

مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة

The level of psychological resilience among university students

عيب غنية*، جامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعد الله (الجزائر)، abib.ghania@gmail.com

تاريخ الارسال: 2023-10-09	تاريخ القبول: 2024-02-03	تاريخ النشر: 2023-12-12	المؤلف المرسل: عيب غنية
---------------------------	--------------------------	-------------------------	-------------------------

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية الكشف عن مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة، ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة تمّ الاعتماد على مقياس المرونة النفسية، على عينة بلغ حجمها 230 طالبا جامعيًا، تمّ اختيارها بطريقة عشوائية. وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات، فقد أسفرت النتائج على أنّ مستوى المرونة النفسية يتوزع بنسب متساوية بين المتوسط والمرتفع لدى طلبة الجامعة، كما أسفرت النتائج أيضا عن عدم وجود اختلاف في المرونة النفسية باختلاف متغير التخصص الأكاديمي لدى أفراد عينة الدراسة.

الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، التخصص الأكاديمي، طلبة الجامعة.

Abstract:

The current study aimed to reveal the level of psychological resilience among university students. In order to achieve the objectives of the study, the psychological resilience scale was administered to a sample of 230 students, selected on a random sampling method. After the statistical processing of the data, the results found that the level of psychological resilience was distributed in equal proportions between average and high among university students, The results also showed no difference in the

* عيب غنية

psychological resilience according to the academic specialization among the members of the study sample.

Keywords: psychological resilience, university students, academic specialization.

مقدمة:

هناك العديد من المتغيرات التي ترتبط بالجوانب الشخصية والنفسية لدى الأفراد والتي تؤثر وتتأثر بعدة عوامل ضمن البيئة التي يعيشون فيها بشكل عام، والطلبة بشكل خاص ومن أبرز هذه المتغيرات التي تلامس طلبة الجامعة مفهوم المرونة النفسية الذي عرف كأحد أهم المتغيرات الإيجابية للشخصية، فهي تلعب دورًا فعالًا في نمو الفرد النفسي والاجتماعي، وتعبر عن نظام تفكيره وسلوكه في مواجهة الحياة وضغوطها ومتطلباتها المختلفة. 10

تُعدُّ المرونة النفسية مفهوم مُعاصر من ميدان علم النفس الإيجابي التطبيقي، وقد برز نتيجةً لجهود العلماء في تفسير السلوك الإيجابي للأفراد عند تعرُّضهم لظروفٍ صعبة، ولفهم العمليات التي تفسر سلوكهم غير المتوقع.

كما يُعدّ مفهوم المرونة النفسية خاصية مستمرة، تستمر بالتطور طوال عمر الفرد، وهي تُشير إلى استخدام طاقة إيجابية إنتاجية؛ لتحقيق الأهداف حتى في مواجهة الظروف الصعبة والتحديات، وبالرغم من أنّ العديد من الطلبة يتأثرون بنفس الظروف التي تساهم في فشلهم أو تسربهم من الجامعة؛ إلا أن بعضهم الآخر يختارون البقاء والاستمرار والالتزام، فالمرونة النفسية عملية ديناميكية، يستخدم فيها الأفراد استراتيجيات تكيف معينة عند التعرض لضغوطات ناتجة عن الصعوبات والتحديات التي تواجههم في دراستهم. 2

وتمثل المرونة النفسية بنية متعددة الأبعاد أو سمة شخصية تتميز بالدينامية والتفاعل بين عوامل المخاطرة (المتغيرات البيئية والاجتماعية)، والمصادر الوقائية (داخل الفرد كقدراته وإمكاناته، وخارجه كخصائص الأسرة والمجتمع وما تضعه من ضوابط ومعايير وقوانين)، فمرونة الفرد دليل على قوته النفسية التي تزداد بازدياد خبراته الخاصة بمواقف الشدة والأزمات التي يتعرض لها وكيفية تعامله معها، وإقامة علاقات جيدة، وتقدير ذات مرتفع، وقدرة على حل المشكلات، وتقبل النقد، وقدرة على تقبل التغيير. 18

وبالتالي فإن المرونة النفسية تركز على العوامل الداخلية والعوامل الخارجية، كما أنها تؤدي إلى المواجهة الفعالة والناجحة مع الصعوبات.

بينت العديد من الدراسات أن العامل الرئيسي في تكوين المرونة النفسية وتنميتها لدى الأطفال على وجه الحصر هو العلاقات السوية الدافئة والمساندة داخل الأسرة وخارجها، فالعلاقات الخارجية التي يتوفر فيها الحب والثقة والنماذج الإيجابية للدور والتشجيع والمساندة تؤدي إلى تنمية المرونة النفسية وتعزيزها. 5

وتفيد العديد من الدراسات السيكلوجية ومنها دراسة شاتيه وآخرون (Shatté et al (2017) ودراسة هاو وآخرون (Hao et al (2015) ودراسة قاسم (2017) في أن المرونة النفسية تلعب دورا هاما في تحديد مدى قدرة الفرد على التكيف مع الصعوبات والمواقف الضاغطة التي تواجه الفرد في حياته. 21

وقد أشارت صبحة مليكة (Subha Malika (2010 إلى أهمية المرونة النفسية في شعور الفرد بالسعادة النفسية وإدراكه لقدرته الذاتية في تحقيق التفوق والتفائل والإقبال على الحياة، مما يعني ضرورة تعزيز المرونة النفسية لأنها تساهم في الوقاية من النتائج السلبية وخاصة بالنسبة للطلبة الذين يتعرضون للضغوطات. 6

وقد خلصت دراسة مور ولوكاس (Moore & Lucas (2020 إلى أن للمرونة النفسية تأثير إيجابي في تعزيز الصحة العقلية للفرد وأن كليهما جزء لا يتجزأ من الرضا عن الحياة. 23

وأكدت دراسة عبد الجواد (2019) أن المرونة النفسية من أهم مقومات الصحة النفسية، فالفرد ذوي المرونة النفسية يكون أكثر قدرة من غيره على التوافق مع المستجدات، ومواجهة الضغوط، والتعامل مع الصراعات، والصدمات النفسية. 14

انبثق لدى الباحثة الإحساس بمشكلة الدراسة من خلال عملها في التدريس لطلاب الجامعة والتفاعل معهم، وملاحظتها لمعاناة العديد من الطلبة، حيث يتعرضون لأشكال متباينة من الضغوط النفسية في مراحل حياتهم الجامعية، ومن حيث أن الطلاب هم اللبنة الأساسية في المجتمع، وعلى اعتبار أن المرحلة الجامعية من المراحل المفصلية في حياة الفرد، ولكي يجتازها الطالب بنجاح يتوجب عليه بذل الجهد والمثابرة وتحمل المتطلبات الجامعية ومواجهة ضغوط الحياة اليومية، وبحاجة إلى مرونة نفسية تمكنه من عبور هذه المرحلة واجتياز العقبات التي تقف في طريق دراسته الجامعية في ظل التحديات الكبيرة التي تواجهه، ويرى الناصر (2000) أن أحداث الحياة اليومية التي يتعرض لها طلبة الجامعات تشكل تحديا كبيرا يتمثل في قدرة الطالب على مواجهتها باستراتيجيات تحافظ على توازنه وصحته النفسية من خلال مستوى المرونة النفسية التي يمتلكها. 11

وبالتالي عدم قدرة الطالب على مواجهة هذه الأحداث سيؤدي إلى حالات نفسية تهدد حياته. ولهذا فإن المرونة النفسية تعتبر من المتغيرات المعدلة التي تخفف من قيمة وقوة العلاقة بين أحداث الحياة السلبية والاضطرابات العصائية. 1

وتمثل المرونة النفسية إحدى سمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط، والاحتفاظ بالصحة الجسمية والنفسية، وعدم تعرضه للاضطرابات السيكلوسوماتية الناتجة عن الضغوط، كأمراض القلب والدورة الدموية. 7

وتعتبر المرونة النفسية بمثابة الاستجابة العقلية التي تمكن الفرد من التكيف الإيجابي مع المواقف الحياتية المختلفة، حيث تلعب المرونة دورا هاما في تحديد مدى قدرة الفرد على التكيف مع الصعوبات والظروف الحياتية الضاغطة التي تواجه الفرد في حياته اليومية، ويعد الفرد متزنا انفعاليا في حال قدرته السيطرة على انفعالاته بمرونة عالية، والتعبير عنها بما يتناسب مع المواقف المختلفة التي تواجهه. 19

وتتضح أهمية المرونة لكونها عنصر حاسم في تحديد الطريقة التي يتفاعل بها الأفراد ويتعاملون مع الضغوط، فهناك مدى واسع من الصفات متصلة مع المرونة هذه الصفات تتصف بالمظاهر والقوى الإيجابية للحالة العقلية للفرد. 22

إن التحديات والضغوط النفسية كسمة من سمات العصر لا تخلو منها مؤسسة مهنية أو تعليمية ولا سيما الجامعات التي ترهق كاهل الطلاب، وإن عدم تمتع طلاب الجامعة بالمرونة النفسية لمواجهةها سوف يزيد من خطرها عليهم وبالتالي على مستقبلهم العلمي والمهني. مما يجعل مفهوم المرونة النفسية ذات أهمية للفرد، لما لها من دور قوي ومؤثر في تحقيق الطالب أهدافه الخاصة، وإثبات نفسه كعنصر فاعل، قادر على مواجهة كافة الصعوبات والتحديات، وصولاً إلى تحقيق الأهداف، كما نعلم أن الطالب الجامعي وبشكل خاص في ظل الظروف الحالية والتقدم التكنولوجي الهائل، يواجه العديد من التحديات والتغيرات، التي قد تؤثر في التزامه اتجاه دراسته، وهو إذا ما كان يتمتع بالمرونة النفسية؛ فإنه من الممكن أن ينسحب من دراسته الجامعية ويخفق في إكمالها بنجاح. 2

ولذلك تشير كامبل وآخرون (2006) Campbell et al إلى أن المرونة النفسية يعد أحد المفاهيم التي تستحق المزيد من الدراسة، وتؤكد على الحاجة الماسة إلى توافر قياسات عالية الكفاءة عن المرونة النفسية، وخاصة في مرحلة الشباب. 1

حيث أكدت العديد من الدراسات على دور المرونة النفسية في حياة الطلبة وتأثيرها على مسارات حياتهم، وفي هذا الصدد أشار رولف (1999) Rolf إلى إسهام المرونة النفسية في الوقاية من بعض النتائج السلبية على الطلبة الذين يتعرضون للضغوطات بدرجة عالية خلال حياتهم. 15

بالنظر إلى المرونة النفسية كأحد المتطلبات الأساسية والهامة للأفراد وبخاصة في المرحلة الجامعية والتي تعد من المراحل الهامة في حياة الفرد والتي تحدد شكل حياته المستقبلية، ومع قلة الدراسات في- حدود علم الباحثة - والتي تناولت متغيرات الدراسة الحالية. وبناءً على ما سبق يمكن تحديد إشكالية الدراسة فيما يلي:

- ما مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلبة الجامعة للمرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي؟

2. فرضيات الدراسة:

للإجابة على التساؤلات السابقة تم اقتراح الفرضيات التالية:

- يتميز طلبة الجامعة بمستوى منخفض من المرونة النفسية.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلبة الجامعة للمرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي.

3. أهداف الدراسة:

الأهداف التي تسعى هذه الدراسة في تحقيقها هي:

- التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة.
- الكشف عن الفروق في المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي.

4. أهمية الدراسة:

- تتمثل أهمية هذه الدراسة في أنها تأتي متزامنة مع الاتجاه العالمي الحديث نحو دراسة النواحي الإيجابية في السلوك الانساني (علم النفس الإيجابي).
- تتمثل أهمية الدراسة من الناحية النظرية في تناولها لأحد الموضوعات البحثية المهمة وهي المرونة النفسية والأهمية الكبرى للمرونة النفسية وتأثيراتها الإيجابية على مختلف جوانب الشخصية.
- كما تتجسد أهمية هذه الدراسة أيضا فيما تقدمه من إضافة علمية في مجال البحوث النفسية وذلك من خلال الكشف عن مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة وبحث مدى ارتباطه ببعض المتغيرات.
- أهمية العينة المستخدمة في الدراسة الحالية، وهم طلبة المرحلة الجامعية من الكليات العلمية والأدبية التي تعتبر بداية الطريق لاتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية وللنهوض بالمجتمع وتقدمه.
- قد تفيد نتائج الدراسة الحالية وتوصياتها في توجيه اهتمام الباحثين بتخطيط وبناء برامج ارشادية لتعزيز مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة باعتبارها الركيزة الأساسية للصحة النفسية والقدرة على التكيف والازتزان.

5. تحديد المفاهيم:

1.5 المرونة النفسية:

كلمة المرونة Resilience : مصطلح لاتيني salire وتعني يقفز على أو يتجاوز أو يستعد to spring up

و Resilire وتعني الرجوع إلى الحالة السوية to spring back . 25

عرفها أهيرن (2006) Ahern على أنها مجموعة من السمات الشخصية التي تمكن الفرد من مواجهة الضغوط والتحديات التي يتعرض لها. 24

يعرف البحيري (2010) المرونة النفسية بأنها قدرة الفرد على التكيف بنجاح مع المحن التي تقابله، والارتداد عن المشكلات، والتعامل بقوة وبذكاء أكثر معها. 13

في حين يعرفها نيومان (2002) Newman بأنها القدرة على التكيف مع الأحداث الصادمة، مثل المحن والمواقف الضاغطة المتواصلة، وهي عملية مستمرة يظهر من خلالها الفرد سلوكا تكيفيا ايجابيا في مواجهة المحن والمشكلات والصدمات ومصادر الضغط النفسي. 17

أشار القللي (2016) بأنها قدرة الفرد على التكيف الفعال والتوافق الناجح، والصمود في مواجهة المشكلات النفسية والاجتماعية، والنهوض من الأزمات المختلفة دون كسر أو هزيمة، والمحافظة على أمنه النفسي والاجتماعي، كما أنها عنصر أساسي في قدرة الأشخاص على التواصل مع الحياة ومواجهة الشدائد وأحد المكونات الأساسية المتممة للصحة النفسية. 12

أما يوسف يعرفها (2020) بأنها مستوى تمتع الفرد بالقدرة على التأقلم والمواجهة الإيجابية للشدائد أو الضغوط النفسية التي يواجهها الفرد، وبهذا المعنى يشبه هذا المفهوم مفهوم الصحة النفسية الإيجابية. 10

مما سبق يتضح أن تعريفات المرونة النفسية تشير بشكل عام إلى التكيف الناجح أو الإيجابي على الرغم من الظروف الخطير الصعبة أو المهددة.

تعرف الباحثة المرونة النفسية إجرائيا بأنها ما تعكسه الدرجة التي حصل عليها الفرد من أفراد عينة الدراسة على مقياس المرونة النفسية المعتمد في الدراسة الحالية، والذي يتكون من أربعة أبعاد هي: الكفاءة الشخصية، والإصرار والتماسك، القدرة على مقاومة التأثيرات السلبية، وتقبل الذات الإيجابي، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى أن الطالب يتمتع بدرجة عالية من المرونة النفسية، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض درجة المرونة النفسية لدى الطالب، وتتراوح حدود المقياس بين (23) درجة كحد أدنى و(115) درجة كحد أعلى.

2.5 الطالب الجامعي: نعرف الطالب الجامعي بأنه: كل طالب (ذكر أو أنثى) ملتحق بإحدى الجامعات الجزائرية ومنتظم في الدراسة للسنة الجامعية 2022 / 2023.

6. منهجية وإجراءات الدراسة:

1.6 منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ويُعرف بأنه "مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها و تحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا للاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل الدراسة" 4. مما يلائم طبيعة الموضوع عن طريق دراسة مستوى المرونة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة. ويعد المنهج الوصفي من أكثر المناهج استخداما في الدراسات التربوية والنفسية.

2.6 عينة الدراسة:

تكوّنت عيّنة الدراسة من (230) طالبا وطالبة منهم 120 طالب من طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الجزائر 2 و 110 طالب من طلاب كلية البيولوجيا بجامعة هواري بومدين للعلوم والتكنولوجيا، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، خلال العام الدراسي 2022 / 2023 م وهذا ما يبيّنه الجدول التالي:

جدول رقم (1): يوضح توزيع أفراد عيّنة الدراسة

المتغير	التكرارات	النسبة المئوية
التخصص الأكاديمي	أدبي	48.83%
	علمي	52.17%
المجموع	230	100

3.6 أداة الدراسة وخصائصها السيكمترية:

– مقياس المرونة النفسية (Connor & Davidson (2003 :

من أجل تحقيق أهداف الدراسة تطلبت الحاجة توافر مقياس يتسم بالصدق والثبات، والموضوعية لمقياس المرونة النفسية لدى عينة الدراسة، لذا اعتمدت الباحثة مقياس المرونة النفسية الذي أعده (Connor & Davidson (2003 وتم ترجمته وتقنيته القللي عام (2016)، وإذ تكون المقياس من (23) فقرة موزعة على أربعة أبعاد وهي: الكفاءة الشخصية (7 فقرات)، الإصرار والتماسك (7 فقرات)، مقاومة التأثيرات السلبية (3 فقرات)، تقبّل الذات الإيجابي (6 فقرات).

طريقة تصحيح المقياس:

يعتمد المقياس على خمسة بدائل هي: (لا أوافق مطلقا، لا أوافق، محايد، أوافق، أوافق تماما)؛ كما أعطيت الاستجابات الأوزان الرقمية: 1 - 2 - 3 - 4 - 5 على الترتيب؛ ويشير الرقم (5) إلى درجة موافقة كاملة على مضمون البند، وتنخفض درجة الموافقة كلما انخفض الرقم، حيث يدلّ رقم (1) على الرفض الكامل لمضمون البند. وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (23 - 115).

الخصائص السيكومترية للمقياس:

قام معد المقياس التحقق من صدق المقياس باستخدام طريقة الاتساق الداخلي: وتعتمد هذه الطريقة على إيجاد العلاقة الارتباطية المرتفعة بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب عند استجابته عن جميع فقرات المقياس دليلاً على اتساق المقياس. إذ يتم إبقاء الفقرات ذات الارتباط العالي وحذف الفقرات ذات الارتباط المنخفض. 16 وذلك من خلال حساب معامل ارتباط الفقرة مع البعد التي تنتمي إليه، وكذلك معامل ارتباط كل بعد من الأبعاد مع الأبعاد الأخرى، ومع الدرجة الكلية للمقياس، حيث دلت قيمة معاملات الارتباط على وجود ارتباط بين كل فقرة والبعد الذي تنتمي إليه، حيث تراوحت بين القيم الآتية: (بُعد الكفاءة الشخصية: $0.56 - 0.87$) ، (بُعد الإصرار والتماسك: $0.58 - 0.82$)، (مقاومة التأثيرات السلبية: $0.77 - 0.81$)، (تقبل الذات الإيجابي: $0.72 - 0.87$)؛ وتراوحت الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس بين ($0.40 - 0.85$)؛ بالإضافة إلى وجود ارتباط بين الأبعاد مع بعضها البعض، حيث تراوحت قيمة معاملات الارتباط بين ($0.81 - 0.88$)، كما أظهرت ارتباط الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس بمعاملات ارتباط تراوحت بين ($0.90 - 0.96$).

الثبات: يتمتع المقياس بثبات مرتفع في صورته الأساسية، وعليه تم استخراج مؤشرات ثبات مقياس المرونة النفسية بطريقة الاتساق الداخلي وبحساب معادلة الثبات ألفا كرونباخ ، حيث بلغ معامل الثبات الكلي للمقياس (0.95)، في حين بلغ معامل الثبات للأبعاد: (الكفاءة الشخصية، الإصرار والتماسك، مقاومة التأثيرات السلبية، التقبل الإيجابي للذات) على التوالي: ($0.87, 0.82, 0.70, 0.70, 0.88$). 15

أما في الدراسة الحالية: اعتمدت الباحثة لدراسة الصدق طريقة الاتساق الداخلي لفقرات مقياس المرونة النفسية، حيث قامت بإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل بند مع الدرجة الكلية للمقياس. يتكوّن المقياس من ثلاثة وعشرين بنداً مرقماً من (1) إلى (23)، قيمّ معاملات ارتباط البنود: ($3, 17, 10$)، سالبة أو صفرية، مما استوجب حذفها، بينما تراوحت قيمّ معاملات الارتباط المتبقية بين $0.18 - 0.49$ ، وهي قيمّ موجبة وغير صفرية ومقبولة ودالة عند 0.05 و 0.01 ، مما يدلّ على أنّ المقياس صادق في قياس ما وُضِعَ لقياسه.

أما الثبات فقد حُسِبَ بطريقة الاتساق الداخلي وبحساب معادلة الثبات ألفا كرونباخ Cronbach Alpha، وتعتمد هذه الطريقة على مدى ارتباط البنود أو الفقرات مع بعضها البعض داخل الاختبار، وارتباط كل بند مع الاختبار ككل، وكلما زاد الاتساق بين هذه الفقرات زاد ثبات الاختبار ككل. 8 وقد بلغت قيمة ألفا 0.77 ، مما يدلّ على أنّ مقياس المرونة النفسية يتمتع بدرجة ثبات مرتفعة، مما سبق يتضح أن الأداة تتسم بدرجة عالية من الصدق والثبات، مما يؤهلها للتطبيق على عينة الدراسة الحالية، مما يجعل الباحثة على ثقة تامة بصحة الأداة المستخدمة، وصلاحياتها لتحليل النتائج، والإجابة على أسئلة الدراسة، واختبار الفروض.

4.6 الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

- تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية في الدراسة من خلال البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) وهي:
1. التكرارات والنسب لوصف عينة الدراسة.
 2. تم استخدام معامل الارتباط كرونباخ ألفا (Alpha Cronbach) للتأكد من ثبات أداة الدراسة.
 3. تم استخدام اختبار (كا²) لمعرفة دلالة الفروق في التكرارات في مستويات المرونة النفسية.
 4. تم استخدام اختبار (ت) (t- test) لعينتين مستقلتين، لتحديد دلالة الفروق في متوسط المرونة النفسية، تبعاً للمتغير التخصص الأكاديمي.

7. عرض نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها:

1.7 عرض نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها:

للتحقق من الفرضية الأولى التي تنص على أنه: "يتميز طلبة الجامعة بمستوى منخفض من المرونة النفسية؟" تم استخدام اختبار (كا²) لدراسة دلالة الفروق في التكرارات بين مستويات المرونة النفسية (منخفض، متوسط، مرتفع). وفيما يلي عرض لمختلف النتائج:

جدول رقم (2)، يُبين نتائج تطبيق اختبار (كا²) لدراسة دلالة الفروق في التكرارات بين مستويات المرونة النفسية (المنخفضة، المتوسطة، المرتفعة).

الدلالة الإحصائية	قيمة كا ² الجدولة	درجة الحرية	قيمة كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرارات	مستوى المرونة النفسية
غير دال	3.84	1	1.40	00%	00	المستوى المنخفض للمرونة النفسية
				53.9%	124	المستوى المتوسط للمرونة النفسية
				46.1%	106	المستوى المرتفع للمرونة النفسية
				100%	230	المجموع

تبين من نتائج الجدول رقم (2)، ومن تطبيق اختبار (كا²) Khi-deux لدراسة دلالة الفروق في مستويات المرونة النفسية (منخفض، متوسط، مرتفع)، أنه لا توجد فروق دالة إحصائية عند 0.05، حيث أن قيمة كا² المحسوبة والمساوية (1.40) أصغر من قيمة كا² الجدولة والمساوية (3.84)، وهذا يعني أن مستويات المرونة النفسية تتوزع بنسب

متساوية تقريبا بين المتوسط والمرتفع والفروق المشاهدة في التكرارات غير دالة إحصائيا وناجحة عن الصدفة، ومنه فإن الفرضية الأولى للدراسة لم تتحقق.

وعليه يمكن القول كجواب على تساؤل الدراسة: "مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة عينة الدراسة يتوزع بنسب متساوية بين المتوسط والمرتفع". ومنه يمكن التأكد على أن طلبة الجامعة على درجة عالية من الكفاءة الشخصية، الإصرار والتماسك، والقدرة على مقاومة التأثيرات السلبية، التقبل الإيجابي للذات. وهذا ما يثبت درجة الوعي التي أصبح تبناها هذه الشريحة من المجتمع في مواجهة الضغوط ومتطلبات الحياة.

وهذا يتفق مع ما أشارا كونور وديفدنسون (2003) Davidson & Connor إلى أن الأفراد ذوو مستوى عال من المرونة النفسية يتصفون بعدة خصائص منها: الالتزام، والتعلق الآمن مع الآخرين، وضوح الأهداف الشخصية والجماعية، والشعور بالكفاءة الذاتية، والشعور الواقعي بالسيطرة، وتحمل التأثيرات السلبية، والتفاؤل والإيمان. 12

ويمكن عزو هذه النتيجة استنادا إلى أن طلبة الجامعة عينة الدراسة يستطيعون التكيف مع الظروف التي تواجههم ويتقبلون الظروف التي لا يمكن تغييرها، كما يمكن أن تعزى النتائج إلى تفاعل الطلبة مع الأنشطة الطلابية التي تقوم بها الجامعة من أنشطة ترفيهية ودورات تدريبية متنوعة.

كما يمكن تفسير وجود مستوى من المرونة النفسية لدى عينة الدراسة نظرا لاكتساب الطلبة خبرات متعددة وقدرتهم على مواجهة العديد من المواقف الضاغطة وزيادة على ذلك امتلاكهم المهارة في التعامل مع المشكلات والتكيف والتأقلم مع مستجدات الحياة الجامعية. وربما يعود ذلك إلى أنهم أصبحوا متكيفين مع ظروف الجامعة غير المستقرة والمتقلبة فتكرار هذه الظروف الضاغطة أدت إلى زيادة تكيفهم معها والقدرة على مواجهة الصعاب والأزمات.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة شقورة (2012) التي أشارت إلى أن مستوى المرونة النفسية جاء فوق المتوسط 2. كما اتفقت مع دراسة حسان (2010) ودراسة العبدلي (2012)، دراسة الطبيخ (2015) التي بينت أن مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة جاء مرتفعا. 7 واتفقت أيضا مع دراسة بكير التي أجريت على البيئة الجزائرية، وقد أسفرت عن تمتع أفراد العينة بمستوى مرتفع من المرونة النفسية. 3

واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة الخميس وطنوس (2019) التي أشارت إلى وجود مستوى منخفض من المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة، كما اختلفت مع دراسة ستاديووسكي (2008) Stasiowski، عباس (2010) Abbas، ودراسة المشعان (2011) التي بينت أن مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة جاء منخفض. 7 ودراسة الحاج (2021)، حيث أظهرت النتائج أن مستوى المرونة النفسية كان متوسطا. 12

2.7 عرض نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها:

للتحقق من الفرضية الثانية التي تنص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلبة الجامعة للمرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي"؟. استخدمت الباحثة اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لدراسة دلالة

الفروق في متوسطات الحساسية لدرجات المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي/أدبي)، وفيما يلي عرض لمختلف النتائج:

جدول رقم (3)، يبين نتائج تطبيق اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لدراسة دلالة الفروق في متوسطات الحساسية لدرجات المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي (علمي/أدبي).

الدلالة	قيمة (ت)	درجة	قيمة (ت)	الانحراف	المتوسط	حجم	متغير التخصص	
الاحصائية	المجدولة	الحرية	المحسوبة	المعياري	الحسابي	العينة	الأكاديمي	
غير دال	2.359	228	1.71	8,77	81,76	110	علمي	المرونة
				7,78	83,65	120	أدبي	النفسية

تشير نتائج جدول (3) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسطات درجات طلبة الجامعة للمرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي". حيث أن قيمة (ت) المحسوبة والمساوية (1.71) أصغر من قيمة (ت) المجدولة والمساوية (2.359)، وهذا يعني أن متوسط المرونة النفسية لدى التخصص العلمي (81,76) يساوي تقريباً متوسط المرونة النفسية لدى التخصص الأدبي (83,65) والفروق المشاهدة في المتوسطات غير دالة وناتجة عن الصدفة. وبالتالي نقول إن الفرضية الثانية للدراسة التي تنص: "على وجود فروق دالة إحصائية في المتوسطات الحساسية لدرجات المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي" لم تتحقق. وهذا يدل على أن طلبة الاختصاصين العلمي والأدبي لديهم مستوى متقارب من المرونة النفسية، مما يدل على أن التخصص الأكاديمي ليس متغير مؤثر على المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة، ويتضح من ذلك تمتع طلبة الاختصاصين بنفس الظروف ويعيشون في مجتمع يتسم بثقافة وتقاليد وعادات اجتماعية متشابهة ويواجهون نفس المؤثرات البيئية والاجتماعية ونفس الخبرات والمهارات العلمية والاجتماعية مما يؤدي إلى خلق شخصيات متقاربة في الخصائص الشخصية، وتفسر الباحثة ذلك لتقارب السن بين طلبة التخصصين، وكذلك لأن البيئة الجامعية والجو العام الذي يعيشه الطالب متقارب، كما أن طلبة الجامعة يعانون نفس الظروف وتقع عليهم نفس الأعباء الدراسية والواجبات المختلفة، كل هذا قد يكون سبب في إزالة الفروق التي تعزى للتخصص الأكاديمي.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسة ربايع (2018)، ودراسة الشبول (2017)، ودراسة العزري (2016) ودراسة الزهيري (2012) التي بينت عدم وجود فروق في المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي. 9

كما تتفق مع ودراسة فيصل (2019) حيث أسفرت عن عدم وجود فروق في مستوى المرونة لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير التخصص. 12

ويؤيد الدراسة الحالية ما توصل إليه شقورة (2012) في دراسته التي هدفت إلى الكشف عن الفروق في المرونة النفسية بين الطلاب في التخصصات العلمية والتخصصات الأدبية وقد أوضحت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية.

في حين اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة محمود (2009) والتي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي لصالح التخصصات الأدبية. 1.

8. خاتمة:

حاولت هذه الدراسة تسليط الضوء على مفهوم المرونة النفسية والتي تعتبر من العوامل المؤثرة في التقليل من الضغوط النفسية والتي تؤثر على طلاب المرحلة الجامعية من جميع النواحي النفسية والاجتماعية والأكاديمية والصحية، وكلما كان الطالب يمتلك المرونة النفسية كلما استطاع التكيف نفسيا واجتماعيا لتخطي المرحلة بنجاح والشعور بالإيجابية مما يزيد من تحصيل الطالب وحصوله على درجات تمكنه من تحقيق آماله المستقبلية. 20

من خلال ما تم عرضه من دراسات وأبحاث حول موضوع الدراسة الحالية ومن خلال تطبيق مقياس المرونة النفسية من إعداد كونر ودافيدسون (2003) Connor & Davidson بهدف التعرف عن مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة، فقد أسفرت النتائج على ما يلي:

1. أن مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة يتوزع بنسب متساوية بين المتوسط والمرتفع.
 2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلبة الجامعة على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي.
- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية من معطيات، صاغت الباحثة عددا من التوصيات والمقترحات لدراسات مستقبلية وعلى النحو التالي:
- الاهتمام بتوعية الطلبة بأهمية مكون المرونة النفسية في التصدي للأزمات من خلال الإشارة إليها في المقررات الدراسية.
 - إجراء أبحاث أخرى لنفس المتغير على مراحل عمرية مختلفة والتعرف على دور التنشئة الاجتماعية فيها.
 - إجراء دراسات حول فعالية البرامج الإرشادية في تعزيز المرونة النفسية لدى طلاب الجامعات.
 - نشر ثقافة الموضوعات الإيجابية المتعلقة بالمرونة النفسية لدى الطلاب.

9. المراجع:

1. بخاري، نبيلة أكرم. (2016). الفروق في المرونة وبعض سمات الشخصية في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، مجلة الآداب والعلوم الإنسانية، 83(2)، ص 483-543.

2. البشارت، دنيا أحمد، ومقابلة، نصر يوسف. (2020). المرونة النفسية وعلاقتها بالالتزام الأكاديمي لدى طلبة جامعة اليرموك، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 28(5)، ص 764-783.
3. بكير، مليكة. (2019). المرونة النفسية وعلاقتها بالضغوط المدرسية لدى التلاميذ المترشحين لامتحان البكالوريا، مجلة دفاتر البحوث العلمية، 7(1)، ص 48-74.
4. البليهي، عبد الرحمن بن أحمد. (2022). الرضا النفسي والأفكار اللاعقلانية وبعض المتغيرات الديمغرافية كمنبئات بالرضا عن الحياة لدى المراهقين المكفوفين بمنطقة القصيم (دراسة تنبئية)، المجلة السعودية للتربية الخاصة، 24(2)، ص 19-58.
5. البياقي، محاسن أحمد. (2018). قياس مستوى مرونة الأنا لدى طلبة كلية التربية للعلوم الانسانية والصرفة في جامعة الموصل، مجلة كلية التربية للبنات، 9(2)، ص 344-370.
6. حمد، منيرة محمد. (2020). المرونة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة القريات بالمملكة العربية السعودية، المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث، مجلة العلوم التربوية والنفسية، 4(34)، ص 122-139.
7. الخميس، عوطف عبد الله، وطنوس، عادل جورج. (2019). مستوى المرونة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى عينة من طالبات سنة أولى تحضيري في جامعة الجوف بمحافظة القريات، المجلة التربوية الاردنية، 4(3)، ص 85-109.
8. سراوي، علي، وسراوي، محمد الجموعي. (2023). مفاهيم أساسية في التعامل مع الخصائص السيكومترية لأدوات القياس في البحوث النفسية والتربوية، مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع، 7(1)، ص 245-261.
9. شقورة، يحيى عمر شعبان، وغزالي، عادل. (2021). مستوى المرونة النفسية لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة فلسطين، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، المركز الديمقراطي العربي - ألمانيا، برلين (13)، ص 230-251.
10. الشهري، صايل خلوفه، والجهني، جوانا عبد الله، وحمد، إرادة عمر. (2022). المرونة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات الدراسات العليا بجامعة الملك عبد العزيز، المجلة السعودية للعلوم التربوية، 9(9)، ص 96-113.
11. الشيخ، كنان إسماعيل. (2017). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، 39(2)، ص 371-392.
12. صيام، منذر أشرف. (2022). المرونة النفسية والأمل كمنبئات بقلق المستقبل لدى خريجي الجامعات العاطلين عن العمل في فلسطين، رسالة ماجستير، كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة الأقصى.
13. العازمي، عائشة عبيد الله مبارك. (2022). المرونة النفسية وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى المراهقين، مجلة كلية التربية، جامعة عين الشمس، 46(ج3)، ص 133-173.
14. عبد الجواد، أحمد سيد عبد الفتاح. (2019). التسويق الأكاديمي في علاقته بالكمالية العصابية والمرونة النفسية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية بينها، 120(ج5)، ص 123-234.
15. عبد الرحمن رشا محمد، والعزب أشرف محمد (2021). التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات - دراسة على عينة من طلبة جامعة عجمان - الإمارات العربية المتحدة، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، 84(ج1)، ص 258-300.
16. عبد نور، كاظم، و كرماش، حوراء عباس. (2015). النموذج النمائي المتكامل للعقل لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية جامعة بابل، 19(19)، ص 577-593.
17. قمر، مجذوب أحمد. (2023). التسامح وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية والمرونة النفسية لدى عينة من الطلبة، مجلة قبس للدراسات الانسانية والاجتماعية، 7(2)، ص 623-648.
18. محمد، أمل محمد حمد. (2020). فاعلية برنامج إرشادي في تحسين المرونة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة المكفوفين، مجلة البحث العلمي في الآداب (العلوم الاجتماعية والانسانية)، 21(ج4)، ص 101-136.

19. مقبل، مروة عبد الإله. (2019). التنظيم الذاتي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة الماجستير في برنامج الإرشاد النفسي والتربوي في الجامعات الفلسطينية، رسالة ماجستير، في التوجيه والإرشاد النفسي، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل، فلسطين.
20. المريعي، خالد جمال، و الحلبية، فدوى. (2022). المرونة النفسية والقلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي شرقي القدس، مجلة العلوم الانسانية والطبيعية، 3(5)، ص 352 – 374.
21. اليوبي، عهود حمود، وكلنتن، ابتهاج عبد العزيز. (2021). المرونة النفسية وعلاقتها بالضغوط المهنية لدى عينة من الأمهات العاملات خلال فترة التعليم عن بعد أثناء جائحة كورونا، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، 134(1)، ص 313 – 342.
22. Kathryn,M ,Connor,M.D.(2006). Assessment Of Resilience In The Aftermath Of Trauma, Journal Clin Psychiatry , 67 (supp 12) pp46 – 49.
- 23.Lucas, J. J., Moore, K. A. (2020). Psychological flexibility: positive implications for mental health and life satisfaction. Health-promotion international, 35(2),pp 312-320.
- 24.Messinger, Debra L .(2017). Resilience And Coping In Adolescent And Young Adult With Type1 Diabetes, Submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree Doctor of Philosophy, Department of Nursing, Seton Hall University.
- 25.Patiraj ,K, Vijayashree ,s .(2014). Conceptual Evolution of Resilience Capacity and Its Inclusion in PsyCap, Journal Of Humanities And Social Science (IOSR-JHSS,19(3),pp127-137.