PMCID: PMC11868089.
- Howard, J. L., Bureau, J. S., Guay, F., Chong, J. X. Y., & Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 13001323. <https://doi.org/10.1177/1745691620966789>
- Jeffords, Jaimie, Bumpus, Matthew & Hill, Laura. (2018). Investigating the Relationship Between University Students' Psychological Flexibility and College Self-Efficacy. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*. 22.
- Kashdan, T. B. & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865–878.
- Liu Y. & Huang X. (2021). Effects of Basic Psychological Needs on Resilience: A Human Agency Model. *Front Psychol.* 31;12:700035. doi: 10.3389/fpsyg.2021.700035. PMID: 34531790; PMCID: PMC8438124.
- Lohbeck, Annette & Moschner, Barbara. (2021). Motivational regulation strategies, academic self-concept, and cognitive learning strategies of university students: does academic self-concept play an interactive role?. *European Journal of Psychology of Education*. 37. 10.1007/s10212-021-00583-9.
- McLeod, S. (2014). *Humanism. Simply Psychology.* <https://www.simplypsychology.org/humanistic.html>.
- Melaku, B., Negasi, R. D. & Tolla, T. T. (2025). Perceived Academic Support and Academic Achievement among Ethiopian First-year University Students: The Serial Mediating Roles of Academic Motivation and Resilience Author's information. *Frontiers in Psychology*, 16, 1605550.

- Ntoumanis, N., Ryan, R. M., Fox, K. R., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2021). Psychological needs and motivation in exercise and sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 43(1), 1–15.
- Owaid, F. H. (2025). Psychological resilience and its relationship to social skills among some students at Salahaddin University. *Journal of Physical Education Studies and Research*, 684-695.
- Ruijuan, Li & Srikhoa, Sarit & Jantharajit, Nirat. (2023). Blending of collaborative and active learning instructional methods to improve academic performance and self-motivation of vocational students. *Asian Journal of Education and Training*. 9. 130-135. 10.20448/edu.v9i4.5211.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860.
- Santana-Monagas, E., Núñez-Regueiro, F., & Núñez, J. L. (2025). Does motivation lead to academic success, or conversely? Reciprocal relations between autonomous and controlled motivation, and mathematics achievement. *British Journal of Educational Psychology*. <https://doi.org/10.1111/bjep.12736>
- Schunk, D. H. & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101832. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>
- Steel, Alexandra; Karunaratne, Nilushi; Exintaris, Betty; James, Simon; Al-Juhaishi, Abdullah; Don, Angelo; Dai, David & Lim, Angelina. (2024). The impact of resilience on academic performance with a focus on mature learners. *BMC Medical Education*. 24. 10.1186/s12909-024-06099-2
- Troy, A. S., Willroth, E. C., Shallcross, A. J., Giuliani, N. R., Gross, J. J., & Mauss, I. B. (2023). Psychological resilience: An affect-regulation framework. *Annual Review of Psychology*, 74, 547-576.
- Wigfield, A., & Eccles, J. S. (2000). Expectancy–Value Theory of Achievement Motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 68–81. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1015>
- Xu, J. & Xu Y. (2025). The impact of self-efficacy on psychological resilience in EFL learners: a serial mediation model. *BMC Psychol*. 3;13(1):858. doi: 10.1186/s40359-025-03236-4. PMID: 40754539; PMCID: PMC12320316.





مجلة الجامعة الإسلامية
للعلوم التربوية والاجتماعية

معرفة
e-Marefa



المنظومة
ALMANDUMAH

Arcif
Analytics



KINGDOM OF SAUDI ARABIA
MINISTRY OF EDUCATION
ISLAMIC UNIVERSITY OF MADINAH



Islamic University Journal For
Educational and Social Sciences

Islamic University Journal For Educational and Social Sciences

Refereed periodical scientific journal



Published four times a year in:
(March, June, September and December)

Issue

Volume

Month

Year

27

55

August / Rabi al-Awwal

2026 / 1448