التعرف على مستوى المرونة النفسية وعلاقتها بالضغوط المهنية لدى

معلمي الصم والبكم

م. م نور كاطع عباس

جامعة البصرة/ مركز الارشاد التربوي والرعاية النفسية

الملخص:

هدف البحث الحالي الى التعرف على مستوى المرونة النفسية وعلاقتها بالضغوط المهنية لدى معلمي معهد الامل للصم والبكم في محافظة البصرة للعام الدراسي (٢٠٢٠- ٢٠٢١) تكونت عينة الدراسة من (١٤) معلم ومعلمة، وقد اعتمدت الباحثة في قياس المرونة النفسية على مقياس (Connor & Davidson, 2003) التي قننها وعربها القللي (٢٠١٦) والذي اشتمل على ٢٣ فقرة عالجت اربعة عوامل للمرونة النفسية، بينما اعتمدت الباحثة في قياس الضغوط المهنية على مقياس (خيرة ومنصوري، ٢٠١٦) والذي تكون من (٢٨) فقرة موزعة على (٧) ابعاد، وبعد التأكد من صدق وثبات المقياسين توصلت نتائج البحث الى امتلاك العينة مستوى عالي من المرونة النفسية ومستوى منخفض من الضغوط المهنية بينما كان هناك علاقة ارتباطية بين المتغيرين.

الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، الضغوط المهنية، معلمي الصم والبكم

Abstract

The present research aims at taking notice the level of the Psychological resilience for Deaf and Dumb teachers in the Amal Institute in Basra for the academic year (202٠-202١) , The research sample also consisted of (14) Teachers, and the researcher to Measure the Psychological resilience applied scale for (Connor & Davidson,2003) Translations of Arabic (alqalaly, 2016), It consists of 23 paragraphs that dealt with four factors for the Psychological resilience, While the researcher depend on measuring professional stress on the (Khaira and Mansouri, 2016) scale, which consisted of (28) paragraphs distributed on (7) dimensions and the research conclusion reached at the following result the most important was the sample have a large amount of

Psychological resilience, low level of professional Stress, While there was an inverse correlation between the two variables.

Keywords: Psychological resilience, professional Stress, Deaf and Dumb teachers

الفصل الاول

مشكلة البحث:

يلعب المعلم دور مهم وبارز في تنمية الطلاب، حيث يعتبر المعلم القدوة التي تؤثر وتشجع الاطفال العاديين، فألى اي مدى يمكن ان تتخيل دوره لو كان يتعامل مع اطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة ؛ والذين يواجهون صعوبات واحتياجات متنوعة وخاصة مقارنةً بالأطفال العاديين، لذلك فإن معلم التربية الخاصة يكون صاحب دور مختلف ولابد أن تتوفر فيه صفات إضافية تفوق صفات معلم الاطفال العاديين. حيث يتمثل دور معلم التربية الخاصة في ايصال الطفل الى مرحلة تمكنه من احداث توافق وتعايش مع مجتمعه بأقل قدر ممكن من الصعوبة واستثمار قدراتهم الى اقصى حد، ولذلك يجب أن يكون مدرس التربية الخاصة ذو تأهيل عالي وحاصل على درجة متقدمة، وتتوفر لديه امكانيات خاصة من قدرات وسمات شخصية تساعده في تحقيق ذلك، من هذه القدرات او السمات هي التمتع بالمرونة النفسية (Psychological resilience). والتي يمكن ان نصفها بأنها ردة فعل تتصف بالثبات والاتزان يكونها الفرد عند التفاعل في مواقف معينة تمكنه من احداث توافق ايجابي معها وبالتالي تصبح جزء من سماته الشخصية. "وتعرفها الجمعِّية الأمريِّكية بأنها "عملية التوافق الجِّيد والمواجهة الإِّيجابية للشدائد، الصدمات، النكبات، أو الضغوط النفسية العادية التي يُواجهها البشر. مثل: المشكلات الأسرية، ومشكلات العلاقات مع الأخرين. المشكلات الصحية الخطرة وضغوط العمل والمشكلات المالية (صحبة، ٢٠١٦، ص٤)". كما يحتاج المعلم الذي يعمل في هذا المجال ان تتوفر له امكانيات مادية ومهنية تساعده على خلق بيئة جيدة للعمل خالية من الضغوط المهنية (professional Stress) التي قد تعيق تقدمه أذ تعتبر البيئة التربوية واحدة من العوامل الرئيسية التي تساعد على نجاح عملية التعلم لأنها تلامس الجانب النفسي للمعلم وتمكنه من اداء دوره وايصال رسالته بأفضل طريقة ممكنه والتي تتمثل بمساعدة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل كبير ومن منطلق طبيعة عمل معلمي التربية الخاصة ومن خلال ذلك يمكن ان نحدد مشكلة البحث في السؤال التالي وهو: (ما هي العلاقة بين المرونة النفسية والضغوط المهنية لدى معلمي الصم والبكم في محافظة البصرة؟).

اهمية البحث:

تأتي أهمية البحث الحالي كونه من البحوث التي تسلط الضوء على موضوعاً من المواضيع المهمة في حياة المعلم وسيرته المهنية بشكل عام ومعلم التربية الخاصة بشكل خاص؛ فالمعلم العامل الهام الحاسم في مدى فاعلية عملية التدريس وعلى الرغم من كل المستحدثات الجديدة التي زخر بها الفكر التربوي والتكنولوجيا المتقدمة من مبتكرات تستهدف بشكل رئيسي العملية التعليمية الا ان المعلم لا يزال وسيبقى العامل الحاسم الاساسي في هذا المجال بكونه المنظم للخبرات والذي يقوم بإدارتها وتنفيذها في اتجاه الاهداف الموضوعة ولم يعد دور المعلم مقتصر على نقل المعلومات والمعرفة بل اصبح موجه ومرشد والمسير لإكساب المتعلم الخبرات والمهارات والعادات وتنمية الميول والاتجاهات والقيم التي تعمل على تغيير السلوك الى الافضل وتعمل على بناء شخصيته بالشكل السوي المتكامل (العاجز، ٢٠٠٧، ص١).

وتجدر الاشارة الى ان تطور الشعوب يعتمد بشكل كبير واساسي على تطور مستوى التعليم فيها فهي تبذل قصارى جهودها من اجل تطوير العلم بكافة مجالاته، وهذا ما يدفعنا الى الاهتمام بإعداد المعلم بشكل عام ومعلم ذوي الاعاقة بشكل خاص إعداداً اكاديمي ومهني ونفسي وتثقيفي وتدريبي وذلك من خلال التركيز على اهم جوانب شخصيته ودراستها والعمل على تطويرها.

ويتطلب التعلم الفعال للأطفال ذوي الاعاقة وجود معلم متمكن لديه العديد من الكفايات التي تؤهله للوصول الى مستوى مناسب من الاداء من اجل ان يكون قادر على ممارسة كافة ادواره عند التدريس للأطفال الصم على نحو افضل ولأن اي قصور في تلك الكفايات او بعضها سيؤثر بصورة سلبية على اداء المعلم ، بالتالي عدم بلوغ الاهداف المنشودة الكامنة خلف تربية ذوي الاعاقة وليس كل معلم قادر على التصدي لتدريس الاطفال ذوي الاعاقة ، كما ان هنالك الكثير من الكفايات النوعية التي ينبغي توفرها لدى كل من يريد ان يعمل في هذا المجال (الحلو، ٢٠١٨، ص١٠).

ان معلم التربية الخاصة يواجه فئة من المجتمع قد يصعب على البعض فهمها او التواصل معها لذا وجب ان تتوفر في شخصيته بعض السمات والقدرات منها القدرة على الثبات والحفاظ على الهدوء والاتزان الداخلي وضبط انفعالاته عند التعامل معهم وهذا يشير في علم النفس الى امتلاك المعلم لسمة المرونة النفسية؛ ويذكر ابو حلاوة،

محمد (٢٠١٣)" الى المرونة النفسية بأنها تشير الى فكرة ميل الفرد الى الثبات والمحافظة على هدوئه وقدرته على تحقيق الاتزان الانفعالي والتوافق الفعال والمواجهة الايجابية للمواقف العصيبة والمشكلات التي يتعرض لها ومن ثم فإن ذوي المرونة النفسية العالية يتعايشون بانفعالات ايجابية مثل الهدوء والسكينة مع القدرة على التمييز والادارة الفعالة لكل من الانفعالات الايجابية والسلبية فضلاً عن القدرة على ضبط وتنظيم الاستجابات الانفعالية مما يخفض بصورة واضحة من التأثيرات السلبية للخبرات والاحداث الضاغطة (علي، ٢٠١٩، ص٢٣٨).

كما تلعب الضغوط التي يتعرض لها معلم ذوي الاحتياجات الخاصة في مجال عمله دور كبير في سير عملية التعلم فقد اشار (عبدات، ٢٠٠٢) الى ان معلم التربية الخاصة يعتبر اهم ركن بالعملية التعليمية واي معيقات قد تعترض عمله تحول دون ادائه التعليمي على النحو الافضل بل تؤدي بشكل مباشر الى احساسه المباشر بعجزه عن القيام بواجباته ومسؤولياته اتجاه الاجيال التي يعلمها والمجتمع الذي يعمل فيه (عواد، ٢٠٠٤، ص٤). حيث اثبتت العديد من الدراسات المتخصصة من بينها دراسة (القحطاني، ٢٠٠٠) ودراسة (ثابت، ٢٠٠٣) ان ما يتعرض له العاملون في بيئة العمل من ضغوط لا يؤثر فقط على حالتهم الصحية والنفسية بل ينعكس ايضاً على مستوى ادائهم لعملهم ومن ثم قدرتهم على العمل ودافعيتهم نحو العمل وبالتالي تعيق المنظمات والمؤسسات من تحقيق هدفها (العمري، واخرون، ٢٠١٩، ص أ).

اهداف البحث: يهدف البحث الحالي الى:

١- التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى معلمي الصم والبكم .

٢- التعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى معلمي الصم والبكم.

٣- التعرف على العلاقة بين مستوى المرونة النفسية والضغوط المهنية لدى معلمي الصم والبكم.

حدود البحث:

- الحد المكاني: معهد الامل للصم والبكم/ محافظة البصرة.
- الحد الزماني: ٢٠٢٠- ٢٠٢١
- الحد البشري : معلمات ومعلمي معهد الامل الحكومي للصم والبكم.

تحديد المصطلحات:

اولا: المرونة النفسية:

- **شقورة، ٢٠١٢:** هو قدرة الفرد على مواجهة المواقف المختلفة بفاعلية والرد عليها بشكل عقلاني وإقامة علاقات طيبة مع الأخرين أساسها الود والاحترام المتبادل وتقبل الأخرين (شقورة ، ٢٠١٢، ص١٣٤).
- **كرم عزت، واخرون ، ٢٠١٩:** هي القدرة على التكيف في المواقف التي تحمل الاحباط حيث يلتمس الحلول المختلفة للمشكلات ولا يظهر العجز عن مواجهتها (كرم عزت واخرون، ٢٠١٩، ص١٧٦).
- اجرائياً : بأنها مجموع الدراجات التَّي يحصل عليها المستجيب على فقرات مقياس المرونة النفسية.

ثانياً: الضغوط المهنية:

- العميان، ٢٠٠٢: مجموعة المتغيرات الجسمية والنفسية التي تحدث للفرد ردود فعله أثناء مواجهته للمواقف المحيطة التي تمثل تهديداً له (العميان، ٢٠٠٢ ،ص١٦٠ .
- سمية، ٢٠١٤: ضغوط العمل هي مجموعة من العوامل السلبية البيئية مثل غموض الدور، صراع الدور، والأعباء الزائدة للدور وظروف العمل البيئية التي لها علاقة بأداء معين (سمية، ٢٠١٤، ص١١).
- اجرائياً: مجموع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب على فقرات مقياس الضغوط المهنية

ثالثاً: معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة لفئة الصم والبكم:

- تعرفه وزارة التربية ٢٠٠٩: هو معلم متخصص في التربية الخاصة، وتأهيل المعوقين (الصم والبكم)، ويقوم بتعليم الطلبة، في غرفة المصادر عن طريق الدعم في مادتي اللغة العربية، والرياضيات ، للطلبة ذوى الاحتياجات (وزارة التربية والتعليم، ٢٠٠٩، ١٠٧).

١- الصم:

- يعرف الشخص الاصم بأنه ذلك الشخص الذي لا يمكنه استخدام حاسة السمع نهائياً في حياته اليومية ويعرفه (فتحي، ٢٠٠٧، ص٣٢): ان الطفل الاصم الذي حرم من حاسة السمع منذ الولادة او فقدان القدرة السمعية قبل تعلم الكلام) او فقدها بمجرد تعلم الكلام لدرجة ان اثار التعلم فقدت بسرعة (دحو ، الامين، ٢٠٢٠، ص١٥).

- بركات ٢٠٠٨: الصم هم الاشخاص المحرومون من حاسة السمع لدرجة تجعل الكلام المنطوق غير مسموع لديهم (بركات، ٢٠٠٨، ص٧٢)

٢- البكم:

- ابو شعيرة واخرون، ٢٠١٠: الابكم هو الفرد الذي لم يتمكن من تعلم اللغة بسبب السمع او اسباب اخرى (ابو شعيرة واخرون، ٢٠١٠، ص١٤٥).
- شاكر ومحمد، ٢٠١٢ :إنهم لا يستطيعون سماع اللغة المنطوقة والمستعملة بين الناس بسهولة مما أدى إلى عدم تطور الكلام لديهم بالصورة والشكل الصحيح والمناسب أيضاً يضم نوعا من الأطفال الذين يعانون من عدم القدرة على الكلام لأسباب جسمية نفسية (شاكر ومحمد، ٢٠١٢، ص ١٥).

المبحث الثاني

إطار نظري ودراسات سابقة

إطـــار نـظـــــري:

- **اولاً: مفهوم المرونة النفسية:**

ظهر مفهوم المرونة النفسية إلى حيز الوجود مع بدايات ظهور علم النفس الإيجابي و الذي اهتم بدارسة وتنمية الشخصية والقدرات والسمات الإيجابية للأفراد – بدلاً من التركيز فقط على الاضطرابات النفسية (Bussey & Bandura, ,2004). وتشير الجمعية الأمريكية لعلم النفس أن المرونة النفسية هي أحد الأساليب التي تمكن الأفراد من التوافق والتأقلم الإيجابي مع ظروف الحياة والأحداث الضاغطة (APA,2009) ، كذلك عرفا كل من بارسوز ، وآخرون (2016) (Parsons, et al) المرونة النفسية بأنها نظام دينامي يعمل على تعزيز القدرة على الصمود أو التعافي من التهديدات الكبيرة التي تواجه الفرد وتهدد استقراره أو تطوره، واضاف شيرما (Sharma, 2015) في تعريفه للمرونة النفسية بأنها تتضمن القدرة على استعادة التوازن بعد أي فشل أو خسارة أو صدمة، وهي واحدة من أهم المهارات التي يحتاجها الفرد. فقد عرفا المرونة) يحتاجها الفرد. أما كونور وديفنسن (Connor&Davidsion,2003) فقد عرفا المرونة النفسية بأنها القدرة على التكيف مع الأحداث الصادمة والمحن والمواقف الضاغطة المتواصلة، كما أكدا على أنها عملية مستمرة، يظهر من خلالها الفرد سلوكاً تكيفياً ايجابياً في مواجهة المحن، والصدمات ومصادر الضغط النفسي (عبد الرحمن والعزب، ٢٠٢٠، ص٢٦٧).

- **النظريات التي فسرت المرونة النفسية:**

ومن النظريات التي حاولت الإسهام في تفسير عملية المرونة النفسية، نظرية ريتشاردسون (Richardson,2002) ، والذى اقترح ما أسماه ما وراء نظرية المرونة النفسية والمرونة النفسية الارتدادية، والتي تطورت على مدار ثلاث موجات مختلفة من أبحاث المرونة النفسية. الموجة الأولى: تحدد خصائص الأفراد الذين يواجهون بفعالية التمزقات، وينمون من خلالها. والموجة الثانية: تفحص العمليات التي يكتسب الناس من خلالها هذه الخصائص. والموجة الثالثة: هي التعرف على المرونة النفسية الفطرية، وقدرتنا على النمو والتطور. ومن هذا المنطلق تم وضع الصياغة المفهومية للصمود بأنه القوة التي توجد داخل كل فرد، والتي تدفعه إلى تحقيق الذات والإيثار، والحكمة، وأن يكون على تناغم تام مع المصدر الروحي للقوة. ويكمن الفرض الأساسي لهذه النظرية في فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي (التوازن) وهو الذى يسمح لنا بالتكيف (الجسم والعقل والروح) مع ظروف الحياة الحالية، حيث تؤثر الضغوط النفسية، والأحداث البغيضة، وأحداث الحياة الأخرى المتوقعة، وغيور المتوقعة، أو متطلبات الحياة العاجلة في قدرتنا على التكيف، ومواجهة مثل هذه الأحداث في الحياة وتتأثر بصفات المرونة النفسية واعادة التكامل مع المرونة النفسية السابق والتفاعل بين الضغوط النفسية اليومية والعوامل الوقائية. وقد اوضح ماثيو (Matthew,2002) بعض العوامل التي تساعد على استمرارية المرونة النفسية لدى الافراد وهي:

- القدرة على التكيف مع الضغوط النفسية بفاعلية وبطريقة صحية.
- امتلاك الفرد لمهارات حل المشكلات.
- اعتقاد الفرد بوجود شيء يمكن القيام به للسيطرة على المشاعر الحادة والتكيف مع الظروف الطارئة.
- الاتصال والترابط مع الآخرين مثل العائلة أو الأصدقاء.
- البحث عن المعاني الإيجابية للمواقف الصادمة (كرم عزت واخرون، ٢٠١٩، ص١٨٥-١٨٦).

- **الضغوط المهنية لدى المعلمين:**

تعرف ضغوط العمل لدى المعلم بأنها ادراك المعلم بان متطلبات العمل تفوق قدراته، وامكانياته، نتيجة الاعباء الزائدة للعمل وغياب المعلومات الواضحة عن الدور الذي يجب ان يقوم به كمدرس بالإضافة الى مواجهته للمطالب المتناقضة من جانب رؤسائه وعدم استخدامه مهاراته وخبراته في التدريس.

كما يمكن تعريف الضغوط المهنية لدى المعلمين على النحو التالي:

- هي ما يتعرض لها المعلم من مشكلات في محيط عمله وتسبب له ضعف القدرة على اداء العمل بكفاءة وبصورة جيدة بل يمكن ان تسبب له اعراض مرضية تؤدي الى غيابه عن العمل او تركه له. كما يقصد به ايضاً شعور المعلم بالعجز عن اداءه عمله لما يواجه من احباط ومشكلات في البيئة المدرسية ينتج عنها حالة من الاجهاد النفسي والبدني وتصاحبها انفعالات غير سارة مثل التوتر والاحباط والغضب.
- كما يعتبر ضغط مهنة التعلم احد انواع الضغوط النفسية التي يتعرض لها المعلم عند قيامه بمهامه التعليمية ويعتبر من الضغوط الصعبة لأنها متشعبة المصادر وتتدخل في احداثه عدة اطراف منها الادارة والزملاء والمفتشون واولياء الامور والتلاميذ وتخفض من ادائه التعليمي.

ويعد التعريف الذي قدمه المكتب الدولي للعمل ادق واشمل تعريف بحيث يعتبر الضغط عند المعلمين ظاهرة عالمية معترف بها يظهر في حالة تعب او وهن عصبي حاد يرجع الى الاحباط والحصر امام مهنة التدريس ومن اعراضه نجد التهيج، الغضب، الانهاك، ارتفاع ضغط الدم الشرياني... فهو حقيقة مرض مهني (عيشاوي، الصديقي، ٢٠١٤، ص١٠).

- **أساليب مواجهة الضغوط المهنية:**

يمكن لمنظمة العمل ان تستخدم عدة اساليب منها ما يكون فرديا لأن الأسلوب الذي يصلح لفرد ما قد لا يصلح لفرد اخر بسبب الفروق الفردية او يكون اسلوباً جماعياً عندما تكون مصادر الضغوط واحدة والمشكلات متشابهة وقاية وعلاجاً فيمكن اتخاذ ما يلي:

١- الأخذ بمبدأ الفروق الفردية وتحديد الأفراد الذين يمكن ان يكونوا اكثر تعرضا للضغوط المهنية واعظم تأثرا بها لأن هؤلاء ان لم تعالج حالتهم سيكونون سببا لتعميم الضغوط على الآخرين.

٢- وضع الشخص المناسب في العمل المناسب ، وفقا لقدراته وامكاناته وميوله واستعداداته.

٣- تحديد العوامل التي من المتوقع ان تكون سببا للضغوط المهنية ، ودراستها ووضع الحلول لها.

٤- تسهيل وتيسير الاتصالات بين العاملين مع بعضهم وبينهم وبين قيادة المنظمة، او الاتصال بكل من يستطيع تقديم الخدمة كمراكز البحث او الإرشاد والتوجيه المهني ، او مراكز الاعداد والتدريب .

٥- أسلوب التوجيه والارشاد بتكوين اتجاهات ايجابية ، او تعديل الاتجاهات السلبية للعاملين نحو منظمة العمل ، وتنمية الطموح والصبر

٦- أعادة النظر في هيكلية المنظمة وانظمتها بين حين واخر كإضافة مستوى تنظيمي جديد او دمج وظائف او اقسام ، او تغيير في قوانينها وتعليماتها.

٧- التعزيز (الثواب والعقاب) : ان الثواب افضل من العقاب واكثر تأثيرا فهو يشعر الفرد بالرضا واللذة والسرور ويقوي محددات الدافعية التي تنشط السلوك وتوجهه ويزيد من تكرار السلوك المرغوب به ، وان العقاب يقلل من احتمال تكرار السلوك المرفوض

٨- وقبل هذا وذاك فان التشخيص المبكر للضغوط المهنية ومعرفة مصادرها واسبابها من قبل ذوي العالقة وهذا سهل وممكن الن الضغوط المهنية لها اعراض ومظاهر وتمر بمراحل وليست وليدة ليلة وضحاها، فكلما اكتشفناها مبكرا استطعنا مواجهتها والحد منها وعالجها (المرسومي، ٢٠١٩، ص٣٥٨).

- **ثانياً: معلمي الصم والبكم:**

لقد بدأ الاهتمام بتربية ذوى الاحتياجات الخاصة في فرنسا في القرن التاسع عشر وامتد بعدها إلى الولايات المتحدة الأمريكية ، وكانت فئات الإعاقة البصرية والسمعية هي أولى الفئات التي حظيت بالرعاية والاهتمام، ويعد (إيتارد ١٧٧٥-١٨٣٨) وهو طبيب فرنسي من أوائل المهتمين والمؤرخين في فرنسا مرجعاً في تشخيص وتربية الصمً ، وفي الولايات المتحدة الأمريكية يعد (توماس جاليدت) " ١٧٨٧-١٨٥١" من المربيين الأوائل الذين اهتموا بتعليم الصم فقد سافر إلى أوروبا لتعلم طرائق تربية الصم، ثم عاد إلى الولايات الامريكية عام ١٨١٧ ليؤسس أول مدرسة للصم في مدينة هارفرد ولاية كونيكتات والتي عرفت الآن باسم المدرسة الأمريكية للصم، ولقد كرم (جاليدت) بأن أسست أول كلية للصم في مدينة واشنطن عرفت باسمه وهي (The Gallaudet College) في ولاية ميرلاند بالولايات المتحدة الأمريكية وتعد من الجمعيات المشهورة في ميدان الإعاقة السمعية ومن أبرز نشاطات هذه الجمعية عقد المؤتمرات المتخصصة وإصدار النشرات والكتيبات والمجلات العلمية المتخصص. وفي المانيا اسس (صمويل هنيك سنة ١٧٧٨) اول مدرسة عامة لتعليم الصم والبكم، وكان قد درس على يد (امان) السويسري و(دي ليبه) الفرنسي، وقد كان أول من نادى بإمكان تعليم الأصم بنفس الطريقة التي يتعلم بها الطفل السوي سواء بسواء وقد أنشأ مدرسته الأولى بمدينة درسدن بألمانيا، تم نقلها إلى (ليبرج) ، وفي بريطانيا أنشأ (برير وودز) وأسرته أول مدرسة لتعليم الصم في مدينة (ادنبرة سنة ١٧٦٠)، انتقلت بعد ذلك مدرسته إلى إحدى ضواحي لندن وفي اواخر القرن التاسع عشر حوالي سنة ١٨٧٠ تكونت في أنحاء مختلفة من بريطانيا عدة مؤسسات خيرية لرعاية الصم والبكم بلغ عددها حوالي (١٦) مؤسسة.

أما في البلاد العربية فقد نما ميدان التربية بشكل واضح خاصة في السنوات الأخيرة، حيث افتتحت في غالبية الدول العربية مراكز خاصة بالصم والبكم بعضها يتبع الدولة وبعضها الاخر يتبع القطاع الخاص وتهتم هذه المراكز بالطفل الاصم وحاجاته النفسية والتربوية (العاشوري ، ٢٠١٣، ص٣٢٥).

- **الفرق بين اعاقة الصم والبكم:**

الشخص المعاق/ هو الشخص الذي يفقد بعض من قدرته العضلية او الحركية او الحسية، اما لسبب ولادي او لحادث او بسبب مرض وتم علاجه واستقرت حالته مع بقاء الاعاقة واستمرارها بشكل ثابت مهما اختلفت نسبة الاعاقة. "الصمم: عبارة عن اعاقة حسية تمنع استقبال المؤثرات الصوتية في بعض او كل اشكالها. وان تحديد الطفل الاصم لا يعتمد فقط على مدى سماع الصوت انما يعتمد ايضا على مدى قابلية الطفل على فهم الصوت المسموع وعلى قدرته على استعمال اللغة المسموعة عند اتصاله بالمجتمع الذي ينتمي اليه والطفل الاصم هو الذي يعاني من فقدان قدرة السمع بمقدار اكثر من ٩٠ ديسبل". "اما البكم: يتضمن هذا النوع من العوق جميع الاطفال الذين يعانون من الصمم، اي انهم لا يستطيعون سماع اللغة المنطوقة والمستعملة بين الناس بسهولة مما ادى الى عدم تطور الكلام لديهم بالشكل الصحيح، وكذلك يضم الأطفال الذين لا يستطيعون الكلام لأسباب جسمية نفسية" (شاكر، ومحمد، ٢٠١٢، ص١٤-١٥).

- الدراسات السابقة:

يتناول هذا الجزء من البحث مجموعة من الدراسات ونلخص منها ما يأتي:

- **الدراسات التي تناولت المرونة النفسية**

١- دراسة زينة صحبة، ٢٠١٦: هدفت هذه الدراسة الى التعرف على المرونة النفسية وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة ، تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالباً وطالبة، وتم اعتماد الباحث على مقياس شقورة ٢٠١٢، وكانت نتائج الدراسة هي تمتع افراد العينة بمرونة نفسية جيدة.

٢- دراسة عزت واخرون، ٢٠١٩: هدفت الدارسة إلي التحقق من فاعلية برنامج تأهيلي لاكتساب المرونة النفسية وأثره على صورة الذات لدى مستخدمي الأجهزة التعويضية "دارسة مقارنة بين الذكور والإناث من الريف والحضر"، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) فرد وقام الباحثين بأعداد مقياس للمرونة النفسية، واشارة النتائج الى وجود فروق فردية بين الاختبار القبلي والبعدي لدى الافراد الذين طبق عليهم البرنامج.

- **الدراسات التي تناولت الضغوط المهنية**

١- دراسة خيرة ومنصوري، ٢٠١٣: هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق في مستويات الضغوط المهنية بين المدرسات والممرضات، حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، حيث تكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ امرأة عاملة متزوجة، منها ١٠٠ ممرضة و ١٠٠ مدرسة. وبغية تحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت على أداة للقياس المتمثلة في: استبيان الضغوط المهنية من إعداد الباحثة، وقد تم التحقق من صدق الأداة وثباتها وأشار معامل الصدق والثبات إلى مناسبة الأداة لما وضعت لقياسه. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا في مستويات الضغوط المهنية بين عينتي المُدرسات والممرضات المتزوجات لصالح الممرضات

٢- عيشاوي، صديقي، ٢٠١٤: هدفت هذه الدراسة الى التعرف على الضغوط المهنية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى اساتذة الطور الابتدائي، حيث تكونت عينة الدراسة من (٨٢) استاذ واستاذة، كما استخدم الباحثين الملاحظة والمقابلة والاستمارة لتحقيق اهداف البحث، وتوصل البحث الى ان الاساتذة يتعرضون لمستوى كبير من الضغوط الا انهم يقدمون مستوى عالي من الاداء المهني .

- **مناقشة الدراسات السابقة:**

اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة فينوع المتغيرات فقد تناولت دراسة صحبة (٢٠١٦) المرونة وعلاقته بالتوجه نحو الحياة بينما تناولت دراسة عزت (٢٠١٩) المرونة وعلاقته بتكوين صورة الذات، ودراسة خيرة ومنصوري (٢٠١٣) فقد تناولت الضغوط المهنية لدى المدرسات والممرضات، وعيشاوي وصديقي (٢٠١٤) تناولت الضغوط المهنية وعلاقته بالأداء المهني، كما اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات الاخرى في نوع العينة من حيث ان البعض منها تناول طلبة الجامعة والبعض تناول اشخاص عاديين والبعض مدرسات وممرضات اما الدراسة الحالية فقد تناولت معلمي الصم والبكم كما لم تتفق الدراسات فيما بينها بعدد العينة واختلفت الدراسات في الاداة التي استخدمتها حيث قام وعزت واخرون بأعداد مقياس للمرونة النفسية اما البشارات ودراسة صحبة اعتمدت على مقياس شقورة ٢٠١٢ اما الدراسة الحالية فقد اعتمدت على مقياس (Connor & Davidson) بصورته العربية للقللي (٢٠١٦) ومقياس خيرة ومنصوري (٢٠١٣). كما اختلفت نتائج البحث الحالي نتيجة لاختلاف اهداف كل بحث ودراسة.

المبحث الثالث

منهجية البحث واجراءاته

اولاً: منهجية البحث: أتبعت الباحثة المنهج الوصفي لأنه المنهج المناسبة لمشكلة البحث ، والذي يهدف الى وصف الظاهرة وجمع الحقائق والمعلومات والملاحظات عنها، بالإضافة إلي وصف الظروف الخاصة بها وتقرير حالتها كما توجد في الواقع والتعبير عنها كماً وكيفياً، ويعرفه صلاح الدين شروخ: على أنه مجموعة من القواعد التي وضعها قصد الوصول الى الحقيقة في العلم، أو الطريقة التي يتبعها الباحث في دارسته للمشكلة من أجل اكتشاف الحقيقة (شروخ، ٢٠٠٣، ص٩٠).

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

هو جميع الافراد او الاشياء الذين يشكلون موضوع مشكلة البحث (غباري ٢٠١٠، ص١٢٠) في (البدران، ٢٠١٩، ص٣٨٧)، ويتمثل مجتمع البحث الحالي في معلمي ومعلمات معهد الامل للصم والبكم في محافظة البصرة والبالغ عددهم (١٤) معلم ومعلمة، و نظراً لكون مجتمع البحث محدود ومتوفر فقد تم اختيار عينة البحث اختيار كلي.

ثالثاَ: اداتا البحث: لتحقيق اهداف البحث اعتمدت الباحثة على:

- مقياس المرونة النفسية: اعتمد على مقياس (Connor & Davidson, 2003) للمرونة النفسية والتي قننها القللي (٢٠١٦) وتم استخدامها في الكثير من الدراسات العربية منها (الخطيب، ٢٠٠٧) و(عبد الرحمن والعزب، ٢٠٢٠) والذي اشتمل المقياس على (٥) مستويات متدرجة وبلغ عدد فقراته على (٢٣) فقرة عالجت اربعة عوامل للمرونة النفسية ، وهي: الكفاءة الشخصية (٧) فقرات، والاصرار والتماسك (٧) فقرات، ومقاومة التأثيرات السلبية (٣) فقرات، وتقبل الذات الايجابي (٦) فقرات.
- مقياس الضغوط المهنية: مقياس (خيرة ومنصوري، ٢٠١٣) الذي اعد للمدرسات ويتكون من ٢٨ فقرة موزعة على سبعة أبعاد كالتالي: صراع الدور – عبء العمل– الظروف الفيزيقية– التنقل الترقية– العلاقة مع الرؤساء وزملاء العمل– العلاقة مع التلاميذ للمدرسات.

رابعاً: صدق المقياسين: اشار ايبل (Ebel) الى ان الصدق هو من الخصائص السيكو مترية المهمة التي ينبغي ان تتوفر في المقاييس النفسية، لأنه يعد مؤشراً حقيقياً للاستجابة والذي بدوره يتحقق من مدى القدرة على

تحقيق الغرض الذي اعد لأجله (اليعقوبي ، ٢٠١٣، ص١٣٩). وقد اعتمدت الباحثة في استخراج الصدق على الصدق الظاهري.

- **الصدق الظاهري:** يشير كل من ايبل (Ebel) والن (Allen) الى ان افضل طريقة للتحقق من استخراج الصدق الظاهري يتمثل في عرض الفقرات على مجموعة من الخبراء والمحكمين للحكم على مدى صلاحيتها وقدرتها على قياس الخاصية والمتغير المطلوب قياسه (البدران ، ٢٠١٩، ص٣٩١)، وقد تم عرض فقرات المقياسين المتمثلة في (٢٣) فقرة لمقياس المرونة النفسية موزعة على اربعة مجالات متدرجة، وفقرات مقياس الضغوط المهنية (٢٨) فقرة موزعة على سبة ابعاد على خبراء في قسم علم النفس والارشاد التربوي في جامعة البصرة والبالغ عددهم (١٠) خبراء وقد تم الاعتماد على النسبة المئوية لاستخراج نسبة الاتفاق بين الخبراء على فقرات المقياسين. وعلى ضوء ملاحظاتهم واراءهم تم الابقاء على جميع الفقرات والتي تبين نسبة القبول لها تتراوح بين (٨٠%- ١٠٠%)، والجدول (١-٢) يوضح نسبة اتفاق الخبراء على المقياسين:

جدول رقم (١)

نسبة اتفاق الخبراء على فقرات مقياس المرونة النفسية باستخدام النسبة المئوية

ت	المجالات	الفقرات	عدد الفقرات	الخبراء		النسبة المئوية	المجموع الكلي للفقرات
				الموافقين	غير الموافقين		
١	الكفاءة الشخصية	١,٢,٣,٥,٦,٧	٦	١٠	-	%١٠٠	٧
		٤	١	٩	١	%٩٠	
٢	الاصرار والتماسك	٨,١٠,١١,١٢,١٣,١٤	٦	١٠	-	%١٠٠	٧
		٩	١	٩	١	%٩٠	
٣	مقاومة التأثيرات السلبية	١٥,١٦,١٧	٣	١٠	-	%١٠٠	٣
٤	تقبل الذات الايجابي	١٨,١٩,٢٠,٢١,٢٢,٢٣	٦	١٠	-	%١٠٠	٦

جدول رقم (٢)

نسبة اتفاق الخبراء على فقرات مقياس الضغوط المهنية باستخدام النسبة المئوية

ت	الفقرات	الخبراء		العدد الكلي للخبراء	النسبة المئوية
		الموافقين	**غير الموافقين**		
١	١-٢-٣-٦-٧-٨-٩-١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-١٨-١٩-٢٠-٢٢-٢٣-٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨	١٠	-	١٠	%١٠٠
٢	٤، ٥،	٩	١	١٠	%٩٠
٣	٢١	٨	٢	١٠	%٨٠

- **صدق البناء:** يعد صدق البناء اكثر انواع الصدق قبولاً اذ يرى عدد كبير من المختصين انه يتفق مع جوهر مفهوم ايبل (Ebel) للصدق من حيث تشبع المقياس بالمعنى العام (الامام، ١٩٩٠، ص١٣١) في (زينة صحبة، ٢٠١٦، ص٤٣) ويتحقق هذا النوع من الصدق من خلال ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ويعتمد هذا الاسلوب بالدرجة الاساس لمعرفة فيما اذا كانت كل فقرة من فقرات المقياس تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس لذلك يعد هذا الاسلوب من ادق الوسائل المعتمدة في حساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس (عيسيوي، ١٩٨٥، ص٩٥) وتشير انستازي الى ان الدرجة الكلية للمقياس هي افضل محك داخلي عندما لا يتوفر المحك الخارجي (Anstasi, 1876, P206) لذلك اعتمد الباحثون على ارتباط بيرسون في استخراج معامل ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس وارتباط كل بعد من ابعاد المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، وقد اعتمد معيار ايبل (Ebel) في قبول الفقرة التي يزيد معامل ارتباطها بالدرجة الكلية على (0.19) درجة (الزوبعي، ١٩٨١) والجدول (٣-٤) يبين ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياسين:

جدول رقم (٣)

معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
١	0.26	٩	0.37	١٧	0.22
٢	0.37	١٠	0.20	١٨	0.24
٣	0.36	١١	0.40	١٩	0.39
٤	0.41	١٢	0.58	٢٠	0.45
٥	0.59	١٣	0.26	٢١	0.29
٦	0.23	١٤	0.30	٢٢	0.26
٧	0.46	١٥	0.44	٢٣	0.33
٨	0.27	١٦	0.23		

*وقد تم قبول جميع الفقرات لكونها دالة عند مستوى (٠,١٠) وحصلت على درجة ارتباط اعلى من (٠,١٩) وفق معيار ايبل.

جدول (٤)

معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الضغوط المهنية

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
١	0.43	١٠	0.39	٢٠	0.33
٢	0.30	١١	0.25	٢١	0.36
٣	0.32	١٢	0.33	٢٢	0.27
٤	0.44	١٣	0.45	٢٣	0.41
٥	0.42	١٤	0.41	٢٤	0.33
٦	0.40	١٥	0.24	٢٥	0.42
٧	0.33	١٦	0.36	٢٦	0.37
٨	0.36	١٧	0.25	٢٧	0.32
٩	0.35	١٨	0.41	٢٨	0.45
١٠	0.22	١٩	0.44		

*وقد تم قبول جميع الفقرات لكونها دالة عند مستوى (٠,١٠) وحصلت على درجة ارتباط اعلى من (٠,١٩) وفق معيار ايبل.

خامساً: ثبات المقياس: يعد حساب الثبات امر ضروري واساسي في المقياس إذ يشير الى الدقة في درجات المقياس إذ ما تكرر تطبيقه تحت الشروط والظروف نفسها (زينة صحبة، ٢٠١٦، ص٤٣)، وتم حساب الثبات للمقياسين بطريقتين وهما كالآتي:

أولا : **طريقة أعادة الاختبار**: لغرض تحقيق هذا النوع قامت الباحثة بتطبيق الاختبارين مرتين تفصلهما مدة زمنية مناسبة ، وبعد تصحيح المقياسين تم استعمال معادلة ارتباط بيرسون بين التطبيقين وكانت نسبة الارتباط (0.89) لمقياس المرونة النفسية، و(0.72) لمقياس الضغوط المهنية وتعد هذه النسبة مؤشر جيد ومقبول لثبات المقياسين.

ثانياً: **طريقة الفا – كرو نباخ:** من خلال تصحيح المقياسين تم تطبيق معادلة الفا – كرو نباخ وكانت نتيجة الثبات لمقياس المرونة النفسية (0.85)، بينما بلغ مقياس الضغوط المهنية (0.96) وهي تعد مؤشراً عالي للثبات.

سادساً: الوسائل الاحصائية: اعتمدت الباحثة في استخراج النتائج وتحقيق اهداف البحث على الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS.14)– النسبة المئوية لاتفاق الخبراء على المقياسين والاختبار التائي لعينة واحدة.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً لأهم الاهداف التي تم ذكرها في المبحث الاول كما يتضمن أهم الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات التي تقدمها الباحثة.

الهدف الاول: التعرف على مستوى المرونة النفسية لدى معلمي الصم والبكم : تم تطبيق مقياس المرونة النفسية على مجتمع البحث والبالغ عددهم الكلي (١٤) معلم ومعلمة للصم والبكم في معهد الامل الحكومي التابع لمحافظة البصرة، ولتحقيق الهدف تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة عند درجة حرية (١٣) ومستوى دلالة (0.05) ، فقد بلغ المتوسط الفرضي (٦٩) بينما كان الوسط الحسابي (73.28) وانحراف معياري (4.6) وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (19.513) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية ، وكما موضح في الجدول (٥).

جدول رقم (٥)

يوضح الاختبار التائي لعينة واحد لمقياس المرونة النفسية

العينة	العدد	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة الاحصائية عند مستوى (0.05)
					المحسوبة	الجدولية	
معلمي الصم والبكم	١٤	73.28	٦٩	١٣	19.513	1.77	دال احصائياً

وهذا يدل على امتلاك معلمي الصم والبكم مستوى جيد من المرونة النفسية، وتفسر الباحثة ذلك مستنده على تعريف نيومان (Newman, 2002) للمرونة النفسية بأنها "القدرة على التكيف مع الأحداث الصادمة، والمحن والمواقف الضاغطة المتواصلة "وهي عملية مستمرة يظهر من خلالها الفرد سلوكاً تكيفياً، "في مواجهة المحن، والصدمات ومصادر الضغط النفسي (Newman, 2000, P 62). الى ان ذلك يرجع الى طبيعة عمل معلمي الاحتياجات الخاصة الذي يفرض عليهم ان يمتلكوا مستوى عالي من الاتزان والهدوء ومسك زمام الامور وهذا بدوره يأخذ جانبين ؛ ان امتلاكهم لمستوى من المرونة يعود الى اعدادهم بشكل خاص بحكم الافراد الذين يتعاملون معهم مقارنة بالمعلمين العاديين الذين يتم اعدادهم بشكل عادي بكونهم يتعاملون مع طفل العادي، اما الجانب الآخر فهو ان ممارستهم لهذا العمل وتكرار الظروف الضاغطة يجعلهم يتقبلون الاطفال الذين يحتاجون الى عناية خاصة مما دفعهم الى ان يطورو قدراتهم ذاتياً ليواجهوا مصاعب ومشاكل العمل.

- **الهدف الثاني: التعرف على مستوى الضغوط المهنية لدى معلمي الصم والبكم:** تم تطبيق مقياس الضغوط المهنية على مجتمع البحث والبالغ عددهم الكلي (١٤) معلم ومعلمة للصم والبكم في معهد الامل الحكومي التابع لمحافظة البصرة، ولتحقيق الهدف تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة عند درجة حرية (١٣) ومستوى دلالة (0.05) ، فقد بلغ المتوسط الفرضي (٨٤) بينما كان الوسط الحسابي (٨٠) وانحراف معياري (11.61) وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (1.288) وهي اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.77)، وكما موضح في الجدول (6).

جدول رقم (6)

يوضح الاختبار التائي لعينة واحد لمقياس المرونة النفسية

العينة	العدد	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة الاحصائية عند مستوى (0.05)
					المحسوبة	الجدولية	
معلمي الصم والبكم	**١٤**	**105**	**84**	**١٣**	**6.765**	**1.77**	**دال احصائياً**

من خلال النتائج في الجدول اعلاه يتبين ان العينة لديهم مستوى اقل من المتوسط من الضغوط المهنية وقد لا يؤثر على ادائهم، وتفسر الباحثة ذلك الى طبيعة عمل معلم التربية الخاصة ترتبط بالجانب الانسانية اكثر مما هي مهنة فقط فضلاً عن النظرة الايجابية لأنفسهم وللمجتمع وثقتهم بها مما يجعله يتحدى الظروف ويتجاوز مرحلة تأثير الضغط المهني عليه ومنها يصل الى مرحلة وتتفق هذه الدراسة مع دراسة (المرسومي، ٢٠١٩) التي اظهرت انخفاض في الضغوط المهنية لدى اعضاء هيئة التدريس.

- **الهدف الثالث: التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والضغوط المهنية:** من اجل تحقيق هذا الهدف تم تطبيق معادلة بيرسون لمعرفة فيما اذا كان هنالك علاقة بين المتغيرين، **وقد** اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية بين المتغيرين بلغت (0.97) عند مستوى معنوية (0.05) ويشير ذلك الى ان ضغط العمل من شأنه ان يؤثر على مرونة الشخص النفسية كونه يلامس الجانب النفسي للمعلم وكلما قل الضغط زادت امكانية الشخص على ان يطور من قدراته وان تتميز شخصيته بمرونة نفسية.

الاستنتاجات: من خلال تحليل النتائج نستنتج ما يلي

١- ان افراد عينة البحث يمتلكون مستوى عالي من المرونة النفسية ومستوى متدني من الضغوط المهنية.

٢- ان نتائج البحث تتفق مع العديد من النتائج كدراسة (الخطيب، ٢٠٠٧، وصحبة ٢٠١٦)

٣- ان المرونة النفسية قدرة اساسية يجب ان تتوفر لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام وفئة الصم والبكم بشكل خاص.

التوصيات: من خلال ما توصل اليه البحث الحالي توصي الباحثة بما يأتي

١- تسليط الضوء على عينة البحث وهم معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة التي تفتقر الى تركيز الاهتمام عليها من حيث البحوث والدراسات ومن حيث الاعداد في محافظة البصرة

٢- اقامة دورات تدريبية وتطويرية نفسية ومهنية وارشادية لهذه العينة.

٣- توجيه المعلمين لهذه الفئات الى العمل على تطوير الذات لديهم ليمكنهم من الاستفادة الى اقصى حد ممكن من قدرات لذوي الاحتياجات الخاصة.

المقترحات: تقترح الباحثة ما يلي:

١- اجراء دراسات مماثلة للفئات الاخرى من ذوي الاحتياجات الخاصة.

٢- دراسة متغيرات اخرى لهذه الفئات كمهارة توكيد الذات وكيفية اكتساب الثقة لدى ذوي الاحتياجات الخاصة.

- المصادر:

-المصادر العربية:

- **البدران، عبد الزهرة لفتة ، (٢٠١٩)، مستوى التفكير التحليلي لدى طلبة جامعة البصرة، مجلة كلية التربية للعلوم الانسانية ، جامعة ذي قار، المجلد ٩، العدد ١.**
- **بركات، جدي، (٢٠٠٨)، الخدمات العامة في الخدمة الاجتماعية ، الطبعة الثالثة، الرياض، السعودية.**
- **التويجري ، عبد الرحمن عبد العزيز، (٢٠١٤)، المشكلات التي تواجه معلمي معاهد وبرامج الصم وضعاف السمع في استخدام التقنيات التعليمية في مدينة بريدة، السعودية، جامعة ام القرى، كلية التربية، قسم المناهج وطرائق تدريس.**
- **الحلو، سماح فتحي علي، (٢٠١٨)، فاعلية برنامج مقترح لتنمية الكفايات المهنية لمعلمي المرحلة الاساسية في مدارس الاعاقة السمعية بقطاع غزة في ضوء احتياجاتهم التدريبية، الجامعة الاسلامية، غزة، كلية التربية.**
- **خرزي، سمية، (٢٠١٤)، اتجاهات الاساتذة نحو الضغوط المهنية في الجامعة، جامعة العربي بن مهيدي– ام البواقي، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية.**
- **دحو، بوهادي، صالقية محمد الامين. (٢٠٢٠)، فاعلية وحدات تعليمية مقترحة لتعلم بعض الحركات الارضية في الجمباز لدى الاطفال الصم والبكم، جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم، معهد التربية البدنية والرياضية.**
- **الزوبعي، عبد الجليل ابراهيم ، واخرون (١٩٨١)، الاختبارات والمقاييس النفسية، جامعة الموصل ، العراق.**
- **سمية،**
- **شاكر، نبيل، وخلدون ابراهيم محمد، (٢٠١٢)، تأثير الالعاب التعليمية بطريقة الدمج المكثف في اكتساب بعض المهارات الحركية بكرة السلة للتلاميذ الصم والبكم، مجلة الفتح، كلية التربية الاساسية، ديالى، العدد الحادي والخمسون.**
- **شروخ صلاح الدين، (٢٠٠٣)، منهجية البحث العلمي للجامعيين، عنابة، الجزائر، دار العلوم للنشر والتوزيع.**
- **شقورة، يحيى عمر شعبان، (٢٠١٢)،المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة ص١٣٤.**
- **شويطر، خيرة، عبد الحق منصوري، (٢٠١٣)،مستويات الضغوط المهنية لدى المدرسات والممرضات، مجلة دراسات نفسية وتربوية، عدد ١٠، جامعة وهران.**
- **صحبة، زينة عبد الكريم صحبة، (٢٠١٦)، المرونة النفسية وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى طلبه كلّه الآداب كلية الآداب، جامعة القادسية، ص ٤.**
- **العاجز، فؤاد، (٢٠٠٧)، الادارة الصفية بين النظرية والتطبيق ، ط٣، دار المقداد للطباعة ، غزة.**
- **العاشوري، فتحية عبد السلام محمد (٢٠١٣) ، الحاجات النفسية والتربوية للطفل الاصم والابكم، كلية الآداب، جامعة سبها، مجلة العلوم الانسانية في جامعة سبها، العدد الثاني، ص٣٢٣.**

- العمري، نسرين، واخرون،(٢٠١٩)، الضغوط المهنية وعلاقتها بالدافعية نحو العمل، جامعة اكلي محند اولحاج، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، البويرة، الجزائر.
- العميان، محمود، (٢٠٠٢)"السلوك التنظيمي في منظمات الأعمال"، الطبعة الأولى، عمان: دار وائل للنشر.
- عبد الرحمن، رشا محمد، واشرف العزب، (٢٠٢٠)، التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات دراسة على عينة من طلبة جامعة عجمان، الامارات، كلية التربية.
- عزت، كرم واخرون (٢٠١٩)، فاعلية برنامج تأهيلي لاكتساب المرونة النفسية وأثره على صورة الذات لدى مستخدمي الأجهزة التعويضية دراسة مقارنة بين الذكور والإناث من الريف والحضر، مجلة العلوم البيئية، جامعة عين شمس، معهد الدارسات والبحوث البيئية، مجلد الخامس والاربعون، الجزء الثالث، ص١٧٦.
- علي، محمد الشحات ابراهيم، (٢٠١٩)، المرونة النفسية وعلاقتها بإدارة الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- عواد، يوسف ذياب،(٢٠٠٤)، بعض الصعوبات التي تواجه معلمي التربية الخاصة في مجال العمل مع المعاقين، جامعة القدس المفتوحة، نابلس، فلسطين.
- عيسيوي، عبد الرحمن محمد،(١٩٨٥)، القياس والتجريب في علم النفس والتربية، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.
- عيشاوي، سعد عبدالله، عبد الحليم الصديقي، (٢٠١٤)، الضغوط المهنية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى اساتذة الطور الابتدائي، جامعة الشهيد حمه لخضر– الوادي، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية.
- القللي / محمد السيد، (٢٠٠٦) ، البنية العاملية للنسخة الأمريكية لمقياس المرونة النفسية في البيئة المصرية، المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، المؤسسة العربية للبحث العلمي والتنمية البشرية، عدد ديسمبر، الجزء الأول.
- المرسومي، عبد المنعم جبار، (٢٠١٩)، الضغوط المهنية لدى اعضاء هيئة التدريس في كلية المعارف الجامعة، جامعة الانبار.
- وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطينية، (٢٠٠٩)، تدريب المرشدين الجدد، الادارة العامة للإرشاد والتربية الخاصة، غزة.
- وفائي، محمد وآخرون، (٢٠١٣)، المشكلات التي تواجه معلمي التربية الخاصة في محافظة غزة، مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية، الجامعة الاسلامية، غزة، المجلد ٢١، العدد٣، ص٥.

<u>المصادر الاجنبية</u>

- **Anastasi ,A.(1976) psychological testing .4_ed_printed in New york.**
- **New man ,R.(2002).The road to resilience. Monitor on psychology .Vol.33(a);62.**