

الفاعلية الذاتية الانفعالية وعلاقتها بمرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن

أنوار تيسير بني خالد* و "محمد أمين" حسين بني ملحم**

Doi: //10.47015/20.2.9

تاريخ قبوله: 2023/8/1

تاريخ تسلم البحث: 2023/4/11

Emotional Self-Efficacy and its Relationship to Ego Resilience among Adolescent Students in Jordan

Anwar Tayseer Bani Khaleed, *The Researcher.*

"Mohammad Amen" Husein Bani Melhem, *Al-Balqa Applied University, Jordan.*

Abstract: This study aimed to investigate the correlation between emotional self-efficacy and ego resilience among adolescent students in Jordan. The study sample consisted of 511 male and female students from the ninth, tenth, and first secondary grades during the first semester of the academic year 2020/2021. Randomly selected students. After verifying their psychometric properties, the emotional self-efficacy scale and the ego resilience scale were employed. The findings of the study indicated a high level of emotional self-efficacy and ego resilience among adolescent students. No statistically significant differences were observed in all domains of emotional self-efficacy and ideal organization of ego resilience with respect to gender, except for the effective handling of others' emotions in emotional self-efficacy and openness to experience in ego resilience. The arithmetic mean of females was higher than that of males. Furthermore, no statistically significant differences were found in all domains of emotional self-efficacy and ego resilience with regards to grade. The study also revealed a significant correlation between emotional self-efficacy and ego resilience among adolescent students.

(**Keywords:** Self-Efficacy Emotional, Ego Resilience, Adolescent Students)

هي عملية استدلالية تتضمن تقييم المساهمات المتعلقة بالقدرات وغير المتعلقة بها مثل: الإدراك الذاتي للقدرة، ومقدار الجهد المبذول، ودرجة صعوبة المهمة، ومقدار المساعدات الخارجية المفيدة، والظروف المحيطة التي تحصل فيها الإنجازات، والنماذج العابرة من حالات النجاح والفشل.

وأكد باندورا وآخرون (Bandura et al., 2003) أن اعتقادات الأفراد عن قدراتهم على التحكم شخصياً بالأحداث المهمة لها دور رئيس ومهم في تحفيزهم على القيام بتنظيم تعلمهم ذاتياً، وذلك من خلال تأثيرها المباشر على السلوك وتأثيرها على المعرفة والدافع والحالة الانفعالية من خلال مرونة هذه العناصر أثناء المرور بالمواقف والظروف الضاغطة.

ملخص: هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن. تكونت عينة الدراسة من (511) طالباً وطالبة من الصفوف الدراسية التاسع، والعاشر، والأول الثانوي خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2020/2021. اختيروا بالطريقة الطبقية العشوائية. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياسي الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا، بعد التحقق من خصائصهما السيكومترية. أشارت النتائج إلى وجود مستوى مرتفع من الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين. وبينت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في جميع مجالات الفاعلية الذاتية الانفعالية، وفي بُعد التنظيم المثالي لمرونة الأنا، باستثناء التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين للكفاءة الذاتية الانفعالية والانفتاح على الخبرة لمرونة الأنا، حيث كان المتوسط الحسابي للإناث أعلى منه لدى الذكور، وعدم وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير الصف في جميع مجالات الفاعلية الذاتية الانفعالية وجميع مجالات مرونة الأنا. كما كشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين.

(الكلمات المفتاحية: الفاعلية الذاتية الانفعالية، مرونة الأنا، الطلبة المراهقين)

مقدمة: تُعد مرحلة المراهقة إحدى أهم المراحل التي يعيشها الإنسان؛ نظراً للعديد من التغيرات البيولوجية والاجتماعية والنفسية والمعرفية، ومن المتوقع أن تؤثر هذه التغيرات في مختلف جوانب شخصيته وسلوكه وأساليب تفكيره. وتمثل مرحلة المراهقة مرحلة حاسمة يمر بها كل فرد، حيث تتيح له استكشاف ذاته، وفرصة التعليمية وخياراته المهنية واستعداده للحياة المستقبلية، وتشكيل هويته؛ حيث يبدأ المراهق الالتزام بأدوار أكثر نضجاً رغم ما يواجهه من صعوبات وتحديات يفترض التعامل معها ومواجهتها وضبطها عند المرور بها حتى لا تعيق نموه وتطوره وتكيفه النفسي والاجتماعي.

وقد افترض باندورا (Bandura, 1977) صاحب نظرية الفاعلية الذاتية المدركة أن الإجراءات السلوكية قادرة على تغيير السلوك جزئياً عن طريق خلق الاعتقاد بالفاعلية الذاتية عند الفرد وتقويتها أو تعزيز القدرة على الأداء في نشاط ما، ويفترض أن الفاعلية الذاتية المدركة تؤثر في اختيار الأفراد للأنشطة وفي جهودهم وقدرتهم المبدولة لمواجهة الأزمات التي تصيبهم وتؤثر في سعادتهم. وأشار باندورا إلى أن الأفراد يكتسبون معلومات حول قدراتهم من خلال أدائهم ومستوى إنجازهم للمهام ومشاهداتهم للآخرين (نماذج بديله)، ومقارنتهم بهم، وتكوين قناعات معينة حول قدراتهم، وتعرضهم لأشكال الإقناع اللفظي. ومع أن الإنجاز الذاتي (النجاح) يقدم معلومات صحيحة عن الفاعلية الذاتية إلا أن الحكم على الفاعلية لا يعكس تماماً مستوى الإنجازات، وأن تقدير الفاعلية الذاتية

* الباحثة، الأردن.

** جامعة البلقاء التطبيقية، الأردن.

© حقوق الطبع محفوظة لجامعة اليرموك، إربد، الأردن، 2024.

والقدرة على تحديد انفعالات وعواطف الآخرين تجاههم، وتكوين علاقات اجتماعية ناجحة، وإظهار التعاطف مع الآخرين، خاصة في الحالات التي يشعرون فيها بالضيق، وتكوين الصداقات والحفاظ عليها والتمتع بصحة نفسية أفضل، في حين يوصف الأفراد ذوي المستويات الدنيا من الفاعلية الذاتية الانفعالية بأنهم أقل قدرة على التعامل مع انفعالاتهم (Calinici et al., 2020). وأشارت الدراسات أن الفاعلية الذاتية الانفعالية ارتبطت إيجاباً بالانشطة البدنية، والرفاهة النفسي، والنضج (Pool et al., 2012; Totan et al., 2013; Dogan et al., 2013; Changxiu et al., 2014)، وارتبطت سلباً بالفشل والاكنتاب (McCarthy et al., 1990).

ويشير ميليوني وآخرون (Milioni et al., 2015) إلى أن الفاعلية الذاتية الانفعالية ترتبط إيجاباً بمرونة الأنا التي تشكل في مجملها الأبعاد المعرفية والانفعالية والأكاديمية لشخصية المراهق؛ إذ تكسبه القدرة على التكيف مع الأحداث الطارئة في حياته اليومية. وتؤكد ميكلا (Michela, 2016) أن مرونة الأنا ترتبط بقوة الشخصية، والمرونة في الاستجابة للظروف والمواقف المتغيرة نتيجة آليات التنظيم الذاتي التي تسمح للفرد التعلم من تجاربه وتجارب الآخرين، كما تؤكد على ارتباط المفهومين ببعضهما أثناء مرحلة المراهقة. حيث أن مرونة الأنا يمكن أن تتأثر بمعتقدات الفاعلية الذاتية الانفعالية المتكونة لدى الفرد والمرتبطة بقدرة على إدارة المشاعر السلبية، والتعبير عن المشاعر الإيجابية؛ مما يعني أن الفاعلية الذاتية الانفعالية قد تؤدي دوراً مهماً في تفسير الفروق الفردية في مسار نمو مرونة الأنا. ويشير أليساندري وآخرون (Alessandri et al., 2016) إلى أن التجارب الانفعالية الإيجابية المتكررة من العوامل التي تعزز مستويات مرونة الأنا. وبالتالي، فإن التصورات الذاتية حول قدرة الفرد على إدارة انفعالاته السلبية والتعبير عن انفعالاته الإيجابية من شأنها أن تتنبأ بمستويات عالية من مرونة الأنا.

ويرجع الأساس النظري لمفهوم مرونة الأنا إلى بلوك وبلوك (Block & Block, 1980) اللذين أشارا إلى أن مرونة الأنا تمثل قدرة ديناميكية تعمل على إجراء تعديلات لمستوى الفرد في السيطرة على الاستجابات التي يقدمها تجاه المتطلبات الموقفية. وتختلف مرونة الأنا عن بناء المرونة النفسية بأن مرونة الأنا تمثل أحد خصائص الشخصية المستقرة والتي لا تشتمل على افتراض التعرض لمخاطرة، ومع ذلك فإن كلا هذين البناءين مؤثران لدرجات محددة من التكيف الإيجابي اتجاه الضغوط النفسية والمشكلات (Luthar et al., 2000).

وقد عرف بلوك وكريمين (Block & Kremen, 1996) مرونة الأنا بأنها سمة شخصية تشير إلى القدرة على التنظيم الذاتي بشكل ديناميكي ومناسب، مما يسمح للأشخاص ذوي المرونة العالية بالتكيف بسرعة أكبر مع الظروف المتغيرة، كما يعرفها أليساندري وآخرون (Alessandri et al., 2017) بأنها: سمة

ويؤكد محمدي ومشكاتي (Mohammadi & Meshkati, 2021) أن الفاعلية الذاتية الانفعالية هي أحد أوجه الفاعلية الذاتية العامة التي تسهم في المعالجة الفاعلة والفهم وإدارة المعلومات العاطفية. وتمثل الفاعلية الذاتية الانفعالية إحدى أهم الآليات النفسية الوقائية التي تعزز النمو الصحي والأداء الانفعالي للمراهق خلال مرحلة المراهقة نظراً لتأثيرها على أدائه (Choi et al., 2013). وتعد أحد أهم المفاهيم الحديثة نسبياً في ميدان علم النفس، التي تشكل جانباً مهماً للأداء الانفعالي الذي يمكن تطويره وتعليمه (Qualter et al., 2015)، وتعد الفاعلية الذاتية الانفعالية مفهوماً متعدد الأبعاد تشمل "التنظيم العاطفي، وفهم مشاعر الذات والآخرين، وإدراك العواطف، واستخدام العواطف" (Kirk et al., 2008).

إن مصطلح الفاعلية الذاتية الانفعالية يجمع بين مفهوم الفاعلية الذاتية في نظرية العالم بانديورا (Bandura) ونظرية الذكاء الانفعالي؛ حيث يدرك الفرد نفسه أن لديه توازناً جيداً بين الانفعالات والأفكار؛ من حيث القدرة على تنظيم المشاعر الذاتية والعواطف والأفكار والمعتقدات (Goroshit & Hen, 2014). وقد قام كيرك وآخرون (Krik et al., 2008) ببناء مقياس الفاعلية الذاتية الانفعالية اعتماداً على نموذج ماير وآخرين للذكاء العاطفي، وهو عبارة عن تقييم لمشاعر الذات والآخرين، والتعبير عن المشاعر، وتنظيم عواطف الذات والآخرين، واستخدام العواطف لحل المشكلات.

وتعرف الفاعلية الذاتية الانفعالية وفقاً لتشوا وآخرون (Zhao et al., 2013) بأنها: المعتقدات والتصورات الفردية المتعلقة بقدرة الفرد على التمييز بين المواقف الانفعالية، وفهم مشاعر الآخرين، والتعرف على التعبيرات الانفعالية الإيجابية والسلبية، والقدرة على التكيف مع المواقف الانفعالية والأحداث المحيطة بشكل فعال، بالإضافة إلى القدرة على تجنب الغضب والإحباط والمشاعر السلبية ومواجهة النجاح والأحداث الإيجابية والتعبير عنها بالشكل المناسب. وتعرف بأنها: القدرة على الإدراك الدقيق للانفعالات والمشاعر والعمل على تقييمها والتعبير عنها، والحكم على الأفكار وفهم الانفعالات العاطفية، والتمكن من تنظيمها بما يحقق النمو الانفعالي والمعرفي (Mahdinezhad et al., 2019). ويعرف تاباريس وبالاكيو (Tabares & Palacio, 2021) الفاعلية الذاتية الانفعالية على أنها: التقييم الذاتي للتعبير عن المشاعر الإيجابية، من خلال حالات الرضا والفرح، أو تعديل المشاعر السلبية كحالات الغضب والقلق والحزن. ويرى الباحثان أن الفاعلية الذاتية الانفعالية هي: تصورات الفرد حول قدرته على النجاح في التحكم بحياته الانفعالية من خلال تنظيم المشاعر السلبية والتعبير عن الإيجابية.

ويوصف الأفراد ذوو المستويات العليا من الفاعلية الذاتية الانفعالية بقدرتهم على المشاركة في السلوكيات الاجتماعية وضبط السلوكيات السلبية كالعدوانية، والتعامل مع انفعالاتهم بكفاءة،

(2021). وترتبط مرونة الأنا ارتباطاً إيجابياً بالتواصل، والدعابة الجيدة، والتعاطف، والعفوية، والقدرة على المقاومة عند الإجهاد (Klohn et al., 1996).

وهناك العديد من العوامل التي تسهم في تطور مرونة الأنا منها: سعادة الفرد من خلال قدرته على إنجاز أهدافه، وقدرته على العمل المنتج، والسعي نحو السيطرة على بنيته النفسية والاجتماعية والعقلية والأكاديمية والأخلاقية، بالإضافة إلى قدرته على تحقيق الأمن النفسي للذات، ومعرفة ذاته وتقبلها، ومعرفة المحيطين به أيضاً، وتمكنه من المحافظة على علاقات إجتماعية ناجحة (Aikhateeb, 2007).

وتتطور مرونة الأنا خلال فترة زمنية طويلة نسبياً، تتطلب مجموعة من الخبرات الحياتية تساعد الفرد في تجاوز الصعوبات والمشكلات المختلفة وحماية من الآثار السلبية الناتجة عن الضغوط النفسية التي يتعرض لها. وقد أظهرت مرونة الأنا تأثيراً إيجابياً على الأداء الشخصي والاجتماعي عبر مراحل التطور المختلفة خصوصاً مرحلة المراهقة (Felten & Hall, 2001). ففي مرحلة الطفولة المبكرة، ارتبطت مرونة الأنا بالتعلق بالأمن والقدرة على حل المشكلات، كما ارتبطت بسلوك التعاطف تجاه الأقران، والقدرة على التكيف، والسلوكيات المؤهلة اجتماعياً. وتتنبأ المستويات المنخفضة من مرونة الأنا باستخدام حيل الدفاع كالإنكار، أما في مرحلة المراهقة، فقد ارتبطت بنضج الشخصية، وتأخير سلوك الإشباع، وارتبطت المستويات العالية من مرونة الأنا بانجاز الهوية النفسية، والاستقرار النفسي والانفعالي (Michela, 2016). في حين ارتبطت المستويات المنخفضة من مرونة الأنا بالانكئاب، وبالتالي، فإن مرونة الأنا تعد متغيراً مهماً خلال مرحلة المراهقة لدورها في بناء شخصية المراهق وإحداث التوازن النفسي والاجتماعي، وتحقيق التكيف مع البيئة المحيطة ورغبات الفرد الداخلية (Al-Jarjary & Khaleel, 2019).

وقد حظي مفهوم الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا بالعديد من الدراسات، فقد أجرى الخزاعي والجبوري (Al-Khza'ey & Al-Jboury, 2015) دراسة هدفت التعرف على مرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الإعدادية. تكونت عينة الدراسة من (400) طالباً وطالبة في المدارس الحكومية والأهلية في محافظة بابل في العراق. ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم مقياس مرونة الأنا. بينت النتائج أن طلبة المرحلة الإعدادية يتمتعون بمستويات عالية من مرونة الأنا، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى مرونة الأنا تبعاً لمتغير الجنس.

وقام ميليوني وآخرون (Milioni et al., 2015) بإجراء دراسة في إيطاليا هدفت التعرف على العلاقة بين مرونة الأنا لدى المراهقين والفاعلية الذاتية الانفعالية. تكونت عينة الدراسة من (450) مراهقاً ومراهقة. ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم مقياس مرونة الأنا ومقياس الفاعلية الذاتية الانفعالية. أظهرت النتائج وجود

فردية تساعد الفرد على تحقيق الأداء الانفعالي والاجتماعي المرغوب فيه بالرغم من تعرض الفرد للضغوطات والمشاكل. وتنطوي مرونة الأنا على قدرة الفرد على تحقيق التنظيم الذاتي بشكل ديناميكي ومناسب، يساعده على التكيف مع الظروف المتغيرة. ويصف فكيو وآخرون (Vecchio et al., 2019) مرونة الأنا بأنها: القدرة على التنظيم الذاتي بشكل ديناميكي ومناسب، مما يسمح للأفراد التكيف بشكل سريع مع الظروف المتغيرة، فالأفراد المرنون قادرون على التكيف بشكل فعال مع المواقف المختلفة، وتغيير سلوكياتهم وفقاً للظروف المختلفة، وقادرين على التخطيط للأهداف البعيدة، وبالتالي تحقيق مستويات عالية من الرضا عن الحياة. وعلى العكس من ذلك، فإن الأفراد الذين يعانون من تدني مستويات مرونة الأنا فإن مستويات التكيف والاستقلالية والاندماج الاجتماعي لديهم تكون منخفضة، ويزعجون بسهولة من التحديات الجديدة، ويكافحون في ظل التجارب المجهد والظروف الصعبة التي يمرون بها.

ويُعرفها أوم وآخرون (Um et al., 2019) بأنها: عملية التحكم، والتكيف مع المشاكل السلوكية والانفعالية الناتجة عن الإجهاد والضغوط التي يمر بها الفرد. وهي سمة شخصية تتمثل بقدرته على التكيف بشكل إيجابي مع التغيرات والضغوطات التي يتعرض لها؛ نظراً لأن من يتمتع بمستوى عالٍ من مرونة الأنا يُظهر مرونة أكبر عند مواجهته لتجارب جديدة وصعبة (No et al., 2020). ويرى الباحثان أن مرونة الأنا هي التكيف الإيجابي مع الضغوط والتحديات الموقفية.

وتعد مرونة الأنا بمثابة بناء مرتبط بالتنظيم الذاتي، وبالتالي من المتوقع أن يتأثر بالمزاجية، ومهارات التأقلم، والمراقبة الفعالة، والحالة الانفعالية (Eisenberg et al., 2004; Bridgett et al., 2015)، كما تتأثر بالتحويلات البيولوجية (البلوغ، والنشاط الجنسي للمراهقين)، والاجتماعية، وأحداث الحياة الرئيسية، ونضوج الدوائر العصبية الأمامية في الدماغ التي تدعم التنظيم الذاتي، والاستقرار العاطفي (Collins & Steinberg, 2008; Casey et al., 2008; Casey, 2013).

ويوصف المراهقون الذين يتميزون بمستويات عالية من مرونة الأنا بالقدرة على التكيف مع المواقف التي تعيق قدرتهم على التطور، والتخطيط والعمل من أجل إنجاز الأهداف، وإظهار كفاءة اجتماعية عالية، وتطوير المشاعر الإيجابية الناتجة عن مواجهة المواقف الصعبة، والتعافي الانفعالي السريع، وتحسين الأداء المعرفي ومستوى الانتباه، والنجاح في الحياة الدراسية (Ndeti et al., 2019). ويتصفون أيضاً بالمزاج الإيجابي والانفتاح على الخبرة (Padmanabhanunni & Pretorius, 2021). بينما يتصف المراهقون الذين يتميزون بمستوى منخفض من مرونة الأنا بأنهم يواجهون صعوبة في تعديل مستوى التحكم في الأنا، ويميلون إلى إظهار القلق، وانخفاض المرونة التكيفية لديهم، وتعاطي المخدرات، وتقويض الشخصية (Block, 1988; Chen et al., 2019).

لدى طلبة المرحلة الإعدادية، ووجود فروق في مستوى مرونة الأنا حيث كانت لدى الذكور أعلى منها لدى الإناث.

وأجرت رتيب (Rateeb, 2019) دراسة هدفت للكشف عن مستوى مرونة الأنا والقلق الاجتماعي لدى طلبة كلية التربية في جامعة دمشق. تكونت عينة الدراسة من (164) طالباً وطالبة. استخدم مقياساً مرونة الأنا والقلق الاجتماعي. وقد أشارت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط من مرونة الأنا. ووجود فروق دالة إحصائية في مستوى مرونة الأنا عند الإناث أعلى منه عند الذكور.

وأجرى الشهري والهوراني (Alshehri & Alhorani, 2023) دراسة هدفت التعرف على الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المتفوقين في المرحلة الثانوية وفقاً للصف. تكونت عينة الدراسة من (518) طالباً. أظهرت النتائج أن مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية جاء بدرجة متوسطة، ووجود فروق في مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية حيث كانت لدى طلبة الأول الثانوي أعلى منها من طلبة الثاني والثالث الثانوي.

مما سبق لاحظ الباحثان بعد مراجعة الدراسات التي تناولت موضوع الفاعلية الذاتية الانفعالية وجود تباين في نتائج الدراسات فمثلاً أشارت نتائج دراسات (Hussein, 2018; Alshehri & Alhorani, 2023)، وجود مستوى متوسط للكفاءة الذاتية الانفعالية، بينما أشارت نتائج دراسة فريحات (Frehat, 2018) وجود مستوى مرتفعاً للكفاءة الذاتية الانفعالية، وفيما يتعلق بمتغير الجنس أظهرت نتائج دراسة فريحات (Frehat, 2018) وجود فروق في مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الإناث أعلى منها لدى الذكور، بينما أشارت نتائج دراسة حسين (Hussein, 2018) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية تبعاً لمتغير الجنس، وبخصوص متغير الصف أظهرت نتائج دراسة الشهري والهوراني (Alshehri & Alhorani, 2023) وجود فروق في مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية حيث كانت أعلى لدى الصفوف الدنيا من العليا. وفيما يتعلق بالدراسات التي تناولت مرونة الأنا فقد أشارت نتيجة دراسات (Al Bayati, 2018; Al-Jarjary & Khaleel, 2019) إلى وجود مستوى عالٍ لمرونة الأنا، بينما أشارت نتيجة دراسة رتيب (Rateeb, 2019) وجود مستوى متوسط من مرونة الأنا. وبخصوص متغير الجنس فقد أظهرت نتائج دراسة الخزاعي والجبوري (Al-Khza'ey & Al-Jboury, 2015) عدم وجود فروق في مستوى مرونة الأنا تعزى للجنس، بينما أظهرت نتيجة دراسات (Al Bayati, 2018; Rateeb, 2019) وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الجنس حيث كانت لدى الذكور أعلى منها لدى الإناث، وفيما يتعلق بمتغير الصف فقد أظهرت نتيجة دراسة البياتي (Al Bayati, 2018) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصف حيث كانت أعلى لطلاب الصف الرابع من باقي السنوات الأخرى. كما يلاحظ أن هناك نقصاً في الدراسات التي تناولت العلاقة بين الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا

علاقة ارتباطية موجبة بين مرونة الأنا والفاعلية الذاتية الانفعالية المتعلقة بالقدرة على التعبير عن المشاعر الإيجابية وإدارة المشاعر السلبية.

وهدف دراسة أرموما وشيلابان (Armuma & Chellappan, 2016) إلى قياس الفاعلية الذاتية الانفعالية والاجتماعية لدى الطلبة المراهقين في ماليزيا. تكونت عينة الدراسة من (169) طالباً وطالبة. ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم مقياس الفاعلية الذاتية الانفعالية والاجتماعية. بينت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية تبعاً لمتغير الجنس.

وأجرى حسين (Hussein, 2018) دراسة هدفت التعرف على علاقة الكفاءة الذاتية الانفعالية بتنظيم الذات لدى طلبة الجامعة. تكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة من طلبة الجامعة في العراق. تم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس الفاعلية الذاتية الانفعالية ومقياس تنظيم الذات. بينت نتائج الدراسة تمتع طلبة الجامعة بمستوى متوسط من الفاعلية الذاتية الانفعالية. كما بينت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الكفاءة الانفعالية تعزى لمتغير الجنس.

وهدف دراسة فريحات (Frehat, 2018) إلى التعرف على القدرة التنبؤية لأنماط التواصل الأسري والفاعلية الذاتية الاجتماعية والانفعالية والأكاديمية بالمرونة المعرفية. تكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة من طلبة الصف العاشر في محافظة عجلون الأردنية. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس أنماط التواصل الأسري، ومقياس الفاعلية الذاتية الاجتماعية والانفعالية والأكاديمية ومقياس المرونة المعرفية. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الفاعلية الذاتية والانفعالية كان مرتفعاً. وبينت النتائج وجود فروق في مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الإناث أعلى منها لدى الذكور.

وأجرى البياتي (Al Bayati, 2018) دراسة هدفت التعرف على مرونة الأنا لدى طلبة كلية التربية بجامعة الموصل تبعاً لمتغيري الجنس والصف. تكونت عينة الدراسة من (120) طالباً وطالبة. أظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من مرونة الأنا، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصف حيث كانت أعلى لطلاب الصف الرابع، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الجنس حيث كانت لدى الذكور أعلى منها لدى الإناث.

وأجرى الجرجري وخليل (Al-Jarjary & Khaleel, 2019) دراسة للتعرف على مستوى مرونة الأنا. تكونت عينة الدراسة من (600) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الإعدادية، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من (10) مدارس من مدينة الموصل في العراق. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس مرونة الأنا. توصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى عالٍ من مرونة الأنا

إليها التي تناولت موضوع الفاعلية الذاتية الانفعالية تحديداً على مستوى مرحلة المراهقة في البيئة العربية والبيئة الأردنية بشكل خاص وبذلك تُعد إضافة للدراسات العربية التي بحثت في موضوع الفاعلية الانفعالية وعلاقتها بمرونة الأنا، مما يساعد في إثراء الأدب التربوي؛ إذ يمكن أن تُعد الدراسة الحالية مرجعاً يُستفاد منه.

2- الأهمية العملية: تبدا الأهمية العملية من النتائج التي يمكن التوصل إليها في لفت أنظار القائمين على العملية التعليمية في المدارس هنا في الأردن؛ حيث يتم تطوير أنشطة وبرامج تساهم في تعزيز وتحسين مستويات مرونة الأنا والفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المراهقين بهدف تحقيق أنجازهم للمهام الأكاديمية بنجاح.

التعريفات الإجرائية

- **الفاعلية الذاتية الانفعالية (Emotional Self-Efficacy):** تمثل معتقدات وأحكام الفرد فيما يتعلق بقدرته على معالجة المعلومات الانفعالية بدقة وفاعلية كوسيلة للتنظيم الذاتي وإدارة الانفعالات بكفاءة (Kirk et al., 2008). وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الفاعلية الذاتية الانفعالية المستخدم في الدراسة الحالية بأبعاده الأربعة (Kirk et al., 2008) وهي:

- **توظيف الانفعالات وإدارتها (Using and Managing your Own Emotions):** معتقدات الفرد في قدرته على استخدام مشاعرة وإدارتها تبعاً للمواقف الحياتية المختلفة.

- **تحديد وفهم الانفعالات الذاتية (Identifying and Understanding your Own Emotions):** وتشمل معتقدات الفرد حول قدرته في تحديد ما يشعر به من مشاعر وانفعالات ومحاولة الوعي بها وفهمها.

- **التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين (Dealing with Others Emotions):** وتمثل معتقدات الفرد حول قدرته على الاستجابة للأفراد الذين يظهرون استجابات انفعالية.

- **إدراك وفهم الانفعالات من خلال تعابير الوجه ولغة الجسد (Perceiving Emotion through Facial Expressions and Body Language):** فهم الفرد واستيعابه لتعابير الآخرين الانفعالية التي تظهر من خلال تعابير الوجه والجسد.

- **مرونة الأنا (Ego Resilience):** وتمثل قدرة الفرد في المحافظة على أمنه النفسي وتقبل ذاته ومعرفتها وإدراكه الحقيقي لها وللأفراد المحيطين به (Vecchione et al., 2010). وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس مرونة الأنا المُستخدم في الدراسة الحالية.

باستثناء دراسة واحدة هي دراسة ميلبوني وآخرون (Milioni et al., 2015) لدى المراهقين وفي -حدود اطلاع الباحثين- فإن هذه الدراسة قد أُجريت في بيئة أجنبية، وما يميز الدراسة الحالية أنها الثانية التي تحاول فحص العلاقة بين الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا لدى عينة من المراهقين هنا في الأردن.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

يمرّ المراهقون في مرحلة انتقالية يتخللها صعوبة في إدارة التغيرات البيولوجية والانفعالية والاجتماعية، مما يجعلهم عرضة للشعور بالضغط النفسية والأكاديمية من حين لآخر؛ وهذا يزيد من ضعف القدرة على التحمل والتعامل مع المواقف المحبطة والفشل في تحقيق التكيف (Chuang et al., 2006). ويؤكد أليساندري (Alessandri et al., 2016) أن مرونة الأنا واحدة من المتغيرات التي تؤدي دوراً مهماً في مساعدة الطلبة على التكيف بنجاح مع الضغوط والحفاظ على سلامتهم النفسية في مواجهة الشدائد، وتتمثل مشكلة الدراسة الحالية في الكشف عن مستوى مرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين ، وتحديد ما إذا كانت مرونة الأنا تختلف باختلاف متغيري الجنس والصف، وسعت الدراسة الحالية أيضاً إلى تقصي ما إذا كان هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا، وبذلك، تنحصر مشكلة الدراسة الحالية في محاولتها الكشف عن طبيعة العلاقة بين مفهوم الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا من خلال محاولتها الإجابة عن الأسئلة التالية:

1- "ما مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المراهقين في الأردن؟"

2- "ما مستوى مرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن؟"

3- "هل توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المراهقين في الأردن تعزى لمتغيري الجنس، والصف؟"

4- هل توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات مستوى مرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن تعزى لمتغيري الجنس، والصف؟

5- هل يوجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن؟

أهمية الدراسة

1- **الأهمية النظرية:** تتمثل أهمية الدراسة النظرية من خلال مساهمتها في تقديم إطار نظري ودراسات سابقة يمكن الرجوع

حدود الدراسة ومحدداتها

تحدد نتائج الدراسة الحالية بما يلي:

- الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2021/2020.

- الحدود المكانية: تم تطبيق الدراسة في المدارس الحكومية التابعة لمديرية التربية والتعليم لمنطقة إربد الأولى في الأردن.

- الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على الطلبة المراهقين من عمر (15-17) سنة تقريباً من الصف التاسع والعاشر والأول ثانوي، وتم اختيار الطلبة من عدة مدارس في محافظة إربد ومن خلال استخدام تطبيق الواتس آب (WhatsApp)، وتطبيقها إلكترونياً وورقياً لأغراض هذه الدراسة.

محددات الدراسة

تحدد نتائج الدراسة الحالية بالعينة البالغ عددها (511) من الطلبة المراهقين لصفوف التاسع والعاشر والحادي عشر خلال الفصل الدراسي الأول 2021/2020 م. كما تحددت بأدائها وما توفرت لهما من صدق وثبات.

الجدول (1)

النسب المئوية والتكرارات لأفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيري الجنس والصف.

المتغير	الفئات	النسبة	التكرار
الجنس	ذكر	51.1	261
	أنثى	48.9	250
الصف	تاسع	38.7	198
	عاشر	26.4	135
	أول ثانوي	34.8	178
المجموع		100.0	511

أداتا الدراسة

استخدمت في الدراسة أداتان رئيستان وفيما يلي توضيح لهما:

أولاً: مقياس الفاعلية الذاتية الانفعالية

تم استخدام مقياس الفاعلية الذاتية الانفعالية المطور من قبل كيرك وآخرون (Kirk et al., 2008)، وذلك بعد ترجمته إلى العربية وتكييفه على البيئة الأردنية. ويتكون المقياس من (27) فقرة موزعة على (4) مجالات: توظيف الانفعالات وإدارتها ويتكون من (10) فقرات، تحديد وفهم الانفعالات الذاتية ويتكون من (6) فقرات، التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين ويتكون من (8) فقرات، إدراك وفهم الانفعالات ويتكون من (3) فقرات.

الطريقة والإجراءات

المنهج

استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة المراهقين في الصفوف: التاسع، والعاشر، والصف الأول الثانوي في المدارس الحكومية التابعة لمديرية التربية والتعليم لمنطقة إربد الأولى في محافظة إربد، والبالغ عددهم (30808) طالباً وطالبة، منهم (15247) طالباً و(15561) طالبة وذلك تبعاً للإحصائيات الصادرة عن مديرية التربية والتعليم في محافظة إربد خلال الفصل الأول للعام الدراسي 2021/2020.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (511) طالباً وطالبة من طلبة الصفوف: التاسع، والعاشر والأول الثانوي في المدارس الحكومية الأردنية التابعة لمديرية تربية وتعليم إربد الأولى في محافظة إربد الأردنية اختيروا بالطريقة الطبقيّة العشوائية. ويبين الجدول (1) توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغيراتها.

صدق المقياس: تم التحقق من الصدق الظاهري، من خلال عرضه بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص من أعضاء هيئة التدريس في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي التربوي والتربية الخاصة في جامعة البلقاء التطبيقية، والبالغ عددهم (10) محكمين، لإبداء آرائهم حول المقياس، وتم الأخذ بالتعديلات المقترحة التي وافق عليها (80%) من المحكمين على الفقرة لاعتمادها، ووفقاً لهذه الملاحظات تم إعادة الصياغة لبعض الفقرات، وحذف فقرة واحدة من مجال التعامل مع العواطف مع الآخرين، وتكون المقياس بصورته النهائية من (26) فقرة موزعة على (4) مجالات: توظيف الانفعالات وإدارتها ويتكون من (10) فقرات، تحديد وفهم الانفعالات الذاتية ويتكون من (6) فقرات، التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين ويتكون من (7) فقرات، إدراك وفهم الانفعالات ويتكون من (4) فقرات.

الكلي (0.91)، ولابعادها تراوحت (0.87-0.90) وتم أيضاً حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا، وقد بلغ للمقياس الكلي (0.88)، ولابعادها تراوحت (-0.85-0.82)، واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات الدراسة.

وتم حساب معاملات الارتباط بين الدرجات على الفقرات والدرجة الكلية، وبين كل فقرة وارتباطها بالمجال الذي تنتمي إليه، وبين المجالات ببعضها والدرجة الكلية، من خلال عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة تكونت من (30) طالباً وطالبة، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الأداة ككل ما بين (-0.39-0.73)، ومع المجال (0.48-0.72)، وتجدر الإشارة أن جميع قيم الارتباطات مع المقياس ككل دالة إحصائياً وأعلى من (0.20)، وعليه لم يتم حذف أي فقرة وفقاً لمعيار حسب ما أشار إليه (Audeh & Al-Qadi, 2014)، ودالة إحصائياً، ولذلك لم يتم حذف أي من هذه الفقرات.

طريقة تصحيح أداتي الدراسة

اعتمدت تدرج ليكرت الخماسي لتصحيح أداتي الدراسة، بإعطاء كل فقرة من فقراته درجة واحدة من بين درجاته الخمس (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) التي تمثل رقمياً (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب، لجميع الفقرات ذات الاتجاه الموجب، ولم تتضمن أداتا الدراسة أي فقرة سالبة، وقد تم اعتماد المقياس التالي لأغراض تحليل النتائج:

- (1.00-2.33) مستوى منخفض.
- (2.34-3.66) مستوى متوسط.
- (3.67-5.00) مستوى مرتفع.

الإجراءات

تمت الدراسة وفق الإجراءات الآتية:

- تم إعداد أدوات الدراسة بعد ترجمتها للعربية، والتحقق من دلالات صدقها وثباتها.
- بعد حصر عينة الدراسة والصفوف التي سيتم تطبيق أدوات الدراسة عليها، تم الحصول على خطاب تسهيل المهمة لتطبيق المقياس على أفراد العينة بمساعدة المديرين والمعلمين خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2021/2022.
- طبقت الأدوات إلكترونياً على عينة الدراسة عبر تطبيق الواتس أب (WhatsApp)، بعد التواصل مع مديري ومديرات المدارس والمعلمين والمعلمات.
- جُمعت البيانات وفرغت باستخدام برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الإنسانية والاجتماعية (SPSS).

ثبات المقياس: لاستخراج قيم معامل ثبات الإعادة للمقياس؛ تم تطبيقه على عينة من خارج عينة الدراسة، وتكونت من (30) طالباً وطالبة، وبلغ معامل ثبات الإعادة لبعدها توزيع الانفعالات وإدارتها (0.89) ولبعد تحديد وفهم الانفعالات (0.91)، ولبعد التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين (0.87)، ولبعد إدراك وفهم الانفعالات (0.86)، وللمقياس ككل بلغت قيمته (0.90)، وتم تقدير معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس لبعدها توزيع الانفعالات وإدارتها (0.82)، ولبعد تحديد وفهم الانفعالات الذاتية (0.91)، ولبعد التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين (0.70)، ولبعد إدراك وفهم الانفعالات (0.71)، وللمقياس ككل بلغت قيمته (0.88)، وهي قيم مقبولة لأغراض الدراسة

وتم حساب معامل الارتباط لفقرات المقياس مع الدرجة الكلية والمقاييس الفرعية للمقياس، وبين كل فقرة وارتباطها بالمجال الذي تنتمي إليه، لدى عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة تكونت من (30) طالباً وطالبة، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الأداة ككل ما بين (0.40-0.75)، ومع المجال (0.41-0.78)، وقد تم اعتماد معيار قبول الفقرة بأن لا يقل معامل ارتباطها مع المقياس ككل ومع المجال (0.20)، حسب ما أشار إليه (Audeh & Al-Qadi, 2014) وبناءً على ذلك لم يتم حذف أي فقرة.

ثانياً: مقياس مرونة الأنا

تم استخدام مقياس مرونة الأنا الذي أعده فيكيوني وآخرون (Vecchione et al., 2010)، بعد ترجمته إلى العربية وتكييفه على البيئة الأردنية، والمكون من (10) فقرات موزعة على مجالين: الانفتاح على الخبرة ويتكون من (4) فقرات، والتنظيم المثالي، ويتكون من (6) فقرات.

صدق المقياس: تم التحقق من صدق المقياس، بعرضه بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص من أعضاء هيئة التدريس في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي التربوي والتربية الخاصة، وبلغ عددهم (10) محكمين وطلب منهم إبداء آرائهم حول مدى ملائمة المقياس لبيئة الدراسة، ومدى ملائمة الفقرات، وسلامة الصياغة اللغوية، ومدى وضوحها ومناسبتها للمجال الذي تقيسه. وتم الأخذ بالتعديلات المقترحة التي وافق عليها (80%) من المحكمين، ووفقاً لهذه الملاحظات فقد تم إعادة صياغة مجموعة من الفقرات، وتكون المقياس بصورته النهائية من (10) فقرات موزعة على مجالين: الانفتاح على الخبرة ويتكون من (4) فقرات، والتنظيم الانفعالي ويتكون من (6) فقرات.

ثبات المقياس: للتأكد من ثبات أداة الدراسة، فقد تم التحقق بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) بتطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على عينة من خارج عينة الدراسة مكونة من (30) طالباً وطالبة، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين. وقد بلغت قيمة معامل الارتباط

متغيرات الدراسة

- أساليب المعالجة الإحصائية

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

أولاً: المتغيرات الرئيسية، وتضمنت الآتي:

- الفاعلية الذاتية الانفعالية: وتشمل أربعة أبعاد وهي: (توظيف الانفعالات وإدارتها، تحديد وفهم الانفعالات الذاتية، التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين، إدراك وفهم الانفعالات)
- مرونة الأنا: وتشمل بُعدين هما: (الانفتاح على الخبرة، التنظيم الانفعالي)

ثانياً: المتغيرات التصنيفية، وتضمنت الآتي:

- الجنس: وله فئتان (ذكر، أنثى).
- الصف: وله ثلاث فئات (الصف التاسع، الصف العاشر، الصف الأول الثانوي).

عرض النتائج ومناقشتها

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول، والذي نص على: "ما مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المراهقين في الأردن؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المراهقين في الأردن، والجدول (2) يوضح ذلك.

الجدول (2)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المراهقين في الأردن مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

المرتبة	الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	3	التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين	3.74	0.653	مرتفع
2	4	إدراك وفهم الانفعالات	3.73	0.791	مرتفع
3	1	توظيف الانفعالات وإدارتها	3.69	0.644	مرتفع
4	2	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية	3.69	0.731	مرتفع
		الفاعلية الذاتية الانفعالية	3.71	0.529	مرتفع

بالآخرين، وأنجاز المهام الأكاديمية بنجاح. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة فريحات (Frehat, 2018) التي أظهرت أن مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى طلبة الصف العاشر كانت مرتفعة، بينما اختلفت مع نتيجة دراسة حسين (Hussein, 2018)، والتي بينت وجود مستوى متوسط من الكفاءة الذاتية الانفعالية لدى طلبة الجامعة.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني، والذي نص على: "ما مستوى مرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى مرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن، والجدول (3) يوضح ذلك.

يبين الجدول (2) أن المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (3.69-3.74)، حيث جاء التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (3.74)، بينما جاء كل من توظيف الانفعالات وإدارتها، وتحديد وفهم الانفعالات الذاتية في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (3.69)، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المراهقين في الأردن ككل (3.71). ويمكن تفسير النتيجة بأن الطلبة خلال هذه المرحلة يكونون قد بدأوا بإدراك مشاعرهم وانفعالاتهم وتنظيمها جراء المواقف المتعددة التي واجهتهم خلال سير العملية التعليمية، وأثناء تفاعلهم في البيئة الاجتماعية، الأمر الذي أدى إلى استقرار الخصائص الانفعالية لديهم، وتطوير قدرتهم على تحمل الضغوطات التي تعترضهم في البيئة المدرسية. فالطلبة المراهقون يحرصون بسبب وعيهم إلى تنظيم انفعالاتهم لتنمية قدرتهم على التعبير عن أفكارهم والتعامل بصورة إيجابية بحيث لا تؤثر على علاقاتهم

الجدول (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى مرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن مرتبة تنازليا حسب المتوسطات الحسابية.

الرتبة	الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	1	الانفتاح على الخبرة	3.89	0.772	مرتفع
2	2	التنظيم المثالي	3.71	0.688	مرتفع
		مرونة الأنا	3.78	0.588	مرتفع

التواصل الاجتماعي ساعد في صقل أفكارهم وتطوير مهارات التواصل والتعاون مما جعلهم أكثر مرونة. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسات (Al-Khza'ey & Al-Jboury, 2015; Al Bayati, 2018; Al-Jarjary & Khaleel, 2019) التي أشارت إلى أن الطلبة يتمتعون بمستويات عالية من مرونة الأنا.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث، والذي نص على: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) في متوسطات الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المراهقين في الأردن تبعاً لمتغير الجنس والصف؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المراهقين في الأردن حسب متغيري الجنس، والصف، والجدول (4) يوضح ذلك.

يبين الجدول (3) أنّ المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.71-3.89)، حيث جاء مجال الانفتاح على الخبرة في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.89)، بينما جاء مجال التنظيم المثالي في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.71)، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى مرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن ككل (3.78). ويمكن أن نطلق في تفسير هذه النتيجة من خلال مفهوم مرونة الأنا الذي يركز على ضرورة الانفتاح على الخبرة، حيث يبحث الطلبة المراهقون في هذه المرحلة عن المعلومات بأنفسهم ويميلون إلى حب الاستطلاع، والاستنتاج، وربط الأمور بعضها ببعض، ويتطلعون إلى تجارب وخبرات حياتية جديدة، وينظرون إلى العالم كمكان للتعلم، كما يركز مفهوم المرونة أيضا على التنظيم المثالي الذي يساعد الطلبة على التكيف من خلال كبح التعبيرات الانفعالية غير المناسبة للموقف. بالإضافة إلى أن الانفتاح الإعلامي والثقافي وانشغال الطلبة المراهقين المستمر على وسائل

الجدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المراهقين في الأردن حسب متغيري الجنس، والصف.

المتغير	المستوى/الفئة	توظيف الانفعالات وإدارتها	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية	التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين	إدراك وفهم الانفعالات	الدرجة الكلية
الجنس	ذكر	س	3.71	3.73	3.65	3.70
		ع	0.612	0.715	0.674	0.507
	أنثى	س	3.67	3.66	3.82	3.72
		ع	0.676	0.746	0.619	0.553
الصف	تاسع	س	3.77	3.77	3.69	3.75
		ع	0.595	0.699	0.667	0.523
	عاشر	س	3.65	3.64	3.76	3.68
		ع	0.575	0.705	0.554	0.467
اول ثانوي	س	3.63	3.65	3.77	3.69	3.68
	ع	0.734	0.779	0.704	0.869	0.578

والصف. وليبين دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام تحليل التباين الثنائي المتعدد على المجالات "الجدول (5)"، وتحليل التباين الثنائي للأداة ككل "الجدول (6)".

يبين الجدول (4) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الطلبة المراهقين في الأردن بسبب اختلاف فئات متغيري الجنس،

الجدول (5)

تحليل التباين الثنائي المتعدد لأثر الجنس، والصف على مجالات الفاعلية الذاتية الانفعالية.

مصدر التباين	المجالات	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس هوتلنج = 0.034 ح = 0.002	توظيف الانفعالات وإدارتها	0.171	1	0.171	0.415	0.520
	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية	0.711	1	0.711	1.338	0.248
	التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين	3.566	1	3.566	8.492	0.004
الصف ويلكس = 0.970 ح = 0.050	إدراك وفهم الانفعالات	0.210	1	0.210	0.335	0.563
	توظيف الانفعالات وإدارتها	2.097	2	2.097	2.543	0.080
	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية	2.064	2	2.064	1.942	0.144
الخطأ	التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين	0.769	2	0.384	0.916	0.401
	إدراك وفهم الانفعالات	1.036	2	0.518	0.826	0.438
	توظيف الانفعالات وإدارتها	209.041	507	0.412		
	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية	269.436	507	0.531		
الكلية	التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين	212.933	507	0.420		
	إدراك وفهم الانفعالات	317.844	507	0.627		
	توظيف الانفعالات وإدارتها	211.307	510			
	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية	272.209	510			
	التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين	217.265	510			
	إدراك وفهم الانفعالات	319.091	510			

للشخصية. وتتفق نتيجة هذه الدراسة جزئياً مع نتيجة دراسة فريحات (Frehat, 2018) التي أشارت وجود فروق في مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية لدى الإناث أعلى منها لدى الذكور، وتختلف مع نتيجة دراسة مع نتيجة دراسة حسين (Hussein, 2018) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية تعزى لمتغير الجنس.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لأثر الصف في جميع مجالات الفاعلية الذاتية الانفعالية.

يتبين من الجدول (5) الآتي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لأثر الجنس في جميع المجالات باستثناء التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين، وجاءت الفروق لصالح الإناث، ويظهر في الجدول (4). ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى أن الامهات يحرصن على تقديم خبرات وسلوكيات عاطفية معبرة تجاه الإناث أكثر من الذكور، وهذا يساعدهن في زيادة الوعي العاطفي لديهن، والمتمثل في القدرة على التحكم بالعواطف، وتقدير المشاعر والمحافظة على العلاقات الحميمة مما يساعدهن في تطوير الجانب العاطفي

الجدول (6)

تحليل التباين الثنائي لأثر الجنس، والصف على مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية ككل لدى الطلبة المراهقين في الأردن.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	0.043	1	0.043	0.154	0.695
الصف	0.587	2	0.294	1.047	0.352
الخطأ	142.229	507	0.281		
		510			
الكلية	142.860				

يتبين من الجدول (6) الآتي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات الفاعلية الذاتية الانفعالية تعزى لأثر الصف، حيث بلغت قيمة ف (1.047) وبدلالة إحصائية بلغت (0.352). ويمكن تفسير ذلك

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات الفاعلية الذاتية الانفعالية تعزى لأثر الجنس، حيث بلغت قيمة ف (0.154) ، وبدلالة إحصائية بلغت (0.695).

الشهري والهوراني (Alshehri & Alhorani, 2023)، التي أشارت إلى وجود فروق في مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية تعزى للصف.

النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع، والذي نص على: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات مرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن تبعاً لمتغير الجنس والصف؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى مرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن حسب متغيري الجنس، والصف، كما يوضح الجدول (7).

إلى أن الطلبة المراهقين من كلا الجنسين والصفوف: التاسع والعاشر والأول ثانوي جميعهم أبناء منطقة تعليمية وجغرافية واحدة من المتوقع أن تكون الخبرات والمواقف الحياتية والتعليمية التي واجهتهم متقاربة، وكونهم طلبة يمرّون في نفس خصائص المرحلة العمرية ربما تتضائل الفروقات بينهم في قدرتهم على إدراك انفعالاتهم، والتعبير عنها وضبطها. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسات (Armuma & Chellappan, 2016; Hussein, 2018)، التي أظهرت عدم وجود فروق في مستوى الكفاء الذاتية الانفعالية تبعاً لمتغير الجنس. ولا تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة فريحات (Frehat, 2018)، التي بينت وجود فروق في مستوى الفاعلية الذاتية الاجتماعية والانفعالية والأكاديمية تعزى لمتغير الجنس، لصالح الإناث، ولا تتفق هذه النتيجة أيضاً مع نتيجة دراسة

الجدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى مرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن حسب متغيري الجنس، والصف.

الدرجة الكلية	التنظيم المثالي	الانفتاح على الخبرة		
3.75	3.71	3.82	ذكر	الجنس
0.619	0.707	0.821		
3.81	3.72	3.96	أنثى	الصف
0.554	0.669	0.712		
3.84	3.80	3.91	تاسع	الصف
0.622	0.682	0.805		
3.73	3.66	3.84	عاشر	الصف
0.518	0.646	0.726		
3.75	3.65	3.91	أول ثانوي	
0.597	0.718	0.771		

تحليل التباين الثنائي المتعدد على المجالات "الجدول (8)، وتحليل التباين الثنائي للأداة ككل "الجدول (9)".

يبين الجدول (7) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى مرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن بسبب اختلاف فئات متغيري الجنس، والصف. ولبين دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام

الجدول (8)

تحليل التباين الثنائي المتعدد لأثر الجنس، والصف على مجالات مرونة الأنا.

مصدر التباين	المجالات	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	الانفتاح على الخبرة	2.577	1	2.577	4.341	0.038
هوتلنج=0.009	التنظيم المثالي	0.007	1	0.007	0.016	0.900
ح=0.009	الانفتاح على الخبرة	0.468	2	0.234	0.394	0.675
الصف	التنظيم المثالي	2.635	2	1.318	2.797	0.062
ويلكس=0.009	الانفتاح على الخبرة	300.958	507	0.594		
ح=0.168	التنظيم المثالي	238.809	507	0.471		
الخطأ الكلي	الانفتاح على الخبرة	304.003	510			
	التنظيم المثالي	241.452	510			

يتبين من الجدول (8) الآتي:

مرحلة البلوغ لديهم. وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسات (Al Bayati, 2018; Rateeb, 2019)، التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مرونة الأنا تبعاً لمتغير الجنس حيث كانت لدى الذكور أعلى منها لدى الإناث. - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لأثر الصف في جميع مجالات مرونة الأنا.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لأثر الجنس في مجال الانفتاح على الخبرة، وجاءت الفروق لصالح الإناث، بينما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى للجنس في مجال التنظيم المثالي. ويمكن أن تفسر هذه النتيجة بأن الإناث أكثر سعياً واهتماماً بالنجاح المدرسي من الذكور خلال مراحل التعليم الأساسية والثانوية، وهذا يدفعهن إلى مزيد من الحرص على تطوير المهارات والمعارف بهدف تطوير، واستكشاف حياتهن والاستعداد لمسؤوليات وتحديات

الجدول (9)

تحليل التباين الثنائي لأثر الجنس، والصف على مستوى مرونة الأنا ككل لدى الطلبة المراهقين في الأردن.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	0.482	1	0.482	1.397	0.238
الصف	1.241	2	0.621	1.801	0.166
الخطأ	174.711	507	0.345		
الكلي	176.435	510			

يتبين من الجدول (9) الآتي:

مرونة الأنا لدى الطلبة، في حين اختلفت عن نتيجة دراسات (Al Bayati, 2018; Al-Jarjary & Khaleel, 2019)، التي أظهرت وجود فروق في مرونة الأنا بين الذكور والإناث، حيث كانت لدى الذكور أعلى منها لدى الإناث. واختلفت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة البياتي (Al Bayati, 2018)، التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمستوى الصف حيث كانت أعلى لطلاب الصف الرابع.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha=0.05$) بين مستويات الأنا ككل تعزى لأثر متغير الجنس، حيث بلغت قيمة ف (1.397) وبدلالة إحصائية بلغت (0.238). - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha=0.05$) بين مستويات الأنا ككل تعزى لأثر متغير الصف، حيث بلغت قيمة ف (1.801) وبدلالة إحصائية بلغت (0.166).

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس، والذي نص على: "هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن، والجدول (10) يوضح ذلك.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن الطلبة المراهقين من الذكور الإناث وعلى اختلاف صفوفهم الدراسية هم أبناء مرحلة عمرية واحدة لها خصائصها الانفعالية والاجتماعية والمعرفية، يواجهون نفس الضغوطات والمشكلات الأكاديمية، تابعون لمنطقة تعليمية، فالخدمات التربوية والنفسية التي تقدم لهم واحدة، وبالتالي يتوقع أن تتلاشى الفروقات فيما بينهم، ولا ننسى جهود الأسرة والمدرسة في دعم استقلاليتهم، وأعتمادهم على أنفسهم في حل المشكلات واتخاذ القرارات. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة الخزاعي والجبوري (Al-Khza'ey & Al-Jboury, 2015)، التي أشارت إلى غياب الفروق بين الجنسين في مستوى

الجدول (10)

معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين.

التنظيم المثالي	مرونة الأنا	الانفتاح على الخبرة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية	توظيف الانفعالات وإدارتها
**0.498	**0.479	**0.247	معامل الارتباط	0.000	توظيف الانفعالات وإدارتها
0.000	0.000	0.000	الدلالة الإحصائية	511	العدد
511	511	511	معامل الارتباط	**0.339	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية
**0.385	**0.448	**0.000	الدلالة الإحصائية	**0.000	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية
0.000	0.000	511	العدد	511	العدد
511	511	511	معامل الارتباط	**0.375	التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين
**0.390	**0.470	**0.000	الدلالة الإحصائية	0.000	التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين
0.000	0.000	511	العدد	511	العدد
511	511	511	معامل الارتباط	**0.327	إدراك وفهم الانفعالات
**0.435	**0.477	**0.000	الدلالة الإحصائية	0.000	إدراك وفهم الانفعالات
0.000	0.000	511	العدد	511	العدد
511	511	511	معامل الارتباط	**0.404	الفاعلية الذاتية الانفعالية
**0.560	**0.605	**0.000	الدلالة الإحصائية	0.000	الفاعلية الذاتية الانفعالية
**0.000	0.000	511	العدد	511	العدد
511	511	511	معامل الارتباط	0.000	الفاعلية الذاتية الانفعالية
511	511	511	العدد	511	العدد

** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$).

* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$).

التوصيات

في ضوء نتائج الدراسة يمكن تقديم التوصيات الآتية:

- 1- السعي نحو المحافظة على مستوى الفاعلية الذاتية الانفعالية، ومرونة الأنا لدى المراهقين، وخاصة تلك المرتبطة بجانب تحديد وفهم الانفعالات الذاتية من خلال عقد مجموعة من البرامج الإرشادية والتوجيهية.
- 2- توظيف المستويات العالية لدى الأنا في مجالات مرونة الأنا (الانفتاح على الخبرة، والتعامل الفاعل مع الانفعالات) في زيادة الفاعلية الذاتية الانفعالية لديهم في السياقات المدرسية والاجتماعية.
- 3- إجراء مجموعة من الدراسات المستقبلية التي تتناول متغيرات الدراسة وربطها بمتغيرات نفسية وتربوية أخرى مثل أساليب التنشئة الوالدية والتوافق الأسري والتكؤ الأكاديمي، والتنظيم الانفعالي.

يتبين من الجدول (10) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن. ويمكن أن نعزو هذه النتيجة إلى أن تمتع المراهقين بدرجات عالية من الفاعلية الذاتية الانفعالية يؤدي إلى تحسين مستويات مرونة الأنا لديهم؛ نتيجة التأثير الإيجابي للكفاءة الذاتية الانفعالية في سلوكياتهم، والتي تؤدي إلى جعلهم أكثر قدرة على التعبير عن مشاعرهم وضبط انفعالاتهم وتحقيق مستويات عالية من الثقة بالنفس والتكيف مع الضغوط النفسية وتحقيق التوازن النفسي الاجتماعي لديهم. وأن ميل الفرد خلال مرحلة المراهقة نحو الاستقلالية الذاتية والاعتماد على ذاته في إصدار قراراته وحل ما يعترضه من مشاكل والتعامل مع عواطفه وانفعالاته وضبطها هو ما يعزز لديه الانفتاح على الخبرة، والتنظيم المثالي اللذان يشكلان معاً مرونة الأنا. وتتفق النتيجة مع نتيجة دراسة ميليني وأخريين (Milioni et al., 2015)، التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين مرونة الأنا والفاعلية الذاتية الانفعالية.

References

- Al Alshehri, Y. & Alhorani, A. (2023). Emotional competence among outstanding student at the secondary stage in Taif according to same variables. *Arab Journal of Humanities and Social Sciences*, 17(1), 1-24.
- Al Bayati, M. (2018). Measuring the level of ego flexibility among Students College of Education for Humanities and Pure Sciences at the University of Mosul. *Journal of the College of Education for Girls*, 9(5), 345-370.
- Alessandri, G., Eisenberg, N., Vecchione, M., Caprara, G. & Milioni, M. (2016). Ego-resiliency development from late adolescence to emerging adulthood: A ten-year longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 50, 91-102.
- Alessandri, G., Zuffiano, A., Eisenberg, N. & Pastorelli, C. (2017). The role of ego-resiliency as a mediator of the longitudinal relationship between family socio-economic status and school grades. *Journal of Youth and Adolescence*, 46, 2157-2168.
- Al-Jarjary, K. & Khaleel, A. (2019). Ego resilience among middle school students (Quality of life and its relationship to ego resilience in middle school students). *College of Basic Education Research Journal*, 15(2), 1-42.
- Alkhateeb, M. (2007). Evaluating Resilience Factors in the face of Traumatic events in Palestine. *IUG Journal of Humanities Research*, 15(2), 1051-1088.
- Al-Khza'ey, A. & Al-Jboury, J. (2015). Ego resilience of the preparatory school students. Basic Education College. *Journal for Educational and Humanities Sciences*, 24, 463-476.
- Armuma, P. & Chellappan, K. (2016). Social and emotional self-efficacy of adolescents: measured and analysed interdependencies within and across academic achievement level. *International Journal of Adolescence and Youth*, 21(3), 1-10.
- Bandura, A., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Gerbino, M. & Pastorelli, C. (2003). Role of affective self-regulatory efficacy in diverse spheres of psychosocial functioning. *Child Development*, 74(3), 769-782.
- Bandura, Albert. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215
- Block, J. & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349.
- Block, J. H. & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In *Minnesota Symposia on Child Psychology*, 13, 39-101.
- Block, J., Block, J. H. & Keyes, S. (1988). Longitudinally foretelling drug usage in adolescence: Early childhood personality and environmental precursors. *Child Development*, 59(2), 336-355.
- Bridgett, D. J., Burt, N. M., Edwards, E. S. & Deater-Deckard, K. (2015). Intergenerational transmission of self-regulation: A multidisciplinary review and integrative conceptual framework. *Psychological Bulletin*, 141(3), 602.
- Calinici, M., Unk, I. & Calinici, T. (2020). Impact of regulatory emotional self-efficacy on depression, anxiety, stress, and well-being. *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences*, 432-443, DOI: 10.15405/epsbs.2020.06.43.
- Casey, B. J. (2013). The Teenage brain. *Current Directions in Psychological Science*, 22, 114-120.
- Casey, B. J. Jones, RM. & Hare, TA (2008). The adolescent brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1124(1), 111-126.
- Changxiu, S. & Xiaojum, Z. (2014). The Influence of College Students' Coping Styles on Perceived SelfEfficacy in Managing Inferiority. *Social Behavior and Personality*, 42(6), 949-957.
- Chen, Q., GAO, W., Chen, B., Kong, Y., Lu, L. & Yang, S. (2021). Ego-resiliency and perceived social support in late childhood: A latent growth modeling approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 1-12.

- Choi, S., Kluemper, D. & Sauley, K. (2013). Assessing emotional self-efficacy: Evaluating validity and dimensionality with cross-cultural samples. *Applied Psychology: An International Review*, 62(1), 97-132.
- Chuang, S. S., Lamb, M. E. & Hwang, C. P. (2006). Personality development from childhood to adolescence: A longitudinal study of ego-control and ego-resiliency in Sweden. *International Journal of Behavioral Development*, 30(4), 338-343.
- Collins, W. A. & Steinberg, L. (2008). Adolescent development in interpersonal context. *Child and adolescent development: An advanced course*, 551-590.
- Dogan, T., Totan, T. & Sapmaz, F. (2013). The Role of Self-Esteem, Psychological well-Being, Emotional SelfEfficacy and Affect Balance on Happiness: A Path Model. *European Scientific Journal*, 9(20), 31-42.
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., Fabes, R. A., Reiser, M., Cumberland, A., Shepard, S. A. & Thompson, M. (2004). The relations of effortful control and impulsivity to children's resiliency and adjustment. *Child Development*, 75(1), 25-46.
- Felten, B. & Hall, J. (2001). Conceptualizing resilience in women older than 85: overcoming adversity from illness or loss. *Journal of Gerontological Nursing*, 27(11), 46-53.
- Frehat, A. (2018). *The predictive ability of family communication styles and social, emotional and academic self- efficacy among the tenth grade students*. Unpublished Ph.D Dissertation. Yarmouk University, Jordan.
- Goroshit, M. & Hen, M. (2014). Does emotional self-efficacy predict teachers' self-efficacy and empathy? *Journal of Education and Training Studies*, 2(3), 26-32.
- Hussein, A. (2018). Relation emotional competence and self-regulation for Students University. *Journal of Faculty of Education*, 31, 531-580.
- Kirk, B. A., Schutte, N. S. & Hine, D. W. (2008). Development and preliminary validation of an emotional self-efficacy scale. *Personality and Individual Differences*, 45(5), 432-436.
- Klohnen, E. C., Vandewater, E. A. & Young, A. (1996). Negotiating the middle years: ego-resiliency and successful midlife adjustment in women. *Psychology and Aging*, 11(3), 431.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71, 543-562.
- Mahdinezhad, M., Noor, M., Shahhosseini, M., Kotamjani, S., Rambeli, N. & Fahimirad, M. (2019). Transformational Leadership Style and Leaders' Performance: The Moderator Role of Emotional Intelligence. *International Journal of Academic Research in Accounting, Finance and Management Sciences*, 9(3), 312-317.
- McCarthy, M., Pretty, G. & Catano, V. (1990). Psychological sense of community and student burnout. *Journal of College Student Development*, 31, 211-216. Muz
- Michela, M. (2016). *Ego-resiliency: Determinants and outcomes from adolescence to emerging adulthood*. Unpublished Ph.D Dissertation. Sapienza University of Rome, Italy.
- Milioni, M., Alessandri, G., Eisenberg, N., Castellani, V., Zuffianò, A., Vecchione, M. & Caprara, G. (2015). Reciprocal relations between emotional self-efficacy beliefs and ego-resiliency across time. *Journal of Personality*, 83(5), 552-563.
- Mohammadi, Z. & Meshkati, Z. (2021). Reliability and Validity of the Persian Version Emotional Self-efficacy Scale for Young Adolescents. *Journal of Research and Health*, 11(1), 61-70.
- Ndetei, D., Mutiso, V., Maraj, A., Anderson, K., Musyimi, C., Musau, A., Tele, A., Gitonga, I. & McKenzie, K. (2019). Towards understanding the relationship between psychosocial factors and ego resilience among primary school children in a Kenyan setting: A pilot feasibility study. *Community Mental Health Journal*, 55, 1038-1046.
- No, B., Kang, S., Lee, N. & Choi, N. (2020). The structural relationship among trajectories of ego-resilience, neglectful parenting, bilingual competency, and acculturative stress of multicultural adolescents in South Korea. *Sustainability*, 12, 1-17.

- Odeh, Ahmed & Al-Qadi, Mansour. (2014). *Descriptive and inferential statistics*. Amman: Al-Falah Library for Publishing and Distribution.
- Padmanabhanunni, A. & Pretorius, (2021). The loneliness–life satisfaction relationship: the parallel and serial mediating role of hopelessness, depression and ego-resilience among young adults in South Africa during COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3613), 1-10.
- Pool, L., Dacre. Qualter. & Pamela. (2012). Improving Emotional Intelligence and Emotional Self-Efficacy through a Teaching Intervention for University Students. *Learning and Individual Differences*, 22(3), 306-312.
- Qualter, P., Pool, L. D., Gardner, K. J., Ashley-Kot, S., Wise, A. & Wols, A. (2015). The emotional self-efficacy scale: Adaptation and validation for young adolescents. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 33(1), 33-45.
- Rateeb, N. (2019). Ego Resilience and its relationship with Social Anxiety On a sample of students of Faculty of Education in Damascus University. *Damascus University Journal*, 35(1).329-366.
- Reliability and Validity of the Persian Version Emotional Self-efficacy Scale for Young Adolescents. *Journal of Research and Health*, 11(1), 61-70.
- Shell, D. F., Colvin, C. & Bruning, R. H. (1995). Self-efficacy, attribution, and outcome expectancy mechanisms in reading and writing achievement: Grade-level and achievement-level differences. *Journal of Educational Psychology*, 87(3), 386.
- Tabares, A. & Palacio, N. (2021). The protective role of empathy and emotional self-efficacy in predicting moral disengagement in adolescents separated from illegal armed groups. *Anuario de Psicología Jurídica*, 31, 127-136.
- Totan, T., Doğan, T. & Sapmaz, F. (2013). Emotional self-efficacy, emotional empathy and emotional approach coping as sources of happiness. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 8(2), 247-256.
- Um, Y., Choi, Y. & Yoo, S. (2019). Relationships between smartphone dependency and aggression among middle school students: Mediating and moderating effects of ego-resilience, parenting behaviour, and peer attachment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 1-18.
- Vecchio, G., Barcaccia, B., Raciti, P., Vera, P. & Milioni, M. (2019). Validation of the revised ego-resiliency scale in a high-vulnerable Colombian population. *Universitas Psychologica*, 18(3), 1-13.
- Vecchione, M., Alessandri, G., Barbaranelli, C. & Gerbino, M. (2010). Stability and change of ego resiliency from late adolescence to young adulthood: A multiperspective study using the ER89–R Scale. *Journal of Personality Assessment*, 92(3), 212-221.
- Zhao, X., You, X., Sni, C., Yang, X., Chu, K. & Peng, Z. (2013). Factor analysis of the regulatory emotional self-efficacy scale of Chinese college students. *Social Behavior and Personality*, 41(5), 751-760.