

المرونة النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال

الباحث غنية حسن طراد أ.د. أيمن عباس علي الخفاف

كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية / قسم رياض الأطفال

مستخلص البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على التعرف بالمرونة النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال. وتحدد البحث الحالي بطالبات قسم رياض الأطفال في (الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية) للعام الدراسي 2020- 2021 الدراسة الصباحية والمسائية، وقامت الباحثة ببناء مقياس المرونة النفسية إذ بلغ عدد فقراته بالصيغة النهائية (26) فقرة، وقد تم التأكد من خصائصهما السايكومترية وتم تطبيق الأدوات على عينة بلغت (339) طالبة تم اختيارهن عشوائياً من قسم رياض الأطفال في (كلية التربية الأساسية-الجامعة المستنصرية)، للعام الدراسي (2020- 2021).

الفصل الأول

مشكلة البحث:

تعد للمرونة النفسية دوراً هاماً في تحديد قدرات الأفراد على التكيف مع المواقف والظروف والصعوبات التي تواجههم في الحياة، وإن الشخص الصحيح نفسياً الذي يتمتع بالتوازن الانفعالي هو الذي يستطيع السيطرة على انفعالاته بمرونة عالية والتعبير عنها حسب طبيعة الموقف، ويساعد ذلك الفرد على مواجهة الظروف الحياتية وازماتها فلا يضطرب أو ينهار أمام الضغوط أو الصعوبات التي تواجهه (الريان، 2006، 13). والمرونة النفسية هي القدرة على التكيف مع مرور الوقت مع الحياة المتغيرة أو المواقف الضاغطة، والتي تمثل التكيف مع تلك الظروف، لذلك فالمرونة النفسية لدى طلاب الجامعات لها أهميتها خاصة في الحياة الجامعية يمكن أن تكون معقدة وشاقة، وتتطلب القدرة على التعامل مع متطلباتها الأكاديمية والدراسية، والتوازن الدراسي... الخ، أشارت دراسة ستالمان (Stallman, 2010) إلى أن السبب في ارتفاع مستويات اعتلال الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة بالمقارنة مع أقرانهم من غير الجامعيين هو انخفاض مستوى المرونة النفسية وفق بعض متغيرات المرونة النفسية في مواجهة متطلبات الحياة الجامعية المتعددة في كثير من الحالات، وهذا ما أكدته أيضاً دراسة هاملتن وويست (West and Hamelton, 2010)، التي تسمح للأفراد بتعديل الطريقة التي يعبرون بها عن سيطرتهم على الأنا وذلك لأن المرونة النفسية هي صفة شخصية

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسوم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

تساعد على التكيف مع بيئتهم التي يعيشون فيها، وترتبط المرونة النفسية بمجموعة من المخرجات الإيجابية والسلبية، فهي مرتبطة بالضغوطات النفسية والصراعات (klohn, vandwater, young, 1996, 204).

ويشير فيرنر وسميث (Smith)&wener إلى أن مرونة الأنا تشكل في مجملها الأبعاد العقلية والاجتماعية والنفسية والأكاديمية لشخصية الفرد بأن تكسبه القدرة على التكيف مع الأحداث الضاغطة التي من المتوقع أن تعرقل مسيرة نمو الشخصية في الاتجاه الطبيعي، وإذا ما كان الشخص غير قادر على التعامل بمرونة مع ما يواجهه من أحداث صادمة أو ضاغطة، تشكل أحداث مؤلمة للذات، تظهر نتائجها السلبية في حياته المقبلة على المستوى النفسي والاجتماعي والأكاديمي، بأن تصبح الشخصية غير مؤهلة للحياة الطبيعية، (الزغول وآخرون، 2015، 539). وتكمن مشكلة البحث في البحث عن المرونة النفسية التي تشكل جزءا مهما من شخصية الطالبة التي هي مشروع معلمة رياض الاطفال في المستقبل ولهذا الموضوع اهمية كبيرة كونها مسؤولة عن الاهتمام بأجيال المستقبل، فقد جاءت هذه الدراسة للكشف عن الاجابة عن السؤال الآتي:

س / ماهي المشكلات التي نعاني منها طالبات قسم رياض الأطفال ؟

اهمية البحث:

تشكل طالبات الجامعة ومنهن طالبات قسم رياض الاطفال فئة مهمة من فئات المجتمع فهن أكثر شرائح المجتمع قدرة على البذل، والعطاء بحكم تكوينهن الجسمي الذي يجعلهن في عنفوان الحيوية والنشاط لذا تعد المرحلة الجامعية مرحلة دقيقة إذ تقف الطالبة الجامعية على مفترق الطريق بين المراهقة المتأخرة والرشد المبكر، وتعمل جاهدة من أجل الاستقلال بذاتها والانتماء لجماعة الراشدين، فضلا عن انها تؤدي دورا فاعلا في حياة كل طالبة إذ تؤثر في كيانها النفسي اي مرحلة الجامعة تشتمل على الكثير من خصائص الشخصية التي تميز طالبة عن الأخريات، فطالبات الجامعة هن العنصر الأساس في بناء البلد فهن مادتها الخام وهن هدفها، إذ يتفاعلن مع قدراتها العلمية وتوجيهها التربوي بهدف إعدادهن لقيادة المجتمع في المستقبل، ويعد الالتحاق بالجامعة مرحلة تحول هامة ، إذ تمثل سنوات الدراسة الجامعية مرحلة نمو نفسي واجتماعي مهمة، و يسهم المناخ الجامعي السائد فيها للطالبات على الالتزام بمهام محددة منتقاة من بين عدة بدائل عديدة، مما يجعل الطالبات تحقق ولاءها

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسوم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

لوضعها الجديد في مجالاتها الأساسية النفسية والاجتماعية، والاقتصادية، والثقافية، وتجد أملا في مستقبل ترنو إليه وهذا من شأنه أن يحقق ما تسعى إليه (هنري وماير، 1992، 5)

ان اهمية موضوع المرونة النفسية الذي يعد من اهم المواضيع التي لقيت اهتمام الباحثين في مجال العلوم النفسية في المجتمع العربي، فتمثل المرونة النفسية هي القدرة على التخلص من التأثير السلبية للشدائد والازمات والظروف الضاغطة (عربية، 2018، 8). لذلك زادت اهمية المرونة بشكل واسع خلال الفترة السابقة بعدها حاجة ملحة تقود الى نتائج صحية أكثر، فجميع الطلاب يواجهون الضغط والظروف والمآسي في بيئتهم (Goldatein,2008,1)). فالمرونة النفسية عنصر حاسم في تحديد الطرق الذي يتفاعل بها الافراد مع الضغوط فيوجد مدى واسع من الصفات التي لها صلة بالمرونة وهذه الصفات تتصل بالمظاهر والقوى الايجابية للحالة العقلية للأفراد (Connor,2006,46)

تحدد المرونة النفسية بثلاث مصادر تتمثل في القوة الداخلية الذاتية الي تنتج مع مرور الوقت، وامتلاك مهارة لحل المشكلات التي تساعد الافراد على مواجهة الظروف الحياتية، والدعم الاجتماعي الذي يحافظ على استمرارية المرونة (شقورة، 2012، 13) وتساعد المرونة النفسية الافراد على التعافي من الازمات والامراض بمختلف الوظائف ويكون الفرد راض عن حياته بسبب التأقلم معها، وعدم التعايش مع تلك الاحداث التي تجعله غير راض عن حياته (عبد المقصود، 2003، 3) وتشير المرونة النفسية في علم النفس الى الميل للثبات والاحتفاظ بالهدوء كما انها تعد من المجالات الاساسية في البحوث العلمية في علم النفس وخصوصا في علم النفس الايجابي التطبيقي فهي تعرض في ارض الاحلام والخيال فينظر الى الحياة بكل ايجابية كنعمة خيالية تكون خالية من كل المتاعب والضغوطات (شقورة، 2012، 11)

اهداف البحث: يستهدف من البحث الحالي التعرف على:

- السلوك الموجه نحو الهدف لدى طالبات قسم رياض الأطفال.

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي

- الحدود بشرية : طالبات قسم رياض الاطفال.

- الحدود زمانية: العام الدراسي 2020 / 2021.

- الحدود المكانية: الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية.

- الحدود العلمية: مقياس السلوك الموجه نحو الهدف ومقياس المرونة النفسية.

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

تحديد المصطلحات:

المرونة النفسية (psychological Flexibility) عرفها كل من :
- روتر (Rutter,1979) : هي قدرة الفرد الذي يتغلب على المحن والصعوبات، ويتخلص من الضغوط، ويتجاوز العقبات والمساوئ (Jordan,1992,19).
فحجان (2010): هي قدرة الافراد على مواجهة الضغوط الحياتية المختلفة وتحدياتها وقدرة الافراد على التفاعل اجتماعيا مع الآخرين (فحجان،2010، 87).
المرونة النفسية:

تعد المرونة النفسية سمة تتضمن سلوكيات ، وأفكارا واعتقادات، وأفعالا يمكن تعليمها وتنميتها لدى أي شخص، فالشخصية المرنة الناضجة لديها القدرة على التكيف والتعامل مع ظروف الحياة المختلفة وخاصة مع المواقف التي تحمل رياحا غير سارة في بعض الأحيان ، كالصدمات العاطفية أو الخسائر المادية ، إن هذه المواقف في حاجة إلى مرونة، وترجع خاصية المرونة إلى ديناميكية الفرد التي يدعمها التفكير الإيجابي والحوار والتفاعل الجيد مع الآخرين، وإسقاط خاصية أو سمة المرونة النفسية على شخص ما، لا يعني أن مثل هذا الشخص لا يعاني من مصاعب أو ضغوط، فالألم الانفعالي، والحرن أعراضا شائعة بين الأشخاص الذين يعانون من شدائد أو عثرات شديدة في حياتهم وفي الواقع، فإن الطريق على المرونة النفسية يتضمن الكثير من الضيق والمعاناة، فالحياة ليست نزهة مبهجة، وليست في نفس الوقت مجرد مصاعب وعقبات. (الخطيب، ٢٠١٠، 52)

فالشخص المرن يستطيع الاستجابة لأي صعوبة في بيئته استجابة ملائمة تحقق الانسجام بين حاجاته ودوافعه من جهة وضغوطات المحيط من جهة أخرى، وبالتالي فهو يتصرف بطريقة إيجابية تمكنه من القيام بدوره في الحياة بنجاح. إنه يملك القدرة للتعامل مع الواقع بالطريقة المناسبة فيقله أو يغره أو يتحايل عليه حسب ما يقتضيه الوضع وحسب ما تسمح به قدراته (العثماني،2009، 43)

عوامل المرونة النفسية :

- القدرة على تكوين علاقات اجتماعية واقعية، والتواصل الإيجابي مع الآخرين.
- القدرة على ترويض الانفعالات القوية والاندفاعات.
- النظرة الإيجابية للذات والثقة في القدرات من خلال إدراكه الحقيقي لها وللأحداث من حوله.

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسوم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

- القدرة على وضع خطط واقعية واتخاذ القرارات وتنفيذ الإجراءات اللازمة لحل المشكلات ومواجهة ضغوط الحياة. (McMillanet,1992,412)

طرق تقوية المرونة النفسية:

١. بناء روابط قوية مع الآخرين: ويبدأ ذلك في العلاقات الأساسية مع أعضاء الأسرة، والأصدقاء، وغيرهم وهذه من أهم متطلبات بناء المرونة النفسية. وكذلك تقبل المساعدة والدعم من الأشخاص المقربين وخسن الاستماع إليهم يساهم كثيرا في تحقيق المرونة النفسية. وهناك نشاطات تساعد على نمو وتوازن المرونة النفسية منها المشاركة الفعالة في مؤسسات المجتمع المدني والمؤسسات الدينية، او غير ذلك من الجماعات الخيرية او التطوعية. او ان مساعدة الآخرين وقت احتياجهم إلى المساعدة يعتبر مصدرا داعما لتحقيق التوازن النفسي لمن يقدم هذه المساعدة مما يدفعه إلى المزيد منها. (الجمعية الأمريكية، 2013، 50).

٢- التخلص من الحالة الاستسلامية: تتعامل الأزمات على أنها مشكلات لا سبيل هناك حقائق لا يمكن تجاهلها ومفادها أن الأحداث غير السارة جزء من واقع حياة الإنسان، لكن بالإمكان تغيير الطريقة التي يدرك الفرد ويفسر ويستجيب بها لهذه الأحداث، ومحاولة تجاوز سلبيات الحاضر والتطلع إلى ايجابيات المستقبل وآماله وعلى الفرد البحث عن كل ما يمكن أن يلطف مشاعر الحزن الناتجة عن المصاعب أو العثرات التي يواجهها. (الجمعية الأمريكية، 2013، 50).

٣- تقبل التغيير والتعامل معه على انه جزء لا يتجزأ من الحياة: لا يتمكن الإنسان من تحقيق أو انجاز أهداف معينة في الحياة نتيجة المواقف أو الظروف أو الأحداث العصبية الضاغطة التي يتعرض لها إلا إذا تقبل الظروف التي لا يمكن تغييرها فأن ذلك تقبل يساعد في التركيز على الظروف الأخرى القابلة للتغيير والسيطرة. (الجمعية الأمريكية، 2013، 52).

٤ - اتخاذ القرارات الحيوية والحاسمة: إن مواجهة المواقف الطارئة بأقصى ما يملك الفرد من طاقة او قدرة. واتخاذ قرارات حاسمة تدفع باتجاه المواجهة والتصدي الفعال والتوافق النشط الايجابي بدلا من الاستسلام للمشكلات والضغوط واجترار آلامها. (الجمعية الأمريكية، 2013، 52).

٥- الاندفاع والتوجه نحو تحقيق الأهداف: الأهداف قابلة للتحقيق اذا كانت مبنية على قراءة دقيقة لإمكانيات وقدرات الفرد وللواقع المحيط به. فالإقدام والتصميم على عمل شيء، حتى وان بدا لأول وهلة انجازا صغيرا، فإنه يساعد بالتدرج على تحقيق الهدف. وبدلا من التركيز على مهام يتعذر

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

تحقيقها، فعلى الفرد أن يسأل نفسه: " ما الشيء الذي اعرف أن بإمكانني تحقيقه أو انجازه اليوم ويقربني من التحرك في الاتجاه الذي أريده؟. رؤية او نظرة ايجابية نحو الذات: على الفرد أن يعتقد يقينا بقدراته على حل المشكلات، والثقة بالذات تضعه بتلقائية على بداية طريق المرونة النفسية. (الجمعية الأمريكية، 2013، 52).

٧- استغلال كل الفرص التي تساعد على استكشاف الذات: من خلال كثرة التجارب المستحصلة من خلال الفشل والنجاح.. يستطيع الفرد ان يكشف قابليات وطاقات كامنة في داخله.. لم تكن لتظهر لولا تلك الضغوط والمعاناة.. ويستطيع ان يستفيد من تلك القابليات والطاقة الكامنة في بناء شخصيته من ناحية، ومن ناحية أخرى بناء علاقات وروابط متينة مع الآخرين، الاهتمام وتقدير الحاجات والمشاعر والاندماج في الأنشطة والخبرات التي يستمتع

بها تزيد من راحة الفرد واسترخائه. وممارسة الألعاب الرياضية الممتعة باستمرار والاهتمام بالنفس يساعد في التماسك والاستعداد لأي حدث طارئ. (الجمعية الأمريكية، 2013، 53)

8- وضع الأمور او الأشياء في سياقها وحجمها الطبيعي: عندما يواجه الفرد أحداثا طارئة، عليه أن يحاول تقييم الحدث الطارئ في سياقه الواسع والنظر إلى المدى البعيد الذي يمكن أن يحتوي مثل هذا الموقف، وتجنب تضخيم الأمور، او تضيقها.. على خلاف الحقيقة. بل لابد من الموضوعية في كل ذلك. (الجمعية الأمريكية، 2013، 53).

9- الاحتفاظ بالأمل والاستبشار دون ملل: فنظرة الفرد التفاؤلية تمكنه من توقع حدوث الأشياء الايجابية الجيدة في حياته. (الجمعية الأمريكية، 2013، 53).

صفات الافراد ذوي المرونة النفسية:

1. الصبر : الإنسان الصبور من الناحية النفسية هو الذي يتسم بالجلد والروية والاتزان الانفعالي وعدم التسرع أو الثورة أو التهيج أو شدة الغضب، وهو القادر على الانتظار وعلى الاستقامة والاستمرار فيها، وهو الذي يتوكل على الله عز وجل (العيوسي، 1998، 220)

وهذا الصبر يعلم الانسان المثابرة على العمل وبذل الجهود لتحقيق أهدافه العملية والعلمية، حيث إن معظم أهداف الإنسان في الحياة تحتاج إلى الكثير من الجهد والوقت حتى يتمكن من بلوغها وتحقيقها؛ لذلك كانت المثابرة على بذل الجهد والصبر على معاناة العمل والبحث من الصفات الهامة الضرورية لبلوغ النجاح وتحقيق الأهداف، قال عز وجل: " إن يكن منكم عشرون صابرون يغلبوا مائتين وإن يكن

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسوم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

منكم مئة يغلبوا ألفا من الذين كفروا بأنهم قوم لا يفقهون) " (65، الأنفال)، والصبر والمثابرة مرتبطان بقوة الارادة ، فالشخص الصابر قوي الإرادة لا تضعف عزيمته ولا تثبط همته مهما لقي من مصاعب وعقبات، وبقوة الارادة يتمكن الإنسان من تحقيق إنجازاته وتحقيق الأهداف العالية (نجاتي، 2005، 299) . ويعد الصبر من أهم الدعائم التي يجب أن يتحلى بها الإنسان صاحب الشخصية المرنة، والذي يريد أن يصل إلى السعادة والرضا في الدنيا والآخرة (حسان، 2008، 52) 2- التسامح: وهو التغلب على نزوع النفس من المكابرة والإصرار على الخطأ، وأعظم أبواب الاعتذار وأجلها هو مداومة المسلم على الاعتذار وطلب العفو والصفح من ربه جل وعلا، وهو ما يسمى بالتوبة والإنابة، والقدرة على العفو هي طاقة نفسية لا توجد عند الكثيرين، وهذه الطاقة لا بسبب ضعف أو نقص، ولكن ترافق القدرة على الانتقام وبالرغم من ذلك يعفو عن ظلمه أو سبب له أذى، ولقد حثنا الله تعالى على الصفح والتسامح في العديد من الآيات، فقال عز وجل "فاصفح عنهم وقل سلام فسوف يعلمون" (الزخرف، 89) (حسان، 2008، 50)

النظريات التي فسرت المرونة النفسية:

نظرية فرويد:

يرى فرويد بان النمو السليم يؤدي إلى نشوء الأنا القوية، التي تظهر كأحد المتغيرات المهمة في الشخصية في ضوء القابلية على مواجهة المشكلات التي يتعرض لها الفرد في حياته لتحقيق عملية التوافق. وان النمو الطبيعي يحدث في حالة توازن بين مكونات (الهو والأنا والأنا العليا)، عندما يستبدل بأساليب أكثر نضجا وفعالية في التعامل مع المشكلة وعلى نحو ثابت (فونتاننا، 1989: 72). (رضا، 2008، 34) كما ويرى فرويد إن التوافق في الشخصية ما هو إلا الحصيلة النهائية عن إمكانية تحقيق الذات وتجنب الألم عبر الواقع الاجتماعي الذي يرسم من خلاله المعالم الأصلية للشخصية (الحفي، 2000: 22). فالسلوك التوافقي في الإنسان هو السلوك الموجه للتغلب على عقبات البيئة أو صعوبات مواقفها، كما أن آليات توافقه التي يتعلمها هي الاستجابة المعتادة التي يسير عليها لإشباع حاجاته، وإرضاء دوافعه وتخفيف توتراته، فقدره المرء تحت تأثير دوافعه على تحويل ما هو ذاتي إلى اجتماعي قابلة التكيف أو القدرة على التكيف (Adaptability) كما يقول فرويد (دسوقي، 1974: 32) فمدى التكيف والقدرة عليه يشكلان الجانب المهم من المرونة النفسية للفرد.

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسوم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

إن هذه النقاط التي أشار إليها فرويد مثل التوافق والتكيف وما شابه ذلك لها علاقة وطيدة بالمرونة..
بل يمكن اعتبارها تعابير مرادفة لها. (دسوقي، ١٩٧٤: ٣٢)

(نظرية آدلر Theory, Adler):

افترض آدلر وجود أربعة أساليب أساسية للحياة يتبناها الناس للتعامل مع المشكلات وهي (النمط المسيطر، والنمط المعتمد او الآخذ، والنمط المتجنب، والنمط المميز اجتماعيا، فالمرونة النفسية استنادا إلى وجهة نظر آدلر تعتمد على مدى تغيير الفرد لأساليب حياته وفقا لمستجدات الواقع والمصلحة الاجتماعية بما يحقق له سد ثغرات نقصه من اجل بلوغ مستويات أعلى من النمو النفسي والتكيف للواقع الاجتماعي (رضا: ٢٠٠٨: ٩٠).

نظرية اريك اريكسون Theory Erickson:

وجهة نظر اريك اريكسون في تطور الشخصية وتكاملها يكون عن طريق ما اسماه أزمات الحياة وهي عبارة عن مشكلة تكيف متدرجة ومتصاعدة ويتحقق هذا التكيف كلما كانت مرونة التعامل مع الواقع مما يمكن إن نطلق عليه المرونة النفسية (محفوظ، 2005، 66)
ووفقا لمبدأ التخلق المتعاقب فكل مرحلة من مراحل النمو بالنسبة لاريكسون لها مهامها الحياتية، والنجاح او الفشل في تحقيق هذا له أثره الهام على النمو في المراحل التالية. فالكثير من عمل اريكسون يمكن النظر إليه على انه وصف للقوة الاجتماعية والتاريخية التي تؤثر على قوة ومرونة او ضعف وصلابة الأنا، فآثار المجتمع على الشخص هي مركز تطور الشخصية والفروق في المتغيرات الثقافية مهمة وتؤدي إلى اختلافات، في سلوك الراشدين فالجماعات المختلفة لها طرق مختلفة في تنشئة أطفالها، وبذلك فان طريقة التربية في العائلة والنماذج الاجتماعية عبر مراحل النمو النفسي والجنسي يؤديان دورا مهما في تكوين الأنا (سيني، ٢٠٠٠: ٢٦).

2- دراسة (كلدستادلي 2006)

الرضا عن الحياة والمرونة النفسية، دراسة طولية مقارنة لدى طلبة كلية الطب،
وهدفت الدراسة إلى تفحص العلاقة بين الرضا عن الحياة و المرونة النفسية لدى طلبة كلية الطب مقارنة بالطلبة من كميات أخرى، وبلغ عدد الطلبة (540) طالبا، وتم استخدام مقياس الرضا عن الحياة ومقياس المرونة النفسية من إعداد الباحث، وبينت الدراسة أن مستوى الرضا عن الحياة يقل خلال فترة الدراسة في كلية الطب، وأن مستوى الرضا عن الحياة والمرونة النفسية كان متوسط لدى طلبة

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

كلية الطب والطلبة من الكليات النظرية في السنة الأولى، ومستوى الرضا عن الحياة كان أقل في سنة التخرج، (كلستادلي 2006 : 44)

3- دراسة (الخطيب 2007)، فلسطين

الاحترق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا لدى المعلمين الفلسطينيين بمحافظة غزة .

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي ومرونة الأنا لدى المعلمين الفلسطينيين بمحافظة غزة، وتكونت عينة الدراسة من 462 معلماً ومعلمة من محافظات غزة تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية. واستخدم الباحث مقياس الاحتراق النفسي إعداد سيدمان وزاجر وتعريب عادل عبد الله محمد ومقياس مرونة الأنا إعداد محمد وفائي الحلو ومحمد جواد الخطيب. وقد بينت نتائج الدراسة

- عدم وجود مستويات مرتفعة في أبعاد الاحتراق النفسي (عدم الرضا الوظيفي، انخفاض مستوى المساندة الإدارية كما يدركها المعلم، ضغوط المهنة، الاتجاه السلبي نحو التلاميذ).

- وجود مستويات مرتفعة في أبعاد مرونة الأنا (الرعاية والدعم النفسي، التوقعات العالية للنجاح، المشاركة الفاعلة في المجتمع، تكوين الروابط الاجتماعية، ممارسة الصداقة والصحة، مهارات التواصل في الحياة). (حسان ، 2008) .

- لا توجد علاقة ارتباط بين أبعاد الاحتراق النفسي ومرونة الأنا لدى المعلمين الفلسطينيين في محافظات غزة. (الخطيب، 2007).

4- دراسة (حسان ، 2008)، فلسطين

فاعلية برنامج إرشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة ، وتكونت عينة الدراسة من (116) طالبة من طالبات المستوى الأول من كلية التربية، كما اختارت الباحثة (12) طالبة من الحاصلات على أدنى الدرجات على إمتحان مرونة الأنا. واستخدمت الباحثة أداتين من إعدادها وهما: إمتحان مرونة الأنا، والبرنامج الإرشادي لزيادة مرونة الأنا، وقد بينت نتائج الدراسة:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على إمتحان مرونة الأنا في الاختبار القبلي والبعدي،

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسوم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على استبانة مرونة الأنا، في الاختبار البعدي، والاختبار التتبعي. (حسان، 2008).

الفصل الثالث

إجراءات البحث:

أتبعت الباحثة منهج الدراسة الوصفي المسحي، لملائمته لأهداف البحث الحالي.

أولاً: مجتمع البحث:

ويقصد بالمجتمع هو المجموعة الكلية من الناس أو الأحداث أو الأشياء التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها نتائج البحث ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة (النجار وآخرون ، 2009:86).
شمل مجتمع البحث الحالي معلمات رياض الأطفال والبالغ عددهن الكلي (415) يتوزعن على (28) روضة والجدول (1) يوضح ذلك

الجدول (1)

اعداد طالبات قسم رياض الاطفال للعام الدراسي 2020 / 2021

ت	المرحلة	عدد الطالبات		المجموع
		صباحي	مساءني	
1	الاولى	303	30	333
2	الثانية	25	149	174
3	الثالثة	49	55	104
4	الرابعة	38	72	110
	المجموع	415	306	721

- ثانياً: عينة البحث:

يقصد بالعينة وحدات من المجتمع يختارها الباحث بطريقة عشوائية لإجراء دراسته عليها وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً (داود وعبد الرحمن، 1990، 67).

وتحقيقاً لأهداف البحث في تقصي متغيرات السلوك الموجه نحو الهدف والمرونة النفسية لدى طالبات قسم رياض الأطفال، قامت الباحثة باختيار عينة لبحثها وكما يلي:

أ- عينة بناء مقياس السلوك الموجه نحو الهدف ومقياس المرونة النفسية (عينة التحليل الإحصائي)

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسوم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

اختيرت عينة الطالبات بالطريقة العشوائية من كل مراحل قسم رياض الأطفال (كلية التربية الأساسية – الجامعة المستنصرية) لمقياس السلوك الموجه نحو الهدف (339) طالبة وللمرونة النفسية (339) طالبة من كل مرحلة في قسم رياض الأطفال (كلية التربية الأساسية – الجامعة المستنصرية) كما موضح في الجدول رقم (2).

الجدول (2)

اعداد الطالبات (عينة التحليل الأحصائي) لمقياس السلوك الموجه نحو الهدف والمرونة النفسية

ت	المرحلة	عدد طالبات لمقياس التوجه نحو الهدف	عدد طالبات لمقياس المرونة النفسية
1	الاولى	100	100
2	الثانية	100	100
3	الثالثة	100	100
4	الرابعة	39	39
	المجموع	339	339

أ- عينة التطبيق النهائي:

اختيرت عينة الطالبات بالطريقة العشوائية البسيطة، حيث تم اختيار (339) طالبة عشوائياً من قسم رياض الأطفال التابع إلى كلية التربية الاساسية الجامعة المستنصرية ، بواقع (100) طالبة من المرحلة الاولى والثانية والثالثة و(39) طالبة من المرحلة الرابعة والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3)

اعداد الطالبات (لتطبيق النهائي) لمقياس السلوك الموجه نحو الهدف والمرونة النفسية

ت	المرحلة	عدد طالبات
1	الاولى	100
2	الثانية	100
3	الثالثة	100
4	الرابعة	39
	المجموع	339

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسوم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

مقياس المرونة النفسية:

اجراءات بناء المقياس أن عملية بناء المقياس تمر بخطوات عدة:

- التخطيط للمقياس:

ان التخطيط للمقياس يعد جزءاً من التخطيط للبحث بصورة عامة (الجابري، 2011:174)، يؤكد كرونباخ (Cronbach، 1970) على ضرورة قيام الباحث بتحديد المفاهيم المعتمدة في بناء المقياس قبل البدء بإجراءات البناء (Cronbach, 1970, 469). لذلك توجد هناك خطوات علمية محددة لبناء المقاييس التي ينبغي أن تبدأ بتحديد المنطلقات النظرية التي يستند اليها الباحث في بناء المقياس ، اذا يشير المختصون في القياس النفسي الى ضرورة تحديد المفاهيم البنائية والمنطلق النظري التي يعتمد عليها الباحث في بناء المقياس قبل البدء بالخطوات العملية لبنائه (Cronbach, 1970, 464). وهذه الخطوات هي :

المنطلقات النظرية والمنهجية في بناء المقياس:

من خلال ماعرض في الاطار النظري والدراسات السابقة للبحث الحالي فقد تم عرض المنطلقات النظرية والمنهجية التي تستند اليها الباحثة في بناء المقياس لأنها تعطي رؤيا واضحة فتنتقل منها الباحثة للتحقق من اجراءات بناء المقياس ، ان طبيعة المنهج المعتمد في بناء المقياس يحدد من خلال الاطار النظري والدراسات السابقة وبناء على ذلك فان الإطار النظري الذي تنطلق منه الباحثة هو الذي يحدد تلك المفاهيم ، كما يحدد طبيعة المنهج المعتمد في بناء المقياس ، حيث توجد ثلاثة مناهج أساسية ، يمكن الاعتماد عليها في بناء المقاييس ، هي :

- المنهج العقلي أو المنطقي : ويعتمد هذا المنهج على وجهة نظر معينة في الشخصية .

- المنهج الخبراتي : يعتمد على الحقائق والبيانات المستمدة من خبرة واضع المقياس أو غيره من المختصين في مجال وضع القياس .

- المنهج التجريبي : يعتمد المنهج التجريبي على ملاحظة أساليب السلوك وقياسها في مواقف معينة ومحددة إلى درجة كبيرة يتم إعدادها مسبقا (الكبيسي، 1987، 49).

اعتمدت الباحثة المنهج الخبراتي والعقلي او المنطقي في بناء المقياس الحالي وذلك تعريزا للاطار النظري الذي وضعته الباحثة.

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس المرونة النفسية :

1- القوة التمييزية لفقرات المقياس:

القوة التمييزية لفقرات المقياس:

ان الهدف من حساب القوة التمييزية للفقرات هو الكشف عن الفروق الفردية بين الأفراد في الخاصية أو السمة التي يقيسها المقياس (Eble.1972:399)، إذ يؤكد جيزلي أنه من الضروري الإبقاء على الفقرات ذات القوة التمييزية المناسبة في الصيغة النهائية للمقياس واستبعاد الفقرات غير المميزة منه (chseli.1981:443) ولحساب القوة التمييزية للفقرات طبقت الباحثة المقياس على عينة قوامها (339) طالبة ، ثم رتب درجاتهن ترتيباً تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة ثم اختيرت نسبة (27%) من الدرجات العليا والدنيا لتمثل المجموعتين المتطرفتين حيث بلغ حجم كل مجموعة (92) طالبة وبعد ذلك استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين حيث عدت الفقرة مميزة إذا كانت قيمتها التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ، وكما هو مبين في الجدول (2) .

الجدول (2)

القوة التمييزية لفقرات مقياس السلوك الموجه نحو الهدف

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
9,402	1,012	3,750	0,504	4,858	1
12,960	0,988	3,521	0,333	4,902	2
10,127	1,021	3,347	0,658	4,630	3
9,594	1,123	3,521	0,570	4,782	4
4,102	1,199	3,489	1,172	4,206	5
12,636	1,154	3,250	0,381	4,826	6
10,738	1,205	2,771	0,868	4,434	7

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسوم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

14,367	0,989	3,206	0,398	4,804	8
11,557	1,010	3,500	0,434	4,826	9
11,207	1,076	3,369	0,551	4,782	10
10,215	0,975	3,717	0,417	4,847	11
11,220	0,984	3,673	0,364	4,902	12
9,698	1,010	3,652	0,503	4,793	13
10,212	1,124	3,510	0,433	4,793	14
9,727	1,017	3,771	0,369	4,869	15
12,032	1,061	3,434	0,424	4,869	16
9,911	1,227	3,358	0,625	4,782	17
11,160	1,043	3,500	0,459	4,826	18
10,271	1,148	3,402	0,488	4,739	19
10,453	1,062	3,543	0,505	4,826	20
11,744	1,025	3,380	0,509	4,782	21
8,043	1,039	3,587	0,660	4,619	22
12,427	1,107	2,782	0,816	4,565	23
7,565	1,213	2,978	1,143	4,293	24
11,951	0,985	3,413	0,487	4,782	25
8,836	0,825	4,021	0,380	4,858	26

يبدو من الجدول (2) أن القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة من فقرات المقياس كانت دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) وهذا يعني أن فقرات المقياس مميزة بشكل جيد بين المجموعتين المتطرفتين.

2- ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الاتساق الداخلي).

لمعرفة العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس باعتبارها محكا داخليا

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسوم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون حيث كانت النتائج كما هو موضح في الجدول (3)

الجدول (3)

قيم معامل ارتباط كل درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية

تسلسل الفقرة	قيمة معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	قيمة معامل الارتباط
1	0,527	14	0,598
2	0,609	15	0,559
3	0,466	16	0,580
4	0,511	17	0,564
5	0,333	18	0,603
6	0,608	19	0,589
7	0,542	20	0,604
8	0,636	21	0,628
9	0,595	22	0,429
10	0,568	23	0,543
11	0,542	24	0,411
12	0,591	25	0,597
13	0,575	26	0,451

قيمة معامل الارتباط الحرجة عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (337) تساوي (0,098) يظهر من خلال النتائج المدرجة في الجدول (12) أن جميع قيم معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس كانت ذات دلالة إحصائية عند مقارنتها بالقيمة الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (0,098)

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها في البحث الحالي تبعاً لأهدافه بعد تحليل البيانات، ومن ثم تفسير هذه النتائج وعلى النحو الآتي:
التعرف المرونة النفسية لدى طالبات قسم رياض الاطفال :
أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن متوسط درجات العينة في السلوك الموجه نحو الهدف بلغ (107,330) درجة، وبأنحراف معياري مقداره (13,823)، بينما كان المتوسط الفرضي للمقياس

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسوم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

(78)، وبأستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة، ظهر أن القيمة التائية المحسوبة كانت (065) (39)، وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) تبين أنها دالة احصائياً عند مستوى (0,05) وبدرجة حرية (338) والجدول (16) يوضح ذلك.

جدول (17)

نتائج الاختبار التائي لمعرفة دلالة الفرق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي للمقياس

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية	
						المحسوبة	الجدولية
المرونة النفسية	339	107,330	13,823	78	338	39,065	1,96
							دال

القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (338) تساوي (1,96)

يتضح من الجدول (17) ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (39,065) اكبر من القيمة التائية البالغة

(1,96) مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات

طالبات قسم رياض الاطفال على مقياس المرونة النفسية والمتوسط الفرضي للمقياس وهذا

الفرق لصالح متوسط درجات الطالبات وهذا يشير ان طالبات قسم رياض الاطفال يتميزن

بالمرونة النفسية ، واتفقت هذه الدراسة مع دراسة (شقورة ، 2012) ودراسة (عبيد وآخرون، 2016)

التي أشارت الى أن أفراد العينة يتميزون بمستوى عال من المرونة النفسية ، واختلفت مع دراسة

(الحماداني ، 2013) حيث أشارت هذه الدراسة ان افراد العينة يعانون من ضعف في المرونة النفسية

المصادر:

- الكبيسي، كامل ثامر(1987). بناء وتقنين مقياس لسمات الشخصية ذات الأولوية للقبول في الكليات

العسكرية لدى طلاب الصف السادس الإعدادي في العراق،(أطروحة دكتوراه)، جامعة بغداد، كلية

التربية/ ابن رشد.

وقائع المؤتمر العلمي السنوي الرابع لقسم معلم الصفوف الاولى / كلية التربية الاساسية /
الجامعة المستنصرية والموسم (واقع التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا)
15-16 آذار 2021
وتحت شعار (المستقبل رهنهم)

- الجمعية الامريكية،(2013): الطريق الى مرونة النفسية، ترجمة محمد السعيد ابو حلاوة، مراجعة: محمود فتحي عكاشة، المكتبة الالكترونية، اطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة.
- حسان، ولاء اسحق،(2008): فاعلية برنامج إرشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الاسلامية، غزة.
- الخطيب، محمد جواد،(2007): تقييم عوامل المرونة الانا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الأحداث الصادمة، مجلة الجامعة الاسلامية، المجلد 15، العدد12، 1051-1088.
- رضا، نازه نين عثمان احمد،(2008): التوافق النفسي الاجتماعي لدى الناجين من القصف الكيماوية لقضاء حلبجة، كلية تربية، جامعة سليمانية.
- الزغلول، رافع، (2006): أنماط الأهداف عند الطلبة جامعة مؤتة وعلاقتها باستراتيجيات الدراسة التي يستخدمونها، المجلة الاردنية في العلوم التربوية، جامعة يرموك (3) 115 - 127.
- شقورة، يحيى عمر شعبان،(2012): المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة، جامعة الازهر، غزة.
- عبد المقصود، امانى (2003): دليل مقياس الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات، جامعة الفلسطينية، غزة.
- العيسوي، عبد الرحمن (1998): الاسلام والعلاج النفسي الحديث، دار النهضة العربية للنشر، بيروت.
- فحجان، سامي خليل،(2010): التوافق المهني والمسئولية الاجتماعية وعلاقتها بمرونة الانا، غزة.
- Cronbach, L. J. (1970). Essentials of Psychological Testing, (3rd ed.). New York: Harper Row
- jUrdan,(1992) Achievement, goal theory, past result future directions, Greenwich,ct, IpressInc.
- Mcmahon, James, and others,(1992): A quality study of resilient At, Riskstudents review of literature, metropolitan

*Psychological flexibility of female students of kindergarten
department*

Abstract:

The current research aims to identify the psychological resilience of female students in the kindergarten department .The current research determined the female students of the kindergarten department at (Al-Mustansiriya University / College of Basic Education) for the academic year 2020-2021, morning and evening studies, and the researcher built the psychological resilience scale, as the number of its final paragraphs reached (26) paragraphs, and their psychometric properties were verified and applied The two tools were based on a sample of (339) female students, randomly selected from the kindergarten department in (College of Basic Education - Al-Mustansiriya University), for the academic year (2020-2021.)