

مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص

م. ربيعة مانع زيدان الحمداني

ماجستير علوم تربوية نفسية

تدريسية في المديرية العامة لتربية

صلاح الدين

أ. م. د. صباح مرشود منوخ

تدريسي في كلية التربية

قسم العلوم التربوي والنفسية

جامعة تكريت

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ملخص البحث

يستهدف البحث الحالي التعرف على مستوى المرونة النفسية وكذلك الكشف عن دلالة الفروق الإحصائية في مستوى المرونة النفسية وفقاً لمتغيري الجنس (ذكور، إناث) والتخصص (علمي، أدبي) لدى عينة من طلبة المرحلة الإعدادية (ذكور، إناث). وقد بلغت عينة البحث (٣٠٠) طالبا من ثانويات محافظة صلاح الدين / قضاء تكريت للعام الدراسي ٢٠١٢ / ٢٠١٣، وقد قامت الباحثة بتطبيق أداة جاهزة لمقياس المرونة النفسية الذي أعده قداوي (٢٠١٢) وبعد استخراج صدقه وثباته قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة البحث الأساسية والمكونة من (٣٠٠) طالبة وطالبة من طلاب المرحلة الإعدادية. وقد أظهرت النتائج:

١. ان طلبة المرحلة الإعدادية يعانون من ضعف في مستوى المرونة النفسية.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الذكور والإناث في مستوى المرونة النفسية.
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصصات (علمي - أدبي) ولصالح التخصص الأدبي.

ومن خلال النتائج قدمت الباحثة عدد من التوصيات والمقترحات.

الفصل الاول

أهمية البحث والحاجة اليه

إن الاهتمام بالمشكلات السلوكية يزداد يوماً بعد يوم في عصر تضخمت فيه المشكلات وتعقدت، وباتت تؤثر على الأفراد والجماعات على الصعيدين الشخصي والاجتماعي، وعلى المستوى القريب والبعيد. فمع التطورات الحديثة والتقدم التكنولوجي والتوسع المعرفي الهائل في شتى المجالات ومع تزايد الاهتمام بالاستراتيجيات المعرفية وتنمية مهارات التفكير العليا لدى الطلاب والطالبات في شتى مراحل التعليم المختلفة. برزت العديد من الظواهر النفسية الناتجة عن سوء الاستخدام، التي تلعب دوراً كبيراً في التأثير على توجهات الأفراد وسلوكياتهم. إننا حينما نقول: أن الاهتمام بالمراهقين يعتبر اهتماماً بمستقبل الأمة كلها فإننا لا نأتي ببدع من القول، بل إننا نجد ذلك جلياً وعلى نطاق واسع في كتابات العلماء والباحثين والمربين على مر التاريخ. وعلى سبيل المثال فقد وصف ستانلي هول (stanly) المراهقة بأنها مرحلة تكتنفها الأزمات النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق وصعوبات التوافق (Vanderzanden, 1989: p.375). ويعد ستانلي هول (stanly) أول علماء النفس الذين تمكنوا من صياغة نظرية في المراهقة، إذ اعتقد أن التغيرات الجسمية الرئيسية التي في هذه الفترة تسبب تغييرات نفسية كبيرة، ويرى أن الجهود التي يبذلها المراهقون من أجل التوافق مع أجسامهم المتغيرة تؤدي إلى جعل هذه الفترة مرحلة عاصفة ومضطربة، ويعتقد أن هذه المرحلة تتميز بشدة الانفعالات وتقلبها، وعلى الرغم من أن وجهة النظر التي قدمها هول ترى أن المرحلة مضطربة وعاصفة ولا يمكن تجنبها في حياة الإنسان إلا أن الرأي الحديث السائد في هذه الأيام أن ذلك ليس حتمياً فيما يخص معظم المراهقين (أبو جادو: ٤٤٣: ٤٤٤: ٢٠٠٤).

إن الاهتمام بالصحة النفسية، اهتمام بالفرد وتكامله. والاهتمام بتنمية شخصية الفرد بجوانبها المتكاملة بصورة سليمة ومتوازنة يعني الاهتمام بجوانب الصحة النفسية، وأن العمل على تخفيف المشكلات السلوكية أو حلها لا يتم إلا على أسس ومفاهيم الصحة النفسية.

وتتجه الدراسات الحديثة إلى التركيز على البحوث المرتبطة بالصحة النفسية والتأكيد في الوقت نفسه على العوامل النفسية التي تساعد الأفراد على التوافق مع المواقف المختلفة التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية.

ومن تلك العوامل التي حظيت باهتمام الباحثين مفهوم المرونة النفسية أو ما يسمى أحيانا المقاومة النفسية أو المناعة النفسية أو المرونة عند تلقي الصدمات.

(حمادة: ٢٠٠٢ : ٢٢٩).

وبذلك تظهر المرونة النفسية كأحد المتغيرات الهامة في الشخصية من خلال القدرة العالية في التعامل مع المواقف الصعبة والمشكلات والضغوطات والصدمات التي يواجهها الفرد بطريقة ناجحة، و القدرة على التعافي واستعادة الحيوية النفسية، والاحتفاظ بالسعادة، والاتزان النفسي كل ذلك بهدف تحقيق عملية التكيف في الحياة المهنية والأسرية والاجتماعية (Werner, 1989,P.72).

فالمرونة النفسية هي صفة شخصية تسمح للأفراد بتعديل الطريقة التي يعبرون بها عن سيطرتهم على الأنا لأجل تشكيل جو يبتهم التي يعيشون فيها وترتبط المرونة النفسية بمجموعة من المخرجات الايجابية والسلبية إذ تم دراستها على مجاميع مختلفة من السكان ووجد أنها مرتبطة بالتوافق الاجتماعي والمهني كما ترتبط المرونة النفسية بالقناعة في إقامة العلاقات و بنوعية العلاقات وترتبط أيضا بمظهر الشخص وصورته هذا من الناحية الايجابية، أما من الناحية السلبية فهي مرتبطة بالضغوطات النفسية والصراعات وأيضاً مرتبطة بالمشاكل الصحية (Klohn, Vandewater & Young, 1996, p.204)

وأظهرت دراسة عبد الله (٢٠٠٤) أن عدم مرونة الفرد سواء في تعامله مع الآخرين أو في مواجهته لمواقف حياتية مختلفة حالة تشير إلى متاعب ومشكلات سواء على صعيد الصحة النفسية او العلاقات الاجتماعية، في حين أن المرونة في السلوك والتصرف يترك للشخصية حريتها ونموها السوي (عبد الله، ٢٠٠٤ : ١٢١).

إن القدرة على التوافق وعدم الميل إلى التطرف في العديد من المواقف ثنائية الأبعاد والموازنة مع الظروف البيئية المختلفة يعبر عن قدر كبير من المرونة في الشخصية او ما يطلق عليها بمرونة الأنا Ego Resiliency (Klohn, 1996, p. 89).

ويرى الخطيب (٢٠٠٧) أن عوامل المرونة في الشخصية تظهر قدرة الشخص على الاحتفاظ بسعادته من خلال إحساسه بأنه سيققق الهدف الذي يسعى جاهداً إليه، و تظهر قدرته على العمل المنتج والسيطرة على بنيتة النفسية والاجتماعية، والعقلية، والخلقية، وتقبله لذاته والمحافظة على كفايته التواصلية مع الآخرين من خلال علاقاته الواقعية والحميمة معهم (الخطيب، ٢٠٠٧: ٩).

ويشير (Werner & Smith, 1992) إلى أن مرونة الأنا تشكل في مجملها الأبعاد العقلية، والاجتماعية، والنفسية، والانفعالية، والأكاديمية لشخصية الفرد، بأن تكسبه القدرة على التكيف مع الأحداث الضاغطة أو غير المواتية التي من المتوقع أن تعرقل مسيرة نمو الشخصية في الاتجاه الطبيعي وإذا ما كان هذا الشخص غير قادر على التعامل بمرونة مع ما يواجهه من أحداث صادمة أو ضاغطة تشكل خبرات مؤلمة للذات تظهر نتائجها السلبية في حياته المقبلة على المستوى النفسي والاجتماعي، والأكاديمي، والانفعالي بأن تصبح الشخصية غير مؤهلة للحياة الطبيعية، ولا سيما عند مواجهة الفرد مع كل المتطلبات النفسية والاجتماعية والانفعالية (Werner & Smith, 1992, p.89).

وأشارت العديد من الدراسات كدراسة (لازاروس) Lazarus, 1993، ودراسة (بلوك وبلوك) Blok & Blok, 1980، ودراسة (بلوك وكريمين) Blok & Kremen, 1996 إلى أن المرونة النفسية تتميز بالقدرة على التعافي من الخبرات العاطفية السلبية والتكيف المرن مع المتطلبات المتغيرة والمستمرة للخبرات الضاغطة او المرهقة، وان الأفراد المرنين متفانلون ولديهم روح الدعابة وطريقة نشطة في الحياة، وحب الاستطلاع والانفتاح على الخبرات الجديدة، وتتميز بدرجة عالية من الانفعالات الايجابية.

وتشير نتائج الدراسات الميدانية المذكورة إلى ارتباط مرونة الأنا بالعديد من المتغيرات فضلاً عن النتائج الايجابية لها في وقاية الفرد من التوترات النفسية ومواجهة

الأحداث الصاغطة واستعادة الصحة النفسية وهذا الأمر يتطلب معرفة مدى امتلاك طلبة الثانوية من هذه السمة كونها سمة مهمة لقيادة الحياة وتوجيهها في الاتجاهات الايجابية.

ومن خلال ما تقدم تكتسب هذه الدراسة أهميتها:

١- أهمية المراقبة كمرحلة تكوينية ومفترق طرق، إذ تمثل هذه المرحلة بداية الطريق لتوجيه المراهق لاتخاذ القرارات وتحمل مسؤولية تلك القرارات فإذا كانت البدايات صحيحة كانت النهايات كذلك.

٢- الغزو التكنولوجي وما رافقه من ثورة معلوماتية اجتاحت مجتمعنا العربي وتركت آثاراً بالغة في قيم وتوجهات جميع فئات المجتمع لاسيما طلاب المرحلة الثانوية الذين يستجيبون بسرعة لمثل هذه التغيرات مما يتطلب مراعاة وإنماء بعض المتغيرات النفسية لشبابنا كالمرونة النفسية وغيرها من المتغيرات ذات العلاقة الوثيقة بهذه المرحلة.

أهداف البحث

يستهدف البحث الحالي الى:-

- ١- التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية.
- ٢- الكشف عن دلالة الفروق الإحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وفقاً لمتغيري الجنس (ذكور، إناث) والتخصص (علمي، أدبي).

حدود البحث

يقتصر البحث الحالي على طلبة الصف الخامس الإعدادي بفرعيه (العلمي والأدبي) في مركز مدينة تكريت للعام الدراسي (٢٠١٢ - ٢٠١٣).

مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص

م. ربيعة مانع زيدان الحمداني أ. م. د. صباح مرشود منوخ

تحديد المصطلحات

المرونة النفسية

١- روتر (Rutter, 1979)

بأنها قدرة الفرد الذي يتغلب على المحنة، وينجو من الضغوط، ويتجاوز العقبات والمساوئ". (Jordan, 1992, P.19).

٢- حسان (٢٠٠٩)

استعداد الفرد وقدرته على التفاعل الايجابي مع ظروف الحياة المتغيرة- الضاغطة ومواجهة التحديات التي تنعكس على استجاباته السلوكية للمواقف الحياتية وعلاقاته الاجتماعية. (حسان: ٢٠٠٩: ٦).

٣- فحجان ٢٠١٠

هي قدرة الفرد على مواجهة ضغوط الحياة المختلفة وتحدياتها وقدرته على التفاعل اجتماعيا مع الآخرين. (فحجان: ٢٠١٠: ٨٧)

٣- قداوي ٢٠١٢

" هي السمات الشخصية الثابتة بصورة نسبية، التي تتميز بالقدرة على التعافي بسرعة من التجارب او الخبرات السلبية، وبالتكيف المرن مع التغيرات المستمرة لمطالب الحياة"، بوصفها تعريفا شاملا لمرونة الأنا.

التعريف النظري للمرونة النفسية

وتبنى الباحثة تعريف قداوي (٢٠١٢) " هي السمات الشخصية الثابتة بصورة نسبية، التي تتميز بالقدرة على التعافي بسرعة من التجارب او الخبرات السلبية، وبالتكيف المرن مع التغيرات المستمرة لمطالب الحياة"، بوصفها تعريفا شاملا لمرونة الأنا.

التعريف الاجرائي للمرونة النفسية

هو الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال أجابته على فقرات مقياس المرونة النفسية المستخدم في البحث الحالي معبرا عنها بالدرجة الكلية.

المرحلة الإعدادية

عرفتها وزارة التربية عام ١٩٧٧

هي مرحلة دراسية تقع ضمن المرحلة الثانوية بعد المرحلة المتوسطة مدتها ثلاث سنوات تهدف إلى ترسيخ ما تم اكتشافه من قابليات الطلبة وتمكينهم من بلوغ مستوى أعلى من المعرفة والمهارة مع تنويع وتعميق بعض الميادين الفكرية والتطبيقية تمهيداً لمواصلة الدراسة الحالية وإعداده للحياة العملية الإنتاجية (وزارة التربية، نظام المدارس الثانوية رقم (٢) لسنة ١٩٧٧).

الفصل الثاني

الاطار النظري

المرونة النفسية

إن المرونة النفسية سمة تتضمن سلوكات ، وأفكارا واعتقادات، وأفعالا يمكن تعليمها وتنميتها لدى أي شخص، فالشخصية المرنة الناضجة لديها القدرة على التكيف والتعامل مع ظروف الحياة المختلفة وخاصة مع المواقف التي تحمل رباحاً غير سارة في بعض الأحيان ، كالصدمات العاطفية أو الخسائر المادية ، إن هذه المواقف في حاجة إلى مرونة، وترجع خاصية المرونة إلى ديناميكية الفرد التي يدعمها التفكير الإيجابي والحوار والتفاعل الجيد مع الآخرين، وإسقاط خاصية أو سمة المرونة النفسية على شخص ما، لا يعني أن مثل هذا الشخص لا يعاني من مصاعب أو ضغوط، فالألم الانفعالي، والحزن أعراضاً شائعة بين الأشخاص الذين يعانون من شدائد أو عثرات شديدة في حياتهم وفي الواقع، فإن الطريق على المرونة النفسية يتضمن الكثير من الضيق والمعاناة، فالحياة ليست نزهة مبهجة، وليست في نفس الوقت مجرد مصاعب وعقبات. (الخطيب: ٢٠١٠: ٥٥٢).

مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص

م. ربيعة مانع زيدان الحمداني أ. م. د. صباح مرشود منوخ

فالشخص المرن يستطيع الاستجابة لأي تغير في بيئته استجابة ملائمة تحقق الانسجام بين حاجاته ودوافعه من جهة وضغوطات المحيط من جهة أخرى، وبالتالي فهو يتصرف بطريقة إيجابية تمكنه من القيام بدوره في الحياة بنجاح. إنه يملك القدرة ليتعامل مع الواقع بالطريقة المناسبة فيقبله أو يغيره أو يتحائل عليه حسب ما يقتضيه الوضع وحسب ما تسمح به قدراته. (العثماني: ٢٠٠٩: انترنت)

عوامل المرونة النفسية

- القدرة على تكوين علاقات اجتماعية واقعية، والتواصل الإيجابي مع الآخرين.
- القدرة على ترويض الانفعالات القوية والاندفاعات.
- النظرة الإيجابية للذات والثقة في القدرات من خلال إدراكه الحقيقي لها وللأحداث من حوله.
- القدرة على الاحتفاظ بالقيم الروحية والخلقية.
- القدرة على وضع خطط واقعية واتخاذ القرارات وتنفيذ الإجراءات اللازمة لحل المشكلات ومواجهة ضغوط الحياة. ((McMillanet-al 1992, p 412

وسائل تنمية المرونة النفسية

وبما ان المرونة النفسية يمكن تعلمها لذلك كان من المناسب طرح السؤال التالي: ما هي الاستراتيجيات التي تساعد على تنمية هذه الخاصية ؟ ولعلنا نجد الجواب في أطروحات الجمعية النفسية الأمريكية APA التي أشارت إلى جملة استراتيجيات لها دور كبير في دعم المرونة النفسية وهذه الاستراتيجيات هي:

١. بناء روابط قوية مع الآخرين:

ويبدأ ذلك في العلاقات الأساسية مع أعضاء الأسرة، والأصدقاء، وغيرهم وهذه من أهم متطلبات بناء المرونة النفسية. و كذلك تقبل المساعدة والدعم من الأشخاص المقربين وحسن الاستماع إليهم يساهم كثيراً في تحقيق المرونة النفسية. وهناك نشاطات تساعد على نمو وتوازن المرونة النفسية منها المشاركة الفعالة في مؤسسات المجتمع المدني والمؤسسات

الدينية، او غير ذلك من الجماعات الخيرية او التطوعية. او ان مساعدة الآخرين وقت احتياجهم إلى المساعدة يعتبر مصدراً داعماً لتحقيق التوازن النفسي لمن يقدم هذه المساعدة مما يدفعه إلى المزيد منها.

٢- التخلص من الحالة الاستسلامية التي تتعامل مع الأزمات على أنها مشكلات لا سبيل لحلها.

هناك حقائق لا يمكن تجاهلها ومفادها أن الأحداث غير السارة جزء من واقع حياة الإنسان، لكن بالإمكان تغيير الطريقة التي يدرك الفرد ويفسر ويستجيب بها لهذه الأحداث، ومحاولة تجاوز سلبيات الحاضر والتطلع إلى ايجابيات المستقبل وآماله وعلى الفرد البحث كل ما يمكن أن يلطف مشاعر الحزن الناتجة عن المصاعب أو العثرات التي يواجهها.

٣- تقبل التغيير والتعامل معه على جزء لا يتجزأ من الحياة:

لا يتمكن الإنسان من تحقيق أو انجاز أهداف معينة في الحياة نتيجة المواقف أو الظروف أو الأحداث العصبية الضاغطة التي يتعرض لها إلا إذا تقبل الظروف التي لا يمكن تغييرها فأن ذلك تقبل يساعد في التركيز على الظروف الأخرى القابلة للتغيير والسيطرة.

٤- اتخاذ القرارات الحيوية والحاسمة:

إن مواجهة المواقف الطارئة بأقصى ما يملك الفرد من طاقة او قدرة. واتخاذ قرارات حاسمة تدفع باتجاه المواجهة والتصدي الفعال والتوافق النشط الايجابي بدلا من الاستسلام للمشكلات والضغط واجترار آلامها.

٥- الاندفاع والتوجه نحو تحقيق الأهداف:

الأهداف قابلة للتحقيق اذا كانت مبنية على قراءة دقيقة لإمكانيات وقدرات الفرد وللواقع المحيط به. فالإقدام والتصميم على عمل شيء، حتى وان بدا لأول وهلة انجازاً صغيراً، فإنه يساعد بالتدريج على تحقيق الهدف. وبدلاً من التركيز على مهام يتعذر تحقيقها، فعلى الفرد أن يسأل نفسه: " ما الشيء الذي اعرف أن بإمكانني تحقيقه أو انجازه اليوم ويقربني من التحرك في الاتجاه الذي أريده؟".

مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص

م. ربيعة مانع زيدان الحمداني أ. م. د. صباح مرشود منوخ

٦- تبني رؤية او نظرة ايجابية نحو الذات:

على الفرد أن يعتقد يقيناً بقدراته على حل المشكلات، والثقة بالذات تضعه بتلقائية على بداية طريق المرونة النفسية.

٧- استغلال كل الفرص التي تساعد على استكشاف الذات:

من خلال التفاعل مع الحياة _ ان صح التعبير _ والمعاناة، وكثرة التجارب المستحصلة من خلال الفشل والنجاح.. يستطيع الفرد ان يكشف قابليات وطاقات كامنة في داخله.. لم تكن لتظهر لولا تلك الضغوط والمعاناة.. ويستطيع ان يستفيد من تلك القابليات والطاقة الكامنة في بناء شخصيته من ناحية، ومن ناحية أخرى بناء علاقات وروابط متينة مع الآخرين.

٨- الرعاية والدعم النفسي:

الاهتمام وتقدير الحاجات والمشاعر والاندماج في الأنشطة والخبرات التي يستمتع بها تزيد من راحة الفرد واسترخائه. وممارسة الألعاب الرياضية الممتعة باستمرار والاهتمام بالنفس يساعد في التماسك والاستعداد لأي حدث طارئ.

٩- وضع الأمور او الأشياء في سياقها وحجمها الطبيعي:

عندما يواجه الفرد أحداثاً طارئة، عليه أن يحاول تقييم الحدث الطارئ في سياقه الواسع والنظر إلى المدى البعيد الذي يمكن أن يحتوي مثل هذا الموقف، وتجنب تضخيم الأمور، او تضيقها.. على خلاف الحقيقة. بل لابد من الموضوعية في كل ذلك.

١٠- الاحتفاظ بالأمل والاستبشار دون ملل.

فنظرة الفرد التفاضلية تمكنه من توقع حدوث الأشياء الايجابية الجيدة في حياته. (الجمعية الأمريكية، ب، ت: ٣-٥ بتصرف).

النظريات النفسية التي فسرت المرونة النفسية

١ - نظرية التحليل النفسي التقليدية

• فرويد

يرى فرويد بان النمو السليم يؤدي إلى نشوء الأنا القوية، التي تظهر كأحد المتغيرات المهمة في الشخصية في ضوء القابلية على مواجهة المشكلات التي يتعرض لها الفرد في حياته لتحقيق عملية التوافق. وان النمو الطبيعي يحدث في حالة توازن بين مكونات (الهو والأنا والأنا العليا)، عندما يستبدل بأساليب أكثر نضجاً وفعالية في التعامل مع المشكلة وعلى نحو ثابت (فونتانا، ١٩٨٩: ٧٢). (رضا، ٢٠٠٨: ٣٤)

كما ويرى فرويد إن التوافق في الشخصية ما هو إلا الحصيلة النهائية عن إمكانية تحقيق الذات وتجنب الألم عبر الواقع الاجتماعي الذي يرسم من خلاله المعالم الأصلية للشخصية (الحفني، ٢٠٠٠: ٢٢).

فالسلك التوافقي في الإنسان هو السلوك الموجه للتغلب على عقبات البيئة او صعوبات مواقفها، كما أن آليات توافقه التي يتعلمها هي الاستجابة المعتادة التي يسير عليها لإشباع حاجاته، وإرضاء دوافعه وتخفيف توتراته، فقدرة المرء تحت تأثير دوافعه على تحويل ما هو ذاتي إلى اجتماعي قابلية التكيف او القدرة على التكيف (Adaptability) كما يقول فرويد (دسوقي، ١٩٧٤: ٣٢) فمدى التكيف والقدرة عليه يشكلان الجانب المهم من المرونة النفسية للفرد. إن هذه النقاط التي أشار إليها فرويد مثل التوافق والتكيف وما شابه ذلك لها علاقة وطيدة بالمرونة.. بل يمكن اعتبارها تعابير مرادفة لها.

٢ - نظرية التحليل النفسي الاجتماعي للفرويدين الجدد

• نظرية آدلر A. Adler Theory

يفترض آدلر أن الشخص السليم والصحي هو الذي يعيش وفقاً لمبادئ، مع إمكانية تغيير هذه المبادئ وفقاً للظروف الواقعية والاستثنائية والتوجه نحو تحقيق أهداف تتفق مع المصلحة الاجتماعية (صالح، ١٩٨٨: ٩٢).

وافترض آدلر وجود أربعة أساليب أساسية للحياة يتبناها الناس للتعامل مع المشكلات وهي (النمط المسيطر، والنمط المعتمد أو الآخذ، والنمط المتجنب، والنمط المميز اجتماعياً. (شلتز، ١٩٨٣ : ٧٨-٨٠).

فالمرونة النفسية استناداً إلى وجهة نظر آدلر تعتمد على مدى تغيير الفرد لأساليب حياته وفقاً لمستجدات الواقع والمصلحة الاجتماعية بما يحقق له سد ثغرات نقصه من أجل بلوغ مستويات أعلى من النمو النفسي والتكيف للواقع الاجتماعي (رضا: ٢٠٠٨ : ٦٠).

• نظرية اريك اريكسون Erickson Theory

وجهة نظر اريك اريكسون في تطور الشخصية وتكاملها يكون عن طريق ما اسماه أزمات الحياة **Life crises** وهي عبارة عن مشكلة تكيف متدرجة ومتصاعدة ويتحقق هذا التكيف كلما كانت مرونة التعامل مع الواقع مما يمكن إن نطلق عليه المرونة النفسية (محفوظ، ١٩٨٦ : ١٣).

فكل مرحلة من مراحل النمو (من الميلاد إلى الممات) تتميز بصراعات وأزمات تحتاج إلى معالجات وحلول من خلال التعامل معها بطريقة تكيفية نموية تناسب وهذه المرحلة (جلال، ١٩٨٥ : ٣٢-٣٣).

ووفقاً لمبدأ التخلق المتعاقب Epigenesist فكل مرحلة من مراحل النمو بالنسبة لاريكسون لها مهامها الحياتية، والنجاح أو الفشل في تحقيق هذا له أثره الهام على النمو في المراحل التالية. فالكثير من عمل اريكسون يمكن النظر إليه على أنه وصف للقوة الاجتماعية والتاريخية التي تؤثر على قوة ومرونة أو ضعف وصلابة الأنا، فآثار المجتمع على الشخص هي مركز تطور الشخصية والفروق في المتغيرات الثقافية مهمة وتؤدي إلى اختلافات، في سلوك الراشدين فالجماعات المختلفة لها طرق مختلفة في تنشئة أطفالها، وبذلك فإن طريقة التربية في العائلة والنماذج الاجتماعية عبر مراحل النمو النفسي والجنسي يؤديان دوراً مهماً في تكوين الأنا (الممام سيني، ٢٠٠٠ : ٢٦).

دراسات السابقة

١. دراسة (الناصر وساندمان ٢٠٠٠) (Al-Naser & Sandman, 2000) "تقييم عوامل المرونة في دولة الكويت"

هدفت الدراسة التعرف على سمات الشخصية للمرونة (مرونة الأنا) في المجتمع الكويتي. وطبق مقياس مرونة الأنا (ER89) وهو مقياس يتكون من (١٤) سؤالاً وزع على عينة من طلبة جامعة الكويت مكونة من (٤٩٥) من الذكور والإناث، بلغت أعمارهم (١٧) سنة فأكثر، وقد قسم الطلبة على مجموعات تبعاً للجنس، العمر، نوع التعليم، نمط الأسرة، والمكانة الاجتماعية، والمستوى التعليمي، والحالة الاجتماعية وذلك لتقييم تأثير تلك المتغيرات على مرونة الأنا في تلك المجموعات، وتوصلت الدراسة الى ان عينة البحث ذات مستوى مرونة عالية وكذلك ان مستوى المرونة لدى الذكور اعلى من الاناث، اما بخصوص التخصص الدراسي فكان لصالح التخصص العلمي.(الخطيب: ٢٠٠٧: ١١٦٧)

٢. دراسة مختار (٢٠٠٤) " مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالجنس والتحصيل "

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية كما تهدف إلى معرفة علاقة مستوى المرونة بالجنس والتحصيل استخدم الباحث في دراسته مقياس مرونة النفسية الذي أعده وهو مكون من ٧٤ فقرة وبلغ عدد أفراد العينة ٨٧٤ طالباً وطالبة من المرحلة الإعدادية. واهم النتائج التي توصل إليها: إن طلبة المرحلة الإعدادية يتمتعون بمستوى متوسط من المرونة النفسية، وإن الذكور أكثر مرونة من الإناث في هذه المرحلة.

٣. دراسة الخولي (٢٠٠٦) " اثر كل من الجنس والتخصص في مستوى المرونة النفسية لدى طلاب جامعة الملك سعود"

هدفت الدراسة إلى قياس مستوى مرونة النفسية لدى طلبة جامعة الملك سعود وكما هدفت التعرف على اثر كل من الجنس والتخصص في مستوى المرونة النفسية، استخدم الباحث مقياس (رالي ١٩٩٥) الذي قننه للبيئة السعودية وكان المقياس مكون من ٩٥ فقرة في صيغته الأجنبية فأصبح مكون من ٩٠ فقرة بعد حذف (٥) فقرات، وبعد تطبيق المقياس على

مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص

م. ربيعة مانع زيدان الحمداني أ. م. د. صباح مرشود منوخ

عينة مكونة (٤٧٨) طالباً وطالبة موزعين بالتساوي على الاختصاصات (العلمية والهندسة والإنسانية) من كلا الجنسين وأهم النتائج التي توصل إليها الدراسة: تمتع طلبة جامعة الملك سعود بمستوى عال من المرونة النفسية.. وإن الذكور أكثر مرونة من الإناث. التخصصات الإنسانية أكثر مرونة بدلالة إحصائية من العلمية والهندسية (الخولي، ٢٠٠٦: ١٧٥).

٤. دراسة (الخطيب ٢٠٠٧) " تقييم عوامل مرونة الأنا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة

الأحداث الصادمة"

هدفت الدراسة التعرف على العوامل المكونة لمرونة الأنا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الأحداث الصادمة التي يتعرضون لها نتيجة للاجتياحات والاعتقالات والاحتلالات الإسرائيلية ضد الشعب الفلسطيني بأسره. وقد طبق على عينة البحث قدرها (٣١٧) من الطلبة الفلسطينيين من أبناء قطاع غزة من طلاب وطالبات جامعة الأزهر والجامعة الإسلامية، وقد تم استخدام مقياس مرونة الأنا (E.R.89) ((Ego Resiliency Scale(89) والمكون من (١٤) بنداً تمثل عوامل أو سمات الشخصية بدرجة قصوى (٥٦) درجة، وهو من إعداد الناصر وساندمان سنة ٢٠٠٠ في جامعة السلطان قابوس بسلطنة عمان، وقام الباحث بترجمة هذه الاستبانة من اللغة الإنجليزية وإعدادها بالعربية سنة (٢٠٠٥) واستخدم الباحث المتوسط الحسابي والنسب المئوية والانحراف المعياري وتحليل التباين ومعامل الشيوخ والاختبار التائي ومعامل ارتباط بيرسون وتوصلت الدراسة إلى النتائج: تمتع الشباب الفلسطيني بدرجة عالية في مرونة الأنا، وهذا يرجع إلى كثرة تعرض الشباب الفلسطيني للأحداث الصادمة وقدرتهم على التصدي لها واجتيازها بسلام بأن يمكن لهم القيام بممارسة أنشطتهم الحياتية المعتادة بشكل عادي..، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الذكور.

٥. دراسة قداوي (٢٠١٢) المسؤولية الاجتماعية ومرونة الأنا لدى طلاب المرحلة الإعدادية

العاملين وغير العاملين (دراسة مقارنة)

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى مرونة الأنا لدى أفراد عينة البحث. والتعرف على الفروق في مستوى مرونة الأنا بين الطلاب العاملين والطلاب غير العاملين. تكونت عينة البحث من طلاب المرحلة الإعدادية والثانوية لمدارس مركز محافظة نينوى. وقد تم اختيارهم

بقصديه بحيث توزعت العينة على مجموعتين متساويتين (٢٩٩) طالباً من الذين يعملون و(٢٩٩) طالباً من الذين لا يعملون، وتحقيقاً لأهداف البحث تم الاعتماد على مقياس مرونة الأنا الذي أعده (رضا ٢٠٠٩) الذي يتكون من (٣٦) فقرة وتوصلت الدراسة إلى تمتع طلاب الصف الخامس الإعدادي بمستوى متوسط من مرونة الأنا. وان مستوى مرونة الأنا أعلى لدى الطلاب العاملين منه لدى الطلاب غير العاملين.

مناقشة الدراسات السابقة

١. الأهداف: هدفت الدراسات السابقة التعرف على العوامل والسمات المكونة لمرونة الأنا كدراسة (الناصر وساندمان ٢٠٠٠) ودراسة (الخطيب ٢٠٠٧) على اعتبار مرونة الأنا كسمة من سمات الشخصية أما الدراسات الأخرى فقد تناولت علاقة مرونة الأنا بمتغيرات أخرى كدراسة (مختار ٢٠٠٤) ودراسة (الخولي ٢٠٠٦) ودراسة (الخطيب ٢٠٠٧) اما دراسة قداوي (٢٠١٢) فقد هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى مرونة الأنا لدى أفراد عينة البحث. أما الدراسة الحالية فقد كان هدفها إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الإعدادية والتعرف على الفروق في مستوى المرونة النفسية بين الطلبة.

٢. العينة: تراوحت عينة الدراسات السابقة في مرونة الأنا ما بين ١٢٤-٨٧٤ طالباً واختلفت عينات البحث فمنها كانت على طلبة الجامعة مثل دراسة (الناصر وساندمان ٢٠٠٠) ودراسة (الخطيب ٢٠٠٧) ومنها على طلاب الإعدادية كدراسة (مختار ٢٠٠٤) ودراسة قداوي (٢٠١٢) ومنها على المعلمين كدراسة (الخطيب ٢٠٠٧).

أما الدراسة الحالية فقد اقتضت عينة البحث على طلاب المرحلة الإعدادية من الذكور والانات والبالغ عددهم ٣٠٠ طالباً وطالبة.

٣. الأداة: فقد استخدمت الدراسات السابقة مقاييس مختلفة مثل (مقياس مرونة الأنا ER89) في دراسة (الخطيب ٢٠٠٧) واعدت مقاييس خاصة بالدراسة كدراسة (مختار ٢٠٠٤) وقد استخدمت دراسة (الخولي ٢٠٠٦) مقياس (رالي ١٩٩٥) والذي قننه على البيئة السعودية.

أما الدراسة الحالية فقد استخدم الباحث مقياس (قداوي ٢٠١٢) كونه يتلاءم وطبيعة مجتمع البحث الحالي وكونه حديث البناء.

٤. الوسائل الإحصائية المستخدمة: استخدمت الدراسات السابقة وسائل إحصائية مختلفة بحسب وطبيعة أهداف البحث، إذ استخدمت النسب المئوية والاختبار التائي في دراسة (الناصر وساندمان ٢٠٠٠) واستخدم الوسط الحسابي والاختبار التائي في دراسة (مختار ٢٠٠٤) ودراسة (الخطيب ٢٠٠٧) كما استخدم معامل الارتباط للتعرف على العلاقة بين مرونة الأنا ومتغيرات أخرى كما في دراسة (الخطيب ٢٠٠٧) ودراسة قداوي (٢٠١٢). أما الدراسة الحالية فسوف تستخدم الباحثة ما يناسب البحث من وسائل إحصائية.

٥. النتائج: توصلت الدراسات السابقة إلى نتائج مختلفة كل حسب أهدافه، فقد توصلت الدراسات إلى أن أفراد العينة كانوا بمستوى عالٍ من المرونة كما أن طلاب الأقسام العلمية كانوا أكثر مرونة من طلاب الأقسام الإنسانية كدراسة (الناصر وساندمان ٢٠٠٠) ودراسة (مختار ٢٠٠٤) ودراسة (الخطيب ٢٠٠٧) ودراسة قداوي (٢٠١٢). كما وجد أن العلاقة غير دالة بين مرونة الأنا والاحتراق النفسي في دراسة (الخطيب ٢٠٠٧) أما دراسة (الخولي ٢٠٠٦) فقد توصلت إلى إن التخصصات الإنسانية أكثر مرونة من التخصصات العلمية، ووجد. أما الدراسة الحالية فستقوم الباحثة باظهار النتائج التي سوف يتم التوصل اليها.

الفصل الثالث

إجراءات البحث

يتضمن هذا الفصل وصفا لمجتمع البحث وإجراءات بناء أداة البحث وتحقيق الصدق والثبات لأداة البحث والوسائل الاحصائية الملائمة لتحليل البيانات وعلى النحو التالي:

أولاً: مجتمع البحث

نكون مجتمع البحث الحالي بطلبة المرحلة الإعدادية والثانوية العامة الصباحية في مركز مدينة تكريت للعام الدراسي (٢٠١٢ / ٢٠١٣) والبالغ عددهم (٣٤٤٧)* طالباً وطالبةً وبواقع (١٧٩٥) طالب و (١٦٥٢) طالبة موزعين على (١٧) مدرسة ثانوية منها (٩) مدارس للبنين و (٨) مدارس للبنات،

ثانياً: - عينة البحث.

اختيرت عينة البحث بطريقة العينة العشوائية الطبقية وفق متغيري الجنس والتخصص الدراسي وتكونت العينة من (٣٠٠) طالباً وطالبة يتوزعون على التخصصات بواقع (٧٥) طالباً وطالبة في الخامس العلمي و (٧٥) طالباً وطالبة في الخامس الأدبي وتبعاً لمتغير الجنس والبالغ عدد الذكور (٧٥) طالباً مقابل عدد الإناث (٧٥) طالبة وجدول (٢) يوضح ذلك..

* حصلت الباحثة على هذه الأعداد من المديرية العامة لتربية محافظة صلاح الدين / قسم التخطيط التربوي

جدول (٢)

يوضح عينة البحث موزعة وفق متغيرات (الجنس - التخصص الدراسي)

ت	أسماء المدارس	الصف الخامس		الصف الخامس العلمي		المجموع
		ذكور	إناث	ذكور	إناث	
١	إعدادية الخنساء للبنات		٤٢		٣٩	٨١
٢	إعدادية البيان للبنات		٣٣	-	٣٦	٦٩
٣	إعدادية المغيرة للبنين	٤٠	-	٤١	-	٨١
٤	ثانوية خالد بن الوليد للبنين	٣٥		٣٤	-	٦٩
	المجموع	٧٥	٧٥	٧٥	٧٥	٣٠٠

أداة البحث

مقياس المرونة النفسية

لتحقيق هدف البحث الحالي في التعرف على مستوى المرونة النفسية لأفراد عينة البحث وجدت الباحثة أن مقياس (قداوي ٢٠١٢) يتلاءم وطبيعة مجتمع البحث الحالي إذ تتميز بوجود فقرات من واقع حال أفراد المجتمع وتتوافر فيه شروط المقاييس العلمية كالصدق والثبات والقدرة على التمييز، فضلاً عن أنه حديث البناء عام ٢٠١٢.

وهو الذي تم بناؤه وفق مقياس مرونة الأنال (بلوك وكريمين) (Ego Resiliency Scale Block & Kremen 1995) ويتكون المقياس من (٣٦) فقرة (ملحق ١) وأمام كل فقرة سلم للإجابة يتراوح ما بين (تنطبق عليّ دائماً - تنطبق عليّ غالباً - تنطبق عليّ أحياناً - تنطبق عليّ نادراً - لا تنطبق عليّ أبداً)، إذ أعطيت الدرجات (١, ٢, ٣, ٤, ٥) وأعلى درجة على المقياس يحصل عليها المفحوص هي (١٨٠) وأوطأ درجة (٣٦) أي أن الدرجات تتراوح ما بين (٣٦ - ١٨٠) وتشير الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص عن إجابته على فقرات المقياس كلها إلى مدى توافر سمة المرونة النفسية في

شخصيته، أما الوسط الفرضي فهو يقدر بـ (١٠٨) ومع توافر مؤشرات للصدق والثبات في هذا المقياس إلا أن الباحثة قامت بإجراءات الصدق من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء ذوي الاختصاص* وكانت آراءهم متفقة على إمكانية اعتماد هذه الأداة وتطبيقها مع إجراء بعض التعديلات البسيطة على عدد من الفقرات. و قامت الباحثة باستخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار. وذلك بتطبيق المقياس على عينة من طلبة المرحلة الإعدادية يبلغ عددها (٢٠) طالبة وكان الفاصل الزمني لإعادة الاختبار هو (١٥) يوم وباستعمال معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين التطبيق الأول والثاني، وجد إن معامل الثبات يساوي (٠.٨٢) ويعد هذا مؤشر جيد للثبات.

الوسائل الاحصائية.

اعتمدت الباحثة الوسائل الاحصائية الآتية:

١. الاختبار التائي (t.test) لعينتين مستقلتين لإيجاد الفروق بين متغيرات الجنس والتخصص.
٢. معامل ارتباط بيرسون لحساب معامل الثبات.
٣. الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس مستوى المرونة النفسية.

* الخبراء التي استعانت بهم الباحثة لتحكيم مقياس الاستقلالية ومقياس فاعلية الذات

١. د. حسام طه، علم نفس النمو / كلية التربية / جامعة تكريت.
- ١.م. د. اديب محمد نادر، صحة نفسية / كلية التربية / جامعة تكريت.
- ١.م. د. صباح مرشود منوخ، علم النفس التربوي / كلية التربية / جامعة تكريت.
- ١.م. د. حميد سالم الجبوري، علم نفس الشخصية / جامعة تكريت.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

سيتم في هذا الفصل عرض النتائج التي توصل اليها البحث الحالي ثم تفسيرها في ضوء أهداف البحث.

١- الهدف الأول: التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية .

تم معالجة البيانات احصائياً باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة فأظهرت النتائج وجود فرق دال احصائياً بين المتوسط المتحقق (المحسوب) لدرجات افراد العينة البالغ (١٠٤,١٠) درجة بانحراف معياري قدره (٥٤,٨٦) والمتوسط النظري للاداة المستخدمة في البحث البالغ (١٠٨) درجة إذ بلغت القيمة التائية (١,٩٦) وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمستوى المرونة النفسية

الدلالة الاحصائية ٠,٠٥	القيمة التائية		المتوسط النظري	الانحراف المعياري	المتوسط المتحقق	العدد	
	الجدولية	المحسوبة					
غير دالة	١,٩٦	١,٠٧	١٠٨	٥٤,٨٦	١٠٤,١٠	٣٠٠	المرونة النفسية

ولما كانت النتيجة تشير إلى عدم وجود فروق دالة احصائية أي أن مستوى المرونة النفسية لدى افراد العينة هو منخفض وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة (الناصر وساندمان ٢٠٠٠) ودراسة (مختار ٢٠٠٤) ودراسة (الخطيب ٢٠٠٧) ودراسة قداوي (٢٠١٢) ولتفسير ذلك يمكن القول إن الظروف القاسية التي يمر بها البلد جعلت من الأفراد عدم قدرتهم على التعامل مع المواقف الصعبة والأزمات والضغوط والصدمات التي يواجهونها، مما تجعلهم يكونون في دوامة هذه الظروف غير قادرين على التكيف و التفاعل الايجابي مع ظروف الحياة المتغيرة.

٢- الهدف الثاني:- معرفة دلالة الفروق في مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص.

١- التعرف على دلالة الفرق في المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية على وفق متغير الجنس

اشارت نتائج المعالجة الإحصائية للبيانات إلى عدم وجود فرق دال احصائياً بين الذكور والإناث في المرونة النفسية في افراد العينة وباستعمال معادلة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، إذ بلغ متوسط درجات الإناث في مستوى المرونة النفسية (١٨٨.٥٨) درجة بانحراف معياري قدره (١٤.٩٧) في حين بلغ متوسط درجات الذكور في المرونة النفسية (١٨٩.٢٢) درجة بانحراف معياري قدره (١٣.٩٣) ، وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (١,١٧) مقارنةً بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) مما يشير إلى ان لا فرق بين الذكور والإناث في عينة البحث في مستوى المرونة النفسية. وكما هو موضح في جدول (٢).

جدول (٢)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق في مستوى المرونة النفسية وفقاً لمتغير الجنس

الجنس	العدد	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	١٥٠	١٨٩.٢٢	١٣.٩٣	١,١٧	١,٩٦	٠,٠٥
إناث	١٥٠	١٨٨.٥٨	١٤.٩٧			

مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص

م. ربيعة مانع زيدان الحمداني أ. م. د. صباح مرشود منوخ

ب- التعرف على دلالة الفرق في المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية على وفق متغير الاختصاص الدراسي

اشارت نتائج المعالجة الاحصائية للبيانات الى وجود فرق دال احصائياً في مستوى المرونة النفسية بين الطلبة في التخصص العلمي والطلبة في التخصص الأدبي ولصالح التخصص الأدبي من أفراد العينة ، حيث بلغ متوسط درجات طلبة التخصص العلمي في مستوى المرونة النفسية (١٩٩,٢٥) درجة بانحراف معياري قدره (٣٥,٠٢) في حين بلغ متوسط درجات طلبة التخصص الادبي في مستوى المرونة النفسية (٢١٠,٤٣) درجة بانحراف معياري قدره (٣٤,٥٤) بينما القيمة التائية المحسوبة (٢,٤٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق في المرونة النفسية وفقاً لمتغير التخصص

مستوى الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	متوسط الدرجات	العدد	التخصص الدراسي
	الجدولية	المحسوبة				
٠,٠٥	١,٩٦	٢,٤٢	٣٥,٠٢	١٩٩,٢٥	١٥٠	علمي
			٣٤,٥٤	٢١٠,٤٣	١٥٠	ادبي

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الخولي (٢٠٠٤)، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (الناصر وساندمان ٢٠٠٠) ودراسة (مختار ٢٠٠٤) ودراسة (الخطيب ٢٠٠٧).

التوصيات والمقترحات

١. الاهتمام بأعداد البرامج الارشادية التي تساعد على تنمية وتقوية المرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الاعدادية.
٢. اجراء دراسات مماثلة على مراحل وشرائح اجتماعية مختلفة.
٣. اجراء دراسات ارتباطية اخرى بين المرونة النفسية وعدد من المتغيرات كأساليب المعاملة الوالدية - أساليب التعامل مع الضغوط - السلوك الايثاري - السلوك التربوي... الخ

المصادر

- أبو جادو، صالح محمد علي، (٢٠٠٩)، علم النفس التربوي، ط٧، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن
- جلال، سعد (١٩٨٥): الطفولة والمراهقة. مكتبة المعارف الحديثة، دار الفكر للطباعة والنشر، ط٣، اسكندرية مصر.
- الجمعية النفسية الأمريكية (ب، ت). الطريق إلى المرونة النفسية. ترجمة محمد السعيد أبو حلاوة، مراجعة: محمود فتحي عكاشه، المكتبة لالكترونية: أطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة (www.gulfkinds.com).
- حسان، ولاء اسحق (٢٠٠٩): فاعلية برنامج إرشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، كلية التربية، غزة.
- حمادة، لولوة وعبد اللطيف، حسن (٢٠٠٢): الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية، المجلد الخامس عشر، العدد الثاني ص ٢٢٩.

مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص

م. ربيعة مانع زيدان الحمداني أ. م. د. صباح مرشود منوخ

- الخطيب، محمد جواد محمد، (٢٠٠٧): تقييم عوامل مرونة الأنا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الأحداث الصادمة. بحث مقدم إلى المؤتمر التربوي الثالث الجودة في التعليم الفلسطيني المكتبة الالكترونية: (www.gulfkinds.com).
- الخولي، عز الدين احمد (٢٠٠٦)، اثر كل من الجنس والتخصص في مستوى المرونة النفسية لدى طلبة جامعة الملك سعود، رسالة منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود، العدد ٧.
- رضا، نازة نين عثمان احمد (٢٠٠٨): التوافق النفسي والاجتماعي لدى الناجين من القصف الكيماوية لقضاء حلبجة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة السليمانية كلية التربية الأساسية.
- شلتز، داون (١٩٨٣): نظريات الشخصية، ترجمة حمد دلي الكربولي وعبد الرحمن القيسي، مطبعة جامعة بغداد، العراق.
- صالح، قاسم حسين (١٩٨٨): الشخصية بين التنظير والقياس. مطابع التعليم العالي ، بغداد.
- عبد الله، محمد قاسم (٢٠٠٤)، مدخل إلى الصحة النفسية. ط ٢، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان الاردن
- العثماني، سعد الدين (٢٠٠٩): المرونة النفسية والتكيف.
<http://www.maghress.com/almassa>
- فحجان، سامي خليل (٢٠١٠): التوافق النفسي والمسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بمرونة الانا لدى معلمي التربية الخاصة. رسالة ماجستير (غير منشورة) الجامعة الإسلامية، غزة.
- فونتانا، ديفيد (١٩٨٩): الشخصية والتربية. ترجمة عبد المجيد يعقوب جبرائيل وصالح محمد نوري، مطابع التعليم العالي، اربيل، الطبعة الأولى.

- قداوي ماجد قاسم خالد (٢٠١٢): المسؤولية الاجتماعية ومرونة الأنا لدى طلاب المرحلة الإعدادية العاملين وغير العاملين (دراسة مقارنة). رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الموصل.
- المام سيني، دارا مشير إبراهيم (٢٠٠٠)، المسايرة للقيم الاجتماعية السائدة وعلاقتها بقوة الأنا لدى طلبة المرحلة الأولى في الجامعة. (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية جامعة صلاح الدين-اربيل
- محفوظ، رفعت (١٩٨٦)، علم نفس الأنا، مجلة الإنسان والتطور، العدد ٢٦.
<http://www.rakhawv.org>
- مختار، عبدالعزيز عبدالله ٢٠٠٤ " مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالجنس والتحصيل " مجلة التربية دولة الإمارات العدد ٩ ص ١٠٠-١٠٥.
- وزارة التربية (١٩٧٧): نظام المدارس الثانوية في العراق. رقم (٢)، بغداد.
- McMillan, James H., and others (1992). " A Qualitative Study of Resilient At-Risk Students". Review of Literature. Metropolitan
- Vanderzanden, J.(1989):Human development, (4th ed), Alfred A. Knopf,Inc.,NewYork
- Gramzow, R. H., Sedikides, C., Panter, A. T., & Insko, C.A. (2000). Aspects of self-regulation and self-structure as predictors of perceived emotional distress. personality and social psychology Bulletin, 26, 188-205.
- Gramzow, R. H., Sedikides, C., Panter, A. T., & Insko, C.A. (2000). Aspects of self-regulation and self-structure as predictors of perceived emotional distress. personality and social psychology Bulletin, 26, 188-205.Educational Research Consortium, Richmond, V.A. Jun.
- Jordan, Judith V., (1992). Relational Resilience. Stone Center Colloquium Series.
- Klohnen, E. C., Vandewater E. A. & young, A. (1996). Negotiating the middle years: ego-resiliency and successful

مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص

م. ربيعة مانع زيدان الحمداني أ. م. د. صباح مرشود منوخ

midlife adjustment in women. Psychology and Aging, 11, 431-442

- Werner, E E., & Smith, R. S. (1992). Overcoming the odds, High risk children from birth to adulthood New York, Cornell University Press.

ملحق (١)

مقياس مرونة الأنا بصيغته النهائية

ت	الفقرات	تنطبق عليّ بدرجة				
		كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
١	استطيع التحول من عمل إلى أخرى بسهولة.					
٢	أتميز بمهارة التواصل الايجابي.					
٣	استطيع السيطرة على انفعالاتي.					
٤	أواجه المواقف الصعبة بخطط واقعية					
٥	لدي حب الاستطلاع أكثر من الآخرين.					
٦	أحب أن اسلك طرقاً مختلفة للوصول إلى الأماكن المألوفة لدي.					
٧	أقبل وجهات نظر الآخرين حتى لو كانت عن وجهة نظري.					
٨	يسعدني التعرف على زملائي الجدد من الطلاب.					
٩	أنا كريم مع أصدقائي.					
١٠	لدي القدرة على النجاح في أعمال متنوعة.					
١١	اشعر بان الناس الذين أقابلهم يستحقون الحب ولاهتمام.					
١٢	اقبل المساعدة والدعم من الأشخاص الذين أحبهم.					
١٣	لدي المرونة في التعامل مع الصعوبات التي أواجهها في حياتي					

١٤	أتغلب بسرعة على المواقف المفاجأة وأعود إلى الحالة الطبيعية المتوازنة.				
١٥	لدي القدرة على تعديل سلوكي مع الآخرين.				
١٦	لدي القدرة على نسيان الإحداث المؤلمة.				
١٧	أرغب إن أصف نفسي بأنني شخصية قوية.				
١٨	أتوافق بسرعة مع المستجدات الحياتية.				
١٩	استمتع بتناول الأطعمة الجديدة التي لم يسبق لي أن تذوقتها.				
٢٠	أسيطر على غضبي عندما يثيرني الآخرون.				
٢١	استعيد نشاطي بسرعة بعد أي انتكاسة.				
٢٢	أختار أكثر من بديل للتغلب على مشكلات عملي.				
٢٣	استفيد من خبراتي الماضية لحل المشكلات الجديدة.				
٢٤	استطيع تخطي الإحزان والتوافق مع ذاتي.				
٢٥	أفكر بهدوء وأقدر النتائج قبل أن أتصرف				
٢٦	استمتع بالتعامل مع المواقف الجديدة والغريبة.				
٢٧	استطيع بسرعة تجاوز الإخفاق في جانب معين.				
٢٨	أعبر عن أفكارتي وذكرياتي المؤلمة من دون حرج				
٢٩	حياتي اليومية مليئة بالأشياء التي تجعلني مهتما بها.				
٣٠	أأخذ القرارات الملائمة لمواجهة المشكلات والضغوط.				
٣١	أتمكن من مواجهة متاعب الحياة اليومية.				
٣٢	أعتبرني الآخرون شخصا مفعما بالحياة والنشاط				
٣٣	أهم ما يكن وضعي النفسي أحاول مشاركة الآخرين.				
٣٤	لدي القدرة على مواجهة التحديات.				
٣٥	أحب العمل الذي يتيح لي فرص التغيير والتجديد.				
٣٦	عادة ما أأنجح في خلق انطباع جيد لدى الآخرين.				

level of resilience to the middle school students and their relation to sex and specialization

Abstract

The search Current aims to identify on level of resilience as well as the disclosure of significant statistical differences in the psychological level of flexibility according to the variables of sex (male, female) and specialization (scientific, literary) in a sample of middle school students (male, female). The total sample (300) students from the secondary school in Salahuddin province / Tikrit for the academic year 2012/2013, has been the researcher application tool is ready to measure flexibility psychological prepared Kdaoa (2012) and after extracting the sincerity and firmness, the researcher apply the measure on a sample basic research and constituent (300) students and students from middle school students. The results showed:

1. The middle school students suffer from the weakness in the psychological level of resilience.
2. There are no statistically significant differences between both males and females Mental level of resilience.
3. There are significant differences between the disciplines (scientific - literary) and in favor of literary specialty.

Through the results researcher presented a number of recommendations and proposals.