العلاقة بين أنماط التعلق وفاعلية الذات في مرحلة المراهقة المبكرة
The relationship between attachment styles and self-efficacy in early adolescence

مارينا غالي شفيق عبد المسيح (*)

ملخص:

استهدف البحث الحالي دراسة العلاقة بين أنماط التعلق وفاعلية الذات في مرحلة المراهقة المبكرة، وتكونت عينة البحث الأساسية من (٣٠٠) طالبٍ وطالبةٍ، امتدت أعمارهم من (١٢- ١٤) عامًا، ولتحقيق هدف البحث استخدمت الباحثة استمارة البيانات الأساسية، ومقياسي أنماط التعلق، وفاعلية الذات. وانتهت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية منخفضة دالة إحصائيًا بين نمط التعلق الآمن وفاعلية الذات لدى العينة الكلية وعينة الذكور، وعلاقة إيجابية منخفضة بين نمط التعلق الآمن وفاعلية الذات لدى الإناث، وعلاقة سالبة دالة إحصائيًا بين نمطي التعلق (التجنبي والقَلِق) وفاعلية الذات لدى عينة البحث (ذكور- وإناث). وتم تفسير النتائج في ضوء فرض البحث ونتائج الدراسات السابقة.

الكلمات المفتاحية: أنماط التعلق، فاعلية الذات، المراهقة المبكرة.

مقدمة:

تُعد قدرتنا على تكوين علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين والمحافظة عليها الثروة الأكثر أهمية بالنسبة لنا، بيد أن قدرتنا على تكوين العلاقات والحفاظ عليها تختلف باختلاف شخصياتنا، إذا يبدو بعض الأشخاص مهيئين بالفطرة على حب الآخرين والاندماج معهم مما يجعل علاقاتهم الاجتماعية دافئة، بينما قد لا يكون آخرون محظوظين بالدرجة نفسها(Perry,2006; Waters, Hamiton& Weinfied ,2000).

ونظرًا لحاجة الفرد إلى الانتماء وتكوين علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها، فإن إهمال مقدمي الرعاية لتكوين علاقة آمنة مع

(*) هذا البحث من رسالة الماجستير الخاصة بالباحثة، وهي بعنوان: [نمط التعلق المنبئ بفاعلية الذات في مرحلة المراهقة المبكرة]، تحت إشراف: أ.د. سنية جمال عبد الحميد – كلية الآداب – جامعة سوهاج & د. أحمد محمود موسى – كلية الآداب – جامعة سوهاج.

الطفل قد يضر بشخصيته ويعيق نموها، ويعيق تعلقه الإيجابي بمن حوله، ويؤدي إلى شعوره بالقلق تجاه المحيطين به؛ حيث يولد الأطفال ولديهم حاجة للحب والدفء، وإقامة علاقات حميمة وآمنة مع أشخاص معينين يمدونهم بالمساندة والتقبل. وتختلف حاجتنا إلى الحب والدفء باختلاف المراحل العمرية التي نمر بها، وتزداد هذه الحاجة خلال مراحل النمو الفارقة مثل مرحلة المراهقة حيث يكتمل النضج الجسدي، والنفسي، والعقلي، والاجتماعي في آخرها، بالإضافة إلى ارتقاء الذات وتدعيم الهوية الشخصية (عبير فاروق، ٢٠٠٨; ليلى كرم، ٢٠٠١ ;Brotherson, 2005; Perry, 2006). وإذا توافر للمراهق منذ الطفولة المبكرة التنشئة الاجتماعية الصالحة، والمناخ الأسري السوي، والتعلق الآمن بمقدمي الرعاية الذي يشعره بأنه يستطيع الوصول للآخرين، وأنه يستحق الحب والرعاية، يتشكل لديه البناء النفسي السليم(Neal& Frick-Horbury, 2001; Teti, Gelfand, Messinger& Isabella, 1995).

ويُقصد بالتعلق أنه شكل من أشكال السلوك يستمر طوال العمر وينتج عنه محاولة للقرب من الآخرين، وقد تبين من الأُطر النظرية والدراسات السابقة وجود عدة أنماط من التعلق هي التعلق الآمن، والتجنبي، والقَلِق، وقد خلص بولبي (١٩٨٢/١٩٦٩) إلى أن البشر في أي عمر يتكيفون بشكل جيد عندما يكون لديهم ثقة في استجابة الآخرين ذوي الأهمية بالنسبة لهم. ويمكن الاستدلال على التعلق طوال العمر من خلال سلوكيات الفرد للتواصل مع الآخرين ذوي الثقة في ظل ظروف الضعف. وعلى الرغم من التغيرات المرتبطة بالعمر في سلوك التعلق، يُعتقد أن توقعات التعلق على أساس الخبرة السابقة تستمر، وتؤثر على طريقة الفرد عندما يتعلق بالآخرين (&Armsden). Greenberg, 1987; Bowlby, 1969, 1982 وهناك توازن بين العلاقات الآمنة والاستقلالية والاستكشاف، فالتعلق الآمن هو أساس السلوك الإيجابي، وبناءً عليه يُعدّل سياق العلاقة بين الوالدين والمراهقين لتحديد جوانب الاستقلالية وكيفية التفاوض (Brotherson, 2005). لأن المراهقة تمثل فترة الانتقال من الطفولة إلى الرشد ومن الاعتمادية إلى الاستقلالية(جابر عبدالحميد، وعلاء الدين كفافي، ١٩٨٨). بالإضافة إلى أنها "فترة بحث واستكشاف خلالها

يحاول المراهقين مواصلة تنمية الهوايات الخاصة بهم، واختبار أنفسهم كأفراد مستقلين"(Voss, 1999, 1). لذلك تُعد المراهقة مرحلة ارتقائية تشكل تحديات أكاديمية وانفعالية وشخصية تتزامن مع التغيرات الجسمية، مما يعرض المراهق لكثير من الضغوط (Bate, Moretti& Peled, 2004; Steele, Nikitiades& Buhl-Nielsen, 2015). مما يزيد من أهمية دور الأسرة في هذه المرحلة، لأنها تمثل الركيزة الأساسية في تخطيط شخصية الأبناء وبناءها من خلال ما تقدمه من رعاية وحب واحتواء، كما تسهم بفاعلية في تدريبهم على التعامل مع مواقف الحياة بكفاءة، وتنمية دافعيتهم للإنجاز أملًا في بناء شخصيات قادرة على تحقيق النجاح؛ حيث توجد علاقة إيجابية بين الفاعلية الوالدية الداعمة والفاعلية الذاتية للأبناء المثابرين على تحقيق الأهداف(Benjamin& Virginia, 2004).

ويستمر دور الأسرة في تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للمراهق من خلال المهارات التي يكتسبها والمعلومات التي يتلقاها التي تساعده على دعم ثقته بنفسه، ورفع مستوى فاعلية الذات لديه، التي تسهم بدورها في تعديل السلوك واختيار الطرق المناسبة التي يعبر بها المراهق عن أهدافه. بيد أن المناخ الأسري المضطرب قد يؤثر على فاعلية الذات في مواجهة تحديات هذه المرحلة بما فيها من تغيرات تجعل الطفل راشدًا (عبير فاروق، ٢٠٠٨)؛ حيث إن فاعلية الذات تتسبب في اختلاف مشاعر الإنسان وتفكيره وتصرفاته، لإنها تمثل مجموعة من الأحكام والمعتقدات والمعلومات التي لا تتصل بما ينجزه الفرد فقط بل تتصل أيضًا بما يستطيع إنجازه، وإمكاناته، ومشاعره، وثقته في تنفيذ ما يقوم به بنجاح، وتوقعاته لما يكون عليه أدائه في المستقبل، ونظرًا لإن فاعلية الذات تنمو من خلال التدريب واكتساب الخبرات المختلفة الناتجة عن تفاعل الفرد مع البيئة والآخرين، فهي ليست سمة ثابتة أو مستقرة في السلوك الشخصي، ولكنها تتحدد بكثير من العوامل مثل صعوبة الموقف، ومدى الجهد المبذول، ومدى مثابرة الفرد. ويُسهل الإدراك المرتفع بفاعلية الذات العمليات المعرفية، بينما يرتبط الإدراك المنخفض بالقلق والاكتئاب والعجز. إذا ففاعلية الذات يمكن أن تُحسن أو تعيق الدافعية فيختار مرتفعوا الفاعلية المهام الصعبة ويضعوا لأنفسهم أهدافًا أعلى ويلتزمون بها، ويكون لدى منخفضوا الفاعلية

أفكارًا متشائمة عن إنجازاتهم ونمو شخصياتهم مما يشعرهم بالعجز والقلق(Bandura, 1997; Lee& Bobko, 1994).

وتتأثر فاعلية الذات بالتوقعات والقيم؛ حيث تؤكد نظرية القيمة المتوقعة أن السلوك يرتبط بتوقعات الأفراد للحصول على نتائج محددة كدالة للسلوك فالأفراد يصدرون أحكامًا بأنه من المحتمل تحقيق أهداف مختلفة في مواقف محددة، لذلك لا يسعى الأفراد إلى أهداف غير قابلة للتحقيق(Schunk, 1991). كما يُعد التعلم والأداء من العوامل المؤثرة على فاعلية الذات فالتعلم الجديد يؤثر في فاعلية الذات وأداء المهارات المكتسبة سابقًا؛ حيث إن فاعلية الذات متغير مهم في فهم سلوكيات الطلاب في السياقات التعليمية، وقد أوضحت البحوث أن فاعلية الذات بناء مهم لتفسير تعلم الطلاب وأداء السلوكيات المرتبطة بالإنجاز واكتساب المهارات المعرفية، كما ثبتت فائدة فاعلية الذات باعتبارها مؤشرًا للتحفيز وتحقيق السلوك(Schunk, 1989).

مشكلة البحث:

بناء على ما سبق يمكن صياغة مشكلة البحث في الإجابة على التساؤل التالي:

هل توجد علاقة بين أنماط التعلق وفاعلية الذات لدى أفراد عينة البحث الحالي من المراهقين؟

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

فهم طبيعة العلاقة بين أنماط التعلق وفاعلية الذات.

أهمية البحث:

تتضح أهمية البحث الحالي في محاولة الكشف عن طبيعة العلاقة بين متغيراتها وتتمثل في عددٍ من الاعتبارات النظرية والتطبيقية على النحو الآتي:

١- الاهتمام بالمراهقين؛ حيث تعد المراهقة مرحلة البداية للاعتماد على الذات وتحمل المسئولية.

٢- أهمية متغيرات البحث حيث يعد التعلق مظهرًا مؤثرًا وفعالًا من مظاهر النمو الانفعالي والاجتماعي، والعلاقات الانفعالية بين الرضيع ومقدم الرعاية تعد أساسًا للعلاقات المستقبلية اللاحقة، ولفاعلية الذات دور إيجابي فعال في مواجهة

متطلبات الحياة ؛ فهي تمكن المراهق من النجاح في الحياة ومواجهة التحديات وتحمل المسئولية التي تؤدي به إلى النضج.

٣- ندرة البحوث العربية والمحلية التي تناولت متغيرات البحث ـ وذلك في حدود علم الباحثة ـ كما تظهر الأهمية التطبيقية لهذا البحث فيما تسفر عنه من نتائج يمكن من خلالها توجيه المسئولين والآباء والمربين في كيفية التعامل مع المراهقين والاهتمام بهم.

٤- فهم العلاقة بين متغيرات البحث يسهم في زيادة الفهم والوعي بتأثير كل منهما في الآخر، مما يساعد المربين والمسئولين على معرفة قدرة المراهق على بناء العلاقات الاجتماعية بناءً على فاعليته الذاتية وعلاقته التي تأسست منذ الصغر مع الآخرين بداية من الوالدين.

مفاهيم البحث وأُطُرِه النظرية المفسرة:

تحديد المفاهيم:

- **أنماط التعلق**[1]

أنماط جمع كلمة نمط وتعني الطريقة أو الأسلوب(مَجْمَع اللغة العربية، ١٩٩٤، ٦٣٥)، والأصل اللغوي لكلمة التعلق في اللغة من مادة "عَلِقَ" يقال في لسان العرب: "عَلِقَ بالشيءِ عَلَقًا وعَلِقَهُ نَشِب فيه، وكأنما قصدوا بقولهم تعلق نشوب الحُب بقلب المُحب حتى لا يكاد يفارقه، ويقال أيضًا: عَلّق فلانًا فلانًا به: تمكن حبه في قلبه، والتعلق يعني نشب فيه واستمسك"(مَجْمَع اللغة العربية، ٢٠٠٤، ٦٢٢). وطبقًا لمعجم علم النفس والطب النفسي هو "ميل الحيوانات الصغيرة بالتوحد جسميًا مع أفراد معينين أكبر سنًا منها، والأطفال من بني الإنسان يسعون إلى الارتباط بأمهاتهم كخطوة لترسيخ الشعور بالأمن"(جابر عبدالحميد، وعلاء الدين كفافي، ١٩٨٨، ٢٩٠).

يكاد يكون هناك اتفاق على أن التعلق يمثل رابطة انفعالية قوية وطويلة الزمن تنمو بين فرد وآخر يسعى كل منهما إلى التقارب للبقاء على قيد الحياة، وتعزيز الاستقلال، والأمن النفسي لدى الفرد مما يساعده على النمو الانفعالي

(1) Attachment styles.

والاجتماعي السليم فيما بعد، وتستخدم تلك الرابطة بشكلٍ خاص حول العلاقة بين الطفل ومقدمي الرعاية الأساسية (خاصة الأم)؛ حيث تجعل الطفل قريب من الأم للحصول على الطعام والراحة، والبقاء بعيدًا عن الخطر، وقد يختص التعلق بجميع الأفراد دون النظر إلى العمر (Bhatia, 2009; Gerrig& Zimbardo, 2002; Kaufman, 2010; Kenny, 1994). تتفق هذه التعريفات مع تعريف "بولبي وإينسورث" للتعلق بأنه رابطة انفعالية قوية يشكلها الطفل مع مقدمي الرعاية وتصبح أساسًا للعلاقات المستقبلية (Bowlby& Ainswoth, 1991).

وتستخدم كلمة التعلق للإشارة إلى العلاقة المتقدمة بين الطفل ومقدمي الرعاية في السنوات الأولى، وتعتمد أشكال هذه العلاقة على كيفية استجابة مقدمي الرعاية لاحتياجات الطفل للرعاية والراحة والآمن، وهي تنمو تدريجيًا خلال عدد من المراحل، علمًا بأن التعلق يشير إلى مشاعر الطفل وتصرفاته في العلاقة وليس مشاعر الوالدين نحو الطفل(Brotherson, 2005). لذلك طبقًا لنظريات التعلق يستخدم الرضع سلوك التعلق للسيطرة على القرب من مقدمي الرعاية، كما أنها تستخدم لوصف سلوك غير الرضع الذين هم في عملية تكوين الروابط العاطفية الوثيقة (Matsumoto, 2009)، ونظرًا لان البحث الحالي يقيس أنماط التعلق لدى الكبار أي المراهقين يشير التعلق في المراهقة إلى ميل المراهق لان يبقى قريبًا من شخص آخر أو عدة أشخاص شرط أن يُدعم هذا الميل عبر الزمن(أميرة فكري، ٢٠٠٨). وتبين من الأُطر النظرية والدراسات السابقة وجود عدة أنماط من التعلق:

نمط التعلق الآمن[1]: يَسهُل على أفراده القرب من الآخرين، والثقة بهم والاعتماد عليهم، كما أنهم يشعرون بالارتياح لثقة الآخرين بهم واعتمادهم عليهم.

نمط التعلق التجنبي[2]: يشعر أفراده بعدم الارتياح عند اقترابهم من الآخرين أو اقتراب الآخرين منهم، ويصعب عليهم الثقة بالآخرين والاعتماد عليهم.

(1) Safe attachment style.
(2) Avoidance attachment style.

نمط التعلق القَلِق[١]: يشعر أفراده بأن الآخرين يرفضون الاقتراب منهم، على الرغم من رغبتهم في القرب من الآخرين، ويشعرون بالقلق لأن الآخرين لا يهتمون بهم(Cassidy& Shaver, 2008).

في ضوء ما عُرض تتبنى الباحثة تعريف أنماط التعلق طبقًا لتعريف المقياس المستخدم في البحث الحالي والذي يعكس نماذج العمل الداخلية للذات والاتجاهات السلوكية التي يتبناها الفرد تجاه علاقاته مع الآخرين، كما يتميز نمط التعلق الآمن بثقة الفرد في ذاته وفي الآخرين وسهولة التعامل معهم وإمكانية الاعتماد عليهم بشكل متبادل فضلًا عن الغياب النسبي للتجنب والقلق، بينما يتميز نمط التعلق التجنبي بعدم الثقة في الآخرين، والتأكيد على الاكتفاء والاستقلال الذاتي، والتسامح المنخفض نسبيًا، والتقليل من مشاعر الآخر، في حين يتميز نمط التعلق القَلِق بشك الفرد في قيمته وقدرته على القرب من الآخرين، واحتياجه إلى الحب والدعم لكنه يشعر بقلق مستمر بشأن رفضه أو التخلي عنه.

- **فاعلية الذات[٣]**

تُعرف كلمة الفاعلية بأنها وصف كل ما هو فاعل (مَجْمَع اللغة العربية، ٢٠٠٤، ٦٩٥)، ومقدرة الشيء على التأثير(مَجْمَع اللغة العربية، ١٩٩٤، ٤٧٧)، وفي معجم علم النفس والطب النفسي تعنى "التأثير الفعال، وغالبًا ما يكون مرغوبًا فيه" (جابر عبد الحميد، وعلاء الدين كفافي، ١٩٩٠، ١٠٨٣). أما كلمة الذات فهي النفس والشخص ويقال جاء فلان بذاته: عينه ونفسه، وذات الشيء هو حقيقته وخاصته (مَجمَع اللغة العربية، ٢٠٠٤، ٣٠٧).

ونجد تداخلًا بين مصطلحات مفهوم الذات[٣] وتقدير الذات[٤] وفاعلية الذات بدرجة كبيرة، فتقدير الذات يشير إلى تقييم الشخص لنفسه وقدراته التي يعتقد أنها متوافرة لديه التي ترتبط بنجاحه وجدارته التي يستحقها سواء من وجهة نظره أو وجهة نظر الآخرين(Brody& Ehrilichman, 1998). حيث ينمو

(3) Anxiety attachment style.
(4) Self – Efficacy.
(1) Self – Concept.
(2) Self – Esteem.

كل طفل خلال الفترة من الحداثة إلى الطفولة محققًا بعض أنواع الفهم للذات وللآخرين بطريقته الخاصة، ويحقق المعرفة عن الموقف تجاه نفسه والآخرين، ومع سنوات المدرسة يتزايد الوعي بالذات ومراقبة الذات أيضًا. ويحتم دخول المدرسة على كل طفل أن يكون حادًا وبعض الأحيان غير ودود في نظر زملائه؛ حيث يقاوم الطفل التقييم السلبي للآخرين وينمي إحساسه الخاص بالذات، بالإضافة إلى أنه يحصل على تقدير ذات أعلى عندما يكون أكثر قبولًا لدى أقرانه.

ويشير مفهوم الذات إلى إدراك الفرد لذاته بناءً على نظرة الآخرين إليه بغض النظر عن رؤيته لنفسه؛ حيث يتعلم الفرد (من هو) من آراء الآخرين واتجاهاتهم وتوقعاتهم نحوه، ولهذا فإن للمبالغة في المدح أو الذم آثارها السلبية على مفهوم الذات؛ حيث إن مفهوم الفرد عن ذاته ليست عملية ذاتية مرتكزة فقط على آراء الآخرين، ولكن أيضًا على طباعه وتجاربه الماضية والحاضرة (روبرت واطسون، وهنري كلاي، ٢٠٠٤). وعلى الرغم من الاختلاف بين مفهوم الذات وفاعلية الذات، فهناك رابطة بينهما وقد يكمن الاختلاف في أن فاعلية الذات هي تقييم لكفاءة الأداء في سياق معين والحكم على قدرات الفرد خلال تنفيذ سلوكيات دقيقة في مواقف محددة، بينما مفهوم الذات لا يقاس عند هذا المستوى من التحديد فهو يشمل معتقدات تقدير الذات المرتبطة بكفاءة الفرد المُدركة، ومن الواضح أن المعتقدات المرتبطة بالتقدير تمثل جزءًا من مفهوم الذات لدى الفرد. ولكن بعض العلماء يقولون أن مفهوم الذات وفاعلية الذات يمثلان ظاهرتين مختلفتين ولا يجب أن يكون هناك خلط بينهما (Pajares& Miller, 1994).

لذلك في البحث الحالي تستخدم الباحثة المصطلح Efficacy على أنه فاعلية وبالتالي يصبح – Self Efficacy المقابل له في اللغة العربية فاعلية الذات.

طبقًا لمعجم علم النفس والطب النفسي تُعرف فاعلية الذات بأنها "إحساس شامل عند الفرد بكفاءته وفاعليته وجوانب القوة لديه، أو القدرة على تحقيق النتائج المرغوبة، وتتضمن فاعلية الذات المدركة معتقدات الفرد حول قدرته أو كفاءته لتحقيق النتائج المرغوبة"(جابر عبد الحميد، وعلاء الدين كفافي، ١٩٩٥، ٣٤٤٣). وبناءً على تعريف "باندورا" تعني اعتقاد المرء في

قدرته على إكمال مَهمة أو حل مشكلة في المستقبل (Gerrig& Zimbardo, 2002). كما تمثل "مجموعة المعتقدات التي تمكن الفرد من الأداء بشكل مناسب في مواقف محددة" (Kaufman, 2010, 201).

في ضوء ما عُرض تتبنى الباحثة تعريف فاعلية الذات طبقًا لتعريف المقياس المستخدم في البحث الحالي والذي يشير إلى أن توقعات النجاح الشخصية هي المحددات الأساسية لتغير السلوك، بالإضافة إلى أن الفروق الفردية في الخبرات الماضية يُرجع النجاح إلى المهارة أو الصدفة مما يؤدي إلى مستويات مختلفة لتعميم توقعات فاعلية الذات.

النظريات المفسرة لأنماط التعلق:

- **نظرية التعلق الأيثولوجية: قدم الطبيب النفسي "جون بولبي" هذه النظرية في عام ١٩٥١، التي بموجبها أوضح أن الرضيع لديه احتياجات بيولوجية تُشْبع عن طريق الاتصال بالأم أو مقدمي الرعاية الأساسية، وفي الأشهر الستة الأولى من الحياة خلال استجابة الأم لهذه الاحتياجات يرتقى التعلق الطبيعي، بينما الحرمان من الأم خلال هذه الفترة يترك أثرًا سلبيًا على نفسية الطفل مثل الاتكالية والاكتئاب واضطراب قلق الانفصال (Colman, 2009). وأشار "بولبي" إلى أن الطفل مع نموه وزيادة عمره تبدأ خبرته مع الحاضن وطبقًا لطبيعة التعلق يتكون في داخله نموذج يرى به نفسه كما يراه الآخرون، فالطفل الآمن يرى نفسه محبوبًا ويرى الآخرين محبين ويمكن الاعتماد عليهم، أما الطفل غير الآمن فيكون عُرضة لكثير من المشكلات والاضطرابات الاجتماعية والانفعالية، فيكون ذا مزاجٍ غاضبٍ وهو طفل صغير، وفي فترة الطفولة المتوسطة تظهر أعراض اضطراب التحدي المعارض، وفي فترة المراهقة تظهر أعراض اكتئابية(Bowlby, 1981).**

كما أوضح "بولبي" أن الدراسات أشارت إلى أن المراهقين ذوي التعلق الآمن في طفولتهم، يكونون أكثر قدرة على إقامة علاقات آمنة خلال سن البلوغ والرشد، والتعامل مع المشكلات التي تواجههم في علاقاتهم الاجتماعية، بينما يعاني المراهقون ذوي التعلق غير الآمن في طفولتهم من مشاكل في علاقاتهم الاجتماعية وصعوبة في مواجهتها،

فالمراهقون الأصحاء والمعتمدون على أنفسهم هم مخرجات الأسر المستقرة التي يعطي فيها كل من الوالدين قدرًا كبيرًا من الوقت والانتباه إلى الأطفال(Bowlby, 1988).

- **نظرية "إينسورث" في التعلق:** قدمت "إينسورث" نظرية التعلق بوصفه شكلًا من أشكال السلوك ينتج عنه محاولة للقرب من فرد آخر مميز، وعلى الرغم من أن الرضع والأطفال الصغار يظهرون سلوك التعلق بشكلٍ دائم إلا أنه سلوكٌ يمتد طوال العمر خاصةً في أوقات الضعف، ويؤثر على أوجه النشاط المختلفة فيما بعد، وهو ما يدعم نظرية "بولبي" بأن تعلق الفرد بوالديه يميل إلى الاستمرار طوال الحياة؛ حيث إن استجابة الوالدين الحساسة لاحتياجات الطفل تؤدي إلى ظهور نمط التعلق الآمن، بينما يؤدي ضعف استجابة الوالدين إلى ظهور أنماط التعلق غير الآمن. كما وجدت "إينسورث" من دراساتها على الأطفال أن الطفل يستخدم أمه كقاعدة آمنّة بمعنى أن الأم التي تلبي احتياجات طفلها العاطفية والبيولوجية من طعام وشراب تعمل على تكوين توقعات إيجابية لدى الطفل تجاه من يرعاه ونحو الآخرين (Ainsworth, 1991; Water& Bowlby& Weinfield, 2000).

النظريات المفسرة لفاعلية الذات:

- **نظرية فاعلية الذات "لألبرت باندورا":** تعد فاعلية الذات من المفاهيم التي تحتل مركزًا رئيسًا في تحديد قدرة الفرد وتفسيرها ومدى كفاءته للتعامل مع تحديات البيئة والظروف المحيطة، كما تتضمن سلوك المبادرة والمثابرة، فهي تؤثر في الموقف من خلال عمليات دافعية معرفية وجدانية، كما أن قدرة الفرد للتغلب على الأحداث الصادمة والخبرات الضاغطة تتوقف على درجة فاعلية الذات لديه، كما أن فاعلية الذات تنمو من خلال إدراك الفرد لقدراته وإمكاناته الشخصية ومن خلال تعدد الخبرات التي يمر بها؛ حيث تساعد هذه الخبرات الفرد في التغلب على المواقف الضاغطة التي يواجهها، ويؤكد "باندورا" أن الشخص

عندما يواجه موقفًا معينًا فإنه يقيم الموقف من خلال نوعين من التوقعات، وهما:

أولًا: توقع النتيجة الذي تشير إلى تقييم الفرد لسلوكهِ الشخصي الذي يؤدي إلى نتيجة معينة.

ثانيًا: توقع الفاعلية الذي يشير إلى اعتقاد الشخص بأنه يستطيع تنفيذ السلوك الذي يحقق نتائج جيدة؛ حيث إن ارتفاع توقعات الفاعلية لدى الفرد تمكنه من مواجهة التحديات (Bandura, 1977). وبالتالي يصبح الموقف أقل تهديدًا للفرد، كما يشير "باندورا" في كتابه أسس التفكير والأداء إلى النظرية المعرفية الاجتماعية، التي وضع أسسها وأكد فيها أن أداء الإنسان يمكن أن يُفسر من خلال سلوكه، ومختلف العوامل المعرفية، والشخصية، والبيئية؛ حيث اشتق منها نظرية فاعلية الذات وفيما يلي الافتراضات النظرية والمحددات المنهجية التي تقوم عليها النظرية المعرفية الاجتماعية:

١- إن معظم أنواع السلوك ذات هدف معين، ويكون موجهًا من خلال القدرة على التفكير المستقبلي: كالتنبؤ أو التوقع.

٢- يمتلك الفرد القدرة على عمل الرموز التي تسمح بإنشاء نماذج داخلية للتحقق من كفاءة الخبرات قبل القيام بها، واختيار مجموعة من الأفعال المبتكرة بناء على التنبؤ بالنتائج، والربط بين الأفكار المعتقدة وخبرات الآخرين.

٣- يتعلم الفرد عن طريق ملاحظة الآخرين وهذا يقلل من الاعتماد على التعلم بطريق المحاولة والخطأ، ويمكنه من اكتساب المهارات المعقدة التي ليس من الممكن اكتسابها عن طريق الممارسة.

٤- يمتلك الفرد القدرة على التنظيم الذاتي، وذلك عن طريق التحكم المباشر في سلوكه، كما يضع معاييرًا شخصية لسلوكه، ويقيم سلوكه بناءً على هذه المعايير.

٥- يمتلك الفرد القدرة على التأمل الذاتي لتحليل الأفكار والخبرات الذاتية وتقييمها، وهذه القدرات تمكن الفرد من التحكم الذاتي في سلوكه . (Bandura,1986).

كما أشار "باندورا" إلى عدم وجود أفضلية لأي عامل من العوامل (الشخصية، والسلوكية، والبيئية) في إعطاء الناتج النهائي للسلوك؛ حيث إن كل عامل من هذه العوامل الثلاثة يحتوي على متغيرات معرفية هي التي تُحدث ما يسمى بالتوقعات قبل قيام الفرد بالسلوك سواء كانت هذه التوقعات خاصة بإجراء سلوك ما أو الناتج النهائي للسلوك، بينما تطلق العوامل الشخصية على معتقدات الفرد حول اتجاهاته وقدراته (Bandura, 1988; Zimmerman& Riggo, 1985).

- نظرية "باكوزي" و"وارشو": سميت هذه النظرية بنظرية المحاولة[1] لأنها تعتبر المواقف الصعبة عملية يتم السعي نحوها عن طريق المحاولة، لذلك ينبغي التمييز بين ثلاثة أنواع من المواقف: النجاح، والفشل، وملاحظة الهدف، فالفرد الذي يواجه موقفًا صعبًا يضع نصب عينيه الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه، ويتحقق النجاح في المواقف الصعبة على أنه أساس الهدف الذي يحاول الفرد الوصول إليه، كما أن محاولات الفرد لمنع الفشل تجعله يستمر عليها ويعززها، بيد أن عدد المحاولات الفاشلة لا تقدم أي سبب للتنبؤ السيئ، بل على العكس نجد أنه من خلال المحاولات الفاشلة تُبنى فاعلية خاصة يستطيع الفرد من خلالها تجنب الأخطاء؛ حيث إن ضبط السلوك أو توقعات النجاح والفشل تعبر عن احتمالات ذاتية فيما يتعلق بالهدف الذي يحاول الفرد تحقيقه (In: Schwarzer, 1994).

الدراسات السابقة:

استهدفت دراسة "حنان عبد الكريم" (٢٠١٠) علاقة أنماط تعلق الراشدين بفاعلية الذات والمهارات الاجتماعية، وتكونت عينة البحث من ١٤٧ طالبةً اختيروا من طالبات كلية الآداب والعلوم الإدارية، وانتهت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين نمط التعلق الآمن وفاعلية الذات والمهارات الاجتماعية، ووجود علاقة سالبة بين نمط التعلق القَلِق وفاعلية الذات، ولم يتبين وجود علاقة بين نمط التعلق التجنبي وفاعلية الذات، بينما وُجِدت علاقة سالبة بين نمط

(1)Theory of trying.

التعلق التجنبي والمهارات الاجتماعية، ولم يتبين وجود علاقة بين نمط التعلق القَلِق والمهارات الاجتماعية، كما أظهر البحث أن نمط التعلق الآمن أكثر أنماط التعلق شيوعًا في عينة البحث.

وفي بحث عن العلاقة بين أنماط التعلق وفاعلية الذات والأداء الأكاديمي ل "فاراجي"، و"عبدينى" (٢٠١٥) Faraghi& Abedini على عينة من ٢٦٥ طالبًا وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، طَبق عليهم استبيان أنماط التعلق للراشدين، واستبيان فاعلية الذات، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة موجبة بين نمط التعلق الآمن والأداء الأكاديمي، كما وُجدت علاقة سالبة بين نمط التعلق المتناقض والأداء الأكاديمي، وأظهرت النتائج ارتباطًا إيجابيًا بين نمط التعلق الآمن وفاعلية الذات، في حين وُجد ارتباط سلبي بين نمط التعلق التجنبي والمتناقض وفاعلية الذات.

أما "زوناش"، و"إقبال" (٢٠١٧) Zonash& Iqbal فقد درسا أنماط التعلق الوالدية المتصورة المُنبئة بفاعلية الذات لدى المراهقين. تكونت عينة البحث من (١٢٠) طالبًا وطالبة (٦٠ ذكور، ٦٠ إناث) وتراوحت أعمارهم من (١٣- ١٨) عامًا، وطُبق استبيان أنماط التعلق الوالدية الذي طورته كيني (١٩٨٧)، ومقياس فاعلية الذات الذي طوره "جيروساليم"، و"شوارزر" (٢٠٠٠)، وانتهت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين أنماط التعلق الوالدية المتصورة (مثل دور الوالدين في دعم الاستقلالية) وفاعلية الذات.

وفي دراسة "سيباستيان" وآخرين (٢٠٢٠) Sebastian et al, للارتباط بين علاقات المراهقين مع الوالدين والأقران والمعلمين، وفاعلية الذات، والرغبة في التنمر من خلال النظرية المعرفية الاجتماعية، تكونت عينة البحث من (٢٠٧١) طالبًا وطالبة (١٠٦٥ ذكور، ١٠٠٦ إناث) ، تراوحت أعمارهم بين (١٢- ١٧) عامًا، وانتهت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين الارتباط بالوالدين والمعلمين وفاعلية الذات في الصراعات الاجتماعية، كما أنبأت المستويات الأعلى من الرغبة في التنمر بمستويات أدنى من فاعلية الذات في الصراعات الاجتماعية، بالإضافة إلى ذلك، أنبأت المستويات الأعلى من فاعلية الذات في الصراعات الاجتماعية بمستويات أعلى من الاستعداد للتدخل في

التنمر. بينما اتضح عدم وجود علاقة بين ارتباط الوالدين والمراهقين والتدخل في التنمر.

التعليق على الدراسات السابقة:

يُلاحظ من عرض الدراسات السابقة ذات الصلة بمتغيرات البحث اتفاق البحث الحالي مع نتائج عدد من البحوث السابقة في تناولها لموضوع أنماط التعلق بوصفهِ متغيرًا أساسيًا للبحث، بينما تختلف من حيث علاقتها بفاعلية الذات؛ وفي حدود علم الباحثة، فإن بحثها لم يُسبق ببحوث أخرى تتخذ من موضوع البحث وعينته مجالًا للدراسة والتفسير، وتهدف للوقوف على العلاقة بين أنماط التعلق التي تتشكل منذ اللحظات الأولى للميلاد، ومدى قدرتها على التأثير في فاعلية الذات. وقد اختصت الباحثة بالدراسة مرحلة المراهقة المبكرة؛ حيث توصل العلماء إلى أن بعض جوانب الشخصية الخاصة بالمراهق تتكون خلال السنوات المبكرة من حياته(جيروم كاجان، ٢٠١٧) وأشار "بياجيه" إلى أن هذا الوقت بداية البحث عن الهوية الشخصية، والاعتماد على النفس والاستقلالية، وفيه تزداد الالتزامات الاجتماعية وينتقل الفرد من عمليات التفكير المحسوسة التي تتضمن هنا والآن إلى التفكير في المستقبل نتيجة نمو العمليات الشكلية التي تجعل المراهق يتساءل حول من يكون، وماذا يمكن أن يكون(عادل الأشول، ١٩٩٦؛ مريم سليم، ٢٠٠٢)، كما أجريت الدراسات السابقة على عينات مختلفة من الذكور والإناث، إلا أن معظمها كانت على طلاب المرحلة الثانوية والجامعية، أما في مجال فاعلية الذات ركزت الدراسات السابقة على دراسة فاعلية الذات وعلاقتها بالمرونة والإنجاز الأكاديمي والعدوانية والمسئولية الاجتماعية، وتوصلت نتائج هذه الدراسات إلى أن مرتفعي فاعلية الذات لديهم القدرة على مواجهة الشدائد بالإضافة إلى إمكانية التنبؤ بالإنجاز الأكاديمي من خلال فاعلية الذات.

واتفقت نتائج البحث الحالي مع نتائج الدراسات السابقة من حيث وجود علاقة بين أنماط التعلق وفاعلية الذات، بينما اختلفت من حيث طبيعة العلاقة وقوتها.

فرض البحث:

- توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين نمط التعلق الآمن وفاعلية الذات، وعلاقة

سالبة دالة إحصائيًا بين نمطي التعلق (التجنبي والقَلِق) وفاعلية الذات لدى أفراد عينة البحث الحالي.

منهج البحث وإجراءاته:

منهج البحث:

اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك لمناسبته لطبيعة البحث، وفروضه؛ حيث يوضح خصائص متغيرات البحث ودرجة ارتباطها مع الظواهر الأخرى مما يسهل فهم العلاقات بين الظواهر المراد دراستها والظواهر الأخرى.

عينة البحث:

أُجرى البحث على عينة من طلاب المرحلة الإعدادية، وتكونت عينة البحث من (١٥٢ ذكور، ١٤٨ إناث) في مدى عمري من (١٢- ١٤عامًا و ١١ شهرًا) ، وذلك بعد استبعاد (٣٢) فردًا لعدم اكتمال الاستجابات أو لعدم توافر الشروط، ، واقتصرت العينة على مرحلة المراهقة المبكرة ؛ حيث تمثل المراهقة مرحلة من النمو تفصل الطفولة عن البلوغ ويتحرر فيها المراهق من الاعتمادية متجهًا إلى الاستقلالية، وتختلف مدتها من مجتمع لآخر، ومن طبقة اجتماعية إلى أخري، بل وتختلف أيضًا في المجتمع الواحد تبعًا للظروف الاقتصادية، وتختلف تبعًا للنوع، وتمتد في العمر تقريبًا ما بين (١٢ - ٢١) عامًا.

أدوات البحث:

استمارة البيانات الأساسية (إعداد: الباحثة):

تضمنت الاستمارة بيانات مختلفة مثل عدد أفراد الأسرة والظروف الأسرية (درجة تعليم الوالدين ووظيفة كلا منهما، والانفصال بين الوالدين لسبب الوفاة أو السفر أو الطلاق، ومعرفة المستوي الاقتصادي والاجتماعي) وغيرها من البيانات التي استُخدمت في اختيار عينة البحث وضبطها.

مقياس أنماط التعلق (ترجمة وإعداد: الباحثة):

استخدمت الباحثة مقياس أنماط التعلق إعداد "أحمد"، و"جاهان"، و"امتياز"(٢٠١٦) Ahmad, Jahan& Imtiaz وتكون المقياس من (٢٧) بندًا مقسمة على ثلاثة أنماط للتعلق: الآمن، و التجنبي، و القَلِق، ويعكس هذا المقياس الأفكار، والمشاعر، والسلوكيات المرتبطة بالتعلق، وتتم الاستجابة على

بنود هذا المقياس بناءً على ثلاثة بدائل هي: ١ نادرًا، ٢ أحيانًا، ٣ غالبًا، وتم التحقق من خصائصه القياسية بعدة طرق (صدق المحكمين، وطريقة الاتساق الداخلي، وثبات ألفا كرونباخ، وثبات التجزئة النصفية) وحصل المقياس على معدلات ثبات وصدق عالية، مما طمأن الباحثة على استخدامه في البحث الحالي.

الخصائص القياسية للمقياس:

حسب معدوا المقياس "أحمد"، و"جاهان"، و"امتياز" (٢٠١٦) صدق وثبات المقياس على عينة مكونة من ١٠٠٠ طالبٍ (٥٠٠ ذكور، ٥٠٠ إناث) من مدارس وجامعات مختلفة، تراوحت أعمارهم بين ١٥-٣٠ عامًا، وتكون المقياس في صورته الأولى من ٤٠ بندًا لكل بند في المقياس ٥ إجابات تتراوح بين (١ رفض بشدة إلى ٥ موافقة بشدة) وباستخدام التحليل العاملي توزعت البنود على ٣ عوامل تؤكد ثلاثة أنماط للتعلق وتكون المقياس في صورته النهائية من ٢٧ بندًا، تفسر بمجموعها ٦٨,٠٨% من التباين الكلي(٣٠,٢٧% ، ٢٠,٣٩% ١٠,٤٢%) للعوامل الثلاثة على التوالي، وكان معامل ثبات ألفا (٠,٨٠).

وللتأكد من صلاحية المقياس للتطبيق على طلاب المرحلة الإعدادية في البحث الحالي قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (١٥) طالبًا من طلاب المرحلة الإعدادية للتحقق من مدى ملائمة ومناسبة عبارات المقياس لعينة البحث، وتحديد الزمن الذي يستغرقه تطبيق المقياس، وبناءً على هذا التطبيق قامت الباحثة بإعادة صياغة بعض العبارات حتى تصبح أكثر وضوحًا لعينة الدراسة، وتعديل بدائل الإجابة على البنود، ثم طبقته على العينة الاستطلاعية المكونة من ١٠٠ طالبٍ وطالبةٍ، للتحقق من الخصائص القياسية للمقياس.

إجراءات إعداد المقياس للتطبيق في البحث الحالي:

- صدق المحكمين: عرضت الباحثة المقياس بصورته الأولية التي تكونت من(٢٧) بندًا على ١٠ مُحكمين من المتخصصين في علم النفس، والصحة النفسية، والإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي؛ حيث طُلب منهم تقديم ملاحظاتهم حول بنود المقياس من حيث سلامة الصياغة اللغوية، ووضوح البنود، ومدى ملائمة البنود للمجالات التي أُدرجت فيها، وتغطيتها لجوانب المتغير التي تُقاس، وذلك في ضوء تعريف التعلق و أنماطه المذكور في النسخة

التي قُدمت للمحكمين، وكذلك إضافة التعديلات أو الملاحظات التي يرونها مناسبة. واعتمدت الباحثة معيار موافقة (٩٠%) من المحكمين كشرط للإبقاء على البنود، وبقي عدد البنود (٢٧) بندًا.

- الاتساق الداخلي لمقياس أنماط التعلق: انتهت النتائج إلى أن جميع معاملات الارتباط بين بنود المقياس وأبعادها كانت مرتفعة؛ حيث تراوحت معاملات الارتباط بين(٠,٥٤٠- ٠,٧٦٤)، وهذه النتائج تؤكد التجانس والاتساق بين بنود وأبعاد المقياس، وكانت جميع معاملات ارتباط الأبعاد بالمقياس ككل ارتباطات إيجابية تراوحت بين (٠,٥٧١- ٠,٦٤٠)، وتُشير هذه النتائج إلى اتساق جيد للمقياس.

- التحقق من ثبات مقياس أنماط التعلق: انتهت النتائج إلى أن معاملات ثبات المقياس بطريقتي (ألفا-كرونباخ، والتجزئة النصفية) مرتفعة؛ حيث بلغت قيم معامل ثبات ألفا-كرونباخ على النحو الآتي: التعلق الآمن (٠,٧٦٠)، التعلق التجنبي (٠,٧٠٩)، التعلق القلق (٠,٧٣٠)، كما بلغت قيم معامل ثبات التجزئة النصفية على النحو الآتي: التعلق الآمن (٠,٧٥٦)، التعلق التجنبي (٠,٧٢٩)، التعلق القلق (٠,٧٥١)، مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

مقياس فاعلية الذات (ترجمة وإعداد: الباحثة):

استخدمت الباحثة مقياس فاعلية الذات إعداد "شيرر"، و"مادوكس" (١٩٨٢) Sherer& Madduxوتكون المقياس من (١٧) بندًا، وتتم الاستجابة على بنوده بثلاثة بدائل هي: ١نادرًا، ٢أحيانًا، ٣غالبًا، للبنود الإيجابية، وتُعكس الدرجات للبنود السلبية والإيجابية، وتم التحقق من خصائصه القياسية بعدة طرق (صدق المحكمين، وطريقة الاتساق الداخلي، وثبات ألفا كرونباخ، وثبات التجزئة النصفية) وحصل المقياس على معدلات ثبات وصدق عالية، مما طمأن الباحثة على استخدامه في البحث الحالي.

الخصائص القياسية للمقياس:

حسب مُعدا المقياس "شيرر"، و"مادوكس" (١٩٨٢) صدق وثبات المقياس على عينة مكونة من ٣٧٦ طالبًا من طلاب الجامعة بقسم علم النفس، وأظهرت نتائج التحليل العاملي توزيع البنود على عاملين، يحتوي العامل الأول على ١٧ بندًا تفسر بمجموعها ٢٦,٥% من التباين الكلي؛ حيث تعكس بنوده فاعلية

الذات العامة، أما العامل الثاني يحتوي على ٦ بنود تفسر بمجموعها ٨,٥% من التباين الكلي، وتعكس بنوده فاعلية الذات الاجتماعية، ولكل بند ٥ إجابات تتراوح بين (١ لا أوافق بشدة إلى ٥ أوافق بشدة) وتشير الدرجات المرتفعة إلى ارتفاع فاعلية الذات، والدرجات المنخفضة إلى انخفاض فاعلية الذات، وكانت معاملات ثبات ألفا- كرونباخ (٠,٨٦) و (٠,٧١) لفاعلية الذات العامة، وفاعلية الذات الاجتماعية على التوالي، وجاءت دراسة "سيد سهيل الإمام" (٢٠٠٧) للتحقق من الخصائص القياسية لمقياس "شيرر، ومادوكس" المكون من ١٧ بندًا على عينة مكونة من ٦٠٧ طالبًا جامعيًا (٢٥٣ ذكور، ٣٥٤ إناث) وكان متوسط عمر الذكور (٢٢,١٣) عامًا، وانحراف معياري قدره (١,٧٨) عامًا، بينما متوسط عمر الإناث (٢٢,١٤) عامًا، وانحراف معياري قدره (١,١٩) عامًا، وأظهرت نتائج التحليل العاملي توزيع البنود على ثلاثة عوامل، وكان معامل ثبات ألفا-كرونباخ (٠,٨٥)، واسُتخدم مقياس "شيرر، ومادوكس" في دراسة "أميري"، و"بانيجامالي"، و"أحادي"، و"أحادي" (٢٠١٣) وللتأكد من صلاحية المقياس طُبق على ١٠٠ طالبٍ (٣٩ ذكور، ٦١ إناث) من طلاب الثانوية العامة وكان معامل ثبات ألفا- كرونباخ (٠,٧٤).

وللتأكد من صلاحية المقياس للتطبيق على طلاب المرحلة الإعدادية في الدراسة الحالية قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (١٥) طالبًا من طلاب المرحلة الإعدادية للتحقق من مدى ملائمة ومناسبة عبارات المقياس لعينة الدراسة، وتحديد الزمن الذي يستغرقه تطبيق المقياس، وبناءً على هذا التطبيق قامت الباحثة بإعادة صياغة بعض العبارات حتى تصبح أكثر وضوحًا لعينة الدراسة، وتعديل بدائل الإجابة على البنود، ثم طبقته على العينة الاستطلاعية المكونة من ١٠٠ طالبٍ وطالبةٍ، للتحقق من الخصائص القياسية للمقياس.

إجراءات إعداد المقياس للتطبيق في البحث الحالي:

- صدق المضمون (المحكمين): عرضت الباحثة المقياس بصورته الأولية التي تكونت من(١٧) بندًا على ١٠ محكمين من المتخصصين في علم النفس، والصحة النفسية، والإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي؛ حيث طُلب منهم تقديم ملاحظاتهم حول بنود المقياس من حيث سلامة الصياغة اللغوية، ووضوح

البنود، ومدى ملائمة البنود لتعريف فاعلية الذات المراد قياسه المذكور بالمقياس ، وإضافة التعديلات أو الملاحظات التي يرونها مناسبة. واعتمدت الباحثة معيار موافقة (٩٠%) من المحكمين كشرط للإبقاء على البنود، وبقي عدد البنود (١٧) بندًا.

- الاتساق الداخلي لمقياس فاعلية الذات: انتهت النتائج إلى أن جميع معاملات الارتباط بين بنود المقياس ودرجته الكلية مرتفعة؛ حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٤٢٧- ٠,٦٩٤)، مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

- التحقق من ثبات مقياس فاعلية الذات: انتهت النتائج إلى أن معاملات ثبات المقياس بطريقتي (ألفا-كرونباخ والتجزئة النصفية) مرتفعة؛ وقد بلغ الثبات الكلي لمقياس فاعلية الثبات بطريقة ألفا-كرونباخ (٠,٧٤٥)، كما بلغ ثبات جتمان بطريقة التجزئة النصفية (٠,٧١٥)،مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

إجراءات التطبيق:

١- راعت الباحثة القواعد الأخلاقية للبحوث النفسية أثناء تطبيقها لمقاييس البحث الحالي: فكانت تبدأ بتعريف نفسها للطلاب، وتوضح طبيعة البحث، والهدف منها، وأنها تريد التحدث معهم وأن يجيبوا على بعض الأسئلة المتعلقة بالبحث وسلوكهم في الحياة اليومية، ولم تجبر الباحثة أحد على التطبيق، وكانت تؤكد على سرية المعلومات الخاصة بهم، وأنها لا تُستخدم إلا لأغراض البحث.

٢- طبقت الباحثة أدوات البحث بنفسها بالطريقة الجماعية في مجموعات، لا تتجاوز المجموعة ثلاثين طالبًا أو طالبة حتى تتمكن الباحثة من شرح التعليمات والإجابة على تساؤلاتهم، وكانت تشرح الباحثة التعليمات من خلال إيضاح أن هذه الأسئلة ليست امتحان ولا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر عنك وعن طريقتك في التعامل مع مواقف الحياة المختلفة ومع الآخرين، وعليك أن تضع علامة (√) أمام الاختيار الذي تراه مناسبة للإجابة عن العبارة والاختيارات هي: (نادرًا تعني لا)،(أحيانًا تعني وقت آه ووقت لا)، (غالبًا تعني دائمًا يحدث)، بادئة بتطبيق استمارة البيانات العامة ثم المقاييس.

٣- أوضحت الباحثة لعينة البحث كيفية الإجابة على الأسئلة الخاصة بأدوات البحث من خلال قراءة بعض البنود وشرحها، ثم أجابت على جميع التساؤلات التي تتعلق باستمارة البيانات الأساسية أو أدوات البحث، وبعد الانتهاء من إجراءات التطبيق صححت الباحثة الاستجابات وفقًا لطريقة تصحيح كل أداة من أدوات البحث.

المعالجات الإحصائية:

استخدمت الباحثة حزمة برامج التحليلات الإحصائية للعلوم الاجتماعية المعروفة اختصارًا باسم (SPSS)، واستخدمت الأساليب الإحصائية الآتية:

١- الإحصاء الوصفي (المتوسطات، والانحرافات المعيارية) لحساب خصائص عينة البحث، ومتغيراتها.

٢- معامل ارتباط بيرسون: لحساب العلاقة بين متغيري البحث.

نتائج البحث ومناقشتها: قبل عرض الباحثة للفروض ومدى تحققها إحصائيًا تعرض فيما يلي الإحصاء الوصفي (المتوسطات والانحرافات المعيارية وغيرها لمتغيرات البحث)، وهذا يتضح في جدول (١).

جدول (١) الإحصاء الوصفي لدرجات عينة البحث على مقياسي أنماط التعلق وفاعلية الذات (ن= ٣٠٠)

العمليات الإحصائية	أنماط التعلق						فاعلية الذات	
	التعلق الآمن		التعلق التجنبي		التعلق القَلِق			
	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث
أعلى قيمة	٢٣	٢٣	٢٧	٢٤	٢٧	٢٧	٥١	٤٩
أقل قيمة	٨	٨	١٠	١١	٩	٩	٢٥	٢٦
المتوسط	١٦,٢٤	١٥,٢٤	١٦,٥١	١٥,٩٩	١٨,١٢	١٨,٥٦	٣٨,٢٦	٣٧,٢٨
الانحراف المعياري	٢,٤٨	٣,٠٨	٣,٠٩	٣,١١	٣,٣٦	٣,٧٧	٥,٣٤	٥,١٥
إجمالي المتوسط	١٥,٧٥		١٦,٢٥		١٨,٣٤		٣٧,٧٨	
إجمالي الانحراف المعياري	٣,٠٠		٣,١٠		٣,٥٧		٥,٢٧	
الالتواء	٠,٢١٤-		٠,٢٣١		٠,١٥٢-		٠,٠٩٧-	
التفرطح	٠,٣٥٣-		٠,٢٠٤		٠,٢١١-		٠,٥٥٨-	

يتضح من جدول (١): أن المتوسطات الحسابية لأنماط التعلق جاءت على التوالي "نمط التعلق القَلِق" في المرتبة الأولى، وتلاه "نمط التعلق التجنبي" في المرتبة الثانية، بينما جاء "نمط التعلق الآمن" في المرتبة الأخيرة. وبلغ المتوسط الحسابي لدى عينة البحث على مقياس فاعلية الذات (٣٧,٧٨) درجة بانحراف معياري قدره (٢٧ ,٥) درجة، وبالتالي فإن متوسط درجاتهم على المقياس أكبر من المتوسط الحسابي للمقياس ذاته (م= ٣٤) مما يشير إلى أن الطلاب يتمتعون بدرجة مقبولة من فاعلية الذات، ولتحديد مستوى فاعلية الذات لدى أفراد عينة البحث بصورة أكثر دقة قُسمت درجات المقياس الذي تتراوح

بين (١٧- ٥١) درجةً إلى أربعة فترات متساوية الطول تقريبًا على النحو التالي: (١٧- ٢٥) فاعلية ذات منخفضة، (٢٦- ٣٣) فاعلية ذات أقل من المتوسط، (٣٤- ٤٢) فاعلية ذات متوسطة، (٤٣- ٥١) فاعلية ذات مرتفعة.

كما اتضح من النتائج أن توزيع عينة البحث ملتوي التواء سالب ضعيف جهة اليسار في نمط التعلق الآمن ونمط التعلق القَلِق، في حين أن التوزيع ملتوي التواء موجب ضعيف جهة اليمين في نمط التعلق التجنبي، بيد أن التوزيع اعتدالي في فاعلية الذات، وعلى نحو آخر تُظهر النتائج أن معامل التفرطح أقل من (٣) مما يدل على أن المنحنى متفرطح أي أن التكرارات موزعة على الفئات المختلفة، ولا يوجد تركز بدرجة كبيرة في إحدى الفئات على حساب الفئات الأخرى.

نتائج فرض البحث:

نص فرض البحث على: توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين نمط التعلق الآمن وفاعلية الذات، وعلاقة سالبة دالة إحصائيًا بين نمطي التعلق (التجنبي والقَلِق) وفاعلية الذات لدى أفراد عينة البحث الحالي. وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين متغيري البحث، ويوضح جدول (٢) النتائج.

جدول (٢) معاملات ارتباط أنماط التعلق بالدرجة الكلية لمقياس فاعلية الذات (ن= ٣٠٠)

فاعلية الذات أنماط التعلق	العينة الكلية (ن= ٣٠٠)	الذكور (ن= ١٥٢)	الإناث (ن= ١٤٨)
التعلق الآمن	٠,١٦١ (**)	٠,٢٤٢ (**)	٠,٠٥٧
التعلق التجنبي	-٠,٢٦٤(**)	-٠,٣١١(**)	-٠,٢٣٥(**)
التعلق القلق	-٠,٢٥٣(**)	-٠,٢١٥(**)	-٠,٢٨٣(**)

** دال عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (٢): وجود علاقة إيجابية منخفضة دالة إحصائيًا بين نمط التعلق الآمن وفاعلية الذات لدى العينة الكلية وعينة الذكور، وعلاقة إيجابية منخفضة بين نمط التعلق الآمن وفاعلية الذات لدى عينة الإناث، بينما وجدت

علاقة سالبة منخفضة دالة إحصائيًا بين كل من نمطي التعلق (التجنبي والقَلِق) وفاعلية الذات لدى عينة البحث (ذكور- وإناث).

مناقشة نتائج فرض البحث:

تُشير العلاقات الإيجابية والسلبية الدالة إحصائيًا بين متغيري البحث إلى تحقق الفرض الأول، واتفقت تلك النتائج مع أغلب نتائج الدراسات السابقة الواردة في البحث الراهن، وكذلك اتفقت مع الأُطر النظرية للبحث.

أظهرت نتائج البحث وجود ارتباط إيجابي بين نمط التعلق الآمن وفاعلية الذات؛ في حين وُجِد ارتباط سلبي بين نمطي التعلق التجنبي والقلق وفاعلية الذات، وهذا يتفق مع الأطر النظرية للبحث؛ حيث إن المراهقين ذوي التعلق الآمن يكونون أقل قلقًا وأكثر قدرة على التكيف والتعامل مع الضغوط التي تواجههم، من خلال التفاعلات الناجحة مع الوالدين التي تنمي فاعلية الذات لديهم وتضع أساسًا للشعور بالثقة في النفس والآخر، بينما المراهقين ذوي التعلق التجنبي أو القَلِق يتسمون بالغضب وعدم الثقة بالنفس والآخر لذلك يكونون عرضة لعدم التوافق نتيجة لصعوبات التنظيم الانفعالي والمشكلات السلوكية والشعور المنخفض بالفاعلية الذي يرتبط بالقلق وانخفاض تقدير الذات، ويكون لديهم أفكار سلبية حول إنجازاتهم ونمو شخصيتهم.

اتفقت نتائج البحث الحالي مع نتائج بحث "فاراجي"، و"عبدينى" (٢٠١٥)؛ حيث أظهرت النتائج وجود ارتباط إيجابي بين نمط التعلق الآمن وفاعلية الذات، بينما وُجِد ارتباط سلبي بين كل من نمطي التعلق التجنبي والمتناقض وفاعلية الذات، بينما اختلفت نتائج البحث الحالي جزئيًا مع نتائج بحث (حنان عبد الكريم، ٢٠١٠) التي أظهرت وجود علاقة إيجابية بين نمط التعلق الآمن وفاعلية الذات، ووجود علاقة سالبة بين نمط التعلق القَلِق وفاعلية الذات، ولم يتبين وجود علاقة بين نمط التعلق التجنبي وفاعلية الذات.

قائمة المراجع:

- **أميرة فكرى محمد (٢٠٠٨). أنماط التعلق وعلاقتها بالاكتئاب النفسي لدى المراهقين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق.**
- **جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفافي (١٩٨٨). معجم علم النفس والطب النفسي، جـ١، القاهرة: دار النهضة العربية.**
- **جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفافي (١٩٩٠). معجم علم النفس والطب النفسي، جـ ٣، القاهرة: دار النهضة العربية.**
- **جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفافي (١٩٩٥). معجم علم النفس والطب النفسي، جـ ٧، القاهرة: دار النهضة العربية.**
- **جيروم كاجان (٢٠١٧). ثلاث أفكار مغرية، (ترجمة) شاكر عبد الحميد، القاهرة: المركز القومي للترجمة.**
- **حنان عبد الرحيم المالكي (٢٠١٠). أنماط التعلق لدى الراشدين وعلاقتها بفاعلية الذات والمهارات الاجتماعية، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٤ (٣)، ٢٠٣-٢٣١.**
- **روبرت واطسون، وهنري كلاي لينـد جرين (٢٠٠٤). سيكولوجية الطفل والمراهق، (ترجمة) داليا عزت مؤمن، القاهرة.**
- **عادل عز الدين الأشول (١٩٩٨). علم نفس النمو من الجنين إلى الشيخوخة، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.**
- **عبير فاروق عبد الرؤف (٢٠٠٨). فاعلية الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والأسرية لدى طلاب التعليم الثانوي العام في المدارس الموحدة والمختلطة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.**
- **ليلى كرم الدين (٢٠٠١). دور الأسرة في بناء شخصية الطفل وتنميته، في بحوث مؤتمر عين شمس بعنوان (دور تربية الطفل في الإصلاح الحضاري)، القاهرة: في الفترة من ٢٧- ٢٩ يونيو.**
- **مَجْمَع اللغة العربية (١٩٩٤). المعجم الوجيز، القاهرة: المطابع الأميرية.**
- **مَجْمَع اللغة العربية (٢٠٠٤). المعجم الوسيط، ط٤، القاهرة: مكتبة الشروق الدولية.**

- مريم سليم (٢٠٠٢). علم نفس النمو، بيروت: دار النهضة العربية.
- Armsden, G., & Greenberg, M. (1987). The inventory of parent and peer attachment, individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 16 (5), 427-453.
- Bandura, A. (1977). *Self-Efficacy, Toward a Unifying Theory of Behavioral Change.* Psychological Reports, 84, 191-215.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action, A Social Cognitive Theory*. New Jersey, Prentice Hall.
- Bandura, A. (1988). Organisational applications of social cognitive theory. Australian *Journal of management*, 13 (2), 275- 302.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy. The Exercise of Control,* New York, W.H. freeman.
- Benjamin, J., & Virginia, A. (2004). *Kaplan and Sadocn's, Synopsis of Psychiatry, Behavioral Sciences, Clinical Psychiatry.*
- Bhatia, M. (2009). *Dictionary of Psychology and Allied Sciences*. New age international.
- Bowlby, J. (1981). *Psychoanalysis as a Natural Science*. International Review of Psycho-Analysis, 8, 243-256.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss. 1,attachment (2nd ed)*. New York, Basic Books, 1st ed, 1969.
- Bowlby, J. (1988). *A secure parent- child attachment and healthy human development,* New York, Asic Books Publishers.

- **Bowlby, J., & Ainsworth, M. (1991). An ethological approach to personality development.** ***American Psychologist*****, 46, 333- 341.**
- **Brody, N., & Ehrlichman, H. (1998).** ***Personality Psychology. The Science of Individuality*****, New Jersey, Prentice-Hall.**
- **Brotherson, S. (2005).** ***Understanding attachment in young children.*** **NDSU extension service, North Dakota State University Fargo, North Dakota.**
- **Cassidy, J., & Shaver, P. (2008).** ***Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications.*** **New York: Guilford Press.**
- **Colman, A. M. (2009).** ***A Dictionary of Psychology, 3rd*****. Oxford University Press Inc., New York.**
- **Faraghi, M., & Abedini, M. (2015). The Relationship between Attachment Style with Self- Efficacy and Academic Performance of Secondary School Students in Bandar Abbas, Educational Psychology, Azad University.** ***European Online Journal of Natural and Social Sciences*****. Special Issue on New Dimensions in Economics, Accounting and Management. 4 (1), 1805-3602.**
- **Gerrig, R., & Zimbardo, Ph. (2002).** ***Glossary of Psychological Terms Psychology and Life, Pearson education*****.**
- **Kaufman, D. (2010).** ***Alley Dog Psychology Glossary, 3rd*****.**
- **Kenny, M. (1994). Quality and correlates of parental attachment among late adolescents.** ***Journal of Counseling & Development*****, 72, (4), 399- 403.**

- **Lee, C.,& Bobko, P. (1994). Self- efficacy beliefs, comparison of five measures. *Journal of Applied Psychology*, 79(3), 364- 369.**
- **Matsumoto, D. (2009). *The Cambridge Dictionary of Psychology*. Cambridge University Press.**
- **Moretti, M., & Peled, M. (2004). Adolescent-parent attachment: Bonds that support healthy development. *Paediatr Child Health*, 9 (8), 551-555.**
- **Neal, J., & Frick-Horbury, D. (2001). The Effect of Parenting Styles and Childhood Attachment Patterns on Intimate Relationships, *Journal of Instructional Psychology*, 28 (3), 171 -183.**
- **Pajares, F.,& Miller, D. (1994). Role of self-efficacy and self-concept in mathematical problem solving: a path analysis. *Journal of educational psychology*, 86 (2), 193-203.**
- **Perry, B. (2006). *Bonding and Attachment in Maltreated children*, Ph.D., Texas University, AAT509488, 154.**
- **Schawrzer, R. (1994). *General Perceived Self –Efficacy in 14 Cultures, Washington* Dc: Hemisphere.**
- **Schunk, D. (1989). Self-efficacy and achievement behaviors. *Educational Psychology Review*, 1 (3), 173-208.**
- **Schunk, D. (1991). Self-efficacy and academic motivation. *Educational psychology Review*, 26 (3& 4), 207- 231.**
- **Sebastian, W., Anke, G., Michelle, F., Wilfried, S., & Ludwig, B. (2020). Associations among Adolescents' Relationships with Parents, Peers, and Teachers, Self-Efficacy, and Willingness to Intervene in Bullying: A Social Cognitive Approach. International *Journal of Environmental Research and Public Health.***

- **Steele, M., Bate, J., Nikitiades, A., & Buhl-Nielsen, B. (2015). Attachment in adolescence and borderline personality disorder. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 14 (1), 16-32.**
- **Teti, D., Gelfand, D., Messinger, D., & Isabella, R. (1995). Maternal Depression and the Quality of Early Attachment: An Examination of Infants, Preschoolers, and Their Mothers, *Developmental psychology*, 31 (3), 364-376.**
- **Voss, K. (1999). *Understanding adolescent antisocial behavioral from attachment theory and coercion theory perspectives*. Unpublished doctoral dissertation, Concordia University.**
- **Waters, E., Homiton, C., & Weinfied, N. (2000). The Stability of Attachment Secrity from in fancy to Adolescence and Adulthood, General Interoduction, *Child Delovopment*, 71 (31), 678- 683.**
- **Zimmerman, B., & Riggo, J. (1985). Effects of model Persistence and statements of confidence on children's self - Efficacy and problem solving, *Journal of Educational Psychology*, 72 (4), 485-493.**
- **Zonash, R., & Iqbal, N. (2017). Perceived parental attachment styles predicting self- efficacy in adolescents. *Journal of Behavioural Sciences*, 27(1), 75–92.**