مجلـــة كليـــة التربيـــة طرابلـــس

Journal of the Faculty of Education Tripoli

المرونة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير جامعة طرابلس

د عبير محمد أبو القاسم بن كافو، رياض الأطفال، كلية التربية قصر بن غشير، جامعة طرابلس، طرابلس، ليبيا

د نجوى أحمد علي معيقل، العلوم التربوية والنفسية، كلية التربية طرابلس، جامعة طرابلس، طرابلس، ليبيا

البريد الإلكتروني للمؤلف المكلف بالتواصل: najwamuqil@gmail.com

Article history

Received: Month Dec,2025 Accepted: Month Dec,2025

الملخص:

يهدف هذا البحث إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات المتمثلة في الجنس، التخصص، سنوات الخبرة لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير جامعة طرابلس، وتكونت عينة البحث من (54) عضو هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير، وتم تقسيمهم إلى (24) أستاذا، (30) أستاذة، واستخدمت الباحثتان مقياس المرونة النفسية لكونور ودافيدسون (Connor,Davidson) المعد من قبل سنغ ونان يو Singh، Nan ya، (2010) ترجمة أحمد البيومي (2020) والذي يتكون من (25) عبارة لقياس المرونة النفسية، وأظهرت نتائج البحث أن مستوى المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير جامعة طرابلس كان مرتفعاً، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطات درجات إجابة عينة البحث حول مستوى المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس، وأيضا لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطات درجات إجابة عينة البحث حول مستوى المرونة النفسية تبعاً لمتغير التخصص، ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطات درجات إجابة عينة البحث حول مستوى المرونة النفسية تبعاً لمتغير سنوات الخبرة.

الكلمات المفتاحية : المرونة النفسية – المتغيرات الأكاديمية (الجنس، التخصص، سنوات الخبرة) - أعضاء هيئة التدريس - كلية التربية قصر بن غشير.

Psychological Resilience and Its Relationship with Some Variables Among a Sample of Faculty Members at the Faculty of Education, Qasr Ben Ghashir, University of Tripoli

A B S T R A C T:

This study aims to identify the level of psychological resilience and its relationship with certain variables, namely gender, specialization, and years of experience, among a sample of faculty members at the Faculty of Education, Qasr Bin Ghashir, University of Tripoli. The study sample consisted of 54 faculty members, including 24 male and 30 female instructors. The researchers used the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) developed by Connor and Davidson and adapted by Singh and Nan Ya (2010), translated into Arabic by Ahmed El-Bayoumi (2020). The scale includes 25 items designed to measure psychological resilience.

The results of the study revealed that the level of psychological resilience among faculty members at the Faculty of Education, Qasr Bin Ghashir, University of Tripoli was high. Furthermore, there were no statistically significant differences at the 0.05 level in the mean scores of participants' responses regarding psychological resilience according to gender, specialization, or years of experience.

Keywords: Psychological resilience – Academic variables (gender, specialization, years of experience) – Faculty members – Faculty of Education, Qasr Bin Ghashir.

المقدمة :

يعد التعليم الأساس التي تقوم عليه نهضة المجتمعات وتطورها، فهو الوسيلة الفعالة لتنمية القدرات البشرية وتطوير الفكر، ومن خلاله يتم وإعداد الأفراد وتأهليهم للمشاركة الإيجابية في بناء مجتمع متقدم، وبناء جيل قادر على مواجهة تحديات المستقبل وتحقيق التنمية الشاملة.

وتعتبر الجامعة من أهم المؤسسات التعليمية التي تسعى إلى بناء جيل قادر على مواكبة متطلبات العصر وتحدياته بكونها بيئة تعليمية تجمع بين التعليم والبحث العلمي وتعمل على تنمية قدرات الطالب ومهارته وتساهم في تخريج كفاءات قادرة على الإسهام في التقدم، وتضم نخبة من أعضاء هيئة التدريس الذين يقع على عاتقهم مسؤولية نقل المعرفة للطلاب، وإكسابهم الخبرات اللازمة لبناء شخصياتهم بناء متكاملا لتحقيق التكيف الأكاديمي ، وفي هذا الإطار تلعب المرونة النفسية دورا مهما للأستاذ الجامعي فهي تمنحه القدرة على التوزان النفسي والتكيف مع تحديات وضغوطات التدريس والمواجهة الإيجابية لهذه الضغوط، والتعامل بصبر وتفاهم مع الطلاب، مما يخلق مناخا تعليميا يشجع على التواصل الفعال، وينعكس إيجاباً على العملية التعليمية ونجاح الطلاب في مسيرتهم الجامعية.

ويشير(الشرقاوي، 1983) إلى أن الشخص الصحيح نفسيا هو الذي يملك اتزانا انفعاليا يمكنه من السيطرة على انفعالاته بمرونة عالية عندما يتعرض لمواقف صعبة، فيوجهها حسب طبيعة الموقف مواجهة واعية، فيكون بذلك قادرا على التأقلم والتكيف معها.(1)

لذلك فالمرونة النفسية تطلق على الشخص القادر على الاستجابة للمواقف المتباينة، فهي التوافق النفسي الجيد مع الظروف السيئة ومواقف الحياة الضاغطة التي يوجهه الفرد، والتي تعبر عن قدرته على تخطيها بشكل ايجابي بفاعلية واقتدار ، لذلك تعتبر أساسًا وسمةً من سمات الشخصية السوية. (2).، ولها دور مهم في قدرة المعلم على مواجهة التحديات والضغوطات والتكيف معها في البيئة التعليمية، ولها الأثر الإيجابي في المحافظة على صحة المعلم النفسية والجسمية، وتساهم في تحسين أدائه وتفاعله مع الطلبة والزملاء.(3)

ومن خلال ما سبق يمكن القول إن الشخص المرن نفسياً يتصف بقدرته العالية على التوافق الجيد والتكيف مع الضغوطات والتحديات المختلفة مع القدرة على توجيه انفعالاته وإدارة مشاعره بفعالية والتغلب على الآثار السلبية للمواقف الضاغطة ، وبما أن الأستاذ هو حلقة الوصل بين المعرفة والطلبة، وهو أحد العناصر الأساسية المهمة في العملية التعليمية لما يمتلكه من قدرات ومؤهلات علمية تمكنه

من إنجاز مهامه التدريسية على أكمل وجه، لذا يفترض أن يتمتع بدرجة عالية من المرونة النفسية داخل البيئة الجامعية وفي تعامله مع طلابه لتحقيق التوافق المهني ومواجهة ضغوط العمل بفاعلية.

مشكلة البحث :

تعد المرونة النفسية مكونا أساسيا من مكونات الصحة النفسية، إذ يتميز الشخص المرن بقدرته على التوافق النفسي مع الظروف الصعبة والمواقف الضاغطة والتعامل معها بإيجابية، مما يمكنه من مواصلة الحياة بكفاءة وفاعلية، وهذا ما أكدته العديد من الدراسات مثل دراسة (خالد الربخي، 2016) التي ترى أن المرونة النفسية المرتفعة تساعد بصورة كبيرة على التقليل من الضغوط النفسية التي يتعرض لها المعلم في بيئة العمل والأداء الوظيفي بفاعلية.(4)، ودراسة (خالد الطيار, 2024)، التي ترى أنه يوجد علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وجودة الحياة المهنية للمعلمين، وأن أثر المرونة النفسية يظهر في قدرة المعلمين على التكيف مع التحديات المهنية المتغيرة والضغوط النفسية المحتملة التي قد يواجهونها في بيئة العمل، (5) وتؤكد إيلي ثارب (Eli Tharp, Toni,2005,) أن الأفراد ذوي المرونة النفسية المرتفعة يتمتعون بدرجة عالية من التوافق المهني والرضا الوظيفي وأنهم أكثر اندماجاً في وظائفهم وأقل اغترابا في بيئة العمل، ويتمتعون بقدرة عالية على مواجهة الضغوط، على عكس الأفراد ذوي المرونة النفسية المنخفضة هم أقل قدرة على مواجهة ضغوط العمل والأداء الوظيفي بفاعلية. (6)

فالمرونة النفسية لها دور كبير في تحديد قدرة الأستاذ الجامعي على التوافق الفعال والمواجهة الواعية للعوائق والمواقف التي تعترضه، حيث يشير (محمد أبو الحلاوة، 2013) إلى أن المرونة النفسية هي فكرة ميل الفرد إلى الثبات والحفاظ على هدوئه واتزانه الذاتي عند التعرض للضغوط أو المواقف العصيبة، فضلا عن قدرته على التوافق الفعال والمواجهة الإيجابية لهذه الضغوط، وبالتالي سرعة التعافي والتجاوز السريع للمواقف الصادمة والعودة للحالة الوظيفية العادية. (7)

واتفق كلٌ من ستالمان (Stallman,2010)، ولونج (Long,2011) على أن عدم الاهتمام بالمرونة النفسية في مواجهة متطلبات الحياة في المؤسسات التعليمية المتعددة تؤثر سلبيا على الصحة النفسية للأفراد بهده المؤسسات سواء بالنسبة للطلاب أو المعلمين. (8)

ومن خلال ما سبق يمكن القول بأن المرونة النفسية تعد عاملا أساسيا للأستاذ الجامعي في مواجهة التحديات والضغوطات والتكيف معها في بيئة العمل الجامعية، ومن خلال عملي كعضو هيئة التدريس بالجامعة أدرك بأن المرونة ليست مجرد قدرة على التكيف مع الضغوط، بل هي مهارة اساسية تساعدني على التعامل مع الطلاب بطريقة إيجابية ، وفهم احتياجاتهم وتقديم الدعم لهم بأساليب تعليمية تراعي اختلاف شخصياتهم ومستوياتهم ، مما يعزز فرص نجاحهم الأكاديمي وتطورهم الشخصي داخل البيئة التعليمية، وبالتالي فإنه أوجب على الأستاذ الجامعي أن يمتلك قدرا كافيا من المرونة النفسية من خلال ضبط انفعالاته والتحكم فيها والتعامل الفعال مع المواقف التعليمية الضاغطة التي قد تواجهه أثناء عمله الأكاديمي، مما يحفز قدراته على العطاء والتجديد وضمان بيئة تعليمية إيجابية وناجحة؛ولأن افتقاد الأستاذ الجامعي للمرونة النفسية يمكن أن يؤدي إلى استنزاف بدني وانفعالي قد يعوق تحقيق الاتزان الفكري والنفسي، ويؤثر بالسلب على أداء واجباته المهنية على أكمل وجه، عليه تسعى الباحثتان من خلال البحث الحالي تحديد مستوي

المرونة النفسية لدي عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير جامعة طرابلس تبعا لمتغير الجنس والتخصص، وسنوات الخبرة **من خلال التساؤلات الاتية :**

ما مستوى المرونة النفسية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية (قصر بن غشير) بجامعة طرابلس؟

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس كلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المرونة النفسية تبعا لمتغير التخصص لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المرونة النفسية تبعا لمتغير سنوات الخبرة لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس؟

أهداف البحث :

1. التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس.
2. التعرف على الفروق في درجات المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس.
3. التعرف على الفروق في درجات المرونة النفسية تبعا لمتغير التخصص لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس.
4. التعرف على الفروق في درجات المرونة النفسية تبعا لمتغير سنوات الخبرة لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس.

أهمية البحث :

الأهمية النظرية : يمكن للجانب النظري الوارد في هذا البحث أن يضيف معرفة جديدة للباحثين، ويزود المكتبة العربية بإطار نظري جديد حول المرونة النفسية وجانبها النفسي لدى الاستاذ الجامعي ، وقد تفيد الدراسات السابقة الموجودة في هذا البحث المهتمين ونتائج تطبيقها عالميا.

الأهمية التطبيقية : تفيد نتائج هذا البحث وتوصياته مؤسسات التعليم العالي بإعداد برامج تدريبية وإرشادية وورش عمل لأعضاء هيئة التدريس لتنمية المرونة النفسية لديهم، لأن الاستاذ الجامعي يعتبر الركيزة الأساسية في تكوين الطالب، وبالتالي فإن الاهتمام بجوانب حياته النفسية خاصة فيما يتعلق بالمتغيرات الإيجابية كالمرونة النفسية تزيد من فعالية أدائه المهني ، وتعود بالنفع على الأستاذ والطالب والمؤسسة الجامعية.

حدود البحث :

الحدود الموضوعية : يتحدد هذا البحث بموضوع المرونة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية (قصر بن غشير).

الحدود البشرية : اقتصر هذا البحث على عينة من أعضاء هيئة التدريس كلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس.

الحدود المكانية : تم تطبيق البحث بكلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس الواقعة ببلدية طرابلس \ ليبيا.

الحدود الزمانية : تم تطبيق المقياس خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2024 – 2025.-

مصطلحات البحث :

المرونة النفسية : هي قدرة الفرد على المواجهة والتوافق الإيجابي الفعال مع الضغوط والأحداث الصادمة وسرعة التعافي من التأثيرات السلبية لتلك الضغوط والعودة سريعا إلى التوزان مع التوظيف الإيجابي للمصاعب والتحديات واعتبارها فرصة للنمو والارتقاء والازدهار الشخصي. (9)

تعرف الباحثتان المرونة النفسية إجرائياً : بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها الأستاذ الجامعي نتيجة إجابته عن فقرات مقياس المرونة النفسية المستخدم في البحث.

الأستاذ الجامعي : هو عضو هيئة التدريس في مؤسسات التعليم العالي، يتمتع بمؤهل علمي عالي، ويكلف بمسؤوليات متعددة كالتدريس والبحث العلمي والإشراف الأكاديمي والإنتاج العلمي والمهام العلمية، ولا يقتصر دوره على نقل المعرفة فقط، بل يمتد ليشمل التوجيه والتحفيز، وهو عنصر أساسي في تحقيق اهداف الجامعة.

أدبيات البحث :

مفهوم المرونة النفسية :

تعتبر المرونة من مؤشرات الصحة النفسية للفرد، إذ تعكس قدرته على التكيف الإيجابي مع الضغوط والتحديات، وتعد عاملا مهما في تحقيق التوزان النفسي والنجاح في الحياة. وقد عرفت (دنيا عيسى، 2023) المرونة النفسية بأنها:قدرة الشخص على تحمل المواقف الصعبة والتعامل مع المشكلات والضغوط والتوتر وإعادة النظر في أفكاره ومواقفه وقراراته ونمط حياته.(10).

وعرفتها (أميرة بريص وهاجر بريص، 2022) : بأنها قدرة الفرد على مواجهة المواقف المختلفة والرد عليها بشكل عقلاني، والتصدي لها، والتكيف الجيد مع الأحداث الصادمة، وإقامة علاقات طيبة مع الآخرين.(11)

وعرفت الجمعية الأمريكية لعلم النفس المرونة النفسية بأنها عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد والصدمات، والنكبات، أو الضغوط النفسية التي يواجها الأفراد مثل :المشكلات الأسرية، مشكلات العلاقات مع الآخرين، والمشكلات الصحية الخطيرة، وضغوط العمل والمشكلات المالية، والتخلص من الضغوط الصعبة ومواصلة الحياة بفاعلية. (12)

ومن خلال ما سبق يمكن استخلاص تعريف للمرونة النفسية بأنها : قدرة الأستاذ الجامعي على التكيف مع الضغوطات والتحديات الأكاديمية والمهنية، والتعامل بفعالية مع التغييرات المفاجئة والمواقف الصعبة وإيجاد حلول لها،

من خلال التحلي بالصلابة والتفاؤل ووجود مصادر المساندة وتعددها والوصول للهدف، للحفاظ على الأداء الجيد والصحة النفسية.

صفات الأفراد ذوي المرونة النفسية :

يرى أنه يمكن تحديد مؤشرات المرونة وذلك من خلال الصفات الشخصية المميزة **(Wolin,1993)** للأشخاص ذوي المرونة النفسية العالية، والتي تشمل :

1. الاستبصار : وهي قدرة الفرد على فهم المواقف المتنوعة وسلوكيات الأشخاص المختلفة؛ ليستطيع تكييف سلوكه ليتناسب مع المواقف المختلفة مما يزيد من فهمه لنفسه وللآخرين.
2. الاستقلال : وهي قدرة الفرد على التوزان مع نفسه ومع الآخرين وتكيفه مع ذاته بحيث يحدد ما له، وما عليه.
3. الإبداع : وهي القدرة على الاختلاق وابتكار أفكار جديدة تمكن الفرد من التكيف مع مختلف الظروف وتحدي المصاعب والمخاطر بالتالي الاندماج مع كافة أشكال السلوكيات السلبية، ويُمَكِّن الإبداع الفرد من صناعة واتخاذ القرار.
4. روح الدعابة : وهي قدرة الفرد على إدخال السرور على النفس وعلى الآخرين مما يضفي على حياة الفرد الإيجابية وتجاوز الظروف الصعبة.
5. المبادرة : وهي قدرة الفرد على البدء في تحدي الأحداث ومواجهتها معتمدا على حدسه وسرعة بديهته وإدراك النتائج الإيجابية الصحيحة.
6. تكوين العلاقات : وهي قدرة الفرد على تكوين علاقات إيجابية قوية مع الآخرين من خلال قدرته على التواصل الفعال.(13)

وترى (سمية المالاتي وعمران دخللة، 2023) أن الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية تكون لديهم صفات ايجابية تمكنهم من مواجهة الضغوط والتعامل معها بفعالية والتغلب عليها.(14)

وفي هذا الاطار ترى الباحثتان أن الفرد المرن نفسيا من صفاته الصبر والتسامح والمبادرة وتكوين علاقات إيجابية مع الآخرين، وامتلاك القدرة على حل المشكلات، والتكيف مع الضغوط النفسية بفاعلية.

فوائد المرونة النفسية :

الصحة النفسية : من فوائد المرونة النفسية تحقيق الصحة النفسية، فالصحة النفسية هي النضج الإنفعالي والاجتماعي وتوافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين والقدرة على تحمل مسئوليات الحياة.

النظرة الإيجابية للحياة : كلما كان الإنسان متحلٍ بخاصية المرونة كان أكثر إيجابية في التعامل مع ما يدور حوله.

الاستمرارية في العطاء : الإنسان المرن يتميز بالاستمرارية في العطاء، ولا يعرف الانقطاع.

الاتصال الفعال : وهو تفاعل الفرد مع محيطه، فالإنسان المرن يتصف بخاصية الاتصال الفعال وتقبل الآخرين والتفاعل معهم بإيجابية. (15)

ويرى (يحيى شقورة، 2012) أن المرونة النفسية تساعد الفرد على تحقيق أهدافه بنجاح، وتساعده على التكيف والتقييم الصحيح، وتفتح باب الحوار وتوسع مجال الصراحة بين الأفراد، وتقلل من حدة التوتر والضيق الناجم عن المشكلات والأزمات وإيجاد حل لها، وتمنح الفرد الراحة النفسية والاستقرار الداخلي والطمأنينة والشعور بالسعادة.(16)

من خلال ما سبق ترى الباحثتان أن المرونة النفسية تساعد الأستاذ الجامعي على التكيف مع ضغوط العمل، والحفاظ على استقراره النفسي، والوقاية من الإرهاق المهني، والشعور بالرضا الوظيفي، مما ينعكس إيجابيا على جودة التدريس، وبناء علاقات إيجابية مع الزملاء والطلاب داخل البيئة التعليمية.

أبعاد المرونة النفسية :

اختلفت وتنوعت الدراسات في تحديد أبعاد المرونة النفسية، حيث حدد كونور دافيدسون (Davidson ،Connor) أربعة أبعاد للمرونة النفسية على النحو الآتي: البعد الأول : الصلابة وهي قدرة الفرد على تحويل الأزمات إلى فرص للنمو الشخصي، حيث إن الشدائد التي يتعرض لها الفرد تنمي لديه صفات مرنة تجعله قادرا على مواجهة الأحداث بأقل تهديد، والبعد الثاني : التفاؤل ويتمثل في تعلم التفكير بشكل ايجابي في المستقبل عندما تسوء الأمور وهو طريقة لمعالجة المشاعر السلبية الناتجة عن الأحداث المؤلمة، والبعد الثالث : تعدد المصادر تتمثل في تعدد المصادر والمعلومات التي يحصل عليها الفرد من العلاقات الاجتماعية فهي تمنحه المساندة في مواجهة الأزمات، وتعد مصدرا من مصادر المرونة النفسية، والبعد الرابع : الهدف أو الغرض وهو قدرة الفرد على وضع أهداف واقعية، واتخاذ الخطوات والإجراءات اللازمة لتطبيقها، الأمر الذي يحدد مسار حياة الفرد ويساعده على التغلب على المصاعب التي يواجهها.(17)، حيث اعتمد البحث الحالي على مقياس كونور ودافيدسون (Davidson ،Connor) ترجمة أحمد البيومي (2020) لقياس المرونة النفسية المكون من أربعة أبعاد تتمثل في الصلابة ، والتفاؤل، وتعدد المصادر، الغرض أو الهدف.

استراتيجية بناء المرونة النفسية :

يشير(الأحمدي، 2007) إلى أن الجمعية الأمريكية لعلم النفس قدمت طرق لبناء المرونة النفسية هي :

1. العلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين بصفة عامة، وأعضاء الأسرة والأصدقاء بصفة خاصة.
2. تجنب رؤية الأزمات على أنها مشكلة يصعب حلها، وتقبل الظروف التي يمكن تغييرها.
3. الحفاظ على روح التفاؤل والاستبشار وتوقع الأفضل، وتنمية الثقة في الذات، ورعاية المرء لعقله وجسده، وممارسة تدريبات منتظمة مع الانتباه للحاجات والاندماج في أنشطة الترفيه والاسترخاء وامتاع الذات والتعلم من الخبرات السابقة، ووضع أهداف واقعية والاندفاع الإيجابي في اتجاه تحقيقه. (18)

وفي هذا الإطار ترى الباحثتان أنه لابد من توفير بيئة عمل داعمة ومحفزة لأستاذ الجامعي، وعمل برامج إرشادية وورش عمل لتقدير الجهود المهنية، وتنمية المرونة النفسية لديهم بما يضمن قدرتهم على العطاء التربوي بكفاءة وفاعلية.

النظريات العلمية التي تناولت المرونة النفسية :

النظرية السلوكية : يعتبر السلوكيون أن الأشراط والصراع بين المثيرات من أهم مصادر مرونة السلوك،أو نتيجة لما يحدث من سوء التكيف اتجاه المواقف الجديدة، وأن المرونة النفسية تتطلب الكفاية والسيطرة على الذات والقدرة على قمع السلوكيات التي لم تعد من المعززات الإيجابية، وتعلم السلوكيات الفاعلة في بلوغ الأشياء الجيدة، وتتحقق من هذه المرونة إذا استطاع الفرد أن يكشف الشروط والقوانين الكامنة في الطبيعة والمجتمع التي يستطيع المرء وفقها سد احتياجاته وتجنب المخاطر، وأن المرونة النفسية تتطور بتعزيز السلوكيات الإيجابية والتخلي عن السلوكيات التي من شأنها أن تؤدي إلى إفساد شخصية الفرد.

نظرية التحليل النفسي : يعد فرويد المؤسس الفعلي لما يسمي بمدرسة التحليل النفسي، ويرى أن الشخصية تتكون من (الهو، الأنا، الأنا الأعلى)، وأن قدرة الفرد على مواجهة الشدائد والظروف الصعبة والمحن مرهون بقوة (الأنا) ونجاحها في إحداث التوزان بين متطلبات (الهو والأنا الأعلى) لأنها تخضع للواقع، وتفكر تفكير موضوعي معتدل متماشي مع الأوضاع الاجتماعية ووظيفتها الدفاع عن الشخصية والعمل على توافقها مع البيئة، وترى نظرية التحليل النفسي أن المرونة النفسية عملية ديناميكية بين (الهو، الأنا، الأنا الأعلى)، وأن قدرة الفرد على مواجهة المحن تقوم على (الأنا)، باعتباره الجهاز الواقعي للشخصية ولتوفيقه بين متطلبات (الهو، الأنا الأعلى).

النظرية المعرفية : يرى (أرو نبيك) أن المرونة النفسية جزء من أفكارنا فهي تدفع الفرد إلى تغيير أنماط سلوكه من أجل متطلبات حياته، كما تساعده على تكوين شخصية قوية قادرة على تحمل أعباء ومشاكل الحياة من كل الجوانب، فالمرونة النفسية في النظرية المعرفية هي مكون يدفع الفرد إلى تغيير أنماط سلوكه بما يتلاءم مع أفكاره ومعتقداته ليحقق السعادة، والتكيف مع الواقع المعاش وتعديل ما تحمله أفكار الفرد وما يستطيع بها أن يتكيف مع متطلبات الواقع. (19)

ومن خلال ما سبق تتنوع وتختلف النظريات في فهم المرونة النفسية، حيث تركز النظرية السلوكية على تعزيز السلوكيات الإيجابية والتخلي عن السلوكيات التي من شأنها أن تؤدي إلى إفساد شخصية الفرد، أي أن الفرد يعدل سلوكه من خلال تعلم استراتيجيات التعامل مع الضغوط من خلال تعزيز السلوكيات الإيجابية التي تؤدي إلى التكيف الجيد مع الضغوطات والمواقف الصعبة، وترى نظرية التحليل النفسي أن المرونة النفسية عملية ديناميكية بين (الهو، الأنا، الأنا الأعلى)، وأن قدرة الفرد على مواجهة المحن والظروف الصعبة تقوم على (الانا) باعتباره الجهاز الواقعي للشخصية ولتوفيقه بين متطلبات (الهو، الأنا الأعلى)، وترى النظرية المعرفية أن المرونة النفسية هي مكون يدفع الفرد إلى تغيير أنماط سلوكه بما يتلاءم مع أفكاره ومعتقداته لتحقيق التكيف مع الواقع، أي أن هذه النظرية تركز على تغيير الأفكار السلبية بأفكار إيجابية لتعزيز تكيف الفرد مع الضغوطات والمحن.

الدراسات السابقة :

1. دراسة خالد الطيار(2024) عن المرونة النفسية كمنبئ بجودة الحياة المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة الرياض، حيث هدفت إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية وجودة الحياة المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية، والكشف عن الفروق في المرونة النفسية وجودة الحياة المهنية بين أفراد العينة تبعا لمتغير

النوع والتخصص الدراسي وسنوات الخبرة ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن،ولجمع البيانات تم استخدام مقياس المرونة النفسية، ومقياس جودة الحياة المهنية على عينة بلغ عددها (658) معلما ومعلمة، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى المرونة النفسية وجودة الحياة المهنية لدى المعلمين مرتفع ، ووجود فروق في مستوى المرونة النفسية وجودة الحياة لصالح الذكور، وعدم وجود فروق دالة في مستوى المرونة النفسية وجودة الحياة تبعا لمتغير التخصص الدراسي وسنوات الخبرة. (20)

2. دراسة سمية المالاتي وعمران دخللة (2023) عن المرونة النفسية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى معلمي الحلقة الأولى في التعليم الأساسي ، حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة المرونة النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي الحلقة الأولى في التعليم الأساسي, واستخدمت الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي بتطبيق مقياس كونور ودافيدسون للمرونة النفسية (2003)، ومقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (1981) على عينة متكونة من (186) معلما ومعلمة، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين المرونة النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمين،وكان مستوى المرونة النفسية مرتفع لدى أفراد العينة، ومستوى الاحتراق النفسي منخفض لدى أفراد العينة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمين على مقياس المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس.(21)
3. دراسة صباح براهيمي (2022) عن المرونة النفسية وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى أساتذة الجامعة بجامعة محمد خضير بسكرة، حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة المرونة النفسية بالتدفق النفسي لدى أساتذة الجامعة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي بتطبيق مقياس المرونة النفسية المكون من ثلاث أبعاد، ومقياس التدفق النفسي على عينة متكونة من (30) أستاذ جامعي, وتوصلت النتائج إلى أن مستوى المرونة النفسية والتدفق النفسي مرتفع ، ووجود علاقة سالبة عكسية ضعيفة بين المرونة النفسية والتدفق النفسي لدى أساتذة الجامعة.(22)
4. دراسة عبد الوهاب بن مشرب (2022) عن ضغوط العمل وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعتي أم القرى والباحة، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف عن العلاقة بين ضغوط العمل والمرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعتي أم القرى والباحة ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي بتطبيق مقياس الضغوط ومقياس المرونة النفسية من (إعداد الباحث) ، على عينة متكونة من (93) من أعضاء هيئة التدريس، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى ضغوط العمل لدى أفراد العينة متوسط ومستوى المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس مرتفع، وعدم وجود فروق في مستوى المرونة النفسية تبعا لمتغير الجامعة والنوع والرتبة العلمية، ووجود فروق في مستوى المرونة النفسية تبعا لمتغير الكلية لصالح الكليات الادبية.(23)
5. دراسة (Chu، Liu، 2022) عن مستوى المرونة النفسية لدى المعلمين في الصين، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف عن مستوى المرونة النفسية لدى المعلمين في الصين والكشف عن الفروق في مستوى المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس وسنوات الخبرة، ولجمع البيانات تم استخدام مقياس كونور دافيدسون للمرونة النفسية، على عينة متكونة من (330) معلم ومعلمة ، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى المرونة النفسية لدى المعلمين كان ما بين المتوسط إلى المرتفع، ووجود فروق غير دالة إحصائيا في مستوى المرونة النفسية بين المعلمين تبعا لمتغير الجنس وسنوات الخبرة. (24)

6. دراسة سامية نتاري وسناء أيمن (2021) عن المرونة النفسية لدى أساتذة التعليم الابتدائي وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لتلاميذهم ، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى أساتذة مرحلة التعليم الابتدائي والتحصيل الدراسي لتلاميذهم ، والكشف عن الفروق في مستوى المرونة النفسية تبعا للجنس وسنوات الخبرة، واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي الاستكشافي المقارن،بتطبيق مقياس المرونة النفسية المكون من ثلاثة أبعاد، على عينة متكونة من (120) معلم ومعلمة، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى المرونة النفسية مرتفع ومستوى التحصيل الدراسي لتلاميذهم مرتفع، وتوجد علاقة طردية بين المرونة النفسية والتحصيل الدراسي، ولا توجد فروق ذات ذلالة إحصائية في المرونة النفسية تبعا للجنس، وتوجد فروق ذات ذلالة إحصائية في المرونة النفسية تبعا لمتغير الأقدمية في التدريس.(25)

التعقيب على الدراسات السابقة :

من حيث الهدف : فقد توافقت جميع الدراسات السابقة مع البحث الحالي من حيث الهدف، فقد هدفت جميع الدراسات السابقة إلى دراسة العلاقة بين المرونة النفسية ومتغيرات أخرى، حيث هدفت دراسة خالد الطيار(2024) إلى التعرف على المرونة النفسية كمنبئ بجودة الحياة المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة الرياض، وهدفت دراسة سمية المالاتي وعمران دخللة (2023) إلى معرفة العلاقة بين المرونة النفسية والاحتراق النفسي لدى المعلمين ، وهدفت دراسة صباح براهيمي (2022) إلى معرفة العلاقة بين المرونة النفسية والتدفق النفسي لدى أساتذة الجامعة، وهدفت دراسة عبد الوهاب بن مشرب (2022) إلى التعرف عن ضغوط العمل وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس،وهدفت دراسة سامية نثاري وسناء أيمن (2021) إلى التعرف عن المرونة النفسية لدى أساتذة التعليم الابتدائي علاقتها بالتحصيل إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى Chu Liu الدراسي لتلاميذهم، وهدفت دراسة (2022 المعلمين).

من حيث المنهج : فقد اتفقت غالبية الدراسات على استخدام المنهج الوصفي.

من حيث العينة : تنوعت العينة في الدراسات السابقة تبعا لأهداف كل دراسة وكانت أغلبها من المعلمين، حيث اتفق هذا البحث مع **دراسة** صباح براهيمي (2022) ودراسة عبد الوهاب بن مشرب (2022) في العينة وهي (أساتذة الجامعة).

من حيث الأدوات : تنوعت الأوات في الدراسات السابقة تبعا لأهداف كل دراسة، حيث اتفق هذا في استخدام Chu، Liu، 20 البحث مع دراسة سمية المالاتي وعمران دخللة (2023) ودراسة (22

مقياس كونور ودافيدسون للمرونة النفسية.

أوجه الاستفادة :

- تحديد وبلورة مشكلة البحث وأهدافها وصياغة تساؤلات البحث العلمي.
- استفاد البحث الحالي من التنوع في المنهجية المستخدمة في الدراسات والبحوث السابقة، وبناء الإطار النظري، وتحليل وتفسير النتائج.

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي الذي يقوم بوصف الظاهرة أي موضوع البحث (المرونة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير) وجمع البيانات، وتحليلها، واستخلاص النتائج.

مجتمع البحث :

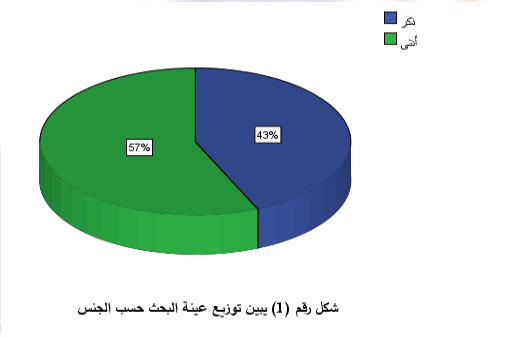
تكون مجتمع البحث من جميع أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير خلال الفصل الأول للعام الجامعي 2025/2024 م، حيث بلغ عددهم (188) عضو هيئة التدريس حسب إحصائيات مكتب أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير.

عينة البحث :

اختارت الباحثتان عينة ذات حجم مناسب من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير جامعة طرابلس، وتم تصنيفها حسب الجنس وسنوات الخبرة والتخصص العلمي، حيث بلغ عدد العينة (54) عضو هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير، وتم تقسيمهم إلى (24) أستاذا و (30) أستاذة ، تمثل (29%) من إجمالي عدد أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة.

وصف البيانات الأساسية للعينة :

يقوم هذا البحث على عدد من المتغيرات المستقلة المتعلقة بالخصائص الشخصية والوظيفية لأفراد عينة البحث متمثلة في (الجنس – التخصص – سنوات الخبرة)، وفي ضوء هذه المتغيرات يمكن تحديد خصائص أفراد عينة البحث على النحو التالي :



شكل رقم (1) يبين توزيع عينة البحث حسب الجنس

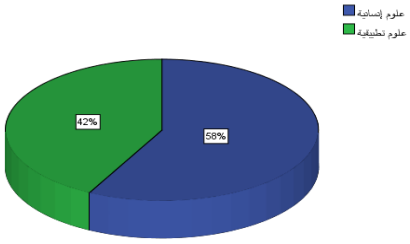
جدول رقم (1) يبين توزيع العينة حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	24	44.4%
أنثى	30	55.6%
المجموع	**54**	**100%**

جدول رقم (1) يوضح توزيع عينة البحث حسب الجنس, فكانت 55.6% من إجمالي عينة البحث من الإناث, بينما نسبة الذكور فكانت 44.4% من إجمالي عينة البحث، وهي نسب متقاربة وتخدم أهداف البحث.

جدول رقم (2) يبين توزيع العينة حسب التخصص

التخصص	التكرار	النسبة المئوية
علوم إنسانية	31	58%
علوم تطبيقية	23	42%
المجموع	**54**	**100%**

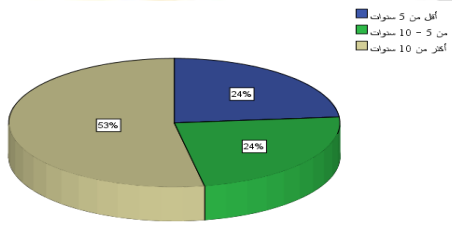


شكل رقم (2) يبين توزيع عينة البحث حسب التخصص

جدول رقم (2) يوضح توزيع عينة البحث حسب التخصص, فكانت 58% من إجمالي عينة البحث من ذوي التخصصات الإنسانية، بينما نسبة أعضاء هيئة التدريس في العينة من ذوي التخصصات التطبيقية فكانت 42% من إجمالي عينة البحث، وتعزو الباحثتان هذا التباين إلى أن عدد أعضاء هيئة التدريس بالتخصصات الإنسانية أكثر من التخصصات التطبيقية.

جدول رقم (3) يبين توزيع العينة حسب سنوات الخبرة

سنوات الخبرة	التكرار	النسبة المئوية
أقل من 5 سنوات	13	24%
من 5 – 10 سنوات	13	24%
أكثر من 10 سنوات	28	52%
المجموع	**54**	**100%**



شكل رقم (3) يبين توزيع عينة البحث حسب سنوات الخبرة

يتضح من الجدول رقم (3) أن (28) من أفراد عينة البحث يمثلون ما نسبته (52%) من إجمالي أفراد عينة البحث كانت خبرتهم في مجال التدريس (أكثر من 10 سنوات) وهم الفئة الأكثر شيوعاً بين أفراد عينة البحث، في حين أن فئات سنوات الخبرة (أقل من 5 سنوات ومن 5 سنوات إلى 10 سنوات) كانت نسبتهم متساوية في عينة البحث، ويمثلون ما نسبته (24%) من إجمالي أفراد عينة البحث لكلٍ منهما.

متغيرات البحث :

تنقسم متغيرات البحث إلى قسمين رئيسيين هما :

متغيرات مستقلة :

وهي متمثلة في :

الجنس (ذكر – أنثى)، التخصص (علوم إنسانية – علوم تطبيقية)، عدد سنوات الخبرة (أقل من 5 سنوات– من 5 سنوات إلى 10 سنوات – أكثر من 10 سنوات).

متغيرات تابعة :

تمثلت المتغيرات التابعة في مقياس المرونة النفسية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير بأبعاده الأربعة (الصلابة – التفاؤل – تعدد المصادر – الغرض أو الهدف).

أداة البحث :

وصف المقياس : استخدمت الباحثتان مقياس المرونة النفسية لكونور ودافيدسون (Connor، Davidson) المعد من قبل سنغ ونان يو Singh، Nan ya، (2010) ترجمة أحمد البيومي (2020) والذي يتكون في صورته الأصلية من (25) عبارة لقياس المرونة النفسية، موزعة على أربعة أبعاد، البعد الأول (الصلابة) يتكون من سبعة فقرات، والبعد الثاني (التفاؤل) يتكون من سبعة فقرات، والبعد الثالث (تعدد المصادر) يتكون من ستة فقرات، والبعد الرابع (الغرض أو الهدف) يتكون من خمسة فقرات، وتم استخدام مقياس ليكرت الخماسي للعبارات، وهي (بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا)، والبدائل (5، 4، 3، 2، 1)، إذ تشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع المرونة النفسية والدرجة المنخفضة تشير إلى انخفاض المرونة النفسية، وعلى المفحوص أن يضع (✓) أمام العبارة في الخانة التي يرى أنها تتفق معه، وقد اخترنا هذا المقياس لأنه يصلح لقياس عينة البحث الحالي، وقد تحقق أحمد البيومي في دراسته (2020) من الخصائص السيكومترية للمقياس وبلغت معاملات ارتباط صدق الاتساق الداخلي للمقياس ما بين (0.796) و (0.512)، وهي مؤشرات جيدة تدل على صدق المقياس كما بلغت قيمة الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (0.975)، وبطريقة جثمان (0.868) وبطريقة سبيرمان – براون (0.918) وهي قيم مرتفعة تدل على ثبات المقياس، وفيما يلي أبعاد مقياس المرونة النفسية في البحث الحالي.

جدول (4) أبعاد مقياس المرونة النفسية

ت	البعد الرئيسي	الأبعاد الفرعية	أرقام العبارات	مجموع العبارات
1	المرونة النفسية	الصلابة	4 – 7– 11 – 16 – 17 – 18 – 19	7
		التفاؤل	6 – 8 – 10 – 12 – 14– 15 – 20	7
		تعدد المصادر	1– 2 – 3 – 5 – 9 – 13	6
		الغرض أو الهدف	21 – 22 – 23 – 24– 25	5
الإجمالي				**25**

الخصائص السيكومترية للمقياس المرونة النفسية في البحث الحالي :

صدق أداة البحث : الصدق هو أن يقيس الاختبار أو السمة أو الخاصية التي يراد قياسها، أي أن يقيس فعلا ما يريد قياسه ولا يقيس شيئا آخر, وحتى نتحقق من صدق المقياس قامت الباحثتان بالخطوات الآتية:

صدق المحكمين (الصدق الظاهري): ومن الطرق المتبعة لقياس صدق المقياس هي آراء المحكمين، فقد تم التحقق من صدق فقرات المقياس بعرضها على محكمين من ذوي الاختصاص وطُلب من المحكمين إبداء الرأي والملاحظات والاقتراحات إن وجدت، وفعلاً أخذ بآراء واقتراحات المحكمين ، وكانت صيغة المقياس النهائية تتكون من (25) عبارة موزعة على أربعة أبعاد وهي الصلابة, التفاؤل، تعدد المصادر, الغرض أو الهدف.

الاتساق الداخلي : قامت الباحثتان بإجراء دراسة استطلاعية على عينة قوامها (20) عضو هيئة تدريس بكلية التربية قصر بن غشير من مجتمع البحث ، بهدف التحقق من صلاحية أداة البحث من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة مع البعد الذي تنتمي إليه، والجداول التالية توضح ذلك :

نتائج الاتساق الداخلي لعبارات الأبعاد الأربعة : من خلال النتائج المبينة في الجداول رقم (5 – أ), (5 – ب) والمتمثلة في معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس وكذلك معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس وبين الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، والذي يبين أن جميع معاملات الارتباط المبينة في الجداول دالة عند مستوى دلالة (0.05)، حيث كانت معاملات الارتباط في الجدول رقم (5 – أ) محصورة بين (0.84 – 0.91)، ومعاملات الارتباط في الجدول رقم (5 – ب) محصورة بين (0.53 – 0.84) وتعتبر عبارات المقياس صادقة لما وضعت لقياسه، وبذلك يبقى عدد عبارات المقياس في صورتها النهائية (25)عبارة موزعة على أبعاد المقياس الأربعة.

جدول رقم (5– أ) يبين قيم معامل ارتباط بين الأبعاد الأربعة الفرعية والدرجة الكلية للمقياس

ابعاد المقياس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة الإحصائية	القرار الإحصائي
البعد الأول : الصلابة	0.91	0.000	دال إحصائياً
البعد الثاني : التفاؤل	0.91	0.000	دال إحصائياً
البعد الثالث : تعدد المصادر	0.84	0.000	دال إحصائياً
البعد الرابع : الغرض أو الهدف	0.88	0.000	دال إحصائياً

جدول رقم (5–ب) يبين قيم معامل ارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس والبعد الذي تنتمي له

البعد	عبارات البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة الاحصائية	القرار الإحصائي
البعد الأول: الصلابة	4. لدي القدرة على التعامل مع كل ما هو جديد.	0.65	0.000	دال إحصائياً
	7. اشعر بأن التعامل مع الضغوط يجعلني أكثر قوة.	0.77	0.000	دال إحصائياً
	11. لدي القدرة على تحقيق أهدافي.	0.74	0.000	دال إحصائياً
	16. لا يحبطني الفشل.	0.80	0.000	دال إحصائياً
	17. اتعامل مع ذاتي على انني شخص قوي.	0.70	0.000	دال إحصائياً
	18. لدي القدرة على اتخاذ قرارات صعبة وغير مألوفة .	0.84	0.000	دال إحصائياً
	19. لدى القدرة على التعامل مع المشاعر السلبية .	0.70	0.000	دال إحصائياً
البعد الثاني: التفاؤل	6. لدي قدرة على أخذ الأشياء من باب الفكاهة.	0.67	0.000	دال إحصائياً
	8. لدي القدرة على اعادة التوازن بعد كل مشكلة .	0.75	0.000	دال إحصائياً
	10. أبذل جهدي بغض النظر عن طبيعة العمل.	0.64	0.000	دال إحصائياً
	12.لا أستسلم وإن بدت الأمور ميؤوساً منها.	0.76	0.000	دال إحصائياً

	14. امتلك القدرة على التركيز والتفكير بوضوح تحت الضغط.	0.67	0.000	دال إحصائياً
	15.أفضل أن أكون قيادياً عند حل مشكلة معينة.	0.83	0.000	دال إحصائياً
	20. أتصرف بناء على الحدس دون معرفة السبب .	0.66	0.000	دال إحصائياً
البعد الثالث: تعدد المصادر	1. لدي القدرة على التكيف مع التغيرات.	0.74	0.000	دال إحصائياً
	2. لدي القدرة على إقامة علاقات عميقة وآمنة.	0.65	0.000	دال إحصائياً
	3. أومن بقدرة الله على مساعدتي.	0.53	0.000	دال إحصائياً
	5. أشعر أن خبرات النجاح السابقة تمنح الثقة لمواجهة التحديات الجديدة.	0.74	0.000	دال إحصائياً
	9. أومن بأن الأشياء تحدث بسبب معين.	0.57	0.000	دال إحصائياً
	13. أعرف أين أجد المساعدة في أوقات الضغط.	0.84	0.000	دال إحصائياً
البعد الرابع: الغرض أو الهدف	21. لدي إحساس قوي بما يتعلق بالغرض من الحياة.	0.69	0.000	دال إحصائياً
	22. امتلك القدرة على التحكم بمجريات حياتي.	0.79	0.000	دال إحصائياً
	23. أحب التحدي.	0.83	0.000	دال إحصائياً
	24. يعمل الإنسان ليحقق أهدافه .	0.56	0.000	دال إحصائياً
	25. افتخر بإنجازاتي.	0.71	0.000	دال إحصائياً

ثبات أداة البحث :

تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفاكرونباخ ومعامل التجزئة النصفية، فبلغ معامل الثبات للمقياس ككل (0.88، 0.93) وهو معامل ثبات عالي، ومعامل الثبات لأبعاد البحث كانت (0.88، 0.84، 0.68، 0.69) على التوالي باستخدام معامل ألفاكرونباخ،وكانت (0.80، 0.75، 0.76، 0.68) على التوالي باستخدام معامل التجزئة النصفية وهي قيم عالية ؛ لذلك يمكن الثقة في النتائج التي يتم التوصل إليها باستخدام هذا المقياس، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (6) يبين قيم معامل الثبات للأبعاد الأربعة الفرعية والبعد العام للمقياس

أبعاد المقياس	معامل ألفاكرونباخ	معامل التجزئة النصفية	درجة الثبات
البعد الأول : الصلابة	0.88	0.80	عالية
البعد الثاني : التفاؤل	0.84	0.75	عالية
البعد الثالث : تعدد المصادر	0.68	0.76	عالية

البعد الرابع : الغرض أو الهدف	0.69	0.68	مقبولة
الدرجة الكلية	0.93	0.88	عالية

أساليب المعالجة الإحصائية:

تمت معالجة بيانات المقياس بعد فحصها وتفريغها باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS والأساليب الإحصائية التي تم الاعتماد عليها هي:

1- التكرارات والنسب المئوية والقطاعات الدائرية لوصف الخصائص الشخصية والوظيفية لأفراد عينة البحث.
2- معامل ألفاكرونباخ للثبات وللصدق تم استخدام معامل الاتساق الداخلي بواسطة قياس معامل بيرسون للارتباط، وقد تم عرض نتائجه سابقاً.
3- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي للإجابة عن التساؤلات الأولى.
4- اختبار (ت) للعينات المستقلة للإجابة عن التساؤل الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابة عينة البحث تبعا لمتغير الجنس والتخصص؟.
5- تحليل التباين الأحادي (ANOVA) للإجابة عن التساؤل الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابة عينة البحث تبعا لمتغير سنوات الخبرة؟.

وقد تمت استجابة عينة البحث وفق مدرج ليكرت الخماسي (بدرجة قليلة جداً – بدرجة قليلة – بدرجة متوسطة – بدرجة كبيرة – بدرجة كبيرة جداً)، وعند إدخال البيانات للحاسب أعطي لها الدرجات (1, 2, 3, 4, 5) على التوالي، وتم حساب المدى (5-1=4) والذي تم تقسيمه على عدد فترات المقياس الخمسة للحصول على طول فترة (4/5=0.80) ومن تم تحديد فترات المقياس للحكم على مستوى المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير, كما هو مبين في الجدول التالي :

جدول رقم (7) يبين دلالة المتوسطات الحسابية بالنسبة لمقياس ليكرت الخماسي

رقم	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	قوة الدلالة اللفظية
1	من 1.00 – أقل من 1.80	من 20% – أقل من 36%	بدرجة قليلة جداً
2	من 1.80 – أقل من 2.60	من 36% – أقل من 52%	بدرجة قليلة
3	من 2.60 – أقل من 3.40	من 52% – أقل من 68%	بدرجة متوسطة
4	من 3.40 – أقل من 4.20	من 68% – أقل من 87%	بدرجة كبيرة
5	من 4.20 – 5.00	من 87% – أقل من 100%	بدرجة كبيرة جداً

التساؤل الأول : "ما مستوى المرونة النفسية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير؟"

وللتعرف على مستوى المرونة النفسية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير، تم حساب الوزن النسبي، المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري والرتب لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات الأبعاد الأربعة (الصلابة، التفاؤل، تعدد المصادر, الهدف أو الغرض)، وجاءت النتائج كما يوضحها جدول رقم (8) التالي:

جدول (8) يبين الوزن النسبي والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والرتب لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات مقياس المرونة النفسية بأبعاده الأربعة (الصلابة، التفاؤل، تعدد المصادر، الهدف أو الغرض)

مجلة كلية التربية
Journal of Faculty of Education

البعد	عبارات البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	قوة الاستجابة	الرتبة
البعد الأول: الصلابة	4. لدي القدرة على التعامل مع كل ما هو جديد.	3.98	0.835	%79.6	بدرجة كبيرة	5
	7. أشعر بأن التعامل مع الضغوط يجعلني أكثر قوة.	3.93	0.929	%78.6	بدرجة كبيرة	6
	11. لدي القدرة على تحقيق أهدافي.	4.26	0.678	%85.2	بدرجة كبيرة جداً	1
	16. لا يحبطني الفشل.	4.11	0.839	%82.2	بدرجة كبيرة	3
	17. أتعامل مع ذاتي على أنني شخص قوي.	4.11	0.751	%82.2	بدرجة كبيرة	2
	18. لدي القدرة على اتخاذ قرارات صعبة وغير مألوفة.	4.02	0.812	%80.4	بدرجة كبيرة	4
	19. لدى القدرة على التعامل مع المشاعر السلبية.	3.74	0.975	%74.8	بدرجة كبيرة	7
	الدرجة الكلية للبعد الأول	**4.02**	**0.619**	**%80.4**	**بدرجة كبيرة**	
البعد الثاني: التفاؤل	6. لدي قدرة على أخذ الأشياء من باب الفكاهة.	3.39	0.998	67.8%	بدرجة متوسطة	7
	8. لدي القدرة على إعادة التوازن بعد كل مشكلة.	4.00	0.890	80%	بدرجة كبيرة	3
	10. أبذل جهدي بغض النظر عن طبيعة العمل.	4.20	0.683	84%	بدرجة كبيرة جداً	1
	12. لا أستسلم وإن بدت الأمور ميؤوساً منها.	4.07	0.749	%81.4	بدرجة كبيرة	2
	14. امتلك القدرة على التركيز والتفكير بوضوح تحت الضغط.	3.64	0.942	72.8%	بدرجة كبيرة	5
	15.أفضل أن أكون قيادياً عند حل مشكلة معينة.	3.78	1.076	75.6%	بدرجة كبيرة	4
	20. أتصرف بناء على الحدس دون معرفة السبب.	3.58	1.151	71.6%	بدرجة كبيرة	6
	الدرجة الكلية للبعد الثاني	**3.80**	**0.665**	**76%**	**بدرجة كبيرة**	
البعد	1. لدي القدرة على التكيف مع التغيرات.	4.04	0.759	80.8%	بدرجة كبيرة	5

	2. لدي القدرة على إقامة علاقات عميقة وآمنة.	4.06	0.834	81.2%	بدرجة كبيرة	4
	3.أومن بقدرة الله على مساعدتي.	4.83	0.423	96.6%	بدرجة كبيرة جداً	1
	5. أشعر أن خبرات النجاح السابقة تمنح الثقة لمواجهة التحديات الجديدة	4.45	0.574	89%	بدرجة كبيرة جداً	3
	9. أومن بأن الاشياء تحدث بسبب معين.	4.53	0.799	90.6%	بدرجة كبيرة جداً	2
	13. أعرف أين أجد المساعدة في أوقات الضغط.	4.02	0.804	80.4%	بدرجة كبيرة	6
	الدرجة الكلية للبعد الثالث	**4.32**	**0.476**	**%86.4**	**بدرجة كبيرة جدا**	
البعد الرابع: الغرض أو الهدف	21.. لدي إحساس قوي بما يتعلق بالغرض من الحياة.	4.35	0.649	87%	بدرجة كبيرة جداً	2
	22. امتلك القدرة على التحكم بمجريات حياتي.	4.00	0.877	80%	بدرجة كبيرة	4
	23. أحب التحدي.	3.98	1.000	79.6%	بدرجة كبيرة	5
	24. يعمل الإنسان لتحقيق أهدافه.	4.37	0.592	87.4%	بدرجة كبيرة جداً	3
	25. افتخر بإنجازاتي.	4.39	0.899	87.8%	بدرجة كبيرة جداً	1
	الدرجة الكلية للبعد الرابع	**4.22**	**0.586**	**84.4%**	**بدرجة كبيرة جدا**	

من الجدول السابق يتضح أن مستوى المرونة النفسية لأعضاء هيئة التدريس بكلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس هو مستوى مرتفع للأبعاد الأربعة، حيث إن المتوسط العام لرأي عينة البحث في البعد الأول (الصلابة) هو (4.02 من 5) وهو متوسط يقع في الفئة الرابعة من فئات المقياس الخماسي ليكرث ، وتشير هذه النتيجة إلى أن عينة البحث ترى أن مستوى المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير هو مستوى مرتفع في البعد الأول (الصلابة)، وأن المتوسط العام لرأي عينة البحث في البعد الثاني (التفاؤل)هو (3.80 من 5) وهو متوسط يقع في الفئة الرابعة من فئات المقياس الخماسي ليكرث ، وتشير هذه النتيجة إلى عينة البحث ترى أن مستوى المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير هو مستوى مرتفع في البعد الثاني (التفاؤل)، حيث إن المتوسط العام لرأي عينة البحث في البعد الثالث (تعدد المصادر) هو (4.32 من 5) وهو متوسط يقع في الفئة الخامسة من فئات المقياس الخماسي ليكرث ، وتشير هذه النتيجة إلى أن مستوى المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير هو مستوى مرتفع في البعد الثالث (تعدد المصادر)، حيث إن المتوسط العام لرأي عينة البحث في البعد الرابع (الغرض أو الهدف)هو (4.22 من 5) وهو متوسط يقع في الفئة الخامسة من فئات المقياس الخماسي ليكرث ، وتشير هذه النتيجة إلى أن مستوى المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير هو مستوى مرتفع في البعد الرابع (الغرض أو الهدف).

تفسر الباحثتان هذه النتيجة أن أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية قصر بن غشير يتمتعون بقدرة عالية على التكيف مع الضغوطات والتحديات المهنية والأكاديمية التي يوجهونها بقوة وثبات، ويمتلكون استراتيجيات فعالة للتعامل مع

التوتر, والتحكم في الانفعالات، والتفكير بطريقة عقلانية عند مواجهة المواقف الصعبة، والشعور بالتفاؤل في قدرتهم على تحقيق أهدافهم، والاحتفاظ بالدافعية والمثابرة في أداء المهام التدريسية والبحثية؛ ذلك لأن البيئة الجامعية بيئة داعمة لأعضاء هيئة التدريس ترفع من مستوى المرونة النفسية لديهم وتوفر استراتيجيات للدعم النفسي والاجتماعي يشجعهم علي النمو الشخصي والمهني ، وأن عضو هيئة التدريس مع مرور الوقت يمكن أن يطور استراتيجيات التكيف مع متطلبات العمل الأكاديمي ويتعلم كيفية مواجهة المواقف الصعبة بشكل أكثر فاعلية، وهذا يدل على وجود توزان نفسي يسهم في تحسين الأداء الوظيفي والحفاظ على الصحة النفسية في بيئة العمل الجامعية، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة صباح براهيمي (2022)، ودراسة عبد الوهاب بن مشرب (2022)،ودراسة سمية المالاتي وعمران دخللة (2023) التي ترى بأن مستوى المرونة النفسية لدى الأستاذ مرتفعة، ودراسة (Chu، Liu، 2022) التي ترى بأن مستوى المرونة النفسية جاءت ما بين المتوسطة إلى المرتفعة.

التساؤل الثاني : "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) في متوسطات استجابة أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير لمقياس المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس (ذكر, أنثى)؟" وللإجابة عن هذا التساؤل تم تطبيق اختبار Independent Samples t test, والجدول الآتي يبين النتائج.

جدول رقم (9) يبين المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة لمعرفة ما إذا كانت توجد فروق بين متوسطات استجابة العينة تبعا لمتغير الجنس

البعد	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة"ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
1. الصلابة	ذكر	23	4.03	0.583	0.069	0.95	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	أنثى	30	4.02	0.665			
2. التفاؤل	ذكر	23	3.73	0.651	0.634	0.53	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	أنثى	30	3.85	0.691			
3. تعدد المصادر	ذكر	23	4.25	0.519	0.889	0.38	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	أنثى	30	4.37	0.450			
4. الغرض أو الهدف	ذكر	23	4.10	0.600	1.251	0.39	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	أنثى	30	4.31	0.579			
	ذكر	23	4.03	0.520	0.731	0.47	

5. الدرجة الكلية للمقياس	أنثى	30	4.14	0.537			غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05

من الجدول السابق يتبين أن مستوى الدلالة الإحصائية يساوي (0.95، 0.53، 0.38، 0.39، 0.47) لأبعاد البحث والدرجة الكلية للمقياس على التوالي، وبمقارنتها مع مستوى المعنوية 0.05، نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) في متوسطات استجابة أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية قصر بن غشير لمقياس المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس، أي أن الذكور والإناث من أعضاء هيئة التدريس يتمتعون بمستويات متقاربة في مستوى المرونة النفسية.

وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بأن قدرة ومهارة كل من الجنسين سواء ذكور أو إناث متقاربة في التعامل مع الضغوط النفسية، وأن الجنس لا يشكل عاملا مؤثرا في قدرة أعضاء هيئة التدريس على التكيف مع ضغوط العمل الأكاديمي، وتقبل الواقع والقدرة على التعامل مع المشكلات وحلها، وأن البيئة الأكاديمية توفر فرص متساوية للجنسين في التعامل مع هذه الضغوط، وهذا يرجع لتشابه الأدوار والمسؤوليات الأكاديمية بين الجنسين داخل الجامعة، ومدى استفادتهم من نفس الموارد والفرص المتاحة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عبد الوهاب بن مشرب (2022)، ودراسة سمية المالاتي وعمران دخللة (2023)،و دراسة (Chu، Liu، 2022)، وتختلف مع دراسة خالد الطيار (2024) التي ترى وجود فروق بين الذكور والإناث لصالح الذكور.

التساؤل الثالث : "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) في متوسطات استجابة أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير لمقياس المرونة النفسية تبعا لمتغير التخصص (علوم إنسانية، علوم تطبيقية)؟"وللإجابة عن هذا التساؤل تم تطبيق اختبار Independent Samples t test والجدول التالي يبين النتائج.

جدول رقم (10) يبين المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة لمعرفة ما إذا كانت توجد فروق بين متوسطات استجابة العينة تبعا لمتغير التخصص

البعد	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
1. الصلابة	علوم إنسانية	30	3.98	0.628	0.467	0.64	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	علوم تطبيقية	22	4.06	0.628			
2. التفاؤل	علوم إنسانية	30	3.74	0.730	0.564	0.58	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	علوم تطبيقية	22	3.85	0.592			

3. تعدد المصادر	علوم إنسانية	30	4.36	0.450	0.846	0.40	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	علوم تطبيقية	22	4.25	0.511			
4. الغرض أو الهدف	علوم إنسانية	30	4.28	0.591	0.921	0.36	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	علوم تطبيقية	22	4.13	0.606			
5. الدرجة الكلية للمقياس	علوم إنسانية	30	4.09	0.547	0.131	0.90	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	علوم تطبيقية	22	4.07	0.510			

من الجدول السابق يتبين أن مستوى الدلالة الإحصائية يساوي (0.64، 0.58، 0.40، 0.36، 0.90) لأبعاد البحث والدرجة الكلية للمقياس على التوالي, وبمقارنتها مع مستوى المعنوية 0.05، نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) في متوسطات استجابة أعضاء هيئة التدريس لمقياس المرونة النفسية تبعا لمتغير التخصص.

وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بأن أعضاء هيئة التدريس قادرين على التعامل مع التحديات والضغوطات في بيئة العمل بشكل مشابه بغض النظر عن تخصصاتهم، أي أن الظروف الأكاديمية في الجامعة تشترك فيها معظم التخصصات، مما يجعلهم يواجهون أنماطا متشابهة من التحديات التي يمكن التعامل معها بشكل متوازن، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة خالد الطيار (2024)، التي ترى عدم وجود فروق في مستوى المرونة النفسية تبعا للتخصص، وتختلف مع دراسة عبد الوهاب بن مشرب (2022) التي ترى وجود فروق في مستوى المرونة النفسية في التخصص لصالح العلوم الإنسانية.

التساؤل الرابع : "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) في متوسطات استجابة أعضاء هيئة التدريس لمقياس المرونة النفسية تبعا لمتغير سنوات الخبرة؟" وللإجابة عن هذا التساؤل تم تطبيق اختبار التباين الأحادي One Way ANOVA, والجدول التالي يبين النتائج.

جدول رقم (11)

يبين نتائج تحليل التباين الأحادي للتعرف ما إذا كانت توجد فروق بين متوسطات استجابة العينة تبعا لمتغير سنوات الخبرة

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
1. الصلابة	بين المجموعات	0.307	2	0.154	0.385	0.682	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	خلال المجموعات	19.141	48	0.399			
	المجموع الكلي	19.449	50				
2. التفاؤل	بين المجموعات	0.048	2	0.024	0.050	0.952	

	خلال المجموعات	23.071	48	0.481			غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	المجموع الكلي	23.118	50				
3. تعدد المصادر	بين المجموعات	0.45	2	0.023	0.092	0.91	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	خلال المجموعات	11.789	48	0.246			
	المجموع الكلي	11.834	50				
4. الغرض أو الهدف	بين المجموعات	0.066	2	0.033	0.089	0.92	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	خلال المجموعات	17.967	48	0.374			
	المجموع الكلي	18.033	50				
5. الدرجة الكلية للمقياس	بين المجموعات	0.089	2	0.044	0.148	0.86	غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05
	خلال المجموعات	14.332	48	0.299			
	المجموع الكلي	14.421	50				

من الجدول السابق يتبين أن مستوى الدلالة الإحصائية يساوي (0.68، 0.95، 0.91، 0.92، 0.86) لأبعاد البحث والدرجة الكلية للمقياس على التوالي, وبمقارنتها مع مستوى المعنوية 0.05، نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) في متوسطات استجابة أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير لمقياس المرونة النفسية تبعا لمتغير سنوات الخبرة.

وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بأن توفر المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس لا تتأثر كثيرا بطول أو قصر مدة الخدمة، لأن طبيعة العمل الأكاديمي تتطلب منهم نوعا من المرونة النفسية للتعامل مع متغيرات التدريس والبحث والضغوط الإدارية والمهنية والأكاديمية، كذلك فإن البيئة الجامعية توفر ظروف متقاربة ودعم نفسي واجتماعي ومهني بشكل متساوي لجميع أعضاء هيئة التدريس بغض النظر عن خبرتهم، حيث تتفق هذه النتيجة مع دراسة خالد الطيار (2024)، ودراسة (Chu، Liu، 2022) التي ترى عدم وجود فروق بين المعلمين تبعا لسنوات الخبرة، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة سامية نتاري وسناء أيمن(2020)، التي تقول بوجود فروق بين المعلمين وفق لسنوات الخبرة لصالح الأقدمية في التدريس.

نتائج البحث :

1. أظهرت نتائج البحث أن مستوى المرونة النفسية لأعضاء هيئة التدريس بكلية التربية (قصر بن غشير) جامعة طرابلس هو مستوى مرتفع للأبعاد الاربعة، حيث إن المتوسط العام لرأي عينة البحث في البعد الأول (الصلابة) هو (4.02 من 5) وهو متوسط يقع في الفئة الرابعة من فئات المقياس الخماسي ليكرث ، وتشير هذه النتيجة إلى أن عينة البحث ترى أن مستوى المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير

هو مستوى مرتفع في البعد الأول (الصلابة)، وأن المتوسط العام لرأي عينة البحث في البعد الثاني (التفاؤل)هو (3.80 من 5) وهو متوسط يقع في الفئة الرابعة من فئات المقياس الخماسي ليكرث ، وتشير هذه النتيجة إلى عينة البحث ترى بأن مستوى المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير هو مستوى مرتفع في البعد الثاني (التفاؤل)، حيث أن المتوسط العام لرأي عينة البحث في البعد الثالث (تعدد المصادر)هو (4.32 من 5) وهو متوسط يقع في الفئة الخامسة من فئات المقياس الخماسي ليكرث ، وتشير هذه النتيجة إلى أن مستوى المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير هو مستوى مرتفع في البعد الثالث: (تعدد المصادر)، حيث إن المتوسط العام لرأي عينة البحث في البعد الرابع (الغرض أو الهدف)هو (4.22 من 5) وهو متوسط يقع في الفئة الخامسة من فئات المقياس الخماسي ليكرث ، وتشير هذه النتيجة إلى أن مستوى المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير هو مستوى مرتفع في البعد الرابع (الغرض أو الهدف).

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) في متوسطات استجابة أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية قصر بن غشير لمقياس المرونة النفسية بأبعاده الأربعة (الصلابة، التفاؤل، تعدد المصادر، الغرض أو الهدف) تبعا لمتغير الجنس، أي إن الذكور والإناث من أعضاء هيئة التدريس يتمتعون بمستويات متقاربة في مستوى المرونة النفسية.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) في متوسطات استجابة أعضاء هيئة التدريس لمقياس المرونة النفسية بأبعاده الاربع (الصلابة، التفاؤل، تعدد المصادر، الغرض أو الهدف) تبعا لمتغير التخصص.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.05) في متوسطات استجابة أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية قصر بن غشير لمقياس المرونة النفسية بأبعاده الأربعة (الصلابة، التفاؤل، تعدد المصادر، الغرض أو الهدف) تبعا لمتغير سنوات الخبرة.

توصيات البحث :

في ضوء ما أسفر عنه البحث الحالي من نتائج توصي الباحثتان بما يلي :

1. ضرورة إجراء المزيد من الدراسات والبحوث النفسية حول المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي وربطها بمتغيرات أخرى تمس تلك الفئة.
2. إعداد برامج علاجية وإرشادية قائمة على المرونة النفسية للحد من الضغوط المهنية لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي.
3. إقامة دورات تدريبية وورش عمل لأعضاء هيئة التدريس الجامعي تعمل على تعزيز الشخصية المرنة والمحافظة على ارتفاع مستوى المرونة النفسية لديهم.

مقترحات البحث :

في ضوء نتائج البحث وتوصياته تقدم الباحثتان بعض البحوث المقترحة المتمثلة في :

1. إجراء دراسة عن برامج تدريبية إرشادية لتنمية المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة.
2. إجراء دراسة لقياس المرونة النفسية لدى شرائح أخرى من المجتمع (طلاب، موظفون، محامون، أطباء، معلمون ، مراهقون).
3. فاعلية برنامج قائم على المرونة النفسية في خفض الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس.
4. إجراء دراسات مماثلة عن المرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس وعلاقتها بالمتغيرات الآتية : الأداء الوظيفي، السعادة، الرضا عن الحياة، اتخاذ القرار، الضغوط النفسية، جودة الحياة.

المراجع :

- محمد اسماعيل ريان (2006) الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من السرعة الإدراكية والتفكير الابتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة، ص9.
- محمود رامز يوسف (2014) العوامل الخمس الكبرى وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى الطلاب المعلمين، المجلة المصرية للدراسات النفسية – العدد85 المجلد الرابع والعشرون – أكتوبر، ص383.
- خالد عبدالله الطيار (2024) المرونة النفسية كمنبئ بجودة الحياة المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة الرياض، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد 125 – يناير, ص320.
- خالد بن مطر الربخي (2016) الضغوط النفسية المدركة لدى المعلمين وعلاقتها بالمرونة النفسية ومهارة حل المشكلات بمحافظة الظاهرة في سلطنة عمان، ، رسالة ماجستير جامعة نزوى، كلية العلوم والآداب، قسم التربية والدراسات الإنسانية، ص55.
- خالد عبدالله الطيار (2024) المرونة النفسية كمنبئ بجودة الحياة المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة الرياض، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد 125 – يناير, ص 355- 356، مرجع سابق.
- عبدالله سعد المطيري (2024) المرونة النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى موظفي جامعة الملك سعود، مجلة العلوم التربوية، العدد الرابع – ج1 – اكتوبر، ص 606.
- محمد أبو الحلاوة (2013) المرونة النفسية ماهيتها محدداتها وقيمتها الوقائية، "سلسلة وفي انفسكم" اصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية، العدد2، ص4.
- منصور عبدالله فالح المطيري (2021) المرونة النفسية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى معلمي التربية البدنية بدولة الكويت، مجلة القراءة والمعرفة، جامعة عين شمس، كلية التربية، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، ص241.
- نهلة فرج الشافعي (2017) الاسهام النسبي للامتنان والحس الفكاهي في التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة الاسكندرية، 27(2)، ص341.
- دنيا علي عيسى (2023) المرونة النفسية واليقظة العقلية كعوامل منبئة بالنوموفوبيا لدى الشباب الجامعي، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة طنطا، العدد107- ج2- مارس، ص837.

- أميرة بريص، هاجر بريص (2022) المرونة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة الجامعية في ظل بعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة في علوم التربية تخصص ارشاد والتوجيه، جامعة الشهيد حمه لخضر، الوادي، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، قسم علم النفس وعلوم التربية، ص8.
- أحمد محمد الزعبي (2016) المرونة النفسية كمتغير وسيط بين احداث الحياة الضاغطة، مجلة جامعة دمشق، سوريا، دمشق، ص67.
- يحي عمر شقورة (2012) المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بغزة ، رسالة ماجستير في علم النفس كلية التربية ، جامعة الأزهر، غزة، ص 23– 24.
- سمية المالاتي وعمران دخلة (2023) المرونة النفسية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى معلمي الحلقة الاولى في التعليم الاساسي، مجلة دورية محكمة نصف سنوية تصدر عن مركز الدراسات والبحوث التربوية، العدد الثاني، المجلد الثالث، ص170.
- كنان إسماعيل الشيخ (2017) المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، سلسلة الآداب والعلوم الانسانية، المجلد (39) العدد (2)، ص378.
- يحي عمر شقورة (2012) المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بغزة ، رسالة ماجستير في علم النفس كلية التربية ، جامعة الأزهر، غزة، ص 27، مرجع سابق.
- أفنان بنت فهد بن دايل (2024) الأزمات الأسرية وعلاقتها بالمرونة النفسية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى المرأة ربة الأسرة بمدينة الرياض، مجلة الجامعة الإسلامية للعلوم التربوية والاجتماعية، المجلد 41 – العدد 22، يونيو، ص 21 – 22.
- عفاف العايب وآية عشور(2022) مستوى المرونة النفسية للأنا كعامل وقائي من الميول الاكتئابية لدى الفتيات المراهقات، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس ، ص29.
- صارة برايح (2023) المرونة النفسية وعلاقتها بكفاءة الذات الأكاديمية ، رسالة ماجستير تخصص علم النفس المدرسي ، جامعة ابن خلدون، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس والفلسفة ص23 – 25.
- دراسة خالد الطيار(2024) عن المرونة النفسية كمنبئ بجودة الحياة المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة الرياض، مجلة كلية التربية بالمنصورة، المجلد 125، العدد 1، مرجع سابق.
- سمية المالاتي وعمران دخلة (2023) المرونة النفسية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى معلمي الحلقة الأولى في التعليم الأساسي، مجلة دورية محكمة نصف سنوية تصدر عن مركز الدراسات والبحوث التربوية، العدد الثاني، المجلد الثالث ، مرجع سابق.
- صباح براهيمي (2022) المرونة النفسية وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى أساتذة الجامعة، رسالة ماجستير في علم النفس عيادي، جامعة محمد خضير بسكرة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.
- عبد الوهاب بن مشرب (2022) ضغوط العمل وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعتي أم القرى والباحة، مجلة جامعة جازان للعلوم الإنسانية، المجلد 11, العدد 1.

- خالد عبدالله الطيار(2024) المرونة النفسية كمنبئ بجودة الحياة المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة الرياض، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد 125 – يناير, ص 332، مرجع سابق.
- سامية نتاري وسناء أيمن (2020) المرونة النفسية لدى أساتذة التعليم الابتدائي وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لتلاميذهم ، رسالة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح – ورقلة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية.
- أحمد البيومي علي البيومي (2020) الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية التربية الرياضية، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، جامعة المنصورة، ص54– 55.

ملحق رقم (1) أسماء السادة الخبراء الذين استعانت الباحثتان بآرائهم

الاسم	التخصص	الجامعة	الاسم	التخصص	الجامعة
د.خيرية الرابطي	علم النفس	جامعة طرابلس	د. خيرية بن عصمان	علم النفس	جامعة طرابلس
د. مسعودة الشنطة	علم النفس	جامعة الزنتان	د. فتحية فرج عبيد	علم النفس التعليمي	جامعة طرابلس
د. نورية حسن عبيسة	علم النفس	جامعة طرابلس	د. إبتسام محمد الضويلع	علم النفس	جامعة صبراتة