



UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Badis
MOSTAGANEM

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

الذكورة المذكورة
أ. عبد الوكيل

أ. عيويين سميحة
أستاذة محاضرة - أ -
علم النفس العيادي

مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي

المرونة النفسية وعلاقتها بفاعلية الذات المدركة لدى المربين

(دراسة عيادية لثلاث حالات بالمركز النفسي البيداغوجي للإعاقة

الذهنية بمزغان - مستغانم -)

مقدمة من طرف

الطالب(ة): بن مبارك روميصة أمال

أمام لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الرتبة	الصفة
غسلي يمينة	أستاذة مساعدة أ	رئيسا
عيويين سمية	أستاذة محاضرة أ	مشرفا ومؤطرا
صالحى فاطمة الزهراء	أستاذة محاضرة ب	مناقشا

السنة الجامعية: 2024 - 2025

امضاء المشرف بعد الاطلاع على التصحيح

تاريخ الایداع: 2025-06-30

مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي

المرونة النفسية وعلاقتها بفاعلية الذات المدركة لدى المربين
(دراسة عيادية لثلاث حالات بالمركز النفسي البيداغوجي للإعاقة
الذهنية بمزغران - مستغانم -)

مقدمة من طرف

الطالب(ة): بن مبارك روميصة أمال

أمام لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الرتبة	الصفة
غسلي يمينة	أستاذة مساعدة أ	رئيسا
عبوين سمية	أستاذة محاضرة أ	مشرفا ومؤطرا
صالحي فاطمة الزهراء	أستاذة محاضرة ب	مناقشا

السنة الجامعية: 2024 - 2025

إِهْدَاء

"وقل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون وستردون إلى عالم الغيب والشهادة فينبئكم بما كنتم تعملون".

إن هذا العمل هو ثمرة جهدٍ متواصلٍ، وصبرٍ جميلٍ، ودعاءٍ لا ينقطع، ما كان ليرى النور لولا توفيق الله وفضله، ثم دعم من أحببتهم وأحبوني، فكانوا لي العون بعد الله، ورفاق الدرب في مسيرة العلم، وأنا أضع هذه الخطوة على طريق التخرج، أحمد الله على ما أتم، واهدي إلى من كان لهم الفضل بعد الله:

إلى أبي العزيز، السند والعزوة، الذي كان خير قدوة، وخير مشجع في كل خطوة.

إلى أمي، نبع الحنان، التي كانت دعواتها لي جنةً، وصبرها وقوداً أيامي الصعبة.

إلى إخوتي وأخواتي، الذين كنتم لي وطناً صغيراً يحتوي قلبي في كل حالاتي.

إلى أصدقائي الأوفياء الذين لم يبخلوا بالدعم والمساندة، فكانوا نوراً في ظلمة التعب.

إلى الأساتذة الأفاضل، الذين اوقدوا في دربي نور العلم والفهم، فلکم في كل إنجاز أثر.

وختاماً أسأل الله العظيم ان يجعل هذا العمل خطوة مباركة، وبداية لما هو أعظم وأن ينفعني وينفع به كل من يطلع عليه.

شكركم

الحمد لله حمداً كثيراً طيباً مباركاً فيه، حمداً يليق بجلال وجه وعظيم سلطانه، والصلاة والسلام على خير الانام، الذي لولاه ما اهتدينا، ولا تعلمنا، ولا أنجزنا.

قال الله تعالى "لئن شكرتم لأزيدنكم"

أتقدم بخالص الشكر والتقدير لمشرفتي الفاضلة "عبوين سمية" على ارشاداتها وتوجيهاتها التي لم تبخل بها علينا يوماً، ودعمها المستمر الذي كان له أثر كبير، كما أتقدم بجزيل الشكر والعطاء على كل يد رافقتنا وساندتنا في هذا العمل سواء من قريب أو بعيد، بكلمة، أو نصيحة، أو دعاء صادق.

والشكر موصول إلى اوليائنا الذين سهروا على تقديم كل الظروف الملائمة لإنجاز هذا العمل.

كما أتقدم بالشكر لأستاذة أعضاء لجنة المناقشة لتفضيلهم بمناقشة الدراسة.

ولا أنسى في هذا المقام مديرة المركز وكل العاملين فيه على كل التسهيلات.

خصوصاً عينة دراستي التي لها دور كبير في اتمام هذا العمل

إلى كل من كان له أثر جميل في هذا العمل... شكراً من القلب.

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية وكذلك التعرف على مستوى فاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية، وتوضيح طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة عند نفس الفئة، تم الاعتماد على المنهج العيادي انقسمت الدراسة إلى جزئين دراسة تحليلية باستخدام الذكاء الاصطناعي للدراسات السابقة المرتبطة بالمرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة بالاعتماد على محرك البحث سكوبوت، ودراسة عيادية التي أجريت على ثلاث حالات من المربيات تراوحت أعمارهم ما بين 45-50 سنة متواجدين بالمركز النفسي البيداغوجي للإعاقة الذهنية بمزگران- مستغانم، تمثلت أدوات الدراسة في دراسة الحالة، المقابلة العيادية، الملاحظة العيادية، مقياس المرونة النفسية ل Brienet al(2008) الذي تم تكييفه وترجمته من طرف (2016)hamouda، ومقياس فاعلية الذات المدركة لبدرية يوسف، تم التوصل إلى النتائج التالية:

- مستوى المرونة النفسية مرتفع لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية.
- مستوى فاعلية الذات المدركة مرتفع لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية.
- توجد علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية.

الكلمات المفتاحية:

المرونة النفسية - فاعلية الذات المدركة - المربين

Abstract :

The present study aims to identify the level of psychological resilience, as well as the level of perceived self-efficacy among educators working in psycho-pedagogical centers. It also seeks to clarify the nature of the relationship between psychological resilience and perceived self-efficacy within the same group. The study relied on the clinical method and was divided into two parts : an analytical study using artificial intelligence to review previous studies related to psychological resilience and perceived self-efficacy through the Scopus search engine, and a clinical study conducted on three female educators aged between 45-50 years, working at the Psycho-Pedagogical Center for Intellectual Disability in Mazagan- Mostaganem. The study tools included the case study method, the clinical interview, clinical observation, the Psychological Resilience Scale by Brienet al.(2008) adapted and translated by Hmouda(2016), and the Perceived Self-Efficacy Scale by Badriya Youssef. The study reached the following results :

- The level of psychological resilience is high among educators in psycho-pedagogical centres.

- The level of perceived self-efficacy is high among educators in psycho-pedagogical centres.

-There is a positive relationship between psychological resilience and perceived self-efficacy among educators in psycho-pedagogical centers.

Key words :

Psychological resilience, Perceived self-efficacy, educators.

الصفحة	العنوان	الرقم
أ	إهداء	01
ب	كلمة الشكر	02
ج	ملخص الدراسة	03
د	قائمة المحتويات	04
د	قائمة الجداول	05
ي	قائمة الملاحق	06
1	المقدمة	07
3	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
4	الدراسات السابقة	01
18	موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة	02
19	إشكالية الدراسة	03
21	التساؤلات العامة	04
21	فرضيات الدراسة	05
22	أهداف الدراسة	06
22	أهمية الدراسة	07
22	التعريف الإجرائية	08
23	الفصل الثاني: المرونة النفسية في مرحلة الرشد	
24	تمهيد	
24	أولاً: المرونة النفسية	
24	مفهوم المرونة النفسية	01
25	مفاهيم مرتبطة بالمرونة النفسية	02
26	النظريات المفسرة للمرونة النفسية	03
27	العوامل المؤثرة في المرونة النفسية	04
28	استراتيجيات بناء المرونة النفسية	05
29	صفات الافراد ذوي المرونة النفسية	06
30	ثانياً: مرحلة الرشد	

30	تعريف مرحلة الرشد	01
30	مراحل الرشد	02
31	خصائص العامة لمرحلة الرشد	03
32	مطالب مرحلة الرشد	04
33	أزمات مرحلة الرشد	05
34	خلاصة	
35	الفصل الثالث: فاعلية الذات المدركة لدى المربين	
36	تمهيد	
36	أولاً: فاعلية الذات المدركة	
36	مفهوم فاعلية الذات المدركة	01
36	الفرق بين مفهوم الذات والكفاءة الذاتية	02
37	نظرية فاعلية الذات لباندورا	03
38	خصائص فاعلية الذات المدركة	04
38	مصادر فاعلية الذات المدركة	05
39	أبعاد فاعلية الذات المدركة	06
39	ثانياً: المربين في المراكز النفسية البيداغوجية	
39	تعريف المربي	01
40	تصنيفات المربي	02
42	خصائص المربي	03
43	أخلاقيات مهنة المربي	04
43	دور المربي في المراكز النفسية البيداغوجية	05
44	خلاصة	
46	الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة	
47	تمهيد	
47	منهج الدراسة	01
47	أولاً: الدراسة الاستطلاعية	
47	أهداف الدراسة	01
48	الحدود المكانية للدراسة الاستطلاعية	02
48	الحدود الزمانية للدراسة الاستطلاعية	03

48	الحدود البشرية للدراسة الاستطلاعية	04
49	الأدوات المستخدمة خلال الدراسة الاستطلاعية	05
50	ثانياً: الدراسة الأساسية	
50	الحدود المكانية للدراسة الأساسية	01
50	الحدود الزمانية للدراسة الأساسية	02
50	الحدود البشرية للدراسة الأساسية	03
51	الأدوات المستخدمة خلال الدراسة الأساسية	04
55	خلاصة	
56	الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج	
57	تمهيد	
57	عرض وتحليل نتائج الحالة الأولى	01
67	عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية	02
77	عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة	03
87	خلاصة	
88	الفصل السادس: مناقشة وتفسير النتائج في ضوء فرضيات	
89	تمهيد	
89	مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضية الجزئية الأولى	01
90	مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضية الجزئية الثانية	02
92	مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضية الرئيسية	03
93	خلاصة	
94	استنتاج عام	
94	توصيات واقتراحات الدراسة	
96	قائمة المصادر والمراجع	
103	الملاحق	

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	توزيع حالات الدراسة الاستطلاعية	48
02	توزيع حالات الدراسة الأساسية	50
03	أبعاد مقياس المرونة النفسية وبنوده	53
04	مستوى درجة الفاعلية الذاتية المدركة والمدى المتوسط	55
05	سير حصص المقابلات للحالة الأولى	58
06	نتائج تقطيع المقابلات للحالة الأولى	61
07	نتائج مقياس المرونة النفسية للحالة الأولى	65
08	نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة للحالة الأولى	65
09	سير حصص المقابلات للحلقة الثانية	68
10	نتائج تقطيع المقابلات للحالة الثانية	72
11	نتائج مقياس المرونة النفسية للحالة الثانية	75
12	نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة للحالة الثانية	75
13	سير حصص المقابلات للحالة الثالثة	78
14	نتائج تقطيع المقابلات للحالة الثالثة	81
15	نتائج مقياس المرونة النفسية للحالة الثالثة	84
16	نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة للحالة الثالثة	85

رقم الملحق	عنوان الملحق	الصفحة
01	تقطيع مقابلات الحالة الأولى	103
02	تقطيع مقابلات الحالة الثانية	107
03	تقطيع مقابلات الحالة الثالثة	111
04	مقياس المرونة النفسية	114
05	مقياس فاعلية الذات المدركة	115

المقدمة

المقدمة:

يشهد العالم المعاصر تحولات عميقة في شتى مجالات الحياة، انتجت ضغوط سيكولوجية كبيرة و جديدة على الافراد و الجماعات، خاصة أولئك الذين يمارسون مهنا ذات طابع انساني وتربوي، كالمربين العاملين في المراكز النفسية البيداغوجية، و تعد هذه المراكز من الفضاءات التربوية الحساسة التي تتعامل مع فئات تحتاج إلى رعاية نفسية وتربوية خاصة، مما يضع المربين في مواجهة دائمة مع مواقف ووضعيات جديدة تستدعي طاقة و مهارات نفسية معرفية تمكنهم من الاستمرار في أداء مهامهم بفاعلية دون أن تتأثر صحتهم النفسية أو جودة أدائهم المهني، اذ تختلف طرق التكيف مع الضغوطات من مربى إلى آخر تبعا لاختلافهم في الاستعداد النفسي للتكيف.

ومع تعدد الأوضاع النفسية والاجتماعية للأطفال المتكفلين بهم وتزايد الأعباء المهنية يحتاج المربي لعوامل قوة ووقاية تعمل كالمرونة النفسية تمكن المربين من الحفاظ على توازنهم واستقرارهم وتكسبهم اتزاناً انفعالياً حيث تمكنهم من مواصلة عملهم في ظل الضغوطات التي يواجهونها وبذلك تكون عامل يساعد على سرعة التأقلم والاندماج في الأوضاع الطارئة كونها أحد المتغيرات النفسية الهامة في الشخصية.

وفي المقابل نجد أن ما يحمله الفرد من قناعات وأحكام ومعتقدات حول قدراته وامكانياته في النجاح والتحكم في المواقف تساهم في التحكم في المحيط وزيادة القدرة على الإنجاز وفاعلية الاداء، فمفهوم فاعلية الذات المدركة يتطور من خلال الخبرات الشخصية النشطة السائدة ذات دلالة في حياة الفرد، وإن شعوره بفاعلية الذات يمثل قوة دافعة نحو الحياة تظهر من خلال صموده امام التحديات اليومية وتوجيه سلوكياته وممارسة دوره جيداً.

تعد المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة الحصن المنيع الذي يمكن المربين من زيادة قدراتهم العالية في التعامل مع المواقف والصدمات التي تواجههم بطريقة ناجحة، والقدرة على التعافي واستعادة الحيوية النفسية وتحقيق السعادة والاتزان النفسي كل ذلك بهدف تحقيق عملية التكيف في الحياة المهنية والأسرية والاجتماعية.

اهتمت الدراسة الحالية لمعالجة موضوع المرونة النفسية وعلاقتها بفاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية، حيث قسمت إلى جانبين: الجانب النظري والجانب التطبيقي، يحتوي الجانب النظري على ثلاث فصول جاءت على النحو التالي:

الفصل الأول: تناولنا الإطار العام للدراسة، حيث يحتوي على دراسة تحليلية باستخدام الذكاء الاصطناعي للدراسات السابقة، وذلك من خلال الاعتماد على محرك البحث سكوبوت بهدف تحليل الابحاث ذات الصلة، بما يساهم في بناء خلفية علمية دقيقة وتدعيم الإطار النظري للدراسة، وموقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة، إشكالية ومن ثم صياغة الفرضيات، اهداف الدراسة واهمية الدراسة وأخيرا التعاريف الإجرائية.

الفصل الثاني: قسم إلى جانبين الأول يشمل المرونة النفسية بمفهومها ومفاهيم مرتبطة بها، العوامل المؤثرة فيها، استراتيجيات بناءها وصفات افراد ذوي المرونة وأخيرا النظريات المفسرة لها، اما الثاني فيشمل مرحلة الرشد بمفهومها، مراحلها، خصائصها، مطالبها وأخيرا أزماتها.

الفصل الثالث: قسم إلى جانبين الأول يشمل فاعلية الذات المدركة بمفهومها، الفرق بينها وبين الكفاءة الذاتية، ابعادها، خصائصها، مصادرها وأخير النظرية المفسرة له، اما الثانية يشمل المربين بمفهومهم، تصنيفاتهم، خصائصهم، اخلاقيات المهنة واخير دور المربي في المراكز النفسية البيداغوجية.

أما الجانب التطبيقي فقد احتوى على ثلاث فصول وقسما على النحو التالي:

الفصل الرابع: تناولنا كل ما يتعلق بالإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية يشمل في الدراسة الاستطلاعية والأساسية من حيث الأهداف والحدود المكانية وحدود الزمانية والبشرية إضافة إلى المنهج وأدوات المستخدمة.

الفصل الخامس: تطرقنا إلى عرض نتائج من خلال عرض الحالات العيادية وتحليلها.

الفصل السادس: تناولنا إلى تفسير ومناقشة النتائج في ضوء فروضها، ناقش النتائج المتوصل إليها، خلاصة مع استنتاج عام، وفي الاخير تم وضع التوصيات والاقتراحات ثم قائمة المصادر والمراجع التي اعتمدنا عليها وأخيرا عرضنا الملاحق التي تم استخدامها المتمثلة في المقاييس النفسية مع جداول التقطيع للمقابلات الخاصة بكل حالة.

وانتهت الدراسة باستنتاج عام لخصت فيه أهم النقاط التي أسفرت عليها الدراسة من نتائج، كما تم إلحاق الدراسة بمجمل المراجع والملاحق المستخدمة في الدراسة.

الفصل الاول

الإطار العام للدراسة

1. الدراسة التحليلية باستخدام الذكاء الاصطناعي للدراسات السابقة
2. موقع الدراسة من الدراسات السابقة
3. إشكالية الدراسة
4. التساؤلات العامة
5. فرضيات الدراسة
6. اهداف الدراسة
7. أهمية الدراسة
8. التعاريف الاجرائية

1. الدراسة التحليلية باستخدام الذكاء الاصطناعي للدراسات السابقة:

• تعريف محرك بحث سكوبوت:

استعانت الدراسة الحالية بالذكاء الاصطناعي واستخدمت محرك بحث سكوبوت بهدف اختيار وتلخيص المعلومات الموجودة في الدراسات والمرتبطة بالمرونة النفسية وعلاقتها بفاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية. محرك سكوبوت هو محرك بحث يعتمد على الذكاء الاصطناعي من أجل مساعدة الباحثين على اعداد البحوث العلمية كما يوفر ميزات أخرى كترجمة الملفات، إمكانية البحث بواسطة الكلمات الرئيسية(المفتاحية)، تحويل ملفات pdf إلى وورد، إلخ. ثم جمع الدراسات ثم تم استخدام محرك البحث لمساعدة الباحثة على جمع المعلومات التي تتناسب مع جوانب بحثها (اختصارا للوقت والجهد).

مراحله:

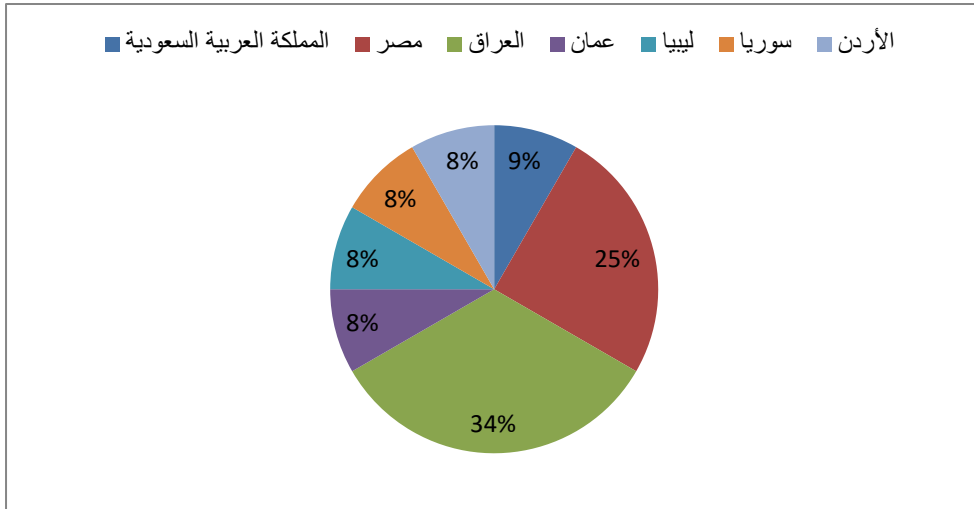
1. تحديد عنوان المراد البحث حوله.
 2. تحديد الكلمات المفتاحية المراد البحث فيها.
 3. اختيار العينة.
 4. تحديد العناوين والعناوين الثانوية المراد البحث عنها.
 5. تحميل الملفات.
 6. المعالجة التي يتم تحميلها وتكون على شكل وورد.
- 1.1 دراسة تحليلية للدراسات السابقة حول المرونة النفسية باستعمال الذكاء الاصطناعي:**

شملت الدراسة التحليلية 16 دراسة سابقة متنوعة حول المرونة النفسية، فاستخدمت محرك بحث سكوبوت كانت النتائج كما يلي:

1. من حيث الحدود المكانية:

1.1 الدراسات العربية:

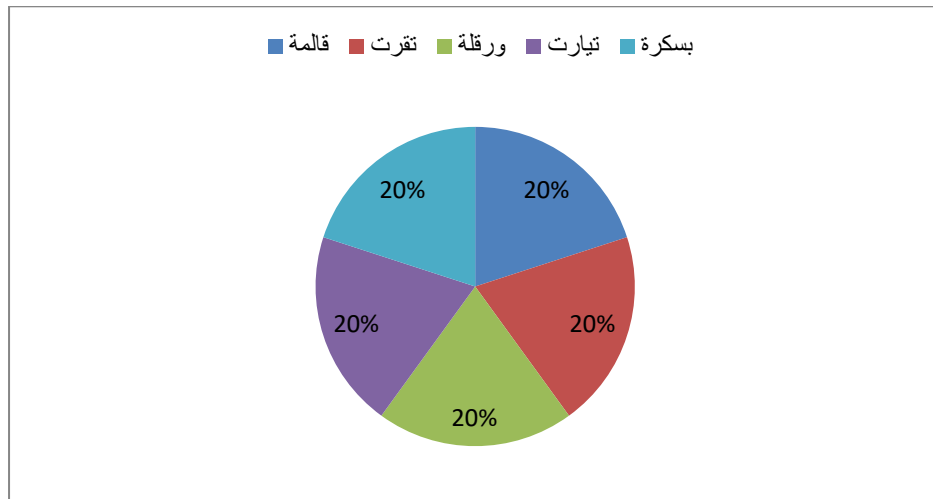
الشكل رقم (01) يوضح الحدود المكانية الخاصة بالدراسات العربية



يتضح من الشكل رقم (01) أن الدراسات التي تناولت موضوع المرونة النفسية أجريت في بلدان عربية متنوعة حيث تحتل العراق المرتبة الأولى ب 4 دراسات، تليها مصر ب 3 دراسات ثم بقية البلدان الأخرى بدراسة واحدة كل منهم.

2.1 الدراسات المحلية:

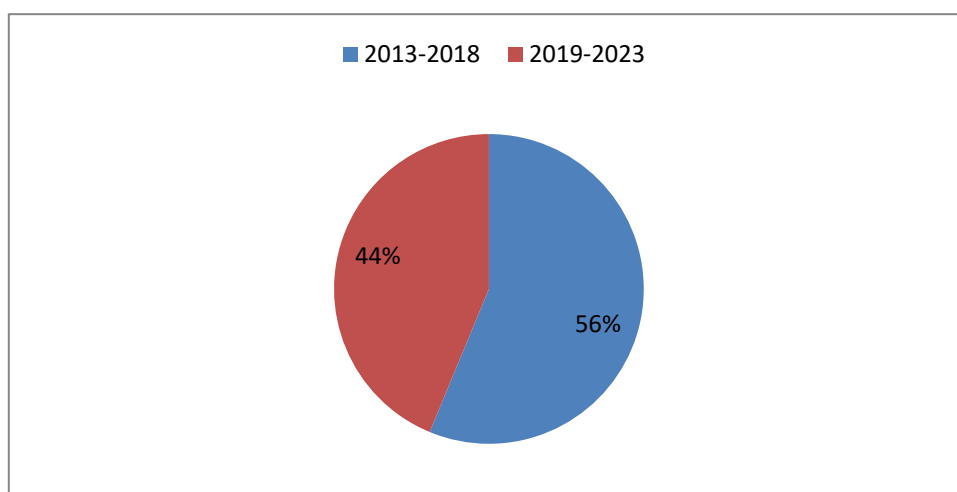
الشكل رقم (02) يوضح الحدود المكانية للدراسات الوطنية:



يوضح الشكل رقم (02) الحدود المكانية للدراسات الوطنية والتي أجريت في كل من بسكرة، تيارت، ورقلة، تقرت وقائمة بمعدل دراسة واحدة لكل ولاية

2. من حيث الحدود الزمنية:

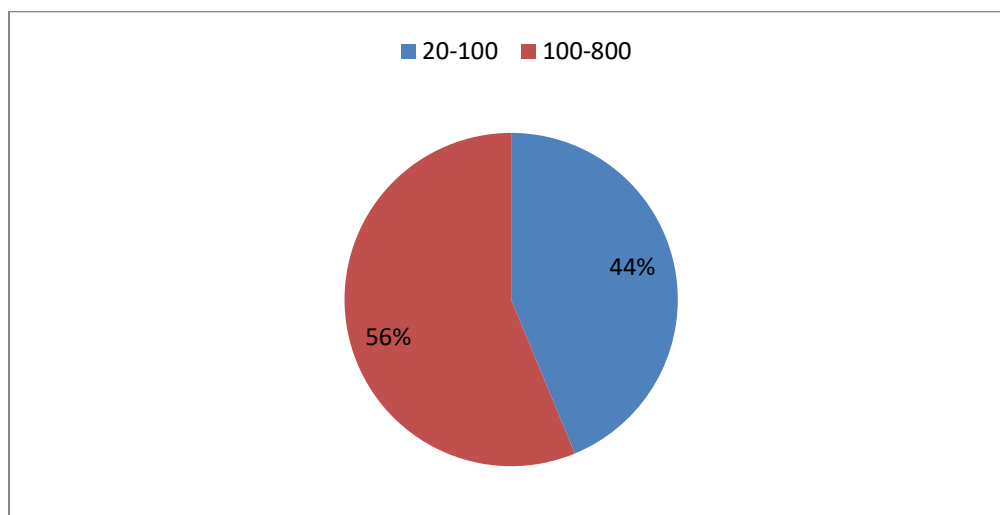
الشكل رقم (03) يوضح الحدود الزمنية للدراسات السابقة المتعلقة بالمرونة النفسية:



يتضح من الشكل رقم (03) أن الدراسات قسمت على فئتين زمنيتين: [2013-2018] أو [2019-2023] كما يتضح أن عدد الدراسات كان متقارب حيث كان مجموعها في المجموعة الأولى 9 أما في المجموعة الثانية 7 دراسات.

3. من حيث الحدود البشرية:

الشكل رقم (04) يوضح الحدود البشرية للدراسات السابقة المتعلقة بالمرونة النفسية:

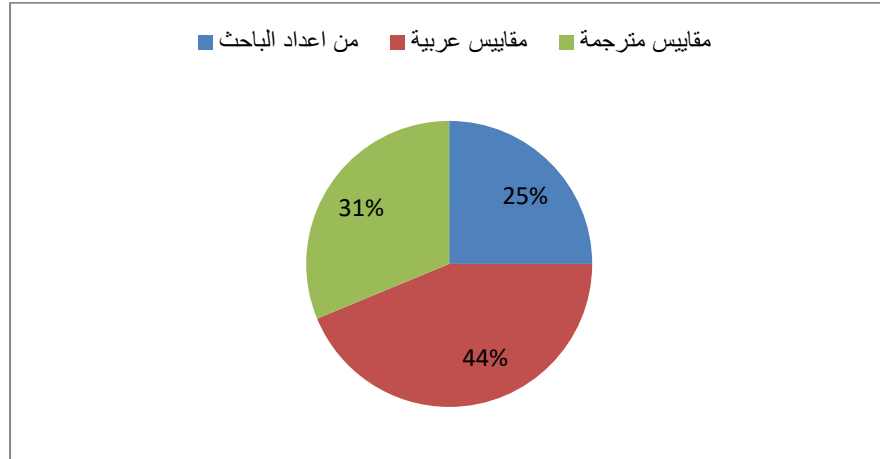


يوضح الشكل رقم (04) الحدود البشرية للدراسات السابقة المحللة حيث اعتمدت الدراسات على المنهج الاحصائي وانقسمت الى دراسات كانت عينتها صغيرة وأخرى كانت عينتها كبيرة، ارتبط ذلك بحجم المجتمع الأصلي. قسمت الدراسات على فئتين الأولى شملت عينات الدراسات ما بين [100-20] حيث

كانت أصغر عينة فيها 20 حالة أما الأكبر فيها 95 حالة، أما الفئة الثانية شملت العينات ما بين -800 [100] فكانت أصغر عينة تحتوي 120 حالة أما الأكبر فيها 800 حالة.

4. من حيث أدوات الدراسة:

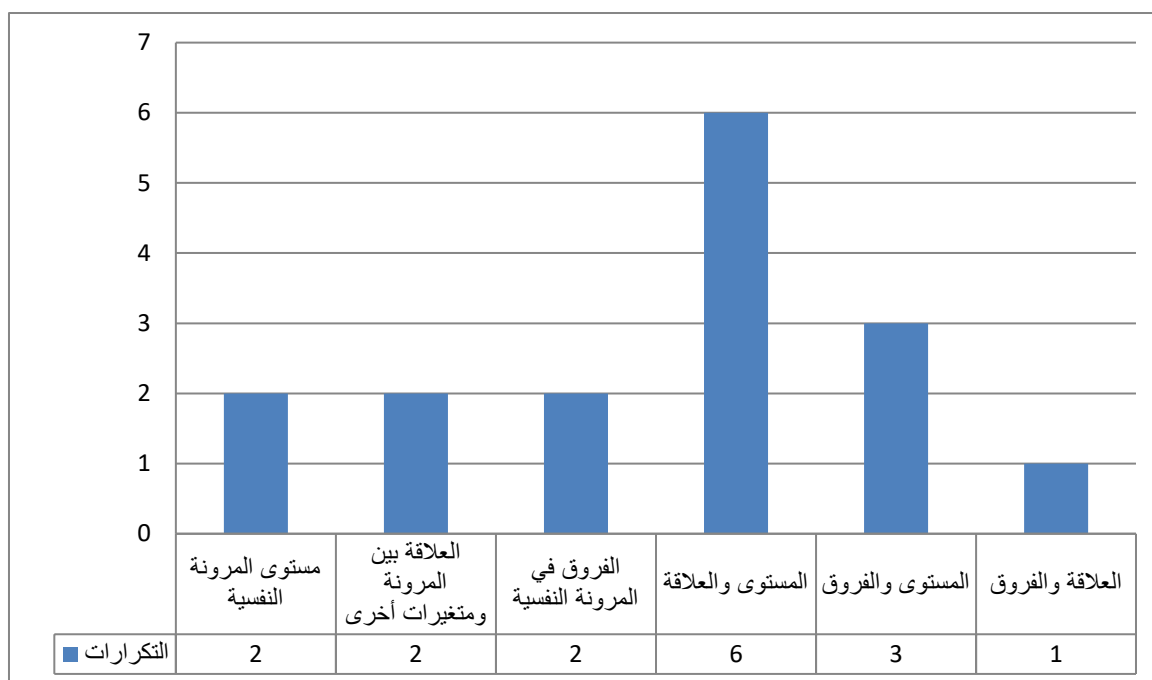
الشكل رقم (05) يوضح أدوات الدراسة المستخدمة في الدراسات السابقة:



يتضح من الشكل رقم (05) تصنيفات المقاييس المستخدمة في الدراسات والتي قسمت الى مقاييس من أعداد الباحثين أنفسهم وكان عددها 4، مقاييس باللغة العربية من اعداد باحثين عرب استخدمت في الدراسات التي كان عددها 7 وأخيرا مقاييس أجنبية مترجمة اعتمدت في 5 دراسات.

5. من حيث أهداف الدراسات:

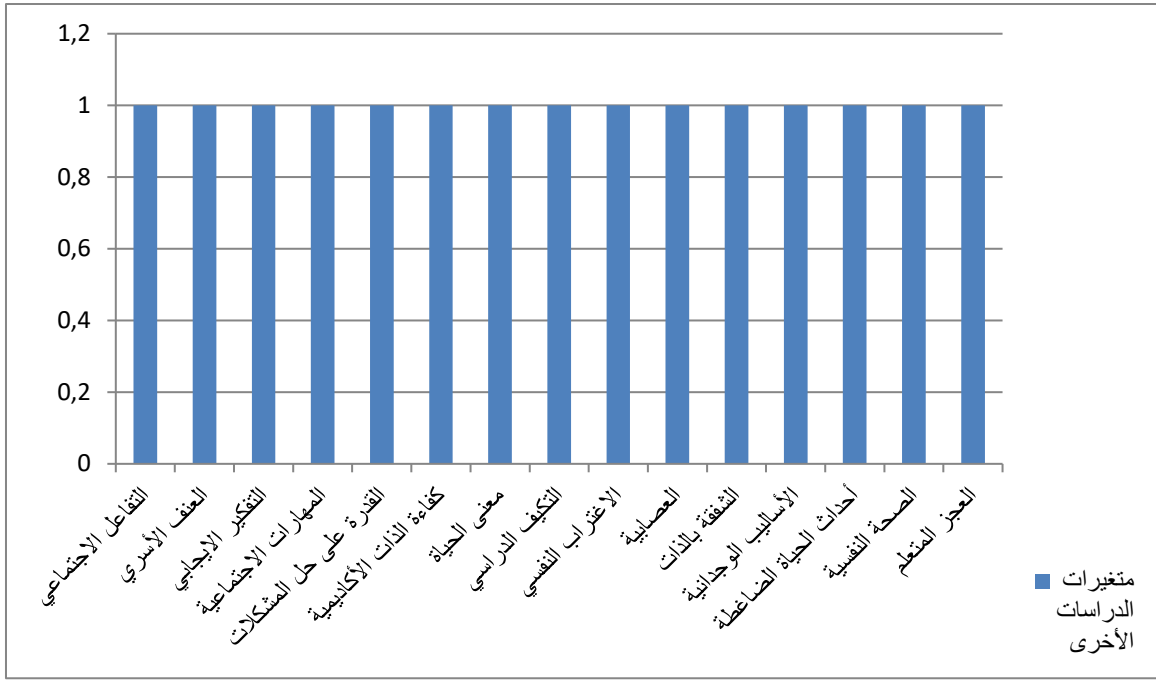
الشكل رقم (06) يوضح تصنيفات أهداف الدراسات السابقة:



يوضح الشكل رقم (06) تصنيفات أهداف الدراسات السابقة والتي قسمت الى 6 أهداف أساسية ارتبطت بمستوى المرونة النفسية، علاقة المرونة النفسية بمتغيرات أخرى مثل: التفاعل الاجتماعي، العنف الأسري التفكير الايجابي، المهارات الاجتماعية، القدرة على حل المشكلات، كفاءة الذات، معنى الحياة، التكيف الدراسي الاغتراب النفسي، العصابية، الخ. هناك دراسات كان لها هدف واحد فقط وأخرى جمعت أكثر من هدف. أغلب الدراسات جمعت بين المستوى والعلاقة بالمتغيرات الأخرى.

6. من حيث المتغيرات المدروسة الى جانب المرونة النفسية:

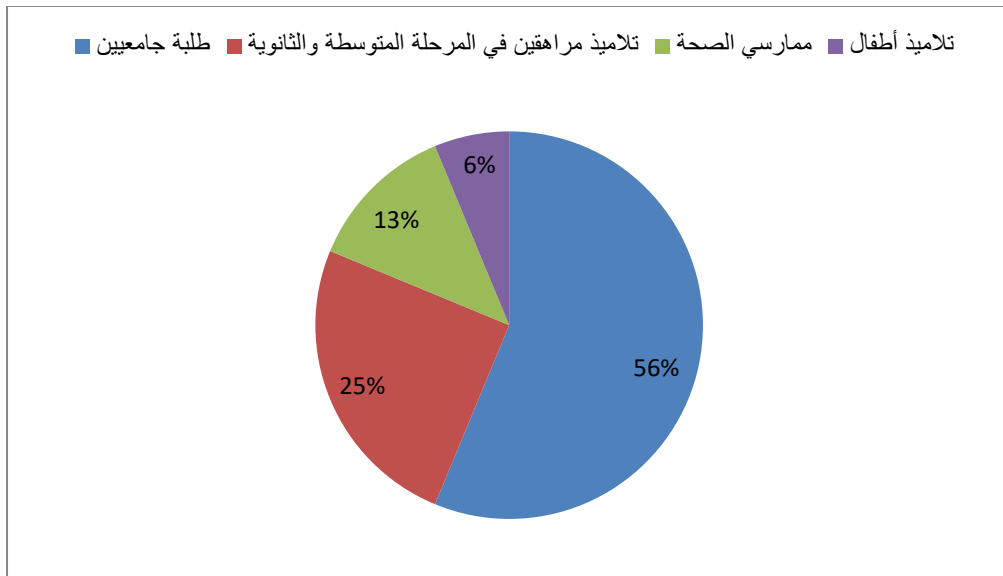
الشكل رقم (07) يوضح المتغيرات الأخرى التي درست الى جانب المرونة النفسية:



يوضح الشكل رقم (07) مجموع المتغيرات التي تناولتها الدراسات 16 الى جانب المرونة النفسية والتي قدرت ب 15 مفاهيم وخصائص نفسية متنوعة.

7. من حيث مجتمع الدراسة:

الشكل رقم (08) يوضح مجتمعات الدراسات السابقة:



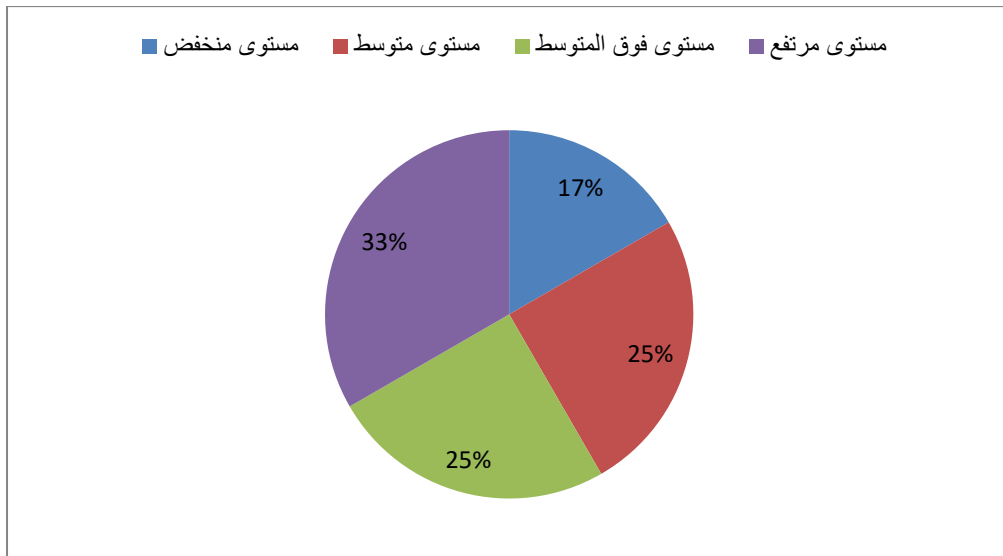
يوضح الشكل رقم (09) مجتمعات الدراسات السابقة والتي قسمت الى دراسات أجريت على الطلبة الجامعيين في بلدان وتخصصات مختلفة، العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة وبلغ عددها 9 دراسات، دراسات

على التلاميذ (مراهقين) في المتوسطات والثانويات وكان عددها 4 دراسات، دراسات على الممارسين في الصحة كان عددها 2 وأخيرا دراسة واحدة على التلاميذ الأطفال.

8. من حيث نتائج الدراسات السابقة

1.8 من حيث مستوى المرونة النفسية:

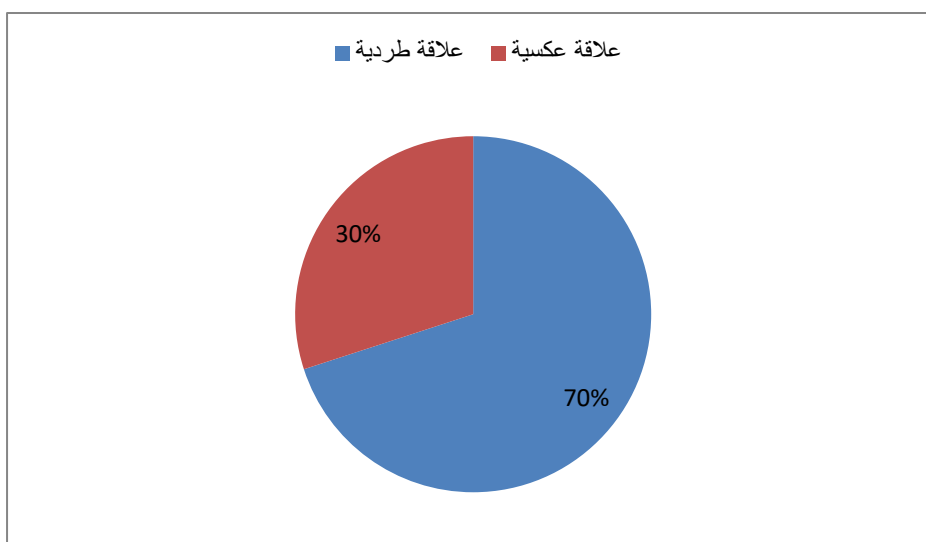
الشكل رقم (10) يوضح تصنيفات نتائج الدراسة المرتبطة بمستوى المرونة النفسية



يتضح من الشكل رقم (10) نتائج الدراسات التي قاست مستوى المرونة النفسية والبالغ عددها 10 دراسات 4 دراسات كان فيها مستوى المرونة مرتفع، 3 دراسات كان فيها مستوى المرونة فوق المتوسط، دراسة واحدة كان فيها المستوى متوسط ودراستين كان فيها المستوى منخفض

2.8 من حيث العلاقة بين المرونة النفسية والمتغيرات الأخرى:

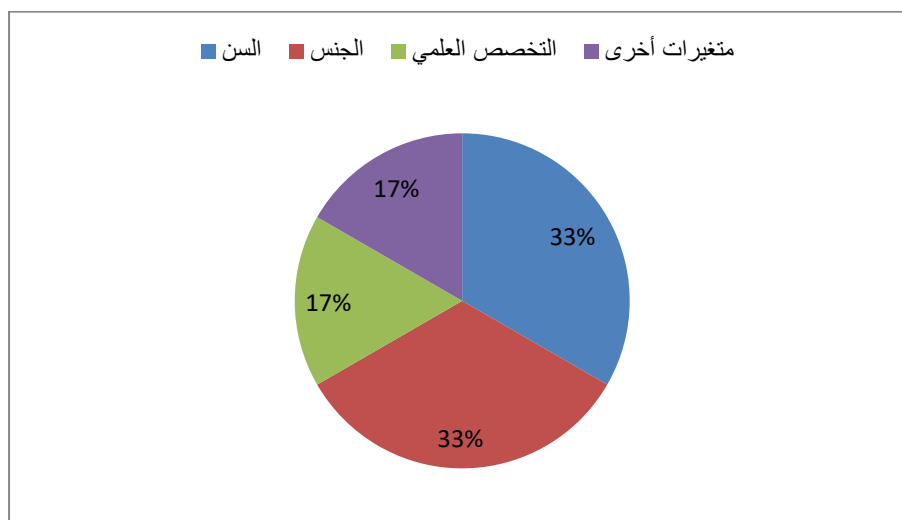
الشكل رقم (11) يوضح تصنيف الدراسات من حيث العلاقة بين المتغيرات:



الشكل رقم (11) يوضح تصنيف الدراسات التي درست العلاقة مع متغيرات أخرى والبالغ عددها 10 دراسات كل الدراسات وجدت علاقة طردية بلغت 7 دراسات مع متغيرات مثل التفاعل الاجتماعي، التفكير الإيجابي المهارات الاجتماعية، الخ. أما الدراسات التي توصلت الى وجود علاقة عكسية والبالغ عددها 3 مع متغيرات مثل: العنف الأسري، الاغتراب النفسي، أحداث الحياة الضاغطة.

3.8 من حيث الفروق:

الشكل رقم (12) يوضح تصنيفات الدراسات من حيث الفروق المدروسة:



يتضح من الشكل رقم (12) أن الدراسات ركزت على الفروق من حيث السن والجنس والبالغ عددها 2 لكل متغير، من حيث التخصص العلمي ومن حيث متغيرات نفسية أخرى. أغلب الدراسات لم تجد فروق

دالة إحصائية ما عدا دراسة واحدة وجدت فروق من حيث السن وأخرى وجدت فروق من حيث العصابية والشفقة بالذات والأساليب الوجدانية.

2.1 دراسة تحليلية للدراسات السابقة حول فاعلية الذات المدركة باستعمال الذكاء

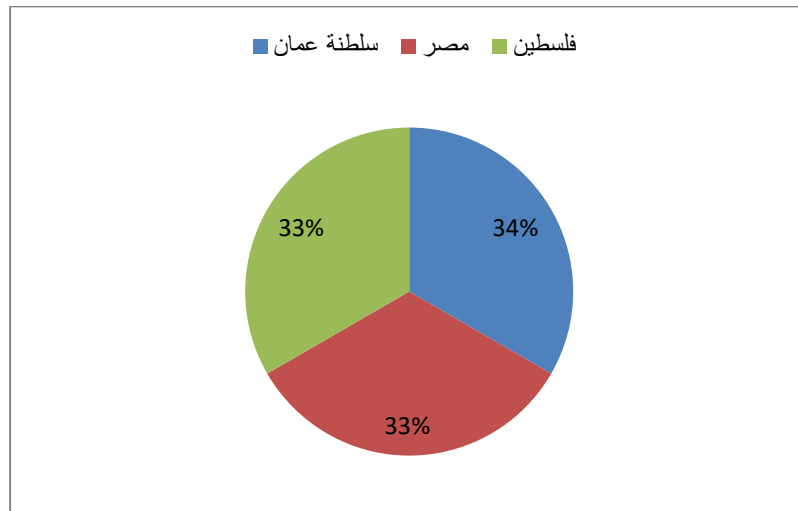
الاصطناعي:

شملت الدراسة التحليلية 09 دراسة سابقة متنوعة حول فاعلية الذات المدركة، فاستخدمت محرك بحث سكوبوت، كانت النتائج كما يلي:

1. من حيث الحدود المكانية:

1.1 الدراسات العربية:

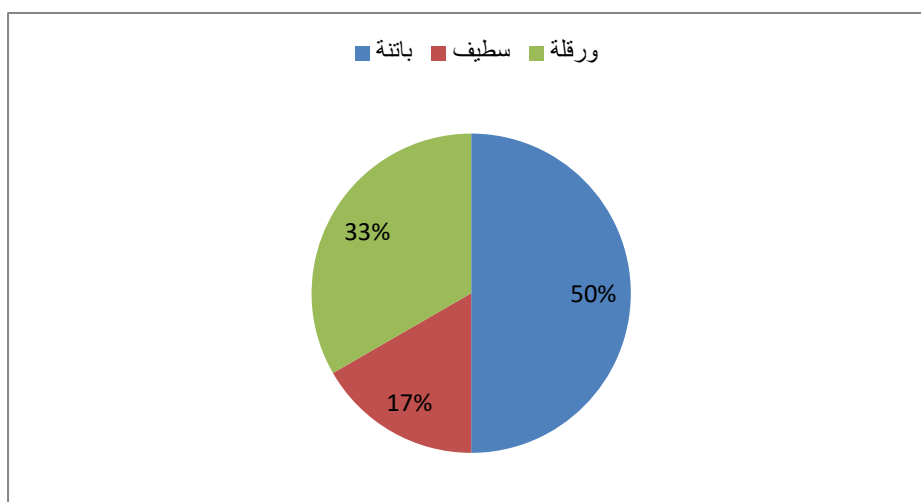
الشكل رقم (01) يوضح الحدود المكانية الخاصة بالدراسات العربية



يتضح من الشكل رقم (01) أن الدراسات التي تناولت موضوع فاعلية الذات المدركة أجريت في بلدان عربية قليلة على حد علم الباحثة، بمعدل دراسة واحدة في كل من فلسطين، مصر وسلطنة عمان.

2.1 الدراسات المحلية:

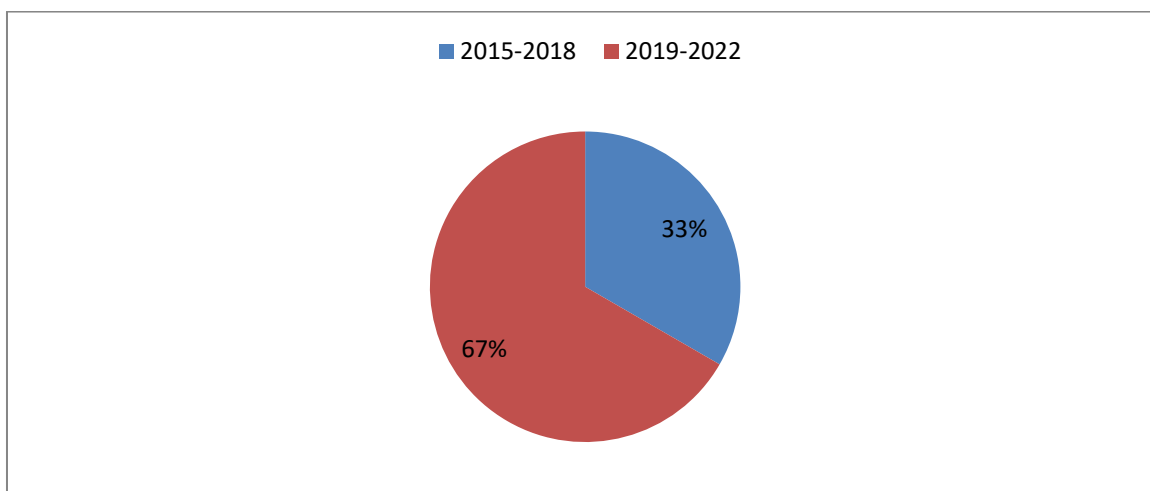
الشكل رقم (02) يوضح الحدود المكانية للدراسات الوطنية:



يوضح الشكل رقم(02) الحدود المكانية للدراسات الوطنية والتي أجريت بالترتيب حسب عدد الدراسات كما يلي: باتنة، ورقلة ثم سطيف.

2. من حيث الحدود الزمنية:

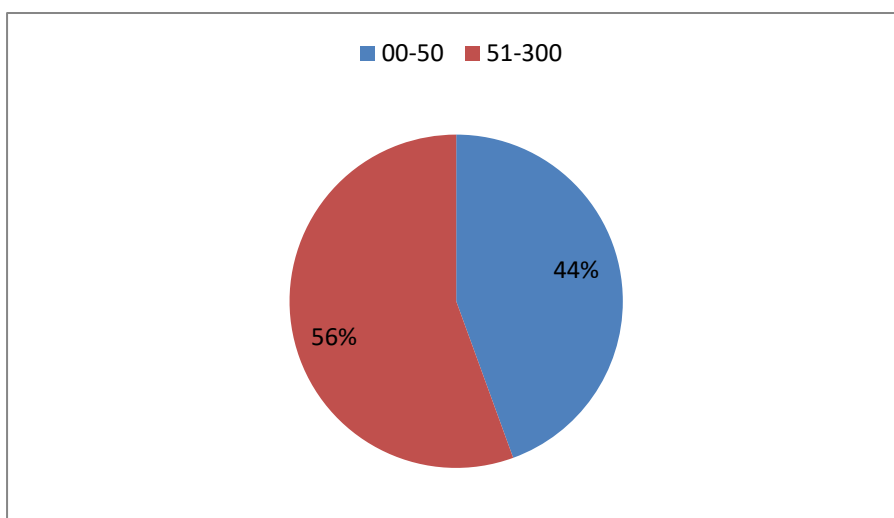
الشكل رقم (03) يوضح الحدود الزمنية للدراسات السابقة المتعلقة بفاعلية الذات المدركة:



يتضح من الشكل رقم(03) أن الدراسات قسمت على فئتين زمنيتين: [2015-2018]أو[2022-2019] حيث كانت دراسات المرحلة الثانية ضعف دراسات المرحلة الأولى.

3. من حيث الحدود البشرية:

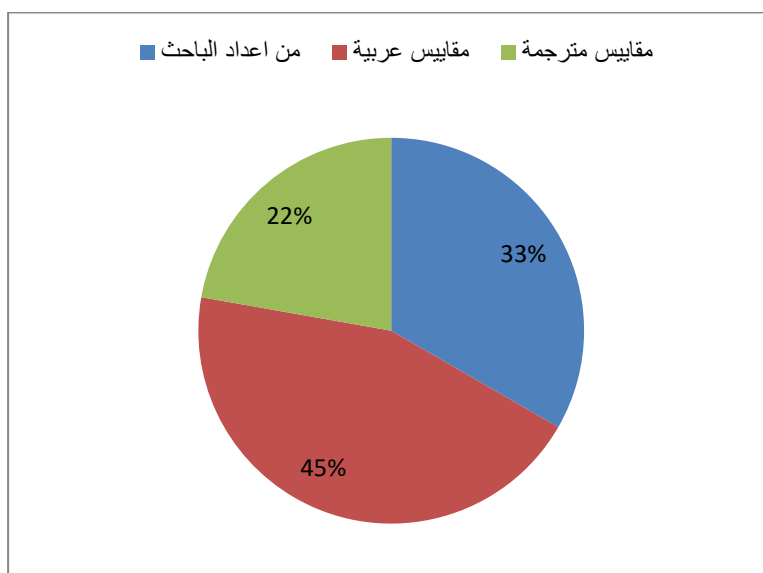
الشكل رقم (04) يوضح الحدود البشرية للدراسات السابقة المتعلقة بفاعلية الذات المدركة:



يوضح الشكل رقم (04) الحدود البشرية للدراسات السابقة المحللة حيث اعتمدت الدراسات على المنهج الاحصائي وانقسمت الى دراسات كانت عينتها صغيرة وأخرى كانت عينتها كبيرة، ارتبط ذلك بحجم المجتمع الأصلي. قسمت الدراسات على فئتين الأولى شملت عينات الدراسات ما بين [00-50] حيث كانت أصغر عينة فيها 32 حالة أما الأكبر فيها 42 حالة، أما الفئة الثانية شملت العينات ما بين [300-100] فكانت أصغر عينة تحتوي 150 حالة أما الأكبر فيها 284 حالة.

4. من حيث أدوات الدراسة:

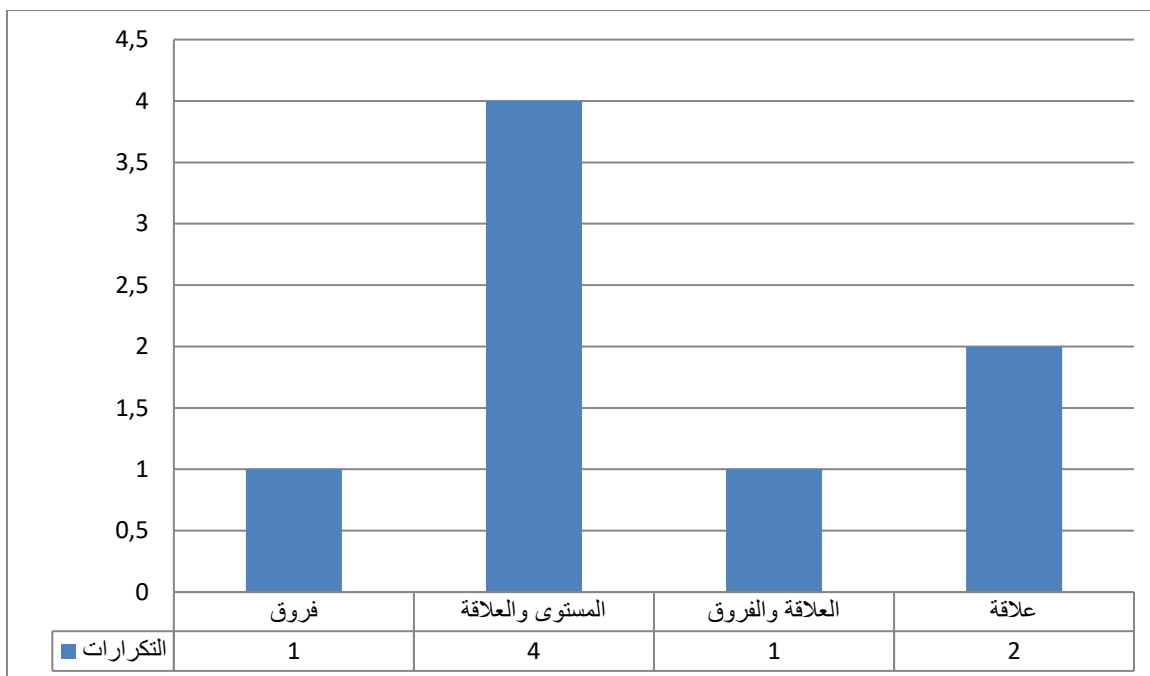
الشكل رقم (05) يوضح أدوات الدراسة المستخدمة في الدراسات السابقة:



يتضح من الشكل رقم (05) تصنيفات المقاييس المستخدمة في الدراسات والتي قسمت الى مقاييس من أعداد الباحثين أنفسهم وكان عددها 3، مقاييس باللغة العربية من أعداد باحثين عرب استخدمت في الدراسات التي كان عددها 4 وأخيرا مقاييس أجنبية مترجمة اعتمدت في دراستين.

5. من حيث أهداف الدراسات:

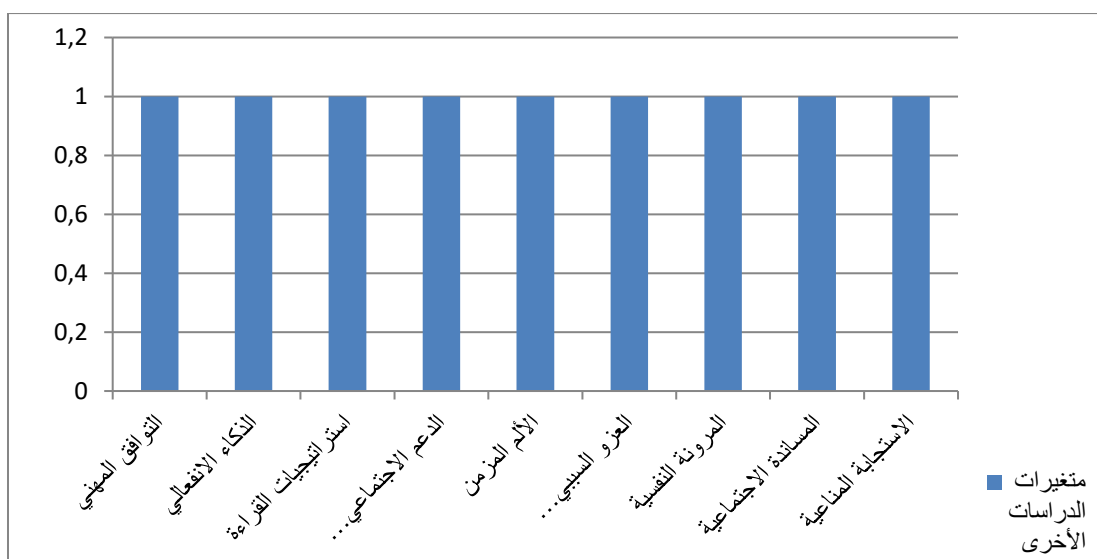
الشكل رقم (06) يوضح تصنيفات أهداف الدراسات السابقة:



يوضح الشكل رقم (06) تصنيفات أهداف الدراسات السابقة والتي قسمت الى 4 أهداف أساسية ارتبطت دراسة المستوى والعلاقة، دراسة العلاقة بين المتغيرات والفروق من حيث السن، الجنس، المستوى التعليمي، العلاقة فقط أو الفروق فقط في دراسة واحدة مقارنة

6. من حيث المتغيرات المدروسة الى جانب المرونة النفسية:

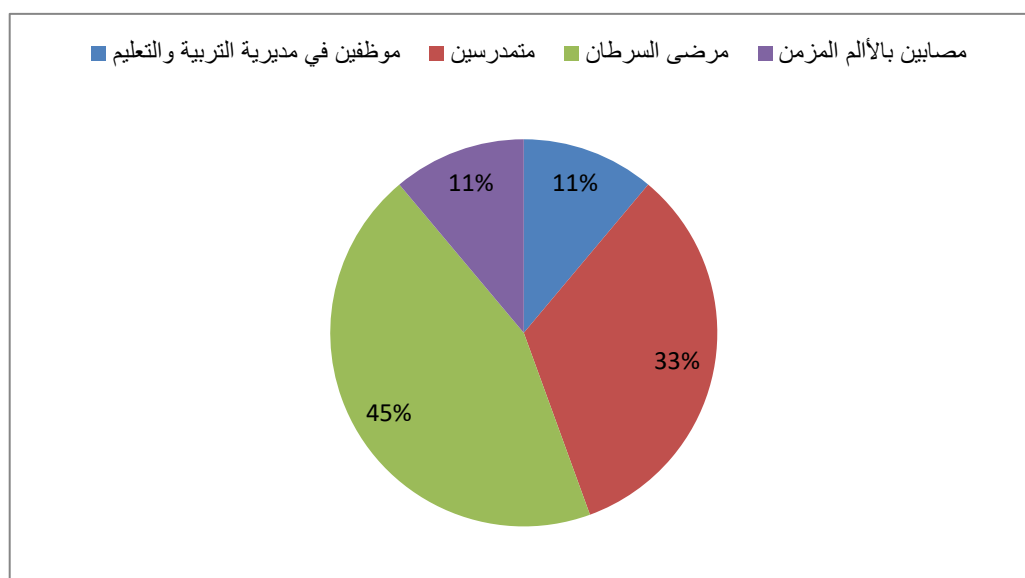
الشكل رقم (07) يوضح المتغيرات الأخرى التي درست الى جانب فاعلية الذات المدركة:



يوضح الشكل رقم (07) مجموع المتغيرات التي تناولتها الدراسات 9 الى جانب المرونة النفسية والتي قدرت ب 9 مفاهيم وخصائص نفسية متنوعة.

7. من حيث مجتمع الدراسة:

الشكل رقم (08) يوضح مجتمعات الدراسات السابقة:

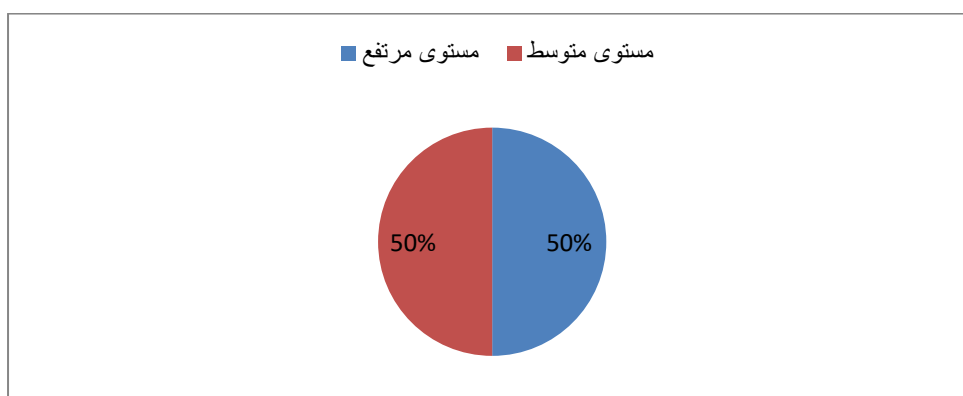


يوضح الشكل رقم (09) مجتمعات الدراسات السابقة والتي قسمت الى دراسات أجريت على المتمدرسين من تلاميذ والطلبة، على موظفين، مرضى بالسرطان أو بالأمراض التي تسبب الألم المزمن.

من حيث نتائج الدراسات السابقة

1.8 من حيث مستوى المرونة النفسية:

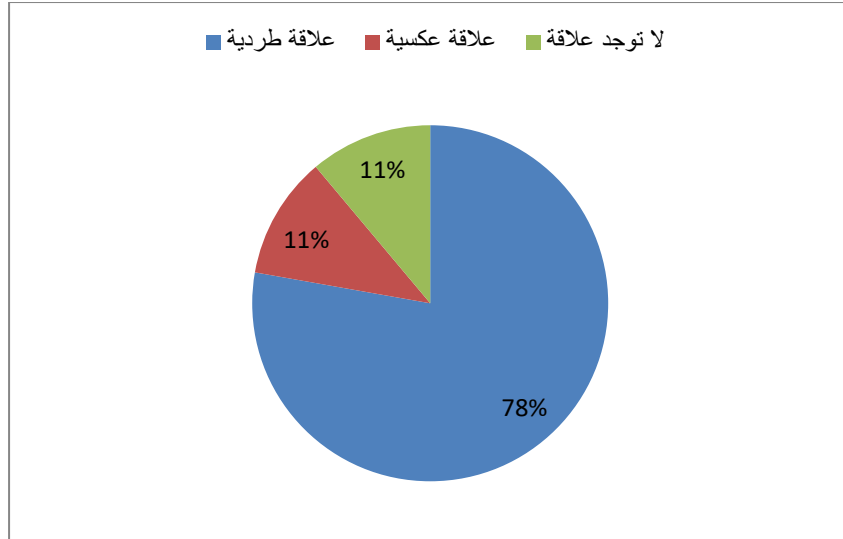
الشكل رقم (10) يوضح تصنيفات نتائج الدراسة المرتبطة بمستوى المرونة النفسية



يتضح من الشكل رقم (10) نتائج الدراسات التي قاست مستوى فاعلية الذات المدركة والبالغ عددها 4 دراسات 2 دراسات كان فيها المستوى مرتفع، 2 دراسات كان فيها المستوى متوسط.

2.8 من حيث العلاقة بين المرونة النفسية والمتغيرات الأخرى:

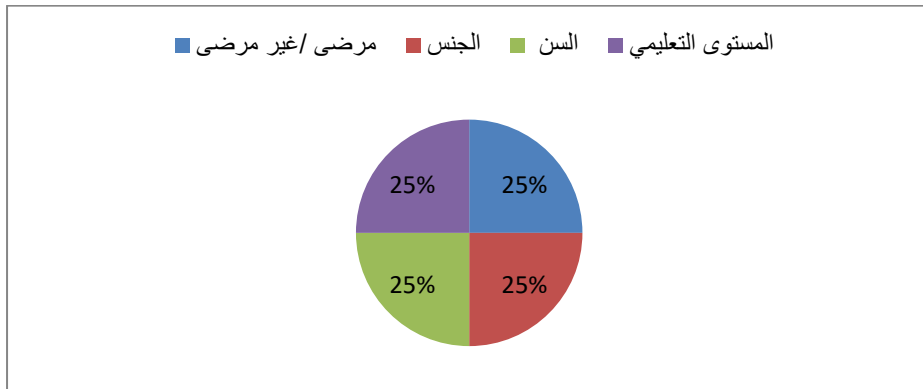
الشكل رقم (11) يوضح تصنيف الدراسات من حيث العلاقة بين المتغيرات:



الشكل رقم (11) يوضح تصنيف الدراسات التي درست العلاقة مع متغيرات أخرى والبالغ عددها 9 دراسات الدراسات التي وجدت علاقة طردية بلغت 7 دراسات مع متغيرات مثل المساندة الاجتماعية، الذكاء الانفعالي الخ. أما الدراسات التي توصلت الى وجود علاقة عكسية والبالغ عددها 1 مع متغير العزو السببي السلبي ودراسة لم تجد علاقة بين فاعلية الذات المدركة والاستجابة المناعية.

3.8 من حيث الفروق:

الشكل رقم (12) يوضح تصنيفات الدراسات من حيث الفروق المدروسة:



يتضح من الشكل رقم (12) أنه توجد دراسة واحدة مقارنة اهتمت بدراسة الفروق فيما ذكر سابقا.

2. موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:

تميزت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة من حيث:

- من حيث الحدود المكانية:

ندرة الدراسات التي تناولت العلاقة بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة في البلدان العربية خصوصا المغربية، حيث جاءت الدراسة الحالية فتناولت هذا الموضوع في البيئة الجزائرية، بالتحديد في ولاية مستغانم دائرة مزهران في المركز النفسي البيداغوجي للإعاقة الذهنية.

- من حيث الحدود الزمنية:

معظم الدراسات المدرجة تعود إلى فترات حديثة، في حين هذه الدراسة تأتي في توقيت راهن لإعادة دراسة العلاقة بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة في ضوء سياقات محددة ومعاصرة، بما يسهم في تعميق الفهم النظري والتطبيقي للمتغيرين في ظل الظروف الحالية.

- من حيث المنهج وأدوات القياس:

غالبية الدراسات السابقة اعتمدت على المنهج الكمي الإحصائي فقط باستخدام استبيانات، بينما تعتمد هذه الدراسة على المنهج العيادي، الذي يستعمل فيه أدوات متنوعة كالملاحظة والمقابلة العيادية والاختبارات النفسية.

- من حيث المتغيرات المدروسة إلى جانب متغيرات الدراسة:

اتسمت الدراسات السابقة بدراسة واحدة مشابهة درست المتغيرين معا، أما باقي الدراسات السابقة قريبة ركزت على دراسة متغيرات هذه الدراسة بشكل منفصل وربط كل منها بمتغيرات أخرى مثل الاحتراق النفسي، التفكير الإيجابي، العنف الاسري، الضغوط النفسية، إلخ، بينما هذه الدراسة درست المرونة النفسية مع متغير قليل تناول وهو فاعلية الذات المدركة.

- من حيث مجتمع الدراسة:

ان معظم الدراسات السابقة أجريت على عينات كبيرة من فئات مختلفة المتمثلة في طلبة في بلدان وتخصصات مختلفة العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة، التلاميذ(لأطفال والمراهقين) في المتوسطات والثانويات، الموظفين سواء في القطاعات الإدارية او التعليمية، المرضى بالسرطان والامراض التي تسبب الم مزمن مع قلة ملحوظة في استهداف فئات مهنية واجتماعية كالأطباء والمربين، لهذا توجهت الدراسة الحالية الى دراسة فئة المربين وتسليط الضوء عليها.

- من حيث الأهداف:

اقتصرت أهداف الدراسات السابقة تركيزها على وصف مستوى كل من المتغيرين وتحديد نوع العلاقة بشكل عام دون التعمق في تفسير العلاقة بين المتغيرين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة، بينما الدراسة الحالية هدفت إلى تحليل العلاقة العيادية بين المتغيرين وفهم أعمق للعمليات النفسية الداخلية التي تربط بين المتغيرين.

3. إشكالية الدراسة :

يحتاج الانسان في الوقت الراهن تحقيق الاستقلال المادي والاجتماعي من خلال الحصول على مهنة معينة، فالعمل يعتبر جزء اساسي في حياة الفرد ومصدر للدخل المادي والاستقرار، لكن قد تكون طبيعة المهنة والصعوبات التيواجهها العامل هي ما يشكل ضغوطات لديه فالضغوطات النفسية بدورها محفز للاستمراريةوالعطاء في العمل مادامت بدرجة صحية، لكن إذا زادت شدتها قد تصبح ذات تأثيرسلبيو تؤثر على كل من الجوانب النفسية والعقلية والاجتماعية.

من بين هذه المهن مهنة المربي، فنظر للمتطلبات التي تطغى على مهام المربين في تقديم الخدمات للأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة، الامر الذي يحتم عليهم الوقوف أمام مسؤوليات عظمية في مهنتهم وهم في حالة من التوتر والقلق وبذل جهد أكبر لتحقيق هاته المتطلبات ومع زيادة مهام المربي ونقص الدعم الاجتماعي المادي والمعنوي وعدم العدالة بين العاملين وضغط الادارة من جهة وتضارب الادوار بينه وبين الاخصائيين العاملين ضمن الفريق العمل البيداغوجي من جهة أخرى، وكذا استمرارية الوضعية دون احراز أي تقدم او أي تطور يذكر، يجعل عملية التكفل مصدر لعدم الاستقرار والمعاناة النفسية المستمرة والمتراكمة على عاتق المربي المحتك بالطفل ذوي احتياجات خاصة مما قد يؤثر على صحته النفسية والتي تختلف بين

الأفراد في تحديد جودتها، كالقدرة على التفكير واتخاذ القرارات وكذا الصحة الجسدية والعقلية والنفسية، الأحوال المعرفية والعلاقات الاجتماعية أو صعوبات الحياة، وما ينتج عنها زيادة الأعباء وكثرة المشكلات والأحباط والتوترات والقلق والحرمان وما شابه إلى ذلك. يترتب عليها ضغوط انفعالية شديدة قد لا يقوى المربي على تحملها مما يجعله غير متوافق مع نفسه وبيئته (زهران، 2005، ص. 469).

والجدير بالذكر أن الجانب النفسي للمربي يلعب دوراً هاماً في تكيفه مع ظروف بيئة عمله من بين العوامل النفسية نجد أن المرونة النفسية من العوامل التي تساعد في التأقلم وتساعد على تخطي الأزمات والصعوبات وتحمل عبء المسؤولية، فالمرونة النفسية حسب نظرية ريتشارد سون **Richard. S** هي المحرك الأساسي والدافع الموجود لدى الفرد الذي يجعله يتحلى بالحكمة والايثار ويعمل على تحقيق ذاته وتحقيق التوازن بين عناصر جهازه النفسي البيولوجي والروحي ونتيجة لهذا التوازن سيكون هنالك تكيف وانسجام بين العقل والروح والجسد وتأقلم مع مختلف المواقف الحياتية إلى اختبارها (سيف العزري، 2016، ص. 23).

وأكدت العديد من الدراسات على أهمية المرونة النفسية في البناء النفسي السليم للإنسان ومن بين هذه الدراسات دراسة فريد ريكسون وآخرون على الأفراد ذو المرونة العالية التي ساعدتهم في بناء المصادر النفسية الضرورية للتكيف مع المواقف المختلفة بنجاح وحافظت على توازنهم وصحتهم النفسية، بينما الأفراد ذو المرونة المنخفضة لديهم عدم القدرة على مواجهة هذه الأحداث، تؤدي إلى أزمات نفسية في حياتهم (جودي عربية، 2018، ص. 5).

ولعل أهم وسيط يساعد الفرد على تجاوز المصاعب والضغوطات هي الأفكار الراسخة التي يتبناها حول قدراته للقيام بسلوكيات معينة أو تقاؤها واستبصاره بإمكاناته وهذا الاستبصار يختلف من فرد إلى آخر وهو ما يجعل كل شخص يتعامل بأسلوب مختلف مع الأحداث التي تواجهه في حياته، وهو ما يعرف في علم النفس بفاعلية الذات المدركة. وإن هذه الأخيرة تعد من العوامل الشخصية لدى الأفراد حيث تمثل مركزاً هاماً في دافعية الأفراد للقيام بأي عمل أو نشاط إذ تساعد الفرد على مواجهته للضغوط التي تعترضه في مراحل حياته المختلفة.

وهدفت دراسة معروف محمد (2019) إلى معرفة مساهمة الفاعلية الذاتية في خفض الاحتراق الوظيفي واعتماد استراتيجيات التعامل مع المواقف الضاغطة coping عند أساتذة التعليم الثانوي، أظهرت النتائج وجود مساهمة لفاعلية الذاتية في خفض الاحتراق الوظيفي بنسبة (26%) وفي اعتماد استراتيجية حل المشكلة بنسبة

(25%) واستراتيجية التسيير الانفعالي بنسبة (12%) مع وجود مساهمة إستراتيجية حل المشكلة وتسيير الانفعال في خفض الاحتراق الوظيفي بنسبة (24%) مما يجعل استراتيجيات التعامل مع المواقف الضاغطة تلعب دورا وسطيا فعالا في خفض الاحتراق الوظيفي، المساهمة في خف الاحتراق الوظيفي ترتفع عند الاساتذة (26%) الى (36%) عند اعتماد استراتيجيات التعامل الى جانب الفاعلية الذاتية معا وفق نموذج تحليل المسار المقترح.(خدوم واخرون، 2023، ص. 14).

تثير العلاقة بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة اهتماما متزايدا، باعتبار ان قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط قد تنعكس بشكل مباشر على ثقته في قدراته.

ومن هنا نستخلص التساؤلات التالية:

4. التساؤلات العامة:

- ما طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية

البيداغوجية؟

التساؤلات الفرعية:

- ما مستوى المرونة النفسية لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية؟

- ما مستوى فاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية؟

5. فرضيات الدراسة:

أ. الفرضية العامة:

-توجد علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة في المراكز النفسية البيداغوجية.

ب. الفرضية الجزئية:

-يتمتع المربي في المراكز النفسية البيداغوجية بمرونة نفسية مرتفعة.

- المربين في المراكز النفسية البيداغوجية لديهم مستوى مرتفع من فاعلية الذات المدركة.

6. أهداف الدراسة:

- 1- التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية.
- 2- التعرف على مستوى فاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية.
- 3- محاولة الكشف عن طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة لدى المربين.

7. أهمية الدراسة:

- 1- دراسة الجانب النفسي لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية.
- 2- التعرف على مدى قدرة المربي في المراكز النفسية البيداغوجية على التكيف مع الضغوطات النفسية والمهنية التي تواجهه في بيئة العمل.
- 3- التعرف على العوامل المؤثرة في تعزيز المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة.
- 4- تسليط الضوء على فئة المربين في المراكز النفسية البيداغوجية.
- 5- محاولة ابراز مهنة المربي وما يصاحبها من اثار نفسية نتيجة الضغوط في المهنة

9.التعريفات الإجرائية:

1.9. المرونة النفسية: هي قدرة المربي على التكيف والتعامل مع الضغوطات النفسية والمواقف الصعبة التي يتعرض لها خلال عمله والقدرة على العودة الى الحالة الطبيعية بعد مواجهة الازمات او المواقف المؤلمة وهو الدرجة التي يتحصل عليها من خلال الإجابة على مقياس المرونة النفسية.

2.9. فاعلية الذات المدركة: هي قدرة المربي على التحكم في توجيه أفكاره وعواطفه وسلوكياته بشكل واعوي التوقعات التي يصدرها المربي حول ثقته بنفسه وقدرته على كيفية التغلب على الصعوبات التي تواجهه في مهنته، وهي الدرجة التي يتحصل عليها من خلال الإجابة على مقياس فاعلية الذات المدركة.

3.9. المربين: هم الأشخاص الذين تسند لهم مسؤولية رعاية وتربية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بالمراكز النفسية البيداغوجية.حددي مركزك وسنة الدراسة بدقة

الفصل الثاني

المرونة النفسية في مرحلة الرشد

تمهيد

أولاً: المرونة النفسية

1. مفهوم المرونة النفسية

2. مفاهيم مرتبطة بالمرونة النفسية

3. النظريات المفسرة للمرونة النفسية

4. لعوامل المؤثرة في المرونة النفسية

5. استراتيجيات بناء المرونة النفسية

6. صفات الأفراد ذوي المرونة النفسية

ثانياً: مرحلة الرشد

1. تعريف مرحلة الرشد

2. مراحل الرشد

3. خصائص العامة لمرحلة الرشد

4. مطالب مرحلة الرشد

5. أزمات مرحلة الرشد

تمهيد:

المرونة النفسية من المهارات الأساسية التي تساعد على التكيف والموائمة مع التحديات والصعوبات التي تواجه الفرد في مختلف مراحل الحياة، خاصة في مرحلة الرشد حيث تمثل مرحلة مهمة يمر بها الانسان لأنها تمثل فترة نضج في كامل جوانبه المختلفة، حيث يبدأ في تحديد أولوياته وتحقيق أهدافه الشخصية والمهنية، وفي هذا الفصل تم تقسيمه الى جزئين جزء يتضمن المرونة النفسية والآخر مرحلة الرشد.

أولاً: المرونة النفسية**1. مفهوم المرونة النفسية:****1.1. المرونة لغة:**

قال ابن فارس "مرن-الميم والراء والنون-أصل صحيح يدل على لين شيء وسهولة، وجاء في لسان العرب "مَرَنٌ يَمْرُنُ مَرَانَةً وَمُرْنَةٌ" وهو لين في صلابته، وَمَرْنَتَيْدٌ فُلَانٍ عَلَى الْعَمَلِ أَي صُلِبَتْ وَاسْتَمَرَّتِ وَالْمَرَانَةُ اللَّيْنُ (شقورة، 2012، ص.09).

1.2. المرونة اصطلاحاً:

1.1.2. تعريف بينر (pienar2007): "قدرة الفرد على استخدام موارده الداخلية والخارجية بنجاح لحل قضايا تنموية ومهام الحياة (pienar,2007,p.41).

2.1.2. يعرفها الأحمدى: بأنها "هي الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الانسان من التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة المختلفة سواء كان هذا التكيف بالتوسط او القابلية للتغير او الاخذ بأيسر الحلول" (شقورة، 2012، ص.09).

3.1.2. ورد في إصدارات الجمعية الامريكية لعلم النفس (2002): المرونة النفسية بأنها عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد، الصدمات، النكبات، المأساة، التهديدات او الضغوطات النفسية التي تواجه الافراد مثل المشكلات الأسرية، مشكلة العلاقات مع الاخرين، المشكلات الصحية الخطيرة، ضغوط العمل والمشكلات المالية، كما تعني التخلص من الضغوط الصعبة ومواصلة الحياة بفاعلية واقتدار (الزغبى، 2016، ص.67-68).

4.2.1. يعرفها أحمد عبد السلام زهران: "بانها حالة دائمة نسبيا يكون الفرد فيها متوافق نفسيا وشخصيا وانفعاليا واجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته ويشعر بسعادة الآخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته الى اقصى حد ممكن مع نفسه، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام" (زهران، 2005، ص.09).

5.2.1. المرونة النفسية: هي قدرة الفرد على التكيف بفعالية مع التحديات والضغوطات النفسية المختلفة، من خلال استخدام موارده الداخلية والخارجية، بما يمكنه من مواجهة الازمات والشكالات اليومية، والحفاظ على توازنه النفسي واستمرار أداء مهامه الحياتية (تعريف الباحثة باعتماد على: بينار، 2007، شقورة، 2012، الجمعية الامريكية لعلم النفس، 2002، زهران، 2005).

2. مفاهيم مرتبطة بالمرونة النفسية:

1.2. قوة الأنا: تعتبر قوة الأنا الركيزة الأساسية في الصحة النفسية، وتعتبر سمة هامة من السمات الشخصية بما تلعبه من دور فعال ومؤثر في تطور النمو النفسي والاجتماعي للفرد وفي تشكيل الشخصية الإنسانية بشكل عام (عودة، 2001، ص.79).

2.2. المناعة النفسية: مفهوم فرضي، ويقصد به قدرة الشخص على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل الصعوبات والمصائب، ومقاومة ما نتج عنها من أفكار ومشاعر غضب وسخط وعداوة، وانتقام وأفكار ومشاعر يأس وعجز انهزامية وتشاؤم، ومما سبق يتضح ان المناعة النفسية هي بمثابة مقاومة الفرد لكافة المواقف والاحداث الحياتية التي تعرض لها وقدراته على تحمل مصاعبها وتصديه لها بفاعلية وبمرونة عالية، حيث تساعده على التكيف والتعايش مع ظروف الحياة القائمة (عبد الكريم، 2016، ص.17).

3.2. التفكير الإيجابي: هو التفاؤل والإحساس بالقدرة والنجاح فيه، حيث التفكير بالفشل مقدمة للوصول إليه والتفكير بالنجاح سبب لإدراكه ونيله (شقورة، 2012، ص.11).

4.2. الصلابة النفسية: نمط التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه واعتقاد الفرد بانه بإمكانه ان يكون له تحكم فيما يلقاه من احداث ضاغطة، وتحمل مسؤولية ما يتعرض له من احداث، وان ما يطرا على جوانب حياته من تغير هو امر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا او إعاقة له (فاتح، 2015، ص.13-14).

5.2. القدرة على التكيف: في علم النفس هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص إلى ان يغير سلوكه، ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين البيئة، وبناء ذلك الفهم نستطيع ان نعرف هذه الظاهرة بانها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين المرء وبيئته (بولسنان وآخرون، 2018، ص.33).

6.2. التوافق الايجابي: وهو قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، وهذا يؤدي به إلى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطرابات مليئة بالتحمس، ويعني هذا ان ترضي الفرد نفسه، وأن يتقبل ذاته كما يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين، فلا يبدو ما يدل على عدم التوافق الاجتماع كما لا يسلك سلوكاً اجتماعياً شاذاً بل يسلك سلوكاً مفعولاً على اتزانه الانفعالي والعاطفي والعقلي في ظل مختلف المجالات وتحت تأثير جميع الظروف.

7.2. الاتزان الانفعالي: وهو ان يكون لدى الفرد القدرة على التحكم والسيطرة على انفعالاته المختلفة ولديه مرونة في التعامل مع المواقف والاحداث الجارية، بحيث تكون استجابته الانفعالية مناسبة للمواقف التي تستدعي هذه الانفعالات (خدوم وآخرون، 2023، ص.28).

3. النظريات المفسرة للمرونة النفسية:

1.3. نظرية ريتشارد سون (richard son): من أوائل النظريات لتفسير عملية المرونة النفسية هي نظرية ريتشارد سون الذي وضع صياغة المفاهيم للمرونة بأنه القوة التي توجد داخل كل فرد، والتي تدفعه إلى تحقيق الذات والايثار والحكمة، ويكمن الفرض الأساسي لهذه النظرية في فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي (التوازن)، وهو يسمح لنا بالتكيف (الجسم والعقل والروح) مع ظروف الحالية.

حيث تؤثر الضغوط النفسية والاحداث البيوضة وأحداث الحياة الأخرى المتوقعة وغير المتوقعة أو متطلبات الحياة العاجلة في قدراتنا على التكيف ومواجهة مثل هذه الاحداث في الحياة تتأثر بصفات المرونة وإعادة التكامل مع المرونة السابقة والتفاعل بين الضغوط النفسية اليومية والعوامل الوقائية، وتؤدي عملية إعادة التكامل بالفرد إلى أربع نتائج منها:

1- إعادة تكامل المرونة، بحيث يؤدي التكيف إلى مستوى أعلى من التوازن.

2- العودة إلى التوازن جهد يبذل لتجاوز التمزق.

3- الشفاء مع الفقد مما يرسخ مستوى أدنى للتوازن.

4- حالة مختلفة وظيفيا، حيث الاستراتيجيات سيئة التكيف (السلوكيات المدمرة للذات) تستخدم لمواجهة الضغوط النفسية، ثم يمكن اعتبار المرونة تتجه نحو قدرات المواجهة الناجحة.

2.3. نموذج كوفي (covey): يرى هذا النموذج أن العيش والعمل بشكل متأنى نابع من المبادئ الدائمة

التي تعزز المرونة وهي كالتالي:

- 1- النشاط والفاعلية: وتتضمن قدرة الفرد على تحمل المسؤولية أفعاله.
- 2- أن يبدأ الفرد يومه بتفهم عميق لما يدور حوله: والتي تتضمن توضيح القيم والاولويات قبل اختيار الأهداف.
- 3- تعامل الفرد مع الأعمال الهامة قبل المهمة: من خلال تنظيم الوقت وإدارته وحسن استثماره.
- 4- توظيف العقل لتحصل على ما تريد من مكاسب: عن طريق البحث عن المنافع المتبادلة.
- 5- ان يفهم الفرد وان يكون مفهوما، وهي تعني احترام الفرد لأراء الآخرين ومحاولة فهم وجهة نظرهم.
- 6- التعاون: من خلال العمل بروح الفريق الذي تسوده قيم واحدة.
- 7- الاهتمام والتفعيل العازم للعادات الستة السابقة (بن سيف العزري، 2016، ص.ص.23.24).

4. العوامل المؤثرة في المرونة النفسية:

1.4. العوامل البيولوجية biological factors:

توصلت نتائج الأبحاث البيولوجية والجنسية إلى ان نشأة وترعرع الفرد في بيئة قاسية في وقت مبكر يؤثر على تطور بنية الدماغ ووظائفه بالإضافة للنظم العصبية، حساسية المستقبلات، وتوليف وامتصاص النواقل العصبية. هذه التغيرات المادية في الدماغ قد تؤدي إلى زيادة او خفض قابلية الإصابة بالأمراض النفسية مستقبلا، كما ان هذه التغيرات على مستوى الدماغ والعمليات البيولوجية الأخرى، يمكن ان تؤثر على القدرة على تعديل المشاعر السلبية وبالتالي على القدرة على مواجهة الشدائد.

2.4. العوامل الشخصية factors person:

السمات الشخصية (الانفتاح، الانبساط، القبولية) مركز الضبط الداخلي، التفوق، الفعالية الذاتية، تقدير الذات التقييم المعرفي، التفسير الإيجابي للأحداث، التماسك المتكامل، السرد الذاتي والتقاؤل كلها عوامل تساهم بوضوح في المرونة.

وتشير نتائج الباحثين إلى ان كل من الوظائف العقلية والمرونة المعرفية، التعلق الاجتماعي، المفهوم الإيجابي للذات، التنظيم الانفعالي، الانفعالات الإيجابية، الروحانية، التعامل النشط، الصلابة، التفاؤل، الأمل، حسن التدبير، القدرة على التكيف جميعها عوامل ترتبط بالمرونة.

اما العوامل الديموغرافية (السن، الجنس، العرق، الإثنية) والعلاقات والخصائص السكانية ترتبط بشكل مختلف بالمرونة، وذلك اعتماد على طرق الدراسة والتعريف المقدم للمرونة.

3.4. العوامل البيئية والنسقية Environmental-systemic factors:

في حد ذاته على الصعيد البيئي المصغر، نجد ان الدعم الاجتماعي من العلاقات بالعائلة والأقارب، هو مرتبط مع المرونة، فالتعلق الآمن مع الام واستقرار الاسرة والعلاقة الآمنة مع الوالدين مهارات التربية الجيدة وغياب الاكتئاب الامومي وعدم تعاطي المخدرات جميعها تقلل من المشكلات السلوكية وتحافظ على الصحة النفسية الجيدة لدى الأطفال الذين تعرضوا لسوء المعاملة.

يمكن الحصول على المساندة الاجتماعية من الأقارب الإيجابيين ودعم المعلمين وغيرهم من البالغين وكذلك من الاسرة مباشرة.

اما على المستوى النظمي، فالعوامل المجتمعية مثل المدارس الجيدة والخدمات المجتمعية والمناسبات الرياضية والفنية، العوامل للثقافية والروحانية، والدين وعدم التعرض للعنف جميعها عوامل مساهمة في المرونة (خدوم وآخرون، 2023، ص.34-35).

5. استراتيجيات بناء المرونة النفسية :

قدمت الجمعية الامريكية لعلم النفس **the American Psychological Association** عشر طرق لبناء المرونة النفسية:

1- تجنب الاعتقاد بان الازمات او الاحداث الضاغطة مشكلاتلا يمكن تجنبها.

2- تقبل الظروف التي يمكن تغييرها.

3- وضع اهداف واقعية والاندفاع الإيجابي باتجاه تحقيقها.

4- العلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين بصفة عامة وأعضاء الاسرة والأصدقاء بصفة خاصة.

- 5- اتخاذ أفعال حاسمة في المواقف العصيبة.
- 6- التطلع لفرص استكشاف الذات.
- 7- تنمية الثقة بالذات.
- 8- الحفاظ على تصور طويل الاجل وفهم الحدث الضاغط في إطار السابق الواسع المخلق له.
- 9- الحفاظ على روح التفاؤل، والاستبشار وتوقع الأفضل.
- 10- رعاية المرء لعقله وجسده، وممارسة تدريبات منتظمة مع الانتباه لحاجاته ومشاعره فضلا عن الاندماج في أنشطة الترفيه والاسترخاء وإقناع الذات، التعلم من الخبرات السابقة والتأسيس لحياة مرنة ومتوازنة (عودة، 2018، ص.ص 37.38).

وتذكر الزهيري ثمان طرق لبناء المرونة النفسية وهي:

- 1- الكفاءة الذات (Self-Efficacy)
 - 2- الرؤية الشخصية (Personal vision)
 - 3- المرونة والتكيف (Flexible & Aduptable)
 - 4- التنظيم (Organised)
 - 5- التفاعل بينشخصي (Interpersonal Interaction)
 - 6- حل المشكلة (problemsolving)
 - 7- الارتباطات الاجتماعية (social connections)
 - 8- الفعالية (Active)، (بن شاعة، 2020، ص.ص 20).
6. صفات الافراد ذوي المرونة النفسية :

حسب بن سيف العزري 2016 "يقول (شريت 2001) ان صفات ذوي المرونة النفسية تتمثل في:

1- نظرة الفرد لنفسه: تتمثل في 3 ابعاد هي فهم الذات، تقبل الذات وتطوير الذات، ففهم الذات يعني ان تعرف نقاط القوة والضعف لدى الفرد اما البعد الثاني فهو تقبل الذات أي ان يتقبل الفرد ذاته كما هي بإيجابياتها وسلبياتها، اما البعد الثالث فيعني ان لا يقتنع الفرد بتقبل ذاته كما هي بل ان يحاول تحسينها وتطويرها.

2- الواقعية: تعني التعامل مع حقائق الواقع، على الفرد ان يضع لنفسه اهداف سهلة التحقيق ولا تكون صعبة حتى لا يشعر بالفشل، بل يعمل على تحقيق ما يمكن تحقيقه.

3- شعور الفرد بالأمن: يشعر الفرد بالأمن والطمأنينة بصفة عامة، يسلك سلوك ويعمل على حل المشكلة او إزالة مصادر التهديد والحسم باتخاذ القرارات المناسبة.

4- المواجهة الصحيحة للأزمات: عند عرض الفرد للمشكلة فإنه يفكر فيها ويحدد عناصرها مع وضع حلول لها يتصورها بأنها هي الحل، وذلك يتجه مباشرة إلى تغيير تلك المشكلة ويقوم بمواجهتها مواجهة صريحة.

5- الإفادة من الخبرة: يقوم الفرد بتعديل سلوكه بناء على الخبرات التي مر بها فهو يقوم بتعديل سلوكه انطلاقا مما يتعلمه من المواقف السابقة خاصة تلك المواقف التي لها صلة بالمواقف الذي تعرض لها (بن سيف العزري، 2016، ص.ص.11.10).

ثانيا: مرحلة الرشد

1. تعريف مرحلة الرشد:

الرشد هي مرحلة تتسم بالتعقد والتغير، وتبدأ من نهاية المراهقة مع بداية العقد الثالث من العمر تقريبا اولى مع بداية الشيخوخة التي تظهر علاماتها مع بداية العقد السابع من العمر، وقد أشار الباحثون إلى ان مرحلة الرشد تعتبر مرحلة

الكبر التي تشمل الفترة العمرية للشباب ومرحلة الكهولة، وهناك أيضا من يقسمها إلى مرحلتين الأولى مرحلة الشباب وتشمل العقد الثالث والرابع والثانية مرحلة الرشد وتشمل العقد الخامس والسادس من العمر (زرورق، 2019، ص.23).

2. مراحل الرشد:

مرحلة الرشد تنقسم من الناحية البيولوجية النفسية إلى مرحلتين جزئيتين هما:

1.2. مرحلة الرشد المبكر: وتمتد من سن الحادية والعشرين إلى الأربعين من العمر، واهم ما يميز هذه المرحلة التي تلي مرحلة المراهقة هو اهتمام الفرد بتكوين أواصر المودة مع الآخرين في حالة نجاح علاقاته الاجتماعية، أما في حالة عدم نجاح هذه العلاقات فنه يقع فريسة للعزلة.

ان الافراد الذين عاشوا تجارب إيجابية خلال مرحلة تبلور الهوية يكونون أكثر استعدادا للتفتح ولإنشاء علاقات حسنة مع الآخرين، وبالعكس فإن الافراد الذين لا يتقنون في أنفسهم وفي هويتهم يميلون إلى العزلة وإلى عزم الاهتمام بالآخرين أو العناية بهم، وكما انهم غالبا ما يتحاشون المواقف الجديدة لما تتطلبه من بذل جهد، ومن تحمل الانفعالات التي يتطلبها التقرب من الآخرين.

2.2. مرحلة الرشد المتأخر (أواسط العمر): وتمتد من الأربعين الى الستين من العمر وفيها تستمر الصراعات ويكون على الراشدين ان يختار بين الإنتاجية والانشغال بالذات وقد وضع "اريكسون" مصطلح الإنتاجية ليشير على الاستلام للمستقبل وللجيل الجديد انه يعتقد ان اهتمام الناس النشاط ورفاهيتهم ومحاولة جعل العالم مكان أفضل بين الأمور التي تعظم او تضخم الذات واما الانشغال الكامل بالذات فيؤدي إلى الركود(بدره وعبيدة، 2011، ص.ص.12.11).

3. خصائص مرحلة الرشد:

تلخص "هيرلوك 1980 Hurlock" الخصائص العامة لطور أوساط العمر أي مرحلة الرشد في النقاط

التالية:

- إن مرحلة أوساط العمر هي الفترة التي يتحلى فيها الفرد بخصائص جسمية و سلوكية تعبر عن اكتمال نموه، و يبدأ في الدخول إلى عهد جديد تنشا فيها الخصائص النفسية و السلوكية الجديدة ،و مع هذه التغيرات يبدأ الرشد في تعلم خبرات و سلوكيات جديدة.

-يتطلب هذا الطور إعادة التكيف للتغيرات الجسمية والأدوار لإن التكيف لبعض الأدوار الجديدة يكون نشاط ومن ذلك التكيف والاقتراب من التقاعد ووفاء رفيق الحياة في بعض الأحيان وخلو البيت من الأبناء.

- يعتبر طور مرحلة الرشد عن وقت الإنجاز، ففيه يصل المرء إلى قمة الأداء ويجني ثمار سنوات الإعداد الطويل والعمل الشاق في مراحل الاطوار السابقة، وفيه يكون المرء قد حصل على قدر كافي من الخبرة والعلاقات الإنسانية مما يهيء له قدرة الحكم الصحيح او التقييم الجيد للعلاقات الاجتماعية.
 - تعتبر مرحلة وسط العمر مرحلة ذروة الإنتاج الفرد والوصول إلى إتمام النضج ومرحلة الاستقرار والاستقلالية والزواج والانجاب.
 - تعتبر مرحلة وسط العمر مرحلة اتخاذ القرار وتحديد فلسفة الحياة.
 - التخفيف من الاعمال التي تدعو إلى شدة التنافس.
 - يشعر فيها الفرد بانه حقق الأهداف التي رسمها في بدء حياته.
 - يجد الفرد في هذه المرحلة من حياته فرصا متعددة للتعبير عن ذاته.
 - يشعر الفرد هنا بزيادة حريته نتيجة لتحقيقه الكثير من أعباء الحياة (ولد خدة
- ،2022،ص34.33).

4. مطالب مرحلة الرشد

- تعتبر مرحلة الرشد حاسمة في حياة الفرد ومتعدد المطالب ومن اهم هذه المطالب نذكر أهمها:
- تقبل التغيرات الجسمية والتوافق معها.
 - توسيع الخبرات العقلية المعرفية.
 - اختيار الزوج-الزوجة وتحقيق التوافق الزوجي.
 - تكوين الاسرة وتحقيق التوافق الاسري.
 - تربية الأطفال والمراهقين.
 - الاهتمام بعملية التطبيع الاجتماعي والمسؤولية الاجتماعية.
 - ممارسة المهنة وتحقيق التوافق المهني.

-تكوين مستوى اقتصادي ومادي مناسب.

-تقبل الوالدين والشيخوخة.

-تنمية الهويات وإشباع الحاجات.

-تكوين فلسفة الحياة.

-تحقيق الاتزان الانفعالي.

-الاندماج في المجتمع (حملاوي، 2013، ص.31).

5. أزمات مرحلة الرشد :

تعصف بمرحلة الرشد عدة أزمات نتيجة تغيرات في أحداث الحياة وهي كما يلي :

1.5. أزمة الامومة والابوة : ان تصبح المرأة "اماً" وان يصبح الرجل "اباً" يصيب علاقات كل منهما

مع نفسه و الاخرين إلى التغيير و هذا التغير له طابع ذاتي اكثر من اجتماعي ، فالتغيرات التي تحدث للأم خلال فترات الحمل خاصة تلك التي تطرأ على صورة الجسم وتأثيراتها على الأم و كذلك المسؤولية الملقاة على الأب و التغيرات الفيزيولوجية المرتبطة بالابوة التي اذا لم يعترف الأب بها ، فإنه لن يطور السلوكيات الضرورية للابوة و يفترض استيعاب دور الأب ان يستطيع الراشد تحديد موقعه بالنسبة للطفل و ان يتقبل دورا لا يتضمن او الاعتراف بالجميل.

2.5. أزمة الوالدية: مفهوم أزمة الوالدية ادخلها "مارشليوبراكونيه" وتعني الوضعية الداخلية الخاصة

بالوالدين في مواجهة مرافقة أطفالهم، ذلك ان ظهور المرافقة عند الأبناء يتطلب تعديل العلاقات القائمة بينهم من علاقة (والدين-طفل) الى علاقة بين الراشدين ومن هنا يجب على الوالدين ان يمتنعوا عن اسقاط رغباتهما الطفولية على المراهق وهم يواجهون ظهور الخصائص الجنسية عنده.

هذه الازمة لها مظاهرها المتعددة مثل مشاعر العجز والشعور بعدم التقهيم من قبل المراهق او عدم

القدرة على التواصل معه وكذلك الشعور بانه ضحية، عدم الامتتان والاعتراف بالجميل ويلاحظ عدة أنماط في ردود الفعل عن الوالد: الحداد، الرغبة في السيطرة، إعادة ذكريات الطفولة.

3.5. ازمة منتصف العمر : و تدعى أيضا بأزمة النضج وتحدث ما بين (45 سنة و 55 سنة) عندما يلاحظ الراشد ان الزمن قد مر سريعا، فالقلق من الزمن الذي يمر و الخوف من الشيخوخة المرتبطة بالتغيرات الجسدية و التناقص الإمكانية الجنسية كلها مظاهر مؤلمة يجب ان يعمل الفرد على تقبلها وقد تؤدي هذه الوضعية إلى ظهور اضطرابات مرضية مثل الاكتئاب و سلوكيات جنسية غير معينة ، و ليست بالضرورة مرضية و يمكن ان تحدث في سن متقدم و قد تحصل نتيجة ظروف خارجية مثل فقدان الوالدين و الجداد الذي يلي ذلك و قد تحدث نتيجة تغيرات فيزيولوجية مثل انقطاع الطمث و الحيض او امراض نفسية خطيرة(ولد خدة،2022،ص.ص34.35).

خلاصة الفصل:

من خلال هذا الفصل حاولنا تقديم نظرة حول كل من المرونة النفسية ومرحلة الرشد، كون ما تتسم به مرحلة الرشد من مسؤوليات متزايدة يصبح امتلاك مهارات المرونة النفسية ضروريا للحفاظ على الصحة النفسية والرفاهية العامة للأفراد.

الفصل الثالث

فاعلية الذات المدركة لدى المربين

تمهيد

أولاً: فاعلية الذات المدركة ثانياً: المربين في المراكز النفسية البيداغوجية

1. مفهوم فاعلية الذات المدركة
 2. الفرق بين مفهوم الذات والكفاءة الذاتية
 3. نظرية فاعلية الذات المدركة
 4. خصائص فاعلية الذات المدركة
 5. مصادر فاعلية الذات المدركة
 6. ابعاد فاعلية الذات المدركة
1. تعريف المربي
 2. تصنيفات المربي
 3. خصائص المربي
 4. اخلاقيات مهنة المربي
 5. دور المربي في المراكز النفسية البيداغوجية

خلاصة

تمهيد:

فاعلية الذات المدركة أحد المفاهيم الأساسية في علم النفس التنموي والتي تؤثر في سلوكيات الافراد فيالحياة خصوصا داخل البيئات التعليمية والتربوية خاصة في المراكز النفسية البيداغوجية، ويشير هذا المفهوم إلى إدراك المربي لقدراته على تحقيق الأهداف المهنية ومواجهة التحديات التي تتعلق بالتعامل مع الفئات ذات الاحتياجات الخاصة.

أولاً: فاعلية الذات المدركة**1. مفهوم فاعلية الذات المدركة:**

1.1 يعرفها "باندورا" bandoura: بأنها "توقعات الفرد عن أدائه للسلوك مواقف تتسم بالغموض وتنعكس هذه التوقعات على اختيار الفرد لأنشطة المتضمنة في الأداء وكمية المجهود المبذولة ومواجهة الصعاب وانجاز السلوك" (حامدي ومنصور، 2021، ص.958).

2.1. يعرفها "شيرر واخرون" Sherer et Al (1982) بأنها مجموعة عامة من التوقعات الذاتية لدى الفرد بشأن قابليته حول أداء السلوك وتحقق الغايات والتغلب على العقبات في مواقف الحياة اليومية (معروف، 2019، ص.29).

3.1. يعرفها "كيرش" Kirsh (1985) الفاعلية الذاتية بأنها ثقة الشخص في قدراته على انجاز السلوك بعيد عن شروط التعزيز (مرسي، 2015، ص.68).

4.1. تعرف عواطف حسين (1994): الفاعلية الذاتية بأنها إدراك ذاتي لقدرة الافراد على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوبة في أي موقف معين، وتوقعاته عن كيفية الأداء الحسن وكمية الجهد والنشاط والمثابرة المطلوبة عند تعامله مع المواقف والتنبؤ بمدى نجاح في تحقيق ذلك السلوك (مرسي، 2015، ص.69).

2. الفرق بين مفهوم الذات والكفاءة الذاتية:

ينظر إلى كل من الكفاءة الذاتية ومفهوم الذات كبنائين منفصلين مع وجود بعض اواجه التشابه بينهما، حيث يرى العلماء ان مفهوم الذات عبارة عن مفهوم احادي البعد والذي يعبر عن سيادة الجانب المعرفي،

كما و يكمن الفرق بين مفهوم الذات و الكفاءة الذاتية المدركة في التقييم المعرفي للفرد لقدراته لأداء مهام محددة و التي تعتمد على الخبرات السابقة، كما يكمن الفرق بين مفهوم الذات و الكفاءة الذاتية المدركة بطبيعية التقييم المعرفي للمواقف، فعندما يقيم الفرد نفسه مقارنة مع الآخرين فإن ذلك يشير إلى مفهوم الذات ، اما عندما يقارن الفرد نفسه بالخبرات السابقة التي يمر بها فإن ذلك يشير إلى الكفاءة الذاتية المدركة لذا فإن التقييم في مفهوم الذات هو معيار المرجح، اما التقييم في الكفاءة الذاتية فهو مرجعي المحك(حدان،2015،ص.30).

3. نظرية فاعلية الذات لباندورا:

أعطت نظرية التعلم الاجتماعي المعرفي التي وضعها "باندورا" سنة 1986 لفاعلية الذات المدركة تفسير واضحاً حيث يفسر باندورا السلوك البشري بكونه لا ينتج عن القوى الداخلية في الفرد فحسب ولا عن المؤثرات الخارجية وإنما ينتج عن التفاعل المعقد بين العمليات الداخلية والمؤثرات الخارجية وتقوم هذه العمليات إلى حد كبير على الخبرات السابقة التي مر بها الفرد وتصورها باعتبارها أحداثاً كامنة قابلة للقياس والمعالجة. وإن هذا الأحداث التي هي بدورها تنظم الاستجابات الظاهرة أي هناك تبادلية ثلاثية تعبر عن أن السلوك ناتج عن تفاعل دينامي بين التأثيرات البيئية والسلوكية والشخصية، وتعتبر فاعلية الذات كأحد أهم البناءات النظرية التي تقوم عليها نظرية التعلم الاجتماعي المعرفي لباندورا(محفوظ وقسوم،2023،ص.26).

هناك عدد من الافتراضات النظرية والمحددات المنهجية التي تقوم عليها نظرية الفعالية الذاتية والتي تبدو جديرة بأعمال الدراسة والبحث من الناحيتين النظرية والتطبيقية:

- 1- يسعى الناس جاهدين على التحكم في الأحداث التي تؤثر على حياتهم وضبطها او على الأقل ضبط إيقاعها.
- 2- مستوى دافعية الافراد وحالاتهم الانفعالية او الوجدانية وفعالهم هي دالة لما يعتقدونه في ذواتهم من إمكانات لما هي عليه بالفعل(خلاف،2019،ص.36).

4. خصائص فاعلية الذات المدركة:

من الخصائص العامة لفاعلية الذات ما يلي:

- مجموعة الاحكام والمعتقدات والمعلومات عن مستويات الفرد وإمكاناته ومشاعره.

- ثقة الفرد في النجاح في أداء عمل ما.
- وجود قدر من الاستطاعة سواء كانت فسيولوجية ام عقلية ام نفسية بالإضافة إلى توافر الدافعية في المواقف.
- توقعات الفرد للأداء في المستقبل.
- انها لا تركز فقط على المهارات التي يمتلكها الفرد ولكن أيضا حكما الفرد على ما يستطيع اداؤه مع ما يتوفر لديه من مهارات وفاعلية الذات هي الاعتقاد بأن الفرد يستطيع تنفيذ أحداث مطلوبة.
- هي ليست سمة ثابتة أو مستقرة في السلوك الشخصي فهي مجموعة من الاحكام لا تتصل بما ينجزه الشخص فقط ولكن أيضا بالحكم على ما يستطيع إنجازه وأنها للقدرة الشخصية(عبيد،2013،ص.67).

5. مصادر فاعلية الذاتية:

توجد أربعة مصادر أساسية للمعلومات حول فعالية التي يراها باندورا وهي:

1.5. الإنجازات الادائية:

تعتبر المصدر الأول للفعالية الذاتية عند الفرد، فالأفراد الذين ينجحون في أداء مهام معينة يتكون لديهم عادة المزيد من الثقة لأداء مهام مماثلة لها في المستقبل والنجاح فيها على خلاف أولئك الافراد الذين لم ينجحوا في أداء مثل تلك المهام.

2.5. النمذجة أو الخبرات البديلة:

حيث عادة ما يميل الفرد إلى ملاحظة غيره من الناس كي يستفيد من خبراتهم وانجازاتهم، ذلك ان ملاحظة الاخرين وتقليدهم وخاصة أولئك الذين يعتبرون نماذج إيجابية منهم، يعلم الافراد مهارات مفيدة وينقل إليهم الإحساس على انهم قادرون على تحقيق ممارسات ناجحة مثل غيرهم.

3.5. الإقناع الاجتماعي:

وهو يعتبر من وسائل تعزيز معتقدات الناس في أن لديهم ما يلزم لتحقيق النجاح.

4.5. الحالة الفيزيولوجية

حيث يعتمد الناس إلى حد كبير في تحديد ومعرفة مدى قدرتهم على ممارسة سلوكيات صحية معينة على المؤشرات الجسدية والعاطفية (خلاف وعدوان، 2016، ص.190).

6. ابعاد فاعلية الذات المدركة:

حدد باندورا ثلاثة ابعاد تتغير فاعلية الذات تبعاً لها:

1.6. قدرة الفعالية Magnitude: وهو يختلف تبعاً لطبيعة وصعوبة الموقف ويتضح قدر الفعالية عندما تكون المهام مرتبة وفق مستوى الصعوبة.

2.6. العمومية Generality: يشير هذا البعد إلى انتقال فاعلية الذات من موقف ما إلى مواقف مشابهة له.

3.6. القوة Strength: ذلك ان المعتقدات الضعيفة عن الفعالية تجعل الفرد أكثر قابلية للتأثير بما يلاحظه ويتابعه، وتتحدد قوة فاعلية الذات المدركة لدى الفرد في ضوء خبراته السابقة ومدى ملاءمتها للمواقف (خلاف وعدوان، 2018، ص.165).

ثانياً: المربين في المراكز النفسية البيداغوجي

1. تعريف المربي:

1.1. تعريف (1987) robert lafon: هو الشخص المكلف برعاية الأطفال والتكفل بهم من خلال تقديمه نشاطات تربوية وترفيهية من اكتسابهم الاستقلالية ومن ثم الاندماج الاجتماعي (Robert, 1987, p.334).

1-2- تعريف (1972) Fustierfaul: المربي هو "عناصر بارز في عملية التكفل داخل الفرقة البيداغوجية اذ يعمل على تطبيق البرامج البيداغوجية بما يوزعه هذه الأخير من نشاطات تهدف في مجملها إلى إعطاء الطفل إكتسابات جديدة (Furstierfaul, 1972, p.08).

1.3. تعريف عصام فارس (2006): المربي هو "الشخص الذي يقوم بإدارة النشاط وتنظيمه في غرفة النشاط وخارجها إضافة إلى تمتعه بمجموعة من الخصائص الشخصية والاجتماعية والتربوية" (بوساحة، 2018، ص.18).

2. تصنيفات المربي:**1.2. رتبة المربين المساعدين:**

المربين المساعدين هم الأشخاص المكلفين بمساعدة المربين والمربين المختصين فيما يتعلق بالحياة اليومية للتلاميذ المعوقين ذهنياً، كالنظافة والتغذية والحراسة وتأطيرهم أثناء التنقل خارج المؤسسة، كما توكل لهم المهام التالية

- يقوم بالمشاركة في النشاط التربوي والتنشيط وتنظيم الحياة الجماعية للمقيمين مع الفرقة المتعددة والاختصاصات.

- ضمان مرافقة وتأطير الأشخاص المتكفل بهم أثناء النشاطات الاطعام والنظافة الجسدية والهندامية.

- ضمان تأطير ومساعدة الأشخاص المتكفل بهم أثناء انتقالاتهم داخل المؤسسة وخارجها.

2.2. رتبة المربين المتخصصين:

المربين المتخصصين هم الأشخاص المكلفين برعاية الأطفال والمراهقين والراشدين الذين هم في وضعية إعاقة حيث توكل لهم المهام التالية:

- تطوير نشاطات اليقظة لفائدة الأطفال بالتنسيق مع النفسانيين ومستخدمي التأطير التقني للمعنيين.

- المساهمة في تحسين الابداع لدى الأطفال وتشجيع استقلاليتهم وتحسين سلوكهم الاجتماعي بالتنسيق

مع أعضاء الفريق المتعدد الاختصاصات.

- المشاركة في التحضير المادي للنشاطات التربوية والمسلية والترفيهية التي طورها المؤسسة.

- تطوير علاقات الثقة مع الاولياء وعائلات الأشخاص المتكفل بهم.

3.2. رتبة المربين المتخصصين الرئيسيين:

يكلف المربين الذين هم بهذه الصفة بمايلي:

- القيام بالعمل الجوّاري باتجاه الأطفال والمراهقين والراشدين الذين هم في وضعية إعاقة او خطر

معنوي أو عدم التكيف أو شدة اجتماعية.

- مساعدة الأطفال والمراهقين الذين هم في وضعية اجتماعية صعبة او الإعاقة او المهمشين لاستعادة استقلاليتهم والمحافظة عليها وتميئتها وكذا اندماجهم الاجتماعي بالتعاون مع الفريق المتعدد الاختصاصات.
- المشاركة في اعداد المشاريع الفردية والمؤسسية بالاتصال مع الفريق المتعدد الاختصاصات.
- تنظيم عمليات التنشيط والترفيه لفائدة الأشخاص المتكفل بهم بالتنسيق مع الفريق المتعدد الاختصاصات.

- تشجيع تنمية الاستقلالية وقدرات التعلم لدى الطفل بالاتصال مع الفريق المتعدد الاختصاصات.
- المشاركة بالتنسيق مع الفريق المتعدد الاختصاصات في اعمال التلخيص حول وضعية الأطفال والمراهقين او الذين هم في وضع صعب.

4.2. رتبة المربين المتخصصين الرؤساء :

يكلف المربين هم بهذه الصفة بمايلي :

- السهر على تنظيم الأنشطة المشغلة البدنية والرياضية والتنشيط والترفيه لفائدة الأشخاص المتكفل بهم بالتنسيق مع الفريق المتعدد الاختصاصات.
- المشاركة في إعداد وتنفيذ برامج التربية المتخصصة ومتابعتها وتقييم نتائجها.
- المساهمة في إعداد وتكييف البرامج والوسائل البيداغوجية الضرورية للتكفل بالفئات المستقبلية.
- المشاركة في إعداد الأدوات التعليمية الخاصة المرتبطة بممارسة مهامهم(الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية،2009،ص.ص12.11).

3. خصائص المربي:

1.3. الإعداد الأكاديمي والمهني:

تشير كرم الدين ليلي (2007) إلى ضرورة الإعداد الأكاديمي والمهني للمربين للقيام بهذه المهمة والتي تعد من أكبر المشكلات التي تواجه مدراس المعوقين على اختلاف أنواعها، فالمربي المتفوق في ميدان تخصصه والمؤهل مهنيا على نحو جيد يكون أكثر فعالية من المربي الأقل تفوقا، حيث يهدف الإعداد الأكاديمي إلى:

- تعليم الطالب المعارف والمهارات الأساسية لمزولة مهنة المربي المختص.

- تعليم الطالب والاستفادة من المرجعيات النظرية وتطبيق نتائج الدراسة والأبحاث في ممارسته المهنية.
- الإلمام بالسياسات الاجتماعية والمقاربات التنموية في مجال الإعاقة.
- فهم معنى الإعاقة وتعيين أنواعها وإدراك خصوصية التعامل البيداغوجي مع كل نوع من أنواعها.
- تدعيم المربي بالكفاءات الأساسية التي تمكنه من التدخل السوسيو تربوي.
- تمكين المربي من اجراء الدراسات في ميدان الإعاقة لتطوير مجالات البحث في الميدان.
- تقديم يد المساعدة للأسر التي تضم أشخاص من ذوي الاحتياجات الخاصة، تعريف المربي المختص بمختلف أشكال الإعاقة.
- تمكنه من الآليات الضرورية لتعليم وتربية ومساعدة الأشخاص في وضعية إعاقة من بلورة طاقتهم لأجل تحقيق ادماجهم (كرم الدين، 2007).

2.3. اتساع المعرفة والاهتمامات:

- ان المربي الأكثر فعالية يملك اهتمامات قوية واسعة في المسائل الاجتماعية والأدبية الفنية بالإضافة إلى امتلاكه مستوى أعلى من الذكاء اللفظي او المجرد، الامر الذي يشير إلى معرفته بالمسائل ومعارفه تجعله أكثر فعالية من المربي الأقل اهتماما وتطلعا، اما الاهتمامات والمهارات واتساع المعرفة فتكمن في:
- امتلاكه المعرفة النظرية الكافية فيما يتعلق بالتعليم والسلوك الإنساني وينبغي أن تكون المعرفة منبثقة عن الحث العلمي.
- اظهار الاتجاهات التي تسير التعلم والعلاقة الإنسانية، فلذلك أثر على التعليم، أي أن اتجاهات المربين نحو أنفسهم ونحو الأطفال ونحو المواضيع التي يدرسونها تؤثر على نوعية التعلم.
- امتلاك المهارات التدريسية الفعالة والقدرة على وضع المهارات موضع تنفيذ على نوعية التعليم (البطانية، 2004، ص.31).

3.3. الخصائص الشخصية:

تبرز الخصائص الشخصية للمربي في النقاط التالية:

- الاتزان الانفعالي والصبر وسعة الصدر/ قدرة عالية على تفهم الأطفال وحسب المساعدة والعطاء/ التكامل في بنائه النفسي والانفعالي والعقلي/7 اتجاهات إيجابية نحو المعاق ذهنيا، القدرة على ممارسة

المهارات المختلفة التي تتماشى مع قدرات الطفل المعاق ذهنياً/ القدرة على ابتكار مناخ تعليمي مقبول لهؤلاء الأطفال(غال،2008،ص.36).

4. أخلاقيات مهنة المربي:

لقد وضع كل من YasseldykeAlgozzine(1990) مجموعة من الاخلاقيات التي ينبغي أن يتقيد بها مربي الأطفال الذين هم في وضعية إعاقة، حيث أن هؤلاء المربين مطالبون بالمبادئ التالية:

- تطوير تعليم عالي ونوعي يضمن حياة كريمة للأطفال الذين هم في وضعية إعاقة.
- أن يكون لديهم مستوى عال من الكفاءة والأمانة في ممارساتهم المهنية.
- القدرة على ممارسة تعديلات مهنية إيجابية في عملهم ومهنتهم.
- تدعيم الاعمال الوظيفية والأبحاث العلمية التي تقيد الأطفال وأسرههم.
- السعي لإثراء معلوماتهم ومهاراتهم التي تدعم التعليم.
- العمل مع الطلاب ومع السياسات الخاصة بمهنتهم.
- السعي لتغيير وتحسين القوانين والتشريعات المتعلقة بذوي الاحتياجات الخاصة والتي تشمل التعديلات السياسية التي تغطي التربية الخاصة بشكل عام.
- أن لا يشاركوا في عمل غير أخلاقي(غير شرعي او غير قانوني) ولا ينتهكون حرمة المعايير المهنية المطبقة(اللالا،2011،ص.55).

5. دور المربي في المراكز البيداغوجية النفسية:

يعتبر دوره بارزا داخل الفرقة البيداغوجية وتتمثل مجمل المهام في:

- التكفل بالطفل تربويا وهذا من خلال تطبيق البرنامج البيداغوجي يهدف في مجمله إلى إعطاء مكتسبات جديدة تساعده في الاستقلالية الذاتية ثم الاندماج الاجتماعي.
- تقديم تعليم متخصص بما يتناسب وقدرات الفوج الذي يشرف عليه.
- القيام بعملية التقييم وهذا من خلال جمع الملاحظات والاحتكاك اليومي بأطفال الفوج المرق عليه.
- إضافة إلى هذا يسعى المربي إلى الحفاظ على سلامة والنظافة الجسمية والأماكن التي يتردد إليها الأطفال.

- زيادة على ما يقدمه فإنه يحضر الاجتماعات داخل المركز كالاتجاهات المتعلقة بدراسة حالة المربي نحو الأطفال، الاجتماعات التقييمية (سويدي ومدراق، 2022، ص.40).
- عرض نماذج في الاندماج في السلوك الملائم.
- تقديم مكافآت للسلوك الإيجابي.
- تعليم الأطفال مهارات التفاعل الاجتماعي.
- تعليم الأطفال النظر إلى أنفسهم بمنظار إيجابي (محمد الحسن وسيد أحمد، 2015، ص.63).

خلاصة الفصل:

تلعب فاعلية الذات المدركة دوراً جوهرياً في نجاح المربي داخل المراكز النفسية البيداغوجية، حيث تؤثر بشكل مباشر على قدراته في التعامل مع التحديات التربوية والنفسية وتحسين الأداء المهني للمربين ورفع جودة الخدمات المقدمة في المراكز النفسية البيداغوجية.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد

1. منهج الدراسة

أولاً: الدراسة الاستطلاعية

1. أهداف الدراسة الاستطلاعية

2. الحدود المكانية للدراسة الاستطلاعية

3. الحدود الزمانية للدراسة الاستطلاعية

4. الحدود البشرية للدراسة الاستطلاعية

5. الأدوات المستخدمة خلال الدراسة الاستطلاعية

ثانياً: الدراسة الأساسية

1. الحدود المكانية للدراسة الأساسية

2. الحدود الزمانية للدراسة الأساسية

3. الحدود البشرية للبحث الأساسية

4. الأدوات المستخدمة خلال الدراسة الأساسي

خلاصة

تمهيد

تعد الدراسة الميدانية خطوة محورية في البحوث العلمية لأنها تتيح التعامل التطبيقي مع مجتمع الدراسة، إذ تمكننا من خلال تطبيق الأدوات الخاصة بطبيعة الموضوع محل الدراسة من التأكد من المعلومات التي تم جمعها في الجانب النظري والإجابة عن أسئلة الإشكالية والتأكد من صحة الفرضيات التي تم طرحها فبدائية الدراسة.

من خلال هذا الفصل سوف نتناول الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة، بالإضافة إلى المنهج الذي اعتمدناه وحدود الدراسة، وعينة الدراسة المختارة. كما سيتم توضيح الأدوات التي تم استخدامها في جمع البيانات وتحليلها، بما يضمن الوصول إلى نتائج علمية دقيقة وموثوقة.

1. منهج الدراسة:

1.1.1 تعريف المنهج: هو أسلوب وخطوات وطريقة الخروج بالنتائج الفعلية من الموضوع المطروح في الدراسة، والطريقة المتبعة في دراسة موضوع ما للتوصل إلى نتائج محصلة عامة، وهو الرهنة على صحة حقيقة المعلومة (الخوالي، 2015، ص.32).

1.2.1 المنهج الاكلينيكي: هو أحد المناهج الرئيسية في مجال الدراسات النفسية، إذ يقوم على أسلوب دراسة الحالة بصورة كلية شاملة لكونها حالة منفردة في خصائصها وبنائها الدينامي والتفاعلي ويعتمد على الخبرة السريرية للمعالج أو الخبرة العيادية والتعرف على الامراض والاضطرابات النفسية والعقلية (العسيوي، 2002، ص.19).

ونظرا لطبيعة موضوع الدراسة الذي يتمحور حول المرونة النفسية وعلاقتها بفاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية، قمنا باتباع المنهج العيادي القائم على دراسة الحالة لأنه يتناسب مع طبيعة الموضوع من خلال التعمق في شخصية الحالة والإلمام بجوانبها المختلفة والخروج بنتائج دقيقة.

أولاً: الدراسة الاستطلاعية

1. أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- التعرف على ميدان الدراسة.

- التعرف على عينة الدراسة.
- التعرف على الصعوبات والعراقيل التي يمكن ان تواجهنا في الميدان والتغلب عليها.
- ضبط اهم الأدوات التي نستخدمها في دراستنا وذلك من اجل معرفة مشكلة الدراسة والتعمق في الموضوع.
- توفير معلومات حول الحالات لتسهيل الدخول الى الدراسة الأساسية.

2. الحدود المكانية للدراسة الاستطلاعية:

قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا بمزعران، تتمثل مهام المؤسسة في ضمان التربية والتعليم المتخصصين للأطفال والمراهقين ذهنيا البالغين من 3 سنوات على غاية نهاية مساره التربوي في الوسط المؤسساتي المتخصص في السهر على صحتهم وسلامتهم.

3. الحدود الزمنية للدراسة الاستطلاعية:

امتدت الدراسة الاستطلاعية من 20-02-2025 إلى غاية 10-03-2025، حيث تمت في هذه المدة القيام بالبحث الميداني من خلال المقابلات العيادية مع الحالات، وبدأت توقيت التبرص من 09:00 إلى غاية 12:00 خلال أيام الاحد، الاثنين والخميس.

4. الحدود البشرية للدراسة الاستطلاعية:

لقد أجرينا الدراسة الاستطلاعية خلال 05 حصص مع 05 حالات من خلال القيام بالمقابلة العيادية، حيث يوضح الجدول الاتي الحدود البشرية بدقة واضحة.

الجدول رقم (01) توزيع حالات الدراسة الاستطلاعية.

الحالة	التاريخ	السن	الجنس	سنوات الخبرة
الحالة "م.ب" رقم 01	20-02-2025	27	أنثى	03 سنوات
الحالة "م.ك" رقم 02	06-03-2025	27	أنثى	05 سنوات
الحالة "ب.ت" رقم 03	09-03-2025	31	أنثى	07 سنوات

رقم 03				
الحالة "و.ي"	2025-03-09	50	انثى	25 سنة
رقم 04				
الحالة رقم "م. م"	2025-03-10	30	أنثى	06 سنوات
رقم 05				

الجدول رقم (01) يمثل توزيع حالات الدراسة الاستطلاعية نلاحظ من خلاله اختلاف نوع الحالات وفق السن وسنوات الخبرة، كل حالة تم إجراء مقابلة واحدة معها.

5. الأدوات المستخدمة في الدراسة الاستطلاعية:

1.5. الملاحظة العيادية:

عبارة عن مراقبة أو مشاهدة لسلوك الظواهر والمشكلات والاحداث ومكوناتها المادية والبيئية ومتابعة سيرها واتجاهها وعلاقتها بأسلوب علمي منظم ومخطط وهذا بقصد التفسير وتحديد العلاقة بين المتغيرات والتنبؤ بسلوك الظاهرة وتوجيهها لخدمة أغراض الانسان وتلبية احتياجاته (لعمش، 2016، ص.47).

الهدف من الملاحظة العيادية جمع أكبر قدر من معلومات واكتشاف سلوكيات الحالات من اجل تحديد الحالات وخصائصها المناسبة التي تتماشى مع موضوع دراستنا المتمثل في المرونة النفسية وعلاقتها بفاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية.

2.5. المقابلة العيادية:

هي أداة بارزة في أدوات البحث العلمي وظهرت كأسلوب هام في الميدان الاكلينيكي، فهي عبارة عن علاقة ديناميكية وتبادل لفظي بين القائم بالمقابلة (الباحث) المفحوص وبين فرد أو جماعة من الافراد بغرض الحصول على المعلومات.

حسب العالم "لانديز" أن المقابلة أداة أساسية في البحوث النفسية والاجتماعية وبدونها لا يتمكن الباحث من الوصول إلى البيانات ذات طبيعة دينامية (جفال، 2022، ص.102).

الهدف من المقابلة العيادية الموجهة في الدراسة الاستطلاعية المساهمة في جمع معطيات أولية تعزز وتساعد على توضيح وتدقيق مسار دراستنا.

ثانيا: الدراسة الأساسية

1. الحدود المكانية للبحث الأساسي:

قمنا بإجراء الدراسة الأساسية بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا بمزغران.

2. الحدود الزمانية للدراسة الأساسية:

استغرقت مدة الدراسة الأساسية حوالي شهرين، حيث دامت من 10-03-2025 إلى 30-04-2025. فخلال هذه المدة تم القيام بالبحث الميداني التطبيقي من خلال المقابلات العيادية مع الحالات، وبدأ توقيت التبرص من 09:00 إلى 12:00 أيام الإثنين، الأربعاء، الخميس، وقد تم تقييم الوقت وفق المجال الزمني المتاح حسب المركز وحسب الحالات.

3. الحدود البشرية للدراسة الأساسية:

قمنا بإجراء الدراسة الأساسية على 03 حالات من جنس أنثى، اختيار الحالات كان قصديا، تتراوح أعمارهما بين 45-50 عاما.

معايير اختيار الحالات:

- الخبرة المهنية.
- تواصلهم المباشر مع الأطفال.
- استعدادهم للتواصل.

الجدول رقم (02) يوضح توزيع الحالات الدراسة الأساسية

الحالات	التاريخ	السن	الجنس	سنوات الخبرة
الحالة " ح، ب" رقم 01	10-03-2025	46	أنثى	20 عاما

الحالة "م، ب"	19-03-	50	أنثى	11 عام
رقم 02	2025			
الحالة "ي، ب"	16-04-	45	أنثى	20 عاما
رقم 03	2025			

الجدول رقم (02) يمثل توزيع حالات الدراسة الأساسية ويتضح من خلاله اختلاف في نوع الحالات في السن وسنوات الخبرة.

4. الأدوات المستخدمة في الدراسة الأساسية:

1.4. الملاحظة العيادية:

يكون جمع البيانات في دراسة الحالة غالبا على أثر الملاحظة المباشرة، وذلك من خلال حالات موضوع الدراسة أو من خلال تطبيق الاختبارات السيكولوجية في المقابلة.

وتعتبر الملاحظة الأداة العلمية التي يستخدمها الإكلينيكي، والتي لا تتطلب أكثر من تقديرات تقريبية، وهي تسجيل السلوك النفسي في نفس الوقت الذي تتم فيه الملاحظة المباشرة، حيث الملاحظ امام العميل وجها لوجه (ناجي سمية، 2015، ص.77).

ولقد اعتمدنا في دراستنا على الملاحظة المباشرة وكان الهدف منها جمع المعلومات أثناء المقابلة وأثناء تطبيق المقاييس، بالإضافة إلى الاستعانة بها في شرح وتفسير بعض السلوكيات التي تبديها الحالات.

2.4. المقابلة العيادية:

هي وسيلة من وسائل جمع المعلومات في دراسة الحالة، تعد المقابلة الأداة الرئيسية في عملية دراسة الحالة فمن خلالها يتم توصل الفرد إلى فهم مشكلاته، والمقابلة هي الموقف الذي تتحقق فيه العلاقة المباشرة الحقيقية، وتتم المقابلة عن طريق الحوار الذي يتم بين الأخصائي والفرد وجها لوجه (عربي، سويفي، 2020، ص.105).

واستخدما في دراستنا المقابلة نصف الموجهة والهدف منها هو إقامة علاقة ثقة مع الحالات حتى يتعرفوا على موضوع الدراسة، كذلك تسمح بالتوسع في التفصيل وذلك لما تتضمنه من حرية الاستجابة من اجل الحصول على المعلومات الضرورية، بالإضافة إلى تهيئتهم للاختبار المطبق.

5.4. مقياس المرونة النفسية (HER) deBrienet (L'échelle de hardiess /Résilience)

(al2008)

ويتكون المقياس من 23 بندا ويولي كل بند 5 بدائل (دائما، كثيرا، أحيانا، نادرا، أبدا)، ويقابل البدائل الخمسة الأوزان الأتية على نفس الترتيب (1.2.3.4.5) ما عدا البندين 9 يعكس ترتيب الأوزان فيهما (5.4.3.2.1)، وقد تم ترجمته وتكيف المقياس من طرف **Impact de autorite parentale sur** :

Hamouda et alAlgeriens(2016) دراسة في résilience des jeunes

1.5.4. الخصائص السيكومترية للمقياس:

■ **ثبات المقياس:** تم الاعتماد على ألف كرونباخ لحساب ثبات المقياس حيث سجلت معاملات ألف كرونباخ القيم التالية: قيمة 0,886 للمقياس ككل، قيمة 0,792 لبعء التفاؤل، قيمة 0,808 لبعء الكفاءة الذاتية، قيمة 0,639 لبعء التطوير، وعليه فإن المقياس يتمتع بمعاملات مرتفعة من الثبات.

■ **صدق المقياس:** تم الاعتماد على صدق الاتساق الداخلي حيث كانت النتائج: سجلت قيمة معامل الارتباط بين المقياس ككل وبعء التفاؤل $r=83.0$ ، وسجلت قيمة معامل ارتباط المقياس وبعء الكفاءة الذاتية $r=92.0$ في حين سجلت قيمة معامل الارتباط بين المقياس ككل وبعء التطوير $r=86.0$.

2.5.4. تصحيح المقياس:

تعطى درجة 5 للبدائل (دائما) و الدرجة 4 للبدائل (كثيرا)، و درجة 3 للبدائل (أحيانا) و الدرجة 2 للبدائل (نادرا) و الدرجة 1 للبدائل (أبدا)، ما عدا البندين 7 و 9 تعطي الدرجات البدائل بشكل عكسي أي من إلى 1 إلى 5 لأن عبارات البنود فيهما سلبية، و تجمع الدرجات التي تحصل عليها الحالة من خلال إجابتها على بنود، فأعلى درجة متحصل عليها هو 115 درجة و أدنى درجة هو 23 المتوسط الحسابي الفرضي هو 69، كلما ارتفع المتوسط الفرضي كلما كان مؤشرا على ارتفاع مستوى المرونة النفسية، و إذا انخفض المتوسط الفرضي كلما كان مؤشرا على انخفاض مستوى المرونة النفسية.

3.5.4. وصف مقياس المرونة النفسية:مقياس المرونة (HER) المعد من طرف :

(L'échelle de hardiess /Résilience(HER) de Brienet al 2008)

حيث يشمل المقياس (23) بندا موزعة على ثلاث أبعاد للمرونة النفسية هيالفعالية الذاتية (12) بند النمو والتطور (5) بنود التفاؤل (6) بنود كما هي موضحة في الجدول الموالي:

الجدول رقم (03) يوضح أبعاد مقياس المرونة النفسية وبنوده.

الأبعاد	رقم البند
بعد التطور والنمو	23-21-20-12-8
بعد الفعالية الذاتية	22-18-15-14-11-10-9-7-5-3-1
بعد التفاؤل	19-17-16-13-6-2

ويشمل على خمسة بدائل لأجوبة هي: (دائما 5) - (كثيرا 4) - (أحيانا 3) - (نادرا 2) - (أبدا 1) ويعكس التتقيط بالنسبة للبنود (9 و7)، وكذا الجزء التالي من المقياس البنود من 1 إلى (5) (منصوري، مياح. 2022. ص.ص. 50.48).

6.4. مقياس الفاعلية الذاتية المدركة:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة، قامت الباحثة بدرية محمد يوسف الرواحية بتصميم أداة الدراسة، وذلك بعد الرجوع إلى الأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة، ومن بين هذه الدراسات: دراسة رضوان (1997)، وعبدالله والعقاد (2009)، وأبو غزال وعلاونة (2010)، وقادري (2006)، وأبو غالي (2012)، والمشخي (2009)، وعبود وفياض (2013)، والمصري (2011)، وبني خالد (2010)، والكليبي (2013)، والبادي (2011)، والمساعيد (2011)، والعنتيبي. (2008)

وقد صممت أداة الدراسة في صورتها الأولية من (59)فقرة، ثم أصبح المقياس مكون من (54)فقرة بعد التحكيم.

1.6.4. إجراءات صدق وثبات مقياس الفاعلية الذاتية المدركة

أولا:الصدق

1. الصدق الظاهري

لتحديد مؤشرات صدق الأداة قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص و ممن لهم علاقة بموضوع الدراسة من جامعة السلطان قابوس و من بعض الجامعات الخاصة، وقد بلغ عدد المحكمين (13) محكما، و طلب من المحكمين إبداء آرائهم و ملاحظاتهم على فقرات المقياس من أجل التأكد من شمولية أداة الدراسة من حيث الصياغة اللغوية، و مناسبة الفقرة للمجالات، و حذف أو تعديل، أو إضافة ما يروونه مناسباً، و تم إجراء التعديلات المناسبة بناء على ملاحظات المحكمين بتعديل بعض الفقرات، أو إعادة صياغتها للتناسب و المجال الذي وضعت من أجله، و أصبحت أداة البحث بصورتها النهائية (54) فقرة، تقيس الفاعلية الذاتية المدركة لدى الموظفين في المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة الداخلية.

2. الصدق البنائي

للتحقق من صدق البناء تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الفاعلية الذاتية المدركة و الدرجة الكلية، حيث قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة من مجتمع الدراسة مكونة من (60) موظفاً و موظفة، و بعد تصحيح إجاباتهم تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لمعرفة ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه، و يتضح أن معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة و الدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً حيث تراوحت بين (**604 - **252) عند مستوى دلالة (0.05) و (0.01)، و هذا يشير إلى أن المقياس يمتلك صدقاً بنائياً يعكس مدى الاتساق الداخلي بين الفقرات و انتمائها إلى ما يقيسه، مما يعطي مؤشراً إلى إمكانية استخدامه بكفاءة في الدراسة.

ثانياً: ثبات المقياس

1. الثبات باستخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ

تم التأكد من ثبات الأداة من خلال تطبيقه على (60) موظف من غير الدراسة وهم مجموعة عشوائية، و تم احتساب معامل الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا)، وقد بلغ الثبات الكلي لمقياس الفاعلية الذاتية المدركة (0.872)، وذلك يشير إلى امتلاك المقياس قدراً عالياً من الاتساق بين فقراته، و يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات، مما يسمح بإمكانية استخدام المقياس في الدراسة الحالية.

2. الثبات بالإعادة

كما تم التأكد من ثبات المقياس من خلال إعادة تطبيقه على نفس العينة الاستطلاعية السابقة، بفواصل زمني مدته أسبوعين بين التطبيقين، حيث بلغ معامل بيرسون لمقياس الفاعلية الذاتية المدركة (0.632). وهذا يوضح أن المقياس يتمتع بمعاملات صدق وثبات تسمح باستخدامها لهذه الدراسة.

2.6.4. تصحيح المقياس

تتم الإجابة عن فقرات مقياس الفاعلية الذاتية المدركة عن طريق اختيار المستجيب بديل من أربعة بدائل وهي: (ينطبق تماما- ينطبق غالبا- ينطبق أحيانا- لا ينطبق إطلاقا)، وعبارات المقياس موزعة بين العبارات الإيجابية، والعبارات السلبية، حيث بلغ عدد العبارات الإيجابية (36)، في حين بلغ عدد العبارات السلبية (18)، ولغايات التصحيح أعطيت التوازن (1-2-3-4) لعبارات موجبة الاتجاه، و(1-2-3-4) للعبارات السالبة، وقد تم تحديد مستوى الفاعلية الذاتية المدركة استنادا إلى المعيار المشتق على النحو التالي:

الجدول رقم (04) يوضح مستوى درجة فاعلية الذات المدركة والمدى المتوسط

المدى المتوسط	مستوى فاعلية الذاتية المدركة
4-3.26	درجة كبيرة جدا
3.25-2.5	درجة كبيرة
2.49-1.75	درجة متوسطة
1.74-1	درجة قليلة

يمثل الجدول رقم (04) مستوى درجة فاعلية الذات المدركة والمدى المتوسط، حيث تم تصنيفه إلى

أربع مستويات (درجة كبيرة جدا، درجة كبيرة، درجة متوسطة، درجة قليلة) (بدرية

يوسف، 2016، ص.ص. 81.77)

خلاصة:

في هذا الفصل تطرقنا إلى أهم إجراءات الدراسة، وقد تمحور هذا الجانب إلى عرض منهجية الدراسة بالمنهج المستخدم والمتمثل في المنهج العيادي وهو الملائم في موضوع دراستنا وكذا الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية ثم تناولنا الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة ثم عرض مقياس المرونة النفسية ومقياس فاعلية الذات المدركة من أجل الوصول إلى هدفنا والتحقق من صحة الفرضيات.

الفصل الخامس

عرض وتحليل نتائج الدراسة

تمهيد

1. عرض وتحليل نتائج الحالة الأولى

2. عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية

3. عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة

خلاصة

تمهيد

بعد جمع المعلومات حول موضوع الدراسة وتحديد المنهج المعتمد والعينة والأدوات المستخدمة والمقاييس في هذا الفصل بالتطرق إلى تفرغ البيانات ثم تقديم المقابلات ونقطيتها وذلك للوصول إلى نتائج والتحليل العام.

1. عرض وتحليل نتائج الحالة الأولى:

1.1. البيانات الأولية:

الاسم: ح، ب

السن: 46

الجنس: أنثى

الوضع الاجتماعية: متزوجة

المستوى الاقتصادي: متوسط نوعا ما

المستوى الدراسي: البكالوريا

مكان الإقامة: مزهران - مستغانم

الخبرة المهنية: 20 عاما

عدد الأولاد: 02

عدد الاخوة: 04

الترتيب بين الاخوة: 03

السوابق العائلية: لا يوجد

السوابق الشخصية: تعاني الحالة من السكري، الغدة الدرقية وضغط الدم

عدد المقابلات التي أجريت: 04 مقابلات.

سيميولوجية الحالة الاولى:

الهيئة العامة: الحالة "ح" تبلغ من العمر 46 سنة، قصيرة القامة، البشرة سمراء، عيناها بنيتان، متحجبة، نظيفة وأنيقة المظهر، تعيش وسط أسرة متوسطة الدخل.

ملاحح الوجه: مرحة. لغتها: مفهومة. الاتصال: جيد وكانت متجاوبة جدا.

النشاط العقلي: ذاكراتها قوية. الانتباه: جيد. التركيز: جيد.

النشاط الحركي: جيد، لاتعاني الحالة من أي صعوبة في النوم او الاكل.

الامراض الجسمية: تعاني "ح" من السكري والغدة الدرقية وارتفاع ضغط الدم.

الصددمات النفسية:

-صدمة انفصال الوالدين.

-صدمة الزواج المبكر

تاريخ الحالة:

نوع الولادة: طبيعية. نوع الرضاعة: طبيعية.

2.1. سير المقابلات مع الحالة:

الجدول رقم(05) يوضح سير المقابلات مع الحالة الاولى

المحور	عدد المقابلات	الهدف من المقابلة	تاريخ المقابلة	المدة الزمنية
التعرف على الحالة	المقابلة الاولى	التعرف على الحالة وجمع البيانات	2025-03-10	30 دقيقة

45 دقيقة	2025-03-12	معرفة الحياة الشخصية والمهنية ونوعية العلاقات السائدة في الاسرة والعمل	المقابلة الثانية	تاريخ الحالة
45 دقيقة	2025-03-13	تطبيق مقياس المرونة النفسية+ جمع معلومات حول المرونة النفسية للحالة	المقابلة الثالثة	المرونة النفسية
50 دقيقة	2025-30-17	تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة+جمع معلومات حول فاعلية الذات المدركة	المقابلة الرابعة	فاعلية الذات المدركة

يوضح الجدول رقم (05) سير حصص المقابلات مع (ح) حيث تم إجراء أربعة مقابلات معها بهدف التعرف على الحالة وجمع المعلومات المتعلقة بمتغيرات الدراسة المرونة النفسية. فاعلية الذات المدركة، إلخ. قسمت المحاور إلى (التعرف على الحالة، محور تاريخ الحالة، محور المرونة النفسية، محور فاعلية الذات المدركة).

3.1. ملخص المقابلات مع الحالة الاولى:

1.3.1. المحور الأول: التعرف على الحالة

- ملخص المقابلة الاولى: أجريت يوم 10-03-2025 دامت 30 دقيقة

قمنا بجمع البيانات الأولية للحالة من خلال ما صرحت به الحالة (ح ، ب) أنثى البالغة من العمر 46 سنة منمزرغان- مستغانم ، لديها 04 إخوة وهي المتوسطة في إختها ، مستوى الدراسي شهادة البكالوريا، مستوى الاقتصادي متوسط نوعا ما، متزوجة وأم لبنتين، تعمل كمربية منذ سنة 2005، بخبرة تمتد إلى 20 عاما، تعمل مع أطفال التوحد ، تعاني من امراض عضوية تتمثل في السكري، الغدة الدرقية و ضغط الدم، ذاكراتها قوية، انتباهها جيد و أيضا تركيزها، لغتها مفهومة اما نشاطها الحركي جيد، لاتعاني الحالة من أي صعوبات في النزم أو الأكل، كما لا يوجد أي سوابق جسدية او نفسية في العائلة، الحالة كانت متجاوبة جدا، تقول ما تريد قوله ، من حيث الإجابة عن الأسئلة فقط اجاباتها فبعض الأحيان محدودة.

2.3.1. المحور الثاني: تاريخ الحالة

- ملخص المقابلة الثانية: أجريت يوم 12-03-2025 دامت حوالي 45 دقيقة

هدفت إلى معرفة التاريخ الشخصي و الاجتماعي و المهني و نوعية العلاقات السائدة في الاسرة و العمل، الحالة(ح) عاشت طفولة صعبة بسبب انفصال الام والأب وهي فعمر ست سنوات لقولها " إنفصل والداي عندما كان عمري ست سنوات" وغياب الاب وإعادة الام الزواج للمرة الثانية وانتقالها للعيش مع عمته لقولها " تربيت عند عمّتي ، وعندما كبرتُ عدتُ إلى والدي" ثم بعدها انتقلت للعيش مع والدتها و زوج والدتها، علاقتها مع أمها وزوج أمها جيدة جدا لقولها " والداي هما من دعماني"، " والدي عوضني عن حنان الأب الذي فقدته،حتى بناتي يُنادينه ب " بابا"، الحالة تزوجت في عمر 21سنة و أنجبت طفلة من زوجها اول علاقتها مع زوج اول مضطربة لقولها " زوجي الأول لم أكن مقتنعة به" بعدها توفي زوجها و أعادت الزواج للمرة الثانية وأنجبت طفلة الثانية من زوجها الثاني ، علاقتها مع زوجها الثاني جيدة لقولها " تعرفت على زوجي خلال فترة خطوبة، ولكن سبحان الله كان عوض، ووقف إلى جانبي في كل شيء"، وما أكد قوة العلاقة لقولها " لا يفرق بين بناتي " .

علاقتها مع بناتها جيدة لقولها " بناتي هن أخواتي"، بدأت الحالة العمل كمربية عن طريق عقد عمل ثم عملت في ملحق ثم انتقلت للعمل في المركز لقولها " دخلت في عقد عمل، وكنا نعمل في الملحقة، ثم جئنا إلى هنا، اشتغلت الحالة مع أطفال توحّد لقولها " أعمل مع أطفال التوحّد، وأنا مسؤولة عن 15 طفلا"، علاقتها مع زملاء العمل جيدة لقولها " علاقتي معهم جيدة "الحالة ممتنة من العمل كمربية ولا يوجد أي ندم من ناحية العمل لقولها " لست نادمة، فأنا أحب عملي".

3-3- المحور الثالث: المرونة النفسية

- ملخص المقابلة الثالثة: أجريت يوم 13-03-2025 دامت حوالي 45 دقيقة.

كان الهدف منها جمع معلومات حول المرونة النفسية للحالة و قياس نسبة المرونة النفسية عن طريق تطبيق مقياس المرونة النفسية، الحالة (ح) اثناء العمل واجهت صعوبات فبداية عملها كانت تتعامل مع عدد قليل من الأطفال ذوي إعاقة ذهنية لقولها " في السابق كان عدد الأطفال قليلا، فكنا نشرف على ستة أطفال يعانون من إعاقات ذهنية"والان أصبحت تتعامل مع عدد كبير حوالي 15 طفلة يعانون من اضطراب توحّد لقولها " الان انا مسؤولة عن 15 طفلا"، وتأقلمت الحالة مع هذا التغيير لقولها " أعمل في أي مكان يكلفوني به" وكذلك فقولها" خبرتي جعلتني أعتاد على الأمر"، كذلك واجهت الحالة صعوبة مع أولياء الأطفال في عدم تقبل إعاقة طفله ومساعدتها في تغيير وتنمية سلوكيات الطفل لقولها " أولياء الأمور لا

يتقبلون الإعاقة"، وكذلك لقولها "لا يساعدونني"، كذلك معاناة الحالة والصعوبة التي تجدها في العمل بسبب وضع صحي واخذها لعطل مرضية لقولها " أعاني من السكري، الغدة الدرقية و ضغط الدم"، أحيانا أخذ إجازات مرضية "تعاني حالة من غضب وانفعالات مفاجئة الا انها تحاول التحكم فيها لقولها " أتوتر و أغضب بسرعة، لكن سرعان ما أعود إلى طبيعتي"، كذلك أي عمل تقوم به تتوكل على الله من خلال قولها " انا أبدأ كل شيء بقول بسم الله و التوكل على الله"، بعدها تم تطبيق مقياس المرونة النفسية ، أثناء تطبيق المقياس أبدت استجابات كلامية تمثل في عدم رؤية المشاكل بنظرة إيجابية لقولها " انطري، لا يوجد مشكلة لا يمكن ان تري فيها جانبا إيجابيا"، كذلك تعلمها من التجارب لقولها " دنيا دائما تعلمك" "تجعلك تغيرين نظرتك ، تفكيرك و سلوكك".

3-4- المحور الرابع: فاعلية الذات المدركة

- ملخص المقابلة الرابعة: أجريت يوم 17-03-2025 دامت 50 دقيقة.

كان مفادها جمع معلومات حول فاعلية الذات المدركة للحالة و قياس نسبة فاعلية الذات المدركة عن طريق تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة للباحثة، الحالة (ح) مقتنعة بمهنة المربي وقادرة على التحكم بالأطفال وتعديل السلوكيات الصعبة لقولها " اعمل مع الأطفال كما لو كانوا أبنائي"، " اعمل على إلغاء السلوكيات"، تعتمد الحالة على نفسها كثيرا لقولها " أنا شخص لا أشتكى لأحد ، وعندما اواجه مشكلة أحاول حلها بنفسني"، إحساس بنقص فاعليتها في العمل بسبب العمر والمرض ومحاولتها القيام بعملها قدر الاستطاعة لقولها" تراجعت مردوديتي ، لكن لا ادري ان كان بسبب التقدم في السن أو المرض، لكن رغم ذلك أبذل كل ما بوسعي"، لدى الحالة إرادة كبيرة لقولها " إرادة هي ما يدفعك إلى وضع اهداف بعيدة المدى"، كذلك اعتقاد الحالة ان كل ما تقوم به من خير في هذه المهنة سوف يعود لها بالخير والثواب لقولها" هذه المهنة فيها أجر عظيم، وكل ما أقوم به أفكر ان يعود بالخير على بناتي ولي" وفي قولها أيضا " أشعر ان شيئا جميلا قادم في طريقي"، بعدها تم تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة الحالة لم تبدي أي استجابات كلامية أثناء تطبيق المقياس .

الجدول رقم (06) يوضح نتائج تقطيع نص المقابلة الخاص بالحالة الاولى:

مستوى كل محور	العبارات		المحاور
	العبارات الموجبة	العبارات السالبة	

النمو والتطور	/	1.2.3.4.5.6.7.8.9.10.11.12.13.14.59 60.61.103.104.105.106.107.108.1. 09.110.111	مستوى مرتفع
الفعالية الذاتية	47	95 .23.24.45.46.58.82.85	مستوى مرتفع
التفؤل	39.56	25.26.27.48.49.79	مستوى مرتفع
الإصرار والمثابر في العمل	33.34.35.36. 37.67.68.69	.14.15.16.18.19.29.30 66.70 .31.32.38.62.63.64.65	مستوى مرتفع
التعامل مع المواقف الضاغطة	20.21.39.40. 52.53.57	.22.41.50.51.54.55.75.76.83.84	مستوى مرتفع
إدارة المشاعر	42.43	44	مستوى منخفض
العلاقات الأسرية	86.87.94.96	80.81.88.89.90.91.92.93.97.98.99. 100.101.102	مستوى مرتفع
الامراض المزمنة	70.71.72.74	73	مستوى منخفض

يمثل الجدول (06) عرض نتائج تقطيع المقابلات الخاصة بالحالة الأولى حيث تبين ان لديها مستوى مرتفع فأغلب المحاور ومستوى متوسط في محور إدارة المشاعر ومحور الامراض المتنوعة.

4.1. تحليل مقابلات الحالة الأولى:

من خلال المقابلات التي أجريت مع الحالة ، لاحظنا أن مستوى النمو والتطور كان مرتفع لديها ، فقد أشارت الحالة إلى انها خلال مسيرتها في مهنة المربي شهدت تغييرات متعددة في طبيعة العمل ، حيث انتقلت إلى العمل في الملحقة ثم إلى المركز لقولها " كنا نعمل في الملحقة، ثم انتقلنا إلى هنا" كما تغيرت الفئة التي كانت تتعامل معها من أطفال إعاقة ذهنية إلى أطفال توحدهم لقولها " كنا نعمل مع أطفال ذوي إعاقة ذهنية، اما الان أعمل مع أطفال التوحد" و زيادة عدد الأطفال المتكفل بهم مقارنة بماضي لقولها "في

السابق كنا نشرف على 6 إلى 8 أطفال، أما الآن فاصبحنا نشرف على 15 طفلاً، إلا أنها رغم هذه التغيرات التي حدثت استطاعة التأقلم معها تدريجياً نقولها " خبرتي جعلتني أعتاد على الأمر"، كما أن تجارب الحياة ساهمت في نمو و تطوير قدراتها على التعامل مع المواقف المتغيرة واكسبتها مرونة في التعامل معها نقولها " الدنيا تعلمك وتجعلك تغيرين نظرتك، تفكيرك وسلوكك ، و تصبحين أكثر حرصاً على نفسك".

من الناحية فعالية الذاتية كانا مستواها مرتفع، فالحالة لديها اعتقاد قوي بقدراتها وإرادتها في تحقيق أهدافها والسعي إليها رغم العراقيل التي تواجهها نقولها " الإرادة هي ما يدفعك إلى وضع أهداف بعيدة المدى" و إيمان بقدرتها على موصلة عملها برغم من الأمراض التي تعاني منها نقولها " هكذا وابذل كل ما لدي "كذلك إيمان الحالة بذاتها في اتخاذ القرارات وحل المشكلات دون الاعتماد على الآخرين نقولها " عندما واجه مشكلة أحاول حلها بنفسى" وهذا يدل على ادراك الذات واتخاذ القرارات وقوة شخصية الحالة التي بدورها اكسبتها مرونة وتكيف مع مشكلاتها نقولها " عندما تكون شخصيتك قوية، يمكنك حل المشكلات، أما إذا كانت ضعيفة ، فلن تتمكني من حلها".

والتقاؤل مستواه كان مرتفع، حيث تمتلك الحالة نظرة تفاؤلية رغم الصعوبات التي واجهتها سواء في العمل أو حياتها الشخصية، هذه نظرة تعكس قدرتها على الحفاظ على الأمل والاستمرار في السعي خصوصاً العمل نقولها "هذه المهنة انال فيها الاجر"، " أفكر دائماً ان ما اعمله سيعود بالخير على بنتاي وعلي"، كذلك تمتلك نظرة تفاؤلية من ناحية بمستقبل نقولها " أشعر ان شيئاً جميلاً قادماً في طريقي".

و مستوى الإصرار و المثابرة في العمل مرتفع لدى الحالة، حيث تظهر الحالة علاقة عاطفية قوية مع أطفال التي تتعامل معهم نقولها " أعمل مع الأطفال كما لو كانوا ابنائي"، وكذلك مساعدتها للأطفال في تنمية مهاراتهم والعمل على الغاء سلوكيات السلبية نقولها " أعمل على الغاء سلوكيات" وما يؤكد مثابرتها في العمل هو تعاملها مع كل طفل حسب مستواه العقلي نقولها " أبسط الأنشطة وفق مستوى كل طفل"، لدى الحالة إصرار داخلي قوي تسعى للاستمرار رغم العوائق وخصوصية الحالات التي تتعامل معهم نقولها " طالما انك تعملين هنا، فلا تضعي سلاحك" ، كذلك تعاملها مع انتكاساتها اثناء شعورها بالعجز والإحباط بطريقة إيجابية نقولها " أحيانا انهار من التعب والاجهاد، لكن سرعان ما اعاود كما كنت".

أما مستوى التعامل مع الضغوط كان مرتفع عند الحالة ،فقد واجهت صعوبات كثيرة منها صعوبات مهنية تمثلت فتغير مكان العمل، تغير فئة التي كانت تتعامل معها، و زيادة عدد أطفال ولد صعوبة لها في

كيفية تعاملها مع فئة توحد لقولها " في الماضي كنا نعمل مع الطفل نلاحظ نتائج جهودنا، اما الان فحتى وان اجتهدنا لا تظهر نتائج" مما ولد شعور الاحباط الا انها تأقلمت مع وضع بسرعة لقولها " بعد ذلك تأقلمت بسرعة"، كذلك واجهت صعوبة مع أولياء الأطفال في عدم تقبل إعاقه أطفالهم لقولها " أولياء الأمور لا يتقبلون إعاقه، ولا يساعدونني" عكس شعور الإحباط من غياب الدعم و التفهم، كذلك صعوبات عائلية فيما يخص انفصال الوالدين و وفاة زوجها وإعادة بناء حياتها من جديدة وزواج مرة أخرى اذ أظهرت نوع من التأقلم النفسي والتكيف امام هذه التحديات ومقاومة داخلية من خلال التوكل على الله و الصبر والتمسك بالأمل لقولها " اقول بسم الله ونتوكل على الله"،

ومستوى إدارة المشاعر منخفض، فالحالة عاشت نوع من الحرمان الاب بالإضافة إلى ابتعادها عن أمها فسن صغير بالإضافة إلى زواجها من شخص غير مرغوب بالنسبة لها كل هذه التراكمات جعلت الحالة لديها نوع من الانفعالات المفاجئة ونوبات الغضب إلا انها تحاول التحكم والسيطرة عليها لقولها " اتوتر واغضب بسرعة، لكن سرعان ما أهدأ" فمحاولات السيطرة على مشاعر القلق دلالة على قدرتها على محاولة التكيف.

فيما يخص العلاقات الاسرية فمستواها مرتفع حيث الحالة رغم تعايشها مع صدمة انفصال والديها وغياب الاب الا ان زوج الام عوضها على فقدان حنان الاب وأصبح هو ووالدتها داعمين لها لقولها " والديّ هما من دعماني من اجل العمل"، وزواجها للمرة الثانية وتلقي الدعم من زوجها ومساعدته لها لقولها "سيبجان الله كان عوض، وقف إلى جانبي في كل شيء" أصبح بمثابة ركيزة لها، وبذلك الدعم الاسري من الاهل وزوج كانا بمثابة محفز لاكتسبها لمرونة قوية وتكيفها مع أوضاع الحياة.

اما الامراض المتنوعة فمستواها منخفض. اذ تعاني الحالة من امراض سيكوسوماتية المتمثلة في السكري، الغدة الدرقية، ضغط الدم، تتناول أدويتهم لقولها " اتناول ادويتهم جميعا"، تقبل الحالة لمرضها لقولها " عندما علمت بدت لي شيء عادي" والرضا بالابتلاءات لقولها " كل ما يأتي من عند الله تفاحة" اكسبها مقاومة وتكيف للمرض ومحاولتها للاستمرارية في للعمل برغم من المرض لقولها " تراجعت مردودية، لكن لا أدري إذا كان بسبب التقدم في السن او المرض".

5.1. عرض نتائج المقاييس المستخدمة في الدراسة:

1.5.1. عرض نتائج مقياس المرونة النفسية لbrienet al al2008 الذي تم تكييفه وترجمته من

طرفhamouda2016:

جدول رقم (07) يوضح نتائج مقياس المرونة النفسية للحالة الاولى:

رقم البعد	الابعاد	الدرجة المتحصل عليها	التصنيف
01	النمو والتطور	25	مرتفعة
02	الفعالية الذاتية	49	مرتفعة
03	التفاؤل	27	مرتفعة
المجموع			101

يبين الجدول رقم (07) عرض نتائج مقياس المرونة النفسية المطبقة على الحالة "ح" حيث كان

المستوى مرتفع.

نتائج المقياس:

بعد تطبيق مقياس المرونة النفسية تحصلت الحالة على درجة 101 وعليه فإن الحالة (ح) قد تحصلت على

مستوى مرتفع من المرونة النفسية، وكل الابعاد كانت النتائج فيها مرتفعة إلى حد ما وهي كالتالي:

بعد النمو والتطور تحصلت على 25 درجة، بالنسبة لبعد الفعالية الذاتية تحصلت على 49 درجة، وأخيرا

بعد التفاؤل تحصلت على 27 درجة.

ومنه نستخلص ان النتيجة التي تحصلت عليها الحالة "ح،ب" 101 درجة وهي مرتفعة، وهذا يدل على

ان الحالة لديها مرونة نفسية مرتفعة.

2.5.1. عرض نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة لبدرية يوسف:

جدول رقم (08) يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة

الدرجة المتحصل عليها في المقياس	التصنيف
3،01	درجة كبيرة

يوضح الجدول رقم (08) نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة للحالة "ح" حيث كان مستوى مرتفع.

نتائج المقياس:

بعد تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة تحصلت الحالة على درجة 3,01 وعليه فإن الحالة (ح) قد تحصلت على درجة كبيرة من فاعلية الذات المدركة.

ومنه نستخلص ان النتيجة التي تحصلت عليها الحالة "ح،ب" 3,01 درجة وهي كبيرة، وهذا ما يدل على أن مستوى فاعلية الذات المدركة مرتفع.

6.1. التحليل العام للحالة:

من خلال نتائج المقابلة و الملاحظة ومن خلال نتائج مقياس المرونة النفسية لbrienet al الذي تم تكيفه وترجمته من طرف ghamouda2016 مقياس فاعلية الذات المدركة لبدرية يوسف، فقد تحصلت الحالة خلال المقابلات مستوى مرتفع من المرونة النفسية بالنسبة لمستوياتها المتعلقة بالنمو والتطور، الفعالية الذاتية، التفاؤل عبارات الحالة كلها إيجابية حيث عاشت الحالة مراحل متعددة من الضغوطات والتحديات النفسية فرغم تعرض الحالة لصددمات شملت الحرمان الابوي والزواج المبكر والمكروه و وفاة الزوج، الا انها استطاعت إعادة بناء حياتها و ذلك بفضل الدعم العاطفي من الام وزوج الام الذي عوضها عن شعور فقدان الاب لقولها " عوضني عن حنان الاب" و كذلك دعم من الزوج الثاني لقولها " وقف إلى جانبي في كل شيء" حيث علاقة الاسرية الداعمة وفرت لها شعور بالأمان وبالتالي عززت صحتها النفسية، كذلك الصدمات التي مرت بها انتجت مشاعر الإحباط، الغضب والكره الا انها تحاول السيطرة على هذه الانفعالات في قولها " أغضب بسرعة، لكن فوراً أهدأ" وهذا يدل على توجيه تفكيرها بشكل إيجابي، وبرغم من التغيرات و العراقيل التي حدثت في بيئة العمل المتمثلة في تغير مكان العمل، فئة التي تتعامل معها، عدم تقبل الاولياء الإعاقة، اصابتها بأمراض عضوية الا انها حاولت التأقلم والتوافق والرضا والنظر إلى الأمور بنظرة تفاؤلية و تفكير إيجابي للحاضر و المستقبل لقولها " اشعر ان شيئاً جميلاً قادماً في طريقي"، فقد تحصلت الحالة بالنسبة لمقياس المرونة النفسية على 101 درجة، وبالتالي مرونة مرتفعة ويرجع ذلك إلى الظروف التي مرت بها حيث جعلتها قادرة على التكيف مع واقعها المستخلص من مشاكل، ضغوطات بالإضافة إلى قوة وازعها الديني لقولها " أبدأ بسم الله وأتوكل على الله"، " أي شيء يأتي من عند الله تفاحة".

إضافة إلى ذلك لاحظنا من خلال المقابلات انها لديها مستوى مرتفع من الفعالية الذاتية و مازاد من تأكيد ذلك هو تحصلها على مستوى مرتفع فبعد فعالية الذاتية الموجود فمقياس المرونة النفسية فالحالة

مقتنعة بقدراتها ومدى تأثيرها في حياتها والعمل وسعيها لتحقيق أهدافها و واصرارها على الاستمرار في العمل مع أطفال التوحد وتقديم المساعدة رغم صعوبة المهنة وتأثر صحتها الجسدية لقولها " أعطي كل ما املك"، كذلك ثقتها بنفسها وإدراكها لذاتها في مواجهة جل المشكلات دون الاتكال على الغير لقولها "عندما تواجهني مشاكل، أحلها بمفردتي" وهذا يعكس قوة شخصيتها وقناعاتها بنفسها وبالعامل لقولها " لست نادمة، فأنا احب عملي" وأيضا من خلال تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة تحصلت الحالة على درجة مرتفعة ويرجع ذلك سنوات الخبرة والتعلم من تجارب الحياة.

2. عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية:

1.2. البيانات الأولية:

الاسم: م،ب

السن: 50 سنة

الجنس: أنثى

الوضع الاجتماعية: متزوجة

المستوى الاقتصادي: متوسط نوعا ما

المستوى الدراسي: الثانية جامعي

مكان الإقامة: مزهران - مستغانم

الخبرة المهنية: 11 عاما

عدد الأولاد: 04

عدد الاخوة: 06

الترتيب بين الاخوة: 04

السوابق العائلية: الجد والاب يعانون من السكري

السوابق الشخصية: تعاني الحالة "م" من السكري وضغط الدم

عدد المقابلات التي أجريت: 04 مقابلات

سيمولوجية الحالة الثانية:

الهيئة العامة: الحالة "م" تبلغ من العمر 50 سنة، قصيرة القامة، خميرية البشرة، عينان عسلتان،

نظيفة وأنيقة المظهر، تعيش وسط أسرة مستواها متوسط نوعا ما.

ملامح الوجه: هادئة. لغتها: مفهومة. الاتصال: جيد، كانت متجاوبة.

النشاط العقلي: ذكراتها جيدة. الانتباه: جيد. التركيز: جيد.

النشاط الحركي: جيد، لا تعاني الحالة من أي صعوبة في الأكل أو النوم.

الأمراض الجسدية: تعاني "م" من السكري وضغط الدم.

الصدمة النفسية:

- وفاة الأب والأم.

تاريخ الحالة:

نوع الولادة: عادية. نوع الرضاعة: طبيعية.

2.2. سير المقابلات مع الحالة:

الجدول رقم (09) يوضح سير المقابلات مع الحالة الثانية

المحور	عدد المقابلات	الهدف من المقابلة	تاريخ المقابلة	المدة الزمنية
التعرف على الحالة	المقابلة الأولى	التعرف على الحالة وجمع البيانات	2025-03-19	30 دقيقة
تاريخ الحالة	المقابلة الثانية	معرفة الحياة الشخصية ونوعية العلاقات السائدة في الأسرة والعمل	2025-03-07	45 دقيقة

45 دقيقة	2025-04-09	تطبيق مقياس المرونة النفسية + جمع معلومات حول المرونة النفسية للحالة	المقابلة الثالثة	المرونة النفسية
55 دقيقة	2025-04-14	تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة + جمع معلومات حول فاعلية الذات المدركة	المقابلة الرابعة	فاعلية الذات المدركة

يوضح الجدول رقم (09) سير حصص المقابلات مع (م) حيث تم إجراء أربعة مقابلات معها بهدف التعرف على الحالة وجمع المعلومات المتعلقة بمتغيرات الدراسة المرونة النفسية، فاعلية الذات المدركة، إلخ. قسمت المحاور إلى (التعرف على الحالة، محور تاريخ الحالة، محور المرونة النفسية، محور فاعلية الذات المدركة).

3.2. ملخص المقابلات مع الحالة الأولى:

1.3.2. المحور الأول: التعرف على الحالة

- ملخص المقابلة الأولى: أجريت يوم 19-03-2025 دامت 30 دقيقة.

قمنا بجمع البيانات الأولية للحالة من خلال ما صرحت به (م ، ب) أنثى البالغة من العمر 50 سنة من مزهران - مستغانم، لديها 06 إخوة وهي المتوسطة في إختها، مستوى الدراسي سنة ثانية جامعي، مستوى الاقتصادي متوسط نوعا ما ، متزوجة وأم لبنتين واثان ذكور، تعمل كمربية منذ سنة 2014، بخبرة تمتد إلى 11 سنة، تعمل مع أطفال إعاقة ذهنية، تعاني من أمراض عضوية تتمثل في السكري و ضغط الدم، ذاكرتها قوية، انتباهها جيد وأيضا تركيزها، لغتها مفهومة أما نشاطها الحركي فهو جيد، لا تعاني من أي صعوبات في النوم أو الاكل، يوجد سوابق مرضية فالعائلة الجد والأب يعانون من مرض السكري ، الحالة كانت متجاوبة ، من حيث الإجابة عن الأسئلة إجابتها محدودة نوعا ما.

2.3.2. المحور الثاني: تاريخ الحالة

- ملخص المقابلة الثانية: أجريت يوم 07-04-2025 دامت 45 دقيقة.

هدفت إلى معرفة التاريخ الشخصي والاجتماعي والمهني ونوعية العلاقات السائدة في الاسرة والعمل ، عاشت الحالة طفولة جيدة وسط عائلتها حيث تلقت الدعم من الوالدين لقولها " والداي كان دائما داعمين

لي"، تزوجت فعمر 24 سنة و كانت راضية عن الزواج ،توفيت والدتها وقد أثر عليها وفاتها لقولها " تأثرت عندما توفيت والدتي "، ثم توفي والدها قبل اربع سنوات لقولها "والدي توفي منذ حوالي أربع سنوات"، وهو ما زادا شعورها باليتموعلاقتها بإخوتها قوية وجيدة لقولها "علاقتي بهم قوية جدا، كما تعليمي الايتام لا يجدون إلا بعضهم البعض" و علاقة الحالة مع ابناءها جيدة لقولها " أبنائي كانوا سندا لي عندما مرضت، يساعدونني في شؤون المنزل"، علاقة الحالة مع الزوج مستقرة وجيدة لقولها " علاقتي معه كأيزوج وزوجة، عادية" حيث تتلقى الدعم منه في قولها " يدعمني كثيرا"، درست الحالة (م) تخصص علوم تربية وتوقفت في السنة الثانية جامعي لقولها "درست علوم تربية وتوقفت فسنة ثانية من الجامعة" بسبب وفاة والدتها لقولها " توقفت عندما توفيت والدتي"، بعدها درست المحاسبة لقولها " درست محاسبة"، لاحقا وجدت فرصة عمل لكن زوجها لم يسمح لها لقولها "وجدة وظيفة في متجر تجاري وزوجي منعني"، بعدها درست حول المربي عن طريق تكوين ثم التحقت بالمركز سنة 2015 كمربية أطفال ذوي إعاقة ذهنية لقولها "التحق بالعمل في سنة 2015، عملت مع إعاقة ذهنية" دخلت الحالة إلى العمل بسبب وضعها الاقتصادي وصعوبة المعيشة لقولها "انا اعما من اجل كسب لقمة العيش، المعيشة صعبة"، تعاني الحالة من امراض عضوية تتمثل في ضغط الدم والسكري، حيث بدأت الحالة تعاني من ضغط الدم بعد وفاة أمها ثم بعد وفاة والدها تم تشخيصها بمرض السكري قبل أربعة سنوات لقولها " أصابني مرض ضغط الدم عندما توفيت والدتي، كذلك قولها" أخبروني أني أعاني من السكري، قبل اربع سنوات"، حيث هذا المرض متوارث فعائلة لقولها " جدي وابييعانون من السكري، ونصف اقاربي توفوا بسبب هذا المرض"، تتناول الحالة أدوية بانتظام لقولها "انا اتناول دواء خاص بهم"، حيث أثر المرض بشكل كبير على حياتها خصوصا العمل لقولها " اثر علي المرض كثيرا خصوصا في العمل".

3.3.2. المحور الثالث: المرونة النفسية

- ملخص المقابلة الثالثة أجريت يوم 2025-04-09 دامت 45 دقيقة

كان الهدف منها جمع معلومات حول المرونة النفسية للحالة وقياس نسبتها عن طريق تطبيق مقياس المرونة النفسية، واجهت الحالة (م) العديد من الصعوبات في حياتها الشخصية والمهنية من بينها أزمة وفاة والديها حيث أثرت على نفسياتها لكن واصلت حياتها بالتقبل لقولها " هذه سنة الحياة"، كذلك برغم من توقفها عن الدراسة واصلت دراستها لتخصص اخر وهو محاسبة لقولها "درست محاسبة" واجهت صعوبة في إيجاد وظيفة مناسبة خاصة بعد رفض زواجها عملها فبعض الأماكن لقولها " وجدت عمل في متجر تجاري لكن

زوجي من معني من العمل"، وواصلت تكوينها المهني حيث درست حول المربي لقولها "أجريت تدريب ميداني حول المربي"، التحقت بعمل كمرية بسبب وضعها المعيشي واشباع حاجاتها لقولها " انا اعمل من اجل لقمة العيش، من اجل تلبية احتياجاتي"، كما وجدت صعوبة مع مرضها وتأثيره على صحتها النفسية ودخول الحالة فنوبة هلعو اكتئاب بعد معرفتها بالمرض لقولها " عندما علمت بالمرض انفجرت بالبكاء ، اصبحت بحالة من الاكتئاب" لكن استطاعت تجاوزها بتقرب إلى الله لقولها " استغفرت ربي ثم تقبلت" وكذلك الجسدية مما انعكس على أدائها في العمل لقولها " عندما أكون مؤيضة ومتعبة، لا اعمل جيدا"، كذلك واجهت مشكل زيادة عدد أطفال مقارنة بماضي لقولها "في السابق كانوا قليلين، أم الان فأنا اعمل مع 15 طفلا " رغم كل هذا الا انها واصلت العمل وتعودت عليه رغم إصرار أبنائها عن توقف عن العمل لقولها " أخبروني اولادي التوقف عن العمل، لكن انا تعودت عليه"، اذ الحالة عند مواجهتها لاي مشكل تتوكل على الله " لقولها "أتمسك في لله واحد القهار"، بعدها تم تطبيق مقياس المرونة النفسية وأثناء تطبيق المقياس لم تبدي الحالة أي استجابات كلامية.

4.3.2. المحور الرابع: فاعلية الذات المدركة

-ملخص المقابلة الرابعة: أجريت يوم 14-04-2025 دامت حوالي 55 دقيقة.

كان مفادها جمع معلومات حول فاعلية الذات المدركة ، وقياس نسبتها عن طريق تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة ، الحالة (م) لم تكن مقتنعة بمهنة المربي ودخلت بسبب الظروف الصعبة لقولها " لو وجدت وظيفة في ذلك الوقت، لما عملت كمرية" ، كذلك خبرتها في الامومة سهلت لها الاندماج في العمل من البداية لقولها "بدأت العمل وانا ام ،لهذا تعودت، لم أجد صعوبة"، و عملت الحالة مع الأطفال بتقاني وضمير وركزت على مساعدتهم في جوانب الحياة اليومية لقولها " أعمل معهم بضمير"، وفي قولها " عندما أعمل اركز على الجوانب اليومية"، بعد اصابتها بمرض استطاعت تجاوزه من خلال مقارنة مرضها بالأمراض الخطيرة التي ليس لها دواء وتقربها من الله لقولها "ثم جلست مع نفسي، وتمسكت بالله"، كذلك فقولها " قلت الحمد لله انا لذي دواء، هناك امراض لا يوجد لها دواء"، وبعدها تم تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة حيث أبدت استجابات كلامية حول تغيير ذاتها بعد المرض وتعلمها من الحياة لقولها " شعرت بنفسي اني تغير بعد المرض"، وقولها " عندما تحدث أمور، تتعلمي".

الجدول رقم (10) يوضح نتائج تقطيع نص المقابلة الخاص بالحالة الثانية:

مستوى كل محور	العبارات		المحاور
	العبارات الموجبة	العبارات السالبة	
مستوى مرتفع	1.2.3.4.5.6.7.8.9.24. 26.27.30.103.104.10 5	25.28.29	النمو والتطور
مستوى مرتفع	37.38.59.84.102.106	39.40.60	الفعالية الذاتية
مستوى مرتفع	.83.96.97.98.99.100 101.114	34.35.94.95	التفاؤل
مستوى مرتفع	15.16.17.18.19.41.73	/	الإصرار والمثابرة في العمل
مستوى مرتفع	11.12.13.14.31.32.33 42.43.46.51.52.53.5. 4.76	9.10.20.21.22.44.45.4 7.48.82	التعامل مع المواقف الضاغطة
مستوى منخفض	74	75.77.87	إدارة المشاعر
مستوى مرتفع	55.56.57.58.63.64.65 66.67.69.71.72.	59.60.61.62.108.109	العلاقات الأسرية
مستوى منخفض	86.87.88.93	67.70.78.79.81.85.89. 90.91.92.107.110.111. 113 .112	الأمراض المزمنة

يمثل الجدول رقم(10) عرض نتائج تقطيع المقابلات الخاصة بالحالة الثانية حيث تبين ان لديها مستويات مرتفعة في أغلبية المحاور ، عدا إدارة المشاعر التي كانت مستواه منخفض والامراض المزمنة كان مستواها منخفض.

4. تحليل المقابلات للحالة الثانية:

من خلال المقابلات التي أجريت مع الحالة لاحظنا ان مستوى النمو والتطور لديها مرتفع، فقد أشارت الحالة إلى أنها تنقلت بين عدة مجالات دراسية منها علوم تربية، محاسبة لقولها " درست علوم تربية" و " ثم درست محاسبة"، مما يدل على محاولة دائمة لتنمية وتطوير ذاتها فرغم وفاة والدتها الا انها بحثت عن بدائل

تعليمية أخرى فتكونت في مهنة المربي لقولها " قمت بتدريب ميداني حو المربي" كذلك تعاملها مع عدد كبير من أطفال لهم خصوصية وتأقلمها لقولها "لقد أعطوني 15 طفلا" وتعلمها من تجارب الحياة لقولها "عندما تحدث لك أمور، تتعلمي" وهذا عزز من تكيفها مع الأوضاع.

مستوى الفعالية الذاتية كان مرتفع، فالحالة تبدي وعيا بقدرتها على اتخاذ قرارات حياتية مهنية منها العودة لإكمال تعليمها واختيار مسار مهني في الرعاية مدفوع بالحاجة الاقتصادية لقولها "المعيشة صعبة"، ومع قرار العمل لم يكن نابع من طموح مهني لقولها "لو وجدت عملا في ذلك الوقت، لما عملت كمربية" واصابتها بأمراض مزمنة إلا ان قدراتها على الالتزام وتحمل المسؤولية في العمل يعكس ايمان وشعور قويا بالكفاءة الذاتية.

ومستوى التفاؤل كان مرتفع ، حيث تميل الحالة إلى تبني تفكير إيجابي رغم الظروف ، فعند الحديث عن فقد الوالدين أبدت نوع من التقبل الواعي لحقائق الحياة لقولها " هذه سنة الحياة" ومع إصابتها بأمراض مزمنة عرقلت حياتها المهنية الا أنها تقبلته ولجأت الى المقاربة الإيجابية بين مرضها وامراض خطيرة أخرى لقولها "قلت انا الحمد لله،يوجد دواء، هنالك امراض لا يوجد لها دواء" من اجل تخفيف أثر الازمة ، بالإضافة على قربها الديني ساعدها على تجاوز الازمات لقولها " أحمد الله وأشكره" فتفاؤلها تفاؤل واقعي روحاني عزز قدرتها على الاستمرارية والتكيف.

اما مستوى الإصرار والمثابرة في العمل فكان مرتفع لدى الحالة ،واصلت وحافظت على مهنتها برغم من الضغط الناتج عن زيادة عدد الأطفال مقارنة بالماضي لقولها " في الماضي كانوا قليلين،الان انا اعمل مع 15 طفلا"، وتأثير المرض عن نشاطها البدني لقولها "عندما أكون مريضة ومتعبة ، لا اعمل جيدا " واستمرارية عملها رغم لحظات الندم التي تأتيها من اختيارها للمهنة و كبر سنها لقولها "تراودني أحيانا مشاعر الندم على اختياري لمهنة المربي مع التقدم في السن"، لكنه تطور إلى التزام أخلاقي وانساني لديها لقولها "اعمل معهم بضميري،أعاملهم مثل أولادي" وفي قولها " في عملي أركز على الحياة اليومية اكثر من تعلم الحروفوالأرقام"، استمرارها في العمل برغم ضغط أولادها بضرورة التوقف خوفها عليها من التعب لقولها" قالوا لي توقفي عن العمل،لكن انا تعودت عليه" حيث عكس مستوى عالي من الإصرار والتحمل والمثابرة لدى الحالة.

والتعامل مع المواقف الضاغطة كان مستوها مرتفع لديها، واجهت الحالة ضغوطات متعددة اجتماعية، مهنية، صحية تأقلمت معها من خلال اللجوء إلى الله كألية إيمانية تعويضية لقولها "عندما تحدث لي مشاكل أتمسك بالله الواحد القهار" تجاوزت تدريجيا العوائق التي واجهتها مماكسبها مرونة وتوافق مع ذاته ومع المحيط.

مستوى إدارة المشاعر كان منخفض لدى الحالة، مرت الحالة بحالات انفعالية حادة بعد فقدانها لوالديها لقولها " تأثرت عندما توفيت أُمي، شعرت بالمعندما توفيت "وتشخيصها بالمرض لقولها " عندما علمت بالمرض انفجرت بالبكاء لأيام وأصبت باكتئاب"، حيث تميل إلى الكتمان لقولها "عندما أغضب اصمت فقط " و الاعتماد على التحمل الذاتي للمشاعر السلبية ، و اعتمادها على الدين والتقرب إلى الله في تنظيم الانفعالي لقولها "استغفرت ربي وقت الحمد لله".

العلاقات الاسرية كان مستوها مرتفع، الاسرة شكلت دعم كبير في حياة الحالة سواء الوالدين او الاخوة او الأبناء او الزوج مما عكس شعور بالانتماء العائلي القوي حيث وصفت علاقتها مع اخوتها بالتماسكة في قولها " انت تعلمين ان اليتامى لا يجدون سوى بعضهم، اليتم يجعلهم يتمسكون ببعضهم البعض" كما تلقت دعم زوجها وأبناءها اثناء المرض والعمل لقولها " عندما يرونني مريضة،يساعدونني في اعمال البيت"، مما وفر لها نوع من الأمان الاجتماعي خفف من واقع الضغوطات وزيادة قدرتها على التحمل والمرونة.

الامراض المزمنة كان مستواها منخفض، معاناة الحالة من امراض مزمنة كالسكري وضغط الدم نتجت من صدمات نفسية ناتج عن وفاة والديها فضغط الدم ظهر بعد وفاة والدتها لقولها "أصبت بضغط الدمعندما توفيت والدتي"و السكري ظهر بعد وفاة ولدها لقولها" أصابنيالسكري قبل 04 سنوات" ، بعد قيام الحالة بتحاليل لقولها " عندما أجريت تحاليلاخبروني بأني مصابة به" و تشخيصها بمرض السكري، لم تتقبل الحالة مرضها فبداية الامر لقولها " لم أصدق اني مصابةبالسكري"وذلك بسبب خوفها من الموت لقولها " نص أقاربي توفو بسبب السكري" ودخولها فحالة اكتئاب ، واجهت الحالة المرض بالتقبل التدريجي كما ان تقبلها للوراثة كسبب للمرض ساعدها لتقليل الإحساس بالذنب والقهر لقولها "جدي وابي يعانون منالسكري".

5.2. عرض نتائج المقاييس المستخدمة في الدراسة:

1.5.2. نتائج مقياس المرونة النفسية لBrienet al 2008 الذي تم تكييفه وترجمته

منطرفhamouda2016:

جدول رقم(11) يوضح نتائج مقياس المرونة النفسية للحالة الثانية:

رقم البعد	الابعاد	الدرجة المتحصل عليها	التصنيف
01	النمو والتطور	17	مرتفعة
02	الفعالية الذاتية	37	مرتفعة
03	التفاؤل	21	مرتفعة
المجموع			74

يبين الجدول رقم(11) عرض نتائج مقياس المرونة النفسية المطبق على الحالة "م" حيث كان المستوى مرتفع.

نتائج المقياس:

بعد تطبيق مقياس المرونة النفسية تحصلت الحالة على درجة 74 وعليه فإن الحالة (م) قد تحصلت على مستوى مرتفع من المرونة النفسية وكل الابعاد كانت النتائج فيها مرتفعة إلى حد ما وهي كالتالي:

بعد النمو والتطور تحصلت على 17 درجة، بعد الفعالية الذاتية تحصلت على 37 درجة، بعد التفاؤل تحصلت على 21 درجة.

ومنه نستخلص ان النتيجة التي تحصلت عليها الحالة "م،ب" 74 درجة وهي مرتفعة، وهذا يدل على أن الحالة لديها مرونة نفسية مرتفعة.

2.5.2. عرض نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة لبدرية يوسف:

جدول رقم (12) يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة

الدرجة المتحصل عليها في المقياس	التصنيف
2.70	مستوى مرتفع

يبين الجدول رقم (12) عرض نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة للحالة "م"، حيث كان مستوى مرتفع.

نتائج المقياس:

بعد تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة تحصلت الحالة (م) على درجة 2,70 وهي درجة كبيرة من فاعلية الذات المدركة.

ومنه نستخلص ان النتيجة التي تحصلت عليها الحالة "م،ب" ب 2،70 درجة وهي مرتفعة وهذا يدل على ان الحالة لديها فاعلية ذات مدركة مرتفعة.

6.2. التحليل العام للحالة الثانية:

من خلال نتائج المقابلة و الملاحظة ومن خلال نتائج مقياس المرونة النفسية ل al brienet الذي تم تكيفه وترجمته من طرف hamouda ومقياس فاعلية الذات المدركة لبدرية يوسف، فقد تحصلت الحالة "م،ب" خلال المقابلات مستوى مرتفع من مستويات المرونة النفسية من خلال ابعادها النمو و التطور، الفعالية الذاتية، التفاؤل ، فيما يخص النمو والتطور نشأت الحالة في بيئة أسرية دافئة اتسمت بالدعم العاطفي من الوالدين لقولها "والدي كانا يدعماني"، وعلاقة قوية ومتينة مع الاخوة لقولها " علاقتي مع إخوتي قوية جدا" ساهم في بناء شخصية مستقرة في الطفولة والمراهقة ، مع ذلك شكلا فقدان الام صدمة نفسية أثرت على مسارها الجامعي لقولها " توقفت في ثانية جامعي عندما توفيت والدتي "، ثم تقاوم شعور الفقد إثر وفاة والدها لكن بفضل توفر الدعم من الزوج لقولها " يدعمني كثيرا" و الأبناء لقولها " عندا يروني مريضة يساعدوني في اعمال البيت" ساعدها على تجاوز الازمة تدريجيا، فيما يخص الفعالية الذاتية فرغم ان اختيارها للمهنة لم يكن نابعا من شغف بل جاء كخيار نتيجة الظروف المادية الصعبة واندماجها التدريجي وتفاعلها الوجداني مع الأطفال لقولها " أعمالهم مثل أولادي"، وشعورها بالمسؤولية المهنية لقولها " أعمل معهم بضميري" ساهموا في تعزيز فعاليتها الذاتية، حيث بدأت الحالة بالشعور بالرضا المهني والتعود لقولها " لكن انا تعودت عليها"، اما بعد التفاؤل واجهت الحالة صدمة نفسية أخرى إثر تشخيصها بأمراض سيكوسوماتية جراء وفاة والديها مثل السكري وارتفاع ضغط الدم وشعورها بالقلق الموت لقولها " نص أقاربي توفو بسبب السكري" الا انها تعاملها مع هذا الوضع اتسم بالمرونة المعرفية والسلوكية من خلال استخدام قوة وازعها الديني كألية مواجهة نفسية لقولها " أتمسك بالله الواحد القهار"، و بفضل نمط تفكيرها الإيجابي القائم على مقارنتها بأمراض اشد من مرضها لقولها "يوجد لديه دواء، هنالك امراض لا يوجد لديها دواء" مما ساهم فالتكيف والقبول وتخطي أعراض الاكتئاب لقولها " استغفرت ثم تقبلت"، من خلال نتائج المقياس المرونة النفسية كانت نسبة مرتفعة في الابعاد الثلاثة.

ومن خلال نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة كانت مرتفعة ، بالإضافة إلى ذلك لاحظنا من خلال المقابلات أن الحالة أظهرت قدرة على التكيف مع مختلف التحديات الحياتية وهذا ما أكده بعد الفعالية الذاتية الذي كان مستواه مرتفع في مقياس المرونة النفسية، وقد تجلى ذلك تعاملها مع فقدان الوالدين ، وثقتها بنفسها

على تحمل مسؤوليات متعددة في العمل والاسرة بفضل التزامها وتعاطفها وضميرها مما أشار الى شعور داخلي بالكفاءة وثقة بالنفس إلا انها تعاني من بعض الصعوبات المرتبطة بإدارة مشاعرها من خلال الكتمان لقولها " عندما أغضب اصمت فقط" مما قد يؤثر على عليها مستقبلا من خلال استنزاف طاقتها، كما ان الحالة تؤمن بأنها تعلمن من تجاربها لقولها " عندما تحدث لك أمور تتعلمي " واحساسها بالتغير في ذاتها لقولها " شعرت بنفسني تغيرت بعد المرض"، وسعيها المستمر لتحقيق أهدافها لقولها " يوجد أشياء استطعت تحقيقهم، وأشياء لم أستطع تحقيقهم نحققهم" كل هذا يكسبها كفاءة فمواجهة الاحداث الضاغطة والتعامل بفاعلية في البيئة.

3. عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة:

1.3. البيانات الاولية:

الاسم: ي، ب

السن: 45 سنة

الجنس: أنثى

الوضعية الاجتماعية: متزوجة

المستوى الاقتصادي: متوسط

المستوى الدراسي السنة: الثالثة ثانوي

مكان الإقامة: مزهران - مستغانم

الخبرة المهنية: 20 سنة

عدد الأولاد: 02

عدد الاخوة: لا يوجد

السوابق العائلية: لا يوجد

السوابق الشخصية: تعاني الحالة "ي" من الغدة الدرقية، ضغط الدم.

عدد المقابلات التي أجريت: 04 مقابلات.

سيمولوجية الحالة الثالثة:

الهيئة العامة: الحالة "ي" تبلغ من العمر 45 سنة، طويلة القامة، بيضاء البشرة، عينان عسلتان،

نظيفة وأنيقة المظهر، تعيش وسط أسرة مستواها الاقتصادي جيد.

ملاحح الوجه: مرحة. لغتها: مفهومة. الاتصال: جيد، كانت متجاوبة.

النشاط العقلي: جيد. الانتباه: جيد. التركيز: جيد.

النشاط الحركي جيد.

الامراض الجسدية: تعاني "ي" من الغدة الدرقية، ضغط الدم.

الصددمات النفسية:

- انفصال الاب والام

تاريخ الحالة:

نوع الولادة: طبيعية. نوع الرضاعة: طبيعية.

2.3. سير المقابلات مع الحالة:

الجدول رقم (13) يوضح سير المقابلات مع الحالة الثالثة

المحور	عدد المقابلات	الهدف من المقابلة	تاريخ المقابلة	المدة الزمنية
التعرف على الحالة	المقابلة الاولى	التعرف على الحالة وجمع البيانات	2025-04-16	40 دقيقة
تاريخ الحالة	المقابلة الثانية	معرفة الحياة الشخصية والمهنية ونوعية العلاقات السائدة في الاسرة والعمل	2025-04-17	45 دقيقة

45 دقيقة	2025-04-21	تطبيق مقياس المرونة النفسية+ جمع معلومات حول المرونة النفسية	المقابلة الثالثة	المرونة النفسية
50 دقيقة	2025-04-23	تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة+ جمع معلومات حول فاعلية الذات المدركة	المقابلة الرابعة	فاعلية الذات المدركة

يوضح الجدول رقم (13) سير حصص المقابلات مع (ي) حيث تم إجراء أربعة مقابلات معها بهدف التعرف على الحالة وجمع المعلومات المتعلقة بمتغيرات الدراسة المرونة النفسية، فاعلية الذات المدركة، إلخ، قسمت المحاور إلى (التعرف علنالحالة، محور تاريخ الحالة، محور المرونة النفسية، محور فاعلية الذات المدركة).

3.3. ملخص المقابلات مع الحالة الثالثة:

1.3.3 المحور الأول: التعرف على الحالة

- ملخص المقابلة لأولى: أجريت يوم 16-04-2025 دامت 40 دقيقة.

قمنا بجمع البيانات الأولية للحالة من خلال ما صرحت به الحالة (ي، ب) أنثى البالغة من العمر 45 سنة من مزگران - مستغانم، ليس لديها إخوة، مستواها الدراسي سنة ثالثة ثانوي، المستوى الاقتصادي متوسط، متزوجة وام لولدين، تعمل كمربية منذ سنة 2005، بخبرة تمتد إلى 20 سنة، تعمل مع أطفال إعاقة ذهنية، تعاني من أمراض عضوية تتمثل في الغدة الدرقية و ضغط الدم، ذاكرتها قوية، انتباهها جيد وأيضا تركيزها، لغتها مفهومة، اما نشاطها الحركي فهو جيد، لا تعاني من أي صعوبة في الاكل او النوم ، لا يوجد أي سوابق عائلية ، الحالة كانت متجاوبة، من حيث الإجابة عن الأسئلة إجابتها محدودة نوعا ما.

2.3.3 المحور الثاني: تاريخ الحالة

- ملخص المقابلة الثانية: أجريت يوم 17-04-2025 دامت 45 دقيقة.

هدفت إلى معرفة التاريخ الشخصي والاجتماعي ونوعية العلاقات السائدة في الاسرة و العمل، فالحالة "ي" تعيش في أسرة متفككة فقد تطلق والديها وهي فسن العشرين لقولها "أمي وأبي انفصلوا عندما كان عمري 20 سنة"، وعلاقتها بوالدها سيئة الذي أعاد الزواج وانقطع عن التواصل معها حتى وفاته لقولها "أبي أعاد

الزواج، ثم لم أره مجدداً" حيث لم تحضر جنازته بسبب اهماله لها لقولها " لم اذهب لجنازته، لأنه تخلى عني ويعد يسأل عني"، صرحت الحالة بوجود اخوة لها من الاب لكن لا تعرفهم لقولها "لدي إخوة منالاب، لكن لم ارهم قط ولا أعرفهم"، عاشت مع والدتها التي تعمل في التنظيف لقولها " امي تعمل منظفة" وعلاقتها متينة معها لقولها " أحب أمي، تعبت من اجلي"، اما حياتها الزوجية فتسودها الدعم ومساندة لقولها "زوجي يدعمني و يسمح لي بالعمل"، فيما يخص الجانب المهني درست تكوين حول المربي ثم التحقت بمهنة في 2005 في ملحقة ثم انتقلت الى المركز لقولها " عملت فملحقة ثم انتقلنا إلى هنا" وأصبحت تتعامل مع أطفال إعاقة ذهنية لقولها " واصلت العمل مع أطفال إعاقة ذهنية"، علاقتها مع زملاء العمل جيدة لقولها " علاقتي جيدة، عندما اكون مريضة يعتنون بالأطفال". تعاني الحالة من امراض مزمنة تتمثل في الغدة الدرقية والسكري لقولها" أعاني من غدة درقية وضغط الدم" اكتشفت مرضها في سنة 2019 عند إجراء عدة فحوصات لقولها " في 2019 أجريت تحاليل وعلمت بانني لدي مرض"، حيث تأثرت عند تشخيصها ثم تقبلته وأصبحت تتناول أدويتها وتتبع مواعيدها الطبية لقولها"تألمت عندما علمت " وفي قولها "تي اتابع حالتي لدى طبيبي".

3.3.3. المحور الثالث: المرونة النفسية

- ملخص المقابلة الثالثة: أجريت يوم 21-04-2025 دامت 45 دقيقة.

كان الهدف منها جمع معلومات حول المرونة النفسية للحالة وقياس نسبتها عن طريق تطبيق مقياس المرونة النفسية، واجهت الحالة (ي) العديد من الصعوبات في حياتها الشخصية والمهنية من بينها أزمة طلاق والديها التي اثرت فيها وظروف معيشية الصعبة التي دفعتها لتقبل مهنة المربي لقولها " عملت من اجل مساعدة أمي"، رغم رغبتها العمل فإدارة لقولها " كنت اظن أنني سوف أعمل في إدارة ، ثم وجدت نفسي أعمل كمربية"، كذلك واجهت مشكلة تكليفها بمهام خارج تخصصها مما سبب لها ضغوط وانفعالات القلق لقولها " عندما يكلفوني بعمل ليس عملي أشعر بالغضب"، كذلك كثرة مهام التي تقوم بها مع الأطفال لقولها" لدي مهام كثيرة أنجزها معهم كتمارين ادراك الشكل، الاشغال اليدوية"، لكنها تأقلمت مع مرور الوقت لقولها " أخذت خبرة مع وقت"، كما واجهت صعوبة اصابتها بمرض وتأثيره على أدائها في العمل لقولها "عندما أكون مريضة لا أعمل معهم جيداً" إلا انها تواجه أي مشكل بالتمسك بالله لقولها " أي شيء يحدث

لياربطه بالله"الذي ساعدها أيضا فتقبل المرض واستمراريتها في العمل لقولها " تقبلت والحمد لله"، بعدها تم تطبيق مقياس المرونة النفسية وأثناء تطبيق المقياس لم تبدي الحالة أي استجابات كلامية.

3-4- المحور الرابع: فاعلية الذات المدركة

- ملخص المقابلة الرابعة: أجريت يوم 23-04-2025 دامت 50 دقيقة.

كان مفادها جمع معلومات حولفاعلية الذات المدركة، ومقياس نسبتها عن طريق تطبيق فاعلية الذات المدركة، الحالة(ي) لم تكن مقتنعة بمهنة المربي ورغبتها العمل في إدارة لقولها " تقبلت العمل في ذلك الوقت من اجل مساعدة امي فيالمصاريف"، كذلك احساسها بالندم فبعض الأحيان بسبب الاجهاد وقلة الاجر الذي تتقاضاه لقولها " أحيانا أشعر بالندم،العمل مرهق جدا، و الراتب لا يكفي"،تشعر الحالة بالمسؤولية وتأنيب الضمير بسبب تقصير فالعمل عندما تمرض لقولها " عندما لا أعمل معهم بشكل جيد بسبب المرض ، يسيطر عليا الإحساس بتأنيب الضمير"،إدراكها ان كل ما يحدث من ابتلاء هي خير لقولها " أي شيء يعطيه الله لك هو خير" كذلك استمرارها في السعي لتحقيق رغباتها لقولها " هنالك أشياء حققتها وأشياء اسعى لتحقيقها" كذلك إحساس الحالة بالتغير لقولها " أشعر نفسي تغيرت عما كنت"،ادراكالحالة لذاتها اثنا حالات الغضب ومحاولة التحكم فيه لقولها " أحيانا أتوترواغضب على الاطفالثم اتحكم في نفسي"،وبعدها تم تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة حيث لم تبدي الحالة استجابات كلامية .

الجدول رقم (14) يوضح نتائج تقطيع نص المقابلة الخاص بالحالة الثالثة:

مستوى كل محور	العبارات		المحاور
	العبارات الموجبة	العبارات السالبة	
مستوى مرتفع	1.2.3.4.10.11.14.15.17	.16	النمو والتطور
مستوى مرتفع	.35.36.51.58.60.66.67 86.68.69.	32.33.34.59	الفعالية الذاتية
مستوى مرتفع	78.79 84.85	/	التفاؤل

مستوى مرتفع	5.6.7.8.9.10.82.3	12.24.25	الإصرار والمثابرة في العمل
مستوى مرتفع	12.13.19.20.21.28.80.81 94.	27.29.18	التعامل مع المواقف الضاغطة
مستوى منخفض	69.70.81.87	22.30.31.61.62.63.67.80	إدارة المشاعر
مستوى منخفض	22.26.37.38.39.41.48 .56.57.1	40.42.43.44.45.46.47.49 52.53.54.55.	العلاقات الاسرية
مستوى منخفض	71.76.77	23.72.73.74.75	المرامض المزمنة

يمثل الجدول (14) عرض نتائج تقطيع المقابلات الخاصة بالحالة الثالثة حيث تبين ان لديها مستوى مرتفع في أغلبية المحاور، مستوى منخفض في إدارة المشاعر ومستوى متوسط في الامراض المزمنة.

4.3. تحليل المقابلات للحالة الثالثة:

من خلال المقابلات التي أجريت مع الحالة، لاحظنا ان النمو والتطور كان مستواه مرتفع فقد تعرضت الحالة قبل الاندماج في العمل الى خيبة ظنا منها انها سوف تشتغل في إدارة فوجدت نفسها تعمل كمربية لقولها " كنت أظن اني سوف اعمل في الادارة، وجدت نفسي أعمل مربية"، فانتقالها من حالة التردد والرفض إلى حالة قبول وتأقلم لقولها " مرة الأولى رفضت، لكن تأقلمت مع الوقت"، هذا الامر عكس قدرتها على التغيير والتطور مع أي وضع حيث استطاعت الانخراط في مهنتها والتعود عليها مع الوقت، كما أن اكتسابها للخبرة ساعدها على التكيف مع ظروف المهنة ومعيقاتها لقولها " أخذت خبرة مع الوقت" فأصبحت الحالة تقوم بمهامها كما يجب لقولها " كل العمل الذي أنجزه، أدونه فسجل النشاطات".

الفعالية الذاتية كان مستواها مرتفع، الحالة (ي) لديها إدراك قوي على احداث تغييرات فحياتها فهي تسعى إلى العمل من أجل دعم والدتها ومساندتها لقولها " التحقت بالعمل من اجل مساعدة أمي في المصاريف"، كما انها تشعر بالالتزام والمسؤولية فأداء واجباتها في العمل، فرغم مشاعر الإحباط والندم المؤقتة نتيجة إحساس بالتقصير فعمل لقولها " أحيانا لا أعمل معهم بشكل جيد يسيطر عليا

احساسبتأنيب الضمير" الا انها تواصل عملها انطلاقا من وعيها بأنها قادرة على تحمل مهام لقولها "أحاول إعطاء كل ما املك".

ومستوى التفاؤل كان مرتفع، فرغم الظروف التي عانت منها الحالة كالفقر، الطلاق الاسري، غياب الاب والحرمان العاطفي، المرض الا ان الحالة حافظت على رؤية إيجابية للحياة وتربط أزماتها بالإيمان وثقتها بالله لقولها " أي شيء يحدث لي اربطه بالله" كل هذا يعكس تفكير إيجابي عزز قدرتها على التحمل والثقة في تجاوز المحن.

اما الإصرار والمثابرة في العمل كان مستواه مرتفع، الحالة تعاني من ارهاق مزمن وضغط في العمل وتدني الاجر الذي تتقاضه والامراض المزمنة لكنها مستمرة في أداء واجباتها المهنية لقولها "لدي مهام كثيرة أنجزها معهم"، وفي قولها "تدهورت صحتي بسبب العمل،الراتب لا يكفي والتعب الشديد"، كذلك رغم عدم الرضا التام عن المهنة لقولها " أحيانا اشعر بالندم"والا ان لديها إصرار داخلي وقوي، هذه الاستمرارية رغم الانتهاك النفسيوالجسدي يعكس مثابرة مدفوعة بالإحساس بالمسؤولية والجانب الإنساني للحالة.

والتعامل مع المواقف الضاغطة كان مستواه مرتفع، الحالة تعرضت لضغوطات اجتماعية مهنية ومادية الا انها تعيد تنظيم استجابتها لقولها " أحيانا اتوتر لكن سرعان ما اتحكم في نفسي"،وفي قولها " البداية كانت الأمور صعبة لكن تأقلمت" كذلك تستخدم استراتيجيات تكيف دينية من خلال الإيمان بالله لقولها "الحمد لله"، ووجدانية كالبيكاء لقولها " عندما يحدث موقف، ابلغ حد البكاء"، كذلك الانسحاب لقولها "عندما يحدث مشكل في العمل أصمت" هذه الاستراتيجيات تساعدها على التكيف والتعامل بمرونة.

إدارة مشاعر مستواها منخفض، الحالة تتمتع بوعي واضح بمشاعرها رغم أنها تتأثر بالمواقف الحياتية الصعبة كغياب الاب لقولها " أحيانا أتحدث، أحيانا اغضب"، لكنها في نفس الوقت تظهر قدرة على محاولتها المستمرة للسيطرة على مشاعرها لقولها " أنا اعمل على نفسي، كي لا اغضب".

اما مستوى العلاقات الاسرية مستواها منخفض، فعلاقتها المضطربة مع الاب تعكس جرح وصدمة نفسية لقولها " لم اذهب للجنازة،لأنه تخلى عنيولم يعد يبحث عني"، رغم ذلك استطاعت تجاوز الألم من خلال بناء علاقة مستقر مع كلا من الام حيث تتسم علاقتها معها بالدعم والحب لقولها " أحب امي، تعبت من أجلي"، والزوج حيث تتسم بالدعم لقولها " زوجييدعمني ويسمح لي بالعمل"، مما ساعدها على التوافق والاحساس بالأمان وتعزيز مرونتها رغم الفقد والخذلان.

والامراض المزمنة كان مستواها منخفض، اكتشاف الحالة لمرضها الغدة الدرقية وضغط الدم كان صادما ومؤلما لقولها " تألمت عندما علمت"، لكنها لم تستسلم وتقبلت حالتها وواصلت العمل مع الالتزام بالعلاج لقولها "تقبلت والحمد لله، الان أتابع حالتي عند طبيبي"، هذا يعكس استجابة تكيفية تجاه الامراض المزمنة ويظهر قدرة على إدراك الذات رغم المواقف المرضية.

5.3. عرض نتائج المقاييس المستخدمة في الدراسة:

1.5.3. عرض نتائج مقياس المرونة النفسية لBrienet al2008 الذي تم تكييفه وترجمته من

طرفhamouda:

جدول رقم(15) يوضح نتائج مقياس المرونة النفسية للحالة الثالثة:

رقم البعد	الأبعاد	الدرجة المتحصل عليها	التصنيف
01	النمو والتطور	20	مرتفعة
02	الفعالية الذاتية	35	مرتفعة
03	التفاؤل	20	مرتفعة
المجموع		75	

يبين الجدول رقم(15) عرض نتائج مقياس المرونة النفسية المطبق على الحالة "ي" حيث تراوحت الشدة إلى مرتفعة.

نتائج المقياس:

بعد تطبيق مقياس المرونة النفسية تحصلت الحالة على درجة 75، وعليه فإن الحالة(ي) قد تحصلت على مستوى مرونة مرتفع وكل الابعاد كانت النتائج فيها مرتفعة إلى حدما وهي كالتالي:

بعد النمو والتطور تحصلت فيه على 20 درجة، بعد الفعالية الذاتية تحصلت على 35 درجة، وبعد التفاؤل تحصلت فيه على 20 درجة.

ومنه نستخلص أن النتيجة التي تحصلت عليها الحالة "ي،ب" 15 درجة وهي مرتفعة، وهذا يدل على أن الحالة لديها مرونة نفسية مرتفعة.

2.5.3. عرض نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة لبدرية يوسف:

جدول رقم (16) يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة:

التصنيف	الدرجة المتحصل عليها في المقياس
مستوى مرتفع	2.90

الجدول رقم (16) يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة للحالة "ي" حيث كان المستوى

مرتفع.

نتائج المقياس:

بعد تطبيق مقياس فاعلية الذات المدركة تحصلت الحالة على درجة 2,90، وعليه فإن الحالة (ي) تحصلت على مستوى كبير من فاعلية الذات المدركة.

ومنه نستخلص أن النتيجة التي تحصلت عليها الحالة "ي"، ب " 2,90 درجة وهي مرتفعة، مما يدل على أن الحالة لديها فاعلية الذات المدركة مرتفعة.

6.3. التحليل العام للحالة الثالثة:

من خلال نتائج المقابلة و الملاحظة و من خلال تطبيق مقياس المرونة النفسية ل brienet al الذي تم ترجمته من طرف hamouda ومقياس فاعلية الذات المدركة لبدرية يوسف، فقد تحصلت الحالة من خلال المقابلات على مستوى مرتفع في المرونة النفسية في أبعادها النمو والتطور الفعالية الذاتية والتفاؤل، الحالة "ي" ترعرعت في بيئة أسرية مفككة بعد طلاق والديها في سن العشرين لقولها " أمي وأبي انفصلوا عندما كان عمري 20 سنة"، وغياب والدها التام عن حياتها لقولها " لم اراه مجددا" وهو ما سبب ألم داخلي عميق حيث لدرجة عدم حضور جنازته لقولها "ابي توفي لكن لم أذهب إلى جنازته" وذلك بسبب حرمانها العاطفي من حنان الاب والإهمال لقولها " لأنه تخلى عني ان ولم يبحث عني"، لكن لم تسمح للجرح العاطفي بأن يشل قدراتها على التقدم ، بل اختارت العمل من أجل دعم والدتها لقولها " من اجل مساعدة أمي في المصاريف"، الامر الذي يعكس وعيها بدورها في الاسرة واحساسها بالمسؤولية وهذا ما اظهره بعد الفعالية الذاتية الذي كان مستواه مرتفع، اما بعد النمو والتطور فكان مستواه مرتفع حيث واجهت في بداية مسارها المهني صدمة انتقالها من العمل الإداري إلى العمل في مجال الرعاية لقولها " حسبت روجي غادي نخدم

في إدارة لقيت روعي نخدم مربية"، لكنها تقبلت الامر مع مرور الوقت وتأقلمها لقولها "مرة أولى رفضت، لكن تعودت معالوقت " ومع سنوات الخبرة زادت قدرتها على التكيف مع الأوضاع التي تتطلبها مهنتها لقولها " أخذت خبرة مع وقت" كذلك في بعد التفاوض كان مستواه مرتفع وذلك راجع إلى التفكير الايجابي للحالة وقوة وازعها الديني و دعم اسرتها واحساسها بالأمان جعلها تتعامل مع ازمة الخذلان وأزمة مرضها لقولها " أي شيء يحدث اربطه بالله" وفي قولها " أي شيء يعطيه الله لكهو خير"،ومن خلال نتائج مقياس المرونة النفسية فكانت مرتفعة في جل ابعادها.

ومن خلال نتائج مقياس فاعلية الذات المدركة كان مستوها مرتفع، إضافة إلى ذلك لاحظنا من خلال المقابلات و بعد الفعالية الذاتية الذي كان مستواه مرتفع في مقياس المرونة النفسية ان الحالة تعاني من أمراض مزمنة كالغدة الدرقية وارتفاع ضغط الدم، و رغم ذلك لم تتوقف عن العمل بل استمرت في العطاء برغبة داخلية من اجل إفادة الأطفال لقولها " اعمل أحاول تقديم كل ما أملك" مما يعكس مستوى عالي من فاعلية الذات ، حيث تشعر بقدراتها على التأثير الإيجابي رغم الضغوطات لقولها " الأطفال بسرعة يرتاحون معي"، إضافة ظهرت قدرتها على ضبط مشاعرها في التعامل مع زملائها والابتعاد عن المشاكل لقولها " عندما يحدث مشكل في العمل أصمت"، رغم اعترافها بوجود لحظات تعب وانفعال وبكاء لكنها تحاول ضبط انفعالاتها لقولها " أحيانا اتوتر على الأطفال لكن سرعان ما اتحكم في نفسي" مما يعكس ادراك جيد بذاتها والعمل على تغيير ذاتها لقولها " انا اعمل من اجل نفسي .

خلاصة:

من خلال عرضنا لنتائج الحالات من حيث البيانات الأولية ثم تلخيص المقابلات وتقطيع نص المقابلة والخروج بنتائج حولها وحول تحليلها ثم نتائج المقياس الخاص بالمرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة، وفي الأخير تحليل العام للحالات المدروسة، وهذا تمهيدا للدخول إلى الفصل السادس المتمثل في مناقشة نتائج الفرضية.

الفصل السادس

تفسير ومناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات

تمهيد

أولاً: تفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات الفرعية

1. تفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الأولى

2. تفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثانية

ثانياً: تفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الرئيسية

خلاصة

تمهيد

بعد عرض نتائج الدراسة للحالات الثلاثة وتحليلها سوف نقوم بمناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات الفرعية ثم مناقشة الفرضية الرئيسية.

أولاً: تفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات الفرعية:

1.1. تفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الأولى:

تنص الفرضية القائلة على ما يلي: "يتمتع المربي في المراكز النفسية البيداغوجية بمرونة نفسية مرتفعة"

يتضح من خلال نتائج كل من تقطيع وتحليل المقابلات وتطبيق مقياس المرونة النفسية أن الحالات الثلاثة المدروسة تمتلك مستوى مرتفع من المرونة النفسية ، حيث تحصلت الحالة الأولى على درجة 101، والحالة الثانية على درجة 74، والحالة الثالثة على درجة 75، رغم التفاوت النسبي في الدرجات الا انهن جميعا يقعن ضمن النطاق المرتفع لمقياس المرونة النفسية، وقد تجلت مرونتهن النفسية من خلال قدرتهن على التكيف مع المواقف الحياتية والمهنية المعقدة و الصعبة، ورغم اختلاف الخلفيات الشخصية والاجتماعية والمهنية والصعوبات والصدمات المتمثلة في فقدان الوالدين، انفصال الوالدين، الضغوط الزوجية ، الأعباء المهنية ، الامراض المزمنة، إلا أن جميعهن أظهرن فاعلية في مواجهة الضغوط النفسية، وذلك راجع إلى تبني إستراتيجيات مواجهة والتي كانت مشتركة بينهم، من بينها الاستناد إلى الله كوسيلة روحية لمواجهة الضغوط، حيث لجان الحالات الثلاثة إلى التوكل على الله مثل الحالة الأولى في قولها " نبدأ بسم الله ونتوكل على الله"، والحالة الثانية في قولها " اتمسك بالله الواحد القهار"، وفي الحالة الثالثة في قولها " أي شيء يحدث اربطها بالله"، مما ساهم في تعزيز الشعور بالأمان النفسي وتقبل الأحداث غير المتوقعة وتحويل الألم إلى معنى وجودي يساعد على الاستمرار، كما ساعد الدعم الاجتماعي والاسري على تعزيز التوازن النفسي وهو ما ظهر في جودة العلاقات مع الأبناء، الأزواج، الاخوة، الوالدين، الزملاء، ففي الحالة الأولى في قولها " يدعمني في كل شي"، والحالة الثانية في قولها "والدي هما من يدعماني" والحالة الثالثة في قولها "أمي تعبت من أجلي"، مما شكل درعا وقائيا ضد الانهيار والاحتراق النفسي وأسهم في تعزيز المرونة النفسية، كما لعبت الخبرة المهنية والحياتية دورا في تنمية مهارات التأقلم والتكيف لدى الحالات ، حيث ساعدتهن في التعامل

مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وفهم متطلبات المهنة والتعامل مع صعوباتها بمرونة وواقعية، وتحمل المسؤولية أعطى دافعا وطاقة لتحمل ومواجهة صعوبات اليومية خصوصا في بيئة العمل.

تتوافق نتائج دراسة الحالية مع ما توصلت إليه دراسة الدبلجي (2023) التي هدفت على الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية وفاعلية الذات الأكاديمية لدى معلمي التربية الخاصة في برامج الاستثمار المثل بجامعة شقراء، حيث أشارت أحد نتائج الدراسة إلى ان مستوى المرونة النفسية لدى أفراد العينة كان مرتفع، بالإضافة إلى دراسة أبو ندى (2015) التي أظهرت نتائجها وجود علاقة بين الضغط النفسي في العمل والمرونة النفسية وأوضحت انه كلما كان هناك ضغط نفسي وأحداث ضاغطة في مجال العمل كلما كانت للفرد خبرة كافية لمواجهتها والتأقلم معها، أي أن التجربة العملية والضغط التي يمر بها الفرد هيا تكسبه مرونة نفسية (خدوم سلمواخرون، 2023، ص.124).

وعليه يمكننا القول أن الفرضية القائلة " يتمتع المربي في المراكز النفسية البيداغوجية بمرونة نفسية مرتفعة" تحققت لدى الحالات الثلاثة كليا.

2.1. تفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثانية:

تنص الفرضية على ما يلي " المربين في المراكز النفسية البيداغوجية لديهم مستوى مرتفع من فاعلية الذات المدركة"

تبين لنا من نتائج تقطيع وتحليل المقابلات ونتائج مقياس فاعلية الذات المدركة ان الحالات الثلاث المدروسة تمتلك مستوى مرتفع من فاعلية الذات متفاوت من حيث الدرجة ، فالحالة الأولى تحصلت على درجة 3.01 و الحالة الثانية تحصلت على 2.70، والحالة الثالثة تحصلت على 2.90، ويعود هذا المستوى المرتفع من فاعلية الذات إلى تظافر عدد من العوامل النفسية والاجتماعية المشتركة التي لوحظ تكرارها عند الحالات الثلاث، حيث شكلت أساسا قوي لبناء شعور متماسك بالكفاءة والقدرة على السيطرة على مجريات الأمور ، فقد أظهرت كل حالة قدرة واضحة على تحويل التجارب السلبية او المؤلمة مثل اليتيم، الطلاق، المرض، الفقر إلى فرص لنمو وإثبات الذات، حيث كل واحدة رأت طبيعة الظروف التي مرت بها، وسعت لفهمها والتحكم فيها بدل الاستسلام، إضافة إلى سنوات الخبرة للحالات حيث يتمتعن بخبرة تفوق 15 سنة في مجال التربية الخاصة ساهمت في تعزيز ثقة ومعرفة التعامل مع المواقف الصعبة خاصة في العمل كزيادة عدد الأطفال تغير الفئة، قلة الدخل، مما ولد شعور الكفاءة والانجاز، حيث أظهرت الحالات شعور

الرضا عن ادائهن و قدرتهن على التأثير في سلوك و تطور الأطفال، وهذا ظهر فقول الحالة الأولى " احب عملي" وفي قول الحالة الثانية "عاملهم مثل أولادي" وقول الحالة الثالثة "أعمل أقدم كل ما امك"، مما عزز فاعلية الذات كذلك المعتقدات و التفكير الإيجابي حيث يعد مؤشر على وجود حوار داخلي إيجابي يعزز الدافعية الذاتية و يخفف من آثار التحديات الخارجية كذلك الرغبة المستمرة في تطوير الذاتي وضبط الانفعالات حيث لوحظ الحالات الثلاثة ابدينا اهتماما متواصلًا لتحسين وتطوير ذاتهم وادائهم في العمل والبحث عن حلول لمشاكلهم وظهر من خلال اقولهم ففي الحالة الأولى قولها "أغضب بسرعة لكن سرعان ما أهدأ" وفي قول الحالة الثانية "عندما يحدث لك أشياء تتعلمي" وفي قول الحالة الثالثة " أعمل من اجل نفسي"، كذلك القيام بأدوار متعدد (طالبة-ام-مربية) ساهم في رفع شعور بالإنجاز الشخصي فكلما ازدادت المهام والمسؤوليات التي نجحن في أدائها ، زادا شعورهن بأنهن قادرات على التحكم وتحقيق النجاح رغم الضغوط، مما تعمل على ترسيخ فاعلية الذات المدركة.

فالفاعلية الذاتية حسب باندورا (bandoura, 1991) تزيد وتنقص بمدى نجاحات وانجازات الفرد وكما هو معروف ان الارتقاء في المستوى الدراسي والحصول على مؤهلات علمية رفيعة هي من بين اهم الإنجازات التي يمكن أن يقوم بها الفرد في حياته والتي توهمه لحجز وظائف جيدة ونجاح في الجانب العملي واكتفاء مادي وبالتالي فهي تؤثر إيجابا على نظرة الشخص لنفسه حيث يرى أنه كفاء وذكي فيرتفع مستوى فاعلية الذاتية ويزداد شعوره بأن له القدرة على التحكم في مختلف مجالات حياته وتجاوز العقبات بطريقة أفضل من ذوي المستوى الدراسي الأقل (حدان ابتسام، 2015، ص.104) حيث توافقت دراسة الحالية مع دراسة بدرية يوسف (2016) التي هدفت إلى التعرف على التوافق المهني وعلاقته بالفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة من الموظفين في المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة الداخلية، حيث أظهرت الدراسة أحد نتائج المتمثلة في ان مستوى الفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة الدراسة مرتفعة.

وعليه يمكن القول ان الفرضية القائلة " المرين في المراكز النفسية البيداغوجية لديهم مستوى مرتفع من فاعلية الذات المدركة" تحققت لدى الحالات الثلاثة.

ثانياً: تفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الرئيسية:

تنص الفرضية القائلة على ما يلي: " يوجد علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية"

تبين من خلال نتائج وتحليل المقابلات وتطبيق مقياس المرونة النفسية ومقياس فاعلية الذات، ان الحالات الثلاثة تمتلك مستوى مرتفع في كل من المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة، فالحالة الأولى كشفت عن مستوى مرتفع من المرونة النفسية (101)، مترافقا مع مستوى مرتفع من فاعلية الذات المدركة (3.01)، فقد واجهت الصعوبات من خلال التوكل على الله، التفكير المنظم وتوفير مهارات التأقلم الإيجابي، مثل السعي لتحديد الأسباب وتقبل الذات، و الحالة الثانية فتميزت بمستوى مرتفع من مرونة نفسية (74) مترافقا بمستوى مرتفع من فاعلية الذات المدركة (2.70)، حيث لعبت البيئة الداعمة والخبرة الحياتية في تعزيز قدرة التكيف والثقة بالنفس، اما الحالة الثالثة حافظت على مستوى مرتفع من المرونة النفسية (75) مترافقا بمستوى مرتفع من فاعلية الذات المدركة (2.90) حيث عكست توازنا جيدا في التعامل مع التوتر والضغط عبر استراتيجيات عقلانية وإيجابية ، مما يشير إلى نمط عام من التوافق بين المرونة النفسية وفاعلية الذات، هذا التوافق يرجع إلى مجموعة من العوامل التي سبق وأن برزت خلال مناقشة الفرضيتين الفرعيتين مثل وجود دعم اجتماعي وعائلي، استخدام أساليب التفكير الإيجابي والعقلاني المنظم، الاعتماد على التوجه الديني كوسيلة للطمأنينة ، والقدرة على تنظيم الانفعالات وإعادة تفسير المواقف الضاغطة بشكل إيجابي، ان هذه العوامل ساهمت في بناء العلاقة بين المرونة وفاعلية الذات وتعزيزها، فالأفراد الذين يتمتعون بمرونة نفسية عالية غالبا ما يمتلكون إدراكا إيجابيا لذواتهم، نابعا من قدرتهم على مواجهة التحديات بثقة واتزان، حيث يعتبر "باندورا" الفاعلية الذاتية مطلب أساسي للمرونة النفسية، فالفرد الذي يقيم قدراته ويكون معتقداته حول فاعليته الذاتية ، يستطيع التخطيط والتكيف مع المواقف الضاغطة التي تواجهه، بالإضافة إلى دراسة خدوم وآخرون (2023) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة والعلاقة بين ابعاد فاعلية الذات والمرونة النفسية، وأسفرت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة، وبحسب نتائج دراستنا الحالية فإن العلاقة بين المرونة النفسية وفاعلية الذات إيجابية وتفاعلية وليست فقط ارتباطية، فكلما زادت المرونة النفسية تعززت فاعلية الذات المدركة والعكس صحيح ، هذه العلاقة يمكن وصفها علاقة ديناميكية، أي علاقة تأثير وتأثر، حيث يغذي كل متغير الآخر في حلقة تطور مستمرة.

وعليه يمكننا القول ان الفرضية القائلة " توجد علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية" تحققت لدى الحالات الثلاثة.

خلاصة:

لقد قمنا في هذا الفصل بعرض ملخص النتائج للحالات التي لديهم مستوى مرتفع من المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة، حيث تحققت الفرضية الجزئية والفرضية الرئيسية بنسبة كلية، وعليه المرونة النفسية وعلاقتها بفاعلية الذات المدركة لدى المربين في المراكز النفسية البيداغوجية تميزت ب: مستوى مرتفع من المرونة النفسية، مستوى مرتفع من فاعلية الذات المدركة، وبالتالي وجود علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة لدى كل الحالات الثلاث.

استنتاج عام:

تعتبر فئة المربين الفئة الأكثر عرضة للضغوطات النفسية والمهنية خصوصاً، وإن بناء شخصية المربي لا يقتصر فقط على التكوين الأكاديمي أو الخبرة المهنية، بل يتطلب دعائم نفسية قوية تساعد على مواجهة مختلف التحديات التي تفرضها طبيعة عمله في بيئة حساسة ومعقدة، وأظهرت نتائج الدراسة التي تعاملت مع ثلاث حالات من المربين مستخدمي المنهج العيادي ودراسة حالة إضافة إلى تطبيق الأدوات التالية (المقابلة العيادية، الملاحظة العيادية، مقياس المرونة النفسية ومقياس فاعلية الذات المدركة) إلى وجود علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة لدى المربي في المراكز النفسية، حيث المربين الذين يتمتعون بقدر عال من المرونة النفسية، يكونون أكثر قدرة على مواجهة التحديات وضغوط العمل وأكثر فاعلية في ادراك ذواتهم والتعامل مع المهام الموكلة اليهم بثقة وكفاءة، فالمرونة النفسية تمثل قدرة الفرد على التكيف والتجاوز للمواقف الضاغطة، وهي بذلك احد العوامل الجوهرية التي تسهم في تعزيز فاعلية الذات، من خلال بناء صورة إيجابية عن النفس والثقة في القدرة على التأثير والتغيير، والتعامل بفاعلية مع المواقف الضاغطة والمتغيرة.

التوصيات والاقتراحات:

- إجراء المزيد من الدراسات المماثلة لهذه الدراسة تتناول من الزوايا التي لم يتم من قبل التوسع فيها، والاكتثار من الدراسات النفسية للمربين بصفة عامة.
- تقديم برامج تدريبية تساعد المربين على تنمية مهارات الإدارة الذاتية مثل التخطيط والتنظيم، وإدارة الوقت، يمكن ان تشمل هذه البرامج تقنيات للتعامل مع الضغوط العملية وتحسين التحمل النفسي.
- الاستعانة بأخصائيين نفسانيين داخل هذه المراكز لتقديم الارشاد النفسي الفردي والجماعي للمربين.
- توفير الوسائل والمرافق التي تساعد المربين على انجاز مهامهم في مناخ مريح.
- تحسين الرواتب وتفعيل نظام الحوافز المادية والمعنوية للمربين، مثل الترقية، رسائل شكر، ملاحظات إيجابية أو لوحات شرف تعزز الشعور بالكفاءة والانجاز.
- تحسين ساعات العمل وتنظيم الجداول الزمنية لتقليل الإرهاق النفسي والجسدي الذي يؤثر سلباً على المرونة النفسية.

- تصميم أدوات محكمة محليا لقياس المرونة النفسية وفاعلية الذات وفقا للثقافة التعليمية العربية.

- التنسيق مع أولياء الأمور لتعزيز بيئة داعمة للطفل معاق ذهنيا.

- إدخال برامج تدريبية متخصصة حول المرونة النفسية وفاعلية الذات المدركة ضمن الدورات

الأساسية لإعداد المربين.

قائمة المراجع

قائمة المصادر والمراجع:

المراجع باللغة العربية:

- البطاينة، محمد أسامة. (2004). *تقويم الكفايات التعليمية لمعلمي الأطفال ذوي الحاجات الخاصة في شمال الأردن*. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس جامعة دمشق. (1). 31-49.
- العزري، سالم بن صالح بن سيف. (2016). *المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الشرعية*. (رسالة لنيل شهادة الماجستير في الارشاد النفسي). كلية العلوم والأدب. سلطنة عمان.
- العيسوي، محمد عبد الرحمان. (2002). *موسوعة علم النفس الحديث*. (الطبعة الأولى). دار الرتب الجامعية. لبنان بيروت.
- بوساحة، نوال. (2018). *الصحة النفسية لدى مربّي الأطفال المعاقين ذهنياً بالمراكز النفسية البيداغوجية*. (مذكرة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية). جامعة محمد لخضر. الوادي.
- جفال، دنيا. (2022). *نوع ميكانيزمات الدفاع لدى المراهق الذي يعاني من المرض السكري (النوع الأول)*. (مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي). جامعة محمد خيضر. بسكرة.
- حامدي، صبرينة، ومنصور، بوبكر. (2021). *فاعلية الذات في ضوء أنماط التنشئة الاسرية (التدليل) لتتلمذ المرحلة الابتدائية*. (دراسة نظرية تحليلية). مجلة قبس للدراسات الإنسانية والاجتماعية. المجلد 05. العدد 01. 952-980.
- سعيدة، فاتح. (2015). *الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي*. (مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي). جامعة محمد خيضر. بسكرة.
- صحبه، زينة عبد الكريم. (2016). *المرونة النفسية وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى طلبة كلية الأدب*. (مذكرة لنيل شهادة البكالوريوس في علم النفس). جامعة القادسية. العراق.

- عربي، محمد، وسويفي، أسامة. (2020). *فعالية تقنية إزالة الحساسية وإعادة المعالجة عن طريق حركات العينين في تخفيض السلوك العدواني*. (مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي). جامعة الدكتور يحي فارس. المدية.
- غالم، فطيمة. (2008). *تقييم الكفايات التعليمية لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة*. (مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس وعلوم التربية). جامعة ورقلة. الجزائر.
- كرم الدين، ليلي. (2007). *الاتجاهات الحديثة في اعداد وتأهيل معلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة*. (مداخلة مقدمة في فعاليات الملتقى الدولي الخامس حول معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة في القرن الحادي والعشرين 23-24 افريل). جامعة فرحات عباس. سطيف.
- متولي، فكري لطيف. (2016). *دراسة الحالة في علم النفس*. (الطبعة الأولى). مكتبة الرشد للناشرون.
- يسمينة، ناجي. (2015). *مساهمة تقنية EMDR في التخفيف من حدة الصدمات النفسية*. (مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي). جامعة محمد خيضر. بسكرة.
- يوسف، عودة فاطمة. (2001). *المناخ النفسي الاجتماعي وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية وقوة الانا لديطالبات الجامعة الإسلامية*. (رسالة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العام). الجامعة الإسلامية. غزة.
- الجريدة الرسمية الجزائرية. (2019). العدد 64.
- الخولي، يمني. (2015). *مفهوم المنهج العلمي* (الطبعة الثانية). دار النشر مؤسسة هنداوي.
- الزغبى، أحمد محمد. (2016). *المرونة النفسية كمتغير وسيط بين احداث الحياة الضاغطة والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق*. مجلة جامعة دمشق. المجلد 32 (2). 59-113.
- بدرة، بهية، وعبيد، لطيفة. (2013). *التوافق النفسي لدى الراشد المصاب بإعاقة حركية مكتسبة*. (مذكرة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي). جامعة محمد خيضر. بسكرة.

- بدرية، محمد يوسف الرواحية.(2016). *التوافق المهني وعلاقته بالفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة منالموظفين في المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة الداخلية*. (رسالة ماجستير في الارشاد والتوجيه).جامعة نزوى. عمان.
- بن شعاعة، زينب.(2020). *المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة*. (مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي). جامعة غرداية.
- بولسنان، فريدة، وبورنان، ساسية، وعزوق، جميلة.(2018). *المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدىالنساء المتزوجات المصابات باضطرابات الغدة الدرقية*. (مذكرة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي). جامعة محمد بوضياف. المسيلة.
- جودي، عربية.(2018). *المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى النساء المتزوجات المصابات باضطراب الغدة الدرقية*. (مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي).جامعة محمد بوضياف.مسيلة.
- حدان، ابتسام.(2015). *فاعلية الذات المدركة وعلاقتها بالألم المزمن*. (مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي).جامعة قاصدي مرباح. ورقلة.
- حملوي، أسماء . (2013). *التوافق النفسي والاجتماعي لدى الراشد المصاب بداء السكري*. (مذكرة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي). جامعة محمد خيضر. بسكرة.
- خدوم، سلمى، وزداردة، فاطمة الزهراء، وضيف، شريفة سهام.(2023). *المرونة النفسية وعلاقتها بفاعليةالذات لدى الأطباء*. (مذكرة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي). جامعة 08 ماي 1945. قالمة.
- خلاف، اسماء.(2019). *دورالعلاقة بين فعالية الذات المدركة والغزو السببي في بعض عناصرالاستجابة المناعية لدى عينة من المصابات بسرطان الثدي*. (مذكرة لنيل شهادة دكتوراة في علم النفس الصحة).جامعة محمد لمين دباغين. سطيف2.
- خلاف، أسماء، ويوسف، عدوان.(2016). *فعاليةالذاتالمدركة والمساندة الاجتماعية لدى عينة من مرضاالسرطان*. مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية جامعة باتنة1، (34).181-210.

- خلاف، أسماء، ويوسف، عدوان.(2018). *فعالية الذات المدركة وعلاقتها بالاستجابة(المتهمات المناعيةC3-C4) لدي النساء المصابات بسرطان الثدي*. مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية جامعة سطيف 2. (01)09. 186-159.
- رزوق، بلعيد.(2019). *الإيمان على الكحول وأثره في احداث القلق والاكتئاب لدى الراشد المدمن عليه*. (مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي). جامعة عبد الحميد بن باديس. مستغانم.
- زهران، حامد عبد السلام. (2005). *الصحة النفسية والعلاج النفسي*. (الطبعة الرابعة). عالم الكتب للنشر والتوزيع. مصر.
- اللالا، زياد كامل واخرون.(2011). *اساسيات التربية الخاصة*. دار المسيرة لنشر والتوزيع. الأردن.
- سامي، عبد السلام مرسي. (2015). *الفعالية الذاتية لدى ذوي الإعاقة السمعية*. (الطبعة الأولى). مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع. عمان.
- سلوى، محمد الحسن، وسيد احمد.(2015). *الاحتراق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذوي الإعاقة العقليةالعاملات بمراكز التربية الخاصة بمدينة امدرمان*. (رسالة لنيل شهادة ماجستير الارشاد النفسي والتربوي). جامعة السودان.السودان.
- سومية، لعمش.(2016). *الجلد النفسي لدى ام الطفل المصاب بمتلازمة دوان*. (مذكرة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي). جامعة محمد خيضر. بسكرة.
- سويدي، أسماء خولة، ومدراق، سارة.(2022). *الاحتراق النفسي والمهني لدى المربية المتخصصة فيالمراكزالنفسية البيداغوجية*. (مذكرة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية). جامعة الدكتور يحيى فارس. المدينة.
- عبيد، أحمد أسماء.(2013). *النكاء الوجداني وعلاقته بفاعلية الذات لدى الايتام المقيمين في قرية SOS*. (رسالة ماجستير في الارشاد النفسي والتوجيه التربوي).الجامعة الإسلامية. غزة.
- محفوص، مبروك،وقسوم، سارة. (2023). *فاعلية الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى تلاميذ التعليمالثانوي*. (مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي).جامعة غرداية.

-معروف، محمد.(2019). *الفاعلية الذاتية وعلاقتها بالاحتراق الوظيفي واستراتيجيات التعامل*. (أطروحة لنيل شهادة الدكتوراة في علم النفس التربوي). جامعة وهران 2.

-مياح، خديجة.(2022). *مساهمة معنى الحياة في ظهور المرونة النفسية لدى ممارسي الصحة العمومية في ظل جائحة كورونا*. (مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي). جامعة محمد خيضر. بسكرة.

-ولد خدة، مراد.(2022). *الصلابة النفسية لدى الراشد المصاب بالسكري*. (مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي). جامعة عبد الحميد بن باديس. مستغانم.

المراجع باللغة الأجنبية:

- Fustier, f. (1972). *l'identité de l'educateur spécialisé éducation*. Paris. Universitaire, paris.
- Pienar, A (2007). *Towards A Living Theory of Psychological Resilience*. paris, Bloemfontein, National Research Foundation 210-230.
- Robert, L. (1987). *Vocabulaire de psycho pédagogie et psychiatre*. paris, press Universitaire, paris, france.

الملاحق

1. تقطيع مقابلات الحالة الأولى:

1-دخلت نخدم	1-التحقت بالعمل
-1 في 2005	2-في 2005
-2 دخلت كونطرا	3-عملت عن طريق عقد عمل
-3 خدمنا في ملحقة	4-عملنا في ملحقة
-4 منبعد جينا لهننا	5-ثم أتينا إلى هنا
-5 كنت نخدم مع إعاقة ذهنية	6-كنت أعمل مع إعاقة ذهنية
-6 دروك راني نخدم مع التوحد	7-الان انا أعمل مع أطفال التوحد
-7 كنت قبل منخدم أم	8-قبل ان اشتغل كنت أما
-8 على ديك والفت بلخف	9-لهذا تعودت بسرعة
-9 عدد أطفال بكري	10-عدداطفال في الماضي
-10 كان قليل	11-كان قليلا
-11 كنا نحكمو 6.8 أطفال	12-كنا نتكفل ب 6.8 أطفال
-12 دروك راني نخدم مع 15 طفل	13-الان أنا اعمل مع 15 طفلا
-13 طفل بكري	14-طفل سابقا
-14 كان يتجيب بلخف	15-كان يستجيب بسرعة
-15 كنا نخدمو	16-كنا نعمل
-16 وتبان خدمة	17-ويظهر عملنا
-17 دروك تخدمي	18-الان تعملي
-18 ومتابنش	19-ولا يظهر
-19 والدين تاوعهمميتقبلوش إعاقة	20-أولياء الأطفال لا يتقبلون الإعاقة
-20 ميعاونوناش	21-لا يساعدونني
-21 توقيت عمل راه مساعدني	22-توقيت العمل يساعديني
-22 منيش نادمة على خدمتي	23-لا أشعر بالندم اتجاه عملي
-23 نبغي خدمتي	24-أحب عملي
-24 عندي فيها اجر	25-لدي اجر فيها
-25 حاجة كي نديرها نخملمها	26-أي شيء أفعله أفكر فيه
-26 نقول ترجعلي ليا	27-أقول تعود إلي

28- ولأبنائي بالخير	28- ولبناتي بالخير
29- أنا عندما أعمل معهم	29- انا كي نخدم معاهم
30- أقول لهم أولادي	30- نقولهم ولادي
31- ما دمتي تعملين هنا	31- مدامك تخدمي هنا
32- سلاحك لا تضعينه	32- سلاحك متحطيهش
33- أنت تذهبين فيها	33- نتي تروحي فيها
34- والطفل يذهب فيها	34- وطفل يروح فيها
35- أفضل أحيانا	35- نفشل خطرارش
36- من التعب	36- من تعب
37- والاجهاد	37- واجهاد
38- ثم أعود كما كنت	38- منبعد نولي كيما كنت
39- أي مشكلة لا أستطيع رؤيتها	39- أي مشكل منقدرش نشوفه
40- بنظرة إيجابية	40- بنظرة إيجابية
41- إلا بعد ما يتم حلها	41- إلا بعد ما ينتحل
42- أنا اعاني من القلق	42- أنا عندي قلق
43- بسرعة غضب	43- بلخف نتتارفا
44- ثم أهدأ من جديد	44- تم تم نعاود نتكلاما
45- إرادة هي التي تجعلك	45- إرادة هي لي تخليك
46- تحقيقين أهداف بعيدة المدى	46- ديرى أهداف بعيدة المدى
47- أنا لست من النوع الذي يخطط	47- أنا منيش من نوع لي يخطط
48- أقول بسم الله	48- نقول بسم الله
49- وأتوكل الله	49- ونتوكل على الله
50- لا أدخل نفسي	50- مدخلش روجي
51- في أشياء لا أعرفها	51- في حوايجمنعر فهمش
52- عندما يحدث شيء لا اتوقعه	52- كي يصرا مشكل مش متوقعاتو
53- أخاف	53- نخاف
54- ثم أتلى بالشجاعة	54- منبعد ندير كوراج
55- وأحله	55- ونحلو
56- لا أرى كل شيء بإيجابية	56- منشوفش كل شي إيجابي

57- المرة الأولى أتوتر	57-خطرة لولا نتبانیکا
58- من الصعب قليلا أن أتأقلم	58-شوي صعيب نوالف
59-أعمل في أي مكان يضعونني فيه	59-وين ميحطوني نخدم
60-خبرتي	60-خبلرة تاعي
61-جعلتني أتعود	61-خلاتني نوالف
62-أعمل على إلغاء السلوكيات	62-نخدم على إلغاء السلوكيات
63-أعطوا لي برنامج	63-عطواني بروقرام
64-اتبعه	64-نتمشى بيه
65-أبسط النشاط	65-نبسط النشاط
66-وفق مستوى كل طفل	66-حسب مستوى كل طفل
67-الان تراجعتم مردودية	67-دروك نقصت مردودية
68-لا أعلم بسبب التقدم في السن	68-منعرت من كبر
69-او من المرض	69-ولا مرض
70-أعاني من السكري	70-عندي سكر
71-الغدة الدرقية	71-غدة درقية
72-ضغط الدم	72-لاطاسيون
73-أتناول جميعا أدويتهم	73-ناكلكاشياتهم قاع
74-أحيانا أخذ عطل مرضية	74-خطرانتش ندي عطل مرضية
75-لكن لم تعرفني	75-بصح معرفلنيش
76-عندما علمت بالمرض	76-كي عرفت بمرض
77-بدا لي عاديا	77-جاني نورمال
78-لكن هكذا وأقدم كل ما أملك	78-بصح هاك ونمد قاع واش عندي
79-أي شيء يأتي من عند الله تقاحة	79-لي تجي منعند تقاحة
80-والدي يدعماني	80-والديا دعموني
81-وكذلك الزوج	81-مام الزوج
82-أنا شخص لا يبحث عن الناس	82-أنا إنسانة منحوشش على ناس
83-عندما يكون هناك مشاكل	83-كي يكون كاين مشاكل
84-أعالجهم بنفسي	84-نحلهم روجي
	85-نحس بلي جايتني حاجة شابة

85- أشعر بان شيء جميلا قادمًا في طريقي	86- ماما وبابا طلقو
86- أمي وأبي انفصلا	87- كي كان عمري 6 سنين
87- عندما كان عمري 6 سنوات	88- كي كبرت
88- عندما كبرت	89- عاود وليت عند ماما
89- عدت مجددا إلى أمي	90- تربيت عند عمتي
90- ترعرعت في بيت عمتي	91- زوج أمي معوضني
91- زوج أمي عوضني	92- عن حنان الاب
92- عن حنان الاب	93- حتى بناتي يعيطولوبا
93- حتى بناتي ينادونه أبي	94- زواجي اول
94- زواجي الأول	95- مكنتش مقتتعة بيه
95- لم أكن مقتتعة به	96- توفي زوجي أول
96- توفي زوجي الأول	97- عاودت زواج
97- أعادت الزواج	98- تعرفت عليه في فترة خطوبة
98- تعرفت إليه خلال فترة الخطوبة	99- سبحان الله كان عوض
99- سبحان الله كان عوض	100- وقف معايا فكلش
100- وقف إلى جانبي في كل شيء	101- ميفرقش بين بناتي
101- لا يميز بين بناتي	102- بناتي هوما خيائي
102- بناتي هن أخواتي	103- دنيا تجور تعلمك
103- الحياة دائما تعلمك	104- تبدل نظرتك
104- تغيير نظرتك	105- تخمامك
105- تفكيرك	106- وسلوكك
106- وسلوكك	107- تولي تحرز روحك
107- تصبح حذر على نفسك	108- شخصيتك لا كانت قوية
108- شخصيتك إذا كانت قوية	109- تقدري تحلي مشاكل
109- تستطعين حل المشاكل	110- لا كانت ضعيفة
110- إذا كانت ضعيفة	111- متقدرين تحليهم
111- لا تستطعين	

2. تقطيع مقابلات الحالة الثانية:

1-إلتحقت بالعمل	1-دخلت نخدم
2-في 2015	2-في 2015
3-عملت مع أطفال إعاقة ذهنية	3-كنت مع إعاقة ذهنية
4-الان اعطوني 15 طفلا	4-دروك راهم عطيني 15 طفل
5-في الماضي كانوا قليلين	5-بكري كانوا قلال
6-مع كثرة إعاقة والكل	6-مع كثرة الإعاقة وقاع
7-إلتحقت للعمل وانا أم	7-دخلت للخدمة وانا ام
8-لهذا تعودت	8-على ديك والفت
9-عندما تكون عزباء	9-كي تكون سلياتر
10-تبدو لك صعبة	10-تجيك صعبة
11- لكن ان تكوني ام	11-بصح تكوني ام
12-مع اني كنت أقوم بالتربية	12-ومع كنت نربي
13- في اولادي	13-في ولادي
14- لم تبدو لي صعبة	14-مجاتنيش صعبة
15- أعمل معهم بضميري	15-نخدم معاهم بضميري
16- أعاملهم مثل أولادي	16-دايراتهم كي ولادي
17- في عملي	17-في خدمتي
18-أركز على الحياة اليومية	18-نركز على الحياة اليومية
19- أكثر من تعلم الحروف والأرقام	19-كتر من تعلم الحروف والأرقام
20-راتبي لا يكفي	20-شهريتي متكفيش
21-حتى لتحاليل	21-حتى ليزناليزت
22-ولا للفحص الطبي	22-ولا فيزيتا
23-درست علوم تربية	23-قريت علوم تربية
24- توقفت في السنة الثانية من الجامعة	24-حبست في ثانية جامعي
25- ثم درست محاسبة	25-منبعد قريت محاسبة
26- وجدت وظيفة في محل تجاري	26-لقيت خدمة في سوبرات

27- زوجي لم يسمح لي	27- راجلي مخلانيش
28- لأنه يوجد فيه رجال	28- من فيها رجال
29- قمت بتدريب ميداني حول المرابي	29- درت انغماسيو على مرابي
30- في ذلك الوقت	30- فداك الوقت
31- لو وجدت عمل	31- كو لقيت خدمة
32- ما عملت كمربي	32- كو مدرتش مرابي
33- أحيانا يرودني الندم	33- خطرانتش تجيني ندامة
34- لإني عملت كمربي	34- مين درت مرابي
35- مع تقدم في السن	35- مع كبر وقاع
36- انا اعمل من أجل لقمة العيش	36- راني نخدم على جال الخبزة
37- كي أستطيع تلبية احتياجاتي	37- باه نأمن احتياجاتي
38- انا غير راضية قليلا عن حياتي	38- شويا مش راضيا على معيشة
المعيشية	39- معيشة صعبة
39- المعيشة صعبة	40- علاقتي مع زملائي عادية
40- علاقتي مع زملائي جيدة	41- داير حدود فتعاملاتي
41- أضع حدود في علاقتي	42- معندناش تاع واحد يخدم خدمة خوه
42- ليس لدينا أحد يعمل في عمل أخيه	43- كي نكون مريضة
43- عندما أكون مريضة	44- وعيانة
44- ومتعبة	45- منخدمش غاية
45- لا أعمل جيدا	46- راك عارفة تعب
46- انت تعلمين التعب	47- ووقاف نهار كامل
47- والوقوف طوال اليوم	48- كاين صةالح قدرت نحققهم
48- يوجد أشياء استطعت تحقيقها	49- وكاين لي مقدرتش نحققها
49- ويوجد التي لم أستطيع تحقيقها	50- كي يصرالي مشكل
50- عندما يحدث مشكل	51- نشد في ربي الواحد القهار
51- اتمسك بالله الواحد القهار	52- وخطرانتش نحل داك المشكل
52- وأحيانا أحل ذلك المشكل	53- حساب موقف
53- وفق الموقف	54- علاقتي مع زوجي نورمال
54- علاقتي مع زوجي عادية	55- كاي زوج وزوجة

55- مثل أي زوج وزوجة	56- علاقة مستقرة
56- علاقة مستقرة	57- يدعمني بزاف
57- يدعمني كثيرا	58- ابويا وما متوفين
49- الاب والأم متوفين	59- ماتت امي
50- توفيت أمي	60- منبعد ابي
51- ثم أبي	61- راه فواحد 4 سنين هاك
52- منذ 4 سنوات	62- علاقتي مع خوتي قوية بزاف
53- علاقتي مع إخوتي قوية جدا	63- رارك عارف اليتامي
54- انت تعلمين اليتامي	64- يلقاو غير بعضاهم
55- يجدون بعضهم البعض	65- اليتم خليهم يشدو فبعضاهم
56- اليتم يجعلهم يتمسكون ببعضهم	66- عندي سكر ولاطاسيو
57- اعاني من السكري وضغط الدم	67- اثرو عليا بزاف
58- أثروا عليا كثيرا	68- ولادي كانوداعميني
59- اولادي كانوا يدعمني	69- مين يشوفوني مرضت
60- عندما يروني مرضت	70- يعاونوني فصولح الدار
61- يساعدوني في أعمال البيت	71- فالولي حبسي خدمة
62- قالوا لي توقفي عن العمل	72- بصح انا والفتها
63- لكن أنا تعودت عليه	73- منيش عصبية بزاف
64- لست كثيرا عصبية	74- كي نتتارفا
65- عندما اغضب	75- نسكت وصاي
66- أصمت فقط	76- منتحكمش في مشاعري بزاف
67- لا أستطيع التحكم في مشاعري	77- كيما مرضت
كثيرا	78- وعرفت بلي فيا سكر
68- عندما مرضت	79- قعدة أيام غير نبكي
69- وعلمت أنني اعاني من السكري	80- اثرو عليبزاف
70- جلست أيام وانا ابكي	81- خاصة خدمة
71- أثر علي كثيرا	82- منبعد استغفرت ربي
72- خاصة في العمل	83- وتقبلته
73- ثم استغفرت ربي	84- كانت فيا لاطاسيون

وتقبلته	-74	85-راني نشرب في دوا
كنت اعاني من ضغط الدم	-75	86-كنت نورمال
انا اتناول دوائه	-76	87-معنديش حاجة تبين بلي فيا سكر
كنت عادية	-77	88-كي درت تعيار
لا يوجد علامة تظهر أني أعاني	-78	89-قالولي بلي فيك
من السكري		90-هادي قبل 4سنين
عندما قمت بتحليل	-79	91-انا فيا سكر من نوع2
اخبروني اني اعاني منه	-80	92-ناكل كاشي
هذه قبل 4 سنوات	-81	93-مامنتش بلي فيا سكر
انا أعاني من السكري صنف 2	-82	94-دخلت في اكتاب
اتناول حبوب	-83	95-منبعد قعدة مع روحي
لم أصدق أني أعاني من السكري	-84	96-وشديت في ربي
دخلت في نوبة اكتاب	-85	97-قلت انا الحمد لله
ثم جلست مع نفسي	-86	98-راه عندو دواء
وتمسكت بالله	-87	99-كاين امراض معندهاش دواء
قلت الحمد لله	-88	100-نحمد ربي ونشكره
يوجد لديه دواء	-89	101-انا منتقبلش أي حاجة بلخف
يوجد أمراض ليس لها دواء	-90	102-كي يصروا صوالح ليك
احمد الله وأشكره	-91	103-تتعلمي
انا لا اتقبل أي شيء بسهولة	-92	104-خطراتش دنيا تعلمك
عندما تحدث معاك أشياء	-93	105-حسيت روحي تبدلت
تتعلمي	-94	106-بعد المرض
أحيانا الدنيا تعلمك	-95	107-تأثرت كي ماما ماتت
شعرت بنفسي تغيرت	-96	108-حبست مين ماما توفاة
بعد المرض	-97	109-جاتنيلاطاسيون
تأثرت عندما توفيت أمي	-98	110-كي ماتت ماما
توقفت عندما توفيت أمي	-99	111-جدي وابي فيهم سكر
أصابني ضغط الدم	-100	112- نص لافاميماتو بيه
عندما توفيت أمي	-101	113- دي سنة الحياة

<p>102- جدي وأبي يعانون من السكري</p> <p>103- نصف أقاربي توفوا به</p> <p>104- هذه سنة الحياة</p>	
--	--

3. تقطيع مقابلات الحالة الثالثة:

<p>1-التحقت بالعمل في 2005</p> <p>2-كنا نعمل في ملحقة</p> <p>3-ثم نقلونا إلى هنا</p> <p>4-بقيت أتعامل فقط مع أطفال إعاقة ذهنية</p> <p>5-كل شيء انجزه</p> <p>6-أدونه في سجل النشاطات</p> <p>7-يوجد مهام كثيرة أنجزها معهم</p> <p>8-يوجد الاشغال اليدوية</p> <p>9-تمارين إدراك الاشكال</p> <p>10-أخذت خبرة مع الوقت</p> <p>11-تعودت على العمل معهم</p> <p>12-كانت البداية صعبت علي</p> <p>13-لكن تأقلمت</p> <p>14-قمت بتدريب ميداني حول المريبي</p> <p>15-اتصلوا بي للعمل</p> <p>16-كنت اظن أنني سوف اعمل في الإدارة</p> <p>17-وجدت نفسي اعمل مربية</p> <p>18-المررة الأولى لم أكن ارغب</p> <p>19-لكن تقبلتها في ذلك الوقت</p> <p>20-من اجل مساعدة أمي</p> <p>21-في المصاريف</p> <p>22-أحيانا أشعر بالندم</p> <p>23-تدهورت صحتي في هذا العمل</p>	<p>1-دخلت نخدم في 2005</p> <p>2-كنا نخدمو في ملحقة</p> <p>3-منبعد جابونا هنا</p> <p>4-قعدة حاكمة غير إعاقة ذهنية</p> <p>5-قاع لي نخدمه</p> <p>6-نكتبه في سجل النشاطات</p> <p>7-عندنا مهام بزاف نخدمهم معاهم</p> <p>8-كاين الاشغال اليدوية</p> <p>9-تمارين ادراك الاشكال</p> <p>10-ديت خبرة مع الوقت</p> <p>11-ولفت نخدم معاهم</p> <p>12-بدية جاتتصعبية</p> <p>13-بصح تأقلمت</p> <p>14-درت انغماسيو على المريبي</p> <p>15-وعيطولي نخدم</p> <p>16-كن حاسبة غادي نخدم في إدارة</p> <p>17-لقيت روحي نخدم مربية</p> <p>18-مرة لولا مبيغيتش</p> <p>19-بصح تقبلتها فداك الوقت</p> <p>20-باه نعاون ماما</p> <p>21-في مصروف</p> <p>22-خطراتش تجيني ندامة</p> <p>23-صحتي طاحت فدي خدمة</p>
--	--

24-الراتب لا يكفيني	24-خلصة متكفيش
25- والتعب كثيرا	25-ونعب بزاف
26- علاقتي مع زملائي جيدة	26-علاقتي مع زملائي مليحة
27- عندما أمرض	27-كي نمرض
28- أحيانا يعملون في مكاني	28-خطراتش يحكمو في بلاصتي
29- أحيانا يعطوني عمل ليس عملي	29-خطراتش يعطوني خدمة مش
30- أغضب	خدمتي
31- أنزعج كثيرا	30-تتارفا
32- أحيانا عندما أكون	31-ونديرونجا بزاف
33- مريضة	32-ديفو كي نكون
34- ومرهقة	33-مريضة
35- لا أعمل جيدا معهم	34-وعيانة
36- يأنبني ضميري أحيانا هكذا	35-منخدمش معاهم غاية
37- لدي والدان	36-يأنبني ضميري خطراتش هكا
38- زوجي يقف بجانبني يدعمني	37-عندي زوج ولاد
39- ويسمح لي بالعمل	38-زوجي واقف معايا يدعمني
40- لا يوجد لدي إخوة	39-ومخليني نخدم
41- يوجد من الاب	40-خاوتي معنديش
42- لكن لا أعرفهم	41-كاين لي من اب
43- لم أرهم أبدا	42-بصح منعرفهمش
44- أمي وأبي انفصلا	43-وجامي شايفتهم
45- عندما كان عمري 20 سنة	44-ماما وبابا طلقو
46- ابي أعاد الزواج	45-كي كان عمري 20عام
47- ولم أره مجددا	46-اب عاود زواج
48- أعيش مع امي فقط	47-ومزدنش شفته
49- تعمل منظفة	48-عايشة مع ماما برك
50- وانا عملت مربية	49-تخدم فوندوميناج
51- من اجل مساعدتها	50-وانا دخلت مربية
52- ابي توفي	51-باه نعاونها

52- اب تاعي توفى	53- لكن لم اذهب لجنارته
53- بصح مروحتش لجنارته	54- لأنه تخلى عني
54- لخطرش سمح فيا	55- ولم يبحث عني مجددا
55- ومزادش حوس عليا	56- أحب أمي
56- نبغي امي	57- تعبت من أجلي
57- تعبت عليا	52- يوجد أشياء حققتها
58- كاين صوالح حققتهم	59- ويوجد التي لم أحققها
59- وكاين لي محققتهمش	60- لكني أسعى لتحقيقها
60- بصح راني نحاول نحققهم	61- أحيانا اتوتر
61- خطراتش نتقلق	62- عندما يحدث لي موقف سيء
62- كي يصرالي موقف كي ولو	63- أصل إلى حد البكاء
63- نوصل حتى نبكي	64- أحيانا أتكلم
64- خطراتش نهدر	65- أحيانا اغضب
65- خطراتش نتتارفا	66- يوجد أشياء تغيرت فيّ
66- كاين صوالح تبدلو فيا	67- مثلا لا أدخل نفسي
67- مثلا مندخلش روحي	68- في أمور غيري
68- في صوالح غيري	69- عندما أرى شيء في العمل
69- كي نشوف حاجة فخدمة	70- أصمت
70- نسكت	71- في 2019
71- في 2019	72- عندما معاينة
72- مين فوت	73- وجدت أنني اعاني من الغدة الدرقية
73- لقيت فيا قواتر	74- وضغط الدم
74- لا طاسيو	75- تألمت عندما علمت
75- نضريت كي عرفت	76- لكن تقبلته
76- بصح تقبلتو	77- وانا أتابع عند طبيبي
77- وراني نتبع فطبيبي	78- والحمد لله
78- والحمد لله	79- أي شيء أربطه بالله
79- أي حاجة نربطها بالله	80- أحيانا أغضب على الأطفال
80- خطراتش نتقلق على ذراري	81- ثم اتحكم في نفسي

81-منبعد راجع روحي	82-اعمل أحاول تقديم كل ما أملك
82-نخدم نحاول نعطي واش عندي	83-الأطفال يشعرون بالراحة معي بسرعة
83-الأطفال تم تميريجولي	84- أي شيء يعطيه الله لك
84-أي حاجة يعطيهالك ربي	85- فيه خيرا
85-فيها خير	86- انا أعمل من أجل نفسي
86-راني نخدم على روحي	87-من اجل الا أغضب
87-باه نولي منزقيش	

4. مقياس المرونة النفسية:

أبدا	نادرا	احيانا	كثيرا	دائما	البنود
					1- أبحث عن حل لمواجهة الموقف
					2- لا اترك المشكل يؤثر على باقي نواحي حياتي.
					3- قادر على التأثير في مسار سير الأمور.
					4- أحول المشكل إلى تحدي.
					5- أصر على حل المشكل.
					6- أومن أنني قادر على تحسين الأمور.
					7- أشك في تجاوز المشكل.

					8- أوصل مشوار حياتي رغم وجود الحواجز.
					9- أشعر بالعجز أمام الصعوبات.
					10- التزم في حل المشكل.
					11- أعتبر المشكل فرصة للتقدم نحو الامام.
					12- أعتقد أنني أتحكم بما يحدث.
					13- أرى الحاجز بنظرة إيجابية.
					14- أتحكم في سير الأمور.
					15- أعتقد أنني لدي إستعدادات تمكنني من التغلب على المشكل.
					16- النظر في الناحية الإيجابية الناتجة عن حل المشكل.
					17- النظر إلى النتائج الإيجابية الناتجة عن حل المشكل.
					18- النظر إلى نفسي كقادر على حل المشكل ولا كعاجزة على حله.
					19- أعود من جديد باستعداد أكثر.

					20- الخروج من المشكل بقوة.
					21- تطوير إستعدادات جديدة.
					22- القدرة على مواجهة صعوبات جديدة.
					23- تطوير معارف جديدة.

6. مقياس الفاعلية الذاتية المدركة:

لا ينطبق ابدا	ينطبق احيانا	ينطبق غالبا	ينطبق دائما	العبرة	
				سأنجح في حل المشكلات الصعبة إذا ما بذلت جهدا كافيا.	01
				أستطيع التعامل مع الظروف مهما يحدث لي.	02
				أعتمد على نفسي في حل كل ما يواجهني من مشكلات.	03
				أجد متعة في حل مشكلة يصعب على الآخرين حلها.	04
				أحاول الالمام بجوانب أية مشكلة قبل البدء بحلها.	05
				أستطيع إنجاز أي عمل مهما كانت العقبات.	06
				أجد نفسي غير قادر على إيجاد الوسائل المناسبة لتحقيق هدفي.	07

				ليس من السهل عليّ تحقيق اهدافي.	08
				أضع لِنفسي أهدافا بعيدة المدى وأسعى لتحقيقها.	09
				أحقق أهدافي بعد عدة محاولات.	10
				أشعر أن الفرص غير متوفرة لكي أحقق أهدافي في الحياة.	11
				أثق بقدراتي وإمكاناتي لتحقيق أهدافي.	12
				أنا على يقين أنني أستطيع تنفيذ خطة وضعتها لِنفسي.	13
				لدي القدرة على تخطيط وتنظيم تفاصيل ما أقوم به من أعمال.	14
				لا أحب المواقف التي فيها قدرا كبيرا من التحدي.	15
				أحرص على منح الثقة لزملائي في العمل.	16
				يسهل على زملائي حل كثير من المشكلات التي يصعب عليّ حلها.	17
				أشعر أنني غير قادر على منافسة زملائي.	18
				أسعى على التعاون مع زملائي والعمل معهم بروح الفريق.	19
				ثقة زملائي في مهاراتي هي التي تدعوهم إلى اللجوء إليّ لحل مشكلاتهم.	20

				لا اشعر بالقبول والتقدير من زملائي في العمل.	21
				أستطيع إقناع الآخرين حتى لو خالفوني الرأي.	22
				أبني أحكامي على ما اقتنع به من أدلة في المشكلات التي تواجهني في العمل.	23
				لا أستطيع المحافظة على اتزاني في المواقف الصعبة.	24
				أثق بقدراتي في مساعدة الآخرين عندما تواجههم مشكلة.	25
				لدي القدرة على التعامل مع أحداث الحياة غير المتوقعة.	26
				أعتقد بأنني غير قادر على معالجة المشكلات الصعبة بشكل مناسب حتى لو كانت مفاجئة لي.	27
				أتمتع بالتفكير الإيجابي حول كل شيء من حولي.	28
				يمكنني التفكير بطريقة عملية عندما أجدني في مأزق ما.	29
				لا أستطيع ضبط انفعالاتي إذا استثارني أحد ما.	30
				تقل قدرتي على التركيز أثناء شعوري بالانفعالات السلبية.	31
				أعرف كيفية التعامل مع المواقف الجديدة والطارئة التي تواجهني.	32

				33	اتعامل مع الصعوبات بهدهوء ، لأنني أستطيع دائما الاعتماد على قدراتي الذاتية.
				34	يصعب عليّ النجاح في الفعاليات الوظيفية التي أؤديها بمفردي.
				35	أنجز واجباتي الوظيفية بعد جهد وعناء .
				36	أعتقد بأنني أمتلك عزيمة وإرادة قويتين.
				37	أستطيع تحقيق النجاح في معظم المهام التي أركز تفكيري فيها.
				38	أحرص على العمل بحيوية ونشاط فيما أقوم به من اعمال،
				39	أشعر ان الأشياء لا تستحق الجهد الذي أبذله من أجلها.
				40	أكمل العمل الذي أقوم به حتى لو كان غير ممتع.
				41	أستطيع أداء الواجبات التي أكلف بها من قبل المدير بكفاءة مقارنة بالموظفين الاخرين.
				42	أمتلك أفكارا متنوعة حول كيفية التعامل مع المشكلات التي تواجهني.
				43	أجد في الفشل دافعا للإنجاز والعمل بشكل أفضل.

				أمتلك بعض المهارات الاجتماعية التي تساعدني في التعامل مع الآخرين.	44
				أستطيع التركيز في العمل الذي أقوم به مهما كانت الظروف المشتتة.	45
				أسعى لخذ المكانة المرموقة التي تناسبني في المجتمع.	46
				أثق في قدرتي على تحمل الكثير من المسؤوليات.	47
				أجد صعوبة في التغلب على مشاعر الحزن التي تواجهني.	48
				أعاني من سيطرة مشاعر الإحباط عندما أخفق في عمل ما.	49
				أصاب بالإحباط عندما امر بظروف صحية صعبة.	50
				بإمكاني تحقيق الإنجاز الوظيفي في مجال عملي بالتدريب المستمر.	51
				أستطيع الاستمرار في القيام بعمل ما مهما واجهت من الصعوبات.	52
				أعتمد على زملائي في اتخاذ القرارات المهمة في العمل.	53
				أبتعد عن تعلم الأشياء الجديدة في مجال علمي.	54

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم-
كلية العلوم الاجتماعية

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية
لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

الطالب(ة): بها هبارك رويديسة أمال رقم التسجيل الجامعي: 202037030429
الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم 11002006402875007 والصادرة بتاريخ: 2024... 12... 20
عن المجيد بن باديس مستغانم

المسجل بكلية العلوم الاجتماعية / قسم اللغويات واللغويات
شعبة علم النفس / التخصص علم النفس العملي

والمكلف بإنجاز مذكرة ماستر بعنوان:

..... المرونة النفسية وعلاقتها بفاعلية الذات المدرسية لدى المدرسين
..... بالمركز النفسي البديع غوجية

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات العلمية والنزاهة الأكاديمية
المطلوبة في إنجاز البحث ، وأتحمل المسؤولية الشخصية عن كل المحتوى المتضمن في البحث المذكور أعلاه .

التاريخ: 2025... 06... 30

إمضاء المعني

