

المرونة النفسية وفق بعض المتغيرات

"دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كليتي الهندسة المدنية والتربية في جامعة دمشق"

د. محمود ميلاد*

د. سليمان كاسوحة**

ثائر عيسى***

(تاريخ الإيداع 7 / 4 / 2019. قبل للنشر في 13 / 5 / 2019)

□ ملخص □

هدف البحث الحالي إلى تعرّف مستوى المرونة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، وتعرف الفروق في مستوى المرونة النفسية وفق متغير التخصص (هندسة مدنية وتربية) ومتغير الجنس (ذكور وإناث). استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة البحث الحالي، وتكونت عينة البحث من (115) طالباً وطالبة، بواقع (62) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية، و(53) طالباً وطالبة من طلبة كلية الهندسة المدنية، حيث بلغ عدد الإناث (59) طالبةً، والذكور (56) طالباً، وقد طبق على هذه العينة مقياس المرونة النفسية الذي أعده كونور ودافيدسون (2003)، وذلك بعد التحقق من صدقه وثباته من قبل الباحث.

أظهرت النتائج أن مستوى المرونة النفسية لدى أفراد العينة مرتفع، كما أظهرت وجود فروق في مستوى المرونة النفسية بين طلبة كلية التربية وكلية الهندسة المدنية، وذلك لصالح طلبة كلية التربية، ووجود فروق في مستوى المرونة النفسية وفق متغير الجنس، وذلك لصالح الذكور. استناداً الى النتائج، قدم الباحث مجموعة من المقترحات لتحسين مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة.

الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، الجنس، التخصص.

* أستاذ - قسم علم النفس - كلية التربية - جامعة دمشق - دمشق - سورية.

** أستاذ مساعد - قسم علم النفس - كلية التربية - جامعة دمشق - دمشق - سورية.

*** طالب دكتوراه - قسم علم النفس - كلية التربية - جامعة دمشق - دمشق - سورية

Psychological resilience according to some variable "field study on a sample of student of Civil engineering and Education faculty at Damascus university"

Dr. Mahmod Milad*
Dr. Souliman Kassouha**
Thaer Issa***

(Received 7 / 4 / 2019. Accepted 13 / 5 / 2019)

□ ABSTRACT □

The aim of this research is to determine the level of psychological resilience in a sample of Damascus University students. And to know differences in the psychological resilience according to the specialization variable (civil engineering and education) and to sex variable. The researcher used the descriptive approach which suits the current research.

The sample consisted of (115) male and female students with (62) students from the Faculty of Education and (53) from the Faculty of Civil Engineering. The number of male and female students was (59) females and (56) students. .

The scale of psychological resilience of Connor and Davidson (2003), was applied after verifying its validity and stability by the researcher.

Results showed that the level of psychological resilience in the sample is high, and there were differences in the level of psychological resilience between the students of the Faculty of Education and the Faculty of Civil Engineering, in favor of the students of the Faculty of Education and the existence of differences in the level of psychological flexibility according to the gender variable, in favor of mal.

Based on the results, the researcher presented a set of proposals to improve students' psychological resilience.

Key words: Psychological resilience, gender, Academic specialization.

* professor of psychology department- university Damascus- Syria.

** Assistant professor of psychology - university Damascus – Syria.

***Postgraduate student - psychology department- Damascus – Syria.

مقدمة:

إن المشكلات السلوكية تزداد يوماً بعد يوم في عصر تضخمت فيه المشكلات وتعقدت، وبانت تؤثر على الأفراد والجماعات، على الصعيدين الشخصي والاجتماعي، من هنا جاء الاهتمام بالصحة النفسية وشخصية الفرد، حيث أن العمل على تخفيف المشكلات السلوكية لا يتم إلا على أسس ومفاهيم الصحة النفسية، والتأكيد على العوامل النفسية التي تساعد الفرد على التكيف في المواقف المختلفة التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية. من تلك العوامل: المرونة النفسية، التي تظهر كأحد المتغيرات الهامة في الشخصية، من خلال القدرة على التعامل في المواقف الصعبة والمشكلات والضغوطات التي يواجهها الفرد، بهدف تحقيق عملية التكيف في الحياة الاجتماعية والمهنية والأكاديمية، فالمرونة قد تؤدي إلى زيادة الخبرة الإيجابية التي يمكن اعتبارها وسيلة فعالة لتعزيز الصحة النفسية.

كل شخص منا تعرض لموقف ضاغط في مرحلة من مراحل حياته، شكل له أزمة. لكن تختلف طرق التعاطي مع الأزمات باختلاف البيئة النفسية للفرد، حيث نجد أشخاصاً قد صمدوا أمام الأزمات والضغوط، وآخرون لم يتمكنوا من الصمود وأصيبوا باضطرابات نفسية أعاقتهم عن العيش بطريقة سوية. من الأسباب الأساسية التي مكنت هؤلاء الأشخاص من التعامل مع الظروف الصعبة وتجاوزها هو: المرونة النفسية التي تميز شخصياتهم. فالمرونة النفسية تمثل القدرة على مواجهة الشدائد والصدمات والتهديدات والأحداث الضاغطة، مع اكتساب خبرة كبيرة تمكن الفرد من التعامل مع أحداث مماثلة بكفاءة وفاعلية، ومن ثم العودة إلى الوضع الطبيعي والسوي بعد التعرض لهذه الأحداث.

تشير المرونة النفسية إلى القدرة على تطوير وزيادة الكفاءة عند مواجهة الأحداث والظروف الضاغطة والعقبات (أبو زيد، 2017، 239)، كما تشير إلى قدرة الفرد على إظهار السلوك الإيجابي التكيفي خلال مواجهة المصائب والصدمات، فالشخص غير المرن الذي لا يقبل إدخال تغيرات في ظروفه ونمط حياته يصعب عليه التكيف وتختل ثقته بنفسه وبالأخرين كلما طرأ جديد وتغيرت معطيات الواقع، أما الشخص المرن فيستجيب للبيئة الجديدة استجابة ملائمة تحقق التكيف بينهما، ومعنى ذلك أن توافق الفرد يكون أسهل كلما كان مرناً والعكس صحيح، وإذا أراد الفرد التكيف مع الحياة يجب أن يتعلم سبل التعرف على مشكلاته والإلمام بجوانبها ومعرفة سبل مواجهته واكتساب المهارات اللازمة للتعامل معها (شقورة، 2012، 19).

من السابق، يمكن القول أن امتلاك مستوى جيد من المرونة النفسية مهم جداً للإنسان في أي مرحلة من مراحل الحياة، ومؤشر على قدرته على تجاوز الصعوبات والعقبات والمواقف المؤذية نفسياً. تزداد أهمية امتلاك مستوى جيد من المرونة النفسية في المرحلة الجامعية، هذه المرحلة المقتترنة مع بداية سن الرشد، السن الذي يزداد معه مسؤوليات الفرد، فهو مازال طالباً من جهة، ويعمل بكل جهده على رسم مستقبله المهني والشخصي... الخ.

في البحث الحالي، سيقصى الباحث مستوى المرونة النفسية لدى عينة من طلبة كليتي التربية والهندسة المدنية في جامعة دمشق، وكذلك الفروق في مستوى المرونة النفسية حسب التخصص والجنس.

مشكلة البحث

المرونة النفسية هي القدرة على التكيف مع مرور الوقت مع الحياة المتغيرة أو المواقف الضاغطة، والتي تمثل التكيف الناجح مع تلك الظروف (Ahern, Kiehl, Sole, & Byers, 2006). لذلك فالمرونة النفسية لدى طلاب الجامعات لها أهميتها خاصة؛ فالحياة الجامعية يمكن أن تكون معقدة وشاقة، وتتطلب القدرة على التعامل مع متطلباتها الأكاديمية والدراسية، والتوازن الدراسي، الحياة... الخ، أشارت دراسة ستالمان (Stallman, 2010) إلى أن السبب في ارتفاع مستويات اعتلال الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة بالمقارنة مع أقرانهم من غير الجامعيين هو انخفاض مستوى

المرونة النفسية في مواجهة متطلبات الحياة الجامعية المتعددة في كثير من الحالات، وهذا ما أكدته أيضاً دراسة هاملتن وويست (Hamelton and West, 2010).

إن المرونة النفسية هي صفة شخصية تسمح للأفراد بتعديل الطريقة التي يعبرون بها عن سيطرتهم على الأنا لأجل التكيف مع بيئتهم التي يعيشون فيها، وترتبط المرونة النفسية بمجموعة من المخرجات الإيجابية والسلبية، فهي مرتبطة بالضغوط النفسية والصراعات (klohn, vandwater, young, 1996, 204). ويشير فيرنر وسميث (wener & smith) إلى أن مرونة الأنا تشكل في مجملها الأبعاد العقلية والاجتماعية والنفسية والأكاديمية لشخصية الفرد بأن تكسبه القدرة على التكيف مع الأحداث الضاغطة التي من المتوقع أن تعرقل مسيرة نمو الشخصية في الاتجاه الطبيعي، وإذا ما كان الشخص غير قادر على التعامل بمرونة مع ما يواجهه من أحداث صادمة أو ضاغطة، تشكل أحداث مؤلمة للذات، تظهر نتائجها السلبية في حياته المقبلة على المستوى النفسي والاجتماعي والأكاديمي، بأن تصبح الشخصية غير مؤهلة للحياة الطبيعية.

انطلاقاً من أهمية المرونة النفسية وارتباطها بالعديد من المتغيرات ونتائجها الإيجابية في وقاية الأفراد من التوترات النفسية ومواجهة الأحداث الضاغطة في ظل الأزمات وخلال مرحلة الحرب، جاء البحث الحالي استجابة لضرورة معرفة مدى امتلاك طلبة المرحلة الجامعية هذه السمة، ولأهمية هذه المرحلة في حياة الفرد التي تحدد مستقبله، لكي يجتاز الطالب هذه المرحلة فإنه يتوجب عليه مواجهة ضغوط الحياة والتكيف مع التخصص الدراسي والمشكلات الجامعية، كل ذلك يتطلب قدراً من المرونة النفسية يمكنه من التعامل الإيجابي والمواجهة الإيجابية لما يتعرض له من ضغوط.

لقد تناقضت نتائج الدراسات فيما يتعلق بالفروق بين الجنسين في المرونة النفسية كدراسة العاسمي (2018) والشماط (2013) اللتان توصلتا إلى عدم وجود فروق بين الجنسين، على عكس دراسة كل من الخولي (2006) الناصر ساندمان (2000) في البيئة العربية ودراسة كل من كاتلين وجيم (1997)، وحدادي وبشارت (2000)، الذين توصلوا إلى وجود فروق بين الجنسين لصالح الذكور في مستوى المرونة النفسية، مما أثار اهتمام الباحث للتعرف على هذه الفروق.

مما سبق، يمكن صياغة مشكلة البحث في الآتي:

ما مستوى المرونة النفسية لدى طلبة جامعة دمشق؟ وهل توجد فروق في مستوى المرونة النفسية تعود للجنس والتخصص الدراسي؟

أهمية البحث وأهدافه

تأتي أهمية البحث الحالي من الآتي:

1. أهمية متغير: المرونة النفسية لدى الطلبة، والتي تساعدهم على التكيف المرن مع الخبرات الضاغطة.
2. أهمية العينة المستخدمة في الدراسة الحالية، وهم طلبة المرحلة الجامعية من الكليات العلمية والنظرية، التي تعتبر بداية الطريق لاتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية.
3. إمكانية استثمار نتائج البحث في وضع برامج تدريبية لتحسين مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة، باعتبارها الركيزة الأساسية للصحة النفسية والقدرة على التكيف والإتزان.

ويهدف البحث الحالي إلى الآتي:

1. تعرف مستوى المرونة النفسية لدى عينة البحث.
 2. تعرف الفروق بين طلبة كلية التربية وطلبة كلية الهندسة المدنية في مستوى المرونة النفسية.
 3. تعرف الفروق بين الذكور والإناث في مستوى المرونة النفسية.
- سؤال البحث:** في البحث الحالي تمت الإجابة على السؤال الآتي
- ما مستوى المرونة النفسية لدى عينة البحث؟

فرضيات البحث

- سعى الباحث من خلال البحث الحالي إلى اختبار الفرضيات الآتية، وذلك عند مستوى دلالة 0.05
1. لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلبة كلية التربية وكلية الهندسة المدنية على مقياس المرونة النفسية.
 2. يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس المرونة النفسية.

حدود البحث

- حدود بشرية: طلبة كلية التربية وكلية الهندسة المدنية في جامعة دمشق.
- حدود مكانية: أجري البحث في جامعة دمشق: كليتي الهندسة المدنية والتربية.
- حدود زمنية: الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2017 / 2018.
- حدود موضوعية: اقتصر البحث الحالي على دراسة مفهوم المرونة النفسية وفق التخصص الدراسي والجنس لدى عينة من طلبة كلية التربية وكلية الهندسة المدنية في جامعة دمشق.

مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائي

المرونة النفسية Psychological resilience: تُعرف المرونة النفسية بأنها قدرة الفرد على التكيف بنجاح مع مهام الحياة في مواجهة الحرمان الاجتماعي أو الظروف المعاكسة للغاية (Pecillo, Małgorzata, 2016) ويعرفها الطحان (1992) بأنها: القدرة على التكيف في المواقف التي تحمل الإحباط حيث يلتزم الحلول المختلفة للمشكلات ولا يظهر العجز عن مواجهته.

يعرف الباحث **المرونة النفسية إجرائياً** بأنها ما تعكسه الدرجة التي حصل عليها الفرد من أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية المعتمد في الدراسة الحالية، والذي يتكون من أربعة أبعاد هي: الصلابة أو الجرأة، والتفاؤل، الحيلة، والغرض، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى أن المفحوص يتمتع بدرجة عالية من المرونة، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض درجة المرونة لدى المفحوص، وتتراوح حدود المقياس بين (25) درجة كحد أدنى و (100) درجة كحد أعلى.

التَّخَصُّص الأكاديمي (Specialization): هو القسم العلمي الذي يدرسه الطالب في الجامعة، يختص بفرع من العلوم، سواء كان نظرياً أم تطبيقياً، ويركز على إحدى جوانب المعرفة، ويُطلق على حامله "متَّخَصِّص" (الغنبوصي، 2014، 6) ويعرفه الباحث إجرائياً بأنه التَّخَصُّص الأكاديمي النظري أو التطبيقي الذي يدرسه أفراد عينة البحث في جامعة دمشق.

الدراسات السابقة

• دراسات عربية

دراسة العاسمي وبديرية (2018) في سوريا، بعنوان: **التنظيم الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية بالسويداء**. هدفت الدراسة الى تعرف طبيعة العلاقة الارتباطية بين التنظيم الانفعالي والمرونة النفسية، بالإضافة الى تعرّف الفروق وفقاً لمتغيري: السنة الدراسية والجنس. لتحقيق هذه الأهداف استخدم الباحث مقياس التنظيم الانفعالي (إعداد العاسمي)، ومقياس المرونة النفسية لكونور ودافيدسون (2001) تألفت العينة من (40) طالباً وطالبة من طلبة الصف الحادي عشر في السويداء. أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين الطلبة مرتفعي التنظيم الانفعالي ومنخفضي التنظيم الانفعالي في المرونة النفسية، وكذلك وجود فروق بين الجنسين لصالح الذكور على مقياس التنظيم الانفعالي، كما أظهرت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى المرونة النفسية.

دراسة منوخ وزيدان (2013) في العراق بعنوان: **مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص**. هدفت الدراسة إلى تعرف مستوى المرونة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الإعدادية، كذلك الكشف عن دلالة الفروق الإحصائية في المرونة النفسية وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص (علمي، أدبي) على عينة من طلبة المرحلة الإعدادية بلغت العينة (300) طالباً وطالبة من ثانوية صلاح الدين محافظة تكريت، وقد قامت الباحثة بتطبيق مقياس قداوي (2012) للمرونة النفسية. وقد أظهرت النتائج أن طلبة المرحلة الإعدادية يعانون من ضعف في مستوى المرونة النفسية، وعدم وجود فروق في مستوى المرونة بين كل من الذكور والإناث، وهناك فروق بين التخصصات (علمي، أدبي)، ولصالح التخصص الأدبي.

دراسة شقورة (2012) في فلسطين، بعنوان: **المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة**. هدفت الدراسة إلى التعرف على كل من مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، كما هدفت للتعرف عن العلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة. بلغت عينة الدراسة (600) طالباً (300) من الذكور و (300) من الإناث، واستخدم الباحث استبانة المرونة النفسية من إعداد الباحث، ومقياس الرضا عن الحياة إعداد مجدي الدسوقي (1998). بينت النتائج وجود مستوى فوق المتوسط من المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى أفراد العينة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة.

دراسة اسحاق (2009) في فلسطين، بعنوان: **فاعلية برنامج ارشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة**. هدفت الدراسة الى الكشف عن فعالية برنامج ارشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، وتكونت العينة من (116) طالباً وطالبة من طالبات المستوى الأول من كلية التربية بجامعة غزة. واستخدم الباحث مقياس مرونة الأنا من إعداد الباحث، وتوصلت الدراسة للنتائج التالية: توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد العينة على استبانة مرونة الأنا، في الاختبار البعدي والاختبار التتبعي، مما يعني قدرة البرنامج الإرشادي وفعاليتته واستمرار تأثيره في زيادة مرونة الأنا لدى عينة الدراسة.

دراسة الخولي (2006) في السعودية، بعنوان: **أثر كل من الجنس والتخصص في مستوى المرونة النفسية لدى طلاب جامعة الملك سعود**. هدفت الدراسة إلى قياس مستوى المرونة النفسية لدى طلبة جامعة الملك سعود، كما هدفت للتعرف على أثر كل من مستوى الجنس والتخصص على المرونة النفسية، استخدم الباحث مقياس راي (1995) الذي قننه على البيئة السعودية، طبق البحث على عينة مكونة من (478) طالباً وطالبة موزعين بالتساوي على الاختصاصات العلمية والهندسية والإنسانية من كلا الجنسين. أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: تمتع طلبة جامعة

الملك سعود بدرجة عالية من المرونة لنفسية، وأن الذكور أكثر مرونة من الإناث و أن ذوو التخصصات الإنسانية أكثر مرونة من التخصصات العلمية والهندسية.

دراسة الناصر وساندمان (2000) في الكويت، بعنوان: **تقييم عوامل المرونة في مواجهة الاحداث الصدمية**. هدفت الدراسة إلى التعرف على سمات الشخصية المرنة (مرونة الأنا) في المجتمع الكويتي، وطبق الباحث مقياس المرونة النفسية (ER89) وهو مقياس يتكون (14) سؤالاً وزع على عينة من (495) من الذكور والإناث أعمارهم (17) سنة فأكثر، وقد قسم الطلبة على مجموعات تبعاً للجنس والعمر ونوع التعليم ونمط الأسرة والمكانة الاجتماعية، وذلك لتقييم تأثير تلك المتغيرات على مرونة الأنا في تلك المجموعات، وتوصلت الدراسة الى أن: عينة البحث ذات مستوى مرونة عالية وكذلك أن مستوى المرونة لدى الذكور أعلى من الإناث، أما بخصوص التخصص الدراسي فكان لصالح التخصص العلمي.

دراسة مختار (2004) في الإمارات العربية المتحدة بعنوان: **مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية (الإمارات)**. هدفت الدراسة الى تعرف مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وإلى معرفة العلاقة بين المرونة النفسية كل من الجنس والتحصيل الدراسي. استخدم الباحث مقياس المرونة النفسية من إعداده وهو مكون من (74) بنداً، وقد بلغ عدد أفراد العينة (874) طالباً وطالبة، وكان المنهج وصفي. وكانت أهم النتائج التي توصل إليها: أن طلاب المرحلة الإعدادية يتمتعون بمستوى متوسط من المرونة النفسية وأن الذكور أكثر مرونة من الإناث في هذه المرحلة.

• دراسات أجنبية

دراسة كاثلين وجيم kathlin& jim (1997) في الولايات المتحدة الأمريكية بعنوان: **مواجهة الصعوبات وتعلم المرونة Hand Difficult times and learning Resiliency**. هدف البحث إلى تعزيز المرونة النفسية من خلال برامج تجريبية، استخدم الباحث نموذج التعلم التجريبي للمرونة والممارسات التنظيمية والتعليمية التي تساعد الآخرين كيف يطورون المرونة، وتوصلت الدراسة للنتائج التالية: إن إعداد الأفراد المرين عملية تحتاج وقتاً طويلاً في تطوير صحة الإنسان النفسية وتعتمد على التنشئة وعلاقات المشاركين التي تركز على الثقة والاحترام والوصول إلى أهداف ذات قيمة فيما يتعلق بتحقيق القدرة على التكيف.

دراسة حدادي وبشارت Hadadi& Besharat (2010) في إيران بعنوان: **المرونة، الحساسية النفسية والصحة النفسية Resilience Vuluerability and Mental Health**. هدفت الدراسة تعرف العلاقة بين المرونة وقابلية الإصابة بما فيها الضغوط النفسية والقلق والاكتئاب والصحة النفسية لدى عينة من الطلاب الإيرانيين، وتكونت العينة من (214) طالباً وطالبة بمتوسط أعمار (19,4)، واستخدم الباحثان مقياس المرونة النفسية الذي أعده كونور ديفيدسون ومقياس بيك للاكتئاب ومقياس القلق واستبيان الصحة النفسية، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الضغط النفسي والاكتئاب والقلق والمرونة النفسية، وأن مؤشرات الصحة النفسية المنخفضة أو السلبية تتأثر بمستويات مختلفة من المرونة النفسية من خلال احترام الذات، الكفاءة الشخصية، والمثابرة، والتدين والسيطرة. كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في المرونة النفسية، وذلك لصالح الذكور.

دراسة هاميل Hamill (2005)، بعنوان: **المرونة والكفاءة الذاتية وأهمية معتقدات الكفاءة وآليات التعامل لدى المراهقين المرينين: RESILIENCE AND SELF-EFFICACY: THE IMPORTANCE OF EFFICACY BELIEFS AND COPING MECHANISMS IN RESILIENT ADOLESCENTS**.

هدفت الدراسة قياس القدرة على المرونة بين المراهقين الذين يستخدمون كلاً من التقرير الذاتي وبيانات الوالدين. وقد تكونت العينة من (43) من المراهقين، الذين تراوحت أعمارهم بين (16-19) عاماً من طلاب المدارس الثانوية المسجلين في فئة علم النفس الاختيارية. تم قياس الفعالية الذاتية، وتصورات الضبط الانفعالي، والاستجابة للضغط، والمثابرة وآليات التكيف باستخدام العديد من الاستبيانات والمهام المنظمة. وقد أسفر التحليل عن أربع مجموعات متميزة: المراهقون المرين والمراهقون المختصين، والمراهقين غير المتكافئين، ومجموعة منخفضة الكفاءة. وكان المراهقون المرين والمختصين متشابهين من حيث الكفاءة الذاتية وآليات التكيف، وسجلت المجموعة منخفضة التكيف على المقاييس الفرعية درجات أقل من تلك التي تتمتع بها المجموعات المرنة والمختصة. وكانت الكفاءة الذاتية والقدرة على التعبير عن استجابات التعامل للخصائص الشخصية المهمة التي ميزت المجموعة المرنة من الشباب غير المرين. ولم يختلف الضبط الداخلي والاستجابة للضغط والمثابرة والقدرة على اختيار خيارات التكيف الإيجابية بين المجموعات الأربع، مما أدى إلى إمكانية أن تؤدي هذه الخصائص دوراً أقل أهمية في تنمية الكفاءة في مواجهة الشدائد.

التعقيب على الدراسات السابقة وموقع الدراسة الحالية منها

تناولت الدراسات السابقة المرونة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات كالجنس والتخصص الدراسي، وقد استثمر الباحث هذه الدراسات في البحث الحالي سواء من حيث المنهجية أو من حيث الجانب العملي وتطبيق المقاييس على عينة الدراسة.

وقد تشابه البحث الحالي مع بعض الدراسات السابقة في اختيار المرحلة العمرية، ومع بعضها الآخر في اختيار الجنس والتخصص الدراسي كمتغيرات للبحث، في حين اختلف عنهما من حيث دراسة العلاقة الارتباطية في المرونة النفسية تبعاً لمتغيرات الجنس والاختصاص في البيئة السورية، وعلى عينة من طلبة جامعة دمشق من تخصصين مختلفين الهندسة المدنية وكلية التربية.

بناءً على ما تقدم إن هذه الدراسة يمكن أن تسهم في إعداد قاعدة معرفية وبحثية لإجراء المزيد من الدراسات حول المرونة النفسية، لاسيما من ناحية إعداد البرامج لتحسين المرونة النفسية لدى الطلبة.

منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة البحث، حيث يعتمد المنهج الوصفي على رصد الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً، من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أو التعبير الكمي الذي يعطي وصفاً رقمياً يوضح مقدار وحجم الظاهرة (ميلاد والشماس، 2012، 86)

مجتمع البحث وعينته

تكون مجتمع البحث من جميع طلبة جامعة دمشق (،)، أما العينة فقد تكونت من (115) طالباً وطالبة من طلاب جامعة دمشق بواقع (62) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية، و (53) طالباً وطالبة من طلبة كلية الهندسة المدنية، بلغ عدد الإناث (59) طالبة، وبلغ عدد الذكور (56) طالباً.

أداة البحث

للإجابة عن أسئلة البحث الحالي واختبار فرضياته، استخدم الباحث، لجمع المعطيات التي تتيح الوصول إلى النتائج وتحقيق أهداف البحث، مقياس المرونة النفسية Psychological Resilience ، ملحق رقم (1).

• وصف المقياس: أعد هذا المقياس كونور ودافيدسون (Connor and Davidson,2003) والذي يرمز له بالاختصار التالي (CD-RISC)، نقله الى العربية العاسمي (2012) ، حيث يتألف المقياس من (25) عبارة تقريرية، موزعة على أربعة أبعاد أساسية، وكل عامل يتكون من عدة بنود أو عبارات، بعضها إيجابي وبعضها الآخر سلبي، حيث يجيب المفحوص على هذه العبارات من خلال متدرج من خمس درجات، يبدأ من (غير موافق إطلاقاً) إلى (موافق بشدة)، وتتراوح الدرجة لكل عبارة بين (0 - 4) درجات، والدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين (0 - 100) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة على أن المفحوص يتمتع بدرجة عالية من المرونة. أما العوامل التي يتألف منها المقياس حسب التحليل العاملي كونور ودافيدسون فهي التالية: العامل الأول، الصلابة أو الجراءة Hardness، العامل الثاني: التفاؤل Optimism، العامل الثالث: قلة الحيلة Resource Fulness، العامل الرابع: الغرض Purpose.

• الخصائص السيكومترية للمقياس:

- ✓ **الصدق الظاهري (صدق المحكمين):** تم تحكيم المقياس من قبل عدد من أعضاء الهيئة التدريسية في جامعتي دمشق وتشرين وتم الالتزام بملاحظاتهم حول تعديل بعض البنود.
- ✓ **الصدق البنوي:** تم حساب الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس المرونة النفسية على أفراد العينة الاستطلاعية التي بلغ عددها (25) طالباً من خارج عينة البحث، وذلك بهدف التعرف على الترابط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس، حيث توصلت التحليل إلى النتائج التالية كما يوضحها الجدول الآتي:

جدول (1) الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس المرونة النفسية

الأبعاد	طلاب كلية الهندسة المدنية	طلاب كلية التربية
الصلابة	0.48	0.53
التفاؤل	0.35	0.45
الحيلة	0.30	0.63
الغرض	0.38	0.58

يتضح من الجدول (1) أن قيم معامل الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس هي قيم دالة، وهذه النتيجة تؤكد على قدرة المقياس على قياس ما ينبغي قياسه في البحث الحالي.

- ✓ **ثبات المقياس:** لقياس ثبات المقياس، تم استخدام معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لعبارات مقياس المرونة لدى أفراد عينة التربية والهندسة المدنية ، وذلك كما يظهره الجدول الآتي:

جدول (2) ثبات مقياس المرونة باستخدام ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

الأبعاد الفرعية	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
الصلابة	0,76 (**)	0,65 (**)
التفاؤل	0,85 (**)	0,74 (**)
الحيلة	0,59 (**)	0,67 (**)
الغرض	0,61 (**)	0,81 (**)
الدرجة الكلية	0,55 (**)	0,59 (**)

يتبين من الجدول (2) أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات، حسب معادلة كرونباخ والتجزئة النصفية بالنسبة للتربية والهندسة المدنية، وهذا ما يبرر استخدامه في البحث الحالي.

نتائج البحث وتفسيرها:

1. الإجابة عن سؤال البحث: ما مستوى المرونة النفسية لدى عينة البحث؟

للإجابة عن هذا السؤال، قام الباحث بحساب مستوى المرونة النفسية لدى أفراد العينة، حيث تم تقسيمه وفقاً لدرجته العظمى إلى ثلاث مستويات، حيث أن الدرجة العظمى للمقياس (100) والدرجة الدنيا (0)، المستويات هي:

- مستوى مرونة نفسية ضعيف: للدرجات من 0-33
- مستوى مرونة نفسية متوسط للدرجات من 34-66
- مستوى مرونة نفسية مرتفع للدرجات 67 فما فوق

بناءً على ذلك تم حساب النسب المئوية للأفراد ضمن كل مستوى من المستويات السابقة، والجدول رقم (3) يوضح النتائج

النسبة المئوية			عدد الأفراد			المستوى
العينة الكلية	المدنية	التربية	العينة الكلية	المدنية	التربية	
0%	0%	0%	0	0	0	ضعيف
11,80%	10,71%	12,90%	14	6	8	متوسط
88,18%	89,28%	87,09%	115	50	54	مرتفع

نلاحظ من الدول السابق أن نسبة 88,18% من أفراد عينة البحث تمتلك مستوى مرونة نفسية مرتفع، وهذا يعني أن طلبة جامعة تشرين يمتلكون مستوى مرونة مرتفع عموماً. يفسر الباحث ذلك بأن الظروف القاسية التي مرت بها البلاد خلال ثماني سنوات من الحرب، قد طور لدى الأفراد مهارات للتعامل مع الأزمات، والظروف الصعبة، والضغوط والصدمات التي يواجهونها، مما جعلهم أكثر قدرة على التكيف مع ظروف الحياة الصعبة. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الناصر وساندمان (2000)، ودراسة مختار (2004)، ودراسة الخولي (2006)، وتختلف مع دراسة منوخ، زيدان (2013).

2. اختبار الفرضية الأولى، وتفسيرها:

لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلبة كلية التربية وكلية الهندسة المدنية على مقياس المرونة النفسية، تم استخدام قانون "ت" ستودنت لعينتين مستقلتين لحساب هذه الفروق بين طلبة كلية الهندسة المدنية وطلاب كلية التربية في المرونة النفسية، وذلك تظهر نتائجها في الجدول (4):

جدول (4) الفروق بين متوسطي درجات طلبة كلية الهندسة المدنية وكلية التربية في المرونة النفسية

اتجاه الفروق	قيمة ت	التربية (62)			المدني (53)		الأبعاد
		د.ح	ع	م	ع	م	
غير دال	0,680	113	4,39	18,07	4,72	17,49	الجرأة
لصالح التربية	3,04	113	5,01	20,03	5,04	17,13	التفاؤل

الحيلة	14.30	5,09	15.07	4.7	113	0,819	غير دال
الغرض	13,06	5,4	13.55	4,35	113	0,552	غير دال
الدرجة الكلية	62.00	13,25	66,71	9.63	113	2,17	لصالح التربية

يتضح من الجدول السابق الآتي:

- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات الدرجة الكلية على مقياس المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية وكلية الهندسة المدنية وجاءت هذه الفروق لصالح طلبة كلية التربية.
- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01) بين متوسط درجات بعد التفاوض بين طلبة كليتي التربية والهندسة المدنية، وجاءت هذه الفروق لصالح طلبة كلية التربية.
- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة كلية التربية وكلية الهندسة المدنية في الأبعاد التالية على مقياس المرونة (الجراً، الحيلة الغرض).

يعزو الباحث هذه النتيجة إلى طبيعة المواد التدريسية في كليتي الهندسة المدنية والتربية، فأغلب المقررات الدراسية في الهندسة المدنية هي مقررات عملية، بينما المقررات في كلية التربية فمعظمها نظرية، وهي وتتركز على الجانب النفسي وعلم نفس الشخصية، مما أكسبهم نوعاً من المرونة النفسية أفضل من طلبة الهندسة المدنية، الذين يركزون على الجانب العلمي الواقعي المادي، فالأشخاص الذين تتنوع أساليبهم المعرفية وخبراتهم النظرية تزيد قدرتهم على تنوع أساليبهم تبعاً للمواقف التي يواجهونها، وبالتالي يتمتعون بمرونة نفسية أكبر تمكنهم من التوافق مع الأحداث الضاغطة والتقليل من آثارها السلبية على حياته المستقبلية.

3. نتيجة الفرضية الثانية وتفسيرها:

لاختبار الفرضية التي تقول: لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس المرونة النفسية، استخدم لهذا الغرض قانون "ت" ستودنت لعينتين مستقلتين، وذلك كما تظهر النتائج في الجدول التالي:

جدول رقم (5) الفروق بين الذكور والإناث في المرونة النفسية

اتجاه الفروق	قيمة ت ودالاتها	ذكور (ن=56)			إناث (ن=59)		أبعاد مقياس المرونة النفسية
		د.ح	ع	م	ع	م	
لصالح الذكور	4,68	113	4,04	19,75	4,30	16,08	الجراً
لصالح الذكور	3,28	113	4,64	20,22	5,04	17,11	التفاوض
لصالح الذكور	6,02	113	4,64	17,26	3,92	12,45	الحيلة
لصالح الذكور	3,68	113	4,84	14,96	4,11	11,88	الغرض
لصالح الذكور	8.43	113	8,51	72,20	9,92	57,53	الدرجة الكلية

من الجدول السابق، نلاحظ وجد أن هناك فروقا دالة في مستويات المرونة النفسية بين الذكور والإناث، وذلك لصالح الذكور، وقد يعود ذلك إلى العادات والتقاليد السائدة والقيود التي مازال يفرضها المجتمع على الإناث، بينما يتمتع

الذكور بمقدار أكبر من الحرية والسيطرة وتحمل المسؤولية والتعامل مع تجارب جديدة، مما يكسبهم استراتيجيات للتعامل مع هذه الضغوط وتحقيق قدر أكبر من المرونة النفسية. وتتفق نتائج الدراسة مع دراسة الخولي (2006) التي تؤكد أيضاً أن الذكور يتمتعون بمرونة نفسية أكثر من الإناث، كما أظهرت نتائج دراسة Jowkar & Noorafshan (2001) فروقاً بين الذكور والإناث حيث كانت تشير نتائج الإناث إلى مؤشر سلبي للكفاءة الشخصية، وتماسك البنية الشخصية، بينما كانت نتائج الذكور تشير إلى مؤشراً إيجابياً كبيراً للكفاءة الاجتماعية والمرونة النفسية. كما تختلف نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة العاسمي (2018) التي توصلت لعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في المرونة النفسية.

الاستنتاجات و التوصيات

توصل الباحث في هذا البحث إلى تأكيد أن طلبة كليتي التربية والهندسة المدنية في جامعة دمشق يتمتعون بمستوى مرونة نفسية مرتفع، وأن طلبة كلية التربية لديهم مستوى مرونة نفسية أعلى من طلبة كلية الهندسة المدنية. كما أظهرت أن فروق جوهرية في مستوى المرونة النفسية بين الذكور والإناث وذلك لصالح الذكور. استناداً إلى النتائج السابقة، يقترح الباحث الآتي:

- (1) ضرورة تفعيل دور الارشاد النفسي المدراس، لما له من دور في مساعدة الطلبة على تحسين مستوى المرونة النفسية.
- (2) ضرورة تصميم وتطبيق برامج إرشادية لرفع مستوى المرونة النفسية لدى الطلاب.
- (3) إجراء المزيد من الدراسات حول المرونة النفسية، نظراً لأهميتها في تحسين مستوى التكيف والتعامل مع الضغوط.

المراجع

المراجع العربية:

- أبو زيد، أحمد. فاعلية برنامج ارشادي لتنمية الكفاءة الذاتية في تحسين المرونة النفسية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، *مجلة التربية الخاصة*، مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية بكلية التربية، جامعة الزقازيق، المجلد 5، العدد 18، ج2، مصر 2017.
- حسان، ولاء اسحاق. فاعلية برنامج ارشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية بالجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين، (2010).
- الخطيب، محمد جواد محمد. تقييم عوامل مرونة الأنا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الأحداث الصادمة، جامعة الأزهر، *مجلة الجامعة الإسلامية*، المجلد 15، العدد 2، غزة، فلسطين، (2007).
- الخولي، عز الدين أحمد، أثر كل من الجنس والتخصص في مستوى المرونة النفسية لدى طلبة جامعة الملك سعود، رسالة منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود، العدد 7، 175، 2006.
- ساندمان، مارك، والناصر، فهد. تقييم عوامل المرونة في مواجهة الاحداث الصدمية في الكويت، *المجلة الطبية*، جامعة السلطان قابوس، 2000، 111-116.

- شقورة، يحيى. المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر، 2012.
- الطحان، محمد خالد، مبادئ الصحة النفسية، الطبعة الثالثة، دار القلم للنشر والموزع، الإمارات العربية، دبي، 1992، 76-81.
- العاسمي، رياض. بدرية، على، التنظيم الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية بالسويداء، مجلة جامعة تشرين، سوريا، 2018، N 03, Vol 40.
- مختار، عبد العزيز عبدالله. مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالجنس والتحصي، مجلة التربية، دولة الامارات، العدد90، ص100-105، 2004.
- منوخ، مرشد، و زيدان، ربيعة. مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص، مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية، المجلد 20، العدد 6، 2013.

المراجع الأجنبية:

- KLOHNEN E.C,VANDERWATER .A& YOUNG.A, Negotiating the Middle years: Ego Resiliency and succesful midlife adjustment in women psychology and Aging (1997), 11,431-442.
- KONARD, KATHLEEN, BRONSON&JIM. Hand difficult times and learning Resiliencym Annual AFE international conference. MADISON WI: University of Wisconsin- Madison/Extention.
- Madison WI: University of Wisconsin-Madison/Extension. Konard,
- WERNER,F.E&SMITH R,S. Overcoming The Odds High Risk Children from from Birth to adult hood, Newyork, cornell university press(1992).
- HADDADIPARVANEH, BESHARAT,MOHAMMAD ALI, Vulnerability and Mental Health, procedia, 2010, Vol,5,pp:639-642.
- Hamill ,K.Sarah .(2015).*RESILIENCE AND SELF-EFFICACY: THE IMPORTANCE OF EFFICACY BELIEFS AND COPING MECHANISMS IN RESILIENT ADOLESCENTS* , Colgate University Journal of the Sciences 115,146
- Kathleen, Bronson, Jim, (1997)." Hand Difficult Times and Learning
- Pecillo, Małgorzata (2016). "The concept of resilience in OSH management: A review of approaches". International Journal of Occupational Safety and Ergonomics. 22 (2): 291–300*American Psychological Association. (2014). The Road to Resilience. Resiliency", Annual AEE International Conference.