

**الكمالية العصابية والصلابة النفسية كمنبئ باستراتيجيات مواجهة
الضغوط النفسية وتقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين في المرحلة
الثانوية**

إعداد

سحر احمد حسين سليم الدين

أستاذ الموهبة وصعوبات التعلم المساعد

كلية التربية الخاصة – جامعة مصر للعلوم والتكنولوجيا

مستخلص:

يهدف البحث إلى استكشاف العلاقة بين الكمالية العصابية والصلابة النفسية كمنبئي باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وتقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين في المرحلة الثانوية، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي. تم تطبيق الدراسة على عينة قصدية مكونة من (٣٠٨) طالبًا وطالبة من إدارات تعليمية مختلفة بمحافظة القاهرة، وفقًا لمعايير إدارة رعاية الموهوبين التي تضمنت التميز الأكاديمي أو المهاري، والفوز بمسابقات علمية أو فنية أو رياضية، وامتلاك قدرات إبداعية مع اجتياز اختبارات تحدد مستوى الموهبة. تم استخدام مقاييس الكمالية العصابية (القريطي وآخرون، ٢٠١٥)، الصلابة النفسية (الباحث)، استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (الشرقاوي، ١٩٩٢)، وتقدير الذات (أبو الوفا وآخرون، ٢٠١٨). وكشفت النتائج عن علاقة ارتباطية سالبة بين الكمالية العصابية واستراتيجيات المواجهة الإيجابية وطلب الدعم (ر = -٠,٥٠٧، د = -٠,٥٥٠)، وعلاقة موجبة بينها وبين الاستراتيجيات السلبية (ر = ٠,٤٩١، د = ٠,٥١١). في المقابل، أظهرت الصلابة النفسية ارتباطًا إيجابيًا بالواجهة الإيجابية وطلب الدعم (ر = ٠,٥٨٦، د = ٠,٧٧٩)، وسالبًا مع الاستراتيجيات السلبية (ر = -٠,٥٧٠، د = -٠,٦٥٢). كما تبين أن الإصرار والتحمل كان أقوى العوامل المتنبئة بالواجهة الإيجابية (٤٤,٣%)، والواجهة السلبية (٣٩,٧%)، والتماس العون (٥٥,٤%)، وتقدير الذات (٥١,٩%)، يليه الأفكار اللاعقلانية، إيجابية التفكير، تقييم الذات السلبي، والتحكم في الانفعالات. وأوصت الدراسة بتنمية الصلابة النفسية للحد من أثر الكمالية العصابية وتعزيز استراتيجيات المواجهة الفعالة.

الكلمات المفتاحية: الكمالية العصابية، الصلابة النفسية، استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، تقدير الذات، الموهوبين.

Abstract:

This study aims to explore the relationship between neurotic perfectionism and psychological hardiness as predictors of coping strategies and self-esteem among gifted high school students, using a descriptive correlational approach. The study was conducted on a purposive sample of 308 students from various educational administrations in Cairo, selected based on the criteria of the Ministry's Gifted Education Department. These criteria included academic or skill-based excellence, winning scientific, artistic, or sports competitions, and demonstrating creativity, along with passing standardized talent assessment tests. The study utilized validated scales, including the Neurotic Perfectionism Scale (Quraiti et al., 2015), the Psychological Hardiness Scale (developed by the researcher), the Coping Strategies Scale (Sharqawi, 1992), and the Self-Esteem Scale (Abu Al-Wafa et al., 2018). The results revealed a significant negative correlation between neurotic perfectionism and positive coping strategies, including seeking support ($r = -0.507$, $r = -0.550$), and a positive correlation with negative coping strategies ($r = 0.491$, $r = 0.511$). Conversely, psychological hardiness showed a significant positive correlation with positive coping strategies and seeking support ($r = 0.586$, $r = 0.779$) and a negative correlation with negative coping strategies ($r = -0.570$, $r = -0.652$). Furthermore, persistence and endurance emerged as the strongest predictors of positive coping (44.3%), negative coping (39.7%), seeking support (55.4%), and self-esteem (51.9%), followed by irrational perfectionism-related thoughts, positive thinking, negative self-evaluation, and emotional regulation. The study recommends fostering psychological hardiness to mitigate the negative effects of neurotic perfectionism and enhance effective coping strategies among gifted students.

Keywords: Neurotic Perfectionism, Psychological Hardiness, Coping Strategies, Self-Esteem, Gifted Students.

مقدمة

تُعتبر الصحة النفسية من الأساسيات الضرورية لتعزيز جودة حياة الأفراد وضمان قدرتهم على التفاعل الإيجابي مع التحديات اليومية، وفي مرحلة المراهقة، تتزايد أهمية الصحة النفسية نظراً للتحوّلات الجسدية والنفسية والاجتماعية التي يمر بها المراهقين، والتي تتطلب امتلاك مهارات نفسية تساعد على التكيف مع تلك التغيرات. وتزداد هذه الأهمية بالنسبة للطلاب الموهوبين الذين يواجهون ضغوطاً كثيرة ناتجة عن التوقعات العالية المرتبطة بتميزهم الأكاديمي والاجتماعي، مما يجعل فهم العوامل المؤثرة على صحتهم النفسية أمراً بالغ الأهمية (سفيان، المعاضيدي، ٢٠١٣).

فالطلاب الموهوبين يمثلون شريحة استثنائية من المجتمع، يتمتعون بقدرات عقلية ووجدانية استثنائية، مثل التفكير النقدي والتحليل العميق حيث يُعد استثمار قدراتهم ورعايتهم خطوة أساسية نحو تحقيق الابتكار والتقدم المجتمعي (Subotnik et al., 2023). فهذه القدرات قد تصبح في بعض الأحيان مصدراً للضغوط النفسية عندما تقتصر بسعي مفرط لتحقيق الكمال، فعلى الرغم من أن الكمالية السوية تُعد عاملاً إيجابياً يدفع نحو تحقيق التميز من خلال وضع أهداف طموحة وقابلة للتحقيق، إلا أن الكمالية العصابية تُجسد النمط غير الصحي من هذا السعي، حيث يعتمد الفرد معايير غير واقعية ويُصاب بخوف دائم من الفشل أو النقد (Johnsen, 2021).

فيواجه الطالب الموهوب الذي يحقق تفوقاً دراسياً مستمراً في جميع المواد ضغوطاً نفسية مكثفة للحفاظ على مستواه الأكاديمي المرتفع، حتى في ظل الظروف الاستثنائية كالمرض أو نقص الوقت. فإذا حصل هذا الطالب على درجة أقل من المتوقع في اختبار واحد، فإنه قد لا يرى هذا الإنجاز مقبولاً، بل يفسره كدليل على الفشل الكامل، بدلاً من اعتباره تحدياً عابراً. مثل هذا النمط من التفكير يجعل الطالب عرضةً للشعور بالإحباط المستمر، والقلق المزمن، وفقدان الثقة بقدراته، مما قد يؤدي إلى تدهور صحته النفسية على المدى البعيد (خالد البلاح، ٢٠١٥). ومن هنا تتضح التأثيرات السلبية للكمالية العصابية التي تقلل من مرونة الطلاب في مواجهة التحديات، وتضعف تقديرهم لذواتهم، مما ينعكس سلباً على رفاهتهم النفسية (Chasetareh et al., 2023).

حيث أن الكمالية العصابية التي يشعر بها الطلاب الموهوبين تعمل كعامل مُضامٍ لهذه الضغوط النفسية كما تُضعف من تكييفهم مع التحديات التي يواجهونها، مما يجعلهم أكثر حساسية للنقد وأقل تقبلاً للإخفاقات، Hassan (2023). فالطلاب الموهوبين يعانون من شعور دائم بالعجز والقلق والاكتئاب، إضافة إلى انخفاض تقدير الذات ودافعية الإنجاز، نتيجة تحديد مستويات غير واقعية من التوقعات والأهداف، مما يبرز لدى هؤلاء الطلاب الكمالية العصابية والتي تُعد سمة شائعة بينهم فتجعلهم ينظرون إلى الفشل الجزئي كفشل تام، ويعانون من حاجة دائمة للتقبل والاستحسان، ويفتقدون استراتيجيات التكيف الفعّالة، مما يدفعهم إلى التسويف وتجنب المخاطرة خوفاً من الفشل (أحمد الزهراني، ٢٠١٩).

وفي مقابل تأثيرات الكمالية العصابية السلبية، تظهر الصلابة النفسية كعامل إيجابي يمكن أن يُعزز من قدرة الأفراد على مواجهة التحديات النفسية، حيث أن الصلابة النفسية تتضمن سمات مثل الشعور بالتحكم في المواقف، الالتزام بتحقيق الأهداف، وتفسير التحديات بطريقة إيجابية، هذه السمات تُساعد الأفراد على استخدام العوامل النفسية بفعالية، مما يمكنهم من تحويل التحديات إلى فرص للنمو الشخصي (Petkov, 2024).

بالنسبة للطلاب الموهوبين، تُعد الصلابة النفسية عاملاً حيوياً لتخفيف تأثير الكمالية العصابية، حيث إن تمتع الفرد بالصلابة النفسية يُمكنه من الحفاظ على توازنه النفسي والجسدي عند مواجهة الضغوط، كما يُعزز قدرته على مواجهتها والتغلب عليها بفعالية. فالصلابة النفسية تُعد وسيطاً هاماً بين التقييم المعرفي للتجارب الضاغطة والاستعداد لاستجابات التكيف، حيث تعمل على تقليل تأثير الضغوط وتحسين قدرة الفرد على التكيف مع التحديات، مما يسلط الضوء على الدور البارز لأهمية الصلابة النفسية لدى هؤلاء الطلاب في تعزيز استجاباتهم التكيفية الإيجابية عند مواجهة الضغوط النفسية (سمير الريماوي، ٢٠١٦).

وإضافة إلى الصلابة النفسية، تلعب استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية دوراً هاماً في تحديد كيفية تعامل الأفراد مع التحديات التي يواجهونها، فهذه الاستراتيجيات تعتمد على السمات الشخصية للفرد، فالأفراد الذين يتمتعون بصلابة نفسية غالباً ما يعتمدون على استراتيجيات تكيف إيجابية، مثل حل المشكلات أو البحث عن الدعم الاجتماعي، مما يساعدهم على التخفيف من حدة الضغوط النفسية. على النقيض، يلجأ الأفراد الذين يعانون من الكمالية العصابية إلى استراتيجيات غير فعالة، مثل التجنب والإنكار، مما يؤدي إلى تفاقم الآثار النفسية السلبية Handayani et al., (2024).

فالأفراد الذين يتميزون بالكمالية العصابية يميلون إلى الاعتماد على استراتيجيات مثل التجنب والاستسلام بدلاً من المواجهة المباشرة أو طلب الدعم، مما يؤدي إلى انخفاض في رفاهيتهم النفسية، مما يشير إلى أن الكمالية العصابية لديهم تُعد عاملاً معيقاً للتكيف النفسي، حيث تدفع هؤلاء الطلاب إلى استخدام استراتيجيات مواجهة سلبية تزيد من حدة الضغوط النفسية (Duong et al., 2023). وهذا يوضح أن الكمالية العصابية ترتبط بمستويات أعلى من الضغط النفسي، مما يعيق قدره هؤلاء الطلاب على التعامل الفعال مع التحديات اليومية (Ashby & Gnika, 2017). كما تعمل على تعزيز الشعور بالعجز وجعل الأفراد أكثر عرضة لتفاقم الضغوط النفسية (Lapsley & Rice, 2001).

وعلى النقيض من الكمالية العصابية، تظهر الدراسات أن الصلابة النفسية تعزز استخدام استراتيجيات مواجهة إيجابية، مما يساعد الأفراد على التكيف بشكل أكثر فاعلية مع الضغوط النفسية، كما أنها ترتبط إيجابياً باستخدام استراتيجيات مثل المواجهة المباشرة وطلب الدعم الاجتماعي، مما يعزز من قدرة الأفراد على التكيف مع الأزمات اليومية Hatami Varzaneh & (Moeini, 2024). بالإضافة إلى ذلك، فالعلاج النفسي الموجه لتعزيز الصلابة النفسية يساهم في تحسين استراتيجيات المواجهة وتقليل الاعتماد على الأنماط السلبية مثل التجنب، مما يساهم في تقليل آثار الضغوط النفسية وتحسين جودة الحياة (Shiani et al., 2024).

يتكامل هذا التأثير مع دور تقدير الذات، الذي يُعتبر مؤشراً رئيسياً للصحة النفسية، حيث يتضح من ذلك أن الكمالية العصابية تؤدي إلى انخفاض تقدير الذات نتيجة الفجوة بين التوقعات غير الواقعية والواقع، مما يُعزز الشعور بالإحباط والعجز. في المقابل، تساعد الصلابة النفسية على تعزيز

الثقة بالنفس من خلال تمكين الأفراد من التعامل بفعالية مع التحديات، مما يسهم في تحسين تقدير الذات لديهم (Reis & Gaesser, 2021). في حين تمثل الكمالية العصابية تهديداً مباشراً لتقدير الذات، حيث أن الطلاب الموهوبين الذين يعانون من الكمالية العصابية غالباً ما يُظهرون مستويات منخفضة من تقدير الذات والرضا الشخصي يؤدي هذا الانخفاض إلى تأثير سلبي مباشر على أدائهم الأكاديمي وقدرتهم على التكيف مع المتطلبات النفسية والاجتماعية، ويساهم نمط هذا التفكير المثالي المصاحب للكمالية العصابية في زيادة الضغط الداخلي، مما يؤدي إلى تعزيز مشاعر الإحباط والعجز، خاصة لدى هؤلاء الفئة من الطلاب الذين يواجهون توقعات عالية من المجتمع (Gotwals et al., 2023).

إلى جانب تأثير الكمالية العصابية، يُعد تقدير الذات عاملاً وسيطاً مهماً في العلاقة بين الكمالية العصابية والرفاه النفسي لدى هؤلاء الطلاب، حيث أن تعزيز تقدير الذات يمكن أن يقلل من الآثار السلبية للكمالية العصابية على الرضا عن حياتهم، مما يبرز أهمية تضمينه كجزء من التدخلات النفسية الموجهة لدى هذه الفئة، الأمر الذي يعكس هذا الدور الوسيط في تحسين شعور هؤلاء الطلاب بالكفاءة الشخصية وزيادة قدرتهم على التعامل مع التحديات بفعالية، مما يعزز من قدرتهم على تحقيق التوازن النفسي في بيئاتهم الأكاديمية والاجتماعية (Fekih-Romdhane et al., 2023).

وعلى الرغم من الدراسات التي تناولت الكمالية العصابية والصلابة النفسية، فإن العلاقة بين هذين المفهومين وتأثيرهما على استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وتقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين لم تُدرس بعمق كافٍ، الأمر الذي يشير إلى وجود فجوة بحثية تتمثل في فهم الديناميكيات النفسية والاجتماعية التي تواجه الطلاب الموهوبين، خاصة في ظل الضغوط المتزايدة التي يتعرضون لها هؤلاء الطلاب لتحقيق التفوق الأكاديمي والاجتماعي (Stricker et al., 2020).

استناداً إلى ذلك، يسعى البحث الحالي إلى استكشاف العلاقة بين الكمالية العصابية والصلابة النفسية كمتغيرات مستقلة وتأثيرها على استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وتقدير الذات كمتغيرات تابعة لدى الطلاب الموهوبين في المرحلة الثانوية.

مشكلة البحث

تُعد الكمالية العُصابية من السمات النفسية السلبية التي تؤثر بشكل كبير على الطلاب الموهوبين، حيث تجعلهم يسعون لتحقيق معايير مثالية غير واقعية، مما يترتب عليه ضغوط نفسية مستمرة وشعور دائم بالإحباط والقلق (منار الريحانة، ٢٠١٥). وغالباً ما يُرافق هذا السعي المفرط انخفاض في تقدير الذات وصعوبة في مواجهة التحديات الأكاديمية والاجتماعية (سليمان الزغاليل، ٢٠٠٨). وعلى النقيض، تُعتبر الصلابة النفسية عاملاً وقائياً رئيسياً يُمكن أن يُساعد الموهوبين على التكيف مع هذه الضغوط، حيث تُعزز من استجاباتهم التكيفية وتُساعدهم في الحفاظ على توازنهم النفسي، مما يدعم نجاحهم الأكاديمي والاجتماعي (بشار الطبيخ، وآخرون، ٢٠٢٢).

ومن خلال خبرة الباحثة كمتخصصة في استقطاب ورعاية الموهوبين، تمت ملاحظة أن العديد من هؤلاء الطلاب يعانون من تحديات نفسية ناتجة عن التوقعات العالية التي تُفرض عليهم من البيئة التعليمية والمجتمع المحيط بهم. غالباً ما تتجلى هذه التحديات في صورة ضغوط نفسية تؤثر على قدرتهم على التوازن بين طموحاتهم الأكاديمية ورفاههم النفسي. كما لوحظ أن استراتيجيات مواجهة الضغوط تختلف بين الطلاب، حيث يعتمد البعض على أساليب مواجهة فعالة تُعزز من تقدير الذات، بينما يلجأ آخرون إلى استراتيجيات أقل فعالية تزيد من تفاقم الضغوط النفسية.

كما أظهرت العديد من الدراسات كدراسة Cross et al. (2007) أن الطلاب الموهوبين يعانون من مستويات مرتفعة من القلق والاكتئاب بسبب التوقعات العالية من الأسرة والمدرسة، حيث توصلت الدراسة أن حوالي ٣٥% من الطلاب الموهوبين يعانون من تحديات نفسية تتضح في إرتفاع مستوى القلق لديهم مقارنة بالطلاب العاديين، مما يدعم ملاحظة الباحثة حول تأثير الضغوط النفسية على الطلاب الموهوبين، بينما أشار تقرير الجمعية الوطنية للطلاب الموهوبين National Association for Gifted Children (٢٠٢١) إلى أن ٢٠% من الطلاب الموهوبين يعانون من مستويات عالية من القلق، مقارنة بـ ١٠% فقط من الطلاب العاديين، وتؤكد هذه الإحصائية وجود فجوة واضحة تعكس التحديات النفسية المرتبطة بالتوقعات العالية لدى الطلاب الموهوبين.

وأوضحت دراسة مركز جونز هوبكنز (٢٠١٠) للطلاب الموهوبين أن ٦٠% يستخدمون استراتيجيات مواجهة إيجابية مثل البحث عن الدعم الاجتماعي لمواجهة الضغوط، بينما يلجأ ٤٠% منهم إلى استراتيجيات سلبية كالانسحاب والإنكار، وهذه النسب تبرز التنوع في أساليب المواجهة حول اختلاف الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلاب الموهوبين التي تدعم ملاحظة الباحثة،

وأظهرت دراسة (Ukeh & Hassan, 2018) أن الطلاب الموهوبين الذين يعتمدون على استراتيجيات مواجهة إيجابية (مثل التفكير الإيجابي أو الدعم الاجتماعي) يُظهرون مستويات أعلى من الرفاه النفسي بنسبة ٢٥% مقارنة بمن يستخدمون استراتيجيات سلبية (مثل الانسحاب). هذا يعزز ملاحظة الباحثة حول فعالية بعض الاستراتيجيات مقارنة بأخرى أقل فعالية.

وأكدت دراسة أحمد الزهراني (٢٠١٩) أن الكمالية العصابية تُعد من العوامل النفسية السلبية التي تُضعف دافعية الإنجاز وتُخفض تقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين، مما يزيد من حساسيتهم تجاه الإخفاق والانتقاد. في المقابل، أشارت دراسة سمير الريماوي (٢٠١٦) إلى الدور الإيجابي للصلابة النفسية في تعزيز قدرة الموهوبين على التكيف مع الضغوط النفسية، من خلال تحسين قدرتهم على استخدام استراتيجيات مواجهة إيجابية مثل التفكير المنطقي وحل المشكلات، مما يقلل من آثار الضغوط ويحسن من تقدير الذات لديهم.

تشير نتائج دراسة (Ali, 2024) إلى أن الطلاب الموهوبين يظهرون مستوى متوسطاً من الكمالية العصابية، وهو ما يعكس التحديات النفسية التي يواجهونها نتيجة انخفاض تقدير الذات. وقد أوضحت البحث أن هذا الانخفاض يُعد أحد الأسباب الرئيسية التي تزيد من الميل نحو الكمالية العصابية، مما يجعلهم أكثر عرضة للضغوط النفسية. ويدعم هذا الاستنتاج دراسات أخرى، مثل (Findik and Afat, Dimitrovska and Popovska Nalevska, 2024) و (Ogurlu, 2020)، التي أشارت إلى أن انخفاض تقدير الذات لدى الموهوبين لا يؤدي فقط إلى زيادة الكمالية العصابية، بل يدفعهم أيضاً إلى تبني استراتيجيات مواجهة غير فعّالة تؤثر على أدائهم الأكاديمي والنفسي.

على الجانب الآخر، أوضحت دراسات مثل (Zimmerman, 2022; Tinto, 2024) أهمية الصلابة النفسية كعامل داعم يُمكن أن يُعزز من متانة الطلاب الموهوبين وثقتهم بقدراتهم في مواجهة التحديات. كما أشارت دراسة Guidry et al. (2021) إلى أن الصلابة النفسية تُساعد على تحقيق التوازن النفسي من خلال تحسين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، مما يُبرز دورها كأداة فعّالة للتخفيف من تأثير الكمالية العصابية.

يسعى هذا البحث إلى معالجة الفجوة البحثية المتمثلة في العلاقة السببية بين الكمالية العصابية والصلابة النفسية، وتأثيرهما على استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وتقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين في المرحلة الثانوية. على الرغم من تعدد الدراسات التي تناولت تأثير الكمالية العصابية أو الصلابة النفسية بشكل منفصل على الصحة النفسية

أو الأداء الأكاديمي، إلا أن هناك ندرة واضحة في الدراسات التي تربط بين هذه المتغيرات بشكل تكاملي لدى فئة الموهوبين، الذين يواجهون تحديات نفسية واجتماعية فريدة. وعليه، فإن البحث الحالي تسعى إلى سد هذه الفجوة من خلال استكشاف الي مدى يسهم كل من الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية ومستوى تقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين؟

ويتفرع عنه الأسئلة الآتية:

١. ما العلاقة بين الكمالية العصابية واستراتيجيات المواجهة لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية؟
٢. ما العلاقة بين الصلابة النفسية واستراتيجيات المواجهة لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية؟
٣. ما العلاقة بين الكمالية العصابية وتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية؟
٤. ما العلاقة بين الصلابة النفسية وتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية؟
٥. ما مدى إمكانية التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال الكمالية العصابية والصلابة النفسية؟
٦. ما مدى إمكانية التنبؤ بتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال الكمالية العصابية والصلابة النفسية؟

أهداف البحث

- التعرف على العلاقة بين الكمالية العصابية واستراتيجيات المواجهة لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.
- استكشاف العلاقة بين الصلابة النفسية واستراتيجيات المواجهة لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.
- تحديد العلاقة بين الكمالية العصابية وتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.
- فحص العلاقة بين الصلابة النفسية وتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

- تحليل مدى إمكانية التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال الكمالية العصابية والصلابة النفسية.
- دراسة مدى إمكانية التنبؤ بتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال الكمالية العصابية والصلابة النفسية.

أهمية الدراسة

١- الأهمية النظرية:

تتمثل الأهمية النظرية في النقاط التالية:

١. المساهمة في تعميق الفهم العلمي للعلاقة بين الكمالية العصابية والصلابة النفسية كمتغيرين نفسيين هامين.
٢. دعم الاتجاهات الحديثة في الاهتمام بالصحة النفسية للطلاب، وخاصة الموهوبين، وتأثير الجوانب النفسية في أدائهم وتكيفهم.
٣. إثراء المحتوى العربي في مجال دراسات الكمالية العصابية والصلابة النفسية، وتقديم أساس للدراسات المستقبلية.

٢- الأهمية التطبيقية:

تتمثل الأهمية التطبيقية في النقاط التالية:

١. تعزيز فهم التحديات النفسية والأكاديمية التي يواجهها الطلاب الموهوبون في المرحلة الثانوية، وذلك من خلال التركيز على تطوير برامج إرشادية وتربوية مصممة خصيصاً لدعم قدراتهم النفسية. تهدف هذه البرامج إلى تمكين الطلاب من التكيف بفعالية مع الضغوط المختلفة التي قد يواجهونها، مما يساهم في تعزيز ثقتهم بأنفسهم وتقليل مستويات التوتر النفسي لديهم.
٢. المساهمة في تصميم استراتيجيات تدخل مبتكرة تركز على التخفيف من التأثيرات السلبية للسمات الشخصية المرتبطة بالضغوط، وتشجيع الطلاب على اعتماد أساليب مواجهة فعالة. من خلال هذا النهج، يمكن تعزيز الجوانب الإيجابية لدى الطلاب الموهوبين، مما يدعم تطورهم النفسي والأكاديمي.

مصطلحات البحث

الكمالية العصابية لدى الطلاب Neurotic Perfectionism

عرفها Shin et al. (2023) بأنها "السعي نحو مستويات أداء متفوق، والمبالغة في التقييم الذاتي النقدي، ويتجلى ذلك في نظرة الطالب إلى أدائه على أنه غير كافٍ أو متميز بالقدر المطلوب، بالرغم من جودته، وينتج عن

ذلك تبني الطالب لمعايير أداء مرتفعة بشكل غير واقعي، ويضع لنفسه مستويات صعبة لا يستطيع الوصول إليها ولا تتطابق مع الواقع".
وتعرفها الباحثة بأنها "قيام الطالب بوضع مستويات عالية ومبالغ فيها للأهداف ويتبع معايير عالية لتقييم أدائه، مع الخوف الشديد من ارتكاب الأخطاء حتى ولو كانت بسيطة، بل ولوم ذاته على كل فشل واجهه أو يواجهه، بالإضافة إلى توجيه بعض جوانب كماله نحو الآخرين ومطالبتهم بمعايير أداء عالية ومبالغ فيها، مع الحرص الشديد على انتقادهم على ما يفعلونه أو يقولونه".

الصلاية النفسية Hardiness Psychological

تُعرفها (Melhe et al. (2021 بأنها "نمط من العقد النفسي الذي يلتزم به الطالب تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، وقناعته بأنه قادر على التأثير في الظروف التي يواجهها ويتحمل المسؤولية عن المواقف التي يواجهها، مدركاً أن التغيرات التي تطرأ على جوانب حياته محفزة وضرورية للنمو وليست كتهديدات أو عقبات له".

تُعرفها الباحثة إجرائياً بأنها "قدرة الطالب على الحفاظ على صحته النفسية والجسدية رغم تعرضه لظروف ضاغطة. تتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية: الالتزام، الذي يعكس قدرة الطالب على إدراك قيمه وأهدافه واتخاذ قرارات تدعم توازنه الداخلي؛ التحكم، الذي يتمثل في اعتقاد الطالب بقدرته على إدارة الأحداث واتخاذ قرارات فعالة؛ والتحدي، الذي يعبر عن نظرة الطالب للتغيير كفرصة للنمو بدلاً من كونه تهديداً، مما يعزز قدرته على استكشاف المصادر النفسية والاجتماعية لمواجهة الضغوط التي تواجهه".

استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية Strategies for coping with psychological stress

يُعرف لورانس (Lawrence (2022 الضغوط النفسية psychological stress بأنها "حالة من الانفعالات النفسية السلبية مثل الغضب أو القلق أو الإحباط أو قلة التحمل أو الانزعاج أو تثبيط العزم التي يعاني منها الفرد نتيجة مواجهة أحداث تهدد أو تتحدى جوانب حياته المختلفة". ويُعرف Obbarius (2021 استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية بأنها "الجهود المعرفية والسلوكية التي يبذلها الفرد للتخفيف والسيطرة والتكيف مع المطالب الخارجية والداخلية التي تنشأ أثناء تفاعله مع البيئة والتي يرى أنها شديدة أو تفوق قدراته".

وتعرف الباحثة هذه الاستراتيجيات إجرائياً بأنها "استراتيجيات المواجهة التي يستخدمها الطلاب الموهوبون للتعامل مع المواقف الضاغطة، سواء كانت

معرفية أو سلوكية أو انفعالية، إيجابية أو سلبية، بهدف تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي.

تقدير الذات Self Esteem

يُعرف كوبر وآخرون (2020) Cooper et al. تقدير الذات بأنه "مجموعة من المواقف والمعتقدات التي يعتمد عليها الفرد أثناء مواجهته للعالم الخارجي ويعبر عنها في نفسه ومع اقترابه من الواقع تزداد رضاه وشعوره بالاكتمال الذاتي، وكلما زاد التباين بين الواقع والذات المثالية، كلما زادت مشاعره بعدم مشاعر عدم الارتياح والتوتر لديه.

وتُعرفه الباحثة إجرائياً بأنه "هو التقييم الذي يضعه الطالب لنفسه في مجالات متعددة: العقلية والنفسية والجسدية والاجتماعية والبيئية والأكاديمية، وتقديره لإمكاناته وممتلكاته وقدراته واعتقاداته الضمنية الإيجابية أو السلبية تجاه ذاته، كما يتضمن اعتقاده بأنه قادر ومهم وناجح وكفاء، وتوقعاته وكيفية إدارته للتحديات".

الطلاب الموهوبين Gifted Students

يُعرفهم (2021) Johnsen بأنهم "الطلاب الذين لديهم قدرات متميزة تمكنهم من تحقيق مستوى عالٍ من الأداء ويتم التعرف عليهم من قبل أشخاص مؤهلين مهنيًا".

تُعرفهم الباحثة بأنهم "مجموعة من طلاب المدارس الثانوية الذين تم تصنيفهم كموهوبين من قبل إدارة التربية والتعليم بجمهورية مصر العربية.

محددات البحث

تحدد نتائج البحث بالمحددات الآتية:

المحددات المنهجية: تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي كونه يتلاءم مع طبيعة البحث الحالية.

المحددات الموضوعية: تقتصر البحث على الكمالية العصائبة والصلابة النفسية كمنبئ بإستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

المحددات المكانية: طُبّق البحث في مدارس الموهوبين الثانوية بمحافظة القاهرة بجمهورية مصر العربية.

المحددات البشرية: تقتصر البحث علي عينه من الطلاب الموهوبين ممن تتراوح أعمارهم بين (١٥-١٨) عاماً.

المحددات الزمنية: طُبّق البحث في الفصل الأول للعام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥.

العرض النظري والدراسات السابقة الكمالية العصابية Neurotic perfectionism مفهوم الكمالية العصابية

عرفها (Woodrum 2020) بأنها "سمة شخصية تتميز بالاندفاع نحو تحقيق مستويات أداء عالٍ للغاية مصحوبة بميل الطالب الي تبني تقييمات نقدية تجاه سلوكه بشكل عام".

ويُعرفها (Stoeber et al. 2020) بأنها "سمة شخصية يتم تحديدها من خلال السعي إلى عدم ارتكاب الأخطاء، ووضع معايير عالية للغاية للأداء، والانتقاد المفرط".

ويُعرف (Abbady 2023) الكمالية العصابية بأنها "أحد صعوبات التكيف نتيجة قيام الطالب بوضع معايير أداء غير واقعية لنفسه والسعي الدؤوب لتحقيقها والمبالغة في تضخيم أي إخفاق واعتباره فشلاً ذريعاً، وتبني الطالب نظرة ثنائية للأداء تتراوح بين النجاح الكامل وال فشل التام".

وعرف (Shahla et al. 2023) الكمالية العصابية بأنها الإصرار على رفع مستوى الأداء من الذات والآخرين بما يتجاوز ما تقتضيه الظروف لتحقيق أعلى المعايير التي يضعها المرء، وتقييم الذات على أساس القدرة على تحقيق هذه الأهداف الصعبة، ومواجهة عواقب سلبية نتيجة السعي المستمر لتحقيق هذه الأهداف بأي ثمن".

ويُعرفها (Ali 2024) بأنها "بنية معرفية وسلوكية ذات دوافع واحتياجات وصور ذهنية محددة تدفع الطالب الموهوب إلى التشكيك في كفاءته على الأداء الجيد، ويعاني من انخفاض تقدير الذات، وإظهار عدم الرضا عن أي أداء بغض النظر عن جودته، والانخراط في النقد الذاتي المفرط، والحساسية المفرطة لانتقادات الآخرين، ووضع معايير إنجاز مرتفعة يسعى إلى تحقيقها

كما يري (Ferber et al. 2024) الكمالية العصابية بأنها "مجموعة من الأفكار والسلوكيات التي تؤدي إلى الإرهاق الذاتي لدى الفرد لأنها تهتم بتحقيق أهداف عالية وغير واقعية حتى في المجالات التي لا يكون التميز فيها معياراً للنجاح".

من خلال التعريفات السابقة، يتضح أن الكمالية العصابية تُعبر عن سمة شخصية تتسم بالسعي المفرط لتحقيق معايير أداء غير واقعية، مصحوبة بخوف مستمر من الفشل ونقد ذاتي مفرط. كما ترتبط هذه السمة بحساسية مفرطة تجاه انتقادات الآخرين ونمط تفكير صارم يُقيم الأداء إما كنجاح كامل أو إخفاق تام، مما يؤدي إلى إرهاق نفسي ملحوظ، وانخفاض في تقدير الذات، وصعوبة في التكيف مع التحديات.

العوامل التي تساعد على الكمالية العصابية

تُعد الكمالية العصابية نتاجاً لتفاعل مجموعة من العوامل النفسية والبيئية التي تُعزز التفكير المثالي المفرط وتؤثر على سلوك الأفراد بشكل سلبي، ويشير (Smith 2019) إلى أن الكمالية العصابية تنشأ نتيجة عوامل داخلية وخارجية تعمل معاً لتنمية هذه السمة.

- **العوامل الداخلية:** تتعلق بالمشاعر والأفكار السلبية التي يحملها الفرد. يشمل ذلك الخوف من الفشل، حيث يرتبط الفشل بفقدان التقدير الذاتي، مما يدفع الشخص لتجنب المخاطرة. بالإضافة إلى ذلك، يُنظر إلى الأخطاء على أنها فشل تام، مما يُعيق التعلم والتطور. كما أن الحاجة المستمرة إلى استحسان الآخرين تجعل الفرد يسعى للكمال لتجنب النقد. ويُضاف إلى ذلك نمط تفكير "الكل أو لا شيء"، حيث يُقيّم الفرد قيمته بناءً على تحقيق أهداف مثالية فقط.

- **العوامل الخارجية:** تشمل تأثيرات البيئة المحيطة، مثل التوقعات العالية والنقد المستمر من الوالدين، مما يدفع الأبناء نحو الكمالية لتلبية هذه التوقعات. كما أن الأجواء الأسرية المضطربة أو الحماية المفرطة قد تدفع الطفل للسعي إلى تحقيق إنجازات مميزة كوسيلة للهروب من الضغوط الأسرية. كذلك، يلعب ترتيب الطفل في الأسرة دوراً في زيادة هذه السمة، خاصة إذا كان الطفل الأكبر أو الأصغر أو الذكر الوحيد.

مما سبق يتضح أن الكمالية العصابية تنشأ من تفاعل عوامل داخلية مثل الخوف من الفشل والتفكير بمنطق "الكل أو لا شيء"، التي تربط قيمة الفرد بإنجازاته المثالية، مع عوامل خارجية تشمل التوقعات الأبوية العالية والنقد المستمر والأجواء الأسرية المضطربة، مما يبرز أهمية فهم هذه السياقات في التعامل مع الكمالية العصابية.

التمييز بين الكمالية الطبيعية والكمالية العصابية

تُعد الكمالية من السمات النفسية التي تثير اهتمام الباحثين لتأثيرها المتباين على النمو الشخصي والاجتماعي. يرى أدلر أن السعي نحو الكمال هو جزء لا يتجزأ من الطبيعة البشرية، إذ يعمل كدافع فطري لتحقيق أهداف تسهم في تقدم المجتمع وتعزز المنافع الاجتماعية، وليس مجرد تحسين للذات. ومع ذلك، يميز أدلر بين نوعين من الكمالية: الكمالية الطبيعية والكمالية العصابية.

تمثل الكمالية الطبيعية شكلاً إيجابياً وصحياً من السعي نحو الإتقان، حيث يسعى الفرد لتحقيق أهداف واقعية ضمن حدود يمكن التحكم فيها، مع ارتباط قوي بالاهتمام بالآخرين والعمل من أجلهم. على النقيض، تظهر

الكمالية العصابية كآلية تعويضية مفترطة، عندما تصبح مشاعر النقص عاطفياً نفسياً يدفع الفرد إلى التركيز المفرط على ذاته، مما يؤدي إلى صراع داخلي مستمر واضطراب في التوازن النفسي والاجتماعي. (Stoeber, 2020) وفي هذا السياق، يشير كوتمان (Kottman, 2017) إلى أن الأفراد المصابين بالكمالية العصابية يعانون من شعور دائم بالنقص مصحوباً بضغط نفسي متزايدة، ما يميزهم عن أصحاب الكمالية الطبيعية. بينما تُحفز الكمالية الطبيعية الأفراد على الإنجاز والتطور، تدفع الكمالية العصابية نحو الإفراط في النقد الذاتي والخوف من الفشل، مما يؤدي إلى حالة من الضيق المستمر. من جانب آخر، يعرف بيك (Beck) الكمالية بأنها نظام إدراكي مشوه، يتسم بأنماط تفكير سلبية تشمل التعميم المفرط والتوقعات غير الواقعية. ويعزز نموذج التوقعات الاجتماعية هذا المفهوم، حيث أشار بيك إلى أن توقعات الوالدين العالية، أو الإهمال والنقد المستمر، تدفع الأبناء إلى تطوير الكمالية كوسيلة للتعامل مع تلك الضغوط. وفي حين تدفع الكمالية الطبيعية الأفراد لتحقيق الإنجازات بشعور من الرضا، نجد أن الكمالية العصابية تركز على الأخطاء الصغيرة باعتبارها مؤشرات على الفشل، مما يمنع الشعور بالسعادة أو التقدم. (Flett, 2022)

كما يقدم بيرنز (Burns) وصفاً دقيقاً للكمالية العصابية، معتبراً إياها نمط تفكير ثنائي قائم على مبدأ "كل شيء أو لا شيء". وفقاً لهذا النمط، يصبح تقدير الذات مشروطاً بتحقيق النجاح المطلق، بينما يُنظر إلى أي إخفاق، مهما كان بسيطاً، كدليل على الفشل الكامل. هذا التفكير يؤدي إلى تقييم ذاتي قاس يستهلك الفرد نفسياً، حيث يتجاهل التقدير التدريجي للإنجازات أو النجاحات الجزئية. (Agarwal & Dhenwal, 2024)

يتضح من هذه التصورات أن الفارق الأساسي بين الكمالية الطبيعية والعصابية يكمن في تأثيرهما على التوازن النفسي والاجتماعي. ففي حين تُعزز الكمالية الطبيعية النمو الشخصي والإبداع، تُعيق الكمالية العصابية هذا التقدم من خلال تكريسها لحالة من الصراع الداخلي والتركيز المفرط على الذات، ما يُبرز الحاجة إلى فهمها وإدارتها بفعالية لتحقيق التوازن النفسي والرفاه الاجتماعي.

النظريات المفسرة للكمالية العصابية

تعددت النظريات التي تناولت تفسير الكمالية العصابية بناءً على المدارس الفكرية المختلفة، حيث قدم كل مدخل تفسيراً ينسجم مع أسس المدرسة التي ينتمي إليها.

وفقاً للمدخل التحليلي، تُفسّر الكمالية العصابية باعتبارها نتاجاً لصراع داخلي بين الأنا والهو، حيث تفرض الأنا العليا معايير صارمة للأداء يصعب تحقيقها. هذا التوتر الداخلي يولد شعوراً دائماً بالذنب لدى الفرد نتيجة عجزه عن تلبية هذه المعايير. ومن منظور التحليل النفسي، تمثل الكمالية العصابية محاولة مستمرة للتوفيق بين الذات المثالية والمعايير المفروضة من الأنا العليا، مما يؤدي إلى اضطراب في التوازن النفسي. (Flett et al., 2017).

أما المدخل السلوكي، فيركز على التأثيرات البيئية ودورها في تشكيل الكمالية لدى الفرد. يُفسّر ذلك من خلال نموذجين رئيسيين؛ الأول هو "نموذج التوقعات الاجتماعية"، الذي يعتمد على آراء روجرز حول قيمة الذات. يشير هذا النموذج إلى أن الطفل يتعلم أن قبوله وحصوله على الحب من الوالدين يرتبطان بتحقيق مستويات عالية من الأداء، مما يدفعه للسعي إلى الكمال كوسيلة لإرضاء توقعات الآخرين. النموذج الثاني هو "نموذج التعلم الاجتماعي"، الذي يرى أن الأطفال قد يكتسبون الكمالية من خلال تقليد سلوكيات الوالدين أو أفراد الأسرة المؤثرين، مما يجعل البيئة العائلية عاملاً محورياً في تكوين الكمالية العصابية. (Cohen, 2020)

من جهة أخرى، يركز المدخل المعرفي على دور التشوهات المعرفية وأساليب التفكير غير التكيفية في تشكيل الكمالية العصابية. وفقاً لهذا المدخل، يميل الأفراد الذين يعانون من الكمالية العصابية إلى تفسير الفشل كنتيجة لعوامل داخلية ترتبط بعدم الكفاءة. هذا النوع من التفكير يعزز لديهم مشاعر النقص ويدفعهم إلى تبني معايير غير واقعية لا يمكن تحقيقها. ونتيجة لذلك، يصبح الفرد أكثر عرضة للضغوط النفسية والتوتر المستمر (Flett et al., 2017).

في ضوء هذه المداخل، ترى الباحثة أن تفسير الكمالية العصابية يختلف بناءً على المنهجية التي تعتمد عليها كل مدرسة فكرية. ركز التحليل النفسي على الصراعات الداخلية بين الأنا والهو والأنا العليا، بينما سلطت المدرسة السلوكية الضوء على تأثير البيئة الاجتماعية ونماذج التعلم. وفي المقابل، أشار المدخل المعرفي إلى دور الأفكار المشوهة والعزو غير الفعال في تعزيز الكمالية العصابية وهو المدخل الذي تتبناه الباحثة في هذا البحث.

الصلابة النفسية Hardiness Psychological

مفهوم الصلابة النفسية

يُعرف (Albakova (2020 وفقاً لكوبازا الصلابة النفسية بأنها "مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كافة الموارد النفسية والبيئية المتاحة من أجل إدراك الأحداث

الحياتية المجهدة والصعبة بشكل فعال وغير مشوه أو منحرف وتفسيرها بشكل واقعي وموضوعي ومنطقي والتعايش معها بشكل إيجابي وتشمل ثلاثة أبعاد هي: "الالتزام، السيطرة، التحدي".

أبعاد الصلابة النفسية

تعتبر الصلابة النفسية من السمات الأساسية التي تمكن الأفراد من مواجهة التحديات والضغوط النفسية بشكل فعال، مما يجعلها عاملاً رئيسياً في تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي. وفقاً لـ (Yavuz & Dilmaç, 2020)، تتكون الصلابة النفسية من ثلاثة أبعاد رئيسية تعمل معاً لتعزيز قدرة الفرد على التكيف مع مختلف الضغوط الحياتية.

البعد الأول هو الالتزام، الذي يعد عاملاً وقائياً مهماً يساهم في تقليل التأثيرات السلبية للضغوط. يتمثل الالتزام في إصرار الفرد على تحقيق أهدافه والتمسك بمسؤولياته، سواء على المستوى الأكاديمي أو الاجتماعي. بالنسبة للطلاب، يظهر هذا البعد من خلال حرصهم على الالتزام بالدراسة، المشاركة في الأنشطة المختلفة، والامتثال للقواعد والقيم التي تحكم البيئة التعليمية والمجتمع المحيط. الالتزام يعزز شعور الطالب بالانتماء ويزيد من قدرته على مواجهة التحديات بثبات.

البعد الثاني هو التحكم، الذي يشير إلى إدراك الفرد لقدرته على التأثير في الأحداث التي يمر بها واتخاذ القرارات المناسبة لمواجهة المواقف المختلفة. يعكس هذا البعد اعتقاد الفرد بأن نتائجه تعتمد على جهوده وقراراته الشخصية، مما يعزز شعوره بالسيطرة على حياته. يشمل التحكم عدة أبعاد فرعية، منها التحكم في اتخاذ القرارات المتعلقة بالمسار الأكاديمي والحياة الشخصية، والتحكم المعرفي الذي يتضمن البحث عن المعلومات وتوظيفها بفعالية، والتحكم السلوكي من خلال إدارة الوقت والجهد بشكل منظم، وأخيراً التحكم الاستراتيجي الذي يساعد الفرد على تقييم تجاربه السابقة واستخلاص الدروس منها لتحسين أدائه المستقبلي.

البعد الثالث هو التحدي، الذي يعكس نظرة الفرد إلى التغيير والضغوط كفرص للنمو والتطور بدلاً من تهديدات تستدعي القلق أو التراجع. يساعد هذا البعد الأفراد، وخاصة الطلاب، على تبني مواقف إيجابية تجاه المشكلات التي يواجهونها، حيث يسعون لاستكشاف فرص جديدة للتعلم واستخدام الموارد النفسية والاجتماعية المتاحة لمواجهة التحديات بفعالية.

تعمل هذه الأبعاد الثلاثة معاً على تعزيز قدرة الأفراد على التكيف مع المتغيرات المختلفة، مما يساعدهم على تحقيق النمو الشخصي والأكاديمي. يشير هذا التكامل بين الالتزام والتحكم والتحدي إلى الدور الحيوي للصلابة

النفسيّة في مساعدة الأفراد على تجاوز الأزمات والاستفادة منها لتحسين نوعيّة حياتهم.

كما تتميز الصلابة النفسيّة بمجموعة من الخصائص الأساسيّة التي تعزز قدرة الأفراد على التكيف مع التحديات والضغوط. أولاً: الشعور بالالتزام، والذي يعكس النية والدافع للانخراط في التطورات الجديدة ومواجهة التحديات بفاعليّة. ثانياً: الإيمان بالسيطرة، حيث يعتقد الفرد أنه قادر على التأثير في الأحداث التي تواجهه، مما يعزز شعوره بالمسؤوليّة والفاعليّة الذاتيّة في تحقيق أهدافه. ثالثاً: الرغبة في إحداث التغيير، والتي تُظهر استعداد الفرد لمواجهة الأنشطة الجديدة واعتبارها فرصاً للنمو والتطور الشخصي بدلاً من كونها تهديدات. هذه الخصائص مجتمعة تُسهم في تعزيز الصلابة النفسيّة وتمكين الأفراد من التعامل مع التحديات بشكل إيجابي وفعال (Sharif Nia et al., 2022).

استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسيّة

مفهوم استراتيجيات المواجهة

تُعد استراتيجيات المواجهة جزءاً أساسياً من العمليّة النفسيّة التي يستخدمها الأفراد للتعامل مع المواقف الضاغطة. ويُعرفها Skinner & Wellborn (2019) بأنها "الأساليب التي يواجه بها الفرد أحداث الحياة اليوميّة الضاغطة. هذه الأساليب تعتمد على قدرات الفرد، وسياقه المرجعي، ومهاراته في التعامل مع الضغوط، وتتنوع بين مقاربات إيجابيّة وسلبيّة استناداً إلى طبيعته الحدث وقدرة الفرد على تحمله".

ويُعرفها Yavuz (2020) بأنها "وسائل تُستخدم لتخفيف حدة المشكلات الناتجة عن الضغوط، وتساعد على التحكم في النتائج الانفعاليّة الناجمة عن هذه الضغوط بما يحقق استجابة ناجحة".

أما Kolenatý et al. (2022) فقد عرّف استراتيجيات المواجهة بأنها "أفعال فرديّة تهدف إلى التكيف مع الظروف البيئيّة المحيطة. تُظهر هذه الأفعال كميّة تفاعل الفرد مع بيئته لتحقيق أهداف معيّنة، وهو ما يعكس الجانب الإجرائي لاستراتيجيات المواجهة".

وفقاً لـ Obbarius (2021) المستند إلى آراء Volkan & Lazarus "تُعد استراتيجيات المواجهة جهوداً معرفيّة وسلوكيّة يبذلها الفرد بهدف التحكم في المطالب الخارجيّة والداخليّة التي تُسببها المواقف الضاغطة". ويركز هذا التعريف على إدراك الفرد لهذه المواقف على أنها تتجاوز قدراته، مما يبرز أهميّة استراتيجيات المواجهة في التعامل مع هذه التحديات.

ويصف Babicka-Wirkus et al. (2021) استراتيجيات المواجهة بأنها سلسلة من الأفعال وأساليب التفكير التي تُستخدم للتعامل مع مواقف ضاغطة أو غير سارة، سواء كان الهدف تعديل هذه المواقف أو تحسين استجابات الفرد تجاهها.

وفقاً لـ Wadi et al. (2024) تُعرف استراتيجيات المواجهة بأنها "الجهود التي يبذلها الفرد من خلال توظيف موارده المعرفية والانفعالية والجسدية والاجتماعية بهدف التصدي للمواقف الضاغطة، سواء للتخلص منها أو لتجنب آثارها السلبية المادية والمعنوية. وتهدف هذه الجهود إلى المحافظة على التوازن الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي".

من منظور Liu et al. (2024) تُعرف استراتيجيات المواجهة بأنها "السلوكيات الظاهرة أو الضمنية التي تُستخدم لتقليل الضغوط النفسية أو تعديل الظروف المسببة لها. هذا التعريف يركز على الطبيعة العملية لهذه السلوكيات، سواء كانت موجهة نحو المشكلة نفسها أو نحو الاستجابة الانفعالية الناتجة عنها".

يتضح من هذه التعريفات أن استراتيجيات المواجهة تشمل مجموعة من العمليات المعرفية والسلوكية التي تهدف إلى تعزيز قدرة الأفراد على التعامل مع الضغوط، سواء من خلال تغيير الموقف المسبب للضغوط أو تحسين استجاباتهم الانفعالية تجاهه.

أنواع ومراحل استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية

تُعد استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية من الجوانب الهامة في الدراسات النفسية، حيث تتنوع هذه الاستراتيجيات باختلاف النظريات والمداخل الفكرية. وفقاً لـ Obbarius et al. (2021)، يمكن تقسيم استراتيجيات المواجهة إلى نوعين رئيسيين: الأول هو "التعامل المتمركز حول الانفعالات"، والذي يركز على تنظيم الانفعالات وإدارة الاستجابات النفسية الناتجة عن المواقف الضاغطة. الثاني هو "التعامل المتمركز حول المشكلة"، والذي يهدف إلى معالجة أسباب الضغوط مباشرة. ووفقاً لنظرية فولكمان ولازاروس (Folkman & Lazarus)، يتم استخدام كلا النوعين في معظم المواقف الضاغطة، مع اختلاف في درجة الاعتماد على كل منهما بناءً على تقييم الفرد للموقف. يشير McCrea (2022) إلى أن الأفراد غالباً ما يمزجون بين هذين الأسلوبين، حيث يزيد استخدام الأسلوب المتمركز على المشكلة عندما يكون التغيير ممكناً، بينما يزداد التركيز على الانفعالات إذا كان الموقف خارج السيطرة.

كما أوضحت (Litvin et al. (2023 أن مواجهة الضغوط تمر بثلاث مراحل أساسية. تبدأ المرحلة الأولى بـ "التنبية"، حيث يدرك الفرد وجود مصدر للضغط مما يؤدي إلى استجابات نفسية وجسدية. تليها مرحلة "المقاومة"، حيث يحاول الفرد التكيف مع الضغوط من خلال استجابات نفسية وفسولوجية. إذا استمر الضغط لفترة طويلة، يدخل الفرد في مرحلة "الإنهاك"، التي تنخفض فيها قدرته على المقاومة بسبب استنزاف الموارد النفسية والجسدية.

فيما يتعلق بالاستراتيجيات المعرفية لمواجهة الضغوط، قدم Dolcos et al. (2021) مجموعة متنوعة منها، تشمل التفكير العقلاني، حيث يحلل الفرد مصادر القلق بشكل منطقي؛ والتخيل، الذي يتضمن تصور النتائج المستقبلية المحتملة؛ والإنكار، حيث يتجاهل الفرد الموقف الضاغط؛ وحل المشكلة باستخدام أساليب مثل القدح الذهني لتوليد حلول فعالة؛ والفكاهة، التي تسهم في تعزيز الانفعالات الإيجابية وتخفيف التوتر.

على الجانب الآخر، أكدت (Babicka-Wirkus et al. (2021 أن استراتيجيات المواجهة يمكن تصنيفها إلى استراتيجيات انفعالية تعتمد على استجابات مثل التوتر والغضب، واستراتيجيات معرفية تشمل التحليل المنطقي وإعادة التفسير الإيجابي. وأوضحت (Hwang et al. (2022 أن تصنيف هيجتر وأندلر (Higgins & Endler) يضيف بُعداً جديداً بتقسيم الاستراتيجيات إلى ثلاثة أنواع: التوجه الانفعالي، الذي يركز على ردود الأفعال العاطفية؛ والتوجه نحو التجنب، حيث يحاول الفرد الابتعاد عن المواجهة المباشرة؛ والتوجه نحو الأداء، الذي يتضمن استخدام أساليب عملية مثل تحليل المشكلة ووضع خطط للحل وهو ما تتبناه الباحثة في هذا البحث .

بالإضافة إلى ذلك، يشير (Quansah et al. (2022 إلى أن نهج كولمان وموريس وجلوراس (Coleman, Morris & Gloras) يركز على آليات مقاومة الضغوط مثل البحث عن المعلومات، التفاعل التلقائي، والاستجابات النشطة التي تسهم في تخفيف الآثار السلبية للضغوط النفسية.

بشكل عام، تظهر الدراسات أن هذه الاستراتيجيات المتنوعة تتيح للأفراد التعامل مع الضغوط بفعالية، سواء من خلال تنظيم الانفعالات، تعديل الاستجابات المعرفية، أو التفاعل السلوكي، مما يعزز الصحة النفسية ويزيد من قدرتهم على التكيف مع التحديات.

شروط المواجهة الفعالة للضغوط النفسية

تتطلب المواجهة الفعالة للضغوط النفسية توافر مجموعة من الشروط الأساسية التي تسهم في التكيف الناجح مع التحديات والأزمات. وفقاً لدراسة (Zandi et al. (2021 تشمل هذه الشروط: أولاً، التقييم الشامل للموقف الضاغط

وفهم التحديات المرتبطة به، مع استكشاف الواقع والبحث عن المعلومات الكافية. ثانياً، التعبير بحرية عن المشاعر الإيجابية والسلبية كوسيلة للتنفيس عن الضغوط وتخفيف حدتها. ثالثاً، القدرة على طلب المساعدة من الآخرين، وتجزئة المشكلة إلى وحدات صغيرة يمكن التعامل معها بشكل تدريجي. رابعاً، التنظيم الانفعالي للمشاعر وإظهار الصلابة في تقبل التغيير. خامساً، تعزيز روح التفاؤل والأمل، حيث يساهم ذلك بشكل كبير في نجاح التعامل مع المشكلات.

في الاتجاه نفسه، يرى بعض الباحثين (Chen et al., 2024) أن الحل الإيجابي للضغوط النفسية يتطلب إدماج آثار الأزمات في نسيج الحياة اليومية، مما يعزز الانفتاح على المستقبل بدلاً من الانغلاق عليه. يتضمن ذلك عدة عناصر أساسية، مثل الحفاظ على التوازن النفسي، والتمكن المعرفي من الموقف، وتنمية استراتيجيات تكيفية جديدة، بما في ذلك تغيير السلوك والاستخدام الأمثل للطاقت والموارد المتاحة. هذه العناصر مجتمعة تساهم في تعزيز قدرة الفرد على مواجهة الضغوط بشكل فعال وتحقيق التوازن النفسي. تقدير الذات

يُعرف هوفمان وشاكتر (Hoffman & Schacter, 2024) تقدير الذات بأنه "يتمثل في القيمة التي يضعها الأفراد على أنفسهم، ومدى توقعهم للنجاح في ما يقومون به".

ويذكر (Fraser et al., 2023) أن تقدير الذات هو "تقييم عام لقيمة الشخص لنفسه، سواء كان ذلك بشكل إيجابي أو سلبي، ويعكس درجة تحقيق الفرد لذاته. وهو نتاج للبناء النفسي للفرد، وينتج عن النشاط المعرفي والاجتماعي، ويتطور بشكل ديناميكي ومستمر. يُعتبر تقدير الذات بعداً أساسياً في بناء الشخصية، حيث يعكس موقف الفرد تجاه نفسه".

وقد عرفه (Alkhasawneh et al., 2022) بأنها "التقييم الشامل الذي يقدمه الفرد لنفسه، والذي يعكس وجهة نظره تجاه إنجازاته، وقدراته، وقيمه، وجسده، وممتلكاته، بالإضافة إلى كيفية استجابته الآخرين له". في حين يعرف براندن (Branden, 2021) بأنها "تجربة الفرد في قدرته على إدارة تحديات الحياة والتعامل معها، بالإضافة إلى شعوره بأنه يستحق السعادة".

عرف كوبر وآخرون (Cooper et al., 2020) تقدير الذات بأنه "مجموعة من المواقف والمعتقدات التي يعتمد عليها الفرد أثناء تفاعله مع العالم الخارجي، ويعبر عنها في تقييمه لذاته. كلما اقترب الفرد من الواقع، زاد شعوره

بالرضا والاكتمال الذاتي، بينما يؤدي التباين بين الواقع والذات المثالية إلى زيادة مشاعر عدم الارتياح والتوتر".

من خلال العرض السابق، يمكن القول إن تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه في مجالات متعددة، تشمل الجوانب العقلية، والنفسية، والجسدية، والاجتماعية، والبيئية، والأكاديمية. كما يتضمن تقدير الفرد لإمكاناته، وقدراته، وممتلكاته، بالإضافة إلى معتقده الضمنية الإيجابية أو السلبية تجاه ذاته. ويشمل أيضًا اعتقاد الفرد بأنه قادر، ومهم، وناجح، وكفاء، بالإضافة إلى توقعاته وكيفية إدارته للتحديات التي يواجهها.

مستويات تقدير الذات

يُحدد Liu et al. (2022) مستويات تقدير الذات إلى مستويين رئيسيين: المستوى المرتفع (العالي) والمستوى المنخفض (المتدني). يتمتع الأشخاص ذوو المستوى المرتفع لتقدير الذات بثقة كبيرة في أنفسهم، حيث يعتقدون أنهم ذوو قيمة ويستحقون الاحترام والتقدير. كما يؤكدون على نقاط قوتهم وقدراتهم، ويميلون إلى المشاركة في الأنشطة الاجتماعية والدخول في مواقف جديدة بفضول وثقة. على الجانب الآخر، يتميز الأشخاص ذوو المستوى المنخفض لتقدير الذات بعدم الثقة في قدراتهم، حيث يشعرون بالإحباط والعجز، ويعتقدون أن الآخرين أذكى منهم. كما يعبرون عن عدم رضاهم عن مظهرهم العام ويواجهون صعوبات في التعامل مع الآخرين وحل مشاكلهم.

مكونات تقدير الذات

يُشير Solanki (2022) إلى أن تقدير الذات يتكون من مكونين أساسيين: الكفاءة الذاتية (Self-efficacy) وقيمة الذات (Self-worth). فالكفاءة الذاتية تعني ثقة الفرد بنفسه وقناعته بقدرته على التكيف مع التحديات الأساسية في الحياة. أما قيمة الذات، فتعني قبول الفرد لنفسه دون شروط أو قيود، والشعور بأنه يستحق الحياة وله دور وأهمية فيها. يعزز هذان المكونان معًا شعور الفرد بالرضا عن نفسه، مما يساهم في بناء تقدير ذاتي إيجابي.

أهمية تقدير الذات

يُعتبر تقدير الذات أحد الأبعاد الأساسية للشخصية، ويُعد من أكثر المتغيرات تأثيراً في السلوك الإنساني. وفقاً لـ ألبورت (Allport) فإن تقدير الذات يدخل في جميع سمات الفرد وجوانبه العاطفية، حيث يلعب تقييم الفرد لنفسه دوراً محورياً في تحديد سلوكه. ويرى العلماء أن الغرض الأساسي من جميع أنواع النشاط الإنساني هو محاولة رفع تقدير الذات، حيث يؤثر هذا التقييم في تحديد أهداف الفرد، واتجاهاته، واستجاباته تجاه نفسه والآخرين (Amrouche & Benmdjahed, 2024).

كما يرتبط مفهوم تقدير الذات بشكل وثيق بطريقة تعاملنا مع الأحداث الحياتية وكيفية شعورنا تجاه أنفسنا. يشير التراث النفسي إلى وجود علاقة قوية بين تقدير الذات والصحة النفسية، حيث يؤدي ارتفاع تقدير الذات إلى تحقيق الانسجام النفسي والتحكم الداخلي. على الجانب الآخر، فإن الأفراد الذين يعانون من تدني تقدير الذات غالباً ما يشعرون بعدم الرضا عن أنفسهم، بغض النظر عن الإنجازات التي يحققونها، كما أشار Rimes et al. (2023) إلى أن تقدير الذات يعزز احترام الفرد لذاته ويدفعه إلى السعي لتغيير الأمور وعدم الخضوع للواقع كما هو، بالإضافة إلى ذلك يُعد تقدير الذات جانباً أساسياً في الصحة النفسية والاجتماعية للمراهقين الموهوبين. فالشعور الإيجابي تجاه الذات والإيمان بالقدرات يسهم في تعزيز الثقة بالنفس، وتحقيق الإنجازات، والوصول إلى النجاحات الأكاديمية والشخصية (Mikkelsen et al., 2021).

نظريات تقدير الذات

تناولت نظريات عديدة مفهوم تقدير الذات من حيث نشأته وتأثيره على سلوك الفرد وفيما يلي سنتناول أهم هذه النظريات:

نظرية روزنبرج (Rosenberg (١٩٦٥)

اهتم (روزنبرج) بنمو وتطور سلوك الفرد تجاه نفسه بناء على المعايير السائدة في البيئة الاجتماعية المحيطة بالفرد، وركز على تقييم المراهقين لأنفسهم مع ديناميكيات تطوير صورة ذاتية إيجابية، كما اهتم بدور الأسرة في تشكيل تقدير الذات وطرق السلوك الاجتماعي للفرد في المستقبل، واعتمد المنهج الذي تبناه على مفهوم الاتجاه، كأداة محورية تربط بين الأحداث والسلوكيات السابقة واللاحقة، وأكد أن مفهوم تقدير الذات هو مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه. وقد تمثل منهجه الأساسي في أن يتخذ الفرد اتجاهاً محدداً نحو المواضيع التي يتناولها ويعيشها في حياته، واعتبر بداية الذات من هذه المواضيع التي يكون للفرد اتجاه نحوها لا يختلف كثيراً عن الاتجاهات التي يشكلها نحو مواضيع أخرى. إلا أنه تراجع عن هذه الفكرة فيما بعد، وأقر بأن اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف في الكم عن اتجاهاته نحو مواضيع أخرى. ويرى الكفاي (١٩٨٩) أن روزنبرج Rosenberg يقر بأن تقدير الذات هو "التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به لنفسه عادة" وهو يعبر عن اتجاه الموافقة أو الرفض (الحميدي ضيدان، ٢٠٠٨، ص ٢٠)

وتستنتج الباحثة مما سبق أن هذه النظرية تهتم بدراسة تقدير الذات عبر مراحل عمر الفرد، وتؤكد على الدور الأساسي للأسرة في تشكيل هذا المفهوم لدى أفرادها، باعتبارها البيئة الاجتماعية الأولى والأساسية التي ينشأ فيها الفرد، يليها دور المؤسسات الاجتماعية الأخرى في المرتبة الثانية.

نظرية كوبر سميث Cooper Smith

وقد أكد كوبر سميث Cooper Smith أن تقدير الذات يتضمن عدة عمليات تتمثل في تقييم الذات وردود الأفعال والاستجابات الدفاعية، وذلك على النقيض من روزنبرج الذي أشار إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب، والذي قسّم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين: التعبير الذاتي، ويمثله إدراك الفرد لنفسه ووصفه لها، والتعبير السلوكي والذي يشير إلى الأساليب السلوكية التي تكشف عن تقدير الفرد لذاته والتي تكون متاحة للملاحظة الخارجية، ويميز كوبر سميث Cooper Smith بين نوعين من تقدير الذات: تقدير الذات الحقيقي الذي يتميز به الأفراد الذين يشعرون بقيمة ذاتهم، وتقدير الذات الدفاعي الذي يتميز به من لم يشعروا بقيمة الذات. كما افترض أربعة (٤) محددات لتقدير الذات تتمثل في النجاحات، القيم، الطموحات والدفاعات.

إذا كان تقدير الذات عند روزنبرج Rosenberg ظاهرة أحادية البعد أي أنها اتجاه نحو موضوع نوعي، فإنها عند Cooper Smith كوبر سميث ظاهرة أكثر تعقيداً، لأنها تتضمن كلا من عمليات تقييم الذات، وردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية، وإذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من الانفعال (محمد الشناوي وآخرون، ٢٠٠١، ص ١٢٧-١٢٨)

وبناء على ما سبق تستنتج الباحثة أن هذه النظرية تركز على دراسة تقدير الذات أن مفهوم تقدير الذات متعدد الأوجه ومتعدد الأبعاد ومعقد، فهو مفهوم تقييمي أي أنه يتضمن أحكاماً تقييمية عن الذات سواء كانت إيجابية أو سلبية، ويتميز بقدر كبير من الانفعال.

نظرية أبراهام ماسلو

تعتمد نظرية ماسلو (١٩٦٨) على تمييزه بين نوعين رئيسيين من الاحتياجات: الاحتياجات الأساسية مثل الجوع والعطش والجنس والأمن والانجاز، والاحتياجات العليا كالحق والخير والجمال والنظام والوحدة. وتعد الحاجات الأساسية حاجات كفاية، بينما الاحتياجات العليا هي احتياجات نمو

وتسهيل فإذا تم إشباعها سيتطور الشخص بشكل كامل ويصل إلى تحقيق الذات، فهذا هو الدافع الضكري.

كما يرى أن الإنسان في سعيه المستمر ينشد تحقيق ذاته، وأن هذا السعي يمر بمراحل متدرجة في التنظيم الهرمي لماسلو وهو ما جعل الإنسان يتطلع إلى هذه الغاية، التي من بينها الحاجة إلى تقدير الذات وهي حاجة كل فرد إلى تكوين رأي صائب عن ذاته وعن احترام الآخرين له، والشعور بالكفاءة الشخصية. واعتبر (ماسلو) أن حاجات التقدير تعمل كدافع فقط عندما تشبع الدوافع الثلاثة الأدنى إلى حد مناسب، ويؤكد على أن الاعتبار الحقيقي للذات يعتمد على الكفاية والإنجاز وليس السمعة الخارجية؛ كما أعاد Maslow ماسلو تفسير التكرار القسري لأي سلوك بأنه نتيجة جهود غير موفقة للحصول على السيادة والتقدير وهو ما تتبناه الباحثة.

الطلاب الموهوبين

تعتمد وزارة التربية والتعليم المصرية آليات متعددة لاختيار الطلاب الموهوبين، وفي رعايتهم، وتسعى لتوفير تعليم عالي الجودة، تحقيقاً لأهداف الخطة الاستراتيجية للتعليم قبل الجامعي في مصر، والتي تنص على: توفير تعليم عالي الجودة للمتعلمين الموهوبين والمتفوقين في مجالات المعارف والمهارات المتقدمة بما يتفق مع قدراتهم ومهاراتهم الفردية، والاستثمار في ذكائهم المتعددة، بالإضافة إلى دعم وتنمية مواهبهم واستعداداتهم وقدراتهم التي تمكنهم من قيادة سفينة الأمة في عالم المعرفة (الخطة الاستراتيجية للتعليم قبل الجامعي في مصر ٢٠١٤ - ٢٠٣٠، ص ٨٤).

فالموهبة من الأمور التي يسعى أي مجتمع إلى اكتشافها وتنميتها في أبنائها، وهي مشتقة من الفعل "أعطى" بمعنى أعطى شيئاً بلا مقابل (المعجم الوسيط، ٢٠١٠، ص ١٠٥٩). أما من الناحية الاصطلاحية فيراها البعض بأنها التفوق في القدرات العقلية، ويرأها البعض الآخر بأنها القدرات الخاصة والتحصيل الدراسي، وهناك من يضعها تحت بند الإبداع، ويعتبرها البعض سمة من سمات الشخصية. ورغم ما تشير إليه التعريفات السابقة للموهبة في المعاجم العربية والأجنبية من أن الموهبة فطرية وراثية، إلا أن التعريفات الحديثة للموهبة تؤمن بخلق الموهبة وتولي أهمية كبيرة للبيئة والتنشئة في هذا الخلق.

وقد قدم مارلاند في تعريفه للموهبة ستة مجالات للموهبة وهي: القدرة العقلية والاستعداد الأكاديمي، والتفكير الإبداعي أو الإنتاجي، والقدرة القيادية، والقدرة في الفنون البصرية والأدائية، والقدرة النفسية الحركية، وأجرى المكتب الأمريكي للتعليم تعديلاً على تعريف مارلاند،

حيث أكد التعريف الجديد أن مصطلح الموهوب مرادف لمصطلح المتفوق وأنهما الآن يستخدمان تقريباً كمفهوم واحد. كما تضمن هذا التعديل حذف مجال القدرة النفس حركية الحركية لأنه يندرج ضمن فئة الفنون البصرية والأدائية (Zanetti, 2019).

أساليب رعاية الطلبة الموهوبين

يتم رعاية الطلبة الموهوبين من خلال البرامج المستخدمة في تعليمهم وتنمية مواهبهم، وقد تنوعت هذه البرامج وصنفت إلى برامج التجميع، وبرامج التسريع، وبرامج الإثراء، وفيما يلي شرح لهذه البرامج:

برامج التجميع Grouping Programs

تمثل تجميع الطلبة الموهوبين في مجموعات أو مجموعات خاصة بهم سواء كانت متجانسة أو غير متجانسة، لتحقيق أكبر قدر ممكن من التقدم الأكاديمي في دراستهم ونمو مواهبهم، بغض النظر عن عامل السن، مما يولد لديهم المزيد من الإثارة والدافعية والتنافس. (عبد المطلب القريطي، ٢٠١١، ص ١٨٩)

يمكن تصنيف هذه البرامج إلى ثلاثة أنواع: التجميع بإنشاء فصول خاصة للموهوبين، التجميع بإنشاء مدارس خاصة، التجميع بإنشاء مدارس خاصة، التجميع بإنشاء فصول خاصة، التجميع بإنشاء مدارس خاصة، التجميع بال عزل الجزئي (رمضان الطنطاوي، ٢٠١٢، ص ٣٩).

برامج الإسراع (التسريع) Acceleration Programmes

يدل من اسمه يسمح للطلبة الموهوبين بإكمال المرحلة الدراسية بسرعة أكبر من السرعة العادية في زمن أقصر وفي سن أقل من المعتاد والمتعارف عليه، ويأخذ الأشكال الشائعة التالية: الالتحاق المبكر، تخطي الصفوف، ضغط أو تركيز المقررات أو الصفوف، ضغط المناهج (مكاوي الشربيني وآخرون، ٢٠٢٠).

برامج الإثراء Enrichment Programs

ويقصد به تقديم برامج إضافية عامة أو خاصة للموهوبين، يكون الغرض منها تنمية مهاراتهم ومواهبهم، وتعميق جانب من خبرات ومعارف الطالب الموهوب، ومن أهم مبررات استخدام الإثراء التعليمي: أن الموهوبين لديهم قدرات خاصة في مجال معين أو قدرات عقلية عالية ويحتاجون إلى خبرات إضافية تحفز دافعيتهم للتعلم، وغالباً ما يركز

المنهج المدرسي العادي على تزويد الطلاب بمجموعة من الحقائق والمعلومات التي لا تتحدى مواهبهم وقدراتهم، لذلك فهم بحاجة إلى الإثراء، ويعد برنامج الإثراء التعليمي من أكثر البرامج المعتمدة في برامج الموهوبين في مصر بصفة عامة، حيث تعتمد رعاية الموهوبين على الإثراء الأفقي أو الرأسي لبعض المناهج التعليمية وفقاً لقدرات الطالب وميوله من خلال تكليفه ببعض المهام والأنشطة. مما يساعد على إثراء موهبته وتنميتها، وكذلك توجيه الطالب للمشاركة في الأنشطة العلمية والفنية والأنشطة الرياضية والاجتماعية، وتقديم الورش والندوات والمسابقات اللازمة لتنمية الموهبة (الشربينى الهلالي، ٢٠١٨).

تقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين

يُعد تقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين أحد العوامل النفسية الرئيسية التي تلعب دوراً محورياً في نجاحهم الأكاديمي والشخصي والاجتماعي. ينعكس هذا التقدير على تفاعل الطالب الموهوب مع نفسه ومع الآخرين، سواء بشكل إيجابي أو سلبي. فعندما يتمتع الطالب بتقدير ذاتي إيجابي، فإنه يكون قادراً على توظيف مهاراته وقدراته بشكل كامل، مما يعزز من إنجازاته وتفاعلاته الاجتماعية. على الجانب الآخر، قد يؤدي التقدير الذاتي السلبي إلى إعاقة هذه المهارات، مما يحول دون تحقيقها لأقصى إمكاناتها (Casino-García et al., 2021). فتقدير الذات يُعتبر متغيراً نفسياً بالغ الأهمية في حياة الطلاب الموهوبين، حيث يرتبط ارتباطاً وثيقاً بنجاحهم وتفوقهم. فعندما تتوفر للطلاب الموهوب بيئة محفزة وظروف مناسبة تمكنه من التعبير عن مواهبه وتنميتها، فإن ذلك يعزز من تقييمه الإيجابي لذاته. هذا التقييم الإيجابي ينعكس بدوره على أدائه الأكاديمي، وتفاعلاته الشخصية، ونجاحه الاجتماعي، مما يساهم في تحقيق التوازن النفسي والتميز في مختلف جوانب حياته.

علاقة الصلابة النفسية والكمالية العصبية بتقدير الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط

تُعد الصلابة النفسية أحد العناصر الأساسية في بناء شخصية الفرد، حيث تعمل كعامل حماية يقي الأفراد من تأثيرات الضغوط النفسية المختلفة. تعزز الصلابة النفسية من قدرة الفرد على التكيف مع المواقف الضاغطة بفعالية من خلال تعزيز المرونة النفسية والتفاؤل، وهو ما يساهم في تقليل التأثير السلبي للأحداث الضاغطة على الصحة النفسية والجسدية. الأفراد الذين يتمتعون بمستويات مرتفعة من الصلابة النفسية يظهرون هدوءاً في التعامل مع الضغوط وتفاؤلاً يساعدهم على مواجهة التحديات بشكل مباشر، مما

يمكنهم من إعادة صياغة المواقف الصعبة كمواقف قابلة للإدارة. وتشير الدراسات إلى أن الصلابة النفسية تعمل كوسيط فعال بين التقييم المعرفي للأحداث الضاغطة واستراتيجيات التكيف، حيث تقلل من حدة الضغوط وتعزز القدرة على مواجهتها. (McKenna et al., 2021)

كما تسلط الدراسات الضوء على العلاقة بين الكمالية العصابية والصلابة النفسية ودورهما في تحديد مستويات تقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين. تمثل الكمالية العصابية نمطاً نفسياً يتميز بالنقد الذاتي المفرط وتوقعات غير واقعية تجاه الأداء الشخصي، مما يؤدي إلى شعور دائم بالإحباط وعدم الرضا. وفقاً لدراسة (Dimitrovska, 2024)، تساهم الكمالية العصابية بشكل مباشر في خفض تقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين، خاصة في المرحلة الثانوية. كما أظهرت دراسة (Ali, 2024) أن الكمالية العصابية ترتبط بالشعور المستمر بالشك في القدرات الذاتية، مما يؤدي إلى تراجع كبير في تقدير الذات. وأكدت دراسات (Stricker et al., 2020; Morales & Fernández, 2024) أن الطلاب الموهوبين الذين يعانون من الكمالية العصابية يميلون إلى التركيز بشكل مفرط على إخفاقاتهم، متجاهلين إنجازاتهم، وهو ما يؤثر بشكل سلبي على تقييمهم لذواتهم. وأشارت دراسة (Holic, 2018) إلى أن هذا النمط من التفكير يعزز الشعور بعدم الكفاءة، مما يزيد من انخفاض تقدير الذات لدى هذه الفئة.

على النقيض، تظهر الصلابة النفسية دوراً إيجابياً محورياً في تعزيز قدرة الطلاب الموهوبين على التكيف مع المواقف الضاغطة وتحويلها إلى فرص للنمو والتطور. وفقاً لدراسة (Armstrong et al., 2023)، يمتلك الطلاب الموهوبون الذين يتمتعون بصلابة نفسية عالية قدرة أكبر على إدارة الضغوط بفعالية، مما يعزز شعورهم بالكفاءة الذاتية والرضا عن الذات. كما أكدت دراسة (Sharif Nia et al., 2022) أن الصلابة النفسية تدعم تقدير الذات من خلال أبعادها الرئيسية: الالتزام، التحكم، والتحدي، وهي سمات أساسية تساهم في تعزيز الاستقرار النفسي. وأشارت دراسة (Jahan & Khoraminejad, 2020) إلى أن الصلابة النفسية ترفع مستويات تقدير الذات، بينما تعمل الكمالية العصابية على تقليصه. بالإضافة إلى ذلك، أوضحت دراسة (Besharat, 2011) أن الصلابة النفسية تساهم في التخفيف من الآثار السلبية للكمالية العصابية، مما يعزز من قدرة الأفراد على تحقيق التكيف الإيجابي والرفاهية النفسية.

تتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة (Fekih-Romdhane et al. (2023) التي أوضحت أن تقدير الذات يلعب دوراً وسيطاً مهماً في العلاقة بين الكمالية العصابية والرضا عن الحياة، مما يعكس أهمية تعزيز تقدير الذات كجزء من أي تدخل نفسي موجه لهذه الفئة. وأيدت دراسة (Doyle & Catling (2022) هذه النتائج، حيث أشارت إلى أن الصلابة النفسية تسهم في بناء الثقة بالنفس وتعزيز القدرة على التعامل مع التحديات، بينما تشكل الكمالية العصابية وانخفاض تقدير الذات عوامل خطر تؤثر سلباً على الصحة النفسية.

علاقة الكمالية العصابية والصلابة النفسية باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الموهوبين

تشير الدراسات الحديثة إلى وجود علاقة وثيقة بين الكمالية العصابية واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، حيث ترتبط الكمالية العصابية بشكل كبير باستخدام استراتيجيات غير فعّالة، مثل التجنب والاستسلام، بدلاً من اللجوء إلى الاستراتيجيات الإيجابية كالمواجهة المباشرة وطلب المساعدة. فقد أوضحت دراسة (Duong et al. (2023) أن الكمالية العصابية تؤثر سلباً على الرفاهية الشخصية من خلال تقليل استخدام الأفراد لاستراتيجيات المواجهة الفعّالة، مما يؤدي إلى تفاقم التحديات التي يواجهونها. كما أكدت دراسة (Ashby & Gniska (2017) أن الأفراد الذين يعانون من الكمالية العصابية يكونون أكثر عرضة للشعور بالضغط النفسي، مما يعوق قدرتهم على التكيف الإيجابي مع المواقف الضاغطة. بالإضافة إلى ذلك، أظهرت دراسة (Lapsley & Rice (2001) أن الكمالية العصابية تعزز أنماطاً من تجنب الضغوط النفسية، مما يزيد من تأثير الضغوط اليومية على الصحة النفسية.

على الجانب الآخر، تظهر الدراسات أن الصلابة النفسية تُعد عاملاً أساسياً في تعزيز استخدام استراتيجيات المواجهة الإيجابية. وأشارت دراسة (Hatami (2024) Varzaneh & Moeini إلى أن الصلابة النفسية ترتبط إيجابياً باستخدام استراتيجيات مواجهة فعّالة، مما يسهم في تحسين القدرة على التكيف مع المواقف الضاغطة. كما أوضحت دراسة (Shiani et al. (2024) أن التدخلات العلاجية التي تستهدف تعزيز الصلابة النفسية يمكن أن تحسن استخدام استراتيجيات المواجهة الإيجابية وتقلل من الميل نحو الاستراتيجيات السلبية، مما يساهم في تحقيق التوازن النفسي.

وفي سياق تأثير الكمالية العصابية على الجوانب النفسية الأخرى، أشارت دراسة (Gotwals et al. (2023) إلى أن الكمالية العصابية ترتبط

بانخفاض تقدير الذات والرضا الشخصي، خاصة لدى الطلاب الموهوبين، مما يؤثر سلباً على أدائهم الأكاديمي والنفسي. وأكدت دراسة Fekih-Romdhane et al. (2023) أن تقدير الذات يلعب دوراً وسيطاً في العلاقة بين الكمالية العصابية والرضا عن الحياة، مما يبرز أهمية تعزيز تقدير الذات كجزء من التدخلات النفسية الموجهة لتحسين جودة الحياة والرفاهية الشخصية. بناءً على هذه الدراسات، يمكن الاستنتاج بأن التعامل مع الكمالية العصابية وتعزيز الصلابة النفسية يعد أمراً ضرورياً لتحسين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، وتعزيز تقدير الذات والرفاهية العامة لدى الأفراد، خاصة في البيئات التعليمية.

العلاقة بين الكمالية العصابية والصلابة النفسية بتقدير الذات لدى الموهوبين

تشير الدراسات إلى أن الكمالية العصابية والصلابة النفسية تلعبان دوراً محورياً في تحديد مستويات تقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين، فقد أشارت دراسة (Jahan & Khoraminejad, 2020) إلى أن الكمالية العصابية تمثل عاملاً رئيسياً يؤدي إلى انخفاض تقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية، حيث تتسم الكمالية العصابية بمستويات عالية من النقد الذاتي وتوقعات غير واقعية تجاه الأداء الشخصي، مما يولد شعوراً دائماً بعدم الرضا والشك في القدرات الذاتية، فيميل الطلاب الموهوبين الذين يعانون من الكمالية العصابية إلى التركيز على جوانب الفشل بدلاً من الإنجازات، مما يؤثر سلباً على تقييمهم لذواتهم.

أما الصلابة النفسية تساهم في تعزيز تقدير الذات من خلال سماتها الأساسية المتمثلة في الالتزام، التحكم، والتحدي. وفقاً لدراسة Hasel and Besharat (2011)، فإن الطلاب الموهوبين ذوي الصلابة النفسية العالية يتمتعون بالقدرة على التكيف مع المواقف الضاغطة وتحويلها إلى فرص للنمو، مما يعزز شعورهم بالكفاءة الذاتية والرضا عن النفس.

كما أكدت دراسة (Gotwals et al., 2023) أن الكمالية العصابية ترتبط بانخفاض تقدير الذات والرضا الشخصي، مما يؤثر سلباً على الأداء الأكاديمي والنفسي. في حين أشارت دراسة (Doyle & Catling, 2022) إلى أن الكمالية العصابية وانخفاض تقدير الذات يشكلان عوامل خطر للصحة النفسية، بينما تساهم الصلابة النفسية في تعزيز الثقة بالنفس والقدرة على مواجهة التحديات. كما أوضحت دراسة (Fekih-Romdhane et al., 2023) أن تقدير الذات يلعب دوراً وسيطاً في العلاقة بين الكمالية العصابية والرضا عن الحياة، مما يعزز أهمية العمل على تعزيز تقدير الذات لتخفيف الآثار السلبية

للكمالية العصابية. تشير هذه النتائج مجتمعة إلى أن الصلابة النفسية تعزز تقدير الذات من خلال تعزيز الكفاءة الذاتية، احترام الذات، والرضا عن النفس، بينما تؤدي الكمالية العصابية إلى تراجع تقدير الذات وضعف الصحة النفسية الطلاب الموهوبين.

فروض البحث

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الكمالية العصابية واستراتيجيات المواجهة لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الصلابة النفسية واستراتيجيات المواجهة لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الكمالية العصابية وتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الصلابة النفسية وتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.
- يمكن التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال الكمالية العصابية والصلابة النفسية.
- يمكن التنبؤ بتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال الكمالية العصابية والصلابة النفسية.

منهجية البحث وإجراءاته

أولاً: منهجية البحث

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي كونه يتلاءم مع طبيعة الدراسة التي تسعى إلى دراسة العلاقات بين الكمالية العصابية والصلابة النفسية كمنبئات باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية

ثانياً: مجتمع وعينة البحث

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلاب الموهوبين في إدارة القاهرة الجديدة التعليمية، وإدارة شرق مدينة نصر التعليمية، وإدارة غرب القاهرة التعليمية، وإدارة المعادي التعليمية بمحافظة القاهرة، وذلك وفقاً لإدارة رعاية الموهوبين بالوزارة. حيث تم التنسيق مع هذه الإدارات لترشيح عدد من المدارس التي تشترك في مراكز رعاية الموهوبين. كما قام الأخصائيون المسؤولون عن رعاية الموهوبين في كل مدرسة بتحديد الطلاب الموهوبين في المجالات العلمية، الموسيقية، والرياضية، وفقاً لمجموعة من المعايير التي وضعتها إدارة

رعاية الموهوبين، والتي تشمل تحقيق مستوى أداء متميز في المجال الأكاديمي أو المهاراتية، والحصول على جوائز أو مراكز متقدمة في المسابقات العلمية أو الفنية أو الرياضية، وامتلاك قدرات إبداعية أو ابتكارية وفقاً لتقييم المختصين، بالإضافة إلى اجتياز اختبارات تحدد مستوى الموهبة وفقاً للمعايير المعتمدة من الوزارة، وبناءً على ذلك، تم اختيار العينة بطريقة قصدية من بين الطلاب الموهوبين في هذه المدارس، حيث بلغ إجمالي عدد أفراد العينة (٣٠٨) طالباً وطالبة، منهم (١٦٠) طالباً بنسبة (٥١,٩٥%)، و(١٤٨) طالبة بنسبة (٤٨,٠٥%). وتراوح أعمارهم بين (١٥-١٨) عاماً، بمتوسط عمري (١٦,٥) عاماً، وانحراف معياري (١,٢) والجدول التالي يوضح الإدارات التي اختيرت منها

جدول (١)

توزيع الطلاب حسب الإدارات التعليمية في محافظة القاهرة

الإدارة التعليمية	عدد الطلاب الذكور		عدد الطالبات الإناث	
	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية
القاهرة الجديدة	٣٨	١٢%	٣٦	١٢%
المعادي	٥٠	١٦%	٤٣	١٤%
شرق مدينة نصر	٣٩	١٣%	٣٧	١٢%
غرب القاهرة	٤٣	١٤%	٢٩	٩%
إجمالي	١٦٠	٥٢%	١٤٨	٤٨%

يظهر جدول (١) أن أكبر نسبة من المشاركين في الدراسة هم من طلاب إدارة المعادي التعليمية، حيث بلغ عددهم (٥٠) طالباً و(٤٣) طالبة، بنسبة (١٦%) للذكور و(١٤%) للإناث من إجمالي العينة. وتأتي في المرتبة الثانية إدارة غرب القاهرة التعليمية، حيث بلغ عدد طلابها (٤٣) طالباً و(٢٩) طالبة، بنسبة (١٤%) للذكور و(٩%) للإناث. يليها إدارة شرق مدينة نصر التعليمية، حيث بلغ عدد الطلاب (٣٩) طالباً و(٣٧) طالبة، بنسبة (١٣%) و(١٢%) على التوالي. وأخيراً، جاءت إدارة القاهرة الجديدة التعليمية، حيث بلغ عدد الطلاب (٣٨) طالباً و(٣٦) طالبة، بنسبة (١٢%) لكل منهما.

ثالثاً أدوات الدراسة

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة الأدوات التالية:

١- مقياس الكمالية العصابية إعداد (عبد المطلب القريطي، وآخرون ٢٠١٥) يتكون المقياس من (٣٣) عبارة، موزعين علي ثلاثة أبعاد، البعد الأول التقدير المتدني للذات ويتضمن (١٢) عبارة، البعد الثاني الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية ويتضمن (١٣) عبارة، البعد الثالث عدم الرضا عن الأداء ويتضمن (٨) عبارات بواقع ثلاث عبارات عكسية الاتجاه، ويتم استجابة المفحوصين علي المقياس من خلال ثلاث استجابات (تنطبق علي- تنطبق إلي حد ما- لا تنطبق) حيث تقدر "تنطبق علي" بثلاث درجات، و "تنطبق إلي حد ما" بدرجتين، و "لا تنطبق" بدرجة واحدة للعبارات ايجابية الاتجاه، تقدر "تنطبق علي" بدرجة واحدة، و "تنطبق إلي حد ما" بدرجتين، و "لا تنطبق" بثلاث درجات للعبارات عكسية الاتجاه، كما تشير الدرجة المرتفعة علي المقياس إلي ارتفاع الكمالية العصابية المضطربة، كما تشير الدرجة المنخفضة علي المقياس إلي الكمالية السوية

الخصائص السيكومترية لمقياس الكمالية العصابية في الدراسة الحالية للوصول إلى الصورة النهائية لمقياس الكمالية العصابية، طبقت الباحثة مفردات المقياس على عينة استطلاعية من (١٦٠) طالباً وطالبة بمدارس الموهوبين من غير عينة البحث الاساسية.

أولاً: الاتساق الداخلي

(١) الاتساق الداخلي (المفردات مع الدرجة الكلية للبعد)

وذلك من خلال درجات عينة الخصائص السيكومترية بإيجاد معامل ارتباط بيرسون (Pearson) بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد وجدول (٢) يوضح ذلك

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له

(ن=١٦٠).

تقييم الذات السلبي		الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية		عدم الرضا عن الأداء	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	٥٨٣،**٠	١٣	٤٩٢،**٠	٢٦	٧٩٦،**٠
٢	٧٨٣،**٠	١٤	٥٣٨،**٠	٢٧	٨٦٠،**٠
٣	٤٥٣،**٠	١٥	٤٥١،**٠	٢٨	٨٣٧،**٠
٤	٥٨٣،**٠	١٦	٥٣٨،**٠	٢٩	٨٥٦،**٠

تقييم الذات السلبي	الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	عدم الرضا عن الأداء		
٥	***,٥٩٠	١٧	***,٥٢٥	٣٠
٦	***,٤٦٥	١٨	***,٥٢١	٣١
٧	***,٥٦٣	١٩	***,٥٤٨	٣٢
٨	***,٦١٧	٢٠	***,٥٨٦	٣٣
٩	***,٤٨٨	٢١	***,٤٥١	
١٠	***,٥٣٢	٢٢	***,٥٦٤	
١١	***,٥٧٧	٢٣	***,٥٤٩	
١٢	***,٤٤٨	٢٤	***,٣٨٩	
		٢٥	***,٥١٦	

يُظهر الجدول (٢) أن معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية لأبعاد مقياس الكمالية العصابية تتراوح بين (٠.٣٨٩) و(٠.٨٦٢)، مما يشير إلى اتساق داخلي جيد

٢- (الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس) تم حساب معاملات الارتباط باستخدام معامل بيرسون (Pearson) بين ارتباط كل بُعد بالدرجة الكلية للمقياس الكمالية العصابية وجدول (٣) يوضح ذلك:

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية الكمالية العصابية

(ن=١٦٠)

الابعاد	معامل الارتباط
تقييم الذات السلبي	***,٩٠٠
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	***,٨٥٨
عدم الرضا عن الأداء	***,٦٨٦

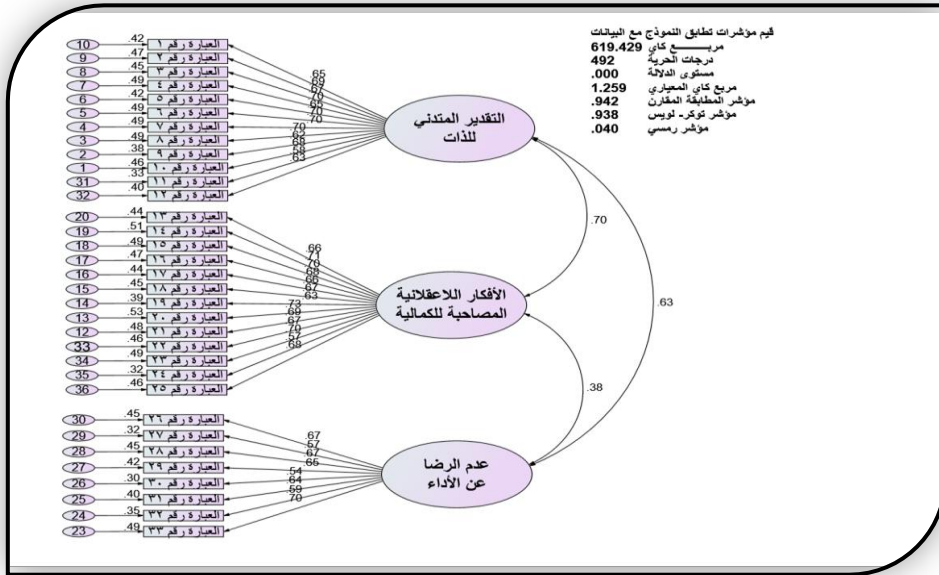
** معاملات الارتباط عند مستوى (٠,٠١)

ويتضح من الجدول (٣) أن قيم معاملات الارتباط مرتفعة ودالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على صدق أبعاد مقياس الكمالية العصابية

ثانياً: التحليل العاملي التوكيدي

تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS-26

لتحليل مصفوفة التباينات بطريقة أقصى احتمال وافترض النموذج وجود ثلاثة عوامل كامنة (التقدير المتدني للذات، الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، وعدم الرضا عن الأداء) تؤثر في (٣٣) مفردة مشاهدة للكمالية، وعدم الرضا عن الأداء) تؤثر في (٣٣) مفردة مشاهدة



شكل (١) النموذج يوضح العوامل المشاهدة والعوامل الكامنة لمقياس الكمالية العصابية

حقق نموذج العوامل الكامنة لمقياس الكمالية العصابية مؤشرات مطابقة جيدة، حيث بلغت قيمة مربع كاي ($CMIN = 619.429$) بنسبة درجات حرية ($DF = 492$) ومعامل دلالة ($P < 0.001$)، ومربع كاي المعياري (١,٢٥) ومؤشر حسن المطابقة ($GFI = 0.823$)، ومؤشر الانحدار المقارن ($CFI = 0.942$)، ومؤشر رسمي ($RMSEA = 0.040$). تعكس هذه القيم توافقاً مقبولاً بين البيانات والنظرية، مما يؤكد جودة المطابقة للنموذج كما يتضح أن جميع العوامل المشاهدة تتمتع بتشعبات غير معيارية ومعيارية مرتفعة على العوامل الكامنة، حيث تتراوح التشعبات المعيارية بين (٠.٥٤٥) و (٠.٧٢٧)، مع دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١). مما يدل على ارتباط قوي بين العبارات والعوامل الكامنة. وعليه، يمكن اعتبار النموذج العاملي لمقياس الكمالية العصابية ذا صدق بنائي عال

ثالثاً ثبات المقياس: تم حساب ثبات مقياس الكمالية العصابية باستخدام معامل ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية، مع تصحيح الثبات في حالة عدم تساوي عدد بنود نصفي الاختبار، وذلك بالاعتماد على مخرجات SPSS

26 لضبط الثبات في حالة عدم تساوي نصفي المقياس، كما هو الحال في بعد الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية والدرجة الكلية للمقياس (محمد حسين سعيد، ٢٠٢٤). وأظهرت النتائج مستوى ثبات مرتفع، مما يؤكد اتساق المقياس وصلاحيته للاستخدام، كما يوضحه جدول (٤).

جدول (٤)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ ومعامل التجزئة النصفية لمقياس الكمالية العصابية

(ن=١٦٠)

الأبعاد	عدد العبارات	ألفا - كرونباخ	التجزئة النصفية
التقدير المتدني للذات	١٢	٠,٩٠٤	٠,٩٠١
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	١٣	٠,٩١٥	٠,٩٠٥
عدم الرضا عن الأداء	٨	٠,٨٢٩	٠,٨٦٢

أظهر جدول (٤) أن معاملات الثبات لمقياس الكمالية العصابية باستخدام ألفا-كرونباخ تراوحت بين (٠,٨٢٩) و(٠,٩١٥)، مما يعكس اتساقاً وثباتاً عالياً. كما تراوحت قيم التجزئة النصفية بين (٠,٨٦٢) و(٠,٩٠٥) مما يعزز من مصداقيته وثباته.

٢. مقياس الصلابة النفسية إعداد (الباحثة)

يهدف مقياس الصلابة النفسية إلى تقييم مستوى الصلابة النفسية لدى الطلاب الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال ثلاثة أبعاد رئيسية تشمل (٢٥) عبارة في صورتها النهائية، ويتضمن البعد الأول "الإيجابية في التفكير" (٧ عبارات) أما البعد الثاني "الإصرار والتحمل" (٨ عبارات)، وتضمن البعد الثالث "التحكم في الانفعالات" (١٠ عبارات)، ويتم الاستجابة على المقياس باستخدام مقياس ليكرت الثلاثي (تنطبق دائماً = ٣ درجات، تنطبق أحياناً = درجتان، لا تنطبق أبداً = درجة واحدة)، وتشير الدرجات المرتفعة إلى مستوى عال من الصلابة النفسية، بينما تعكس الدرجات المنخفضة الحاجة إلى تعزيز هذه السمة المهمة.

خطوات ومراحل إعداد مقياس الصلابة النفسية:

- اتبعت الباحثة الخطوات الآتية في إعداد مقياس الصلابة النفسية:
- اطلعت الباحثة على الإطار النظري والدراسات السابقة المتعلقة بمفهوم الصلابة النفسية وأبعادها المختلفة، مثل الإيجابية في التفكير، الإصرار وتحمل، والتحكم في الانفعالات. ومن أبرز الدراسات التي استندت إليها الباحثة دراسات (Albakova (2020، و(Yavuz & Dilmaç (2020، و Sharif

(2022) Nia et al.، التي تناولت الصلابة النفسية من منظور نظري وعملي، بالإضافة إلى دراسة (2021) McKenna et al. التي ركزت على تطبيقات الصلابة النفسية في البيئات التعليمية. وقد ساهمت هذه الدراسات في تطوير المقياس ليكون ملائمًا لفئة الطلاب الموهوبين في المرحلة الثانوية.

وتعرف الباحثة الصلابة النفسية إجرائيًا بأنها مستوى قدرة الطالب الموهوب على التكيف مع الضغوط النفسية والتحديات الأكاديمية والاجتماعية، مع الاحتفاظ بتوازن نفسي يمكنه من مواجهة المواقف الصعبة بفعالية، وذلك من خلال ثلاثة أبعاد رئيسية:

١. الإيجابية في التفكير: تعرف الباحثة الإيجابية في التفكير إجرائيًا بأنها قدرة الطالب على تبني أفكار إيجابية ومواجهة التحديات بثقة وتفاؤل، مع النظر إلى العقبات كفرص للتعلم والنمو، مما يدعم قدرته على الحفاظ على توازن نفسي إيجابي.

٢. الإصرار والتحمل: تعرف الباحثة الإصرار والتحمل إجرائيًا بأنه مدى قدرة الطالب على المثابرة لتحقيق أهدافه الأكاديمية والشخصية، مع تحمل الصعوبات والاستمرار في السعي نحو النجاح دون استسلام أو تراجع.

٣. التحكم في الانفعالات: تعرف الباحثة التحكم في الانفعالات إجرائيًا بأنه قدرة الطالب على إدارة مشاعره وضبط استجاباته الانفعالية في المواقف المضاعفة، مما يساعده على اتخاذ قرارات مدروسة والتعامل بفعالية مع التحديات.

وقد تم تصميم المقياس في صورته الأولية متضمنًا (٢٥) عبارة موزعة على الأبعاد الثلاثة، مع صياغتها بما يتناسب مع طلاب المرحلة الثانوية. تم عرض المقياس على (١٠) من المحكمين المتخصصين في مجالي التربية وعلم النفس لتقييم مدى ملاءمته ووضوحه، وحصلت جميع العبارات على نسبة اتفاق تفوق (٨٠٪)، مما يدل على مدى دقة الصياغة وملاءمتها للفئة المستهدفة. بناءً على ملاحظات المحكمين، تم إجراء بعض التعديلات لتحسين صياغة العبارات وضمان تحقيق المقياس لأهدافه دون حذف أي عبارة.

الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية:

ل للوصول إلى الصورة النهائية، قامت الباحثة بتطبيق مفردات مقياس الصلابة النفسية على عينة استطلاعية مكونة من (١٦٠) طالبًا وطالبة من المرحلة الثانوية من الطلاب الموهوبين، تم استبعادهم من العينة الأساسية.

أولاً : الاتساق الداخلي

١- الاتساق الداخلي (المفردات مع الدرجة الكلية للبعد)

وذلك من خلال درجات عينة الخصائص السيكومترية بإيجاد معامل ارتباط بيرسون (Pearson) بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد وجدول (٥) يوضح ذلك

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له

(ن = ١٦٠).

الإصرار والتحمل		التحكم في الانفعالات		إيجابية التفكير	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
***,٦٠٣	١٦	***,٧٠١	٨	***,٧٤٧	١
***,٦٩٤	١٧	***,٧٣١	٩	***,٦٨٦	٢
***,٦٢٩	١٨	***,٧٢٣	١٠	***,٧٥٥	٣
***,٦٦١	١٩	***,٧٢٣	١١	***,٧٠١	٤
***,٦٨٨	٢٠	***,٧٤٧	١٢	***,٦٧٨	٥
***,٦٢١	٢١	***,٦٣٧	١٣	***,٦٨١	٦
***,٦٥٦	٢٢	***,٦٩٨	١٤	***,٧٠٨	٧
***,٦٦١	٢٣	***,٦٩٩	١٥		
***,٦٨٤	٢٤				
***,٦٠٦	٢٥				

يُظهر الجدول (٥) أن معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية لأبعاد مقياس الصلابة النفسية تتراوح بين (٠,٦٠٦) و(٠,٧٥٥)، مما يشير إلى اتساق داخلي جيد.

٢- الاتساق الداخلي الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس

تم حساب معاملات الارتباط باستخدام معامل بيرسون (Pearson) بين ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس الصلابة النفسية وجدول (٦) يوضح ذلك:

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية الصلابة النفسية

(ن=١٦٠)

الابعاد	معامل الارتباط
إيجابية التفكير	٠,٨٤٧, **
الإصرار والتحمل	٠,٧٦٧, **
التحكم في الانفعالات	٠,٨١٠, **

** معاملات الارتباط عند مستوى (٠,٠١)

ويتضح من الجدول (٦) أن قيم معاملات الارتباط مرتفعة ودالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على صدق أبعاد مقياس الصلابة النفسية

ثانياً: صدق المقياس

الصدق العاملي

تم فحص الصدق العاملي للمقياس باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية (Principal Component) ومحك كايزر (Kaiser Normalization)، حيث تم قبول العوامل التي تحقق شروط الجذر الكامن وتشبعاتها على البنود. كما تم التحقق من كفاية العينة ووجود علاقة بين المتغيرات باستخدام معامل (KMO) واختبار (Bartlett). وجدول (٧) يوضح نتائج هذين الاختبارين.

جدول (٧)

نتائج اختبار كفاية العينة (KMO) واختبار العلاقة بين المتغيرات (Bartlett's)

KMO and Bartlett's Test		
٠,٨٨٣	Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.	
١٤٨٩,١٢٦	قيمة الاختبار	Bartlett's Test of Sphericity
٣٠٠	درجة الحرية	
٠,٠١	مستوى الدلالة	

يتضح من جدول (٧) أن قيمة (KMO = 0.883) تدل على كفاية العينة للتحليل العاملي، ودلالة اختبار (Bartlett's) الإحصائية تؤكد وجود ارتباطات جوهرية بين المتغيرات.

جدول (٨)

مصنوفة العوامل الدالة إحصائياً وتشعباتها بعد تدوير الأبعاد

(ن=١٦٠)

العبارات	المتحكم في الانفعالات	الإصرار والتحمل	إيجابية التفكير	قيم الشيوخ
١	—	—	٠,٦٧٢	٠,٥٦٠
٢	٠,٣٢٢	—	٠,٥٤١	٠,٤٦٥
٣	—	—	٠,٦٨٢	٠,٥٦٦
٤	—	—	٠,٦٠٧	٠,٤٩٢
٥	—	—	٠,٦٧٧	٠,٤٩١
٦	—	—	٠,٥٥٤	٠,٤٣٠
٧	—	—	٠,٧٠٢	٠,٥٥٥
٨	—	٠,٦٤٥	—	٠,٤٨٤
٩	—	٠,٧٣٠	—	٠,٥٥٦
١٠	—	٠,٧٢١	—	٠,٥٤٥
١١	—	٠,٧٠٩	—	٠,٥٣١
١٢	—	٠,٧٠٢	—	٠,٥٨٠
١٣	—	٠,٥٥٨	—	٠,٣٩١
١٤	—	٠,٦٧٩	—	٠,٥٠١
١٥	—	٠,٦٦٦	—	٠,٤٨٧
١٦	٠,٥٦٠	—	—	٠,٣٦٢
١٧	٠,٦٣٦	—	—	٠,٤٧٥
١٨	٠,٦٣٥	—	—	٠,٤٣٠
١٩	٠,٦٤٤	—	—	٠,٤٤٩
٢٠	٠,٧٣٤	—	—	٠,٥٤٩
٢١	٠,٦٠٣	—	—	٠,٣٨١
٢٢	٠,٦٠٠	—	—	٠,٤٢٩
٢٣	٠,٦٣٩	—	—	٠,٤٦٠
٢٤	٠,٦١٨	—	٠,٣٠٢	٠,٤٧٩
٢٥	٠,٥٢٣	—	—	٠,٣٦٥
الجزر الكامن	٤,٣٧٨	٤,٢٠٥	٣,٤٢٩	
نسبة التباين	١٧,٥١١	١٦,٨٢١	١٣,٧١٧	
نسبة التباين التراكمية	١٧,٥١١	٣٤,٣٣٢	٤٨,٠٤٩	

يتضح من جدول (٨) أن مقياس الصلابة النفسية يتكون من ثلاثة عوامل دالة إحصائياً بعد تدوير الأبعاد. يفسر العامل الأول "التحكم في الانفعالات" نسبة (١٧,٥١%) من التباين الكلي، بينما يفسر العامل الثاني "الإصرار والتحمل" نسبة (١٦,٨٢%)، ويليهما العامل الثالث "إيجابية التفكير" بنسبة (١٣,٧٢%)، ليصل مجموع التباين التراكمي إلى (٤٨,٠٥%). تشير قيم الشيوع المرتفعة إلى قوة ارتباط العبارات بعواملها الثلاثة، مما يؤكد جودة التكوين العملي للمقياس وفعاليته في قياس الصلابة النفسية لدى الطلاب الموهوبين.

ثالثاً: ثبوت المقياس: تم حساب معامل الثبات الصلابة النفسية، باستخدام معامل ألفا - كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية، وبيان ذلك في جدول (٩).

جدول (٩)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ ومعامل التجزئة النصفية لمقياس الصلابة النفسية

(ن=١٦٠)

الأبعاد	معامل التجزئة النصفية	معامل ألفا
إيجابية التفكير	٠,٨١٩	٠,٨٤٣
الإصرار والتحمل	٠,٨١٧	٠,٨٥٨
التحكم في الانفعالات	٠,٨٣٢	٠,٨٤٩
المقياس الكلي	-	٠,٩٠٥

يتضح من جدول (٩) أن معاملات الثبات للأبعاد الفرعية لمقياس الصلابة النفسية باستخدام معامل ألفا كرونباخ تراوحت بين (٠,٨٤٣) و (٠,٨٥٨)، مما يدل على ثبات عال واتساق قوي بين العبارات. كما تراوحت قيم معامل التجزئة النصفية بين (٠,٨١٧) و (٠,٨٣٢)، في حين بلغت للمقياس الكلي (٠,٧٧٣)، مما يعكس موثوقية جيدة للمقياس وصلاحيته لقياس أبعاد الصلابة النفسية: التحكم في الانفعالات، الإصرار والتحمل، وإيجابية التفكير.

٣- مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية إعداد (مصطفى الشرقاوي، ١٩٩٢)

تم إعداد مقياس COPE Inventory بواسطة (Carver et al. 1989)، وتم تقنينه في البيئة المصرية بواسطة مصطفى الشرقاوي، حيث تم تقليصه إلى ١٢ بنداً بدلاً من ٥٢ بنداً. يهدف المقياس إلى قياس ثلاث استراتيجيات رئيسية للتعامل مع المواقف الضاغطة. تتضمن الإستراتيجية الأولى، وهي المواجهة، أساليب مثل التعامل النشط، التخطيط، كبت الأنشطة المتشاركة، والتريث.

أما الإستراتيجية الثانية، وهي السلبية، فتشمل الرفض والإنكار، صرف الذهن، التحرر السلوكي، والتقبل. بينما تضم الإستراتيجية الثالثة، التماس العون، أساليب مثل اللجوء إلى الدين، الدعم الاجتماعي العملي، الدعم العاطفي، والتفريغ الانفعالي. يستجيب المفحوصون باستخدام درجات تتراوح بين ١ و ٤٠، مع ضرب الدرجة في الوزن المخصص لكل بند، وتجمع الدرجات لكل إستراتيجية لتتراوح بين ١٠ و ٤٠، حيث تعكس الدرجات الأعلى زيادة استخدام الفرد لهذه الإستراتيجية.

الخصائص السيكومترية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في الدراسة الحالية

للاوصول إلى الصورة النهائية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، قامت الباحثة بتطبيق مفردات المقياس على عينة استطلاعية من طلبة مدارس الموهوبين، وهي (١٦٠) طالباً وطالبة، تم استبعادهم من العينة الأساسية.

أولاً: الاتساق الداخلي

١- الاتساق الداخلي (المفردات مع الدرجة الكلية للبعد)

وذلك من خلال درجات عينة الخصائص السيكومترية بإيجاد معامل ارتباط بيرسون (Pearson) بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد وجدول (١٠) يوضح ذلك

جدول (١٠)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له

(ن=١٦٠).

إستراتيجية المواجهة		الإستراتيجية السلبية		إستراتيجية التماس العون	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	٠.٩٢٧**	٥	٠.٨٩٤**	٩	٠.٩٣٠**
٢	٠.٩٣٥**	٦	٠.٩٢١**	١٠	٠.٩٣٣**
٣	٠.٩٣٥**	٧	٠.٩١٨**	١١	٠.٩٣٤**
٤	٠.٨٩٥**	٨	٠.٩١٥**	١٢	٠.٩٤٨**

يُظهر الجدول (١٠) أن معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية لأبعاد مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية تتراوح بين (٠.٨٩٤) و (٠.٩٤٨)، مما يشير إلى اتساق داخلي مرتفع.

٢-الاتساق الداخلي (الابعاد مع الدرجة الكلية للمقياس) تم حساب معاملات الارتباط باستخدام معامل بيرسون (Pearson) بين ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وجدول (١١) يوضح ذلك:

جدول (١١)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية

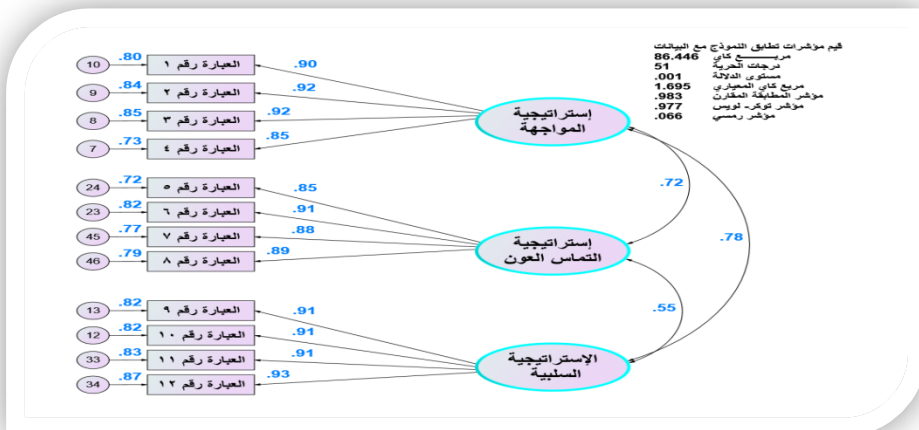
(ن=١٦٠)

الابعاد	معامل الارتباط
إستراتيجية المواجهة	٩٢٧,٠٠٢**
الإستراتيجية السلبية	٨٣٤,٠٠٢**
إستراتيجية التماس العون	٨٦٦,٠٠٢**

ويتضح من الجدول (١١) أن قيم معاملات الارتباط مرتفعة ودالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على صدق أبعاد مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية

ثانيًا: صدق المقياس

تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS-26 لتحليل مصفوفة التباينات والتباينات المشتركة بطريقة أقصى احتمال، وذلك لتحديد العوامل الكامنة والمفردات المشاهدة للمقياس. النموذج الافتراضي يفترض وجود ثلاثة عوامل كامنة وهي (استراتيجية المواجهة، الإستراتيجية السلبية، إستراتيجية التماس العون) تؤثر في (١٢) مفردة مشاهدة كما يتضح في الشكل التالي



شكل (٢): العوامل الكامنة والمشاهدة لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية

حقق نموذج العوامل الثلاثة لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية مؤشرات مطابقة مقبولة إلى جيدة، حيث بلغت قيمة مربع كاي ($CMIN = 86.446$) عند درجة حرية (٥١) مع قيمة ($P = 0.001$)، ومعدل كاي المعياري ($CMIN/DF = 1.695$) وهي أقل من (٥) مما يشير إلى توافق جيد. كما أظهرت المؤشرات الأخرى مثل ($GFI = 0.921$)، ($CFI = 0.983$)، و ($RMSEA = 0.066$) توافقاً مناسباً بين البيانات والنموذج، مما يؤكد صلاحيته لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

كما يتضح أن جميع العوامل المشاهدة لها تشعبات غير معيارية ومعيارية مرتفعة على العوامل الكامنة، مما يدل على أن هذه العوامل المشاهدة تعكس العوامل الكامنة بشكل جيد. حيث تراوحت التشعبات المعيارية بين (٠,٨٤٦) و (٠,٩٣٣)، بينما تراوحت التشعبات غير المعيارية بين (٠,٩٥٨) و (١,٠٩٨). كما أن جميع قيم "Z" كانت دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، مما يعزز من صلاحية النموذج ويدعم مستوى عالٍ من الصدق البنائي لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

ثالثاً: ثبات المقياس: تم التحقق ثبات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية باستخدام معامل ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية التي تعتمد على تقسيم المقياس إلى نصفين، وحساب معامل ارتباط بيرسون المصحح بمعادلة سبيرمان-براون وجدول (١٢) يوضح ذلك

جدول (١٢)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ ومعامل التجزئة النصفية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية

(ن=١٦٠)

الأبعاد	معامل التجزئة النصفية	معامل ألفا
إستراتيجية المواجهة	٠,٨٥٣	٠,٨٤٢
الإستراتيجية السلبية	٠,٨٤٩	٠,٨٣٢
إستراتيجية التماس العون	٠,٨٤٦	٠,٨٥٣

يتضح من جدول (١٢) أن معاملات ثبات الأبعاد الفرعية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية باستخدام معامل ألفا كرونباخ تتراوح بين (٠,٨٣٢) و (٠,٨٥٣)، مما يعكس اتساقاً جيداً للعناصر في كل بعد. كما أظهرت طريقة التجزئة النصفية قيماً تتراوح بين (٠,٨٤٦) و (٠,٨٥٣) للأبعاد الفرعية مما يدل

على أن المقياس يتمتع بمستوى عال من الثبات لقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

٤- مقياس تقدير الذات إعداد (نجلاء أبو الوفا وآخرون، ٢٠١٨) يتكون المقياس في صورته النهائية من (٦٠) عبارة موزعة على ستة أبعاد: الوعي الذاتي (١٠ عبارات)، احترام الذات (١٠ عبارة)، قبول الذات (١٠ عبارات)، إدارة الذات (١٠ عبارات)، الكفاءة الذاتية (١٠ عبارات)، والرضا الذاتي (١٠ عبارات) يتم الاستجابة وفقا ليكرت الثلاثي (غالباً، أحياناً، نادراً)، حيث تُمنح الدرجات للعبارة الموجبة الاتجاه (٣، ٢، ١) على التوالي، بينما تُعكس درجات العبارات السلبية الاتجاه، وتشير الدرجة المرتفعة إلى مستوى عال من تقدير الذات، والمنخفضة إلى مستوى منخفض. يضم المقياس ٢٨ عبارة سلبية موزعة على الأبعاد المختلفة.

الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات في الدراسة الحالية تم تطبيق مقياس تقدير الذات على عينة استطلاعية من (١٦٠) طالباً وطالبة من مدارس الموهوبين للوصول إلى صورته النهائية، تم استبعادهم من العينة الأساسية.

أولاً: الاتساق الداخلي

○ الاتساق الداخلي (المفردات مع الدرجة الكلية للبعد) وذلك من خلال درجات عينة الخصائص السيكومترية بإيجاد معامل ارتباط بيرسون (Pearson) بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد وجدول (١٣) يوضح ذلك

جدول (١٣)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له

(ن=١٦٠).

الوعي الذاتي	احترام الذات	قبول الذات	إدارة الذات	الكفاءة الذاتية	الرضا الذاتي
معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط
١	١١	٢١	٣١	٤١	٥١
٢	١٢	٢٢	٣٢	٤٢	٥٢
٣	١٣	٢٣	٣٣	٤٣	٥٣
٤	١٤	٢٤	٣٤	٤٤	٥٤
٥	١٥	٢٥	٣٥	٤٥	٥٥

الوعي الذاتي	احترام الذات	قبول الذات	إدارة الذات	الكفاءة الذاتية	الرضا الذاتي
٦	١٦	٢٦	٣٦	٤٦	٥٦
٧	١٧	٢٧	٣٧	٤٧	٥٧
٨	١٨	٢٨	٣٨	٤٨	٥٨
٩	١٩	٢٩	٣٩	٤٩	٥٩
١٠	٢٠	٣٠	٤٠	٥٠	٦٠

يُظهر الجدول (١٣) أن معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية لأبعاد مقياس تقدير الذات تتراوح بين (٠,٧٨٦) و(٠,٨٧٠)، مما يشير إلى اتساق داخلي مرتفع.

٢-الاتساق الداخلي (الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس) تم حساب معاملات الارتباط باستخدام معامل بيرسون (Pearson) بين ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس تقدير الذات وجدول (١٤) يوضح ذلك:

جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية لتقدير الذات

(ن=١٦٠)

معامل الارتباط	الأبعاد
***,٩٢٠	الوعي الذاتي
***,٧٦٧	احترام الذات
***,٦٨٨	قبول الذات
***,٨٠٥	إدارة الذات
***,٧٣٠	الكفاءة الذاتية
***,٦٨١	الرضا الذاتي

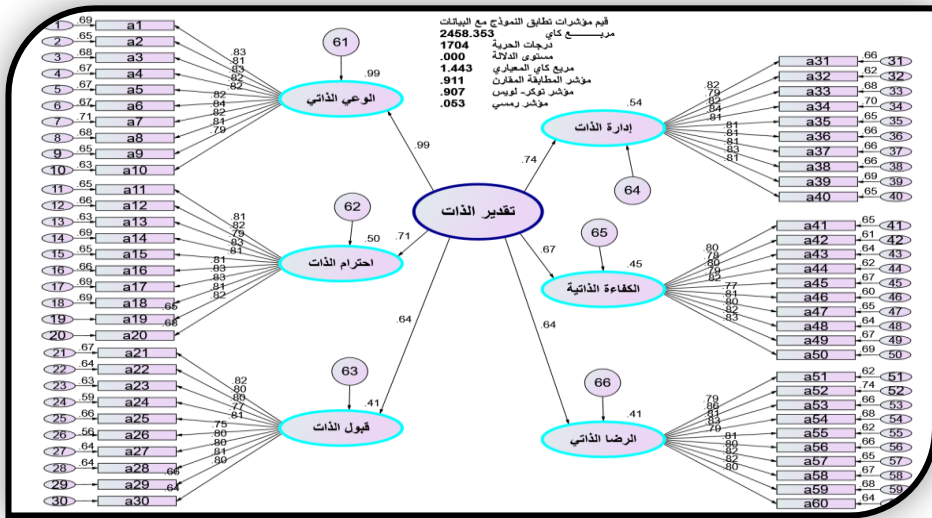
** معاملات الارتباط عند مستوى (٠,٠١)

ويتضح من الجدول (١٤) أن قيم معاملات الارتباط مرتفعة ودالة عند

مستوى (٠,٠١)، مما يدل على صدق أبعاد مقياس تقدير الذات

ثانيًا: صدق المقياس

أجرت الباحثة التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج AMOS-26 لتحليل مصفوفة التباينات والتباينات المشتركة بطريقة أقصى احتمال، وحدد التحليل ستة عوامل كامنة (الوعي الذاتي، احترام الذات، قبول الذات، إدارة الذات، الكفاءة الذاتية، والرضا الذاتي) مرتبطة ب (٦٠) مفردة مشاهدة، مما يعكس تكامل بنية المقياس.



شكل (٢) العوامل الكامنة والمشاهدة لمقياس تقدير الذات

وحقق نموذج العوامل الستة لمقياس تقدير الذات مؤشرات مطابقة مقبولة إلى جيدة، حيث بلغت قيمة مربع كاي (CMIN = 2458.353) عند درجة حرية (DF = 1704)، ومعدل كاي المعياري (CMIN/DF = 1.445) وهي أقل من (٥) مما يشير إلى توافق جيد مما يشير إلى توافق مقبول. كما أظهرت المؤشرات (GFI = 0.693)، (CFI = 0.911)، و (RMSEA = 0.053) جودة مطابقة مناسبة، مما يعزز صلاحية النموذج لقياس تقدير الذات، كما أن العوامل المشاهدة تحقق تشبعات معيارية مرتفعة (٠,٧٥١-٠,٨٦٣) وغير معيارية (٠,٨٩-١,١٥٧) بدلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) وقيم خطأ معياري منخفضة، مما يعزز ثبات النموذج ودقته. يؤكد ذلك أن النموذج العاملي التوكيدي لمقياس تقدير الذات يتمتع بصدق بنائي عال.

ثالثاً: ثبات المقياس: تم حساب ثبات تقدير الذات باستخدام معامل ألفا كرونباخ لقياس الاتساق الداخلي، وطريقة التجزئة النصفية بحساب ارتباط بيرسون بين نصفي المقياس وتصحيحه بمعادلة سبيرمان-براون، والنتائج موضحة في الجدول (١٥).

جدول (١٥)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ ومعامل التجزئة النصفية لمقياس تقدير الذات

(ن=١٦٠)

الأبعاد	معامل التجزئة النصفية	معامل ألفا
الوعي الذاتي	٠,٨٥٦	٠,٨٥٣
احترام الذات	٠,٨٣٩	٠,٨٥٢
قبول الذات	٠,٨٤٢	٠,٨٥٤
إدارة الذات	٠,٨٣٦	٠,٨٥١
الكفاءة الذاتية	٠,٨٥٦	٠,٨٤٧
الرضا الذاتي	٠,٨٥٨	٠,٨٥١

أظهر جدول (١٥) أن معاملات الثبات للأبعاد الفرعية لمقياس تقدير الذات باستخدام ألفا كرونباخ تراوحت بين (٠,٨٥١) و(٠,٨٥٤)، وبلغ مما يشير إلى اتساق وثبات قوي. كما تراوحت قيم التجزئة النصفية بين (٠,٨٣٦) و(٠,٨٥٨)، مما يعزز موثوقية المقياس في قياس تقدير الذات.

الأساليب الإحصائية: لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات، تم استخدام برنامج SPSS26 لتحليل البيانات تضمنت الأساليب الإحصائية المستخدمة معامل ارتباط بيرسون ومعامل الانحدار الخطي البسيط

نتائج الدراسة ومناقشتها

عرض نتائج الفرض الأول

وينص الفرض الأول على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية، بين الكمالية العصابية بإستراتيجيات المواجهة لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية"

تم استخدام اختبار معامل الارتباط البسيط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) لمعرفة قوة واتجاه العلاقة بين هذه المتغيرات. وجدول (١٦) يوضح النتائج

جدول (١٦)

معاملات الارتباط بين الكمالية العصابية واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى
الموهوبين في المرحلة الثانوية

الابعاد	إستراتيجية المواجهة	الإستراتيجية السلبية	إستراتيجية التماس العون
تقييم الذات السلبي	**-٠,٥٤٤-	**٠,٥٠٧	**٠,٥٠٧-
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	**-٠,٥٤٠-	**٠,٤٩١	**٠,٥١١-
عدم الرضا عن الأداء	**٠,٥٥٠-	**٠,٥١١	**٠,٥٢٥-

يتضح من جدول (١٦) وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد الكمالية العصابية واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية، حيث كانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (0.01)، مما يعكس علاقات قوية ومتنوعة بين هذه المتغيرات.

- الكمالية العصابية واستراتيجيات المواجهة الإيجابية والتماس العون: توجد علاقة ارتباطية سالبة، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (-0.507) و (-0.550)، مما يشير إلى أن ارتفاع الكمالية العصابية يقلل من استخدام استراتيجيات المواجهة الفعالة والاعتماد على طلب العون، مما قد يؤدي إلى الشعور بالإحباط وانخفاض القدرة على التكيف مع الضغوط.
- الكمالية العصابية والاستراتيجيات السلبية: توجد علاقة ارتباطية موجبة، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٤٩١) و (٠,٥١١)، مما يدل على أن الطلاب ذوي الكمالية العصابية يميلون إلى تبني استراتيجيات مواجهة غير فعالة، مثل التجنب والاستسلام، مما يزيد من مستويات الضغوط النفسية لديهم.

تُفسر الباحثة هذه النتائج بأن الكمالية العصابية تمثل نمطاً نفسياً يتسم بالنقد الذاتي المفرط وعدم الرضا عن الأداء الشخصي، مما يدفع الأفراد إلى استخدام استراتيجيات مواجهة سلبية مثل التجنب والاستسلام عند مواجهة الضغوط النفسية. كما أن الخوف من الفشل والنقد، المصاحب للكمالية العصابية، يقلل من استخدام استراتيجيات إيجابية كالمواجهة المباشرة وطلب المساعدة، وهو ما يُفسر العلاقة السلبية مع إستراتيجية المواجهة واستراتيجية التماس العون. هذه النتائج تتسق مع دراسة (Lapsley & Rice, 2001)، التي أوضحت أن الكمالية العصابية ترتبط بنمط تجنبى يزيد من الضغوط اليومية، ودراسة (Duong et al., 2023)، التي أكدت دور استراتيجيات المواجهة كوسيط في العلاقة بين الكمالية العصابية والرفاهية الشخصية. كما تتفق

مع دراسة (Mohammadi et al. (2014 التي بينت أن الكمالية العصابية تؤدي إلى استخدام استراتيجيات مواجهة غير فعّالة، ودراسة Ashby & Gnlika (2017) التي أظهرت ارتباط الكمالية العصابية بارتفاع مستويات الضغط النفسي. وتدعم هذه النتائج ما ورد في دراسة (Besharat & Larijani (2010، التي أشارت إلى أن الكمالية العصابية تؤدي إلى استراتيجيات تجنبية، ودراسة (Dunkley et al. (2016، التي أكدت أن الكمالية العصابية تضعف الدعم الاجتماعي، ودراسة (Stoeber & Rennert (2008، التي وجدت أن الكمالية العصابية ترتبط بتجنب المواجهة في البيئات التعليمية.

عرض نتائج الفرض الثاني

وينص الفرض الثاني على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية، بين الصلابة النفسية، واستراتيجيات المواجهة لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية"

تم استخدام اختبار معامل الارتباط البسيط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) لمعرفة قوة واتجاه العلاقة بين هذه المتغيرات. وجدول (١٧) يوضح النتائج

جدول (١٧)

معاملات الارتباط بين الصلابة النفسية واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية

الابعاد	إستراتيجية المواجهة	الإستراتيجية السلبية	إستراتيجية التماس العون
إيجابية التفكير	***٠,٥٨٦	**٠,٥٧٠-	***٠,٦٧١
الإصرار والتحمل	***٠,٦٦٦	**٠,٦٣٠-	***٠,٧٤٤
التحكم في الانفعالات	***٠,٦١٩	**٠,٥٧٥-	***٠,٦٩٩
الدرجة الكلية للصلابة النفسية	***٠,٦٩٠	**٠,٦٥٢-	***٠,٧٧٩

يتضح من جدول (١٧) وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائية بين أبعاد الصلابة النفسية وبين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية. جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يشير إلى وجود علاقات قوية ومتنوعة بين هذه المتغيرات وبيان ذلك فيما يلي

- الصلابة النفسية واستراتيجيات المواجهة الإيجابية والتماس العون: توجد علاقة ارتباطية موجبة، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٥٨٦)

و(٠،٧٧٩)، مما يشير إلى أن الطلاب ذوي الصلابة النفسية العالية يستخدمون استراتيجيات فعّالة وطلب الدعم لتحسين تكيفهم مع الضغوط.

- الصلابة النفسية والاستراتيجيات السلبية: توجد علاقة ارتباطية سالبة، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (-٠،٥٧٠) و(-٠،٦٥٢)، مما يدل على أن الطلاب ذوي الصلابة النفسية العالية أقل عرضة لتبنى استراتيجيات مواجهة سلبية، مما يعزز من توازنهم النفسي.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الصلابة النفسية تُعد من السمات التي تعزز قدرة الأفراد على مواجهة التحديات بفعالية، من خلال الالتزام بأهدافهم، التحكم في استجاباتهم العاطفية، والتعامل مع الضغوط كفرص للنمو. العلاقة الإيجابية بين الصلابة النفسية واستراتيجيات المواجهة الإيجابية، مثل المواجهة المباشرة والتماس العون، تعكس دور الصلابة النفسية في تعزيز الثقة بالنفس والتكيف مع الضغوط. في المقابل، العلاقة السلبية بين الصلابة النفسية والاستراتيجيات السلبية تُفسر بأن الأفراد ذوي الصلابة النفسية العالية يتمتعون بالقدرة على تنظيم مشاعرهم وتقليل اعتمادهم على استراتيجيات غير فعّالة. هذه النتائج تتفق مع دراسة Hatami Varzaneh & Moeini (2024)، التي بينت أن الصلابة النفسية ترتبط إيجابياً باستخدام استراتيجيات فعّالة، ومع دراسة Shiani et al. (2024)، التي أظهرت دور التدخل النفسي في تحسين الصلابة النفسية وتعزيز استخدام استراتيجيات إيجابية. كما تدعمها دراسة Zahiri & Vaziri (2024)، التي كشفت أن الصلابة النفسية تسهم في تعزيز التنظيم الذاتي واستخدام استراتيجيات مواجهة فعّالة.

عرض نتائج الفرض الثالث

وينص الفرض الثالث على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الكمالية العصابية وبين تقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية"

"تم استخدام اختبار معامل الارتباط البسيط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) لمعرفة قوة واتجاه العلاقة بين هذه المتغيرات. وجدول (١٨) يوضح النتائج



جدول (١٨)

معاملات الارتباط بين الكمالية العصابية وتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية

الدرجة	الابعد	الوعي الذاتي	احترام الذات	قبول الذات	إدارة الذات	الكفاءة الذاتية	الرضا الذاتي	الكلية لتقدير الذات
تقييم الذات السلبي	★★-٠,٤٤٣	★★-٠,٤٣٤	★★-٠,٤٣٤	★★-٠,٤٣٤	★★-٠,٤٨٣	★★-٠,٤١٢	★★-٠,٤٨٢	★★-٠,٥٤٤
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	★★-٠,٤٩٦	★★-٠,٤١٣	★★-٠,٤٨٢	★★-٠,٤٧٧	★★-٠,٤١١	★★-٠,٤٧٤	★★-٠,٥٥٥	
عدم الرضا عن الأداء	★★-٠,٤٧٣	★★-٠,٤٣٣	★★-٠,٤٦٩	★★-٠,٤٩٤	★★-٠,٤٢٦	★★-٠,٥٢٤	★★-٠,٥٦٩	

يتضح من جدول (١٨) وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الكمالية العصابية وأبعاد تقدير الذات، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (-٠,٤١١) و (-٠,٥٦٩)، وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١). وتشير النتائج إلى أن أبعاد الكمالية العصابية، مثل تقييم الذات السلبي، الأفكار اللاعقلانية، وعدم الرضا عن الأداء، ترتبط بانخفاض الوعي الذاتي، احترام الذات، قبول الذات، إدارة الذات، والكفاءة الذاتية، مما يؤدي إلى تدني الدرجة الكلية لتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية، مما يعكس تأثير الكمالية العصابية السلبي على ثقة الأفراد بأنفسهم وقدرتهم على التكيف.

تفسر هذه النتيجة في ضوء أن الكمالية العصابية تتسم بالتوجه نحو معايير ذاتية صارمة وغير واقعية، مما يجعل الأفراد عرضة للانتقاد الذاتي المستمر، الأمر الذي يؤدي إلى انخفاض تقديرهم لذواتهم. فالأفراد الذين يعانون من تقييم ذاتي سلبي وأفكار لا عقلانية حول الكمالية يميلون إلى التركيز على نقاط ضعفهم وأخطائهم بدلاً من التركيز على إنجازاتهم وقدراتهم، مما يؤدي إلى ضعف في الشعور بالكفاءة الذاتية وإدارة الذات. كما أن عدم الرضا عن الأداء قد يدفعهم إلى تبني أنماط تفكير سلبية تقلل من

احترام الذات والرضا عن الذات، وهو ما يفسر العلاقة السلبية بين الكمالية العصابية وتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Gotwals et al. (2023 التي أظهرت أن الكمالية العصابية ترتبط بانخفاض تقدير الذات والرضا الشخصي، مما يؤثر سلباً على الأداء الأكاديمي والنفسي. وأكدت دراسة (Fekih-Romdhane et al. (2023 أن تقدير الذات يلعب دوراً وسيطاً في العلاقة بين الكمالية العصابية والرضا عن الحياة، مما يبرز ضرورة تعزيز تقدير الذات كجزء من التدخلات النفسية. وأخيراً، دعمت دراسة (Doyle & Catling (2022 هذه النتائج من خلال تأكيدها أن الكمالية العصابية وانخفاض تقدير الذات يمثلان عوامل خطر للصحة النفسية، بينما تسهم الصلابة النفسية في تعزيز الثقة بالنفس والقدرة على التكيف.

عرض نتائج الفرض الرابع

وينص الفرض الرابع على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الصلابة النفسية وبين تقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية" "تم استخدام اختبار معامل الارتباط البسيط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) لمعرفة قوة واتجاه العلاقة بين هذه المتغيرات. وجدول (١٩) يوضح النتائج

جدول (١٩)

معاملات الارتباط بين الصلابة النفسية وتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية

الابعاد	الوعي الذاتي	احترام الذات	قبول الذات	إدارة الذات	الكفاءة الذاتية	الرضا الذاتي	الدرجة الكلية لتقدير الذات
إيجابية التفكير	★★★,٥٢٦	★★★,٥١٧	★★★,٥٦٣	★★★,٥٦٢	★★★,٤٨٦	★★★,٤٨١	★★★,٦٥٧
الإصرار والتحمل	★★★,٥٨٣	★★★,٥٨٢	★★★,٥٦٠	★★★,٥٩٥	★★★,٥٥٧	★★★,٥٥٤	★★★,٧٢١
التحكم في الانفعالات	★★★,٥٣٤	★★★,٥٤٣	★★★,٥٣٧	★★★,٥٧٨	★★★,٥٢٣	★★★,٥٢٩	★★★,٦٨٠
الدرجة الكلية للصلابة النفسية	★★★,٦٠٤	★★★,٦٠٥	★★★,٦٠٦	★★★,٦٢٨	★★★,٥٧٩	★★★,٥٧٩	★★★,٧٥٨

يتضح من جدول (١٩) أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية وأبعاد تقدير الذات، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٤٨٦) و(٠,٧٥٨). تظهر النتائج أن أبعاد الصلابة النفسية مثل إيجابية التفكير، الإصرار والتحمل، والتحكم في الانفعالات ترتبط بارتفاع وعي الذات،

احترام الذات، قبول الذات، إدارة الذات، والكفاءة الذاتية، مما يُعزز من الدرجة الكلية لتقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء أن الصلابة النفسية تمكن الأفراد من التعامل الفعال مع التحديات والضغوط، مما يعزز لديهم نظرة إيجابية للذات ويزيد من ثقتهم بقدراتهم. فالأفراد الذين يتمتعون بمستويات مرتفعة من إيجابية التفكير، الإصرار والتحمل، والتحكم في الانفعالات يكونون أكثر قدرة على تنظيم مشاعرهم والتعامل مع المواقف الصعبة، مما ينعكس إيجاباً على وعيهم الذاتي واحترامهم لذواتهم. كما أن قدرتهم على التحمل والمثابرة تُساعدهم في تحقيق أهدافهم، مما يُعزز لديهم الشعور بالكفاءة الذاتية والرضا عن الذات، وهو ما يُفسر العلاقة الموجبة بين الصلابة النفسية وتقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين، كما أشارت دراسة (Besharat and Hasel, 2011) إلى أن الصلابة النفسية تعزز الكفاءة الذاتية وتقدير الذات لدى الطلاب الجامعيين، وتقلل من الآثار السلبية للكمالية العصابية

عرض نتائج الفرض الخامس

ينص الفرض الخامس على أنه: "يمكن التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال الكمالية العصابية والصلابة النفسية".

تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد التدريجي بهدف تحديد مدى إسهام أبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية، وذلك وفقاً لما يلي:

أولاً: التنبؤ باستراتيجية المواجهة الإيجابية

يوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لكل من أبعاد الكمالية العصابية (تقييم الذات السلبي، الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، عدم الرضا عن الأداء) وأبعاد الصلابة النفسية (إيجابية التفكير، الإصرار والتحمل، التحكم في الانفعالات) في التنبؤ باستراتيجية المواجهة الإيجابية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

جدول (٢٠)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ باستراتيجية المواجهة الإيجابية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية

العوامل المستقلة	قيمة الثابت	R	R ²	التغير في R ²	**F	B	Beta	**t
الإصرار والتحمل		٠,٦٧	٠,٤٤	٠,٤٤٣	**٢٤٣,٧١١	٠,٧٣٢	٠,٣٨٥	**٦,٩٠٦
الأفكار الالاعقلانية المصاحبة للكمالية	١٩,٨٢٩	٠,٧٢	٠,٥١	٠,٠٧	**١٦٠,٤٩٢	٠,٢٧-	٠,١٥-	**٢,٥٥٩-
إيجابية التفكير		٠,٧٣	٠,٥٣	٠,٠١٧	**١١٤,٤٤٥	٠,٥٠٦	٠,١٨٧	**٣,٤٦٨
تقييم الذات السلبي		٠,٧٤	٠,٥٥	٠,٠١٥	**٩٠,٥٧٥	٠,٢٨-	٠,١٨-	**٣,٠٧٢-

يتضح من جدول (٢٠) أن العوامل التي يمكن أن تسهم في التنبؤ باستراتيجية المواجهة الإيجابية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية هي على الترتيب: الإصرار والتحمل، والذي فسر ما نسبته (٤٤,٣%) من التباين في استراتيجية المواجهة الإيجابية، يليه الأفكار الالاعقلانية المصاحبة للكمالية، والتي فسرت ما نسبته (٧,٠%) من التباين، ثم إيجابية التفكير، والتي ساهمت في تفسير (١,٧%) من التباين في استراتيجية المواجهة الإيجابية، وتقييم الذات السلبي، والذي فسر (١,٥%) من التباين في المتغير التابع. كما يمكن صياغة معادلت التنبؤ باستراتيجية المواجهة الإيجابية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال أبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية على النحو التالي:

$$\text{استراتيجية المواجهة الإيجابية} = ١٩,٨٢٩ + (٠,٧٣٢ \times \text{الإصرار والتحمل}) + (٠,٢٦٦ \times \text{الأفكار الالاعقلانية المصاحبة للكمالية}) + (٠,٥٠٦ \times \text{إيجابية التفكير}) + (٠,٢٨٣ \times \text{تقييم الذات السلبي}) -$$

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الإصرار والتحمل كان العامل الأكثر تأثيراً في استراتيجية المواجهة الإيجابية، نظراً لدوره في تعزيز القدرة على التعامل

مع الضغوط والمثابرة في مواجهة التحديات باستخدام استراتيجيات تكيفية فعالة. في المقابل، ساهمت الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية في تقليل فعالية المواجهة من خلال تعزيز التفكير السلبي ودفع الأفراد لاستخدام استراتيجيات تجنبية غير فعالة، بينما ساهمت إيجابية التفكير بشكل معتدل في تحسين المواجهة عبر تعزيز الإدراك الإيجابي للمواقف الصعبة، وكان تأثير تقييم الذات السلبي ضعيفاً نسبياً، نظراً لارتباطه بمشاعر الإحباط وفقدان الثقة بالنفس. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (Ashby & Stoltz (2007 التي أكدت أن الكمالية العصابية ترتبط باستراتيجيات تجنبية غير فعالة، بينما يعزز التحمل النفسي الصلابة والمواجهة الإيجابية، كما دعمتها دراسات (Jahan et al. (2020، (Macedo et al. (2014، (Abdollahi et al. (2017 و (Dunkley et al. (2000 التي أظهرت أن التحمل النفسي يقلل من التأثيرات السلبية للكمالية العصابية، ويساهم في تحسين استراتيجيات المواجهة الإيجابية والتكيف مع الضغوط.

ثانياً: التنبؤ باستراتيجية المواجهة السلبية

يوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ باستراتيجية المواجهة السلبية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

جدول (١٢)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ باستراتيجية المواجهة السلبية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية

العوامل المستقلة	قيمة الثابت	R	R ²	التغير في R ²	F**	B	Beta	t**
الإصرار والتحمل		٠,٦٣	٠,٤	٠,٣٩٧	٢٠١,٨٣٢**	٠,٦٥٢	٠,٣٦	٦,٠٣١**
تقييم الذات السلبية	٣١,٠٧٣	٠,٦٧	٠,٤٦	٠,٠٥٨	١٢٧,١٦٠**	٠,٣٧٧	٠,٢٥	٥,٣١٣**
إيجابية التفكير		٠,٦٩	٠,٤٨	٠,٠٢٧	٩٤,٤٠١**	٠,٥٩٣	٠,٢٣	٤,٠٢٦**

يتضح من جدول (١٢) أن العوامل التي يمكن أن تسهم في التنبؤ باستراتيجية المواجهة السلبية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية هي على الترتيب: الإصرار والتحمل، والذي فسر ما نسبته (٣٩,٧%) من التباين في استراتيجيات

المواجهة السلبية، يليه تقييم الذات السلبي، والذي فسر ما نسبته (٥٨٪) من التباين، ثم إيجابية التفكير، والتي ساهمت في تفسير (٢٧٪) من التباين في استراتيجيات المواجهة السلبية. كما يمكن صياغة معادلة التنبؤ باستراتيجيات المواجهة السلبية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال أبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية على النحو التالي:

$$\text{استراتيجيات المواجهة السلبية} = ٣١,٠٧٣ - (٠,٦٥٢ \times \text{الإصرار والتحمل}) + (٠,٣٧٧ \times \text{تقييم الذات السلبي}) - (٠,٥٩٣ \times \text{إيجابية التفكير})$$

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الإصرار والتحمل كان العامل الأكثر تأثيراً في تقليل استخدام استراتيجيات المواجهة السلبية، نظراً لدوره في تعزيز القدرة على التكيف مع الضغوط وتبني أساليب مواجهة فعالة، بينما ساهم تقييم الذات السلبي في زيادة استخدام المواجهة السلبية، حيث يعكس الشعور بالإحباط وفقدان الثقة بالنفس، مما يدفع الأفراد إلى تبني استراتيجيات غير فعالة. أما إيجابية التفكير، فقد ساهمت بشكل معتدل في تقليل المواجهة السلبية من خلال تعزيز إعادة تقييم المواقف الصعبة بشكل أكثر تكيفاً. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة Dunkley et al. (2000) التي أوضحت أن الكمالية العصابية ترتبط باستخدام استراتيجيات مواجهة غير فعالة مثل التجنب، كما دعمتها دراسة Ashby & Stoltz (2007) التي بينت أن الأفراد ذوي التحمل النفسي العالي يميلون لاستخدام استراتيجيات مواجهة إيجابية. وأيدت دراسة Jahan et al. (2020) لهذه النتائج، مؤكدة أن الصلابة النفسية تقلل التأثير السلبي للكمالية العصابية على استراتيجيات المواجهة، فيما أشارت دراسة Abdollahi et al. (2017) إلى أن التحمل النفسي يحد من تأثير الكمالية العصابية على القلق والاكتئاب، مما يقلل من استخدام استراتيجيات المواجهة السلبية.

ثالثاً: التنبؤ باستراتيجية التماس العون

يوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ باستراتيجية التماس العون لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

جدول (٢٢)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ باستراتيجية التماس العون لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية

العوامل المستقلة	قيمة الثابت	R	R^2	التغير في R^2	**F	B	Beta	**t
الإصرار والتحمل	٤,٦٥١	٠,٧٤	٠,٥٥٤	٠,٥٥٤	٢٧٩,٦٥٤**	٠,٧٢٨	٠,٢٨٥	٦,٤٨١**
إيجابية التفكير	٤,٦٥١	٠,٧٨	٠,٦٠٤	٠,٠٥	٢٢٢,١٥٦**	٠,٦٥٢	٠,٢٤	٤,٧٤٩**
تقييم الذات السلبي	٤,٦٥١	٠,٧٩	٠,٦٢٨	٠,٠٢٤	١٧٠,٧٧٦**	٠,٢٥	٠,١٦	٣,٨٦٦**
التحكم في الانفعالات	٤,٦٥١	٠,٨	٠,٦٣٦	٠,٠٠٨	١٣٢,١١٥**	٠,٢٢٧	٠,١٥٦	٢,٥٧٦**

يتضح من جدول (٢٢) أن العوامل التي يمكن أن تسهم في التنبؤ باستراتيجية التماس العون لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية هي على الترتيب: الإصرار والتحمل، والذي فسر ما نسبته (٥٥,٤%) من التباين في استراتيجية التماس العون، يليه إيجابية التفكير، والذي فسر ما نسبته (٥,٠%) من التباين، ثم تقييم الذات السلبي، والذي فسر ما نسبته (٢,٤%) من التباين، وأخيراً التحكم في الانفعالات، والذي فسر ما نسبته (٠,٨%) من التباين في المتغير التابع. كما يمكن صياغة معادلة التنبؤ باستراتيجية التماس العون لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال أبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية على النحو التالي:

$$\text{استراتيجية التماس العون} = ٤,٦٥١ + (٠,٧٢٨ \times \text{الإصرار والتحمل}) + (٠,٢٤٧ \times \text{إيجابية التفكير}) + (٠,٢٢٧ \times \text{تقييم الذات السلبي}) + (٠,١٥٦ \times \text{التحكم في الانفعالات})$$

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الإصرار والتحمل كان العامل الأكثر تأثيراً في استراتيجية التماس العون، حيث يعزز قدرة الأفراد على إدراك الحاجة إلى الدعم واللجوء إلى طلب المساعدة بفاعلية، يليه إيجابية التفكير، التي تسهم في تعزيز استخدام هذه الاستراتيجية من خلال الإدراك الإيجابي لأهمية الدعم الاجتماعي. في المقابل، ساهم تقييم الذات السلبي في تقليل اللجوء إلى طلب العون، إذ يؤدي الشعور بالإحباط وضعف الثقة بالنفس إلى التردد في طلب المساعدة، بينما كان تأثير التحكم في الانفعالات طفيفاً، حيث يساعد في إدارة المشاعر أثناء طلب العون. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة Ashby & Stoltz (2007) التي أكدت أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية يميلون

إلى تبني استراتيجيات مواجهة إيجابية مثل التماس العون، كما دعمتها دراسة Jahan et al. (2020) التي أشارت إلى أن التفكير الإيجابي يعزز استراتيجيات تكييفية فعالة، بما في ذلك طلب الدعم. وأشارت دراسة Macedo et al. (2014) إلى أن الكمالية العصابية قد تعيق الأفراد عن التماس العون بسبب الخوف من الفشل أو النقد، بينما أكدت دراسة Abdollahi et al. (2017) أن التحكم في الانفعالات يساعد الأفراد في طلب الدعم بفاعلية.

عرض نتائج الفرض السادس

ينص الفرض السادس على أنه: "يمكن التنبؤ بتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال الكمالية العصابية والصلابة النفسية".

تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد التدريجي بهدف تحديد مدى إسهام أبعاد الكمالية العصابية وأبعاد الصلابة النفسية في التنبؤ بتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية، وذلك وفقاً لما يلي:

أولاً: التنبؤ بالوعي الذاتي

يوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لكل من أبعاد الكمالية العصابية (تقييم الذات السلبي، الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، عدم الرضا عن الأداء) وأبعاد الصلابة النفسية (إيجابية التفكير، الإصرار والتحمل، التحكم في الانفعالات) في التنبؤ بالوعي الذاتي لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

جدول (٢٣)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ بالوعي الذاتي لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية

العوامل المستقلة	قيمة الثابت	R	R ²	التغير في R ²	F**	B	Beta	t**
الإصرار والتحمل	١٧,٢٠٨	٠,٥٨	٠,٣٣٩	٠,٣٣٩	١٥٧,١٩٠**	٠,٣٦١	٠,٣٣٨	٥,٤٩٧**
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	١٧,٢٠٨	٠,٦٤	٠,٤٠٥	٠,٠٦٦	١٠٣,٩٧٤**	٠,٢٦٠	٠,٢٦٠	٥,٢٣٨**
إيجابية التفكير	١٧,٢٠٨	٠,٦٥	٠,٤٢٢	٠,٠١٧	٧٤,١٢٨**	٠,٢٧٦	٠,١٨٢	٢,٩٩٨**

يتضح من جدول (٢٣) أن العوامل التي يمكن أن تسهم في التنبؤ بالوعي الذاتي لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية هي على الترتيب: الإصرار والتحمل، والذي فسر ما نسبته (٣٣,٩%) من التباين في الوعي الذاتي، يليه الأفكار

اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، والتي فسرت ما نسبته (٦,٦%) من التباين، ثم إيجابية التفكير، والتي ساهمت في تفسير (١,٧%) من التباين في الوعي الذاتي. كما يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالوعي الذاتي لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال أبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية على النحو التالي:

$$\text{الوعي الذاتي} = ١٧,٢٠٨ + (٠,٣٦١ \times \text{الإصرار والتحمل}) + (٠,٢٦٠ \times \text{الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية}) + (٠,٢٧٦ \times \text{إيجابية التفكير})$$

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الإصرار والتحمل كان العامل الأكثر تأثيراً في الوعي الذاتي، حيث يعزز قدرة الأفراد على فهم ذاتهم والتعامل مع التحديات بثقة، بينما ساهمت الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية في تقليل الوعي الذاتي من خلال تعزيز النقد الذاتي المضطرب والشعور بعدم الكفاءة. أما إيجابية التفكير، فقد كان لها تأثير معتدل في تعزيز الوعي الذاتي، من خلال تحسين إدراك الفرد لذاته ومساعدته على تبني نظرة أكثر تفاؤلاً للمواقف الحياتية. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة Jahan & Khoraminejad (2020) التي أكدت دور الصلابة النفسية في تعزيز تقدير الذات، بينما تؤدي الكمالية العصابية إلى تراجعها، كما دعمتها دراسة Fekih-Romdhane et al. (2023) التي أوضحت أن تقدير الذات يمثل وسيطاً مهماً بين الكمالية العصابية والرضا عن الحياة، مما يعكس أهمية تعزيز تقدير الذات لتقليل الآثار السلبية للكمالية العصابية.

ثانياً: التنبؤ باحترام الذات

يوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لكل من أبعاد الكمالية العصابية (تقييم الذات السلبي، الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، عدم الرضا عن الأداء) وأبعاد الصلابة النفسية (إيجابية التفكير، الإصرار والتحمل، التحكم في الانفعالات) في التنبؤ باحترام الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

جدول (٢٤)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ باحترام الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية

العوامل المستقلة	قيمة الثابت	R	R ²	التغير في R ²	**F	B	Beta	**t
الإصرار والتحمل	١٤,١٧٩	٠,٥٨	٠,٣٣٩	٠,٣٣٩	**١٥٦,٧٠٦	٠,٣٧	٠,٣٥٨	٥,٥٨ ***
تقييم الذات السليبي	١٤,١٧٩	٠,٦١	٠,٣٧٢	٠,٠٣٣	**٩٠,٣١٨	٠,١٦-	٠,١٩-	٣,٦٩ **٦
إيجابية التفكير	١٤,١٧٩	٠,٦٣	٠,٣٩٣	٠,٠٢١	**٦٥,٥٦٧	٠,٢٩٤	٠,١٩٩	٣,٢٣٤ **

يتضح من جدول (٢٤) أن العوامل التي يمكن أن تسهم في التنبؤ باحترام الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية هي على الترتيب: الإصرار والتحمل، والذي فسر ما نسبته (٣٣,٩%) من التباين في احترام الذات، يليه تقييم الذات السليبي، والذي فسر ما نسبته (٣,٣%) من التباين، ثم إيجابية التفكير، والتي ساهمت في تفسير (٢,١%) من التباين في احترام الذات. كما يمكن صياغة معادلة التنبؤ باحترام الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال أبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية على النحو التالي:

احترام الذات = ١٤,١٧٩ + (٠,٣٧٢ × الإصرار والتحمل) + (-٠,١٦٢ × تقييم الذات السليبي) + (٠,٢٩٤ × إيجابية التفكير)

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الإصرار والتحمل كان العامل الأكثر تأثيراً في احترام الذات، حيث يعزز الشعور بالكفاءة والقدرة على مواجهة التحديات، مما يزيد من تقدير الأفراد لأنفسهم. في المقابل، ساهم تقييم الذات السليبي في خفض احترام الذات، إذ يعكس النقد الذاتي المفرط والشعور بعدم الكفاءة. أما إيجابية التفكير، فقد ساهمت بشكل معتدل في تعزيز احترام الذات من خلال تعزيز الصورة الذاتية الإيجابية والقدرة على التعامل مع الصعوبات بتفاؤل. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (Jahan & Khoraminejad, 2020) التي أكدت أن الصلابة النفسية ترفع من مستوى احترام الذات، بينما تساهم الكمالية العصابية في تقليله، كما دعمتها دراسة Fekih-Romdhane et al. (2023) التي أشارت إلى أن تعزيز تقدير الذات يلعب دوراً مهماً في التخفيف من الآثار السلبية للكمالية العصابية.

ثالثاً: التنبؤ بقبول الذات

يوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لكل من أبعاد الكمالية العصابية (تقييم الذات السلبي، الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، عدم الرضا عن الأداء) وأبعاد الصلابة النفسية (إيجابية التفكير، الإصرار والتحمل، التحكم في الانفعالات) في التنبؤ بقبول الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

جدول (٢٥)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ بقبول الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية

العوامل المستقلة	قيمة الثابت	R	R ²	التغير في R ²	F**	B	Beta	t**
إيجابية التفكير	١٥,٤٧١	٠,٥٦	٠,٣١٧	٠,٣١٧	١٤٢,١٢٧**	٠,٤٤٢	٠,٢٨٤	٤,٦٧٢**
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	١٥,٤٧١	٠,٦٢	٠,٢٨٧	٠,٠٧	٩٦,١٢٩**	٠,٢٥	٠,٢٤	٨,٨٢١**
الإصرار والتحمل	١٥,٤٧١	٠,٦٥	٠,٤١٩	٠,٠٣٢	٧٣,١٦٤**	٠,٢٧٩	٠,٢٥٥	٤,١٣٤**

يتضح من جدول (٢٥) أن العوامل التي يمكن أن تسهم في التنبؤ بقبول الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية هي على الترتيب: إيجابية التفكير، والتي فسرت ما نسبته (٣١,٧%) من التباين في قبول الذات، يليه الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، والتي فسرت ما نسبته (٧,٠%) من التباين، ثم الإصرار والتحمل، والذي فسّر ما نسبته (٣,٢%) من التباين في قبول الذات. كما يمكن صياغة معادلة التنبؤ بقبول الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال أبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية على النحو التالي:

قبول الذات = ١٥,٤٧١ + (٠,٤٤٢ × إيجابية التفكير) + (-٠,٢٤٦ × الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية) + (٠,٢٧٩ × الإصرار والتحمل)

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن إيجابية التفكير كان العامل الأكثر تأثيراً في قبول الذات، حيث يساعد الأفراد على إدراك جوانبهم الإيجابية وتعزيز رضاهم عن أنفسهم، مما يزيد من تقبلهم لذواتهم. في المقابل، ساهمت الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية في تقليل قبول الذات، نظراً لدورها في تعزيز النقد الذاتي المضطرب والمقارنات غير الواقعية، مما يؤدي إلى الشعور بعدم

الرضا. أما الإصرار والتحمل، فقد ساهم بشكل معتدل في تحسين قبول الذات من خلال تعزيز الثقة في القدرة على مواجهة التحديات وتحقيق الأهداف. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة Jahan & Khoraminejad (2020) التي أكدت أن الصلابة النفسية تسهم في تعزيز تقبل الذات، بينما تؤدي الكمالية العصابية إلى تراجعها، كما دعمتها دراسة Fekih-Romdhane et al. (2023) التي أوضحت أن قبول الذات يعد عنصراً أساسياً في تخفيف التأثيرات السلبية للكمالية العصابية وتعزيز الصحة النفسية.

رابعاً: التنبؤ بإدارة الذات

يوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لكل من أبعاد الكمالية العصابية (تقييم الذات السلبي، الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، عدم الرضا عن الأداء) وأبعاد الصلابة النفسية (إيجابية التفكير، الإصرار والتحمل، التحكم في الانفعالات) في التنبؤ بإدارة الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

جدول (٢٦)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ بإدارة الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

العوامل المستقلة	قيمة الثابت	R	R ²	التغير في R ²	**F	B	Beta	**t
الإصرار والتحمل	١٣,٩٤٥	٠,٥٩٥	٠,٣٥٤	٠,٣٥٤	**١٦٧,٣٥٤	٠,٣٤٨	٠,٣٠٦	**٤,٩٧٦
تقييم الذات السلبي	١٣,٩٤٥	٠,٦٢٨	٠,٤٠٧	٠,٠٥٣	**١٠٤,٥٣٤	٠,٢٢٣-	٠,٢٣٧-	**٤,٨٥٧
إيجابية التفكير	١٣,٩٤٥	٠,٦٦٥	٠,٤٤٢	٠,٠٣٥	**٨٠,٣٩٥	٠,٤٢١	٠,٢٦٠	**٤,٤١٢

يتضح من جدول (٢٦) أن العوامل التي يمكن أن تسهم في التنبؤ بإدارة الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية هي على الترتيب: الإصرار والتحمل، والذي فسر ما نسبته (٣٥,٤%) من التباين في إدارة الذات، يليه تقييم الذات السلبي، والذي فسر ما نسبته (٥,٣%) من التباين، ثم إيجابية التفكير، والتي ساهمت في تفسير (٣,٥%) من التباين في إدارة الذات. كما يمكن صياغة معادلة التنبؤ بإدارة الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال أبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية على النحو التالي:

إدارة الذات = ١٣,٩٤٥ + (٠,٣٤٨ × الإصرار والتحمل) + (-٠,٢٢٣ × تقييم الذات السلبي) + (٠,٤٢١ × إيجابية التفكير)

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الإصرار والتحمل كان العامل الأكثر تأثيراً في إدارة الذات، حيث يعزز قدرة الأفراد على ضبط تصرفاتهم وتحمل المسؤولية واتخاذ قرارات فعالة، مما يساهم في تحسين مهارات التنظيم الذاتي. في المقابل، ساهم تقييم الذات السلبي في تقليل كفاءة إدارة الذات، حيث يؤدي الشعور بالاحباط وفقدان الثقة بالنفس إلى ضعف التحكم في السلوكيات وعدم القدرة على اتخاذ قرارات مستقلة. أما إيجابية التفكير، فقد كان لها تأثير معتدل في تحسين إدارة الذات من خلال تعزيز التوجه الإيجابي نحو التحديات وزيادة القدرة على التكيف. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة Jahan & Khoraminejad (2020) التي أكدت أن الصلابة النفسية تعزز إدارة الذات، بينما تؤدي الكمالية العصابية إلى تراجعها، كما دعمتها دراسة Fekih-Romdhane et al. (2023) التي أشارت إلى أن التفكير الإيجابي يقلل من تأثير الكمالية العصابية على الإدارة الذاتية ويساعد الأفراد على التحكم بسلوكياتهم بشكل أكثر فاعلية.

خامساً: التنبؤ بالكفاءة الذاتية

يوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لكل من أبعاد الكمالية العصابية (تقييم الذات السلبي، الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، عدم الرضا عن الأداء) وأبعاد الصلابة النفسية (إيجابية التفكير، الإصرار والتحمل، التحكم في الانفعالات) في التنبؤ بالكفاءة الذاتية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

جدول (٢٧)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ بالكفاءة الذاتية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

العوامل المستقلة	قيمة الثابت	R	² R	التغير في ² R	**F	B	Beta	**t
الإصرار والتحمل	٠,٥٦	٠,٣١١	٠,٣١١	٠,٣١١	**١٣٧,٨٨١	٠,٣٩٤	٠,٣٦٩	**٥,٦٧٣
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	١٥,١٠٢	٠,٥٨	٠,٣٤١	٠,٠٣	**٧٨,٩٦٧	٠,١٧-	٠,١٧-	-
إيجابية التفكير	٠,٦	٠,٣٥٤	٠,٠١٣	٠,٠١٣	**٥٥,٦٠٦	٠,٢٤٢	٠,١٦	**٢,٤٨٩

يتضح من جدول (٢٧) أن العوامل التي يمكن أن تساهم في التنبؤ بالكفاءة الذاتية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية هي على الترتيب: الإصرار

والتحمل، والذي فسر ما نسبته (٣١,١%) من التباين في الكفاءة الذاتية، يليه الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، والتي فسرت ما نسبته (٣,٠%) من التباين، ثم إيجابية التفكير، والتي ساهمت في تفسير (١,٣%) من التباين في الكفاءة الذاتية. كما يمكن صياغة معادلتا التنبؤ بالكفاءة الذاتية لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال أبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية على النحو التالي:

الكفاءة الذاتية = $١٥,١٠٢ + (٠,٣٩٤ \times \text{الإصرار والتحمل}) + (-٠,١٧١ \times \text{الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية}) + (٠,٢٤٢ \times \text{إيجابية التفكير})$

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الإصرار والتحمل كان العامل الأكثر تأثيراً في الكفاءة الذاتية، حيث يعزز ثقة الأفراد بقدراتهم على الإنجاز والتعامل مع التحديات بفاعلية، مما يرفع من شعورهم بالكفاءة الذاتية. في المقابل، ساهمت الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية في تقليل الكفاءة الذاتية، حيث يؤدي التفكير غير الواقعي والتوقعات المفرطة إلى الشعور بالإحباط وتقليل الإيمان بالقدرة على النجاح. أما إيجابية التفكير، فقد كان لها تأثير معتدل في تحسين الكفاءة الذاتية من خلال تعزيز التفاؤل والتعامل المرن مع الصعوبات. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة Jahan & Khoraminejad (2020) التي أكدت أن الصلابة النفسية تسهم في تعزيز الكفاءة الذاتية، بينما تؤدي الكمالية العصابية إلى تراجعها، كما دعمتها دراسة Fekih-Romdhane et al. (2023). التي أوضحت أن التفكير الإيجابي يلعب دوراً مهماً في التخفيف من الآثار السلبية للكمالية العصابية على الكفاءة الذاتية.

سادساً: التنبؤ بالرضا الذاتي

يوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لكل من أبعاد الكمالية العصابية (تقييم الذات السلبي، الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، عدم الرضا عن الأداء) وأبعاد الصلابة النفسية (إيجابية التفكير، الإصرار والتحمل، التحكم في الانفعالات) في التنبؤ ب الرضا الذاتي لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

جدول (٢٨)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ بالرضا الذاتي لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

العوامل المستقلة	قيمة الثابت	R	R ²	التغير في R ²	F**	B	Beta	t**
الإصرار والتحمل	٢٢,٦٢٥	٠,٥٥	٠,٣٠٧	٠,٣٠٧	١٣٥,٤٤٣**	٠,٢٦	٠,٢٥	٣,٣٣٣**
عدم الرضا عن الأداء	٢٢,٦٢٥	٠,٦٢	٠,٣٨٢	٠,٠٧٥	٩٤,٠٩٥**	٠,٣٧-	٠,٢٣-	٣,٤٣٠**
التحكم في الانفعالات	٢٢,٦٢٥	٠,٦٣	٠,٣٩٥	٠,٠١٣	٦٦,٢٠٩**	٠,١٣	٠,١٦	٢,٢٢٥**
تقييم الذات السلبي	٢٢,٦٢٥	٠,٦٤	٠,٤٠٣	٠,٠٠٨	٥١,١٥٣**	٠,١١-	٠,١٣-	٢,٠٠٤**

يتضح من جدول (٢٨) أن العوامل التي يمكن أن تسهم في التنبؤ بالرضا الذاتي لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية هي على الترتيب: الإصرار والتحمل، والذي فسر ما نسبته (٣٠,٧%) من التباين في الرضا الذاتي، يليه عدم الرضا عن الأداء، والذي فسر ما نسبته (٧,٥%) من التباين، ثم التحكم في الانفعالات، والذي فسر ما نسبته (١,٣%) من التباين، وأخيراً تقييم الذات السلبي، والذي فسر ما نسبته (٠,٨%) من التباين في المتغير التابع. كما يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالرضا الذاتي لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال أبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية على النحو التالي:

الرضا الذاتي = ٢٢,٦٢٥ + (٠,٢٦٢ × الإصرار والتحمل) + (٠,٣٦٨ × عدم الرضا عن الأداء) + (٠,١٣١ × التحكم في الانفعالات) + (٠,١١٣ × تقييم الذات السلبي)

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الإصرار والتحمل كان العامل الأكثر تأثيراً في الرضا الذاتي، حيث يساعد الأفراد على تحقيق أهدافهم والتعامل مع التحديات بمرونة، مما يعزز الشعور بالرضا عن الذات. في المقابل، ساهم عدم الرضا عن الأداء في تقليل الرضا الذاتي، نظراً لدوره في تعزيز مشاعر الفشل وعدم الاكتفاء، مما يضعف تقدير الفرد لذاته. أما التحكم في الانفعالات فقد ساهم بشكل معتدل في تعزيز الرضا الذاتي من خلال تحسين قدرة الأفراد على التعامل مع الضغوط وإدارة مشاعرهم بفاعلية، بينما كان تأثير تقييم الذات السلبي ضعيفاً نسبياً، حيث يعكس الشعور بعدم الكفاءة والتقليل من قيمة الإنجازات الشخصية. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة Jahan &

Khoraminejad (2020) التي أكدت أن الصلابة النفسية تسهم في تعزيز الرضا الذاتي، بينما تؤدي الكمالية العصابية إلى تراجعها، كما دعمتها دراسة Fekih-Romdhane et al. (2023) التي أشارت إلى أن الرضا الذاتي يلعب دوراً مهماً في تخفيف التأثيرات السلبية للكمالية العصابية وتعزيز الصحة النفسية.

سابعاً: التنبؤ بتقدير الذات ككل

يوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لكل من أبعاد الكمالية العصابية (تقييم الذات السلبي، الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، عدم الرضا عن الأداء) وأبعاد الصلابة النفسية (إيجابية التفكير، الإصرار والتحمل، التحكم في الانفعالات) في التنبؤ بتقدير الذات ككل لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

جدول (٢٩)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي للإسهام النسبي لأبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية في التنبؤ بتقدير الذات ككل لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية.

العوامل المستقلة	قيمة الثابت	R	R ²	التغير في R ²	F**	B	Beta	t**
الإصرار والتحمل		٠,٧٢١	٠,٥١٩	٠,٥١٩	٢٢٠,٦١٢**	٢,٣٩٨	٠,٣٢٧	٥,٦٢٠**
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية		٠,٧٦٤	٠,٥٨٣	٠,٠٦٤	٢١٣,٤٢٩**	١,٠٤١-	٠,١٥٧-	-
إيجابية التفكير	١٠٤,٤٦٦	٠,٧٨٥	٠,٦١٦	٠,٠٣٣	١٦٢,٧٨٢**	٢,٢٠٢	٠,٢١٨	٤,٢٤١**
التحكم في الانفعالات		٠,٧٩٠	٠,٦٢٥	٠,٠٠٩	١٢٦,١١٦**	٠,٧٣٦	٠,١٣٦	٢,٢٣٢**
تقييم الذات السلبي		٠,٧٩٤	٠,٦٣١	٠,٠٠٦	١٠٣,١٨٠**	-	٠,١١٨-	-
						٠,٦٩٦		٢,٢١٧**

يتضح من جدول (٢٩) أن العوامل التي يمكن أن تسهم في التنبؤ بالدرجة الكلية لتقدير الذات لدى الموهوبين في المرحلة الثانوية هي على الترتيب: الإصرار والتحمل، والذي فسر ما نسبته (٥١,٩%) من التباين في الدرجة الكلية لتقدير الذات، يليه الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية، والتي فسرت ما نسبته (٦,٤%) من التباين، ثم إيجابية التفكير، والتي ساهمت في تفسير (٣,٣%) من التباين، ثم التحكم في الانفعالات، والذي فسر ما نسبته (٠,٩%) من التباين، وأخيراً تقييم الذات السلبي، والذي فسر ما نسبته (٠,٦%) من التباين في المتغير التابع. كما يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالدرجة الكلية لتقدير الذات لدى

الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال أبعاد الكمالية العصابية والصلابة النفسية على النحو التالي:

الدرجة الكلية لتقدير الذات = $١٠٤,٤٦٦ + (٢,٣٩٨ \times \text{الإصرار والتحمل}) + (-) - ١,٠٤١ \times \text{الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية} + (٢,٢٠٢ \times \text{إيجابية التفكير}) + (٠,٧٣٦ \times \text{التحكم في الانفعالات}) + (-) ٠,٦٩٦ \times \text{تقييم الذات السلبي}$

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الإصرار والتحمل كان العامل الأكثر تأثيراً في تقدير الذات ككل، حيث يعزز ثقة الأفراد بأنفسهم ويمنحهم القدرة على مواجهة التحديات والتكيف مع الضغوط، مما يؤدي إلى تعزيز تقديرهم لذواتهم. في المقابل، ساهمت الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية في خفض تقدير الذات، إذ تؤدي إلى النقد الذاتي المفرط والتوقعات غير الواقعية، مما يولد شعوراً دائماً بعدم الكفاءة. أما إيجابية التفكير فقد كان لها تأثير معتدل في تحسين تقدير الذات من خلال تعزيز الصورة الإيجابية للذات والتعامل مع المواقف بمرونة، كما ساهم التحكم في الانفعالات بشكل طفيف في تعزيز تقدير الذات عبر تحسين قدرة الأفراد على إدارة مشاعرهم، بينما كان تأثير تقييم الذات السلبي ضعيفاً نسبياً، حيث يعكس ضعف الثقة بالنفس والشعور المستمر بعدم الإنجاز. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة Jahan & Khoraminejad (2020) التي أكدت أن الصلابة النفسية تسهم في رفع تقدير الذات، بينما تؤدي الكمالية العصابية إلى تقليله، كما دعمتها دراسة Fekih-Romdhane et al. (2023) التي أشارت إلى أن تعزيز تقدير الذات يلعب دوراً حاسماً في تخفيف التأثيرات السلبية للكمالية العصابية وتحسين الصحة النفسية.

التوصيات

في ضوء نتائج الدراسة الحالية، يمكن تقديم التوصيات التالية لتعزيز الصلابة النفسية وتقليل تأثير الكمالية العصابية لدى الطلاب الموهوبين في المرحلة الثانوية من خلال:

- تنظيم برامج تدريبية لتعزيز الصلابة النفسية لدى الطلاب الموهوبين، استناداً إلى نتائج الدراسة التي أظهرت أن الصلابة النفسية ترتبط إيجابياً بتقدير الذات واستراتيجيات المواجهة الإيجابية، مما يساعدهم على تطوير مهارات التحمل والإصرار وإيجابية التفكير، وبالتالي تحسين تفكيرهم النفسي وتقليل اعتمادهم على الاستراتيجيات السلبية.

- تصميم برامج إرشادية لتقليل تأثير الكمالية العصابية، حيث كشفت الدراسة عن علاقة سلبية بين الكمالية العصابية وتقدير الذات، مما يستلزم توفير برامج توعية للطلاب حول مخاطر التوقعات المثالية غير الواقعية، وتعليمهم كيفية التعامل مع الضغوط دون تبني أفكار لا عقلانية مرتبطة بالكمالية.
- إعداد ورش عمل للمعلمين حول تأثير الكمالية العصابية على استراتيجيات المواجهة، نظرًا لأن الدراسة بينت أن الطلاب الذين يعانون من الكمالية العصابية يميلون إلى استخدام استراتيجيات مواجهة غير فعالة، مما يتطلب تدريب المعلمين على كيفية دعم الطلاب الموهوبين في تطوير استراتيجيات مواجهة إيجابية وتعزيز ثقتهم بأنفسهم.
- إدماج مهارات إدارة الضغوط النفسية في المناهج الدراسية، حيث أظهرت النتائج أن الطلاب ذوي الصلابة النفسية العالية يستخدمون استراتيجيات تكيف أكثر فعالية، مما يشير إلى ضرورة تضمين مهارات التحكم في الانفعالات، والتفكير الإيجابي، وطلب العون عند الحاجة في الأنشطة التعليمية.
- إعداد برامج توعوية للأسر حول دورهم في تعزيز تقدير الذات لدى أبنائهم، حيث أوضحت الدراسة أن تقييم الذات السلبي والأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية يقللان من احترام الذات وإدارة الذات لدى الطلاب، مما يستلزم توعية الأهل حول كيفية دعم أبنائهم نفسيًا وتشجيعهم على تطوير رؤية أكثر واقعية لذواتهم.
- إنشاء مراكز دعم نفسي في المدارس لمتابعة الطلاب الموهوبين، حيث أكدت الدراسة أن الطلاب ذوي الكمالية العصابية أكثر عرضة لاستخدام استراتيجيات المواجهة السلبية، مما يستوجب توفير خدمات إرشادية متخصصة تساعدهم في تبني أساليب مواجهة أكثر فاعلية، وتعزيز قدرتهم على التعامل مع التحديات بثقة ومرونة.

البحوث المقترحة

- في ضوء نتائج الدراسة العالية فإنه يمكن القيام بالعديد من البحوث والدراسات والتي منها :
- إجراء دراسات حول العلاقة بين الصلابة النفسية واستراتيجيات المواجهة لدى الطلاب الموهوبين، بهدف التحقق من تأثير الصلابة النفسية في تعزيز استراتيجيات المواجهة الإيجابية وتقليل الاعتماد على الاستراتيجيات السلبية، مع دراسة مدى تأثير هذه العلاقة بالمرحلة العمرية والمستوى الدراسي.

- عمل دراسات حول تأثير الكمالية العصابية على استراتيجيات المواجهة، حيث أظهرت الدراسة الحالية أن الكمالية العصابية ترتبط سلباً بالواجهة الإيجابية وإيجابياً بالواجهة السلبية، مما يستلزم مزيداً من البحث حول آليات هذا التأثير، ومدى إمكانية تعديله من خلال تدخلات نفسية وتربوية.
- إجراء دراسات حول دور الصلابة النفسية في تعزيز تقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين، حيث كشفت نتائج الدراسة عن علاقة إيجابية بين الصلابة النفسية وأبعاد تقدير الذات، مما يستدعي البحث في كيفية تنمية الصلابة النفسية كعامل مؤثر في تحسين احترام الذات وقبول الذات لدى هذه الفئة.
- إجراء دراسات تجريبية حول فاعلية برامج خفض الكمالية العصابية في تحسين استراتيجيات المواجهة، لمعرفة ما إذا كان تقليل الكمالية العصابية يمكن أن يساهم في زيادة استخدام الطلاب لاستراتيجيات المواجهة الإيجابية وتقليل تبنيهم للاستراتيجيات السلبية، مما يساعدهم في التكيف مع الضغوط.
- دراسة تأثير إيجابية التفكير على استراتيجيات المواجهة لدى الطلاب الموهوبين، نظراً لما أظهرته النتائج من دور إيجابية التفكير في تعزيز استراتيجيات المواجهة الفعالة، مما يستلزم بحث آليات هذه العلاقة، ومدى إمكانية تعزيز التفكير الإيجابي لدى الطلاب لتحسين مواجهتهم للضغوط.
- إجراء دراسات حول العلاقة بين الصلابة النفسية والقدرة على إدارة الذات، حيث كشفت نتائج الدراسة عن تأثير الصلابة النفسية على مهارات إدارة الذات، مما يستدعي البحث في كيفية تعزيز الصلابة النفسية كعامل رئيسي في تحسين القدرة على ضبط السلوكيات واتخاذ القرارات المناسبة.
- تحليل العلاقة بين تقييم الذات السلبي وانخفاض تقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين، حيث أوضحت نتائج الدراسة أن تقييم الذات السلبي يعد من العوامل التي تقلل من احترام الذات وإدارة الذات، مما يستلزم البحث في استراتيجيات الحد من تأثير هذا العامل على تقدير الذات.
- التعرف على معادلة التنبؤ بدرجة تقدير الذات لدى الطلاب الموهوبين بناءً على مستويات الصلابة النفسية والكمالية العصابية واستراتيجيات المواجهة، مما يساعد في تصميم برامج وقائية وتدخلات تستهدف تحسين الصحة النفسية وتعزيز التكيف الإيجابي لدى هذه الفئة.

المراجع

- إبراهيم مصطفى وآخرون، مجمع اللغة بالقاهرة: المعجم الوسيط، القاهرة، دار الدعوة للنشر، ٢٠١٠، ص ١٠٥٩.
- أحمد على محمد الحسني الزهراني (٢٠١٩). الكمالية العصابية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى عينة من الطلبة المتفوقين بالمرحلة الثانوية بمحافظة جدة. مجلة كلية التربية بالمنصورة ١٠٧ (٦)، ١٢٩٧، 1333 - مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/1121316>
- بشائر علي الطبيخ، عماد الزغول & نجاة الحمدان. (٢٠٢٢). الصلابة النفسية وعلاقتها بالاستجابات التكيفية للضغوط النفسية لدى الطلبة الموهوبين بالصف الحادي عشر في دولة الكويت. مجلة جدارا للدراسات والبحوث، ١ (١)، ٦٧-٥١. <https://doi.org/10.54161/jrs.v1i1.56>
- الحميدي محمد ضيدان (٢٠١٣). تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض. رسالة ماجستير، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية.
- خالد عوض البلاح. (٢٠١٥). أثر تحسين استراتيجيات المواجهة الاجتماعية في خفض حدة الكمالية العصابية وتحقيق الرضا عن الحياة لدى الطلاب الموهوبين. مجلة كلية التربية، مج ٢٦، ١٠٢٤، 72 - 27 مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/711962>
- رمضان عبد الحميد محمد الطنطاوي: الموهوبون أساليب رعايتهم وأساليب التدريس لهم، القاهرة، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ٢٠١٢، ص ٣٩.
- الزغليل، أحمد سليمان (٢٠٠٨). الكمالية عند طلبة الجامعة وعلاقتها بتحصيلهم الأكاديمي والاختلاف في ذلك تبعاً لكل من الجنس والتخصص والمستوى الدراسي. مؤتمّر للبحوث والدراسات - العلوم الإنسانية والاجتماعية - الأردن، ٢٣ (٣)، ١١٧-١٣.
- السعيد السعيد بدير سليمان. (٢٠١١). تعليم الموهوبين في المرحلة الابتدائية بالولايات المتحدة الأمريكية وكيفية الاستفادة منه في مصر، مجلة كلية التربية جامعة طنطا، مصر (٤٣)، ص ٤٨٨
- سفيان صائب سلمان المعاضدي. (٢٠١٣). الموهوبون والمتفوقون .. بين الرعاية الصحية والنفسية والتشريعات القانونية في البلدان العربية. المؤتمر العلمي العربي العاشر لرعاية الموهوبين والمتفوقين - معايير ومؤشرات التميز: الإصلاح التربوي ورعاية الموهوبين والمتفوقين، ج ٢، عمان: المجلس العربي للموهوبين

والمتفوقين، ٢٣٣ - ٢٤٦. مسترجع من

<http://search.mandumah.com/Record/483779>

سمير عبد الكريم الريماوي (٢٠١٦). الصلابة النفسية لدى الطلبة الموهوبين في مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز وعلاقتها باستجاباتهم التكيفية للضغوط النفسية. *دراسات: العلوم التربوية*، ٤٦ (١)، ٤٦١ - ٤٧٦. مسترجع من

<https://archives.ju.edu.jo/index.php/edu/article/view/13478>

الشرييني الهاللي، & الهاللي. (٢٠١٨). البرامج التنفيذية لإصلاح التعليم قبل الجامعي في مصر (الفترة من سبتمبر ٢٠١٥ حتى فبراير ٢٠١٧) البرنامج السادس برنامج دعم الأنشطة التربوية وتحسين جودة الحياة المدرسية وتنفيذ مشروع المدارس المصرية اليابانية وتطبيق أنشطة. مجلة بحوث التربية النوعية، ٢٠١٨ (٤٩)، ١٠٩-٥٣. <https://doi.org/10.21608/mbse.2018.137715>

عبد المطلب أمين القريطي : الموهوبون والمتفوقون خصائصهم واكتشافهم ورعايتهم، القاهرة، عالم الكتب، ٢٠١٤م

عبد المطلب أمين القريطي، داليا يسري يحيى الصاوي، وسميرة محمد إبراهيم شند (٢٠١٥). الخصائص السيكومترية لمقياس الكمالية العصابية لدى

المراهقين. *مجلة الإرشاد النفسي*، ٤١، ٧٠٩ - ٧٤٨. مسترجع من

<http://search.mandumah.com/Record/645226>

محمد محروس محمد الشناوي، إسماعيل محمد الفقي. (١٩٩٥). دراسة العلاقة بين أسلوب حل المشكلة ومركز الضبط وتقدير الذات لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بالرياض. *مجلة كلية التربية*، ع ١٩، ج ٤، ٣٢٣ - ٣٥٠. مسترجع من

<http://search.mandumah.com/Record/106187>

مصطفى خليل الشرقاوي (١٩٩٣) - استراتيجيات سلوك التعامل مع المواقف الضاغطة، مجلة كلية التربية، العدد ٤١، جامعة الأزهر، القاهرة مصر. ص ٥٣ - ١١٠.

مكاوي، صلاح فؤاد، الشرييني، السيد حائل، البريدي، محمد إسماعيل، ... & أسماء محمد عبد الفتاح. (٢٠٢٠). الذكاء الروحي والتدفق النفسي لدى الموهوبين. *مجلة كلية التربية بالعرش*، ٨ (٢١)، ٣٠٧ - ٣٣٨.

<https://doi.org/10.21608/foej.2020.153207>

منار محمود أحمد الرياحنة (٢٠١٥). أثر استخدام برنامج إرشاد جمعي يستند إلى النظرية السلوكية المعرفية في تحسين درجة التكيف الاجتماعي وخفض الكمالية السلبية لدى الطلبة الموهوبين في إمارة أبوظبي. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة العلوم الإسلامية العالمية.

نجلاء إبراهيم أبو الوفا، حامد خيرى أحمد حسين، جيهان محمد بكري عبد الرحمن (٢٠١٨). الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية، ٣٣، ١٧١، ٢٠٤*. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record/1369168>
وزارة التربية والتعليم، الخطة الاستراتيجية للتعليم قبل الجامعى فى مصر (٢٠١٤ - ٢٠٣٠م)، برنامج التربية الخاصة، الموهوبين والفائقين"، ص ٨٤.

Abbady, A. S. (2023). The effectiveness of emotional schema therapy on improving emotion regulation and reducing neurotic perfectionism among university students. *Natural Science, 12*(4), 1853-1862. <https://doi.org/10.18576/isl/120410>

Abdollahi, A., & Carlbring, P. (2017). *Coping style as a moderator of perfectionism and suicidal ideation among undergraduate students*. Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy. Retrieved from <https://link.springer.com>

Agarwal, T., & Dhenwal, S. (2024). Investigating the relationship of parenting styles with neuroticism and perfectionism. *Educational Administration Theory and Practices*. <https://doi.org/10.53555/kuey.v30i5.4644>

Albakova, Z. A., Ezhov, K. S., Umerkaeva, S. S., Antonova, M. V., Kudinov, V., Aigumova, Z. I., & Klepach, Y. V. (2020). Social and psychological features of hardiness in personality of students of higher education institutions. *Propósitos y representaciones, 8* (SPE2), e660. <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8nspe2.660>

Ali, H. M. Z. (2024). Self-differentiation as an intermediate variable between anger management and neurotic perfectionism among high achievers “a psychological study of the rights of special education”. *International Journal of Human Rights in Healthcare, 17*(4), 489-506. [doi/10.1108/ijhrh-04-2021-0096](https://doi.org/10.1108/ijhrh-04-2021-0096)

Alkhasawneh, T., Al-Shaar, A. S., Khasawneh, M., Darawsheh, S., & Aburaya, N. (2022). Self-Esteem and its Relationship to some Demographic Variables among Students with Learning

- Disabilities. *Information Sciences Letters*, 11(6), 1929-1936.
<https://doi.org/10.18576/isl/110609>
- Amrouche, M., & Benmdjahed, F. (2024). Self-Esteem Levels Among Algerian Middle School Students: A Descriptive Study. *Al-Hikma Journal of Philosophical Studies*, 12(3), 1026-1041.
<https://asjp.cerist.dz/en/article/253838>
- Armstrong, L. L., Desson, S., St. John, E., & Watt, E. (2023). The D.R.E.A.M. program: Developing resilience through emotions, attitudes, & meaning (gifted edition)—a second wave positive psychology approach. *A Second-Wave Positive Psychology in Counselling Psychology*, 37-62. <https://doi.org/10.4324/9781003370581-3>
- Ashby, J. S., & Gnika, P. B. (2017). Multidimensional perfectionism and perceived stress: Group differences and test of a coping mediation model. *Personality and Individual Differences*, 119, 106–111. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.07.009>
- Ashby, J. S., & Stoltz, K. (2007). *Perfectionism and lifestyle: Personality differences among adaptive perfectionists, maladaptive perfectionists, and nonperfectionists*. *Journal of Individual Psychology*. Retrieved from <https://machon-adler.co.il>
- Babicka-Wirkus, A., Wirkus, L., Stasiak, K., & Kozłowski, P. (2021). University students' strategies of coping with stress during the coronavirus pandemic: Data from Poland. *PLOS ONE*, 16(7), e0255041. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255041>
- Besharat, M. A. & Hasel, K. M..(2011). Relationship of perfectionism and hardiness to Stress-Induced physiological responses. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 113–118.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.023>
- Besharat, M. A., & Larijani, R. (2010). Perfectionism and coping styles with stress. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 1519–1524. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.319>
- Branden, N. (2021). The power of self-esteem. Health Communications, Inc..

- Casino-García, A. M., Llopis-Bueno, M. J., & Llinares-Insa, L. I. (2021). Emotional intelligence profiles and self-esteem/self-concept: An analysis of relationships in gifted students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 1006. <https://doi.org/10.3390/ijerph18031006>
- Chasetareh, F., Barabadi, E., Khajavy, G. H., & Flett, G. L. (2023). Perfectionism and L2 achievement: The mediating roles of motivation and self-regulated learning among Iranian high school students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 41(1), 3-21. <https://doi.org/10.1177/07342829221096916>
- Chen, J., Ferber, K. A., Tan, N., Sahib, A., Hannaford, T., & Zhang, B. (2024). Perfectionism and social anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 31(3), 329-343. <https://doi.org/10.1037/cps0000201>
- Cohen, E. D. (2020). The psychoanalysis of perfectionism. *International Journal of Philosophical Practice*, 6(1), 15-27. <https://doi.org/10.5840/ijpp2020612>
- Cooper, R., Cooper, K., Russell, A. J., & Smith, L. G. (2020). "I'm proud to be a little bit different": The effects of autistic individuals' perceptions of autism and autism social identity on their collective self-esteem. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(2), 704-714. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04575-4>
- Cross, T. L., Speirs Neumeister, K. L., & Cassady, J. C. (2007). Psychological types of academically gifted adolescents. *Gifted Child Quarterly*, 51(3), 285-294. <https://doi.org/10.1177/0016986207302723>
- Dimitrovska, J., & Popovska Nalevska, G. (2024). Self-esteem as a mediator between perfectionism and impostor syndrome among gifted students. *International Journal of Research Studies in Education*, 13(13), 157-168. <https://doi.org/10.5861/ijrse.2024.24112>

- Dolcos, F., Hohl, K., Hu, Y., & Dolcos, S. (2021). Religiosity and resilience: Cognitive reappraisal and coping self-efficacy mediate the link between religious coping and well-being. *Journal of Religion and Health*, 60(4), 2892-2905. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01160-y>
- Doyle, I., & Catling, J. C. (2022). The Influence of Perfectionism, Self-Esteem and Resilience on Young People's Mental Health. *The Journal of Psychology*, 156(3), 224-240. <https://doi.org/10.1080/00223980.2022.2027854>
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., & Halsall, J. (2000). *The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators*. *Journal of Counseling Psychology*. Retrieved from <https://www.researchgate.net>
- Dunkley, D. M., Solomon-Krakus, S., & Moroz, M. (2016). Personal standards and self-critical perfectionism and distress: Stress, coping, and perceived social support as mediators and moderators. In F. M. Sirois & D. S. Molnar (Eds.), *Perfectionism, health, and well-being* (pp. 141-165). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-18582-8_7
- duong, n. T., Pham, k. V., & td, p. T. (2023). Investigating perfectionism and subject wellbeing among college students: stress coping strategies as a mediator. *Образование и наука*, 25(4), 196-210.
- Fekih-Romdhane, F., Sawma, T., Obeid, S., & Hallit, S. (2023). Self-critical perfectionism mediates the relationship between self-esteem and satisfaction with life in Lebanese university students. *BMC Psychology*, 11(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01040-6>
- Findik, H., & Afat, N. (2023). Perfectionism and life satisfaction in gifted students. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 10(4), 1012-1023. <https://doi.org/10.52380/ijpes.2023.10.4.1285>

- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Nepon, T., & Besser, A. (2017). Perfectionism cognition theory. *The Psychology of Perfectionism*, 89-110. <https://doi.org/10.4324/9781315536255-7>
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Nepon, T., Sherry, S. B., & Smith, M. (2022). The destructiveness and public health significance of socially prescribed perfectionism: A review, analysis, and conceptual extension. *Clinical Psychology Review*, 93, 102130. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2022.102130>
- Fraser, M. I., Ciarrochi, J., Sahdra, B. K., & Hunt, C. (2023). To be compassionate and feel worthy: The bidirectional relationship between self-compassion and self-esteem. In *Handbook of self-compassion* Cham: Springer International Publishing, 33-51. https://doi.org/10.1007/978-3-031-22348-8_3
- Gotwals, J. K., Dunn, J. G., & Wayment, H. A. (2003). Self-esteem in intercollegiate athletes. *Journal of sport Behavior*, 26(1), 17-38.
- Guidry, C. M., Medina, M. S., Bennett, K. K., & Schwier, N. C. (2021). The other side of “challenging learners”: Strategies for teaching and precepting the overachiever and high performer. *American Journal of Health-System Pharmacy*, 79(2), 17-22. <https://doi.org/10.1093/ajhp/zxab348>
- Handayani, F., Jonathan, B., Joshuar, W., Mark, E., & Halim, C. (2024). Coping strategies in overcoming academic stress among high school students. *Journal Neosantara Hybrid Learning*, 2(1), 426-441. <https://doi.org/10.55849/jnhl.v2i1.939>
- Hassan, A. A. (2023). Neurotic perfectionism among the outstanding students in the universities of the Kurdistan Region. *Zanco Journal of Humanity Sciences*, 27(5). <https://doi.org/10.21271/zjhs.27.5.11>
- Hatami Varzaneh, A., Moeini, H., & Heidari Meymeh, M. (2024). Investigating the relationship between basic psychological needs, psychological hardiness, and stress coping styles with the success of female sales managers. *Psychological Research In Management*, 10(3), 85-110.

- Hoffman, A. J., & Schacter, H. L. (2024). The promise of an identity-based self-affirmation intervention in protecting against self-esteem declines at the high school transition. *Developmental Psychology*, 60(10), 1842-1854. <https://doi.org/10.1037/dev0001789>
- Holic, r. (2018). Literature review on personality traits and the psychological profiles of the gifted population. *Journal of innovation in psychology, education & didactics*, 22(2). 121-154. <https://doi.org/10.29081/jiped.2024.28.2>
- Hwang, I., Hu, S., & Kim, S. (2022). Understanding the Effect of Goal Setting in IS Compliance Intention Through Stress Theory: The Moderating Effect of Stress Coping. *Proceedings of the Korea Intelligent Information Systems Society Conference*, 643-652.
- Jahan, F., & Khoraminejad, A. (2020). *The structural model of self-esteem of athletes based on psychological hardiness and perfectionism with mediator affective control*. Sport Psychology Studies. Retrieved from <https://journals.ssric.ac.ir>
- Johnsen, S. K. (2021). Definitions, models, and characteristics of gifted students. *Identifying Gifted Students*, 1-32. <https://doi.org/10.4324/9781003235682-1>
- Jolly, J. L., Treffinger, D. J., & Inman, T. F. (2021). Parenting gifted children: The authoritative guide from the National Association for Gifted Children. Routledge.
- Kolenatý, M., Kroufek, R., & Činčera, J. (2022). What triggers climate action: The impact of a climate change education program on students' climate literacy and their willingness to act. *Sustainability*, 14(16), 10365. <https://doi.org/10.3390/su141610365>
- Kottman, A. S. E. (2017). A Self-Compassion Intervention to Increase Feedback Acceptance among Individuals with Perfectionistic Tendencies.
- Lapsley, D. K., & Rice, K. G. (2001). *Perfectionism, coping, and emotional adjustment*. Journal of College Student Development.

Retrieved from
https://www.researchgate.net/publication/281790590_Perfectionism_coping_and_emotional_adjustment

- Lawrence, T. I. (2022). Parental support, marital conflict, and stress as predictors of depressive symptoms among African American adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 27(3), 630-643. <https://doi.org/10.1177/13591045211070163>
- Litvin, S., Saunders, R., Jefferies, P., Seely, H., Pössel, P., & Lüttke, S. (2023). The impact of a Gamified mobile mental health app (eQuoo) on resilience and mental health in a student population: Large-scale randomized controlled trial. *JMIR Mental Health*, 10, e47285. <https://doi.org/10.2196/47285>
- Liu, S., Zhang, Y., Zhao, L., & Liu, Z. (2024). Academic stress detection based on multisource data: A systematic review from 2012 to 2024. *Interactive Learning Environments*, 1-27. <https://doi.org/10.1080/10494820.2024.2387744>
- Liu, X., Cao, X., & Gao, W. (2022). Does low self-esteem predict anxiety among Chinese college students? *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 1481-1487. <https://doi.org/10.2147/prbm.s361807>
- Macedo, A., Marques, M., & Pereira, A. T. (2014). *Perfectionism and psychological distress: A review of the cognitive factors*. Neurosciences and Mental Health. Retrieved from <https://www.researchgate.net>
- McCrea, A. M. (2022). Coping with representation: The moderating effect of workload on individual-level representation. *International Public Management Journal*, 25(3), 321-342. <https://doi.org/10.1080/10967494.2022.2078913>
- McKenna, O., Fakolade, A., Cardwell, K., Langlois, N., Jiang, K., & Pilutti, L. A. (2021). Towards conceptual convergence: A systematic review of psychological resilience in family caregivers of persons living with chronic neurological conditions. *Health Expectations*, 25(1), 4-37. <https://doi.org/10.1111/hex.13374>

- Melhe, M. A., Salah, B. M., & Hayajneh, W. S. (2021). Impact of training on positive thinking for improving psychological hardiness and reducing academic stresses among academically-late students. *Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri*, 21(3), 132-146. <https://doi.org/10.12738/jestp.2021.3.0010>
- Mikkelsen, H. T., Haraldstad, K., Helseth, S., Skarstein, S., Småstuen, M. C., & Rohde, G. (2021). Pain and health-related quality of life in adolescents and the mediating role of self-esteem and self-efficacy: A cross-sectional study including adolescents and parents. *BMC Psychology*, 9(1) 1-16.. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00629-z>
- Mohammadi, K., Kaviani, N., & Zarei, E. (2014). *The relationship between perfectionism and coping strategies in drug-dependent men*. *Addiction & Health*, 6(3-4), 101-109.
- Morales, M. I. J., & Fernández, P. C. (2024). Is Perfectionism an Exclusive Characteristics of Gifted Students? Systematic Review. *LIBERABIT. Revista Peruana de Psicología*, 30(1), e806-e806. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2024.v30n1.806>
- Obbarius, N., Fischer, F., Liegl, G., Obbarius, A., & Rose, M. (2021). A modified version of the transactional stress concept according to Lazarus and Folkman was confirmed in a psychosomatic inpatient sample. *Frontiers in Psychology*, 12, 584333. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.584333>
- Ogurlu, U. (2020). Are gifted students perfectionistic? A meta-analysis. *Journal for the Education of the Gifted*, 43(3), 227-251. <https://doi.org/10.1177/0162353220933006>
- Petkov, T. (2024). Influence of stress coping behavior on the emotional load of teachers. *MEDIS – International Journal of Medical Sciences and Research*, 3(3), 13-17. <https://doi.org/10.35120/medisij030313p>
- Quansah, F., Ankomah, F., Hagan, J. E., Srem-Sai, M., Frimpong, J. B., Sambah, F., & Schack, T. (2022). Development and validation of an inventory for stressful situations in University students

- involving coping mechanisms: An interesting cultural mix in Ghana. *Psych*, 4(2), 173-186. <https://doi.org/10.3390/psych4020015>
- Reis, S. M., & Gaesser, A. H. (2021). Gender, adolescence, and giftedness. *The Handbook of Secondary Gifted Education*, 91-120. <https://doi.org/10.4324/9781003238829-5>
- Rimes, K. A., Smith, P., & Bridge, L. (2023). Low self-esteem: A refined cognitive behavioural model. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 51(6), 579-594. <https://doi.org/10.1017/s1352465823000048>
- Shahla, M., Kirmani, O. J., Sheikh, A. A., Mir, B. A., Zai, A. F., & Wani, S. R. (2023). Perfectionism: A Double-Edged Sword. *Journal of Namibian Studies: History Politics Culture*, 33, 4263-4280. <https://doi.org/10.59670/5amfvs05>
- Sharif Nia, H., Froelicher, E. S., Hosseini, L., & Ashghali Farahani, M. (2022). Evaluation of psychometric properties of hardiness scales: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.840187>
- Shiani, A., Salehi, F., & Arefi, M. The Effectiveness of Schema Therapy on Coping Strategies and Psychological Hardiness of Mothers with Children who Stutter. *Journal of Clinical Research in Paramedical Sciences*, 13(1).
- Shin, J., Lee, H. J., Park, H., Hong, Y., Song, Y. K., Yoon, D. U., & Oh, S. (2023). Perfectionism, test anxiety, and neuroticism determines high academic performance: a cross-sectional study. *BMC psychology*, 11(1), 410. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01369-y>
- Skinner, E. A., & Wellborn, J. G. (2019). Coping during childhood and adolescence: A motivational perspective. *Life-Span Development and Behavior*, 91-134. <https://doi.org/10.4324/9781315789255-3>
- Smith, M. M., Sherry, S. B., Vidovic, V., Saklofske, D. H., Stoeber, J., & Benoit, A. (2019). Perfectionism and the five-factor model of personality: A meta-analytic review. *Personality and Social*

- Psychology Review*, 23(4), 367-390. <https://doi.org/10.1177/1088868318814973>
- Solanki, K. (2022). Relationship between self esteem and self efficacy. *INTERNATIONAL JOURNAL OF RESEARCH IN SOCIAL SCIENCES & HUMANITIES*, 12(04), 926-941. <https://doi.org/10.37648/ijrssh.v12i04.049>
- Stoeber, J., & Rennert, D. (2008). Perfectionism in schoolteachers: Relations with stress appraisals, coping styles, and burnout. *Anxiety, Stress, & Coping*, 21(1), 37-53. <https://doi.org/10.1080/10615800701742461>
- Stoeber, J., Madigan, D. J., & Gonidis, L. (2020). Perfectionism is adaptive and maladaptive, but what's the combined effect? *Personality and Individual Differences*, 161, 109846. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109846>
- Stricker, J., Buecker, S., Schneider, M., & Preckel, F. (2020). Intellectual giftedness and multidimensional perfectionism: A meta-analytic review. *Educational Psychology Review*, 32, 391-414. <https://doi.org/10.1007/s10648-019-09504-1>
- Subotnik, R. F., Olszewski-Kubilius, P., Corwith, S., Calvert, E., & Worrell, F. C. (2023). Transforming gifted education in schools: Practical applications of a comprehensive framework for developing academic talent. *Education Sciences*, 13(7), 707. <https://doi.org/10.3390/educsci13070707>
- Tinto, V. (2024). Student persistence through a different lens. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 26(4), 959-969. <https://doi.org/10.1177/15210251241249158>
- Ukeh, M. I., & Hassan, A. S. (2018). The impact of coping strategies on psychological well-being among students of federal University, Lafia, Nigeria. *Journal of Psychology & Psychotherapy*, 08(05). <https://doi.org/10.4172/2161-0487.1000349>
- Wadi, M., Shorbagi, A., Shorbagi, S., Taha, M. H., & Bahri Yusoff, M. S. (2024). The impact of the systematic assessment for resilience (SAR) framework on students' resilience, anxiety,

- depression, burnout, and academic-related stress: A quasi-experimental study. *BMC Medical Education*, 24(1) 506.. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05444-9>
- Woodrum, J. L. (2020). *Mediation among maladaptive perfectionism, maladaptive emotion regulation, and distress*. Illinois State University.
- Yavuz, B., & Dilmaç, B. (2020). The relationship between psychological hardiness and mindfulness in University students: The role of spiritual well-being. *Spiritual Psychology and Counseling*, 5(3), 257-271. <https://doi.org/10.37898/spc.2020.5.3.090>
- Yavuz, H. B. (2020). Stress coping strategies of university students. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 15(5), 1320-1336. <https://doi.org/10.18844/cjes.v15i5.5502>
- Zahiri, M., & Vaziri, K. (2024). Predicting Psychological Hardiness Based on Self-Regulation and Stress Coping Strategies. *Iranian Journal of Educational Research*, 3(3), 255-266.
- Zandi, H., Amirinejad, A., Azizifar, A., Aibod, S., Veisani, Y., & Mohamadian, F. (2021). The effectiveness of mindfulness training on coping with stress, exam anxiety, and happiness to promote health. *Journal of Education and Health Promotion*, 10(1), 177. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_616_20
- Zanetti, M. A., Gualdi, G., & Cascianelli, M. (2019). *Understanding giftedness*. Routledge.
- Zimmerman, B. J. (2022). Dimensions of academic self-regulation. *Self-regulation of Learning and Performance*, 3-21. <https://doi.org/10.4324/9780203763353-1>