



(٧٧٠) (٧٥٣)

العدد الرابع

والثلاثون

عدد خاص بوقائع مؤتمر رياض الاطفال المؤسوم
بـ(الاتجاهات المستقبلية لإطفال ما قبل الدراسة)
قوة التحمل النفسي لدى معلمات رياض الأطفال

م.م. سحر مؤيد جبوري

وزارة التربية ، مديرية تربية الكرخ الأولى

lasafyalswdy@gmail.com

المستخلص

هدف البحث الحالي إلى التعرف على قوة التحمل النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، والتعرف على الفرق في قوة التحمل النفسي لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لمتغير سنوات الخدمة. وتكونت عينة البحث من (١٥٠) معلمة تم اختيارهن عشوائياً من (روضات مديرية تربية الكرخ الأولى) في محافظة بغداد ، وللتحقق من أهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس قوة التحمل النفسي ، والذي يتكون من (٢٥) فقرة بصيغتها النهائية وقد وضعت الدرجات لكل فقرة موزعة على بدائل المقياس (بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة، بدرجة ضعيفة، بدرجة ضعيفة جداً)، وحددت لها الاوزان على التوالي (٥ - ٤ - ٣ - ٢ - ١) للفقرات، وتم اعتماد الخصائص السايكومترية للمقياس من صدق وثبات، وتوصل البحث إلى النتائج الآتية:

- إن معلمات رياض الأطفال في مديرية الكرخ الأولى لديهن قوة تحمل نفسي في سلوكهن من وجهه نظرهن .

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) تُعزى لمتغير سنوات الخدمة ممن لديهن خدمة (من ١ سنة - فأكثر) في سلوك قوة التحمل النفسي لدى معلمات رياض الأطفال . واستكمالاً للبحث الحالي فقد أوصت الباحثة بمجموعة من التوصيات والمقترحات .

الكلمات المفتاحية : قوة التحمل النفسي ، معلمات رياض الأطفال.

Psychological resilience of Kindergarten teachers

Assis.Lec.Sahar Muayyad jabouri

Ministry of Education/First Karkh Education Directorate

lasafyalswdy@gmail.com



Abstract

The present study aimed to identify the level of psychological endurance among kindergarten teachers, as well as to examine the differences in psychological endurance according to years of service. The study sample consisted of 150 teachers who were randomly selected from the Al-Karkh First Directorate kindergartens in Baghdad. To achieve the study objectives, the researcher constructed a Psychological Endurance Scale, which in its final form included 25 items. Each item was distributed across the response alternatives (very strong, strong, moderate, weak, very weak), and assigned scores of (5-4-3-2-1), respectively. The psychometric properties of the scale—validity and reliability—were verified.

الفصل الاول : التعريف بالبحث

مشكلة البحث :

يُعدّ العمل في مهنة التعليم بمرحلة رياض الأطفال من أصعب المهن وأكثرها حساسية، إذ يتطلب من المعلمة أن تكون قادرة على تحمل ضغوط نفسية ومهنية متعددة، فهي تتعامل مع أطفال في مرحلة عمرية حرجة تتميز بكثرة الحركة وارتفاع مستوى الاحتياجات الانفعالية، كما تواجه في الوقت ذاته مسؤوليات تربوية وتعليمية تتعلق بتشكيل شخصية الطفل وغرس القيم والمهارات الأولية لديه. هذا الواقع يفرض على معلمات رياض الأطفال ضغوطاً متزايدة، تتنوع بين ضغوط مهنية ناتجة عن طبيعة العمل، وضغوط اجتماعية مرتبطة بتوقعات أولياء الأمور، وضغوط إدارية ناشئة عن متطلبات الإدارة المدرسية، فضلاً عن الضغوط الأسرية التي قد ترافق حياتهن الشخصية.

(Michael, 2004, p ٦٤)

وتتطلب مواجهة هذه التحديات امتلاك مستوى عالٍ من قوة التحمل النفسي، التي تُعد من أهم المتغيرات النفسية المرتبطة بالقدرة على ضبط الانفعالات، والتكيف مع المواقف الصعبة، ومقاومة الضغوط، والمحافظة على الصحة النفسية. فضعف قوة التحمل النفسي لدى المعلمة قد ينعكس سلباً على قدرتها على أداء مهامها التعليمية والتربوية بكفاءة، وقد يؤدي إلى انخفاض الدافعية، أو ظهور أعراض التوتر والإجهاد النفسي، مما يضعف من جودة الرعاية المقدمة للأطفال في هذه المرحلة الحساسة من النمو. (الهلول، ٢٠٠٧: ١١٦).



وعلى الرغم من الأهمية البالغة لموضوع قوة التحمل النفسي، فإن الدراسات المحلية والعربية التي تناولت هذا المتغير لدى معلمات رياض الأطفال ما تزال محدودة، الأمر الذي يجعل من الضروري الكشف عن مستوى قوة التحمل النفسي لديهن، والعوامل التي قد تؤثر فيه مثل العمر، والخبرة التربوية، والمستوى التعليمي، والدعم الاجتماعي. كما أن فهم طبيعة العلاقة بين قوة التحمل النفسي وأداء المعلمات يمكن أن يساهم في وضع برامج إرشادية وتدريبية تهدف إلى تعزيز قدراتهن الانفعالية والنفسية. (مصطفى وآخرون ٢٠٠٥: ٣٢٤).

ومن هنا تتحدد مشكلة البحث في التساؤل الرئيس الآتي:

ما مستوى قوة التحمل النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، وما أبرز العوامل التي تؤثر فيه؟

وعليه يمكن أن تلخص مشكلة البحث الحالي بالتساؤل الآتي:

هل توجد قوة التحمل النفسي لدى معلمات رياض الأطفال ؟

أهمية البحث Importance Research:

تكمن أهمية هذا البحث في أنه يتناول جانباً نفسياً مهماً وحيوياً يتعلق بمعلمات رياض الأطفال، إذ إن قوة التحمل النفسي تمثل عاملاً أساسياً في مواجهة الضغوط المهنية والانفعالية التي تتعرض لها المعلمة نتيجة طبيعة عملها مع الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة، وهي مرحلة تتطلب جهداً مضاعفاً وصبراً وقدرة على ضبط الانفعالات والتكيف مع المواقف التربوية المتجددة. (طه، ١٩٨٠: ٥٧).

وتبرز أهمية النظرية للبحث من خلال إسهامها في إثراء الأدبيات والدراسات النفسية والتربوية المحلية والعربية، وذلك بإبراز مفهوم قوة التحمل النفسي وأبعاده، والكشف عن مستوى توافره لدى معلمات رياض الأطفال والعوامل المرتبطة به، مما يشكل إضافة علمية يمكن للباحثين الانطلاق منها في دراسات لاحقة تتناول متغيرات أخرى ذات صلة مثل الذكاء الانفعالي والصلابة النفسية واستراتيجيات مواجهة الضغوط. (أسعد، ١٩٧٣: ٣٩)

أما الأهمية التطبيقية للبحث فتتمثل في إمكانية الاستفادة من نتائجه في بناء برامج إرشادية وتدريبية موجهة للمعلمات بهدف تعزيز قدراتهن النفسية وتمكينهن من مواجهة ضغوط العمل والتكيف مع تحدياته، إضافة إلى تقديم توصيات عملية يمكن للإدارات التربوية وصانعي القرار الاسترشاد بها عند وضع السياسات التعليمية والتربوية المتعلقة بمرحلة رياض الأطفال، فضلاً عن إسهام البحث في توعية أولياء الأمور بأهمية دعم المعلمة نفسياً ومعنوياً بما ينعكس إيجاباً على جودة الرعاية والتعليم



المقدمة للأطفال، ومن ثم فإن هذا البحث يجمع بين البعد العلمي والبعد التطبيقي بما يضمن تقديم إضافة معرفية وميدانية تخدم المجتمع التربوي بشكل مباشر. (Kobasa,1979,p:3).

أهداف البحث : يستهدف البحث تعرف:

- ١- قوة التحمل النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
- ٢- دلالة الفرق في قوة التحمل النفسي وفقاً لمتغير الخدمة (من أقل من سنة -٥) (١١- فأكثر) (١٠ سنوات)

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بمعلمات رياض الأطفال في مديرية تربية محافظة بغداد/الكرخ الأولى للعام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥م

تحديد المصطلحات:

قوة التحمل النفسي وقد عرفه كل من :

- أفريل (Averill ١٩٧٣): سمة الأشخاص الأقوياء الأصحاء الذين يتميزون بقدرة عالية على التحمل على الرغم من تعرضهم للعديد من الضغوط ويتمتعون بخصائص نفسية وعقلية وجسدية إيجابية " (Averill, 1973: p301)

- كوباسا (Kobasa: ١٩٧٩) عندما يخبر الفرد درجة عالية من السيطرة دون إصابة الفرد بأمراض نفسية أو جسدية ويمتلك بنية شخصية قوية تتمثل بدرجة عالية من التحكم والالتزام والتحدى) مما يشير إلى أنه يشمل ثلاثة مجالات للسيطرة والالتزام والتحدى). (كوباسا ، ١٩٧٩ ، ص: ٣).

- بتروفسكي (١٩٨٧): غياب أو ضعف الاستجابة العاطفية لأي عامل غير مرغوب فيه بسبب وعي الفرد أو تقييمه للموقف

التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف كوباسا (١٩٧٩) .

التعريف الإجرائي:- هي الدرجة التي تحصل عليها المعلمات على مقياس قوة التحمل النفسي الذي تبنته الباحثة لأغراض بحثها.

الفصل الثاني

إطار نظري ودراسات سابقة

قوة التحمل النفسي :



يهتم الباحثون في علم النفس والاجتماع بدراسة الفرد في المجتمعات المعاصرة، لما له من دور أساسي في عملية البناء والتطور الاجتماعي. ومع تزايد الضغوط اليومية التي قد تقضي إلى اضطرابات نفسية حادة كالقلق والاكتئاب، برزت الحاجة إلى التعمق في مفهوم الصلابة النفسية والعوامل التي تؤثر فيها سواء بصورة إيجابية أم سلبية. وقد أصبح هذا المجال من أبرز اهتمامات الدراسات النفسية والتنموية، إذ يسعى المختصون إلى تعزيز القوة النفسية للفرد بما يمكنه من رفع مستوى إنتاجيته وتحقيق طموحاته الشخصية والاجتماعية. وتسهم متانة الفرد النفسية في إكسابه قدرة أفضل على إدارة مواقف الحياة المعقدة والتعامل مع الأزمات بوعي واتزان، مما يجعله أكثر فاعلية في بيئته الاجتماعية. وبقدر ما تتنامى طاقة الفرد على التحمل والمثابرة، بقدر ما يصبح قادراً على مواجهة التحديات ومقاومة الضغوط والتعافي من الصدمات. ومن هذا المنطلق يمكن النظر إلى قوة التحمل بوصفها القدرة على الاستمرار في النشاط والعمل لفترة ممتدة مع المحافظة على التوازن الداخلي). (الأسدي، ٢٠١١: ٣٢-٣٥)

تُعرف قوة التحمل النفسي بأنها مقدرة الفرد على مواجهة الضغوط الشديدة دون أن تنعكس عليه بآثار بدنية أو نفسية سلبية. وتختلف هذه المقدرة من شخص إلى آخر تبعاً لمجموعة من العوامل المرتبطة بالسمات الشخصية للفرد. ومن أبرز هذه العوامل: القدرة على ضبط النفس، واختيار الحلول الأنسب عند مواجهة المشكلات، والثقة بامتلاك مهارات التعامل مع المواقف الضاغطة، وعدم الانقياد للاستسلام. كما يسهم وجود سمة الالتزام وروح التحدي في ترسيخ استعداد الفرد لمواجهة العقبات وتحقيق الأهداف، فضلاً عن تنمية قدرته على تقبل الإحباط الناتج عن الإخفاقات وتجاوزها بمرونة. (العكيلي، ٢٠٠٠: ١٣٢)

طرائق زيادة قوة التحمل النفسي

١- تنمية الصبر والثقة بالذات

يُعد تدريب الفرد على ضبط النفس والتحكم بالصبر أحد أهم السبل لزيادة قدرته على التحمل. ويتحقق ذلك من خلال تجاوز المواقف البسيطة التي قد تستفز الانفعالات، والتسامي عنها بروح من الحكمة والشجاعة. ومع تراكم الخبرات والنجاحات في هذا الجانب، تتعزز مرونة الفرد في مواجهة السلوكيات المزعجة الصادرة من الآخرين، بحيث لا تعود قادرة على إثارة غضبه بسهولة. ويرتبط هذا التوجه بالتمسك بالقيم الأخلاقية النبيلة وجعلها أساساً للتعامل مع مختلف الفئات، سواء داخل نطاق الأسرة أو مع الزملاء أو في إطار المجتمع الأوسع. (دسوقي، ١٩٨٨: ١٨٧)



٢- الواقعية في مواجهة التحديات

تُعد النظرة الواقعية من المرتكزات الأساسية لتقوية التحمل النفسي، إذ إن المبالغة في رسم تصورات مستقبلية مثالية قد تؤدي إلى الإحباط عند الاصطدام بعقبات غير متوقعة. أما حين يقيم الفرد إمكانياته الذاتية بموضوعية ويعمل على تطويرها تدريجياً، فإنه يكون أكثر قدرة على تحقيق أهداف عملية قابلة للتحقق بعيداً عن المبالغة. كما أن تقبّل الفشل كجزء من مسار المحاولة والتعلم يعزز الاستمرارية في السعي، ويمنع من الوقوع في فخ اليأس أو التوقف عن التقدم. (النضال، ٢٠١٧: ٢٢)

١- نظرية التحليل النفسي (فرويد ١٨٥٦-١٩٣٩)

انبثق منهج التحليل النفسي مطلع القرن العشرين على يد فرويد، الذي حاول تفسير البنية النفسية للفرد وآليات تفاعله مع محيطه. وقد تناول مفهوم قوة التحمل النفسي من خلال طرحه لبنية الشخصية المكوّنة من الهو (Id)، والأنا (Ego)، والأنا الأعلى (Superego). فالأنا - بحسب فرويد - هي جهاز الضبط الإرادي الذي ينشأ مع نمو الطفل لتمكينه من التكيف مع بيئته، إذ تتحكم في السلوك واختيار الاستجابات الملائمة. وكلما ازدادت قوة الأنا وتمكنت من أداء وظائفها بفاعلية، انعكس ذلك في قدرة الفرد على مواجهة الضغوط بوعي واتزان، ومن ثم تعزيز طاقته على التحمل النفسي. أما الأنا الأعلى فتتمثل الضمير والمعايير الأخلاقية المستمدة من الوالدين والمجتمع، بينما الهو يمثل الحاجات الغريزية. وتفاعل هذه المكونات الثلاثة هو ما يحدد مدى صلابة الفرد النفسية وقدرته على مواجهة التحديات. (دسوقي، ١٩٨٨: ٦).

٢- نظرية كارل جوستاف يونج (١٨٧٥-١٩٦١)

أسس يونج ما يُعرف بعلم النفس التحليلي، وكان يرى أن الإنسان بطبيعته يتجه نحو النمو والتطور المستمر، وهو ما أطلق عليه مصطلح "التحقيق الفائق". ووفقاً لرؤيته، فإن الأفراد ذوي القدرة العالية على التحمل النفسي يتسمون بالسعي نحو التحسن الدائم، والتوسع في الخبرات، والتغيير نحو الأفضل. كما أن التعاون بين الأفراد يعد من أهم عوامل تعزيز الصلابة النفسية، حيث يرفع الروح المعنوية ويضاعف الكفاءة والطاقة والعزيمة في مواجهة الظروف الضاغطة. وبذلك فإن التوجه نحو المستقبل، والمشاركة الفعالة، والتعاون الجماعي، تعد مرتكزات أساسية في بناء قوة التحمل النفسي لدى الفرد. (دسوقي، ١٩٦٩: ٣٦٩؛ شولتز، ١٩٨٣: ١٦٥)

٣- نظرية ألفريد أدلر (١٨٧٠-١٩٣٣)



ركز أدلر في نظريته على مفهوم "السعي نحو التفوق"، باعتباره الدافع الأساسي الذي يوجه سلوك الإنسان. فهو يرى أن الفرد تحركه تطلعاته المستقبلية أكثر مما تؤثر فيه خبراته الماضية، وأن الأهداف التي يضعها لنفسه تشكل القوة الدافعة لمشاعره وسلوكياته الحالية. ومن هذا المنطلق، فإن قوة التحمل النفسي تتبع من قدرة الفرد على وضع أهداف واضحة والسعي لتحقيقها، مما يمنحه دافعاً لتجاوز العقبات ومواجهة الإحباطات بروح إيجابية. (العكيلي، ٢٠٠٠: ٤٣)

٤- نظرية كوباسا (١٩٧٩)

قدّمت كوباسا إطاراً تجريبياً لدراسة العلاقة بين الضغوط النفسية والقدرة على الصمود أمامها، مستندة إلى أفكار عدد من العلماء مثل ماسلو، وروجرز، وفرانكل. وقد افترضت أن مواجهة الأحداث الحياتية الصعبة أمر لا مفر منه، بل إنه يشكل عاملاً ضرورياً لنمو الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي. ومن خلال سلسلة من الدراسات (١٩٧٩، ١٩٨٢، ١٩٨٣، ١٩٨٥) توصلت كوباسا إلى أن المصادر النفسية والاجتماعية للفرد تقوى من خلال التعرض للتحديات، وأن الصلابة النفسية تتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية هي:

- الالتزام: شعور الفرد بالارتباط والمشاركة في مجريات الحياة.
 - السيطرة: اعتقاد الفرد بقدرته على التأثير في الأحداث وإدارتها.
 - التحدي: النظر إلى التغيرات والصعوبات باعتبارها فرصاً للتطور والنمو.
- وأطلقت كوباسا على هذه الأبعاد مجتمعة مصطلح "الجرأة" أو "الصلابة النفسية"، ورأت أنها تمثل الحاجز الذي يحمي الفرد من الآثار السلبية للضغوط النفسية والجسمية. وتُعد هذه النظرية من أبرز المداخل التي فسرت قوة التحمل النفسي وربطتها بالصحة العامة للفرد. (الدبور، ٢٠٠٧: ٣٢)

- الدراسات السابقة التي تناولت قو التحمل النفسي:

١- دراسة (عمار وأحمد ، ٢٠٢١)

"قوة التحمل النفسي وعلاقتها بكل من التنظيم الانفعالي والضغوط الأكاديمية لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة الإسكندرية"

هدف البحث الحالي إلى التعرف على العلاقة بين قوة التحمل النفسي وكل من التنظيم الانفعالي والضغوط الأكاديمية لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة الإسكندرية ، وتكونت العينة الأساسية للبحث من (١٢١) طالبا وطالبة من طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة الإسكندرية بمدى عمر زمني من (٢٢-٣٤) سنة ، من الذكور (١٢)، والإناث (١٠٩)



، والملحقين ببرامج الدبلوم المهنية ، الدبلوم الخاص ، الماجستير ، الدكتوراة ، وتمثلت أدوات البحث في مقياس قوة التحمل النفسي ، مقياس التنظيم الانفعالي ، مقياس الضغوط الأكاديمية ، وجميعها (من إعداد الباحثين) ، وتوصل البحث إلى عدد من النتائج ومنها وجود علاقة دالة إحصائياً بين قوة التحمل النفسي والتنظيم الانفعالي والضغوط الأكاديمية لدى عينة البحث ، وجود فروق دالة إحصائياً في قوة التحمل النفسي لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لاختلاف النوع (ذكر/ أنثى) لصالح الإناث ، لا توجد فروق دالة إحصائياً في قوة التحمل النفسي والتنظيم الانفعالي والضغوط الأكاديمية لدى عينة البحث تبعاً لاختلاف الحالة الاجتماعية (متزوج/ غير متزوج) وتبعاً لاختلاف العمل (يعمل/ لا يعمل) ، توجد فروق دالة إحصائياً في قوة التحمل النفسي لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لاختلاف الدرجة العلمية ، تسهم أبعاد كلا من التنظيم الانفعالي و الضغوط الأكاديمية كمتغيرات مستقلة في التنبؤ بقوة التحمل النفسي كمتغير تابع لدى عينة البحث.

٢- دراسة (الحلو ، ١٩٩٥)

"قوة تحمل الشخصية وأساليب التعامل مع ضغوط الحياة "

استهدفت هذه الدراسة التعرف على الاساليب التي يستخدمها ذوي قوة التحمل النفسي العالي والواطي في تعاملهم مع الاحداث التي يتعرضون اليها ، والتعرف على الفروق بين الذكور والاناث في التحمل الشخصية ، استخدمت الباحثة مقياس (كوباسا) لعينة تتألف من (٤٠٠) طالب وطالبة ، أذ اعتمدت الباحثة في التحليل معامل ارتباط بيرسون ، الاختبار التائي ، تحليل التباين ، واطهرت النتائج أن الطلبة ذو التحمل العالي يلجؤون الى استخدام استراتيجيات التعامل المركز مع المشكلة التي بدورها تؤدي الى التوازن ، بينما يستخدم ذوي قوة التحمل الواطي استراتيجيات مركزة حول العواطف والتي تؤدي الى سوء التكيف وعدم التوازن ، واطهرت النتائج ايضا وجود فروق دالة لصالح الذكور في قوة التحمل النفسي .

الفصل الثالث

منهج البحث وإجراءاته

يتضمن الفصل الحالي الإجراءات المنهجية التي اتبعت لتحديد مجتمع البحث واختيار عينته وتحديد خصائصها، فضلا عن اعداد اداتي البحث، والمعالجة الإحصائية المستعملة لتحليل البيانات وصولا الى النتائج وعلى النحو الاتي:



منهجية البحث

لأغراض هذا البحث يعتمد البحث الحالي على منهج البحث الوصفي التحليلي، الذي يعتمد على استقصاء وجمع الحقائق والمعلومات والبيانات وتحليلها للوصول إلى تعميمات مقبولة. (بدر، ١٩٧٩: ٢٢٢).

مجتمع البحث

هو المجموعة الكلية ذات العناصر التي يسعى الباحث إلى تعميم النتائج عليها (عودة وملكاوي، ١٩٩٨: ١٥٩) يتكون مجتمع البحث الحالي من (٣١٤) معلمة رياض أطفال في مديرية تربية الكرخ الأولى .

عينة البحث

العينة هي الجزء الذي يتم اختياره من المجتمع الأصلي ليكون ممثلاً له، وتُجرى عليه الدراسة وفق معايير محددة تضمن تمثيله للمجتمع بصورة دقيقة وشاملة (البياتي وأثناسيوس، ١٩٧٧: ٢٣٥). وفي هذا البحث، تم اختيار عينة مكونة من (١٥٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال العاملات ضمن مديرية تربية الكرخ الأولى، وذلك لتمثيل المجتمع الأصلي موضوع الدراسة بصورة ملائمة.

أداة البحث

اعتمدت الباحثة في إعداد أداة قياس قوة التحمل النفسي على مراجعة عدد كبير من الأدبيات والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث، الأمر الذي مكّنها من تحديد المؤشرات الأساسية المرتبطة بالمتغير المدروس. وبناءً على ذلك، قامت بتصميم أداة خاصة لقياس قوة التحمل النفسي لدى عينة البحث.

إجراءات بناء الاستبانة:

إن طبيعة البحث والأهداف التي يسعى إلى تحقيقها هي العامل الرئيس في تحديد نوع الأداة المستخدمة، إذ إن لكل دراسة أداة تتناسب مع موضوعها وإطارها العام. وتُعد الاستبانة من الأدوات الأكثر شيوعاً في البحوث التربوية والنفسية، كونها تساعد على جمع البيانات بصورة منظمة وتسهّل عملية الترميز والتحليل الإحصائي للنتائج، فضلاً عن دورها في ترتيب وتصنيف المعلومات بما يخدم أهداف الدراسة. (جابر وخيري، ١٩٨٣: ٢٤٣).

وصف وتصحيح الأداة:



تمثل مقياس قوة التحمل النفسي في (٢٥) فقرة تخص قوة التحمل النفسي لدى معلمات رياض أطفال ويكون مقياسها خماسي في الإجابة هي بدرجة كبيرة جدا ، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة ، بدرجة ضعيفة، بدرجة ضعيفة جدا (وتصحح بدرجات التالية (٥، ٤، ٣، ٢، ١) . كما موضح في ملحق (٢)

الصدق الظاهري

اعتمدت الباحثة اختبار **الصدق الظاهري** لتقييم أداة البحث، حيث يشير هذا النوع من الصدق إلى وضوح كل فقرة من فقرات الأداة من حيث المعنى والصياغة والتصميم المنطقي، ومدى تغطيتها للمجالات الأساسية المرتبطة بالظاهرة محل الدراسة. ويعكس الصدق الظاهري مدى قدرة الأداة على قياس الخاصية التي صممت لقياسها فعلياً (جابر وخيري، ١٩٨٣: ٢٧) لتحقيق الصدق الظاهري، قامت الباحثة بعرض النسخة الأولية لأداة قياس قوة التحمل النفسي على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجالي التربية وعلم النفس، وعددهم (١٠) محكمين، وطلبت منهم تقديم تقييمهم للفقرات من حيث وضوح الصياغة ومدى ملاءمتها لقياس الظاهرة، إضافةً إلى إمكانية اقتراح تعديل أو حذف الفقرات عند الحاجة.

ثم جرى تحليل آراء المحكمين باستخدام النسبة المئوية، واعتمدت الباحثة نسبة 80% كحد أدنى لقبول أي فقرة ضمن الأداة. وأظهرت النتائج أن جميع فقرات أداة البحث حصلت على موافقة المحكمين بنسبة تتراوح بين 83% و 100%، مما يدل على صيانة الصدق الظاهري للأداة وجاهزيتها للاستخدام في الدراسة.

ثبات الاداة

يشير الثبات إلى الدقة والاتساق في الأداء، ويمثل الاستقرار في النتائج عند تكرار التطبيق على نفس المجموعة. ويعني الثبات أن الأداة تمنح النتائج نفسها إذا أعيد تطبيقها في ظروف مماثلة، وهو أحد المؤشرات الأساسية لموثوقية الأداة البحثية (الإمام وآخرون، ١٩٩٠: ١٤٥). ويتحقق الثبات من خلال مؤشرين رئيسيين:

١. التجانس الخارجي (الاستقرار عبر الزمن): ويقاس من خلال طريقة إعادة الاختبار، حيث يُطبق المقياس نفسه على نفس العينة بفاصل زمني محدد، ثم يُقارن بين النتائج لتحديد معامل الاستقرار. وفقاً لأحمد (١٩٨١: ٢٤٢)، طبقت الباحثة مقياس قوة التحمل النفسي على عينة ثبات مكونة من (٣٠) معلمة، ثم أعيد التطبيق بعد فاصل زمني قدره ١٥ يوماً، استناداً إلى توصية آدمز بأن الفترة



الزمنية لا تقل عن خمسة عشر يوماً لضمان دقة قياس الثبات (آدمز، ١٩٩٤: ٨). بعد ذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين، وبلغ معامل الثبات 0.87، وهي قيمة مرتفعة تدل على اتساق النتائج وقابلية الاعتماد عليها (عودة، ١٩٨٥: ٣٩١).

٢. التجانس الداخلي: ويقاس باستخدام معادلة ألفا-كرونباخ، التي تقيس مدى اتساق أداء الفرد عبر الفقرات المختلفة للمقياس، ومدى قدرتها على قياس نفس المتغير. وتعكس قيمة معامل ألفا-كرونباخ قوة العلاقة الإحصائية بين الفقرات، وكون المقياس متجانساً (ثورن، دايكوهيجن، ١٩٨٩: ٧٩). ولتحقيق ذلك، طبق الباحثة معادلة ألفا-كرونباخ على درجات أفراد عينة البحث في التطبيق الأول، وبلغت قيمة المعامل 0.90، وهي قيمة مرتفعة تدل على اتساق الفقرات وقوة الاعتماد على المقياس في قياس التحمل النفسي. وتعتبر هذه القيمة مقبولة إحصائياً ويمكن الركون إليها لأغراض الدراسة الحالية (عودة، ١٩٨٥: ٣٩١).

وبذلك، يظهر أن مقياس قوة التحمل النفسي يتمتع بدرجة عالية من الثبات الداخلي والخارجي، مما يضمن موثوقية النتائج التي ستتخلص من خلاله.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج البحث على وفق أهدافه فضلاً عن مناقشتها وتفسيرها. وسيتم استعراض ما ورد على النحو الآتي :

عرض النتائج :

الهدف الاول :

تحقيقاً للهدف الاول الذي يرمي الى التعرف على قوة التحمل النفسي لدى معلمات رياض الأطفال .

قامت الباحثة بقياس ذلك ، وتصحيح الاجابات وإعطائها درجة واعتمدت المتوسط النظري للأداة (المقياس) للحكم على المتوسط الحسابي لأفراد العينة وعلى النحو التالي:

بلغ متوسط درجات افراد العينة البالغ عددها (١٥٠) على مقياس قوة التحمل النفسي (١٠٠.٤٥٣) درجة ، وبانحراف معياري مقداره (١١.١٠٨) درجة وهو اكبر من المتوسط النظري للمقياس البالغ (٧٥) درجة ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسطين استعمل الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة ، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (٢٨.٠٦) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند



مستوى (٠.٠٥) وبدرجة حرية (١٤٩) وكما موضحة في الجدول (١). وعليه فإن الفرق بين المتوسطين ذو دلالة احصائية لصالح المتوسط الحقيقي للمقياس . وتشير هذه النتيجة الى ان معلمات رياض الأطفال في مديرية الكرخ الأولى لديهم قوة تحمل نفسي في سلوكهم من وجهه نظرهم .

جدول (١)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدرجات افراد العينة جميعاً على مقياس قوة التحمل النفسي وفقاً للدرجة الكلية

مستوى دلالة ٠.٠٥	القيمة التائية		درجة الحرية	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة	التحمل النفسي
	الجدولية	المحسوبة						
دالة	١.٩٦	٢٨.٠٦	١٤٩	٧٥	١١.١٠٨	١٠٠.٤٥٣	١٥٠	

الهدف الثاني :

تحقيقاً للهدف الثاني الذي يرمي الى التعرف على دلالة الفرق في قوة التحمل النفسي وفقاً لمتغير الخدمة (من أقل من سنة - ٥ سنوات) (٦-١٠ سنوات) (١١- فأكثر) لغرض التعرف على الفروق المعنوية بين المعلمات تبعاً لمتغير الخدمة (من أقل من سنة - ٥ سنوات) (٦-١٠ سنوات) (١١- فأكثر) في وجهة نظرهم في سلوك التحمل النفسي . للتحقق من هذا الاجراء قامت الباحثة باستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث تبعاً لمتغير مدة الخدمة وكانت كما موضحة في

جدول (٢)

الجدول (٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث تبعاً لمدة الخدمة

مدة الخدمة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أقل من سنة - ٥	٥٠	٩٧.٠٦٠	١١.٧٣٢
٦ سنوات - ١٠ سنوات	٥٣	١٠٠.٩٢٤	١٠.٠٦٨
١١ سنة - فأكثر	٤٧	١٠٣.٥٣١	١٠.٧٧٢



ولمعرفة دلالة الفروق الاحصائية بين هذه المتوسطات استعمل الباحث تحليل التباين الاحادي وكانت النتائج كما موضحة في الجدول (٣)

جدول (٣)

نتائج تحليل التباين الاحادي لدرجات عينة البحث تبعا لمدة الخدمة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية		مستوى دلالة . . . ٥
				المحسوبة	الجدولية	
بين المجموعات	١٠٣٢.٩٥٣٠٩	٢	٥١٦.٤٧٦٥٤٦	٤.٣٧٤	٣.٠٠	دالة
داخل المجموعات	١٧٣٥٤.٢٢٠٢٤٠	١٤٧	١١٨.٠٥٥٩٢٠			
الكلية	١٨٣٨٧.١٧٣٣٣٣	١٤٩				

تبين من خلال نتائج الجدول اعلاه ان القيمة الفائية المحسوبة البالغة (٤.٣٧٤) هي اكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٠٠)، عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجتي حرية (٢ - ١٤٩) وهذا يدل على انه يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين فئات مدة الخدمة ، ولمعرفة الفروق لصالح اي فئة استعملت الباحثة اختبار شيفية للعينات غير المتساوية وكانت النتائج كما موضحة في الجدول (٤) .

جدول (٤)

الوسط الحسابي والفرق بين الوسطين وقيمة شيفية المحسوبة والحرية

المقارنات	المتوسط الحسابي	الفرق بين الوسطين	قيمة شيفية	مستوى دلالة . . . ٥
أقل من سنة - ٥	٩٧.٠٦٠	٣.٨٦٤	٤.٦٠٩	غير دال
٦ سنوات - ١٠ سنوات	١٠٠.٩٢٤			
أقل من سنة - ٥	٩٧.٠٦٠	٦.٤٧١	٥.٣٢٢	دال لصالح



١١ سنة - فاكثر	١٠٣.٥٣١			١١ سنة - فاكثر
٦ سنوات - ١٠ سنوات	١٠٠.٩٢٤	٢.٦٠٧	٤.٦٠٩	غير دال
١١ سنة - فاكثر	١٠٣.٥٣١			

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن هناك مقارنة واحدة كانت ذات دلالة إحصائية هي بين مدة الخدمة (أقل من سنة - ٥) و (١١ سنة - فاكثر) وكان الفرق لصالح مدة الخدمة (١١ سنة - فاكثر) ، هذا يدل ان المعلمات التي لديهن خدمة اكثر لديهن قوة تحمل اكثر في عملهن كمعلمات رياض أطفال ؛ وذلك من خلال ما يمتلكن من مهارات وخبرات في عملهن تكونت من خلال الخدمة الوظيفية الطويلة.

الاستنتاجات:- في ضوء نتائج البحث تم التوصل للاستنتاجات الآتية:-

- ان معلمات رياض الأطفال في مديرية الكرخ الأولى لديهن تحمل نفسي في سلوكهن من وجهه نظرن .

- وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) تتعزى لمتغير سنوات الخدمة من هن لديهن خدمة (من ١١ سنة - فاكثر) في سلوك قوة التحمل النفسي لدى معلمات رياض الأطفال .

التوصيات :- في ضوء نتائج البحث، توصي الباحثة بالآتي:-

١. أوصي وزارة التربية في توفير كل المستلزمات والوسائل التعليمية لمعلمات رياض الأطفال في كل ما يحتاجون في عملهن .

٢. الزيادة في تقديم التعزيز لمعلمات رياض الأطفال من قبل المشرفين التربويين لان ذلك يزيد من الثقة بالنفس وبناء الشخصية للمعلمات .

المقترحات : استكمالاً لما توصل إليه البحث الحالي تقترح الباحثة ما يأتي :

١- اجراء دراسة مماثلة لمعلمات الصفوف الاولى ومقارنة نتائجها مع نتائج البحث الحالي.

٢- اجراء دراسة بعنوان ضغوط العمل وعلاقتها بالتحمل النفسي لمعلمات رياض الأطفال .

٣- اجراء دراسة بعنوان الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الأطفال .

المصادر

١. أحمد، محمد عبد السلام. (١٩٨١). القياس النفسي والتربوية. ط١، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.

٢. الاسدي ، محمد (٢٠١١) : دراسات في علم النفس ، ط١ ، دار اليمان للنشر ، بيروت



٣. بدر، أحمد. (١٩٧٩). أصول البحث العلمي، وكالة المطبوعات، الكويت.
٤. الإمام، مصطفى محمود، وعبد الرحمن، أنور حسين، والعجيلي صباح (١٩٩٠). القياس والتقويم، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد، العراق.
٥. البياتي، عبد الجبار توفيق، وأثناسيوس زكريا (١٩٩٧). الاحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس، جامعة بغداد، كلية التربية، ابن رشد، بغداد، العراق.
٦. ثورندايك، روبرت، وهيجن، اليزابيث (١٩٨٩). القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ترجمة عبد الله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس، مركز الكتاب الاردني، عمان
٧. جابر، عبد الحميد وكاظم، أحمد خيرى، (١٩٨٣)، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط١، الدار العربية للعلوم، ناشرون ش. م. ل، بيروت لبنان.
٨. عودة، أحمد سليمان. (١٩٨٥): القياس والتقويم في العملية التدريسية، دار الامل للنشر والتوزيع، الاردن.
٩. عودة، أحمد سليمان، وفتحي حسن ملكاوي (١٩٩٢). القياس والتقويم في العملية التدريسية، ط٢، المطبعة الوطنية، عمان، الأردن.
١٠. عمار، مروة محمود ، أحمد ،ايمان محمد عباس(٢٠٢١) قوة التحمل النفسي وعلاقتها بكل من التنظيم الانفعالي والضغط الأكاديمية لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة الإسكندرية" بحث منشور في مجلة كلية التربية ، جامعة الاسكندرية ، المجلد ٣١، العدد ٣.
١١. الحلو ، بثينة منصور (١٩٩٥) : قوة التحمل الشخصية وأساليب التعامل مع ضغوط الحياة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب – جامعة بغداد .
١٢. العكيلي، محمد عبدالله (٢٠٠٠). النظريات النفسية. دار النشر: دار الكتب العلمية، بيروت.
١٣. الهلول، احمد (٢٠٠٧). الضغوط النفسية. دار النشر: دار الكتب العلمية، بيروت.
١٤. دسوقي، محمد (١٩٨٨). نظرية التحليل النفسي. دار النشر: دار الكتب العلمية، بيروت.
١٥. طه، حسين (١٩٨٠). الضغوط في مجال العمل. مجلة العلوم الإدارية، مجلد ٥، ص. ٥٧-٧٠.
١٦. النضال ، حسين عدنان (٢٠١٧) : الشخصية الناقدة ، ط١ ، دار الامارة للنشر ، عمان .
١٧. مصطفى، محمود (٢٠٠٥). قوة التحمل النفسي. مجلة العلوم التربوية، مجلد ١٢، ص. ٣٣٥-٣٢٤.
١٨. دسوقي، محمد (١٩٦٩). نظرية الفريد أدلر. مجلة العلوم النفسية، مجلد ١، ص. ٣٦٩-٣٨٠.
١٩. بني يونس ، محمد (٢٠١٢) الضغوط النفسية في المجتمعات الحديثة ، دار الفكر العربية .
٢٠. شولتز، دوان (١٩٨٣) نظريات الشخصية ترجمة حمد دلي الكربولي وعبد الرحمن القيسي، مطابع التعليم العالي، بغداد .



٢١. الهادي ، العزة (١٩٩٩) نظريات الارشاد والعلاج النفسي ، دار العلم والثقافة للنشر والتوزيع ، عمان.

٢٢. الدبور، إسماعيل. (٢٠٠٧). _دراسة لبعض الآثار النفسية والاجتماعية والقيمية الناتجة عن تأخر صرف رواتب معلمي الحكومة مقارنة بمعلمي الوكالة_. مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)، عدد (٢)، ص: ١١٥٧-١١٨٩.

٢٣. صبحي ، السيد (١٩٩٤): الرؤية بعين آخرون ، ط٢: القاهرة.

٢٤. أسعد، محمد. (١٩٧٣). الأثر النفسي لأحداث الحياة كما يدركها المرضى السيکوسوماتيون. مجلة علم النفس ، عدد (٩) دار الفكر العربي.

25. Michael, S. (2004). _Stress and cognitive performance Journal of Cognitive Psychology, 64

26- Kobasa, S. C. (1979). _Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness_. Journal of Personality and Social Psychology, 37(1), 1-11.

27- Averill, J. R. (1973). _Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress_. _Psychological Bulletin, 80_ (4), 286-303.

ملحق (١)

مقياس قوة التحمل النفسي

الست الفاضلة المحترمة

تحية طيبة :

تروم الباحثة اجراء بحثها الموسوم بـ (قوة التحمل النفسي لدى معلمات رياض الأطفال) قامت الباحثة ببناء مقياس. (قوة التحمل النفسي)

- التحمل النفسي : "ويعرف بأنه : "سمة الأشخاص الأقوياء الأصحاء الذين يتميزون بقدرة عالية على التحمل على الرغم من تعرضهم للعديد من الضغوط ويتمتعون بخصائص نفسية وعقلية وجسدية إيجابية " .
ولتحقق هذا الغرض قامت الباحثة بأعداد مقياس التحمل النفسي ، المتكون من ٢٥ فقرة ، علماً أن بدائل الاجابة (بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة ، بدرجة ضعيفة ، بدرجة ضعيفة جداً) بحسب مقياس ليكرت الخماسي وفق الاوزان (١، ٢، ٣، ٤، ٥) .

شاكرين حسن تعاونكم آمليين أن تمنحونا من وقتكم الثمين في الاجابة على فقرات المقياس وكلنا ثقة بدقة الإجابة وصدقها وأمانتها وموضوعيتها حول جميع الفقرات الواردة فيها ، علماً بأنه سيتم التعامل مع البيانات بسرية تامة ولأغراض البحث العلمي فقط

الباحثة

م.م. سحر مؤيد جبوري



ت	فقرات المقياس	درجة كبيرة جداً	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة ضعيفة	درجة ضعيفة جداً
١	أستطيع الحفاظ على هدوئي أثناء الأزمات					
٢	أتعامل مع ضغوط العمل بشكل فعال					
٣	أجد حلولاً للمشكلات بشكل سريع وفعال					
٤	أستطيع الفصل بين حياتي الشخصية وحياتي المهني					
٥	أحرص على ممارسة تقنيات الاسترخاء بانتظام					
٦	أستطيع تحمل الانتقادات البناءة وتعلم منها					
٧	أستطيع التكيف مع التغييرات في بيئة العمل					
٨	أحتفظ بتفاؤلي رغم الصعوبات					
٩	أستطيع إدارة وقتي بفعالية لتقليل التوتر					
١٠	أعتمد على الدعم الاجتماعي للتغلب على الضغوط					
١١	أحرص على ممارسة الأنشطة الترفيهية للتخفيف من التوتر					
١٢	أستخدم استراتيجيات فعالة للتعامل مع الإجهاد					
١٣	أستطيع التركيز على مهامي حتى في ظروف الضغط					
١٤	أجد نفسي قادرة على التعامل مع الأطفال بصبر وهدوء					
١٥	أستطيع التفكير بشكل إيجابي حتى في المواقف الصعبة					
١٦	أحرص على تناول غذاء صحي لتعزيز جسدي ونفسي					
١٧	أستخدم التمارين الرياضية لتخفيف الضغوط النفسية					
١٨	أستطيع التحدث مع الزملاء عن التحديات التي أواجهها					
١٩	أتحلى بالصبر أثناء التعامل مع سلوكيات الأطفال الصعبة					
٢٠	أحرص على الحصول على قسط كافٍ من النوم لتجديد طاقتي					



					أستطيع تنظيم بيئة العمل لتقليل التوتر	٢١
					أستخدم تقنيات التنفس العميق لتهدئة نفسي	٢٢
					أستطيع طلب المساعدة عند الحاجة	٢٣
					أتحلى بالمرونة في التعامل مع المواقف المتغيرة	٢٤
					أستطيع التغلب على التحديات من خلال التفكير الإيجابي والتخطيط الجيد	٢٥

