

المواجهة الايجابية وعلاقتها بالمرونة الشخصية لدى المرشدين التربويين

م.د. إيمان عبد الحسين معن

Emanmaan 020@gmail.com

وزارة التربية/ المديرية العامة لتربية بغداد الرصافة / ٢

الملخص

هدف البحث الحالي التعرف على المواجهة الايجابية والمرونة الشخصية لدى المرشدين التربويين، ومعرفة دلالة الفروق وفقاً لمتغير الجنس، والتعرف على العلاقة الارتباطية بين المواجهة الايجابية والمرونة النفسية، وتحقيقاً لذلك تم تبني مقياس (الخفاجي، 2022) لمفهوم المواجهة الايجابية وفقاً لتعريف سليجمان (Seligman) تضمن المقياس 24 فقرة موزعة على ثلاث مجالات وإمام كل فقرة 5 بدائل بصورة متدرجة وفقاً لمقياس ليكرت وهي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) وان اوزان هي (5،4،3،2،1)، إما مفهوم المرونة الشخصية تم ترجمه المقياس وفقاً لـ (Taormina 2015) المكون من (20) فقرة موزعة على أربع إبعاد وإمام كل فقرة 5 بدائل بصورة متدرجة وفقاً لمقياس ليكرت وإمام كل فقرة (5) بدائل على وفق مقياس ليكرت هي (أوافق بشدة 5، أوافق 4، أوافق نوعاً ما 3، أرفض 2، أرفض بشدة 1)، ولاستخراج النتائج طبقت الباحثة المقياس على (350) مرشد ومرشدة وأظهرت النتائج ان المرشدين التربويين يتمتعون بالواجهة الايجابية والمرونة الشخصية وهناك فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً لمتغير الجنس في المواجهة الايجابية ولصالح الإناث وفي ضوء النتائج توصل البحث الى مجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: المواجهة الايجابية، المرونة الشخصية، المرشدين التربويين.

Positive Confrontation and Its Relationship to Personal Resilience

Among Educational Counselors

Dr. Eman Abdulhussein Maan

Ministry of Education/ General Directorate of Education, Second Rusafa

Abstract

The current research aims to identify positive confrontation and personal flexibility among educational counselors, define the significance of the differences between the gender variable, and identify the relationship between positive confrontation and psychological flexibility.

Therefore, the (Al-Khafaji, 2022) scale was determined for the concept of positive confrontation to determine Seligman's definition of the scale. 24 paragraphs are distributed into three and in front of each specific 5 differs differently for the Likert relationship scale (always, also, never, rarely) and the weights are (5, 4, 3, 2, 1), but the concept of personality was translated into the scale according to (2015 Taormina) consisting of (20) paragraphs distributed into four dimensions and in front of each paragraph 5 completely unspecified distance for the Likert scale and in front of each paragraph (5) alternative according to the Likert scale is (5 differ, 4 does not differ, delayed for a period of time 3, reject 2, reject 1), and the results of the research were extracted from the scale on (350) male and female counselors. The results are that the counselors Educators note the positive confrontation and personal flexibility, and there are statistically significant differences according to the gender variable in positive confrontation, in favor of females. In light of this, the research reached a set of recommendations and proposals.

keywords: Positive Confrontation, Personal Resilience, Educational counselors .

مشكلة البحث

يعد الإرشاد التربوي من الجوانب العلمية والتربوية المهمة التي يقدمها المرشد التربوي في المدرسة لجميع الطلاب دون استثناء وفقا لما يتمتع به المرشدين التربويين في المقام الأول من تنظيم العمل وحسن إدارته مدى تمتعه بالكفاءة المهنية والتخصصية (المالكي، 2005: 51) . ونتيجة ما يواجه الفرد الكثير من التغيرات التي طرأت على حياتهم صعوبة في التعامل ومواجهة المشكلات والمواقف الضاغطة والاضطرابات النفسية والاجتماعية المنتشرة دون ان يكون هناك حلول في مواجهة تلك المواقف مما ادى الى زيادة التوترات الانفعالية الناجمة عنها (الزيود، 2008: 18).

ونتيجة اختلاف الافراد في مواجهة المشكلات والضغوطات المتعددة التي تواجههم فان منهم من يستطيع التعامل مع هذه الضغوط ومواجهتها ايجابيا والبعض الاخر لا يملك القدرة على مواجهة تلك الضغوط مما يؤدي به الى صعوبة تقبل نفسه واعتقاده بأنه عاجز عن ايجاد الحلول المناسبة في مواجهة اي من مشكلات التي يتعرض لها مما يولد الشعور باليأس وصعوبة

التكيف في علاقته مع الآخرين (Selgman,1994: 86), وهذا ما أشارت اليه دراسة كل من صالح (1995) والعلاق (2008) إن هناك صعوبات يواجهها المرشد هي كيفية ممارسة المهارات الإرشادية وتحقيق المواجهة الايجابية لفهم مشكلات المرشدين وعلاجها، وما توصلت اليه دراسة النعيمي (2009) إن المرشد التربوي الذي يعاني من التوجس من الاتصال يؤدي الى ضعف قدرته على المواجهة مما ينعكس سلباً على العملية الإرشادية.

كما ان شعور الفرد بالضغط النفسي الكبير وعدم الاتزان والاستقرار النفسي تؤدي الى حدوث اضطرابات نفسية وعدم القدرة على التعبير عن نفسه والأفكار السلبية مما تجعل منه فرد غير مرن في استجاباته النفسية وصعوبة مواجهة المشكلات وزيادة خطورتها ودرجة توافقه ومستقبله العلمي والمهني وحياته الخاصة (حورية، 2020: 6).

لذا تكمن مشكلة البحث بالإجابة عن التساؤلات الآتية ؟

هل هناك علاقة الارتباطية بين المواجهة الايجابية والمرونة النفسية لدى المرشدين التربويين.

اهمية البحث :

احتل مفهوم المواجهة الايجابية **Positive Confrontation** مكانة مهمة من قبل الباحثين لما يمثل هذا المفهوم من قدرة الفرد على مواجهة الضغوط النفسية والتعامل معها والتكيف مع أثارها و معالجتها (الزويد، 2008:4).

لذا إن الأفراد الذين يتمتعون باستراتيجيات المواجهة الايجابية يتمكنون من الادارة الناجحة في السيطرة على مشكلاتهم النفسية بصورة سريعة من دون أن يشعروا بضغط او توتر مما يشعرهم بالثقة في قدراتهم في التفكير بطرق ايجابية ومثمرة للتركيز على معالجتها والتخفيف من التوترات الانفعالية المترتبة عليها (Folkman&Judith, 2000:7)، وهذا ما اكدته دراسة البياتي 2018 الى امتلاك المرشدين التربويين مهارة المواجهة لما لها من اثر في التحكم في التناقضات لدى المرشد ليكون فعال اكثر، وهذا ما اكدته دراسة الخفاجي 2022 ودراسة الشمري وكطفان 2022 ودراسة سليمان 2024 الى تمتع المرشدين التربويين بالموالجة الايجابية ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية وفقاً لمتغير الجنس في المواجهة الايجابية.

اذ يعتمد نجاح الافراد في مواجهة المواقف المتنوعة على مدى تمتعهم بالمرونة الشخصية التي تعطي للأفراد الاستجابة بما يتناسب مع ما تواجههم من المشكلات والقدرة على التحكم بانفعالاتهم ا بكل ظروفها ومواجهة ضغوط الحياة والتعايش معهم بايجابية والتغلب على التأثيرات السلبية والتمتع بالكفاءة الذاتية (الغول، 2017:45).

وبذلك تعد المرونة الشخصية من المتطلبات الاساسية التي يسعى الافراد الى تحقيقها لتحقيق التمتع بالفعالية الذاتية والتغلب على ما يواجههم من ضغوطاتها على الرغم من الصعوبات التي تعترض حياتهم وتحقيق التوافق في مواجهة الآخرين (Taormina, 2015:37) ، وهذا ما

أكدته دراسة Besuner, 2017 التي توصلت ان العاملين في المركز الطبي يتمتعون بالمرونة الشخصية وان المرونة أمر مهم للمحافظة على ارتباطهم التنظيمي والتكيف مع التغيرات الداخلية والخارجية، وما توصلت اليه دراسة ojo et al 2021 على اهمية المرونة في تمكين الأفراد في التأقلم والتعافي من الأزمات والمواقف غير المتوقعة وتوصلت دراسة عبد النبي 2024 التي توصلت ان العاملين في قطاع الصحة والمعاهد التعليمية يتمتعون بالمرونة الشخصية.

لذلك يعد من الضروري الاهتمام في الوقت الحالي بالتعليم من خلال تحقيق غاية التعليم لتحقيق توفير بيئة مدرسية ملائمة لبناء شخصية الأفراد بالطريقة التي تمكنهم من النمو المتوازن جسديا وعقلياً ونفسياً وأعداده للعيش في مجتمعه بما يحقق سعادته وسعادة الآخرين من خلال البرامج والفعاليات التي توفر احتياجاتهم من خدمات ارشادية خاصة يقدمها المرشد التربوي تفيده سواء من الناحية الشخصية المهنية في تطوير ذاته، أو إثناء تفاعله مع المسترشد بما يمتلك من مؤهلاته علميه ومهنيه في التغلب على ما يواجهه من صعوبات كثيرة (كاظم ، 2018: 8).

وبذلك يمكن توضيح اهمية البحث كالاتي:

1. دراسة شريحة مهمة وهي شريحة المرشدين التربويين الذين يشكلون احد الركائز الاساسية في المدرسة لتحقيق احتياجات الطلبة.
2. دراسة مفهوم المواجهة الايجابية للعمل على مواجهة المواقف السلبية بطريقة بناءة.
3. دراسة مفهوم المرونة الشخصية للمساهمة لحماية الأفراد لأنفسهم من الاكتئاب والقلق التأقلم معها بشكل أفضل.

أهداف البحث يهدف البحث الحالي الى :

- 1- المواجهة الايجابية لدى المرشدين التربويين.
- 2- التعرف على دلالة الفروق في المواجهة الايجابية تبعا لمتغير الجنس (ذكور، إناث) لدى المرشدين التربويين.
- 3- المرونة الشخصية لدى المرشدين التربويين.
- 4- التعرف على دلالة الفروق في المرونة الشخصية تبعا لمتغير الجنس (ذكور، إناث) لدى المرشدين التربويين.
- 5- التعرف على العلاقة الارتباطية بين المواجهة الايجابية والمرونة الشخصية لدى المرشدين التربويين.

حدود البحث يقتصر البحث الحالي على المرشدين التربويين التابعين للمديرية العامة لتربية بغداد(الرصافة الأولى، الرصافة الثانية، الرصافة الثالثة) و(الكرخ الاولى، الكرخ الثانية، الكرخ الثالثة) وللعام (2024 – 2025) .

تحديد المصطلحات

Positive Confrontation المواجهة الايجابية

نمط حياة الفرد القائم على التفكير الايجابي والسيطرة الانفعالية الايجابية لمواجهة واستيعاب كافة الضغوط والمشكلات بمرونة وبشكل مستمر (Seligman, 1994: 54).

التعريف النظري اعتمدت الباحثة على تعريف Seligman, 1994 تعريفا نظريا لقياس وتفسير مفهوم المواجهة الايجابية.

التعريف الإجرائي هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المرشدون التربويون من خلال اجابتهم على فقرات مقياس المواجهة الايجابية .

Personal Resilience المرونة الشخصية

وهي بناء متعدد الأوجه قائم على قدرة الفرد في العزم على البقاء وتحمل المصاعب والتكيف مع الظروف المتغيرة والتعافي من الشدائد في مواجهة الصعوبات (Taormina, 2015 : 36)

التعريف النظري اعتمدت الباحثة على تعريف (Taormina , 2015 :36) تعريفا نظريا قياسا وتفسيرا السبب ان المقياس الذي تبنته الباحثة استند إلى هذا التعريف.

التعريف الاجرائي هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المرشدون التربويون من خلال اجابتهم على فقرات مقياس المرونة النفسية .

المرشدين التربويين

هو احد أعضاء الهيئة التدريسية المؤهل تأهيلاً علمياً وتربوياً لممارسة عمله الإرشادي ودراسة مشكلات الطلبة التربوية والاجتماعية و السلوكية والنفسية في المدرسة، وتقديم المساعدة في إيجاد الحلول المناسبة لتلك المشكلات بما يتناسب مع قدراتهم وقابلياتهم (وزارة التربية،2022:30).

إطار نظري**1. مفهوم المواجهة الايجابية Positive Confrontation**

تعد المواجهة مجموعة السلوكيات الوجدانية والمعرفية والاجتماعية التي يكتسبها الفرد ويستخدمها عند التعرض للضغوط والتي تعتمد على قدرة الفرد على ادراك الحدث وتقييمه ما لديه من امكانيات وقدرات للتوافق مع الحدث (حسين و حسين ،2006 :83).

يعد سليجمان احد منظري علم النفس الايجابي الذي أكد ان الأفراد من ذوي المواجهة الايجابية يتمتعون بمجموعة من السمات الشخصية التناؤل ، الأمل ، القدرة على الحب ، تقبل الواقع نحو الأفضل ، اذ أكد على وجود علاقة قوية بين ما يتعرض له الفرد من ضغوط وبين ما يمتلكه من قدرات في السيطرة إذ تمارس معتقدات الفرد ومدركاته عن ذاته ومواجهة الظروف الضاغطة فضلا عن الخبرات المكتسبة من هذه المواقف دورا كبيرا في مواجهة الضغوط

النفسية، مثال ذلك عند اعتقاد الفرد على أنه قادر على الشعور بالثقة في حل المشكلات يولد لديه استعدادا مسبقا لمواجهة الأحداث السيئة القوة وإحساس الفرد واعتقاده بأنه غير قادر على مواجهة الضغوط فإن هذا يولد لديه استعداد سلبي وغير قادر في سيطرته على ذاته وصعوبة إيجاد الحلول المناسبة لا يبدي أية محاولة (أو تقديم حل) مرضي لمواجهة ما يصادفه من مشكلات (Seleman,1994.48).

وبذلك يستنتج "سيلجمان" (Selgman,1994) ان المواجهة الايجابية تعتمد على ثلاث استراتيجيات وهي

1. التفكير الايجابي الذي يمثل معتقدات الفرد الايجابية حول كيفية مواجهة الأحداث الضاغطة

يرى سيلجمان ان التفكير الايجابي يمثل مجموعة من التصرفات والسلوكيات التي من شأنها مساعدة الافراد على التمتع بحياة جيدة وانجازات متميزة تجعل الفرد أكثر مسؤولية عن نفسه وعن مجتمعه حول كيفية حل المشكلات وإشباع متطلبات الحياة الاساسية والتعامل مع الانفعالات بصورة ايجابية تتضمن كل من التفاؤل الرضا قبول الذات تحقيق الذات التسامح المثابرة تقبل الحياة والرضا والشعور بالسعادة والأمل، والقدرة على الحب، وتقبل الواقع نحو الأحسن لتحقيق تأكيد الذات وتقديرها (Seligman,2002:8).

ويرى سيلجمان ان التفكير الايجابي يعمل على تعزيز الجوانب الايجابية في شخصية الفرد اذ أكد ان داخل كل فرد نوازع من القوة والضعف ، لذلك يجب تعزيز جوانب القوة الايجابية لحماية الفرد من الشعور بالإحباط ومساعدته على التغلب على العراقيل والعقبات التي تحول بينه وبين تحقيق أهدافه وسعادته وقدرته على التسامح مع الآخرين ، حسن الظن تصرفاتهم ، الاهتمام بالإخبار السارة الابتعاد عن العدوانية تحمل المسؤولية قبول الاختلاف في الرأي الآخر التي تنمي شعور الطمأنينة والاتزان والاستقرار لدى الفرد وإحراز النجاح وان تنمية الجانب الايجابي أمر ضروري لحماية الفرد من ضغوطات الحياة السلبية ونسيان مصادر الألم التي تعرض لها في الماضي لذا يرى "سيلجمان" أن التفكير الإيجابي استراتيجية تهدف الى حل المشكلات وإشباع متطلبات الحياة الأساسية والتعامل مع الانفعالات بإيجابية للتخفيف او التخلص من الضغوطات او مشكلات لتساعد على تحقيق التوازن الشخصي والاجتماعي ومواجهة الضغوط التي يتعرض لها (8: Seligman,2002).

2. المرونة الاستيعابية: هو التكيف مع المواقف الضاغطة واستيعابها عبر اختيار اكثر البدائل ذات الفاعلية.

تعد المرونة من الخصائص الفردية المميزة لتفكير الفرد الذي يسعى لتحقيق أهدافه من خلال إمكاناته العقلية والانفعالية والحركية تجاه موقف معين كي يسعى جاهدا لتحقيق الأهداف

المستقبلية وتوليد البدائل والإستراتيجيات التي تتناسب مع الموقف الذي يواجهه وبذلك يمثل مفهوم المرونة الاستيعابية قدرة الفرد على التكيف بفعالية مع الظروف المتغيرة بالطرق البديلة لتغيير سلوك الفرد والشعور بالكفاءة في التعامل مع المواقف الجديدة المختلفة وخاصة الصعبة منها بمرونة ، لتحديد الحل الملائم (8: Seligman,2002).

3. السيطرة الانفعالية الايجابية : تمثل السيطرة الانفعالية الايجابية قدرة الفرد على تنظيم انفعالاته من خلال السيطرة على الانفعالات السلبية وتنمية الانفعالات الايجابية في مواجهة المواقف الضاغطة.

تمثل الانفعالات جزء لا يتجزأ من شخصية الفرد وعلاقاته التفاعلية في المواقف التي يمر بها في مختلف المراحل العمرية لذا تمثل قدرة الفرد على الاستجابة العاطفية المناسبة لتحديد ضبط وتكييف شدة انفعاله والسيطرة الشعورية واللاشعورية للموقف من ردود الفعل المعبرة عن حالة الفرد الوجدانية المختلفة الصادرة عند ادراكهم للموقف تترجم على شكل انفعالات وسلوكيات، لذا تمثل السيطرة الانفعالية الايجابية مجموعة المهارات الانفعالية والسلوكية و المعرفية التي تساهم في السيطرة على الخبرات والمواقف التي يمر بها الفرد، و تؤثر في نوع الاستجابة الانفعالية والكيفية التي يعبر بها الأفراد عن انفعالاتهم ، وإن ضعف قدرة الفرد على السيطرة الانفعالية يؤدي إلى تعرضه إلى العديد من المشكلات والاضطرابات النفسية، فضعف القدرة على تنظيم الانفعالات يعني أن المراهق غير قادر على استخدام استراتيجيات فعالة للتكيف مع المتطلبات الانفعالية المطلوبة خلال تفاعله مع الآخرين في المواقف الاجتماعية مما يعرضه لأن يكون عرضه للاضطرابات النفسية (8: Seligman,2002).

أسباب تبني نظرية مارتن سليجمان

بعد انتهاء الباحثة من عرض إطار نظري اعتمدت آراء سليجمان 1976إنها نظرية شاملة ومتاملة ومنتطورة وقد غطت موضوع المواجهة الايجابية بشكل مفصل أعطت النظرية تعريفا واضحا لمفهوم المواجهة الايجابية في تفسير وقياس المواجهة الايجابية اذ أوضح سليجمان ان المواجهة الايجابية تعكس قدرة الأفراد على استثمار كافة الجهود من اجل المحافظة على توازن البنية السيكولوجية والجسمية امام التحديات الخارجية و التوافق مع ضغوطات الحياة المختلفة للمحافظة على الشعور بالراحة والتمتع بالصحة النفسية والاستمرارية مع نفسه وفي علاقته مع الاخرين.

2. المرونة الشخصية Personal Resilience

تمثل المرونة عملية مستمرة مع مرور الوقت تتشكل من العائلة والبيئة الاجتماعية وبيئة العمل التي يعمل بها، لذا تمثل مفهوم المرونة الشخصية عملية متكررة تتأثر باستمرار بالتغيرات المحيطة بها وتساعد على فهم وإدارة المواقف العصبية بشكل ايجابي والتكيف القوي معها، لذا

يطلق على مفهوم المرونة الشخصية بالفردية لما تمثل من قدرة الأفراد في التغلب على الظروف المختلفة التي يتعرضون لها وتحمل والتكيف مع الظروف التي تواجههم في العمل والحياة (Taormina,2015: 30).

نظرية المرونة الشخصية للراشدين لتاورمينا

Adult Personal Resilience Theory for Taormina (2015)

أكدت هذه النظرية أن المرونة الشخصية بنية متعددة الأبعاد تمثل خصائص داخلية للفرد وهي:

1. العزم Determination

يمثل مفهوم العزم بقوة الإرادة willpower الذي يدل على مثابرة الفرد ورسوخه لتحقيق أهدافه والوصول للنجاح إذ ان بعض الأفراد عندما يواجهون مواقف ضاغطة غير قابلة للتحكم بالإرادة تتولد لديهم مشاعر الضعف في إرادتهم مما يكون لديهم مستوى من الوعي والمعرفة لتوقع استجاباتهم للمواقف الضاغطة، وقد تكون استجاباتهم أدنى من المستوى الذي تسمح به قدراتهم مما يولد لديهم اثار سلبية إذ ان شعوره بضعف الإرادة تنعكس على شعوره بالأمن والتوازن النفسي مما يؤدي الى اثار سلبية على الفرد والمجتمع فان إحساس الفرد بضعف الإرادة يؤدي الى إصابتهم بالاضطرابات النفسية والاستسلام والصراع النفسي واليأس والتوتر والقلق وبالتالي يكون الفرد بدوره ضعف الإرادة في نفسه (Taormina 2015:35).

2. التحمل Endurance

يمثل التحمل الجانب المعرفي والجسدي من الشخصية من حيث قوة الفرد وشجاعته التي يمتلكها لمقاومة الحالات الصعبة، إذ ان الصعوبات والمشكلات التي تواجه الأفراد لا يعني ان يتم التخلص منها او تجنبها واستبعادها من حياتهم فان وجودها في حياة الأفراد أمر طبيعي ولكل من نصيبا منها وبدرجات متفاوتة بقدر ما يعني ان يتم التعايش والتفاعل معها لتحقيق ما يطمح اليه الفرد، وبهذا فان هذه الضغوطات لا يتم التخلص منها وإنما التعايش الايجابي معها ومعالجة نتائجها السلبية إذ إن الناس يتفاوتون في مدى قدرتهم على تحمل الضغوط التي يتعرضون لها وتكيفهم معها وفقا لسماتهم الشخصية التي تساعدهم على التأقلم في تحمل المشاق والمصاعب وطبيعة الضغوط التي يواجهونها، ويعد التحمل النفسي معياراً يدل على نضج الشخصية وتكاملها فالشخص الناضج و قدرة الفرد على تحمّل ومواجهة قدر عالٍ من الضغوط دون أن يُصاب بأعراضٍ نفسيّةٍ أو بدنيّةٍ سلبيةٍ وتتمثّل تلك العوامل في قوّة السيطرة على اختيار البدائل المناسبة لحلّ المشكلات المختلفة مع الثقة الذاتيّة في القدرة على امتلاك مهارات التعامل اللّازمة لمواجهة الضغوط والتحدّي وعدم الاستسلام بمواجهة المُشكلات والوصول إلى الغايات التي ينشدها (Taormina 2015: 36).

3. القدرة على التكيف **Adaptability**

يمثل مفهوم **القدرة على التكيف Adaptability** هو قدرة الفرد على أن يكون مرناً وحاذقاً في التعامل بضبط نفسي مع الظروف البيئية المتغيرة، إذ تمثل معرفة الفرد ومحاولة طرق واعية لتغيير تفكيره أو سلوكه أو الاثنان معاً، . فعند حدوث شيء سيء سيشعر الفرد حتماً بالغضب والحزن والألم ولكن مع ذلك سيستمر بالعمل لمواصلة حياته على المستويين البدني والنفسي اعتماداً على تكيف الفرد مع المجتمع والتألف الاجتماعي التي تؤدي إلى تنظيم العلاقات بين الأفراد لتحقيق التلائم والانسجام بين الفرد وغيره أو بين الجماعات المختلفة وبذلك فالمرونة الشخصية لا تعني أن يواجه المواقف الصعبة أو تتأقلم معها بمفردك، ففي الواقع تشكل القدرة على التواصل مع الآخرين لطلب الدعم جزءاً أساسياً من المرونة. أي تكيف الفرد مع نفسه، وقدراته على التوافق بين دوافعه المتعددة وبين الدوار الاجتماعية المتصارعة بما يمكنه من حل المشاكل التي يواجهها طبقاً لإمكاناته لتحقيق الرضا لنفسه وإزالة القلق والتوتر وتحقيق الشعور بالسعادة. مصدر المنظر (Taormina 2015: 37).

4. القدرة على التعافي **Recuperability**

يمثل مفهوم القدرة على التعافي قدرة الأفراد على استعادة العافية جسدياً وذهنياً بعد مواجهة الكثير من الصعوبات، إذ تمثل إحدى سمات الشخصية ومن مظاهر الصحة النفسية الإيجابية وتتمثل بالقدرة على مواجهة محن الحياة نفسياً وجسدياً ومحاولة عمل توازن طبيعي عند التعرض للشدائد وخفض الآثار السلبية باعتبارها عاملاً وقائياً من تعرض الفرد لهذه الآثار التي تساعد على التعامل مع ضغوط الحياة بصورة جيدة للمحافظة إذ يتصف الفرد ذو القدرة على التعافي بالتفاؤل والهدوء الانفعالي والتعامل الفعال والمباشر مع الضغوط وتحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديداً (Taormina, 2015:38).

أسباب تبني نظرية المرونة الشخصية للراشدين لتاورمينا

تبنت الباحثة نظرية المرونة الشخصية للراشدين لتاورمينا أنها نظرية جديدة للمرونة الشخصية يمكن تطبيقها في أي مجتمع النظرية الحالية هي نهج علم النفس الإيجابي لأنها تحدد جوانب الشخص التي يمكن أن تجعله أقوى لمنع حدوث المشاكل الشخصية للتعامل مع الصدمات والتقلبات المختلفة في الحياة بشكل عام، واعتمدت الباحثة آراء تاورمينا وتبني مقياسه في تسير وقياس المرونة الشخصية أعطت النظرية تعريفاً واضحاً لمفهوم المرونة الشخصية ولكل بعد من الأبعاد الأربعة .

منهج البحث استندت الباحثة على المنهج الوصفي العلاقتي لتحقيق أهداف الدراسة الحالية ليتم وصف الظاهرة المراد وصفها وصفاً دقيقاً ليوضح خصائصها ولعبر عنها كمياً ويفهمها وصفاً رقماً ودرجة وارتباطها مع الظواهر الأخرى (عبيدات وآخرون، 1996:289).

مجتمع البحث

يتكون مجتمع الدراسة الحالية عدد من المرشدات التربويات والمرشدين التربويين في بغداد من المديریات الست (الرصافة 1، الرصافة 2، والرصافة 3) و(الكرخ 1، الكرخ 2، الكرخ 3) وللعام الدراسي (2024-2025)، وبهذا اذ بلغ مجتمع الدراسة الحالية من (2012) مرشدة ومرشداً ، توزعت على وفق الجنس اذ بلغ عدد المرشدين الذكور (920) ، وبلغ عدد المرشدات (1092)، والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1) مجتمع الدراسة موزعين بحسب المديریات الست في بغداد

| المجموع | الجنس | | المديریات الست في بغداد |
|---------|-------|------|-------------------------|
| | ذكور | إناث | |
| 357 | 168 | 189 | الرصافة 1 |
| 359 | 149 | 210 | الرصافة 2 |
| 325 | 157 | 168 | الرصافة 3 |
| 297 | 124 | 173 | الكرخ 1 |
| 302 | 143 | 159 | الكرخ 2 |
| 372 | 179 | 193 | الكرخ 3 |
| 2012 | 920 | 1092 | المجموع |

عينة البحث

تألفت عينة الدراسة الحالية من (350) مرشدة ومرشداً، تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية، لكي تتناسب مع إعدادهم في مجتمع الدراسة الحالية، وقد بلغت نسبتها (25%) موزعين وفق الجنس والجدول (2) يوضح يبين.

جدول (2) عينة البحث موزعه بحسب المديریات الست في بغداد

| المجموع | الجنس | | المديریات الست في بغداد |
|---------|-------|------|-------------------------|
| | ذكور | إناث | |
| 55 | 30 | 25 | الرصافة 1 |
| 73 | 31 | 42 | الرصافة 2 |
| 48 | 28 | 20 | الرصافة 3 |
| 52 | 17 | 35 | الكرخ 1 |
| 58 | 22 | 36 | الكرخ 2 |
| 64 | 24 | 40 | الكرخ 3 |
| 350 | 152 | 198 | مجموع الكلي |

¹ تم الحصول على البيانات من شعبة الإرشاد التربوي في وزارة التربية.

أداتا البحث

1. مقياس المواجهة الايجابية

لتحقيق هدف الدراسة الحالية فقد تبنت الباحثة مقياس (الخفاجي، 2022) لمفهوم المواجهة الايجابية اعتمدت الباحثة نظرية وتعريف مارتن سليجمان (Seligman) اذ حدد مفهوم المواجهة الايجابية نمط حياة الفرد القائم على التفكير الايجابي والسيطرة الانفعالية الايجابية لمواجهة واستيعاب كافة الضغوط والمشكلات بمرونة وبشكل مستمر (Seligman, 1994: 54) تضمن المقياس 24 فقرة، وتم تحديد ثلاث مكونات هي التفكير الايجابي 8 فقرات هي (1,2,3,4,5,6,7,8) ، المرونة الاستيعابية 8 فقرات (9,10,11,12,13,14,15,16) السيطرة الانفعالية الايجابية 8 فقرات (17,18,19,20,21,22,23,24).

وقد تم توزيع المقياس على عدد من الخبراء والمختصين في الإرشاد النفسي والقياس والتقويم وعلم النفس ، فقد تم الموافقة على جميع الفقرات وانها وصالحة ومناسبة لجميع مجالات المقياس ويتكون المقياس عدد من البدائل وفق مقياس لكيرت وهي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) وان اوزان هي (1,2,3,4,5).

وقد أجرت الباحثة للعينة الاستطلاعية لتعرف على وضوح التعليمات المقياس والبدائل وتم توزيع المقياس على عينة عشوائية وتضمنت 20 مرشده ومرشد موزعين حسب الجنس 10 مرشدين و 10 مرشدات، واتضح بان تعليمات والفقرات والبدائل واضحة وتحديد الوقت المستغرق في الاجابة على المقاييس يتراوح بين (12-15) دقيقة.

لحساب القوة التمييزية لفقرات المقياس ليتم استبعاد الفقرات التي لم تكون مميزة ويتم البقاء على الفقرات المميزة (Eble, 1972:392)، وتكونت العينة المقياس من (350) مرشد ومرشدة وقد رتب الباحثة الاستمارات ترتيباً تصاعدياً وتنازلياً وبعدها اختيار نسبة 27% لكل مجموعة من المجموعة الدنيا والمجموعة العليا فأن حدود الدرجات للمجموعة الدنيا تراوحت 45-81 إما المجموعة العليا فقد تراوحت حدود درجاتها 96-110 ، وان العدد الاستمارات للمجموعين العليا والدنيا أصبح 190 استمارة، استعملت الباحثة الإختبار التائي لعينتين مستقلتين وأظهرت النتائج إن جميع الفقرات ذات تمييز جيد والجدول (3) يوضح ذلك .

جدول (3) القوة التمييزية لفقرات مقياس المواجهة الايجابية

| قيمة المحسوبة | المجموعة الدنيا | | المجموعة العليا | |
|---------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------|
| | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي |
| 10.691 | .810 | 1.53 | 1.372 | 3.27 |
| 11.935 | 1.022 | 1.63 | 1.241 | 3.60 |
| 10.381 | .723 | 1.42 | 1.271 | 2.98 |
| 8.555 | 1.096 | 2.27 | 1.092 | 3.63 |

| | | | | |
|--------|-------|------|-------|------|
| 9.682 | 1.041 | 2.04 | 1.145 | 3.58 |
| 11.673 | .937 | 1.93 | 1.072 | 3.63 |
| 9.879 | 1.073 | 2.09 | 1.072 | 3.63 |
| 8.972 | 1.289 | 2.69 | .911 | 4.15 |
| 2.670 | 1.252 | 3.72 | .956 | 4.15 |
| 5.016 | 1.348 | 2.77 | 1.097 | 3.66 |
| 3.42 | 1.348 | 3.33 | 1.068 | 3.86 |
| 4.106 | 1.344 | 2.88 | 1.158 | 3.63 |
| 2.949 | 1.353 | 2.98 | 1.201 | 3.53 |
| 3.453 | 1.452 | 2.91 | 1.182 | 3.57 |
| 6.308 | .783 | 1.46 | 1.294 | 2.44 |
| 9.777 | 1.220 | 2.15 | 1.108 | 3.72 |
| 9.870 | 1.218 | 2.24 | 1.086 | 3.89 |
| 9.682 | 1.041 | 2.04 | 1.145 | 3.58 |
| 2.409 | 1.104 | 4.07 | .870 | 4.42 |
| 3.013 | 1.134 | 4.03 | .755 | 4.45 |
| 6.813 | 1.267 | 1.99 | 1.288 | 3.25 |
| 6.896 | 1.162 | 1.73 | 1.528 | 3.08 |
| 5.016 | 1.348 | 2.77 | 1.097 | 3.66 |
| 6.405 | 1.225 | 2.42 | 1.081 | 3.49 |

* واتضح بأن الفقرات جميعها ذات دلالة والجدول اعلاه يوضح ذلك وان القيمة الجدوليه ١.٩٦ وعند مستوى دلالة ٠.٠٥ وبدرجة حرية ١٠٦.

ثم قامت الباحثة باستخراج الصدق البنائي للمقياس لايجاد علاقة الارتباطية بين درجة الفقرة بالدرجة الكلية ، اي ان فقره تقيس ما تقيسه الدرجة المقياس الكلية ليتم البقاء على الفقرات التي تكون درجاتها ذات ارتباط عالي بالدرجة الكلية اي انها دالة احصائيا ويمتلك المقياس صدقا بنائياً (Anastasi&Urbina, 1997:174)، وان النتائج تدل على ان الفقرات جميعها مرتبط ارتباطاً معنوياً بدرجة المقياس الكلية والجدول (4) يوضح ذلك .

جدول(٤) ارتباط الدرجة بالدرجة الكلية لمقياس المواجهة الايجابية

| ت | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | ت | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|----------------|---------------|----|----------------|---------------|
| ١ | .509 | .001 | 13 | .210 | .001 |
| ٢ | .538 | .001 | ١٤ | .240 | .001 |
| ٣ | .511 | .001 | ١٥ | .379 | .001 |

| | | | | | |
|------|------|----|------|------|----|
| .001 | .461 | ١٦ | .001 | .478 | ٤ |
| .001 | .503 | ١٧ | .001 | .532 | ٥ |
| .001 | .152 | ١٨ | .001 | .571 | ٦ |
| .001 | .164 | ١٩ | .001 | .497 | ٧ |
| .001 | .217 | ٢٠ | .001 | .468 | ٨ |
| .001 | .403 | ٢١ | .001 | .149 | ٩ |
| .001 | .396 | ٢٢ | .001 | .284 | ١٠ |
| .001 | .292 | ٢٣ | .001 | .208 | ١١ |
| .001 | .360 | ٢٤ | .001 | .277 | ١٢ |

واستخرجت الباحثة علاقة درجة الفقره بدرجة مجالها الذي تنتمي اليه لمقياس المواجهه الايجابية اذ استعملت الباحثة معامل الارتباط بيرسون من اجل حساب علاقة الفقرة بمجالها واتضح ان قيم جميع المعاملات ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.001) ودرجة حرية (349) لان قيمة معامل الارتباط اكبر من القيمة الجدولية والتي تساوي (1.96) والجدول (٥) يوضح ذلك :

جدول (٥) علاقة الفقرة بمجالها الذي تنتمي اليه

| الانفعالية | | | المرونة الاستيعابية | | | الشخص | | | تفكير | | |
|------------|----------|----|---------------------|----------|----|---------|----------|---|----------|----------|---|
| السيطرة | | | | | | | | | الاجبابي | | |
| مستوى | معامل | ت | مستوى | معامل | ت | مستوى | معامل | ت | مستوى | معامل | ت |
| الدلالة | الارتباط | | الدلالة | الارتباط | | الدلالة | الارتباط | | الدلالة | الارتباط | |
| .001 | .441 | 17 | .001 | .574 | 9 | .001 | .690 | 1 | .001 | .690 | 1 |
| .001 | .337 | 18 | .001 | .635 | 10 | .001 | .689 | 2 | .001 | .689 | 2 |
| .001 | .298 | 19 | .001 | .743 | 11 | .001 | .737 | 3 | .001 | .737 | 3 |
| .001 | .337 | 20 | .001 | .726 | 12 | .001 | .770 | 4 | .001 | .770 | 4 |
| .001 | .570 | 21 | .001 | .781 | 13 | .001 | .801 | 5 | .001 | .801 | 5 |
| .001 | .531 | 22 | .001 | .795 | 14 | .001 | .799 | 6 | .001 | .799 | 6 |
| .001 | .573 | 23 | .001 | .314 | 15 | .001 | .781 | 7 | .001 | .781 | 7 |
| .001 | .572 | 24 | .001 | .178 | 16 | .001 | .670 | 8 | .001 | .670 | 8 |

ولاستخراج معامل الثبات لمقياس المواجهة الايجابية استعملت الباحثة معادلة الفا كرونباخ وقد بلغت قيمة الثبات الكلي للمقياس (0.715) وبذلك فإن أعلى درجة قد يحصل عليها الفرد هي 120 وأدنى درجة هي 24 ، اما المتوسط النظري للمقياس تساوي 72، وان المقياس بصيغته النهائية يتضمن 24 فقرة.

2. مقياس المرونة الشخصية

اعتمدت الباحثة المقياس الذي اعده (Taormina, 2015) لقياس المرونة الشخصية ، إذ يتألف المقياس من (20) فقرة مصاغة بأسلوب التقرير الذاتي موزعة على أربعة مجالات هي العزم 5 فقرات (1,2,3,4,5) ، التحمل 5 فقرات (6,7,8,9,10) ، القدرة على التكيف 5 فقرات (11,12,13,14,15) ، القدرة على التعافي (16,17,18,19,20) وإمام كل فقرة (5) بدائل على وفق مقياس ليكرت هي (وافق بشدة 5، اوافق 4 ، اوافق نوعا ما 3، ارفض 2، ارفض بشدة 1).

ترجمت الباحثة مقياس (Taormina) لمفهوم المرونة الشخصية وتعليماته من اللغة الانكليزية الى اللغة العربية ثم تم عرض المقياس بنسخته الانكليزية والعربية على متخصص باللغة الانكليزية ليتم التأكد من الصحة اللغوية ثم تم عرض المقياس على متخصص باللغة العربية للتأكد من السلامة اللغوية ثم تم عرض المقياس على متخصص اللغة الانكليزية لأجراء الترجمة العكسية والتحقق من المطابقة بين الترجمتين ثم تم عرض المقياس بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال الارشاد النفسي وعلم النفس والقياس والتقويم والبالغ عددهم (12) ، وطبقا لأرائهم تم الإبقاء على الفقرات جميعها لأنها كانت صالحة ومناسبة لكل مجال من مجالات، ثم وضعت الباحثة تعليمات المقياس وإجراء التجربة الاستطلاعية لمعرفة مدى وضوح التعليمات والبدائل من خلال تطبيق المقياس على عينة عشوائية البالغ عددها 30 مرشد ومرشده بواقع 15 مرشد و 15 مرشده وقد تبين أن التعليمات والبدائل والفقرات واضحة ومفهومة دون ان يكون هناك التباس أو خلط والوقت الذي استغرق أفراد العينة في استجاباتهم على المقياس تتراوح بين (10-15) دقيقة.

وللتحقق من القوة التمييزية لفقرات مقياس المرونة الشخصية على العينة البالغ عددها (300) واختيرت نسبة 27% المجموعة العليا من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا تراوحت حدود الدرجات للمجموعة العليا 83-113 ، ونسبة 27% المجموعة الدنيا من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا تراوحت حدود الدرجات للمجموعة الدنيا 49 - 69 ، وبلغ عدد الاستمارات (95) استمارة لكل مجموعة وبذلك يكون مجموع الاستمارات (190) استمارة، ثم استخدمت الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين متوسطي المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس، وأظهرت النتائج إن جميع الفقرات مميزة والجدول (6) يوضح ذلك .

جدول (٦) القوة التمييزية لفقرات مقياس المرونة الشخصية

| ت | المجموعة العليا | | المجموعة الدنيا | | قيمة T المحسوبة |
|----|-------------------|---------------|-------------------|---------------|-----------------|
| | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | |
| ١ | .49٤ | .770 | 3.20 | 1.088 | 9.469 |
| ٢ | 4.68 | .688 | 3.40 | .994 | 10.356 |
| ٣ | 3.41 | 1.292 | 2.80 | 1.107 | 3.497 |
| ٤ | 4.73 | .515 | 3.42 | 1.135 | 10.207 |
| ٥ | 4.64 | .784 | 3.64 | 1.193 | 6.826 |
| ٦ | 4.38 | .970 | 3.34 | 1.017 | 7.229 |
| ٧ | 4.37 | .759 | 3.14 | .952 | 9.860 |
| ٨ | 3.75 | 1.167 | 2.85 | 1.176 | 5.265 |
| ٩ | 4.65 | .649 | 3.19 | .987 | 12.042 |
| ١٠ | 4.08 | .930 | 2.51 | 1.90 | 10.738 |
| ١١ | 4.28 | .919 | 3.09 | .990 | 8.584 |
| ١٢ | 4.61 | .641 | 3.23 | .983 | 11.451 |
| ١٣ | 4.40 | .868 | 3.8 | 1.048 | 9.423 |
| ١٤ | 4.47 | .727 | 3.17 | .986 | 10.388 |
| ١٥ | 4.64 | .617 | 3.37 | 1.092 | 9.896 |
| ١٦ | 4.62 | .702 | 3.15 | 1.101 | 10.999 |
| ١٧ | 4.41 | .951 | 3.35 | 1.128 | 7.025 |
| ١٨ | 4.47 | .682 | 3.36 | 1.010 | 8.927 |
| ١٩ | 4.32 | .866 | 3.16 | 1.055 | 8.268 |
| ٢٠ | 4.02 | 1.130 | 2.79 | 1.100 | 7.612 |

* جميع الفقرات دالة والجدول (٦) يوضح ذلك وان القيمة التائية الجدولية ١.٩٦ وعند مستوى دلالة ٠.٠٥ وبدرجة حرية ١٠٦.

ولاستخراج درجة علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس المرونة الشخصية استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون، وأظهرت المعالجة الإحصائية ان جميع قيم المعاملات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (348) اذ ان جميع قيم المعاملات اكبر من القيمة الجدولية (1.96) والجدول يوضح ذلك

جدول (7) معاملات ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس المرונה الشخصية

| ت | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | ت | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|----|----------------|---------------|----|----------------|---------------|
| ١ | .502 | .001 | ١١ | .487 | .001 |
| ٢ | .544 | .001 | ١٢ | .610 | .001 |
| ٣ | .213 | .001 | 13 | .515 | .001 |
| ٤ | .574 | .001 | ١٤ | .585 | .001 |
| ٥ | .382 | .001 | ١٥ | .529 | .001 |
| ٦ | .380 | .001 | ١٦ | .573 | .001 |
| ٧ | .485 | .001 | ١٧ | .336 | .001 |
| ٨ | .308 | .001 | ١٨ | .455 | .001 |
| ٩ | .561 | .001 | ١٩ | .465 | .001 |
| ١٠ | .538 | .001 | ٢٠ | .361 | .001 |

* عند استعمال معامل ارتباط بيرسون تبين ان جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (0.001) ودرجة حرية (198) , جدول (7)

ولحساب علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه ثم استخدمت الباحثة علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي إليه لمقياس المرونة النفسية تم تطبيق معامل ارتباط بيرسون، وتبين أن جميع قيم المعاملات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.001) ودرجة حرية (188) إذ ان جميع قيم المعاملات اكبر من القيمة الجدولية (1.96)، جدول (8) يوضح ذلك.

جدول (8) علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي إليه لمقياس المرونة الشخصية

| العزم | | | التحمل | | | القدرة على التكيف | | | القدرة على التعافي | | |
|-------|----------------|---------------|--------|----------------|---------------|-------------------|----------------|---------------|--------------------|----------------|---------------|
| ت | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | ت | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | ت | معامل الارتباط | مستوى الدلالة | ت | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
| ١ | .584 | .001 | ٦ | .490 | .001 | ١١ | .559 | .001 | ١٦ | .663 | .001 |
| ٢ | .567 | .001 | ٧ | .550 | .001 | ١٢ | .617 | .001 | ١٧ | .504 | .001 |
| ٣ | .434 | .001 | ٨ | .488 | .001 | ١٣ | .555 | .001 | ١٨ | .598 | .001 |
| ٤ | .630 | .001 | ٩ | .627 | .001 | ١٤ | .562 | .001 | ١٩ | .549 | .001 |
| ٥ | .4977 | .001 | ١٠ | .681 | .001 | ١٥ | .595 | .001 | ٢٠ | .517 | .001 |

ثم قامت الباحثة باستخراج معامل الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ وقد بلغ 0.825. وهو معامل ثبات جيد . لذا فإن أعلى درجة ممكن ان يحصل عليها المستجيب هي 100 وأدنى درجة له

هي 20، أما المتوسط الفرضي للمقياس هو 60 ، وبذلك أصبح المقياس بصيغته النهائية يتكون من 20 فقرة.

عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الأول التعرف على المواجهة الايجابية لدى المرشدين التربويين.

توصلت نتائج الهدف الاول الى نتائج متوسط العينة على مقياس المواجهة الايجابية بلغ (69. 87) وهي اعلى من الوسط الفرضي (72) ، وان القيمة التائية المحسوبة تساوي (129- 25). اكبر من القيمة التائية الجدولية وبالبلغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.001) وبدرجة حرية (349) والجدول (9) يوضح ذلك.

جدول (9) الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس المواجهة الايجابية

| المتغير | مجموع العينة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط النظري | القيمة التائية | | مستوى الدلالة .001 |
|--------------------|--------------|-----------------|-------------------|----------------|----------------|----------|--------------------|
| | | | | | المحسوبة | الجدولية | |
| المواجهة الايجابية | 350 | 87.69 | 11.678 | 72 | 25.129 | 1.96 | داله |

توصلت النتائج ان المرشدين التربويين يتمتعون بالواجهة الايجابية ، وهذا ما اشار اليه سيلجمان ان اعتقاد الفرد وشعوره بالثقة والنجاح على حل المشكلات فان ذلك يؤدي به الى الاستعداد لمواجهة الاحداث السلبية والشعور بالقوة والسيطرة وتأکید الذات، وتزويد الافراد بالتقدير الايجابي وتحقيق التوازن الشخصي والاجتماعي ومواجهة الضغوط البيئية المادية التي يتعرض لها (selgman,1994) وبذلك تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من دراسة الخفاجي 2022 ودراسة الشمري وكطفان 2022 ، دراسة سليمان 2024 الى تمتع المرشدين التربويين بالواجهة الايجابية. ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية وفقا لمتغير الجنس في المواجهة الايجابية.

الهدف الثاني : التعرف على دلالة الفروق في المواجهة الايجابية تبعا لمتغير الجنس (ذكور، اناث) لدى المرشدين التربويين.

للتعرف على دلالة الفرق لدى المرشدين التربويين في المواجهة الايجابية وفقا لمتغير الجنس تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين T-test والتي اظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاناث والجدول (10) يبين ذلك.

الجدول (10) : نتائج الاختبار التائي للتعرف على دلالة الفروق في المواجهة الايجابية لدى المرشدين التربويين تبعاً لمتغير النوع (ذكور - اناث)

| مستوى الدلالة .001 | القيمة التائية | | درجة الحرية | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | العدد | الجنس |
|-----------------------|----------------|----------|-------------|----------------------|--------------------|-------|-------|
| | الجدولية | المحسوبة | | | | | |
| دالة | 1.96 | 13.00 | 348 | 11.556 | 68.13 | 152 | ذكور |
| | | | | 5.663 | 80.36 | 198 | إناث |

اظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (13.00) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية والبالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (348) وهي دالة احصائيا ولصالح الاناث فقد بلغ المتوسط الحسابي (80.36) وبانحراف معياري (5.663) ، ويمكن ان يعزى ذلك ان الاناث دائما ما يحاولون مواجهة المقابل بالضغط التي تواجههم ومحاولة منهم بمعالجة سريعة والبحث عن الدعم من قبل أصدقاء وأقارب اي أن الاناث لديهم المعرفة و العلاقات الإنسانية و تفهم الدور والمهارات الإدراكية بطرق التخلص ما يواجهه بالضبط من المشكلات ، ولا تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة كل من الخفاجي 2022 ودراسة الشمري وكطفان 2022 ، دراسة سليمان 2024 لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لدى المرشدين التربويين وفقا لمتغير الجنس في المواجهة الايجابية.

الهدف الثالث: التعرف على المرونة الشخصية لدى المرشدين التربويين.

توصلت نتائج الهدف الثالث الى نتائج متوسط المرشدين التربويين على مقياس المرونة الشخصية بلغ (75.05) وهي اعلى من الوسط الفرضي (60) ، وان القيمة التائية المحسوبة تساوي (26.516) اكبر من القيمة التائية الجدولية والبالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.001) وبدرجة حرية (349) والجدول (11) يوضح ذلك.

الجدول (11) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس المرونة الشخصية

| مستوى الدلالة .001 | القيمة التائية | | المتوسط النظري | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | مجموع العينة | المتغير |
|-----------------------|----------------|----------|-------------------|----------------------|--------------------|-----------------|--------------------|
| | الجدولية | المحسوبة | | | | | |
| داله | 1.96 | ٢٦.٥١٦ | ٦٠ | ١٠.٦٢٠ | ٧٥.٠٥ | ٣٥٠ | المرونة الشخصية |

توصلت نتائج الهدف الثالث الى تمتع المرشدين التربويين بالمرونة الشخصية، وهذا ما اشار اليه تاورمينا ان عزم الافراد واصرارهم على تحقيق اهدافهم وقدرتهم على التعايش في الاوقات الصعبة والاصرار في التعامل مع الظروف والمتغيرات الصعبة واستطاعتهم مواصلة حياتهم باستمرار بغض النظر عما يواجهوهم وقدرتهم على المثابرة والتعافي من المشكلات التي تواجههم لتغيير ظروف العمل الى الافضل (Taormina, : 2015:1684) و تتفق هذه النتيجة مع

نتائج دراسة كل من Besuner,2017 التي توصلت ان العاملين في المركز الطبي يتمتعون بالمرونة الشخصية وان المرونة امر مهم للمحافظة على ارتباطهم التنظيمي والتكيف مع التغيرات الداخلية والخارجية، وما توصلت اليه دراسة ojo et al 2021 على اهمية المرونة في تمكين الافراد في التأقلم والتعافي من الازمات والمواقف غير المتوقعة وتوصلت دراسة عبد النبي 2024 التي توصلت ان العاملين في قطاع الصحة والمعاهد التعليمية يتمتعون بالمرونة الشخصية.

الهدف الرابع: نتائج الاختبار التائي للتعرف على دلالة الفروق في المرونة الشخصية لدى المرشدين التربويين تبعاً لمتغير النوع (ذكور - اناث)

للتعرف على دلالة الفرق لدى المرشدين التربويين في المرونة الشخصية وفقاً لمتغير الجنس تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين T-test والتي اظهرت وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الاناث والجدول (12) يبين ذلك.

جدول (12) : نتائج الاختبار التائي للتعرف على دلالة الفروق في المرونة الشخصية لدى المرشدين التربويين تبعاً لمتغير النوع (ذكور - اناث)

| مستوى الدلالة .001 | القيمة التائية | | درجة الحرية | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | العدد | الجنس |
|--------------------------|----------------|----------|----------------|----------------------|--------------------|-------|-------|
| | المحسوبة | الجدولية | | | | | |
| غير دالة | .888 | 1.96 | 348 | 12.199 | 87.05 | 152 | ذكور |
| | | | | 11.269 | 88.17 | 198 | إناث |

اظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (.888) وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية والبالغة (1.96) عند مستوى دلالة (.001) وبدرجة حرية (348) وهي غير دالة احصائياً ، ويمكن ان يعزى ذلك ان كل من الذكور والاناث لديهم القدرة على التأقلم والتعايش والتعافي من المشكلات التي تواجههم وضغوط العمل والعودة الى توازنهم بعد التعرض للظروف الصعبة مما يزيد لديهم مرونتهم الشخصية دائماً ما يحاولون مواجهة المقابل بالضغوط التي تواجههم ومحاولة منهم بمعالجة سريعة والبحث عن الدعم من قبل أصدقاء وأقارب اي أن الاناث لديهم المعرفة و العلاقات الإنسانية و تفهم الدور والمهارات الإدراكية بطرق التخلص ما يواجهه بالضبط من المشكلات.

الهدف الخامس: - التعرف على العلاقة الارتباطية بين المواجهة الايجابية والمرونة الشخصية لدى المرشدين التربويين.

الجدول (١٣) العلاقة الارتباطية بين المواجهة الايجابية والمرونة الشخصية

| المتغير المستقل المواجهة الايجابية | المتغير التابع المرونة الشخصية | مستوى الدلالة |
|------------------------------------|--------------------------------|---------------|
| 1 | .177 | .001 |
| .177 | 1 | .001 |

تشير نتائج الهدف الخامس كما موضح في الجدول (13) الى وجود علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة احصائية بين المواجهة الايجابية والمرونة الشخصية وقد يعزى ذلك ان ميل الفرد للمواجهة الايجابية يتأثر بدرجة مرونته الشخصية .

التوصيات

1. ضرورة الاهتمام من وزارة التربية بتوفير بيئة مناسبة لكل الكادر والطلبة من الناحية الصحية والنفسية.

2. القيام بعدد من الدورات تتضمن الاساليب الارشادية التي تعمل على تنمية اساليب المواجهة الايجابية والفعالة في مواجهة الضغوط والمشكلات .

المقترحات

1. اجراء دراسة عن علاقة المواجهة الايجابية بالثقة بالنفس لدى المرشدين التربويين.
2. اجراء دراسة عن علاقة المرونة الشخصية باساليب الابوة والامومه لدى المرشدين التربويين .
2. الافادة من مقياس المرونة الشخصية في التعرف البحث الحالي في التعرف على خبرات المرشد التربوي قبل التعيين لما لها دور ايجابي ومؤثر على تطوير قدراتهم.

المصادر:

- حسين، طه عبد العظيم ، حسين ، سلامة عبد العظيم (٢٠٠٦) استراتيجيات ادارة الضغوط التربوية والنفسية، مكتبة مركز التدريب والدراسات السكانية، عمان ، دار الفكر.
- حورية ، عودية ولد يحيي(٢٠٠١) :الضغط النفسي مفهومه . تشخيصه . طرق عالجه ومقاومته، دار العربية للطباعة والنشر، الرياض.
- الخفاجي، منتظر سلمان.(٢٠٢٢). المواجهة الايجابية والتعميم الايجابي وعلاقتها بحس الدعابة لدى المرشدين التربويين، دكتوراه الجامعة المستنصرية، كلية التربية قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي .
- الزيود , نادر فهمي . (٢٠٠٨) .نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ,عمان : دار الفكر.
- صالح, صالح مهدي.(١٩٩٥).الاحترق النفسي لدى المرشدين التربويين وعلاقته ببعض المتغيرات , رسالة ماجستير ,كلية التربية: الجامعة المستنصرية.

- عبد النبي، احمد محمود احمد (٢٠٢٤) تأثير الشخصية كمتغير هيئى الهيئات التنظيمية في المحاماة بين التبدل والادارة الوظيفية دراسة ميدانية بالتطبيق على الموظفين بقطاع الرعاية الصحية بهيئة المستشفيات العامة والمعاهد التعليمية بجمهورية مصر العربية ، المجلة العلمية والبحوث المالية والتجارية.
- عبيدات ، ذوقان واخرون(١٩٩٦). البحث العلمي: مفهومه و أدواته، و أساليبه، دار الفكر للنشر و التوزيع، عمان الأردن.
- العلاق ,مجيد صادق .(٢٠٠٨) .الصعوبات التي تواجه المرشد التربوي في المدارس الثانوية من وجهة نظر المرشد نفسه , وزارة التربية : مركز البحوث والدراسات التربوية .
- الغول، رامي.(٢٠١٧).اتخاذ القرار في ضوء قوة الأنا والمرونة النفسية لدى أعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في محافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الأقصى، غزة، فلسطين.
- كاظم، رسل جواد (٢٠١٨) المشكلات التي تواجه المرشد التربوي في المدارس المتوسطة ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية كلية التربية ، قسم العلوم التربوية والنفسية.
- المالكي، موزة عبد الله .(٢٠٠٥) مهارات الإرشاد النفسي وتطبيقاته، الدوحة: دار الثقافة والفنون.
- النعيمي، عباسية موسى خليل .(٢٠٠٩).التوجس من الاتصال وعلاقته بتقدير الذات لدى المرشدين التربويين في محافظة بغداد، رسالة ماجستير ،كلية التربية : الجامعة المستنصرية.
- وزارة التربية .(٢٠٠٢). كراس توجيهي في الإرشاد التربوي ، إعداد لجنة مختصة ،المديرية العامة للتعليم الثانوي: مديرية الإرشاد التربوي.
- Anastasi, A., & Urbina, S. (1997). *Psychological Testing* (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Besuner, P. (2017). *Leadership Attributes and Behaviors as Predictors of Organizational Resilience in Academic Health Care Systems*. Walden University. ProQuest Dissertations Publishing.
- Ebel, R. L. (1972). *Essentials of Educational Measurement* (1st ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall. has been cited by the following article.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, 55(6), 647-654.

-
- Ojo, A. et al., (2021). Examining the Predictors of Resilience and Work Engagement during the COVID-19 Pandemic" Sustainability 13(5): 29-38.
 - Seligman, L. (1994). *Developmental career counseling and assessment* (2nd ed.). Sage Publications, Inc.
 - Seligman, M. E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 3-9). Oxford University Press.
 - Taormina, R. J. (2015). Adult personal resilience: A new theory, new measure, and practical implications. *Psychological Thought*, 8(1), 35-46.