

المناعة النفسية وعلاقتها بالتحديد الذاتي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي

Psychological Immunity and its Relation to Self -
Determination among Pupils of the second cycle of
basic education

بحث للنشر بمجلة دراسات تربوية واجتماعية

مقدم من الباحثة

فاطمة عبد الخالق محمد طه

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية تخصص الصحة النفسية

إشراف

أ.م.د/ نور محمد جلال

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية جامعة حلوان

أ.د/ أحمد علي بديوي

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية جامعة حلوان

م.د/ داليا يسري الصاوي

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية جامعة 6 أكتوبر

المستخلص

هدف البحث الحالي إلى فحص العلاقة بين المناعة النفسية والتحديد الذاتي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، وقد تألفت عينة البحث من (260) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، بواقع (115) ذكور، و(145) إناث، وقد تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (12 - 15) سنة، بمتوسط عمري (13,74) وانحراف معياري (0.824)، واعتمد البحث علي المنهج الوصفي الارتباطي، وتم استخدام الأدوات الآتية: مقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي (إعداد: الباحثة)، ومقياس التحديد الذاتي لدى تلاميذ التعليم الأساسي (إعداد: ياسمين عبد الغني وآخرون، 2011)، وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة (طردية) دالة إحصائياً عند مستويي دلالة (0.05 و 0.01) بين الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية وكل من الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي وأبعاده الفرعية (تنظيم الذات الأكاديمي، الاستقلالية، التمكين النفسي، تحقيق الذات) لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي. كما أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على مقياس المناعة النفسية وأبعاده الفرعية تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث)، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على مقياس التحديد الذاتي وأبعاده الفرعية تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث).

الكلمات المفتاحية: المناعة النفسية - التحديد الذاتي - التعليم الأساسي.

Abstract:

The current research aims at examining the relationship between psychological immunity and self - determination among students of the second cycle of basic education. The research sample consisted of (260) male and female students from the second cycle of basic education with (115) males and (145) females, their ages ranged between (12 - 15) years, with an average age of (13.74) and a standard deviation (0.824), and the research relied on the descriptive correlative approach. The following tools were used: Psychological Immunity Scale for students of the second cycle of basic education (prepared by: the researcher), and the self - determination scale for students of basic education (prepared by: Yasmine Abdel - Ghani and others, 2011). The results indicated that there is a Positive (direct) statistically significant correlation at two significance levels (0.05 and 0.01) between the total score of the psychological immunity scale and each of the total score of the self - determination scale and its sub - dimensions (academic self - regulation, independence, psychological empowerment, self - realization) among the students of the second cycle of the basic education. The results also indicated that there were no statistically significant differences between the mean scores of the students of the second cycle of basic education on the scale of psychological immunity and its sub - dimensions due to gender differences (males, females), and that there were no statistically significant differences between the mean scores of the pupils of the second cycle of basic education on the scale of Self - determination and its sub - dimensions are attributed to gender differences (males, females).

Key Words: Psychological Immunity - Self - Determination - Basic Education

مقدمة

يعد العنصر البشري هو الثروة الحقيقية والطاقة الدافعة نحو بناء المستقبل والتقدم الحضاري، ورعاية الإنسان وتنمية استعداداته وقدراته أمرًا ضروريًا من أجل تطور المجتمع والحقائق بركب التطور العلمي؛ حيث يقاس مدى رقي المجتمع وتقدمه بمدى اهتمامه بالإنسان والإرتقاء به، وتحسين توافقه النفسي والعناية الفائقة بمستوى صحته النفسية بمختلف جوانبها، والسعي للوصول به إلى إشباع أعلى سلم احتياجاته وبناء اعتزازه وتقديره لذاته.

وتعد مرحلة التعليم الأساسي وما تشمله من مرحلتين الطفولة المبكرة والوسطى، مرحلة مهمة في حياة الإنسان، وتنبع أهميتها باعتبارها البداية الحقيقية لعملية التنمية من الناحية العقلية لمدارك التلميذ في هذه المرحلة العمرية، واكساب التلاميذ المهارات والمعارف المتعددة والمتنوعة من كتابة وقراءة وأنشطة متنوعة، وإذا تم بناء شخصية التلميذ وتكوينها بطريقة صحيحة خلال هذه المرحلة، فسوف يكون البناء في المستقبل بشكل أسهل مع تقدم التلميذ في العمر.

ومن جهة أخرى لا تمضي حياة الإنسان على وتيرة واحدة وعلى نمط واحد؛ فعالم اليوم يشهد العديد من التغيرات العلمية والتكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية التي أثّرت في جميع مجالات الحياة وانعكست آثارها الإيجابية والسلبية، الأمر الذي أدى إلى زيادة الأعباء التي تواجه الفرد، وزيادة مشكلاته الحياتية، وجعلت الفرد يعاني من كثير من المشكلات والضغوط الحياتية (سليمان عبد الواحد، 2020). ونتيجة لذلك ظهر علم النفس الإيجابي بعد أن ازدادت الانفعالات السلبية والضغوط الحياتية والأعباء على كاهل الفرد حتى كادت تفقده معنى الحياة والشعور بالسعادة والرضا عنها، فجاء هذا العلم ليعيد للحياة بهجتها؛ حيث يركز علم النفس الإيجابي

Positive Psychology على الجوانب الإيجابية في حياة الفرد والتي من أهمها المناعة النفسية Psychological Immunity.

هذا وقد أشار سليجمان Seligman إلى أن علم النفس الإيجابي يقوم على الفكرة القائلة بأنه "إذا تعلم الفرد العودة إلى الهدوء والأمل، وكذلك التفاؤل، وامتلك مناعة نفسية مرتفعة، فإنه سيكون أقل عُرضة للإصابة بالإكتئاب، وسيشعر بالسعادة، وستكون حياته أكثر إثمارًا (Seligman & Csikszentmihalyi، 2014، P. 280).

وتعد المناعة النفسية إحدى أهداف علم النفس الإيجابي بل أهمها، كما يشير سليمان عبد الواحد (2017، ص. 53) إلى أن المناعة النفسية تعتبر من النظريات العلمية التي ظهرت حديثاً، ولاقت قبولاً كبيراً في الأوساط العلمية، وكشفت عن الكثير من أسباب القصور والضعف في النواحي الجسمية والعقلية والنفسية لدى الفرد. وقد أوضح كل من (Snyder، Lopez، Edwards، & Marques (2020) أن المناعة النفسية هي أكسير الحياة، وهي السبب الحقيقي لجودتها النفسية، ولكن يختلف الشعور بها والتعبير عنها من فرد إلى آخر، بل ومن مرحلة عمرية إلى أخرى، ومن ثقافة إلى أخرى، وأكثر من ذلك، فإن مصادر المناعة النفسية قد تتباين من فرد إلى آخر، فقد يكون تأكيد الذات مصدراً للمناعة النفسية لفرد ما، بينما يكون النجاح في الحياة الزوجية والدراسية والعمل قمة المناعة النفسية لدى فرد آخر، في حين أن الشعور بالاستقرار والأمن والرضا عن الحياة هما المناعة النفسية لدى فرد ثالث، ولذلك تظل المناعة النفسية قمة مطالب الإنسان في هذه الحياة، بل ومن أهم أهدافه التي يسعى إلى تحقيقها.

وفي هذا السياق أوضح (Ferencz (2012 أن المناعة النفسية تستند على أساس أن العقل والجسم لا ينفصلان، وأن المخ يؤثر على جميع العمليات الفسيولوجية والنفسية لدى الفرد، وأن الذات الإنسانية معرضة دائماً للضعف والمرض النفسي والجسمي بسبب طريقة تفكير الفرد نفسه، وأنه إذا استطاع الفرد أن يكون أكثر مرونة في تغيير طريقة تفكيره إلى الأفضل، فإنه بذلك يمد جهازه المناعي بطاقة تساهم في جعل العمليات الطبيعية داخل الجسم في حجمها الطبيعي، وتؤدي وظائفها على النحو

الأمثل، كما تقوي عقله وقدراته المختلفة، مما يستوجب على الفرد من أجل تنشيط مناعته النفسية من خلال تنمية قدرته على التحمل والصمود أمام المواقف الضاغطة والأزمات، ومقاومة الأفكار والمشاعر السلبية التي تؤدي به إلى طريق القلق واليأس والفشل والهزيمة النفسية والإنكسار النفسي. وفي السياق نفسه أضاف عبد الوهاب كامل (2002، ص. 317) أن الفرد أو المجتمع يمتلك جهازاً للمناعة النفسية، فإذا فقد الفرد أو المجتمع جهاز المناعة فإن كلاهما يصبح مرتعاً وبيئة خصبة لمهاجمة الأمراض النفسية والاجتماعية والانفعالية.

وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات إلى أهمية نظام المناعة النفسية ودوره المحوري في تعزيز العمليات الانفعالية والتفاعلية لدى التلاميذ، حيث يؤدي هذا النظام المناعي إلى ظهور سلوكيات واستجابات إيجابية عند مواجهة المواقف والأحداث الضاغطة، والتعامل مع الأحداث المؤلمة باعتبارها خبرات جديدة، وتعزيز التفاؤل والنظرة الإيجابية للحياة، وفهم النواتج السلوكية وتفسيرها (Oláh، Nagy، & Tóth، 2010، P. 104)، فالمناعة النفسية تعمل على حدوث التكيف والموائمة مع الأحداث المؤلمة والمواقف الضاغطة، وتفرغ الطاقات النفسية السلبية، وإجادة استخدام المعرفة وتوظيفها في إدراك النواتج الإيجابية، كما أنها تعزز استراتيجيات المواجهة التكيفية الواعية. ولذلك فقد اتجه العديد من الباحثين إلى تناول المناعة النفسية في علاقتها ببعض المتغيرات النفسية الأخرى لدى التلاميذ في مختلف المراحل التعليمية، فقد أشارت نتائج دراسة (Voitkane 2004) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية وكل من الرضا عن الحياة وتوجيه الأهداف لدى طلاب الجامعة. كما أوضحت دراسة كل من (Gopal، Mondal، Gandhi، Arora، & Bhattacharjee 2011) أن التأثيرات الديناميكية التي تعتمد على مقاومة الضغوط الناتجة عن التعامل مع هذه الخبرات وإدراكها ودمجها في خصائص الشخصية، تلعب دوراً أساسياً في خفض الضغوط السلبية، كما أشارت نتائج دراسة كل من أسماء أمين، وسيد البهّاص، وأحمد متولي (2021) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والعفو

لدى طلبة الجامعة، كما أشارت نتائج دراسة كل من (Lapsley & Hill 2010) إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين المناعة/ الحصانة النفسية وكل من التفاؤل والتكيف الأكاديمي لدى التلاميذ في مرحلة البلوغ المبكر. كما هدفت دراسة كل من Mnokh (2019) & Al - Obeidi إلى الكشف عن مستوى المناعة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، وأشارت النتائج إلى تمتع تلاميذ المرحلة الإعدادية بمستوى جيد من المناعة النفسية. كما أسفرت نتائج دراسة كل من أماني محمود، هبة حسين، ونجوى السيد (2021) عن وجود علاقة عكسية بين المناعة النفسية والصمت الاختياري لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي.

وعلى الجانب الآخر يعد مصطلح التحديد الذاتي Self - Determination من المصطلحات الحديثة نسبياً في مجال التربية عامة، والصحة النفسية بصفة خاصة، وقد استخدم هذا المصطلح في مجالات عديدة منها السياسة والفلسفة والشخصية وعلم النفس وغيرها من المجالات، وحين يستخدم مصطلح ما في أكثر من مجال، ويكون حديث التناول في مجال الدراسات العربية، فعادة ما تكون هناك صعوبة في ترجمة المصطلح إلى اللغة العربية؛ فقد وجدت الباحثة أن معظم القواميس والمعاجم قد أوردت ترجمة احدة لمصطلح Self - Determination وهو "تقرير المصير"، وذلك باعتبار أن منشأ هذا المصطلح هو المجال السياسي، إلا أن معظم الباحثين في مجال علم النفس والصحة النفسية قد ترجموه علي أنه "التحديد الذاتي" اشتقاقاً من المعني الدلالي للمكونات الفرعية للمصطلح.

والتحديد الذاتي هو مركب من المهارات والمعارف والمعتقدات التي تمكن الفرد من الاندماج في سلوك موجه بالهدف ومنظم ذاتياً واستقلالياً، وهو فهم الفرد لنقاط قوته وجوانب القصور لديه مع اعتقاد في ذاته بأنه قادر ومؤثر (Field، Martin، Miller، Ward، & Wehmeyer، 1998، P.114)، ويصف كل من (Wehmeyer & Field، 2007، P.3) مهارات التحديد باعتبارها العامل السببي الرئيسي في حياة الفرد، والذي يجعل الخيارات والقرارات المتعلقة بنوعية حياته خالية من أي تدخل أو تأثير خارجي غير مبرر.

هذا وقد أشار كل من P.11، (Deci & Ryan 2010) إلى أن التحديد الذاتي عبارة عن حاجة نفسية داخلية تساهم في أداء سلوك الفرد المدفوع داخلياً، وطبقاً لذلك فإن الأفراد يقوموا بالسلوك ليس بغرض المكافأة أو التعزيز الخارجي، وإنما نتيجة لحافز أو دافع داخلي. وكان الاهتمام في الماضي منصباً على دراسة التحديد الذاتي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم سواء النمائية أو الأكاديمية، على اعتبار أن التلاميذ ذوي صعوبات التعلم يحتاجون إلى مساعدات تعليمية وخدمات لتنمية قدراتهم على اكتساب المهارات خارج المدرسة، مثل المهارات التي تتضمن التحديد الذاتي، والدفاع عن الذات، والمهارات الاجتماعية، والمهارات التنظيمية، والحاجة للانتماء والتواصل مع الآخرين (Wehmeyer، 2007، P.3). إلا أن بحث ودراسة التحديد الذاتي لا يقتصر فقط على التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، فهو أيضاً مهم بالنسبة للتلاميذ العاديين، كما أنه ليس هام فقط بالنسبة للأطفال، وإنما هام لدى المراهقين والشباب أيضاً (Thoma، 2002، P.243).

وقد أشار كل من Wehmeyer، Shogren، Palmer، Williams – Diehm، Lit- (2012، P.137) إلى أن التحديد الذاتي كبنية نفسية تشير إلى الذات التي تقوم بالفعل، وأن يملك الفرد الإرادة والحرية للقيام بأفعاله بدون أي تأثير خارجي أو ضغط من الآخرين، وأن يملك القدرة على الاختيار والقرار الواعي السليم، وبشكل متعمد ومقصود وليس بشكل عشوائي، ولذا فالسلوك المحدد ذاتياً يعتمد على الهدف أو الوظيفة الخاصة بأفعال الفرد.

ويمكن القول أن للمتغيرات الإيجابية وفي مقدمتها التحديد الذاتي دوراً هاماً في تعزيز الشعور بالسعادة وجودة الحياة وتعزيز المهارات الاجتماعية وتحسين الكفاءة الأكاديمية لدى التلاميذ العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة أيضاً، وفي هذا الصدد أشارت نتائج دراسة محمد إسماعيل (2017) إلى وجود تأثيرات موجبة دالة إحصائياً للتحديد الذاتي في جودة الحياة والمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، ودراسة ياسمين عبد الغني (2012) التي أوضحت أن السلوك المحدد

ذاتياً يساعد الفرد على أن يكون مستقلاً في سلوكه، ومنظماً ذاتياً، ولديه قدر من التمكين النفسي الذي يدفعه إلى التفاعل مع المجتمع وتحقيق ذاته، ودراسة بسمة محمد، و صفاء غازي (2017) التي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التحديد الذاتي وإتخاذ القرار المهني لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية، كما أشارت نتائج دراسة كل من (Shah، Shah، Memon، Kemal، & Soomro 2021) إلى فاعلية تطبيق نظرية التحديد الذاتي في تعزيز مشاركة التلاميذ في برامج التعلم عن بُعد خلال جائحة كورونا.

وبناءً على ما سبق يهدف البحث الحالي إلى محاولة الكشف عن طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والتحديد الذاتي لدى عينة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

مشكلة البحث:

انبثقت مشكلة البحث الحالي من خلال الخبرة الشخصية والمهنية للباحثة، وإطلاعها على عدد من الدراسات والبحوث السابقة في مجال التحديد الذاتي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، فقد أشارت نتائج هذه الدراسات في مجملها إلى أن للتحديد الذاتي دوراً محورياً في تعديل سلوك الكثير من التلاميذ، وارتباط هذا المتغير الإيجابي بالعديد من المتغيرات النفسية الأخرى (Blum، Lipsett، & Yocom، 2002; Schatt، 2018; Reeve، & Halusic، 2009; Shah، et al.، 2021).

وتعتبر عملية إعداد التلميذ في مرحلة التعليم الأساسي كشخصية متكاملة أحد أهم الأهداف التي تسعى المؤسسات التعليمية إلى تحقيقها، ولكي تنجح المدرسة في تحقيق هذا الهدف لا بد لها من دراسة وتنمية بعض المتغيرات النفسية الهامة مثل التحديد الذاتي، وقد بدأ الاهتمام بدراسة التحديد الذاتي في التسعينيات من القرن المنصرم كأحد الموضوعات الهامة في علم النفس الإيجابي، وأصبح هدفاً يُسعى إليه خاصة في مجال التربية وعلم النفس، فهو يعد مُخرجاً مهماً يستوجب زيادة الاهتمام به والانتباه إليه (Coxgead، 2008)، ونظراً لأهميته في مختلف المراحل التعليمية، لقي مزيداً من الاهتمام في السنوات القليلة الماضية من جانب العديد من الباحثين والتربويين.

وتجدر الإشارة إلي أن مصطلح التحديد الذاتي كان يستخدم بصورة خاصة في ميادين الفلسفة، وعلم النفس، والسياسة؛ وكمصطلح سياسي فإنه يشير إلي حق الأمم والشعوب في الحرية Freedom، والحكم الذاتي Self - Governance، أما كمصطلح نفسي فقد استخدم لأول مرة في إطار نظريات الشخصية ونظريات الدافعية، فأحد النقاط المحورية في علم النفس والصحة النفسية هو البحث في محددات السلوك الإنساني De-terminants، كما أن هذا المصطلح له تاريخ ثري ومعقد في مجال الفلسفة.

وتتضح أهمية التحديد الذاتي من خلال ارتباطه بعدد من المخرجات الإيجابية المهمة، فقد ارتبط بكل من جودة الحياة Quality of Life، والصحة العامة Gen-eral Health، والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية، وتقدير الذات Self - esteem، والاستقلالية Independence، وسلوك حل المشكلات Problem Solving (محمد إسماعيل، 2017، ص. 127). والتحديد الذاتي بنية نفسية عامة، تتضمن بنية منظمة من الجوانب الإيجابية لدى الفرد، فالشخص الذي يتمتع بدرجات عالية من التحديد الذاتي، لديه أيضًا مستوى مرتفع من الطموح، وبذل قصارى جهده في مواجهة الأزمات والعوائق التي يمر بها، ويتعلم من أخطائه، ولديه إحساس مرتفع بجودة الحياة (ياسمين عبد الغني، 2012، ص. 2). وقد أوضح (Hoffman 2003، P. 11) أن التحديد الذاتي حق أساسي من حقوق الإنسان Human Rights بوجه عام، ويقوم على ثلاث ركائز أساسية هي الاحترام، والكرامة، وحرية الاختيار.

ومن جهة أخرى تعد الصحة النفسية أحد ركائز علم النفس الإيجابي، والذي يهدف إلى تمكين الفرد من الإحساس بالسعادة والرضا عن الحياة، وتحديد وفهم العوامل التي تمكن الفرد من الإزدهار (محمد أبو حلاوة، 2014، ص. 14)؛ فهناك علاقة بين المناعة النفسية وصحة الفرد النفسية والجسمية، حيث تعمل المناعة النفسية على حماية الفرد من التعرض للاضطرابات النفسية والاجتماعية، والمناعة النفسية تتمثل في قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية، والإحباطات والتهديدات، والمخاطر والأزمات النفسية من خلال التحصين النفسي بالتفكير الإيجابي، وضبط الانفعالات وإدارتها، وحل

المشكلات، وتعزيز الكفاءة الذاتية ونموها، وتركيز الجهد نحو الهدف وتحدي الظروف وتغييرها والتوافق الناجح الفعّال مع البيئة (عصام زيدان، 2013، ص. 876).

وتتضمن المناعة النفسية قدرة الفرد على توظيف قدراته العقلية والبدنية ومهاراته الاجتماعية لتحقيق أهدافه، والتغلب على المصاعب التي تعترضه في حياته اليومية، وتحويل الفشل إلى نجاح، وفهم المشكلات والصعوبات، وإيجاد حلول إيجابية بها، والتعامل الجيد الفعّال مع الضغوط النفسية والاجتماعية (صباح مرشود، وطه عبد الحميد، 2019، ص. 375). بالإضافة إلى أهمية نظام المناعة النفسية في تعزيز المهارات الاجتماعية لدى التلاميذ بمختلف المراحل التعليمية، حيث يؤدي هذا النظام المناعي إلى ظهور سلوكيات واستجابات إيجابية عند مواجهة المواقف والأحداث الضاغطة، والتعامل مع الأحداث المؤلمة باعتبارها خبرات جديدة، وتعزيز التفاؤل والنظرة الإيجابية للحياة، وفهم النواتج السلوكية وتفسيرها (Oláh, et al., 2010, P. 104).

ومن هذا المنطلق يمكن بلورة مشكلة البحث الحالي في محاولة الإجابة عن الأسئلة الآتية:

1. ما العلاقة الارتباطية الدالة إحصائياً بين درجات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على مقياس المناعة النفسية ودرجاتهم على مقياس التحديد الذاتي؟
2. ما الفروق الدالة إحصائياً بين متوسطي درجات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على مقياس المناعة النفسية وأبعاده الفرعية تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث)؟
3. ما الفروق الدالة إحصائياً بين متوسطي درجات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على مقياس التحديد الذاتي وأبعاده الفرعية تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث)؟

أهداف البحث:

يتمثل الهدف الرئيس للبحث الحالي في محاولة الكشف عن طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والتحديد الذاتي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

أهمية البحث:

تتضح أهمية البحث الحالي من ناحيتين، النظرية وتتمثل في ندرة الدراسات - في حدود علم الباحثة - التي تناولت العلاقة بين المناعة النفسية والتحديد الذاتي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، وإلقاء الضوء علي بعض المتغيرات النفسية الإيجابية المتمثلة في المناعة النفسية، والتحديد الذاتي، ومحاولة التوصل إلى فهم أعمق لمفهوم المناعة النفسية والتحديد الذاتي، بالإضافة إلى تناول شريحة هامة من المجتمع وهي تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

أما من الناحية التطبيقية فقد يوجه هذا البحث توجهات بعض الباحثين إلى إعداد برامج تدخلية من شأنها أن نفيدي في مجال تنمية مهارات التحديد الذاتي، وتعزيز المناعة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي، وما قد يترتب على ذلك من دراسات للاهتمام بهؤلاء التلاميذ وتقديم البرامج التعليمية والارشادية التي تزيد من كفاءتهم وتحسن من أدائهم الاجتماعي والانفعالي والأكاديمي، وبالتالي النهوض بمرحلة من أهم المراحل التعليمية وهي مرحلة التعليم الأساسي.

حدود البحث:

وتتمثل حدود البحث الحالي في الآتي:

1. الحدود الموضوعية: تمثلت في المتغيرات التي يتناولها البحث: المناعة النفسية، والتحديد الذاتي، وتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، والنوع.
2. الحدود البشرية: تم تطبيق أدوات البحث الحالي على عينة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.
3. الحدود الزمنية: طُبّق البحث في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي 2021/2022م.
4. الحدود المكانية: طُبّق البحث في بعض المدارس الحكومية والخاصة والدولية، التابعة لإدارة الهرم التعليمية بمحافظة الجيزة.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً: المناعة النفسية: Psychological Immunity

تناول معجم علم النفس والطب النفسي مصطلح مبحث المناعة Immunology باعتباره أحد فروع الطب الذي يتخصص في دراسة المناعة والاستجابات المناعية، مثل الاستهداف للحساسية، والحساسية الزائدة (جابر عبد الحميد، وعلاء الدين كفاقي، 1991، ص. 1680).

وقد عرّف معجم مصطلحات الطب النفسي إلى مصطلح Immunity باعتباره مرادفاً للمناعة أو الحصانة النفسية، وأوضح أن للمناعة والعوامل النفسية والاجتماعية علاقة مباشرة بالصحة والمرض، وقد افترض G. Solomon في عام (1968) تأثير الانفعالات النفسية على جهاز المناعة، وبدأ مجال علم المناعة النفسية Psychoimmunology وأشارت الدراسات إلى التأثير السلبي للاضطرابات النفسية على جهاز المناعة، وإلى العلاقة بين بعض الاضطرابات العقلية مثل مرض الفصام والتغيرات التي تحدث في جهاز المناعة (لطفي الشرييني، وعادل صادق، د.ت، ص. 81).

هذا وقد أشار Kagan (2006، P. 95) إلى أن جهاز المناعة النفسية يعمل كمرشحات للرسائل الانفعالية التي يستقبلها الفرد أثناء أحداث حياته اليومية ويحدد كيف يتعامل معها، فعندما تظهر مشاعر الخوف أو القلق أو التوتر نتيجة التعرض لأحداث مهددة أو ضاغطة، هنا يؤدي جهاز المناعة النفسي وظيفته محاولاً مساعدة الفرد على إدراك واقعي للحقائق وغير مبالغ فيه، ويسمح له بتقييم ردود أفعاله تجاه تلك الأحداث، وعندما يتم إدراك الحدث وتقييم الاستجابات يصبح هذا محدداً للاستجابات القادمة في أحداث مشابهة، وهذا ما يسمى بالتعزيز الطبيعي لجهاز المناعة النفسية.

وظهر مفهوم المناعة النفسية في نهاية التسعينيات من القرن العشرين وبداية الألفية الجديدة، وقد تعددت المسميات التي أُطلقت على هذا المفهوم منها: نظام المناعة السلوكية، والمناعة العقلية، وكفاءة المناعة النفسية، والمناعة الانفعالية، والمناعة

الوجدانية، ونظام المناعة الانفعالية، وكان أول من أشار إلى مصطلح المناعة النفسية Gilbert. et al ولكن يعتبر Olah هو من كرّس جهوده وبحوثه لدراسة المناعة النفسية (عصام زيدان، 2013، ص. 817).

وقد عرّف (Bona 2014) المناعة النفسية على أنها تمثل مجموعة من العوامل الكامنة لإثراء الشخصية ككل، بحيث تساعد الفرد في الحصول على المعرفة والممارسة والتعقل في استخدام المصادر المتاحة خلال المواقف الضاغطة، مما يساعد الفرد على التعامل بفاعلية مع الضغوط والعوامل التي قد تهدد الشخصية.

كما عرّفها كل من (Bhardwaj & Agrawal 2015، P. 8) بأنها القدرة أو نظام الحماية العقلية الذي يوفر للفرد القوة الكافية لمكافحة ومقاومة الإجهاد والخوف وانعدام الأمن والإحساس بالدونية، ومحاربة الأفكار السلبية، وتحقيق التوازن العقلي من خلال الدفاعات القوية، مثل الثقة بالنفس، التوافق، والنضج الانفعالي.

وقد أوضح (Bredacs 2016، P. 120) أن المناعة النفسية عبارة عن نظام متكامل وقائي يعمل على حماية الذات ووقايتها؛ حيث أن مكوناته تجعل الأفراد قادرين على مواجهة مختلف الضغوط النفسية والاجتماعية.

كما عرّف كل من أحمد عبد الملك، وسعاد كامل (2017، ص. 336) المناعة النفسية بأنها نظام متعدد الأبعاد متكامل فيه مجموعة من السمات الشخصية التي تزود الفرد بإرادة قوية، وقدرة على التحكم الذاتي، والإصرار على تحقيق أهدافه، مما يمكنه من المواجهة الإيجابية لمشكلاته الحياتية، ومقاومة ما ينتج عنها من آثار ومشاعر وانفعالات سلبية في إطار من الثقة بالنفس والتوجه الديني.

وتعرف الباحثة المناعة النفسية في إطار البحث الحالي بأنها نظام نفسي وقائي يمكن التلميذ من تقوية وتعزيز الذات لمواجهة الأزمات والمشكلات والضغوط التي يواجهها، وما ينتج عنها من أفكار ومشاعر سلبية، واستبدالها بالتفكير الإيجابي والمقاومة والتفاؤل وزيادة الدافعية وإدارة الانفعالات والإتزان النفسي.

أنواع المناعة النفسية:

تتعدد تصنيفات المناعة النفسية وأبعادها، فقد أشارت بعض الدراسات إلى أنه يمكن تصنيف أبعاد المناعة النفسية وفقاً لثلاث مجموعات هي كالآتي:

المجموعة الأولى: وتشتمل على التفكير الإيجابي، والشعور بالتحكم، والاتساق، ونمو الذات.

المجموعة الثانية: تشتمل على توجه التحدي، والمراقبة الاجتماعية، ومفهوم الذات الابتكارية والتطبيع الاجتماعي، والقدرة على حل المشكلات، والفعالية الذاتية، والقدرة على توجيه الأهداف.

المجموعة الثالثة: وتتضمن هذه المجموعة القدرة على ضبط الاندفاع، والالتزام، والتحكم العاطفي، والتروي وعدم الاندفاع والتسرع (Dubey & Shahi، 2011).

كما تُصنف المناعة النفسية أيضاً إلى ثلاثة أنواع هي كالآتي:

1. مناعة نفسية طبيعية: وهي مناعة ضد القلق والتوتر والتأزم، وهي موجودة لدى الفرد في طبيعة تكوينه النفسي الذي ينمو نتيجة التفاعل بين العوامل الوراثية والبيئية، فالفرد صاحب التكوين النفسي الصحي يتمتع بمناعة نفسية طبيعية عالية ضد الأزمات والكروب والقدرة على تحمل الضغوط، ومواجهة الصعاب وضبط النفس.

2. مناعة نفسية مكتسبة طبيعياً: وهي أيضاً مناعة ضد التأزم والقلق، يكتسبها الفرد من مواقف التعلم والخبرات، والمهارات والمعارف التي يتعلمها في مواجهة الأزمات والضغوط والصعوبات المختلفة.

3. مناعة نفسية مكتسبة صناعياً: وهي تشبه المناعة الجسمية التي يكتسبها الفرد في حقن الجسم عمداً بالجرثومة المسببة للمرض، وذلك للحد من خطورتها، وتبقى مناعتها مدة طويلة، وتسمى مناعة مكتسبة فاعلة (جبار وادي، 2017، ص. 430).

يتضح مما سبق أن المناعة النفسية سواء أكانت طبيعية أو مكتسبة طبيعياً أو صناعياً، فهي جهاز واقٍ وخط دفاع أول يحمي الفرد من الوقوع فريسة للإحباط واليأس، وتساعده

على مجابهة الضغوط المختلفة، والقلق والتوتر والأزمات، ومواجهة المواقف الصعبة، وتثبت فاعليتها في زيادة خبرة الفرد لمواجهة المواقف الجديدة بناءً على ما واجهه من مواقف وخبرات سابقة.

ثانيًا: التحديد الذاتي: Self – Determination

عرّف قاموس التربية وعلم النفس التربوي التحديد الذاتي بأنه مصطلح يشير إلى عدم حاجة الفرد إلى الاعتماد على الآخرين سواء للمعونة أو العناية أو التوجيه من قبلهم (فريد جبرائيل، 1960، ص. 199).

كما عرّف التحديد الذاتي في قاموس التراث الأمريكي للغة الإنجليزية -The Ameri- (1992، can Heritage Dictionary of the English Language) باعتباره يتضمن جانبيين أساسيين هما:

1. تقرير الفرد لمصيره أو مسار تصرفاته دون جبر.
2. حرية الأفراد في منطقة ما في تحديد وضعهم السياسي الخاص بهم، أي الاستقلال .Independence

وعرّف عبد العزيز القوصي (1989، ص. 337) التحديد الذاتي بأنه كون الشخص يعتمد على نفسه في الفكر والعمل وما يتصل بالمجتمع، ويشعر بمسؤولية نحوه وبحقوقه عليه، وينسجم مع المجتمع، والشعور بالثقة بالنفس وتقديره لذاته حق قدرها.

بينما عرّف حامد زهران (1990، ص. 297) التحديد الذاتي بأنه مصطلح يشير إلى الاعتماد على النفس والثقة بها في المواقف المختلفة والقدرة على اتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية والإحساس بحق الاختيار.

كما تناولت إلهام عبد الحميد (1992، ص. 216) التحديد الذاتي باعتباره يشير إلى مدي ثقة الإنسان في قراراته الخاصة للحد الذي يحول دون الإنزلاق مرة تلو الأخرى في أسر التبعية للآخرين حتي ولو كانوا يتفوقون عليه بالخبرة أو العمر، ويرتبط التحديد الذاتي بذاتية الفرد وقدرته على إتخاذ القرار.

وقد وصف كل من (Wehmeyer & Field 2007، P.3) مهارات التحديد الذاتي باعتبارها العامل السببي الرئيسي في حياة الفرد، والذي يجعل الخيارات والقرارات المتعلقة بنوعية حياته خالية من أي تدخل أو تأثير خارجي غير مبرر.

كما عرف كل من (Chen & Jang 2010، P. 742) مهارات التحديد الذاتي باعتبارها جودة حياة الفرد والتي تنطوي علي تجربة الاختيار أي قدرة الفرد علي الاختيار، وأن تكون تلك الخيارات محدّدت لأفعاله وتصرفاته.

يتضح من العرض السابق لتعريفات التحديد الذاتي، أن هناك مجموعة من النقاط المشتركة حول ماهية التحديد الذاتي وأهميته للفرد، يمكن إجمالها فيما يأتي:

1. التحديد الذاتي حق أساسي وأصيل من حقوق الإنسان.
2. يتضمن التحديد الذاتي قدرة الفرد علي تحمل المسؤولية، واعتماده علي ذاته وتحديد أهدافه.
3. تعد الاستقلالية عنصر هام من عناصر التحديد الذاتي.
4. يشير التحديد الذاتي إلي قدرة الفرد علي وعيه بذاته، وتحقيقها.
5. يهدف التحديد الذاتي إلي التحرر من التدخل والتأثير الخارجي المفرط في حياة الفرد.

وتعرف الباحثة التحديد الذاتي في إطار البحث الحالي بأنه يشير إلي مجموعة من المهارات الضرورية لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي من أجل ممارسة نوع من الضبط في حياتهم، والتقليل من التدخل المفرط في شؤونهم الحياتية والأكاديمية، وتحدد هذه المهارات بأربعة أبعاد رئيسة هي (الاستقلالية - تنظيم الذات الأكاديمي - التمكين النفسي - تحقيق الذات).

أبعاد التحديد الذاتي ومكوناته:

قدم كل من (Malian & Nevin 2002) وصفاً شاملاً لمهارات التحديد الذاتي من حيث مكوناتها وأبعادها كالآتي:

1. يمكن النظر إلي مهارات التحديد الذاتي باعتبارها ظاهرة نمائية Developmental Phenomenon.

2. يمكن النظر إلي التحديد الذاتي باعتباره ظاهرة بيئية ناتجة عن تفاعل الفرد مع بيئته، ومن خلال تشكيل البيئة لاستجابات جديدة لديه، وبالتالي يمكن تدريب الطفل علي مهارات التحديد الذاتي، ونمذجتها وتعميمها علي المواقف التعليمية والحياتية المختلفة.

3. يعد التحديد الذاتي مهارة مرغوبة وكفاءة ثمينة، فالتلاميذ ذوي السلوك المحدد ذاتيًا يظهرون نجاحًا شخصيًا واجتماعيًا مع تقدمهم في العمر، وعند تركهم للمدرسة.

4. التحديد الذاتي ظاهرة نفسية تتسم بالاستقلالية والاعتماد علي الذات وتنظيم الذات، فهي ليست خاصية ثابتة، ولكنها متغيرة تمكّن التلميذ من التوافق مع البيئات والمواقف المتنوعة، وبالتالي يجب أن تصبح جزءًا أساسيًا من المناهج الدراسية، وأن تبدأ مبكرًا في المدرسة الابتدائية وتستمر في باقي مناهج التعليم اللاحقة.

وفي هذا السياق قام كل من (Wehmeyer، et al.، 2013) ببلورة مفهوم التحديد الذاتي في أربعة خصائص أساسية هي:

1. الاستقلالية السلوكية: والتي تتضمن تصرف الفرد بناءً علي تفضيلاته واهتماماته الخاصة، بحيث تكون خالية من التدخل الخارجي المفرط من حيث أنشطة العناية الذاتية والتفاعل مع البيئة وأنشطة الترويح والأنشطة التعليمية والمهنية.

2. السلوك المنظم ذاتيًا: والذي يتضمن قدرة الفرد علي تنظيم الذات والإدارة والمراقبة المستقلة لسلوكه الخاص.

3. التمكين النفسي: ويشمل ثلاثة جوانب للضبط المدرك هي: مركز التحكم، الكفاءة الشخصية، والدافعية.

4. تحقيق الذات: ويقصد به تصرف الفرد بناءً علي معرفته بذاته ونقاط قوته وجوانب القصور لديه.

دراسات سابقة:

أولاً: دراسات تناولت المناعة النفسية:

أجري كل من (Albert – Lorinez، Kadar، Krizbai، & Marton 2012) دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين وظيفة نظام المناعة النفسية والصحة الوجدانية لدى عينة من المراهقين، وقد تألفت عينة الدراسة من (599) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، واستخدمت الدراسة مقياس نظام المناعة النفسية (Olah، 2005)، واستبيان الصحة الوجدانية لدى المراهقين، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين وظيفة نظام المناعة النفسية والصحة الوجدانية لدى عينة الدراسة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المناعة النفسية لدى عينة الدراسة تُعزى إلى متغير النوع (ذكور، إناث).

وقد هدفت دراسة أمل محمد (2018) إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي ديني في تنشيط المناعة النفسية والتعرف على أثره في تعزيز الأمن الفكري لدى طلاب المرحلة الثانوية، وقد تألفت عينة الدراسة من (14) طالباً وطالبة من طلاب الصف الأول الثانوي، تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (15 - 16) سنة، واستخدمت الدراسة اختبار "كاتل" للذكاء إعداد (فؤاد أبو حطب، آمال صادق، ومصطفى عبد العزيز، 2005)، ومقياس المناعة النفسية لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية (إعداد: الباحثة)، وقد أشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج المقترح في تنشيط المناعة النفسية وعدم وجود أثر لتنشيطها على الأمن الفكري.

وفي السياق نفسه أجرت إيناس السيد (2019) دراسة هدفت إلى اختبار فاعلية برنامج قائم على بعض الأنشطة المتكاملة لتحسين المناعة النفسية لدى أطفال ما قبل المدرسة أبناء الوالدين المنفصلين بالطلاق، وقد تألفت عينة الدراسة من (30) طفلاً وطفلة بالمستوى الأول والثاني بمرحلة الطفولة المبكرة ممن حققوا أعلى درجات في مستوى نقص المناعة النفسية للمقياس المعد لذلك، واستخدمت الدراسة مقياساً مصوراً لقياس مستوى المناعة النفسية لأطفال ما قبل المدرسة (إعداد الباحثة)، وأسفرت نتائج

الدراسة فاعلية البرنامج المقترح في تحسين المناعة النفسية لدى عينة الدراسة من أطفال ما قبل المدرسة، وكشفت النتائج أيضًا عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس مستوى المناعة النفسية تُعزى إلى نوع الطفل (ذكر، أنثى).

بينما هدفت دراسة (Khoja، 2019) إلى التعرف على دور المناعة النفسية كمتغير وسيط في العلاقة بين المناخ الأسري والرفاهية النفسية لدى تلاميذ المرحلتين الإعدادية والثانوية، وقد تألفت عينة الدراسة من (302) تلميذًا وتلميذة من تلاميذ المرحلتين الإعدادية والثانوية بمحافظة جدة بالمملكة العربية السعودية، واستخدمت الدراسة مقياس المناعة النفسية (Suwaid، 2016)، ومقياس الرفاهية النفسية (Carol Ryff، 2007)، ومقياس المناخ الأسري (Khalil، 2000)، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين المناعة النفسية والمناخ الأسري، كما أشارت النتائج إلى وجود مسارات ذات دلالة إحصائية للمناعة النفسية كمتغير وسيط في العلاقة بين المناخ الأسري والرفاهية النفسية.

أما دراسة كل من أماني محمود وآخرون (2021) فقد هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقات الارتباطية بين كل من المناعة النفسية والصمت الاختياري لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتألفت عينة الدراسة من (84) تلميذًا وتلميذة من تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي، بواقع (42) من ذوي الصمت الاختياري، و(42) من العاديين، واستخدمت الدراسة مقياس المناعة النفسية (Olah، et al.، 2012)، ومقياس الصمت الاختياري (إعداد: الباحثين)، وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين المناعة النفسية والصمت الاختياري لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات المناعة النفسية على مستوى الدرجة الكلية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي تُعزى إلى النوع (ذكور، إناث).

كما أجرى كل من سيد محمدي، ورانيا محمد (2022) دراسة هدفت إلى التعرف على الدور الوسيط لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في تأثير أنظمة المناعة

النفسية على التوافق النفسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي، وقد تألفت عينة الدراسة من (234) تلميذاً، و(371) تلميذة من تلاميذ الصف الرابع الابتدائي، ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثان بإعداد ثلاث أدوات للتعرف على متغيرات الدراسة الثلاثة، وتوصلت النتائج إلى أن تلاميذ الصف الرابع الابتدائي يمتلكون جهاز مناعة نفسية متوسط الكفاءة، كما أشارت النتائج إلى أن استراتيجيات المواجهة تمثل دوراً وسيطاً في تأثير أنظمة المناعة النفسية على التوافق النفسي.

ثانياً: دراسات تناولت التحديد الذاتي:

أجرى كل من ياسمين عبد الغني، حسين طاحون، ووفاء عبد الجليل (2012) دراسة هدفت إلى التحقق من النموذج الوظيفي للتحديد الذاتي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي في البيئة المصرية، وتألفت عينة الدراسة من (366) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الصف الأول الإعدادي بمدرستي الزيتون الحديثة الإعدادية بنات، والجامعة الإسلامية الإعدادية بنين بإدارة الزيتون التعليمية، واستخدمت الدراسة مقياس التحديد الذاتي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي، وقد أشارت النتائج إلى وجود تأثير دال وموجب عند مستوى (0.01) لكل من القدرة والفرص المتاحة على كل من الاستقلالية، وتنظيم الذات الأكاديمي، والتمكين النفسي، وتحقيق الذات.

وقد اتجهت بعض الدراسات إلى فحص العلاقة بين التحديد الذاتي وبعض المتغيرات النفسية الأخرى لدى التلاميذ العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة، فقد أجرى محمد إسماعيل (2017) دراسة هدفت إلى بحث العلاقات السببية بين المهارات الاجتماعية كمتغير مستقل، والتحديد الذاتي كمتغير وسيط، وجودة الحياة كمتغير تابع لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ذوي صعوبات التعلم، وقد تألفت عينة الدراسة من (178) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ذوي صعوبات التعلم، بواقع (69) ذكور، و(109) إناث، واستخدمت الدراسة مقياس المهارات الاجتماعية، ومقياس التحديد الذاتي، ومقياس جودة الحياة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود مطابقة جيدة للنموذج المقترح للعلاقات بين المهارات الاجتماعية

والتحديد الذاتي وجودة الحياة لدى عينة الدراسة، ووجود تأثيرات موجبة دالة إحصائيًا للمهارات الاجتماعية في التحديد الذاتي، وعدم اختلاف بنية النموذج المقترح باختلاف النوع (ذكور - إناث).

كما أجرى كل من Fernandez - Rio، Cecchini، Méndez - Gimenez، (2017) دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين التنظيم الذاتي وكل من التعلم التعاوني وفعالية الذات الأكاديمية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وقد تألفت عينة الدراسة من (2513) طالبًا وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، بواقع (1308) ذكور، و(1205) إناث، تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (12 - 17) سنة، ومسجلين بـ(17) مدرسة تابعة للشبكة الوطنية لمدارس التعليم الثانوي في إسبانيا، واستخدمت الدراسة استبيان فاعلية الذات الأكاديمية (Torre، 2006)، ومقياس التنظيم الذاتي، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التنظيم الذاتي كأحد أبعاد التحديد الذاتي وكل من التعلم التعاوني والفعالية الأكاديمية الذاتية، وأوضحت النتائج عدم وجود فروق في درجات الطلاب المشاركين على مقياس التنظيم الذاتي وفقًا لمتغير النوع (ذكور، وإناث).

وقد أجرت أسماء محمد (2019) دراسة هدفت إلى التعرف على علاقة دافعية الطلاب في ضوء نظرية التحديد الذاتي والمناخ المدرسي الحازم بتوافقهم الدراسي، وبحث الفروق في التوافق الدراسي التي ترجع إلى النوع، والصف الدراسي، ومحل الإقامة، وقد تألفت عينة الدراسة من (1152) طالبًا وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة المنيا، واستخدمت الدراسة مقياس الدافعية في ضوء نظرية التحديد الذاتي، ومقياس المناخ المدرسي الحازم، ومقياس التوافق الدراسي (إعداد: الباحثة)، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة موجبة بين التوافق الدراسي والدافعية في ضوء التحديد الذاتي، كما أشارت إلى إمكانية التنبؤ بالتوافق الدراسي لدى الطلاب من خلال المناخ المدرسي الحازم حيث فسر المناخ المدرسي الحازم (16%) من التباين في درجات الطلاب على مقياس التوافق الدراسي.

كما أجرى كل من مديحة عبد الكريم، فؤاد حامد، وكريم منصور (2021) دراسة تدخلية هدفت إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي تكاملي لتنمية مهارات تنظيم الذات الأكاديمي - كأحد أبعاد التحديد الذاتي - لدى تلميذات المرحلة الإعدادية المضطربات سلوكياً، وقد تألفت عينة الدراسة من (24) تلميذة من ذوات الاضطرابات السلوكية، تم تقسيمهن إلى مجموعتين قوام كل منهما (12) تلميذة، بمتوسط عمر زمني (13.14) سنة، واستخدمت الدراسة مقياس تنظيم الذات الأكاديمي، والبرنامج الإرشادي (إعداد: الباحثين)، وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي التكاملي في تنمية مهارات تنظيم الذات الأكاديمي لدى تلميذات المرحلة الإعدادية المضطربات سلوكياً.

فروض البحث:

وفي ضوء الإطار النظري والدراسات والبحوث السابقة التي تم الاطلاع عليها، تم تحديد الفروض التي يسعى البحث الحالي إلى التحقق منها كالآتي:

1. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على مقياس المناعة النفسية ودرجاتهم على مقياس التحديد الذاتي (على مستوى الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية).
2. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على مقياس المناعة النفسية وأبعاده الفرعية تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث).
3. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على مقياس التحديد الذاتي وأبعاده الفرعية تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث).

إجراءات البحث:

تمثلت إجراءات البحث الحالي في العناصر الآتية:

أ . منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي والذي يهدف إلى وصف وضع قائم أو حالة راهنة وصفاً كمياً من خلال تحديد العلاقة بين المتغيرين

ويسعى نحو جمع بيانات حول الحالة الراهنة، وذلك بهدف ما إذا كانت هناك علاقة بين متغيرين وتحديد مقدار هذه العلاقة (على ماهر خطاب، 2007، ص. 213). كما تم استخدام المنهج الوصفي (السببي المقارن)، والذي يهدف إلى استنتاج الأسباب الكامنة وراء حدوث ظاهرة معينة ليس من خلال التجريب، وإنما من خلال معطيات سابقة، وقد استخدمت الباحثة هذا المنهج للكشف عن طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والتحديد الذاتي، وكذلك تعرّف الفروق التي تُعزى للنوع (ذكور، إناث).

ب . عينة البحث:

انقسمت عينة البحث الحالي إلى جانبين هما:

1. عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث: وتكونت تلك العينة من (215) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ المرحلة الإعدادية، والذين تم اختيارهم من مدارس التعليم الأساسي الحكومية والخاصة والدولية التابعة لإدارة الهرم التعليمية بمحافظة الجيزة، وقد تراوحت أعمارهم الزمنية بين (12 - 15) سنة، بمتوسط عمري (13.85) سنة وانحراف معياري (0.812) سنة، وبواقع (106 ذكور، 109 إناث).

جدول (1)

المؤشرات الإحصائية للعينة السيكومترية من حيث النوع والصف الدراسي.

المتغير	التوزيع	ن	متوسط العمر الزمني	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
النوع	ذكور	106	14.10	0.689	49.3%
	إناث	109	13.61	0.850	50.7%
الصف الدراسي	الأول الإعدادي	37	12.86	0.347	17.21%
	الثاني الإعدادي	119	13.65	0.48	55.35%
	الثالث الإعدادي	59	14.88	0.326	27.44%
العينة ككل		215	13.85	0.812	100%

2. العينة الأساسية: وتكونت تلك العينة من (260) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية بالتعليم الأساسي، تم اختيارهم من بعض المدارس الحكومية والخاصة والدولية

التابعة لإدارة الهرم التعليمية، وممن تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (12 - 15) سنة، ومتوسط عمري (13.74) وانحراف معياري (0.824)، وبواقع (115) من الذكور و(145) من الإناث، وفيما يلي جدول يوضح المؤشرات الإحصائية للعينة الأساسية.

جدول (2)

المؤشرات الإحصائية للعينة الأساسية من حيث النوع والصف الدراسي.

المتغير	التوزيع	ن	متوسط العمر الزمني	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
النوع	ذكور	115	14.03	0.719	44.23%
	إناث	145	13.52	0.834	55.77%
الصف الدراسي	الأول الإعدادي	55	12.8	0.404	21.15%
	الثاني الإعدادي	131	13.6	0.493	50.38%
	الثالث الإعدادي	74	14.7	0.46	28.46%
العينة ككل		260	13.74	0.824	100%

3. أدوات البحث:

أولاً: مقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي إعداد/ الباحثة وصف المقياس: -

هدف هذا المقياس إلى قياس المناعة النفسية لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، وتم إعداد المقياس في صورته المبدئية من مفردات تقيس مظاهر المناعة النفسية لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، بحيث تألف من (50) مفردة موزعة على خمسة أبعاد رئيسة هي كالاتي (التفكير الإيجابي، ضبط الذات، فاعلية الذات، الصلابة النفسية، التفاؤل والثقة بالنفس)

التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية (إعداد الباحثة):

أولاً: صدق المقياس

قامت الباحثة بإعادة التحقق من صدق مقياس الكفاءة المهنية، وفيما يلي توضيح للنتائج التي تم الحصول عليها:

صدق المقارنة الطرفية:

أخذت الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية محكاً للحكم على صدق أبعاده، كما أخذ أعلى وأدنى 25% من الدرجات لتمثل مجموعة أعلى 25% التلاميذ المرتفعين، وتمثل مجموعة أدنى 25% من درجات التلاميذ المنخفضين، وباستخدام اختبار «ت - Test» للتحقق من دلالة الفروق بين عينتين مستقلتين، ويوضح الجدول (3) النتائج حيث جاءت على النحو التالي:

جدول (3)

نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس المناعة النفسية إعداد/ الباحثة.

المقياس وأبعاده الفرعية	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية df.	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التفكير الإيجابي	أعلى الأداء	54	25.35	2.607	106	12.037	دالة عند 0.001
	أدنى الأداء	54	18.15	3.542			
ضبط الذات	أعلى الأداء	54	25.67	2.223	106	13.39	دالة عند 0.001
	أدنى الأداء	54	18.89	2.982			
فاعلية الذات	أعلى الأداء	54	25.56	2.336	106	12.499	دالة عند 0.001
	أدنى الأداء	54	18.48	3.441			
الصلابة النفسية	أعلى الأداء	54	25.74	2.182	106	15.426	دالة عند 0.001
	أدنى الأداء	54	17.80	3.092			
الشفافون والثقة بالنفس	أعلى الأداء	54	24.83	3.446	106	9.853	دالة عند 0.001
	أدنى الأداء	54	17.96	3.792			
الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية	أعلى الأداء	54	127.15	6.344	106	19.08	دالة عند 0.001
	أدنى الأداء	54	91.28	12.273			

قيمة «ت» الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.980$ قيمة «ت» الجدولية عند مستوى

دلالة $0.01 = 2.617$

يتبين من الجدول السابق وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى 0.001 بين متوسطي درجات التلاميذ مرتفعي ومنخفضي الأداء على الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية

لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسيوأبعاده الفرعية (التفكير الإيجابي، ضبط الذات، التمكين النفسي، الصلابة النفسية، التفاؤل والثقة بالنفس) في اتجاه التلاميذ مرتفعي الأداء؛ ما يدل على القدرة التمييزية العالية للمقياس.

الصدق العاملي Factor Validity:

هو أسلوب إحصائي يهدف إلى تحديد الحد الأدنى من العوامل، أو التكوينات الفرضية، التي تُفسر الارتباطات البينية بين مجموعة من الاختبارات، أو مجموعة من الفقرات، أو المتغيرات للاختبار الذي يتم دراسة صدق التكوين الفرضي له، فهو يساعد في تحديد المكونات الأساسية والعوامل المشتركة التي تحدد درجة الفرد على الاختبار، وتحدد درجة تشبع مفرداته بكل عامل من هذه العوامل، وهذه التشبعات تمثل معاملات الارتباط بين مفردات الاختبار والعوامل، ويطلق عليها معاملات الصدق العاملي. فالصدق العاملي ما هو إلا الارتباط بين الاختبار والعامل المشترك، الذي تشبع به مجموعة الاختبارات (علي ماهر خطاب، 2007، 137: 138).

وقد اتبعت الباحثة الخطوات التالية لإجراء التحليل العاملي:

أ . تبويب البيانات ورصدها.

ب . حساب معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للمقياس:

قامت الباحثة بالتحقق من تماسك المقياس (من خلال حساب الارتباط بين المفردات والمقياس ككل) قبل إجراء التحليل العاملي؛ للتأكد من ارتباط جميع المفردات بالمقياس ككل، وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

جدول (4)

معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية إعداد/ الباحثة.

المفردة	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	المفردة	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	المفردة	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	المفردة	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
1	**0.281	14	**0.356	27	**0.403	40	**0.583
2	**0.440	15	**0.455	28	**0.449	41	**0.351

0.058	42	**0.377	29	**0.322	16	**0.236	3
**0.619	43	**0.503	30	**0.480	17	**0.586	4
**0.309	44	**0.585	31	**0.284	18	**0.392	5
**0.515	45	**0.413	32	**0.513	19	**0.274	6
**0.376	46	**0.521	33	**0.485	20	**0.464	7
**0.363	47	**0.434	34	**0.511	21	**0.469	8
**0.491	48	**0.458	35	**0.474	22	**0.439	9
**0.365	49	**0.403	36	**0.313	23	**0.268	10
**0.430	50	**0.365	37	**0.447	24	**0.272	11
		**0.539	38	**0.309	25	**0.258	12
		**0.279	39	**0.437	26	**0.363	13

(*) . دال عند مستوى 0.05 (**) . دال عند مستوى 0.01

يتضح من خلال الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (**0.236 - **0.586)، وجميع هذه القيم دالة إحصائيًا عند مستوى 0.01، عدا المفردة رقم (42) فقد تم حذفها لعدم ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس، وبهذا يصبح طول المقياس (49) مفردة تم إجراء التحليل العاملي عليها.

ج . إجراء التحليل العاملي الاستكشافي:

أجرت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية Principle Component، والتي وضعها " هويتلنج Hottelling " حيث إنها تؤدي إلى تشبعات دقيقة، وقد تم إجراء التحليل العاملي باستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS. V.26 على عينة قوامها (215) تلميذًا وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، وتم التحقق من مدى كفاية العينة لإجراء التحليل العاملي للمقياس من خلال اختبار كفاية العينة (KMO Kaiser – Meyer – Olkin)، حيث بلغت قيمته (0.795) وهي قيمة أكبر من (0.60) مما يدل على كفاية العينة وملاءمتها، كما تم استخدام محك كايزر في تقدير العامل المستخلص كمؤشر للتوقف أو الاستمرار في استخلاص العوامل التي تمثل البناء الأساسي، حيث تم الإبقاء على العوامل التي تزيد جذورها الكامنة على

الواحد الصحيح والتي تتضمن ثلاثة تشبعات دالة إحصائياً على الأقل، ويرى (كاتل) أن هذا المحك يتميز بالثبات والاستقرار في حالة المصفوفات التي يزداد جذورها الكامنة على الواحد الصحيح.

كما أستخدم محك جيلفورد الذي يعتبر محك التشبع الجوهرى للعبارة على العامل الذي يعتبر دالاً إحصائياً وهو (+0.3، - 0.3) أو أكثر، وقد تم استخدام طريقة التدوير المائل Promax Rotation لهندريكسون ووايت Hendrickson ففيه تدار المتغيرات دون احتفاظ بالتعامد وتترك لتتخذ الميل الملائم لها، وتكون العوامل المائلة بينها ارتباط ومتداخلة؛ للوصول إلى صورة مقبولة للمقياس يمكن تفسير العوامل وفقاً لها (فؤاد أبو حطب، وآمال صادق، 210، 603 - 622)؛ وبناءً على ذلك تم استبعاد مفردة واحدة يقل تشبعها عن (0.3) وتأخذ رقم (17)، ومن ثم أصبح طول المقياس يتكون من (48) مفردة، وأسفر التحليل العاملي عن تشبع مفرداته على أربعة عوامل جوهرية، وبلغت نسبة التباين العاملي الكلي 33.732٪، والجدول الآتي يوضح العوامل المستخرجة، وجذورها الكامنة، ونسبة التباين لكل عامل، والنسبة التراكمية للتباين.

جدول (5)

العوامل المستخرجة، وجذورها الكامنة، ونسبة التباين لكل عامل، والنسبة التراكمية للتباين لمقياس المناعة النفسية إعداد/ الباحثة.

العوامل	الجذر الكامن	نسبة التباين	نسبة التباين التراكمية
العامل الأول	8.943	18.252%	18.252%
العامل الثاني	2.862	5.841%	24.093%
العامل الثالث	2.502	5.107%	29.200%
العامل الرابع	2.221	4.533%	33.732%
اختبار كايزر - ماير - أوليكن = 0.795			
اختبار بارتليت = 3390.209 دال عند مستوى ثقة 0.001			

ثانياً: تجانس المفردات (الاتساق الداخلي)

أ. حساب معاملات الارتباط بين المفردات ودرجة البعد، والدرجة الكلية للمقياس:

تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين المفردات ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، والدرجة الكلية للمقياس، وذلك على عينة قوامها (215) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي؛ للتعرف على مدى تجانس مفردات المقياس، والجدول (6) يوضح قيم معاملات الارتباط بين المفردات ودرجة البعد، والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (6)

قيم معاملات الارتباط بين المفردات ودرجة البعد، والدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية

البعد	المفردة	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	المفردة	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
البعد الأول (فاعلية الذات)	2	***0.534	***0.445	28	***0.473	***0.453
	7	***0.503	***0.468	29	***0.409	***0.376
	13	***0.414	***0.363	30	***0.529	***0.505
	16	***0.411	***0.325	31	***0.601	***0.592
	19	***0.532	***0.515	33	***0.593	***0.528
	20	***0.530	***0.488	34	***0.463	***0.430
	21	***0.555	***0.508	35	***0.535	***0.456
	23	***0.411	***0.313	36	***0.504	***0.414
	24	***0.536	***0.457	37	***0.476	***0.365
	25	***0.432	***0.306	38	***0.653	***0.533
البعد الثاني (الثقة بالنفس)	26	***0.488	***0.437			
	22	***0.494	***0.477	46	***0.602	***0.379
	41	***0.633	***0.356	47	***0.638	***0.359
	43	***0.720	***0.612	48	***0.618	***0.484
	44	***0.550	***0.306	49	***0.574	***0.360
	45	***0.634	***0.508	50	***0.556	***0.430
البعد الثالث (التفكير الإيجابي)	1	***0.526	***0.286	8	***0.545	***0.478
	3	***0.462	***0.236	9	***0.655	***0.443
	4	***0.598	***0.585	27	***0.541	***0.401
	5	***0.581	***0.394	32	***0.524	***0.421
	6	***0.567	***0.272			

البعد	المفردة	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	المفردة	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
البعد الرابع (ضبط الذات)	10	***0.483	***0.270	15	***0.575	***0.451
	11	***0.514	***0.274	18	***0.591	***0.287
	12	***0.582	***0.260	39	***0.599	***0.271
	14	***0.661	***0.361	40	***0.544	***0.585

(*) . دال عند مستوى 0.05 (***) . دال عند مستوى 0.01

ويتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين المفردات وكل من الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس بعد إجراء التحليل العاملي دالة إحصائياً عند مستوى 0.01، مما يؤكد على الاتساق الداخلي لمفردات المقياس وتجانسها، وبهذا يظل عدد مفردات المقياس (48) مفردة بعد إجراء الاتساق الداخلي عليه.

حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية وبعضها، والدرجة الكلية للمقياس:

تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الأبعاد الفرعية وبعضها، والدرجة الكلية للمقياس، وذلك على عينة قوامها (215) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، والجدول (7) يوضح معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية وبعضها، والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (7)

معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية

المقياس وأبعاده الفرعية	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	الدرجة الكلية للمقياس
البعد الأول	1	***0.446	***0.447	***0.412	***0.875
البعد الثاني	***0.446	1	***0.404	***0.244	***0.707
البعد الثالث	***0.447	***0.404	1	***0.329	***0.697
البعد الرابع	***0.412	***0.244	***0.329	1	***0.605
الدرجة الكلية للمقياس	***0.875	***0.707	***0.697	***0.605	1

(*) . دال عند مستوى 0.05 (**). دال عند مستوى 0.01

يتضح من الجدول السابق تمتع الأبعاد الفرعية بمعاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي إعداد/ الباحثة، وهي معاملات ارتباط جيدة، وهذا يدل على تجانس المقياس من حيث الأبعاد الفرعية.

ثالثاً: ثبات المقياس

قامت الباحثة بالتحقق من ثبات المقياس باستخدام الطرائق التالية: التجزئة النصفية (باستخدام معادلتين جوتمان، وتصحيح الطول لسيرمان براون) ومعامل ألفا - كرونباخ على عينة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، وجاءت النتائج على النحو التالي:

أ . طريقة ألفا - كرونباخ Cronbach Alpha

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (215) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ثم تم حساب قيم معاملات ثبات الاختبار باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (8)

معاملات ثبات مقياس المناعة النفسية إعداد/ الباحثة (معامل ألفا - كرونباخ).

المقياس وأبعاده الفرعية	عدد المفردات	معامل ألفا - كرونباخ
البعد الأول (فاعلية الذات)	21	0.853
البعد الثاني (الثقة بالنفس)	10	0.804
البعد الثالث (التفكير الإيجابي)	9	0.718
البعد الرابع (ضبط الذات)	8	0.702
الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية	48	0.895

ويتضح من خلال الجدول السابق أن معاملات ثبات ألفا كرونباخ مرتفعة مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار.

ب . طريقة التجزئة النصفية Half - Split

تم حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية) بين نصفي الاختبار لكل بعد من الأبعاد الفرعية والمقياس ككل، باستخدام معادلتَي جوتمان، وتصحيح الطول لسبيرمان - براون على عينة قوامها (215) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

جدول (9)

معاملات ثبات مقياس المناعة النفسية (طريقة التجزئة النصفية).

معامل جوتمان	معامل التجزئة "سبيرمان - براون"		عدد المفردات	المقياس وأبعاده الفرعية
	بعد التصحيح	قبل التصحيح		
0.849	0.853	0.743	21	البعد الأول (فاعلية الذات)
0.806	0.806	0.675	10	البعد الثاني (الثقة بالنفس)
0.661	0.675	0.508	9	البعد الثالث (التفكير الإيجابي)
0.667	0.667	0.667	8	البعد الرابع (ضبط الذات)
0.903	0.903	0.903	48	الدرجة الكلية للمقياس

ويتضح من خلال الجدول السابق أن معاملات ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتَي سبيرمان - براون وجوتمان مقبولة، مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار.

المقياس في صورته النهائية وطريقة تصحيحه:

تألف المقياس في صورته النهائية من (48) مفردة، وفي تعليمات المقياس يُطلب من المفحوص أن يختار إجابة واحدة من ثلاثة بدائل علي مقياس متدرج، وتتراوح الإجابة علي المقياس في ثلاث مستويات (دائماً - أحياناً - أبداً) والدرجة (3 - 2 - 1) وعليه تصبح الدرجة القصوى للمقياس ($48 \times 3 = 144$) درجة، وتمثل أعلى درجة للمقياس، والدرجة الدنيا للمقياس ($48 \times 1 = 48$) درجة وتمثل أدنى درجة للمقياس.

ثانيًا: مقياس التحديد الذاتي لدى تلاميذ التعليم الأساسي إعداد/ ياسمين عبد الغني وآخرون (2011):

وصف المقياس: هذا المقياس إلى قياس التحديد الذاتي لتلاميذ مرحلة التعليم الأساسي، ويتكون المقياس من (45) مفردة موزعة على أربعة أبعاد رئيسة هي: تنظيم الذات الأكاديمي، الاستقلالية، التمكين النفسي، تحقيق الذات.

الخصائص السيكومترية لمقياس التحديد الذاتي:

قام معدوا المقياس بحساب صدق المقياس من خلال ما يلي:

1. صدق المحكمين: تم عرض المقياس (10) من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس التربوي والصحة النفسية، وتم استبقاء العبارات التي اتفق عليها المحكمون بنسبة 90% وقد قام الباحثون بإجراء التعديلات المطلوبة على المقياس.
 2. صدق البنية (التحليل العامل التوكيدي): وأسفرت نتائج التحليل عن أن قيمة X^2 بلغت (5.51) بدرجات حرية (2)، وهي قيمة غير دالة، وكانت النسبة بين قيمة X^2 إلى درجات الحرية = 2.75 أقل من (5)، مما يدل على وجود مطابقة للنموذج النظري، أي أن التحليل العامل التوكيدي تأكد من وجود العوامل الأربعة: تنظيم الذات، الاستقلالية، التمكين النفسي، تحقيق الذات.
 3. الصدق العامل (التحليل العامل الاستكشافي): وتم إجراء التحليل على عينة قوامها (366) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ التعليم الأساسي، وقد أسفر التحليل عن ظهور (4) عوامل بجذر كامن قيمته 3.36 فأكثر تفسر 27.32% من قيمة التباين الكلي للمقياس.
- كما تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس: حيث تم التحقق من صدق المفردات بحساب الاتساق الداخلي لمفردات العوامل الناتجة عن التحليل العامل الاستكشافي، وذلك بحساب معامل الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للعامل التي تنتمي إليه، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.130* - 0.552**)، وهي قيم دالة إحصائياً عند مستويي دلالة 0.05 و 0.01، كما تراوحت قيم معاملات

الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس بين (**0.442 - **0.848) وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى 0.01، وهذا يدل على اتساق المقياس من حيث المفردات والأبعاد الفرعية.

- وفيما يتعلق بثبات المقياس: تم تطبيق المقياس على (366) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ التعليم الأساسي بجانب إعادة تطبيق نفس المقياس بفواصل زمني معين على عينة قوامها (77) تلميذاً وتلميذة، وتم التحقق من ثبات المقياس باستخدام عدة طرائق، وجاءت النتائج كما يلي: طريقة إعادة التطبيق (0.914)، وتراوحت قيم معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا - كرونباخ بين (0.71: 0.82)، وبطريقة التجزئة النصفية بلغت قيمها (0.773 لمعامل جوتمان، 0.773 لمعامل سيرمان - براون)، وجميعها قيم مرتفعة ومقبولة تدل على موثوقية المقياس وصلاحيته للتطبيق.

التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: صدق المقياس

قامت الباحثة بإعادة التحقق من صدق مقياس التحديد الذاتي، كالاتي:

صدق المقارنة الطرفية:

أخذت الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي محكماً للحكم على صدق أبعاده، كما أخذ أعلى وأدنى 25٪ من الدرجات لتمثل مجموعة أعلى 25٪ التلاميذ المرتفعين، وتمثل مجموعة أدنى 25٪ من درجات التلاميذ المنخفضين، وباستخدام اختبار «ت - Test» للتحقق من دلالة الفروق بين عييتين مستقلتين، ويوضح الجدول (16) النتائج حيث جاءت على النحو التالي:

جدول (10)

نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس التحديد الذاتي

المقياس وأبعاده الفرعية	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية df.	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
تنظيم الذات الأكاديمي	أعلى الأداء	54	38.31	1.902	106	20.294	دالة عند 0.001
	أدنى الأداء	54	29.59	2.522			
الاستقلالية	أعلى الأداء	54	32.85	1.827	106	18.889	دالة عند 0.001
	أدنى الأداء	54	24.15	2.851			
التمكين النفسي	أعلى الأداء	54	27.26	1.604	106	17.233	دالة عند 0.001
	أدنى الأداء	54	19.26	3.011			
تحقيق الذات	أعلى الأداء	54	24.44	1.723	106	12.432	دالة عند 0.001
	أدنى الأداء	54	18.78	2.873			
الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي	أعلى الأداء	54	122.87	3.365	106	29.252	دالة عند 0.001
	أدنى الأداء	54	91.78	7.049			

قيمة « ت » الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.980$ قيمة « ت » الجدولية عند مستوى

دلالة $0.01 = 2.617$

يتبين من الجدول السابق وجود فروق دالة احصائية عند مستوى 0.001 بين متوسطي درجات التلاميذ مرتفعي ومنخفضي الأداء على الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي لدى تلاميذ التعليم الأساسي وأبعاده الفرعية (تنظيم الذات الأكاديمي، الاستقلالية، التمكين النفسي، تحقيق الذات) في اتجاه التلاميذ مرتفعي الأداء؛ ما يدل على القدرة التمييزية العالية للمقياس

ثانيًا: تجانس المفردات (الاتساق الداخلي)

أ. حساب معاملات الارتباط بين المفردات ودرجة البعد، والدرجة الكلية للمقياس: تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين المفردات ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، والدرجة الكلية للمقياس، وذلك على عينة قوامها (215) تلميذًا وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي؛ للتعرف على مدى تجانس مفردات المقياس، وما إذا

كان يقيس سمة واحدة أم سمات متعددة، والجدول (11) يوضح قيم معاملات الارتباط بين المفردات ودرجة البعد، والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (11)

قيم معاملات الارتباط بين المفردات ودرجة البعد، والدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي

البعد	المفردة	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	المفردة	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
البعد الأول (تنظيم الذات الأكاديمي)	2	0.384**	0.279**	29	0.364**	0.358**
	3	0.440**	0.441**	31	0.376**	0.326**
	7	0.405**	0.253**	33	0.511**	0.492**
	13	0.435**	0.371**	37	0.443**	0.401**
	17	0.563**	0.518**	38	0.519**	0.536**
	21	0.445**	0.299**	40	0.297**	0.234**
	28	0.470**	0.391**			
البعد الثاني (الاستقلالية)	1	0.271**	0.157*	25	0.499**	0.469**
	5	0.496**	0.445**	27	0.557**	0.612**
	9	0.600**	0.538**	30	0.393**	0.373**
	10	0.348**	0.248**	34	0.373**	0.298**
	12	0.712**	0.589**	41	0.551**	0.486**
	16	0.372**	0.291**	44	0.669**	0.538**
البعد الثالث (التمكين النفسي)	4	0.466**	0.428**	20	0.428**	0.397**
	6	0.440**	0.265**	22	0.683**	0.663**
	8	0.441**	0.375**	24	0.623**	0.435**
	18	0.558**	0.517**	39	0.576**	0.606**
	19	0.671**	0.642**	42	0.636**	0.445**
	11	0.385**	0.302**	35	0.402**	0.412**
البعد الرابع (تحقيق الذات)	15	0.644**	0.564**	36	0.367**	0.241**
	23	0.678**	0.482**	43	0.579**	0.474**
	46	0.447**	0.388**	45	0.676**	0.448**
	32	0.363**	0.193**			

(**) دال عند مستوى 0.01

(*) دال عند مستوى 0.05

ويتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين المفردات وكل من الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستويي دلالة 0.05 و0.01، مما يؤكد على الاتساق الداخلي لمفردات المقياس وتجانسها.

ب. حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية وبعضها، والدرجة الكلية للمقياس: تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الأبعاد الفرعية وبعضها، والدرجة الكلية للمقياس، وذلك على عينة قوامها (215) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، والجدول (12) يوضح معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية وبعضها، والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (12)

معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي.

المقياس وأبعاده	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	الدرجة الكلية للمقياس
البعد الأول	1	**0.674	**0.666	**0.558	**0.869
البعد الثاني	**0.674	1	**0.643	**0.572	**0.865
البعد الثالث	**0.666	**0.643	1	**0.581	**0.861
البعد الرابع	**0.558	**0.572	**0.581	1	**0.777
الدرجة الكلية للمقياس	**0.869	**0.865	**0.861	**0.777	1

(*) دال عند مستوى 0.05 (**) دال عند مستوى 0.01

يتضح من الجدول السابق تمتع الأبعاد الفرعية بمعاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي إعداد/ ياسمين عبد الغني سالم وآخرون (2011)، وهي معاملات ارتباط جيدة، وهذا يدل على تجانس المقياس من حيث الأبعاد الفرعية.

ثالثاً: ثبات المقياس

قامت الباحثة بإعادة التحقق من ثبات المقياس باستخدام الطرائق التالية: التجزئة النصفية (باستخدام معادلتى جوتمان، وتصحيح الطول لسيرمان براون) ومعامل ألفا

- كرونباخ على عينة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، وجاءت النتائج على النحو التالي:

أ. طريقة ألفا - كرونباخ Cronbach Alpha

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (215) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ثم تم حساب قيم معاملات ثبات الاختبار باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (13)

معاملات ثبات مقياس التحديد الذاتي

المقياس وأبعاده الفرعية	عدد المفردات	معامل ألفا - كرونباخ
البعد الأول (تنظيم الذات الأكاديمي)	14	0.667
البعد الثاني (الاستقلالية)	12	0.718
البعد الثالث (التمكين النفسي)	10	0.752
البعد الرابع (تحقيق الذات)	9	0.637
الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي	45	0.892

ويتضح من خلال الجدول السابق أن معاملات ثبات ألفا كرونباخ مرتفعة مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار.

ب. طريقة التجزئة النصفية Half - Split

تم حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية) بين نصفي الاختبار لكل بعد من الأبعاد الفرعية والمقياس ككل، باستخدام معادلتَي جوتمان، وتصحيح الطول لسبيرمان - براون على عينة قوامها (215) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

جدول (14)

معاملات ثبات مقياس التحديد الذاتي (طريقة التجزئة النصفية).

معامل جوتمان	معامل التجزئة "سيرمان - براون"		عدد المفردات	المقياس وأبعاده الفرعية
	بعد التصحيح	قبل التصحيح		
0.726	0.729	0.573	14	البعد الأول (تنظيم الذات الأكاديمي)
0.759	0.760	0.613	12	البعد الثاني (الاستقلالية)
0.648	0.649	0.481	10	البعد الثالث (التمكين النفسي)
0.498	0.501	0.332	9	البعد الرابع (تحقيق الذات)
0.845	0.855	0.746	45	الدرجة الكلية للمقياس

ويتضح من خلال الجدول السابق أن معاملات ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتى سيرمان - براون وجوتمان مقبولة، مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار.

المقياس في صورته النهائية وطريقة تصحيحه:

تكون المقياس في صورته النهائية بعد إجراء الخصائص السيكمترية من (45) مفردة، موزعة على أربعة أبعاد، وهي: تنظيم الذات الأكاديمي (13 مفردة)، والاستقلالية (12 مفردة)، والتمكين النفسي (10 مفردات)، وتحقيق الذات (9 مفردات)، ويتم الاستجابة لكل مفردة من مفردات المقياس بأحد بدائل ثلاثة هي: نادراً، أحياناً، دائماً، وعند التصحيح توزع الدرجات على النحو التالي: « دائماً » ثلاث درجات، و« أحياناً » تعطى درجتين، و« نادراً » درجة واحدة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
2. النسب المئوية.
3. اختبار « ت » لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات المستقلة.
4. معامل الارتباط الخطي لبيرسون.
5. التحليل العاملي الاستكشافي.
6. معامل ألفا - كرونباخ.
7. التجزئة النصفية (معادلتى سييرمان - براون، جوتمان).

نتائج البحث ومناقشتها:

1. نتائج الفرض الاول ومناقشتها:

ينص هذا الفرض على أنه « توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على مقياس المناعة النفسية ودرجاتهم على مقياس التحديد الذاتي (على مستوى الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) »، وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط الخطي البسيط لبيرسون Pearson Cor-relation Coefficient بين درجات التلاميذ على متغيري المناعة النفسية والتحديد الذاتي، وفيما يلي النتائج التي حصلت عليها الباحثة:

جدول (15)

معاملات الارتباط بين درجات التلاميذ على مقياس المناعة النفسية ودرجاتهم على مقياس التحديد الذاتي

التحديد الذاتي المناعة النفسية	تنظيم الذات الأكاديمي	الاستقلالية	التمكين النفسى	تحقيق الذات	الدرجة الكلية لمقياس للتحديد الذاتي
فاعلية الذات	*0.151	0.086	*0.135	0.061	*0.132
الثقة بالنفس	0.116	*0.159	**0.162	0.064	*0.153

0.222**	0.140*	0.263**	0.215**	0.123*	التفكير الإيجابي
0.223**	0.177**	0.205**	0.188**	0.180**	ضبط الذات
0.217**	0.124*	0.228**	0.186**	0.182**	الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية

(**) دال عند مستوى 0.05

(*) دال عند مستوى 0.01

يتضح من الجدول السابق تحقق الفرض الأول وصحته جزئياً، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (0.123* - 0.263**)، وجميع هذه القيم دالة إحصائياً عند مستويي دلالة (0.05، 0.01) عدا قيم معاملات الارتباط بين بعد فاعلية الذات وبعدي الاستقلالية وتحقيق الذات، وبين بعد الثقة بالنفس وبعدي تنظيم الذات الأكاديمي وتحقيق الذات فكانت غير دالة إحصائياً، وتلخص الباحثة نتائج هذا الفرض فيما يلي:

- بالنسبة للبعد الأول (فاعلية الذات): توجد علاقة ارتباطية موجبة (طردية) دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين بعد فاعلية الذات وكل من الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي وبعدي (تنظيم الذات الأكاديمي، التمكين النفسي) لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، بينما لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين فاعلية الذات وبعدي (الاستقلالية، تحقيق الذات).

- بالنسبة للبعد الثاني (الثقة بالنفس): توجد علاقة ارتباطية موجبة (طردية) دالة إحصائياً عند مستويي دلالة 0.05 و 0.01 بين بعد الثقة بالنفس وكل من الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي وبعدي (الاستقلالية، التمكين النفسي) لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، بينما لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين فاعلية الذات وبعدي (تنظيم الذات الأكاديمي، تحقيق الذات).

- بالنسبة للبعد الثالث (التفكير الإيجابي): توجد علاقة ارتباطية موجبة (طردية) دالة إحصائياً عند مستويي دلالة 0.05 و 0.01 بين بعد التفكير الإيجابي وكل من الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي وبعاده الفرعية (تنظيم الذات الأكاديمي، الاستقلالية، التمكين النفسي، تحقيق الذات) لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

- بالنسبة للبعد الرابع (ضبط الذات): توجد علاقة ارتباطية موجبة (طردية) دالة إحصائيًا عند مستوى 0.01 بين بعد ضبط الذات وكل من الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي وأبعاده الفرعية (تنظيم الذات الأكاديمي، الاستقلالية، التمكين النفسي، تحقيق الذات) لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

- بالنسبة للدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية: توجد علاقة ارتباطية موجبة (طردية) دالة إحصائيًا عند مستويي دلالة 0.05 و 0.01 بين الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية وكل من الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي وأبعاده الفرعية (تنظيم الذات الأكاديمي، الاستقلالية، التمكين النفسي، تحقيق الذات) لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

هذا وقد أشارت الأدبيات النظرية والدراسات والبحوث السابقة في مجال المناعة النفسية، إلى أن لنظام المناعة النفسية دور هام في تعزيز العمليات الانفعالية والتفاعلية لدى التلاميذ، حيث يؤدي هذا النظام المناعي إلى ظهور سلوكيات واستجابات إيجابية عند مواجهة المواقف والأحداث الضاغطة، والتعامل مع الأحداث المؤلمة باعتبارها خبرات جديدة، وتعزيز التفاؤل والنظرة الإيجابية للحياة، وفهم النواتج السلوكية وتفسيرها (Oláh, et al., 2010, P. 104)، فالمناعة النفسية تعمل على حدوث التكيف والموائمة مع الأحداث المؤلمة والمواقف الضاغطة، وتفرغ الطاقات النفسية السلبية، وإجادة استخدام المعرفة وتوظيفها في إدراك النواتج الإيجابية، كما أنها تعزز استراتيجيات المواجهة التكيفية الواعية.

ومن جهة أخرى يعتبر التحديد الذاتي أحد المتغيرات المحورية في مجال علم النفس الإيجابي، والذي يتمثل في مجموعة من المهارات والمعارف والمعتقدات التي تمكن الفرد من الاندماج في سلوك موجه بالهدف ومنظم ذاتيًا واستقلاليًا، وهو فهم الفرد لنقاط قوته وجوانب القصور لديه مع اعتقاد في ذاته بأنه قادر ومؤثر (Field, et al., 1998, P.114)، وتعتبر مهارات التحديد باعتبارها العامل السببي الرئيسي في حياة الفرد، والذي يجعل الخيارات والقرارات المتعلقة بنوعية حياته خالية من أي تدخل أو تأثير

خارجي غير مبرر (Wehmeyer & Field، 2007، P.3). وقد أشار كل من Deci & Ryan (2010، P.11) إلى أن التحديد الذاتي عبارة عن حاجة نفسية داخلية تساهم في أداء سلوك الفرد المدفوع داخلياً، وطبقاً لذلك فإن الأفراد يقوموا بالسلوك ليس بغرض المكافأة أو التعزيز الخارجي، وإنما نتيجة لحافز أو دافع داخلي.

وتتفق نتيجة التحقق من صحة الفرض الحالي ضمناً مع نتائج العديد من الدراسات والبحوث السابقة، مثل دراسة (Voitkane (2004 التي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية وكل من الرضا عن الحياة وتوجيه الأهداف لدى طلاب الجامعة. ودراسة كل من (Gopal، et al.، (2011 التي أوضحت أن التأثيرات الديناميكية التي تعتمد على مقاومة الضغوط الناتجة عن التعامل مع هذه الخبرات وإدراكها ودمجها في خصائص الشخصية، تلعب دوراً أساسياً في خفض الضغوط السلبية، ودراسة كل من (Lapsley & Hill (2010 التي أسفرت وجود علاقة ارتباطية قوية بين المناعة النفسية وكل من التفاؤل والتكيف الأكاديمي لدى التلاميذ في مرحلة البلوغ المبكر. وهذا أيضاً ما اتفقت معه نتائج دراسة Khoja (2019 التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والرفاهية النفسية لدى تلاميذ المرحلتين الإعدادية والثانوية. كما أسفرت نتائج دراسة كل من سيد محمدي، ورانيا محمد (2022) عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية وكل من استراتيجيات المواجهة والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى ما خلصت إليه من قراءات نظرية ودراسات وبحوث سابقة أشارت في مجملها إلى أن المناعة النفسية عبارة عن نظام متعدد الأبعاد متكامل فيه مجموعة من السمات الشخصية التي تزود الفرد بإرادة قوية، وقدرة على التحكم الذاتي، والإصرار على تحقيق أهدافه، مما يمكنه من المواجهة الإيجابية لمشكلاته الحياتية، ومقاومة ما ينتج عنها من آثار ومشاعر وانفعالات سلبية في إطار من الثقة بالنفس والتحديد الذاتي.

2. نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص هذا الفرض على أنه « توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على مقياس المناعة النفسية وأبعاده الفرعية تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث) »، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار « ت » للمجموعات المستقلة Independent sample T. Test للتحقق من دلالة الفروق ومعرفة اتجاهها، والجدول التالي يوضح الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على الأبعاد الفرعية لمقياس المناعة النفسية.

جدول (16)

نتائج اختبار « ت » لدلالة الفروق على الأبعاد الفرعية لمقياس المناعة النفسية تبعاً للنوع.

المقياس وأبعاده الفرعية	النوع	حجم العينة (ن)	المتوسط الحسابي (م)	الانحراف المعياري	درجات الحرية "د.ح"	قيمة "ت" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
فاعلية الذات	ذكور	115	45.90	9.417	258	0.634	غير دالة إحصائياً (0.527)
	إناث	145	45.27	6.733			
الثقة بالنفس	ذكور	115	21.12	5.310	258	- 0.982	غير دالة إحصائياً (0.327)
	إناث	145	21.68	3.780			
التفكير الإيجابي	ذكور	115	18.15	3.773	258	- 1.568	غير دالة إحصائياً (0.118)
	إناث	145	18.92	4.111			
ضبط الذات	ذكور	115	17.82	3.402	258	0.609	غير دالة إحصائياً (0.543)
	إناث	145	17.57	3.244			
الدرجة الكلية للمقياس	ذكور	115	102.99	17.429	258	- 0.228	غير دالة إحصائياً (0.82)
	إناث	145	103.43	13.883			

قيمة « ت » الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.960$ قيمة « ت » الجدولية عند مستوى

دلالة $0.01 = 2.576$

يتضح من خلال النتائج الواردة في الجدول السابق أن قيم « ت » المحسوبة على مستوى الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية وأبعاده الفرعية (فاعلية الذات الثقة

بالنفس، التفكير الإيجابي، ضبط الذات) قد بلغت (- 0.228، 0.634، - 0.982، - 1.568، 0.609)، وهي قيم غير دالة إحصائياً وذلك مقارنة بقيم "ت" الجدولية عند مستويي دلالة 0.05 و 0.01 لدرجات حرية 258، وهذا يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات التلاميذ الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية وأبعاده الفرعية (فاعلية الذات، الثقة بالنفس، التفكير الإيجابي، ضبط الذات)؛ وهذا يدل على عدم تحقق الفرض الثاني.

وقد أوضحت الأطر النظرية والدراسات السابقة في مجال الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي أن المناعة النفسية تعبر عن قدرة الفرد على توظيف قدراته العقلية والبدنية ومهاراته الاجتماعية لتحقيق أهدافه، والتغلب على المصاعب التي تعترضه في حياته اليومية، وتحويل الفشل إلى نجاح، وفهم المشكلات والصعوبات، وإيجاد حلول إيجابية بها، والتعامل الجيد الفعال مع الضغوط النفسية والاجتماعية (صباح مرشود، وطه عبد الحميد، 2019، ص. 375). بالإضافة إلى أهمية نظام المناعة النفسية في تعزيز المهارات الاجتماعية لدى التلاميذ بمختلف المراحل التعليمية، حيث يؤدي هذا النظام المناعي إلى ظهور سلوكيات واستجابات إيجابية عند مواجهة المواقف والأحداث الضاغطة، والتعامل مع الأحداث المؤلمة باعتبارها خبرات جديدة، وتعزيز التفاؤل والنظرة الإيجابية للحياة، وفهم النواتج السلوكية وتفسيرها (Oláh، et al.، 2010، P. 104).

ولهذا فقد اتجه العديد من الباحثين إلى تناول هذا المتغير الهام لدى التلاميذ بمختلف المراحل التعليمية، وكذلك في علاقته ببعض المتغيرات الأخرى (أسماء أمين وآخرون، 2021؛ أماني محمود وآخرون، 2021؛ أمل محمد، 2018؛ إيناس السيد، 2019؛ Voitekane، 2004; Gopal، et al.، 2011; Bona، 2014)

وتتفق نتيجة التحقق من صحة الفرض الحالي مع نتائج العديد من الدراسات السابقة العربية والأجنبية على حد سواء، مثل دراسة كل من Albert – Lorinez، et al. (2012)، ودراسة إيناس السيد (2018)، ودراسة كل من أماني محمود وآخرون

(2021)؛ حيث أشارت نتائج هذه الدراسات في مجملها إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة المناعة النفسية تُعزى إلى النوع (ذكور، وإناث).

3. نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

ينص هذا الفرض على أنه « توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي على مقياس التحديد الذاتي وأبعاده الفرعية تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث) »، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار « ت » للمجموعات المستقلة Independent sample T. Test للتحقق من دلالة الفروق ومعرفة اتجاهها، والجدول التالي يوضح الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على الأبعاد الفرعية لمقياس التحديد الذاتي.

جدول (17)

نتائج اختبار « ت » لدلالة الفروق على مقياس التحديد الذاتي وأبعاده الفرعية تبعاً للنوع.

المقياس وأبعاده الفرعية	النوع	حجم العينة (ن)	المتوسط الحسابي (م)	الانحراف المعياري	درجات الحرية "د.ح"	قيمة "ت" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
تنظيم الذات الأكاديمي	ذكور	115	34.37	3.835	258	0.07	(0.944) غير دالة إحصائياً
	إناث	145	34.33	3.946			
الاستقلالية	ذكور	115	28.17	3.901	258	1.668 -	(0.097) غير دالة إحصائياً
	إناث	145	28.97	3.780			
التمكين النفسي	ذكور	115	23.28	3.560	258	0.055 -	(0.956) غير دالة إحصائياً
	إناث	145	23.30	3.712			
تحقيق الذات	ذكور	115	21.71	2.655	258	0.127 -	(0.899) غير دالة إحصائياً
	إناث	145	21.76	3.033			
الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي	ذكور	115	107.53	11.584	258	0.556 -	(0.579) غير دالة إحصائياً
	إناث	145	108.37	12.361			

قيمة « ت » الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.960$ قيمة « ت » الجدولية عند مستوى

دلالة $0.01 = 2.576$

يتضح من خلال النتائج الواردة في الجدول السابق أن قيم "ت" المحسوبة على مستوى الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي وأبعاده الفرعية (تنظيم الذات الأكاديمي، الاستقلالية، التمكين النفسي، تحقيق الذات) قد بلغت $(-0.556, 0.07, -1.668, -0.055, 0.127)$ ، وهي قيم غير دالة إحصائياً وذلك مقارنة بقيم "ت" الجدولية عند مستويي دلالة 0.05 و 0.01 لدرجات حرية 258، وهذا يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات التلاميذ الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس التحديد الذاتي وأبعاده الفرعية (تنظيم الذات الأكاديمي، الاستقلالية، التمكين النفسي، تحقيق الذات)؛ وهذا يدل على عدم تحقق الفرض الثالث.

وقد أشارت الأطر النظرية والدراسات السابقة في مجال التحديد الذاتي إلى أن مهارات التحديد الذاتي تعتبر العامل الرئيس في حياة الفرد، والذي يجعل الخيارات والقرارات المتعلقة بنوعية حياته خالية من أي تدخل أو تأثير خارجي مبرر (We- Chen & Jang (2010، P.3 (hmyer & Field (2007، وقد أوضح كل من (P. 742 أن مهارات التحديد الذاتي تشير إلى جودة حياة الفرد والتي تنطوي على تجربة الاختيار أي قدرة الفرد على الاختيار، وأن تكون تلك الخيارات محدداً لأفعاله وتصرفاته.

وتتضح أهمية التحديد الذاتي من خلال ارتباطه بعدد من المخرجات الإيجابية المهمة، فقد ارتبط بكل من جودة الحياة Quality of Life، والصحة العامة Gen- eral Health، والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية، وتقدير الذات Self - esteem، والاستقلالية Independence، وسلوك حل المشكلات Problem Solving (محمد إسماعيل، 2017، ص. 127). والتحديد الذاتي بنية نفسية عامة، تتضمن بنية منظمة من الجوانب الإيجابية لدى الفرد، فالشخص الذي يتمتع بدرجات عالية من التحديد الذاتي، لديه أيضاً مستوى مرتفع من الطموح، وبذل قصارى جهده في مواجهة الأزمات والعوائق التي يمر بها، ويتعلم من أخطائه، ولديه إحساس مرتفع بجودة الحياة (ياسمين عبد الغني، 2012، ص. 2).

وتتفق نتيجة التحقق من صحة الفرض الثالث مع نتائج بعض الدراسات والبحوث السابقة، مثل دراسة محمد إسماعيل (2017) التي هدفت إلى بحث العلاقات السببية بين المهارات الاجتماعية كمتغير مستقل، والتحديد الذاتي كمتغير وسيط، وجود الحياة كمتغير تابع لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ذوي صعوبات التعلم، وقد أشارت النتائج إلى عدم اختلاف بنية النموذج المقترح باختلاف النوع (ذكور - إناث). وهذا أيضًا ما أيدته نتائج دراسة كل من (Fernandez - Rio، et al.، 2017) التي أوضحت نتائجها عدم وجود فروق في درجات الطلاب عينة الدراسة على مقياس التنظيم الذاتي وفقًا لمتغير النوع (ذكور، وإناث). وجاءت نتائج دراسة كل من بسمة محمد، وصفاء غازي (2017)، ودراسة كل من (Shah، et al.، 2021) مؤيدة لهذه النتيجة أيضًا.

توصيات تربوية:

توصل البحث الحالي إلى مجموعة من النتائج الهامة أشارت في مجملها إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين المناعة النفسية والتحديد الذاتي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي. وقد اتضح ذلك من خلال التحقق من صحة فروض البحث الحالي، وفي ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج توصي الباحثة بالآتي:

1. تصميم برامج تدريبية والتحقق من فاعليتها في تنمية المناعة النفسية لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.
2. إعداد برنامج إرشادي والتحقق من فاعليته في تحسين مهارات التحديد الذاتي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.
3. تدريب المعلمين على استخدام طرائق واستراتيجيات تدريسية حديثة من شأنها تعزيز مهارات التحديد الذاتي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي.
4. دراسة المناعة النفسية في علاقتها بالتحديد الذاتي لدى التلاميذ بمراحل تعليمية أخرى كالمرحلة الثانوية.

قائمة المراجع

أولاً: مراجع باللغة العربية:

- أحمد عبد الملك أحمد، وسعاد كامل قرني (2017). التنبؤ بالهناء النفسي في ضوء كل من المناعة النفسية واليقظة العقلية لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمنيا. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، مج(2)، ع(85)، ص 329 - 368.
- أسماء أمين أحمد حلة، سيد أحمد البهّاص، وأحمد متولي عمر (2021). المناعة النفسية وعلاقتها بالعفو لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، ع(103)، ص 335 - 364.
- أسماء محمد عبد الحميد (2019). علاقة الدافعية وفقاً لنظرية التحديد الذاتي والمناخ المدرسي الحازم بالتوافق الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة البحث في التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، مج(34)، ع(3)، ص 170 - 230.
- إلهام عبد الحميد فرج (1992). أثر استخدام منهج الفلسفة في المرحلة الثانوية على تعليم القيم. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.
- أماني محمود أبو بكر محمد، هبة حسين إسماعيل طه، ونجوى السيد محمد إمام (2021). المناعة النفسية لدى ذوي الصمت الإختياري والعاديين من تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي. مجلة بحوث «العلوم الإنسانية والاجتماعية»، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، مج(1)، ع(12)، ص 2 - 34.
- أمل محمد غنايم (2018). برنامج إرشادي نفسي ديني لتنشيط المناعة النفسية وأثره في تحقيق الأمن الفكري لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية. مجلة الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة عين شمس، مج (1)، ع(55)، ص 382 - 426.

- إيناس السيد سادات البصال (2019). فاعلية برنامج قائم على بعض الأنشطة المتكاملة لتحسين المناعة النفسية لدى أطفال ما قبل المدرسة أبناء الوالدين المنفصلين بالطلاق. مجلة الطفولة والتربية، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة بورسعيد، مج(7)، ع(40)، ص ص 44 - 130.
- بسمة محمد الحمدي، وصفاء غازي أحمد (2017). التحديد الذاتي وعلاقته بإتخاذ القرار المهني لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية في جدة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك عبد العزيز، جدة، المملكة العربية السعودية.
- جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفاقي (1991). معجم علم النفس والطب النفسي. الجزء الرابع، القاهرة: دار النهضة العربية.
- جبار وادي العكيلي (2017). المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالوعي الذاتي والعمق. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، ع(81)، ص ص 423 - 454.
- حامد عبد السلام زهران (1990). علم نفس النمو الطفولة والمراهقة. القاهرة: عالم الكتب.
- سليمان عبد الواحد يوسف (2017). المناعة النفسية العصبية (PNI): مدخل لخفض الآثار الانفعالية والاجتماعية والصحية المترتبة على الإعاقة لدى المعاقين وأسرههم بالمجتمعات العربية "رؤية في إطار التكامل بين الجهاز العصبي والجهاز المناعي". مؤتمر حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة في الوطن العربي بين التشريعات والحاجة إلى التفعيل، جامعة بنها بالتعاون مع مؤسسة التربية الخاصة والتأهيل (SERO) ومجلس العالم الإسلامي للإعاقة والتأهيل (ICDR). قاعة المؤتمرات - جامعة بنها (16 أغسطس).
- سليمان عبد الواحد يوسف (2020). دور المناعة النفسية بالتنبؤ بجودة الحياة لذوي صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية بالمدارس الثانوية الفنية الزراعية في ضوء نظرية عربية جديدة. مجلة بحوث في التربية النوعية، كلية التربية النوعية، جامعة القاهرة، مج (37)، ع (1)، ص ص 531 - 560.

- سيد محمدي صميده حسن، ورائيا محمد محمد سالم (2022). استراتيجيات مواجهة الضغوط كمتغير وسيط بين أنظمة المناعة النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي. المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج (32)، ع(115)، ص ص 142 - 202.
- صباح مرشود منوخ، وطه عبد الحميد العبيدي (2019). المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية. مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، تكريت، ع(26)، ص ص 372 - 394.
- عبد العزيز القوصي (1989). أسس الصحة النفسية، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- عبد الوهاب محمد كامل (2002). اتجاهات معاصرة في علم النفس. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- عصام محمد زيدان (2013). المناعة النفسية: مفهومها وأبعادها وقياسها. مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة طنطا، ع(151)، ص ص 812 - 828.
- علي ماهر خطاب (2007). القياس والتقويم في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية. (ط6)، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- فريد جبرائيل (1960). قاموس التربية وعلم النفس، بيروت، منشورات دائرة التربية، الجامعة الأمريكية.
- لطفي الشربيني، وعادل صادق (د.ت). معجم مصطلحات الطب النفسي. مؤسسة الكويت للتقدم العلمي: مركز تعريب العلوم الصحية.
- محمد إسماعيل سيد حميدة (2017). العلاقات السببية بين المهارات الاجتماعية والتحديد الذاتي وجودة الحياة لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ذوي صعوبات التعلم. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، كلية التربية، جامعة عين شمس، مج(41)، ع(4)، ص ص 122 - 215.
- محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة (2014). علم النفس الإيجابي: ماهيته ومنطلقاته وآفاقه المستقبلية. الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية العربية، العدد (34): إصدارات مؤسسة العلوم النفسية والعربية.

- مديحة عبد الكريم محمود عقل، فؤاد حامد الموافي، وكريم منصور عسران (2021). فعالية برنامج إرشادي تكاملي لتنمية مهارات تنظيم الذات الأكاديمي لدى المضطربات سلوكياً من تلميذات المرحلة الإعدادية. مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، ع (115)، ص ص 1813 - 1840.
- ياسمين عبد الغني سالم (2012). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية التحديد الذاتي في ضوء النموذج الوظيفي. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- ياسمين عبد الغني سالم، حسين حسن حسين طاحون، ووفاء عبد الجليل خليفة (2012). بنية التحديد الذاتي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي في ضوء النموذج الوظيفي. مجلة القراءة والمعرفة، كلية التربية، جامعة عين شمس، ع (130)، ص ص 66 - 122.

ثانياً: مراجع باللغة الإنجليزية:

- Albert - Lorinez، E.، Albert - Lorinez، M.، Kadar، A.، Krizbai، T.، & Marton، R. (2012). Relationship between the characteristics of the psychological immune system and the emotional tone of personality in adolescents. The Educational Review، 23(1)، 103 - 115.
- Bhardwaj، A. K.، & Agrawal، G. (2015). Concept and applications of psycho - immunity (defense against mental illness): Importance in mental health scenario. Online Journal of Multidisciplinary Researches (OJMR)، 1(3)، 6.
- Blum، H. T.، Lipsett، L. R.، & Yocom، D. J. (2002). Literature circles: A tool for self - determination in one middle school inclusive classroom. Remedial and special education، 23(2)، 99 - 108.
- Bóna، K. (2014). An exploration of the psychological immune system in Hungarian gymnasts.
- Bredács، A. M. (2016). Psychological Immunity Research to the Improvement of the Professional Teacher Training's National

Methodological and Training Development. Practice and Theory in Systems of Education، 11(2)، 118 - 141.

- Chen، K. C.، & Jang، S. J. (2010). Motivation in online learning: Testing a model of self - determination theory. Computers in Human Behavior، 26(4)، 741 - 752.
- Coxhead، A. (2008). The relationship between self - determination and social skills in youth with learning disabilities (Doctoral dissertation، A Thesis Submitted to the Faculty of Graduate Studies in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Science Division of Applied Psychology Calgary، Alberta).
- Deci، E. L.، & Ryan، R. M. (2010). Self-determination. The Corsini encyclopedia of psychology، 1 - 2.
- Dubey، A.، & Shahi، D. (2011). Psychological immunity and coping strategies: A study on medical professionals. Indian J Soc Sci Res، 8(1 - 2)، 36 - 47.
- Ferencz، E. (2012). Examination of Psychological Immune System on the basis of Individual. Psychological Interpretation of the Memories of Early Childhood
- Fernandez - Rio، J.، Cecchini، J. A.، Méndez - Gimenez، A.، Mendez - Alonso، D.، & Prieto، J. A. (2017). Self - regulation، cooperative learning، and academic self - efficacy: Interactions to prevent school failure. Frontiers in psychology، 8، 22.
- Field، S.، Martin، J.، Miller، R.، Ward، M.، & Wehmeyer، M. (1998). Self - determination for persons with disabilities: A position statement of me division on career development and transition. Career Development for Exceptional Individuals، 21(2)، 113 - 128.
- Gopal، A.، Mondal، S.، Gandhi، A.، Arora، S.، & Bhattacharjee، J. (2011). Effect of integrated yoga practices on immune responses

- in examination stress—A preliminary study. International journal of yoga، 4(1)، 26.
- Hoffman، A. (2003). Teaching decision making to students with learning disabilities by promoting self - determination. ERIC Digest# ED481859). Retrieved on March، 12(2009)، 2004 - 2.
 - Kagan، H. (2006). The psychological immune system: A new look at protection and survival. Author House.
 - Khoja، A. F. (2019). PSYCHOLOGICAL IMMUNITY AS A MEDIATOR VARIABLE OF THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY CLIMATE AND PSYCHOLOGICAL WELL - BEING AMONG A SAMPLE OF ADOLESCENTS IN JEDDAH.
 - Lapsley، D. K.، & Hill، P. L. (2010). Subjective invulnerability، optimism bias and adjustment in emerging adulthood. Journal of youth and adolescence، 39(8)، 847 - 857.
 - Malian، I.، & Nevin، A. (2002). A review of self - determination literature implications for practitioners. Remedial and Special Education، 23(2)، 68 - 74.
 - Mnokh، S.، & Al - Obeidi، T. (2019). Psychological Immunity for preparatory students. Journal of Tikrit university for humanities - مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية، 26(6)، 372 - 394.
 - Oláh، A.، Nagy، H.، & Tóth، K. G. (2010). Life expectancy and psychological immune competence in different cultures. Empirical Text and Culture Research، 4، 102 - 108.
 - Reeve، J.، & Halusic، M. (2009). How K - 12 teachers can put self - determination theory principles into practice. Theory and Research in Education، 7(2)، 145 - 154.
 - Schatt، M. D. (2018). Middle school band students' self - determination to practice. Psychology of Music، 46(2)، 208 - 221.

- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive psychology: An introduction. In Flow and the foundations of positive psychology (pp. 279 - 298). Springer, Dordrecht.
- Shah, S. S., Shah, A. A., Memon, F., Kemal, A. A., & Soomro, A. (2021). Online learning during the COVID - 19 pandemic: Applying the self - determination theory in the 'new normal'. Revista de Psicodidáctica (English Ed.), 26(2), 168 - 177.
- Snyder, C. R., Lopez, S. J., Edwards, L. M., & Marques, S. C. (Eds.). (2020). The Oxford handbook of positive psychology. Oxford university press.
- Thoma, C. A., Nathanson, R., Baker, S. R., & Tamura, R. (2002). Self - determination: What do special educators know and where do they learn it?. Remedial and special education, 23(4), 242 - 247.
- Voitkane, S. (2004). Goal directedness in relation to life satisfaction, psychological immune system and depression in first - semester university students in Latvia. Baltic journal of psychology, 5(2), 19 - 30.
- Wehmeyer, M. L. (2007). Promoting self - determination in students with developmental disabilities. Guilford Press.
- Wehmeyer, M. L., & Field, S. L. (2007). Self - determination: Instructional and assessment strategies. Corwin Press.
- Wehmeyer, M. L., Palmer, S. B., Shogren, K., Williams - Diehm, K., & Soukup, J. H. (2013). Establishing a causal relationship between intervention to promote self - determination and enhanced student self - determination. The Journal of Special Education, 46(4), 195 - 210.
- Wehmeyer, M. L., Shogren, K. A., Palmer, S. B., Williams - Diehm, K. L., Little, T. D., & Boulton, A. (2012). The impact of the self - determined learning model of instruction on student self - determination. Exceptional children, 78(2), 135 - 153.