مجلة جامعة طرطوس للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (10) العدد (12) 2026
Tartous University Journal for Research and Scientific Studies –Arts and Humanities Series Vol. (10) No. (12) 2026

المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس.

*د. سوسن أحمد

** أ.د. جبران عاقل

***هبه زين الدين دالي

(تاريخ الإيداع 1/25 /2026. قُبِل للنشر في 6/8 /2026)

□ ملخّص □

هدف البحث تعرف مستوى المرونة النفسية لدى عينة من طلبة كلية التربية، والفروق ذات الدلالة الإحصائية وفقاً لمتغيرات التخصص الدراسي والمستوى التعليمي للوالدين، وقد طُبِّق البحث على عينة بلغ عددها /٢٦٥/ طالبًا وطالبة من كلية التربية في جامعة طرطوس وقد بلغ متوسط العمر ٢٠ عامًا، واستُخدم مقياس المرونة النفسية الذي أعده كونور ودافيدسون Conor and Davidson وترجمه إلى اللغة العربية رياض العاسمي، وكان المنهج الوصفي هو المتبع للوصول إلى النتائج التي بينت أن مستوى المرونة النفسية قد بلغ (٩٢%)، في حين بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث في مستوى المرونة النفسية وفقًا لمتغير التخصص الدراسي لصالح طلبة الإرشاد النفسي وذلك في أبعاد (الجرأة او الشجاعة التفاؤل الغرض أو الهدف) بينما لم توجد فروق إحصائية في بعد (سعة الحيلة) تعزى لمتغير التخصص الدراسي، بالإضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير المستوى التعليمي للأب والأم.

الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، جامعة طرطوس، كلية التربية.

*مدرس، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة طرطوس، سورية.

** مدرس أستاذ مساعد، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة طرطوس، سورية.

***طالبة دراسات عليا(ماجستير)، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة طرطوس، سورية.

مجلة جامعة طرطوس للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (10) العدد (12) 2026
Tartous University Journal for Research and Scientific Studies –Arts and Humanities Series Vol. (10) No. (12) 2026

psychological flexibility among students of the Faculty of Education at Tartous University.

Dr. Susan Ahmad*
Dr. Gebran Aqel**
Heba Zain El Din Dale***

(Received 25/1 /2026. 8 /6/2026)

□ ABSTRACT□

The research aimed to identify the level of psychological resilience among a sample of students from the Faculty of Education and the statistically significant differences according to the variables of academic specialization and the educational level of parents. The research was applied to a sample of 265 male and female students from the Faculty of Education at Tartous University, with an average age of 20 years. The Psychological Resilience Scale prepared by Conor and Davidson and translated into Arabic by Riad Al-Asmi was used. The descriptive method was followed to reach the results, which showed that the level of psychological resilience reached (92%). The results showed that there were statistically significant differences between the mean of the research sample in the level of psychological resilience according to the variable of academic specialization, in favor of students of psychological counseling, in the dimensions of (boldness or courage, optimism, purpose or goal). However, there were no statistically significant differences in the dimension of (resourcefulness) attributable to the variable of academic specialization, in addition to the lack of statistically significant differences according to the variable of the educational level of the father and mother.

Keywords: psychological flexibility, Tartous University, Faculty of Education.

*Lecturer, Department of Psychological Counseling, Faculty of Education, Tartous University, Syria
**Assistant Professor Department of Psychological Counseling, Faculty of Education, Tartous University, Syria
***Postgraduate Student (Master's), Department of Psychological Counseling, Faculty of Education, Tartous University, Syria.

اولاً: المقدمة

تُعدّ المرونة النفسية من المفاهيم الأساسية في علم النفس الإيجابي، إذ تشير إلى قدرة الفرد على التكيّف مع الضغوط والأزمات واستعادة توازنه النفسي والعاطفي بعد التعرض للمواقف الصعبة. ولا تُعد المرونة سمة ثابتة، بل مهارة قابلة للتعلم والتطوير من خلال الخبرات الحياتية والدعم الاجتماعي (Al-Ahmadi, 2007). وتُظهر الدراسات أن الأفراد الذين يتمتعون بدرجة عالية من المرونة النفسية يكونون أكثر قدرة على التعامل الإيجابي مع التحديات، وأكثر تمتعًا بالصحة النفسية، وأقل عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب (Southwick & Charney, 2012).

كما تسهم المرونة النفسية في تمكين الأفراد من تحويل الأزمات إلى فرص للنمو الشخصي، وتعزيز مهاراتهم في إدارة الانفعالات، واتخاذ القرارات، والتكيف مع المتغيرات البيئية المختلفة. ويؤكد ذلك ما توصلت إليه العديد من الدراسات التي أشارت إلى أن المرونة النفسية تعمل كعامل وقائي يحمي الأفراد من الآثار السلبية للضغوط، ويعزز قدرتهم على التكيف الفعال (Masten, 2014; Luthar et al., 2000).

وفي البيئة الجامعية، يواجه الطلبة العديد من التحديات، مثل ضغوط التحصيل الأكاديمي، وصعوبات التكيف مع بيئة تعليمية جديدة، إضافة إلى التغيرات الاجتماعية والانفعالية المرتبطة بمرحلة الانتقال إلى الرشد. ومن هنا تبرز أهمية المرونة النفسية في مساعدة الطلبة على التكيف مع هذه التحديات، وتحقيق التوازن النفسي، وتنمية مهارات التنظيم الذاتي والتفكير الإيجابي، مما ينعكس إيجابا على أدائهم الأكاديمي وصحتهم النفسية (Hartley, 2011).

وبناءً على ذلك، تهدف هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على مستوى المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس.

1_1مشكلة البحث ومسوغاتها

تعد المرونة النفسية من العوامل الأساسية التي تمكّن طلبة الجامعة من التكيف مع الضغوط الأكاديمية والحياتية، يعدّ عدم التمتع بها من العوامل التي قد تؤثر سلبًا في التكيف مع الضغوط والتغيرات الحياتية، خاصة بالنسبة إلى طلبة الجامعة في هذه المرحلة الحساسة في الانتقال من المراهقة الى الرشد؛ إذ يؤدي الجمود في التفكير وصعوبة تعديل السلوك أو تقبّل المواقف الجديدة إلى زيادة مشاعر القلق والتوتر وضعف القدرة على حل المشكلات بفعالية، وكما قد يرتبط نقصها بارتفاع احتمالية الإصابة بالاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب والقلق، إضافةً إلى تراجع الرضا عن الحياة وصعوبة إدارة الانفعالات والتعامل مع التحديات، وتعد من أهم مراحل الحياة حيث يستطيع الطالب فيها تطوير نمط حياته واكتساب مهارات جديدة، وقد بينت الدراسات أن طلبة الجامعة يعانون من مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية والقلق والتوتر، كدراسة الحربي (2024) التي بينت أن أكثر من نصف طلبة الجامعة يعانون من مستويات مرتفعة من القلق والتوتر الأكاديمي، وأن هذه المستويات ترتبط سلباً بدافع التحصيل والتكيف الدراسي، وبينت نتائج دراسة سلمان وآخرين (2025) أن الضغوط الأكاديمية والاجتماعية تمثل أحد أبرز العوامل المسببة للتوتر النفسي بين طلبة الجامعات العربية، إذ أظهر أكثر من 70٪ من أفراد العينة مستويات مرتفعة من القلق والإنهاك النفسي، مما يؤثر سلباً على أدائهم الأكاديمي واستقرارهم الانفعالي، وتشكل هذه الضغوط تحديًا حقيقيًا لقدرتهم على مواجهة متطلبات الحياة الجامعية

وقد لاحظت الباحثة ايضاً خلال سنوات دراستها تفاوتاً في الاستجابة للضغوط والتحديات التي تواجه الطالب؛ فبينما يظهر بعضهم قدرة على التكيف والنجاح رغم التحديات، يعاني آخرون من الانهيار والانسحاب، وهذه

الاختلافات قد لا تعود فقط إلى الخبرات السابقة او الدعم الاجتماعي بل قد ترتبط بطبيعة الفرد وسماته الشخصية، وتفيد العديد من الدراسات السيكولوجية ومنها دراسة شاتيه وآخرين (shatte et all 2017) ودراسة هاو وآخرين (hao et all 2015) ودراسة قاسم(2017) في أن المرونة النفسية تلعب دوراً مهماً في تحديد مدى قدرة الفرد على التكيف مع الصعوبات والمواقف الضاغطة التي تواجه الفرد في حياته، ومن هنا برزت الحاجة إلى تعرّف مستوى المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس وذلك لكونها عنصراً حاسماً في تحديد الطريقة التي يتفاعل بها الأفراد ويتعاملون مع الضغوط، ومما تقدم تتلخص مشكلة البحث في السؤال الآتي: ما مستوى المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس ؟

1_2 أهمية البحث:

تأتي أهمية البحث من:

1. قد تأتي من أهمية مفهوم المرونة النفسية كأحد المفاهيم المساعدة لزيادة الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة.
2. قد تفيد القائمين على وضع المناهج في مختلف الكليات بضرورة إتاحة موضوعات تتعلق بالمرونة من خلال إضافة محاضرات او مواد دراسية تتعلق بالمرونة وعلم النفس الإيجابي.
3. قد تسهم بتسليط الضوء لإقامة دورات تدريبية تعتمد مفردات علم النفس الإيجابي وخاصةً لطلاب كلية التربية بقسميها.

1_3 أهداف البحث:

تهدف البحث إلى تعّرف:

1_ مستوى المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس قسمي الإرشاد النفسي وتربية الطفل .

2_ تعرّف الفروق بين متوسطات درجات طلبة كلية التربية على مقياس المرونة النفسية وفقاً لمتغير التخصص الدراسي(إرشاد نفسي، تربية طفل).

3_تعرّف الفروق بين متوسطات درجات طلبة كلية التربية على مقياس المرونة النفسية وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للوالدين.

1_4 أسئلة البحث:

1_ما مستوى المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس قسم إرشاد نفسي وتربية طفل؟

1_5 فرضيات البحث:

سيتم اختبار الفرضيات عند مستوى الدلالة 0,05

الفرضية الأولى :لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وفقاً لمتغير التخصص الدراسي(تربية طفل إرشاد نفسي).

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للأب(ابتدائي إعدادي_ ثانوي_ جامعي_ دراسات عليا).

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للأم(ابتدائي إعدادي_ ثانوي_ جامعي_ دراسات عليا).

1_6 منهج البحث:

اعتمد البحث المنهج الوصفي، والذي يعرّف بأنه: أسلوب يتطلب البحث والتقصي الدقيق في الأسباب والمسببات للظاهرة الملموسة، ويعد اسلوباً فعّالاً في جمع البيانات والمعلومات وبيان الطرائق والإمكانيات التي تساعد في تطوير الوضع على ما هو أفضل، ويزود الباحث بوصف المتغيرات التي تتحكم فب الظاهرة قيد البحث سواء أكانت تلك الظواهر نفسية أم تربوية أم اجتماعية، وبناءً عليه اعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي لتوافقه مع طبيعته، فهو يعد الأنسب لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات، والكشف عن الفروق بينها(المغربي،٩٦،٢٠٠٧).

1_7 حدود البحث:

- الحدود الزمانية: طُبِّق البحث في العام الدراسي 2024_2025.
- الحدود المكانية: طُبِّق البحث في كلية التربية جامعة طرطوس.
- الحدود البشرية: تكونت عينة البحث من طلبة كلية التربية السنة الثالثة(إرشاد نفسي، تربية طفل).
- الحدود الموضوعية: المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس.

1_8 التعريف بالمصطلحات النظرية والإجرائية:

يقصد بالمرونة النفسية psychological flexibility قدرة الشخص على الاستجابة لظروف الحياة وأحداثها ووقائعها وخبراتها بتلقائية وطلاقة اتساقًا مع عطاء اللحظة الحاضرة، وبما يتناسب مع طبيعة مواقف التفاعل والمهام التي يتفاعل مع الشخص دون تمسك بالأساليب السلوكية التقليدية التي ألفها بحكم التعود" .Ian Felton 2021

أما التعريف الإجرائي: فهو الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس المرونة النفسية بأبعاده الأربعة وهي : الجرأة او الشجاعة، التفاؤل، سعة الحيلة أو الدهاء، الغرض أو الهدف، المعتمد في البحث الحالي .

1_9 دراسات سابقة

دراسة عيسى،(2019) ، سورية.

المرونة النفسية وفق بعض المتغيرات.

هدفت الدراسة الى تعّرف مستوى المرونة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، وتعرف الفروق في مستوى المرونة النفسية وفق متغير التخصص(هندسة مدنية وتربية)ومتغير الجنس (ذكور وإناث)، وقد استُخدم المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من (115) طالباً وطالبة، بواقع (62) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية، و (53) طالباً وطالبة من طلبة كلية الهندسة المدنية، حيث بلغ عدد الإناث (59) طالبة، والذكور (56) طالباً، وقد طبق على هذه العينة مقياس المرونة النفسية الذي أعده كونور ودافيدسون (2003)،وأظهرت النتائج أن مستوى المرونة النفسية لدى أفراد العينة مرتفع بلغ ٨٨%، كما أظهرت وجود فروق في مستوى المرونة النفسية وفق متغير التخصص وذلك لصالح طلبة كلية التربية.

دراسة_جمعة، (2024)، ليبيا.

المرونة النفسية لدى طلاب كلية الآداب بجامعة بني الوليد في ضوء بعض المتغيرات.

هدفت الدراسة الى تعرّف مستوى المرونة النفسية لدى عينة البحث، ولتحقيق أهداف البحث طبق الباحث مقياس المرونة النفسية كونور ودايفدسون(٢٠٠٣) على عينة بلغ عددها(٥٠) طالب واستُخدم المنهج الوصفي، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى: وجود فروق دالة إحصائياً لمتغير المرونة النفسية لدى أفراد عينة البحث، أي أن مستوى المرونة النفسية لدى أفراد العينة كان جيداً، حيث اتضح وجود فروق بين المتوسط الحسابي 37,89 والمتوسط النظري 27 لدى أفراد العينة، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس، عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في المرونة النفسية تعزى لمتغير السنة الدراسية.

دراسة البيرقدار، الحديدي.(2022).العراق.

المرونة النفسية لدى طلبة جامعة الموصل.

هدفت الدراسة الى تعرّف مستوى المرونة النفسية لدى طلبة جامعة الموصل، واستُخدم المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة طبق الباحثان مقياس المرونة النفسية من إعداد (الشبول ٢٠١٧) على عينة بلغت ٨٠٠ طالب، وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: يتمتع طلبة جامعة الموصل بمستوى مرتفع من المرونة النفسية وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى المرونة النفسية بين الذكور والإناث، يتفوق طلبة المرحلة الثالثة على طلبة المرحلة الأولى في المرونة النفسية، ويتفوق طلبة التخصص العلمي على طلبة التخصص الإنساني في المرونة النفسية.

دراسة دياث وآخرين .(**Diaz et all 2021**)اسبانيا.

Resilience and psychological factors among dental students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study

المرونة النفسية والعوامل النفسية لدى طلاب طب الأسنان خلال جائحة كوفيد.19-

هدفت الدراسة إلى تعّرف العلاقة بين المرونة النفسية وبعض العوامل النفسية(احترام الذات، الاكتئاب، القلق) وتعرف مستويات كل من القلق والمرونة النفسية، استُخدم المنهج الوصفي، وتم تطبيق مقياس المرونة النفسية ومقياس احترام الذات ومقياس القلق والاكتئاب، شملت العينة ٩٢ طالباً، وأظهرت النتائج أن مستويات المرونة كانت مرتفعة نسبيًا 82 %، واحترام الذات كان ضمن النطاق الطبيعي، ومستويات الاكتئاب كانت منخفضة، وكذلك القلق كان منخفضاً.

دراسة حسن كافجاكي **Hasan Kavga**). 2022) تركيا .

The relationship between psychological resilience, teachers' self-efficacy, and their teaching behaviors

العلاقة بين المرونة النفسية وكفاءة المعلمين الذاتية وسلوكياتهم تجاه التدريس

هدفت الدراسة الى تعرّف العلاقة بين المرونة النفسية وكفاءة المعلمين الذاتية وسلوكياتهم تجاه مهنة التدريس، تكونت العينة من 257 مدرسا درسوا في برنامج التكوين التربوي في إحدى الجامعات بتركيا، وأدوات البحث تمثلت في مقياس كفاءة المعلمين، ومقياس التكيف المرن الموجز، والموقف تجاه مهنة التدريس، ومقياس المرونة النفسية من اعداد الباحث، وتم اعتماد المنهج الوصفي، وتوصلت النتائج الى: تؤثر المرونة النفسية للمعلمين المحتملين بشكل مباشر على مواقفهم تجاه مهنة التدريس ومعتقدات الكفاءة الذاتية، تؤثر

المرونة النفسية للمعلمين المحتملين بشكل مباشر وإيجابي على مواقفهم تجاه مهنة التدريس من خلال معتقداتهم حول الكفاءة الذاتية، وإلى ارتفاع مستوى المرونة النفسية لدى المعلمين.

تعقيب على الدراسات السابقة:

يتفق البحث الحالي من حيث الهدف مع دراسة (جمعة2024)ودراسة (الحديدي2022)ودراسة (عيسى2019) في تعرف مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة، بينما اختلفت مع دراسة دياث2021 في تعرف العلاقة بين المرونة النفسية وبعض العوامل النفسية، ودراسة (كافجاكي2022) للتعرف إلى العلاقة بين المرونة النفسية وكفاءة المعلمين الذاتية وسلوكياتهم تجاه مهنة التدريس، كما اتفقت مع الدراسات السابقة من حيث التطبيق على العينة من الطلبة الجامعيين إلا دراسة كافجاكي فقد كانت العينة المدروسة من المعلمين ، واتفقت مع الدراسات السابقة في المنهج الوصفي، اما من حيث الأدوات فقد اخلفت مع بعض الدراسات السابقة ففي دراسة البيرقدار والحديدي طبق الباحثان مقياس المرونة النفسية من إعداد (الشبول ٢٠١٧) ، ودراسة كافجاكي مقياس كفاءة المعلمين، ومقياس التكيف المرن الموجز، والموقف تجاه مهنة التدريس، ومقياس المرونة النفسية من اعداد الباحث، وتم تطبيق مقياس المرونة النفسية من إعداد الباحث في دراسة دياث، واشتركت مع دراسة جمعة ودراسة عيسى في المقياس وهو (كونور ودايفدسون)؛ ويتميز البحث الحالي من باقي الأبحاث من حيث مكان التطبيق حيث يبحث في مستوى المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس.

1_10 الجانب النظري

مفهوم المرونة النفسية

تُعد المرونة النفسية مفهومًا يحظى باهتمام متزايد في مختلف المجالات. حيث تستخدم المرونة للإشارة إلى قدرة الفرد على التعافي والتكيف والازدهار في مواجهة الشدائد والصعاب، سواء كانت شخصية (مثل المرض والفقد) أو مهنية أو اجتماعية أو بيئية، وتعرفها يونغر بأنها تكوين نفسي يتجاوز قدرة الأفراد على المواجهة أو التوافق الإيجابي مع المصاعب والأحداث الصادمة .(Ungar, 2004)

ويُعرّفها "لوثار" وزملاؤها (٢٠٠٠) بأنها "القدرة على التكيف الإيجابي في سياق التعرض لظروف شديدة أو قوى خارجية أخرى", ويُنظر إلى اليها على أنها عملية ديناميكية تتضمن التفاعل مع البيئة المحيطة، وقد عرّف "شارما" (Sharma, 2015) المرونة النفسية بأنها القدرة على استعادة التوازن بعد أي فشل أو خسارة أو صدمة، وهي واحدة من أهم المهارات الحياتية التي يحتاجها الفرد لمواجهة تحديات اليوم. وكثيرًا ما يُستخدم مصطلح المرونة لوصف سمة شخصية مستقرة أو القدرة التي تحمي الأفراد من الآثار السلبية للمخاطر والمحن، وتعتبر دراسة المرونة النفسية أمرًا بالغ الأهمية نظرًا لتأثيرها العميق على الصحة النفسية للأفراد وقدرتهم على التكيف مع مختلف جوانب الحياة، وترتبط الآثار الإيجابية للمرونة النفسية بالقدرة على وضع خطط واقعية واتخاذ الخطوات والإجراءات اللازمة لتطبيقها أو تنفيذها، والنظرة الإيجابية إلى الذات، والثقة في القدرات والإمكانيات الشخصية، وامتلاك مهارات التواصل الإيجابي، وحل المشكلات، والقدرة على ضبط أو إدارة الانفعالات القوية والاندفاعات(ابو حلاوة11،٢٠١٣).

أبعاد المرونة النفسية هي:

1_ الاتزان الانفعالي: ويتمثل في قدرة الفرد على الوعي بانفعالاته المختلفة وتوجيهها التوجه الصحيح والقدرة على التحكم فيها والسيطرة عليها مع تعدد المواقف التي يمر بها واختلافها.

2_ فعالية الذات: ثقة الفرد في قدرته على حل المشكلات ومعرفة مكامن قوته وضعفه وحسن توظيفه لمواهبه ليتمكن من التوافق الإيجابي مع أحداث الحياة وتحدياتها والسعي لتحقيق أهدافه, وقدرته على تقبل النقد والاستفادة منه.

3_ العلاقات الاجتماعية: القدرة على إنشاء وتكوين علاقات اجتماعية سوية مع الآخرين والمحافظة عليها والاندماج وسط الجماعة, وتقبل الآخرين والقدرة على التسامح والعفو مع الذات والآخرين, بالرغم من اختلافهم معا, ومساعدة الآخرين.

4_ الصبر: هو القدرة على تحمل الظروف الصعبة التي يتعرض لها الفرد بروح عالية ونفس راضية دون تسرع والاندفاع في رد الفعل, والقدرة على المثابرة لإنجاز الطموحات ومهام الحياة.

5_ حل المشكلات: القدرة على النظر إلى الصعوبات والأزمات من زوايا متعددة للتبصر بمختلف العوامل المسببة لها والحلول المختلفة المحتملة للتغلب عليها ومواجهتها, والبحث عن أفكار إبداعية وبدائل متعددة واستشارة أهل الخبرة(صميدة، ٢٠١٩، ص٤٧)

ومن النماذج المفسرة للمرونة النفسية نموذج غروتبرغ: بناء المرونة

يُعدّ نموذج عالمة النفس التنموي، الدكتورة إديث غروتبرغ edith grotenberg ، أحد أكثر الأطر تطبيقًا في أبحاث المرونة وممارساتها. من خلال عملها في مشروع المرونة الدولي، حددت غروتبرغ أن المرونة تستمد قوتها من ثلاثة مصادر أساسية، تُعبّر عنها ثلاث عبارات بسيطة: "أملك"، "أنا"، و"أستطيع".

تُصنّف هذه الفئات عوامل المرونة إلى دعم خارجي، ونقاط قوة داخلية تتطور مع الوقت، ومهارات حل المشكلات الشخصية التي تُساعد الأفراد على التعامل المباشر مع الشدائد. تُشكّل هذه العناصر مجتمعةً إطارًا متكاملًا لفهم كيفية بناء المرونة – لا وراثتها.

أملك: الدعم الخارجي والعلاقات القائمة على الثقة

يركز عنصر "أملك" على الدعم الموجود في البيئة الشخصية للطفل – بما في ذلك الأفراد الذين يثق بهم مهما كانت الظروف، والعلاقات التي يشعر فيها بالحب والتقدير. تُوفّر هذه الركائز الخارجية – سواءً أكانت من العائلة، أو أفراد المجتمع، أو الموجهين – الأساس العلائقي الذي يُمكن أن ينمو من خلاله السلوك المرن. يعتمد تطوير هذه القدرة على عوامل الحماية داخل الأفراد، وكذلك في الأسرة والمجتمع.

أنا: نقاط القوة الداخلية والهوية الذاتية

يشير بُعد "أنا" إلى العالم الداخلي للفرد – إحساسه بذاته، وقدرته على تنظيم عواطفه، وقيمه. الثقة، والاستقلالية، والمبادرة، والاجتهاد، والهوية هي اللبنات الأساسية الخمسة للتطور التي تُهيئ الأفراد لمواجهة الشدائد والتغلب عليها، بل وحتى التحول من خلالها. عندما يمتلك الفرد إحساسًا راسخًا بذاته ويؤمن بقيمته، يكون أكثر قدرة على تحمل الأزمات دون أن يفقد نفسه فيها.

أستطيع: مهارات حل المشكلات والتواصل

يُجسد عنصر "أستطيع" ما يُمكن للفرد فعله – كيف يطلب المساعدة، وكيف يتواصل تحت الضغط، وكيف يحل المشكلات. من خلال معالجة جميع عناصر المرونة الثلاثة، يُمكن للتدخلات تمكين الأفراد من التغلب على التحديات والازدهار في مواجهة الشدائد، بدلاً من مجرد النجاة منها.(Grotberg,1995,11).

ثانياً: موارد البحث وطرائقه

2_1منهج البحث

اعتمد البحث المنهج الوصفي والذي يعرّف بأنه: أسلوب يتطلب البحث والتقصي الدقيق في الأسباب والمسببات للظاهرة الملموسة، ويعد اسلوباً فعّالاً في جمع البيانات والمعلومات وبيان الطرائق والإمكانيات التي تساعد في تطوير الوضع على ما هو أفضل ويزود الباحث بوصف المتغيرات التي تتحكم فب الظاهرة قيد البحث سواء أكانت تلك الظواهر نفسية أم تربوية أم اجتماعية، وبناءً عليه اعتمدت الدراسة الحالية المنهج الوصفي لتوافقه مع طبيعتها فهو يعد الأنسب لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات والكشف عن الفروق بينها(المغربي،٩٦،٢٠٠٧)

2_2 متغيرات البحث:

المتغيرات الرئيسة: المرونة النفسية، المتغيرات التصنيفية: التخصص الدراسي (تربية طفل – إرشاد نفسي)، المستوى التعليمي للأب (ابتدائي – إعدادي – ثانوي – جامعي – دراسات عليا)، المستوى التعليمي للأم (ابتدائي – إعدادي – ثانوي – جامعي – دراسات عليا).

2_3 مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من جميع طلبة السنة الثالثة المسجلين رسمياً بكلية التربية في جامعة طرطوس للعام الدراسي 2025/2024، والبالغ عددهم وفقاً لإحصائيات شؤون الطلاب بكلية التربية في جامعة طرطوس /408/ من الطلاب والطالبات. جرى اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية الطبقية النسبية حيث تم تقسيم مجتمع البحث إلى طبقتين وفقاً لمتغير التخصص الدراسي (إرشاد نفسي – تربية طفل)، وجرى تحديد عدد أفراد العينة لكل طبقة باستخدام معادلة ريتشارد – جيجر، وبالتالي بلغ حجم عينة البحث (265) طالباً وطالبة، ويبين الجدول رقم (1) توزع أفراد عينة البحث وفقاً لمتغيرات البحث.

الجدول رقم (1): توزع أفراد عينة البحث وفقاً لمتغيرات البحث

المتغير		العدد	النسبة المئوية
التخصص الدراسي	إرشاد نفسي	118	44.53%
	تربية طفل	147	55.47%
	المجموع	265	100%
المستوى التعليمي للأب	ابتدائي	20	7.55%
	إعدادي	71	26.79%
	ثانوي	103	38.87%
	جامعي	65	24.53%
	دراسات عليا	6	2.26%
	المجموع	265	100%
المستوى التعليمي للأم	ابتدائي	15	5.66%
	إعدادي	67	25.29%
	ثانوي	93	35.09%
	جامعي	88	33.21%
	دراسات عليا	2	0.75%
	المجموع	265	100%

4_2 أدوات البحث:

تم اعتماد مقياس كونور ودايفيدسون(2003) وهو على النحو الآتي:

- مقياس المرونة النفسية

وهو مقياس من إعداد كونور وديفيدسون(2003) وترجمة رياض العاسمي.

يتألف المقياس في صيغته الأصلية من (25) بنداً موزعة على أربعة أبعاد هي: (الجرأة أو الشجاعة، التفاؤل، سعة الحيلة أو الدهاء، الغرض أو الهدف). والإجابة على البنود بحسب مقياس ليكرت حيث تتوزع البنود على مقياس متدرج حسب من خمسة تدرجات وتأخذ الاحتمالات التالية للإجابة على بنود المقياس (موافق بشدة، موافق، لست أدري، غير موافق، غير موافق بشدة)، وتقابل هذه الاحتمالات الأوزان (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب.

- دراسة الخصائص السيكومترية:

للتحقق من صدق المقياس وثباته طُبِّق على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس، ومن خارج عينة البحث، والتفصيل كالآتي:

1_صدق المقياس:

أ-**صدق المحتوى:** ثم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين المختصين بالإرشاد النفسي وعلم النفس في كلية التربية بجامعة طرطوس، وعددهم (١١) محكماً، لإبداء آرائهم حول مدى تطابق البنود مع المحتوى وطريقة صياغتها ومدى ملاءمتها لما وضعت لقياسه ، وبالاعتماد على معادلة كوبر تبين عدم وجود اية تعديلات على البنود واقتصرت التعديلات على بعض الأخطاء الاملائية والطباعة.

ب-**صدق الاتساق الداخلي:** تم التحقق بالاعتماد على حساب معاملات الارتباط بيرسون بين كل بعد وبقية أبعاد المقياس ومعاملات ارتباط كل بعد والدرجة الكلية للمقياس. الجدول (2) يوضح النتائج

جدول رقم (2): معامل ارتباط درجة كل بعد بدرجات الأبعاد الأخرى في مقياس المرونة النفسية وبالدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	الجرأة أو الشجاعة	التفاؤل	سعة الحيلة أو الدهاء	الغرض أو الهدف
الجرأة أو الشجاعة				
التفاؤل	0.547**			
سعة الحيلة أو الدهاء	0.433**	0.509**		
الغرض أو الهدف	0.530**	0.429**	0.466**	
المقياس الكلي	0.778**	0.808**	0.807**	0.731**

يتضح من الجدول (2) ان قيم معاملات الارتباط بيرسون مقبولة ودالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة ٠،٠٥ حيث تراوحت معاملات ارتباط كل بعد وبقية الأبعاد بين (٠،٤٢٩_٠،٥٤٧) ومعاملات ارتباط كل بعد والدرجة الكلية للمقياس بين (٠،٤٢٩_٠،٨٠٨)وهذا يعطي دلالة على صدق الاتساق الداخلي مما يؤكد صدق هذا المقياس وإمكانية اعتماده أداة في تطبيق البحث الحالي.

2_ ثبات المقياس

للتحقق من ثبات المقياس تم اعتماد طريقتين هما:

أ- **طريقة ألفا كرونباخ:** يتضح من الجدول (3) أن جميع معاملات ثبات المقياس ذات قيمة مرتفعة، حيث بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ للمقياس الكلي (0.811) ومعاملات ثبات الأبعاد تراوحت بين(0,699_ 0,845).

ب_ **الثبات بطريقة التجزئة النصفية:** تم تجزئة المقياس وكل بعد من أبعاده إلى جزأين، ثم حساب ثبات المقياس وأبعاده الخمسة عن طريق التجزئة النصفية (سبيرمان – جتمان)، كما هو مبين في الجدول رقم (3)

الجدول رقم (3) معامل ثبات مقياس المرونة النفسية وأبعاده الأربعة حسب معادلة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية (سبيرمان – جتمان)

الأبعاد	عدد البنود	معامل ثبات ألفا كرونباخ	معامل ثبات التجزئة النصفية	
			سبيرمان	جتمان
الجرأة أو الشجاعة	7	0.845	0.654	0.648
التفاؤل	7	0.844	0.745	0.742
سعة الحيلة أو الدهاء	6	0.699	0.627	0.627
الغرض أو الهدف	5	0.756	0.749	0.747
المقياس الكلي للمرونة النفسية	25	0.811	0.712	0.704

حيث يتضح ان معامل ثبات التجزئة النصفية للمقياس الكلي سبيرمان (0.712) وجتمان (0.704)؛ مما يدل على أن المقياس يتمتع بقدر جيد من الثبات يجعله صالحاً للاستخدام.

ثالثاً: نتائج البحث :

3_1 نتائج السؤال الأول: ما مستوى المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس؟

للإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة بحساب النسبة المئوية لإجابات أفراد العينة على بنود مقياس المرونة النفسية وكل بعد من أبعاده، وذلك بتقسيم إجاباتهم على المحور الكلي وعلى كل بعد من أبعاده إلى ثلاثة مستويات بحسب المعيار الآتي: (أعلى درجة – أدنى درجة) ÷ 3، فكانت النتائج كالآتي:

– بالنسبة إلى بعد الجرأة أو الشجاعة: (35 – 7) ÷ 3 = 9، وتم اعتماد مقدار القفزة (9)؛ وبناء على ذلك تم تقسيم الدرجات كما يلي: من (7–16) درجة ضمن المستوى المنخفض، ومن (17–25) درجة ضمن المستوى المتوسط، ومن (26–35) درجة ضمن المستوى المرتفع.

– بالنسبة إلى بعد التفاؤل: (35 – 7) ÷ 3 = 9، وتم اعتماد مقدار القفزة (9)؛ وبناء على ذلك قُسِّمت الدرجات كالآتي: من (7–16) درجة ضمن المستوى المنخفض، ومن (17–25) درجة ضمن المستوى المتوسط، ومن (26–35) درجة ضمن المستوى المرتفع.

– بالنسبة إلى بعد سعة الحيلة أو الدهاء: (30 – 6) ÷ 3 = 8، وتم اعتماد مقدار القفزة (8)؛ وبناء على ذلك قُسِّمت الدرجات كالآتي: من (6–14) درجة ضمن المستوى المنخفض، ومن (15–22) درجة ضمن المستوى المتوسط، ومن (23–30) درجة ضمن المستوى المرتفع.

– بالنسبة إلى بعد الغرض أو الهدف: (25 – 5) ÷ 3 = 7، وتم اعتماد مقدار القفزة (7)؛ وبناء على ذلك قُسِّمت الدرجات كالآتي: من (5–12) درجة ضمن المستوى المنخفض، ومن (13–19) درجة ضمن المستوى المتوسط، ومن (20–25) درجة ضمن المستوى المرتفع.

– وبالنسبة إلى المقياس الكلي للمرونة النفسية: (125 – 25) ÷ 3 = 33، وتم اعتماد مقدار القفزة (33)؛ وبناء على ذلك قُسِّمت الدرجات كالآتي: من (25–58) درجة ضمن المستوى المنخفض، ومن (59–91) درجة ضمن المستوى المتوسط، ومن (92–125) درجة ضمن المستوى المرتفع. ومنه فإن أفراد العينة يتوزعون على المستويات الثلاثة كما هو موضح في الجدول رقم (4):

الجدول رقم (4): توزع أفراد العينة على المستويات الثلاثة للمرونة النفسية وأبعادها

البعد	العينة	مستوى المرونة النفسية			المجموع
		منخفض	متوسط	مرتفع	
الجرأة أو الشجاعة	العدد	0	14	251	265
	النسبة	0%	5.3%	94.7%	100%
التفاؤل	العدد	0	72	193	265
	النسبة	0%	27.2%	72.8%	100%
سعة الحيلة أو الدهاء	العدد	0	99	166	265
	النسبة	0%	37.4%	62.6%	100%
الغرض أو الهدف	العدد	0	18	247	265
	النسبة	0%	6.8%	93.2%	100%
المقياس الكلي للمرونة النفسية	العدد	0	21	244	265
	النسبة	0%	7.9%	92.1%	100%

يتضح من الجدول رقم (4) أن طلبة كلية التربية من أفراد العينة يمتلكون مستوى مرتفعاً من المرونة النفسية بنسبة (92.1%) من مجموعهم الكلي، وبكل بعد من أبعادها بنسبة(الجرأة أو الشجاعة94.7% ، التفاؤل72.8%، سعة الحيلة أو الدهاء 62.6% ، الغرض أو الهدف93.2%) وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (البيرقدار والحديدي2022)ودراسة(دياث2021) و(عيسى2019) من حيث مستوى المرونة المرتفع, وقد يعود السبب في ذلك إلى أن أفراد عينة البحث يمتلكون مستوى مرتفعًا من القدرة على الاستجابة الانفعالية والعقلية والاجتماعية، الأمر الذي يمكّنهم من التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة المختلفة، كما يساعدهم على وضع خطط واقعية، واتخاذ الخطوات اللازمة، وتوليد الإستراتيجيات المناسبة للتعامل مع المشكلات المتنوعة، إضافة إلى قدرتهم على استعادة توازنهم بعد التعرض لصدمة أو أزمة، وتنمو هذه المرونة عندما تتوفر للفرد مجموعة من الظروف الداعمة، مثل إتاحة فرص المشاركة ذات المعنى، وتعزيز الروابط الاجتماعية، وتعلّم مهارات الحياة. ويسهم التفاعل بين الفرد وبيئته في إنتاج سلوكيات بناءة طويلة الأمد، تشمل التعلم المستمر، والنمو والتجدد، والقدرة على تجاوز المواقف الصعبة بمرونة أكبر.

3_2 نتائج الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وفقاً لمتغير التخصص الدراسي (تربية طفل – إرشاد نفسي).

للتحقق من صحة الفرضية، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدام اختبار (T) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي إجابات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسية وكل بعد من أبعاده تبعاً لمتغير التخصص الدراسي (تربية طفل – إرشاد نفسي)، كما هو واضح في الجدول رقم (5).

الجدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (T) لدلالة الفروق بين أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وأبعاده تبعاً لمتغير التخصص الدراسي

البعد	التخصص الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	احتمال الدلالة	القرار
الجرأة أو الشجاعة	تربية طفل	147	29.13	2.330	4.000	0.000	دال
	إرشاد نفسي	118	30.29	2.391			
التفاؤل	تربية طفل	147	26.47	2.420	2.857	0.005	دال
	إرشاد نفسي	118	27.43	3.063			
سعة الحيلة أو الدهاء	تربية طفل	147	23.14	2.962	1.595	0.112	غير دال
	إرشاد نفسي	118	23.76	3.336			
الغرض أو الهدف	تربية طفل	147	21.99	1.976	2.932	0.004	دال
	إرشاد نفسي	118	22.66	1.666			
المقياس الكلي للمرونة النفسية	تربية طفل	147	100.73	7.341	3.576	0.000	دال
	إرشاد نفسي	118	104.14	8.178			

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (5)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث في مستوى المرونة النفسية وأبعاد (الجرأة أو الشجاعة، التفاؤل، الغرض أو الهدف) تعزى لمتغير التخصص الدراسي (تربية طفل – إرشاد نفسي)، ولصالح طلبة الإرشاد النفسي، وتتفق نتيجة الفرضية مع ما اشارت اليه دراسة هارتلي (Hartley,2011) ان الطلبة الذين يمتلكون مهارات معرفية ونفسية افضل يكونون اكثر مرونة وقدرة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية، وتفسر الباحثة نتيجة الفرضية بأن النتيجة تعزى الى طبيعة تخصص الإرشاد الذي يولي اهتمامًا أكبر بتنمية مهارات الوعي الانفعالي، والقدرة على فهم الذات والآخرين، والتعامل الإيجابي مع الضغوط، مما ينعكس على ارتفاع مستوى المرونَة النفسية لديهم. بينما لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث في بعد (سعة الحيلة أو الدهاء) تعزى لمتغير التخصص الدراسي، وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة عيسى التي درست التخصص الدراسي بين كلية التربية وكلية الهندسة المدنية.

3_3 نتائج الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب (ابتدائي – إعدادي – ثانوي – جامعي – دراسات عليا).

للتحقق من صحة الفرضية، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وكل بعد من أبعاده تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب (ابتدائي – إعدادي – ثانوي – جامعي – دراسات عليا)، كما هو واضح في الجدول رقم (6).

الجدول رقم (6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وأبعاده تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب

البعد	المستوى التعليمي للأب	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجرأة أو الشجاعة	ابتدائي	20	30.85	1.843
	إعدادي	71	29.21	2.602
	ثانوي	103	30.15	2.207

	جامعي	65	29.52	2.575
	دراسات عليا	6	29.17	2.563
التفاؤل	ابتدائي	20	26.65	3.031
	إعدادي	71	27.01	2.861
	ثانوي	103	27.20	2.905
	جامعي	65	26.94	2.555
	دراسات عليا	6	25.17	3.545
سعة الحيلة أو الدهاء	ابتدائي	20	23.35	3.265
	إعدادي	71	23.35	3.243
	ثانوي	103	23.56	2.956
	جامعي	65	23.54	3.623
	دراسات عليا	6	23.67	0.816
الغرض أو الهدف	ابتدائي	20	22.60	2.010
	إعدادي	71	22.35	1.757
	ثانوي	103	22.60	1.671
	جامعي	65	22.18	1.767
	دراسات عليا	6	19.50	3.332
المقياس الكلي للمرونة النفسية	ابتدائي	20	103.45	8.370
	إعدادي	71	101.93	8.274
	ثانوي	103	103.51	7.487
	جامعي	65	102.18	8.439
	دراسات عليا	6	97.50	5.167

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (6) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وأبعاده تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب، ولمعرفة دلالة هذه الفروق تم استخدام تحليل التباين الأحادي الجانب للمقارنات المتعددة (ANOVA)، ويبين الجدول رقم (7) هذه النتائج.

الجدول (7): نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) للمقارنة بين مستوى المرونة النفسية وأبعادها لدى أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسطات المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الجرأة أو الشجاعة	بين المجموعات	66.170	4	16.542	1.844	0.230
	داخل المجموعات	1492.245	260	5.739		
	المجموع	1558.415	264			
التفاؤل	بين المجموعات	27.158	4	6.790	0.845	0.498
	داخل المجموعات	2088.842	260	8.034		
	المجموع	2116.000	264			

سعة الحيلة أو الدهاء	بين المجموعات	2.630	4	0.657	0.064	0.992
	داخل المجموعات	2673.574	260	10.283		
	المجموع	2676.204	264			
الغرض أو الهدف	بين المجموعات	58.261	4	14.565	0.546	0.734
	داخل المجموعات	832.961	260	3.204		
	المجموع	891.223	264			
المقياس الكلي للمرونة النفسية	بين المجموعات	299.653	4	74.913	1.178	0.321
	داخل المجموعات	16532.611	260	63.587		
	المجموع	16832.264	264			

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (7) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث على المقياس الكلي للمرونة النفسية وكل بعد من أبعاده تعزى لمتغير المستوى التعليمي للأب.

وبذلك تقبل الفرضية الصفرية وترفض الفرضية البديلة، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن المرونة النفسية تمثل سمة شخصية تتأثر بعدة عوامل بيئية ونفسية واجتماعية تتجاوز مستوى التعليم الأبوي، مثل أساليب التنشئة الأسرية، والدعم الاجتماعي، والخبرات الحياتية التي يمر بها الفرد. ويُحتمل أن يكون لتقارب الظروف الاجتماعية والاقتصادية لعينة البحث دور في تلاشي الفروق بين المجموعات، كما قد يُعزى هذا التماثل إلى أن التطور المجتمعي والانفتاح الثقافي أتاح للأفراد من مختلف المستويات التعليمية فرصاً متقاربة لاكتساب مهارات التكيف والمرونة، مما جعل تأثير المستوى التعليمي للأب محدوداً في بناء المرونة النفسية. وتشير هذه النتيجة إلى أن تنمية المرونة النفسية لدى الأبناء لا تتوقف على تعليم الوالد فحسب، بل تتأثر بمناخ أسري داعم واتصال فعّال وممارسات تربوية إيجابية تعزز الثقة بالنفس والقدرة على مواجهة الضغوط (Dawson & Hjemdal et al ;2013 ,Pooley.., 2006).

4_3 نتائج الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم (ابتدائي – إعدادي – ثانوي – جامعي – دراسات عليا).

للتحقق من صحة الفرضية، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وكل بعد من أبعاده تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم (ابتدائي – إعدادي – ثانوي – جامعي – دراسات عليا)، كما هو واضح في الجدول رقم (8).

الجدول رقم (8): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وأبعاده تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم

البعد	المستوى التعليمي للأب	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجرأة أو الشجاعة	ابتدائي	15	30.00	1.732
	إعدادي	67	29.15	2.781
	ثانوي	93	30.08	2.218
	جامعي	88	29.95	2.397
	دراسات عليا	2	27.00	0.000
التفاؤل	ابتدائي	15	26.80	1.935
	إعدادي	67	26.82	2.984

	ثانوي	93	26.83	2.812
	جامعي	88	27.31	2.890
	دراسات عليا	2	29.00	0.000
سعة الحيلة أو الدهاء	ابتدائي	15	24.07	2.463
	إعدادي	67	22.93	3.249
	ثانوي	93	23.84	2.935
	جامعي	88	23.43	3.496
	دراسات عليا	2	24.00	0.000
الغرض أو الهدف	ابتدائي	15	22.73	1.163
	إعدادي	67	21.85	1.964
	ثانوي	93	22.80	1.851
	جامعي	88	22.38	1.457
	دراسات عليا	2	20.00	0.000
المقياس الكلي للمرونة النفسية	ابتدائي	15	103.60	5.422
	إعدادي	67	100.75	8.291
	ثانوي	93	103.54	8.103
	جامعي	88	103.07	7.885
	دراسات عليا	2	96.00	0.000

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (8) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وأبعاده تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم، ولمعرفة دلالة هذه الفروق تم استخدام تحليل التباين الأحادي الجانب للمقارنات المتعددة (ANOVA)، ويبين الجدول رقم (9) هذه النتائج.

الجدول (9): نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) للمقارنة بين مستوى المرونة النفسية وأبعادها لدى أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسطات المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الجرأة أو الشجاعة	بين المجموعات	53.616	4	13.404	2.316	0.068
	داخل المجموعات	1504.799	260	5.788		
	المجموع	1558.415	264			
التفاؤل	بين المجموعات	21.786	4	5.447	0.676	0.609
	داخل المجموعات	2094.214	260	8.055		
	المجموع	2116.000	264			
سعة الحيلة أو الدهاء	بين المجموعات	38.472	4	9.618	0.948	0.437
	داخل المجموعات	2637.732	260	10.145		
	المجموع	2676.204	264			
الغرض أو الهدف	بين المجموعات	118.039	4	29.510	2.012	0.075
	داخل المجموعات	773.184	260	2.974		

	المجموع	891.223	264			
المقياس الكلي للمرونة النفسية	بين المجموعات	433.268	4	108.317	1.717	0.146
	داخل المجموعات	16398.996	260	63.073		
	المجموع	16832.264	264			

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (9) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث على المقياس الكلي للمرونة النفسية وكل بعد من أبعاده تعزى لمتغير المستوى التعليمي للأم.

وتشير هذه النتيجة إلى أن مستوى التعليم الذي حصلت عليه الأم لا يُعد عاملاً حاسماً في تحديد مستوى المرونة النفسية لدى الأبناء، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء عدد من العوامل النفسية والاجتماعية، أهمها أن المرونة النفسية تمثل سمة شخصية تنمو من خلال التفاعل مع البيئة الاجتماعية والظروف الحياتية المختلفة، أكثر من كونها ناتجة عن مستوى التعليم الوالدي. فقد تتشابه الأمهات في أنماط التنشئة والتفاعل العاطفي والدعم النفسي الذي يقدمنه لأبنائهن بغضّ النظر عن مستواهن التعليمي، لا سيما في البيئات الثقافية المتجانسة التي تتقارب فيها القيم الأسرية وأساليب التربية.

كما يمكن تفسير النتيجة بأن تعليم الأم قد لا ينعكس بالضرورة على سلوكيات التنشئة التي تعزز المرونة النفسية، إذ قد تلعب عوامل أخرى دوراً أكثر تأثيراً، مثل المناخ الأسري العام، واستقرار العلاقات الأسرية، والدعم الاجتماعي الذي يتلقاه الأبناء من الأسرة والمدرسة والمجتمع.

وبذلك تقبل الفرضية الصفرية وترفض الفرضية البديلة، وتتفق نتيجة هذه الفرضية مع ما توصل إليه ماستن وريد Masten & Reed (2002) أن المرونة النفسية ترتبط بدرجة أكبر بالعلاقات الداعمة والتجارب الحياتية الإيجابية أكثر من ارتباطها بالمستوى التعليمي للوالدين، وكذلك ما اشارت اليه روتر Rutter (2012) أن العوامل البيئية والاجتماعية التكيفية تمثل محدداً أساسياً للمرونة النفسية لدى الأفراد.

رابعاً: التوصيات والمقترحات:

1_ضرورة إجراء دراسات مماثلة للمرونة النفسية مع متغيرات أخرى لم يتناولها البحث الحالي.

2_ضرورة إجراء دراسة مماثلة على عينات أخرى من طلبة المدارس وكليات أخرى غير كلية التربية.

خامساً: المراجع:

_أباظة، آمال عبد السميع. 2011. *مقياس المرونة النفسية. كراسة التعليمات*، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

_أبو حلاوة، محمد. 2013. *علم النفس الإيجابي: ماهيته وتطبيقاته النظرية وآفاقه المستقبلية*. الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية العربية، (34).

_ البيراقدار، شهيد عادل فاضل؛ الحديدي، محمد غازي جاسم. 2017. *المرونة النفسية لدى طلبة جامعة الموصل*. مجلة جامعة الموصل، المجلد 4.

_جمعة، محمود. 2014. *المرونة النفسية لدى طلاب كلية الآداب بجامعة بني سويف في ضوء بعض المتغيرات*. مجلة جامعة بني سويف للعلوم الإنسانية والتطبيقية، المجلد 1، العدد 1.

_الحربي، نوف. 2024. *مستوى القلق والتوتر الأكاديمي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعات السعودية*. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 5 (12)، 215-238.

-رجب، أحمد. 2015. *مهارات إدارة الذات والمرونة النفسية.. كيف تتغلب على الضغوط والمتاعب؟*. دار الرضى للنشر.

_زهران، حامد عبد السلام. 2005. *الصحة النفسية والعلاج النفسي*. ط5، عالم الكتب للنشر والتوزيع والطباعة.

_سلمان، محمد. عبد الرحمن ،عبد العزيز. وعبد اللطيف، رضا. 2015. *الضغوط النفسية وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعات العربية*. المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية، 14(1)، 101-122.

_صميدة، أسماء مصطفى عبد الله. 2019. *العلاقة بين المرونة النفسية والتدفق النفسي لدى عينة من المراهقين في ضوء المشاركة في الأنشطة الصيفية*. جامعة حلوان، العدد 25.

_عيسى، ثائر. 2019. *المرونة النفسية وفق بعض المتغيرات*. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، المجلد 41، العدد 3.

_المغربي، كامل محمد. 2007. *أساليب البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية*. دار الثقافة.

_ AL-AHMADI, A. 2007. *Resilience limits between constants and variables*. Saudi Arabia: Al-Ummah Foundation for Publishing and Distribution

_ .CARRILLO-DÍAZ, M., GONZÁLEZ-MARTÍN, C., CASANOVAS-ROSELLÓ, M. T., & ROMERO-MAROTO, J. 2024. *Resilience and psychological factors among dental students during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study*. BMC Medical Education, 24(1), 572.

_DAWSON, M., & POOLEY, J. A. 2013. *Resilience: The role of optimism, perceived parental autonomy support and perceived social support in first-year university students.*

_ DÍAZ-CÁRDENAS, S., ARRIETA-VERGARA, K., & RAMOS-MARTÍNEZ, K. 2021. *Resilience and psychological factors among dental students during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study*. Journal of Oral Research, 10(3), 1–11.

_ FELTON, I. 2021. *Psychological flexibility.* Ian Felton Blog.Retrieved from https://www.ianfelton.com/post

_ GROTBERG, E. H. 1995. *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit.* Bernard van Leer Foundation.

_ HAO, S., HONG, W., XU, H., ZHOU, L., & XIE, Z. 2015. *Relationship between resilience, stress, and coping styles among college students.* Social Behavior and Personality: An International Journal, 43(6), 881–890.

_HARTLEY, M. T. 2011. *Examining the relationships between resilience, mental health, and academic persistence in undergraduate college students.* Journal of American College Health, 59(7), 596–604.

_ HJEMDAL, O., FRIBORG, O., & STILES, T. C. 2006. *Resilience predicting psychiatric symptoms: A prospective study of protective factors and their role in adjustment to stressful life events.* Clinical Psychology & Psychotherapy, 13(3), 194–201.

_ KAVGA, H., & KILINÇ, A. Ç. 2022. *The relationship between psychological resilience, teachers' self-efficacy, and their teaching behaviors.* International Journal of Psychology and Educational Studies, 9(2), 432–445.

_ nLUTHAR, S. S., CICCHETTI, D., & BECKER, B. 2000. *The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work.* Child Development, 71(3), 543–562.

_MASTEN, A. S. 2014. *Global perspectives on resilience in children and youth.* Child Development, 85(1), 6–20.

_ MASTEN, A. S., & REED, M. G. J. 2002. *Resilience in development. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology* (pp. 74–88). Oxford University Press.

_ RUTTER, M. 2012. *Resilience as a dynamic concept.* Development and Psychopathology, 24(2), 335–344.

_ SHARMA, B. 2015. *A study of resilience and social problem solving in urban Indian adolescents.* The International Journal of Indian Psychology, 2(3), 2349–342.

_ SHATTÉ, A. J., PERLMAN, A., SMITH, B., & LYNCH, W. D. 2017. *The positive effect of resilience on stress and business outcomes in difficult work environments.* Journal of Occupational and Environmental Medicine, 59(2), 135–140.

_ SOUTHWICK, S. M., & CHARNEY, D. S. 2012. *Resilience: The science of mastering life's greatest challenges*. Cambridge University Press.

_UNGAR, M. 2004. *A constructions discourse on resilience: Multiple contexts, multiple realities among AT risk children and youth*. .Youth & Society, 35(3), 341–365