جامعة يحي فارس بالمدية

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

المرونة النفسية وحل المشكلات لدى الطلبة الجامعيين
دراسة ميدانية بجامعة يحي فارس بالمدية

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر

تخصص : علم النفس العيادي

إعداد الطالبة:
رحيش منال

إشراف الأستاذ:
فريد بكيس

السنة الجامعية:2023/2022

شكـــر وتقديـــــر

أولا نشكر الله عز وجل الذي وفقني على إتمام هذا العمل الذي أتمنى أن يحقق الهدف المرجو منه بإذن الله، كما أتقدم بالشكر الخاص إلى الأستاذ المشرف "**فريد بكيس** " الذي ساعدني ولم يبخل علي بنصائحه وتوجيهاته القيمة.

كما أتقدم بالشكر الجزيل لأعضاء اللجنة المناقشة، والى كل أساتذة قسم العلوم الاجتماعية والإنسانية والى أساتذة تخصص علم النفس العيادي وخاصة الأستاذة " أمينة بلحاج" والأستاذة "فتيحة بوعيشة "، والطلبة زملائي دفعة 2023.

وفي الأخير أشكر كل من قدم لي المساعدة في انجاز هذا البحث .

الإهداء

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار، إلى من أحمل اسمه بكل افتخار وذكره فخرا واعتزازا والى من سهر الليالي من أجل تربيتي وتعليمي، وجعلني أكبر وأزكى وأطهر فضيلة أبي "عمر رحيش" أطال الله في عمره وأتمنى له دوام الصحة والعافية.

إلى من علمتني الصبر وقدرة الاحتمال والى رمز الأمومة والحنان، فكانت لي من عند الإله ترعاني، إلى قرة عيني وبسمة حياتي وسر وجودي أمي العزيزة، فكان دعائها سر نجاحي ونور دربي.

إلى الذين كبرت على أجمل صورة معهم إلى من بهم تحلو الحياة أختي "هبة" وإخوتي "محمد أمين"و"رياض" والى أختي وبنت خالتي "بشرى" والبرعم الصغير "محمد"

إلى كل عائلة رحيش وعائلة شرفاوي من أجداد وأعمام وأخوال.

إلى من تميزوا بالوفاء ورافقوني في دروب الحياة صديقاتي الغاليات وزميلاتي في الدراسة

تحية إلى رفيق الروح وشريك العمر إن شاء الله

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على المرونة النفسية وحل المشكلات لدى الطلبة بجامعة المدية، وذلك من خلال الإجابة على التساؤل الرئيسي: هل توجد علاقة بين المرونة النفسية وحل المشكلات لدى لطلبة؟ ولتحقيق أهداف الدراسة تم التحقق من الفرضيات باستخدام المنهج الوصفي واعتمدنا في دراستنا على الأدوات التالية في جمع البيانات: مقياس المرونة النفسية ومقياس حل المشكلات، حيث تكونت عينة الدراسة من (64) منها (29) طالب و(35) طالبة بجامعة المدية ، تم اختيارها بالطريقة العشوائية.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لقيم درجات المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس عند مستوى الدلالة 0,05، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لقيم درجات حل المشكلات تبعا لمتغير الجنس (ذكر/أنثى)عند مستوى الدلالة 0,05، ومن خلال النتائج المتوصل إليها في دراستنا أنه توجد علاقة ارتباط موجبة بين المرونة النفسية وحل المشكلات لدى الطلبة الجامعيين بالمدية.

الكلمات المفتاحية: **المرونة النفسية، حل المشكلات، الطلبة الجامعيين**.

فهرس المحتويات

الموضوع	الصفحة
شكر وتقدير	أ
إهداء	ب
ملخص الدراسة	ج
فهرس المحتويات	د
قائمة الجداول	و
قائمة الأشكال	ز
قائمة الملاحق	ح
مقدمة	01
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
1- إشكالية الدراسة	05
2- فرضيات الدراسة	06
3- تحديد مفاهيم الدراسة	07
4- أهمية الدراسة	07
5- أهداف الدراسة	08
6- الدراسات السابقة	09
7- تعقيب على الدراسات السابقة	13
الفصل الثاني: المرونة النفسية	
تمهيد	15
1- مفهوم المرونة النفسية	16
2- بعض المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية	18
3- السمات الشخصية لذوي المرونة النفسية	20
4- العوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية	21
5- النظريات التي فسرت المرونة النفسية	22
6- المهارات المعززة للمرونة النفسية	26
7- طرق بناء المرونة النفسية	27
8- فوائد وثمرات المرونة النفسية	28
خلاصة الفصل	30
الفصل الثالث: حل المشكلات	
تمهيد	32
1- مفهوم المشكلة	33
2- مفهوم حل المشكلات	33
3- أنواع المشكلات	34

4- النظريات المفسرة لحل المشكلات	37
5- القدرات المكونة لحل المشكلات	39
6- متطلبات مهارة حل المشكلة	39
7- أهمية الاستراتيجية لحل المشكلات	42
8- العوامل المؤثرة في حل المشكلات	43
خلاصة الفصل	43
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع : إجراءات المنهجية للدراسة	
تمهيد	46
1- منهج الدراسة	47
2- مجالات الدراسة	47
3- مجتمع الدراسة	47
4- عينة الدراسة وكيفية اختيارها	47
5- الدراسة الاستطلاعية	48
6- أدوات الدراسة	48
7- الأساليب الإحصائية المستخدمة	57
خلاصة الفصل	58
الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة	
تمهيد	60
1- عرض ومناقشة فرضيات الدراسة	61
2- استنتاج عام	67
3- اقتراحات	68
خاتمة	69
قائمة المراجع	
الملاحق	

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
1	يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس	48
2	يوضح أبعاد المرونة النفسية	50
3	يبين معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المرونة النفسية	51
4	يبين قيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي العينتين المستقلتين المتجانستين	52
5	يوضح تطبق معادلة ألفاكرونباخ لمقياس المرونة النفسية	53
6	يوضح أبعاد مقياس حل المشكلات	53
7	يبين معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لكل بعد أبعاد حل المشكلات	55
8	يبين قيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي العينتين المستقلتين المتجانستين	56
9	يوضح معادلة ألفا كرونباخ لمقياس حل المشكلات	57
10	نتائج معامل الارتباط بيرسون بين درجة الأفراد على مقياس حل المشكلات ومقياس المرونة النفسية	61
11	نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية عند مستويات المرونة النفسية	62
12	نتائج اختبار "ت" للدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية درجة المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس عند كل مستوي من مستويات المرونة النفسية	63
13	نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية عند مستويات حل المشكلات	64
14	نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية ودرجة حل المشكلات تبعا لمتغير الجنس عند كل مستوى من مستويات حل المشكلات	65

قائمة الأشكال

رقم	عنوان الشكل	الصفحة
1	يبين متطلبات مهارة حل المشكلة الذي افترضه (**Gagne**)	40
2	يبين مخطط تدريبي لمهارة حل المشكلات	41

قائمة الملاحق

رقم	الملحق
01	مقياس المرونة النفسية
02	مقياس حل المشكلات
03	مخرجات نتائج - برنامج SPSS

مقدمة:

تتعدد وتختلف مجالات الحياة التي يتعايش معها الفرد ليلجأ إلى الكثير من السبل من أجل تحديد النطاق المناسب له لتأقلم مع كافة الأوضاع والظروف ولعلى من أبرز هذه المجالات المجال التربوي أو بالأخص التعليم العالي بحيث يعتبر هذا الأخير المنطلق الأساسي لطالب الجامعي كفرد ايجابي يعمل على مواكبة التطور والتقدم في جميع مجالات حياته وتأقلمه الحاصل في إطار الدراسة وقدراته النفسية المرنة لإيجاد ما هو مناسب في ظل الظروف السائدة لديه ،المشكلات والتوترات والضغوطات التي يتعرض لها، إلا أن الجانب النفسي الايجابي إحدى الأساسيات المرتبطة بنفسيته، فهذه الأخيرة ضمن ميدان علم النفس الإكلينيكي بشكل خاص، أن البحوث تتجدد وتكشف لنا أن الفرد الايجابي شخص سعيد وقادر على مواجهة الحياة بأوجهها المختلفة و التكيف مع متغيرات الحياة الضاغطة ولهذا وجب التحلي بقدرة المرونة النفسية التي تعتبر الركيزة الأساسية لعلم النفس الايجابي الذي لديه دور فعال في جميع المجالات وما تتضمنه من تعقيدات وتهديدات في مسار الطالب الجامعي، فالمرونة النفسية تكمن في إطار العملية التكيفية سواء النفسية أو الاجتماعية، فمنطلق هذه المرونة هو التمتع لإيجاد بدائل الأفضل لكل مشكلة نواجهها وذلك من أجل حصولهم على التعافي من التأثيرات السلبية فهي تضمن لهم استراتيجيات شخصية من اجل المقاومة وتحقيق الطموحات والانجازات مستقبلا.

فكل هذه المعايير يصب قالبها في مبدأ علم النفس الايجابي الذي تبنى قاعدته في إتاحة فرصة الفرد لنمو والتطور النفسي السليم بما يساهم في جودة الحياة فهذه الأخيرة تحمل في طياتها الكثير من المعاني التي تساهم في بناء شخصية الفرد الذي مبدأه أن يكون لديه مهارة حل المشكلات، وفق ما توصل إليه علماء النفس الذين ركزوا في دراستهم على حل المشكلات لمساعدة الطالب على تجاوز العوائق والمعرقلات التي تعيق مشواره التعليمي بكل ثقة وتبقيهم بالمسار الصحيح من النمو المعرفي، بحيث أن مصادره الايجابية تكمن في تنمية القدرات الإبداعية وتنمية الثقة بالنفس وروح المغامرة، وحب الاستطلاع والسعي لارتياء المجهول.

إن المرونة النفسية وحل المشكلات يعتبران موضوعين مناسبين للحديث وبناء على هذين المتغيرين تم الاعتماد عليهما في الدراسة بغية الكشف عن الفروق في مستوياتهما والعلاقة بينهما لدى الطلبة الجامعيين بجامعة المدية.

وقد شملت الدراسة الأساسية على جانبين أساسيين هما الجانب النظري والجانب التطبيقي

الجانب النظري يحتوي على ثلاثة فصول:

استهل بفصل تمهيدي احتوى على الإطار العام للدراسة، وتم طرح الإشكالية وصياغتها وفرضيات الدراسة، وتحديد المفاهيم الدراسية، وذكر أهمية الدراسة وكذا أهدافها وصولا الى الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

ليليه **الفصل الثاني بعنوان المرونة النفسية**

وفيه تطرقنا إلى تمهيد وتعريف المرونة النفسية وبعض المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية، والسمات الشخصية لذوي المرونة النفسية، والعوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية، النظريات المفسرة للمرونة النفسية، وكذلك المهارات المعززة للمرونة النفسية، طرق بناء المرونة النفسية، فوائد وثمرات المرونة النفسية وفي الأخير خلاصة الفصل.

أما الفصل الثالث فقد جاء بعنوان حل المشكلات

وفيه تطرقنا إلى تمهيد، مفهوم المشكلة، مفهوم حل المشكلات، أنواع المشكلات، النظريات المفسرة للمشكلات، القدرة على حل المشكلات، متطلبات مهارة حل المشكلات، أهمية الاستراتيجية لحل المشكلات، العوامل المؤثرة في حل المشكلات.

أما **الجانب التطبيقي** فخصصنا له فصلين:

الفصل الرابع ليوضح منهجية الدراسة الميدانية من حيث الدراسة الأساسية، المتمثلة في منهج الدراسة وكذا مجالات الدراسة، مجتمع الدراسة، عينة الدراسة وكيفية اختيارها، الدراسة الاستطلاعية، وأدوات الدراسة والأساليب الإحصائية المستخدمة.

أما الفصل الخامس يحتوي على عرض ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات بالإضافة إلى الاستنتاج العام، وفي الأخير اقتراحات وخاتمة وقائمة المراجع والملاحق.

الجانب النظري

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1- إشكالية الدراسة
2- فرضيات الدراسة
3- تحديد مفاهيم الدراسة
4- أهمية الدراسة
5- أهداف الدراسة
6- الدراسات السابقة
7- التعقيب على الدراسات السابقة

الإشكالية:

تعد المرحلة الجامعية أهم مرحلة في المسار العلمي لطالب، فهي معبر الانفتاح وزيادة الوعي والقدرة على اتخاذ القرارات، لأن الشباب هم ثمرة هذا المجتمع وأساس تطوره وتقدمه وازدهاره، لابد من الاهتمام بجوانب حياتهم ومساعدتهم في مواجهة مختلف الصراعات والمشكلات النفسية وأعباء الحياة ، بكل إدراك مرونة، وفهم للتوصل إلى حالة من التوازن والاستقرار و الأمن النفسي الذي يطمح الإنسان الوصول إليه.

فنطاق التعليم العالي يعتبر نظار هرمي لأي دولة من أجل إعداد وتكوين أفراد يعتمد عليهم المجتمع في بناء مؤسسات مختلفة، لهدف التطوير العلمي الفكري، فالطالب الجامعي في هذه المرحلة يحاول تخطي معظم ما يقيده من حواجز ونكبات ضمن استراتيجيات، قد تظهر في صورة المرونة النفسية، حيث لها تأثير ايجابي وقدرة الشخصية على التكيف وامتلاكه النظرة الايجابية المتفائلة واكتشاف معنى الحياة.

كما أن المرونة النفسية صفة ملازمة للحياة وقوة كامنة خلقها الله تعالى في الإنسان ولا يمكن أن تتحول إلى ميزة إلا إذا قام الفرد بتفعيلها بالتجربة والممارسة، ويبدأ ذلك عندما ينظر إلى الأمور بمنظر مختلف ويتعرف بوجود وجهات نظر مختلفة بدلا من وجهة النظر واحدة فتغير في مواقفه وردود أفعاله وعادته الموروثة.

فالمرونة النفسية تلعب دورا كبيرا في تحديد مدى قدرة الطالب الجامعي على التكيف و التأقلم في المواقف الضاغطة ومدى قدرته على السيطرة في انفعالاته والمواجهة الواعية لظروف الحياة، فكل ما كان مستوى المرونة مرتفع كلما زادت قدرته على التكييف بحيث تشير المرونة النفسية في علم النفس الايجابي حسب أبو حلاوة إلى فكرة ميل الفرد إلى الثبات والحفاظ على هدوئه اتزانه الذاتي عند التعرض للمواقف العصبية والضغوطات لأحداث التوافق لمواجهة المشكلات العويصة وبالتالي سرعة التعافي وتجاوز السريع للضغوطات النفسية.

ويتحدد هذا الاتزان عن طريق حل المشكلات بما أن الطالب يعيش حيات تعج بالمثيرات فانه مضطر بالتعامل معها بحكمة وخاصة إذا كان فيها شيء من التعقيد أو الصعوبات التي بحلها تكتمل سعادته، لهذا يعد حل المشكلات إحدى أهم المهارات المعرفية التي تميز الإنسان

عن غيره من المخلوقات، وهي تعني إيجاد طريقة تتخطى صعوبة ما ويظهر أن الحياة هي بمثابة سلسلة من المشكلات متفاوتة الصعوبة، يسعى الفرد إلى إيجاد حلول لها من خلال التغلب وتجاوزها أملا في تحقيق التكيف والوصول إلى الأهداف المنشودة، كما يرى بعض العلماء السيكولوجيين أن حل المشكلات على أنه عملية التغلب على الصعوبات التي يقابلها الفرد في الوصول إلى هدف ما، وهذه العلية تعتمد على إنهاء حالة من التوتر واستعادة الكائن الحي، لحالة من الاتزان الداخلي عن طريق التكيف مع الظروف.

وعليه يعتمد حل المشكلات على عمليات معقدة والتي تتمثل في التحويل والمعالجة، التنظيم والتحويل، التركيب والتقويم للمعلومات الماثلة في المواقف ذات طابع معقد(مشكل)، في تفاعلها مع الخبرات والمعارف السابقة التي تشكل محتوى الذاكرة بهدف إنتاج الحل وتقييمه وتقويمه، وبما أن هذه الأخيرة ليست إلى عملية يكتسبها بالممارسة والتدريب، مما يتمتع الطالب القادر على حل المشكلات بجملة من الخصائص منها الاتجاهات الايجابية نحو المواقف الصعبة والثقة الكبيرة بإمكانية التغلب عليها.

انطلاقا مما سبق فان الرهان المطروح في دراستنا هو الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية وحل المشكلات لدى الطلبة الجامعيين بجامعة المدية، وعليه حاولت الدراسة الإجابة على الأسئلة التالية:

- ما مستوى المرونة النفسية لدى الطالب الجامعي ؟
- ما مستوى حل المشكلات لدى الطالب الجامعي؟

- فرضيات الدراسة :

وللإجابة على التساؤلات السابقة تم صياغة الفرضيات التالية:

1- توجد علاقة بين المرونة النفسية وحل المشكلات لدى الطلبة الجامعيين.

2- توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى درجة المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس.

3- توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى درجة حل المشكلات تبعا لمتغير الجنس.

3- تحديد مفاهيم الدراسة:

1-المرونة النفسية : هي الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الإنسان من التكيف الايجابي مع مواقف الحياة المختلفة سواء كان هذا التكيف بالتوسط أو قابلية التغير.**(فوزي،2017،ص18)**

التعريف الإجرائي: هي الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص في مقياس المرونة النفسية لدى الطالب الجامعي بجامعة يحي فارس بالمدية والتي تعبر عن مستوى المرونة لديهم.

2- **حل المشكلات** : يعرفها **سترنبرغ** على أنها عبارة عن عملية يسعى الفرد من خلالها إلى تخطي العوائق التي تواجهه وتحول بينه وبين الوصول إلى الهدف الذي يسعى الوصول إلية.**(مرداس صديقة،2018،ص18)**

التعريف الإجرائي: هي الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص في مقياس حل المشكلات لدى الطالب الجامعي بجامعة يحي فارس بالمدية والتي تعبر عن مستوى حل المشكلات لديهم.

3- الطلبة الجامعيين: يعتبر أحد العناصر الأساسية والفعالة في العملية التربوية طيلة التكوين الجامعي إذا انه يمثل النسبة الغالبة في المؤسسة الجامعية.

4- أهمية الدراسة:

تكمن الدراسة الحالية على أهمية النظرية والتطبيقية ويمكن تحديدها

1- من الناحية النظرية:

- تتمثل أهمية هذه الدراسة من حيث ندرة الدراسات في البيئة الجزائرية حسب علم الباحثة.
- تبرز أهمية الدراسة من خلال تناولها موضوعا يعد في غاية الأهمية.
- تهتم بمعرفة العلاقات بين المرونة النفسية وحل المشكلات لدى الطلبة الجامعيين باعتبارها مرحلة مهمة يمر بها الطالب في حياته.
- وتتمثل هذه الدراسة منطلقا لأبحاث ودراسات أخرى بما توفره من أدب نظري ودراسات سابقة ذات صلة .

2 – من الناحية التطبيقية:

1-تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية الفئة المستفيدة من نتائجها والمتمثلة بالطلبة يمكن للجهات المسؤولة في الجامعات استخدام نتائج هذه الدراسة في إعداد برامج تدريبية لتطوير

مهارات الطلبة في رفع مستويات المرونة النفسية لديهم بالإضافة إلى قدرتهم على حل المشكلات .

2- تسهم في تطوير الأسلوب الذي يمكن أن يستخدمه الطالب في مواجهة مختلف المواقف والتحديات وإتباع الاستراتيجية المناسبة لتعامل معها .

3- تكشف نتائج الدراسة عن عامل من العوامل التي قد تكون مؤثرة في المرونة النفسية عند الشباب وتحسين مستوى التكيف لديهم.

5- أهداف الدراسة :

1-التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية وحل المشكلات لدى الطلبة الجامعيين.

2- التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين.

3- التعرف على مستوى حل المشكلات لدى الطلبة الجامعيين .

4- التعرف على الفروق الفردية في مستوى المرونة النفسية وحل المشكلات تبعا لمتغير الجنس (ذكر /أنثى).

5- كما قد تشجع الدراسة الباحثين والدارسين على إجراء المزيد من البحوث المتعلقة بهذا المتغير لدى هذه الفئة.

6- الدراسات السابقة:

الخاصة بالمرونة النفسية :

دراسة يحي عمر شعبان شقورة (2012)،وهدفت إلى التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية ومتغير بين الجنس والسن لطلبة معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية الرياضية جامعة قاصدي مرباح ورقلة، ومعرفة ما ذا كانت هناك فروق فردية في مستوى المرونة النفسية للطلبة تعزي لعاملي الجنس والسن، حيث تكونت عينة الدراسة من 95 طالب وطالبة 75ذكور 20اناث، كما تم استخدام مقياس المرونة النفسية، توصلت أهم النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية تعزي لعامل السن ، لأنه كلما زاد عمر الفرد زادت خبرته مما يسهل عليه بالتعامل مع النكبات والمحن والمشاكل بطريقة ايجابية، كما توصلت أيضا إلى عدم وجود فروق فردية ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية تعزى لعامل الجنس ذكور / إناث .

2- دراسة لمياء قيس سعدون الزهيري (2012)،هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلبة جامعة ديالي، وبلغت عينة الدراسة (476) طالبا وطالبة تم اختيارها بالطريقة الطبقية العشوائية، وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى المرونة النفسية بحسب متغير الجنس (ذكور/ إناث) والتخصص (علمي، إنساني) والمستوى (أولى، ثاني، ثالث، رابع) وأشارت نتائج إلى وجود علاقة سالبة بين المرونة النفسية وأهداف الحياة الضاغطة لدى عينة الدراسة.

دراسة أجنبية

1- دراسة بيدجون ورو وستبلتون وميجار ولو(Pidgeon,Rowe, Stapleton,Magyar, Lo 2014) للكشف عن خصائص المرونة لدى طلبة الجامعات (دراسة دولية)، وتكونت العينة الدولية من (214) طالبا وطالبة جامعيا من استراليا والولايات المتحدة الأمريكية وجامعات هونغ كونغ، فكان عدد الإناث (166) والذكور(48) تتراوح أعمارهم بين(18-59)،أشارت النتائج أن الأفراد الذين لديهم متدنية من المرونة لديهم مستوى منخفض في الدعم الاجتماعي والعجز النفسي ومستويات عالية من الضائقة النفسية مقارنة مع طلاب الجامعات ذو مستويات عالية.

2- دراسة كل من موير وساندوز (Moyer,Sandoz ,2015) للكشف عن دور المرونة النفسية في العلاقة بين الوالدين وضيق المراهقين، وبلغت عينة الدراسة(71) من الآباء و(21) من المراهقين من خلال مسوحات كاملة على الانترنت تقييم المرونة النفسية ومحنة أولياء الأمور، وأظهرت النتائج وجود اتجاه نحو مرونة الأبوة والأمومة يكون معتدلا في العلاقة بين الوالدين والضيق لدى المراهقين، وأنه هناك الحاجة لإجراء بحوث إضافية في هذا المجال لتناقش اثأر الاستهداف عدم المرونة في التدخلات للأطفال والعائلات.

الدراسات الخاصة بحل المشكلات:

دراسة علوان فلسطين2009: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين تجهيز المعلومات والقدرة على حل المشكلات لدى الطلبة في مرحلة الثانوية في تجهيز المعلومات وحل المشكلات تبعا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي والمستوى التحصيلي مكان السكن

المستوى الاقتصادي الوضع الاجتماعي وقد تكونت عينة الدراسة من(270) طالب وطالبة و(166) ذكور (104) إناث من طلبة المرحلة الثانوية، واستخدام الباحث أدوات الدراسة وهي مقياس تجهيز المعلومات ومقياس حل المشكلات، وتوصل الباحث إلى النتائج التالية:
أظهرت أنه لا توجد جوهرية في مجالات مقياس تجهيز المعلومات ومقياس حل المشكلات تبعا لمتغير الجنس ومكان السكن والمستوى الاقتصادي والوضع الاجتماعي، مقياس القدرة على حل المشكلات فيه المجال العقلي والاجتماعي والدرجة الكلية لصالح الإناث عند مستوى 0,01 أما في المجال الوجداني كانت هذه الفروق لصالح الذكور كما بينت الدراسة أنه توجد فروق في مجالات مقياس لتجهيز المعلومات ومقياس حل المشكلات تبعا لمتغير المستوى الدراسي والتحصيلي ولصالح مستويات الأعلى .

دراسة قندوز محمد2015: أثر القدرة على حل المشكلات في تحيين القدرة القرائية لدى تلاميذ ضعفاء القراءة وقد اعتمدت الدراسة على عينتين الأولى تتمثل في ضعاف القراءة والثانية تتمثل في تلاميذ عاديين واستعملت الدراسة اختبار القراءة ومشكل برج هانوي توصلت الدراسة إلى : وجود فروق دالة إحصائيا في حل المشكلة بين تلاميذ العاديين والتلاميذ ضعفاء القراءة لصالح العاديين، وجود فروق دالة إحصائيا في خطوات حل المشكلة بين التلاميذ العاديين وتلاميذ ضعفاء القراءة لصالح العاديين، استنتجت الدراسة أن القدرة على حل المشكلات تؤثر في صعوبة تعلم القراءة.

الدراسات الأجنبية:

دراسة ثوماس وآخرون (Thomas et autre1998) هدفت الدراسة إلى التعرف على اثر متغيري الجنس والعمر على استراتيجية لقدرة على حل المشكلات الاجتماعية، لتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (904) طالبا من طلبة البكالوريوس ممن تتراوح أعمارهم بين(17-20)سنة واشتملت العينة على أشخاص متوسطي العمر من (40- 55) سنة حيث بلغ عددهم (100) فردا، إضافة إلى عينة من كبار العمر (60-80) سنة، حيث وصل عددهم إلى (100)فرد، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود الفروق في استراتيجية القدرة على حل المشكلات تبعا لمتغيري العمر والجنس، حيث تبين أن الشباب ومتوسطي العمر أكثر عقلانية وقدرة على حل المشكلات مقاربة بكبار العمر(60-80) سنة، وان

الأشخاص متوسطي العمر أكثر فئات قدرة على حل المشكلات، إضافة إلى تفوق الذكور باستراتيجية القدرة على حل المشكلات مقارنة بالإناث.

دراسة يوديني و اديمو (Udeani, Adeyemo 2011) دراسة تهدف لمعرفة العلاقة بين قدرات المعلمين على حل المشكلات وأنماط تعلم الطلبة وانجازهم في علم الأحياء، واعتمدت الدراسة على تصميم مسحي بحيث تم اختيار (150) من طلبة علم الأحياء في المدارس الثانوية العليا (10) من معلمين الأحياء (5) مدارس مختارة في لاغوس تابعة للحكومة المحلية، وأشارت نتائج الدراسة أنه هناك علاقة ايجابية كبيرة بين أنماط تعلم الطلبة والتحصيل الأكاديمي في الأحياء وهناك أثار كبيرة لقدرات المعلمين على حل المشكلات وأنماط التعلم على انجاز الطلبة في علم الأحياء.

الدراسات الخاصة بالمرونة النفسية وحل المشكلات:

الدراسات العربية:

دراسة لانا باسل (2017)وهدفت إلى الكشف عن مستوى المرونة النفسية ومستوي حل المشكلات لدى طلبة جامعة اليرموك، و الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية والقدرة على المشكلات، تكونت عينة الدراسة من (616)طالب وطالبة تم اختيارها بالطريقة المتيسرة، كما تم استخدام مقياس المرونة النفسية ومقياس القدرة على حل المشكلات، واستخدام المنهج الوصفي ألارتباطي، توصلت النتائج إلى وجود فروق على مقياس المرونة النفسية تعزى لمستوى الدراسي لصالح السنة الرابعة ، عدم وجود فروق على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس والتخصص، وجود فروق على مقياس القدرة على حل المشكلات تعزى لمتغير التخصص وجاءت لصالح التخصصات العلمية والمستوى الدراسي وجاءت لصالح السنة الأولى، عدم وجود فروق على مقياس القدرة على حل المشكلات تعزى لمتغير الجنس، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى وجود ارتباط بين المعرفة ومهارة حل المشكلات.

دراسة عبد الله(2018) هدفت الدراسة التعرف على المرونة النفسية وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات الاجتماعية لدى معلمي التربية الاجتماعية والوطنية في المرحلة الأساسية العليا في الأردن، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، واستخدام مقياس المرونة النفسية يتضمن (25) فقرة موزعة على أربعة مجالات (الصلابة النفسية،

التفكير الايجابي، تعدد المصادر، الغرض أو الهدف)، ومقياس القدرة على حل المشكلات يتضمن(15) فقرة، تكونت عينة الدراسة على (98) معلما من معلمي التربية الاجتماعية والوطنية في محافظة المفرق (لواء القصبة)، أظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى مرتفع في المرونة النفسية لدى معلمين التربية الاجتماعية والوطنية، وجود مستوى مرتفع في القدرة على حل المشكلات لدي معلمين التربية الاجتماعية والوطنية، وجود فروق في مستوى المرونة النفسية ككل تعزى لمتغير المؤهل العلمي ومتغير الخبرة كان لصالح (15سنة فأكثر)، وجود فروق في مستوى القدرة على حل المشكلات ككل تعزى لمتغير المؤهل العلمي والخبرة (أقل من 5 سنوات)، كما أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين مستوى المرونة النفسية لدى معلمين التربية الاجتماعية والوطنية والقدرة على حل المشكلات.

دراسة أجنبية:

دراسة شارما(Sharma,2015) بدراسة عن العلاقة بين المرونة النفسية وحل المشكلات الاجتماعية لعينة بلغت (211) من المراهقين والمراهقات تتراوح أعمارهم بين (16-13) عاما يدرسون في المدارس المتوسطة الانجليزية في مدينة حضرية في شمال الهند، وكشفت الدراسة أن المراهقين ذو المرونة مرتفعة كانوا أفضل بكثير في مهارات حل المشكلات الاجتماعية، وتوجه ايجابي متفوق تجاه المشكلات بشكل عام ونهج عقلاني لحل هذه المشكلات، وكون المرونة هي بنية دينامية لتدريب حل المشكلات، يمكن استخدامها لتعزيز صمود المراهقين لمواجهة قضايا الصحة النفسية الناشئة عن الوسط الحضري الهندي التقليدي

7- التعقيب على الدراسات السابقة:

نلاحظ من استعراض الدراسات السابقة أن بعضهم تناولت مفهوم المرونة النفسية كمتغير رئيسي وربطه ببعض من المتغيرات لدراسة العلاقة وقياس مستواها مثل دراسة **(شقورة2012)** التي درست العلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة ، كما أن بعض الدراسات تناولت عينة المراهقين التي كانت عينتها على البالغين، وهناك دراسات بحثت عن الفروق في السن والجنس والتخصص والمستوي التعليمي.

وقد تناولت بعض الدراسات متغير حل المشكلات كمتغير رئيسي وربطه ببعض المتغيرات الأخرى وتناولت مختلف العينات منها المراهقين والتلاميذ ومتوسطي العمر وكبار السن.
اتفقت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة في اختيار مجتمع وعينة الدراسة المتمثلة بطلبة الجامعات.

هناك الدراسات ربطت بين المتغيرين بحثت عن العلاقة بين المرونة النفسية وحل المشكلات واتفقت مع دراسة لانا باسل (2017) و كانت نفس العينة ودراسة عبد الله خلف(2018) التي تناولت متغير حل المشكلات الاجتماعية والعينة على معلمي التربية الاجتماعية الوطنية، ودراسة شارما(2015) تناولت متغير حل المشكلات الاجتماعية على عينة المراهقين.

كما تميزت هذه الدراسة بتسليط الضوء على متغيرات الدراسة لدى طلبة جامعة المدية، من أجل حث الطلبة على استخدام استراتيجيات الفعالة والمناسبة في رفع مستوى المرونة النفسية لديهم، لتزداد بذلك قدرتهم على مواجهة المشكلات سواء من تكيفهم الاجتماعي أو تحصيلهم العلمي، الذي ينعكس إيجابا على ممارسة أنشطتهم ويرتفع تحصيلهم.
وقد أفادت الباحثة من مطالعتها في الدراسات السابقة في التعرف إلى المجتمعات التي تناولها البحث، بالإضافة إلى الاطلاع على الأدوات والمقاييس التي تم استخدامها في هذه الدراسة، كما الاطلاع على الأدب النظري في هذه الدراسات سهل على الباحثة صياغة مشكلة الدراسة، وتحديد موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة.

الفصل الثاني: المرونة النفسية

تمهيد
1- مفهوم المرونة النفسية
2- بعض المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية
3- السمات الشخصية لذوي المرونة النفسية
4- العوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية
5- النظريات المفسرة للمرونة النفسية
6- المهارات المعززة للمرونة النفسية
7- طرق بناء المرونة النفسية
8- فوائد وثمرات المرونة النفسية
خلاصة الفصل

تمهيد

تعتبر المرونة النفسية احد مواضيع الصحة النفسية الناشئة، أين يتمتع فيها الأفراد بالطاقة الايجابية، الهدوء الداخلي، السلام والاستقرار الانفعالي هي من استراتيجيات المواجهة في الحياة ونعني بها القدرة على حل المشاكل والمعضلات بسهولة وسلاسة دون الفشل والعجز أمامها أو الهروب منها مهما كانت الظروف من خلال التغلب عليها بطرق ملائمة وصحيحة أين يستطيع الفرد أن يخفف من وطأة الصراعات الداخلية والخارجية وبالتالي يتمكن الفرد من التركيز في الأمور التي من حوله، وسنتعرف على المرونة النفسية من خلال مفهومها ونتطرق إلى بعض المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية، والسمات الشخصية لذوي المرونة النفسية، العوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية، النظريات المفسرة للمرونة النفسية، المهارات المعززة للمرونة النفسية و طرق بناء المرونة النفسية وأخيرا فوائد وثمرات المرونة النفسية.

1- مفهوم المرونة النفسية

أ- المرونة لغة :

قال ابن فارس: "مرن-الميم والراء والنون –أصل صحيح يدل على لين الشيء وسهولته"**(معجم مقاييس اللغة،1979،ص. 313).**

وجاء في لسان العرب : " مرن يمرن مرانة ومرونة : وهو لين في الصلابة ، ومرنت يد فلان على العمل أي صلبت واستمرت المرانة :اللين ".(**ابن المنظور ،ص403).**

- المرونة اصطلاحا:

المرونة "resilience"من المصطلح اللاتيني "salive" تعني الرجوعية to spring ومن "resilire" وتعني الرجوع إلى الحالة السوية (spring back).

تعرفها دافيدسون Davidson: المرونة تعد كقدرة الشفاء أو الرجوع إلى الحالة السوية بعد التعرض للحدث الضاغط **.(Davidson.p1)**

ب- مفهوم المرونة النفسية:

يشير مصطلح المرونة النفسية في علم النفس إلى فكرة ميل الفرد إلى الثبات والحفاظ على هدوئه واتزانه الذاتي عند التعرض لضغوط أو مواقف عصبية، فضلا عن قدرته على التوافق الفعال والمواجهة الايجابية لهذه الضغوط وتلك المواقف الصادمة.**(أبو حلاوة،2013،ص17)**

يعرف **رزوق** المرونة النفسية بأنها :خاصية في الفرد تساعده على التكيف والتلاؤم، وهي ميزة تشير إلى الانفتاح على صعيد القدرات والاستعداد من جانب الفرد لتطويعها وملائمتها للظروف المستجدة .(**رزوق ،1979،ص279)**

يعرف **الطحان** المرونة النفسية بأنها "القدرة على التكيف في المواقف التي تحمل الإحباط حيث يلتمس الحلول المختلفة للمشكلات ولا يظهر العجز عن مواجهتها"**(الطحان،1992، ص،181).**

وورد في **إصدارات الجمعية الأمريكية لعلم النفس** في نشرة بعنوان الطريق إلى المرونة النفسية الذي ترجمه للعربية محمد السعيد أبو حلاوة إن المرونة النفسية هي "عملية التوافق الجيد والمواجهة الايجابية للشدائد وللصدمات، النكبات، أو الضغوط النفسية التي يواجهها

الأفراد مثل المشكلات الأسرية، مشكلات العلاقة مع الآخرين، المشكلات الصحية الخطيرة، ضغوط العمل والمشكلات المالية."**(APA,2002)**

ويعرفها أيضا **الصوفي** بأنها هي "الحد الفاصل بين الثبات والمطلق الذي يصل إلى درجة الجمود, والحركة المطلقة التي تخرج بالشيء عن حدوده وضوابطه، أي أن المرونة حركة لا تسلب التماسك, وثبات لا يمنع الحركة".(**الصوفي.1996.ص141).**

كما يعرف **الأحمدي** بأنها : الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الإنسان من التكيف الايجابي مع مواقف الحياة المختلفة سواء كان هذا التكيف بالتوسط أو القابلية للتغير أو الأخذ بأيسر الحلول."**(الأحمدي ،2007،ص3-4)**

وأما **شارما** فعرف المرونة النفسية على أنها القدرة على استعادة التوازن بعد أي فشل أو خسارة أو صدمة وهي واحدة من أهم مهارات الحياة التي يحتاجها الفرد لحماية دعم وإثراء وجوده في عالم اليوم ، وكثيرا ما يستخدم مصطلح المرونة لوصف سمة شخصية مستقرة أو القدرة التي تحمي الأفراد من الآثار السلبية للمخاطر والمحن .(**Sharma/2015)**

ويبين **Shahrir/Azlina** أن المرونة النفسية هي قدرة الفرد على التعافي من الأمراض ,الاكتئاب والمصائب ,وقيام الفرد بوظائفه بالرغم من التحديات والظروف الصعبة المحيطة به، وهذا يتطلب من الفرد القدرة على التكيف الفعال الذي يتضمن كل من الأفكار والأفعال.**(شقورة .2012.ص10)**

وعرفها **بركات** على أنها قدرة الفرد على أن يغير نفسه واتجاهاته مع المواقف التي يقع بها بالإضافة على قدرته لإيجاد حلول للمشكلات تتصف بالتنوع والتعدد .(**بركات،2008)**

ومن خلال التعاريف السابقة نستنتج أن المرونة النفسية هي سمة شخصية يتميز بها الفرد في القدرة على إدراك وتنظيم وإدارة التجربة السلبية، وهي قدرة الفرد على التأقلم والتكيف ووضع الخطط الواقعية واتخاذ الخطوات والإجراءات وتوليد استراتيجيات اللازمة لإيجاد حل المشكلات المتعددة والمتنوعة لتساعده على استعادة توازنه بعد تعرضه لصدمة أو معضلة.

2- بعض المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية :

1-2 مرونة الأنا:

تشكل مرونة الأنا في مجملها الأبعاد العقلية والاجتماعية والنفسية والانفعالية والأكاديمية ... الخ لشخصية الفرد، بحيث تكسبه القدرة على التكيف مع الأحداث غير المواتية، والتي من المتوقع أن تعرقل مسيرة نمو الشخصية في الاتجاه الطبيعي إذا مكان هذا الشخص غير قادر على التعامل مع ما يواجهه من أحداث صادمة، مثل أحداث العنف والقهر والظلم التي تشكل خبرات مؤلمة في الذات تظهر نتائجها السلبية في حياته القادمة على المستوى النفسي والاجتماعي والأكاديمي والانفعالي، بحيث تصبح الشخصية غير مؤهلة للحياة الطبيعية، حيث يتعامل فيها الفرد مع كل متطلبات النفسية والاجتماعية و الانفعالية .**(محمد عصام أبو ندى ،43، 2015)**

ويفيد انه هناك مجموعة من العوامل المكونة لمرونة الأنا في الشخصية تتمثل في ما يمتلك الإنسان من القدرات ومنها قدرة الفرد على :

- الاحتفاظ بسعادته من خلال إحساسه بأنه سوف يحقق الهدف الذي يسعى جاهدا إليه.
- قدرة الفرد على العمل المنتج، والسعي الحثيث على بنيته النفسية، والاجتماعية والعقلية والأكاديمية والخلقية...الخ .
- المحافظة على أمنه النفسي، وتقبل ذاته ومعرفتها وإدراكه الحقيقي لها وللآخرين والمحيطين به.
- المحافظ على الكفاية التواصلية البيئية الشخصية وقدرته على المحافظة على علاقات واقعية مع الآخرين في بيئته.
- الاحتفاظ بكينونته الشخصية وثقافته وروحانيته الخلقية.**(الخطيب ،2007،ص148)**

2-2 قوة الأنا :

هي تعتبر قوة الأنا الركيزة الأساسية في الصحة النفسية وتعتبر سمة هامة من سمات الشخصية بما لعبه من دور فعال ومؤشر في تطور النمو النفسي والاجتماعي للفرد وفي تشكيل الشخصية الإنسانية بشكل عام بحيث تعتبر خاصية أولية تكشف عن نفسها في تشكيل الاتزان الانفعالي لدى الفرد .**(عودة .2001.ص79)**

2-3- المناعة النفسية:

يقصد به قدرة الفرد على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل الصعوبات والمصائب، ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر، غضب وسخط وعداوة وانتقام، وأفكار بأس وعجز وانهزامية وتشاؤم.**(مرسي،2000.ص97)**

2-4- الصلابة النفسية:

هي مجموعة من الخصائص النفسية تشمل متغيرات الالتزام ووضوح الهدف والتحكم والتحدي وهذه الخصائص من شأنها المحافظة على الصحة النفسية والجسمية والأمن النفسي بالرغم من التعرض للأحداث الضاغطة . (بوقيقة محمد علي،2016،ص22)

2-5- التفكير الايجابي :

هو التفاؤل والإحساس بالقدرة على النجاح، حيث أن التفكير بالفشل مقدمة للوصول إليه والتفكير بالنجاح سبب لإدراكه ونيله.**(شقورة .2012.ص11)**

2-6- التوافق الايجابي :

هو 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 أن ترضي الفرد نفسه، وان يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين ،فلا يبدو ما يدل على عدم التوافق الاجتماعي، كما لا يسلك سلوكا اجتماعيا شاذا بل يسلم سلوكا مفعولا على اتزانه الانفعالي والعاطفي والعقلي في ظل مختلف المجالات وتحت تأثير جميع الظروف.

2-7 القدرة على التكيف :

هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا به وبين البيئة، ويعرف أيضا بأنه القدرة على تكوين العلاقة المرضية بين المرء وبيئته.**(فهمي .1995،ص16)**

3- السمات الشخصية لذوي المرونة النفسية:

يذكر **الخطيب (2007)** السمات الشخصية المميزة للأشخاص ذوي المرونة العالية وهي:

1-الاستبصار: هي قدرة الشخص على قراءة وترجمة المواقف والأشخاص والقدرة على التواصل البنشخصي ومعرفة طرق الفرد في التكيف مع المواقف المختلفة، مما يجعله يفهم نفسه والآخرين .

2- الاستقلال: عمل توازن بين الشخص والأفراد الآخرين المحيطين به، ويشمل كيفية تكيفه مع نفسه بحيث يعرف ماله وما عليه.

3- الإبداع : ويشمل إجراء خيارات وبدائل للتكيف مع تحديات الحياة بالإضافة للاندماج في كل الأشكال سلوكية السلبية (تحدي مصاعب والمخاطر) .

4- **روح الدعابة**: تمثل القدرة على إدخال السرور على النفس وإيجاد المرح اللازم للبيئة المحيطة به.

5- المبادأة: وتتضمن قدرة الشخص على البدء في تحدي ومواجهة الأحداث ، وذلك بعد دراسة سريعة وصحيحة وتمثل قدرة الفرد على الحدس أي الإحساس بادراك النتائج الايجابية الصحيحة والسريعة.

6- تكوين العلاقات: وتشمل قدرة الفرد المرن على تكوين علاقات ايجابية صحيحة وقوية من خلال قدرته على التواصل النفسي والاجتماعي والعقلي والبينشخصي مع من يحيطون به ومع ذاته .

7- **القيم الموجهة (الأخلاق)**: وتشمل البناء الخلقي الروحاني الصحيح للشخص المرن، والتي تتضمن قدرته على تكوين مفاهيم روحانية وتطبيقها من خلال تعامله مع أفراد مجتمعه ومع خالقه ليكون شخصا متمتعا بإدراكات روحانية وخلقية في حياته العامة والخاصة .**(عبد الله .2018،ص12/11)**

وهناك سمات أخرى للشخص الذي يتمتع بالمرونة مثل:

- الايجابية والتكيف في الظروف المعاكسة .
- القدرة على تحمل الإحباط.
- مستوى التفاعل والتغلب على النتائج السلبية للضغوط.

- تنويع أساليبهم المعرفية تبعا لمقتضيات المواقف التي يواجهونها .
- ضبط النفس والانفتاح على الخبرة والابتعاد عن الفضاضة .
- العمل بفعالية وفقا مع القيم الشخصية .**(زينة عبد الكريم ،2016،ص34)**

نجد أن سمات الشخصية لذوي المرونة النفسية مستمدة من تعريفاتها التي تشير إلى عملية التكيف مع أو التغلب على التعرض على الشدائد أو الإجهاد، فيما يتعلق بالتدخلات الصحية العقلية إذ أن المرونة هي أكثر من مجرد سمة شخصية الفرد، بل هو عملية تفاعل تنطوي بين تجارب الحياة عند الفرد، وسياق الحياة الراهنة .

4- العوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية :

بينت الجمعية الأمريكية لعلم النفس في منشوراتها وجود العديد من العوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية والتي تعمل على تعديل الآثار السلبية الناتجة عن مواقف الحياة الضاغطة وقد بينت العديد من الدراسات أن العامل الأساسي في تكوين المرونة النفسية هو وجود الرعاية والدعم و الثقة و التشجيع سواء داخل الأسرة أو خارجها، بالإضافة إلى عوامل أخرى مثل: قدرة الفرد على وضع خطط واقعية لنفسه، الثقة بالنفس، النظرة الايجابية للذات، تطوير مهارات الاتصال والتواصل والقدرة على كبح المشاعر الحادة ومن العوامل التي تساعد على استمرارية المرونة لدى الأفراد :

- القدرة على التكيف مع الضغوط النفسية بفاعلية وبطريقة صحيحة.
- امتلاك الفرد لمهارة حل المشكلات
- اعتقاد الفرد بوجود شيء يمكن القيام به للسيطرة على المشاعر الحادة والتكيف مع الظروف الطارئة
- توافد الدعم الاجتماعي
- الاتصال والترابط مع الآخرين مثل العائلة أو الأصدقاء
- المعتقدات الدينية
- البحث عن المعاني الايجابية للمواقف الصادمة .

وتأتي المرونة النفسية من ثلاث مصادر: الدعم الخارجي الذي يحافظ على استمرارية المرونة، القوة الداخلية، الذاتية التي تتكون مع مرور الوقت وامتلاك مهارة حل المشكلات التي تساعد الفرد على مواجهة المحن والشدائد.**(يحي عمر شعبان شقورة ،2012،ص13)**

من هنا يتضح لنا أن العوامل التي تساعد على استمرارية المرونة النفسية هي بالأساس عوامل ذاتية مرتبطة بالفرد نفسه و أيضا عوامل خارجية مرتبطة بالمحيط الخارجي كالدعم الاجتماعي مثلا.

5- النظريات المفسرة للمرونة النفسية:

5-1- نظرية التحليل النفسي:

يؤكد فرويد على السنوات الخمس الأولى من حياة الفرد التي تربط الطفل مع الوالدين ولاسيما الأم، إذ أن المرونة والتواصل مع الآخرين ما هو إلى إشباع لحاجات الطفل الأساسية التي يحصل عليها من أمه من خلال الرضاعة لفترة طويلة .

وتفسير فرويد هذا يأتي من اعتقاد أن أساس ارتباط الطفل بأمه هو إرضاء حاجاته الفمية، و هذا يكون أساس الدافع الثانوي لارتباطه مع الآخرين في الأسرة فالطفل الذي أشبع طفولته بشكل جيد فان شخصيته ستكون عرضة للتفاؤل ومرنة، بينما إذا لقي إحباطا في إشباع اللذة الفمية فانه سوف يكون نوع من العدائية و السادية والذي يتسم سلوكه بالميل إلى إثارة الجدل والخلاف والتشاؤم، والكره والعداء، والتناقض الوجداني إزاء الآخرين.**(نصيرة ،2017،ص 41،40)**

ويرى **(جابر عبد الحميد جابر ،1990)** أن المرونة النفسية هي عبارة عن طاقة كامنة في الإنسان ويسهل إبدالها وإزاحتها بين الذاتي والموضوعي فمثلا الوليد الجائع يضع في فمه أشياء مثل أصابعه، لعبة بلاستيك كأنه يستثمر في طاقته حيث يخفف من إشباع حاجاته ككائن عضوي وتتحول هذه العمليات من ألهو الذاتية إلى الأنا المنطقية و الموضوعية.

ويرى كذلك أن الشخصية تتكون من ثلاث أجهزة هي: الهو و الأنا والأنا الأعلى وحين تعمل متعاونة تسهل لصاحبها سبل التفاعل مع بيئته على نحو مرضي حيث يتم إشباع

حاجاته الأساسية ورغباته، أما إذا تنافرت وتشاحنت هذه الأجهزة ساء توافق الفرد وقل رضاه عن نفسه وبيئته ونقصت كفايته.

وإذا كانت غالبية هذه الطاقة تحت سيطرة الأنا الأعلى كان سلوك هذا الفرد أخلاقيا، وأما إذا كانت هذه الغالبية هي حوزة الأنا كان سلوكه واقعيا و مرنا، أما إذا كان الهو والذي يعتبر هو مصدر الطاقة محتفظا بمعظمها، فان سلوكه يتسم بالاندفاع، وعن طريقة توزع هذه الطاقة النفسية بين هذه الجوانب الثلاثة للشخصية يعبر عن نفسه .(**جابر عبد الحميد جابر 1990.ص32-34**)

ونرى من خلال ما سبق أن نظرية التحليل النفسي ترى بأن المرونة النفسية هي عملية ديناميكية بين الأجهزة الثلاثة (الهو، الأنا، الأنا الأعلى) ويسيطر عليها الأنا باعتباره هو الجهاز الواقعي الذي يضمن بناء الشخصية ومرونتها وهي يتصدى للمواقف التي يتعرض لها الفرد، ولكن نظرية فرويد لم تبرز أهمية التنشئة الاجتماعية في تعزيز المرونة النفسية وطريقة اكتسابها من المحيط الذي يعيش فيه الفرد .

5-2- النظرية الاجتماعية:

نظرية اريك ايريكسون :

وجه نظر **اريك ايريكسون** في تطور الشخصية وتكاملها يكون عن طريق ما سماه أزمات الحياة، وهي عبارة عن مشكلات تكيف متدرجة ومتصاعدة يتحقق هذا التكيف كل ما كانت مرونة التعامل مع الواقع مما يمكن أن نطلق عليه المرونة النفسية فكل مرحلة من مراحل النمو (من الميلاد إلى الممات) تتميز بصراعات وأزمات تحتاج إلى معالجات وحلول من خلال التعامل معها بطريقة تكيفيه نموية تتناسب، وهذه المرحلة ووفقا لمبدأ التخلق المتعاقب فكل مرحلة من مراحل النمو بالنسبة لايريكسون لها مهامها الحياتية، والنجاح أو الفشل في تحقيق هذا له أثر هام على نمو في المراحل التالية، فالكثير من عمل ايريكسون يمكن النظر إليه على أنه وصف للقوة الاجتماعية والتاريخية التي تؤثر على قوة ومرونة أو ضعف وصلابة الأنا .**(صباح مرشود منوخ ،2013، ص387-388)**

تعتبر نظرية اريك ايريكسون من النظريات المفسرة للمرونة النفسية تفسير مقربا للواقع من خلال وجهة نظره أن التكيف يتحقق كلما كانت مرونة التعامل مع الواقع مما يمكن أن نطلق عليه المرونة النفسية.

3-5- نظرية التعلم الاجتماعي:

نظرية باندورا ترتبط في الثبات السلوكي الداخلي /الخارجي، فتصور السلوك والعوامل الشخصية والمعرفية (الداخلية) والأحداث البيئية (الخارجية) كما لو كانت جميعها نظاما متشابكا من التأثيرات المتبادلة .(**الين بيم ،2010،ص507)**

يؤكد باندورا أن عملية التعلم أمر أساسي للمرونة، التعلم يحدث من خلال الخبرة المباشرة، ويمكن للأفراد تعلم سلوكيات جديدة من خلال عملية مراقبة الآخرين وملاحظة العواقب المترتبة على سلوكهم .(**Bandura.1986. p46)**

وأكد باندورا في السنوات الأخيرة على مفهوم الكفاءة الذاتية Self-Efficacy، حيث يشير إلى اعتقادات الناس حول إمكاناتهم لإنتاج المستويات المحددة للأداء التي تمارس تأثيرا في الأحداث المؤثرة في حياتهم وتحدد اعتقادات الكفاءة الذاتية كيف يشعر الناس؟وكيف يفكرون ؟ وكيف يندفعون وكيف يتصرفون ؟.**(الناشي ، 2005،ص17)**

ووفقا لنظرة باندورا فان الاستجابات الجديدة مطلوبة في الوقت الذي يقوم فيه بالملاحظة بترميز المثيرات الداخلية وتخزينها وتحويلها، وهذا الاكتساب من خلال إدراك المعرفي الذي يحدث قبل أداء الاستجابة المتعلمة لكي يصبح التعلم ظاهرا فلا بد من أن تكون القدرات الحركية متاحة و ظروف البواعث مهيأة، و بالإضافة إلى المكافئات الخارجية والبديلة، فان هذه النظرية تؤكد على التعزيز الذاتي كمحدد لانتقاء السلوك، وأحد الجوانب ذات الدلالة على جوانب نظرية باندورا يتعلق بمجال واسع من النقل إلى مواقف جديدة . **(توما جورج خوري ،1996،ص154)**

ويرى **(روتر,1966)** صاحب نظرية مركز التحكم أن تجارب الفرد المتعلقة بالنجاح والفشل في أداء سلوكا ته وملاحظاته لسلوك الآخرين ونتائجها تساهم بشكل أساسي في تحديد مركز الضبط أو التحكم لديه.

وفي سياق ذاته وجد أن مركز التحكم الداخلي يؤثر ايجابيا وبشكل مباشر على حالة الانفعالية ,وذالك لأن الأفراد ذوي هذا النوع من مركز التحكم حينها يكونون تحت وضعية ضغط معينة يدركون أنه بإمكانهم السيطرة والتحكم في هذه الوضعية ,مما يقلل شعورهم بالتوتر والتهديد ويرفع ذلك من مستوى تقدير الذات لديهم ومن مستوى شعورهم بالرضا والارتياح الانفعالي ,على عكس ذوي التحكم الخارجي الذين يبدون مستويات منخفضة من تقدير الذات إلى جانب الاضطرابات الانفعالية كالقلق و الشعور باليأس والتوتر وهو ما يؤثر سلبا على صحتهم.**(الزروق فاطمة الزهراء,2014,ص12)**

ومن خلال ما سبق يتضح لنا بأن نظرية التعلم الاجتماعي أشارت ضمنيا للمرونة النفسية من خلال ما جاء روادها من بينهم باندورا الذي أكد على أن المرونة النفسية تكتسب عن طريق الملاحظة والنمذجة والكفاءة الذاتية وهي عناصر تساعد الفرد على تكوين شخصية متكيفة مع بيئته، وكذلك روتر الذي أضاف بعدا يتماشى مع وجهة هذه النظرية وهو البعد المعرفي من خلال تقسيم الأفراد إلى فئتين، أصحاب مركز التحكم الداخلي وأفراد ذوي الضبط الخارجي، وأشار ضمنيا بأن الأفراد المرنين هم الذين يتأرجحون بين المركز الداخلي والخارجي وذلك حسب الموقف الذين يتعرضون له.

5-4- نظرية السمات:

يعتبر" هانز ايزك " من أبرز من أسهموا في نظرية السمات حيث قدموا وصفا منظما للشخصية، فالعادات أساسا تقوم عليها سمات الشخصية وهذه بدورها تتجمع في أبعاد قليلة، وبناء على التحليل العاملي أدى إلى التوصل إلى الأبعاد الآتية:

- **الشخصية الانبساطية**: وهي شخصية اجتماعية ومرنة وهي عكس الانطواء.
- **الشخصية العصابية**: وهي شخصية لديها استعداد للمرض العضلي.
- **الشخصية الذهانية**: والتي لديها استعداد للمرض الذهاني.

ويضاف إلى ذلك أبعاد أخرى مثل المحافظة والتطرف والتعقيد والبساطة والصلابة والليونة والديمقراطية والتسلطية.**(نبيل سفيان ،2004،ص67)**

من خلال ما سبق ذكره في نظرية السمات أن ايزك اسم الشخصية إلى المجموعة من الأنماط وجاءت بالمرونة النفسية في النمط الانبساطي بحيث يرى أن الأفراد المرنين هم

الذين يملكون النمط الانبساطي وهم اجتماعيون ودودين ومتكيفين مع المواقف التي تواجههم.

6- المهارات المعززة للمرونة النفسية:

توصل الباحثون في جامعة بنسلفانيا إلى مجموعة من المهارات التي تعزز المرونة وفيما يلي عرض للمهارات المعززة للمرونة النفسية مقتبسة من **(Jennifer pearson -2006)**

6-1- إدارة الانفعالات:

يدور التنظيم الانفعالي حول مقدرة الشخص على أن يبقى هادئا تحت الضغوط ولا يترك مشاعره تغمره أو تأثر على كامل يومه وهذا لا يعني قطع المشاعر السلبية أو كبت المشاعر وان التعبير عن المشاعر كل من تلك السلبية والايجابية على حد السواء أمر صحي وبناء ذلك أن بدايات التنظيم الانفعالي لدى الرضيع تبدأ من خلال مص أصابعهم سعيا منهم لتهدئة أنفسهم.

6-2- التحكم بالدوافع :

تعرف على أنها المقدرة على التوقف والاختبار فيما إذا كانت الرغبة في القيام بتصرف ما موجودة أم لا، فمثلا عندما يغضب الفرد على سبيل المثال فقد يرغب بالصراخ أو دخول في جدال ويساعد ضبط الدوافع في التوقف و التقدير بأن تصرفات محددة قد لا تقيد في مواقف ما وبأن تلك الأفعال قد تفاقم الحال.

6-3- تحليل المشكلات وأسبابها:

تؤثر طريقة التفكير بالمشكلة أو الحادث المسبب للضغط النفسي على شعور تجاهه لعل تحديد السبب المزعج وعاداته ويتيح لنا التفكير المرن بأن يصبح الفرد مرنا وأن يقوم بالغزو المناسب للمشكلة .

6-4- المحافظة على التفاؤل الواقعي :

وهي القدرة على المحافظة على الأمل بمستقبل زاهر وهي تدور حول رؤية الأشياء كما هي وأننا نستطيع الخروج من موقف ما لأفضل حال فبعض الناس يميلون للشعور بان كل أشكال الضغوط النفسية تدوم طويلا. الأمر الذي يجعل من المواقف على ما يبدوا لا أمل فيه

وهناك آخرون يرون إن هذه الحالة أو موقف مجر شيء وقتي الأمر الذي يساعد على المحافظة على التفاؤل الواقعي ويمكن لهذه المشكلة أن تمر.

6-5- التعاطف مع الآخرين: التعاطف هو المقدرة على تفهم مشاعر الآخرين.

6-6- الاعتماد بالكفاءة الذاتية:

ترجع الكفاءة الذاتية إلى الاعتقاد بأن الفرد قادر على مواجهة معظم المشكلات والتعامل معها والتراجع إلى الوراء عندما تعد الأمور قاسية فالشعور بالكفاءة الذاتية هو الذي يصنع الفرق والمهم بأن يشعر الفرد أنه قادر على فعل أمر ما.

6-7- الانفتاح على الآخرين:

ويمثل المقدرة على استغلال الفرص الجديدة التي تقدمها الحياة، وتشير أبحاث المرونة إلى أن الناس الذين ينظرون إلى الأخطاء على أنها فرصة للتعلم تسهل عليهم مواجهة الأمور الجديدة.**(مازن فواز الشماط ،26،2012-27)**

7- طرق بناء المرونة النفسية :

قدمت الجمعية الأمريكية لعلم النفس عشر طرق لبناء المرونة النفسية كما يلي:

1- العلاقات الاجتماعية الايجابية مع الآخرين بصفة عامة و أعضاء الأسرة و الأصدقاء بصفة خاصة.

2- تجنب الاعتقاد بأن الأزمات أو الأحداث الضاغطة مشكلات لا يمكن تجنبها.

3- تقبل الظروف التي لا يمكن تغييرها

4- وضع أهداف واقعية والاندفاع الايجابي باتجاه تحقيقها .

5- اتخاذ أفعال حاسمة في المواقف العصيبة.

6- التطلع لفرص استكشاف الذات.

7- تنمية الثقة بالذات.

8- الحفاظ على تصور طويل الأجل وفهم الحدث الضاغط في إطار السياق الواسع المخلق له.

9- الحفاظ على روح التفاؤل والاستبشار وتوقع الأفضل.

10- رعاية المرء لعقله وجسده ،وممارسة تدريبات منتظمة، مع الانتباه لحاجاته ومشاعره، فضلا على الاندماج في أنشطة الترفيه والاسترخاء وإمتاع الذات، والتعلم من الخبرات السابقة وتأسيس لحياة مرنة ومتوازنة .**(إيمان فوزي شاهين ،2017،ص296)**

كما انه يجب أن يكون الفرد قادرا على الاحتفاظ بسعادته، وأمنه النفسي وثقته بذاته وتحمله المسؤولية وأن يحافظ على علاقات اجتماعية تكيفية مع الآخرين كل ذلك يعمل على بناء المرونة النفس.

8- فوائد وثمرات المرونة النفسية :

8-1- الصحة النفسية:

من ثمرات المرونة النفسية تحقيق الصحة النفسية، وتعرف الصحة النفسية بأنها النضج الانفعالي وتوافق الفرد مع نفسه ومع العالم حوله، والقدرة على تحمل مسؤوليات الحياة، ومواجهة المشكلات، وتقبل الفرد لحياته والشعور بالرضا والسعادة .**(الزهراني مسفر ،2000،ص331)**

ولقد عرفتها منظمة الصحة العالمية (**OMS.2005;p26**) بأنها حالة من العافية يحقق فيها الفرد قدراته ويمكن أن يتغلب على الاجهادات العادية في الحياة ويمكن أن يعمل بإنتاجية مثمرة قادرا على المساهمة في مجتمعه، حيث ترتبط سمة المرونة النفسية بالصحة النفسية كمؤشر من مؤشرات التواق كأن يكون الفرد متوازنا مبتعدا عن التطرف وأن الشخص المرن هو الشخص القادر على التعايش مع الاختلاف دون الانغلاق على خبراته.

8-2- النظرة الايجابية للحياة:

كلما كان الإنسان متحليا بخاصية المرونة، كان أكثر ايجابية في تعامله مع ما يدور حوله ، فالنظرة الايجابية في الحياة هي التي تحدد قيم الفرد ومكانته الاجتماعية في الحياة، لأنها سبب في العمل والحركة، والفعالية والعزم.

3-8- الاستمرارية في العطاء:

إن العمل المتقطع لا يؤتي ثمرته، إن العمل المتكرر يورث الكآبة، والإنسان المرن يكتسب استمرارية لا تعرف الانقطاع وعمله لا يعرف الكآبة والملل، فهو يواصله بهمة وحماس وروح وإتقان .

4-8- الاتصال الفعال:

إن الإنسان منذ ولادته في الحياة، وهو يقوم بعملية اتصال أراد ذلك أو لم يرد، وهذا الاتصال هو الذي يكون العلاقات الإنسانية، والفرد من يربط مدى نجاحه وفشله بمدى نجاح وفشل علاقته.

تعود المرونة النفسية بعدة فوائد على الطالب نذكر منا:

* تساعد على التكيف و التقييم الصحيح.
* تهون الأمور وتجعلنا نرى كل موقف من جهة ايجابية .
* تجعل لدى الإنسان قابلية لتفهم الطرف الآخر.
* تزيد من متعتنا بالأشياء التي حولنا.
* تقلل من وحدة التوتر والقلق.
*تساعد الفرد على تحقيق أهدافه بنجاح. **(يحي شقورة ،2012،ص25-27)**

ومن هنا يمكن القول أن الفائدة الكبرى للمرونة النفسية هي التمتع بصحة نفسية جيدة من خلال التكيف مع جميع مواقع الحياة المختلفة و النظرة الايجابية للحياة تدفع بالفرد إلى التغلب على كل ما هو سلبي.

خلاصة الفصل:

المرونة النفسية هي مهارة ذو قيمة عالية عندما يكون الطالب قادر على مجابهة حوادث الحياة باستمرار، فان ذلك يكسبه خبرة عميقة حول تقييم الأمور على نحو جيد، قد يكون ما يمر به من صدمات ونكبات محرك أساسي لذهنه نحو اكتشاف مكامن القوة لديه وكون الإنسان هو حالة معقدة بطبيعة الحال، هو لا يستطيع الكشف عن حقيقة نفسه إلا من خلال معايشة الأمور خارج نطاق تصوره واعتقاده ويصحب ذلك ردود أفعال وأفكار جديدة ومشاعر مغايرة، تخترق مساحة المألوف لديه، هذا ما يدفعه إلى تفكير دوما حول وضع استراتيجيات تناسب الوضعية، ما يخفف عنه وطأة الأمر على نحو ايجابي، كون المرونة النفسية هي التي قد تجعل الفرد سلسا بدرجة كبيرة مع ما يعيشه، الشيء الذي يكسبه راحة نفسية رغم وجود العراقيل، التي قد يمكن تداركها ومعالجتها عبر الوقت واستبدالها إذا ما استطاع الإنسان أن يكون مرنا وعلى ثبات ووعي دائم بحالته النفسية ما يسهم في ارتفاع معدل الصحة النفسية لديه وهذا استنتجه في هذا الفصل من موضوع دراستنا.

الفصل الثالث: حل المشكلات

تمهيد
1-مفهوم المشكلة
2-مفهوم حل المشكلات
3- أنواع حل المشكلات
4- النظريات المفسرة لحل المشكلات
5- القدرة على حل المشكلات
6- متطلبات مهارة حل المشكلة
7- أهمية الإستراتيجية لحل المشكلات
8- العوامل المؤثرة في حل المشكلات
خلاصة الفصل

تمهيد:

نمر في حياتنا اليومية التي نعيشها بالعديد من المشكلات التي علينا حلها حيث تعتبر حل المشكلات مطلبا أساسيا في حياة الفرد، بينما حل المشكلة هي القدرة على تمييز بين المعرفة والمهارات واستخدامها، مما يكسب الطلبة طرقا سليمة في حلها مما تزيد من ثقتهم بأنفسهم وتجعلهم قادرين على مواجهة المشكلات التي يتعرضون لها، وتمكن المتعلم من توظيف بنيته المعرفية وإعادة تنظيمها حول المشكلة التي تواجهه، ومن خلال هذا الفصل سنتطرق إلى مفهوم المشكلة ومفهوم حل المشكلات وأنواع حل المشكلات و النظريات المفسرة لحل المشكلات، القدرة على حل المشكلات، متطلبات مهارة لحل المشكلة، أهمية الاستراتيجية لحل المشكلات وأخيرا العوامل المؤثرة في حل المشكلات.

1- مفهوم المشكلة:

لتعريف المشكلة عرض الباحثون العديد من التعريفات التي تعددت بتعدد المناحي التي ينظرون فيها إلى المشكلة، ومن هذه التعريفات نجد:

يعرف **"على أحمد مدكور "** المشكلة بأنها سؤال محير أو موقف مربك يجابه به الشخص، بحيث لا يستطيع الإجابة عن سؤال أو التصرف في الموقف عن طريق ما لديه من معلومات أو مفهومات أو مهارات جاهزة. **(سعد ،2015،ص45)**

وعرف **أبو عقيل** المشكلة بأنها موقف محير يواجه الطالب ويثير اهتمامه نحوه والذي يحتوي على معيقات تقف في وجهه للوصول إلى الهدف المنشود.**(لانا باسل محمد الشبول ،2017،ص 2)**

ويرى **يوسف عدنان العتوم** : تشير الدراسات النفسية إلى أن المشكلة تمثل عائقا يواجه الفرد ويمنعه من تحقيق التوافق أو تحقيق أهدافه، ووجود هذا العائق يعمل على خلق حالة من التوتر والحيرة مما يدفع الفرد إلى البحث عن آليات وطرق مختلفة لتخلص من التوتر والحيرة، من خلال الطرق التقليدية التي يتبعها الإنسان العادي في حياته اليومية كالمحاولة والخطأ والتقليد.**(يوسف عدنان العتوم ،2004،ص265)**

ويمكن تعريف المشكلة على أنها حالة من عدم الرضا والتوتر تنشأ عن إدراك وجود عوائق تعترض الوصول إلى الهدف أو توقع إمكانية الحصول على نتائج أفضل بالاستفادة من العمليات والأنشطة المألوفة على وجه حسن وأكثر كفاية .**(فخري ،2010،ص217)**

2- مفهوم حل المشكلات:

لقد تطرق العديد من الباحثين إلى مفهوم حل المشكلات ومنها نجد:

فقد عرفها **عطا الله (2001)** بأنها: نشاط تعليمي يواجه فيه الطالب مشكلة فيسعى إلى إيجاد حل لها من خلال القيام بخطوات الطريقة العلمية في البحث للوصول إلى تعميم أو حل للمشكلة.**(نعمان ،2016،ص12)**

ويعرف بيست(**Best.1986**): حل المشكلة بالقدرة على اكتشاف العلاقة بين عناصر الحل

ويعرف **سولسو (1988)**:حل المشكلة على أنه التفكير من أجل اكتشاف الحل لمشكلة محددة

ويعرف **جروان (2002)**:حل المشكلة على أنه عملية تفكيرية مركبة يستخدم بها الفرد خبراته ومهارته من أجل القيام بمهمته غير مألوفة أو معالجة مشكلة أو تحقيق هدف لا يوجد له حل جاهز . **(عدنان يوسف العتوم ،2004،ص267،266)**

يعرف **كروليك (Krulik) و رودنيك (Rudnicki)**

حل المشكلات بأنها :عبارة عن عملية تفكيرية يستخدم الفرد خلالها ما لديه من معارف ومهارات سابقة من أجل الاستجابة لمتطلبات موقف معين ليس مألوفا له وتكون تلك الاستجابة عن طريق مباشرته عملا يستهدف حل التناقض أو اللبس أو الغموض بين أجزائه، أو وجود فجوة أو خلل في مكوناته .**(مرداس صديقة ، 2017 ،ص48)**

وهي عملية سيكولوجية تعني بصورة أساسية بالسلوك في موقف فيه مشكلة والسلوك بجميع أشكاله يندفع لتحقيق شيء من الأشياء فعندما يتعرض هذا السلوك عارض سواء العارض مادي أو غير مادي تحدث المشكلة، وعملية سيكولوجية افتراضية ذات نشاط معرفي لفهم الأفكار والموضوعات وإدراك العلاقة الموضوعية والعضوية و الترابطية بين السبب والنتيجة. **(التميمي، 2014، ص54-55)**

ونستنتج أن عملية حل المشكلات عملية فكرية يسعى خلالها الفرد للوصول إلى هدف معين يصعب تحقيقه بسبب عدم وضوح أسلوب الحل.

3- أنواع حل المشكلات:

حدد "رتمان " **(1965)** 5 أنواع من المشكلات حسب درجة وضوح المعطيات والأهداف:

1- مشكلات تحدد فيها المعطيات والأهداف بوضوح تام.

2- مشكلات توضح فيها المعطيات، والأهداف غير محددة بوضوح.

3- مشكلات أهدافها محدد وواضحة،ومعطياتها غير واضحة.

4- مشكلات تفتقر إلى وضوح الأهداف والمعطيات.

5- مشكلات لها إجابة صحيحة ،ولكن الإجراءات اللازمة للانتقال من الوضع القائم إلى الوضع النهائي غير واضحة، وتعرف بمشكلات الاستبصار .

أشار "جرينو **"Grenno"** إلى وجود ثلاث فئات من المشكلات:الترتيب ،ومشكلات استقراء البنية ،ومشكلات النقل والتحويل، ولا يعني هذا انه يمكن تصنيف جميع أنواع

المشكلات ضمن هذه الفئات الثلاث، بل يعني أن هذه أنماط عامة للمشكلات الشائعة وان بعض المشكلات يتطلب حلها استخدام مهارات مشتركة بين هذه الفئات وهي كما يلي :

1- مشكلات الترتيب:

يتم خلالها تقديم بعض الأشياء ترتيب عشوائي ويتطلب من المفحوص إعادة ترتيبها وفق شروط معينة بحيث تحقق معيارا معينا، ورغم أن هذه العناصر ترتب بطرق عدة إلا أن ترتيبا واحدا يكون مناسبا ليحقق هذا المعيار مثلا: مشكلات القلب والإبدال في إعادة ترتب حروف كلمة مقلوبة لتشكيل كلمة ذات معنى كما في كلمة رقعا، لتصبح عراق ،كذلك **RWAET** لتصبح **WATER**، إذ يتخلل عملية الوصول إلى الحل استخدام الكثير من الاستراتيجيات المحاولة والخطأ .**(رافع ناصر الزغول وأخر ،2007،ص271)**

2- مشكلات استقراء البنية أو مشكلات التشبيه والمناظرة:

هي المشكلات التي يتطلب حلها إيجاد علاقة بين العناصر المقدمة وبناء علاقة جديدة بينهما، ففي المثال التالي والمؤلف من الأعداد بشكل زوجي **(64-45-44-34-24- 14)** فان قاعد الحل تتمثل في الكشف عن العلاقة التي تربط عناصر السلسلة، وهذه العلاقة تشير إلى أن العدد الأول من كل جزء يبقى ثابتا بينما يزيد العدد الثاني بمقدار واحد لكل زوج .**(مرداس صديقة ،2017،ص50)**

3- مشكلات النقل والتحويل:

ويتضمن هذا النوع من المشكلات حالة ابتدائية وحالة نهائية وسلسلة من المعطيات المطلوبة لنقل الحالات الابتدائية إلى الحالات النهائية على الفرد الوصول إليها وفق شروط وأوضاع يجب مراعاتها مثل مشكلتي العنزة والعشب والذئب وتشمل في نقل ما سبق عنزة ذئب عشب من ضفة نهر إلى أخرى حيث يجب نقل واحدة من ثلاثة في كل مرة وتفادي ترك العنزة مع العشب أو الذئب مع العنزة بمفردها سواء في نقطة الانطلاق أو نقطة الوصول ومن الأمثلة المعروفة عن هذا النوع من المشكلات والذي تم استخدامه في بعض الدراسات مشكلة برج هانوي هذه المشكلة عبارة عن لعبه بثلاثة سياق وثلاثة حلقات عدد السياق والحلقات يمكن أن يتغير في الانطلاق الحلقات الثلاثة (**واحدة كبيرة والثانية متوسطة والثالثة صغيرة)**متمو ضعة على احد السياق مثل الساق اليسرى في ترتيب

تصاعدي من الأعلى إلى أسفل هذا المشكل يتطلب تمرير الحلقات الثلاثة إلى ساق أخرى مثل الساق اليمنى مع احترام التعليمات التالية :

أ- في المرة الواحدة يمكن تمرير حلقة واحدة فقط.

ب- لا يمكن وضع الحلقة إلا على حلقة اكبر منها (لا يمكن وضع حلقة أصغر منها) بعبارة أخرى في وضعية الانطلاق الحلقات الثلاثة على احد السياق وفي وضعية الوصول هذه الحلقات موضوعة على الساق المقابلة وبنفس الترتيب.

ت- مهمة الشخص تتطلب الوصول إلى الساق الثالثة نفس الشكل الذي انطلق منه.

برج هانوي من بين المشكلات التي درست أكثر فيها فحص موضوع حل المشكلات من بين الأسباب التي دفعت علماء النفس إلى التركيز على هذا المشكل هو ليس فقط انه تتوفر فيه صفات الوضعيات المطالبة لحل المشكلات ولكن لأنه يتميز بالبنية المرتبة جدا لهذه الوضعية .**(قندوز محمود،2017،ص82)**

وكذلك يحدد **ستيرنبغ Sternberg.2003)** نوعين من المشكلات هما

1- المشكلات محددة التركيب (well-Structured Problems): وتتميز هذه المشاكل بوجود مسار واضح للحل بين نقطة الهدف ومنطقة الحل .

2**- المشكلات غير محددة التركيب (Ill Structured Problems)**: وتتمثل بالمشاكل التي لا يتوفر لها مسار واضح الحل. **(يوسف العتوم ،2،2004)**

4- النظريات المفسرة لحل المشكلات:

1 - الاتجاه المعرفي:

أما أصحاب الاتجاه المعرفي فيرون أن حل المشكلة ما هو إلا النشاط **الذهني** المعرفي الذي يتم فيه تنظيم التمثيل المعرفي لخبرات السابقة ومكونات المشكلة معا وذلك من أجل تحقيق الهدف، ويتم هذا النظام وفق استراتيجية الاستبصار التي تتم فيها محاولة صياغة مبدأ أو اكتشاف نظام علاقات يؤدي إلى حل مشكلة ، فالمعرفيون يفترضون أن موقف حل لمشكلة هو موقف يواجه الفرد ويتفاعل معه ويستحضر الفرد من خبراته ويستخدم ما لديه من مخزون معرفي حتى يستطيع أن يقوم بمعالجته الذهنية لعناصر الموقف الذي يعيشه ولما كان لحل المشكلة يضيف الخروج منها خبرات للفرد فان ذلك يساعد على النمو والتطور المعرفي . **(سميرة ركزة ،2017،ص9)**

2 - الاتجاه الجشطالتي:

أصحاب الاتجاه الجشطالتي يؤمنون بالكليات المتحدة في إدراك الأشياء فلا ينظرون إلى الأجواء المكونة للكل ويقولون بأن الكل أكبر من مجموع أجزائه، فعندهم التعليم يحدث فجأة بمعنى في فترة تأمل وانتظام، هذا بالإضافة إلى أنه سهل الانتقال إلى المواقف الجديدة المشابهة للمواقف التي حدث فيها، أي أن عملية التعميم إلى المواقف الأخرى من الخواص الرئيسية التي تميز التعليم بالاستبصار .**(شحاتة،2013،ص202)**

فيذهب أيضا أصحاب نظرية الجشطالت إلى أن حل المشكلات تتمثل في القدرة على حل النظر إلى مكونات المجال، وإدراك العلاقات التي لا يمكن تبنيها بالنظرة العابرة ثم حدوث الاستبصار الذي يأتي فجأة كحل للمشكلة .**(البارودي ،2015،ص 70)**

3- اتجاه تجهيز المعلومات (معالجة المعلومات):

سمي هذا الاتجاه بتجهيز المعلومات لأنه يهتم بعمليات التجهيز التي يقوم بها الأفراد عندما يؤدون المهام المعرفية المختلفة.

ويذكر **"فؤاد أبو حطب "**و **" سيد أحمد عثمان "** أن نظرية تجهيز المعلومات استخدمت مصطلحات جديدة على علم النفس معظمها مستعار من علم الحاسب الآلي (المدخلات – المخرجات – التجهيز).

وتوجد بعض الافتراضات الأساسية التي يقوم عليها اتجاه معالجة المعلومات في تفسير لحل المشكلات وهي: الانتباه للمثيرات البيئية والقدرة على الاختيار الانتقائي مستوى الأداء، عند حل أي مشكلة هو ناتج لعدد من العوامل أهمها البيانات المتاحة، وتنوع مصادر تجهيز أو إعداد المعلومات وكلا من المعلومات البيئية الفورية المتاحة والمحتوى الكامن في الذاكرة قصيرة المدى التي تشكل جزءا من هذه المعلومات .

تشير أدبيات هذا الاتجاه أن الأفراد يستخدمون ثلاث أساليب لحل المشكلات هي: أسلوب الاستدلال، أسلوب الاستراتيجيات و أسلوب توليد الأفكار.

- قدم هذا الاتجاه تفسيرات منطقية جدا للعمليات العقلية وكيفية حدوثها، وذلك من خلال عمليات التذكر، التركيز، الانتباه، التكرار للمعلومات واستخدامها في المواقف بشكل عام وحل المشكلات التي يواجهها الطلبة في مواقف تعليمية جديدة بأساليب مختلفة. **(مرداس صديقة،2017،ص67-68)**

4- الاتجاه السلوكي:

يقوم هذا الاتجاه في تناوله لأسلوب حل المشكلات على عدد من الفروض هي :

يتعلم الكائن حل المشكلة عن طريق المحاولة والخطأ، يحدث التعلم بصورة تدريجية مع تكرار المحاولات ويقاس بتناقض الزمن أو عدد الأخطاء ن تكون الاستجابات الأولى للحل العشوائية ثم تتحول تدريجيا إلى قصديه عن طريق الاختيار والربط، يعمل كل من التعزيز والتكرار على تقوية الروابط العصبية بين المثير والاستجابة المعززة، قوة الاستجابة دالة لكل من نمط المثيرات ودرجة استعداد الكائن الحي و التفاعل بينهما .**(مهرية ،2016،ص133)**

وهذا يعني أن المتعلم يواجه المشكلة بسلسة معقدة من المثيرات و الاستجابات المترابطة نتيجة للخبرات السابقة، ومجموعة من العادات المختلفة من حيث القوة والترتيب الهرمي ،ويحاول الوصول إلى الحل باستخدام العادات الأضعف والأبسط، وينتقل تدريجيا إلى استخدام العادات الأكثر قوة حتى الوصول إلى للحل المناسب.

5- القدرات المكونة لحل المشكلات:

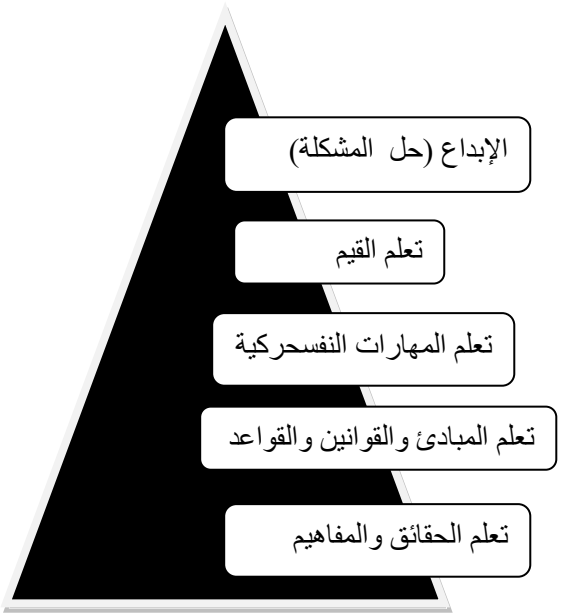
اقترح جيلفورد وهوبرفيز أثناء تحليلهم الذكاء الإنساني مجموعة من القدرات المكونة للذكاء وقد حدد ستة عوامل فرعية خاصة متعلقة بالقدرة على حل المشكلات وهي :

- قدرة التفكير السريع في مجموعة من الخصائص للشيء المحدد المتعلق بالمشكلة
- قدرة تصنيف الأشياء أو الأفكار وفق معيار معين.
- قدرة إيجاد العلاقات المشتركة بين الخصائص المتعلقة بالمشكلة أو الموقف.
- قدرة التفكير بالإبدال المختلفة للمواقف أو المشكلة.
- قدرة استنباط المتطلبات السابقة للمواقف
- قدرة عاملة على حل المشكلات .**(وليد رفيق العياصرة ،2013،س243)**

6- متطلبات مهارة حل المشكلة:

حدد **جانيه (Gagne)** متطلبات سابقة لمهارة حل المشكلة وغيرها بأنا مقدرات ضرورية تتضمن المقدرات ما يستطيع المتعلم تأديته، ويمكن تحديد مهارة حل المشكلة وفق منظور **جانيه** الذي ضمنه في كتابه شروط التعلم**(Gagne-77)** بأنها ناتج متوقع ومنطقي لتعلم المفاهيم والمبادئ ومهارة مولدة قادة على توليد الأفكار والمفاهيم والمبادئ التي يتطلبها المتعلم لتحقيق درجة الإبداع، ويمكن تفسير المهارات كتعلم تراكمي بأنها عمليات متتابعة متتالية تعتمد على المخزون اللازم من المعارف والمهارات تعتبر متطلبات مسبقة لتعلم ما هو أكثر تعقيدا أو صعوبة من المهارة التي تم إتقانها ويفترض **جانيه** أنه يمكن لأي متعلم أن تتحقق له المهارة، إذا تهيئة له الفرصة المناسبة التي يتسلل فيها التعلم بناء على الاستعدادات المعرفية (**cognitives**) و النفسحركية **(psychomoteures)** متوافرة لديه والارتقاء نحو مستويات أكثر تعقيدا .**(سميرة ركزة وأخر ،2017ص،26)**

ويمكن توضيح ذلك هرم تعلم مهارة حل المشكلة والوصول إلى درجة إبداع الذي افترضه جانيه كما يلي:



شكلرقم(1):يبين متطلبات مهارة حل المشكلة الذي افترضه (Gagne)

كما طور برانز فور وزميله ستين متطلبات حل المشكلة التي ضمنها في كلمة(Ideal) الانجليزية ،والتي يشير تحليلها إلى متطلبات محددة تبدأ كل واحدة بالحرف الأول من كلمة (Ideal) وهذه المتطلبات هي :

- تحديد المشكلة(identification)

- تعريف المشكلة(Difining)

- استقصاء الحلول(Exploring)

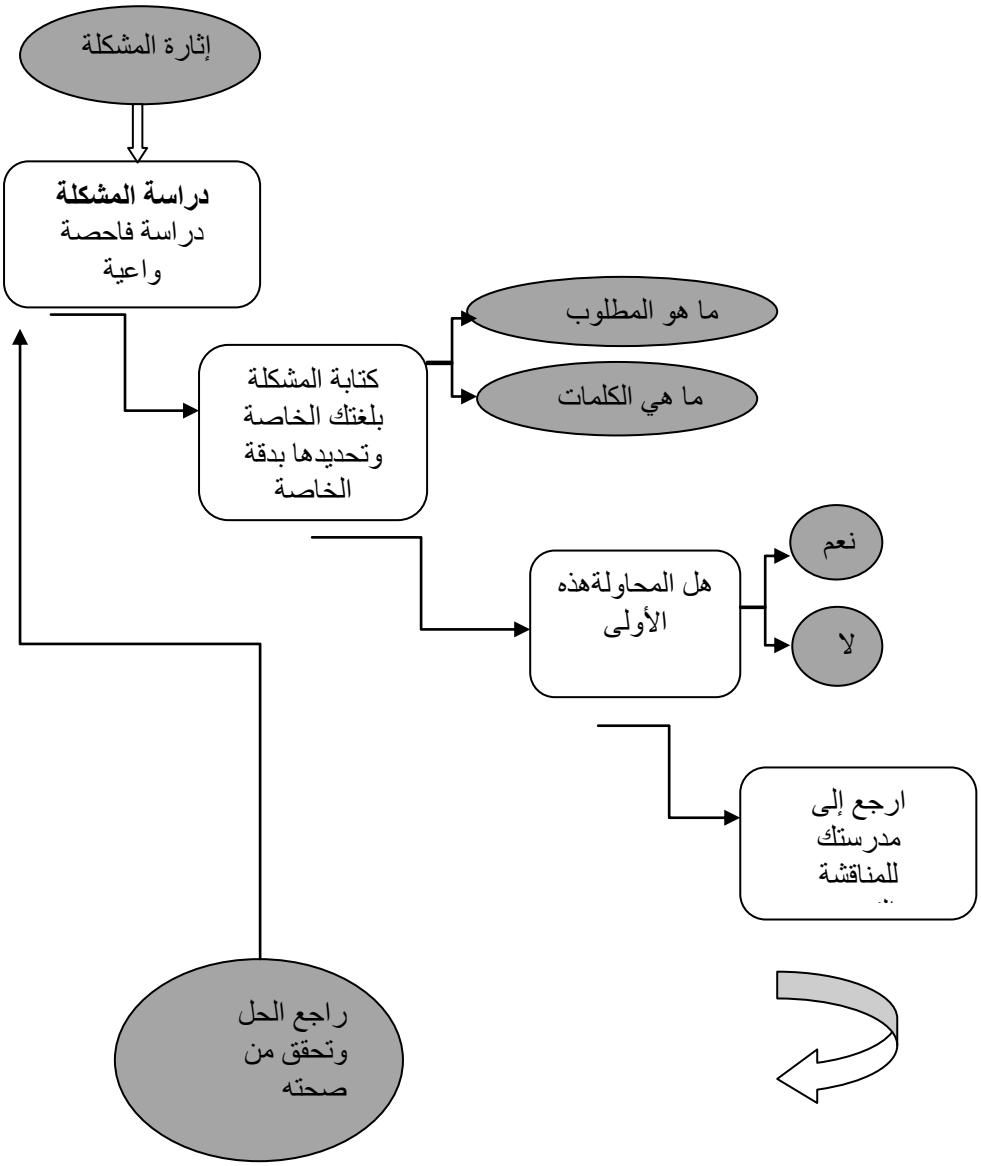
- تنفيذ الأفكار(Acting on ideas)

- البحث عن النتائج(Loking for Effects)

ويمكن أن نعتبر هذه المتطلبات إحدى الاستراتيجيات لتدرب على المهارة ل المشكلة وفق أي موضوع دراسي، كما يمكن الاعتماد على الأدب التربوي المتوافر في بناء نموذج للتدرب على مهارة تعليمية لحل المشكلة أو معالجة موقف **Barskar-1977-p163)**

وهذا النموذج يفترض أن مهارة حل المشكلة عملية معالجة للمعرفة والمعلومات.

(سميرة ركزة واخر ،2017،ص28)



شكل رقم(2):يبين مخطط تدريبي لمهارة حل المشكلات

7- أهمية الاستراتيجية لحل المشكلات:

تنبثق أهمية استراتيجية لحل المشكلات من دورها فيما يأتي:

- تنمية مهارات التفكير العلمي والإبداعي والناقد والتأملي لدى المتعلمين .
- تنمية مهارات البحث والاستقصاء وحل المشكلات لدى الطلبة.
- تنمية القدرات العقلية لدى الطلبة وتأهيلهم معرفيا وعقليا للتعامل مع المواقف والمشكلات التي تواجههم في حياتهم المستقبلية.
- الاستجابة لميول الطلبة واتجاهاتهم ومراعاة ما بين هم من فروق فردية.
- تدريب المتعلمين على تنظيم أفكارهم وعمليات تفكيرهم وضبطها بطريقة تجعل تفكيرهم متجها نحو الأهداف التي يسعون إليها.
- جعل المتعلم إيجابيا في عملية التعلم ومحورا لها.
- كون التعلم فيها ذا معنى عندما تتناول مشكلات حقيقية من الواقع أو ممكنة الحدوث في الواقع.
- تمكين المتعلم من التواصل إلى المعلومات بنفسه بدلا من أن تقدم له جاهزة وهذا يعني أنها تجعل المتعلم منتجا لا متلقيا للمعارف.
- استهدافها تنمية العمليات العقلية كالملاحظة والوصف والتصنيف والتنظيم والتحليل والاستنتاج والتنبؤ بزيادة على المعلومات المعرفية لدى المتعلمين.
- تدريب المتعلمين على إدارة أفكارهم وأسلوب النقاش الهادف.
- تضمنها أسئلة تنشيط التفكير بقصد التوصل إلى الحلول وكشف الغموض جعل المتعلم أكثر ثقة بنفسه واعتمادا عليها وهذا ما يفتح باب التفكير الإبداعي لديه.
- إعداد الفرد لمواجهة الحياة لأنها تدربه على كيفية مواجهة مشكلات والحياة ومتغيراتها.
- تمكن المتعلم من الحصول على تغذية راجعة حول عمليات بحثه وتفكيره تساعده في تقويم تلك العمليات وتعديلها في ضوء النتائج التي يتحصل عليها. (**علي عطية ،2015،ص366-367)**

8- العوامل المؤثرة لحل المشكلات:

هناك مجموعة من العوامل التي تؤثر في حل المشكلات منها :

-ما يتعلق بطبيعة المشكلة من حيث سهولتها وصعوبتها وتوفر المعلومات.

- يتعلق بالشخص خصائصه العقلية المعرفية مثل: الذاكرة الذكية أساليب التفكير.

- بالإضافة إلى صفاته الشخصية مثل: العمر المثابرة الاتجاه الايجابي الحرص على الدقة الثقة بالنفس، الثبات الانفعالي .

- العوامل التي تساعد على تحديد المشكلة وليس بالضرورة حلها.

- تحديد حجم المشكلة.

- تحديد استراتيجيات الحل .

- استرجاع المعلومات ذات الصلة بالمشكلة.

- البحث عن مفاتيح الحل التدريبي على توليد الفرضيات البديلة

- وضع خطة للحل. **(حمام زاوية ،2013،ص47)**

خلاصة الفصل:

وفي الأخير نستخلص أن حل المشكلات تتضمن مجموعة من العمليات التي يقوم بها الفرد للتغلب على المواقف التي تواجهه، واستخدامه لمهارات اكتسبها وتخطي العوائق التي تحول بينه وبين الوصول إلى الأهداف التي يسعى إليها.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1- منهج الدراسة

2- مجتمع الدراسة

3- عينة الدراسة وكيفية اختيارها

4- الدراسة الاستطلاعية

5- أدوات الدراسة

6- الأساليب الإحصائية المستخدمة

خلاصة

تمهيد:

تشكل المنهجية جزءا هاما في اختيار المعلومات الموجودة في الإطار النظري والوصول إلى الحقائق متعلقة بمجتمع الدراسة، فالميدان هو الجزء الذي يتم فيه التأكد من صحة أو خطأ الفروض التي صيغت وكانت منطلقا للبحث، ومن أجل الظاهرة المدروسة للواقع الملموس، وبعد الإلمام بجوانبها النظرية واكتمالها لا بد من وضع إطار منهجي يمكننا من السير وفقه خلال عملنا الميداني، وسنتناول في هذا الفصل الإجراءات المنهجية للدراسة، بدءا بالدراسة الاستطلاعية والمنهج المتبع ،مجالات و مجتمع وعينة الدراسة وكيفية اختيارها، ثم تقديم أدوات الدراسة إضافة إلى الأساليب الإحصائية المعتمدة .

1- منهج الدراسة:

المنهج عبارة عن مجموعة من العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق أهداف بحثه وبالتالي فتحديد المنهج ضروري للبحث، إذ هو الذي ينير الطريق ويساعد الباحث في ضبط أبعاد أسئلة، وفروض البحث .**(خير الله ،1982، ص 79)**

إن طبيعة الموضوع أو الدراسة هي الدراسة التي تفرض على الباحث في استخدام المنهج المناسب لها والملائم لها ولذلك فان المنهج المناسب لهذه الدراسة هو المنهج الوصفي ويعرف بأنه دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد بالواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها كيفيا وكما .

2- مجالات الدراسة :

المجال المكاني:يشمل المجال المكاني للدراسة الحالية في جامعة يحي فارس بولاية المدية

المجال الزمني: لقد تم إجراء الدراسة الميدانية في الفترة الزمنية 25 أفريل 2023و2 ماي 2023.

المجال البشري: يتمثل في الطلبة بجامعة يحي فارس بالمدية

3-مجتمع الدراسة:

إن مجتمع الدراسة هو أكثر أهمية حيث يساعد في تشكيل الأسلوب الأمثل للدراسة وحصرهم في مجتمع صغير ومميز ومجتمع الدراسة في هذا البحث الطلبة الجامعيين بجامعة المدية .

4- عينة الدراسة وكيفية اختيارها:

تضم العينة الكلية 64 طالب وطالبة بجامعة يحي فارس بالمدية، وتم اختيارها بطريقة عشوائية.

جدول رقم (01): يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس

الجنس	التكرارات
ذكر	29
أنثى	35
المجموع	64

5- الدراسة الاستطلاعية:

تكون عينة الدراسة الاستطلاعية من 30 طالب وطالبة جامعي بجامعة يحي فارس بالمدية للعام دراسي 2023/2022 وتم اختيارها بالطريقة عشوائية بسيطة ، وكان الهدف من الدراسة الاستطلاعية التأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة النفسية ومقياس حل المشكلات حتى يتسنى للباحث القيام بالدراسة الأساسية من خلال تطبيق مقياس يتوفر فيه الصدق والثبات والتمييز.

6- أدوات الدراسة و خصائصها السيكومترية:

6-1 مقياس المرونة النفسية :

يعد المقياس النفسي أداة هامة وأساسية في علم النفس، بحيث لا يمكننا الاستغناء عنه، فالطبيب الجراح لديه أدواته الخاصة للجراحة، أما الأخصائي النفسي فيستعين بالمقياس ليستطيع تشخيص الحالة التي بين يديه ويريد معاينتها.

وقد عرفه العالم كامبل على أنه: عملية تحويل الأحداث الوصفية إلى أرقام بناء على قواعد وقوانين معينة، ومعنى ذلك هو أن القياس عبارة وصف وظواهر إلى ماهو أسهل من حيث التعامل وأكثر قابلية إلى التحويل من حالة إلى أخرى إلا وهو الرقم.**(براهيمي ،2022،ص49)**

وقد اعتمدنا في دراستنا هذه على مقياس المرونة النفسية .

L e échelle de hardiess/Résilience(EHR) (de Brien et al.(2008)

ويتكون المقياس من 23 بندا و يلي كل بند 5 بدائل (دائما، كثيرا، أحيانا، نادرا، أبدا)، ويقابل البدائل الخمسة الآتية على نفس الترتيب (5-4-3-2-1) ماعدا البندين 7و9 يعكس ترتيب الأوزان فيهما (1-2-3-4-5)، وقد تم ترجمته وتكيف المقياس من طرف:

Impact de I autorité parentale sur I Hamouda et al (2006) résilience des jeunes Algeriens

تصحيح المقياس:

تعطي درجة 5 للبديل (دائما) والدرجة 4 للبديل (كثيرا)، ودرجة 3 للبديل (أحيانا) والدرجة 2 للبديل (نادرا) والدرجة 1 للبديل (أبدا)، ماعدا البندين 7و9 تعطي الدرجات البدائل بشكل عكسي أي من 1الى 5 عبارات البنود فيهما سلبية، وتجمع الدرجات التي تتحصل عليها الحالة من خلال إجابتها على بنود، فأعلى درجة متحصل عليها هو115 درجة وأدنى درجة هو 23 ن المتوسط الحسابي الفرضي هو 69، كلما ارتفع المتوسط الفرضي كلما كان مؤشرا على ارتفاع مستوى المرونة النفسية وإذا انخفض المتوسط الفرضي كلما كان مؤشرا على انخفاض مستوى المرونة النفسية .

وصف مقياس المرونة النفسية :

مقياس المرونة HERالمعد من طرف HER

L échelle de hardiess/ Résilience Brien et al 2008

حيث يشمل المقياس على 23 بندا موزع على ثلاثة أبعاد للمرونة النفسية هي :

الفعالية الذاتية (12)

بند النمو والتطور (5)

بنود التفاؤل (6)

كما هي موضحة في الجدول (**02**) الموالي:

جدول رقم (02): يوضح أبعاد المرونة النفسية

الأبعاد	رقم البند
بعد التطور النمو	8,12,20,21,23
بعد الفعالية الذاتية	1,3,4,5,7,9,10,11,14,15,18,22
بعد التفاؤل	2,6,13,16,17,19

ويشمل على خمس بدائل للأجوبة هي : (دائما5) – (كثيرا4) – (أحيانا3) – (نادرا2) – (أبدا1)

ويمكن التنقيط بالنسبة للبنود رقم (7،9) وكذلك الجزء التالي من مقياس البنود (1الى 5) Hamoudaet al.18

مستويات المرونة النفسية:

- **المستوى المنخفض**:(55-23)
- **المستوى المتوسط**:(85-55)
- **المستوى المرتفع**:(115-85)

الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة النفسية :

1 - الصدق:

- صدق الاتساق الداخلي (صدق التكويني) للتأكد من الاتساق الداخلي من فقرات الاختبار تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأفراد في كل سؤال أو فقرة ودرجاتهم الكلية في كل بعد من أبعاد المقياس والجدول التالي رقم (03) يوضح ذلك:

الجدول رقم(03): يبين معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لكل بعد.

بعد التطور والنمو		بعد الفعالية الذاتية		بعد التفاؤل	
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
8	0,60*	1	0,65*	2	0,49*
12	0,63*	3	0,46*	6	0,41*
20	0,65*	4	0,53*	13	0,63*
21	0,79*	5	0,63*	16	0,70*
23	0,54*	7	0,44*	17	0,48*
		9	0,55*	19	0,62*
		10	0,68*		
		11	0,66*		
		14	0,59*		
		15	0,53*		
		18	0,68*		
		22	0,55*		

*=دالة عند مستوى0,05.

يتضح في الجدول السابق رقم(03) إن معاملات الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه قد تراوحت بين (0,41 -0,79) وكانت كلها دالة إحصائيا على مستوى دلالة 0,05 مما يشير هذا إلى الاتساق الداخلي بين الفقرات المقياس، وأنها صادقة بنائيا، وتعد صالحة لتطبيق على أفراد عينة البحث .

2- الصدق التمييزي: لتحقق من الصدق التمييزي تم استخدام أسلوب المقارنة الطرفية وذلك بترتيب درجات الأفراد على المقياس تنازليا من الأكبر إلى الأصغر، تم أخذ مجموعتين مجموعة تمثل 50% من أفراد العينة من أعلى الترتيب ومجموعة ثانية مكونة من% 50 من أفراد العينة من أدنى الترتيب، ثم تم المقارنة بين المجموعتين

باستخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي لعينتي مستقلتين متجانستين وكانت النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول رقم04:يبين قيم "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي لعينتي مستقلتين متجانستين :

المجموعات	العد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة"ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الدنيا	15	80	11,89	-5,45	28	0,01
العليا	15	98,73	5,95			

يتضح من خلال جدول رقم(04) أن المتوسط الحسابي لدرجات العليا يساوي"98,73" بانحراف معياري قدره

"5,95 "في حين بلغ المتوسط الحسابي بدرجات أفراد المجموعة الدنيا "80" بانحراف معياري قدره "11,89"

أما قيمة اختبار "ت" المحسوبة لعينتين مستقلتين متجانستين فقد بلغت45, 5-" وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0,01، مما يدل على هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد المجموعة العليا وأفراد المجموعة الدنيا في مقياس المرونة النفسية، أي أن المقياس استطاع تمييز بين أفراد في المرونة النفسية وبالتالي فالمقياس صادق ويمكن الاعتماد عليه في الدراسة الحالية .

2-الثبات :

لتحقق من ثبات المقياس تم الاعتماد على كل من طريقة التجزئة النصفية وطريقة ألفا كرونباخ

1/ طريقة التجزئة النصفية : لتأكد من مؤشر الثبات بطريقة التجزئة النصفية تم حساب معامل الارتباط بين درجات الفقرات الزوجية ومجموع درجات فقرات الفردية لمقياس المرونة النفسية، حيث بلغ معامل الارتباط (الفقرات الزوجية ، الفقرات الفردية) بلغ 0,78 وبلغ معامل سبرمان براون 0,87 وهو معامل يقع في المستوى المرتفع (أي أكبر من 0,70) مما يشير أن المقياس يتمتع بمؤشر ثبات مقبول.

2طريقة ألفا كرونباخ : تم تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على جميع فقرات المقياس المرونة النفسية كما هو مبين في الجدول رقم(05) التالي :

جدول رقم (05): يوضح تطبيق معادلة ألفا كرونباخ

الأداة	عدد الفقرات	معامل ألفا كرو نباخ
مقياس المرونة النفسية	23	0,878

نلاحظ من الجدول رقم (05) أعلاه أن معامل ثبات مقياس المرونة النفسية وفق معادلة ألفا كرونباخ 0,87 وهي قيمة مقبولة تدل على تمتع المقياس بمؤشر مقبول من الثبات

2-6 مقياس حل المشكلات:

أعده (**Heppner /Peterson .1982**) وترجمه **"نزيه حمدي"(1997م)** ، ويهدف هذا المقياس إلى فحص مدي استخدام "مهارات واستراتيجيات عملية في حل المشكلات الشخصية في واقع الحياة " ويتكون المقياس في "صورته النهائية " من (40) عبارة، و(8) عبارات لكل بعد من الأبعاد الخمسة (5) (الملحق 3) موزعة على "أبعاد المقياس كما هو موضح في الجدول (**06**):

جدول رقم (06): يوضح أبعاد مقياس حل المشكلات

الأبعاد	**الفقرات التي يقيسها**
التوجه العام	36-31-26 21-16-11-06-01
تعريف المشكلة	37-32-27-22-17-12- 07-02
توليد البدائل	38-33-28-23-18-13-08-03
اتخاذ القرارات	39-34-29-24-19-14-09-04
التقييم	40-35-30-25-20-15-10-05

طريقة تصحيح المقياس وتطبيقه:

عدد فقرات(**40**) فقرة

***الأوزان في حالة الفقرات ذات الاتجاه الموجب :**

-لا تنطبق أبدا: (**1**)

- تنطبق بدرجة بسيطة:(**2**)

-تنطبق بدرجة متوسطة:(**3**)

- تنطبق بدرجة كبيرة:(**4**)

***الأوزان في حالة الفقرات ذات الاتجاه السالب :**

- لا تنطبق أبدا:(**4**)

- تنطبق بدرجة بسيطة : (**3**)

- تنطبق بدرجة متوسطة : (**2**)

- تنطبق بدرجة كبيرة : (1)

الفقرات السالبة هي

(40,38,37,36,35,32,31,30,27,26,24,21,18,16,14,13,10,9,8,5)

وبقية الفقرات هي الموجبة في المقياس

- تتراوح الدرجة الكلية على المقياس بين **(40-160)**

- تتراوح كل درجة فرعية بين**(8-32)**

مستويات حل المشكلات:

- المستوى المنخفض بين **(40-80)**

- المستوى المتوسط بين **(80-120)**

- المستوى المرتفع بين **(120-160)**

1-**الخصائص السيكومترية لمقياس حل المشكلات:**

صدق وثبات مقياس حل المشكلات:

1/ الصدق:

صدق الاتساق الداخلي (صدق التكويني) للتأكد من الاتساق الداخلي من فقرات الاختبار تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأفراد في كل سؤال أو فقرة ودرجاتهم الكلية في كل بعد من أبعاد المقياس والجدول التالي رقم (07) يوضح ذلك :

الجدول رقم07: يبين معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لكل بعد.

التوجه العام		تعريف المشكلة		توليد البدائل		اتخاذ القرار		التقييم	
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0,39*	2	0,54*	3	0,63*	4	0,36*	5	0,42*
6	0,50*	7	0,59*	8	0,46*	9	0,16	10	0,71*
11	0,41*	12	0,64*	13	0,57*	14	0,31	15	0,20
16	0,53*	17	0 ,29	18	0,31	19	0,27	20	0,30*
21	0,66*	22	0,56*	23	0,08	24	0,51*	25	0,63*
26	0,65*	27	0,20	28	0,48*	29	0,32*	30	0,17
31	0,29	32	0,61*	33	0,73*	34	0,55*	35	0,57*
36	0,61*	37	0,58*	38	0,38*	39	0,29	40	0,61*

*=دالة عند مستوى0,05.

يتضح في الجدول السابق رقم (07) إن معاملات الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه قد تراوحت بين (0,17-0,73) وكانت معظمها دالة إحصائيا على مستوى دلالة 0,05 مما يشير هذا إلى الاتساق الداخلي بين الفقرات المقياس، وأنها صادقة بنائيا، وتعد صالحة لتطبيق على أفراد عينة البحث .

2- الصدق التمييزي: لتحقق من الصدق التمييزي تم استخدام أسلوب المقارنة الطرفية وذلك بترتيب درجات الأفراد على المقياس تنازليا من الأكبر إلى الأصغر، تم أخذ مجموعتين مجموعة تمثل 50% من أفراد العينة من أعلى الترتيب ومجموعة ثانية مكونة من% 50 من أفراد العينة من أدنى الترتيب، ثم تم المقارنة بين المجموعتين باستخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي لعينتي مستقلتين متجانستين وكانت النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول رقم08:يبين قيم "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي لعينتي مستقلتين متجانستين.

المجموعات	العد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة" ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الدنيا	15	101,46	7,72	-5,96	28	0,01
العليا	15	119,40	8,72			

يتضح من خلال جدول رقم (08) أن المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة العليا يساوي" 119,40" بانحراف معياري قدره "8,72 "في حين بلغ المتوسط الحسابي بدرجات أفراد المجموعة الدنيا "101,46" بانحراف معياري قدره "7,72"

أما قيمة اختبار "ت" المحسوبة لعينتين مستقلتين متجانستين فقد بلغت" 5,96-" وهي دالة إحصائيا على مستوى دلالة 0,01، مما يدل على هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد المجموعة العليا وأفراد المجموعة الدنيا في مقياس حل المشكلات، أي أن المقياس استطاع تمييز بين أفراد في كفاءة في حل المشكلات وبالتالي فالمقياس صادق ويمكن الاعتماد عليه في الدراسة الحالية.

2-الثبات :

لتحقق من ثبات المقياس تم الاعتماد على كل من طريقة التجزئة النصفية وطريقة ألفا كرونباخ

1-طريقة التجزئة النصفية: لتأكد من مؤشر الثبات بطريقة التجزئة النصفية تم حساب معامل الارتباط بين درجات الفقرات الزوجية ومجموع درجات فقرات الفردية لمقياس حل المشكلات، حيث بلغ معامل الارتباط (الفقرات الزوجية، الفقرات الفردية) بلغ 0,69 وبلغ معامل سبرمان براون 0,89 وهو معامل يقع في المستوى المرتفع (أي أكبر من 0,70) مما يشير أن المقياس يتمتع بمؤشر ثبات مقبول

2-طريقة الفا كرونباخ: تم تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على جميع فقرات المقياس حل المشكلات كما هو مبين في الجدول قم (09) التالي:

جدول رقم (09): يوضح معادلة ألفا كرونباخ لمقياس حل المشكلات

الأداة	عدد الفقرات	معامل ألفا كرو نباخ
مقياسحل المشكلات	40	0,77

نلاحظ من الجدول رقم (09) أعلاه أن معامل ثبات مقياس حل المشكلات وفق معادلة ألفا كرونباخ وتساوي 0,77 وهي قيمة مقبولة تدل على تمتع المقياس بمؤشر مقبول من الثبات.

1/الأساليب الإحصائية:

تم الاستعانة بنظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية برنامج SPSS في التحليل الإحصائي لنتائج البحث Statistical Package For Sciences

كما تم استعمال الأساليب الإحصائية التالي:

*المتوسط الحسابي

*الانحراف المعياري

*معامل الارتباط بيرسون

*معامل ألفا كرونباخ

*اختبار(T:test)

وعليه قد ساعدتنا الأساليب الإحصائية في تحليل البيانات التي قمنا بالتأكد من الخصائص السيكومترية لمقاييسها المستعملة ومدى ملائمتها مع أفراد العينة لنصل في الأخير إلى استخلاص نتائج الدراسة.

خلاصة الفصل:

لقد تم تحديد الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية وذلك من أجل تحديد مجالات الدراسة في مجال مكاني وزماني وبشري، معتمدين في ذلك على المنهج الوصفي لما يتضمنه من وصف وتحليل وتفسير للمشكلة المدروسة، ولقد تم الاستعانة بالمقاييس الموزعة على أفراد العينة، من أجل جمع البيانات والمعطيات اللازمة، وكل هذا من أجل تحليل وتفسير فرضيات الدراسة المذكورة.

الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد
1-عرض ومناقشة نتائج الدراسة
2- استنتاج عام
3- اقتراحات

تمهيد :

بعد أن تطرقنا لأهم إجراءات الدراسة الميدانية، سنتطرق في هذا الفصل إلى عرض ومناقشة مختلف النتائج التي توصلنا إليها في هذا البحث، وذلك بعد تطبيق أدوات البحث والتي تم استخدامها بغرض الحصول على بيانات ومعلومات تخص مشكلة البحث، بغية اختيار صحة فرضيات الدراسة الحالية، ومن ثم الخروج بمجموعة من التوصيات والاقتراحات في ضوء النتائج .

1- عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

-1-1-عرض نتائج الفرضية الأولى :

تنص الفرضية الأولى على أنه**" توجد علاقة بين المرونة النفسية وحل المشكلات لدى الطلبة الجامعيين "** ولتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بيرسون من أجل قياس حجم العلاقة بين درجات الأفراد على مقياس حل المشكلات ومقياس المرونة النفسية والجدول التالي رقم 10" يبين ذلك :

الجدول رقم (10): نتائج معامل ارتباط بيرسون بين درجة الأفراد على مقياس حل المشكلات ومقياس المرونة النفسية

متغيري الدراسة	العينة	قيمة معامل الارتباط "ر"	مستوى الدلالة
- المرونة النفسية - حل المشكلات	64	0,58	0,01

نلاحظ من خلال الجدول أن قيمة معامل الارتباط "ر" قدرت ب"0,58" وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة الإحصائية "0,01" ومنه نستنتج أنه يوجد ارتباط موجب ودال إحصائيا بين درجات الأفراد في المرونة النفسية وحل المشكلات، ومنه تحققت الفرضية البحث الأولى، وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة **عبد الله خلف (2018)** حيث توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه ايجابية (0,52) بين مستوى المرونة والقدرة على حل المشكلات،وأيضا دراسة **لانا باسل محمد (2017)** التي بينت نتائجها إلى وجود ارتباط بين مستوى المرونة النفسية والجنس والمستوى الدراسي والقدرة على حل المشكلات.

1-2-عرض نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أنه" **توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى درجة المرونة النفسية تابعة لمتغير الجنس** " ولتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل مستوى من مستويات المرونة النفسية والجدول التالي رقم (11) يوضح ذلك:

الجدول رقم (11): نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية عند مستويات المرونة النفسية.

مستويات المرونة النفسية	الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المستوى المنخفض	ذكور	0	/	/
	إناث	0	/	/
المستوى المتوسط	ذكور	9	75,55	6,12
	إناث	10	71,00	10,31
المستوى المرتفع	ذكور	20	94,45	6,77
	إناث	25	92,40	5,33

يتضح من الجدول رقم أعلاه رقم (11) الخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لقيم درجة المرونة النفسية باختلاف الجنس، فعند المستوى المنخفض نلاحظ أنه لم يقع أي فرد من أفراد عينة الدراسة في هذا المستوى بينما في المستوى المتوسط نجد متوسط الذكور يساوي 75,55 وهو أكبر ظاهريا من متوسط الإناث الذي بلغ 71,00، أما في المستوى المرتفع من المرونة النفسية فنجد كذلك متوسط الذكور (94,45) أكبر من متوسط الإناث (92,40) ظاهريا.

وفي ضوء ما تقدم تم إجراء اختبار "ت" للكشف عن جوهرية الفروق الظاهرة بين متوسطات الحسابية للمرونة النفسية بين الذكور والإناث والجدول التالي رقم (12) يبين ذلك:

الجدول رقم (12): نتائجاختبار (ت) للدلالة الفروق بين متوسطات درجة المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس عند كل مستوى من مستويات المرونة النفسية

مستويات المرونة	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة" ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المستوى المتوسط	الذكور	9	75,55	6,12	1,15	17	غير دال (0,26)
	الإناث	10	71,00	10,31			
المستوي المرتفع	الذكور	20	94,45	6,77	1,13	43	غير دال (0,26)
	الإناث	25	92,40	5,33			

يتضح من الجدول رقم (12) عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية لقيم درجات المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس عند مستوى دلالة 0,05، وبالتالي عدم تحقق الفرضية التي نصت على وجود فروق بين الجنسين في المرونة النفسية ومنه لا يوجد أي فرق بين الذكور والإناث في درجة المرونة النفسية، وهذه النتيجة تتوافق مع دراسة **الزهيري (2012)** والتي بينت نتائجها إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى المرونة النفسية بحسب متغير الجنس (ذكر،أنثى) والتخصص والمستوى، وأيضا دراسة **شقورة (2012)** والتي بينت نتائجها إلى عدم وجود فروق فردية ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية تعزى لعامل الجنس(ذكر، أنثى)، وأيضا دراسة **لانا باسل محمد (2017)** والتي بينت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير (الجنس والتخصص).

3-1- عرض نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على انه **" توجد فروق ذات دلالة إحصائيا في مستوى حل المشكلات تبعا لمتغير الجنس"** ولتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الأفراد عند كل مستوى من مستويات حل المشكلات، والجدول التالي رقم (13) يوضح ذلك:

الجدول رقم (13): نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية عند مستويات المرونة النفسية.

مستويات حل المشكلات	الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المستوى المنخفض	ذكور	0	/	/
	إناث	0	/	/
المستوى المتوسط	ذكور	22	108,77	8,07
	إناث	29	104,65	8,9
المستوى المرتفع	ذكور	7	129,14	9,45
	إناث	6	127,33	5,81

يتضح من الجدول رقم أعلاه رقم(13) الخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لقيم درجة حل المشكلات باختلاف الجنس، فعند المستوى المنخفض (من 40 إلى 80) نلاحظ أنه لم يقع أي فرد من أفراد عينة الدراسة في هذا المستوى بينما في المستوى المتوسط (من 80 إلى 120) نجد متوسط الذكور يساوي 108,77 وهو أكبر ظاهريا من متوسط الإناث الذي بلغ 104,65 ، أما في المستوى المرتفع (من 120 إلى 160) من القدرة على حل المشكلات فنجد كذلك متوسط الذكور (129,14) أكبر ظاهريا من متوسط الإناث (127,33).

وفي ضوء ما تقدم تم إجراء اختبار "ت" للكشف عن جوهرية الفروق الظاهرة بين متوسطات الحسابية في القدرة على حل المشكلات بين الذكور والإناث والجدول التالي رقم (14) يبين ذلك:

الجدول رقم (14): نتائج اختبار (ت) للدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجة حل المشكلات تبعا لمتغير الجنس عند كل مستوى من مستويات حل المشكلات .

مستويات المرونة	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة" ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المستوى المتوسط	الذكور	22	108,77	8,07	1,70	49	غير دال (0,09)
	الإناث	29	104,65	8,90			
المستوي المرتفع	الذكور	7	129,14	9,45	0,40	11	غير دال (0,69)
	الإناث	6	127,33	5,81			

يتضح من الجدول رقم (14) أعلاه عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية لقيم درجات حل المشكلات تبعا لمتغير الجنس عند مستوى دلالة 0,05 ، وبالتالي عدم تحقق الفرضية الثالثة التي نصت على وجود فروق بين الجنسين في حل المشكلات ومنه لا يوجد أي فرق بين الذكور والإناث في درجة القدرة على حل المشكلات، وهذه النتيجة تتوافق مع دراسة **علوان (2009)** والتي بينت نتائجها أنه لا يوجد فروق جوهرية في مجالات مقياس تجهيز المعلومات ومقياس حل المشكلات تبعا لمتغير الجنس ومكان السكن و المستوى الاقتصادي والوضع الاجتماعي حيث كان المتوسط الحسابي للذكور يساوي متوسط الإناث كما أن قيمة "ت" غير دال، ويضح ذلك من خلال تصرفاتهم وردود أفعالهم عند مواجهة أي مشكلة دون تفكير كما أن كليهما يشعران باليأس عند مواجهة المشكلات الصعبة بالإضافة إلى انفعالها حيال المشكلة من جهة ومن جهة أخرى كليهما يحاولان البحث عن الحلول المناسبة لحل مشاكلهم، وتتعارض نتائج هذه الدراسة مع دراسة **ثوماس وآخرون (1998)**والتي بينت نتائجها أنه توجد فروق في إستراتيجية القدرة على حل المشكلات تبعا لمتغيري العمر والجنس، حيث تبين أن شباب متوسطي العمر أكثر عقلانية وقدرة على المشكلات مقاربة بكبار

العمر وأن الأشخاص متوسطي العمر أكثر الفئات قدرة على حل المشكلات، إضافة إلى تفوق الذكور باستراتيجية القدرة على حل المشكلات مقارنة بالإناث.

استنتاج عام:

بعد إنهاء إجراءات الدراسة الميدانية التي تناولت تطبيق مقياسي المرونة النفسية وحل المشكلات على الطلبة الجامعيين بجامعة يحي فارس بالمدية التي تكونت عينة الدراسة من (64) طالب وطالبة، تم التوصل إلى مجموعة من النتائج التي تم معالجتها إحصائيا، باستخدام برنامج Spss أمكننا ذلك من تحليلها، إلى جانب الفرضيات التي تم وضعها سابقا ثم مناقشتها فيما بعد مع دراسات لها علاقة بالمتغيرات المطروحة بالإضافة إلى استخلاص العلاقة الحقيقية بين المتغيرين الأساسيين لموضوع الدراسة هما المرونة النفسية وحل المشكلات، والنقاط التالية تبين ذلك:

توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين المرونة النفسية وحل المشكلات لدى الطلبة الجامعيين حيث بلغ معدل الارتباط بـ (0,58) قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,01)، تحققت الفرضية الأولى .

- عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية لقيم درجات المرونة النفسية تبعا لمتغير الجنس عند مستوى دلالة (0,05)، وبالتالي عدم تحقق الفرضية الثانية التي نصت على وجود فروق بين الجنسين في المرونة النفسية.

- عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية لقيم درجات حل المشكلات تبعا لمتغير الجنس عند مستوى دلالة(0,05 ، وبالتالي عدم تحقق الفرضية الثالثة التي نصت على وجود فروق بين الجنسين في حل المشكلات ومنه لا يوجد أي فرق بين الذكور والإناث في درجة القدرة على حل المشكلات.

الاقتراحات :

على ضوء النتائج التي توصلنا إليها من خلال موضوع دراستنا اقترحنا بعض الأمور التي رأينا لها فائدة في المستقبل القريب وتمثلت في:

-ضرورة الاهتمام بلم النفس الايجابي وتسليط الضوء على مواضيع تمس الجانب الايجابي لطالب.

- ينبغي العمل على وضع ندوات ومحاضرات لتعريف الطلبة مدى المرونة النفسية والقدرة على حل المشكلات لديهم واستبدال النظرة التشاؤمية بنظرة ايجابية.

-بناء برنامج إرشادي للطلبة لتعليمهم الأساليب الايجابية لحل المشكلات بخطوات متسلسلة ومنظمة.

- الاعتماد على أساليب تدريس تساهم في امتلاك الطلبة القدرة على التركيز والتفكير بوضوح تحت الضغط.

- توجيه أعضاء هيئة التدريس في الجامعات لبناء برامج تدريبية واعتماد طرق تدريس تراعي تنمية مستوى المرونة لدى الطلبة.

- القيام بالمزيد من البحوث حول موضوع المرونة النفسية وحل المشكلات ودورهما وتأثيرهما على شخصية الفرد في الجزائر.

خاتمة:

من خلال ما تم الوصول إليه من نتائج ومعلومات في موضوع المرونة النفسية وحل المشكلات الذي يعتبر مجالا واسعا للبحث والتحليل وما يحمله من تعقيدات، وذلك وفقا لاختلاف الآراء وكيفية استجابة الأفراد وطريقة الأساليب التي يستخدمها مع هذه الاستراتيجيات للمرونة النفسية وحل المشكلات.

ومن خلال هذا العرض حول المرونة النفسية وعلاقتها بحل المشكلات لدى الطلبة، تبين لنا أهمية دراسة المرونة النفسية وحل المشكلات ومعرفة مصادرهم لدى الطالب الجامعي، وهذا يعد الركيزة والقاعدة الأساسية، وفي فصل المرونة النفسية استنتجنا: أن المرونة النفسية تتعلق بقدرة الطالب على التأقلم والتكيف مع جميع مواقف الحياة المختلفة والنظرة الايجابية للحياة تدفعه إلى التغلب على كل ما هو سلبي.

وفي الفصل الخاص بحل المشكلات، فتعد المشكلة موقفا غامضا يستدعي الحل باستخدام قدرات عقلية عالية فهي مجموعة من العقبات تحتاج إلى تفكير، وحلها هو استجابة تتناسب ومقتضيات الموقف أو المشكل. وممارسة إستراتيجية حل المشكلات والتي من الضروري ومن الطبيعي استخدامها بين الطلاب فمنهم من يستخدمها بشكل واعي ويسير بخطواتها بشكل منتظم ومرتب ويدل ذلك على مستوى امتلاك المرونة النفسية، ولعل الفروق الفردية بين الطلاب من الذكور وإناث تلعب دورا كبيرا، فلكل طالب مميزات وصفات وقدرات ومهارات عقلية تميزه عن غيره.

وبعدها الجانب التطبيقي للدراسة ، اعتمدت على المنهج الوصفي، فقمت بصياغة فرضية رئيسية و فرضيتين جزئيتين ولاختبار هذه الفرضيتين استخدمت مقياسي الأول المرونة النفسية والثاني حل المشكلات لدى الطلبة.

وخلصت نتائج الدراسة الحالية إلى تحقق فرضية رئيسية ونفي الفرضيتين الجزئيتين، وتوصلنا إلى وجود علاقة ارتباط موجبة بين المرونة النفسية وحل المشكلات، والى عدم وجود فروق بين الطلبة الجامعيين في مستوى المرونة النفسية ومستوى حل المشكلات تبعا لمتغير الجنسين.

وفي الختام أن النتائج المتحصل عليها هي مقتصرة على عينة الدراسة وهذا ما يفتح مجال لدراسات أخرى.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

المراجع العربية:

1- ابن الفارس أحمد ،(1978)، **معجم مقاييس اللغة**،تحقيق عبد السلام هارون .
2- ابن المنظور أبو الفضل جمال الدين ،**لسان العرب**، دار الصادر.
3- أبو حلاوة، محمد السعيد(2013) **المرونة النفسية ماهيتها محدداتها وقيمتها الوقائية** ، شبكة العلوم النفسية العربية.
4- ألين بيم،(2010) **نظريات الشخصية**،الارتقاء- النمو التنوع علاء الدين كفافي ومياسة أحمد وسهير محمد مترجمون ،دار الفكر.
5- أنس سلي الأحمدي،(2007) **حدود المرونة النفسية بين الثوابت والمتغيرات** ،مؤسسة الأمة للنشر والتوزيع ،ط 1،الرياض المملكة العربية السعودية .
6- إيمان فوزي شاهين،(2017) **الإرشاد النفسي** ، مجلة علمية تخصصية يصدرها مركز الإرشاد النفسي، العدد 50،جزء 1 ،جامعة عين الشمس ،مصر.
7- البارودي منال أحمد،(2015) **القائد المتميز و أسرار الإبداعي القيادي**، للمجموعة العربية لتدريب والنشر، القاهرة.
8- بركات زياد ،(2008) **الجمود الذهني وعلاقته بالقدرة على حل المشكلات والتحصيل الدراسي والجنس لدى الطلبة المرحلتين الأساسية والثانوية** ، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية.
9- بوقيقة محمد علي،(2016) **علاقة المرونة النفسية بمتغيري الجنس والسن** ، مذكرة لنيل شهادة الماجستر، تخصص تربية حركية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
10- التميمي محمود كاظم،(2014) **علم النفس المعرفي**، ط1،دار الصفاء للنشر والتوزيع ،عمان.
11- توما جورج خوري،(1996) **الشخصية**"المؤسسة الجامعية للدراسات،النشر والتوزيع،الطبعة1،.بيروت، لبنان.
12- جابر عبد الحميد،(1990) **النظريات الشخصية**، دار النهضة العربية،النشر والطباعة دون طبعة ،القاهرة،مصر.
13- الخطيب محمد جواد،(2007) **تقييم عوامل المرونة لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الأحداث الضاغطة**، مجلة الجامعة، إسلامية ،(سلسلة الدراسات الإنسانية).
14- رافع النصير الزغول،عماد عبد الرحيم الزغول،(2007)**علم النفس المعرفي.** ط2،دار الشروق،عمان.
15- الزروق فاطمة الزهراء،(2014) **الشخصية والسلوك كعاملي خطورة على الصحة**،مجلة الدراسات، العدد20، جامعة الجزائر2.
16- الزهراني مسفر،(2000) **التوصية النفسية من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة مكة المكرمة**، المملكة العربية السعودية، مكة المكرمة.
17- زينة عبد الكريم.(2016).**المرونة النفسية وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى طلبة كلية الآداب** ،مذكرة ماجستر جامعة القادسية، فلسطين.

18- سعد أحلام حسب الرسول أحمد،(2015) **أثر استخدام حل المشكلات في تدريس المسائل الرياضية اللفظية على التحصيل الدراسي لتلاميذ الحلقة الثانية بمرحلة التعليم الأساسي** ،بمجلة الخرطوم ،دراسة مقدمة لنيل درجة الدكتورة في التربية والمناهج وطرق التدريس،كلية التربية،جامعة السودان ،السودان.

19- سميرة ركزه، فهيمة ذيب،(2017) **الأسس المعرفية لحل المشكلات**،ديوان المطبوعات الجامعية 2.

20- شحاتة حسن،(2013) **المرجع في التدريب والتقويم خبرات ورؤى جديدة**، ط1،دار العالم العربي،القاهرة.

21- صباح مرشود منوخ ،(2013) مستوى **المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص**،مجلة جامعة تكريت،العلوم الإنسانية،المجلد 20(العدد6) .

22- صديقة مرداس،(2017) **التفكير الإبداعي وعلاقته بحل المشكلات لدى التلاميذ المتفوقين دراسة في مرحلة التعليم الثانوية**، مذكرة لنيل شهادة الماستر، تخصص علم النفس المدرسي وصعوبات التعلم،جامعة محمد خيضر، بسكرة.

23- الصوفي حمدان عبد الله ،(1996) **مفهوم الأصالة والمعاصرة وتطبيقاته في التربية الإسلامية**، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية ، قسم التربية الإسلامية والمقارنة جامعة أم القرى ،مكة المكرمة.

24- طحان محمد خالد،(1992) **مبادئ الصحة النفسية**،ط3،دار القلم للنشر والتوزيع،الإمارات المتحدة، دبي .

25- عبد الله خلف صالح،(2018) **المرونة النفسية وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات الاجتماعية لدى معلمي التربية الاجتماعية والوطنية في المرحلة الأساسية العليا في الأردن**، كلية العلوم التربوية،رسالة ماجستر،بجامعة آل البين، الأردن.

26- العتوم عدنان يوسف،(2004) **علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق**، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة،عمان.

27- عودة فاطمة يوسف،(2001) **المناخ النفسي الاجتماعي وعلاقتها بالطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بقوة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية** ،(رسالة ماجستر غير منشورة) الجامعة الإسلامية .

28- فخري عبد الهادي،(2010) **علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق** ،ط1، دار أسامة للنشر والتوزيع،عمان.

29- لانا باسل محمد الشبول،(2017) المرونة **النفسية وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات لدى طلبة جامعة اليرموك**،رسالة ماجستر في التربية، تخصص علم النفس التربوي ،جامعة اليرموك.

30- مازن فواز الشماط .(2012) **مرونة الأنا كمؤشر وقائي من سيطرة الميول الاكتئابية وأفكار الانتحار**، مذكرة ماجستر قسم علم النفس، الجامعة الإسلامية،غزة ،فلسطين.

31- محسن علمي عطية،(2015) **التفكير أنواعه ومهاراته واستراتيجيات تعليمية**،ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع.
32- محمد عاصم أبو الندى (2015) **الضغط النفسي في العمل وعلاقته بالمرونة النفسية لدى العاملين**، مذكرة ماجستر قسم علم النفس، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين .
33- محمود قندوز،(2017) **فعالية برنامج قائم على قدرة على حل المشكلات في تأهيل الأداء القرائي لدى التلاميذ ذوي صعوبة تعلم القراءة**، دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ سنة 4-5 ابتدائي، مذكرة لنيل شهادة دكتوراه،أرطفونيا ،جامعة سطيف 2،الجزائر.
34- مرسى كمال إبراهيم، (2000) **السعادة وتنمية الصحة النفسية**، الجزء الأول،دار النشر الجامعية،القاهرة، مصر.
35- مصطفى فهمي،(1995) **الصحة النفسية ودراسات في سيكولوجية التكيف**،ط3،مكتبة الخاجي، القاهرة.
36- الناشي وجدان عبد الأمير،(2005) **الذكاء الانفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لدى المدرسين** ،أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد.
37- نبيل سفيان،(2004) **المختصر في الشخصية و الإرشاد النفسي**، دار أتراك للنشر والتوزيع،الطبعة1،مصر.
38- نصيرة بختي،(2017) النمط **السلوك السائد(أ- ب)وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى الراشد المصاب بداء السكري دراسة ميدانية بمستشفى "محمد بوضياف" المدية** ،مذكرة لنيل شهادة الماستر علم النفس العيادي،جامعة مدية، الجزائر.
39- نعمان رياض أحمد محمد،(2016) **استخدام إستراتيجية حل المشكلات إبداعيا في تدريس العلوم لطلاب الصف السادس الأساسي وأثرها في اتجاهاتهم وتفكيرهم الاستقرائي**، رسالة الاستكمال درجة الماجستر، مناهج وطرق التدريس كلية العلوم التربوية ،جامعة الشرق الأوسط ،الأردن .
40- وليد رفيق العياصرة،(2013) **مهارات التفكير الإبداعي وحل المشكلات**، ط2،دار أسامة للنشر والتوزيع،عمان.
41- يحي عمر شعبان شقورة،(2012) **المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة**، رسالة ماجستر غير منشورة ،جامعة الأزهر، غزة.

باللغة الأجنبية

42- APA,American psychological association ,2002,{The road to résilience) ,750 ,first streets , NE ,washington dc
43- Bandura .A ,(Social fondation of thought andaction) a social Cognitive théorie new jersy.

44- Baska R-Simon H.A.(1977) Problem Solwing in se manticallyrichdomins.Anexemple. Engineering thermoday .amix.cog.Xi
45- Davidson.GC.Neal.(1994).Abnormal psychogy ,éd6,John willey et sons, New York.
46- Sarma.B.(2015),A study of resilience and social problem solving in urban Indian adolescents . theInternasonalJournalof Indian Psychological.

المـــــلاحق

الملحق رقم (01)

مقياس المرونة النفسية

==========

نطلب منكم الإجابة بكل صدق على العبارات التالية التي تعكس جميع نواحي حياتكم الرجاء وضع علامة (X) أمام التي تناسب موقفكم ونحيطكم علما أن نتائج المقياس ستوظف في أيطار إعداد دراسة ميدانية ومعلوماتية ستبقى سرية.

الجنس : ذكر ( ) أنثى( )

العبارات	دائما	كثيرا	أحيانا	نادرا	أبدا
1-أبحث عن حل لمواجهة الموقف.					
2- لا أترك المشكل يؤثر على باقي نواحي حياتي .					
3-قادرة على التأثر في مسار سير الأمور.					
4-أحول المشكل إلى تحدي.					
5- أصر على حل المشكل.					
6- أؤمن على أنني قادرة على تحسين الأمور.					
7- أشك في تجاوز المشكل.					
8- أواصل مشوار حياتي رغم وجود الحواجز.					
9- أشعر بالعجز أمام الصعوبات.					
10- ألتزم في حل المشكل.					
11- أعتبر المشكل فرصة للتقدم نحو الأمام .					
12- أعتقد أنني أتحكم بما يحدث.					
13- أرى الحاجز بنظرة ايجابية.					
14- أتحكم في سير الأمور.					
15- أعتقد أنني لدي استعدادات تمكنني من التغلب على المشكل.					
16- النظر في ناحية ايجابية للمشكل.					
17- النظر إلى نتائج الايجابية ناتجة عن حل المشكل					
18- النظر إلى نفسي كقادرة على حل المشكل ولا كعاجزة على حله.					
19- أعود من جديد باستعداد أكثر.					
20- الخروج من المشكل بقوة أكثر.					
21- تطوير استعدادات جديدة.					
22- القدرة على مواجهة الصعوبات جديدة.					
23- تطوير معارف جديدة.					

الملحق رقم (02)

مقياس حل المشكلات

==========

يتضمن مقياس حل المشكلات عبارات تصف الطريقة التي يستخدمها الناس عادة في التعامل مع مشكلات الحياة اليومية. يرجى قراءة كل وبيان مدى انطباقها على طريقتك الخاصة في حل المشكلات وذلك بوضع إشارة (√) مقابل العبارة في العمود المناسب , إن هذا المقياس ليس اختباراً للتحصيل أو الشخصية , بل هو أداة تساعدك في معرفة أسلوبك في تناول المشكلات.

الجنس : ذكر ( ) أنثى( )

الفقـــــــــــــرات	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة بسيطة	لا تنطبق أبدا
1- انظر إلى المشكلات كشيء طبيعي في حياة الإنسان				
2- اعمل على جمع المعلومات حول المشكلة التي تواجهني .				
3- أفكر بالجوانب الايجابية والسلبية لكافة الحلول المقترحة .				
4- أفكر بكافة البدائل التي قد تصلح لحل المشكلة .				
5- أركز انتباهي على النتائج الفورية للحل وليس على النتائج البعيدة .				
6- اعتقد بان لدي القدرة على التعامل مع مشكلات الحياة اليومية .				
7- أحاول تحديد المشكلة بشكل واضح .				
8- أجد من الصعب التفكير في حلول متعددة للمشكلة .				
9- احصر تفكيري بالجوانب الايجابية للحل الذي أميل إليه .				
10- اختار الحل الأسهل بغض النظر عما يترتب على ذلك .				
11- استخدم أسلوبا منظماً في مواجهة المشكلات .				
12- عندما أحس بوجود مشكلة فان أول شيء افعله هو التعرف على ماهية المشكلة بالضبط .				
13- أجد تفكيري منحصراً في حل واحد للمشكلة .				
14- احصر تفكيري بالجوانب السلبية للحل الذي لا أميل إليه .				
15- احرص على تقييم الحلول بعد تجريبها في الواقع				
16- أجد صعوبة في تنظيم أفكاري عندما تواجهني مشكلة .				
17- احرص على استخدام عبارات محددة في وصف المشكلة .				
18- أجد نفسي منفعلاً حيال المشكلة إلى درجة تعيق قدرتي على التفكير				

الفقـــــــــــــرات	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة بسيطة	لا تنطبق أبدا
19- أحاول التنبؤ بما سوف تكون عليه النتائج قبل أن أتبنى حلا معيناً .				
20- أعيد النظر في الحلول بعد تطبيقها بناء على مدى نجاعتها .				
21- عندما تواجهني مشكلة فإنني أتصرف دونما تفكير .				
22- أتفحص العناصر المختلفة للموقف المشكل .				
23- اسأل الآخرين عن رأيهم لكي أتعرف على الاحتمالات المختلفة للحل				
24- اختار الحل الذي يرضي الآخرين بغض النظر عن فاعليته .				
25- عندما يكون حلي للمشكلة غير ناجح فإنني أحاول معرفة سبب ذلك				
26- احرص على تأجيل التفكير في أية مشكلة تواجهني .				
27- عندما تواجهني مشكلة لا اعرف بالضبط كيف احددها .				
28- لدي القدرة على التفكير بحلول جديدة لأي مشكلة .				
29- أفكر بما يمكن أن يترتب على الحل في المدى القريب أو البعيد .				
30- إصر على تنفيذ الحل الذي توصلت إليه حتى عندما يظهر لي فشله في حل المشكلة .				
31- أتجنب التحدث في الموضوع الذي تواجهني فيه المشكلة .				
32- لا اعرف كيف اصف المشكلة التي أواجهها .				
33- عندما تواجهني مشكلة أفكر بكافة الحلول الممكنة قبل أن أتبنى واحداً منها .				
34- أضع خطة لتنفيذ الحلول المناسبة .				
35- ينتابني شعور بالغضب والعصبية عندما أجد إن الحل الذي توصلت إليه كان فاشلاً .				
36- ينتابني شعور باليأس إذا واجهتني أي مشكلة				
37- عندما تواجهني مشكلة لا اعرف من أين أبدا بحلها .				
38- عندما تواجهني مشكلة فإنني استخدم في حلها أول فكرة تخطر على بالي .				
39- عندما تواجهني مشكلة فإنني اختار الحل الأكثر احتمالاً للنجاح .				
40- عندما تواجهني مشكلة فإنني لا اشغل نفسي بتقييم الحلول التي أتوصل إليها .				

الملحق رقم (03)
مخرجات نتائج - برنامج SPSS

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=المرونة_النفسية حل_المشكلات
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Corrélations

Corrélations

		حل_المشكلات	المرونة_النفسية
حل_المشكلات	Corrélation de Pearson	1	,589
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	64	64
المرونة_النفسية	Corrélation de Pearson	,589	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	64	64

T-Test

مستويات_المرونة = متوسط من 55 إلى 85

Group Statistics[a]

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجة_الكلية	الذكور	9	75,5556	6,12599	2,04200
	الاناث	10	71,0000	10,31719	3,26258

a. مستويات_المرونة = متوسط من 55 الى 85

Independent Samples Test[a]

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الدرجة_الكلية	Equal variances assumed	7,650	,013	1,152	17	,265	4,55556	3,95284	-3,78422	12,89533
	Equal variances not assumed			1,184	14,866	,255	4,55556	3,84892	-3,65468	12,76579

a. مستويات_المرونة = متوسط من 55 الى 85

مستويات_المرونة = مرتفع من 86 الى 115

Group Statistics[a]

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجة_الكلية	الذكور	20	94,4500	6,77049	1,51393
	الاناث	25	92,4000	5,33073	1,06615

a. مستويات_المرونة = مرتفع من 86 الى 115

Independent Samples Test[a]

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الدرجة_الكلية	Equal variances assumed	1,143	,291	1,137	43	,262	2,05000	1,80288	-1,58585	5,68585
	Equal variances not assumed			1,107	35,589	,276	2,05000	1,85166	-1,70684	5,80684

a. 115 الى 86 من مرتفع = المرونة_مستويات

```
SORT CASES  BY مستويات_حل_المشكلات.
SPLIT FILE SEPARATE BY مستويات_حل_المشكلات.
SORT CASES  BY مستويات_حل_المشكلات.
SPLIT FILE SEPARATE BY مستويات_حل_المشكلات.
T-TEST GROUPS=الجنس('1' '2')
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=الدرجة_الكلية
  /CRITERIA=CI(.95).
```

T-Test

مستويات_حل_المشكلات = المستوى المتوسط_ من _80 الى 120

Group Statistics[a]

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجة_الكلية	الذكور	22	108,7727	8,07661	1,72194
	الاناث	29	104,6552	8,90135	1,65294

a. مستويات_حل_المشكلات = المستوى المتوسط_ من _80 الى 120

Independent Samples Test[a]

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الدرجة_الكلية	Equal variances assumed	,515	,476	1,702	49	,095	4,11755	2,41951	-,74464	8,97975
	Equal variances not assumed			1,725	47,368	,091	4,11755	2,38690	-,68328	8,91839

a. مستويات_حل_المشكلات = المستوى المتوسط_ من _80 الى 120

مستويات_حل_المشكلات = المستوى المرتفع_ من _120 الى 160

Group Statistics[a]

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجة_الكلية	الذكور	7	129,1429	9,45919	3,57524
	الاناث	6	127,3333	5,81951	2,37580

a. مستويات_حل_المشكلات = المستوى المرتفع_ من _120 الى 160

Independent Samples Test[a]

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الدرجة_الكلية	Equal variances assumed	2,805	,122	,406	11	,693	1,80952	4,45771	-8,00183	11,62087
	Equal variances not assumed			,422	10,105	,682	1,80952	4,29264	-7,74168	11,36072

a. 160 الى _120 من _المرتفع المستوى = مستويات_حل_المشكلات