level of psychological flexibility of the primary education teachers

Osima Zuhair Shalish*

(Received 3 / 8 / 2022. Accepted 18 / 10 / 2022)

□ ABSTRACT □

The aim of the current research is to determine the level of psychological flexibility of the primary education teachers in Jableh countryside. In addition to determining whether the level of psychological flexibility varies according to the stage of gender or age or years of experience or marital status.

In order to achieve the objectives of the research, the descriptive approach was adopted. The psychological flexibility scale was used in the doctoral thesis of researcher Mai Ajeeb. was distributed to a sample of 200 teachers of the primary education year 2021_2022.

The results showed that 60% of respondents had an average level of psychological flexibility, 29% had a high level and 11% had a low level.

Also, this level did not differ according to the stage of gender, age or marital status, but differed according to the years of experience. Teachers with more years of experience have higher psychological flexibility.

Keywords: psychological flexibility, the primary education teachers.

* **Master's degree in Psychological Counseling , College of Education , Tishreen University.**
Email: osima.shalish@tishreen.edu.sy

المرونة النفسيَّة لدى مُعلّمي مرحلة التعليم الأساسيّ
دراسة ميدانيَّة على عينّة من معلّمي ريف جبلة

أسيمة زهير شاليش *

(تاريخ الإيداع 3 / 8 / 2022. قبل للنشر في 18 / 10 / 2022)

□ ملخّص □

هدف البحث الحالي التعرف إلى مستوى المرونة النفسيَّة لدى معلّمي التعليم الأساسي في ريف جبلة، بالإضافة إلى تحديد فيما إذا كان مستوى النفسيَّة يختلف باختلاف الجنس أو العمر أو عدد سنوات الخبرة أو الحالة الاجتماعيَّة.
لتحقيق هذا الهدف تمَّ اعتماد المنهج الوصفي، حيث تمَّ توزيع استبانة المرونة النفسيَّة التي تمَّ استخدامها في رسالة الدكتوراه للباحثة مي عجيب على عينة مؤلفة من (200) معلّم ومعلّمة من معلمي التعليم الأساسي في مدارس ريف جبلة، خلال العام الدراسي 2021_2022م. بيّنت النتائج أنَّ 60% من أفراد العينة يملكون مستوىً متوسطاً من المرونة النفسيَّة و29% يملكون مستوىً مرتفعاً و11% يملكون مستوىً منخفضاً. كذلك لم يختلف هذا المستوى باختلاف الجنس أو الحالة الاجتماعية أو العمر، لكنه اختلف باختلاف عدد سنوات الخبرة؛ إذ أنَّ المعلمين الذين لديهم سنوات خبرة أكثر يتمتعون بمرونة نفسيَّة أعلى.

الكلمات المفتاحيَّة: المرونة النفسيَّة، معلّمو مرحلة التعليم الأساسي.

* **ماجستير-إرشاد النفسي – كلية التربية – جامعة تشرين- اللاذقية- سورية. osima.shalish@tishreen.edu.sy**

مقدِّمة:

يعيش الإنسان في زمنٍّ يمتاز بالكثير من التغيُّرات والتحولات مما يعني مزيداً من الأزمات والضغوط الحياتيِّة المختلفة، التي تنعكس آثارها سلباً على حالته النفسيَّة التي تسهم هي الأخرى في زيادة معاناته وإحساسه بالقلق وتوقع الخطر. أي أنَّ الفرد أصبح في موقف جراء هذه التغيُّرات والتحولات يتَّسم بالاضطراب والغموض مما يدفعه للبحث عن وسائل من الممكنِ لها أن تُساعده في محاولة التأقلم معها.

وفي ظلِّ سعيه للوصول إلى هذه الوسائل، فإنَّ طبيعة الإنسان تسعى جاهدة إلى استنفار طاقاته من أجل التصرف إزاء هذه التحولات والتعقيدات، أو مواجهتها تبعاً للموقف الذي تتطلَّبه (أبو أسعد، 2015). وقد اتَّجه علماء النفس من أتباع مدرسة علم النفس الإيجابي في الآونة الأخيرة إلى البحث عن المُتغيرات الواقعيَّة التي يُمكن أن تخفف أو تقي أو تعدّل من الآثار السلبيَّة للضغوط النفسيَّة، وهناك تزايد في الوقت الحالي للتركيز على هذه المُتغيرات التي تتوسط العلاقة بين الضغوط النفسيَّة وبين المرض الجسمي والنفسي، بهدف تحقيق الصحة النفسيَّة للأفراد والمجتمع الذي يعيشون فيه، وهذه المتغيرات الواقعيَّة قد تكون متغيرات نفسيَّة أو اجتماعيَّة (Rutter,1990). ويعدُّ مفهوم المرونة النفسيَّة من أهمِّ هذه المتغيرات، حيثُ بَرز مفهوم المرونة النفسيَّة (Resilience Psychological) عندما حاول مجموعة من العلماء والباحثين تفسير السلوك الإيجابي للأفراد عند تعرضهم لظروف صعبة، ولفهم العمليات التي تفسر سلوكهم غير المتوقع نوعاً ما (عربيَّة، 2013).

وتعتبر إيمي ورنر (Emmy Werner) من أوائل العلماء الذين استخدموا مصطلح المرونة النفسيَّة في العقد السابع من القرن العشرين (ربابعة، 2018). ومصطلح المرونة النفسيَّة يستخدم لوصف القدرة على التكيُّف والتصدي أو مواجهة الضغوط أو النكبات أو المنغصات، ويستخدم هذا المصطلح أيضاً ليشير إلى مقومات المناعة ضد التأثيرات السلبيَّة للأحداث السيئة في المستقبل (أبو حلاوة، 2013).

مُشكلة البحث:

تعدُّ بيئة العمل من أكثر البيئات التي تنطوي على كثير من التغيرات والتحولات التي تولّد الكثير من الضغوط التي قد تنعكس على الحالة النفسيَّة للفرد، وتُعتبر مهنة التدريس مِن المِهن التي تتطلَّب من المشتغلين بها مهاماً كثيرةً، لذلك تُعدُّ من المهن الضاغطة (Stressful Jobs) التي تتوفر فيها مصادر عديدة للضغوط نتيجة التغيُّر المستمر بالمناهج والمقررات الدراسيَّة، وضعف الوضع الاقتصادي للمعلُّم، ونقص الإعداد المهني في ظلِّ تغيُرات المناهج المستمرة، مما يجعل بعض المعلّمين غير راضين وغير مطمئنين عن مهنتهم وهذا ما يترتب عليه آثار سلبية كثيرة تنعكس على عطائهم وعلى توافقهم النفسي والمهني، وإيماناً بأهميَّة دور المعلَّم الذي يلعبه في العمليَّة التربويَّة، لابدَّ من الاهتمام بالجوانب النفسيَّة التي تخص المعلّمين بهدف تقديم الخدمات الإرشاديَّة لهم ومساعدتهم على التوافق (محمد، 1999).

وفي مجتمعنا المحليِّ لاحظت الباحثة من خلال التعيين والتنقل خلال خمس سنوات بين عدد من مدارس الريف الكثير من هذه الضغوط التي يتعرَّض لها المعلّم، وخاصة مع تزايد الأزمة الاقتصادية ضمن المجتمع، فالمعلّم يعاني من ضعف الأجر وأزمة مواصلات، ومشكلة التعيين في مناطق نائية، أو الانتقال من محافظة لأخرى بسبب الأزمة التي تعرضت لها بلادنا خلال العشر سنوات الأخيرة، والتغيير المستمر بالمناهج مع قلة الدورات التدريبيَّة التي تساعد المعلّم في التعامل مع هذه التحديثات في المنهاج، بالإضافة إلى تراجع مقومات التدفئة والإضاءة في كثير من المدارس، كما

أنَّ لجائحة كورونا تأثير على واقع العمليَّة التعليميَّة، حيث انقطع الطلاب عن المدرسة خلال 2022 م لمدة أربعة أشهر مما زاد العبء على المدرس في الأعوام التالية.

حيث قد تشكل جميع هذه العوامل مصدر كبير للضغوط لدى المعلّمين، لذلك لابدَّ من الاهتمام بدراسة الجوانب النفسيَّة لدى المعلم، وبما أنَّ متغير المرونة النفسيَّة من أهم المتغيرات التي تساعد الفرد في التعامل الإيجابي مع الضغوط النفسيَّة، فلابدَّ من دراسة هذا المتغير لدى فئة المدرسين وخاصة مدرسي التعليم الأساسي لِما لها من أهميَّة تأسيس الأجيال القادمة، لذلك تتلخَّص مشكلة البحث الحالي في السؤال التالي: **ما مستوى المرونة النفسيَّة لدى عينة من معلِّمي التَّعليم الأساسي في ريف جبلة؟ ويتفرع عنه الأسئلة التالية:**

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسيَّة لدى عينة من مُعلِّمي التعليم الأساسي في ريف جبلة تبعاً لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسيَّة لدى عينة من مدرس مُعلِّمي التعليم الأساسي في ريف جبلة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسيَّة لدى عينة من مُعلِّمي التعليم الأساسي تبعاً لمتغير العمر؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسيَّة لدى عينة من مُعلِّمي التعليم الأساسي تبعاً لمتغير سنوات الخبرة؟

أهميَّة البحث وأهدافه:

الأهمية النظرية

- ندرة الدراسات المحليَّة التي تناولت مفهوم المرونة النفسيَّة، وتكمن أهميته من خلال التعرُّف إلى مستوى المرونة النفسيَّة، وبالتالي إتاحة المجال للباحثين الآخرين البحث في هذا المتغير من زوايا مختلفة مع عينات أخرى (في حدود علم الباحثة).
- تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهميَّة عينة البحث (فئة المعلِّمين)، الذين وهي هم ركنٌ أساسيٌ في العمليَّة التربويَّة.

الأهمية التطبيقية:

- استخدام نتائج هذا البحث في إعداد برامج تدريبية وإرشادية لتطوير مهارات المعلِّمين على التكيف من خلال رفع مستويات المرونة النفسيَّة لديهم، وتطوير أساليبهم في مختلف المواقف والتحديات وإتباع الاستراتيجية المناسبة للتعامل معها.

أهداف البحث: يهدف البحث التعرف إلى:

- مستوى المرونة النفسيَّة لدى عينة من معلِّمي التعليم الأساسي في ريف جبلة.
- الفروق في المرونة النفسيَّة لدى عينة من مدرسي التعليم الأساسي في ريف جبلة تبعاً لمتغير الجنس.
- الفروق في المرونة النفسيَّة لدى عينة من مدرسي التعليم الأساسي في ريف جبلة تبعاً لمتغير العمر.
- الفروق في المرونة النفسيَّة لدى عينة من مدرسي التعليم الأساسي في ريف جبلة تبعاً لمتغير سنوات الخبرة.
- الفروق في المرونة النفسيَّة لدى عينة من مدرسي التعليم الأساسي في ريف جبلة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية.

فرضيَّات البحث: الفرضية الرئيسية: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسية وتتفرع عنها الفرضيات الفرعية الآتية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بن متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسية عند مستوى الدلالة 0.05 تبعاً لمتغير الجنس.

2. لا توجد فروق دالّة إحصائيًّاً بن متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسية عند مستوى الدلالة 0.05 تبعاً لمتغير العمر.

3. لا توجد فروق دالّة إحصائيًّاً بن متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسية عند مستوى الدلالة 0.05 تبعاً لمتغير سنوات الخبرة.

4. لا توجد فروق دالّة إحصائيًّاً بن متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسية عند مستوى الدلالة 0.05 تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية.

مجتمع وعيّنة البحث:

تكوَّن مجتمع البحث من مُعلِّمي مدارس التعليم الأساسي في ريف جبلة، وقد بَلَغَ عددهم حوالي (5000) مُعلَّم في ريف جبلة وفق إحصائيات مديرية التربية في اللاذقيَّة، خلال العام الدراسي 2020_2022 م.

عينة البحث: /200/ مُعلِّم ومُعلِّمة، سُحبت بطريقة عشوائيَّة. الجدول (1) يبيّن توزع أفراد العيِّنة وفق المتغيِّرات التصنيفيِّة.

الجدول (1): توزّع أفراد العيّنة وفق المتغيرات التصنيفيّة للبحث

المتغير		عدد الأفراد	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	79	39.5%
	أنثى	121	60.5%
العمر	أقل من 30	59	29.5%
	بين 30 و40	77	38.5%
	أكثر من 40	64	32%
سنوات الخبرة	أقل من 5 سنوات	40	20%
	بين 5 و10 سنوات	60	30%
	أكثر من 10 سنوات	100	50%
الحالة الاجتماعية	أعزب	70	%35
	متزوج	93	%46.5
	مطلق	20	%10
	أرمل	17	%8.5

حدود البحث:

- الحدود المكانيَّة: تمَّ تطبيق البحث في حدود ريف جبلة.
- الحدود الزمانيَّة: تمَّ تطبيق البحث خلال الفصل الثاني من العام الدراسي 2021_ 2022 م.
- الحدود الموضوعيَّة: اقتصر البحث على قياس المرونة النفسيَّة لدى مُعلِّمي التعليم الأساسي.

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظواهر الإنسانيَّة وتحليلها، وهو المنهج المناسب لتحقيق أهداف البحث الحالي، حيث سيتمُّ القياس الكميُّ لمتغير المرونة النفسيَّة من خلال مقياس موثوق يتمتع بالخصائص السيكومتريَّة المقبولة، ومن ثمَّ يتمُّ معالجة البيانات وتحليلها اعتماداً على البرنامج الإحصائي SPSS، ومن ثمَّ سيتم تفسير النتائج.

أداة البحث:

استُخدمت استبانة المرونة النفسيَّة التي تمَّ استخدامها في رسالة الدكتوراه للباحثة ميس عجيب التي كانت بعنوان الاستقلاليَّة والمرونة النفسيَّة وعلاقتهما بالضغوط النفسيَّة لدى المراهقين في مدارس محافظة دمشق، قام بإعداد هذه الاستبانة كل من Wagnild and Young (1993) وهو عبارة عن استبانة تقرير ذاتي مؤلفة من /25 بنداً/ تمَّ حذف بند واحد في النسخة المستخدمة في هذه الدراسة وهو البند رقم /21/ لعدم وضوح هذا البند عند التطبيق على العينة الاستطلاعيَّة في النسخة العربيَّة بالإضافة لتوصيات المحكِّمين. ليصبح عدد البنود في النسخة المستخدمة /24 بنداً/ تقيس درجة المرونة النفسيَّة عند الفرد. تتم الاستجابة على النسخة الأصليَّة من المقياس بتدريج من سبعة مستويات تتدرج من (غير موافق إطلاقاً) إلى (موافق بشدة). حيث تعتبر الإجابة رقم (4) الوضع الطبيعي أي أنك محايد اتجاه رأيك عن البند. وبذلك تقسم إجابة الموافق إلى ثلاثة مستويات واجابة غير الموافق إلى ثلاثة مستويات. إلا أنه في هذه الدراسة تم استخدام المقياس الخماسي (1–2 غير موافق، 3 محايد، 4–5 موافق) وذلك لسهولة الاستجابة عليه.

وقد تمَّ استخدمت هذه الاستبانة في عدد كبير من الدراسات ويعتبر من أفضل الاستبانات التي تقيس المرونة النفسيَّة وفق (Losoi et al. 2013). وذلك للخصائص السيكومترية التي تتمتع بها والتطبيقات الكثيرة التي استخدم بها على فئات عمريَّة مختلفة وبيئات مختلفة.

وقد تمَّ التأكد من ملائمة الاستبانة لعيّنة البحث الحالي، حيث عُرضت البنود على مجموعة من المحكِّمين المختصين واقترحوا تعديل صياغة بعض البنود بما يتلاءم مع طبيعة العينة وبهدف التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس، تمَّ تطبيقه على عينة استطلاعيَّة مؤلفة من (30) مُعلّم في مدارس ريف جبلة.

تمَّ حساب الصدق البنائي للمقياس من خلال حساب معامل ارتباط البنود بالدرجة الكُلية وكانت معاملات الارتباط دالَّة إحصائيَّاً عند مستوى دلالة 0.01 كما يوضح الجدول (2).

الجدول (2): معاملات ارتباط بنود مقياس المرونة النفسيَّة بالدّرجة الكلية

العبارة	البند 1	البند 2	البند 3	البند 4	البند 5	البند 6	البند 7	البند 8	البند 9	البند 10	البند 11	البند 12
معامل الارتباط	0.45	0.37	0.38	0.37	0.53	0.55	0.54	0.44	0.71	0.45	0.53	0.55
مستوى الدلالة	0.4	0.04	0.04	0.04	0.00	0.5	0.00	0.01	0.00	0.2	0.00	0.8
العبارة	البند 13	البند 14	البند 15	البند16	البند 17	البند18	البند 19	البند 20	البند 21	البند 22	البند 23	البند 24
معامل الارتباط	0.38	0.34	0.57	0.40	0.37	0.67	0.49	0.53	0.47	0.50	0.47	0.38
مستوى الدلالة	0.03	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

أظهرت معاملات الصدق البنائي ارتباطاً دالاً إحصائيّاً لدرجات أفراد العينة الاستطلاعيَّة على البنود مع الدرجة الكليَّة على المقياس.

بالنسبة لثبات المقياس، تمَّ حساب معامل ثبات ألفا كرومباخ وكذلك معامل الارتباط بين نصفي المقياس بالاعتماد على طريقة التجزئة النصفيَّة كما في الجدول (3)، والنتيجة اقتضت أنَّ المقياس ملائم وقابل للاستخدام وقياس متغير المرونة النفسيَّة لدى عينة من مُعلِّمي التعليم الأساسي.

الجدول (3): معاملات ثبات مقياس المرونة النفسيَّة

	ألفا كرومباخ	التجزئة النصفيَّة
معامل الثبات	0.76	0.75
عدد البنود	24	24
حجم العينة	30	30

الدراسات السابقة:

دراسة الزعبي وعطا الله (2021)،

عنوان الدراسة: العوامل الضاغطة وعلاقتها بالمرونة النفسيَّة لدى عينة من المعلمين في إحدى مدارس جبل لبنان خلال التعليم عن بعد.

هدفت الدراسة إلى التعرُّف إلى مستوى العوامل الضاغطة بمحاورها الثلاثة، وعلاقتها بمستوى المرونة النفسيَّة لدى المعلمين والمعلمات في إحدى مدارس جبل لبنان الخاصة في ظلِّ عملية التعليم عن بعد التي فرضتها جائحة كورونا.

تكونت عينة الدراسة من (35) معلم ومعلمة، توصلت الدراسة إلى أنَّ مستوى العوامل الضاغطة لدى أفراد العينة متوسط، ومستوى المرونة النفسيَّة مرتفع، كما أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباطيَّة سلبيَّة متوسطة بين مستوى العوامل الضاغطة ومستوى المرونة النفسيَّة.

دراسة الأسدي (2018)، بعنوان: المرونة النفسيَّة وعلاقتها بالتدريس الإبداعي لدى مدرسي ومدرسات المرحلة الإعدادية.

هدفت الدراسة إلى تعرف مستوى كل من المرونة النفسيَّة والتدريس الإبداعي لدى عينة من المدرسين والمدرسات في المرحلة الإعدادية، والتعرُّف على الفروق في مستوى كل من المرونة النفسيَّة والتدريس الإبداعي تبعاً للمتغيرات التالية: (الجنس، التخصص، سنوات الخدمة)، بالإضافة إلى التعرف على العلاقة بين المتغيرين.

وتكوَّنت عينة الدراسة من (400) مدرس ومدرسة من المرحلة الإعدادية.

توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: تمتَّع المدرسون والمدرسات بمستوى جيد من المرونة النفسيَّة والتدريس الإبداعي، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات المرونة النفسيَّة والتدريس الإبداعي وفقاً لمتغيري الجنس وعدد سنوات الخبرة، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير التخصص لصالح التخصص الإنساني، وتوجد علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسيَّة والتدريس الإبداعي لدى أفراد العينة.

دراسة Herman (2013)، بعنوان: السعادة والمرونة النفسيَّة والتوجه نحو الحياة لدى المعلمين في المدارس الريفيَّة في إطار علم النفس الإيجابي.

هدفت الدراسة إلى التعرُّف على مستوى السعادة والمرونة النفسيَّة والتوجه نحو الحياة لدى لمعلمين، وتمَّ عرض أهم النتائج على شكل وصفي كالتَّالي: المعلمون لديهم مستوى عالي من المرونة النفسيَّة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائيَّة بين المرونة النفسيَّة والسعادة والتوجه نحو الحياة وفقاً لمتغير الجنس، وتشير النتائج أيضاً أنَّه على الرغم من تعرُّض المعلمين لكثير من الضغوط والمصاعب إلا أنَّهم قادرون على إثبات مظاهر نفسية إيجابية.

دراسة Lumanlan (2013)، بعنوان: المرونة النفسيَّة وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس في كلية التمريض.

هدفت الدراسة إلى التعرُّف على مستوى المرونة النفسيَّة وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس في كلية التمريض، وتكوَّنت عينة الدراسة من (109) من أعضاء التدريسيَّة في كلية التمريض، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة إيجابيَّة بين المرونة النفسيَّة والرضا الوظيفي لدى عينة الدراسة على الرغم من تعرُّضهم للإجهاد والضغوط إلا أنَّهم يستطيعون التكُّيف بشكل إيجابي.

النتائج والمناقشة:

أولاً: نتائج سؤال البحث الرئيس: ما مستوى المرونة النفسيَّة لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي في ريف جبلة؟

للإجابة عن سؤال البحث تمَّ تقسيم درجات المرونة النفسيَّة إلى ثلاث مستويات رئيسيَّة وفق أداة البحث المستخدمة، وذلك من خلال حساب المدى وهو الدرجة العظمى للمقياس مطروحاً منها الدرجة الصغرى، حيث بَلَغَ المدى في البحث الحالي: 33.

بالتالي سيتمُّ اعتماد المعيار التَّالي لتصنيف المرونة النفسيَّة لأفراد عينة البحث وفق درجاتهم على مقياس المرونة النفسيَّة المستخدم في البحث:

- المستوى المنخفض: تتراوح درجاته بين {24_57}.
- المستوى المتوسط: تتراوح درجاته بين {58_90}.
- المستوى المرتفع: تتراوح درجاته بين {91_120}.

بالاعتماد على المعيار السابق، تمَّ التوصُّل إلى توزع أفراد العينة وفق درجاتهم على مقياس المرونة النفسيَّة كما يبين الجدول (4).

الجدول (4) مستوى المرونة النفسيَّة

مستوى المرونة النفسيَّة	عدد الأفراد	النسبة المئوية
منخفض	22	11 %
متوسط	120	60 %
مرتفع	58	29 %

حيث يتبيَّن من الجدول (4) أنَّ معظم أفراد العيّنة الكلية يمتلك مستوى متوسط من المرونة النفسيَّة، حيث بلغت نسبة المُعلِّمين ذوي المستوى المتوسط (60%).

تتفق هذه النتيجة مع ما ورد في دراسة الأسدي (2018) التي أظهرت أنَّ معظم المُعلِّمين يمتلكون مستوى متوسط من المرونة النفسيَّة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة أنَّ المُعلم يعاني من كثرة التبدلات والتحولات في بيئة العمل والتي تتمثَّل في تغيير وتحديث المناهج المستمر، نظراً لأنَّ وزارة التربيَّة تقوم بتغيير وتطوير المناهج الدراسيَّة بشكلٍ مستمر خلال فترات زمنيَّة متقاربة، لاسيَّما أن البرنامج المدرسي والخطة الدراسيَّة للمعلمين والطلبة المخصصان لتغطية هذه المناهج بشكلٍ واف لا يتناسب مع حجمها، وعدم توّفر وسائل الإيضاح اللازمة لشرح هذه المناهج، في أغلب مدارس الريف ولاسيما المدارس الموجودة في المناطق البعيدة والنائية.

بالإضافة إلى فترات الانقطاع عن المدرسة الناتجة عن جائحة كورونا خلال العام الدراسي 2022_2021 م، ومن جهة أخرى نجد تزايد الضغوط والأعباء التي يتعرَّض لها المُعلِّم بسبب الظروف الاقتصاديَّة الحاليَّة وضعف الأجور.

ثانياً: نتائج فرضيَّات البحث:

نتائج الفرضيَّة الأولى: لا توجد فروق دالّة إحصائيَّاً بين متوسطات درجات أفراد العينة من مُعلِّمي التعليم الأساسي تبعاً لمتغير الجنس.

جاءت هذه الفرضيَّة انطلاقاً من طبيعة البيئة الاجتماعيَّة في سورية، وطبيعة القيم والعادات السائدة في مجتمعنا والتي تركز على اعتماد الأنثى على الأسرة والتبعيَّة الاقتصاديَّة للذكر، بالتالي قد تكون غير قادرة على التعامل مع الضغوط خارج نطاق الأسرة وداخل بيئة العمل لأنَّها أقل خبرة في التعامل مع هذه الضغوط من الذكر.

تظهر البيانات في الجدول (6) أنَّ قيمة الدلالة 0.5 sig أكبر من 0.05، وهذا يؤكد أنَّ الفرق بين متوسطيّ الذكور والإناث من أفراد العيَّنة هو فرق غير دال إحصائيَّاً. بالنتيجة نقبل الفرضيَّة الصفريَّة القائلة بعدم اختلاف الذكور عن الإناث في مستوى المرونة النفسيَّة.

الجدول (6): نتائج اختبار (T) للفرق بين متوسطات درجات أفراد العينة حسب متغير الجنس

الجنس	حجم العينة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة الدلالة sig	القرار
ذكر	79	94.5	7.1	0.5	الفرق غير دال
أنثى	121	96	8.7		

جاءت هذه النتيجة لتؤكد أنَّ لكلٍ من الذكر والأنثى مجموعة من المعوقات الخاصة به والتي تزيد من عبء الضغوط لديهم وتقلل من قدرتهم في التعامل معها، بينما نجد من جهة أخرى أنَّ كل من الذكور والإناث تعرضوا لذات الظروف والضغوطات المهنية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما ورد في دراسة كل من الزعبي وعطا الله (2021) والأسدي (2018) ودراسة Herman J.De. (2013) التي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائيَّاً بين الذكور والإناث في مستوى المرونة النفسيَّة.

نتائج الفرضيَّة الثانية: لا توجد فروق دالّة إحصائيَّاً بين متوسطات درجات أفراد العينة من مدرسي التعليم الأساسي تبعاً لمتغير العمر.

تمَّ وضع هذه الفرضيَّة نظراً للفروق المتوقعة بين الفئات العمريَّة من حيث الخبرة في التعامل مع الضغوط والأحداث اليومية نتيجة خبرات الإنسان المتراكمة مع تقدُّمه في العمر، باعتبار أن المرونة النفسيَّة تكتسب من خلال الخبرة والتجارب المختلفة في الحياة.

كما يظهر في الجدول (7)، قيمة الدلالة 0.23sig أكبر من 0.05، بالتالي الفروق بين متوسطات أفراد المجموعات الثلاث هي فروق غير دالة إحصائيًّاً. وبالنتيجة نقبل الفرضيَّة الصفرية القائلة بعدم وجود فروق بين متوسطات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسيَّة وفقاً للفئة العمرية.

الجدول (7): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات درجات الأفراد حسب متغير العمر

الفئة العمرية	حجم العينة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة الدلالة	القرار
أقل من 30	59	93	9.27	0.23	الفرق غير دال إحصائيًّاً
بين 30 و40	77	96	6.45		
أكثر من 40	64	97	8.79		

ولا تتفق هذه النتيجة مع ما ورد في دراسة twing–Roman. S (2004) التي أظهرت نتائجها أن المُعلِّمين كبار السن يتمتعون بمرونة نفسيَّة عالية مقارنة بالفئات العمريَّة الأقل، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الخبرة التي يكتسبها الخريجون الجدد من خلال المناهج المتطورة والتدريبات العملية خلال المرحلة الجامعية أصبحت توازي الخبرة التي اكتسبها المعلمون ذوو الفئات العمرية الأكبر.

نتائج الفرضيَّة الثالثة: لا توجد فروق دالّة إحصائيًّاً بين متوسطات درجات أفراد العينة من مدرسي التعليم الأساسي تبعاً لمتغير سنوات الخبرة.

تمَّ وضع هذه الفرضيَّة نظراً للفروق المتوقعة بين الفئات حسب عدد سنوات الخبرة من حيث الخبرة في التعامل مع ضغوط العمل والتكيُّف مع بيئة العمل المتغيرة باستمرار.

كما يظهر في الجدول (8)، قيمة الدلالة sig 0.004 أصغر من 0.05، بالتالي الفروق بين متوسطات أفراد المجموعات الثلاث هي فروق دالة إحصائيًّاً. وبالنتيجة نرفض الفرضيَّة الصفريَّة ونقبل الفرضيَّة البديلة القائلة بوجود فروق دالّة إحصائيًّاً بين متوسطات درجات أفراد العينة من مدرسي التعليم الأساسي تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة.

الجدول (8): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات درجات الأفراد حسب متغير سنوات الخبرة

سنوات الخبرة	حجم العينة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة الدلالة	القرار
أقل من 5 سنوات	40	103.34	13.44	0.004	الفرق دال إحصائيًّاً
بين 5و 10 سنوات	60	89.67	16.93		
أكثر من 10 سنوات	100	102.84	12.51		

للتعرف على هذه الفروق، تمَّ الاعتماد على اختبار المقارنات البعديَّة (LSD) في الجدول (9).

الجدول (9): نتائج اختبار المقارنات البعديَّة (LSD) لاتجاه الفروق بين متوسطات درجات الأفراد حسب متغير سنوات الخبرة

سنوات الخبرة		الفروق بين المتوسطات	قيمة الدلالة sig	القرار
أقل من 5 سنوات	بين 6 و10 سنوات	0.55	0.765	الفرق غير دالّ إحصائيًّاً
	أكبر من 11 سنوات	14.23	0.001	الفرق دالّ إحصائيًّاً
بين 6 و10 سنوات	أقل من 5 سنوات	0.55	0.765	الفرق غير دالّ إحصائيًّاً
	أكبر من 11 سنوات	0.48	0.843	الفرق غير دالّ إحصائيًّاً
أكبر من 11 سنوات	أقل من 5 سنوات	14.23	0.001	الفرق دالّ إحصائيًّاً
	بين 6 و10 سنوات	0.48	0.843	الفرق غير دالّ إحصائيًّاً

تظهر البيانات في الجدول (9) أنَّ الفروق في متوسط المرونة النفسيَّة تتركز بين المُعلِّمين الذين لديهم سنوات خبرة (أقل من 5 سنوات) والمُعلِّمين الذين لديهم سنوات خبرة (أكبر من 10 سنوات)، حيث بلغت قيمة الدلالة 0.001 أصغر من 0.05. والفروق لصالح المُعلِّمين الذين لديهم سنوات خبرة أكبر من 10 سنوات، يمكن تفسير هذه النتيجة من خلال الخبرات المتراكمة التي يكتسبها المُعلِّم في التعامل مع المواقف التعليميَّة المختلفة والضغوط الخاصة ببيئة العمل، حيث يكتسب الخبرة المهنيَّة في شرح وتحضير الدروس وفي إعداد الوسائل التعليميَّة وطرق التعامل الفعَّالة مع كافة الطلبة على مختلف مستويات تحصيلهم الدراسي، كما يكتسب خبرة كبيرة من خلال الاحتكاك مع أولياء الأمور والكادر التدريسي، بالإضافة إلى الخبرة في التعامل مع مختلف المواقف الضاغطة، حيث يتعلَّم ضبط انفعالاته والتحكُّم بها والقدرة على الفصل بين الحياة الشخصيَّة وبيئة العمل، مما يسهم في تعزيز ورفع مستوى المرونة النفسيَّة لديهم.

في حين لا تتفق هذه النتيجة مع ما ورد في دراسة الأسدي (2018) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق في مستوى المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة.

نتائج الفرضيَّة الرابعة: لا توجد فروق دالّة إحصائيَّاً بين متوسطات درجات أفراد العينة من مدرسي التعليم الأساسي تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعيَّة.

تمَّ وضع هذه الفرضيَّة نظراً للفروق المتوقعة بين الفئات حسب الحالة الاجتماعيَّة من حيث اختلاف الأدوار والضغوط والمسؤوليات في الحياة.

تظهر البيانات في الجدول (10) أن قيمة الدلالة 0.905 sig أكبر من 0.05، وهذا يؤكد أنَّ الفروق بين متوسطات درجات أفراد العيِّنة هو فرق غير دال إحصائيَّاً. بالنتيجة نقبل الفرضيَّة الصفرية القائلة بعدم اختلاف المستوى المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية.

الجدول (10): نتائج اختبار (T) للفرق بين متوسطات درجات أفراد العينة حسب متغير الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	حجم العينة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة الدلالة	القرار
أعزب	70	95.27	7.90	0.905	الفرق غير دال إحصائيَّاً
متزوج	93	95.20	9.06		
مطلق	20	98.00	7.74		
أرمل	17	95.00	8.11		

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأنَّ لكل فرد مجموعة من المسؤوليات والضغوط الخاصة به على الرغم من اختلاف الحالة الاجتماعيَّة فكل من (الأعزب، المتزوج، المطلق، الأرمل) مسؤولياته في الحياة وكل منهم يعاني من مجموعة من الضغوط الخاصة به، وغالباً أصبح العامل الاقتصادي وضعف المردود الماديِّ للمُعلِّم عامل مشترك بين جميع المُعلِّمين.

الاستنتاجات والتوصيات:

توصَّل البحث الحالي إلى أنَّ النسبة الكبرى من مُعلِّمي التعليم الأساسي يتمتَّعون بمستوى متوسط من المرونة النفسيَّة، وأنَّ مستوى المرونة النفسيَّة لدى المعلمين يختلف باختلاف عدد سنوات الخبرة، حيث أنَّ المُعلِّمين الذين لديهم عدد سنوات خبرة أكبر في مهنة التدريس تمتَّعوا بمستوى عالٍ من المرونة النفسيَّة مقارنة بالمُعلِّمين الذين لديهم عدد سنوات خبرة أقل، في حين أنَّ هذا المستوى لم يختلف باختلاف كل من الجنس أو العمر أو الحالة الاجتماعية.

بناءاً على هذه النتائج يمكن اقتراح الآتي:

- القيام بأبحاث جديدة تتضمن تصميم برامج إرشاديَّة واختبار فاعليتها في تنميَّة المرونة النفسيَّة لدى المعلمين
- إقامة دورات تدريبيَّة بشكلٍ مستمر للمُعلِّمين تساعدهم في التعامل الفعَّال مع المناهج المتغيّرة
- دورات تدريبيَّة في أساليب واستراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسيَّة والوقاية منها.

المراجع باللغة العربية:

- أبو حلاوة، محمد سعيد. *المرونة النفسيَّة ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية*_ اصدار شبكة العلوم النفسيَّة العربية الإلكترونية، 2013.http://arabpsynet.com/apneBooks/eB2MS Content.pdf

Abu Halawa, M. S. Psychological flexibility: what it is, its determinants and its protective value_ Published by the Arab Electronic Psychological Science Network, 2013. (In Arabic).

- الأسدي، بثينة إبراهيم جواد. *المرونة النفسيَّة وعلاقتها بالتدريس الإبداعي لدى مدرسي ومدرسات المرحلة الإعدادية*، (رسالة ماجستير)، كلية التربية، جامعة البصرة، العراق، 2018.

Al-Asadi, B. I. Psychological flexibility and its relationship to creative teaching among middle school teachers- (Master's Thesis), College of Education, University of Basra, Iraq, 2018. (In Arabic).

- خرابشة، سهى. *فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى النظرية الوجودية في تحسين المرونة النفسيَّة وقبول الذات والعلاقات الأسرية لدى عينة من النساء المصابات بسرطان الثدي في الأردن*، رسالة ماجستير منشورة، مجلة اليرموك، الأردن، 2013.

Kharabsha, S. The effectiveness of a counseling program based on the existential theory in improving psychological resilience, self-acceptance and family relationships among a sample of women diagnosed with breast cancer in Jordan. Published master's thesis, Yarmouk magazine, Jordan, 2013. (In Arabic).

- الخميس، عواطف عبد الله؛ طنوس، عادل جورج. *مستوى المرونة النفسيَّة وعلاقتها بالضغوط النفسيَّة لدى عينة من طالبات سنة أولى تحضيري في جامعة الجوف بمحافظة القريات*، المجلة التربوية الأردنية، الأردن، 2019، 4(3)، 85_109.

Alkames, A, A. Tannous, A, G. The level of psychological resilience and its relationship to psychological stress among a sample of first year preparatory students at Al-Jouf University in Al-Qurayyat Governorate, The Jordanian Educational Journal, Jordan, 2019,4(3),85-109. (In Arabic).

- الربابعة، حمزة. *الذكاءات المتعددة وعلاقتها بحل المشكلات لدى طلبة مدارس الملك عبد العزيز الثاني للتميز* في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، مجلة اليرموك، الأردن، 2018.

Raba'a, H. Multiple intelligences and their relationship to problem solving among students of King Abdul Aziz II Schools for Excellence in Jordan. Unpublished master's thesis, Yarmouk Magazine, Jordan, 2018. (In Arabic).

- الزعبي، سمر؛ عطا الله، عبير. *العوامل الضاغطة وعلاقتها بالمرونيَّة النفسيَّة لدى عينة من المعلمين في إحدى مدارس جبل لبنان خلال التعليم عن بعد*، مجلة وميض الفكر، لبنان، 2021، 10، 73_99.

Al-Zoubi, S. Atallah, A. Stressful factors and their relationship to psychological flexibility among a sample of teachers in a school in Mount Lebanon during distance education, Wamd Al-Fikr Journal, Lebanon, 2021,10,73-99. (In Arabic).

- الزيات، فتحي مصطفى. *سيكولوجية التعليم بين المنظور الارتباطي والمنظور المعرفي*، الطبعة الثانية، دار النشر للجامعات، مصر، 2004، 585.

Al-Zayyat, F.M. The Psychology of Education between the Relational Perspective and the Cognitive Perspective, Second Edition, Universities Publishing House, Egypt, 2004, 585. (In Arabic).

- الشبول، لانا باسل محمد. *المرونة النفسيَّة وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات لدى طلبة جامعة اليرموك*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن، 2017.

Al-Shbul, L.B. Psychological flexibility and its relationship to the ability to solve problems among Yarmouk University students.Unpublished master's thesis, Yarmouk University, Jordan, 2017. (In Arabic).

- عجيب، ميس. *الاستقلالية والمرونة النفسيَّة وعلاقتهما بالضغوط النفسيَّة لدى المراهقين في محافظة دمشق* (رسالة دكتوراه غير منشورة)، جامعة دمشق، 2018.

Ajeeb, M. Independence and psychological flexibility and their relationship to psychological stress among adolescents in Damascus Governorate. Unpublished doctoral thesi, Damascus University, 2018. (In Arabic).

- عربية، جودي. *المرونة النفسيَّة وعلاقتها بالحياة لدى النساء المتزوجات المصابات باضطرابات الغدة الدرقية*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد بوضياف، المسيلة، (2018).

Arabic, J. Psychological resilience and its relationship to life among married women with thyroid disorders. Unpublished master's thesis, Mohamed Boudiaf University, M'Sila, 2018. (In Arabic).

- محمد، يوسف عبد الفتاح. *الضغوط النفسيَّة لدى المُعلِّمين وحاجاتهم النفسيَّة*، مجلة البحوث التربوية، جامعة قطر، 1999، 15، 195_227.

Mohamed, Y. A. Psychological Stress and Psychological Needs of Teachers, Journal of Educational Research, Qatar University, 1999,15, 195_227. (In Arabic).

المراجع باللغة الإنكليزية:

RUTTER, M. *Psychosocial resilience and protective mechanisms*, American or thopsychiatric Association, 57, (1997). 316–31.

- HERMAN, De J. *Measuring resilience, happiness and sense of coherence of teachers in rural schools*. Ph.D thesis, Faculty of Education, University of Pretoria, (2013).

استبانة المرونة النفسيَّة

البيانات الشخصيَّة:

الاسم: الحالة الاجتماعية:

العمر: سنوات الخبرة:

الجنس:

عزيزي المُعلِّم/ عزيزتي المُعلِّمة

تهدف هذه الاستبانة إلى دراسة المرونة النفسيَّة لدى معلمي التعليم الأساسي في ريف جبلة، يرجى قراءة البنود الواردة في هذه الاستبانة بعمق والإجابة عنها بصدق وموضوعية وبما يعكس الحالة التي تشعر بها بالنسبة لكل بند، علماً أنه لا توجد إجابة صحيحة أو إجابة خاطئة، ولن يطّلع على النتائج أي شخص لأنها ستبقى سريَّة وتستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

العبارة	على الإطلاق	نادراً	أحياناً	غالباً	تماماً
1-عندما أضع خططي التدريسية أواصل العمل بها حتى انجزها.					
2-عادة ما اتدبر أموري في المدرسة بطريقة أو بأخرى.					
3-قادر على الاعتماد على نفسي أكثر من اعتمادي على أي شخص آخر.					
4-اعتقد أن محافظتي على الأسلوب الممتع في التدريس واهتمامي به هو أمر مهم بالنسبة إلي.					
5-أستطيع أن أكون وحيدة إذا ما اضطررت لذلك.					
6-أشعر بالفخر تجاه إنجازات طلابي التي تم تحقيقها خلال سنوات التدريس.					
7-عادة ما أتلقى الأمور المزعجة بصدر رحب.					
8-أشعر أني متصالح مع نفسي.					
9-أستطيع أن أتعامل مع عدة مهام ضمن عملي في وقت واحد.					
10-أعتقد أني شخص ذو عزيمة وتصميم.					
11-أفكر بالهدف وراء اختلاف الأمور في الحياة.					
12-أتعامل مع الأشياء عند حدوثها ولا أقوم بوضع الخطط المستقبلية.					
13- لدي خبرة في مواجهة المواقف الصعبة التي قد أتعرض لها في المدرسة.					
14-أشعر أن عوامل الضبط الذاتي هي التي توجهني أكثر من عوامل الضبط الخارجي.					
15-أحافظ على اهتمامي بأمور مختلفة.					
16-أستطيع أن أجد شيئاً ما يضحكني ويفرحني.					
17-اعتقد أنني شخص يمكن أن يعتمد عليه الآخرون في الحالات الطارئة.					

18–يمكنني أن أنظر إلى موقف أو وضع ما من زوايا متعددة.					
19–أجد نفسي أقوم ببعض الأمور التي تخص عملي سواء أردت ذلك أم لا.					
20–إنني أجد أن هناك معنى وهدف لحياتي المهنية.					
21–لاأمعن التفكير كثيراً في الأمور التي لا أستطيع أن أفعل شيئاً بشأنها.					
22–عندما أكون في موقف صعب أستطيع أن أجد له مخرجاً.					
23–لدي ما يكفي من الطاقة لأفعل ما أريد أن أفعله.					
24–لا يزعجني أن يكون في محيط عملي بعض الذين لا يحبوني.					