

الفروق في مستوى المرونة النفسية لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة في ضوء الفرقة الدراسية

إعداد : الشيماء محمد أحمد السيد - إشراف : أ د/ نبيل السيد الجباس ، أ د/ناصر سيد جمعة

المستخلص:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على الفروق في مستوى المرونة النفسية لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة جامعة المنيا في ضوء الفرقة الدراسية، وتكونت عينة الدراسة من (250) طالبة يمثلون الفرقة الثالثة والرابعة، وذلك في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2015 /2016، وإستخدمت الباحثة مقياس المرونة النفسية (إعداد الباحثة)، وأسفرت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طالبات الفرقتين الثالثة والرابعة. الكلمات المفتاحية : المرونة النفسية ، إدارة الغضب.

The extracted

The differences in the level of Psychological Resiliency to the students of faculty of education early children in the light of the Seminar
The current research aims to identify the differences in the level of Psychological Resiliency to students early children education faculty at the University of minya in the light of the seminar, the study sample consisted of (250) Student representing the third and fourth sessions, in the second semester of the academic year 2015– 2016, the researcher used a measure of Psychological Resiliency (preparation of the researcher), the results of the study resulted in the absence of statistically significant differences between the students function of the third and fourth grades.

the management of anger. , Keywords : Psychological Resiliency

مقدمة:

تعد شخصية المعلمة ومستوى ما تتمتع به من صحة نفسية سليمة من أقوى مصادر التأثير على الأطفال فهي نموذج يحتذى ويهتدى بها، لأنها قادرة على التأثير في شخصية الطفل، فهي تطبعهم على العادات والسلوكيات القويمة، وتبث فيهم روح المسؤولية والمثابرة والعمل على شحذ أخيلتهم وتطويرها، مما يترتب عليه نشوء الأطفال وهم يحملون في أنفسهم ما طبعوا عليه من آراء في طفولتهم يصعب التحول عنه فيما بعد، ولأن طفل اليوم هو رجل الغد، فهي تسهم بذلك في بناء القاعدة النفسية والمعرفية الأساسية للطفل، وتعد المرونة النفسية أحد أهم مؤشرات الصحة النفسية، حيث يختلف الأفراد بشدة في القدرة على مواجهة المحن والشدائد، وكيفية التصدي لها، والقدرة على إستعادة الوضع النفسى السابق بعد الأزمة التي يمر بها.

مشكلة الدراسة:

يتناول البحث الحالى التعرف على مستوى المرونة النفسية بين طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة جامعة المنيا. ويمكن تحديد مشكلة البحث الحالى في التساؤل التالى:
هل يختلف مستوى المرونة النفسية لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة باختلاف الفرقة الدراسية ؟
هدف الدراسة:

الكشف عن الفروق في مستوى المرونة النفسية لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة في ضوء الفرقة الدراسية.

أهمية الدراسة:

- تكتسب هذه الدراسة أهميتها من دراسة متغير إيجابى وقائى حديث نسبياً ألا وهو "المرونة النفسية" الذى لم ينل إهتماماً كبيراً فى الدراسات العربية تشخيصاً وتنمية، والذى يعتبر أحد متغيرات المقاومة والمواجهة والدعم لمصادر القوة فى الشخصية، كما إنه يعتبر أحد أهم مؤشرات الصحة النفسية على المستوى العالمى.

- طبيعة العينة المستخدمة فى الدراسة وهى المعلمة الطالبة والتي أثير حولها الإهتمام حالياً من قبل كثيراً من الباحثين لأن نجاح معلمة الروضة فى مهمتها يعتمد على مقومات وقدرات تميزها عن غيرها، حيث أن معرفتها وتقديرها بوجود هذه القدرات تؤهلها لهذا الدور القيادى، وتساعد على التعامل بشكل فعال مع الأطفال، ولهذا فمن الواجب أن تكون واعية بأنماط سلوكها، وكيف يؤثر على الأطفال فى حالة السلب أو الإيجاب، وهذا ما جعل إعداد معلمة الروضة قضية محورية تستحق البحث والدراسة على المستويات الرسمية والبحثية .

- كثرة التغيرات الإجتماعية والإقتصادية والسياسية والتي تشكل فى مجملها حزمة من الضغوط والإضطرابات النفسية، والتي تتطلب أفراد يتوافر لديهم القدر الكافى من المرونة النفسية التى تؤهلهم للتصدى والمواجهة لهذه التغيرات.

- ندرة البحوث العربية التي تناولت متغير المرونة النفسية في مقابل حجم الدراسات الأجنبية التي تصدت لهذا المتغير.

الإطار النظري

تعود جذور دراسة مفهوم المرونة النفسية إلى ما يقرب من خمسين عاماً مضت ، حيث كان الأهتمام بالمفهوم على نطاق ضيق وغير شامل من قبل عدد قليل من الباحثين الذين كرسوا حياتهم المهنية لدراسة وفحص هذه الظاهرة، وقد ركزت الأبحاث في تلك الفترة على فهم آليات التنمية والظروف المشاركة في عمليات الوقاية **Protective**، وكان الإهتمام فقط على ما هي العوامل التي ساهمت في عزل وحماية الأفراد، وبعد ذلك خصصت دراسات عن السكان المعرضين للخطر ، مع التركيز بشكل خاص على هؤلاء الشباب الذين أظهروا مرونة أو قدرة على التغلب على الظروف الإقتصادية ، والمشكلات العاطفية ، وتحديات البيئة التي يواجهونها والتي تنمو بشكل مستمر

وفي العشرين عام الماضية توسعت دراسة ظاهرة المرونة النفسية بشكل ملحوظ من قبل الباحثين وذلك للأسباب التالية :

- (1) زيادة التعقيدات التكنولوجية في المجتمعات .
- (2) إعداد الشباب الذين يواجهون المحن، وزيادة عدد الشدائد والأزمات التي يواجهونها مما تجعلهم أكثر عرضة للخطر .

أن الهدف من التعجيل في دراسة ظاهرة المرونة ليس لفهم المخاطر والعوامل الوقائية والعملية فقط ، ولكن في تحديد ما إذا كان يمكن إستخلاص هذه المعلومات وتوظيفها في التدخلات ذات الصلة كإينيكيأ ، والتي سوف تؤدي إلى زيادة النتائج الإيجابية لهؤلاء الشباب الذين يواجهون الخطر ، كما يمكن أيضا تطبيقها على السكان والأطفال والمراهقين بشكل عام في محاولة لخلق "عقلية مرنة " في جميع الفئات (Goldstein&Brooks ,2005, P3).

ثم تبع ذلك تقرير (منظمة الصحة العالمية، 2005، ص6) والذي أكدت فيه على ضرورة تعزيز الجهود الرامية لتنمية المرونة النفسية كأحد الموارد النفسية الهامة المضادة للمحن

تعد المرونة النفسية أحد أهم مؤشرات الصحة النفسية ، فالشخص المرن هو القادر على إستدعاء ما يملكه من معلومات ومهارات وخبرات تساعده على إيجاد الحلول والبدائل للمشكلات والضغوط المختلفة التي تواجهه ، وهو بذلك يكون شخص سوى في تفكيره ومشاعره ونشاطه قادراً على تحقيق سعادته وتوافقه الشخصي والإنفعالي والإجتماعي ، وبذلك تصبح المرونة النفسية أحد أسرار النجاح التي عند إكتشافها تتغير النظرة للحياة والمشاكل ويصبح التعامل مع الأشخاص أكثر سهولة وإيجابية.

وبذلك تصبح المرونة النفسية أحد أهم متغيرات علم النفس الإيجابي **Positive Psychology** لأنه يشتمل على هدفين رئيسيين هما:

(١) العمل على زيادة المعرفة والفهم الخاص بنقاط القوة البشرية من خلال تنمية نظم التصنيف وأساليب قياس تلك النقاط.

(٢) دمج المعرفة والفهم في البرامج والتدخلات الفعالة التي تهدف إلى بناء نقاط القوة لدى المشاركين بدلاً من علاج نقاط الضعف (Reivich & Shatte, 2002, P15).

مفهوم المرونة النفسية

عرف بن فارس المرونة في معجم مقاييس اللغة (313:1979) " مرن - الميم والراء والنون - أصل صحيح يدل على لين شئ وسهولة "

وعرف (سيد البهاص، 2011، 257) المرونة النفسية بأنها " نمط من أنماط التوافق الإيجابي مع الضغوط، وتتمثل في قدرة الفرد على التكيف بنجاح مع المحن والضغوط التي يتعرض لها ، وأن يجتاز مرحلة الصمود والصلابة أمام تلك المحن والضغوط إلى إستخدام إستراتيجيات إيجابية لمواجهتها .

ز - إستراتيجيات بناء المرونة النفسية

تتفق كريسمر (Krismer, 2005, 11- 12) مع ما تعتقده ماستين (Masten, et al. 1995) في أن المرونة النفسية هي عملية بناءة تنطوي على معنى إيجابي للحياة؛ حيث يمكن تنميتها في الأفراد من خلال تنمية الخصائص والسمات العديدة التي تتسم بها ولاسيما لدى الشباب الجامعي.

وقد أشارت رابطة الطب النفسي الأمريكية (APA, 2000, 4- 6) إلى عشرة طرق لبناء المرونة النفسية تتمثل في:

- إقامة العلاقات Make connection : الطيبة مع الآخرين.
- تجنب رؤية الازمات على إنها مشكلات لا يمكن التغلب عليها Avoid seeing crisis as insurmountable problems
- تقبل التغيير بإعتباره جزءاً من الحياة Accept that change as a part of living
- إتجه صوب أهدافك Move toward your goals
- إتخذ قرارات حاسمة .Take decisive action
- إبحث عن فرص لإكتشاف ذاتك .Look for oportunities for self discovery
- تبني نظرة إيجابية لذاتك Nuture a positive view of yourself .
- ضع الأمور في نصابها الصحيح Keep things in protective : بدلاً من تضخيم المشكلة.
- كن مستشرقاً للأمل في المستقبل Maintain a hopeful out look .
- إعتنى بنفسك Take care of yourself .

سمات الأفراد ذوى المرونة النفسية:

المرونة النفسية مفهوم نسبي يشير ضمناً إلى درجة هذه الصفة ويمكن أن يتغير داخل الفرد نفسه تبعاً للوقت والموقف، كما تختلف بين الأفراد باختلاف الموقف، والعمر، والأصول الثقافية، وإنها تتأثر بكلا العاملين البيئي والجيني (Connor, 2003, 76; Wicks, 2005, 5).

وقد أكدت رابطة الطب النفسى الأمريكية (APA, 2000) أن إسقاط خاصية أو سمة المرونة النفسية على شخص ما، لا يعنى أن مثل هذا الشخص لا يخبر أو لا يعانى من مصاعب أو ضغوط، فالأم الإنفعالى والحزن أعراضاً شائعة بين الأشخاص الذين خبروا أو انوا من شذائد أو نكبات أو عثرات شديدة فى حياتهم. فالشخص المرن هو ذلك الشخص الذى لديه:

(١) القدرة على صنع خطط واقعية وإتخاذ خطوات مناسبة لتنفيذها.

(٢) الرؤية الإيجابية للذات والثقة فى القدرات والإمكانات.

(٣) مهارات الإتصال وحل المشكلات.

(٤) القدرة على ضبط وتنظيم المشاعر والإنفعالات القوية.

مكونات المرونة النفسية

ويحدد بروكس وجولدشتاين (Brooks&Goldstien, 2004, 74-126) ثلاثة مكونات رئيسية

تمثل أبعاداً رئيسية للمرونة النفسية وهى:

1- التعاطف Empathy

وهو القدرة على التفاعل مع مشاعر وأفكار وإتجاهات الآخرين ، ويؤثر التعاطف تأثيراً قوياً فى الحياة الشخصية والمهنية للأفراد ، خاصة فى المجالات المتعلقة بالعلاقات البين شخصية ، فالتعاطف يسهل التواصل والتعاون والإحترام ووجود الرحمة بين الأفراد وبعضهم البعض ، فالتعاطف ليس مجرد مكون أساسى للمرونة النفسية بل هو أكثر المكونات أهمية.

2 - التواصل Communication

يلعب التواصل دوراً محورياً فى التمتع بأسلوب حياة مرنة، فالأفراد الذين يمتلكون مهارات التواصل الجيد يمكنهم التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم بوضوح ودبلوماسية ، وأن يستمعوا جيداً لما يقوله الآخرون ، وأن يضعوا إفتراضات، وأهدافاً، وقيماً واضحة ، كما يمكنهم حل المشكلات والنزاعات بفاعلية ، ويعد التواصل والتعاطف مكونين أساسين للمرونة النفسية فمن الصعوبة بمكان أن يتواصل الفرد بنجاح مع الآخرين، إذا نقص لديه التعاطف والمشاركة.

3- التقبل Acceptance

لكي ننشئ توجهات فكرية مرنة ، علينا أن نتعلم تقبل أنفسنا، وأن نتقبل الآخرين، ويتضمن التقبل أن يكون الفرد إفتراضات وأهداف واقعية، وأن يحدد الفرد حقيقة مشاعره، وأن يعبر عنها ، وأن يتعامل معها بشكل مفيد وبناء، وأن يكتشف الفرد نقاط قوته وحصانته.

العوامل المعيقة والداعمة للمرونة النفسية

توجد العديد من العوامل الداعمة والعوامل المعيقة للمرونة النفسية وسوف يتم تناولها كالتالى:

1- العوامل الداعمة

أشار العديد من الباحثين أن التنشئة العجتماعية السليمة فى بداية حياة الفرد، وقلة الضغوط فى الحياة المبكرة للفرد، ووجهة الضبط الداخلية يعدوا جميعا عوامل وقائية تعوق ظهور المحصلات السيئة (Zucker et al, 2003, 77).

وتنقسم العوامل الداعمة للمرونة النفسية إلى عوامل وقاية خارجية وعوامل وقاية داخلية تؤدي إلى التكيف الناجح للطلاب عند مواجهة التحديات التى تتمثل فى الأعباء والمتطلبات الدراسية:

أ- عوامل الوقاية الخارجية تتحدد فى:

(العلاقات البينشخصية للأفراد مع الكبار، وجود دعم من الأقران، الوصول إلى الأماكن الأكاديمية).

ب- عوامل الوقاية الداخلية تتمثل فى الصفات الشخصية التى من المحتمل أن تعطى نتائج أفضل فى ظل ظروف بالغة الخطورة وهى:

(سعة معرفية جيدة، شخصية متكيفة، كفاءة ذاتية إيجابية ، الإيمان والإحساس بالمعنى ، التنظيم الذاتى للإثارة الإنفعالية والدوافع، الحس الفكاهى). (Masten & Reed, 2005).

2- العوامل المعيقة

أ- عوامل خاص بالفرد وتتمثل فى:

(صعوبة التعلم، العوامل الوراثية، التأخر فى النمو، المزاج الصعب ، مشكلات التواصل ، المرض المزمن ، الأداء التعليمى الضعيف، تقدير الذات المنخفض).

ب- عوامل خاصة بالأسرة وتتمثل فى:

(مستوى مرتفع من الصراع الوالدى ، انفصال الوالدين ، نقص الإرشاد الأسرى ، انفصال الوالدين ، العداة بين الوالدى والطفل، سوء المعاملة، الإضطراب النفسى الوالدى، إدمان الأباء للكحوليات أوالمخدرات).

ج- عوامل خاصة بالبيئة وتتمثل فى:

(الفقر والمستوى الإقتصادى والإجتماعى المنخفض، التشرد، التميز العنصرى، الأزمات التى لا يتم التنبؤ بها أو التى لا يمكن السيطرة عليها).

دراسات سابقة:

دراسة كريسر (Krismer, 2005) هدفت الداسة إلى معرفة السمات الشخصية وأنظمة المساندة المدركة التي تعزز الإنجاز والتحصيل لدى مجموعة من طلاب الجامعة وتحديد مكونات المساندة التي تساهم بفاعلية فى تنمية المرونة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (12) طالب تراوحت أعمارهم ما بين (18-20) عاماً، وإستخدم الباحث الأدوات التي تتناسب مع طبيعة الدراسة مثل المقابلة بجلساتها التي تتراوح ما بين 45 - 90 دقيقة، الملاحظة، التقارير الذاتية والسرد القصصى، وتوصلت الدراسة إلى العديد من السمات التي يتمتع بها الطلاب الواعدين وهي: الكفاءة الإجتماعية، الإستقلالية، وضوح الهدف، التوقع المرتفع، ثقة عضو هيئة التدريس، أنظمة الدعم والمساندة الإجتماعية داخل الكلية.

دراسة أهرن (Ahern, 2007) هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الخصائص الشخصية ومستويات الإجهاد، والسلوكيات المحفوفة بالمخاطر العالية وبين مستويات المرونة النفسية لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (166) طالب وطالبة تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (18-20) عام، وإستخدمت الدراسة مقياس المرونة النفسية لواجنيلد ويونج (Wagnild & Young, 1997) وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة عكسية بين الإجهاد والمرونة لدى بعض الطلاب فى حين أظهر البعض الآخر مرونة عالية أثناء الأحداث المجهدة.

دراسة كولينس (Collins, 2009) هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير الأمل والإدراك على العلاقة بين تجارب الحياة والمرونة النفسية لطلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (550) طالب تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (21-24) عاماً، وإستخدمت الدراسة مقياس المرونة النفسية لفريبورج وآخرون (Friborg et al, 2003) وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الأمل والإدراك يرتبطان بشكل كبير وإيجابى على حد سواء مع المرونة النفسية، وأن الأمل يعمل كوسيط بين أحداث الحياة والمرونة، وأن قوة الأمل بغض النظر عن أحداث الحياة السلبية إرتبط بدرجة كبيرة وإيجابية مع المرونة النفسية، وجود إرتباط موجب بين الإدراك المنظم للفرد ويقظة العقل وبين المرونة النفسية.

فرض الدراسة

لا توجد فروق دالة إحصائياً فى المرونة النفسية لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة تغزى لمتغير الفرقة الدراسية (الثالثة - الرابعة).

إجراءات الدراسة

أولاً: العينة

تمثل مجتمع الدراسة من جميع طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة وهم الطالبات المعلمات الذين لديهم تدريب ميدانى وقد بلغ عدد مجتمع الدراسة ().

ثانياً: الأدوات

للتحقق من صحة الفرض قامه الباحثة بتصميم مقياس المرونة النفسية للطالبة المعلمة وذلك بعد الإطلاع على التراث النظرى والدراسات السابقة والمقاييس الخاصة بالمرونة لنفسية، وتكون المقياس في صورته الأولية من (47) عبارة متضمن (5) أبعاد وهما (فاعلية الذات، المساندة الإجتماعية، التوجه الإيجابي للمستقبل، التفاؤل الإيجابي، البنية القيمية والدينية).

- الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة النفسية:

1- صدق المقياس

تم إجراء التحليل العاملى بطريقة المكونات الأساسية باستخدام البرنامج الإحصائى بطريقة المكونات الأساسية وعد التدوير أنتج (3) عوامل وبأخذ محك جيلفورد (3)، لإختيار التشبعات الدالة فقد تم إختيار العبارات التى تشبعت على أكثر من عامل بقيم غير متقاربة بإختيار التشبع الأكبر وتم الإبقاء على العوامل التى تشبعت عليها ثلاث عبارات فأكثر بقيمة تشبع حدها الأدنى (3)، كما تم حذف العبارات التى تحصل على تشبع أقل من (3)، وهذا يتضمن نقاء أفضل للعوامل.

جدول (1) التشبعات الدالة على العامل الأول

رقم العبارة	العبارة	التشبع
3	أبذل كل جهدى من أجل تنمية ذاتى.	0.517
4	أستطيع التكيف مع ظروف الحياة.	0.369
5	أتجنب تكرار أخطائى السابقة.	0.322
6	أؤمن بأن القوة تنبع من داخل الفرد.	0.444
7	أسعى إلى تحقيق الأفضل في كل ما أقوم به.	0.690
9	أبذل كل جهدى من أجل تحقيق ذاتى.	0.567
10	لدى القدرة على العمل بشكل فعال مع الأطفال.	0.462
11	أستطيع التعامل مع أشياء كثيرة في وقت واحد.	0.363
12	تقدم لى عائلتى الدعم المادى والمعنوى عندما أحتاج إلى ذلك.	0.345
20	أجد في حياتى من يدفعنى نحو الثقة بقدراتى الخاصة.	0.396
24	لدى أهداف في الحياة أسعى إلى تحقيقها.	0.522
27	أفكر في العمل الذى سوف أقوم به في المستقبل.	0.531
28	لدى القدرة على تحمل مسؤولياتى مستقبلاً.	0.478
29	أعتقد بأننى سأكون مصدر فخر لوالدى مستقبلاً.	0.467
33	أؤمن بقيمة كل ما أسعى إلى تحقيقه في حياتى مستقبلاً.	0.428
43	أخلص النية إلى الله في كل عمل أنوى القيام به.	0.444
44	أرى أن تخصصى يؤكد على القيم الدينية والأخلاقية للمجتمع.	0.546

47 الإلتزام بقيم المجتمع أصبح شيئاً غير مرغوب فيه. 0.309

من الجدول السابق يتضح أن قيمة الجذر الكامن لهذا العامل بلغت (4,809) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (10,23%) وقد تشبع هذا العامل ب (18) مفردة وقد تراوحت التشبعات بين (309، - 690،) وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل ب (فاعلية الذات).

جدول (2) التشبعات الدالة على العامل الثاني

رقم العبارة	العبارة	التشبع
31	أتوقع بأن أكون متميزة ومتطوره في عملي مع الأطفال.	0.377
34	أؤمن بأن الأمور ستسير على ما يرام حتى في الأوقات الصعبة.	0.654
35	التفاؤل يخفف عنى صعوبة الموقف الضاغط الذى أمر به.	0.512
36	أشعر بأنه لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس.	0.757
37	أؤمن بأن ما لا أستطيع تحقيقه اليوم سيتحقق في الغد.	0.574
38	أؤمن بمقولة (كن جميلاً ترى الوجود جميلاً).	0.626
39	أنظر دائماً إلى نصف الكون الممتلئ.	0.568
41	أؤمن بأن ما كان لى سيؤتيني على ضعفى وما ليس لى لن أنوله بقوتى.	0.537
45	أؤمن بأن عبادة الله والتقرب إليه سبب من أسباب النجاح.	0.379
46	يطمنن قلبى عند المواظبة على ذكر الله.	0.307

من الجدول السابق يتضح أن قيمة الجذر الكامن لهذا العامل بلغت (4.385) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (9.33%) وقد تشبع بهذا العامل (10) مفردة وقد تراوحت التشبعات ما بين (3.7، - 757،) وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (التفاؤل الإيجابى) .

جدول (3) التشبعات الدالة على العامل الثالث

رقم العبارة	العبارة	التشبع
1	لدى القدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة.	0.414
2	أثق في أرائى حتى ولو كانت مخالفة لآراء الآخرين.	0.441
8	عندما تواجهنى مشكلة مفاجئة أستطيع التعامل معها.	0.520
13	عند إتخاذى لقرارات مصيرية أجد الدعم والمساندة من أصدقائى.	0.386
14	عندنا أخطئ في أمر ما أجد الدعم والمساندة من أصدقائى.	0.387
16	تشارك معى زميلاتى في إنتاج الوسائل التعليمية.	0.394
17	أجد الدعم والمساندة من المعلمات الأكبر منى سنأ وخبرة.	0.423
22	أضع خططاً لحياتى المستقبلية.	0.495
23	أشعر بالطمأنينة والهدوء بالنسبة لحياتى المستقبلية.	0.657
26	أعتقد أن حياتى المستقبلية ستكون سعيدة.	0.593

رقم العبارة	العبارة	التشبع
30	أخطط لإستكمال دراستي المستقبلية.	0.403
32	أطلع إلى مستقبل أفضل من الواقع.	0.367
40	أستطيع التعامل مع من يختلفون معي في الفكر والإعتقاد.	0.320

من الجدول السابق يتضح أن قيمة الجذر الكامن لهذا العامل بلغت (3.905) وأن نسبة التباين العاملي المفسر (8.31%) وقد تشبع بهذا العامل (13) مفردة وقد تراوحت التشبعات ما بين (320 ، - 657) ، وعليه يقترح الباحثة تسمية هذا العامل (التوجه الإيجابي للمستقبل) . كما تم حذف العبارات (15 ، 18 ، 19 ، 21 ، 25 ، 42) لحصولها علي نسبة أقل (0.3) وبالتالي تصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (41) عبارة . وهكذا يتوافر للمقياس الصدق بمستوى جيد علمياً .

2 - ثبات المقياس

لحساب ثبات المقياس قامت الباحثة باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك بتطبيقها على عينة قوامها (200) طالبة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية ، والجدول التالي يوضح ذلك جدول (4) معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ للمقياس (ن = 200)

الأبعاد	معامل الفا
فاعلية الذات	0.82
التوجه الايجابي للمستقبل	0.79
المساندة الاجتماعية	0.76
الدرجة الكلية	0.89

يتضح من الجدول ما يلي :

. تراوحت معاملات ألفا لأبعاد المقياس ما بين (0.76 : 0.82) ، كما بلغ معامل الفا للمقياس (0.89) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات المقياس .

نتيجة فرض الدراسة

وينص هذا الفرض على إنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في المرونة النفسية لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة جامعة المنيا تغزى لمتغير الفرقة الدراسة (الفرقة الثالثة - الفرقة الرابعة) . وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة بإجراء إختبار " T-test " وذلك كما هو مبين في الجدول التالي.

جدول (5) دلالة الفروق بين طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الرابعة في المرونة النفسية (ن = 224)

المقياس	طالبات الفرقة الثالثة		طالبات الفرقة الرابعة		قيمة ت	مستوي الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
فاعلية الذات	72.74	8.90	73.62	7.93	0.78	غير دال

التفاوت الإيجابي	42.03	5.14	41.49	5.61	0.75	غير دال
التوجه الإيجابي للمستقبل	47.58	7.67	48.04	6.39	0.49	غير دال
الدرجة الكلية	162.35	18.55	163.15	16.97	0.34	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) = 1.96 (0.01) = 2.58

** دالة عند مستوى 0.01 * دالة عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (5) ما يلي :

وجود فروق غير دلالة إحصائياً بين متوسط درجات كلاً من المرونة النفسية بالنسبة لطالبات الفرقة الدراسية (الثالثة ، الرابعة)، وهذا يدل على أن طالبات الفرقتين الثالثة والرابعة لديهن مستوى متقارب من المرونة النفسية ، مما يدل على أن الفرقة الدراسية ليست متغير مؤثر على المرونة النفسية لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة، وتفسر الباحثة ذلك لتقارب السن بين طالبات الفرقتين، تساويهن في الخبرة المباشرة المكتسبة من التعامل مع الأطفال من خلال التربية العملية والتدريبات الميدانية المختلفة ، وكذلك لأن البيئة الجامعية والجو العام الذي تعيشه الطالبات متقارب، كما إنهن يعشن نفس الظروف وتقع عليهن نفس الأعباء الدراسية والواجبات المختلفة، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (أحمد سمير أبوبكر، 2013) حيث أظهرت الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات عينة الدراسة في المرونة النفسية تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية، ما عدا الكفاءة الذاتية فوجدت فروق دالة إحصاءة .

توصيات الدراسة

في ضوء نتائج البحث يمكن صياغة بعض التوصيات التالية للإستفادة منها في تحسين العملية التعليمية والممارسات التربوية بالمرحلة الجامعة.

- 1- ضرورة الإهتمام بمرحلة التعليم الجامعي، ووضع البرامج المختلفة للنهوض بالشباب الجامعي كونهم مستقبل أي مجتمع وثروته الحقيقية.
- 2- تفعيل دور الساعات الإرشادية المكتتبية لأعضاء هيئة التدريس للتعرف على المشكلات الأكاديمية والضعفونات النفسية التي تواجه الطلاب والعمل على حلها.
- 3- الإستفادة من المرونة النفسية ودمجها في المقررات الدراسية، لما لها من أهمية في إستثمار مهارات الشباب والتكيف مع الضغوطات المختلفة.

المراجع

- إبن فارس (1979). *معجم مقاييس اللغة*. تحقيق عبد السلام هارون (د. ب)، دمشق: دار الفكر.
- أحمد سمير أبو بكر(2013). المرونة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلاب كلية التربية. *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية، جامعة المنيا.
- سيد أحمد أحمد البهاص (2011). فعالية برنامج إرشادي تكاملي في تحسين المرونة النفسية لدى الأطفال المساء معاملاتهم. *المجلة المصرية للدراسات النفسية* 21(73) ، ص ص 251 - 295.
- منظمة الصحة العالمية (2005). تعزيز الصحة النفسية المفاهيم، البيانات المستجدة، الممارسة. القاهرة: المكتب الإقليمي للشرق الأوسط .
- Ahern, R & Nancy, w (2007). *Resiliency in adolescent college students. College of Health and public Affairs at the University of Central Florida Orlando, Florida.*
- American Psychological Association (2000). *The road to Resilience. (APA)*. Washington: Discovery Health Chanel.
- Brooks,R & Goldstien,S (2004). *The Power of Resilience*. newyork: Mcy Graw – Hill.
- Collins, A, B. (2009). *Life Experiences and Resilience in College Students: A Relationship Influenced by Hope and Mindfulness (Doctoral dissertation)* Available from ProQuest Dissertation and Theses.
- connor, K & Devidson, J (2003). *Development of a new resilience scale, (CD-RISC)*. *Depression and Anxiety*, (18), 76-82.
- Goldstein, S & Brooks, R. (2005) .*Handbook of Resilience in Children* Springer Science Business Media, Inc. New York : MCV Graw – Hill .
- Krismer, M, (2005). *Attributes and support systems that promote Resilience and Achievement for “at – promise” community college students.*
- Masten, A. ,Coatsworth, J. ,Neeman, J. ,Gest, s. ,Tellegen, A. & Garmezy, N. (1995). *The structure and coherence of competence from childhood through adolescence, Child Development*, 66, 1635 – 1659.

- Masten, A. & Reed, M. (2005). Resilience in development. In C. R. Snyder & Lopez (Eds), *Handbook of Positive Psychology*, (Pp. 74 – 88). New York: Oxford University Press.
- Pearsell, P. (2003). *The Beethoven factor: The new positive psychology of hardiness, happiness, healing and hope*. Charlottesville, VA: Hampton Roads.
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: Seven essential skills for overcoming lifes inevitable obstacles*. New York: *Broadway Books*.
- Seligman, M., Chaplin, T., Gillham, J. & Reivich, K. (2005). `from helplessness to Optimism. (In) S. Goldstein & R. Brook. (Ed). *Handbook of Resilience in Children*. (Pp. 239 – 256). New York: Mc. Graw – Hill.
- Snap, J. & Miller, D. J. (2008). A challing of living? Understanding the psycho – social processes of the child during primary – seconday transition through resilience and self – esteem theories. *Education Psychological Review*, 20, 217 – 236.
- Zucker, R., Wrong, M., Puttler, L. & Fitzgerald, H. (2003). Relationship to developmental outcomes between early childhood and adolescence. In s. Luther (Eds). *Resiliece and Vulnerability*.