

المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال

ب. د. حسين إسماعيل علي

اسراء خورشيد محمد

Psychological resilience among kindergarten teachers

Research assistant Esraa Khursheed Muhammad

Professor Doctor Dr. Hussein Ismail Ali

esraa.k.muhammad@gmail.com

Husen.ismailali@garmian.edu.krd

الملخص

يهدف هذا البحث إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال، وكذلك الكشف عن دلالة الفروق في مستوى المرونة النفسية تبعاً لمتغيرات: الحالة الاجتماعية، وسنوات الخدمة، والمؤهل العلمي. ولتحقيق أهداف البحث، اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي. وتشمل مجتمع البحث من جميع معلمات رياض الأطفال للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥)، والبالغ عددهن (٢٤٣) معلمة موزعات على (١٤) روضة. حيث قامت الباحثة بمسح جميع المبعوثينة في رياض الأطفال مسح شامل. ولغرض قياس المرونة النفسية، أعدت الباحثة مقياساً خاصاً مكوناً من (٢٩) فقرة. وبعد معالجة البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي ((SPSS)، توصلت الباحثة إلى النتائج الآتية: أن مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال مرتفع، كما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، وسنوات الخدمة، والمؤهل العلمي. الكلمات المفتاحية: المرونة، المرونة النفسية، معلمة رياض الأطفال، رياض الأطفال.

Abstract

The aim of this study is to identify the level of psychological resilience among kindergarten teachers, as well as to examine the significance of differences in psychological resilience according to the variables of marital status, years of service, and academic qualification. To achieve the objectives of the study, the researcher adopted the descriptive correlational method. The study population consisted of all kindergarten teachers for the academic year (2024-2025), totaling (243) teachers distributed across (14) kindergartens. The researcher conducted a comprehensive survey of all teachers working in these kindergartens. To measure psychological resilience, the researcher developed a special scale consisting of (29) items. After processing the data using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), the study reached the following results: the level of psychological resilience among kindergarten teachers was high, and no statistically significant differences were found in psychological resilience according to marital status, years of service, or academic qualification. Keywords: resilience, psychological resilience, kindergarten teacher, kindergarten.

أولاً: مشكلة البحث

تعد مهنة التدريس في رياض الأطفال من أكثر المهن حساسيةً وتعقيداً، حيث تتطلب من المعلمات قدرة كبيرة على التكيف مع التحديات والضغوط اليومية، مثل التعامل مع سلوكيات الأطفال المختلفة، وتحقيق تواصل فعال مع أولياء الأمور، وإدارة المسؤوليات التربوية. وفي مجتمع الكوردي، تزداد هذه التحديات نتيجة لظروف اجتماعية وثقافية واقتصادية تؤثر في بيئة العمل. وتعد المرونة النفسية عاملًا أساسياً في تمكين المعلمات من مواجهة ضغوط العمل وتحقيق التوازن النفسي. وتشير العديد من الدراسات إلى أن المرونة تعد سمة أساسية في مناهج رياض الأطفال، إذ تمنح المعلمة حرية اختيار الأنشطة والوسائل التعليمية بما يتوافق مع خصائص نمو الأطفال وحاجاتهم المتنوعة، وتمكنها من مراعاة الفروق الفردية بينهم وتقديم المستوى الملائم لقدرائهم. وتشتمل هذه المرونة في جعل العملية التعليمية أكثر تكيفاً وشمولاً لاحتياجات الأطفال المختلفة. (الحريري، ٢٠١٣: ٢٣٧)

كما تؤكد دراسات أخرى أن رياض الأطفال تُعد مرحلة حيوية لإعداد الأطفال للمدرسة، وتبرز أهميتها خاصة في دعم الأهمات العاملات، مما يجعل إعداد معلمات رياض الأطفال وتأهيلهن ضرورة تربوية. فالملوّنة تلعب دوراً محورياً في تكوين شخصية الطفل وإقامة علاقة إيجابية معه، إلى جانب تصميم برامج تعليمية تُشبع حاجاته العقلية والاجتماعية والوجدانية والجسدية. (عبد ربه، ٢٠٠٩: ١٦٤) ويرى الباحث أن معلمة الروضة تؤدي أدواراً متعددة تتجاوز التعليم إلى رعاية الطفل وتعزيز نموه الشامل، وهي تمثل قيم المجتمع وتراثه، الأمر الذي يجعل تأثيرها كبيراً في تشكيل شخصية الطفل. (الكبيسي، الحياني، ٢٠١٢: ٢٤١) وتبرز مشكلة البحث في أن استقرار المعلمة النفسي وشخصيتها ينعكسان مباشرة على الأطفال، إذ إن المعلمة التي تعاني التوتر أو القلق قد تؤثر سلباً في الطفل، بينما تسهم الصحة النفسية السليمة والصفات الإيجابية كالاتزان الانفعالي والمزاج المستقر في توفير بيئة آمنة وداعمة لنمو الأطفال وتنميّتهم. (خليفة، ٢٠١٣: ٧٩)

ثانياً: أهمية البحث

تبعد أهمية هذا البحث، الذي يتناول المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال، من الدور الحساس والمُحوري الذي تؤديه المعلمة في بناء الأسس النفسية والتعليمية للأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة. إذ تُعد هذه المرحلة حجر الأساس في تكوين شخصية الطفل، مما يجعل دور المعلمة يتطلب قدرًا عالياً من التكيف النفسي والقدرة على مواجهة الضغوط اليومية. وتُعد المرونة النفسية عاملًا أساسياً يساعد المعلمات على التعامل الإيجابي مع هذه الضغوط، ويضمن استمرار الأداء المهني بفأعلية واتزان. وتزداد أهمية دراسة المرونة النفسية في ظل انتشار الأضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب، والتي ترتبط بانخفاض القدرة على التكيف والمناعة النفسية (صبيحات، ٢٠٢٤: ١٣). كما تشير الأدبيات إلى أن الحياة الإنسانية سلسلة من التحديات المستمرة، مما يجعل المرونة النفسية ضرورة لانتقال المترن بين احتياجات الفرد وتوقعاته (بن دهيم، ٢٠٢١: ١٢١). وفي الميدان التربوي، تؤكد الدراسات ضرورة توعية المعلمين بمهارات المرونة النفسية وإدارة الانفعالات لتحسين تفاعلهم مع الطلاب (النوايسة، ٢٠١١: ٤٤). وأظهرت دراسات أخرى ارتباطها بتحسين الأداء الوظيفي والصحة النفسية (وود وجونسون، ٢٠٢٢: ٩٠٩). وتبرز أهمية المرونة كذلك من خلال تعزيز الصفات الإيجابية مثل تقبل النقد، وإدارة الانفعالات، وبناء صورة ذاتية إيجابية، وهي مهارات أساسية لنجاح معلمة رياض الأطفال (يوسف، ٢٠٢٠: ١٦؛ محمد، ٢٠٢١). كما يتطلب دور معلمة رياض الأطفال قدرًا كبيراً من الاتزان النفسي وضبط الذات لما له من تأثير مباشر على الصحة النفسية للأطفال وجودة البيئة التعليمية (المبيضين، ٢٠١٧: ١٠). وقد أكدت دراسات عدّة أهمية المرونة النفسية في المجال التربوي، مثل دراسة رمضان والبركاوي (٢٠١٦) التي بينت أن الكفاءة الشخصية والإصرار وتقبل الذات وال العلاقات الاجتماعية تسهم في تعزيز المرونة النفسية لدى المعلمين. كما أشارت دراسات دولية أخرى إلى أن التفكير الإيجابي والصلابة والصمود عوامل تساعد في مواجهة الضغوط وتقليل القلق (Reuben & Rebecca & Moon-Ho, 2012).

١- الأهمية النظرية

١. تُعد هذه الدراسة من أوائل الدراسات - على حد علم الباحثة - التي تناولت موضوع المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال، مما يمنحها أهمية خاصة في إثراء الأدبيات التربوية والنفسية.
٢. تسليط الضوء على مفهوم المرونة النفسية وأبعادها المختلفة، باعتبارها من الموضوعات الحديثة في ميدان علم النفس، وممّا يساهم في تعميق الفهم العلمي لهذه المتغيرات لدى العاملين في المجال التربوي.
٣. إثراء المعرفة العلمية في مجال علم النفس التربوي من خلال توضيح أهمية المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال ودورها في تحسين جودة الأداء التربوي داخل الصف.
٤. إضافة بعد جديد إلى الأدبيات العلمية المتعلقة بالصحة النفسية للعاملين في المجال التربوي، من خلال التركيز على فئة معلمات رياض الأطفال بوصفهن حجر الأساس في العملية التعليمية المبكرة.
٥. توفير أساس علمي يمكن للباحثين الاعتماد عليه في دراسات مستقبلية تهدف إلى تعزيز الصحة النفسية لدى المعلمين، وتطوير برامج واستراتيجيات تدعم المرونة النفسية لديهم.

٢- الأهمية التطبيقية

١. مساعدة الإدارات التربوية والمسؤولين عن إعداد وتدريب معلمات رياض الأطفال في تصميم برامج تدريبية وتوجيهية تهدف إلى تعزيز المرونة النفسية لديهم، بما ينعكس إيجاباً على أدائهم داخل الصف.
٢. المساهمة في وضع استراتيجيات دعم نفسي ومهني تساعد المعلمات على تحسين قدرتهن على التعامل مع الضغوط اليومية والتحديات المهنية.

٣. تحسين البيئة التعليمية وجعلها أكثر استقراراً وتحقيقاً للأطفال، وذلك من خلال تعزيز الصحة النفسية والمهنية للمعلمات.
٤. من المتوقع أن تقيّد نتائج هذه الدراسة صناع القرار في مرحلة رياض الأطفال في تحديد الطاقة الاستيعابية المناسبة لعدد الأطفال لكل معلمة داخل الصف الواحد، بما يساهم في تقليل الضغوط وتحسين جودة الرعاية المقدمة للأطفال.

ثالثاً: أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على ما يأتي:

١. مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال.

٢. دلالة الفروق في مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال تبعاً للمتغيرات الآتية:

أ- الحالة الاجتماعية (عزباء، متزوجة، مطلقة).

ب- سنوات الخدمة (من ٩-١٠ سنوات، ١٠ سنوات فأكثر).

ج- المؤهل العلمي (بكالوريوس، دبلوم).

رابعاً: حدود البحث

يتحدّد البحث الحالي جغرافياً بالمعلمات العاملات في رياض الأطفال في مدينة كلار - إقليم كوردستان العراق للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥.

خامساً: التعريف المصطلحات Limiting Terms

١- التعريف المرونة Resilience

لغة: وجاء في لسان العرب : (مرئٌ يمْرُنُ مَرَانٌ وَمُرُونٌ: وهو لَيْنٌ في صَلَابَةٍ. وَمَرَئُهُ: اللَّهُ وَصَلَبُهُ. وَمَرَئُ الشَّيْءِ يَمْرُنُ مُرُوناً إِذَا سَتَرَّ، وَهُوَ لَيْنٌ في صَلَابَةٍ. وَمَرَئُهُ يَدُ فَلَانٍ عَلَى الْعَمَلِ أَيْ صَلَبُتُوا سَتَرَتُ). والمَرَانَةُ: اللَّيْنُ). (أَبْنَ مَنْظُورٍ: بِـ بَـ، ص ٤٠٣)

اصطلاحاً: رباعية ٢٠١٧ : تعدّ كلمة (resilience) اللاتينية، المنشأ لكلمة المرونة resilience (resilere) (ويقصد بها العودة والرجوع مرة أخرى إلى الحالة الطبيعية، والتعافي بسهولة من العائق التي تواجه الفرد والجماعة. ويتضمن سلوك المرونة (المرح، الإبتهاج، الأمل، امتلاك الإيمان، ودعم العلاقات الاجتماعية). (رباعية ٢٠١٧: ١٢)تعريف الباحثة للمرونة : المرونة هي قدرة الفرد على التكيف بشكل إيجابي مع الضغوط والتحديات والمواقف الصعبة، والعودة إلى حالته الطبيعية أو النمو منها.

٢- المرونة النفسية Psychological Resilience

نيومان (Newmen, 2002) : "المرونة بأنها القدرة على التكيف مع الأحداث الصادمة، مثل المحن والمواقف الضاغطة المتصالحة، وهي عملية مستمرة يظهر من خلالها الفرد سلوكاً تكيفياً إيجابياً في مواجهة المحن والمشكلات والصدمات ومصادر الضغط النفسي. نيومان (Newmen, 2002:62) الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA, ٢٠٠٢) : " وهي عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد والصدمات، النكبات أو الضغوط النفسية العادلة التي يواجهها البشر مثل : المشكلات الأسرية، مشكلات العلاقات مع الآخرين. (APA: 2002)

تعريف الباحثة للمرونة النفسية : " المرونة النفسية تُعرَف بأنها قدرة الفرد على التكيف والتعامل مع المواقف الصعبة أو الضغوط النفسية بشكل إيجابي، مع الاحتفاظ بقدرته على اتخاذ قرارات مدرورة وفعالة رغم التحديات.

٣- معلمة رياض الأطفال: فهمي (٢٠١٩) : معلمة رياض الأطفال (Kindergarten Teachers) أنها : " المعلمة التي تتعامل مع الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة ما بين (٣) - (٦) سنوات، وتقوم بتنفيذ المنهج وتكيف المواقف التعليمية، وتحتار طريقة التعلم المناسبة للطفل بما يحقق الأهداف التربوية للروضة . (فهمي، ٢٠١٩ : ٣٣)

تعريف الباحثة للمعلمة رياض الأطفال: "معلمة رياض الأطفال هي شخصية تربوية مؤهلة للتعامل مع الأطفال المختصة بتعليم الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة (من ٣ إلى ٦ سنوات)، حيث تقوم بتطبيق المنهج وتكيف المواقف التعليمية بما يتناسب مع احتياجات الطفل، وتنظيم الأنشطة التعليمية لتحقيق الأهداف التربوية، مع الاهتمام بتطوير الجانب الشخصي والاجتماعي والعاطفي للطفل، والعمل بالتعاون مع الأسرة في بناء القاعدة المعرفية والنفسية للطفل ."

٤- رياض الأطفال Kindergarten الخليلة (٢٠٠٠) : "رياض الأطفال هي مؤسسات تربوية واجتماعية، تقوم بتأهيل الطفل تأهيلًا سليماً لدخول المرحلة الابتدائية، وذلك لكي لا يشعر بالانتقال المفاجئ من البيت إلى المدرسة، تاركة له الحرية لممارسة نشاطاته واكتشاف قدراته وميوله وإمكاناته،

وبذلك فهي تساعد على أن يكتسب خبرات جديدة، وتتراوح أعمار الأطفال في هذه المرحلة ما بين عمر الثالثة وال السادسة، ويشمل اهتمامهم بنوادي نموهم المختلفة من لغوية وبدنية واجتماعية، ونفسية وإدراكية و انفعالية وغيرها". (الخليفة، ٢٠٠٠ : ٢٨).

التعريف الباحثة لرياض الأطفال: رياض الأطفال هي مؤسسة تربوية تستقبل الأطفال من سن الثالثة إلى الخامسة، تهدف إلى تهيئة الطفل أكاديمياً ونفسياً واجتماعياً لدخول المرحلة الابتدائية.

سادساً: نبذة تاريخية عن المرونة النفسية: تعود الجذور التاريخية لدراسة مفهوم المرونة النفسية إلى ما يقارب نصف قرن مضى، حيث اقتصر الاهتمام في بداياته على نطاق محدود من قبل عدد قليل من الباحثين الذين كرسوا جهودهم لفهم هذه الظاهرة. انصبت الأبحاث الأولى على دراسة آليات النمو والظروف المرتبطة بعمليات الوقاية (Protective Processes)، مركزةً على العوامل التي تُسهم في حماية الأفراد من الآثار السلبية للضغوط والتحديات البيئية والاجتماعية. لاحقاً، تحول اهتمام الباحثين نحو دراسة الفئات المعرضة للخطر، لاسيما فئة الشباب الذين تمكنا من التكيف والنجاح بالرغم من تعرضهم لظروف اقتصادية صعبة، ومشكلات نفسية وعاطفية، وتحديات بيئية مستمرة. وقد شكلت هذه الفئة نموذجاً حيوياً لفهم طبيعة المرونة النفسية والعوامل المؤثرة فيها. في عام ١٩٩٨، شهد المفهوم تطوراً نوعياً، حيث دعا "مارتن سليمان"، رئيس الجمعية الأمريكية لعلم النفس آنذاك، إلى التحول من نموذج العجز (Strength-Based Model) إلى نموذج القوة (Deficit Model)، وهو ما عُرف لاحقاً بعلم النفس الإيجابي (Positive Psychology). و يهدف هذا التوجه إلى تحقيق هدفين رئيسيين: أولهما، تعميق المعرفة بنقاط القوة الإنسانية وتطوير نظم لتصنيفها وقياسها، وثانيهما، توظيف هذه المعرفة في تصميم برامج وتدخلات فعالة تركز على تنمية القدرات والمهارات بدلاً من الاكتفاء بعلاج نقاط الضعف (عبد السلام، ٢٠١٨، ٢٠١٨: ٢٠١٨) وفي السياق ذاته، يشير (أبو حلاوة ٢٠١٣) إلى أن الباحث جارميزي (Garmezy) (كان من أوائل من تناولوا المرونة النفسية في إطار علمي، مستخدماً منهج الوسائل في دراسة العوامل التي تحدد تعرض الأفراد للمخاطر أو مقاومتهم لها، بما يسهم في توضيح معالم هذا المفهوم. أما الباحثة فيرنر (Werner)، فقد كانت من أوائل من استخدمو مصطلح "المرونة النفسية" في القرن العشرين، من خلال دراسة طولية لمجموعة من الأطفال المُنحدرين من أسر تعاني من الفقر والمشكلات النفسية والإدمان. وقد كشفت نتائج الدراسة أن ثلثي الأطفال أظهروا سلوكيات سلبية وفشلوا في حياتهم، بينما استطاع الرابع الآخر التكيف والنجاح، وأطلق عليهم لقب "الילדים ذوو المرونة النفسية"، لامتلاكهم خصائص نفسية واجتماعية مميزة ميزتهم عن أقرانهم، وقد ركزت دراسة فيرنر وسميث (Werner & Smith، ١٩٨٢) على عمليات الوقاية، في محاولة للكشف عن الأثر الإيجابي للعوامل الواقية في ظل الظروف الصعبة والأحداث الصادمة. (أبو حلاوة ٢٠١٣: ٢٠١٣)،

سابعاً: مفهوم المرونة النفسية الحياة مليئة بالتحولات المستمرة والتغيرات التي تفرض على الإنسان ضغوطاً متعددة، مثل التغيرات الأسرية، التحديات في بيئه العمل، توترات العلاقات الاجتماعية، التعقيدات الاقتصادية، والصعوبات الصحية. هذه التحديات تتطلب من الأفراد القدرة على التكيف وتعديل السلوك لمواكبة تلك التحولات، وهو ما يختلف من شخص لآخر بناءً على قدرته على التعامل مع الضغوط. يرى الباحثون أن المرونة النفسية هي سمة أساسية تساعد الأفراد على مواجهة تلك التحولات، حيث تعتمد على الإبداع والابتكار في التفكير والسلوك، إلى جانب القدرة على تقييم نتائج التغيرات بشكل فعال. وتشمل هذه المرونة أيضاً التكيف الاجتماعي وتعزيز الروابط في إطار العلاقات الإنسانية. وتُعد المرونة النفسية عنصراً محورياً في دعم قدرة الفرد على التأقلم مع الأزمات والصعوبات، حيث يتميز الشخص السوي نفسياً بقدرة عالية على التحكم في مشاعره والتعبير عنها بشكل متزن ومناسب للمواقف المختلفة. هذا التوازن يسهم في اتخاذ قرارات واعية والتعامل بفعالية مع الأزمات دون الانهيار تحت وطأة الضغوط. كما تتماشى المرونة النفسية مع الطبيعة الديناميكية للتغيرات البشرية والاجتماعية، مما يتطلب القدرة على التجديد والإبداع في الأفكار والسلوك، مع تقييم متواصل للتغيرات المحيطة. تُعرف هذه المرونة بأنها استجابة ذهنية وانفعالية تمكّن الفرد من التكيف الإيجابي مع مختلف مواقف الحياة وتحدياتها. (رجب ٥: ٢٠٢٥)

١. أهمية المرونة النفسية

عندما سُئل الدكتور إريكسون من قبل أحد طلابه: ما هو أساس مشكلات معظم الناس في رأيك؟ أجاب بكلمة واحدة: "الجمود" (Rigidit) (وتدل هذه الإجابة على أن المرونة النفسية تُعد من أهم محركات التغيير الإيجابي. تكمن أهمية المرونة النفسية في قدرتها على الوقاية من الأضطرابات النفسية، مثل القلق، الاكتئاب، الوسواس القهري، واضطرابات الأكل، حيث أشارت الدراسات إلى ارتباط مباشر بين انخفاض مستوى المرونة النفسية وزيادة احتمالية الإصابة بهذه الأضطرابات و تُعد المرونة النفسية ركيزة أساسية في بناء الشخصية المتزنة، ودعامة رئيسية لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، ومفتاحاً للتكيف الفعال مع مختلف ضغوط الحياة. (العربي ٣١: ٢٠٢٥) .

٢. مفاهيم مرتبطة بالمرونة النفسية: تُعد المرونة النفسية من المفاهيم المركبة التي تتقاطع مع عدد من المفاهيم النفسية الأخرى، والتي تشتراك معها في البنية المعرفية والوظائف التكيفية التي تؤديها. وفيما يلي أبرز المفاهيم المترادفة مع المرونة النفسية: **مرونة الأنما (Ego Resiliency)**: عرفها "جرمازي" بأنها قدرة الفرد على إعادة بناء شخصيته بعد المرور بالأزمات، والقدرة على استعادة التوازن الداخلي في أعقاب المحن. وهي تمثل دينامية نفسية تساعده على إعادة التنظيم النفسي عند التعرض للصدمات. قوة الأنما (Ego Strength): تشير إلى قدرة الفرد على التكيف مع متغيرات الواقع، والحفاظ على اتزان افتعالي، والتعامل بمرونة مع المواقف الضاغطة، بما في ذلك ضبط الانفعالات وتوجيهها بفاعلية في سياقات الغضب والخوف والرضا. كما ترتبط بشكل وثيق بمستوى الصحة النفسية العامة. **المناعة النفسية (Psychological Immunity)**: تعكس قدرة الفرد على مقاومة الضغوط وتحمل الشدائد والحد من الآثار النفسية السلبية الناتجة عنها، مثل مشاعر الغضب أو اليأس أو العداون. وتنقسم إلى:

أ. مناعة طبيعية تنشأ من تفاعل العوامل الوراثية والبيئية.

ب. مناعة مكتسبة من خلال الخبرة والتعلم.

٣. مناعة مكتسبة صناعياً، تشابه المناعة الجسدية الناتجة عن التعرض المتعمد للضغط كوسيلة للنقاوة. **التفكير الإيجابي (Positive Thinking)**: يُعد من آليات المواجهة المعرفية، إذ يرتبط بالإيمان بالنجاح والتأفؤل، مما يعزز القدرة على الصمود وتحقيق الأهداف رغم التحديات. **الهدوء الانفعالي**: يقصد به القدرة على التعامل مع المواقف الضاغطة بحكمة واتزان، دون الوقوع في ردود فعل افتعلية مفرطة، وهو مؤشر على نضج الشخصية وكفاءتها التكيفية. **الاتزان الانفعالي (Emotional Balance)**: يتمثل في قدرة الفرد على ضبط تفاعلاته الانفعالية، بحيث تكون مناسبة للموقف، ويُظهر مرونة في التعبير والتصرف بما يتلاءم مع البيئة. **الثبات الانفعالي (Emotional Stability)**: يتجلّى في القدرة على المحافظة على استقرار المزاج وضبط النفس في مواجهة التحديات، مع الاعتدال في تلبية الحاجات النفسية والبيولوجية. **التوافق الإيجابي (Positive Adjustment)**: يشير إلى قدرة الفرد على تحقيق انسجام داخلي مع ذاته، واندماج إيجابي مع المجتمع المحيط، مما يعكس في حياة نفسية خالية من التوترات والاضطرابات. **القدرة على التكيف (Adaptability)**: هي عملية ديناميكية مستمرة يسعى الفرد من خلالها إلى تعديل سلوكه ليتوافق مع متغيرات البيئة، بما يحقق التوازن والانسجام مع الظروف المحيطة. **الصلابة النفسية (Hardiness)**: تُعد من السمات النفسية الوقائية، وتتضمن متغيرات الالتزام، والتحكم، والتحدي، والتي تمكّن الفرد من الحفاظ على صحته النفسية والجسمية رغم الضغوط الحياتية الشديدة. (رجب ٢٧_٢٥:٢٠٢٥).

٤. نظريات التي فسرت المرونة النفسية:-

أ. **نظريّة التحليل النفسي** تناولت نظرية التحليل النفسي، التي أسسها سigmوند فرويد، مفهوم المرونة النفسية من خلال رؤيتها لبنية الشخصية ووظائف الجهاز النفسي. يقسم فرويد الجهاز النفسي إلى ثلاثة مكونات أساسية: الهو Id، والأنا Ego، والأنما Superego، حيث يؤدي كل منها وظيفة خاصة داخل النفس البشرية. في هذا السياق، تلعب "الأنما" دوراً جوهرياً في الدفاع عن الشخصية، وتحقيق التوافق مع البيئة المحيطة، من خلال تنظيم الدوافع وتأجيل إشباع رغبات "الهو" حتى تحين الظروف المناسبة، كما تعتمد "الأنما" على وظائف عقلية عليا مثل التفكير المنطقي، وحل المشكلات، واتخاذ القرار، مما يساهم في التكيف مع المواقف المختلفة وإحداث نوع من المرونة في التعامل مع الضغوط والتحديات، وقد أشار دسوقي (١٩٧٤) إلى أن السلوك التوافقي وفق هذه النظرية يتمثل في قدرة الإنسان على التغلب على العقبات البيئية من خلال استجابات مكتسبة تعينه على إشباع حاجاته وتحقيق التوازن النفسي، ووفقاً لفرويد، فإن قدرة الفرد على تحويل الدوافع الذاتية إلى سلوك اجتماعي متواافق تُعد مظهراً من مظاهر القدرة على التكيف، وهي عنصر أساسي من عناصر المرونة النفسية. وبذلك، فإن مفاهيم مثل التوافق والتكيف التي ركز عليها فرويد تُعد مترادفات قريبة من مفهوم المرونة النفسية، وتعكس قدرة الفرد على التفاعل الإيجابي مع بيئته الداخلية والخارجية (الحمداني، ٢٠١٨: ٢٠١٨).

ب. **نظريّة التحليل النفسي الاجتماعي** قدم الفرد أدلر مفهوماً مميزاً للمرونة النفسية من خلال نظرية التحليل النفسي الاجتماعي، حيث ركز على تربية المشاعر الاجتماعية لدى الفرد، بحيث تتحول هذه المشاعر إلى سلوك تعاوني إيجابي يخدم الفرد والمجتمع معاً. فالأشخاص الذين يعملون وفق مبادئ تتوافق مع المصلحة العامة، ويتمتعون بالقدرة على تعديل سلوكهم بما يتلاءم مع ظروف الواقع، لا يسعون فقط لتأمين احتياجاتهم، بل يشعرون أيضاً بقيمة الذات والتقدير المجتمعي، مما يسهم في تعزيز التقدم الاجتماعي بصورة إيجابية. وتُعد هذه الخصائص من أهم مظاهر المرونة النفسية الإيجابية. ومن وجهة نظر أدلر، فإن الشخص المرن هو الذي لا يفقد صلته بالواقع، ويلمك خطة حياتية واقعية، ويرتبط بعلاقات اجتماعية

قائمة على التبادل والتعاون. وقد طور أدلر مفهوم "أسلوب الحياة" (Lifestyle)، الذي يشير إلى الاتجاهات التي يتبناها الفرد تجاه المجتمع والعمل والحب، وهو تعبير عن الحركة المستمرة والمنسقة نحو أهداف يضعها الفرد لنفسه، وتكون من الأفكار والتصورات التي يُشكّلها منذ الطفولة. ويرى أدلر أن هذا الأسلوب يُوجه نمو الشخصية، وينشأ من القوة الإبداعية للفرد، التي من خلالها يُشكّل تصوراته عن ذاته والعالم من حوله الحمداني، كما أوضح رضا (٢٠٠٨)، استناداً إلى طرح أدلر، أن المرونة النفسية تعتمد بدرجة كبيرة على قدرة الفرد على تعديل أسلوب حياته وفقاً للمتغيرات الواقعية، وبما يحقق التكيف مع المجتمع وسد مشاعر النقص، الأمر الذي يساعد على النمو النفسي والتكيف الاجتماعي بصورة أكثر نضجاً وتوازناً. (العازمي ١٤٧: ٢٠٢٢). دراسات السابقة :

الدراسات التي تناولت المرونة النفسية

أ. دراسة بعنوان "المرونة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة" (٢٠١٢) لمياء قيس سعدون محمود الزهيري هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين المرونة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة جامعة ديالى، بالإضافة إلى فحص الفروق تبعاً لمتغيرات الجنس، التخصص، والصف الدراسي. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة ٤٧٦ طالباً وطالبة تم اختيارهم عشوائياً من كليات مختلفة. اعتمدت الدراسة على مقياسين: الأول لقياس المرونة النفسية (من إعداد الباحثة)، والثاني لقياس أحداث الحياة الضاغطة (السلطان، ٢٠٠٨). أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين المرونة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة، أي كلما ارتفعت المرونة، انخفض تأثير الضغوط. كما تبين أن مستوى المرونة النفسية كان مرتفعاً لدى الطلبة، في حين كان مستوى الضغوط منخفضاً نسبياً، مع فروق لصالح الذكور. ولم تُسجل دالة في المرونة النفسية تعزيز لمتغيرات الجنس أو التخصص أو الصف الدراسي. توصي الدراسة بأهمية تعزيز المرونة النفسية للوقاية من آثار الضغوط الجامعية.

ب. دراسة بعنوان "المرونة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية" للباحث إسراء شوكت العطيوى، محمد إسماعيل القضاة (٢٠٢٣) هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن درجة المرونة النفسية ومستوى السعادة لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية، بالإضافة إلى دراسة طبيعة العلاقة بينهما، ومدى تأثر هذه العلاقة بمتغيري الجنس والكلية. اتبع الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي، وشملت العينة ٤٣٢ طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية. استخدمت الدراسة مقياسين: الأول لقياس المرونة النفسية (يتضمن الأبعاد الانفعالي، العقلي، والاجتماعي)، والثاني لقياس السعادة (يشمل الاستقلالية، التمكّن البيئي، الحياة الهدافة، تقبل الذات والتطور الشخصي، والعلاقات الإيجابية). أظهرت النتائج أن مستوى كل من المرونة النفسية والسعادة لدى الطلبة كان مرتفعاً، حيث سجل بعد "المرونة الاجتماعية" أعلى متوسط بين أبعاد المرونة، بينما جاء "تقدير الذات والتطور الشخصي" في المرتبة الأولى بين مجالات السعادة. كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية قوية بين المرونة النفسية والسعادة، بلغت (٠٦٨)، وكانت دالة إحصائياً، خاصة بين البعد الاجتماعي في المرونة ومجال العلاقات الإيجابية في السعادة. من جهة أخرى، لم تُظهر النتائج فروقاً دالة إحصائياً في العلاقة بين المرونة النفسية والسعادة تعزيز لمتغيري الجنس أو الكلية. أوصت الدراسة بأهمية تنظيم أنشطة ترفيهية ورياضية، وعقد دورات تدريبية لتعزيز المرونة النفسية، بالإضافة إلى تعزيز العلاقات الاجتماعية بين الطلبة، واقتصرت إجراء دراسات لاحقة لبحث العلاقة بين المرونة النفسية ومتغيرات أكاديمية وسلوكية أخرى.

منهجية البحث وإجراءاته

يتناول هذا الفصل عرضاً تفصيلياً للمنهج الذي تم اعتماده في الدراسة الحالية، بالإضافة إلى وصف مجتمع البحث وعيته، والإجراءات التي اتبعت في إعداد أداتي القياس، والتحقق من خصائصهما السيكومترية. كما يتضمن هذا الفصل خطوات تطبيق الأدوات والوسائل الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات.

أولاً: منهجية البحث

بعد اختيار منهج البحث من أهم الخطوات التي يتبعها الباحث بما يلائم مع طبيعة دراسته وفي البحث الحالي فإن الباحثة مستتبع المنهج الوصفي الارتباطي ذلك لأنه يهدف إلى معرفة العلاقة بين متغيرين دون التدخل أو التحكم بهما. قلش (٢٠١٧: ٧١) يسمّي هذا المنهج في تحليل الظواهر والمشكلات بشكل علمي من خلال جمع بيانات دقيقة ووصفها بطريقة موضوعية، ما يسمح بالتوصل إلى تفسيرات منطقية مدرومة بالأدلة، تساعد في رسم أطر واضحة للمشكلة قيد الدراسة. كما يُستخدم في تحديد نتائج البحث بناءً على تحليل كمي للبيانات، مما يُضفي مزيداً من الدقة والموضوعية على وصف الظاهرة (عبيدات وآخرون ٢٠٠٤: ٢٢٥).

ثانياً: مجتمع البحث يُعرف مجتمع البحث بأنه جميع الأفراد أو العناصر التي لها علاقة مباشرة بمشكلة البحث والتي يسعى الباحث إلى تعميم نتائج الدراسة عليها (عباس ٢٠٠٩: ٢١٧). وينتفي مجتمع البحث الحالي إلى جميع معلمات رياض الأطفال العاملات في رياض الأطفال الحكومية التابعة لمديرية تربية قضاء كلار في محافظة السليمانية خلال العام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥)، والبالغ عددهن (٢٤٣) معلمة موزعات على (١٤) روضة. وقد تم اختيار هذا المجتمع نظراً لارتباطه الوثيق بموضوع الدراسة، المتمثل في "المرونة النفسية"، ولما للمعلمات من دور محوري في العملية التربوية، مما يبرز أهمية دراسة السمات النفسية. حصلت الباحثة على الإحصاء الرسمي والكتاب الرسمي لعدد المعلمات والروضات من المديرية العامة ل التربية كرميان والمديرية التربوية في كلار، كما حصلت الباحثة على كتاب رسمي من المديرية التربوية يتيح لها زيارة الروضات وإجراء استبيانات البحث بعد استكمال الإجراءات والموافقات الرسمية الازمة .

ثالثاً: عينة البحث: تُعرف العينة بأنها جزء أو شريحة من المجتمع تتضمن خصائص المجتمع الأصلي الذي نرغب في التعرف على خصائصه، ويجب أن تكون تلك العينة مماثلة لجميع مفردات هذا المجتمع تمثيلاً صحيحاً (القوصي، ٢٠٠٢، ص ٥٥). وفي هذه الدراسة، تم اختيار العينة باستخدام أسلوب الحصر الشامل، وهو أسلوب يتم فيه جمع البيانات من جميع مفردات المجتمع الأصلي دون استثناء، وذلك عندما تشتراك هذه المفردات في صفة معينة. ويُستخدم هذا الأسلوب غالباً في المجتمعات ذات الحجم المحدود أو الدراسات التي تسمح بشمول كافة الأفراد، مثل التعدادات السكانية أو حصر جميع العاملين في جهة معينة (الكاف ٢٠١٤: ٤٢). وقد شملت العينة جميع معلمات رياض الأطفال العاملات في رياض الأطفال الحكومية التابعة لقضاء كلار في محافظة السليمانية خلال العام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥)، وبلغ عدد أفرادها (٢٤٣) معلمة موزعات على (١٤) روضة. وتم اختيار هذا الأسلوب لضمان تمثيل شامل ودقيق للمجتمع الأصلي، مما يعزز دقة النتائج المتعلقة بالمرونة النفسية.

رابعاً: أدوات البحثمن أجل إجراء الدراسة الميدانية والإجابة على تساؤلاتها، لا بد من استخدام أدوات منهجية تهدف إلى اختبار الفرضيات أو الإجابة عن أسئلة الدراسة. وتُعرف أدوات الدراسة بأنها الوسائل التي يستخدمها الباحث لجمع البيانات والمعلومات المتعلقة بموضوع البحث، بهدف الإجابة عن أسئلة الدراسة (المحمودي، ٢٠١٩: ١٢٨)للغرض تحقيق أهداف البحث الحالي، فقد تم الاعتماد على أدات وهو إعداد مقياس للمرونة النفسية.

تحديد المفهوم: تعتمد الباحثة في تعريف المرونة النفسية على ما ورد في الأبيات النفسية الحديثة، حيث تُعرف المرونة النفسية بأنها: " هي القدرة على التكيف الإيجابي والتأقلم مع مواجهة المواقف الصعبة التي قد يتعرض لها الفرد في حياته، وتمكنه من تخطيها وتجاوزها، مع القدرة على استعادة التوازن من جديد. وتعُد المرونة النفسية عملية ديناميكية يُظهر من خلالها الأفراد تكيفاً سلوكياً إيجابياً عند مواجهة المحن الشديدة أو التهديدات أو مصادر التوتر والانفعال غير السار. (رجب ٢٠٢٥: ١٥)

إعداد مقياس المرونة النفسية انطلاقاً من الأساس النظري لمفهوم المرونة النفسية، تم إعداد المقياس بالاستفادة من فقرات واردة في مقياسين مستخدمين في دراستين سابقتين، وهما: دراسة الشقة (٢٠١٢)، ودراسة الزهيري (٢٠١٢). قامت الباحثة بإعداد فقرات المقياس بصيغته الأولية، والتي تكونت من (٣٥) فقرة، مع مراعاة توافقها مع التعريف المعتمد لمفهوم وسياق الدراسة الحالي. كما حرصت الباحثة على أن تكون صياغة الفقرات واضحة، وصريحة، ومبشرة، ومحضرة، ومعبرة عن الموضوع، وبصيغة الحاضر (ملحم، ٢٠٠٠: ٢٥٩).

إعداد البدائل اتبعت الباحثة مقياس "ليكرت" الخماسي في تحديد البدائل المناسبة للإجابة، وذلك لأسباب منها: أنها تتيح للمستجيب أن يؤشر درجة شدة مشاعره، ويميل الثبات فيها لأن يكون جيداً، والسبب في ذلك المدى الكبير من الاستجابات، وتسمح بأكبر تباين بين الأفراد. والسهولة النسبية في البناء والتصحيح (القرني ٢٠٢٤: ١٩٥). وقد اعتمدت الباحثة خمسة بدائل للإجابة، وهي: دائمًا (٥ درجات) ، غالباً (٤ درجات) ، أحياناً (٣ درجات) ، نادراً (درجتان) ، أبداً (درجة واحدة) تمثل هذه الأوزان (١-٥) على التوالي درجة اتفاق المستجيبة مع السمة المقاسة في كل فقرة.

إعداد تعليمات المقياس تُعد تعليمات المقياس بمثابة دليل إرشادي للمستجيبات أثناء الإجابة على الفقرات، حيث توضح لهن أن الإجابة تتعلق بأرائهم تجاه المواقف الحياتية، وأن عليهم اختيار البديل الذي يعبر عنهم من بين بدائل المقياس الخمسة. كما تم التأكيد على سرية الإجابات، وأنها سستخدم لأغراض البحث العلمي فقط، دون الإفصاح عن أسماء المشاركين، وعدم الإعلان عن الأغراض الصريحة للبحث؛ وذلك للتقليل من أثر المرغوبية الاجتماعية، إذ يشير كرونباخ إلى أن ذكر الهدف الرئيسي من المقياس قد يؤدي إلى تزييف الاستجابات. (الزوبيعي ١٩٨٠: ٧١)

صلاحية فقرات مقياس المرونة النفسية تم عرض مقياس المرونة النفسية بصيغته الأولية على (١٣) محكماً من المتخصصين في مجال العلوم النفسية والتربوية ، حيث تضمن المقياس تعريف المرونة النفسية، وتشتمل على (٣٥) فقرة في صورته الأولية. وطلب من المحكمين إبداء ملاحظاتهم

وأرائهم فيما يخص صلاحية الفقرات لقياس ما وُضعت لأجله، بالإضافة إلى مقتراحتهم بشأن تعديل أو إضافة أو حذف بعض الفقرات. ويُعد ذلك بمثابة الصدق الظاهري (Face Validity)، وهو أحد الإجراءات الأساسية في بناء المقياس. وتُعد أفضل طريقة للتحقق من الصدق الظاهري هي عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين والمخصصين لتقدير مدى تمثيلها للسمة المقصودة (سعيفود وبيطاط، ٢٠٢٢، ص ٥٩). وبعد إجراء التعديلات الازمة، تم اعتماد الصيغة النهائية للمقياس المكونة من (٢٩) فقرة. وقد استخدمت الباحثة النسبة المئوية للحكم على صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس. **القوية التمييزية لفقرات مقياس المرونة النفسية** بعد أن أجاب أفراد عينة الدراسة البالغ عددهم (٢٤٣) معلومة على فقرات المقياس، تم جمع درجات جميع الفقرات، وبذلك حصل كل معلومة من عينة الدراسة على درجة وتم ترتيبهم من الأعلى إلى الأدنى. تم اختيار مجموعتي الدرجات العليا والدنيا بنسبة (٢٧٪)، أي أن كل مجموعة تكونت من (٦٦) معلومة. بالاعتماد على معادلة (T) للمتغيرين المستقلين، تم مقارنة المجموعتين واستخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فقرة. بالاعتماد على القيمة الدلالية لقيمة (T)، تبين أن الفقرة (٧) يجب استبعادها من المقياس لأن قيمتها الدلالية (٠.١١٠) أكبر من (٠.٠٥) وقيمة (T) أصغر من (T) الجدولية. أما جميع الفقرات الأخرى فهي ذات دلالة إحصائية، لأن قيمتها الدلالية أصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٥) وقيمة (T) أكبر من الجدولية، كما هو موضح في الجدول (٥) القوية التمييزية لفقرات مقياس المرونة النفسية

رقم البند	المجموعات	المتوسط	الأنحراف المعياري	قيمة (t)	قيمة الدلالة
M1	المجموعة العليا	4.36	0.69	4.237	0.000
	المجموعة الدنيا	3.82	0.78		
M2	المجموعة العليا	3.98	0.77	5.032	0.000
	المجموعة الدنيا	3.32	0.75		
M3	المجموعة العليا	4.71	0.58	6.407	0.000
	المجموعة الدنيا	3.83	0.95		
M4	المجموعة العليا	4.27	0.54	6.302	0.000
	المجموعة الدنيا	3.53	0.79		
M5	المجموعة العليا	4.38	0.74	7.587	0.000
	المجموعة الدنيا	3.36	0.80		
M6	المجموعة العليا	4.85	0.40	4.914	0.000
	المجموعة الدنيا	4.36	0.69		
M7	المجموعة العليا	2.58	1.29	-1.611	0.110
	المجموعة الدنيا	2.91	1.08		
M8	المجموعة العليا	4.45	0.61	7.641	0.000
	المجموعة الدنيا	3.52	0.79		
M9	المجموعة العليا	4.70	0.58	5.782	0.000
	المجموعة الدنيا	3.97	0.84		
M10	المجموعة العليا	4.80	0.40	9.286	0.000
	المجموعة الدنيا	3.82	0.76		
M11	المجموعة العليا	3.42	1.16	3.315	0.001
	المجموعة الدنيا	2.77	1.09		
M12	المجموعة العليا	3.92	0.81	3.856	0.000

		0.72	3.41	المجموعة الدنيا	
0.000	6.884	0.51	4.74	المجموعة العليا	M13
		0.80	3.94	المجموعة الدنيا	
0.000	8.168	0.46	4.70	المجموعة العليا	M14
		0.90	3.68	المجموعة الدنيا	
0.000	6.196	0.48	4.73	المجموعة العليا	M15
		0.75	4.05	المجموعة الدنيا	
0.000	4.896	0.61	4.56	المجموعة العليا	M16
		1.01	3.85	المجموعة الدنيا	
0.000	7.055	0.50	4.56	المجموعة العليا	M17
		0.92	3.65	المجموعة الدنيا	
0.000	7.185	0.48	4.64	المجموعة العليا	M18
		0.81	3.80	المجموعة الدنيا	
0.000	6.187	0.56	4.44	المجموعة العليا	M19
		0.85	3.67	المجموعة الدنيا	
0.000	11.188	0.43	4.76	المجموعة العليا	M20
		0.66	3.67	المجموعة الدنيا	
0.000	7.845	0.51	4.79	المجموعة العليا	M21
		0.83	3.85	المجموعة الدنيا	
0.000	7.034	0.68	4.15	المجموعة العليا	M22
		0.82	3.23	المجموعة الدنيا	
0.000	7.870	0.55	4.18	المجموعة العليا	M23
		0.74	3.29	المجموعة الدنيا	
0.000	7.085	0.49	4.77	المجموعة العليا	M24
		0.82	3.94	المجموعة الدنيا	
0.000	9.619	0.48	4.65	المجموعة العليا	M25
		0.85	3.50	المجموعة الدنيا	
0.000	7.840	0.48	4.64	المجموعة العليا	M26
		0.86	3.68	المجموعة الدنيا	
0.000	9.644	0.47	4.74	المجموعة العليا	M27
		0.68	3.76	المجموعة الدنيا	
0.000	5.348	0.53	4.55	المجموعة العليا	M28
		0.84	3.89	المجموعة الدنيا	
0.000	5.579	0.17	4.97	المجموعة العليا	M29
		0.82	4.39	المجموعة الدنيا	

١.٩٧٨	القيمة الجدولية
١٣٠	درجة الحرية

علاقة الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسيه: بالاعتماد على معامل ارتباط بيرسون، تعرضت الباحثة علاقة الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس المرونه المنفيه، ثم باستخدام (معيار إيل - ٠١٩) تعتبر أي فقرة معامل ارتباطها أصغر من (٠.١٩) مرفوضة، وإذا كانت أعلى فتعتبر مقبولة، فإن جميع الفقرات عند مستوى دلالة (٠٠٠١)، باستثناء الفقرة (٧)، كما هو موضح في الجدول (٦) الجدول (٦) علاقة الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسيه:

رقم البند	الارتباط بيرسون	رقم البند	قيمة الدلالة	الارتباط بيرسون	رقم البند	قيمة الدلالة
M1	.408**	M16	0.000	.468**	0.000	
M2	.449**	M17	0.000	.557**	0.000	
M3	.504**	M18	0.000	.598**	0.000	
M4	.521**	M19	0.000	.540**	0.000	
M5	.606**	M20	0.000	.695**	0.000	
M6	.438**	M21	0.000	.627**	0.000	
M7	-.184*	M22	0.035	.541**	0.000	
M8	.573**	M23	0.000	.609**	0.000	
M9	.484**	M24	0.000	.521**	0.000	
M10	.664**	M25	0.000	.664**	0.000	
M11	.310**	M26	0.000	.592**	0.000	
M12	.361**	M27	0.000	.659**	0.000	
M13	.504**	M28	0.000	.456**	0.000	
M14	.599**	M29	0.000	.437**	0.000	
M15	.489**		0.000			

ثبات مقياس المرونة النفسيه لتحديد ثبات مقياس المرونة النفسيه، اعتمدت الباحثة على معاملي (ألفا كرونباخ) و (جتمان/سييرمان). ونتيجة لذلك، تبين أن قيمة (ألفا كرونباخ) هي (٠.٩٠٣) وقيمة (جتمان/سييرمان) هي (٠.٨٧١). تشير هذه القيم إلى مستوى ثبات المقياس المرونة النفسيه، كما هو موضح في الجدول (٧). الجدول (٧) ثبات مقياس المرونه المنفيه.

البند	معادلة		المقاييس
	سييرمان-براون	ألفا كرونباخ	
٢٨	0.871	0.903	المرونة النفسيه

الوسائل الاحصائية استخدمت الوسائل الاحصائية الاتية في معالجة بيانات البحث الحالي (معامل ارتباط بيرسون و معادلة سبيرمان براون، والفالا كرونباخ) نتائج البحث

اولا: عرض نتائج بيانات البحث تعرضت الباحثة في هذا الجزء النتائج التي تم الحصول عليها من العمل الميداني على عينة الدراسة ومقارنتها بأهداف الدراسة.

١. الاهداف الاول: مستوى المرونة النفسيه لدى معلمات رياض الأطفال. يوضح جدول (١٣) ان المتوسط الحسابي للعينة ككل على مقياس المرونة النفسيه كان (١١٥٠٠) درجة، وإن الانحراف المعياري (٩٠٢٨) درجة و هي ادنى عند مقارنة بالوسط الفرضي للمقياس والبالغ (٣١٠٠)

درجة، وبعد استخدام الاختبار الثاني (T.Test) لعينة واحدة لايجاد مستوى المرونة النفسية، تبين القيمة الثانية (٤٥٠٠٤) هي اعلى عند مستوى الدلالية (٠٠٠٥) و بدرجة الحرية (٢٤٢)، هذا يوضح أن مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال مرتفع. مما يشير إلى قدرتهم على التكيف مع المواقف التعليمية والتعامل مع ضغوط العمل بأساليب إيجابية.جدول (١٣) مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال

المتوسط	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطات افتراضي	قيمة(t)	درجة الحرية	قيمة الدالة
115.00	9.28	84	31.00	52.041	242

وبناءً على نتائج الجدول (١٣)، فإن قيمة كوهنس دي (Cohen's $d = 1.203$) (الوسط = ١١٥، المنوال = ١١٢) تشير إلى وجود تأثير إحصائي معنوي قوي للغاية. وهذا يوضح أن هذا الاختلاف ليس ذا دلالة إحصائية فحسب، بل له أهمية عملية كبيرة. ووفقاً لمعايير كوهين (Cohen, 1988: 27) فإن هذه القيمة أكبر بنسبة (٥٠٪)، وبالتالي فإن تأثيرها قوي وملحوظ. وهذا يعني أن المرونة النفسية لدى عينة الدراسة محسوسة بنسبة (٩٥.٨١٪) وهي في مستوى عالي.الجدول (١٤) مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال حسب كوهنس دي.

الوسط	115
المنوال	112
الحد الأدنى	93
الحد الأقصى	137
Cohen's d	6.69
Cohen's $d\%$	95.81%
مستوى	عالي

إذن، مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال محسوس ومرتفع بنسبة (٩٥.٨١٪)، تزدّر الباحثة إلى أن يتطلب العمل مع الأطفال الصغار صبراً كبيراً، وقدرة على التكيف مع سلوكياتهم المتغيرة واحتياجاتهم المختلفة، مما تعزز مهارات حل المشكلات والتفكير الإبداعي لدى المعلمات، وبيئة رياض الأطفال غالباً ما تكون مليئة بالبهجة، اللعب، والضحك، مما يمكن أن يساهم في بناء مرونة نفسية لمواجهة الضغوط و معلمات رياض الأطفال يحتاجون إلى مستويات عالية من التعاطف لفهم مشاعر الأطفال واحتياجاتهم، وهذا التعاطف يمكن أن يمتد ليشمل فهمهم الخاص لمشاعرهم وتجاربهم، يواجهون باستمرار تحديات تتطلب منهم إيجاد حلول مبتكرة وسريعة، سواء كانت تعليمية أو سلوكية، مما يعزز قدرتهم على التكيف مع التغيرات. وقد ينجذب الأشخاص الذين يمتلكون بالفعل سمات شخصية مثل التفاؤل، الصبر، القدرة على التكيف، والميل إلى رعاية الآخرين، إلى مهنة تعليم رياض الأطفال. وبالتالي، فإن المهنة قد تجذب الأفراد الأكثر مرونة بطبيعتهم. وبشكل عام، تبين أن طبيعة مهنة نعلمات رياض الأطفال، التي تتطلب تفاعلاً مستمراً مع التحديات و تتطلب مهارات شخصية ومهنية معينة، تعمل على صقل وتعزيز المرونة النفسية لديهم.

٢. الاهداف الثالث: دلالة الفروق في مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال تبعاً لمتغيرات:

أ. الحالة الاجتماعية فيما يتعلق بالاختلاف في مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية، فقد تم الاعتماد على معامل تحليل التباين أحادي الاتجاه (One-Way ANOVA). وبما أن قيمة (F) المحسوبة هي (١.٣٣٨) وقيمة الدالة (٠.٢٦٤) وهي أكبر من (٠٠٠٥)، فقد تبين عدم وجود فروق في المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية. وكما هو موضح في الجدول (١٧).الجدول (١٧) دلالة الفروق في مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

مصدر التباين	مجموعات المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدالة
٠.٢٦٤	٢٣٠.٠٢٥	٢	١١٥.٠١٢	١.٣٣٨	٠.٢٦٤
	٢٠٦٣٠.٩٧١	٢٤٠	٨٥.٩٦٢		
	٢٠٨٦٠.٩٩٦	٢٤٢			

ب. سنوات الخدمة فيما يتعلق بالاختلاف في مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير سنوات الخدمة، فقد تم الاعتماد على معامل تحليل التباين أحادي الاتجاه (One-Way ANOVA). وبما أن قيمة (F) المحسوبة هي (٠٠٤٦٥) وقيمة الدالة (٠٠٦٤٢) وهي أكبر من (٠٠٠٥)، فقد تبين عدم وجود فروق في المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير سنوات الخدمة. وكما هو موضح في الجدول (١٨) دالة الفروق في مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال تبعاً لمتغير سنوات الخدمة

سنوات الخدمة	النكرارات	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (F)	درجة الحرية	قيمة الدالة
61	182	114.84	9.16	0.465	241	0.642
						9.70

ج. المؤهل العلمي فيما يتعلق بالاختلاف في مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير سنوات الخدمة، فقد تم الاعتماد على معامل تحليل التباين أحادي الاتجاه (One-Way ANOVA). وبما أن قيمة (ت) هي (٠٠١٢٧) وقيمة الدالة (٠٠٨٩٩) وهي أكبر من (٠٠٠٥)، فقد تبين عدم وجود فروق في المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير سنوات الخدمة. وكما هو موضح في الجدول (١٩) دالة الفروق في مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال تبعاً لمتغير المؤهل العلمي

المؤهل العلمي	النكرارات	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	قيمة الدالة
بكالوريوس	80	114.8875	8.38171	0.127	241	0.899
						9.72130

الاستنتاج

١. أن مستوى المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال مرتفع.

٢. عدم وجود فروق في المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية وسنوات الخدمة ومؤهل العلمي.

الوصيات:

١. ضرورة الاهتمام بتنمية المرونة النفسية لدى معلمات رياض الأطفال من خلال إعداد برامج تدريبية وإرشادية تركز على تعزيز مهارات التكيف، وضبط الانفعالات، والتعامل الفعال مع ضغوط العمل.
٢. إدماج موضوعات المرونة النفسية ضمن مناهج كليات التربية ورياض الأطفال لما لها من أثر في تطوير الأداء المهني للمعلمات المستقبليات.
٣. تهيئة بيئة عمل تربوية آمنة وداعمة نفسياً في مؤسسات رياض الأطفال تسهم في رفع مستوى الرضا الوظيفي والانتماء المهني وتعزيز الشعور بالكفاءة الذاتية.

٤. توظيف نتائج البحث في تطوير أساليب الإشراف التربوي بحيث تشمل الجوانب الانفعالية والنفسية للمعلمة إلى جانب المتابعة الإدارية.

٥. تعزيز خدمات الإرشاد النفسي في المؤسسات التعليمية لمساندة المعلمات في مواجهة ضغوط العمل وتحقيق التوازن النفسي والانفعالي.

المصادر

- الحريري، رافدة. (٢٠١٣)، قضايا معاصرة في تربية طفل ما قبل المدرسة، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان (الأردن).
- عبد ربه، يافا وائل (٢٠٠٩)، تعديل السلوك الإنساني، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع عمان (الأردن).
- الكبيسي، عبدالواحد. الحياني، صبري بربان (٢٠١٢)، الإرشاد والتوجيه التربوي الناشر مركز ديبونو لتعليم التفكير.
- خليفة، إيناس عبد الرزاق، (٢٠١٣) الشامل في رياض الأطفال، دار المناهج للنشر والتوزيع.
- صبيحات، إسرا نافع (٢٠٢٤)، قوة الوعي الذاتي، ببلومانيا للنشر والتوزيع.
- بن دهيم، ناصر فهد ناصر، (٢٠٢١)، تأملات في السمو الإنساني، فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر.
- التوايسية، فاطمة عبد الرحيم، (٢٠١١)، الضغوط والأزمات النفسية وأساليب المساندة دار المناهج للنشر والتوزيع عمان (الأردن).
- أليكس م. وود، جوديث جونسون (٢٠٢٢) مصنف وايلي في علم النفس الايجابي الاكلينيكي، الناشر مكتبة الأنجلو المصرية.
- يوسف، إيمان أحمد (٢٠١٩)، المهارات الإدارية وطرق تمتيتها، عمان، دار النفيس للنشر والتوزيع.

- المبيضين، إسراء عبد الرحمن محمد، (٢٠١٧)، واقع تعليم الإنجليزية لمرحلة رياض الأطفال، دار زهران للنشر والتوزيع .
- رمضان، عبد الناصر، والبركاوي، زينب، (٢٠١٦)، المرونة النفسية وعلاقتها بعض المتغيرات الديموغرافية لدى معلمي المرحلة الإعدادية.
- المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة، (٣١٦-٢٥٩)، (١٣).
- بن منظور، أبو الفضل جمال الدين (ب.ت) : لسان العرب، دار صادر، بيروت.
- رباعية، هشام عبد الحافظ. (٢٠١٧). المرونة النفسية و علاقتها بقلق الاختبار لدى طلبة ، الجامعة الأردنية، رسالة ماجستير في علم النفس التربوي، منشورة، جامعة اليرموك.
- الجمعية الأمريكية لعلم النفس، (٢٠٠٢) الطريق إلى المرونة النفسية ترجمة محمد السعيد أبو حلاوة . قسم علم النفس، كلية التربية بدقهلور - جامعة الإسكندرية.
- فهمي، عاطف عدلي (٢٠١٩) معلمة الروضة (طه) عمان، الأردن، دار المسيرة.
- الخليلة، هند بنت ماجد (٢٠٠٠) إدارة رياض الأطفال، دار الكتاب الجامعي، العين.
- عبد السلام، أمانى حسن حسين. (2018). الأسى النفسي وعلاقته بالمر ونة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط للموظفين المقطوعة رواتبهم، رسالة ماجستير في الصحة النفسية، منشورة، الجامعة الإسلامية.
- أبو حلاوة، محمد السعيد (٢٠١٣). الطريق إلى المرونة النفسية. جامعة الإسكندرية. كلية التربية .
- رجب، احمد (٢٠٢٥) مهارات إدارة الذات والمرونة النفسية .. كيف تتغلب على الضغوط والمتاعب؟، الناشر دار أزهى.
- العبرى، د. حمود. (٢٠٢٥)، من الجمود إلى المرونة: نافذة جديدة نحو فن الإرشاد والعلاج النفسي. المملكة المتحدة، دار تشكيل للنشر والتوزيع.
- الحمداني، ربعة مانع (٢٠١٨) المرونة النفسية والب伽ف العاطفي - رؤية تربوية نفسية معاصرة، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
- العازمي، عائشة عبيد الله مبارك قويضي، (٢٠٢٢)، المرونة النفسية وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى المراهقين، مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، مج. ٢٠٢٢، ع. ٤٦، ج. ٣، ص ص. ١٣٣-١٧٣.
- الزهيري، لمياء قيس سعدون (2012) ، المرونة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير، جامعة ديالى كلية التربية للعلوم الإنسانية قسم العلوم التربوية والنفسية.
- العطبيوي، إسراء شوكت، القضاة، محمد إسماعيل (٢٠٢٣) المرونة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية، رسالة ماجستير، قلش عبد الله (٢٠١٧) منهجية البحث العلمي جامعة حسيبة بن بو علي الشلف، كلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسويق.
- عبيادات ذوقان وعدس، عبد الرحمن وعد الحق كايد (٢٠٠٤) البحث العلمي مفاهيمه وادواته وأساليبه الطبيعة السادسة، دار الفكر للنشر والتوزيع، عباس محمد خليل وآخرون. (٢٠٠٩) مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، الطبعة الثالثة، دار المسيرة عمان.
- القوصي، محمد مفید (٢٠٠٢)، الاحصاء الوصفي والاستدلالي. الاحصاء الوصفي والاستدلالي. مركز الكتاب الأكاديمي .
- الكاف، عبد الله عمر زين (2014) تطبيق العمليات الإحصائية في البحوث العلمية مع استخدام برنامج SPSS. Manhal.
- محمودي محمد سرحان علي (٢٠١٩) مناهج البحث العلمي، الطبعة الثالثة. دار الكتب الصناع.
- ملحم، سامي محمد. (٢٠٠٠)، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، (ط) دار المسيرة للنشر والتوزيع عمان، الأردن.
- القرني، احمد بن سالم بن سعيد (٢٠٢٤) أثر عدد فئات التدريج لمقياس ليكرت في معاملات الارتباط. مجلة بحوث التعليم والابتكار تصدر عن إدارة تطوير التعليم، جامعة عين شمس مجلد (٤) عدد (١٣).
- الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم. (١٩٨٠) القياس النفسي، دار الفكر العربي القاهرة.
- سعيود، سعاد وبيطاط، أحالم. (٢٠٢٢) الأفكار الأخلاقانية وعلاقتها بالضغط النفسي لدى الجامعيين العاطلين عن العمل، مذكرة لنيل شهادة الماجستير تخصص ارشاد وتوجيه.

المصادر الأدبية

- Reuben, N.R. and Moon-Ho (2012): Coping with Anxiety, Depression, Anger and Aggression: The mediation role of resilience in Adolescents (EJ986337), child and youth care forum (41), 529-546.
- Newman.R. (2002). The road to resilience. Monitor on Psychology. Vol.33 (9):62.