باب التربية وعلم النفس:

مفهوم الذّات الاجتماعيّ وعلاقته بالمرونيّة النّفسيّة لدى عيّنة من متعلّمي الصّفّ التّاسع الأساسيّ في إحدى مدارس جبل لبنان الرّسميّة المختلط

The social self-concept and its relationship to psychological resilience among a sample of ninth-grade learners in a public mixed school in Mount Lebanon

عبير عطاالله، زاهي الزغبي

[1] متخصّصة في الفنون التشكيليّة، طالبة دكتوراه في العلوم التربوية، مسار إرشاد مدرسيّ في المعهد العالي للدكتوراه في الآداب والعلوم الإنسانيّة – الجامعة اللبنانيّة،

abiratallah1@gmail.com

[2] متخصص في تكنولوجيا التربية، طالب دكتوراه في العلوم التربوية، مسار تكنولوجيا التّربية في المعهد العالي للدكتوراه في الآداب والعلوم الإنسانيّة – الجامعة اللبنانيّة،

_zoghbi_zahi@hotmail.com

تاريخ الاستلام: 6/4/2022 **تاريخ القبول: 4/5/2022**

مستخلص البحث

يهدف البحث الحالي إلى دراسة مفهوم الذّات الاجتماعيّ وعلاقته بالمرونيّة النّفسيّة لدى عيّنة من متعلّمي الصّفّ التّاسع الأساسيّ في إحدى مدارس جبل لبنان الرّسميّة المختلطة، في ظلّ الواقع المعاش لدى المراهقين من ضغوطات نتيجة ما يتعرّضون له من أحداث أمنيّة ووبائيّة واقتصاديّة. طبقت الدّراسة المنهج الإجرائيّ التّعاونيّ، أجاب 36 متعلّمًا على استبانة من ثلاث فقرات: الفقرة الأولى للبيانات العامّة وفقرة ثانية تكوّنت من مقياس تنسي لمفهوم الذّات ببعده الاجتماعيّ والفقرة الثّالثة تكوّنت من مقياس المرونيّة النّفسية لكونور وديفيدسون. أظهرت النّتائج، وجود علاقة ارتباطيّة سلبيّة متوسّطة بين المرونيّة النّفسيّة ومفهوم الذّات الاجتماعيّ، ($r = -0.46$).كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيًا بين على مستوى مفهوم الذّات الاجتماعيّ بين من خسر أحد أقاربه نتيجة تعرّضه لفيروس كورونا ومن لم يتعرّض لتلك الخسارة ، مع معدّل (1.21) لمن خسر أحد أقاربه من أفراد العيّنة جرّاء تعرّضه لفيروس كورونا،

و (1.05) للأفراد الذين لم يتعرّضوا للخسارة، بقيمة دالّة إحصائيًّا (α=0.02)؛ كما أظهرت النّتائج أيضًا وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين المجموعتين على مستوى خسارة أحد الأقارب نتيجة انفجار مرفأ بيروت، بقيمة (α=0.018) دالّة إحصائيًا.

الكلمات المفتاحيّة: المرونيّة – مفهوم الذّات الاجتماعيّ – الأحداث الضّاغطة.

Abstract

The current research aims to study the social self-concept and its relationship to psychological resilience among a sample of ninth-grade learners in a public mixed school in Mount Lebanon in light of the pressures experienced by adolescents as a result of the security, epidemiological, and economic events they procedural collaborative the applied study The .are exposed to :questionnaire section-three a answered learners 36 .approach of one second the ,statements general of consisted part first the ,dimension social its with concept-self of scale Tennessee the Psy- Davidson and Connor the of consisted part third the and showed results prominent most The .Scale Resilience chological psychologi- between correlation negative medium a is there that of results The .(0.46- = r) concept-self social and resilience cal relative a lost who those among concept-self social of level the who those and virus Corona the to exposed being of result a as statistically were there that showed loss that from suffer not did average an with ,groups two the between differences significant due members sample the of relative a lost who those for (1.21) of who individuals for (1.05) and ,virus Corona the to exposure to = 0.02) value significant statistically a with ,loss a suffer not did α). The results also showed that there were statistically significant differences between the two groups in the level of loss of a rela-

tive as a result of the explosion of the Port of Beirut, with a value of ($\alpha = 0.018$) that was statistically significant

Keywords: Resilience – social self-concept – stressful events.

1. مقدمة

عالميًا، تعرّض العالم في ربيع 2020 إلى موجةٍ وبائيّةٍ لفيروس كورونا- كوفيد 19 أعلنت منظّمة الصّحة العالميّة أنّه يمكن وصف الفيروس بأنّه جائحةٌ خلال مؤتمرٍ صُحفيّ عقده المدير العامّ للمنظّمة في جنيف في آذار 2020 (World Health Organization, 2020) ، أوْدَت بحياة العديد من المصابينَ وأدّت إلى التّوقف القسريّ للحياة الّتي عهدتها البشريّة وتطلبت إجراءاتٍ جديدةٍ للحدّ من الإنتشار الوبائيّ أبرزها البقاء في المنزل والتّباعد المكانيّ فتحوّلت معظم الأعمال بما فيها العمليّة التّعليميّة التّعلميّة من الحالة الحضوريّة إلى العمل من المنزل وبات التّعلم عن بعد الوسيلة الوحيدة لاستكمال العامّ الدّراسيّ.

أمّا في لبنان، أقفلت المدارس أبوابها نتيجة جائحة كورونا في العامّ الدّراسيّ 2020-2019، وكان قد سبق ذلك الإقفال المستمرّ لغاية العامّ 2021-2020 مجموعةٌ من الإقفالات المتقطّعة نتيجة العوامل الإقتصاديّة والاجتماعيّة والأمنيّة ، ممّا ساهم بالإنقطاع القسريّ عن التّعلم الحضوريّ واستبداله بعمليّة التّعلم عن بعد الّتي كانت لها تحدّياتها، الّتي بدورها أثّرت على تفاعلات المتعلّمينَ وحدّت من إمكانية اكتشافهم ومعرفتهم لقدراتهم وإمكاناتهم.

بالإضافة للجائحة العالميّة، تعرّض اللّبنانيونَ لضغوطاتٍ وأزماتٍ وصدماتٍ عديدةٍ منذ العام 2019 تزايد نتيجتها معدّل الفقر (Blair, 2022)؛ بالإضافة إلى ذلك، هزّ في آب 2020، انفجار في مرفأ العاصمة بيروت، جميع أنحاء البلاد وصُنِّفَ ضمن أكبر الإنفجارات غير النّوويّة في تاريخ البشريّة، والنّاتج عن إنفجار ما يقارب من 2750 طنًا من نترات الأمونيوم المخزنة بشكل غير صحيح والذّي خلّف ما لا يقلّ عن 215 ضحيّة وآلاف الجرحى وتدمير مساحاتٍ شاسعة من بيروت (Azhari & Abi Nader, 2022; Amos & Rincon, 2020) وكان له أثارُ نفسيّةٌ وإجتماعيّةٌ وإقتصاديّةٌ على سكّان العاصمة وضواحيها.

كلّ ما ذُكِرَ، وخاصّةً الأعداد الكبيرة من الوفيّات المُعلن عنها بسبب إنفجار المرفأ والإصابة بفيروس كورونا (10.359 حالة وفاة جرّاء الإصابة بالفيروس (الجمهورية اللّبنانية وزارة الصّحة العامّة، 2022)، 215 ضحيّة نتيجة تفجير مرفأ بيروت (Azhari & Abi Nader, 2022))، شكّل عواملًا ضاغطةً تحتاج مستوى معيّنًا من المرونيّة النّفسيّة لمواجهتها، إذ تشكّل المرونيّة عاملاً وقائيّا للحماية من الضّغوطات النّفسيّة والأحداث الضّاغطة بما فيها الخسارة والصدمات، كما تساعد في إدارة مستويات التوتر وأعراض الإكتئاب؛ إنّها مؤشّر إلى قوّة وثبات العقل للتّعامل مع التّحديات والإختبارات الّتي تواجه الفرد (Hurley, 2020). كما يعتبر مفهوم الذّات أحد المحدّدات الرّئيسيّة للسّلوك الإنسانيّ ومساهمًا في قدرة الفرد على مواجهة الضّغوطات ومطالب الحياة، وهو موردٌ داخليٌّ أساسيّ لتشكيل مستوى معيّنًا من المرونيّة لمواجهة الأزمات والضّغوطات (عبدالرؤوف، 2018).

يتشارك كلا المفهوميْنِ في تشكيلهما بالموارد أو العوامل الذّاتيّة، والبيئة العائليّة والدّعم العائليّ الاجتماعيّ(يعقوب ودمعة، 2015 ؛ عبد الرؤوف، 2018)

وبعد انقطاعٍ دام لعامٍ ونيّف، عادت المدارس لتفتح أبوابها وتستقبل المتعلّمينَ حضوريًّا في العامّ الدّراسيّ 2022–2021، مع تطبيق كافة الإجراءات الوقائيّة للحماية من فيروس كورونا، منها ارتداء القناع الواقي، التّباعد الجسدي داخل وخارج الغرف الصّفيّة، استبعاد كلّ ما يمكن للمتعلّمينَ مشاركته... (الجمهورية اللبنانية وزارة التّربية والتّعليم العالي، 2020) فعادت التّفاعلات الاجتماعيّة وانخراط المتعلّمين ضمن المجموعات للواجهة من جديد.

غير أنّه بعد مرور فترةٍ زمنيّةٍ، تبيّن لنا أثر تلك الأحداث الضّاغطة على مجموعةٍ من المتعلّمينَ على التّفاعلات الاجتماعيّة الإيجابية والانخراط بالمجموعات، خاصةً المراهقين منهم، فمنهم من خسر أو تضرّر منزله، وفقد أقارب له أو أصيب جسديًّا جراء الإنفجار، أو فقد أقارب له جراء إصابتهم بفيروس كورونا، ومنهم من أصيب بالفيروس وكانت له تداعياته السّلبيّة على صحتّه النّفسيّة والجسديّة؛ كما قد يعود ذلك للإجراءات المذكورة الّتي أعاقت إلى حدٍّ ما عمليّة التّفاعل فيما بينهم، والانخراط بالمجموعات وبالتّالي عدم تلقي الدّعم الاجتماعيّ اللّازم، وبالتّالي، أعاقت عمليّة تطوير مفهوم الذّات الإجتماعيّ نظرًا لكون العوامل المذكورة تؤثّر على تطوّر المفهوم.

وتعتبر المراهقة مرحلة ذات أهميّة كبيرة بين مراحل نموّ الفرد كونها مرحلة انتقاليّة بين الطّفولة والرّشد، يتمّ فيها تكوين سلوكيّات الفرد وأنماط حياته (Gonzalez et al., 2019) يتراوح فيها النّمو بين قطبيْنِ، وضوح الهوية مقابل غموض الدّور (يعقوب ودمعه، 2015)، يحقّق خلالها الفرد إنجازاتٍ تساعده في تحقيق ذاته، ينخرط بالجماعات أو يرفضها وينطوي على نفسه، يبني خلالها علاقاتٍ اجتماعيّة وصداقاتٍ مغلقةً بعيدةً عن أهله ومع الجنس الآخر، تنمو لديه النّزعة للإستقلاليّة والتّعايش مع المعايير الاجتماعيّة (Gerring & Zimbardo, 2013؛ سليم، 2002)، وتحقيق متطلبات النّمو السّويّ في تلك المرحلة يساهم في تعزيز مستوى المرونيّة النفسيّة لدى الفرد وهي عملية التّكيّف بنجاحٍ مع تجارب الحياة الصّعبة أو القاسية، خاصةً من خلال المرونة العقليّة والإنفعاليّة والسّلوكيّة والتّكيّف مع المتطلبات الخارجيّة والدّاخليّة (APA, n.d.). ولتحقيق تلك التّفاعلات الاجتماعيّة والتّكيّف الإجتماعيّ، وترتبط التّفاعلات الاجتماعيّة السّليمة والعلاقات النّاضجة بالصّورة الإيجابيّة عن الذّات(ده مير، 2014) أيّ بمفهوم الذّات الّذي يُعْتبر نوع من التّجارب العاطفيّة الذاتيّة الإيجابيّة في الحياة الاجتماعيّة حيث تتمكّن الذات، ككائن، من التعرف على المجتمع بما في ذلك المجموعات الاجتماعية والأفراد وتقييمه. (Wang, 2015). هو وصف الفرد وتقييمه لذاته، بما في ذلك خصائصه النّفسيّة والجسديّة، مهاراته وحسناته، والأدوار الّتي يقوم بها. تساهم مفاهيم الذّات في إحساس الفرد بهويّته مع مرور الوقت (APA, n.d.) ومفهوم الذّات الاجتماعيّ تحديدًا هو شكل من أشكال مفهوم الذّات ويمثّل مدركات الفرد لذاته وتصوراته حولها كما يعتقد أن الآخرين يتصورونها ويقومونها، ويتكوّن ويدركه الفرد عبر التّفاعلات الإجتماعيّة مع الآخرين ومواقفهم وسلوكهم تجاهه. (زهران، 2003)

وتعتبر المدرسة بالنّسبة للمراهق، المسؤولة بشكلٍ كبيرٍ عن تفاعلاته. في داخلها تكتمل جميع جوانب النّمو لدى المتعلّم، من المعرفيّة إلى الوجدانيّة مرورًا بالإجتماعيّة. كما وتتشكّل فيها شخصيّته بشكلٍ أساسيّ، لأنّها تشكّل جزْءًا بارزًا منها، فيها يتواصل مع أقرانه ويطوّر علاقاته بهم، وينمّي ويطوّر معارفه وقدراته ومهاراته. يختبر المراهق فيها العلاقات الإيجابيّة مع مدرّسيه ممّا يؤثّر على نموّه الإيجابيّ (American Psychological Association, 2002)

وبالإضافة لما ذُكِر في دور المدرسة، فهي تؤدّي دورًا أساسًا في تكوين مفهوم الذّات الإيجابي عند الطّفل كونها تُظْهِر له إمكاناته وقدراته وما يستطيع تعلّمه وإنجازه (الخرعان، 2016)، ونظريًّا، في الأدبيّات، يرتبط مفهوم الذّات مع المرونيّة النفسيّة (Llistosella et al., 2019)

كلّ تلك الأحداث الصّادمة والضّاغطة المذكورة، تجعلنا نتساءل حول مستوى المرونيّة النّفسيّة لدى المتعلّمين المراهقين ومستوى مفهوم الذّات الاجتماعيّ لديهم أيضًا.

إذًا، ممّا تقدّم، تتمثّل إشكاليّة البحث بالسّؤال التّالي: إلى أيّ مدى يوجد ارتباط بين مفهوم الذّات الاجتماعيّ والمرونيّة النّفسيّة لدى عيّنة من متعلميّ الصّفّ التّاسع الأساسيّ في إحدى مدارس منطقة جبل لبنان الرّسميّة المختلطة؟

مشكلة الدّراسة

تنبع مشكلة هذه الدّراسة من واقع تمّت ملاحظته لدى مجموعةٍ من المتعلّمين المراهقين وهو صعوبة تفاعلهم الاجتماعيّ وانخراطهم من جديد ضمن المجموعات في المدرسة بعد العودة للتّعليم الحضوريّ، وبعد كلّ ما مرّوا به من أحداثٍ ضاغطةٍ.

والسّؤال الأساسيّ هو : ما علاقة مفهوم الذّات الإجتماعيّ بالمرونيّة النّفسيّة لدى عيّنة من متعلميّ الصّف التّاسع الأساسيّ في إحدى مدارس منطقة جبل لبنان الرّسميّة المختلطة؟

أسئلة البحث

أسئلة البحث الّتي تتفرّع من السّؤال الأساسيّ هي:

1. هل يوجد إرتباط بين مفهوم الذّات الإجتماعيّ والمرونيّة النّفسيّة لدى متعلميّ الصّفّ التّاسع الأساسيّ في إحدى مدارس منطقة جبل لبنان الرّسميّة المختلطة؟
2. هل هناك فروق ذات دلالةٍ إحصائيّةٍ في مستوى مفهوم الذّات الإجتماعيّ والمرونيّة لدى متعلميّ الصّفّ التّاسع الأساسيّ في إحدى مدارس منطقة جبل لبنان الرّسميّة المختلطة تعزى لمتغيّر الجنس؟
3. هل هناك فروق ذات دلالةٍ إحصائيّةٍ في مستوى مفهوم الذّات الاجتماعيّ والمرونيّة لدى متعلمي الصّفّ التّاسع الأساسيّ في إحدى مدارس منطقة جبل لبنان الرّسميّة المختلطة تعزى لمتغيّر المستوى العلميّ للأهل؟
4. هل هناك فروق ذات دلالةٍ إحصائيّةٍ في مستوى مفهوم الذّات الاجتماعيّ

والمرونيّة لدى متعلمي الصّفّ التّاسع الأساسيّ في إحدى مدارس منطقة جبل لبنان الرّسميّة المختلطة تعزى لفقدان أحد الأقارب؟

أهداف وأهميّة البحث

تكمن أهميّة هذا البحث في دراسة كلّ من مفهوم الذّات والمرونيّة النّفسيّة وارتباطهما بالواقع المعاش لدى المراهقين من ضغوطاتٍ نتيجة ما يتعرّضون له من أحداثٍ أمنيّةٍ ووبائيّةٍ واقتصاديّةٍ ووضع اقتراحاتٍ علميّة وتطبيقيّة لمعالجة مشكلة هذا البحث الإجرائيّ؛ وبالتّالي، يهدف هذا البحث إلى:

- قياس مدى ارتباط مفهوم الذّات الإجتماعيّ بالمرونيّة النفسيّة
- قياس مستوى المرونيّة النفسيّة لدى عينة البحث
- قياس مستوى مفهوم الذّات الاجتماعيّ لدى عينة البحث

حدود الدّراسة

تتمثّل الحدود المكانيّة للدّراسة في إحدى مدارس محافظة جبل لبنان الرّسميّة المختلطة الّتي فتحت أبوابها لممارسة التّعليم الحضوريّ، والّتي رُصدت فيها مشكلة الدّراسة.

أمّا الحدود الزّمانيّة فهي الفصل الأوّل من العام الدّراسيّ 2022-2021، بعد مرور شهريْنِ على بدء العامّ الدّراسيّ.

مفاهيم البحث

المرونيّة: تعود أصول مفهوم «المرونيّة» إلى الفيزياء: إنّها قدرة المواد على مقاومة الصّدمات أو استعادة شكلها الأوّليّ بعد أن كانت مضغوطة أو مشوّهة. معامل المرونة هي النّسبة بين الطّاقة المطلوبة لكسر جسم ما ومساحة المقطع المكسور. إنّها خاصيّة ميكانيكيّة تحدّد مقاومة تأثير المادّة ("Resilience", n.d.).

عرّفتها الجمعيّة الأميركيّة لعلم النفس على أنّها "عملية التّكيّف لمواجهة الشّدائد والصّدمات والمآسي والتّهديدات أو حتّى المصادر المهمّة من الضّغوطات مثل المشكلات العائليّة والاجتماعيّة والمشكلات

الصّحيّة الخطيرة أو الضّغوطات الماليّة وأماكن العمل، إنّها تعني الارتداد إلى الحالة السّويّة من الخبرات

الصّعبة" (American Psychological association, 2009)

بالنّسبة لـ Boris Cyrulnik تحدّد المرونيّة القدرة على النّموّ والتّطوّر حتّى في البيئات المُتداعية، وهي عمليّة تطوّريّة، مؤلّفة من مجموعة من الظّواهر المنسّقة حيث يتسلّل الفرد في سياقٍ عاطفيّ وثقافيّ خاصّ. المرونيّة هي فنّ الإبحار في التّيارات الجارفة .(Cyrulnik, 2001)

أمّا إجرائياً فهي تعني الدرجة التي يحصل عليها المشاركون على مقياس المرونية المستخدم في الدراسة الحاليّة.

مفهوم الذّات الاجتماعيّ: بحسب الجمعيّة الأميركيّة لعلم النفس، هو وصف الفرد وتقييمه لذاته، بما في ذلك الخصائص النّفسيّة والجسديّة والصّفات والمهارات والأدوار وما إلى ذلك. تساهم مفاهيم الذّات في إحساس الفرد بهويّته مع مرور الوقت. ويسمّى أيضًا التّقييم الذّاتي. ("Self-concept", n.d.)

أمّا إجرائياً فهي تعني الدرجة التي يحصل عليها المشاركون على مقياس مفهوم الذات الاجتماعيّ المستخدم في الدراسة الحاليّة.

بالنسبة لشافيلسون وزملائه، هو تنظيم هرميّ يحتلّ فيه مفهوم الذّات العامّ رأس الهرم، ونجد في المستوى الثّاني مكونات مفهوم الذاّت الأكاديميّ وغير الأكاديميّ الّذي يمثّل تصوّرات الذّات الجسديّة والاجتماعيّة (سكريّة وآخرون، 2022).

الأحداث الضّاغطة: هي مجموعة من الأحداث المستجدّة ويعرّفها Zhang (2017) بأنّها الأحداث الغير مستحبّة، الّتي يمكن أن تتعلّق بالصّحة، والعلاقات الاجتماعيّة والبيئيّة، وعلى سبيل المثال الإصابة بالمرض، ووفاة قريب في العائلة. وقد تؤدي هذه الأحداث إلى محاولات تكيّفية يقوم بها الفرد، ويمكن لهذه الأحداث أن تضعف من مقاومة الجسم، وترفع احتمال حدوث المرض. يتّفق هذا التّعريف مع تعريف Maquet all & (2020) ويضيف إن هذه الأحداث الغير مستحبّة ممكن أن تكون مجموعة خبرات تسبّب إعادة تكيّف، وتتطلب قيام الفرد بردود فعل بهدف استعادة التّوازن المفقود.

أمّا إجرائيًّا، وفي حدود هذا البحث، فهي تتمثّل بخسارة أحد المقربين جاء إنفجار مرفأ بيروت و/أو إصابته بفيروس كورونا (COVID-19)

2 – الإطار النّظريّ والدّراسات السّابقة

1.2. الإطار النّظريّ

مفهوم الذّات الاجتماعيّ

يشير مفهوم الذّات عمومًا إلى تصوراتنا عن أنفسنا، كيف نرى قدراتنا ومواقفنا، سماتنا، ومعتقداتنا وتوقعاتنا، يمكن اعتباره الصّورة الذّهنيّة لمن نحن. فهو يعكس مدركات الفرد حول ذاته. إنّها محاولتنا لشرح أنفسنا لأنفسنا، لبناء مخطّط «سكيما»، بحسب Piaget، لتنظيم انطباعاتنا ومواقفنا ومعتقداتنا عن أنفسنا.

يتكوّن من الوعيّ الذاّتي وتقدير الذّات الّذي يحدّد موقف الفرد تجاه نفسه، وقد يؤثّر وجود مفهوم الذّات الإيجابي على رفع مستوى المرونيّة، غير أنّ هذا النّموذج أو المخطط هو غير ثابت وقابل للتّغيير، فتصوّرات الفرد عن ذاته قد تتغيّر من موقفٍ لآخر ومن مرحلةٍ عمريّةٍ لأخرى. (Woolfolk, 2017 ; Katz et al., 2019)

قد يسأل الأطفال والمراهقون أنفسهم باستمرارٍ، « كيف أبلي؟ « إنّهم يقيسون ردود الفعل اللّفظية وغير اللّفظية للأفراد المهمّين في حياتهم، وآبائهم وأفراد أسرتهم الآخرين في السّنوات الأولى من حياتهم، ثمّ لاحقًا يعتمدون على ملاحظة ردود أفعال الأصدقاء والأقران والمعلّمين لإصدار هذه الأحكام. (Woolfolk, 2017)

إنّ لدراسة مفهوم الذّات تاريخ طويل في مجال الأبحاث والدّراسات النّفسيّة، تتميّز أقلّه بخمس نقاطٍ معرفيّةٍ تحوّليّةٍ.

أولاً، كانت مساهمة جيمس (1890) حاسمة في الاهتمام العلميّ بعلم نفس الذّات، كما يعود له الفضل بتعدّد أبعاد هذا البناء، ووفقًا له يمكن تقسيم أنا الذّات Me–Self إلى ثلاثة مكوّنات: الذّات الماديّة، الذّات الاجتماعيّة، والذّات الرّوحيّة. تشير الذّات الماديّة إلى الذّات الجسديّة ويلعب الإحساس بالجسد دورًا في تنمية الشّعور بالذّات. وتشير الذّات الاجتماعيّة إلى الأدوار الاجتماعيّة، بالمعنى الصّحيح، تتعدّد مفاهيم الذّات الاجتماعيّة للفرد بتعدّد علاقاته الإجتماعيّة وعدد الأفراد الّذين يحملون له صورة معيّنة في أذهانهم؛ ويعود تكوين الذّات الاجتماعيّة الإيجابيّة إلى المشاعر والتّفاعلات الإجتماعيّة الّتي يختبرها الفرد داخل مجموعة مهمّة في نظره. (Jhangiani et al., 2014)

ثانيًا، أعادت الثّورة المعرفيّة موضوع الذّات إلى الواجهة بعد إقصائها من قبل السّلوكيّين، وقد سمحت بدراسة الأفكار والتّفاعلات الدّاخليّة بهدف تعديلها. ذلك أن إحدى المهام الرّئيسيّة لعلم النّفس المعرفيّ هي بناء معرفة جديدة حول ما يدور في عقل الفرد، فأصبحت الصّورة/الرّؤية الذّاتيّة جديرة بالإهتمام، ممّا أدّى إلى التّركيز على كيفيّة معالجة وتشفير وتنظيم واسترجاع الذّات، بالإضافة إلى دراسة الرّؤية الذّاتيّة self–views. وهكذا، تشير الذّات إلى الإدراكات الّتي تلتقط تعريف الفرد عن الذّات، وكيف يتم ّترميزها وتنظيمها واسترجاعها بغية التّكيّف النّفسيّ للفرد.

ثالثًا، ساهم الإدراك الاجتماعيّ بزيادة الإهتمام العلميّ بمفهوم الذّات. فالإدراك الإجتماعيّ هو دراسة كيفيّة فهم الفرد للآخر ولذاته، هي دراسة لعمليّة بناء معرفة الذّات – self–knowledge لدى الأفراد وإدراكهم لبيئتهم الاجتماعيّة، كما يدرس كيف ينتج الأفراد هذه المعرفة أو يعيدون إنتاجها اجتماعيًّا بالإضافة إلى تأثير هذه المعرفة على السّلوك الإجتماعيّ.

تجمع المعرفة معلومات منظّمة عن الذّات، وتساهم في بناء السّلوك الاجتماعيّ والتّكيّف النّفسيّ للفرد، وبالتّالي، تصبح الذّات مفتاحًا لفهمنا للصّحّة العقليّة ليس مجرد بنية قويّة للمعرفة.

رابعًا، عزّز التّقدّم في مجال القياس النّفسيّ الإهتمام بمفهوم الذّات، فالتّفاعل بين النّظريّة والقياس موضوع جدليّ إذ تعمل النّماذج النّظريّة على تحسين الإجراءات الّتي تساهم في إثرائها، كما وساهم تطوير الأدوات على أسس نظريّة وتجريبيّة لقياس أبعادٍ متعددةٍ لمفهوم الذّات بتطوير الأبحاث حول مفهوم الذّات.

خامسًا، من خلال تقديم مفهوم الذّات الضّمنيّ، يوفّر الإدراك الإجتماعيّ الضّمنيّ أحدث التّطورات في علم النّفس لجهة مفهوم الذّات والّذي قدّمه Greenwald and Banaji لوصف العمليّات المعرفيّة الّتي تحدث خارج الوعي المدرك أو التّحكم الواعي فيما يتعلّق بالبنى النّفسيّة الاجتماعيّة، مثل المواقف والأفكار النّمطيّة ومفهوم الذّات. مقارنةً بمفهوم الذّات المدرك أو الواعي، يُعرَّف مفهوم الذّات الضّمنيّ عمومًا بأنّه مفهوم يتمّ الاحتفاظ به خارج الإدراك الواعي، أو خارج إطار معرفة الذّات، والّتي يَتَعَذّر الوصول إليها من خلال الإستبطان

فيما يتعلّق بمكونات الذّات، يؤثّر مفهوم الفرد عن ذاته بشكل مباشر على تشكيل سلوكه وتفاعلاته وتكوين شخصيته (Boyd & Bee, 2014)، لذا تلعب إدراكات الفرد حول ذاته دورًا أساسيًا في عمليّة بناء مفهوم الذّات الإيجابيّ والواقعيّ لدى الفرد، وتتكوّن الذّات من تلك الإدراكات وتقييم الفرد لها.

كما وتشكّل أفكار الفرد تجاه ذاته النّواة الأساسيّة الّتي تقوم عليها شخصيّته وتكيّفه الشّخصيّ والإجتماعيّ، ويتكوّن مفهوم الذّات من جميع تلك الإدراكات وتقييم الفرد لها وتتمثّل بالجوانب التّالية:

الجانب الجسديّ، العقليّ، الإنفعاليّ، الاجتماعيّ والجانب المهنيّ.

قدّمت horni مفهومًا ثلاثيًّا للذّات مفاده بأنّ الذّات المثاليّة هي مفهوم رئيسيّ عامّ وهامّ في تحقيق التّوافق النّفسيّ تسعى لتحقيق الإستقلال والإكتفاء الذّاتيّ، وقد تفشل في تحقيقهم في حال كانت غير واقعيّة، مع الإشارة إلى أنّ الذّات الواقعيّة تشير إلى الفرد بمجموع خبراته وقدراته وحاجاته وأنماط سلوكه.

بحسب hall & Lindzey يشكّل مفهوم الذّات الإطار المرجعيّ الّذي يزوّد الفرد بالقوّة والمرونيّة، يمكن تقويم الشّخصيّة وتعديل السّلوك من خلاله، كما وتعتبر الذّات الحقيقيّة القوى المركزيّة والدّاخليّة الّتي تميّز الفرد وتشكّل مصدر نموّ طاقته، ميوله وقراراته ومشاعره. (عبدالرؤوف، 2018)

هو تنظيم ديناميكيّ يعتمد على التّفاعلات مع بيئة الفرد، كما يعتبر مفهوم متعدّد الأبعاد، ويتكوّن بحالته الشّاملة من مفاهيم أكثر تحديدًا. وفقًا لشافيلسون وزملائه، هو تنظيم هرميّ يحتلّ فيه مفهوم الذّات العامّ رأس الهرم، ونجد في المستوى الثّاني مكونات أكثر تحديدًا هي مفهوم الذّات الأكاديميّ وغير الأكاديميّ.

يتشعّب من مفهوم الذّات الأكاديميّ المواد المتخصّصة مثل الرّياضيات، اللّغات والعلوم. أما مفهوم الذّات غير الأكاديميّ فيتكوّن من مفهوم الذّات الجسديّ، الإنفعاليّ (العاطفيّ) والإجتماعيّ الّذي يتطوّر في سياق التّفاعلات الاجتماعيّة للفرد. (Dapp & Robers, 2018; Ledrich & Gana, 2012 p. 74))

وقد حدّد « Herbert Marsh» وزملاؤه ما يقارب 17 مفهومًا مختلفًا للذات في المجالات الأكاديميّة (اللّفظية، والرّياضيّات، وحلّ المشكلات، الفنّ، والمعلوماتيّة)،

والمجالات غير الأكاديميّة (المظهر الجسديّ، والشّعبيّة، والجدارة بالثّقة، والعلاقات مع الوالدين، والإستقرار العاطفيّ) (Woolfolk, 2017).

أمّا مفهوم الذّات الاجتماعيّ فهو شكل من أشكال مفهوم الذّات ويمثّل مدركات الفرد لذاته وتصوّراته حولها كما يعتقد بأنّ الآخرين يتصورونها ويقيّمونها، ويتكوّن ويدركه الفرد عبر التّفاعلات الإجتماعيّة مع الآخرين. (زهران، 2003)

يتميّز مفهوم الذّات بنوعين: المفهوم الإيجابيّ للذّات، الذي يمكّن الفرد من الإنفتاح على كلّ ما هو جديد، واكتشاف قدراته الكامنة. والمفهوم السّلبي للذّات الذّي يجعل الأفراد قلقين غير متقبلين للخبرات السّلبيّة في حياتهم. تؤثّر سيطرة الاتجاهات السّلبيّة نحو الذّات والآخر على سلوك الفرد وبالتالّي على تكيّفه الإجتماعيّ (درويش، 2016)

تؤثّر مجموعة من العوامل في تكوين مفهوم الذّات، نذكر منها:

- التّأثيرات الأسريّة، ونعني بها أثر إدراك الفرد لاتجاهات والديه نحوه.
- التّأثيرات الجسميّة، والّتي تعني أثر صورة الجسد الّتي يرسمها الفرد على بناء مفاهيم ذاتيّة معيّنة.
- الخبرات المدرسيّة النّاتجة عن تقويم المعلّمين للمتعلّم وخبراته مع النّجاح والفشل.
- التّواصل مع الأقران.
- مستوى الطّموح.
- المستوى الاجتماعيّ والإقتصاديّ للأسرة...
- اللّغة
- التّفاعلات والعلاقات الاجتماعيّة للفرد. (عبدالرؤوف، 2018؛ ده مير،2014).

النّظريّات الّتي عالجت مفهوم الذّات هي نظريّة التّحليل النّفسيّ لفرويد، نظريّة الذّات لكارل روجرز، نظريّة السّمات، نظريّة ماسلو، نظريّة جورج ميد ونظريّة جيمس سينج وكومبيس [...] (أسكيري، 2014)

1.1.2. المرونيّة النّفسيّة

يمكن ردّ مصدر مفهوم «المرونيّة» إلى الفيزياء، وهي خاصيّة الأجسام الّتي لها القدرة على الرّجوع إلى شكلها وأبعادها الأصليّة بعد التّخلص من الضّغط . إنّها خاصيّة ميكانيكيّة تحدّد نسبة الإجهاد المطبّق على جسم معيّن والتّشوّه المرافق له وقدرة هذا الجسم للعودة لشكله وأبعاده الأوليّة بعد زوال الأسباب ("Resilience", n.d.).

التّأثيرات الأكثر شهرةً على انتشار مفهوم المرونيّة نذكّر نظريّة التّعلّق ل»J. Bowl–by» التّعلّق (1960–1970) وهي من النّظريّات الرّئيسيّة الّتي ساهمت في بناء الإطار النّظريّ للمرونيّة النّفسيّة، العديد من الدّراسات حول الإجهاد والتّكيّف، تحليل عوامل الخطر والإختلافات بين الأفراد ومواجهة الإجهاد والصّدمات، تحليل عمليّات الحماية الفرديّة والاجتماعيّة والبيئيّة، ودراسات عمليّات النّمو في كافة الجوانب الحياتيّة (Anaut, 2005)

تعتبر أبحاث E. Werner واحدة من أوائل الأبحاث الّذين استخدموا مصطلح المرونيّة، وتمثّلت عينتها من مجموعة أطفال من كاوئي – هاواي، الّذين ترعرعوا في ظلّ أسر تعاني من إدمان الكحول، أمراض نفسيّة والبطالة. وجاءت النّتائج أنّ ثلثي الأطفال أظهروا سلوكيّات غير سويّة (هدّامة) في سنوات مراهقتهم، ومع ذلك لم يظهر الثّلث الباقي من المراهقين وعائلاتهم سلوكيّات هدّامة وأظهروا سمات وخصالاً مختلفة فسمّتهم ورنر بالمجموعة المرنة (Werner, 1971 : Werner, 1989). وفي عام 1985 نشر M. Rutter مقالاً بعنوان «الشّدائد». وهكذا، توالت الأبحاث في هذا المجال، حيث نشر A. Masten في عام 1990 ، مقالًا يتناول المرونيّة لدى الأطفال الّذين تعرّضوا للضّغوطات والصّدمات، وعلاقتها بنمّوهم. (Anaut, 2011; Lonescu, 2011

ويعتبر بوريس سيرولنيك من روّاد المرونيّة، ففكرة التّحوّل لا غنى عنها في عملية النّموّ واكتساب المرونيّة عند الأطفال. عن طريق الخيال المُبدع والتّكيّف بشكل مُرضيّ لمقاومة الضّغوط والتّجارب، وتحويل الصّدمة والظرّوف القاسية إلى تجربة وإيجابيّة .

(Cyrulnik, 2001)

وقد طوّر «بوريس سيرولنيك» هذا المفهوم من خلال ملاحظة الأفراد والنّاجين من معسكرات الإعتقال، بما في ذلك أطفال دور الأيتام الرّومانيّة وأطفال الشّوارع البوليفيّين. بالنّسبة له، تحدّد المرونيّة القدرة على النّمو والتّطوّر والتّقدّم حتّى في البيئات المضطربة. إنّها عمليّة مؤلّفة من مجموعة من العوامل والمكوّنات المتناسقة، هي فنّ التّنقّل في السّيول الجارفة [...]

تتطلب المرونيّة توفّر «موارد» في ذاكرة الفرد لتمكّنه من المقاومة والصّمود كي لا ينجرف في المنحدر الطّبيعيّ للصّدمات الّتي تجعله يتخبّط ويغرق، وهذه الموارد تبنى في الذاكرة من خلال أحلام اليقظة وفي أدب الأطفال والغناء والموسيقى والمسرح والحركة الكشفيّة والرّياضة واللّعب والفنون التّشكيليّة وبرامج الخدمة الاجتماعيّة. مع التّأكيد على فعّالية المدرسة وما لديها من أنشطة. وبالتّالي، الوصول بالطّفل / المراهق للشّعور بالفرح والرّضا عن الذّات والحياة (Cyrulnik, 2001).

ومن هذه الصّدمات الّتي تتطلب مرونيّة نفسيّة (Reivich & Gilham, 2010):

- فقدان أحد الأقارب،
- عوامل الخطر (مثل الأحداث الأمنيّة، تفشي الأوبئة)،
- الضّغوطات اليوميّة (مثل الضّغوط الأكاديميّة: الانتقال من التّعلّم التّقليديّ إلى التّعلّم عن بعد، وضغوطات اجتماعيّة).

المرونيّة هي أحد الموارد الشّخصيّة الّتي تقول بقدرة الفرد على مقاومة ومواجهة الضّغوطات الخارجيّة، والأحداث الصّادمة والنّهوض بقوّة من جديد. ويمكننا القول بأنّ أحد مكوّنات المرونيّة هي، أوّلاً الصّلابة والمقاومة (Pollock & Duffy, 1990)، وثانيًا امتلاك الفرد لقدرات ومهارات تساعده على التّفاؤل لاستعادة قوّته مجدّدًا. يعيق عدم وجود هذيْنِ العامليْنِ، تنمية القدرات والمهارات، وبالتّالي النّموّ والتّطوّر، ممّا يؤثّر سلبًا على بناء سكيما (مفهوم ذات) على أسس متينة وصلبة (Gerring & Zimbar-do, 2013).

اهتمّ العلماء بتحليل العوامل المرتبطة بالحماية بمقاومة ومواجهة الأفراد الضّعفاء للظّروف الصّعبة والضّغوطات.

تقسم هذه العوامل إلى نوعين:

- عوامل شخصيّة
- عوامل بيئيّة أسريّة (Southwick & Charny, 2012)

1. العوامل الشّخصيّة: تعتبر العلاقات والتّعلّق الجيّد للطّفل بالآخرين، وبخاصّة الأمّ من خلال علاقة انفعاليّة وثيقة بينهما، ضروريّة للتّكيّف خلال الأزمات. الارتباطات الآمنة مع الكبار الّذين يشكّلون نموذجًا داعمًا وفعّالًا، تسمح للطّفل بأن يبادر، يجازف، ويتحمّل المعيقات سيّما في وضعيّات جديدة.

يدعم الباحثون، وخاصّة BOLWBY (1973)، من خلال التّجارب الّتي قاموا بها، فكرة أنّ العلاقات الّتي يقيمها الفرد في فترة الطّفولة، تساعد على تطوير نظم علاقاته الاجتماعيّة الّتي ترافقه طيلة حياته.

يعرف هذا النّموذج بأنموذج العمل الدّاخلي(Bretherton, 2008,). منه يخلق الفرد رؤيته الخاصّة حول تفاعلاته. وقد أشارت الأبحاث إلى أنّ نوعيّة العلاقات لدى الأطفال في عمر 15 شهرًا (آمنة أو غير آمنة)، تحدّد سلوكهم في المدرسة في سنّ 8 و 9 سنوات.

2. العوامل الأسريّة والبيئيّة: إنّ العوامل الشّخصيّة ليست كافية لبناء المرونيّة، إنّما يساهم الدّعم الأسريّ والبيئيّ، طوال الحياة، في إيجاد نموذج كفؤ (وصيّ) يتمتّع بالمرونيّة الكافية ليُحْتذى به – tutor of resilience بحسب «Cyrulnik. (El Zo– ghby et al., 2020)

تعتمد المرونيّة في بنيتها الدّيناميكيّة على العوامل الشّخصيّة والبيئيّة القابلة للتّغيير أو التّعديل بشكل نسبيّ، وقد تتّصف بالاستدامة مع المجموعة، وبخاصّة مع النّموذج (الوصيّ)_tutor الّذي يتمتّع بالمرونيّة(Lecomte, 2005). وإنّ أيّ مسار يتّصف بالمرونيّة، يكون ناتجًا عن التّوازن بين عوامل الخطر وعوامل الحماية (Lecomte, 2004).

المرونيّة هي عمليّة متعدّدة العوامل ناتجة عن التّفاعل بين الفرد وبيئته، بما في ذلك المتغيّرات الدّاخليّة للفرد (البنيّة النّفسيّة، الشّخصيّة، والآليات الدّفاعيّة ...) الّتي تضمن الصّحّة النّفسيّة، المتغيّرات الخارجيّة (خصائص البيئة الإجتماعيّة – العاطفيّة) ينتج

عنها أشكال محدّدة من المرونيّة.

إنّ التّفاعل بين عوامل الخطر وعوامل الحماية قد يؤدّي إلى تطوّر المرونيّة فنجد حالة من التّوازن الفكريّ والنّفسيّ للفرد تساهم في قدرته على احتمال الضّغوطات بدون انفعال زائد واضطرابات سلوكيّة، وغيابها يعرّض الفرد للهشاشة النّفسيّة، كما تلعب عوامل الحماية دور «الآليات الوسيطة» لتشكيل المرونيّة. هي قدرة الفرد على تنمية الذّات بكافة جوانبها، إنشاء علاقات ودّيّة مع الآخرين والمشاركة بالحياة الاجتماعيّة. (Bouterfas, 2014; Anaut, 2005). بمعنى آخر، تضمن المرونيّة تنمية مفهوم ذات موجب لدى الفرد، وتتكوّن من ثلاثة عوامل هي الشّعور بالكفاءة الذّاتيّة، النّموّ والتّطوّر والتّفاؤل.

الكفاءة الذّاتيّة: الشّعور بالفعاليّة هو الشّعور بالسّيطرة على الحدث والالتزام بالمشاركة في حلّ وضعيّة معيّنة. عرّفها Bandura (1997) بأنّها بناء أساسيّ يتعلّق باعتقاد الفرد بأنّه قادر على تقديم أفضل ما لديه في موقف معيّن. يؤثّر الشّعور بالكفاءة الذّاتيّة، بطرق متعدّدة، على إدراكات الفرد ودافعيّته وتخطيطه وآدائه.

عندما نعتقد أنّنا غير فعّالين، نتجنّب المواقف الصّعبة والتّحدّيات لأنّنا لا نشعر بالقدرة على ذلك.

يستند حكم الكفاءة الذّاتيّة للشّخص على ثلاثة مصادر للمعلومات:

• التّجربة غير المباشرة: مراقبة آداء الآخرين.

• الإقناع: يمكن للآخرين إقناعه بقدراته.

• المشاعر الّتي تثيرها المهمّة الّتي ينوي تنفيذها: يشير القلق إلى ضعف الأمل في الفعاليّة، بينما يشير الحماس إلى توقّع النّجاح في المهمّة. (Gerring & Zimbardo, 2013).

التّفاؤل: هو تبني الفرد للموقف القائل بأن الأمور الجيّدة ستحدث ، وأنّ رغبات أو أهداف الأفراد ستتحقّق في النّهاية. ("Optimism", n.d.)

إنّه الميل إلى النّظر إلى الصّعوبات والتّحديّات على أنّها جزء طبيعيّ من الحياة، كفرصة للنّموّ أو كتحدٍّ جذّاب. يتعارض هذا المكوّن مع الفكرة القائلة بأنّ الحدث يشكّل

تهديدًا وعدم ثقة وعدم استقرار (Brien et al., 2008).

النّموّ والتّطوّر: إنّه القدرة على التّكيّف بسهولة مع التّغييرات المفاجئة، مقترنة بخلق معنى للهدف في الحياة اليوميّة والتّحكّم الشّخصيّ بما يجري في الحياة. تخفّف الجرأة من الآثار السّلبيّة للضّغوطات النّفسيّة، وقد تشكّل عاملًا وقائيًّا ضدّ المرض ("Hardi-ness, n.d.)، كما أنّه يحدّد ميل الفرد إلى الشّعور بالتّقدّم والتّرفّع أو الشّعور بالثّراء، أي ما يعرف بازدياد المعرفة بعد التّعرّض لحدثٍ ضاغط أو مرهق (Brien et al., 2008).

تساهم مجموعة من العوامل في تكوين المرونيّة إذ تظهر العديد من الدراسات أنّ العامل الأساسيّ هو وجود علاقات رعائيّة وداعمة داخل الأسرة وخارجها. تساعد العلاقات الّتي تخلق الحبّ والثقة، والّتي تقدم نماذج يُحْتذى بها، وتوفّر التّشجيع والطّمأنينة في تعزيز المرونيّة.

هناك عدّة عوامل إضافيّة مرتبطة بالمرونيّة، وهي عوامل يمكن للفرد بناءها وتطويرها، منها: القدرة على وضع خطط واقعيّة والتّوقّف لتنفيذها، النّظرة الإيجابية للفرد لنفسه وثقته في نقاط قوّته وقدراته، توفّر مهارات في التّواصل وحلّ المشكلات لدى الفرد، والقدرة على إدارة المشاعر القويّة والاندفاع. (APA, 2009)

2.2 الدّراسات السّابقة

اطّلع الباحثان على مجموعة من الدّراسات العربيّة والأجنبيّة الّتي تناولت موضوعيّ المرونيّة النّفسيّة ومفهوم الذّات الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضّاغطة؛ تعدّدت الدّراسات الأجنبيّة الّتي تناولت هذه المتغيّرات سويًّا، بينما فلم يعثرا على دراسات مشابهة باللّغة العربيّة، لذا اطلعنا على دراسات تناولت متغيّري المرونيّة النّفسيّة وأحداث الحياة الضّاغطة من جهة، ودراسات أخرى تناولت مفهوم الذات الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضّاغطة من جهة أخرى، ويمكن تحديد هذه الدّراسات بالمحاور التّاليّة دراسات أجنبيّة تناولت العلاقة بين المرونيّة النّفسيّة ومفهوم الذّات، دراسات عربيّة تناولت المرونيّة النّفسيّة وعلاقتها بأحداث الحياة الضّاغطة ومواجهة الصّدمات.

أولاً، الدّراسات العربيّة الّتي تناولت المرونيّة النّفسيّة وعلاقتها بالأحداث الضّاغطة.

دراسة الزّهيري (2012) والّتي هدفت إلى التّعرّف على مستوى المرونيّة النّفسيّة

وعلاقتها بأحداث الحياة الضّاغطة لدى طلبة جامعة ديالي.

تمثّلت عيّنتها في 476 طالباً وطالبة من جامعة ديالي – العراق، بعد أن تمّ اختيارهم بالطّريقة العشوائيّة. واستخدمت الباحثة مقياس للمرونيّة النّفسيّة ومقياس أحداث الحياة لجمع البيانات ومعالجتها بالوسائل الإحصائية.

اعتمدت هذه الدّراسة على نوعيْنِ من المناهج البحثيّة، وهما: المنهج الوصفيّ، إلى جانب المنهج الكلينيكي.

وكان من أبرز نتائجها أنّ العيّنة تتّصف بمستوى مرتفع من المرونيّة النّفسيّة، ولاتوجد فروقات في مستوى المرونيّة النّفسيّة بحسب متغيّر الجنس والتّخصّص والصّفّ. وأشارت النّتائج إلى أنّه توجد علاقة سالبة بين المرونيّة النّفسيّة وأحداث الحياة الضّاغطة لدى العيّنة .

دراسة زيدان (2021) والّتي هدفت إلى تقييم المرونيّة النّفسيّة لدى الأسر المصريّة في ظلّ جائحة كورونا وعرض لأساليب مواجهة هذه الصّدمة من قبل الوالديْنِ ومعرفة العلاقة بين المرونيّة النّفسيّة للوالديْنِ وأساليب مواجهة الصّدمة النّفسيّة لجائحة كورونا لديهم.

طبّقت الدّراسة المنهج الوصفيّ الارتباطي، على عيّنة من (65) أسرة مصريّة متمثّلة في الوالدين. ولتحقيق أهدافها استخدمت الباحثة مقياسين من إعدادها: مقياس المرونيّة النّفسيةّ ومقياس أساليب مواجهة الصّدمة النّفسيّة

وكان من أبرز النّتائج وجود علاقة ارتباطية بين المرونيّة النّفسيّة وأساليب مواجهة الصّدمة النّفسيّة لدى الوالدين ولكن هناك تفاوت في الأساليب المستخدمة تبعاً لشخصية الوالدين وأيضًا تبعاً لاختلاف مستوى المرونيّة النّفسيّة لديهم.

دراسة عمار (2021) والّتي هدفت إلى الكشف عن مفهوم المرونيّة النّفسيّة، واكتشاف العلاقة التّنبؤيّة بين المرونيّة النّفسيّة والانفعالات الإجابيّة والضّغوطات المدركة.

تكوّنت عيّنة الدّراسة من (300) متعلّم تراوحت أعمارهم بين (11 – 14) عاماً. لجمع البيانات تمّ استخدام مقياس للمرونيّة النّفسيّة ومقياس للانفعالات الإيجابيّة ومقياس للضّغوطات المدركة.

أظهرت النّتائج أنّ مرتفعي المرونيّة النّفسيّة كانوا الأكثر شعوراً بمستوى مرتفع من الانفعالات الإيجابية وكانوا الأقل في الضّغوطات المدركة مقارنة بمنخفضي ومتوسطي المرونة النّفسيّة. كما أظهرت النّتائج أنّه يمكن التّنبؤ بالانفعالات الإيجابيّة من خلال أبعاد المرونيّة النّفسيّة، كما أنّ المرونيّة النّفسيّة تساعد على الحدّ من الضّغوطات المدركة.

ثانيًا، مجموعة الدّراسات الأجنبيّة التّي تناولت العلاقة بين المرونيّة النّفسيّة ومفهوم الذّات.

دراسة Ramirez-Granizo et al. ، (2020) الّتي هدفت إلى وصف وتحليل العلاقات بين الأبعاد المختلفة لمفهوم الذّات ومجموعة متغيّرات بينها المرونيّة النّفسيّة لدى عيّنة من (203) متعلّمًا تتراوح أعمارهم بين 11 و13 عامًا في مجموعة من المدارس الإبتدائيّة افي اسبانيا.

اعتمد الباحثون المنهج شبه التّجريبيّ واستخدموا مجموعة مقاييس لقياس مستوى المتغيّرات بينها مقياس كونور – ديفيدسون لقياس مستوى المرونيّة النّفسيّة.

أظهرت النّتائج أنّ الذّكور أكثر مرونيّة من الإناث، يتساوى الجنسين بمستوى مفهوم الذّات الإجتماعيّ، كما أظهرت النّتائج أيضًا أنّ المتعلّمين الّذين يتمتعون بمستوى مرونيّة نفسيّة مرتفع لديهم مستوى دافعيّة مرتفع تجاه العمل التّعاونيّ.

دراسة Wu et al.، (2018) الّتي هدفت إلى تحديد ما إذا كان مفهوم الذّات يتوسط العلاقة بين الغضب والمرونيّة للمرضى المراهقين الّذين يتعالجون من مرض السّرطان الّتي تكوّنت عيّنتها من 40 مراهقًا مصابًا بالسّرطان في إحدى مناطق الصّين.

اعتمد الباحث مقياس المرونيّة الصّينيّ ومقياس مفهوم الذّات الصّينيّ لجمع البيانات، وأظهرت النّتائج مفهوم ذات إيجابي مرتفع لدى عيّنة الدّراسة، كما أظهرت النّتائج أيضًا أنّ لمفهوم الذّات دور وسيط بين المرونيّة والغضب لدى العيّنة المشاركة.

اتضّح خلال استعراض بعض الدّراسات السّابقة أن هناك مجموعة من الدّراسات ربطت بين المرونيّة النّفسيّة وعلاقتها بأحداث الحياة الضّاغطة والإنفعالات الإيجابية كدراسة الزهيري، 2021 ودراسة عمار، 2021، أمّا دراسة زيدان، 2021، فاستعرضت أثر جائحة كورونا وعلاقتها بالمرونيّة النّفسيّ.

أمّا الدّراسات الأجنبيّة فقد تميّزت عن الدّراسات العربيّة في تحليل العلاقة بين الأبعاد المختلفة لمفهوم الذّات والمرونية النفسيّة كدراسة راميريز، 2020، أما دراسة وو – Wu، 2018، فقد درست مفهوم الذات كعلاقة تتوسط الغضب والمرونيّة النفسيّة.

أمّا الدّراسة الحاليّة، تلتقي مع الدّراسات السّابقة في أهدافها المتمثّلة بقياس مستوى مفهوم الذّات الاجتماعيّ، ومستوى المرونيّة بعد جائحة كورونا وانفجار مرفأ بيروت لدى عيّنة الدّراسة، وقياس مدى الارتباط بين المتغيّرين.

3. منهجيّة الدّراسة

3.1 . منهج الدّراسة: تمّ اعتماد المنهج الإجرائيّ التّعاونيّ، كون البحث انطلق من مشكلة عمليّة وفعليّة ويهدف لمعالجتها، وقد تمّ التّعاون بين الباحثين والمبحوثين لجمع المعلومات، وبالتّالي سيصار للتّعاون مجدّدًا فيما بينهم لتطبيق الاقتراحات بناءً على النّتائج.

3.2. اختيار العيّنة

تمّ اختيار عيّنة قصديّة من متعلّمي إحدى مدارس جبل لبنان الرّسميّة بعد فتح المدارس أبوابها لممارسة التّعليم الحضوريّ، تمّ اختيار صفّ التّاسع الأساسيّ المنتمين لمرحلة المراهقة، وقد تجلّت لديهم مشكلة الدّراسة، أجاب على الاستبيان(46) متعلّمًا بعد الحصول على موافقة الإدارة.

3.3. خصائص العيّنة

يبيّن الجدول أدناه خصائص العيّنة الّتي شاركت في الاستبيان المكوّن من مقياسين، العوامل الضّاغطة والمرونيّة النّفسيّة، والّتي بلغ عددها (46) متعلّمًا وكانت النّسب على الشّكل الآتي:

إناث (47.8 %) وذكور (52.2 %)؛ تراوحت نسبة مستوى تعليم الأمّ بين (4.3 %) المرحلة التّكميليّة و(32.6 %) مستوى جامعيّ بينما (19.6 %) لا يعرفون مستوى التّعليم لدى أمّهاتهم، أمّا فيما يختصّ بمستوى تعليم الأب فقد تراوحت النّسب المئويّة بين (6.5 %) للمرحلة التّكميليّة، (26.1%) مستوى جامعيّ، (2.2%) أمّيّ و(21.7 %) لا يعرفون المستوى التّعليميّ لأبائهم.

(23.9 %) خسروا أحد المقرّبين بسبب فيروس كورونا، و(4.3 %) نتيجة إنفجار مرفأ بيروت.

جدول رقم 1 خصائص عيّنة الدّراسة

المتغيّر		العدد	النّسبة المئويّة
الجنس	إناث	22	47.8
	ذكور	24	52.2
معدل الأعمار	14.2		
المستوى التّعليميّ للأمّ	إبتدائي	8	17.4
	تكميليّ	2	4.3
	ثانويّ	12	26.1
	جامعيّ	15	32.6
	أميّ	0	.
	لا أعرف	9	19.6
	المجموع	46	100
المستوى التّعليميّ للأب	إبتدائي	9	19.6
	تكميليّ	3	6.5
	ثانويّ	11	23.9
	جامعيّ	12	26.1
	لا أعرف	11	23.9
	المجموع	46	100
خسارة أحد المقربين نتيجة فيروس كورونا	**نعم**	11	23.9
	كلا	35	76.1
	المجموع	46	100

خسارة أحد المقربين نتيجة انفجار مرفأ بيروت	نعم	2	4.3
	كلا	44	95.7
	المجموع	46	100

4.3. بناء الاستبانة

لقياس مستوى المرونيّة ومفهوم الذّات الاجتماعيّ لدى المتعلّمين المراهقين في إحدى مدارس محافظة جبل لبنان، منطقة بعبدا الرسميّة، تمّ بناء إستمارة باللّغة العربيّة للسّماح للمتعلّمين بالفرعين الفرنسيّ والإنكليزيّ بالمشاركة بالدّراسة.

تكوّنت الاستبانة من ثلاث فقرات، فقرة البيانات العامّة (الجنس، العمر، مكان السّكن، المستوى التّعليميّ للأمّ، المستوى التّعليميّ للأب، خسارة أحد المقربين نتيجة فيروس كورونا، خسارة أحد المقربين نتيجة انفجار مرفأ بيروت).

وفقرة ثانية تكوّنت مقياس تنسي لمفهوم الذّات ببعده الاجتماعيّ المكوّن من18 من إعداد قسم الصّحّة النّفسيّة، تنسي –1955، ثمّ طوّره «وليام فيتس» عام 1965، وأعدّ كلّ من (علاوي وشمعون، 1983) صورته العربيّة (أبو سعد، 2011)، أجاب عليها المشاركون على تردّد من ثلاث نقاط يتراوح من صفر (لا ينطبق علي تمامًا) إلى 2 (ينطبق عليّ تمامًا).

وفقرة ثالثة تكوّنت من مقياس المرونيّة النّفسيّة لكونور وديفيدسون(Conner & Davidson,2003) . لقياس المرونيّة النّفسيّة، والّذي يرمز له CD–RISD و يتألّف في صيغته الأولى من 25 فقرة لقياس المرونة وطُبّق على خمس عيّنات بلغ عددها 1305 للتّحقّق من الصّدق والثّبات، وقد بلغ معامل ألفا لكرونباخ (0.94)

وقد صيغت فقرات المقياس جميعها بطريقة إيجابيّة، وفق تدرّج ليكرت الخماسيّ إذ تشير الدّرجة العليا إلى ارتفاع مستوى المرونيّة والدّرجة المنخفضة إلى انخفاض المستوى.

وضع المقياس ليطبّق على الأفراد ما فوق ال 18 (الهاشمية، 2017)، غير أنّ مجموعة من الدّراسات قامت بتطبيقه وأثبتت فعّاليّته على عيّنة من الأطفال والمراهقين تتراوح أعمارهم بين 10 و 18 عامًا (لذا تمّ تطبيقه على عيّنة من متعلّمي الصّفّ التّاسع الأساسيّ المراهقين (The Connor–Davidson Resilience Scale, n.d.)، أجاب عليها المشاركون على تردّد من خمس نقاط يتراوح من صفر (تنطبق علي تمامًا) إلى 4 (لا ينطبق علي أبدا).

تمّ عرض الاستبيان على مجموعة من الاختصاصيّين للتّحقّق من صدقه، وإجراء معادلة ألفا كرونباخ – Alpha Chronbach للتّحقّق من ثباته، وقد بلغت معامل الثّبات لمقياس مفهوم الذّات الاجتماعيّ(α=0.79)، و(α=0.87) لمقياس المرونيّة النّفسيّة.

4. نتائج الدّراسة

للإجابة عن أسئلة الدّراسة، وبعد التّأكّد من أنّ جميع المتغيّرات تتبع التّوزيع الطّبيعيّ – Normal Distribution، تمّ استخدام اختبار one sample t.test لمعرفة كلّ من معدّل المرونيّة ومفهوم الذّات الاجتماعيّ؛ أمّا للتّأكّد من وجود تباين في مستوى المرونيّة ومفهوم الذات الاجتماعيّ بين الإناث والذّكور على مستوى متغيّرات الجنس، المستوى التّعليميّ للأمّ والأب، وخسارة أحد المقربين نتيجة فيروس كورونا وانفجار مرفأ بيروت فقد تمّ استخدام اختبار (ت) T. Test (Student) لمتغيّرات الجنس وخسارة أحد المقربين نتيجة فيروس كورونا وانفجار مرفأ بيروت، وتحليل التّباين (ANOVA) لباقي المتغيّرات، واختبار Pearson لمعرفة العلاقة الارتباطيّة بين المرونيّة النّفسيّة ومفهوم الذّات الاجتماعيّ لدى المتعلّمين، والعلاقة الارتباطيّة أيضًا بين متغيّر العمر وكلّ من المرونيّة النّفسيّة ومفهوم الذّات الاجتماعيّ وقد أظهرت النّتائج ما يلي:

1.4. العلاقة بين مفهوم الذات الاجتماعيّ ومتغيّر الجنس

جدول رقم 2 مستوى مفهوم الذات الاجتماعيّ وفقًا لمتغيّر الجنس

المتغيّر		العيّنة		المتوسّط الحسابيّ	الانحراف المعياري	درجة الحرّيّة	قيمة T	الدّلالة الإحصائيّة
الجنس	مفهوم الذات الاجتماعي	إناث	22	1.12	0.18	44	0.85	0.42
		ذكور	24	1.06	0.23			

للتّأكّد من وجود اختلاف في مستوى مفهوم الذّات الاجتماعيّ بين الإناث والذّكور، تمّ إجراء independent sample t–test، الّذي أظهرت نتائجه عدم وجود فروق على مستوى المرونيّة يُعزّى لعامل الجنس، مع معدّل (1.12) للإناث، و (1.06) للذّكور بقيمة غير دالّة إحصائيًّا (α=0.42). مع الإشارة إلى أنّ مستوى مفهوم الذات الاجتماعيّ لدى عيّنة الدراسة متدنٍّ بمتوسّط حسابيّ (1.09) وانحراف معياريّ (0.21).

2,4. العلاقة بين مفهوم الذات الاجتماعيّ والمستوى التعليميّ للأهل

جدول رقم3 مستوى مفهوم الذات الاجتماعيّ وفقًا للمستوى التعليميّ للأهل

المتغيّرات		مصدر التّباين	مجموع المربّعات	درجة الحرّيّة	متوسّط المربّعات	قيمة F	الدّلالة الإحصائيّة
المستوى التّعليميّ للأب	مفهوم الذّات الاجتماعيّ	بين المجموعات	0.13	4	0.035	0.74	0.56
		داخل المجموعات	1.89	41	0.046		
		المجموع	2.03	45			
المستوى التّعليميّ للأب	مفهوم الذات الاجتماعيّ	بين المجموعات	0.3	4	0.18	0.44	0.77
		داخل المجموعات	1.72	41	0.41		
		المجموع	2.03	45			

بعد إجراء ONE WAY ANOVA–test تبيّن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة على مستوى مفهوم الذات الاجتماعيّ يعزى لعامل المستوى التّعليميّ للأهل، مع قيمة (F=0.74) و (α=0.56) بالنّسبة للمستوى التّعليميّ للأمّ، وقيمة (F=0.44) و(α=0.77) بالنّسبة للمستوى التّعليميّ للأب.

3،4. العلاقة الارتباطيّة بين مفهوم الذّات الاجتماعيّ وخسارة أحد المقرّبين نتيجة فيروس كورونا أو انفجار المرفأ

جدول رقم4 مستوى مفهوم الذات الاجتماعيّ وفقًا لخسارة أحد المقرّبين نتيجة فيروس كورونا أو انفجار المرفأ

المتغيّر		العيّنة		المتوسّط الحسابيّ	الانحراف المعياري	درجة الحرّيّة	قيمة T	الدّلالة الإحصائيّة
خسارة أحد المقربين نتيجة فيروس كورونا	مفهوم الذات الاجتماعيّ	نعم	11	1.21	0.16	44	2.32	0.02
		كلا	35	1.05	0.21			
خسارة أحد المقربين نتيجة انفجار مرفأ بيروت	مفهوم الذات الاجتماعيّ	نعم	2	0.75	0.27	44	2.45-	0.018
		كلا	44	1.1	0.19			

للتّأكّد من وجود اختلاف في مستوى مفهوم الذّات الاجتماعيّ بين من خسر أحد اقاربه نتيجة تعرّضه لفيروس كورونا ومن لم يتعرّض لتلك الخسارة، تمّ إجراء independent sample t-test، الّذي أظهرت نتائجه وجود فروقات دالة إحصائيًا بين المجموعتين، مع معدّل (1.21) لمن خسر أحد أقاربه من أفراد العيّنة جرّاء تعرّضه لفيروس كورونا، و (1.05) للأفراد الذين لم يتعرّضوا للخسارة، بقيمة دالّة إحصائيًّا (α=0.02)؛ كما أظهرت النّتائج أيضًا وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين المجموعتين على مستوى خسارة أحد الأقارب نتيجة انفجار مرفأ بيروت، بقيمة (α=0.018) دالّة إحصائيًا.

4,4. العلاقة بين المرونيّة النفسيّة ومتغيّر الجنس

جدول رقم5 مستوى المرونيّة النفسيّة وفقًا لمتغيّر الجنس

المتغيّر		العيّنة		المتوسّط الحسابيّ	الانحراف المعياري	درجة الحرّيّة	قيمة T	الدّلالة الإحصائيّة
الجنس	المرونيّة	22	إناث	2.66	0.74	44	1.65	0.15
		24	ذكور	2.36	0.46			

للتّأكّد من وجود اختلاف في مستوى المرونيّة النّفسيّة بين الإناث والذّكور، تمّ إجراء independent sample t-test، الّذي أظهرت نتائجه عدم وجود فروق على مستوى المرونيّة يُعزّى لعامل الجنس، مع معدّل (2.66) للإناث، و (2.36) للذّكور بقيمة غير دالّة إحصائيًّا (α=0.15)، مع الإشارة إلى أن مستوى المرونيّة النّفسيّة لدى عيّنة الدراسة متدنٍّ بمتوسّط حسابيّ (2.5) وانحراف معياريّ (0.62).

5,4. العلاقة بين المرونيّة النّفسيّة والمستوى التّعليميّ للأهل

جدول رقم6 مستوى المرونيّة النفسيّة وفقًا للمستوى التعليميّ للأهل

المتغيّرات		مصدر التّباين	مجموع المربّعات	درجة الحرّيّة	متوسّط المربّعات	قيمة F	الدّلالة الإحصائيّة
المستوى التّعليمي للأمّ	**المرونيّة النّفسيّة**	بين المجموعات	1.14	4	0.28	0.71	0.74
		داخل المجموعات	16.4	41	0.4		
		المجموع	17.5	45			

المستوى التّعليميّ للأب	**المرونيّة النّفسيّة**	بين المجموعات	0.722	5	0.18	0.44	0.77
		داخل المجموعات	16.82	40	0.41		
		المجموع	17.54	45			

بعد إجراء ONE WAY ANOVA–test تبيّن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة على مستوى المرونيّة النفسيّة يعزى لعامل المستوى التّعليميّ للأهل، مع قيمة (F=0.71) و (α=0.74) بالنّسبة للمستوى التّعليميّ للأمّ، وقيمة (F=0.44) و(α=0.77) بالنّسبة للمستوى التّعليميّ للأب.

6,4. العلاقة بين المرونيّة النّفسيّة وخسارة أحد المقرّبين نتيجة فيروس كورونا أو انفجار المرفأ

جدول رقم7 مستوى المرونيّة النفسيّة وفقًا لخسارة أحد المقرّبين نتيجة فيروس كورونا أو انفجار المرفأ

المتغيّر		**العيّنة**		**المتوسّط الحسابيّ**	**الانحراف المعياري**	**درجة الحرّيّة**	**قيمة T**	**الدّلالة الإحصائيّة**
خسارة أحد المقربين نتيجة فيروس كورونا	المرونيّة	نعم	11	2.6	0.66	44	0.6	0.54
		كلا	35	2.47	0.61			
خسارة أحد المقربين نتيجة انفجار مرفأ بيروت	المرونيّة	نعم	2	2	0	44	1.18–	0.24
		كلا	44	2.5	0.6			

للتّأكّد من وجود اختلاف في مستوى المرونيّة النّفسيّة بين من خسر أحد اقاربه نتيجة تعرضه لفيروس كورونا ومن لم يتعرّض لتلك الخسارة، تمّ إجراء independent sample t–test، الّذي أظهرت نتائجه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة، مع معدّل (2.6) لمن خسر أحد أقاربه من أفراد العيّنة جرّاء تعرّضه لفيروس كورونا، و (2.47) للأفراد الذين لم يتعرّضوا للخسارة، بقيمة غير دالّة إحصائيًّا (α=0.54)؛ كما أظهرت النّتائج أيضًا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين المجموعتين على مستوى خسارة أحد الأقارب نتيجة انفجار مرفأ بيروت، بقيمة (α=0.24) غير دالّة إحصائيًا.

7،4. العلاقة الارتباطيّة بين المرونيّة النفسيّة ومفهوم الذات الاجتماعيّ

جدول رقم 8 العلاقة الارتباطيّة بين المرونيّة النفسيّة ومفهوم الذات الاجتماعيّ

المتغيّرات	المتوسط الحسابي	معامل الارتباط	الدّلالة الإحصائيّة
المرونيّة النفسيّة	2.5	0.46-	0.05
مفهوم الذات الاجتماعيّ	1.09		

يظهر الجدول أعلاه وجود علاقة ارتباطيّة سلبيّة متوسّطة بين المرونيّة النفسيّة ومفهوم الذات الاجتماعيّ، ما يشير إلى أنّ المتغيّرين يتحرّكان بطريقة عكسيّة مع قيمة معامل ارتباط ($r = -0.46$) و قيمة ($\alpha=0.05$) دالة إحصائيًا.

5. تحليل النّتائج

بيّنت النتائج عدم وجود اختلاف في مستوى على مفهوم الذات الاجتماعيّ، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة تعزى لمتغيّر الجنس، وأيضًا عدم فروق دالّة إحصائيًا تعزى للمستوى التعليميّ للأهل يمكن أن الأسباب التي قد تؤدي إلى وجود الفروق لا تختلف بدلالة الجنس البيولوجي، وفضلًا عن ذلك فإن تشابه الظروف البيئية التي يعيش فيها المشاركون في البحث له أثره المماثل في هذا المضمار.

كما أظهرت النتائج أيضًا وجود فروق على مستوى مفهوم الذات الاجتماعيّ بين من خسر أحد اقاربه نتيجة تعرضه لفيروس كورونا بمعدّل أعلى من معدّل المجموعة التي لم تتعرّض لتلك الخسارة، وأظهرت النتائج أيضًا وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين من خسر أحد أقاربه نتيجة انفجار مرفأ بيروت بمعدّل منخفض عن من لم يتعرّض لتلك الخسارة، قد يعود السبب لعدم توفّر الموارد البيئيّة والذاتيّة التي تشكل عاملاً وقائيّا للحماية من الضغوطات النفسيّة والأحداث الضّاغطة بما فيها الخسارة والصدمات.

وقد يعزى تدنّي مستوى مفهوم الذات الاجتماعيّ، إلى غياب العوامل المؤثّرة في تكوين المفهوم، خاصةً التفاعلات الاجتماعيّة والتواصل مع الأقران والخبرات المدرسيّة، بالإضافة إلى تدنّي مستوى الدعم الأسريّ.

أما على مستوى المرونيّة النفسيّة لم نجد فروق دالة إحصائيًا تعزى لمتغيّر الجنس، كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة على مستوى المرونيّة النفسيّة يعزى لمتغيّر

المستوى التّعليميّ للأهل، وأيضًا عدم وجود علاقة ارتباطيّة بين متغيّري العمر والمرونيّة النّفسيّة؛ كما أظهرت النتائج أيضًا عدم وجود فروق على مستوى المرونيّة النّفسيّة بين من خسر أحد أقاربه نتيجة تعرّضه لفيروس كورونا ومن لم يتعرّض لتلك الخسارة، كما هي الحال بين المجموعتين على مستوى خسارة أحد الأقارب نتيجة إنفجار مرفأ بيروت.

مع الإشارة إلى أنّ مستوى المرونيّة النّفسيّة لدى عيّنة الدّراسة متدنٍّ قد يعود السّبب إلى غياب الدّعم العائليّ من جهة، وغياب عوامل شخصيّة كالعلاقات التّفاعليّة والارتباطات الآمنة من جهة أخرى، وأيضًا إلى تدنّي مستوى مفهوم الذّات الّذي يعتبر مورد داخلي أساسيّ لتشكيل مستوى معيّن من المرونيّة لمواجهة الأزمات والضّغوطات.

كما أظهرت النّتائج وجود علاقة ارتباطيّة سلبيّة متوسّطة بين مفهوم الذّات الإجتماعيّ والمرونيّة النّفسيّة، ممّا يشير إلى أنّ المتغيّرين يتحرّكان بطريقة عكسيّة أيّ أنه كلّ ما ارتفع مستوى المرونيّة انخفض مستوى مفهوم الذّات الإجتماعيّ العكس صحيح.

فالموارد الخارجيّة في لبنان، عرقلت الموارد الدّاخليّة (البيئة العائليّة)، والخارجيّة المتمثّلة بالبيئة المدرسيّة وما يصاحبها من تفاعلات.

6. خاتمة وتوصيات

غالبًا ما يدرس علماء النّفس النّموّ الإنسانيّ من جانب المرونيّة النّفسيّة وتحمّل الضّغوطات، وتساهم بعض عوامل الخطر كالفقر مثلاً بالنموّ الغير المتوازن السّويّ للفرد، لذلك تهيّء بعض عوامل الحماية الفرد لمواجهة العوامل الضّاغطة بمرونيّة. مع الإشارة إلى أنّ مفهوم الذّات في مرحلة المراهقة هو أكثر تركيبًا نظرًا لوجود الدّور الإجتماعيّ للفرد والبحث عن الهويّة ممّا يؤثّر على سلوكه وإستجاباته تجاه المواقف الحياتيّة (Boyd & Bee, 2014) .

وفي ظلّ الأحداث المستجدّة الضّاغطة الّتي يشهدها لبنان من موجة وباء كورونا إذ سجّل، حتى تاريخ تسليم هذا البحث 10.359 حالة وفاة جرّاء الإصابة بالفيروس (الجمهورية اللّبنانية وزارة الصّحّة العامّة، 2022)، أضف إلى ذلك عدد الوفيّات البالغ 215 ت (Azhari & Abi Nader, 2022) نتيجة تفجير مرفأ بيروت، وقد بيّنت الدّراسة وجود 11 من أفراد العيّنة البالغ عددها 46 تعرّضوا بخسارة أحد المقرّبين نتيجة إصابته بفيروس كورونا، واثنين نتيجة إنفجار مرفأ بيروت. ولكن على الرّغم إنخفاض هذا

العدد، غير أنّ أثر الأحداث الضّاغطة بارز من خلال مستوى مفهوم الذّات الإجتماعيّ المتدنّي ومستوى المرونيّة النفسيّة المنخفض. فمهوم الذات هو إنبناء تراكميّ ينمو من خلال المواقف والخبرات الّتي يمرّ بها الفرد من الطّفولة إلى المراهقة، ويعتبر الأهل والمعلّمون نماذج لتنمية مفهوم ذات إيجابيّ ومرونيّة نفسيّة مرتفعة لمواجهة أحداث الحياة الضّاغطة الّتي ساهمت باتساع الفجوة بين الطّبقات الإجتماعية، العامل الّذي قد يشكّل حدثاً ضاغطاً بذاته على متعلّمي المدارس الرّسميّة الّذين ينتمون إلى فئة ذوي الدّخل المحدود.

من هنا أهميّة تدخّل ضروريّ عبر تطبيق برامج إرشاديّة وقائيّة وعلاجيّة الّتي موجّهة للمتعلّمين بهدف:

- بناء مفهوم ذات إيجابيّ مرتفع
- رفع مستوى المرونيّة النّفسيّة
- إكساب المتعلّمينَ قدرات ومهارات إجتماعيّة
- برامج موجّهة للمعلّمين
- برامج موّجّهة للإداريّين

7. قائمة المراجع

المراجع العربيّة

1. أسكيري، نعيمة. (2014). تطور مفهوم الذّات عبر التّفاعل النّفسيّ–الاجتماعيّ مجلة علوم *التربية*، (59)، 93–78.
2. الجمهورية اللبنانية وزارة الإعلام. (2022، نيسان 16). ترصد عدوى الكوفيد 19 في لبنان بتاريخ 16/4/2022. https://corona.ministryinfo.gov.lb/
3. درويش أحمد العسال، هـ. (2016). مفهوم الذّات وعلاقتها بأسلوب حلّ المشكلات وإدارة الأزمات لدى طالبات الجامعة. مجلة بحوث التربية النوعية(41)، 215–181.
4. الجمهورية اللبنانية وزارة التربية والتعليم العالي. (4 شباط 2020). الدليل الصحي للمؤسسات التعليمية حول الإجراءات الوقائية لمنع انتقال وانتشار فيروس سارس – كوف–2(2–CoV– SARS)المسبب لعدوى كوفيد–19لجزء ألول: البروتوكول الخاص باألدوار والمسؤوليات. Retrieved April 27, 2022, from https://cutt.ly/rGvj7Tj
5. ده مير، نورجان عادل. (2013). قوة الذكاء الاجتماعي في تفعيل المسؤولية الاجتماعية ومفهوم الذات الاجتماعي. دار الكتب والوثائق القوميّة.
6. سليم، مريم. (2002). علم نفس النمو. دار النهضة العربية.
7. عبدالرؤوف، طارق. (2018). مفهوم وتقدير الذّات. دار العلوم للنّشر والتّوزيع.
8. عبد المريد عبد الحميد موسي، هاشم. (2020). المرونة النّفسيّة وعلاقتها بمفهوم الذّات والرّضا عن الحياة لدى مدرّبي كرة القدم. المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، 46(064)، 150–131
9. عمار، طاهر سعد حسن. (2021). المرونة النّفسيّة وعلاقتها التّنبؤيّة بالإنفعالات الإيجابيّة والضّغوط المدركة لدى تلامذة مرحلة التّعليم الأساسيّ. المجلة المصرية للدراسات النفسية. 31(113)، 192–151.
10. زهران، حامد. (2003). التوجيه والإرشاد النفسي (ط 3). دار الفكر.
11. زيدان، حنان السّيّد عبد القادر. (2021). المرونة النّفسيّة لدى الأسر المصريّة (الوالدين) وعلاقتها بأساليب مواجهة الصّدمة النّفسيّة في ظلّ جائحة كورونا كوفيد – 19. مجلة كلّية التّربية – جامعة عين شمس. 1(45)، 400–394.
12. سكرية، محمد بسام، الاحمدية، سمر، و سكرية، أسامة.(قيد النشر). العلاقة بين المستوى الاجتماعيّ الاقتصاديّ للأهل والتّحصيل الدّراسيّ ومفهوم الذّات عند الأبناء: منهجيّة نمذجة المعادلة البنائيّة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية.
13. يعقوب، غسان ودمهع ليلى. (2015). المعجم الموسوعي في علم النفس عربي فرنسي انكليزي مصطلحات. مدارس. نظريات. مناهج. مكتبة لبنان ناشرون.
14. الزهيرية، لمياء قيس سعدون. (2012). المرونة النّفسيّة وعلاقتها بأحداث الحياة الضّاغطة لدى طلبة الجامعة.] رسالة ماجيستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة ديالي: العراق [. http:// search.shamaa.org/FullRecord?ID=63251

المراجع الأجنبيّة

15. American Psychological Association. (n.d.). Self-Concept. (n.d.). In APA Dictionary of Psychology. Retrieved from https://dictionary.apa.org/self-concept
16. American Psychological Association. (n.d.). Resilience. (n.d.). In APA Dictionary of Psychology. Retrieved from https://dictionary.apa.org/resilience
17. American Psychological Association. (2002). A Reference for Professionals developing Adolescents. www.apa.org/pi/pii/develop.
18. American Psychological association. (2009). The Road to Resilience [Brochure]
19. American Psychological Association. (n.d.). Hardiness. In APA Dictionary of Psychology. Retreived June 15, 2020, from https://dictionary.apa.org/hardiness
20. American Psychological Association. (n.d.).Optimism. In APA Dictionary of Psycgology. Retreived June 15, 2020, from https://dictionary.apa.org/optimism
21. Amos, J., & Rincon, P. (2020, October 5). Beirut blast was 'historically' powerful. BBC. https://www.bbc.com/news/science-environment-54420033
22. Anaut, M. (2005). Le concept de résilience et ses applications cliniques. Recherche en soins infirmiers, 82, 4-11. https://doi.org/10.3917/rsi.082.0004
23. Anaut, M. (2011). Résilience : pour voir autrement l'intervention en réadaptation. Journal of Human Development, Disability, and Social Change, 19(1), 7-14. https://ripph.qc.ca/wp-content/uploads/2017/11/19-1-2011-Revue_Resilience_tr-1.pdf
24. Azhari, T., & Abi Nader, Y. (2022, April 14). Lebanon cabinet approves demolition of Beirut silos damaged in port blast. Reuters. https://www.reuters.com/world/middle-east/lebanon-cabinet-approves-demolition-beirut-silos-damaged-port-blast-2022-04-14/
25. Blair, E. (2022, January 23). Explainer: Lebanon's financial crisis and how it happened. Reuters. https://www.reuters.com/markets/rates-bonds/lebanons-financial-crisis-how-it-happened-2022-01-23/
26. Bretherton, I. & Munholland, K. A. (2008). Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications (2nd ed). New York, NY: Guilford Press
27. Bouterfas.N. (2014). The insertion : which organizational, psychosocial

and personal inductors on the well-being, the distress and burnout.[Philosophie. Université Charles de Gaulle - Lille III,. Français. ffNNT : 2014LIL30060f]. http://www.sudoc.fr/188234241

28. Boyd, G.D., & Bee, H., L. (2014). The Developing Child (13th ed.). Pearson
29. Brien, M., Brunet, L., Boudrias, J.-S., Savoie, A., & Desrumaux, P. (2008. Août 22). Santé psychologique au travail et résilience: élaboration d'un instrument de mesure. [Conference].In N. Petterson, J.S. Boudrias, & A. Savoie (Dir). Entre tradition et innovation, comment transformons-nous l'univers de travail ? Actes du 15e Congrès de l'Association de psychologie du travail et des organisations de langue française, Québec
30. Cyrulnik, B. (2001). Les Vilains Petits Canards. Odile Jacob
31. Dapp, L. C., & Roebers, C. (2018). Self-concept in kindergarten and first grade children: A longitudinal study on structure, development, and relation to achievement. Psychology, 9(7), 1605-1629.
32. Gana, K. (2012). psychology Of Self-Concept . NOVA
33. Gerring, R. & Zimbardo, P. (2013). Psychologie (18ème ed.). Pearson.
34. González, J.; Garcés, E.J.; García, A.(2019). The Interest of Compulsory High School Students in Physical Education. Electron. J. Educ. Res. 9, 1-20.
35. Hurley, K. (2020). What is resilience? Your guide to facing life's challenges, adversities, and crises. Everyday Health. That is already a cutt. ly link.
36. Jhangiani, R., Tarry, H., & Stangor, C. (2014). Principles of social psychology-1st international edition. BCcampus Open Ed.
37. Katz, J., Mercer, S., H., & Skinner, S. (2019). Developing Selfconcept, Coping Skills, and Social Support in Grades 3-12: A ClusterRandomized Trial of a Combined Mental Health Literacy and Dialectical Behavior Therapy Skills Program.School Mental Health 12, 323-335. https://doi.org/10.1007/s12310-019-09353-x
38. Lecomte, J. (2004). Guérir de son enfance. Paris. Odile Jacob
39. Lecomte, J. (2005). Favoriser la résilience des personnes handicapées mentales. Reliance,
40. nº 18(4), 15-20. doi:10.3917/reli.018.0015
41. Llistosella, M., Gutiérrez-Rosado, T., Rodríguez-Rey, R., Liebenberg, L., Bejarano, Á., Gómez-Benito, J., & Limonero, J. T. (2019). Adaptation and psychometric properties of the Spanish version of Child and Youth Resilience Measure (CYRM-32). Frontiers in psychology, 10,

1410.
42. Lonescu, C. J. (2011). Développement d'interventions individualisées axées sur la resilience. Journal of Human Development, Disability, and Social Change, 19(1), 25-34. Retrieved from https://ripph.qc.ca/wp-content/uploads/2017/11/19-1-2011-Revue_Resilience_tr-1.pdf
43. Marsh, H. W., & Shavelson, R. (1985). Self-concept: Its multifaceted, hierarchical structure. Educational psychologist, 20(3), 107-123.
44. Pollock, S.E. & Duffy, M.E. (1990). The health-related hardiness scale : Development and psychometric analysis. Nursing Research, 39(4), 218-222. Doi: 10.1097/00006199-199007000-00008
45. Maclean, W. (2021, July 30). FBI probe shows amount of chemicals in Beirut blast was a fraction of original shipment. Reuters. https://www.reuters.com/world/middle-east/fbi-probe-shows-amount-chemicals-beirut-blast-was-fraction-original-shipment-2021-07-30/
46. Maquet, Y. G., Angel, J. D., Canizares, C., Lattig, M. C., Agudelo, D. M., Avenas, A., & Ferro, E. (2020). The role of stressful life events appraisal in major depressive disorder. Revista Colombiana of Psiquiatria,49,67-74.
47. Ramirez-Granizo, I. A., Sánchez-Zafra, M., Zurita-Ortega, F., Puertas-Molero, P., González-Valero, G., & Ubago-Jiménez, J. L. (2020). Multidimensional self-concept depending on levels of resilience and the motivational climate directed towards sport in schoolchildren. International journal of environmental research and public health, 17(2), 534.
48. Reivich, K. & Gilham. J. (2010). Building Resilience in youth. Building: The Penn Resiliency Program, National Association of school Psychologists, 38(6), 16-19.
49. Southwick, S.M. & Charney, D.S. (2012). Resilience The Science of Mastering Life's Greatest Challenge (4th ed). United Kingdom: Cambridge University Press.
50. The Connor-Davidson Resilience Scale. (n.d.). http://www.connorda-vidson-resiliencescale.com/faq.php.
51. Toupie. (n.d). Resilience. In la toupie. Retreived June 25, 2020, from http://www.toupie.org/Dictionnaire/Resilience.htm
52. Wang, Z. (2015). An exploration on the relationship between self-concept and parenting style on teenager. Psychology, 6(04), 516.
53. Werner, E. E. (1971). The children of Kauai: a longitudinal study from the prenatal period to age ten. University of Hawaii Press.
54. **Werner, E. E. (1989). Vulnerable but invincible: a longitudinal study of resilient children and youth. McGraw-Hill.**

55. Woolfolk,A. (2017). Educational psychology (3rd ed). PEARSON
56. World Health Organization. (2022). Coronavirus disease (COVID-19). https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1
57. Wu, W. W., Chang, J. T., Tsai, S. Y., & Liang, S. Y. (2018). Assessing self-concept as a mediator between anger and resilience in adolescents with cancer in Taiwan. Cancer Nursing, 41(3), 210-217.
58. World Health Organization. (2020). WHO Daily press conference on COVID-19- 11 March 2020. https://www.who.int/multi-media/details/who-daily-press-conference-on-covid-19-11-march-2020#
59. Zhang, R. (2017). The stress-buffering effect of self-disclosure on Facebook: An examination of stressful life events, social support, and mental health among college students. Computers in Human Behavior,75,527-537.
60. El Zoghby, S., Kassem.M., A., & Kassem, M., A. (2020). The Level of Resilience among Medical Students Interns in Lebanese Hospitals (at the Lebanese University). Journal Dirassat in humanities and social sciences, 5(28). 555-572. http://www.dirassatmagazine.com/PDF