

## النمذجة البنائية للعلاقات بين فاعلية الذات والمثابرة والإصرار واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والصمود الأكاديمي

أشواق عبدالعزيز جان بيفاري

دكتورة، ارشاد نفسي وتربوي، كلية التربية، جامعة الملك عبدالعزيز، المملكة العربية السعودية

Ashbe2897@gmail.com

أمينة عبدالعزيز صالح أباالخير

أستاذ مشارك، علم نفس تعليمي، كلية التربية، جامعة الملك عبدالعزيز، المملكة العربية السعودية

aabaalkheel@kau.edu.sa

أروى عبدالرحمن الخلف

أستاذ مشارك، قياس وتقويم، كلية التربية، جامعة الملك عبدالعزيز، المملكة العربية السعودية

aalkhalaf@kau.edu.sa

### ملخص البحث

هدفت هذه الدراسة إلى بناء نموذج بنائي يفسر العلاقات بين فاعلية الذات والمثابرة والإصرار بوصفها متغيرات مستقلة، واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية كمتغير وسطي، والصمود الأكاديمي كمتغير تابع لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة جدة. اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي باستخدام نمذجة المعادلات البنائية (SEM) للتحقق من طبيعة العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين المتغيرات. وتكونت العينة من (506) طالبة تم اختيارهن عشوائياً من مدارس حكومية وأهلية.

استخدمت الدراسة مجموعة من المقاييس النفسية المقننة لقياس فاعلية الذات، والمثابرة والإصرار، والصمود الأكاديمي، واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (التكيفية واللاتكيفية). وتم تحليل البيانات باستخدام برامج (SPSS 29)، و Mplus (7)، و حزمة Lavaan في برنامج (2.6) Jamovi للتحقق من ملاءمة النموذج وجودة تقدير العلاقات البنائية.

أظهرت النتائج ارتفاع مستوى فاعلية الذات لدى الطالبات، وارتفاع الدافعية نحو الأهداف، مقابل مستوى متوسط من المثابرة والإصرار طويلة المدى. كما كشفت النتائج عن مستوى مرتفع من الصمود الأكاديمي. وبينت تحليلات المسار وجود تأثيرات مباشرة موجبة ودالة إحصائياً لكل من فاعلية الذات والمثابرة والإصرار على استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، وتأثير مباشر موجب لاستراتيجيات المواجهة على الصمود الأكاديمي. في المقابل، لم يظهر تأثير مباشر دال لفاعلية الذات والمثابرة والإصرار على الصمود الأكاديمي، بل ظهر تأثير غير مباشر عبر استراتيجيات المواجهة التكيفية، مما يؤكد دورها كمتغير وسطي في النموذج البنائي.

وتؤكد هذه النتائج أهمية تصميم برامج إرشادية مدرسية قائمة على تنمية فاعلية الذات وتعزيز المثابرة والإصرار، وتدريب الطلبة على استراتيجيات مواجهة تكيفية بما يساهم في تعزيز الصمود الأكاديمي.

**الكلمات المفتاحية:** فاعلية الذات، المثابرة والإصرار، استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، الصمود الأكاديمي، طالبات المرحلة الثانوية.

## Structural Equation Modeling of the Relationships between Self-Efficacy, Grit, Coping Strategies, and Academic Resilience

**Ashwag Abdulaziz Jan Biefari**

(Ph.D.), Counseling and Educational Psychology, Faculty of Education, King Abdulaziz University, Kingdom of Saudi Arabia  
Ashbe2897@gmail.com

**Amnah Abdulaziz Abaalkheel**

Associate Professor, Educational Psychology, Faculty of Education, King Abdulaziz University, Kingdom of Saudi Arabia  
aabaalkheel@kau.edu.sa

**Arwa Abdulrahman Alkhalaf**

Associate Professor, Measurement, Evaluation and Research Methods, Faculty of Education, King Abdulaziz University, Kingdom of Saudi Arabia  
aalkhalaf@kau.edu.sa

### Abstract

This study aims to construct a causal model explaining the relationships between self-efficacy and grit as independent variables, coping strategies as a mediating factor, and academic resilience as a dependent variable among high school female students in Jeddah. The study employed a descriptive correlational research design, utilizing Structural Equation Modeling (SEM) to examine the nature of both direct and indirect relationships between the variables. The study sample consisted of 506 female students, randomly selected from a number of public and private high schools.

To achieve the study objectives, the researcher administered four standardized psychological scales, namely the General Self-Efficacy Scale (GSE), the GRIT Scale, the Academic Resilience Scale, and the adaptive and maladaptive forms of the Coping Strategies Scale (CSS). Data were analyzed using SPSS Statistics 29.0, Mplus 7.0, and the Lavaan package in Jamovi 2.6 to test the validity of the hypothesized model and the statistical adequacy of the path estimates.

The results showed that the students exhibited a high level of self-efficacy and possessed strong passion and motivation toward goals, with a moderate level of long-term perseverance. A generally high level of academic resilience was also observed, with the Grit dimension standing out as the strongest predictor of resilience among all dimensions. Analyses further revealed statistically significant positive direct effects of both self-efficacy and grit on coping strategies, as well as a positive direct effect of coping strategies on academic resilience. However, no significant direct effect of self-efficacy or grit on academic resilience was observed; instead, an indirect effect was mediated through adaptive coping strategies, highlighting the mediating role of these strategies in the proposed causal model.

These results underscore the importance of developing school-based guidance programs informed by the study's causal model, aimed at improving self-efficacy and grit, and training students in positive coping strategies to enhance academic resilience.

**Keywords:** Self-Efficacy, Grit, Coping Strategies, Academic Resilience, High School Female Students.

## المقدمة

تُعد العملية التعليمية من القضايا المهمة التي تشغل المجتمعات والمؤسسات التربوية، لما تمثله من أساس جوهري في تحقيق التنمية البشرية والاجتماعية والاقتصادية. فالتعليم لم يعد مجرد عملية لنقل المعرفة، بل أصبح وسيلة لتكوين الفرد المتوازن فكرياً وفعالياً واجتماعياً. وتنمية مهاراته وقدراته لمواجهة متطلبات الحياة المعاصرة. ومع ما يشهده العالم من تطورات معرفية وتقنية متسارعة، أصبحت العملية التعليمية أكثر تعقيداً وتشابكاً، وأضحى الطالب يعيش في بيئة تعليمية تتطلب منه قدرات معرفية وافتعالية متقدمة لمواكبة هذه المتغيرات والتكيف مع ضغوطها المتزايدة. إن هذه التحولات المستمرة في البيئة المدرسية، وما يصاحبها من تحديات أكاديمية واجتماعية، جعلت الطلبة أكثر عرضة للضغوط النفسية ومشاعر القلق المرتبطة بالتحصيل والمنافسة على المراتب العليا (Martin & Marsh, 2020)؛ (المهيدلي وآخرون، 2024).

ولأن نجاح الطالب لا يقاس فقط بمستوى تحصيله الأكاديمي، بل بقدرته على التكيف النفسي ومواجهة الصعوبات الدراسية أيضاً، فقد اتجهت الدراسات التربوية الحديثة إلى الاهتمام بالمتغيرات غير المعرفية التي تؤثر في الأداء الأكاديمي والتكيف المدرسي إلى جانب القدرات العقلية. فالمتغيرات غير المعرفية تمثل الجانب الداخلي الموجه لسلوك الطالب نحو التعلم، وتشمل السمات الشخصية والافتعالية التي تساعد على مواجهة المواقف الضاغطة بأسلوب تكيفي. وقد أكدت دراسات عديدة أن العوامل غير المعرفية، مثل: الدافعية، والمثابرة، والثقة بالنفس، تسهم بدرجة جوهريّة في تفسير الفروق بين الطلبة في التحصيل الأكاديمي والتكيف النفسي، بل إن تأثيرها قد يتجاوز أحياناً أثر القدرات المعرفية وحدها. ومن أبرز هذه المتغيرات التي ركزت عليها البحوث التربوية والنفسية المعاصرة: فاعلية الذات، والمثابرة والإصرار، واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والصمود الأكاديمي (Credé et al., 2017)؛ (الشهران، 2022)؛ (Dhillon & Arora, 2017)؛ (حميدة والخطيب، 2019)؛ (Alhadabi & Karpinski, 2020).

تؤدي فاعلية الذات دوراً مركزياً كمتغير دافعي داخلي يؤثر في الاندماج الأكاديمي، والذي يشير إلى مشاركة الطالب السلوكية والافتعالية والمعرفية النشطة في مهام التعلم (Fredricks, Blumenfeld, & Paris, 2004)؛ (Schaufeli et al., 2002)؛ فالطلاب ذوو الكفاءة الذاتية المرتفعة يظهرون استغرافاً أكبر في الدراسة والدافعية الإيجابية نحو التعلم، مما يعكس على تحسين التحصيل والأداء (Jung, Zhou, & Lee, 2017)؛ (حميدة والخطيب، 2019). كما أن الطلبة الذين يمتلكون فاعلية ذاتية مرتفعة يتميزون بمرونة نفسية أعلى وقدرة أفضل على التعامل مع مواقف الفشل والتوتر (عطاف، 2012)، ومواجهة ما يملون به من صعوبات ومشكلات (حميدة والخطيب، 2019)، حيث تُعد فاعلية الذات هي الأساس الذي تنبثق منه الاستجابات السلوكية الإيجابية، وتتشكل في ضوءه أنماط التكيف والمواجهة (Zimmerman, 1990)؛ (عطاف، 2012).

وفي ضوء التوجهات الحديثة في علم النفس الإيجابي، اتضح أن فاعلية الذات لا تقتصر على كونها متغيراً محفزاً للأداء فحسب، بل تُعد أيضاً أحد المتنبئات الجوهريّة بالصمود الأكاديمي كدراسة (العتيبي، 2021)، و(قرني وأحمد، 2017). وقد أظهرت دراسة (Shengyao et al., 2024) أن فاعلية الذات تسهم بشكل مباشر في تعزيز الصمود الأكاديمي من خلال تأثيرها على التنظيم الافتعالي والدافعية الذاتية، حيث كشفت نتائج النموذج البنائي عن علاقة دالة بين فاعلية الذات والصمود الأكاديمي. وأكدت دراسة (Kozlowski et al., 2025) هذا الاتجاه؛ إذ أوضحت أن فاعلية الذات تُعد من أهم الموارد الشخصية التي تتنبأ بمستوى الصمود الأكاديمي والاندماج الأكاديمي، وأن الصمود يعمل كوسيط بين الكفاءة الذاتية والرافعية الأكاديمية. كما بينت أن الطلبة ذوي الفاعلية الذاتية المرتفعة كانوا أكثر قدرة على التعامل مع الضغوط الأكاديمية وتحويلها إلى فرص للتعلم والنمو الشخصي، مما يعزز الدافعية الداخلية والاستمرار في مواجهة التحديات.

وتتعدد المتغيرات النفسية التي تؤثر إيجابياً على التحصيل الأكاديمي للطلاب، ومنها المثابرة والإصرار Grit، والتي أثبتت البحوث الحديثة أهميتهما في تفسير الأداء الأكاديمي طويل المدى. إذ يُعَبَّرُ هذا المفهوم عن الشغف المستمر والإصرار على تحقيق الأهداف رغم العوائق والإخفاقات العابرة. فالطلبة ذوو المثابرة العالية يظهرون قدرة على ضبط أنفسهم ومواصلة الجهد والالتزام بالمهام الدراسية حتى بلوغ الهدف المنشود (Duckworth et al., 2007)؛ كما أن هناك ارتباطاً وأثراً مباشراً للمثابرة والإصرار، وقدرتها التنبؤية بتحسين مستويات الطلاب، مما يدفعهم إلى بذل الجهد المطلوب ومضاعفته، وإدارة الوقت لتحقيق الأهداف المستقبلية وعدم الاستسلام أمام الأزمات الشorman والزعول (2020)، وتُعد المثابرة والإصرار من الخصائص الشخصية التي تُعزز الصمود الأكاديمي؛ لأنها تزود الطالب بطاقةً نفسيةً تُمكنه من مواجهة الصعوبات بروح إيجابية (Teuber et al., 2021)؛ (حمودي، 2022).

وفي سياق مواجهة الضغوط، فقد برزت استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية كعامل وسيط بالغ الأهمية في تفسير العلاقة بين المتغيرات النفسية والتحصيل الأكاديمي. فقد أوضح Lazarus & Folkman (1984) أن المواجهة هي عملية معرفية وانفعالية تهدف إلى تخفيف أثر الضغوط عبر إعادة تفسير الموقف، أو التعامل معه بطرق تكيفية. والطلبة الذين يستخدمون استراتيجيات مواجهة إيجابية مثل: التفكير المنطقي، وحل المشكلات، والتنظيم الذاتي، يكونون أكثر قدرة على إدارة المواقف المُجهدة وتحقيق التوازن النفسي والأداء الأكاديمي المرتفع (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989)؛ (رف الله، 2018). وامتلاك لمهارات المواجهة الفعالة يمثل أداة نفسية أساسية تساعد الطالب على تحويل المواقف الضاغطة إلى خبرات تعلم إيجابية (Raheel, 2014)؛ (صلاح عمر وآخرون، 2021).

ويتكامل تأثير هذه المفاهيم في بناء الصمود الأكاديمي، الذي يعد أحد المفاهيم الرئيسية في علم النفس الإيجابي، ويشير إلى قدرة الطالب على التكيف الإيجابي والاستمرار في تحقيق الأداء الأكاديمي رغم الضغوط والعوائق التي يواجهها (Reilly & Masten, 2005؛ Cassidy, 2016؛ العتيبي، 2021). فالطالب الذي يتمتع بصمود أكاديمي مرتفع لا يكتفي بمواجهة الفشل أو الضغوط، بل يحولها إلى فرص للنمو الذاتي والتطور المعرفي والانفعالي. ويُعد الصمود الأكاديمي انعكاساً لتفاعل عوامل شخصية ومعرفية وانفعالية، أبرزها فاعلية الذات والمثابرة والإصرار واستراتيجيات المواجهة التكيفية. ومن خلاله يمكن التنبؤ بتحقيق جودة تعليم وتعلم مدى الحياة، حيث إن بناء الصمود الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية يمكن أن يزودهم بالمهارات اللازمة لمواجهة تحديات مساراتهم الأكاديمية والمهنية المستقبلية (جيزير وآيدن، 2009).

وقد بيّنت الدراسات الحديثة أن استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية التكيفية هي آليات تنظيمية تساعد الطلبة على التعامل مع التحديات الدراسية والانفعالية بطرق تكيفية، وقد وجد أنها تتوسط العلاقة بين فاعلية الذات والنجاح الأكاديمي (Chemers et al., 2019؛ Porras, 2024) ، كما أن الصمود الأكاديمي يُمثل قدرة الطالب على التكيف الإيجابي مع الظروف الضاغطة في بيئة التعلم، ويتأثر بشكل مباشر بمستوى فاعلية الذات والمثابرة والإصرار واستخدام استراتيجيات المواجهة الفعالة (Cassidy, 2016)؛ (Martin & Marsh 2020).

يتضح من ذلك، أن فاعلية الذات تعزز ثقة الطالب في قدراته وتوجّهه بالدافعية الداخلية، وأن المثابرة والإصرار تزوّده بطاقة الاستمرار والمواجهة، وأن استراتيجيات المواجهة النفسية تمثل الأداة التي تنظم استجاباته للضغوط، بينما يشكل الصمود الأكاديمي المخرج النهائي لتفاعل هذه العوامل (عامر، 2018؛ Putwain, Nicholson, & Symes, 2023). ومن هنا تبرز أهمية الدراسة في التوصل إلى النموذج البنائي الأفضل الذي يمكن أن يفسر طبيعة العلاقات بين فاعلية الذات والمثابرة والإصرار واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والصمود الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية.

### مشكلة الدراسة

تُعد المرحلة الثانوية من المراحل المفصلية في حياة الطلبة، إذ إن نتيجة هذا المرحلة هي التي تحدد مستقبلهم الأكاديمي والمهني، وهذا قد يشكل ضغوطاً نفسية وأكاديمية متعددة تتعلق بالتحصيل الدراسي، والتخطيط للمستقبل، والتكيف مع متطلبات البيئة المدرسية والاجتماعية (Al\_Momani, 2023)، ومع ازدياد هذه الضغوط، تختلف استجابات الطلبة تبعاً لمدى امتلاكهم لمصادر نفسية تساعد على النجاح في مواجهتها، أو قد ينتج عنها تأثيرات سلبية ومنها الفاقد التعليمي، مثل: الرسوب، أو التسرب من الدراسة (الغامدي وعبد الجواد، 2002). ويقدر الفاقد التعليمي الذي عانى منه الطلاب في مراحل التعليم العام الابتدائي، والمتوسط، والثانوي ما نسبته 3% من الدخل الاقتصادي العالمي (Hanushek and Woessmann, 2020).

ولقد جاء في البيان الختامي لاجتماع التعليم الدولي 2020، ضرورة معالجة الفاقد التعليمي، مما يستدعي دراسة العوامل التي قد تؤدي إلى حل هذه المشكلة، وتقديم الدعم الأكاديمي والاجتماعي والنفسي للطلاب، مما يساعدهم على التغلب على العقبات التي تواجههم، وتحسين أدائهم الأكاديمي (وزارة التعليم السعودية، 2020)،

وتشير الدراسات الحديثة (Duckworth et al., 2007؛ Chen et al., 2022؛ Porras et al., 2024؛ الشрман، 2022) إلى أن فاعلية الذات تعد أحد أقوى المتغيرات المفسرة للأداء الأكاديمي والتحمل النفسي، إذ تعكس ثقة الطالب بقدرته على تنظيم سلوكه وإنجاز مهامه رغم التحديات (Bandura, 1977؛ الحربي، 2024). كما أن المثابرة والإصرار تسهم في دعم الجهد المستمر لتحقيق الأهداف رغم العقبات، في حين تمثل استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وسيلة فاعلة للتعامل مع التحديات والمواقف الصعبة، وهي من أبرز العوامل المساعدة على تحقيق الصمود الأكاديمي (Lazarus & Folkman, 1984؛ رف الله، 2018؛ صلاح عمر وآخرون، 2021).

وعلى الرغم من أن العلاقة بين هذه المتغيرات قد حظيت باهتمام في بعض الدراسات الأجنبية مثل (Cassidy, 2016؛ Mohan & Kaur, 2021؛ Putwain et al., 2023)، فإن الدراسات العربية التي تناولت هذه المتغيرات مجتمعة في بيئة المدارس لا تزال محدودة، ولاسيما على مستوى طالبات المرحلة الثانوية في البيئة السعودية. إذ ركزت أغلب البحوث على متغير واحد أو اثنين دون استكشاف العلاقة البنائية التي تربط المتغيرات مجتمعة. كما أن معظم هذه الدراسات تمت على عينات جامعية، مما يبرز فجوة بحثية تستدعي دراسة أكثر عمقاً لهذه المتغيرات في البيئة المدرسية السعودية. وقد أشارت دراسة (Hamill, 2003, 115) ضمن مقترحات الأبحاث المستقبلية بالحاجة إلى إجراء دراسة لبحث العلاقة بين الصمود وتأثير فاعلية الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين.

واستناداً على المبررات السابقة، تسعى الدراسة الحالية إلى الكشف عن طبيعة العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين فاعلية الذات والمثابرة والإصرار واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والصمود الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، ومن خلال الاطلاع على الأطر النظرية المتعلقة بمتغيرات الدراسة، والدراسات السابقة التي تناولت دراسة بعض المتغيرات التي اهتمت بها الدراسة الحالية، ومن أجل فهم أكثر شمولية لكيفية تأثير هذه المتغيرات على الصمود الأكاديمي، وتتلخص مشكلة الدراسة في التساؤل التالي:

ما التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للعلاقة بين متغيرات فاعلية الذات والمثابرة والإصرار (كمتغيرات مستقلة) واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (كمتغير وسيط) و(الصمود الأكاديمي) كمتغير تابع لدى طالبات المرحلة الثانوية؟

### أهداف الدراسة

1. التعرف على مستوى فاعلية الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية.
2. التعرف على مستوى المثابرة والإصرار لدى طالبات المرحلة الثانوية.
3. التعرف على الاستراتيجيات الأكثر شيوعاً لدى طالبات المرحلة الثانوية في مواجهة الضغوط النفسية.
4. التعرف على مستوى الصمود الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية.
5. التوصل إلى أفضل نموذج بنائي يوضح العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين فاعلية الذات والمثابرة والإصرار، واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والصمود الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية والتأكد منه إحصائياً.

### مصطلحات الدراسة

#### فاعلية الذات Self-Efficacy:

يعرفها (Bandura, 1997:37) "بأنها اعتقاد الفرد بإمكانياته في محاولة التغلب على الصعوبات والتحديات الجديدة ومواجهة الأزمات الحرجة".

وتُعرف إجرائياً بالدرجة المُتَحَصَّل عليها على كل عامل من عوامل مقياس فاعلية الذات لعبد الله والعقاد (2008)، والتي تم بناؤها على مكونات فاعلية الذات لدى باندورا، وهي:

1. المبادأة في السلوك: قدرة الفرد على الإدراك المبتكر والعمل المستقل، وقيامه مدفوعًا بنزعة استقلالية ببدء عمل، أو سلسلة من الأعمال.
2. الثقة بالذات: قدرة الفرد على تقديم استجابات توافقية تجاه المواقف، وقدرته على إدراك تقبله من الآخرين، وتظهر من خلال اتزانه الانفعالي والنضج الاجتماعي والقدرة على مواجهة الأزمات بتعقل وتفكير.
3. المثابرة في مواجهة العقبات: سعي الفرد إلى بذل أقصى ما في وسعه لتحقيق أهدافه، بالصبر والاستمرار والتغلب على مشاعر الإحباط.

### المثابرة والإصرار (Grit):

تعرفه (Duckworth, et al., 2007: 1087) بأنه: "الشغف والمقاومة لتحقيق أهداف طويلة المدى".

ويُعرف إجرائيًا بالدرجة المُتَحَصَّل عليها على كل عامل من عوامل مقياس المثابرة والإصرار من إعداد Angela Duckworth (2007)، وترجمة وتقنين: الشerman والزغول (2020)، وهي:

1. المثابرة والإصرار: مواجهة الفرد للتحديات بصلافة وثقة بعيدًا عن التهور، والعودة من جديد بعد الفشل، وتحدي ما يعيق النجاح.
2. الشغف لتحقيق أهداف بعيدة المدى: التحدي، والإلحاح المستمر الديناميكي، والاهتمام المُركَّز لتحقيق الهدف الذي يمتد لسنوات طويلة.

### استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية Coping Strategies:

يعرفها (Folkman et. al., 1986: 993) بأنها: "الاستراتيجيات المعرفية والسلوكية واسعة المدى، والتي يستخدمها الفرد لإدارة المتطلبات الداخلية أو الخارجية في مواجهة ضاغطة".

وتُعرف إجرائيًا بالدرجة المُتَحَصَّل عليها على كل بُعد من أبعاد مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، إعداد (Carver et. Al., 1989) وهي:

1. البُعد الأول: Active Coping التكيف الفعال: باتخاذ خطوات فعالة ومباشرة لإزالة مصدر الضغط أو على الأقل الحد من تأثيره، ويشمل هذا النوع المبادرة بالإجراء المباشر، وزيادة محاولات الفرد بصورة تدريجية للتصدي للموقف.
2. البُعد الثاني: Planning التخطيط: ويشمل الخروج باستراتيجيات عمل، والتفكير بماهية الخطوات الواجب اتخاذها، وجدوى معالجة المشكلة.
3. البُعد الثالث: Instrumental support الدعم الاجتماعي المادي: طلب المساعدة الفعلية، أو النصيحة لفهم الموقف الضاغطة من الأفراد المحيطين به.
4. البُعد الرابع: Emotional support البحث عن الدعم المعنوي: مناقشة المشاعر مع المقربين بقصد البحث عن دعمهم وتشجيعهم.
5. البُعد الخامس: Self-distraction الانسحاب السلوكي: اللجوء إلى أنشطة سلوكية أخرى بغية تجنب التعامل مع الموقف الضاغطة، والنتائج المترتبة عنه.
6. البُعد السادس: Venting التنفيس الانفعالي: التعبير عن الحالة الانفعالية الناتجة عن الموقف الضاغطة.
7. البُعد السابع: Behavioral disengagement التحرر السلوكي: الأهداف التي يتداخل فيها تقليل جهد الفرد للتعامل مع مصدر الضغط.
8. البُعد الثامن: Positive reframing إعادة التقييم الإيجابي: أي قدرة الفرد على التحكم بأفكاره حول الموقف الضاغطة والسيطرة عليها.

9. البُعد التاسع: Denial الإنكار: محاولة الفرد تجاهل الموقف الضاغط وعدم الاعتراف به بقصد تخفيف الأثر الانفعالي الناتج عنه.
10. البُعد العاشر: Acceptance التَّقبُّل: الاعتراف بالموقف الضاغط والسعي إلى قبوله والتعايش مع متطلباته.
11. البُعد الحادي عشر: Reigion التكيُّف الديني: حتّ الفرد عن الدعم الروحي من خلال الشعائر الدينية (الصلاة، والصيام، والصدقات، والدعاء).
12. البُعد الثاني عشر: Substance use استخدام العقاقير والمواد المُسكِّنة: تناول الأدوية والعقاقير للتخفيف من التوتر والقلق الناتج عن المواقف الضاغطة.
13. البُعد الثالث عشر: Humor الدعابة: محاولة التخفيف من حدة الموقف الضاغط من خلال اللجوء إلى الفكاهة والضحك.
14. البُعد الرابع عشر: Self-blaming لوم الذات: طريقة تفكير الفرد تجاه ذاته، فهو دائم المعاتبة والتوبيخ لذاته.

#### الصمود الأكاديمي Academic Resilience:

يعرّفه (Cassidy, 2016: 1) "بقدرته الطالب على التكيُّف الإيجابي، والناجح في مواجهة الشدائد التي تمثل تهديدًا لأداء الطالب ومستقبله التعليمي".

ويُعرف إجرائيًا بالدرجة المُتَحَصَّل عليها على كل عامل من عوامل مقياس Simon Cassidy (2016)، تعريب: زهير النواجحة (2021) للصمود الأكاديمي، وهي:

1. المثابرة: العمل الجاد للفرد، والتمسُّك بالخطط والأهداف، وحل المشكلات، وتقبُّل الملاحظات.
2. التأمل والتكيُّف لطلب المساعدة: طلب الفرد للدعم والتشجيع والمساعدة من الآخرين، والاعتماد على غيره فعليًا، أو معنويًا.
3. التأثيرات السلبية والاستجابة الانفعالية: حالة القلق لدى الفرد وقبوله للمؤثرات السلبية والإحباط وفقدان الأمل.

#### الإطار النظري والدراسات السابقة

تستند الدراسة الحالية إلى إطار نظري تكاملي يجمع بين المنظور المعرفي-الاجتماعي، والتفسيرات المعرفية للدافعية، والنماذج السلوكية التنظيمية، لفهم العلاقات بين فاعلية الذات، والمثابرة والإصرار، واستراتيجيات مواجهة الضغوط، والصمود الأكاديمي. ففي ضوء نظرية (Bandura)، يُنظر إلى فاعلية الذات بوصفها متغيرًا مركزيًا ينظم السلوك من خلال "الحمية التبادلية"، حيث تتفاعل العوامل الشخصية والسلوكية والبيئية في تشكيل الأداء، وتعمل معتقدات الكفاءة كألية توجيهية تحدد مستوى الجهد والمثابرة وطبيعة الاستجابات في مواجهة التحديات. وبهذا المعنى، تمثل فاعلية الذات الأساس المعرفي الذي يحدد كيف يدرك الفرد المواقف الضاغطة وكيف يستجيب لها (Bandura, 1997; Cassidy, 2016; Marsh & Martin, 2020).

وانطلاقًا من هذا الأساس المعرفي، تتشكل المثابرة والإصرار في ضوء المنظور المعرفي لدى Dweck، الذي يفسر الاستجابة للضغوطات من خلال "العقلية الضمنية"، حيث تحدد معتقدات الفرد حول قابلية القدرة للنمو نمط تعامله مع الفشل؛ فالعقلية النامية تعزز الاستمرار وإعادة المحاولة، بينما تقود العقلية الثابتة إلى الانسحاب وتجنب التحديات. ويُترجم هذا الأساس سلوكيًا في مفهوم Grit لدى Duckworth، الذي يعكس القدرة على الاستمرار طويل المدى نحو الأهداف من خلال ثبات الاهتمام والمثابرة في الجهد، بما يجعل المثابرة امتدادًا سلوكيًا مباشرًا لمعتقدات الفرد حول كفاءته وقدرته على التطور (Dweck, 2006; Duckworth et al., 2007; Duckworth, 2016).

وفي هذا السياق، تتجسد هذه البنى المعرفية والدافعية في أنماط سلوكية فعلية من خلال استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، كما يوضح نموذج (Carver et al., 1989)، الذي يقدّم تصورًا متعدد الأبعاد للمواجهة بوصفها آليات تنظيمية للسلوك تتوزع بين استراتيجيات تكيفية موجهة نحو المشكلة أو الانفعال، وأخرى لاتكيفية تقوم على التجنب أو فك الارتباط. ويؤكد هذا

النموذج أن فعالية التكيف لا تعتمد على وجود المواجهة بحد ذاته، بل على نوع الاستراتيجية المستخدمة وطبيعة توظيفها في الموقف الضاغط.

وفي ضوء هذا التسلسل، يُفهم الصمود الأكاديمي بوصفه ناتجًا تفاعليًا معقدًا، كما توضحه نماذج (Cassidy و Martin) (Marsh)، حيث لا يُنظر إليه كحالة ثابتة، بل كعملية ديناميكية تتجلى في كيفية استجابة الطالب للضغط والاضغوط الدراسية. ففوق نموذج كاسيدي، يظهر الصمود عبر ثلاثة أبعاد مترابطة: المثابرة، والتأمل وطلب المساعدة، وتنظيم الاستجابة الانفعالية، وهي أبعاد تعكس تفاعلًا بين الجهد السلوكي والمعالجة المعرفية والتنظيم الانفعالي. كما يوسع نموذج 5Cs هذا الفهم من خلال ربط الصمود بمتغيرات نفسية-دافعية مثل الثقة (فاعلية الذات)، والالتزام (المثابرة)، والتحكم، والتنظيم، والاتزان الانفعالي، بما يجعل الصمود نتيجة مباشرة لتكامل هذه العوامل (Cassidy, 2016; Martin & Marsh, 2006, 2008).

تعزز الدراسات التي تناولت نمذجة العلاقات السببية بين بعض متغيرات الدراسة الحالية الأساس النظري الذي تستند إليه؛ إذ تُظهر أن فاعلية الذات والمثابرة والإصرار لا تعملان غالبًا كمتغيرات منفردة، بل ضمن شبكة من التأثيرات المباشرة وغير المباشرة التي تتداخل فيها العوامل المعرفية والدافعية والتنظيمية. ففي دراسة حميدة والخطيب (2019)، اتضح أن فاعلية الذات الأكاديمية والرجاء والتفاؤل ارتبطت بأبعاد الصمود الأكاديمي ودافعية المثابرة ضمن نموذج سببي ملائم إحصائيًا، بما يشير إلى أن الصمود الأكاديمي يمكن أن يؤدي دورًا تفسيريًا في نقل أثر الموارد النفسية الإيجابية إلى السلوك الأكاديمي المثابر. وتبرز أهمية هذه الدراسة في أنها تدعم النظر إلى الصمود الأكاديمي بوصفه بناءً نفسيًا مركبًا يتأثر بفاعلية الذات ويُسهّم في تفسير استمرار الجهد والبحث عن العون وخفض الاستجابات الانفعالية السلبية.

وفي الاتجاه نفسه، توضح دراسة (Alhadabi and Karpinski (2020 أن العلاقة بين المثابرة والإصرار والأداء الأكاديمي لا تظهر بصورة خطية مباشرة فحسب، بل تمر عبر آليات وسيطة، من أبرزها فاعلية الذات وأهداف التوجه نحو الإنجاز. وهذا يتسق مع الطرح النظري للدراسة الحالية، الذي يفترض أن المثابرة والإصرار لا يكتسبان قوتها التفسيرية إلا حين يُنظر إليهما في تفاعل مع البنى المعرفية المنظمة للسلوك، وعلى رأسها فاعلية الذات. كما تكشف الدراسة عن أن فاعلية الذات تعمل كعامل داعم ووقائي في آن واحد؛ فهي تعزز المسارات الإيجابية المرتبطة بأهداف الإتقان والأداء، وتحد من المسارات السلبية المرتبطة بتجنب الفشل.

وبناءً على ذلك، فالعلاقات بين فاعلية الذات، والمثابرة والإصرار، واستراتيجيات مواجهة الضغوط، والصمود الأكاديمي لا يمكن فهمها بوصفها علاقات ارتباطية بسيطة، بل بوصفها منظومة من المسارات المتداخلة التي تشمل تأثيرات مباشرة وغير مباشرة. ومن ثم، تأتي الدراسة الحالية لتوسيع هذا الاتجاه من خلال إدخال استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية كمتغير وسيط يفسر الكيفية التي تتحول بها معتقدات الكفاءة والمثابرة إلى صمود أكاديمي، بما يمنح النموذج المقترح قيمة تفسيرية أعمق، خاصة في سياق طالبات المرحلة الثانوية.

من خلال الاطلاع على الأطر النظرية المتعلقة بمتغيرات الدراسة، والدراسات السابقة التي تناولت دراسة بعض المتغيرات التي اهتمت بها الدراسة الحالية، ومن أجل فهم أكثر شمولية لكيفية تأثير هذه المتغيرات على الصمود الأكاديمي، يقترح النموذج البنائي التالي:



شكل (1): النموذج النظري المقترح للدراسة

## المنهجية

اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي بهدف فحص العلاقات بين متغيرات الدراسة والتحقق من النموذج البنائي المقترح باستخدام نمذجة المعادلات البنائية (SEM)، وذلك من خلال تحليل العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين المتغيرات.

## مجتمع الدراسة وعينتها

تكوّن مجتمع الدراسة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة، وبلغت العينة (506) طالبة تم اختيارهن بطريقة مناسبة. وقد توزعت عينة الدراسة وفق المتغيرات الديموغرافية كما هو موضح في جدول رقم (1).

جدول رقم (1): خصائص عينة الدراسة

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة المئوية
الصف الدراسي	الأول الثانوي	155	30.6%
	الثاني الثانوي	192	37.9%
	الثالث الثانوي	159	31.4%
المسار الدراسي	الشرعي	8	1.6%
	العام	360	71.1%
	إدارة الأعمال	36	7.1%
	الصحة والحياة	50	9.9%
	الهندسة والحاسب	52	10.3%

## أسئلة وفروض الدراسة

## أسئلة الدراسة:

1. ما مستوى فاعلية الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة؟
2. ما مستوى المثابرة والإصرار لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة؟
3. ماهي الاستراتيجيات الأكثر شيوعاً لمواجهة الضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة؟
4. ما مستوى الصمود الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة؟

## فرض الدراسة:

1. يوجد نموذج بنائي دال احصائياً يوضح العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين فاعلية الذات والمثابرة والإصرار (كمتغيرات مستقلة) واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (كمتغير وسيط) والصمود الأكاديمي (كمتغير تابع) لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة؟

## أدوات الدراسة

استخدمت الدراسة مجموعة من المقاييس النفسية المقننة:

- مقياس فاعلية الذات (Schwarzer & Jerusalem, 1995) بعد التحقق من خصائصه السيكمترية، حيث أظهرت النتائج بنية عاملية مكونة من بعدين مع مؤشرات صدق وثبات جيدة .
- مقياس المثابرة والإصرار (Grit-S) (Duckworth, 2007)، وقد أظهرت التحليلات العاملية بنية ثنائية متماسكة (المثابرة – الشغف) مع مؤشرات مطابقة جيدة .
- مقياس الصمود الأكاديمي (ARS-30) (Cassidy, 2016) ، وبعد التحليل تم التوصل إلى بنية مكونة من ثلاثة أبعاد مع مؤشرات مطابقة ممتازة للنموذج .
- مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (Carver et al., 1989) لقياس الأساليب التكيفية وغير التكيفية .

## الصدق والثبات:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة باستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية المناسبة لضمان دقة القياس وموثوقيته. ففيما يتعلق بالصدق، تم الاعتماد على صدق المحتوى من خلال عرض الأدوات على مجموعة من المحكمين المتخصصين، حيث تراوحت نسبة الاتفاق بين (75% - 100%)، مما يدل على ملاءمة البنود لقياس الأبعاد المستهدفة.

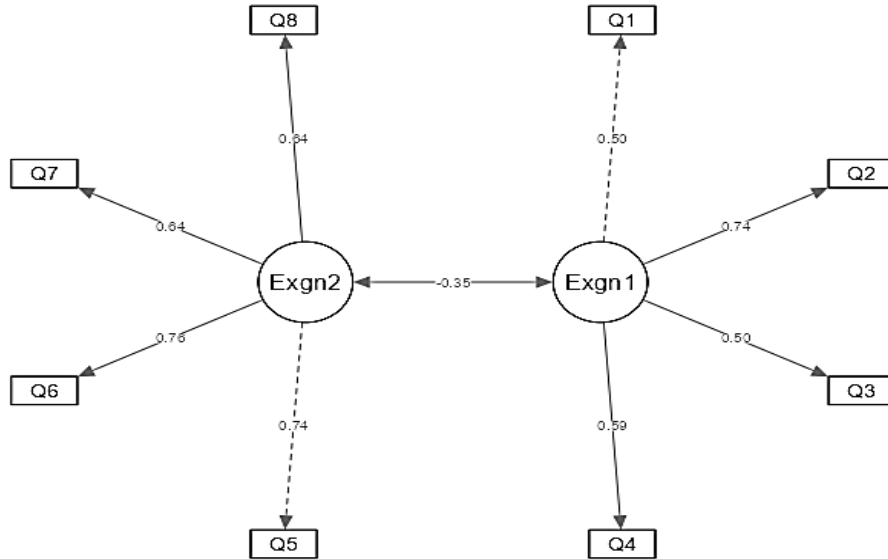
وقد اعتمدت الدراسة على التحليل العاملي التوكيدي (CFA) للتحقق من صلاحية نماذج القياس للمقاييس المستخدمة، بوصفه الأساس الإحصائي الذي تُبنى عليه نمذجة المعادلات البنائية (SEM)، وذلك من خلال فحص مدى مطابقة النماذج النظرية المفترضة لبيانات العينة باستخدام مؤشرات حسن المطابقة القياسية.

أظهرت نتائج مقياس فاعلية الذات تفوق نموذج العاملين على نموذج العامل العام؛ حيث حقق مؤشرات مطابقة مرتفعة (CFI=0.980)، بما يدل على تمثيل أفضل للبنية العاملية. كما بيّن نموذج العاملين وجود عامل كامن عام يفسر العلاقة بين الأبعاد، مما يدعم استخدام الدرجة الكلية للمقياس ضمن النموذج البنائي.

جدول رقم (2) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج العامل الأول ونموذج العاملين لمقياس فاعلية الذات (ن=208)

النموذج	كاي تربيع	RMSEA	CFI	TLI	AIC	BIC
العامل العام	62.4 (p=0.00)	0.079	0.926	0.901	5538.098	5628.209
العاملين	35.5 (P=0.00)	0.042	0.980	0.972	5513.22	5606.667

وفيما يتعلق بمقياس المثابرة والإصرار، أكدت النتائج ملاءمة نموذج العاملين؛ إذ بلغت مؤشرات المطابقة (CFI=0.947)، (RMSEA=0.070)، (TLI=0.922)، مع دلالة إحصائية مناسبة للتشبعات العاملية، مما يدعم صدق البنية لبعدي الشغف والمثابرة، ويبرر إدراج كل بُعد على حدة داخل النموذج البنائي بدلاً من الاعتماد على درجة كلية واحدة.



شكل رقم (2) شكل المسار للتحليل العاملي المعياري لنموذج العاملين لمقياس المثابرة والإصرار

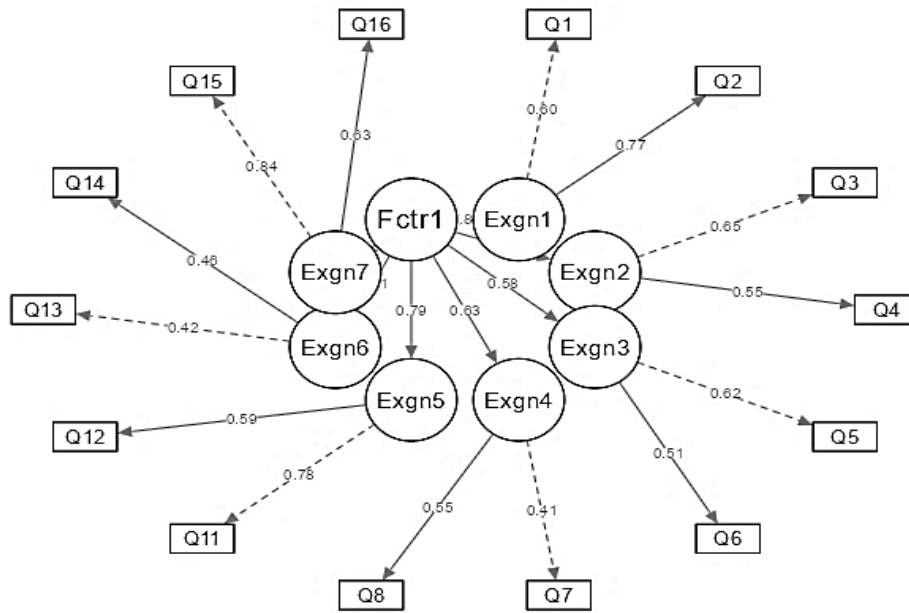
وتم التحقق من البنية العاملية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي (CFA)، استناداً إلى النموذج النظري الذي يتضمن (14) استراتيجية فرعية. وقد أظهرت نتائج اختبار مardia (1970) عدم تحقق شرط الاعتدالية المتعددة (p < 0.01)، مما استدعى استخدام أسلوب التقدير (WLSMV) الملائم للبيانات الرتبية وغير المعتدلة.

وأظهرت نتائج نموذج العوامل الأربعة عشر مؤشرات حسن مطابقة جيدة؛ حيث بلغت قيمة (CFI = 0.911) ، و (RMSEA = 0.078) ، في حين اقتربت قيمة (TLI = 0.870) من الحد المقبول، كما سجلت مؤشرات المطابقة المطلقة (GFI = 0.993) ، (AGFI = 0.988) مستويات مرتفعة، مما يدل على ملاءمة النموذج للبيانات بدرجة جيدة .

وعلى مستوى التشبعات العاملية، أظهرت الاستراتيجيات التكيفية—مثل التكيف الفعال، والتخطيط، والدعم المادي، والتقييم الإيجابي، والتكيف الديني—تشبعات معيارية مرتفعة تجاوزت (0.60) في معظمها، بما يعكس صدقًا تقاربيًا قويًا. كما تراوحت تشبعات بُعدي التقبل والدعم الانفعالي بين (0.40–0.53)، وهي ضمن الحدود المقبولة، في حين لم تظهر مفردات بُعد التنفيس الانفعالي دلالة إحصائية، مما استدعى استبعاده في النمذجة اللاحقة .

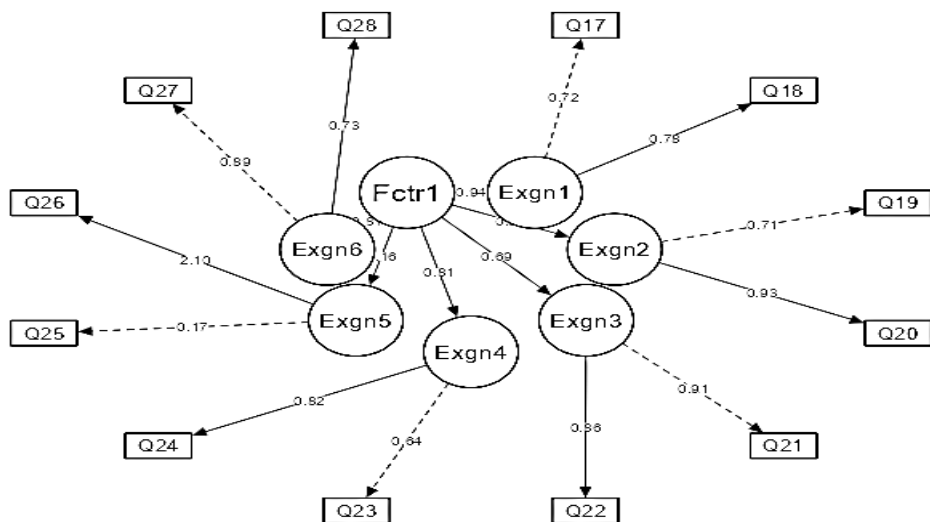
وفي المقابل، أظهرت الاستراتيجيات اللاتكيفية—مثل التحرر السلوكي، والإنكار، واستخدام العقاقير، والدعابة، ولوم الذات—تشبعات معيارية مرتفعة (≤ 0.70)، مما يدل على صدق تقاربي قوي جدًا، باستثناء بعض مفردات بُعد الانسحاب السلوكي التي سجلت تشبعات منخفضة وغير دالة، مما يشير إلى ضعف تمثيل هذا البُعد ضمن البناء العام .

وبناءً على ذلك، تم إعادة نمذجة المقياس في صورة نموذج ثنائي الرتبة، بحيث تم تجميع الاستراتيجيات التكيفية في عامل كامن عام، وكذلك الاستراتيجيات اللاتكيفية في عامل كامن مستقل. وقد أظهرت نتائج النموذج ثنائي الرتبة للاستراتيجيات التكيفية مؤشرات مطابقة ممتازة (CFI = 0.987) ، (TLI = 0.983) ، (RMSEA = 0.029) ، مع تشبعات قوية للعوامل الفرعية بالعامل العام تراوحت بين (0.57–1.00)، مما يدل على صدق تقاربي مرتفع.



شكل (3) للنموذج العاملي ثنائي الرتبة للاستراتيجيات التكيفية

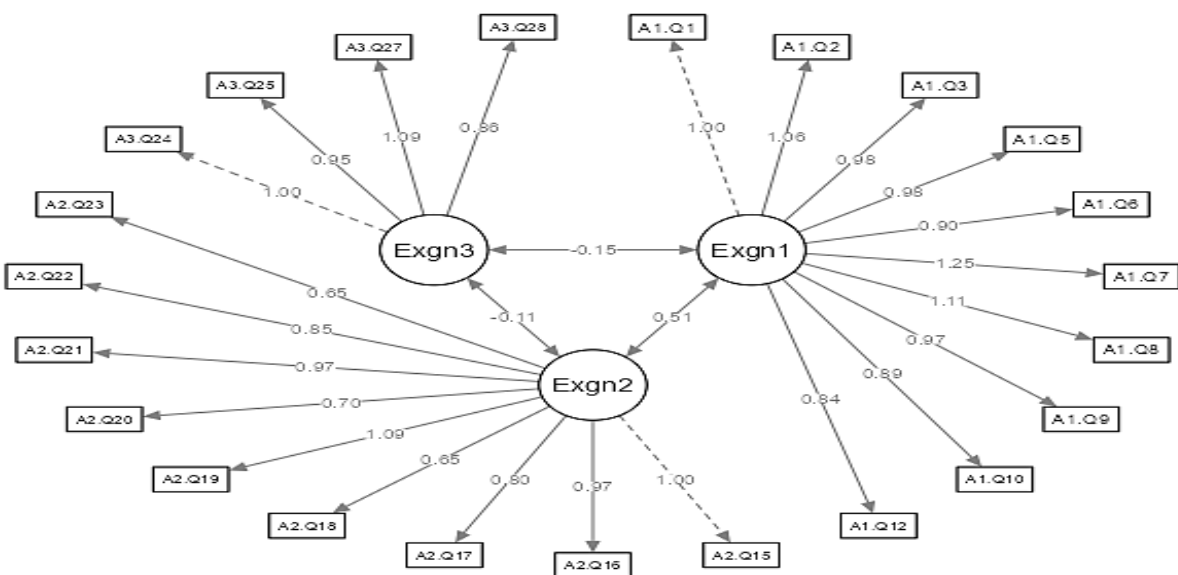
كما أظهرت نتائج النموذج ثنائي الرتبة للاستراتيجيات اللاتكيفية مطابقة تامة تقريباً (CFI = 1.00) ، (TLI = 1.00) ، (RMSEA = 0.000) ، مع تشبعات قوية لمعظم الأبعاد بالعامل العام، باستثناء بُعد الانسحاب السلوكي الذي لم يظهر دلالة إحصائية، مما أدى إلى استبعاده والاعتماد على خمسة أبعاد فقط لتمثيل الاستراتيجيات اللاتكيفية.



شكل (4) للنموذج العاملي ثنائي الرتبة للاستراتيجيات اللاكيفية

وتدعم هذه النتائج اعتماد مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في النموذج البنائي بصيغته الثنائية (استراتيجيات تكيفية مقابل استراتيجيات لاكيفية)، لما يتمتع به من خصائص سيكومترية قوية وصدق بنائي مرتفع، يعكس قدرته على تفسير أنماط التعامل مع الضغوط النفسية لدى الطالبات ضمن النموذج البنائي للدراسة.

وخضع مقياس الصمود الأكاديمي لتنقيح سيكومتري قبل إجراء التحليل التوكيدي، حيث تم حذف المفردات غير المستقرة، ثم اختبار نموذج العوامل الثلاثة باستخدام أسلوب التقدير الملائم للبيانات غير الاعتدالية (WLSMV) وقد أظهرت النتائج مطابقة ممتازة للنموذج (CFI=1.00)، (TLI=1.00)، (RMSEA=0.044)، مع تشبعات عاملية دالة إحصائياً، مما يؤكد صلاحية البنية الثلاثية (المثابرة، التأمل وطلب المساعدة، التأثيرات الانفعالية) للاستخدام في النموذج البنائي.



شكل رقم (5) شكل المسار للتحليل العاملي اللامعاري لنموذج العوامل الثلاثة لمقياس الصمود الأكاديمي

وبصورة تكاملية، تشير هذه النتائج إلى تحقق صدق البنية (Construct Validity) لمقاييس الدراسة، مع اختلاف في نماذج القياس بين أحادية وثنائية وثلاثية الأبعاد، وهو ما انعكس على طريقة إدراجها داخل النموذج البنائي؛ حيث تم الاعتماد على الدرجة الكلية في بعض المتغيرات (مثل فاعلية الذات)، وعلى الأبعاد الفرعية في متغيرات أخرى (مثل المثابرة والإصرار والصمود الأكاديمي)، بما يتسق مع مؤشرات المطابقة الإحصائية. وعليه، يستند النموذج البنائي المقترح إلى نماذج قياس محققة الصلاحية، مما يعزز موثوقية تفسير العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات الدراسة.

أما بالنسبة لحساب قيمة معامل الثبات للمقاييس المستخدمة في الدراسة، فقد تم تقديره باستخدام معامل أوميغا ومعامل ألفا كرونباخ، حيث أظهرت القيم مستويات مقبولة إلى مرتفعة، مما يدل على اتساق داخلي جيد للأدوات. وبوجه عام، تشير هذه النتائج إلى أن أدوات الدراسة تتمتع بدرجة مناسبة من الصدق والثبات، مما يعزز من موثوقية النتائج المستخلصة.

### إجراءات التحليل الإحصائي

تم التحقق من المسلمات الإحصائية اللازمة لضمان سلامة التقديرات. ف فيما يتعلق بحجم العينة، بلغ الحجم الكلي (ن = 506)، وبعد الكشف عن القيم المتطرفة باستخدام مخطط الصندوق (Boxplot) واستبعادها، أصبح الحجم النهائي المستخدم في تحليل النموذج (ن = 481)، وهو حجم كافٍ لإجراء تحليل المسار ويتوافق مع التوصيات المنهجية لهذا النوع من النماذج.

أما من حيث اعتدالية توزيع البيانات، فقد أشارت نتائج الفحص الوصفي إلى عدم تحقق شرط الاعتدالية، وهو ما يستدعي استخدام أسلوب تقدير ملائم للبيانات غير المعتدلة.

وفيما يتعلق بالاعتمادية الخطية (Multicollinearity)، فقد تم التحقق منها باستخدام مؤشري Tolerance و VIF استناداً إلى مصفوفة الارتباطات، حيث جاءت القيم ضمن الحدود المقبولة إحصائياً ( $Tolerance > 0.10$ )، و ( $VIF < 10$ )، مما يدل على عدم وجود مشكلة تعدد خطي بين المتغيرات المستقلة، وبالتالي صلاحية إدراجها ضمن نموذج تحليل المسار.

وفي ضوء ما سبق تم التحقق من أن بيانات الدراسة لا تتوزع اعتدالياً، وبالتالي تم استخدام تحليل المسار باستخدام طريقة الاحتمال الأقصى المناعية Robust Maximum likelihood في برنامج MPLUS(7)، وهي مناسبة للتعامل مع البيانات غير الاعتدالية.

### نتائج الدراسة

فرض الدراسة: "يوجد نموذج بنائي دال إحصائياً يوضح العلاقات المباشرة وغير المباشرة بين فاعلية الذات والمثابرة والإصرار (كمتغيرات مستقلة) واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (كمتغير وسيط) والصمود الأكاديمي (كمتغير تابع)".

وللتحقق من صحة هذا الفرض وقيل استخدام أسلوب تحليل المسارات Path Analysis في إطار نموذج المعادلة البنائية للتحقق من التأثيرات المباشرة وغير المباشرة المفترضة، تم التحقق من مسلماته ومن أهمها: التحقق من سلامة البنية الداخلية لمتغيرات الدراسة باستخدام التحليل العملي التوكيدي، والتحقق من مناسبة حجم العينة، ومن اعتدالية البيانات، والاعتمادية الخطية Collinearity بين متغيرات الدراسة، وتم التحقق من وجود قيم متطرفة لبيانات المتغيرات الدراسة الأربعة، اتضح أن:

1. **حجم العينة:** تضمنت الدراسة عينة حجمها (506)، وهو حجم كبير نسبياً، إذ يتضمن النموذج أربع متغيرات، وبالتالي فإن تمثيل المتغير بحوالي (126.5) فرداً، وهو يفوق القواعد المتعارف عليها بأن يتم تمثيل المتغير بحد أقصى (50) فرداً.

2. **الاعتدالية:** تم التحقق من الاعتدالية من خلال المدخل الوصفي من خلال تقدير مؤشري الالتواء والتفرطح، وإذا زادت قيمتهما عن (2.00) وفقاً لـ (Field 2018)، وفيما يلي النتائج:

جدول رقم (3) مؤشرات الالتواء والتفرطح لمتغيرات النموذج المفترض واختبار الدلالة الإحصائية كولموجروف - سميرنوف -

الاستراتيجيات	الالتواء	التفرطح	كولموجروف-سميرنوف	القيمة الاحتمالية P
فاعلية الذات	-0.643	0.689	0.07	0.00
المثابرة والإصرار	-0.017	1.127	0.08	0.00
استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية	0.463	1.170	0.13	0.00
الصمود الأكاديمي	0.518	0.892	0.12	0.00

يتضح من الجدول رقم (3) أن قيمة مؤشري الالتواء والتفرطح لم تزيد عن القيمة 2.00 للدرجة الكلية، وبالتالي يتحقق التوزيع الاعتدالي لبيانات متغيرات الدراسة، كما يتضح أن قيم احصاء كولموجروف-سميرنوف منخفضة جدًا، ولكنها دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة إحصائية (0.01)، وبالتالي لا يتوفر التوزيع الاعتدالي لبيانات متغيرات الدراسة، ولكن حذر Field (2018) من الاعتماد على اختبارات الدلالة الإحصائية لأحجام عينات تزيد عن (200)؛ لأن الدلالة الإحصائية ترجع إلى كبر حجم العينة وليس لطبيعة توزيع بيانات المتغيرات.

3. **الاعتمادية الخطية Collinearity:** وهو أن معاملات الارتباطات بين المتغيرات المستقلة في النموذج لا تزيد عن القيمة (0.80) (عامر، 2018)، وللتحقق من ذلك تم تقدير مصفوفة معاملات الارتباطات بين متغيرات الدراسة كما هي معروضة بالجدول (4).

جدول رقم (4) مصفوفة معاملات الارتباطات بين متغيرات النموذج (ن=506)

المتغيرات	فاعلية الذات	المثابرة والإصرار	استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية	الصمود الأكاديمي	VIF	Tolerance
فاعلية الذات	1.00				1.29	0.77
المثابرة والإصرار	**0.439	1.00			2.34	0.44
استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية	**0.447	**0.733	1.00		2.26	0.45
الصمود الأكاديمي	**0.156	**0.149	*0.210	1.00	-	-

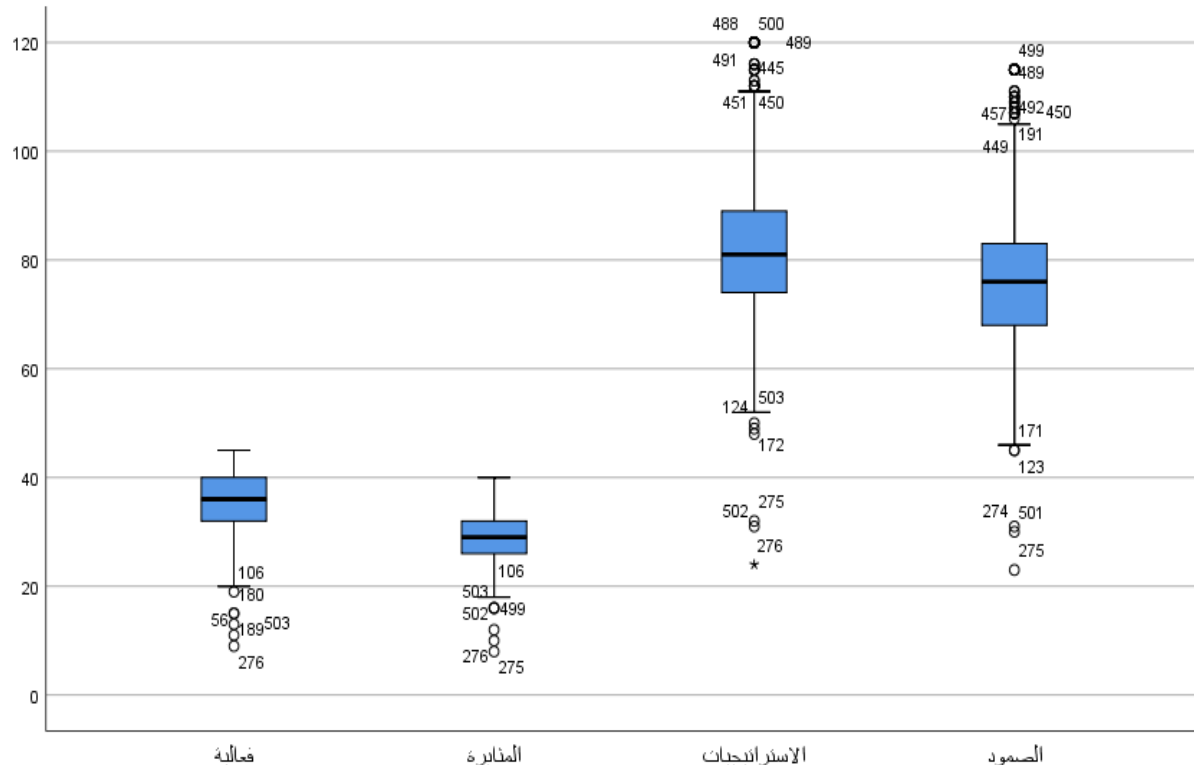
\*\* دالة إحصائيًا عند 0.01

يتضح من الجدول رقم (4) أن معاملات الارتباطات بين متغيرات الدراسة لم تزيد عن القيمة (0.85)، وبالتالي لا توجد اعتمادية خطية بين متغيرات الدراسة، ولكن توجد علاقة ارتباطية قوية بين المثابرة والإصرار واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (0.733)، وهذا قد يسبب إضعافًا وإنهاكًا لتأثير المتغيرين على بعضها وعلى الصمود الأكاديمي.

توجد معاملات ارتباطات موجبة ضعيفة ودالة إحصائيًا عند (0.01) بين الصمود الأكاديمي وكلٍّ من فاعلية الذات، والمثابرة والإصرار، واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، بمعنى أنه كلما زادت مستويات المثابرة وفعالية الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية فإنها تزيد من مستويات الصمود الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة. وقد وجد بين متغيرات الدراسة معامل ارتباط موجب ودال إحصائيًا عند (0.01) بين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وفاعلية الذات، ويوجد معامل ارتباط موجب كبير ودال إحصائيًا عند (0.01) بين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية والمثابرة والإصرار لدى طالبات المرحلة الثانوية.

ويتضح من الجدول (4) أن قيم احصاء VIF لم تزيد عن القيمة (10) ولم تنخفض قيمة احصاء Tolerance عن قيمة (0.10)، كما أشار إلى ذلك (عامر، 2018)، وبالتالي لا توجد قضية الاعتمادية الخطية بين المتغيرات المستقلة.

4. **القيم المتطرفة:** تم التحقق من عدم وجود قيم متطرفة لبيانات المتغيرات الأربعة في النموذج باستخدام شكل Boxplot، وفيما يلي النتائج:



شكل رقم (6) شكل Boxplot للكشف عن القيم المتطرفة أو الشاذة للبيانات

يتضح من الشكل (6) وجود قيم متطرفة لمتغيرات الدراسة، وهي الحالات الممثلة بالدوائر الصغيرة، وبالتالي تم استبعادها من ملف البيانات لتصبح حجم العينة النهائي بعد استبعاد القيم المتطرفة (481) طالبة

وحيث اتضح أن البيانات لا تتوزع اعتدالياً تم استخدام تحليل المسار باستخدام طريقة الاحتمال الأقصى المناعية Robust Maximum likelihood في برنامج (7) MPLUS، وهي مناسبة للتعامل مع البيانات غير الاعتدالية.

وفيما يلي التأثيرات المباشرة بين متغيرات النموذج:

جدول رقم (5) التأثيرات المباشرة ودلالاتها الإحصائية بين متغيرات النموذج (ن=506)

P	T قيمة	الخطأ المعياري	التأثير المعياري	المسار
0.049	1.969	0.049	0.097	فاعلية الذات ← الصمود الأكاديمي
0.189	1.34-	0.058	0.077-	المثابرة والإصرار ← الصمود الأكاديمي
0.0015	2.432	0.060	*0.147	استراتيجيات مواجهة الضغوط ← الصمود الأكاديمي
0.000	4.661	0.032	**0.148	فاعلية الذات ← استراتيجيات مواجهة الضغوط
0.00	18.057	0.034	**0.612	المثابرة والإصرار ← استراتيجيات مواجهة الضغوط

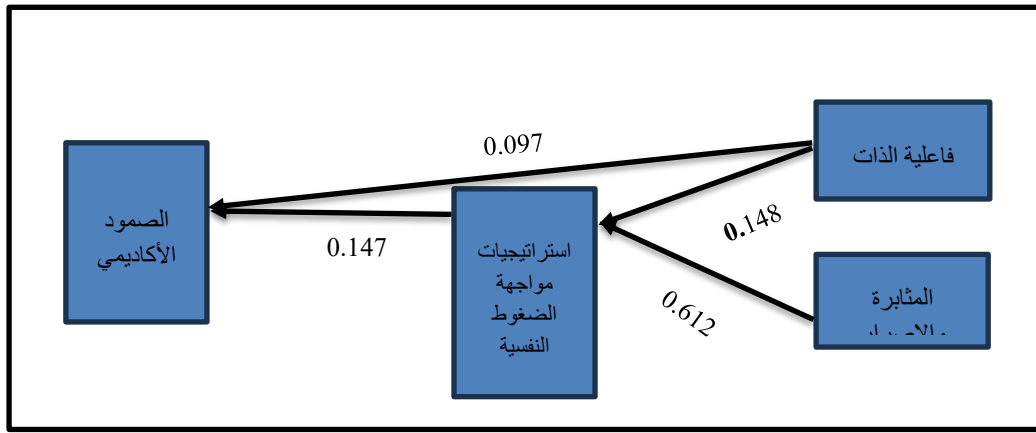
\*\* دالة إحصائياً عند 0.01، \* دال إحصائياً عند 0.05

يتضح من الجدول رقم (5) وجود تأثير مباشر دال إحصائياً عند (0.05) من فاعلية الذات على الصمود الأكاديمي، وعدم وجود تأثير دال إحصائياً من المثابرة والإصرار على الصمود الأكاديمي، ووجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) من استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية على الصمود الأكاديمي، بمعنى أنه كلما زادت استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية بمقدار وحدة معيارية يقابلها زيادة (0.15) وحدة معيارية في الصمود الأكاديمي.

ويتضح وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى دالة (0.01) من فاعلية الذات على استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، بمعنى أنه كلما زادت فاعلية الذات بمقدار وحدة معيارية يقابلها زيادة (0.16) وحدة معيارية في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً عند مستوى دالة (0.01) من المثابرة والإصرار على استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، بمعنى كلما زادت المثابرة والإصرار بمقدار وحدة معيارية يقابلها زيادة (0.665) وحدة معيارية في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه Freire et al. (2020) التي بينت أن الفاعلية الذاتية تسهم في رفع مستوى المواجهة الإيجابية وتخفف الضغوط النفسية.

وفيما يلي شكل المسار لنموذج تحليل المسار المعياري بين متغيرات الدراسة:



شكل (7) المسار لنموذج تحليل المسار المعياري بين متغيرات الدراسة

وتم تقدير التأثيرات غير المباشرة في النموذج على النحو التالي:

جدول رقم (6) التأثيرات غير المباشرة بين متغيرات الدراسة

P	الخطأ المعياري باستخدام معادلة Sobel	التأثير المعياري	المسار
0.01	0.0021	0.01	فاعلية الذات ← الاستراتيجيات ← الصمود الأكاديمي
0.003	0.0090	0.026	المثابرة والإصرار ← الاستراتيجيات ← الصمود الأكاديمي

يتضح من الجدول رقم (6) وجود تأثير غير مباشر موجب ضعيف جداً ودال إحصائياً عند مستوى دالة (0.01) من فاعلية الذات على الصمود الأكاديمي من خلال استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، ووجود تأثير غير مباشر موجب ضعيف جداً ودال إحصائياً عند مستوى دالة (0.01) من المثابرة والإصرار على الصمود الأكاديمي من خلال استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية. وتدعم هذه النتيجة دراسة Sun et al. (2025) في أن استراتيجيات المواجهة تعمل كمتغير وسيط يربط بين الفاعلية الذاتية والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية. وقد وجد Morales-Rodriguez (2021) أن المواجهة التكيفية ترتبط إيجابياً بالصمود الأكاديمي، وتعد مؤشراً تنبؤياً للصمود خلال الأزمات التعليمية مثل جائحة كوفيد-19. وفيما يتعلق بالمثابرة والإصرار فقد أظهرت دراسة Datu et al. (2023) أن المثابرة ترتبط بارتفاع المشاركة الأكاديمية والرفاه النفسي، إلا أن هذا الأثر غالباً ما يعمل عبر آليات تنظيم ذاتي ومواجهة أكثر منه كأثر مباشر، وهو ما ينسجم مع نتائج هذه الدراسة التي كشفت عن مسار غير مباشر دال عبر استراتيجيات المواجهة.

وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع اتجاهات علم النفس الإيجابي الذي يؤكد أن الفاعلية الذاتية والمثابرة والإصرار سمات نفسية دينامية يمكن تعزيزها بالتدريب والممارسة (Bandura, 1997; Duckworth, 2016). كما تتكامل مع نتائج (Ghasemi & Zahediasl, 2012) وRosseel (2012) التي أوصت بتطبيق النمذجة البنائية لتحليل الأثر المتبادل بين العوامل النفسية والسلوكية في البيئات التعليمية.

واستناداً إلى هذه النتائج والدعم الأدبي، يمكن القول إن النموذج الحالي يمتلك جِدّة تركيبية وسياقية؛ إذ لم تُختبر من قبل هذه العلاقات السببية بهذه الصيغة على عينة من طالبات المرحلة الثانوية في البيئة السعودية، مما يجعل الدراسة إسهاماً أصيلاً في إثراء الأدبيات العربية في ميدان علم النفس التربوي الإيجابي، وبمنحها قيمة تفسيرية وتطبيقية يمكن الاستفادة منها في تصميم البرامج الإرشادية والتربوية المستقبلية.

### التحليل الوصفي لمستويات متغيرات الدراسة

لإجابة على أسئلة الدراسة التي تنص على:

1. ما مستوى فاعلية الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة؟
2. ما مستوى المثابرة والإصرار لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة؟
3. ماهي الاستراتيجيات الأكثر شيوعاً لمواجهة الضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة؟
4. ما مستوى الصمود الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جدة؟

أظهرت النتائج الوصفية، وفق معيار مقياس ليكرت الخماسي، أن فاعلية الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية جاءت في المستوى المرتفع؛ حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي (3.97) بانحراف معياري (0.707)، وتراوح المتوسطات بين (3.82)–(4.33)، وهي جميعها تقع ضمن النطاق المرتفع. ويشير ذلك إلى إدراك إيجابي لقدرات الطالبات على التعامل مع التحديات الأكاديمية، وهو ما يتسق مع ما أشارت إليه الدراسات التي تناولت فاعلية الذات في المرحلة الثانوية (الحمد، 2020؛ المطرفي، 2020؛ زايد ومحمد، 2025).

وفيما يتعلق بالمثابرة والإصرار، فقد بلغ المتوسط العام (3.69) بانحراف معياري (0.617)، وهو يقع ضمن المستوى المرتفع، إلا أن التحليل البُعدي يكشف عن تباين واضح؛ حيث جاء بُعد الشغف بمستوى مرتفع ( $M=4.17$ )، في حين جاء بُعد المثابرة في المستوى المتوسط ( $M=3.21$ )، مما يعكس فجوة بين الدافعية الداخلية والاستمرارية السلوكية طويلة المدى. وتدعم هذه النتيجة ما ورد في الأدبيات حول أن الشغف يمثل أحد المكونات الأساسية للمثابرة، وأن الاستمرارية تتطلب بناء مهارات تنظيم ذاتي متقدمة (Duckworth, 2016)؛ (الشرمان، 2021)

أما الصمود الأكاديمي، فقد جاء في المستوى المتوسط بمتوسط (3.305) وانحراف معياري (0.700)، مع تباين بين أبعاده؛ إذ حقق بُعد المثابرة متوسطاً مرتفعاً نسبياً (3.871)، بينما جاء بُعد التأمل وطلب المساعدة (2.959) في المستوى المتوسط، وكذلك بُعد التأثيرات الانفعالية (3.085). وتشير هذه النتائج إلى أن الصمود الأكاديمي يتشكل بدرجة أكبر من خلال الاستمرار في السعي نحو الأهداف، مقابل حاجة إلى تنمية مهارات التكيف الانفعالي وطلب الدعم، وهو ما يتفق مع ما طرحه Cassidy (2015) حول الطبيعة متعددة الأبعاد للصمود الأكاديمي، وكذلك ما أشارت إليه دراسة ميري (2023) بشأن تباين مستويات الصمود بين الأفراد.

وفي تحليل استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، أظهرت النتائج أن الاستراتيجيات التكيفية جاءت في المستوى المرتفع بمتوسط (4.022) وانحراف معياري (0.683)، حيث برزت استراتيجيات التقييم الإيجابي والتخطيط والتقبل والتكيف الديني بوصفها الأكثر استخداماً. في المقابل، جاءت الاستراتيجيات اللاتكيفية في المستوى المتوسط بمتوسط (2.626)، مع بروز نسبي لاستراتيجيات لوم الذات مقارنة ببقية الأنماط. ويشير هذا النمط إلى ميل واضح لدى الطالبات نحو تبني أساليب مواجهة إيجابية قائمة على التنظيم المعرفي والسلوكي، وهو ما يتسق مع نتائج دراسة (Raheel (2014) ودراسة Alhadi et al. (2021) التي أكدت ارتباط استراتيجيات المواجهة التكيفية بمستويات أفضل من التكيف النفسي والأكاديمي.

وبصورة تكاملية، تعكس هذه النتائج نمطاً عاماً يتمثل في ارتفاع فاعلية الذات وارتفاع الدافعية (الشغف)، يقابله مستوى متوسط من الصمود الأكاديمي، في ظل اعتماد واضح على استراتيجيات مواجهة تكيفية، وهو ما يؤكد أهمية تنمية مهارات الاستمرارية السلوكية والتنظيم الانفعالي لتعزيز الصمود الأكاديمي لدى الطالبات.

## المناقشة

تشير نتائج الدراسة الحالية إلى تباين مستويات المتغيرات النفسية والدافعية لدى طالبات المرحلة الثانوية، حيث أظهرت النتائج ارتفاع مستوى فاعلية الذات، وهو ما يتفق مع ما توصلت إليه دراسات الحمد (2020)، والمطرفي (2020)، وزايد ومحمد (2025)، والتي أكدت أن طالبات المرحلة الثانوية يتمتعن بمستوى مرتفع من فاعلية الذات. ويمكن تفسير ذلك بأن الخبرات الناجحة والتجارب التعليمية الإيجابية، إضافة إلى البيئة المدرسية الداعمة والبرامج الإرشادية، تسهم في تعزيز إدراك الطالبات لقدراتهن، مما ينعكس إيجابياً على ثقتهن بأنفسهن في مواجهة التحديات الأكاديمية.

وفيما يتعلق بالمتابعة والإصرار، فقد أظهرت النتائج ارتفاع المستوى الكلي مع وجود تباين بين بعدي الشغف والمتابعة، حيث جاء الشغف بمستوى مرتفع مقابل مستوى متوسط للمتابعة طويلة المدى. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه Duckworth (2016) من أن الشغف يمثل مكوناً أساسياً في بناء المتابعة، إلا أن الاستمرارية في الجهد تتطلب مهارات تنظيم ذاتي أعلى. كما تتفق هذه النتيجة مع دراسات Urban & Urban (2020) و Saifullah & Khan (2022) التي أكدت ارتباط المتابعة بنتائج إيجابية، في حين تختلف مع نتائج الشerman (2021) التي أشارت إلى مستوى متوسط للمتابعة. ويعكس هذا التباين أن الطالبات يملكن دافعية داخلية مرتفعة، إلا أن ترجمتها إلى سلوك مستمر ما زالت بحاجة إلى دعم تربوي موجه.

أما الصمود الأكاديمي، فقد جاء في المستوى المتوسط، وهو ما يتفق مع ما أشار إليه Martin and Marsh (2008) من تأثر الصمود بالعوامل الانفعالية والضغط النفسية، ويختلف مع نتائج ميري (2023) ورومانو وآخرون (2021) التي أظهرت مستوى مرتفعاً من الصمود الأكاديمي. ويمكن تفسير هذه النتيجة في أن الطالبات يظهرن مستويات مرتفعة من المتابعة، إلا أن مهارات طلب المساعدة والتنظيم الانفعالي ما زالت في المستوى المتوسط، مما يحد من تحقيق مستويات أعلى من الصمود الأكاديمي.

وفيما يتعلق باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، أظهرت النتائج أن الاستراتيجيات التكيفية هي الأكثر شيوعاً، وخاصة التقييم الإيجابي والتخطيط والتقبل، وهو ما يتفق مع دراسة Raheel (2014) التي أشارت إلى ميل المراهقات إلى استخدام أساليب المواجهة الذاتية، كما يتسق مع نتائج Alhadi et al. (2021) التي أكدت ارتباط استراتيجيات المواجهة الإيجابية بمستويات أقل من التوتر والقلق. وتشير هذه النتائج إلى أن الطالبات يتجهن نحو تبني أساليب معرفية نشطة في التعامل مع الضغوط، وهو ما يعزز قدرتهن على التكيف الأكاديمي.

وعلى مستوى النموذج البنائي، أظهرت النتائج وجود تأثير مباشر دال لفاعلية الذات على الصمود الأكاديمي، في حين لم يظهر تأثير مباشر للمتابعة والإصرار، وهو ما يشير إلى أن فاعلية الذات تمثل عاملاً حاسماً في تعزيز الصمود الأكاديمي. كما كشفت النتائج عن وجود تأثير مباشر دال لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية على الصمود الأكاديمي، مما يؤكد دورها كمتغير تفسيري رئيس في النموذج. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه Freire et al. (2020) من أن فاعلية الذات تسهم في تعزيز استراتيجيات المواجهة الإيجابية.

كما أظهرت النتائج وجود تأثيرات غير مباشرة دالة لكل من فاعلية الذات والمتابعة والإصرار على الصمود الأكاديمي من خلال استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، وهو ما يتفق مع نتائج Sun et al. (2025) و Morales-Rodriguez (2021) التي أكدت الدور الوسيط لاستراتيجيات المواجهة في تعزيز الصمود الأكاديمي. وتشير هذه النتيجة إلى أن العلاقة بين المتغيرات النفسية والصمود الأكاديمي لا تتم بصورة مباشرة، بل تعتمد على كيفية تعامل الطالبات مع الضغوط، وهو ما يعكس أهمية تنمية مهارات المواجهة التكيفية.

## التوصيات

في ضوء نتائج الدراسة، توصي الباحثة بما يلي:

- تصميم برامج إرشادية مدرسية متكاملة تستهدف تنمية الصمود الأكاديمي لدى الطالبات، من خلال تدريبهن على استراتيجيات المواجهة التكيفية، مثل: إعادة التقييم الإيجابي، والتخطيط، والتقبل، وتنظيم الانفعالات، إلى جانب تعزيز فاعلية الذات والمتابعة والإصرار.

- دمج مهارات فاعلية الذات ضمن المناهج والأنشطة الصفية، عبر ممارسات تعليمية تركز على تنمية الكفاءة الشخصية، والثقة بالفدرات، والتفكير الإيجابي، وحل المشكلات بصورة منهجية، بما يسهم في توجيه الجهد نحو تحقيق الأهداف الأكاديمية .
- إعداد برامج تدريبية موجهة للمعلمات والموجهات الطالبات، تهدف إلى تطوير مهارتهن في الكشف المبكر عن مظاهر ضعف فاعلية الذات والمثابرة، وتقديم الدعم النفسي والتربوي المناسب .
- تهيئة بيئة تعلم داعمة تعزز الاستقلالية والجهد الفردي، من خلال تبني استراتيجيات التعلم النشط والتعلم القائم على المشروعات، بما يسهم في تنمية مهارات التنظيم الذاتي والصمود الأكاديمي .
- تفعيل الشراكة بين الأسرة والمدرسة في دعم السمات النفسية الإيجابية لدى الطالبات، من خلال توعية أولياء الأمور بأساليب التعزيز البناء، وتجنب الممارسات السلبية التي قد تؤثر في الدافعية الداخلية .
- توفير خدمات دعم نفسي داخل المدارس الثانوية، تشمل جلسات إرشادية فردية وجماعية، خاصة في فترات الضغوط الأكاديمية، بما يساعد الطالبات على إدارة الضغوط بفاعلية .
- تنمية مهارات المرونة الانفعالية والتحكم الذاتي لدى الطالبات عبر أنشطة تطبيقية، مثل لعب الأدوار وتمارين التأمل الواعي، لتعزيز قدرتهن على التكيف مع التحديات .
- تضمين مفاهيم "النجاح القائم على الجهد المستمر" ضمن المقررات الدراسية، بما يعزز ارتباط الإنجاز بالمثابرة والانضباط الذاتي .
- موازنة السياسات التعليمية مع الأهداف النفسية والسلوكية الداعمة لبناء شخصية الطالبة، بما يتوافق مع مستهدفات رؤية المملكة 2030 .
- تضمين مؤشرات فاعلية الذات والصمود الأكاديمي ضمن أدوات التقويم التربوي، لقياس نواتج التعلم غير المعرفية .
- دعم البحوث التربوية التي تتناول العوامل النفسية المرتبطة بالنجاح الأكاديمي، بما يسهم في تطوير سياسات تعليمية قائمة على الأدلة.

## المراجع

### المراجع العربية:

1. الحمد، محمد بن صالح. (2020). أثر برنامج إرشادي في تنمية فاعلية الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية بمملكة البحرين. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، 4(18)، 159-204.
2. حميدة، محمد، والخطيب، عاشور. (2019). الصمود الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والرجاء وفاعلية الذات الأكاديمية ودافعية المثابرة لدى طلاب الجامعة: دراسة في نمذجة العلاقات. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 29(102)، 315-381.
3. رف الله، عائشة. (2018). الإسهام النسبي لليقظة العقلية واستراتيجيات مواجهة الضغوط في التنبؤ بالصمود الأكاديمي لدى الطلاب المتفوقين دراسياً بكلية التربية جامعة الفيوم. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 28(100)، 347-418.
4. زايد، أمل محمد أحمد، وعبد، نرمن محمود. (2025). فعالية برنامج تدريبي قائم على الحكمة في تحسين فاعلية الذات الانفعالية والأكاديمية ومهارات اتخاذ القرار لدى طلاب الثانوية العامة. *المجلة التربوية لكلية التربية بسوهاج*، 131، 647-716.
5. الشрман، علاء الدين. (2021). مستويات المثابرة والإصرار (Grit) لدى طلبة المدارس. *مجلة العلوم الإنسانية والطبيعية*، 2(11)، 141-159.

6. المطرفي، فهد علي. (2020). فاعلية الذات وعلاقتها بمهارات حل المشكلات لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة ظهران الجنوب. *المجلة العربية للقياس والتقويم*، 1(1)، 276.260-
7. ميري، الوليد عبد الله فارح. (2023). تقدير الذات وعلاقته بالصمود الأكاديمي لدى المراهقين. *مجلة الإرشاد النفسي*، 1(1)، 301.239-

**المراجع الأجنبية:**

1. Alhadabi, A., & Karpinski, A. C. (2020). Grit, self-efficacy, achievement goals, and academic performance. *Learning and Individual Differences*, 81, 101906.
2. Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
3. Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
4. Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.
5. Cassidy, S. (2016). The academic resilience scale (ARS-30). *Frontiers in Psychology*, 7, 1787.
6. Credé, M., Tynan, M. C., & Harms, P. D. (2017). Much ado about grit. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(3), 492–511.
7. Duckworth, A. L. (2016). *Grit: The power of passion and perseverance*. Scribner.
8. Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101.
9. Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success*. Random House
10. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
11. Romano, L., Angelini, G., Consiglio, P., & Fiorilli, C. (2021). Academic resilience and engagement. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 11(2), 334–344.
12. Mardia, Kanti V. (1970). Measures of multivariate skewness and kurtosis with applications. *Biometrika*, 57(3), 519–530. <https://doi.org/10.1093/biomet/57.3.519>
13. Marsh, H. W., & Martin, A. J. (2020). Academic resilience and the 5Cs framework. In M. T. Wang & G. A. Eccles (Eds.), *Development and Motivation in Adolescence*. Academic Pres.