التحمل النفسي وعلاقته بتكوين الالفة لدى المرشدين التربويين

أ. م .د أفراح أحمد نجف

جامعة بغداد/ كلية الآداب/ قسم علم النفس

المستخلص:

يهدف البحث التعرف على التحمل النفسي وتكوين الالفة لدى المرشدين التربويين، وطبيعة العلاقة الارتباطية بينهما والفروق في هذه العلاقة وكذلك الفروق في التحمل وتكوين الالفة على وفق النوع ومدة الخدمة، ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بتبني مقياس للتحمل النفسي مكون من (38) فقرة ، وبناء مقياس لتكوين الالفة والمكون من (20) فقرة، وتم استخراج الخصائص السيكوماترية لمقياس التحمل النفسي من صدق ظاهري وثبات باستعمال إعادة الاختبار والبالغة (0,83) ومعادلة الفاكرونباخ البالغة (0,85) كما استخرج لمقياس تكوين الالفة الصدق الظاهري وصدق البناء والثبات باستعمال إعادة الاختبار البالغة (0,80) ومعادلة الفاكرونباخ البالغة (0,82) وبعد التطبيق على (300) مرشداً ومرشدة كعينة تم استعمال عدد من الوسائل الإحصائية منها الاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين مستقلتين ومعامل ارتباط بيرسون وتحليل التباين الثنائي والاختبار الزائي، وأظهرت النتائج أن عينة البحث لديها تحمل نفسي وتكوين للألفة، ولا فروق في كل من التحمل النفسي وتكوين الالفة تبعاً لمتغير النوع وتوجد فروق في كل من المتغيرين تبعاً لمدة الخدمة ولصالح (10 سنوات فاكثر) ووجود علاقة ارتباطية داله موجبة أي طردية بين المتغيرين، ولا توجد فروق في هذه العلاقة تبعاً للجنس ومدة الخدمة.

الكلمات المفتاحية: التحمل النفسي، تكوين الالفة، المرشدين التربويين

THE PSYCHOLOGICAL ENDURANCE AND BUILDING FAMILIARITY AMONG EDUCATIONAL GUIDANCE COUNSELLORS

Assist. Prof. Dr. AFRAH AHMED NAJAF

Baghdad University / College of Arts / Psychology Department

ABSTRACT:

The current research aims to identify the psychological endurance and building familiarity among Educational Guidance Counselors, the nature of the correlation between them and the differences in this relationship, as well as the differences in psychological endurance and building familiarity according to the variables of gender and length of employment. To achieve the research objective, the researcher adopted a psychological endurance scale consisting of (38) items, and built a scale for building familiarity consisting of (20) items. The psychological characteristics of the psychological endurance scale were extracted by face validity, and reliability was extracted by two methods: test re-test method of (0.83) and Cranach's alpha of (0.85). It was also extracted for building familiarity scale the face validity and construct validity, and the reliability was extracted by two methods: test re-test method of (0.80) and Cranach's alpha of (0.82). After applying the two scales to a sample of (300) guidance counselors, a number of statistical methods were used, including T-test for one sample, two independent samples, Pearson's correlation coefficient, Two-way analysis of variance, and Z-test. The results showed that the research sample has psychological endurance and building familiarity, there are no differences in both psychological endurance and building familiarity according to the gender variable and there are differences in each of the two variables according to the length of employment and in favor of (10 years and more) and there is a positive function, i.e., a positive correlation between the two variables, and there are no differences in this relationship according to gender and length of employment.

Key words: psychological endurance; building familiarity; educational counselors.

مشكلة البحث:

يواجه المرشد التربوي صعوبةً عند البدء بالعميلة الارشادية وذلك بسبب طبيعة المسترشدين المختلفة من مسترشد الى آخر واختلاف طبيعة المشكلات التي يعانون منها، كما ان نقص المهارة او الكفاءة لديه في مجال عمله يترتب عليه شعوره بالضغط النفسي او الاحساس بالإرهاق الجسمي الذي يجعله غير قادر على التركيز في المهام المهنية الموكلة اليه (الفوراوي واخرون 2009 :62) كما ان القدرة على تكوين الالفة بين المرشد والمسترشد تصبح أصعب بسبب عدم الوصول الى الدوافع الحقيقة التي تتحكم في سلوكيات المسترشدين ، كما قد يخفق المرشد منذ البداية في تحقيق هذه الالفة، وذلك لرفض المسترشد للعلمية الارشادية، إلا أن تكوينها لا يتحقق من الجلسة الاولى، وإنما تنمو جلسة بعد أخرى نتيجة توافر الابعاد الاساسية لنجاح جلسات الارشاد النفسي. (Hansen,1977, : 124)

كما ان القصور في قدرة المرشد التربوي على التحمل يحول دون قيامه بواجباته على الوجه الأكمل ، اضافة الى المعاناة التي يعيشها والمعوقات التي تواجهه في عمله (المحمداوي،2005،ص7) بالتالي ضعف القدرة على تكوين الألفة التي يجب أن يتمتع بها المرشد ليكون مؤثرا في الآخرين ممن يتعامل معهم، سواء كانوا مسترشدين، أو أولياء أمورهم. (اوكانور،2007 :54) واكدت دراسة (بيتي ووكر) بان عدم قدرة المرشدين على التحمل النفسي أثناء العملية الارشادية يفقدهم القدرة على حل مشكلات المسترشدين.(عطية،1998 :55) كما أن تكوين الألفة بين المرشد والمسترشد لا يعتمد على طول الجلسات الارشادية وانما على قدرات المرشد في تكوين هذه الألفة (الزغبي ،1997: 7)

وبذلك يمكن تحديد مشكلة البحث من خلال السؤال التالي: ماهي العلاقة بين التحمل النفسي وتكوين الألفة لدى المرشدين التربويين؟

أهمية البحث:

يعد التحمل من المفاهيم النفسية الناتجة عن العلاقة التفاعلية مع البيئة حيث يتعرض المرشد التربوي الى مواقف تحتاج الى تحمل لضغوطها النفسية (الدرويش ، 2001 :5)، والتي ينتج عنها الاجهاد والتعب بحيث تؤثر على قابليته الانتاجية ، كما أن الضغوط لها تأثيرات دائميه على الاداء و الادراك(Michael,2004:64) وتشير كوباسا (Kobasa,1982) ان التحمل Hardness يساعد الفرد في التقليل من التأثيرات المدمرة لأحداث الحياة الضاغطة (Kobasa,1982,168) واشارت دراسة (Vanden,2010) الى معرفة ارتباط التحمل النفسي بالأدوار لدى مجموعة من العاملين بالمؤسسات التربوية ،حيث تبين أن من لديهم ذات إيجابية يتمتعون بتحمل جيد يحميهم من الإجهاد ، أما من لديهم ذات سالبة فتزداد آثار الإجهاد لديهم ، (Vanden,2010: 227)

لذا فأن مهنة الارشاد من المهن العلمية والفنية الدقيقة التي تحتاج الى اعداد جيد لمن يقوم بها ، فهي ليست مهنة يمارسها اي فرد بقدر ما لديه من علم ، ولكنها مهنة لها اصولها ، وعلم له مقوماته ،وفن له ادواته ، وهي لا تعني نقل المعلومات أو توصيلها الى المسترشدين ، بل تتطلب ممن يمارسها الكثير من الامكانات والتي لها تأثير كبير على مجرى العملية الإرشادية ومنها تكوين الألفة بين المرشد، والمسترشد، حيث ان افضل المرشدين هم من يكسبون ودّ مسترشديهم. مما يسهل مهمة فهم مشكلاتهم (أوكونور وسيمور، 2004 :37) حيث كشفت دراسة بيتس (1972) أن المرشد لابد ان يركز على خلق جو من الألفة والتعاطف مع المسترشد مما يساعد على فتح قنوات الاتصال بينهما، وهذا يتحقق إذا تم توظيف الألفة كأسلوب لبناء العلاقة(Betts ,1972, : 63).

كما توصلت دراسة (Turk at) 1985 ان المرشدين الذين ينجحون في تكوين الألفة في عملهم الارشادي مع المسترشدين حققوا نتائج افضل من خلال الفهم لحاجات مسترشديهم، وكانوا أكثر ميلاً لتعزيز التواصل الجيد (Turk at ,1985, : 9) وأكدت دراسة فوردهام (1987) إلى ان تكوين الألفة بين المرشد، والمسترشد، ودورها في حل

المشكلة والنتائج المرضية تظهر نتيجة للفهم والإحساس بما يعانيه المسترشد، وتقليص الفجوة بين الاثنين (Fordham ,1988, : 91).

وعليه أن قدرة المرشد التربوي على التحمل النفسي ومواجهة صعوبات العمل ، تجعله قادراً على خلق الألفة بينه وبين مسترشديه وبذلك يدخل عالمهم ويستأثرون بآرائه بدلا من تجاهلها وبالتالي تحقيق اهداف العملية الارشادية من كسب ثقة المسترشد وجعله اكثر قدرة على حل مشكلاته مع توفير الوقت والجهد لكلا الطرفين.

أهداف البحث: يهدف البحث التعرف على:

1- التحمل النفسي لدى المرشدين التربويين.
2- تكوين الألفة لدى المرشدين التربويين.
3- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في التحمل النفسي على وفق متغيري النوع (مرشد ومرشدة) و مدة الخدمة (10 سنوات فأقل و أكثر من 10 سنوات).
4- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في تكوين الألفة تبعاً لمتغيري الجنس (مرشد ومرشدة) و مدة الخدمة (10 سنوات فأقل و أكثر من 10 سنوات).
5- طبيعة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي وتكوين الألفة لدى المرشدين التربويين.
6- الفروق في العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي وتكوين الألفة لدى المرشدين التربويين تبعاً للجنس (مرشد و مرشدة) ومدة الخدمة (10 سنوات فأقل و 10 سنوات فأكثر)

حدود البحث: دراسة التحمل النفسي وعلاقته بتكوين الالفة لدى المرشدين التربويين العاملين في مديريات تربية محافظة بغداد للعام الدراسي 2021/2020.

تحديد المصطلحات:

أولاً: التحمل النفسيTHE PSYCHOLOGICAL ENDURANCE عرفه كلٌ من :

- كوباسا (Kobasa 1979): " تحمل الفرد لدرجة عالية من الضغوط دون ان يصاب بالمرض ويتكوّن من ثلاثة مكونات ، هي : السيطرة Control، والالتزام Commitment ،والتحدي "Challenge(Kobasa 1979:3).
- سمين، 1997: "قدرة الفرد على مواجهة ظروف الحياة الضاغطة، وأحداثها المهددة والتعامل معها من دون تعرّض صحته النفسية أو الجسمية للاضطراب الذي قد يحدث بسبب تلك الأحداث " (سمين، 1997، :25).

التعريف النظري: اعتمدت الباحثة كوباسا (1979) كتعريف نظري للتحمل النفسي.

التعريف الإجرائي:الدرجة الكلية التي يحصل عليها المرشد من خلال إجابته على فقرات مقياس التحمل النفسي المستخدم في البحث الحالي .

ثانياً: تكوين الألفة BUILDING FAMILIARITY عرفه كلٌ من:

- زهران 1980: " وتعني قدرة المرشد على تحقيق الاحترام والفهم والاهتمام والثقة المتبادلة بينه وبين المسترشد، في جو يسوده الترحيب والبشاشة بين الطرفين" (زهران، 1980 :170)
- أوكانور 2007: "مقدرة المرشد على مجاراة المسترشد والدخول في عالمه ومن شروطه الإظهار له بأنك تفهمه عندها تمتلك الفرصة للتأثير فيه" (أوكانور، 2007 :56)

التعريف النظري: اعتمدت الباحثة زهران (1980) كتعريف نظري لتكوين الألفة.

التعريف الإجرائي:الدرجة الكلية التي يحصل عليها المرشد من خلال إجابته على فقرات مقياس تكوين الألفة المستخدم في البحث الحالي .

ثالثاً: المرشد التربوي (Educational Counselor)

هـو عضـو الهيئـة التدريسـية المؤهـل لدراسـة مشـكلات الطـلاب مـن خـلال جمـع المعلومـات التـي تتصـل بهـذه المشـكلات سـواء كانـت هـذه المعلومـات متصـلة بالطالـب أم بالبيئـة المحيطـة بـه لغـرض تبصـيره بمشـكلاته ومسـاعدته علـى ايجـاد الحلـول المناسـبة لهـذه المشـكلات التـي يعـاني منهـا واختيـار الحـل المناسـب الـذي يرتضـيه لنفسـه). (وزارة التربيـة العراقية،2008: 8)

إطار نظري ودراسات سابقة

أولاً: التحمل النفسي THE PSYCHOLOGICAL ENDURANCE

مقدمة: تم طرح مفهوم التحمل النفسي في العصر الحديث من قبل سوزان كوباسا (Suzan Kobasa,1979) واعتمدت في صياغته وتحديد مكوناته على افكار عالم النفس الوجودي فكتور فرانكل والذي مهدت افكاره الى العديد من البحوث والدراسات التي قام بها كل من كوباسا ومادي (kobasa & maddi) وغيرهما من الباحثين، حيث يفسر التحمل على أن هناك افراد يمكنهم ان يتوافقوا مع الظروف الضاغطة ويحولوها الى منفعة لهم ، في حين ان هناك افراد اخرين لا يتمكنون من التوافق مع نفس الظروف بل وحتى ينهار قسم منهم، لذا يرى نتشيه (Nietzsche) أن من يحاول ان يجد سببا ليجعل لحياته هدفاً ومعنى او يخلق معنى لوجوده ، فبإمكانه ان يتحمل أي شيء يصادفه في الوجود (Shaffer,1982:221) لذا فأن مواجهة المسترشد لمسؤولياته ومساعدته على تحقيق القيم المتأصلة في الحياة ، تتطلب ان تكون العلاقة بين المرشد والمسترشد علاقة مودة يكتشفان من خلالها العالم سوية، وتصحيح الالتواءات الموجودة في توجهاته نحو الحياة وتمكينه من ان يبدأ من جديد لتحمل المسؤولية في سعيه نحو تحقيق المعنى مع قدرة المرشد التربوي على تحمل الضغوط والصعوبات من اجل تحقيق غايات الارشاد المنشودة (صالح ، 1987 :218) .

مكونات التحمل النفسي حسب نظرية كوباسا:

1- الالتزام Commitment : وتعني ارتباط الفرد بظروف الحياة بما فيها الاسرة والعمل والعلاقات الانسانية والتقاليد الاجتماعية .، حيث ان هذا الالتزام يجعله يلجأ للأخرين متى ما كان تحت الضغط والاجهاد ويدرك تهديد الاحداث الضاغطة ويتمكن من مواجهتها دون أن يتراجع في علاقاته الاجتماعية .(Kabasa,1982 : 7)

2- السيطرة Control : وتعني نزعة الفرد لاستثمار امكانياته في تعديل مجتمعه والسيطرة على هذه الامكانيات عند مواجه ضغوط الحياة، كما انها تمثل السيطرة في المواقف الشخصية وجهاً لوجه مع الاخرين وعدم الاستسلام لهم، وكسب احترامهم والقدرة على القيادة والجاذبية الاجتماعية والرغبة في فرض الذات(ربيع واخرون ،1995 : 234)

3- التحدي Challenge: ويجعل من الافراد متحدين في البيئة ومتمرنين على مواجهة ما هو غير متوقع ، وبسبب البحث عن تجارب مثيرة فانهم يرغبون بالتحدي لاكتشاف بيئتهم وذلك لتعزيز كفاحهم ضد العقبات الحياتية، فضلاً عن انهم متميزون بانفتاحهم وتحملهم للغموض ، وهذا يسمح لهم بتحمل الحوادث المجهدة المفاجئة لهم في خبراتهم اليومية بصورة مؤثرة. (Kobasa&Maddi,1982 :168)

تكوين الألفة BUILDING FAMILIARITY

مقدمة: اكد باندلر في كتابه (كيفية بناء الألفة) ان عملية تحقيقها لابد ان تتم وفق خطوات والتي تبدأ بفهمك لنفسك وفهم الاخر وكذلك فهم مقدار تأثيرك عليه في عملية التواصل فيما بينكما وذلك يتم بصنع مواقف ايجابية في علاقة مبنية على الاحترام والثقة المتبادلة والانسجام بين الطرفين. كما ويذكر أن تكوين الألفة ليست سمة نملكها او لا نملكها أنما الجميع يملكون هذه السمة ولكن بدرجات متفاوتة. ومن اجل أن نحقق علاقة

إنسانية جيدة في أي مجال فأننا لسنا بحاجة لبذل الجهود لتكوين الألفة بقدر مانحن بحاجة لإيقاف ما يمنع تكوينها.

كما إن نجاح أية علاقة بين شخصين، لأي غرض، تستند على مقدار الانسجام الموجود بين هذين الشخصين حيث أن تكوين الالفة يساعد على تحقيق الثقة والتعاون، كما توضح (سونايت Sue knight) في كتابها أن معظم القرارات التي يتم اتخاذها تكون على أساس الانسجام والألفة أكثر من اتخاذها على أساس الأوامر الصارمة (إيان،2013 :233) كما ان القدرة على تكوين الالفة تعتبر أحد اهم المهارات التي يجب أن يتمتع بها المرشد التربوي لكي يكون قادراً على النجاح في عمله الارشادي حيث أن تأسيس رباط قوي مشترك وتوطيد علاقة استجابة مع المسترشدين هو كل ما يحتاجه بالفعل للنجاح في ذلك العمل (زهران،1980 :54).

وتوجد مستويات لتكوين الألفة تساعد المرشد التربوي على تكوينها مع المسترشد وهي:

1- مستوى التعبيرات الجسمية : كأنماط الجلوس، وحركات اليدين والعينين، وتعبيرات الوجه والجسم،.

2- المستوى السمعي: كارتفاع الصوت وانخفاضه، ونغمته، ودرجته.

3- المستوى اللغوي: نوع الكلمات المستخدمة.

4- مستوى المعتقدات والقيم: المعتقدات، والقيم، والتعابير ، والأذواق.

5- مستوى البرامج العليا: مثل تفضيل بعض التصورات وعلى المفاهيم، ، كتفضيل البعد عن الأزمات و القرب من الحلول (Bandler&Grinder,1979, : 235)

وجهات النظر المفسرة لتكوين الألفة

يعتبر تكوين الألفة من أكثر الاستراتيجيات الرئيسية أهميةً في تعزيز النتائج الايجابية للعملية الارشادية، أذ يرى ايجان (2001) أن تكوين الالفة هي عملية تنطوي على الاستماع والفهم وتوصيل هذا الفهم الى المسترشد.

أما (روجرز) فبشير الى أن تكوين الالفة تنطوي على الدخول الى العالم الظاهراتي للمسترشد وانها عملية نشطة وفورية ومستمرة يصبح فيها المرشد التربوي على وعي بمشاعر المسترشد وخبرات هذه المشاعر ويخلق مرآة يستطيع المسترشد من خلالها اكتشاف المعاني العميقة المرتبطة بمشاعره (نايستل،2015 :85) أما (جلاد ستين) فيرى أن تكوين الألفة لدى المرشد التربوي هي ردة فعل وجدانية لموقف المسترشد ويحاول فيها المرشد فهم موقف المسترشد من منظور المسترشد ويوصل المرشد هذه الألفة من خلال الرعاية والفهم من قبل المرشد، أما (جيسلو & فرتيز) فيؤكدان على أن تكوين الالفة تتكون على مرحلتين هي الالفة الاولية وتنطوي على انتباه المرشد التربوي واستماعه وتوصيله للمدركات الدقيقة لرسائل المسترشد، اما المرحلة الثانية فهي الالفة المتقدمة وتنطوي على مهارات الانفتاح النفسي والتوجيهات أو التفسيرات وكذلك الفهم الظاهري لمشاعر المسترشد(صالح، 1987 :33)

دراسات سابقة:

1- دراسة كوساكا 1996(Kosaka): (العلاقة بين التحّمل النفسي والاستجابة للضغوط)

هدفت الدراسة معرفة الارتباط بين التحّمل النفسي والاستجابة للضغوط ، حيث بلغت العينة (224) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة بطوكيو، وقد استخدم مقياس كوباسا للتحمل النفسي بعد ترجمته إلى اليابانية .وتم قياس الاستجابة للضغوط عن طريق مقياس (PsRs) الذي يتكون من (53) فقرة ويقيس الاستجابة الانفعالية التي تضم (الكآبة والقلق والحزن والغضب)، والاستجابة المعرفية السلوكية التي تضم (فقدان الثقة واليأس، والقلق وصعوبة الاستيعاب، وضعف النشاط وفقدان الصبر) ، واظهرت النتائج إ وجود ارتباط بين التحمل النفسي والاستجابة للضغوط ، كما إن كل مكون من مكونات التحمل النفسي الثلاثية ،وهي الالتزام، والسيطرة ،والتحدي لها علاقة ارتباطية بالاستجابة للضغوط النفسية (70-55: 1996 , Kosaka).

2- دراسة الواسطي (2010): (الالم الاجتماعي وعلاقته بالتحمل النفسي لدى الممرضات في مستشفيات بغداد).

هدفت الدراسة معرفة الارتباط بين الالم الاجتماعي والتحمل النفسي ، وتألفت العينة من (281) ممرضة موزعين على متغيرين هما التحصيل الدراسي والحالة الزوجية وقد قامت الباحثة ببناء المقياسين. وقد أشارت النتائج الى ان التحمل لدى الممرضات منخفض بشكل عام، والعلاقة عكسية بين الالم الاجتماعي والتحمل النفسي ،أي ان الممرضات يعانين الماً اجتماعياً عالياً، يقابله تحمل نفسي منخفض (الواسطي، 2010: 12-54).

3- دراسة كاظم (2014): (الألفة وعلاقتها بالنظام التمثيلي وحل المشكلات لدى المرشدين التربويين).

هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين الألفة والنظام التمثيلي وحل المشكلات لدى المرشدين التربويين، وتألفت العينة من (400) مرشد ومرشدة وقد قامت الباحثة ببناء مقاييس للمتغيرات الثلاثة. وقد أشارت النتائج الى وجود الألفة، وان العلاقة بين النظام التمثيلي وحل المشكلات هي علاقة طردية، أي ان المرشدين يتمتعون بالألفة وان نظامهم التمثيلي يساعد في حل المشكلات. (كاظم،2014: 22 -64).

اجراءات البحث

أولاً: منهجية البحث: تم استعمال المنهج الوصفي إذ يهدف إلى دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويوضح خصائصها (عباس وآخرون ، 2009 : 74)

ثانياً: مجتمع البحث: يتكون المجتمع من المرشدين التربويين العاملين في المدارس التابعة لمديريات التربية في بغداد ومن كلا النوعين(ذكور- إناث) للعام الدراسي 2020- 2021

والبالغ عددهم (1225) مرشداً ومرشدة موزعين بواقع (425) مرشداً و (800) مرشدة ،وكما موضح في الجدول (1)

الجدول (1)

مجتمع البحث موزعين حسب متغيري النوع والمديريات

المديرية	المرشدين	المرشدات	المجموع
الرصافة الأولى	67	179	246
الرصافة الثانية	80	156	236
الرصافة الثالثة	55	64	119
الكرخ الأولى	34	76	110
الكرخ الثانية	79	177	256
الكرخ الثالثة	110	148	258
المجموع	425	800	1225

ثالثاً:عينة البحث: هي جزء من المجتمع يختارها الباحث لإجراء دراسته عليها على وفق قواعد لكي تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً (داود ، عبد الرحمن ، 1990 : 67) لذا تم اختيار العينة بالطريقة الطبقية العشوائية من مديريتي (الكرخ الثانية) و (الرصافة الاولى) وبواقع (300) مرشدا ومرشدة والجدول (2) يوضح ذلك .

الجدول (2)

عينة البحث موزعة بحسب النوع ومدة الخدمة

المديرية	النوع	مدة الخدمة		المجموع
		10 سنوات فأقل	10 سنوات فاكثر	
الرصافة الأولى	مرشد	80	40	120
الكرخ الثانية	مرشدة	104	76	180
المجموع		184	116	300

رابعا : اداتا البحث: تم تبني مقياس التحمل النفسي وبناء مقياس لتكوين الألفة، و فيما يأتي خطوات اعداد هاتين الاداتين :

أولاً: مقياس التحمل النفسي:

1- تدرج الاجابة و تصحيح المقياس :تبنت الباحثة مقياس (العبيدي2012) للتحمل النفسي والمتكون من (38) فقرة بواقع (5) بدائل (دائما –غالبا – أحيانا – نادراً– ابداً) وبمفتاح تصحيح (5–4–3–2–1) الفقرات الايجابية وبمفتاح تصحيح (4–1–2–3–5) للفقرات السلبية

2- صدق المقياس: الصدق الظاهري : تم تحقيق هذا النوع من الصدق من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء في علم النفس للحكم على صلاحيتها في قياس التحمل النفسي، وتبين ان جميع الفقرات حاصلة على نسبة اتفاق 100%.

3- ثبات المقياس:

أ- طريقة اعادة الاختيار: تشير (انستازي) 1976 أن معامل الثبات المحسوب بهذه الطريقة هو معامل الاستقرار بين التطبيقات عبر مدة زمنية لا تقل عن اسبوعين (Anastasia , 1976 : 151) لذا طبق المقياس مرتين بفارق زمني مدته (15) يوماً و بواقع (30) مرشد ومرشدة ، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الاول و الثاني بلغ (0,83) وهو معامل ثبات جيد اذ يفضل ان يكون معامل الثبات في المقاييس النفسية اكثر من (0,70) (Linguist , 1951 : 57).

ب-الثبات بطريقة الفاكرونباخ : وهي طريقة اخرى لتقدير قيم معامل الثبات و التي تقيس التجانس الداخلي بين الفقرات (عودة ، 1998 : 195). لذا طبقت معادلة الفاكرونباخ على عينة الثبات انفه الذكر ، اذ بلغ معامل الفا (0,85) وهو معامل ثبات جيد .

ثانياً: بناء مقياس تكوين الألفة:

1- تحديد متغير تكوين الألفة: قامت الباحثة في هذا الصدد بالاطلاع على التفسيرات النظرية لتكوين الالفة ومن ثم تم تبني التعريف النظري ل(زهران1980) كتعريف نظري للمتغير.

2- اعداد فقرات المقياس: لغرض اعداد فقرات المقياس وبعد الاطلاع على الدراسات التي تناولت هذا المفهوم ، تم بناء اداة لقياس تكوين الألفة تألفت من(20) فقرة .

3- تدرج الاجابة و تصحيح المقياس: تم استعمال طريقة (ليكرت) و ذلك بوضع مدرج خماسي امام كل فقرة واعطيت الفقرات الايجابية الاوزان الاتية ، (5-4-3-2-1) و تعكس الدرجات في حالة الفقرات السلبية اذ تبدأ من (1-2-3-4-5) .

4- الصدق الظاهري: من اجل التأكد من صدق فقرات مقياس تكوين الألفة و تعليماته بصورته الاولية ، تم عرضه على الأساتذة المحكمين في الارشاد النفسي وعلم النفس للحكم على صلاحيته في قياس المفهوم، من خلال ابداء الملاحظات فيما يخص بصلاحية تعليمات المقياس و فقراته وبدائل المقياس .مع حذف او تعديل او اضافة بعض الفقرات او ايه ملاحظات اخرى ، وتبين أن جميع الفقرات حاصلة على نسبة اتفاق 100%.

5- تحليل الفقرات احصائياً: أن حساب القوة التميزية للفقرات هي لغرض استبعاد الفقرات التي لا تميز بين المجيبين والابقاء على التي تميز بينهم (Giselle. 1981 : 434). ولحساب القوة التميزية ، تم تطبيق المقياس على عينة بلغت (300) مرشدا ومرشدة وبعد تصحيح كل استمارة واعطاء كل فقرة درجة استخراجت الدرجة الكلية لكل فرد من افراد العينة وتم ترتيب الاستمارات تنازليا وحددت نسبة الـ (27%) للمجموعة العليا و البالغ عددها (81) استمارة و (27%) من للمجموعة الدنيا و البالغ عددها (81) استمارة أيضا و بذلك تم فرز مجموعتين بأكبر حجم و اقصى تمايز .

(Moorhens and Lehmann , 1984 : 192) و بعد استخراج الوسط الحسابي و الانحراف المعياري لكلتا المجموعتين العليا و الدنيا على كل فقرة من فقرات المقياس ، وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق فتبين ان جميع فقرات المقياس دالة احصائياً لانها اكبر من القيمة الجدولية (1.96)عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (160) والجدول (3) يوضح ذلك .

الجدول(3)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة القوة التمييزية لفقرات مقياس تكوين الألفة

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	3,7654	1,19657	2,5185	1,28560	6,390
2	4,1111	1,00000	2,9136	1,31527	6,523
3	3,9259	1,05804	2,3457	1,30538	8,464
4	3,5062	1,20544	2,3210	1,26320	6,109
5	3,6667	1,23491	2,1852	1,16309	7,860
6	3,9012	1,29040	2,3704	1,32707	7,443
7	4,1852	1,07367	3,0494	1,41334	5,759
8	3,6914	1,14719	2,7901	1,32019	4,638
9	4,0864	1,88314	3,5802	1,35890	2,811
10	4,3827	1,98194	3,4815	1,41520	4,709
11	3,5185	1,27584	2,3210	1,18139	6,198
12	3,8765	1,01714	2,3951	1,19037	8,516
13	3,9877	1,07812	2,6173	1,30927	7,272
14	4,1358	1,94542	3,0494	1,24400	6,258

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
15	3,5185	1,19490	2,1358	1,08112	7,723
16	3,5158	1,19490	1,9383	1,13298	8,637
17	3,7284	1,17274	2,1111	1,17260	8,777
18	4,0247	1,13990	2,4815	1,32393	7,950
19	3,9506	1,19270	2,0864	1,27669	9,603
20	3,9259	1,15950	2,8642	1,29183	5,505

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس : تستعمل هذه الطريقة في تحليل فقرات المقاييس النفسية لتحديد مدى تجانس فقرات المقياس (Allen and yen , 1979 : 124) وباستعمال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة بين كل فقرة و الدرجة الكلية للمقياس تبين ان معاملات الارتباط جميعها دالة احصائياً لانها اكبر من القيمة الجدولية (0.113) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (298) و الجدول (4) يوضح ذلك .

الجدول (4)

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة و الدرجة الكلية لمقياس تكوين الألفة

الرقم	ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الرقم	ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
1	0,381	**11**	0,413
2	0,347	**12**	0,471
3	0,471	**13**	0,425
4	0,362	**14**	0,368
5	0,496	**15**	0,474

الرقم	ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الرقم	ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
6	0,456	**16**	0,411
7	0,391	**17**	0,477
8	0,354	**18**	0,468
9	0,243	**19**	0,533
10	0,315	**20**	0,341

6- صدق المقياس:

أ- الصدق الظاهري : تم التأكد من هذا الصدق وذلك بعرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكين للحكم على مدى صلاحيته في قياس تكوين الألفة.

ب-صدق البناء : وتحقق ذلك من خلال ايجاد العلاقة الارتباطية بين درجات فقرات المقياس و الدرجة الكلية له و كما ذكر سابقاً في اجراءات تحليل الفقرات ، أذ أن ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية تعني ان الفقرة تقيس نفس المفهوم الذي تقيسه الدرجة الكلية (Linguist , 1951 : 280) .

7- ثبات المقياس :

أ- طريقة اعادة الاختيار: طبق المقياس مرتين بفارق زمني مدته (15) يوماً وبواقع (30) مرشدا ومرشدة ، وبعد الانتهاء من التطبيق يحسب معامل الثبات باستعمال معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين فبلغ (0,80) وهو معامل ثبات جيد.

ب- الثبات بطريقة الفاكرونباخ : بعد تطبيق المعادلة على العينة انفه الذكر ، بلغ معامل الفا (0,82).

الوسائل الإحصائية: من اجل تحليل البيانات وتفسير النتائج ، تم استعمال الوسائل الإحصائية الآتية وبالاستعانة بالبرنامج الإحصائي (SPSS):

1- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين : لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس تكوين الألفة

2- معامل ارتباط بيرسون : لحساب معاملات ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس ، وفي حساب معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار. ولمعرفة العلاقة بين المتغيرين.

3- معادلة الفاكرونباخ : لحساب معاملات ثبات لكل من التحمل النفسي وتكوين الألفة.

4- الاختبار التائي لعينة واحدة: لمعرفة دلالة الفرق بين متوسط الدرجات والمتوسط النظري لمقياسي التحمل النفسي وتكوين الألفة.

5- الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط بين التحمل النفسي وتكوين الألفة.

6- الاختبار الزائي لمعرفة الفروق في العلاقة بين التحمل النفسي وتكوين الألفة.

7- تحليل تباين ثنائي لمعرفة التفاعل بين متغيري النوع ومدة الخدمة.

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها : وفيما يلي عرضا للأهداف ونتائجها:

اولاً: التعرف على التحمل النفسي لدى المرشدين التربويين:

بلغ الوسط الحسابي لدرجات العينة (300) على مقياس التحمل النفسي (123,2267) درجة وبانحراف معياري (18,91652) درجة في حين كان الوسط الفرضي (114) درجة وبعد استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة تبين ان القيمة التائية المحسوبة (8,448) درجة وهذا يشير الى ان الفرق دال احصائياً لانها اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (299) ، أي أن هذا الفرق لصالح متوسط العينة أي لديهم تحمل نفسي والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول(5)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات العينة والوسط الفرضي لمقياس التحمل النفسي

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية		
300	123,2267	18,91652	114	8,448	1.96	299	دالة

وبناءاً لما تقدم تؤكد (كوباسا) ان التمتع بالتحمل عد مواجهة الضغوط هو ابداء للشجاعة والجرأة في مواجهة تحديات المستقبل فضلاً على أن المرونة في الحكم والقوة في المواقف الشخصية هي التي يحمي المرشدين من التأثيرات السلبية لأحداث الحياة الضاغطة. (Kabasa,1982 : 7).

ثانيا : التعرف على تكوين الألفة لدى المرشدين التربويين:

بلغ المتوسط الحسابي (64,4267) وبانحراف معياري (10.67730) وعند مقارنته مع الوسط الفرضي البالغ (60) وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ،تبين ان القيمة التائية المحسوبة (7,181) اكبر من القيمة التائية الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (299) ، وهذا يشير أن المرشدين والمرشدات لديهم تكوين الألفة والجدول (6) يوضح ذلك .

الجدول (6)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات العينة والوسط الفرضي لمقياس تكوين الألفة

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية*		درجة الحرية	الدلالة
				المحسوبة	الجدولية		
300	64,4267	10,67730	60	7,181	1,96	299	دالة

ويمكن تفسير هذه النتيجة على وفق رأي روجرز (Rogers) الى أن تكوين الالفة تنطوي على الدخول الى العالم الظاهراتي للمسترشد في عملية نشطة وفورية ومستمرة يصبح فيها المرشد التربوي على وعي بمشاعر المسترشد وخبرات هذه المشاعر ويخلق مرآة يستطيع المسترشد من خلالها اكتشاف المعاني العميقة المرتبطة بمشاعره (نايستل،2015 :85)، كما ان تكوين الألفة تعتبر أحد اهم المهارات التي يجب أن يتمتع بها المرشد التربوي لكي يكون قادراً على النجاح في عمله الارشادي حيث أن تأسيس رباط قوي مشترك وتوطيد علاقة استجابة مع المسترشدين هو كل ما يحتاجه بالفعل للنجاح في ذلك العمل (زهران،1980 :54).

ثالثاً: الفروق ذات الدلالة الاحصائية في التحمل النفسي تبعاً لمتغيري النوع (مرشد ومرشدة) و مدة الخدمة (10 سنوات فأقل و أكثر من 10 سنوات).

لمعرفة الفروق لدى العينة ، تبعا لمتغير النوع ومدة الخدمة استعمل تحليل التباين الثنائي Two way ANOVA ، اذ لم تظهر فروق ذات دلالة في متغير النوع (مرشد ومرشدة) ، وظهرت فروق في مدة الخدمة ولصالح (10 سنوات فاكثر) حيث بلغ المتوسط (128,2155) وهو أكبر من متوسط (10 سنوات فأقل) والبالغ (120,0815)، أما التفاعل بين النوع ومدة الخدمة فكان غير دال لان الدرجة الفائية المحسوبة البالغة (1,641) اصغر من الفائية الجدولية البالغة (3,84) عند مستوى دلالة(0.05) وبدرجتي حرية (296,1) والجدول(7) يوضح ذلك:

جدول (7)

تحليل التباين الثنائي لدرجات التحمل النفسي بين متغيرات النوع ومدة الخدمة والتفاعل بينهما

مصدر التباين s.v	مجموع المربعات S.S	درجات الحرية	متوسط المربعات M.S	الدرجة الفائية f المحسوبة	مستوى الدلالة 0.05
الجنس	516,196	1	516,196	1,506	غير داله
مدة الخدمة	5407,150	1	5407,150	15,779	داله
النوع ×الخدمة	562,389	1	562,389	1,641	غير داله
الخطأ	101433,253	296	342,680		
الكلي	106992,587	299			

1- لا توجد فروق في التحمل لدى العينة على وفق النوع ، اذا بلغت الفائية المحسوبة (1,506) وهي اصغر من الجدولية (3,84) وبدرجتي حرية (296,1)، وهذا يعني ان ليس هناك اثر لمتغير النوع ، وهذا يعزى الى ان المرشدين من كلا النوعين لديهم مستوى عالي من الوعي عند مواجهة الصعوبات وان الخبرات المتراكمة لكل من النوعين جعلتهم يمتلكون قوة تحمل من وبدون فرق بينهم .

2- وجود فروق في التحمل على وفق مدة الخدمة حيث كان لمدة الخدمة (10 سنوات فأكثر) متوسط حسابي والبالغ (128,2155) وهو أعلى من مدة الخدمة (10 سنوات فأقل) وبمتوسط حسابي بالغ (120,0815) اي كلما زادت سنوات الخدمة كلما زاد التحمل النفسي .

3- لا توجد فروق في التحمل على وفق التفاعل الثنائي بين النوع ومدة الخدمة ، لان القيمة المحسوبة (1,641) اصغر من القيمة الجدولية(3,84) بدرجتي حرية (296,1) عند مستوى دلالة (0.05).

رابعـاً: الفـروق ذات الدلالـة الاحصـائية فـي تكـوين الألفـة تبعـاً لمتغيـري النـوع (مرشـد ومرشدة) و مدة الخدمة (10 سنوات فأقل و أكثر من 10 سنوات).

لمعرفة دلالة الفروق استعمل تحليل التباين الثنائي ، اذ لم تظهر فروق في متغير النوع (مرشد ومرشدة) ، وظهرت فروق في مدة الخدمة ولصالح (10 سنوات فاكثر) حيث بلغ المتوسط (67,2845) وهو أكبر من متوسط (10 سنوات فأقل) والبالغ (62,6250)، أما التفاعل بين النوع ومدة الخدمة فكان غير دال لان الدرجة الفائية المحسوبة البالغة (1,205) اصغر من الفائية الجدولية البالغة (3,84) عند مستوى دلالة(0.05) وبدرجتي حرية (296,1) والجدول(8) يوضح ذلك:

جدول (8)

تحليل التباين الثنائي لدرجات تكوين الألفة بين متغيرات النوع ومدة الخدمة والتفاعل بينهما

مصدر التباين s.v	مجموع المربعات S.S	درجات الحرية	متوسط المربعات M.S	الدرجة الفائية f المحسوبة	مستوى الدلالة 0.05
الجنس	290,112	1	290,112	2,667	غير داله
مدة الخدمة	1765,117	1	1765,117	16,225	داله
النوع ×الخدمة	131,049	1	131,049	1,205	غير داله
الخطأ	32201,173	296	108,788		
الكلي	34087,387	299			

1- عدم وجود فروق في تكوين الألفة لدى العينة في النوع، اذا بلغت الدرجة الفائية المحسوبة (2,667) وهي اصغر من الجدولية (3,84) وبدرجتي حرية (296,1)، أي ليس هناك اثر لمتغير النوع في تكوين الألفة، ويعني إن نجاح العلاقة بين المرشد والمسترشد ، تستند على مقدار الانسجام الموجود بين بينهما

كما أن معظم القرارات يتم اتخاذها على قاعدة الانسجام أكثر من اتخاذها على أساس الأوامر الصارمة وليس للجنس تأثير في تكوين هذا الانسجام (إيان،2013: 233).

2- وجود فروق في تكوين الألفة لدى المرشدين على وفق مدة الخدمة حيث كان لمدة الخدمة (10 سنوات فأكثر) متوسط حسابي والبالغ (67,2845) وهو أعلى من مدة الخدمة (10 سنوات فأقل) وبمتوسط حسابي بالغ (62,6250) اي كلما زادت سنوات الخدمة كلما زادت القدرة على تكوين الالفة والانسجام لدى المرشدين مع المسترشدين.

3- عدم وجود فروق في تكوين الألفة وفق التفاعل الثنائي بين النوع ومدة الخدمة ، لان القيمة المحسوبة (1,205) اصغر من القيمة الجدولية(3,84) بدرجتي حرية (296,1) عند مستوى دلالة (0.05).

خامساً: طبيعة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي وتكوين الالفة .

بعد تحليل البيانات لمعرفة طبيعة العلاقة بين التحمل النفسي وتكوين الالفة للعينة البالغة (300) مرشدا ومرشدة ، باستعمال معامل ارتباط بيرسون ، تبين ان معامل الارتباط للعينة الكلية بلغ (0,545) ولعينة المرشدين (120) بلغ معامل الارتباط (0,445) درجة ، ولعينة المرشدات (180) بلغ معامل الارتباط (0,414) درجة ، اما عينة سنوات الخدمة (10 سنوات فأقل) (184) بلغ معامل الارتباط (0,430) وعينة سنوات الخدمة (10 سنوات فأكثر) (116) بلغ معامل الارتباط (0,456) وبعد استخدام الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط ظهر ان القيم التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية ، وهذا يشير الى ان العلاقة دالة طردية سواء للعينة ككل او لعينة المرشدين والمرشدات أو لعينة مدة الخدمة والجدول (9) يوضح ذلك.

جدول(9)

معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين التحمل النفسي وتكوين الالفة لدى المرشدين التربويين

العينة	العدد	قيمة معامل الارتباط بين التحمل النفسي وتكوين الالفة	القيمة التائية		مستوى الدلالة
			المحسوبة	الجدولية	
المرشدين	120	0,445	5,397	1,98	دالة
المرشدات	180	0,414	6,067	1,96	دالة
10 سنوات فأقل	184	0,430	6,425	1,96	دالة
10 سنوات فأكثر	116	0,456	5,470	1,98	دالة
للعينة ككل	300	0,545	11,221	1,96	دالة

يمكن تفسير هذه النتيجة أن العلاقة الطردية بين التحمل النفسي وتكوين الالفة تأتي من أن الاجهاد النفسي امر حتمي في الحياة وأن استخدام الطرائق المثلى للمجابهة والتكيف والانتفاع من الحياة هو ما يسمى بالتحمل النفسي الذي يتميز به المرشدين التربويين في تعاملهم مع مشكلات المسترشدين(Kobasa , 1982 : 6) بالإضافة الى أن القدرة على ايجاد علاقة انسجام ومودة بين المرشد والمسترشد يكتشفان من خلالها العالم سوية، وتصحيح الالتواءات الموجودة في توجيه المسترشد نحو الحياه وتمكينه من ان يبدأ من جديد لتحمل مسؤولياته في سعيه نحو تحقيق المعنى في الحياة (صالح ، 1987 :218) تجعل العلاقة موجبة بين التحمل النفسي وتكوين الالفة.

سادساً: الفروق في العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي وتكوين الألفة لدى المرشدين التربويين تبعاً للنوع (مرشد و مرشدة) ومدة الخدمة (10 سنوات فأقل و 10 سنوات فأكثر)

للتثبت من الفروق في العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي وتكوين الألفة تبعاً للنوع (مرشد و مرشدة) ومدة الخدمة (10 سنوات فأقل و 10 سنوات فأكثر)، استعملت الباحثة الاختبار الزائي والجدول (10) يوضح ذلك.

جدول (10)

الاختبار الزائي لمعرفة الفروق في العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي وتكوين الالفة لدى المرشدين التربويين تبعاً للنوع (مرشد و مرشدة) ومدة الخدمة (10 سنوات فأقل و 10 سنوات فأكثر

العينة	العدد	قيمة معامل الارتباط بين التحمل النفسي وتكوين الالفة	قيمة فشر المعيارية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
المرشدين	120	0,445	0,478	0,318	1,96	غير دالة
المرشدات	180	0,414	0,440			
10 سنوات فأقل	184	0,430	0,460	0,266	1,96	غير دالة
10 سنوات فأكثر	116	0,456	0,492			

وتبين من الجدول اعلاه أن القيمة (z) المحسوبة بلغت (0,318) وهي اصغر من الجدولية البالغة (1,96) أي لا توجد فروق في هذه العلاقة بين المتغيرين تبعاً للنوع (مرشد ومرشدة).

كما تبين أن القيمة (z) المحسوبة بلغت (0,266) وهي اصغر من الجدولية البالغة (1,96) أي لا توجد فروق في هذه العلاقة تبعاً لمدة الخدمة (10 سنوات فأقل و10 سنوات فأكثر).

الاستنتاجات:

1- أن القدرة على التحمل النفسي وخاصة لدى المرشدين على اعتبار أن طبيعة العملية الارشادية تحتاج الى وقت وجهد والى التعامل مع مشكلات المسترشدين المختلفة جعلت من طول سنوات الخدمة عاملاً مهماً في تحقيق هذا التحمل.

2- ان الانسجام والتوافق مع المسترشدين وتكوين الالفة والجو الخالي من التهديد ضمن علاقة ارشادية مهنية تعتبر من شروط نجاح المرشد في عمله وهي تتأثر بطول سنوات الخدمة التي تكسب المرشدين الخبرة والمعرفة في مجال الدخول الى عالم المسترشد الداخلي.

التوصيات:

1- قيام وزارة التربية بتوفير كافة مستلزمات العملية الارشادية في المدارس وذلك لتسهيل عمل المرشد التربوي وللتخفيف من اعباء العمل الارشادي لكي يزيد من تحمله النفسي ويجعله اكثر قدرة على العطاء.

2- تدريب المرشدين التربويين على اساليب تكوين الالفة مع المسترشدين من خلال دورات تدريبية تساعد على استعمال خبرات المرشدين لتحقيق الانسجام والودَ خلال العملية الارشادية.

المقترحات:

1- اجراء دراسة التحمل النفسي مع متغيرات اخرى (ادارة الانفعالات، الاقناع الاجتماعي، المسايرة).

2- اجراء دراسة تكوين الالفة مع متغيرات اخرى (مهارات التواصل الاجتماعي ،الاتجاه نحو الاخرين، فيض الخبرة).

المصادر العربية:

- أوكانور جوزيف وسيمور، جون(2004):**مهارات الحياة في البرمجة اللغوية العصبية** ، ترجمة أسامة جناد وباسل الشيخ محمد، ط 1، مركز أفاق بلا حدود، دمشق، سورية.
- أوكانور، جوزيف(2007):**البرمجة اللغوية العصبية والرياضة** ، ترجمة سلوى محمد بهكلي،ط1، دار الميمان للنشر والتوزيع.
- إيان، ماكدبرموت (2013):**مدرب البرمجة اللغوية العصبية الدليل الشامل لتحقيق السعادة الشخصية والنجاح المهني**، مكتبة جرير، المملكة العربية السعودية.
- داوود ، عزيز وعبد الرحمن ، انور حسين (1990) : **مناهج البحث التربوي** ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد .
- الدرويش ،نهى عارف علي.(2001): **التحمل النفسي لدى قادة الشباب والطلبة وعلاقته بالعمر والجنس والمنظمة والموقع القيادي** ،رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية (ابن رشد) جامعة بغداد.
- ربيع، محمد شحاته وآخرون.(1995) **علم النفس الجنائي**، دار غريب ، القاهرة.
- الزعبي، أحمد محمد(1997): **الارشاد النفسي، نظرياته، اتجاهاته، مجالاته** ، دار زهران للنشر والطباعة، مصر.
- زهران، حامد (1980): **التوجيه والارشاد النفسي** ،ط2 ، عالم الكتب للنشر، القاهرة، مصر.
- سمين ، زيد بهلول (1997): **الأمن والتحمل النفسيان وعلاقتهما بالصحة النفسية** ، أطروحة دكتوراه (غير منشورة) كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية .
- صالح، قاسم حسين (1987): **الانسان ..من هو** ، منشورات دار الحكمة ،،بغداد.

- عباس، محمد خليل ونوفل، محمد بكر والعبسي، محمد مصطفى وأبو عواد، فريال محمد(2009):**مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس** ،دار الميسرة، عمان، الاردن.
- عطية ،عبد الحميد (1998): **التحليلات الإحصائية وتطبيقاتها في دراسات الخدمة الاجتماعية** ،المكتب الجامعي الحديث ،الإسكندرية
- عودة ،أحمد سلمان(1998) : **القياس والتقويم في العملية التربوية** ، المطبعة الوطنية، عمان، الأردن.
- الفوماوي ، حمد علي ، رضا عبد الله (2009): **الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة موجهات نفسية في سبيل تنمية البشرية** ، دار صفاء ،عمان .
- كاظم ، غزوة فيصل (2014): **الألفة وعلاقتها بالنظام التمثيلي وحل المشكلات لدى المرشدين التربويين**، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية .
- نايستل ، جيرالد (2015):**النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي**،ط1، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان– المملكة الاردنية الهاشمية.
- الواسطي ، نيران يوسف جبر (2010): **الالم الاجتماعي وعلاقته بالتحمل النفسي لدى الممرضات في بغداد** ،رسالة ماجستير(غير منشورة) كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- وزارة التربية العراقية (2008) : **دليل المرشد التربوي** ، ط1 ، الشركة العامة لإنتاج المستلزمات التربوية ، مطبعة رقم 1.

المصادر الاجنبية:

- Allen, M. J. & Yen, W. N. (1979): **introduction to measurement theory**. Mont every :cali, Booksy, cole.
- -Anastasi, A. (1976): **Psychological testing,** Mac-Millar, New York.
- Bandler, R. and Grinder,J.(1979)**:Froge intoprinces.Mob**, Utah:Real people press.
- Betts, G.(1972**): Visions of you. Milbrae**, CA :Celestial Arts.
- Fordham, M.(1988**).Jungian psychotherapy**. New York: John Wiley and sons.
- Ghiselli, et al, (1981) : **Measurement Theory for Behavioral Sciences**, San Francisco: W. H. Freeman and Company.
- Hansen dames and others (1973)**: counseling Theory and process object ices, New jersey** ,prentice-Hall ,Inc.
- Turk at, I.D.(1985) :**Bahaviaral Case Formulation**: New York: plenum.
- Shaffer, C. J (1982):**Educational and psychological measurement and evaluation prentic-Hall**, New York.
- Kobasa (1979)**: Stressful life, event personality and health**, An Inquiry to hardiness. J. of per. and soc . psy .Vol.(37),No.(1).

- Kobasa & maddi, S .(1982): **Hardiness and health a prospective study**. J. of per. Soc. Psy. Vol. (41) ,NO.(5).
- Kosaka ,Moritaka .(1996**): Relationship between Hardiness and psychological Stress Respone ,** Journal of perform once Studies(3).
- Lindquist, E. F. (1951**): Educational Measurement American council on education,** Washington
- Michael S. cole ,etal (2004): **Student Learning Motivation and psychological Hardiness**: Interactive Effects on Students Reactions to a Management Class, Washington :Academy Of Management Learning and Education.
- Moorhens, W. & Lehman, A (1984) : **Measurement and Evaluation in Education and psychology**, hot Rinehart & Winston, New York.
- Vanden Bos,(2010)**: Ameta_analytic examination hardiness,** international journal of stress management, volume 17,issue 4(nov) pp. 227-205.