



فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية كمنبئات
بالكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال

**Perceived Self-Efficacy and Methods of Coping with
Psychological Stress as Predictors of Professional Competence
among Kindergarten Teachers**

إعداد

طه محمد مبروك جبر

الأستاذ المساعد بقسم العلوم النفسية

كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة بني سويف

Taha Mohamed Mabrouk gabr

**Assistant Professor, Department of Psychological Sciences
College of Early Childhood Education - Beni Suef University**

الاستشهاد المرجعي:

جبر، طه محمد مبروك. (٢٠٢٢). فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية كمنبئات بالكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال. مجلة بحوث ودراسات الطفولة. كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة بني سويف، ٤(٨)، ج(٢)، ديسمبر،

١٢٧٤ - ١٢٠١

المستخلص:

هدف البحث إلى الكشف عن العلاقة بين فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال، وكذلك التعرف على التأثيرات البنائية السببية المباشرة والكلية للعلاقات بين تلك المتغيرات من خلال التطبيق على عينة تكونت من (١٢٠) معلمة تراوحت أعمارهم ما بين (٢٤ : ٣٥) عام بمتوسط حسابي (٢٨.٣٦)، وانحراف معياري (٢.٨١)، وتمثلت أدوات البحث في: مقياس فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية (إعداد: الباحث)، وأشارت النتائج إلى وجود فروق في فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية باتجاه المعلمات اللاتي يعملن بالروضات الرسمية للغات، بمعدل سنوات خبرة يزيد عن ٦ سنوات، وكذلك وجود علاقات ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متغيرات البحث، كما أشارت النتائج لقدرة فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية على التنبؤ بالكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال، وكذلك وجود تأثيرات بنائية سببية مباشرة وكلية للعلاقات بين فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية.

الكلمات المفتاحية: فعالية الذات المدركة، أساليب مواجهة الضغوط النفسية، الكفاءة المهنية.



Abstract:

The aim of the research is to reveal the relationship between perceived self-efficacy and methods of coping with psychological stress and professional competence among kindergarten teachers, as well as to identify the direct and total causal structural effects of the relationships between those variables through application on a sample consisting of (120) female teachers aged between (24 : 35) year, with an arithmetic mean (28.36), and a standard deviation (2.81), and the research tools were: The measure of perceived self-efficacy, methods of coping with psychological stress, and professional competence (prepared by: the researcher), and The results indicated that there are differences in perceived self-efficacy, methods of coping with psychological stress, and professional competence towards female teachers who work in official language kindergartens, with an average of more than 6 years of experience., as well as the presence of statistically significant correlations between the research variables, and the results indicated the ability of perceived self-efficacy and methods of facing psychological stress to predict professional competence among female teachers. Kindergarten, as well as the existence of direct and total structural causal effects of the relationships between perceived self-efficacy, methods of coping with psychological stress, and professional competence.

Keywords: perceived self-efficacy, methods of coping with psychological stress, professional competence.

مقدمة:

تعد مؤسسات رياض الأطفال إحدى مؤسسات التنشئة الاجتماعية التي تعني بتأهيل الأطفال وإكسابهم المهارات اللازمة للتعايش والتفاعل مع البيئة ومتغيراتها ومواكبة التطورات العلمية والتكنولوجية التي يشهدها العالم بمختلف المجالات، ونظرًا للتغيرات التي حدثت ببنية المجتمع المصري في السنوات الأخيرة على كافة مستوياتها أصبح لزامًا على تلك المؤسسات والقائمين عليها أن يعوا جيدًا دورهم في تنشئة الأطفال وتزويدهم بالكفاءات والمعارف التي تؤهلهم لمسايرة تلك التطورات.

ولعل المٌطلع على حقيقة الدور الذي تؤديه مؤسسات رياض الأطفال يجد أنها أصبحت تقوم ببعض الأدوار المنوط القيام بها من خلال الأسرة، فأصبحت مسؤولة عن تشكيل الاستعداد النفسي للطفل من أجل الالتحاق بالمرحلة التعليمية التالية، والكثير من المهارات الاجتماعية والشخصية، وتكوين الاتجاهات الإيجابية نحو العملية التعليمية، وغير ذلك من مهارات السلوك الاجتماعي الإيجابي.

ويشير (Harrington, Trevino, Lopez, Giuliani, 2020) للحاجة إلى إكساب الأطفال بعض المهارات اللازمة للنجاح في تشكيل الاستعداد الأكاديمي، وإتقان بعض المهارات (Bates, 2018; Justice, Jiang, Khan, Dynia, 2017) بوصفها عنصرًا مهمًا لنمو وتطور الطفل، إضافة لمساهمتها في تحقيق النجاح عند الالتحاق بالمدرسة (Sezici, Akkaya, 2020).

وتتفق طلبة (٢٠٠٤) مع (Birkeland, Baste, 2020) في أن معلمة الروضة ينبغي أن تدرك أن تربية الأطفال بتلك المرحلة التعليمية لا تعني تقديم دروسًا بالقراءة والكتابة والحساب فحسب، بل هن مربيات بمجال تربية وتنشئة الأطفال بمرحلة ما قبل المدرسة، ولهن دور فعال في تشكيل شخصية هؤلاء الأطفال معرفيًا واجتماعيًا واندفاعيًا ولغويًا ودينيًا.



وعلى الرغم من اختلاط الأطفال وتفاعلهم مع أقرانهم والمحيطين بهم إلا أن تأثير معلمة الروضة يظل هو الأعمق، فالأطفال يتأثرون بشخصيتها، وسلوكياتها، وتعاملاتها داخل قاعة الدراسة، ويذكر (Gerhardt, Broen, 2006) أن الأطفال يتسمون بالسرعة في التقاط هذا التأثير وكذلك التأثير به، لذا يظل تأثير المعلمة هو الأشد من غيره، فيحاولون التطبع على عاداتها وسلوكياتها وما يترتب على ذلك من نشوء الأطفال وهم يحملون ما طُبِعوا عليه بشكل يصعب نسبياً التحول عنه لاحقاً.

وعلى هذا يمكن القول بأن معلمة الروضة متضامنة في تربية وتنشئة الأطفال وأن أهداف رياض الأطفال وتحقيقها يعتمد في المقام الأول على المعلمة فهي تساعدهم على تحقيق مطالب النمو السوي ومسئولة عن تشكيل شخصياتهم كونها أنموذجاً لهم يكسبهم الخبرات التي تساعدهم على التوافق مع البيئة بشكل عام (الجمال، ٢٠١١، ٢٣٩؛ Flick-Takács, 2021).

ولمعلمة مرحلة رياض الأطفال مجموعة من المهام المهنية تتمثل في دراسة أهداف الأطفال التي يسعون للوصول إليها و مساعدتهم لتحقيقها من خلال الأنشطة اليومية التي تقدم إليهم داخل الروضة وخارجها، والعمل على الربط بين المناهج التعليمية والأنشطة التي تقدم للأطفال بما يحدث ببيئة الطفل والحياة اليومية عامة، واختيار الوسائل التعليمية المناسبة وفقاً لطبيعة الأنشطة التي تقدم للأطفال، والقدرة على إعداد الاختبارات والمقاييس التي تتلاءم مع طبيعة قدرات واستعدادات الطفل، وكذلك القدرة على إجراء التقويم وإعداد البرامج اللازمة نحو تحسين نقاط الضعف (فهيمى، ٢٠١٢، ١٨ - ١٩)، ومساعدة الأطفال على استخدام التطبيقات والتقنيات الرقمية (Lieberman, Fisk, Biely, 2009)، وأيضاً تقديم التغذية الراجعة اللازمة بما يساعد الأطفال على الفهم وتصحيح الأخطاء وتقديم عدد من التدريبات والأنشطة الإضافية اللازمة (Akcan, Tatar, 2010).

وينبغي أن تتسم المعلمة بعدد من الخصائص وسمات الشخصية التي تساعدها على أداء مهامها المهنية وبما يضمن رفع مستوى الكفاءة المهنية اللازمة لتحقيق النجاح

بعملها وأداء دورها المنوط القيام به، وأشار حسن (٢٠٠٥) إلى ضرورة تمتع المعلمة بخصائص معينة؛ منها: الخصائص الجسمية (الحيوية والنشاط، والأداء الحركي السليم)، والخصائص الانفعالية (المثابرة، وضبط النفس، والاتزان الانفعالي)، والخصائص المعرفية (الذكاء، وحب الاستكشاف، والقدرة على حل المشكلات، والتخطيط)، والخصائص النفسية والاجتماعية (الثقة بالنفس، وفعالية الذات، والقدرة على مواجهة الضغوط الشخصية والمهنية، وتقديم الدعم الاجتماعي، احترام الآخرين، التفاعل الاجتماعي)، والخصائص مهنية (القدرة على استخدام الوسائل التكنولوجية وتطبيقاتها التعليمية، وتهيئة البيئة التربوية بشكل صحيح، وإمكانية استخدام طرائق تعليم مناسبة للأطفال، وجذب انتباه الأطفال ودمجهم بالأنشطة الجماعية).

مشكلة البحث:

تعد الكفاءة المهنية للمعلمة عنصراً مهماً في فعالية العملية التربوية والتعليمية، ونظراً لأن نظام التعليم يتغير ويتطور بشكلٍ سريع، الأمر الذي يستوجب ضرورة استعداد المعلمات لتقبل تلك التغيرات والتكيف معها، والسعي نحو تحديث المهارات والقدرات التي تمتلكها لمواكبة هذا التطور خاصة في ظل عدد من المسؤوليات والتحديات التي تتعرض لها بالحياة اليومية.

فما تواجهه المعلمات من تحديات لمسايرة تغيرات النظم التعليمية قد يفضي لظهور الضغوط النفسية والمهنية خاصة في ظل عدم امتلاكها لسمات شخصية تمكنها من مواجهة تلك الضغوط بالشكل الأمثل، ويذكر حسين و حسين (٢٠٠٦) أن عدم القدرة على التكيف مع المستجدات ببيئة العمل إنما يعزى لعدم القدرة على إحداث توازن بين أمرين: ما يملكه الفرد من قدرات، وبين ما هو مطلوب منه، الأمر الذي يفضي للإحساس بالضغط النفسي، وهذا أيضاً ما أوضحت نتائج دراسة الفاخوري (٢٠١٨) التي أوضحت أن الكفاءة المهنية تتأثر بعدد من العوامل منها الضغوط النفسية.

كما أشارت نتائج دراسة عقون (٢٠١٢) إلى أن مهنة التدريس تعد من أكثر المهن الضاغطة وفق تصنيف منظمة العمل الدولية، نظراً لما تذخر به البيئة التعليمية من

مثيرات ضاغطة، كما أوردت ما ذكره معهد الضغط الأمريكي أن ما بين ٤٠ : ٥٠% من المعلمين الجدد إنما يتركون عملهم بالسنوات الأولى لما يعانون من ضغوط، وهو ما يتسبب في نفقات باهظة جراء إعداد معلمين جدد، ولذا لا بد من الاهتمام بالتوسع في استخدام أساليب مواجهة تلك الضغوط والتخفيف منها، كونها عوامل تعويضية تسهم في تحقيق التكيف الاجتماعي والشعور بالصحة النفسية شريطة معرفة ما هي الأساليب المناسبة لمواجهة موقف ما، وكيف يستطيع الفرد تحمل الضغوط النفسية بنجاح وكفاءة خلال فترات حياته.

وقد اهتم الاختصاصيون بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لما تتسبب به الضغوط من إحداث تأثيرات سلبية على واقع المعلمة والمحيطين بها، الأمر الذي يؤثر بالتبعية على كفاءتها بعملها وأداء مهامها المهنية ومعدل إقبالها على العمل بدرجة كبيرة من الدافعية والطموح والإتقان.

وخلال تفاعل المعلمة مع البيئة المحيطة بها وما تحتويها من متغيرات ضاغطة ومدى نجاحها في مواجهة تلك المواقف الضاغطة من خلال ما تمتلكه من مهارات اجتماعية وسمات شخصية تظهر فعالية الذات التي تعكس ثقة المعلمة بذاتها الأمر الذي ينعكس على نجاحها في عملها وأداء مهامها المهنية على أكمل وجه بكفاءة عالية وهذا يتفق مع ما أشار إليه (Prat- Sal, Reford (2010)، ولعل إدراك الأفراد لفاعليتهم الذاتية يؤثر على الخطط التي يضعونها لأنفسهم، فيذكر جبر (٢٠١٧) أن من يحكمون على ذاتهم بعدم الفعالية إنما يخفقون في وضع خطط ملائمة ويتسم أداءهم المهني بالضعف مقارنة بالأشخاص الذين يتسمون بإحساس عالٍ بالفعالية، وأشارت لذلك أيضاً نتائج دراسة (Alexander, Fred (1998) والتي أيدت وجود علاقة ارتباطية بين مستوى فعالية الذات المدركة، وقدرة الفرد على الأداء في مختلف المجالات المهنية. كما يذكر المزروع (٢٠٠٧)؛ عبدالله والعقاد (٢٠٠٩)؛ حجازي (٢٠١٣) أن فعالية الذات تمثل إحدى موجبات السلوك الإنساني للتعامل مع الضغوط النفسية، وضبط النفس، والمثابرة، فمن يؤمن بقدراته وإمكاناته يصبح أكثر تقديراً لذاته وتزداد ثقته بنفسه في التعامل مع

البيئة ومتغيراتها، ويذكر (Pajares, 1996) أن فعالية الذات المدركة لا تقتصر فقط على تقدير الفرد لقدراته وإنما تتطور لتشمل المعتقدات التي يتم تطويرها بشأن قدرته على استكمال مهام عمله بنجاح وذلك يكون نتيجة للعلاقة الثلاثية ما بين بيئة الفرد وشخصيته وسلوكه الفعلي.

وتأسيساً على ما سبق وفي ضوء نتائج الدراسات السابقة التي أشارت للتداخل في العلاقات بين متغيرات البحث يمكن صياغة أسئلة البحث كما يلي:

- ١) ما الفروق في فعالية الذات المدركة لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لطبيعة الروضة وعدد سنوات الخبرة؟
- ٢) ما الفروق في أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لطبيعة الروضة وعدد سنوات الخبرة؟
- ٣) ما الفروق في الكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لطبيعة الروضة وعدد سنوات الخبرة؟
- ٤) ما العلاقة بين فعالية الذات المدركة والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال؟
- ٥) ما العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال؟
- ٦) هل يمكن التنبؤ بالكفاءة المهنية من خلال متغيري فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال؟
- ٧) هل توجد تأثيرات بنائية سببية مباشرة وكلية للعلاقات بين فعالية الذات المدركة، وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية؟

أهداف البحث:

- ١) الكشف عن الفروق في متغيرات البحث التي يمكن أن تعزى إلى طبيعة الدراسة بالروضة (عربي، لغات)، وعدد سنوات الخبرة (١ : ٣) سنوات، (٤ : ٦) سنوات، (أكثر من ذلك).



- ٢) الكشف عن العلاقة بين فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية لدى عينة من معلمات رياض الأطفال.
- ٣) التنبؤ بالكفاءة المهنية لدى أفراد عينة البحث من خلال متغيرى فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية.
- ٤) التعرف على التأثيرات البنائية السببية المباشرة والكلية للعلاقات بين فعالية الذات المدركة، وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية.

أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية:

- ١) التعريف بأهمية دراسة فعالية الذات المدركة، وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لتأثيرهم الكبير على الكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال.
- ٢) التعرف على التأثيرات البنائية السببية المباشرة والكلية للعلاقات بين فعالية الذات المدركة، وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال.

ثانياً من الناحية التطبيقية:

- ١) يمكن الاستفادة من نتائج البحث في توجيه أنظار الاختصاصيين إلى الاهتمام بفعالية الذات المدركة، وأساليب مواجهة الضغوط النفسية، والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال.
- ٢) إعداد برامج تدريبية للمعلمات لزيادة الكفاءة المهنية وتوعيتهم بأساليب مواجهة الضغوط النفسية.

مفاهيم البحث:

- ١) فعالية الذات المدركة: يعرفها الباحث على أنها مجموعة الخبرات المعرفية التي تمتلكها معلمة رياض الأطفال والتي تتعلق بقدرتها على أداء السلوك بشكل عام، والمرونة في التعامل مع المواقف الضاغطة، بما يعزز الثقة بالنفس لديها ويزيد من قدرتها على الاستمرار في العمل بنجاح، ويساعدها على إصدار التوقعات الذاتية

المتعلقة بأداء المهام اليومية، وإمكانية التنبؤ بالمتابعة لتحقيق ذلك. وتتحدد إجرائيًا بأنها الدرجة التي تحصل عليها معلمة رياض الأطفال على مقياس فعالية الذات المدركة المستخدم بالبحث الحالي.

(٢) أساليب مواجهة الضغوط النفسية: يعرفها الباحث على أنها مجموعة الأساليب التي تستخدمها معلمة رياض الأطفال للتخفيف من حدة الضغط النفسي نتيجة تعرضها لمواقف ضاغطة بالبيئة التي تحيا فيها، وذلك بغرض تحقيق التوازن والتكيف النفسي، وتتحدد إجرائيًا بأنها الدرجة التي تحصل عليها معلمة رياض الأطفال من خلال الاستجابة على عبارات المقياس المستخدم بالبحث الحالي والتي تشير لاستخدامها لعدد من أساليب المواجهة الإيجابية وهي التي تعني بالتعامل المباشر مع المواقف الضاغطة لمحاولة الحد من تأثيرها؛ ومنها: حل المشكلات، والمواجهة الفعالة، والبحث عن الدعم الاجتماعي، أو أساليب المواجهة السلبية التي تعني باستخدام المعلمة لعدة طرائق من شأنها زيادة معدلات الضغط النفسي عليها ومن ثم التأثير على معدل الأداء والإنجاز؛ ومنها: تجنب المواجهة، والمواجهة الانفعالية.

(٣) الكفاءة المهنية: يعرفها الباحث بأنها مجموعة المعارف والمهارات التي تمتلكها معلمة رياض الأطفال أو يتم اكتسابها من خلال عملها بشكل يتيح لها ممارسة عملها بيسر وبما يضمن الارتقاء بالأداء الوظيفي للمعلمة مما ينعكس على العملية التعليمية بصفة عامة. وتتحدد إجرائيًا بأنها الدرجة التي تحصل عليها معلمة رياض الأطفال من خلال الاستجابة على عبارات المقياس المستخدم بالبحث الحالي والتي تشير لتمتع المعلمة بمجموعة معارف ومهارات موزعة على ثلاثة مجالات من مجالات الكفاءة المهنية (المعرفية، والأدائية، والشخصية).

إطار نظري ودراسات سابقة:

المحور الأول: فعالية الذات المدركة:

تم اقتراح مفهوم فعالية الذات بواسطة باندورا Bandura عام ١٩٧٧ في كتاباته الموسومة بعنوان: فعالية الذات نحو نظرية أحادية لتعديل السلوك، ويعرفها على أنها معتقدات الفرد حول استعداداته لأداء مهمة ما (Bandura,1986,193)، وذكر أنها لها دور كبير في المثابرة والإصرار، وتسهم في تحديد طبيعة السلوك ومقدار الجهد الذي سي بذله الفرد في سبيل أهدافه وغاياته؛ لذا فهو يعد من المفاهيم وثيقة الصلة بالإنجاز الإنساني(حمادنة، وشرادقة، ٢٠١٤).

ويتفق(Plotnike,1993,461)؛ ياسين (٢٠١٥)؛ علي(٢٠١٩) في أن فعالية الذات عبارة عن توقعات الفرد حول ثقته بنفسه ومثابرته وضبطه للمواقف الضاغطة بحياته، كما تشير لاعتقاده حول امتلاكه عدد من المهارات والقدرات التي تعينه في إنجاز مهامه وتحقيق أهدافه والتخطيط بشكل جيد والتواصل مع الآخرين، وأن تلك التوقعات تؤثر بشكل مباشر في أداء الفرد ومقدار الجهد المبذول ومدى قدرته على إنجاز المهام الموكلة إليه.

وقد ميز باندورا بين توقعات الفرد لفعالية الذات والتي تشير إلى الاعتقاد بأن الفرد يمكنه أن يؤدي سلوك ما بنجاح، وبين توقعات النتائج التي تشير إلى اعتقاد الفرد بأن هناك سلوكيات بعينها تؤدي لنتائج معينة، وتنعكس تلك الفعالية للذات الخاصة بالفرد على التوقعات التي يعتقدونها عن أدائه للنشاط الذي بصدده وتنبؤه بالجهد اللازم للنجاح في أداء تلك المهمة (في: أبو غالي، ٢٠١٢).

وفي نفس الاتجاه يذكر(He, Freeman(2010) أن أحكام فعالية الذات تتضمن الأحكام التي تصدر من الأفراد للحكم على قدرتهم بإنجاز مهمة محددة، وكذلك التغيرات التي تطرأ على فعالية الذات التي تحدث أثناء اكتساب المعارف والخبرات، إضافة لدور الدافعية المحركة للسلوك بطريقة مباشرة.

ومما سبق يمكننا القول إن فعالية الذات لها تأثير على مختلف جوانب شخصية الفرد، فكل منا له نظامه الذاتي المستقل الذي بدوره يتحكم في المشاعر والانفعالات والأفكار الذاتية، كما أن المعتقدات الشخصية حول فعالية الذات تتعكس على الإدراك المعرفي والخبرات الشخصية للفرد، كما تعكس قدرته على مواجهة ضغوط الحياة بشكل يمكنه من إحداث التكيف مع البيئة ومعطياتها، وأن تلك المعتقدات الشخصية أو الأحكام الذاتية قد تكون نابعة من مصادر المعلومات التي تعني بأحكام فعالية الذات.

مصادر فعالية الذات:

هناك أربعة مصادر رئيسة تمثل مورداً للمعلومات عن أحكام الفرد بالموافق الأكاديمية، وهي: (أ) الخبرات الواقعية (ب) الخبرات البديلة (ج) الإقناع اللفظي (د) التنبيه الفسيولوجي وذلك وفقاً لما ذكره باندورا كما ورد في شلبي (٢٠٠٠) حول مصادر فعالية الذات.

ففيما يتعلق بالخبرات الواقعية فإن نجاحات الفرد السابقة تزيد من تقييم تلك الفعالية على عكس الإخفاقات التي تقلل منه، فأحكام فعالية الذات إنما تشتمل على بعض الاستنتاجات الخادعة حول تأثير الخبرات السابقة ومقدار الجهد المبذول ومدى صعوبة المهمة التي بصدها الفرد.

وعن الخبرات البديلة ومدى تأثيرها على إدراك الفرد لذاته، ففي بعض الأحيان يقتنع الأفراد بقدرتهم على أداء المهام والأنشطة إذا ما شاهدوا أفراد آخرين بنفس العمر يؤديون تلك المهام والأنشطة.

وعن الإقناع اللفظي يذكر باندورا بأنه أقل تأثيراً مقارنة بالخبرات الواقعية، وأن تأثيره لا يظهر إلا إذا تم اقترانه وتدعيمه بالخبرات الواقعية.

وأما عن التنبيه الفسيولوجي فالانفعال الشديد من شأنه التأثير على معدلات الأداء والإنجاز، فالخوف من أداء مهمة ما إذا ما صاحبه القلق من شأنه أن يتسبب في انخفاض توقعات نجاح الفرد في أداء تلك المهمة

أبعاد فعالية الذات وخصائصها:

سعى باندورا لمعرفة أسباب اختلاف معتقدات الفرد وتوقعاته حول نجاحه بأداء مهمة ما، وما بين فعاليته الذاتية الواقعية، وحدد أبعاد لفعالية الذات من شأنها أن تحدد هذا التباين وهي (أ) قدر الفعالية (ب) العمومية (ج) القوة أو الشدة. ويذكر أبو هاشم (١٩٩٤)؛ الزيات (٢٠٠١) أنه فيما يتعلق بقدر الفعالية فهي تشير إلى دوافع الفرد ومستوى قوتها في تحريك الفرد نحو الأداء بالمجالات والأنشطة المختلفة. وعن العمومية فهي تشير إلى الانتقال لتلك الفعالية الذاتية للمواقف المشابهة. وأما عن القوة أو الشدة فهي تشير إلى شدة اعتقاد الفرد بإمكاناته التي تمكنه من الأداء بالمجالات والأنشطة المختلفة.

وعلى هذا القول فإن هناك عدد من الخصائص المميزة للأفراد ذوي المستوى المرتفع من فعالية الذات؛ ومنها: المثابرة، والثقة بالنفس، والمرونة في التفكير، وتحمل المسؤولية، والتواصل والتفاعل الاجتماعي، ومواجهة المشكلات، وارتفاع مستوى الطموح، وتوقع الإنجاز، والدقة في تقييم النتائج والأداءات، والقدرة على التخطيط (المصري، ٢٠١٠)، وذلك على عكس من يتسمون بمستوى منخفض من فعالية الذات والتي تتمثل أهم خصائصهم الشخصية في انخفاض مستوى الطموح، والتركيز على جوانب النقص بشخصياتهم، والانسحاب من أداء المهام وعدم الاستمرارية، والإجهاد المستمر (محمد، ٢٠١٦).

النظريات المفسرة لفعالية الذات:

من خلال الاطلاع على التراث السابق، وجد الباحث عديد من النظريات التي حاولت تفسير فعالية الذات، وسيكتفي الباحث بعرض النظريات المتفقة مع طبيعة البحث الحالي، فذكرت نظرية وايت white عام (١٩٦٣) أن فعالية الذات تعد هي الأساس في كفاءة الفرد وقدرته، وعلى هذا يمكن النظر إليها مكوناً نماثياً يغطي دورة حياة الفرد ابتداءً من مرحلة الطفولة وحتى مرحلة الرشد، كما أنها ترتبط بكفاءة الفرد

وقدرته على تحمل القلق وهو ما يطلق عليه قوة الأنا، فالعلاقة بين القلق وقدرة الفرد على تحمله هي علاقة تبادلية (الكيال، ٢٠١٨).

وقام روزنبرج Rosenberg عام (١٩٦٥) بتفسير فعالية الذات موضحاً أن تقييم الفرد لذاته يرتقي بتأثير بعض العوامل؛ منها: التنشئة الوالدية التي يتلقاها، والمستوى الاقتصادي والاجتماعي، وقام بشرح الذات من خلال ثلاثة مستويات: (أ) الذات الحالية: وتعني كيفية رؤية الفرد لذاته وتفاعله معها (ب) الذات المرغوبة: وتعني الصورة التي يود الفرد أن يصير عليها (ج) الذات المتقدمة: وتعني الصورة التي يرغب الفرد أن يوضحها للآخرين وأن يبصرونها عليها (Rosenberg, Egbert, 2011).

وعلى هذا سعى روزنبرج إلى توجيه الأنظار نحو العوامل الاجتماعية ودورها في تشكيل فعالية الذات للفرد، وأشار أن الفرد لا يستطيع أن يشكل تقديره لذاته في معزل عن الآخرين، فاتجاه الفرد نحو ذاته إنما يختلف عن اتجاهاته نحو غيره من الموضوعات (أحمد، ٢٠٢٠).

المحور الثاني: أساليب مواجهة الضغوط النفسية:

مما لا شك فيه أن تعلم إدارة الضغوط النفسية والتحكم بها يعد أمر بالغ الأهمية نحو تجنب عديد من الأمراض الجسمية أو بعض الاضطرابات السلوكية التي تنتج عن المواقف الضاغطة وتأثيرها على الفرد، ولعل عملية المواجهة هذه تؤدي إلى شعور الفرد بالتكيف والتعايش مع البيئة ومعطياتها. وتتمثل أساليب المواجهة المعنية كما ذكر الضريبي (٢٠١٠) بأنها سلسلة من النشاطات السلوكية أو عمليات التفكير التي يستخدمها الفرد لمواجهة المواقف الضاغطة بالبيئة وتطويعها بما يسهم في تخفيف حدة التوتر والقلق والانفعال المصاحب لتلك المواقف. فإما ينجح الفرد في مواجهة تلك المواقف والتخفيف من الضغط النفسي، وإما يفشل وحينئذ تزداد حدتها، ولذا يطلق عليها عمليات تحمل الضغوط النفسية.

ويمكننا القول بأن هناك بعض العوامل المتعلقة بالفرد ذاته وتكوينه العضوي والنفسي قد تكون من المصادر المسببة للضغوط النفسية، وكذلك البيئة الخارجية



والمتمثلة في البيئة المنزلية أو بيئة الروضة لمعلمات رياض الأطفال، وتواجه معلمات رياض الأطفال عددًا من الضغوط ببيئة العمل كما ذكرت صديق وسويلم ومحمد (٢٠٢٢) ما يسهل معها استثارتهن انفعاليًا وينعكس على معدلات الأداء، وبالتبعية على أداء الأطفال، وعلى هذا ركز الاختصاصيون على الآثار السلبية للضغوط النفسية على الصحة النفسية والبدنية للفرد (Amaral, Dawson, Greschwind, 2011)، وكذلك أساليب مواجهتها لدورها في زيادة التوافق النفسي (Estes, Hus, Elder, 2011).

أهمية أساليب مواجهة الضغوط النفسية:

ينفق (Kardum, Karpic, 2001) مع محمد (٢٠١٧)؛ الشريف (٢٠٠٨) في أن أساليب مواجهة الضغوط النفسية لها من الأهمية ما يكفي نحو إحداث التوافق النفسي والاجتماعي خلال فترات الضغط، ولها عدة وظائف كما ذكرها Lazaruz, Folkman متمثلة في محاولة إزالة الظروف المحيطة بالموقف الضاغط ومعالجة المشكلة (التعامل حول المشكلة)، وتعديل الانفعالات وتحجيم التهديد الناتج عن القلق والتوتر المصاحب للموقف الضاغط (التعامل حول الانفعال)، وتوجيه تلك المهارات واستثمارها نحو المتطلبات الخارجية من خلال الاحتفاظ بحالة التوازن والاستقرار النفسي.

الأساليب الإيجابية في مواجهة الضغوط النفسية:

وهي الأساليب التي تعني بالتعامل المباشر مع المواقف الضاغطة لمحاولة الحد من تأثيرها؛ ومنها:

(١) أسلوب حل المشكلات: وهو يعد أسلوبًا علميًا يتضمن عدد من العمليات التي تدفع الفرد للتفكير في حلول متعددة وفعالة لموقف ما، من خلال طرح عدة بدائل وتقييمها والاختيار فيما بينها واعتماد أنسبها وفقًا لمقتضيات الموقف الضاغط، ويتضمن أسلوب حل المشكلات تحديد الأهداف بدقة، وضبط الوقت، وتغيير أنماط التفكير كما أوضح (Mechanic, 1978) أن حل المشكلات يمكن أن يؤدي دور فعال إذا ما كان الفرد على دراية بمهارات حل المشكلات الاجتماعية والمعرفية، ومدفوعًا بدافع نحو حل المشكلة، ولديه القدرة على تنظيم استجاباته.

(٢) أسلوب المواجهة الفعالة: وهو يعد أسلوباً يلجأ إليه الأفراد في مواجهة الضغوط بهدف تخفيف العوارض التي تحول بينه وبين تحقيق التكيف والالتزان النفسي، وأنه يعتمد على ثلاثة عمليات (التعامل النشط، وكف الأنشطة المتنافسة، والتريث)، كما أنه يعتمد على قوة شخصية الفرد في مواجهة المواقف النفسية والتوترات الناتجة عن المواقف الضاغطة وشدتها.

(٣) أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي: فلا جدال في أن المساندة الاجتماعية إنما تساعد الأفراد في مواجهة مصادر الضغوط النفسية مهما اختلفت شدتها، فالفرد بحاجة للدعم الاجتماعي وتقديم معلومات له عن المواقف الضاغطة وكيفية مواجهتها، ولعل هذا الأسلوب لا يقلل من حدة الضغوط فحسب بل يمكن الفرد من التعامل معها مستقبلاً (الضريبي، ٢٠١٠؛ الشرافي، ٢٠١٢)

الأساليب السلبية في مواجهة الضغوط النفسية:

تعرف على أنها الأساليب التي تعني باستخدام عدة طرائق من شأنها زيادة معدلات الضغط النفسي عليها ومن ثم التأثير على معدل الأداء والإنجاز؛ ومنها:

(١) أسلوب تجنب المواجهة: ففي حال عدم توافر القدرات والإمكانات اللازمة لمواجهة المواقف الضاغطة والتعامل معها فإن الفرد يلجأ لتجنب المواجهة، وتلك الطريقة إنما تتناسب مع بعض الأفراد وفقاً لطبيعة شخصية كل فرد.

(٢) أسلوب المواجهة الانفعالية: و يعني محاولة التكيف مع الضغوط من خلال الإبدال بوصفه إحدى ميكانيزمات الدفاع، فيحاول الفرد تصريف التوتر والقلق من خلال الانشغال بموضوعات أخرى، أو الإفراط في تناول الطعام (Littelton, Horsl., John, Nelson (2007)، فالفرد إنما يسعى لاستبدال الموقف المهدد له بآخر أكثر أمناً وطمأنية له (الضريبي، ٢٠١٠).

العوامل المؤثرة في إدراك ومواجهة الضغوط النفسية:

هناك عددًا من العوامل تؤثر على إدراك الأفراد لأساليب مواجهة الضغوط

النفسية كما يلي:

- عوامل متعلقة بشخصية الفرد؛ فقد أشار (Dunn,Burbine,Bowers(2001 أن عمر الفرد من العوامل المؤثرة في إدراك أساليب مواجهة الضغوط النفسية فيزداد تأثر الفرد بمرحلة الطفولة والمراهقة، وكذلك عامل الجنس حيث وجد أن الميل للانسحاب من المواقف الضاغطة إنما يكون أكثر نسبيًا بين الذكور مقارنة بالإناث، والمكانة الاقتصادية والاجتماعية (Holahan,Moss(1987 فالأفراد الأكثر استخدامًا لأساليب المواجهة الإقدامية إنما هم ذوي المكانة الاجتماعية المرتفعة مقارنة بذوي المكانة المنخفضة الذي يميلون لاستخدام استراتيجيات المواجهة الإحجامية (Billings,Moss(1981، إضافة لبعض العوامل الأخرى؛ مثل: المستوى التعليمي، والنضج الانفعالي، والخبرات المكتسبة، وغيرها من العوامل المتعلقة بذات الفرد.

-عوامل تتعلق بالمواقف الضاغطة ذاتها؛ مثل: خصائص الموقف، وشدته، وزمن الحدث ومعدل استمراريته، ومدى السيطرة والتحكم فيه (Hung,Chou,Wang,Yeh(2009، وكذلك البيئة الفيزيائية والاجتماعية من حيث العلاقة بين الأفراد ومدى المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد.

النظريات المفسرة لأساليب مواجهة الضغوط النفسية:

من خلال الاطلاع على التراث السابق، وجد الباحث عديد من النظريات التي حاولت تفسير كيفية مواجهة الضغوط النفسية، وسيكتفي الباحث بعرض النظريات المتفقة مع طبيعة البحث الحالي؛ ومنها:

نموذج سمات الشخصية:

يعد مفهوم المواجهة وفقًا لنموذج سمات الشخصية نتاجًا لعدد من السمات ومكونات الشخصية، وذلك نابغًا من فكرة الصفات والفروق الفردية بين الأفراد، فسمات الشخصية تعبر عن استعداد الفرد بشكلٍ عامٍ للاستجابة بطريقة مميزة وخاصة للمواقف

التي يتعرض لها، وهذا يشير للتناسق ما بين سمات الشخصية وتعريف أسلوب المواجهة وفقاً لما ورد في بوزاهر (٢٠١٥) فكلاهما يميزان الفرد خلال تفاعلاته اليومية بالمواف الضاغطة (بوزاهر، ٢٠١٥)، وعلى هذا يمكن القول بأن المواجهة لتلك المواقف إنما هي عملية تفسيرية تشير لاختلاف الأفراد فيما بينهما في الاستجابة للمواقف الضاغطة، كما هو الحال في سمات الشخصية التي تدفع الأفراد إما لمواجهة المواقف الضاغطة أو الوقوع ضحية للضغوط والمشقة

النموذج المعرفي:

يذكر يخلف (٢٠٠٢) أن المعرفة تعد حجر الزاوية لفهم وتحديد طبيعة استجابة الفرد للمواقف الضاغطة على اختلاف مستوياتها سواء أكانت داخلية أم خارجية، فالمكون المعرفي يعد أساساً لتفسير الفرد لتلك المواقف الضاغطة التي يتعرض لها، ثم تأتي عملية إدراك الموقف الضاغط وتقييمه لتشكل أساساً في مواجهة الضغوط الحياتية وكذلك إمكانية التغلب عليها؛ لذا فالعمليات المعرفية تعد مسؤولة عن تقييم المواقف الضاغطة ومدى استجابة الفرد لها.

المحور الثالث: الكفاءة المهنية:

تعد المعلمة أساساً لنجاح العملية التربوية والتعليمية بمرحلة ما قبل المدرسة، فهي شريك في تربية وتنشئة الأطفال وتهيئتهم للمشاركة المجتمعية وأن يكونوا فاعلين؛ لذا عليها أن تعلم جيداً أن دورها غير مقتصر على تلقين المعارف والمعلومات بأذهان الأطفال، كما أن الكفاءة المهنية لمعلمة مرحلة رياض الأطفال تسهم بشكل كبير في رفع معدلات الكفاءة الإنتاجية للنظام التعليمي، ويذكر البراهيم (٢٠١٨) أن توافر المعلم الكفاء من شأنه العمل على زيادة فعالية النظام التعليمي والتربوي بشكل عام. وعلى هذا يمكننا القول بأن الكفاءة المهنية لمعلمة مرحلة رياض الأطفال إنما تعني قدرتها على استخدام واستثمار مكتسباتها في سبيل تطوير مهارات الأطفال المعرفية والاجتماعية والسلوكية في إطار مقنن بما يسمح للأطفال التوافق والاندماج مع البيئة والشعور بمشاعر السواء والصحة النفسية.

مكونات وأنواع الكفاءة المهنية:

يذكر المسوس (٢٠١٦) أن الكفاءة المهنية للمعلم تتكون من: (أ) الممارسات المهنية المكتسبة: وهي التي ترتبط بالمحيط المهني الذي تعمل فيه المعلمة (ب) المعارف: وتعني إمكانية توظيف المعارف والمعلومات التي تمتلكها المعلمة وتعميمها على المواقف الأخرى بشكل أكبر (ج) الاستعداد: ويشير لقدرة المعلمة على استخدام المهارات والمعارف المتوافرة لديها وتوظيفها، ووفقاً لهذا فإن الكفاءة المهنية تعد نتاجاً للتفاعل ما بين المهارات أو الممارسات المهنة المكتسبة (متطلبات المؤسسة)، والمعارف والمكتسبات ومدى استعداد المعلمة لأداء الدور الفعال. وتتمثل الكفاءة المهنية في عدد من الكفاءات على النحو التالي:

(١) الكفاءة المعرفية: وتعني امتلاك المعلمة للمعارف والمهارات، وكذلك قدرتها على استخدام وتوظيف أدوات المعرفة بشكلٍ فعالٍ، وعدم الاكتفاء بامتلاك تلك المعارف.

(٢) الكفاءة التعليمية: وتشير لقدرة المعلمة على إدارة العملية التعليمية، ومعرفة خصائص المتعلمين وما يتعلق بها من جوانب فكرية وجسمانية ونفسية، وكذلك إمكانية تطوير المناهج التعليمية وهذا يتطلب منها الإلمام بمبادئ تطوير المناهج التعليمية وحسن اختيار وتنظيم المناهج الدراسية والسعي نحو تطوير مؤشرات الكفاءة، كما تشير إلى قدرتها على استخدام الأساليب والأدوات التكنولوجية والإفادة منها بما يحقق الأهداف المرجوة من المناهج التعليمية.

(٣) الكفاءات المتعلقة بالأداء: وتشير لقدرة المعلمة على إحداث تأثير في أداء المتعلمين بما ينعكس على سلوكياتهم.

مراحل اكتساب وتطوير الكفاءة المهنية:

قام الباحث بإعادة صياغة مسميات وتعريفات مراحل اكتساب وتطوير الكفاءة المهنية التي ذكرها ديجارن كما وردت في المسوس (٢٠١٦) وذلك على النحو التالي:

١) مرحلة الانطلاق: وتعني المشاركة في أية أعمال تطوعية وتوظيف المعارف والمعلومات في أي أعمال خدمية من أجل الحصول على وظيفة أو عمل وهذا يكون بفترة الشباب.

٢) مرحلة التكوين: وتعني قيام الفرد بعمليات نشاط أكبر نحو اكتساب مزيد من الخبرات والمعارف بسوق العمل.

٣) مرحلة إعادة اكتساب المعارف: وتعني سعي الأفراد نحو زيادة مدخلاتهم المعرفية والاطلاع على المستجدات فيما يتعلق بالعملية التعليمية أو كيفية التعامل مع خصائص المتعلمين.

٤) مرحلة التطوير: وتعني حصول الأفراد على مناصب إدارية أعلى نتيجة الإجابة في استخدام وتوظيف المعارف والمعلومات التي يمتلكها.

٥) مرحلة استثمار التطوير في المعارف: وتعني محاولة الفرد وسعيه المستمر نحو الارتقاء بمنصبه داخل المؤسسة وتطوير كفاءاته بما يخدم تقلده لأعلى المناصب الإدارية، وقد يكون الفرد ملزماً بتطوير معارفه ومهاراته وفقاً لسياسة المؤسسة التي ينتمي إليها.

٦) مرحلة تعميم الكفاءات: وتعني استخدام الفرد بعد انتهاء حياته المهنية للمعارف والمكتسبات المهنية وتعميمها على كافة الأنشطة المجتمعية البديلة التي يشترك بها في سبيل استثمار نواتج تلك المكتسبات المعرفية والمهنية .

النظريات المفسرة للكفاءة المهنية:

من خلال الاطلاع على التراث السابق، وجد الباحث عديد من النظريات التي حاولت تفسير الكفاءة المهنية، وسيكتفي الباحث بعرض النظريات المتفقة مع طبيعة البحث الحالي؛ ومنها ما عرضه شيلستر بيرنارد وتأكيده على أهمية الجوانب الاجتماعية والنفسية في أي تنظيم إداري، كما أشار أثناء حديثه عن الكفاءة الإنسانية إلى أهمية النظر للتنظيم الإداري بوصفه كياناً تعاونياً بين الرئيس والمرؤوسين وألا يقتصر العمل على سلطة الرئيس في إصدار الأوامر وإنما الاهتمام برغبة المرؤوسين من خلال

الحوافز بمختلف أشكالها من أجل بذل مزيد من الطاقة والجهد. فالمنظمة ما هي إلا نظاماً اجتماعياً يتطلب تحقيق أقصى درجات من التعاون بين العاملين والقيادات الإدارية من أجل تحقيق الأهداف المرجوة والمنشودة؛ لذا لا بد من تحقيق قدر من التوازن ما بين أهداف المنظمة والعاملين بها، ومشاركة العاملين في صنع بعض القرارات، وترك المساحة لهم للتعبير عن أفكارهم واحتياجاتهم ما يزيد بدوره من ارتفاع مستوى الولاء والانتماء للمنظمة، فيسعى من خلالها العاملين جاهدين نحو محاولة زيادة ورفع مهاراتهم المهنية وتحسن الأداء بما يحقق أهداف المنظمة، وعلى هذا فيجب على القيادات الإدارية حث العاملين على مزيد من التعاون حتى تستطيع المنظمة الاستمرار في أداء عملها وتحقيق أهدافها.

كما اهتم ماكلياند بالمتغيرات النفسية ودورها في ارتفاع مستوى الكفاءة المهنية من خلال تأكيده على دور عوامل الدافعية ورغبة الأفراد في التفكير والإبداع واعتبار ذلك مؤشراً للنجاح؛ فالأفراد الذين يمتلكون دافعية أعلى يسعون لتطوير العمل، والقيام ببعض المهام الصعبة، ويتحملون مزيداً من المسؤولية، ويعملون بجدية وتحدي لكل ما هو مثير ويرون أن التحاقهم بالمنظمة يعد فرصة لاختبار كفاءتهم مقارنة بأصحاب المستوى المنخفض من الدافعية (الهاشمي، ٢٠٠٦، ٩٦؛ عبد الكريم، ٢٠١٩، ٢٨).

و أكد بيرنارد و ماكلياند على دور الجوانب الاجتماعية والنفسية وعلى دور الدافعية والتعاون بين العاملين والقيادات الإدارية ما يؤدي بدوره إلى زيادة كفاءة العاملين ودفعهم نحو تحقيق رغباتهم الذاتية وتحمل المسؤولية وارتفاع مستوى الرضا عن العمل بشكل يحقق ما تصبوا إليه المنظمة.

وهناك عدد من الدراسات السابقة التي تناولت فعالية الذات وأساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة المهنية لدى العاملين بالمنظومة التعليمية؛ ومنها :
فيما يتعلق بالعلاقة بين فعالية الذات والكفاءة المهنية لدى المعلمين، فسعت دراسة Voris (2011) إلى التعرف على العلاقة بين فعالية الذات والكفاءة المهنية بما ينعكس على الرضا الوظيفي لدى معلمي التربية الخاصة، وذلك من خلال التطبيق على (٢٢٢)

معلم ومعلمة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين فعالية الذات والرضا الوظيفي بشكل عام.

ويتفق معه (Demirdag, 2015) حيث هدف لمعرفة العلاقة بين الكفاءة الذاتية متمثلة في (فعالية مشاركة الطلاب، وفعالية استراتيجيات التدريس، والفعالية في إدارة الفصول الدراسية)، والرضا الوظيفي متمثل في (الأجور، والترقية، والإشراف، والفوائد الإضافية، والمكافآت الطارئة، والتشغيل، وزملاء العمل، وطبيعة العمل، والاتصالات)، وتكونت العينة من (٢٠٨) معلمًا ومعلمة في المدارس المتوسطة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة بين الكفاءة الذاتية والرضا الوظيفي وأنه كلما انخفضت الكفاءة الذاتية للمعلمين انخفضت معدلات الرضا الوظيفي.

كما قام (Türkoglu, Cansoy,Parlar, 2017) بالتحرف على العلاقة بين فعالية الذات والكفاءة المهنية لدى المعلمين من خلال التطبيق على (٤٨٩) معلمًا بالمدارس الابتدائية من الذكور والإناث، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين فعالية الذات والكفاءة المهنية لدى المعلمين.

كما هدفت دراسة (Carswell, 2018) للتحرف على العلاقة بين فعالية الذات والكفاءة المهنية لدى معلمي التربية الخاصة، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين فعالية الذات والكفاءة المهنية لدى معلمي التربية الخاصة.

وحاول (Arslan, 2017) معرفة تأثير الكفاءة الذاتية الفردية على الكفاءة الذاتية الجماعية لمعلمي مرحلة ما قبل المدرسة، وتكونت العينة من (١٧٢) معلمًا، وأشارت النتائج لوجود علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية للمعلمين والكفاءة الذاتية الجماعية، كما أوضحت النتائج أن الكفاءة الذاتية للمعلمين تفسر بشكل كبير الفعالية الذاتية الجماعية.

وسعى عثمان (٢٠٢٠) للتأكد من دور فعالية الذات وتأثيرها على الطموح الأكاديمي وقدرتها على التنبؤ بجودة الحياة الأكاديمية، ومعرفة ما إذا كان مستوى فعالية الذات والطموح الأكاديمي يختلف تبعًا لمتغير التخصص في البكالوريوس (نظري- علمي)، والنوع (ذكور- إناث)، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين



أبعاد فعالية الذات الإبداعية والطموح الأكاديمي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية على أبعاد مقياس فعالية الذات الإبداعية يمكن أن تعزى للنوع، في حين لم توجد فروق يمكن أن تعزى للتخصص، كما أوضحت نتائج الدراسة وجود أثر لفعالية الذات والطموح الأكاديمي على جودة الحياة الأكاديمية لدى أفراد عينة الدراسة.

وفيما يتعلق بالعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية لدى المعلمين؛ سعت دراسة Bowen (2016) للكشف عن مصادر الاجهاد والضغط النفسي لمعلمي اللغات، وتم إجراء المقابلات شبه المنظمة، وأشارت إلى وجود ثلاث مجالات رئيسية تسبب الضغط النفسي كالتالي:

(أ) الضغط الناجم عن وظيفة التدريس ووظيفة التدريس: ويشمل العمل الزائد، وعدم كفاية التدريب، والشعرات في معرفة الموضوعات، وضغط الوقت، وسلوك الطالب.
(ب) الضغط الناجم عن العلاقات في العمل: ويشمل العلاقات السلبية مع الزملاء والإدارة.

(ج) الضغط الناجم عن المسائل التنظيمية: ويشمل ظروف العمل، ونقص الموارد التعليمية، والافتقار إلى التطوير المهني والتقدم الوظيفي.

كما هدفت دراسة Moses (2016) إلى معرفة إمكانية قبول المعلمين للضغوط النفسية والمهنية، ومدى تأثير المعلمين من حيث مستوى الإنتاجية وطريقة تواصلهم مع العاملين بالمنظومة التعليمية (معلمين، طلاب، موظفين)، وذلك من خلال تجميع آراء (١٥٠) معلماً، وأشارت النتائج إلى تأثير إنتاجية المعلمين بمدى قبولهم للضغوط النفسية والمهنية، وتأثيرها بطريقة اتصال المعلمين مع العاملين بالمنظومة التعليمية.

ويستمر Skaalvik, Skaalvic (2016) في التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والكفاءة الذاتية لدى المعلمين، من خلال التطبيق على (٥٢٣) معلماً، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية والكفاءة الذاتية للمعلم، وأن الضغط النفسي قد يحفز الدافع لدى المعلم نحو ترك العمل وكذلك نقص الدعم والإشراف قد يؤدي لانخفاض الكفاءة الذاتية للمعلم.

وهدفت دراسة (Nuri, Demirok, Direktor, 2017) لمعرفة العلاقة بين الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة تبعاً لمتغيرات النوع، والعمر، وسنوات الخبرة، والمستوى التعليمي، وساعات العمل اليومية للمعلمين، وتكونت العينة من (٧٠) معلماً ومعلمة، بموجب (٢١) مدرسة منها (٧) مدارس للتربية الخاصة، و(٢٤) معلماً ومعلمة من المدارس الحكومية، وأشارت النتائج وجود درجة متوسطة من الكفاءة الذاتية، ووجود درجة مرتفعة من الضغوط النفسية لدى عينة الدراسة، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في الكفاءة الذاتية تبعاً لمتغيرات الجنس وساعات العمل، في حين وجود فروق تبعاً للمؤهل العلمي الأعلى، كما أشارت النتائج لوجود فروق في إدارة ومواجهة الضغوط النفسية تبعاً لعدد سنوات الخبرة الأكبر، وأخيراً أبرزت النتائج وجود علاقة عكسية بين الكفاءة الذاتية والضغوط النفسية لدى المعلمين.

وسعت دراسة مأمون و جمعة (٢٠١٨) للتعرف على الضغوط النفسية لدى معلمين مرحلة الأساس وعلاقتها ببعض المتغيرات (العمر، والنوع، والحالة الاجتماعية، والمؤهل الأكاديمي، وسنوات الخبرة)، حيث تكونت عينة الدراسة من (٣٠) معلماً من الذكور والإناث، وأشارت النتائج إلى وجود فروق في مستوى الضغط النفسي بين أفراد العينة يمكن أن تعزى إلى النوع، والعمر، والحالة الاجتماعية، وسنوات الخبرة، في حين أشارت النتائج إلى عدم دلالة المؤهل الأكاديمي مستوى الضغط النفسي ويستمر شدانى (٢٠١٩) في محاولة استكشاف قدرة المعلمين على توظيف استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية بشكل يتيح لهم تطوير كفاءتهم وتحسين أدائهم المهني، وتمثلت استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في الأبعاد الفرعية (التركيز على المشكل، والدعم والمساندة، والتجنب والانسحاب، والتواصل، واعتماد النمط التقليدي، والاعتماد على الدين والأخلاق)، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وأبعاد جودة الحياة المدرسية، ووجود فروق تعزى إلى النوع في توظيف استراتيجيات (الدعم والمساندة، والتجنب والانسحاب، واعتماد النمط التقليدي)، وكذلك فروق في تجويد الحياة المهنية (الرضا عن الحياة

المدرسية، والصحة الجسمية والنفسية) باتجاه الإناث، وعن دور سنوات الخبرة أشارت النتائج أن وجود مستويات متباينة من توظيف استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية يمكن أن تعزى إلى عدد سنوات الخبرة الأكبر.

وفي ضوء ما سبق نلاحظ قلة الدراسات العربية التي اهتمت بدراسة فعالية الذات وأساليب مواجهة الضغوط النفسية، والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال- في حدود اطلاع الباحث، كما أن معظم الدراسات التي اهتمت بدراسة تلك المتغيرات تناولتها بشكل عام ولم تتناول أنماطها بشكل خاص- في حدود اطلاع الباحث، ومن أهم الدراسات التي تؤكد على وجود مشكلات في فعالية الذات لدى المعلمات دراسة Voris (2011)؛ Turkoglu et al.(2017)؛ Carswell (2018)؛ عثمان(٢٠٢٠)، وكذلك الدراسات التي تناولت أساليب مواجهة الضغوط النفسية؛ مثل: Bowen(2016)؛ Moses(2016)؛ شداني(٢٠١٩)، وكذلك التي تناولت الكفاءة المهنية؛ مثل: دراسة Nuri at al.(2017)؛ Skaalvik & Skaalvic (2016)؛ Demirdag(2015)؛ Arslan (2017)؛

ومن خلال عرض الدراسات السابقة لاحظ الباحث أن عدد من معلمات رياض الأطفال لديهن بعض المشكلات في فعالية الذات وأساليب مواجهة الضغوط مما يؤثر بالتبعية على الكفاءة المهنية، وأن هذا ربما يعود إلى طبيعة الدراسة (عربي، لغات)، أو إلى عدد سنوات الخبرة، وهذا ما اهتم به البحث الحالي في اختيار عيناته التي هي في حاجة ماسة إلى المساندة، وقد استفاد الباحث من الدراسات السابقة ونتائجها في محاولة السعي نحو تقديم عرضاً متكاملًا متفاعلاً وصولاً للمستوى المأمول وفقاً للتوجيهات التربوية والإرشادية السليمة التي تتلاءم مع طبيعة المجتمع المصري.

فروض البحث:

- تأسيساً على ما سبق ومن خلال الاطلاع على الأطر النظرية ونتائج الدراسات السابقة تمثلت فروض البحث في :
- (١) توجد فروق في فعالية الذات المدركة لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لطبيعة الدراسة وعدد سنوات الخبرة.
 - (٢) توجد فروق في أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لطبيعة الدراسة وعدد سنوات الخبرة.
 - (٣) توجد فروق في الكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لطبيعة الدراسة وعدد سنوات الخبرة.
 - (٤) توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين فعالية الذات المدركة والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال.
 - (٥) توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال.
 - (٦) يمكن التنبؤ بالكفاءة المهنية من خلال متغيرى فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال.
 - (٧) توجد تأثيرات بنائية سببية مباشرة وكلية للعلاقات بين فعالية الذات المدركة، وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية.

منهج البحث وإجراءاته:

منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي المقارن وذلك بغرض التحقق من الهدف الرئيس للبحث وهو التعرف على العلاقة فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال، ودور متغيرات البحث في التنبؤ بالكفاءة المهنية.



مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث في معلمات رياض الأطفال اللاتي يعملن بمدارس بمحافظة بني سويف، سواء أكانت مدارس رسمية للغات أم غيرها، ويبلغ عدد معلمات رياض الأطفال (٣٢٠) معلمة، كما هو موضح:

جدول (١)

بيان بحجم وتوزيع معلمات رياض الأطفال بمحافظة بني سويف

م	اسم المدرسة	القاعات	المعلمات
١	الشروق الرسمية للغات	١٤	٢٨
٢	النهضة الرسمية للغات	٨	١٦
٣	المستقبل الرسمية للغات	٧	١٤
٤	طيور الجنة	٧	١٤
٥	الخيرية	٤	٨
٦	الزهراء	٤	٨
٧	الشهيد صفوت	٤	٨
٨	الشهيد محمود جودة	٤	٨
٩	الصفا والمروة	٥	١٠
١٠	علي راغب	٤	٨
١١	الإيمان	٣	٦
١٢	جمال عبد الناصر	٣	٦
١٣	ببا الرسمية للغات	١٦	٣٢
١٤	برايت ستارز	٧	١٤
١٥	ناصر الرسمية للغات مركز ناصر	٤	٨
١٦	صلاح سالم بنات مركز ناصر	٦	١٢
١٧	شجرة الدر	٩	١٨
١٨	محمود حمد الرسمية للغات	١٤	٢٨
١٩	محمد فريد	٣	٦
٢٠	علي عبد الحليم	٢	٤
٢١	الدعوة الإسلامية بالفشن	٥	١٠
٢٢	النيل الرسمية للغات	٨	١٦
٢٣	الجلاء ببا	٤	٨
٢٤	الشهيد خالد مصطفى ببا	٤	٨
٢٥	النزهة	٣	٦
٢٦	أحمد محمد عبده التجريبية	٦	١٢
٢٧	علي بن ابي طالب الفشن	٢	٤

عينة البحث :

أولاً: عينة التحقق من الكفاءة القياسية للأدوات:

تكونت عينة التحقق من الكفاءة القياسية لأدوات البحث من (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال ممن تتوافر فيهم خصائص العينة الأساسية، بهدف تقدير الصدق والثبات لأدوات البحث ومن ثم إمكانية الاعتماد عليها.

ثانياً: العينة الأساسية:

تكونت العينة الأساسية من (١٢٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال بمحافظة بني سويف تراوحت أعمارهم ما بين (٢٤: ٣٥) عاماً بمتوسط حسابي (٢٨.٣٦)، وانحراف معياري (٢.٨١)، وتم تقسيم العينة وفقاً لطبيعة الروضة على النحو التالي (٦٠) معلمة بالمدارس الرسمية للغات، (٦٠) بالحضانات العربية، وكذلك تم تقسيمهن وفقاً للخبرة العملية (١ - ٣ سنوات، ٤-٦ سنوات، أكثر من ذلك)، وكل مرحلة بها (٤٠) معلمة.

أدوات الدراسة:

تم استخدام الأدوات التالية:

- ١) مقياس فعالية الذات المدركة لمعلمة رياض الأطفال (إعداد: الباحث).
- ٢) مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لمعلمة رياض الأطفال (إعداد: الباحث).
- ٣) مقياس الكفاءة المهنية لمعلمة رياض الأطفال (إعداد: الباحث).

وفيما يلي تناول هذه الأدوات بشئ من التفصيل:

(١) مقياس فعالية الذات المدركة لمعلمة رياض الأطفال (إعداد: الباحث).

على الرغم من تعدد مقاييس فعالية الذات، إلا أن الباحث - في حدود إطلاعه - لم يجد مقياساً لفعالية الذات المدركة يتناسب مع طبيعة عينة البحث، ومن ثم قام الباحث بإعداد مقياس من خلال الرجوع إلى بعض الأطر النظرية والمقاييس الخاصة بفعالية



الذات: حاج(٢٠١٧)، Turkoglu et al. (2017)، جبر(٢٠١٧)، Carswell (2018)، الكيال (٢٠١٨)، عثمان (٢٠٢٠)، بوستة (٢٠٢٠).

وتكون المقياس من (٤٠) عبارة تتم الاستجابة عليها من خلال الاختيار بين بدائل الاستجابات: كثيراً (ثلاث درجات)، وأحياناً (درجتين)، ونادراً (درجة واحدة)، وتتراوح الدرجات ما بين (١٢٠) إلى (٤٠) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى وجود فعالية الذات، بينما تمثل الدرجة المنخفضة لعكس ذلك. وإلى جانب هذا تمت صياغة بعض العبارات صياغة موجبة، والبعض الآخر صياغة سلبية، وتم عرض المقياس على عدد من الاختصاصيين كمؤشر للحكم على صلاحية العبارات، وتم إجراء بعض التعديلات في صياغة العبارات.

الكفاءة القياسية للمقياس:

تم حساب الكفاءة القياسية للمقياس وفقاً لما يلي:

أولاً: الاتساق الداخلي:

- الاتساق الداخلي للمفردات مع الدرجة الكلية للمقياس:

تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية في مقياس فعالية الذات المدركة (ن = ١٠٠)

معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
**٠.٦١٣	٢١	**٠.٦٣٥	١
**٠.٤٣٠	٢٢	**٠.٦٤٣	٢
**٠.٤٩٩	٢٣	**٠.٥٥٨	٣
**٠.٤٦٤	٢٤	**٠.٦٣٦	٤
**٠.٤٧٥	٢٥	**٠.٦٧٣	٥
**٠.٣٢٢	٢٦	**٠.٦٥٦	٦
**٠.٢٨٩	٢٧	**٠.٦٦٥	٧
**٠.٤٣٣	٢٨	**٠.٥٦٠	٨
**٠.٤٢١	٢٩	**٠.٥٩٠	٩
**٠.٦٥٧	٣٠	**٠.٦٢٣	١٠
**٠.٤٦٩	٣١	**٠.٥٧٩	١١
**٠.٣٩١	٣٢	**٠.٦١٢	١٢
**٠.٣٢٩	٣٣	**٠.٦٣٧	١٣
**٠.٣٩٣	٣٤	**٠.٦٨١	١٤
**٠.٢٦٨	٣٥	**٠.٥٩٢	١١٥
**٠.٥٣٦	٣٦	**٠.٥٥٦	١٦
**٠.٣٣٣	٣٧	**٠.٦٣٩	١٧
*٠.٢٤٠	٣٨	**٠.٦٣٦	١٨
**٠.٣٨٠	٣٩	**٠.٣٦٦	١٩
**٠.٤٢٩	٤٠	**٠.٤٦١	٢٠

** دال عند مستوى دلالة (٠.٠١) * دال عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٢) أنّ كل مفردات مقياس فعالية الذات المدركة معاملات ارتباطها موجبة ودالة إحصائيًا عند مستويين (٠.٠١، ٠.٠٥) أي أنّها تتمتع بالاتساق الداخلي.

ثانياً: الصدق:

١- القدرة التمييزية:

تم استخدام القدرة التمييزية لمعرفة قدرة مقياس فعالية الذات المدركة لمعلمة رياض الأطفال على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين وذلك بترتيب درجات عينة التحقق من الكفاءة القياسية في الدرجة الكلية للمقياس تنازلياً، وتم حساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات الأرباعي الأعلى والأدنى كما يلي:

جدول (٣)

القدرة التمييزية لمقياس فعالية الذات المدركة (ن = ١٠٠)

مستوى الدلالة	قيمة ت	الإرباعي الأدنى ن=٢٥		الإرباعي الأعلى ن=٢٥	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
٠.٠١	١٦.٤١٠	٧.١٣	٥٦.٥٦	١.٧٣	٨٠.٦٤

يتضح من الجدول (٣) أن الفرق بين الميزانين القوي والضعيف دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) وفي اتجاه المستوى الميزاني القوي مما يعني تمتع المقياس بقدرة تمييزية عالية.

٢- صدق المحك:

تم حساب معامل ارتباط بطريقة بيرسون بين درجات عينة التحقق من الكفاءة القياسية على المقياس الحالي (إعداد الباحث) ودرجاتهم على مقياس فعالية الذات إعداد: خطاب (٢٠٢١) كمحك خارجي وكانت قيمة معامل الارتباط (٠.٥٩٤) ما يدل على صدق المقياس الحالي.

ثالثاً: الثبات:

تم حساب ثبات مقياس فعالية الذات المدركة لمعلمة الروضة باستخدام طرائق (إعادة التطبيق، ومعامل ألفا -كرونباخ، والتجزئة النصفية) وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٤)

حساب معاملات الثبات لمقياس فعالية الذات المدركة لمعلمة رياض الأطفال (ن = ١٠٠)

معاملات الثبات			المقياس
التجزئة النصفية	ألفا -كرونباخ	إعادة التطبيق	
٠.٨٢٤	٠.٧٤٣	٠.٧٢٨	مقياس فعالية الذات المدركة

يشير الجدول السابق إلى التالي:

- فيما يتعلق بحساب ثبات المقياس من خلال إعادة التطبيق بفاصل زمني قدره أسبوعين، تم استخراج معاملات الارتباط باستخدام معامل بيرسون، وبلغ (٠.٨٢٤) وهو دال عند (٠.٠١) مما يشير إلى أنّ المقياس يعطى نفس النتائج تقريباً إذا ما استخدم أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة.
 - وفيما يتعلق بمعامل ألفا -كرونباخ فتم حساب ثبات المقياس باستخدام معادلة الفا لكرونباخ، وبلغ (٠.٧٤٣) وهو معامل ثبات مقبول، ما يعطى مؤشراً جيداً لثبات المقياس، ويمكن العمل به.
 - وعن التجزئة النصفية فتم حساب ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان- براون، وأشارت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات .
- (٢) مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لمعلمة رياض الأطفال (إعداد: الباحث).
قام الباحث بإعداد مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لمعلمة رياض الأطفال من خلال الرجوع إلى بعض الأطر النظرية والمقاييس الخاصة بأساليب مواجهة الضغوط النفسية، والتي منها (Moses (2016)، الشيباب (٢٠١٧)، مأمون وجمعة (٢٠١٨)، شداني (٢٠١٩)، القحطاني والقحطاني (٢٠٢١). وتم التوصل من خلال استقراء الأدبيات النفسية ومقاييس أساليب مواجهة الضغوط النفسية إلى التوصل الأبعاد التالية:

- البعد الأول: أسلوب حل المشكلات (أسلوب ايجابي).
- البعد الثاني: أسلوب المواجهة الفعالة (أسلوب ايجابي).
- البعد الثالث: أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي (أسلوب ايجابي).
- البعد الرابع: أسلوب تجنب المواجهة (أسلوب سلبي).
- البعد الخامس: أسلوب المواجهة الانفعالية (أسلوب سلبي).

وفي ضوء تلك الأبعاد تم إنشاء واستعارة بعض العبارات مع إدخال بعض التعديلات عليها بحيث تتناسب مع كل بعد. وتكون المقياس من (٤٠) مفردة، موزعين على خمسة أبعاد فرعية وتكون كل بعد من (٨) عبارات، وتم الاعتماد على التقدير الثلاثي لكل استجابة على الوجه التالي: كثيراً (ثلاث درجات)، وأحياناً (درجتين)، ونادراً (درجة واحدة)، وتتراوح الدرجات على كل بعد من أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية ما بين (٢٤) إلى (٨) درجات، بحيث تكون أعلى درجة كلية تحصل عليها المعلمة هي (١٢٠)، وأدنى درجة هي (٤٠)، وتشير الدرجات المرتفعة إلى أشد مستوى لأساليب مواجهة الضغوط النفسية بينما تشير الدرجات المنخفضة لعكس ذلك. وتم عرض المقياس على عدد من الاختصاصيين كمؤشر للحكم على صلاحية العبارات، وتم إجراء بعض التعديلات في صياغة العبارات.

الكفاءة القياسية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لمعلمة رياض الأطفال:

تم حساب الكفاءة القياسية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لمعلمة رياض الأطفال وفقاً لما يلي:

أولاً: الاتساق الداخلي:

- الاتساق الداخلي للمفردات مع الدرجة الكلية للبعد:

وذلك من خلال درجات عينة التحقق من الكفاءة السيكمترية بإيجاد معامل ارتباط

بيرسون بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية لكل بعد والجدول (٥) يوضح ذلك:

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة ودرجة كل بعد في أساليب مواجهة الضغوط النفسية (ن = ١٠٠)

أساليب مواجهة الضغوط النفسية									
المواجهة الانفعالية		تجنب المواجهة		البحث عن الدعم الاجتماعي		المواجهة الفعالة		حل المشكلات	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
**٠.٦٨٤	١	**٠.٥٨٤	١	**٠.٥٢٧	١	**٠.٤٨٩	١	**٠.٤٩٥	١
**٠.٣٥٨	٢	**٠.٥٠٩	٢	**٠.٥٤٨	٢	**٠.٦٣٣	٢	**٠.٧٠٥	٢
**٠.٦٩٦	٣	**٠.٦٥٠	٣	**٠.٥٩٧	٣	**٠.٥٤١	٣	**٠.٥٣٨	٣
**٠.٦٣١	٤	**٠.٦٠٧	٤	**٠.٥٧٢	٤	**٠.٥٥٢	٤	**٠.٦٣٦	٤
**٠.٥٣٢	٥	**٠.٤٨٩	٥	**٠.٥٩١	٥	**٠.٦٥٦	٥	**٠.٥٠٨	٥
**٠.٥٤٢	٦	**٠.٤٢٤	٦	**٠.٤٣٠	٦	**٠.٤٦٥	٦	**٠.٦٢٩	٦
**٠.٦٨٧	٧	**٠.٥٠٣	٧	**٠.٤٧٠	٧	**٠.٤٩٧	٧	**٠.٦٦٨	٧
**٠.٤٨٥	٨	**٠.٤٦٧	٨	**٠.٥٧٦	٨	**٠.٤٩٦	٨	**٠.٦٢٠	٨

** دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)

يتضح من جدول (٥) أن كل مفردات مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لمعلمة رياض الأطفال معاملات ارتباطه موجبة ودالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) أي أنها تتمتع بالاتساق الداخلي.

ثانيًا: الصدق:

١- الصدق العاملي:

من خلال التحليل العاملي للمقياس تم معرفة تشبعات العوامل المشتركة على مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لمعلمة رياض الأطفال وقد أسفر التحليل العاملي لعبارات المقياس عن تشبعها على عامل واحد وقد أعمدت المحكات الآتية من أجل تحديد العوامل.

١- محك كايزر لتحديد عدد العوامل المستخلصة وهو محك يحدد استخلاص العوامل التي يقل جذرها الكامن عن الواحد الصحيح.

٢- محك كاتل وهو طريقة بيانية ويطلق عليها اسم (Scree Plot).

٣- الاحتفاظ بالعوامل التي تشبع عليها ثلاثة أبعاد على الأقل.

وروعي في انتقاء الأبعاد وفي تصنيفها على العوامل المحكات الآتية:

أ- أن يكون تشبع البعد على العامل الذي ينتمي له (٠.٣٠) أو أكثر كما اقترح جيلفورد.

ب- إذا كان البعد يتمتع بتشبع أكثر من (٠.٣٠) على أكثر من عامل، فيعد منتمي للعامل الذي يكون تشبعه عليه أعلى وبفارق (٠.١٠) على الأقل عن أي عامل آخر.

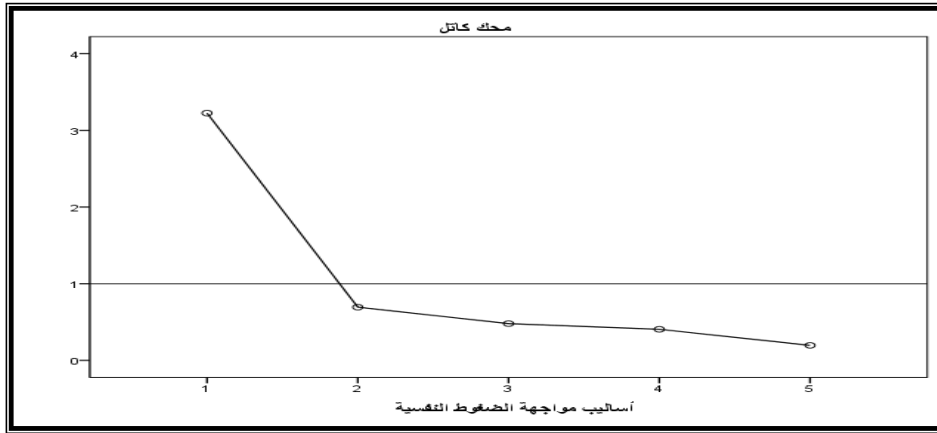
وتم حساب درجة تشبع كل بعد من أبعاد المقياس على العوامل الأساسية، ونسبة التباين لكل عامل، والنسبة التراكمية لتباين المصفوفة العاملية، وتم استخلاص عامل واحد وتم تقسيم التشبعات على العوامل كالتالي: تشبعات صفرية (أقل من ± 0.30)، تشبعات متوسطة ($\pm 0.30 - 0.40$)، تشبعات عالية ($\pm 0.40 - 0.50$)، تشبعات كبرى (± 0.50)، كما هو موضح:

جدول (٦)

صدق التحليل العملي لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية (ن = ١٠٠)

الأبعاد	قيم التشبع بالعامل	نسب الشبوع
أسلوب حل المشكلات	٠.٨٦٨	٠.٧٥٣
أسلوب المواجهة الفعالة	٠.٧٧٠	٠.٥٩٢
أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي	٠.٧٨١	٠.٦١٠
أسلوب تجنب المواجهة	٠.٨٩٠-	٠.٧٩٢
أسلوب المواجهة الانفعالية	٠.٦٩٢-	٠.٤٧٨
الجذر الكامن	٣.٢٢٥	
نسبة التباين	٦٤.٤٩٨	

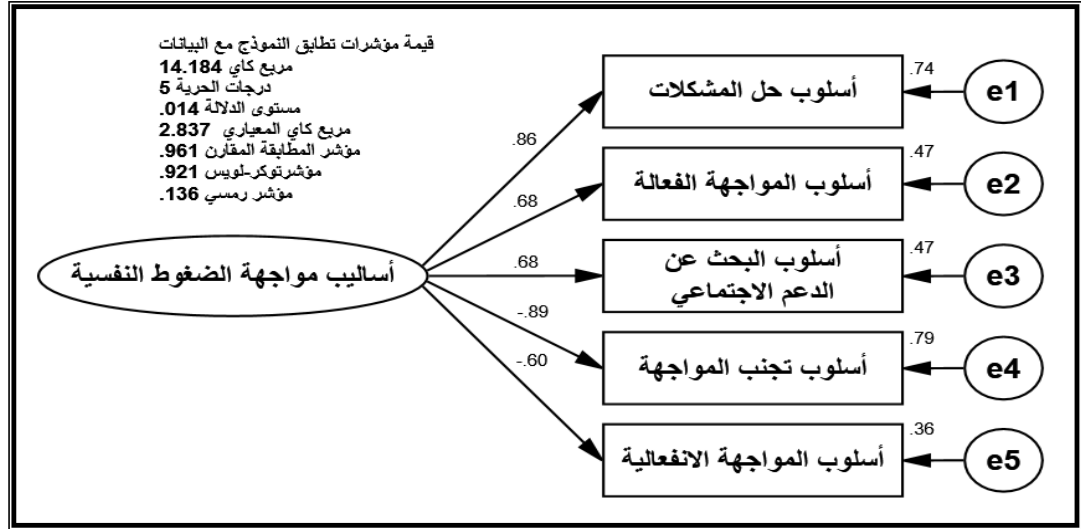
يستخلص الباحث من جدول (٦) تشبع أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لمعلمات رياض الأطفال على عامل واحد، وبلغت نسبة التباين (٦٤.٤٩٨)، والجذر الكامن (٣.٢٢٥) وقيمة الجذر الكامن أكبر من الواحد الصحيح وفقاً لمحك كايزر، ما يعنى أنّ هذه أبعاد المقياس التي تكون هذا العامل تعبر تعبيراً جيداً عن عامل واحد هو مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية الذي وُضع المقياس لقياسه بالفعل، ما يؤكد تمتع المقياس بدرجة صدق مرتفعة وشكل (١) يوضح محك كاتل:



شكل (١) التمثيل البياني للجذر الكامن للعامل المكون لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية يتضح من الرسم البياني أن عامل واحد يزيد جذره الكامن عن الواحد الصحيح وهذا معياراً آخر يمكن استخدامه بالإضافة إلى معيار الإبقاء على العوامل التي يزيد جذرها الكامن عن الواحد الصحيح.

٣- الصدق العاملي (التوكيدي):

وهو حساب الصدق العاملي للمقياس عن طريق استخدام التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis باستخدام البرنامج الإحصائي (AMOS 26)، وذلك للتأكد من صدق البناء الكامن (أو التحتي) للمقياس، عن طريق اختبار أنموذج العامل الكامن العام، حيث تم افتراض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية تنتظم حول عامل كامن واحد كما يلي:



شكل (٢) أنموذج العامل الكامن الواحد لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية وقد حظي أنموذج العامل الكامن الواحد لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية على مؤشرات حسن مطابقة جيدة، حيث كانت قيمة (مربع كاي = ١٤.١٨٤) ودرجة حرية = (٥) ومؤشر رمسي $RMSEA = (٠,١٣٦)$ وهذا يدل على أن هذا الأنموذج يتمتع بمؤشرات مطابقة جيدة كما يلي:

جدول (٧)

ملخص نتائج التحليل العائلي التوكيدي لأبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية

العامل الكامن	العوامل المشاهدة	التشعب بالعامل الكامن الواحد	الخطأ المعياري لتقدير التشعب	قيم "ت" ودلالاتها الإحصائية
أساليب مواجهة الضغوط النفسية	أسلوب حل المشكلات	٠.٨٦	٠.٧٤	-
	أسلوب المواجهة الفعالة	٠.٦٨	٠.٤٧	**٧.٦٣٠
	أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي	٠.٦٨	٠.٤٧	**٧.٤٦٧
	أسلوب تجنب المواجهة	٠.٨٩-	٠.٧٩	**١٠.٣٨١-
	أسلوب المواجهة الانفعالية	٠.٦٠-	٠.٣٦	**٦.٠٩٥-

(**) دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٧) أن أنموذج العامل الكامن الواحد قد حظي على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة، وأن معاملات الصدق الخمسة (التشعبات بالعامل

الكامن الواحد) دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) ما يدل على صدق جميع الأبعاد المشاهدة لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، ومن هنا يتضح أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية قدمت دليلاً قوياً على صدق البناء التحتي لهذا المقياس، وأن أساليب مواجهة الضغوط النفسية عبارة عن عامل كامن عام واحد تنتظم حولها العوامل الفرعية الخمسة المشاهدة لها.

ثالثاً: الثبات:

تم حساب ثبات مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية بالطرائق التالية (إعادة التطبيق، ومعامل ألفا -كرونباخ، والتجزئة النصفية) وكانت النتائج على النحو التالي :

جدول (٨)

حساب معاملات الثبات لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لمعلمة رياض الأطفال (ن = ١٠٠)

معاملات الثبات			الأبعاد الفرعية	المقياس
التجزئة النصفية	ألفا - كرونباخ	إعادة التطبيق		
		مستوى الدلالة	معامل الارتباط	
٠.٩٣٦	٠.٧٤٥	٠.٠٠١	٠.٧٣٦	أسلوب حل المشكلات
٠.٨٩٨	٠.٧٢٤	٠.٠٠١	٠.٨٠٦	أسلوب المواجهة الفعالة
٠.٨٦٤	٠.٧٢٢	٠.٠٠١	٠.٧٧٤	أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي
٠.٨٩٦	٠.٧١٩	٠.٠٠١	٠.٨١٤	أسلوب تجنب المواجهة
٠.٨١٨	٠.٧٣٨	٠.٠٠١	٠.٧٩٢	أسلوب المواجهة الانفعالية

يشير الجدول السابق إلى التالي:

- فيما يتعلق بحساب ثبات المقياس من خلال إعادة التطبيق بفاصل زمني قدره أسبوعين، تم استخراج معاملات الارتباط باستخدام معامل بيرسون، وأشارت النتائج لوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين التطبيق الأول و الثاني لأبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، ما يدل على ثبات المقياس، ويشير إلى أن المقياس يعطى نفس النتائج تقريباً إذا ما استخدم أكثر من مرةً بظروف مماثلة.

- وفيما يتعلق بمعامل ألفا -كرونباخ فتم حساب ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ، وأشارت النتائج أنّ معاملات الثبات مرتفعة، مما يعطى مؤشراً جيداً لثبات المقياس، ويمكن العمل به.
- وأما عن طريقة التجزئة النصفية فتم حساب ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان- براون، وأشارت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات .

(٣) مقياس الكفاءة المهنية لمعلمة رياض الأطفال (إعداد: الباحث).

على الرغم من تعدد المقاييس الخاصة بقياس الكفاءة المهنية، إلا أن الباحث - في حدود إطلاعه- لم يجد مقياساً للكفاءة المهنية يتناسب مع طبيعة معلمات رياض الأطفال، ومن ثم قام الباحث بإعداد مقياس الكفاءة المهنية من خلال الرجوع إلى بعض الأطر النظرية والمقاييس الخاصة بالكفاءة المهنية، والتي منها Skaalvik & Nuri at al. (2017)، Arslan (2017)، عز الدين (٢٠٢٠). واستطاع الباحث من خلال استقرائه للأدبيات السابقة التوصل إلى الأبعاد التالية:

- البعد الأول: الكفاءة المعرفية.
 - البعد الثاني: الكفاءة الأدائية.
 - البعد الثالث: الكفاءة الشخصية والإنسانية.
- وفي ضوء تلك الأبعاد تم إنشاء واستعارة بعض العبارات مع إدخال بعض التعديلات عليها بحيث تتناسب مع كل بعد، وتكون المقياس من (٣٠) مفردة، موزعين على ثلاثة أبعاد فرعية وتكون كل بعد من (١٠) عبارات، وتم الاعتماد على التقدير الثلاثي لكل استجابة على الوجه التالي: كثيراً (ثلاث درجات)، وأحياناً (درجتين)، ونادراً (درجة واحدة). وتتراوح الدرجات على كل بعد من أبعاد مقياس الكفاءة المهنية ما بين (١٠) إلى (٣٠) درجة، بحيث تكون أعلى درجة كلية تحصل عليها المعلمة هي (٩٠)، وأدنى درجة (٣٠)، وتشير الدرجات المرتفعة إلى وجود الكفاءة المهنية، بينما تمثل الدرجة المنخفضة عكس ذلك، وإلى جانب هذا، تمت صياغة بعض العبارات

صياغة موجبة، والبعض الآخر صياغة سلبية. وتم عرض المقياس على الاختصاصيين كمؤشر للحكم على صلاحية العبارات، وإجراء بعض التعديلات في صياغة العبارات.

الكفاءة القياسية لمقياس الكفاءة المهنية لمعلمة رياض الأطفال:

تم حساب الكفاءة القياسية لمقياس الكفاءة المهنية لمعلمة رياض الأطفال وفقا لما يلي:
أولاً: الاتساق الداخلي:

١- الاتساق الداخلي للمفردات مع الدرجة الكلية للبعد:

وذلك من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية لكل بعد، وكذلك الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس كما يلي:

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية لكل بعد في مقياس الكفاءة المهنية (ن = ١٠٠)

الكفاءة الشخصية والإنسانية		الكفاءة الأدائية		الكفاءة المعرفية	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
**٠.٤٧٣	١	**٠.٥٤٢	١	**٠.٤٩٢	١
**٠.٦٤٠	٢	**٠.٤٢٢	٢	**٠.٦٣٦	٢
**٠.٤٩١	٣	**٠.٥٨٣	٣	**٠.٤٤٨	٣
**٠.٣٨٨	٤	**٠.٥٣٨	٤	**٠.٤٣٢	٤
**٠.٤٠٤	٥	**٠.٥٠١	٥	**٠.٣٦٧	٥
**٠.٥٦٥	٦	**٠.٤٩٨	٦	**٠.٤٣٥	٦
**٠.٦٧٠	٧	**٠.٣١٢	٧	**٠.٥٠٠	٧
**٠.٣٤٥	٨	**٠.٢٩٦	٨	**٠.٤٠٤	٨
**٠.٣١٧	٩	**٠.٥٢٨	٩	**٠.٦٣٩	٩
**٠.٤٠٥	١٠	**٠.٣١٥	١٠	**٠.٥٧٦	١٠
ارتباط الأبعاد الفرعية مع الدرجة الكلية					
**٠.٦٨٣		**٠.٨٠٤		**٠.٧٤٦	

** دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)

يتضح من جدول (٩) أنّ كل مفردات مقياس الكفاءة المهنية لمعلمة رياض الأطفال معاملات ارتباطه موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) أي أنّها تتمتع بالاتساق الداخلي.

ثانياً: الصدق:

١-الصدق العاملي:

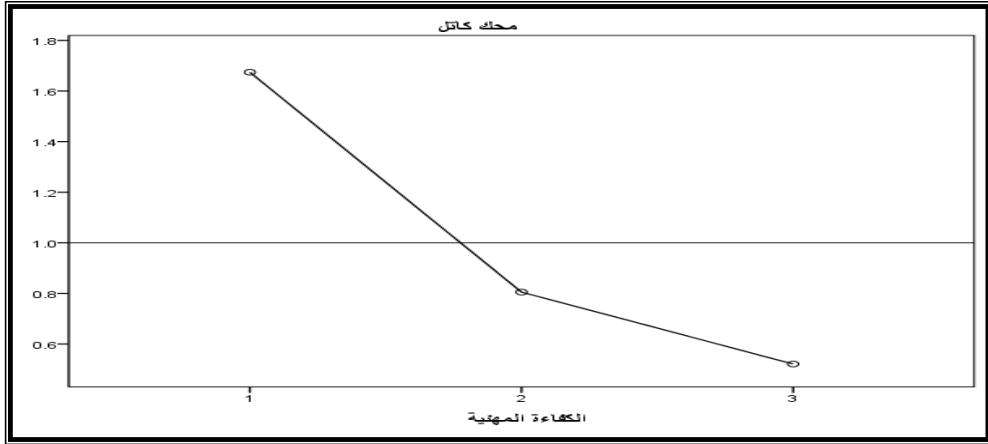
من خلال التحليل العاملي للمقياس تم معرفة تشبعات العوامل المشتركة على مقياس الكفاءة المهنية لمعلمة رياض الأطفال وقد أسفر التحليل العاملي لعبارات المقياس عن تشبعها على عامل واحد وقد أعمدت نفس المحكات "التي سبق ذكرها بالمقياس السابق" من أجل تحديد العوامل، وذلك كما يتضح من جدول (١٠).

جدول (١٠)

صدق التحليل العاملي لمقياس الكفاءة المهنية (ن = ١٠٠)

الأبعاد	قيم التشبع بالعامل	نسب الشيوخ
الكفاءة المعرفية	٠.٧٠٩	٠.٥٠٣
الكفاءة الأدائية	٠.٨٣٤	٠.٦٩٥
الكفاءة الشخصية والإنسانية	٠.٦٩٠	٠.٤٧٦
الجذر الكامن	١.٦٧٤	
نسبة التباين	٥٥.٨٠٣	

يستخلص الباحث من جدول (١٠) تشبع أبعاد مقياس الكفاءة المهنية لمعلمة رياض الأطفال على عامل واحد، وبلغت نسبة التباين (٥٥.٨٠٣)، والجذر الكامن (١.٦٧٤) وقيمة الجذر الكامن أكبر من الواحد الصحيح وفقاً لمحك كايزر ما يعني أنّ هذه أبعاد المقياس التي تكون هذا العامل تعبر تعبيراً جيداً عن عامل واحد هو مقياس الكفاءة المهنية الذي وُضع المقياس لقياسه بالفعل، ما يؤكد تمتع المقياس بدرجة صدق مرتفعة وشكل (١) يوضح محك كاتل:



شكل (٣) التمثيل البياني للجذر الكامن للعامل المكون لمقياس الكفاءة المهنية
يتضح من الرسم البياني أن عامل واحد يزيد جذره الكامن عن الواحد الصحيح
وهذا معياراً آخر يمكن استخدامه بالإضافة إلى معيار الإبقاء على العوامل التي يزيد
جذرها الكامن عن الواحد الصحيح.

٢- القدرة التمييزية:

تم استخدام القدرة التمييزية لمعرفة قدرة مقياس الكفاءة المهنية لمعلمة رياض
الأطفال على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين وذلك بترتيب درجات عينة التحقق من
الكفاءة القياسية في الدرجة الكلية للمقياس تنازلياً، وتم حساب دلالة الفروق بين
متوسطي درجات الأرباعي الأعلى وهو الطرف القوي، والأرباعي الأدنى والجدول
(١١) يوضح ذلك:

جدول (١١)

القدرة التمييزية لمقياس الكفاءة المهنية (ن = ١٠٠)

مستوى الدلالة	قيمة ت	الإرباعي الأدنى ن=٢٥		الإرباعي الأعلى ن=٢٥		الأبعاد
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠.٠١	٧.٦٥١	١.٤٦	٢٢.١٦	٣.٥٥	١٦.٢٨	الكفاءة المعرفية
٠.٠١	٧.٣٢٩	١.٤٣	٢١.٢٨	٣.٤٠	١٥.٨٨	الكفاءة الأدائية
٠.٠١	٦.٤٥٢	١.٧٨	٢٢.٤٤	٣.٤٨	١٧.٤٠	الكفاءة الشخصية والإنسانية
٠.٠١	١٣.١٤٥	١.٩٠	٦٥.٨٨	٥.٩١	٤٩.٥٦	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول (١١) أن الفرق بين الميزانين القوي والضعيف دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) وفي اتجاه المستوى الميزاني القوي مما يعني تمتع المقياس بقدرة تمييزية عالية.

٣- صدق المحك:

تم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون بين درجات على المقياس الحالي (إعداد الباحث) ودرجاتهم على مقياس الكفاءة المهنية إعداد: الجندي (٢٠٢١) كمحك خارجي وكانت قيمة معامل الارتباط (٠.٦٢٥) ما يدل على صدق المقياس الحالي.
ثالثاً: الثبات:

تم حساب ثبات مقياس الكفاءة المهنية لمعلمة الروضة بالطرائق التالية (إعادة التطبيق، ومعامل ألفا -كرونباخ، والتجزئة النصفية) وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول (١٢)

حساب معاملات الثبات لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لمعلمة رياض الأطفال (ن = ١٠٠)

معاملات الثبات				الأبعاد الفرعية	المقياس
التجزئة النصفية	ألفا - كرونباخ	إعادة التطبيق			
		مستوى الدلالة	معامل الارتباط		
٠.٨٨٨	٠.٧١٣	٠.٠١	٠.٧١٤	الكفاءة المعرفية	مقياس الكفاءة المهنية
٠.٨٤٦	٠.٦٩٥	٠.٠١	٠.٦٦٩	الكفاءة الأدائية	
٠.٨٤٢	٠.٧٠٠	٠.٠١	٠.٧٣٩	الكفاءة الشخصية والإنسانية	
٠.٨٢٠	٠.٧١٦	٠.٠١	٠.٧٢٥	الدرجة الكلية	

يشير الجدول السابق إلى التالي:

- فيما يتعلق بحساب ثبات المقياس من خلال إعادة التطبيق بفاصل زمني قدره أسبوعين، تم استخراج معاملات الارتباط باستخدام معامل بيرسون، وأشارت النتائج لوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التطبيق الأول و الثاني لأبعاد مقياس الكفاءة المهنية لمعلمة الروضة ، ما يدل على ثبات المقياس، ويشير إلى أن المقياس يعطى نفس النتائج تقريباً إذا ما استخدم أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة.
- وفيما يتعلق بمعامل ألفا -كرونباخ فتم حساب ثبات المقياس باستخدام معادلة الفا لكرونباخ، وأشارت النتائج أن معاملات الثبات مرتفعة، مما يعطى مؤشراً جيداً لثبات المقياس، ويمكن العمل به.
- وأما عن طريقة التجزئة النصفية فتم حساب ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان - براون، وأشارت النتائج أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات .

إجراءات البحث:

- تضمنت الخطوات الإجرائية التي قام بها الباحث ما يلي:
- (١) القيام بزيارات بعض حضانات رياض الأطفال ببني سويف، وذلك للتعرف على أعداد المعلمات ومدى توفر شروط العينة فيهن.
 - (٢) حساب صدق وثبات أدوات البحث.
 - (٣) تحديد عينة البحث الأساسية.
 - (٤) تطبيق أدوات البحث على العينة الأساسية للدراسة.
 - (٥) تصحيح الاستجابات وجدولة الدرجات ومعالجتها إحصائياً واستخلاص النتائج.
 - (٦) مناقشة النتائج ووضع التوصيات والبحوث المقترحة في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

الأساليب الإحصائية:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط الثنائي الخطي المستقيم لبيرسون، والتحليل العاملي، واختبار (ت)، وتحليل الانحدار البسيط، وذلك من خلال حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية والمعروفة اختصاراً بـ SPSS 23، و AMOS 26.

عرض نتائج البحث:

عرض نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق في فعالية الذات المدركة لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لطبيعة الدراسة (عربي، لغات) وعدد سنوات الخبرة (١-٣ سنوات، ٤-٦ سنوات، أكثر من ذلك)"، وللتحقق من ذلك تم إجراء اختبار تحليل التباين المتعدد، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (١٣)

قيمة ف ودلالاتها للفروق بين متوسطات فعالية الذات المدركة

الدلالة الاحصائية	قيمة (ف)	متوسطات المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصادر التباين
٠.٠١	٧٤٧.٥٨٤	١٩٧٨٩.٠٠٨	١	١٩٧٨٩.٠٠٨	طبيعة الدراسة
٠.٠١	٦٥٧.٥٥٤	١٦٦١١.٧٣٣	٢	٣٣٢٢٣.٤٦٧	سنوات الخبرة
٠.٠١	٣٣.٢١٥	٨٧٩.٢٣٣	٢	١٧٥٨.٤٦٧	طبيعة الدراسة لسنوات الخبرة
		٢٦.٤٧١	١١٤	٣٠١٧.٦٥٠	الخطأ
			١١٢٠	٧٩٠٥٢٣.٠٠٠	المجموع

يشير الجدول السابق إلى وجود فروق بين متوسطات فعالية الذات المدركة وفقاً لطبيعة الدراسة وسنوات الخبرة، وفروق في التفاعل بين طبيعة الدراسة وسنوات الخبرة في ذات المتغير. والجدول التالي يوضح المتوسطات الحسابية في فعالية الذات المدركة:

جدول (١٤)

المتوسطات الحسابية في فعالية الذات المدركة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	سنوات الخبرة	طبيعة الدراسة
٤.٥٨	١١٠.٩٠	أكثر من ٦ سنوات	لغات
٦.٧٦	٩٤.١٥	٦-٤ سنوات	
٥.٢٢	٦٧.٩٠	٣-١ سنوات	
١٨.٦٧	٩٠.٩٨	المجموع	
٣.٩٨	٨٨.٠٥	أكثر من ٦ سنوات	عربي
٦.١٦	٥٨.٠٠	٦-٤ سنوات	
٣.٣٣	٤٩.٨٥	٣-١ سنوات	
١٧.١٩	٦٥.٣٠	المجموع	
١٢.٣٢	٩٩.٤٨	أكثر من ٦ سنوات	المجموع
١٩.٣٩	٧٦.٠٨	٦-٤ سنوات	
١٠.١١	٥٨.٨٨	٣-١ سنوات	
٢٢.٠٤	٧٨.١٤	المجموع	



كلية التربية للطفولة المبكرة- جامعة بني سويف

يتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق في فعالية الذات المدركة لدى معلمات رياض الأطفال باتجاه المعلمات اللاتي يعملن بالروضات الرسمية للغات، بمعدل سنوات خبرة يزيد عن ٦ سنوات.
عرض نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه " توجد فروق في أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لطبيعة الدراسة وعدد سنوات الخبرة". وتم استخدام اختبار تحليل التباين المتعدد، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (١٥)

قيمة ف ودلالاتها للفرق بين متوسطات أساليب مواجهة الضغوط النفسية

الأبعاد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة (ف)	الدلالة الاحصائية
أسلوب حل المشكلات	طبيعة الدراسة	٣٩٦.٠٣٣	١	٣٩٦.٠٣٣	١٤٧.٧٣٥	٠.٠١
	سنوات الخبرة	١٦٣٩.٧١٧	٢	٨١٩.٨٥٨	٣٠٥.٨٣٧	٠.٠١
	طبيعة الدراسة لسنوات الخبرة	٧٧.٠١٧	٢	٣٨.٥٠٨	١٤.٣٦٥	٠.٠١
	الخطأ المجموع	٣٠٥.٦٠٠	١١٤	٢.٦٨١		
		٢٦٣٣٢.٠٠٠	١١٢٠			
أسلوب المواجهة الفعالة	طبيعة الدراسة	٤٦٠.٢٠٨	١	٤٦٠.٢٠٨	١٦٩.١٥٦	٠.٠١
	سنوات الخبرة	١٦٣٠.٨٥٠	٢	٨١٥.٤٢٥	٢٩٩.٧٢١	٠.٠١
	طبيعة الدراسة لسنوات الخبرة	١٠٤.٧١٧	٢	٥٢.٣٥٨	١٩.٢٤٥	٠.٠١
	الخطأ المجموع	٣١٠.١٥٠	١١٤	٢.٧٢١		
		٢٦٥٩.٠٠٠	١١٢٠			
أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي	طبيعة الدراسة	٤٨٨.٠٣٣	١	٤٨٨.٠٣٣	١١٨.٥٧٦	٠.٠١
	سنوات الخبرة	١٦١٢.٢١٧	٢	٨٠٦.١٠٨	١٩٥.٨٥٨	٠.٠١
	طبيعة الدراسة لسنوات الخبرة	٨٢.٠١٧	٢	٤١.٠٠٨	٩.٩٦٤	٠.٠١
	الخطأ المجموع	٤٦٩.٢٠٠	١١٤	٤.١١٦		
		٢٨١١٤.٠٠٠	١١٢٠			
أسلوب تجنب المواجهة	طبيعة الدراسة	٤٢٩.٤٠٨	١	٤٢٩.٤٠٨	٢٤٢.٠٤٠	٠.٠١
	سنوات الخبرة	١٩٨٠.١١٧	٢	٩٩٠.٠٥٨	٥٥٨.٠٥٥	٠.٠١
	طبيعة الدراسة لسنوات الخبرة	٤٠.٨١٧	٢	٢٠.٤٠٨	١١.٥٠٣	٠.٠١
	الخطأ المجموع	٢٠٢.٢٥٠	١١٤	١.٧٧٤		
		٣١٠٨١.٠٠٠	١١٢٠			
أسلوب المواجهة الالاقفالية	طبيعة الدراسة	٦٢٥.٦٣٣	١	٦٢٥.٦٣٣	٢١٤.٧٦١	٠.٠١
	سنوات الخبرة	١٦٦٦.٦١٧	٢	٨٣٣.٣٠٨	٢٨٦.٠٥٠	٠.٠١
	طبيعة الدراسة لسنوات الخبرة	٦٣.١١٧	٢	٣١.٥٥٨	١٠.٨٣٣	٠.٠١
	الخطأ المجموع	٣٣٢.١٠٠	١١٤	٢.٩١٣		
		٢٩٤٤٨.٠٠٠	١١٢٠			

ويشير الجدول السابق إلى وجود فروق في طبيعة الدراسة و سنوات الخبرة في أساليب مواجهة الضغوط النفسية، وتوجد فروق في التفاعل بين طبيعة الدراسة وعدد سنوات الخبرة في أساليب مواجهة الضغوط النفسية. والجدول التالي يوضح المتوسطات الحسابية في أساليب مواجهة الضغوط النفسية:

جدول (١٦)

المتوسطات الحسابية في أساليب مواجهة الضغوط النفسية

الأبعاد	طبيعة الدراسة	سنوات الخبرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أساليب حل المشكلات	لغات	أكثر من ٦ سنوات	٢١.٣٥	١.٥٠
		٦-٤ سنوات	١٦.٠٥	١.٣٩
		١-٣ سنوات	١٠.٤٠	١.٩٨
		المجموع	١٥.٩٣	٤.٧٩
	عربي	أكثر من ٦ سنوات	١٦.١٠	٢.١٣
		٦-٤ سنوات	١١.٨٥	١.٧٣
		١-٣ سنوات	٨.٩٥	٠.٦٩
		المجموع	١٢.٣٠	٣.٣٧
	المجموع	أكثر من ٦ سنوات	١٨.٧٣	٣.٢٢
		٦-٤ سنوات	١٣.٩٥	٢.٦٣
		١-٣ سنوات	٩.٦٧	١.٦٤
		المجموع	١٤.١٢	٤.٥١
أساليب المواجهة الفعالة	لغات	أكثر من ٦ سنوات	٢١.٩٠	١.٣٧
		٦-٤ سنوات	١٦.٢٠	٢.٠٤
		١-٣ سنوات	١٠.٦٠	١.٨٨
		المجموع	١٦.٢٣	٤.٩٧
	عربي	أكثر من ٦ سنوات	١٥.٨٥	١.٧٦
		٦-٤ سنوات	١٢.٠٠	١.٧٨
		١-٣ سنوات	٩.١٠	٠.٧٢
		المجموع	١٢.٣٢	٣.١٥
	المجموع	أكثر من ٦ سنوات	١٨.٨٨	٣.٤٤
		٦-٤ سنوات	١٤.١٠	٢.٨٤
		١-٣ سنوات	٩.٨٥	١.٥٩
		المجموع	١٤.٢٨	٤.٥٩



كلية التربية للطفولة المبكرة- جامعة بني سويف

الأبعاد	طبيعة الدراسة	سنوات الخبرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أساليب البحث عن الدعم الاجتماعي	لغات	أكثر من ٦ سنوات	٢٢.٠٠	١.٥٢
		٦-٤ سنوات	١٦.٧٠	٢.٦٠
		١-٣ سنوات	١١.٠٥	٢.٣٩
		المجموع	١٦.٥٨	٥.٠١
	عربي	أكثر من ٦ سنوات	١٦.٢٥	٢.٣٦
		٦-٤ سنوات	١٢.١٥	١.٨٤
		١-٣ سنوات	٩.٢٥	٠.٩٧
		المجموع	١٢.٥٥	٣.٤٠
	المجموع	أكثر من ٦ سنوات	١٩.١٣	٣.٥١
		٦-٤ سنوات	١٤.٤٣	٣.٢٠
		١-٣ سنوات	١٠.١٥	٢.٠٢
		المجموع	١٤.٥٧	٤.٧٢
أساليب تجنب المواجهة	لغات	أكثر من ٦ سنوات	٨.٩٥	٠.٨٣
		٦-٤ سنوات	١٤.١٠	١.٥٢
		١-٣ سنوات	١٧.٤٥	١.٢٨
		المجموع	١٣.٥٠	٣.٧٣
	عربي	أكثر من ٦ سنوات	١١.١٠	١.٥٩
		٦-٤ سنوات	١٨.٥٠	١.١٥
		١-٣ سنوات	٢٢.٢٥	١.٤٨
		المجموع	١٧.٢٨	٤.٨٨
	المجموع	أكثر من ٦ سنوات	١٠.٠٣	١.٦٦
		٦-٤ سنوات	١٦.٣٠	٢.٥٩
		١-٣ سنوات	١٩.٨٥	٢.٧٩
		المجموع	١٥.٣٩	٤.٧٢
أساليب المواجهة الانفعالية	لغات	أكثر من ٦ سنوات	٨.٧٥	٠.٥٥
		٦-٤ سنوات	١٣.١٠	٢.٢٥
		١-٣ سنوات	١٦.١٠	٢.٣٤
		المجموع	١٢.٦٥	٣.٥٧
	عربي	أكثر من ٦ سنوات	١١.٣٠	١.٥٩
		٦-٤ سنوات	١٨.٣٥	١.١٨
		١-٣ سنوات	٢٢.٠٠	١.٦٥
		المجموع	١٧.٢٢	٤.٧١
	المجموع	أكثر من ٦ سنوات	١٠.٠٣	١.٧٥
		٦-٤ سنوات	١٥.٧٣	٣.١٩
		١-٣ سنوات	١٩.٠٥	٣.٥٩
		المجموع	١٤.٩٣	٤.٧٥

يتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق في أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لطبيعة الدراسة وعدد سنوات الخبرة، باتجاه المعلمات اللاتي يعملن بالروضات الرسمية للغات، بمعدل سنوات خبرة يزيد عن ٦ سنوات.
عرض نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه "توجد فروق في الكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لطبيعة الدراسة وعدد سنوات الخبرة". وتم استخدام اختبار تحليل التباين المتعدد، كما يلي:

جدول (١٧)

قيمة ف ودلالاتها للفروق بين متوسطات الكفاءة المهنية

الأبعاد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة (ف)	الدلالة الاحصائية
الكفاءة	طبيعة الدراسة	١١٢٢.٤٠٨	١	١١٢٢.٤٠٨	٣٣٨.٥٤٩	٠.٠١
	سنوات الخبرة	١٧٥٥.٦٥٠	٢	٨٧٧.٨٢٥	٢٦٤.٧٧٦	٠.٠١
	طبيعة الدراسة X سنوات الخبرة	٣٦.٣١٧	٢	١٨.١٥٨	٥.٤٧٧	٠.٠١
	الخطأ	٣٧٧.٩٥٠	١١٤	٣.٣١٥		
	المجموع	٥٠٩٣٣.٠٠٠	١١٢٠			
المعرفة	طبيعة الدراسة	١١١٦.٣٠٠	١	١١١٦.٣٠٠	١١٢.٨٠٨	٠.٠١
	سنوات الخبرة	١١٤٨.٨١٧	٢	٥٧٤.٤٠٨	٥٨.٠٤٧	٠.٠١
	طبيعة الدراسة X سنوات الخبرة	٦.٦٥٠	٢	٣.٣٢٥	٠.٣٣٦	غير دالة
	الخطأ	١١٢٨.١٠٠	١١٤	٩.٨٩٦		
	المجموع	٤٦٥٦٨.٠٠٠	١١٢٠			
الكفاءة الشخصية والإنسانية	طبيعة الدراسة	١٢١٦.٠٣٣	١	١٢١٦.٠٣٣	٣٧٤.٠٦٣	٠.٠١
	سنوات الخبرة	١٧٢٠.٧١٧	٢	٨٦٠.٣٥٨	٢٦٤.٦٥٤	٠.٠١
	طبيعة الدراسة X سنوات الخبرة	١.٠١٧	٢	٠.٥٠٨	٠.١٥٦	غير دالة
	الخطأ	٣٧٠.٦٠٠	١١٤	٣.٢٥١		
	المجموع	٤٩٤٨٦.٠٠٠	١١٢٠			
الدرجة الكلية	طبيعة الدراسة	٥٨٩٤.٠٠٨	١	٥٨٩٤.٠٠٨	٣٧٤.١٩١	٠.٠١
	سنوات الخبرة	٦٠٨٦.٨٦٧	٢	٣٠٤٣.٤٣٣	١٩٣.٢١٨	٠.٠١
	طبيعة الدراسة X سنوات الخبرة	٢٩.٠٦٧	٢	١٤.٥٣٣	٠.٩٢٣	غير دالة
	الخطأ	١٧٩٥.٦٥٠	١١٤	١٥.٧٥١		
	المجموع	٦٦١٠.٤٧.٠٠٠	١١٢٠			

ويشير الجدول السابق إلى وجود فروق في طبيعة الدراسة وسنوات الخبرة في الكفاءة المهنية لمعلمات رياض الأطفال، وتوجد أيضاً فروق في التفاعل بين طبيعة الدراسة وعدد سنوات الخبرة في الكفاءة المهنية. والجدول التالي يوضح المتوسطات الحسابية في الكفاءة المهنية:

جدول (١٨)

المتوسطات الحسابية في الكفاءة المهنية

الأبعاد	طبيعة الدراسة	سنوات الخبرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الكفاءة المعرفية	لغات	أكثر من ٦ سنوات	٢٦.٦٥	٢.٦٢
		٦-٤ سنوات	٢٤.١٠	١.٩٧
		١-٣ سنوات	١٨.٢٠	١.٦٧
		المجموع	٢٢.٩٨	٤.١٤
	عربي	أكثر من ٦ سنوات	٢٢.٠٠	١.٦٢
		٦-٤ سنوات	١٦.٨٠	١.٤٤
		١-٣ سنوات	١١.٨٠	١.٢٨
		المجموع	١٦.٨٧	٤.٤٤
	المجموع	أكثر من ٦ سنوات	٢٤.٣٣	٣.١٩
		٦-٤ سنوات	٢٠.٤٥	٤.٠٧
		١-٣ سنوات	١٥.٠٠	٣.٥٦
		المجموع	١٩.٩٣	٥.٢٦
الكفاءة الألية	لغات	أكثر من ٦ سنوات	٢٥.١٠	٤.٥٢
		٦-٤ سنوات	٢٣.٣٥	٣.٠٠
		١-٣ سنوات	١٧.٦٠	٢.٣٧
		المجموع	٢٢.٠٢	٤.٦٦
	عربي	أكثر من ٦ سنوات	١٩.٢٠	٤.٥٥
		٦-٤ سنوات	١٦.٦٠	١.٣٩
		١-٣ سنوات	١١.٩٥	١.٣٢
		المجموع	١٥.٩٢	٤.١٢
	المجموع	أكثر من ٦ سنوات	٢٢.١٥	٥.٣٨
		٦-٤ سنوات	١٩.٩٨	٤.١٢

٣.٤٣	١٤.٧٨	١-٣ سنوات		الكفاءة الشخصية والإسانية
٥.٣٥	١٨.٩٧	المجموع		
١.٧٢	٢٧.٣٠	أكثر من ٦ سنوات	لغات	
٢.١٨	٢٢.٨٥	٤-٦ سنوات		
٢.٠٧	١٨.٢٥	١-٣ سنوات	عربي	
٤.٢١	٢٢.٨٠	المجموع		
٢.١١	٢١.١٥	أكثر من ٦ سنوات	المجموع	
١.١٩	١٦.٥٠	٤-٦ سنوات		
١.٢٧	١١.٦٥	١-٣ سنوات	لغات	
٤.٢١	١٦.٤٣	المجموع		
٣.٦٥	٢٤.٢٣	أكثر من ٦ سنوات	عربي	
٣.٦٥	١٩.٦٨	٤-٦ سنوات		
٣.٧٥	١٤.٩٥	١-٣ سنوات	المجموع	
٥.٢٧	١٩.٦٢	المجموع		
٥.١٥	٨٧.٨٠	أكثر من ٦ سنوات		الدرجة الكلية
٣.٩٠	٨٣.٤٠	٤-٦ سنوات		
٣.٩٥	٧٠.١٥	١-٣ سنوات	لغات	
٨.٧٠	٨٠.٤٥	المجموع		
٥.٢٦	٧٣.٦٥	أكثر من ٦ سنوات	عربي	
٢.١٠	٦٨.٢٥	٤-٦ سنوات		
٢.٢٦	٥٧.٤٠	١-٣ سنوات	المجموع	
٧.٦٤	٦٦.٤٣	المجموع		
٨.٨٢	٨٠.٧٣	أكثر من ٦ سنوات	المجموع	
٨.٢٧	٧٥.٨٣	٤-٦ سنوات		
٧.٢٠	٦٣.٧٨	١-٣ سنوات		
١٠.٧٧	٧٣.٤٤	المجموع		

يتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق في الكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال وفقاً لطبيعة الدراسة وعدد سنوات الخبرة، باتجاه المعلمات اللاتي يعملن بالروضات الرسمية للغات، بمعدل سنوات خبرة يزيد عن ٦ سنوات.

عرض نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين فعالية الذات المدركة والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال". وتم حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون كما يلي:

جدول (١٩)

قيم معاملات الارتباط بين فعالية الذات المدركة والكفاءة المهنية (ن = ١٢٠)

فعالية الذات المدركة		الكفاءة المهنية
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	
٠.٠١	٠.٨٩٢	الكفاءة المعرفية
٠.٠١	٠.٧٦٢	الكفاءة الأدائية
٠.٠١	٠.٨٩٩	الكفاءة الشخصية والإنسانية
٠.٠١	٠.٨٧٠	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات مقياس فعالية الذات المدركة والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال عند مستوى دلالة (٠.٠١)، في جميع الأبعاد والدرجة الكلية، وهذا يعني أنه كلما ارتفعت فعالية الذات المدركة أدى ذلك إلى وجود تحسن في الكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال.

عرض نتائج الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس على أنه "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال". وتم حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون كما يلي:

جدول (٢٠)

قيم معاملات الارتباط بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية (ن = ١٢٠)

أساليب مواجهة الضغوط النفسية					الكفاءة المهنية
المواجهة الانفعالية	تجنب المواجهة	البحث عن الدعم الاجتماعي	المواجهة الفعالة	حل المشكلات	
**٠.٨٦٥-	**٠.٨٦٥-	**٠.٨١٤	**٠.٨١٩	**٠.٨٣٠	الكفاءة المعرفية
**٠.٧١٢-	**٠.٦٩٩-	**٠.٦٩٥	**٠.٧٠٧	**٠.٦٦٥	الكفاءة الأدائية
**٠.٨٩٣-	**٠.٨٧٥-	**٠.٨٢٢	**٠.٨٣١	**٠.٨٤١	الكفاءة الشخصية والإنسانية
**٠.٧٧٢-	**٠.٧٩٦-	**٠.٨٠٣	**٠.٨٠١	**٠.٧٩١	الدرجة الكلية

** دالة عند مستوى دلالة ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين الكفاءة المهنية كدرجة كلية وأبعاد فرعية و أساليب مواجهة الضغوط النفسية الإيجابية "حل المشكلات، والمواجهة الفعالة، والبحث عن الدعم الاجتماعي"، كما أنه توجد علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين الكفاءة المهنية كدرجة كلية وأبعاد فرعية و أساليب مواجهة الضغوط النفسية السلبية "تجنب المواجهة، والمواجهة الانفعالية".

عرض نتائج الفرض السادس:

ينص الفرض الخامس على أنه "يمكن التنبؤ بالكفاءة المهنية من خلال متغيري فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام أسلوب تحليل الانحدار الخطي البسيط وطريقة الانحدار المستخدمة وهي طريقة Enter، وذلك بهدف تحديد مدى إسهام فعالية الذات المدركة وبعض أساليب مواجهة الضغوط النفسية في التنبؤ بمستوى الكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

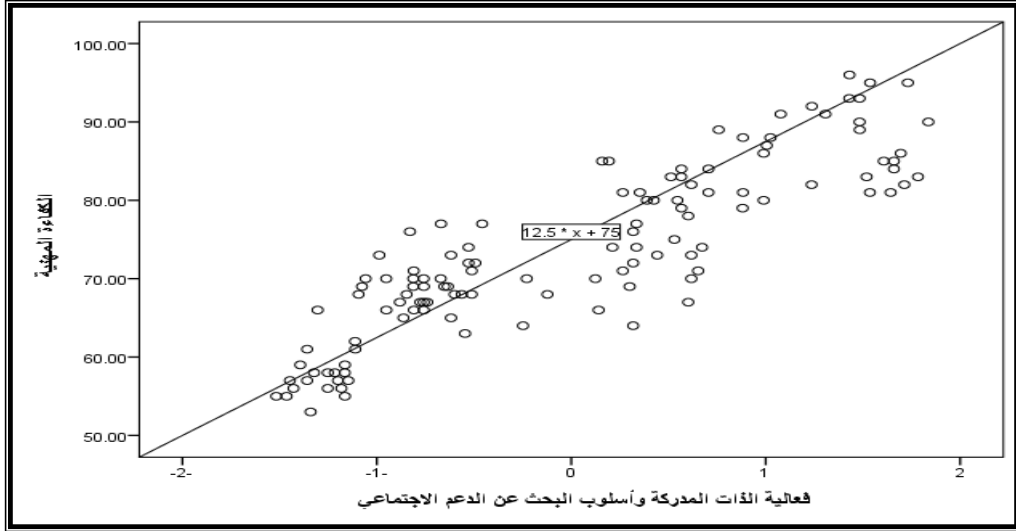
جدول (٢١)

التنبؤ بالكفاءة المهنية من خلال فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية

المتغيرات التابعة			المتغير المستقل
أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي	فعالية الذات المدركة	B الحد الثابت غير المعياري	الكفاءة المهنية
٠.٥٠٣	٠.٣٣٣	٤٠٠.٨٩	قيمة المعامل
٢.٥٧٩	٧.٩٧٠	٢٢.٧٦٩	قيمة اختبار (T)
٠.٠١	٠.٠١	٠.٠١	مستوى الدلالة (T)
١٩٥.٥٥٩	٣٦٦.٨٩٩		قيمة اختبار (F)
٠.٠١	٠.٠١		مستوى الدلالة (F)
٠.٨٧٧	٠.٨٧٠		(R) الارتباط
٠.٧٧٠	٠.٧٥٧		(R2) التحديد
٠.٧٦٦	٠.٧٥٥		التحديد المصحح (R2)

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (F) بلغت (٣٦٦.٨٩٩، ١٩٥.٥٥٩) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) ما يؤكد على تأثير فعالية الذات المدركة وأسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي على الكفاءة المهنية، كما يتضح أن قيمة (ت) في المتغير المستقل (الكفاءة المهنية) دالة عند مستوى (٠.٠١) حيث يوجد تأثير معنوي في نموذج الانحدار حسب اختبار (T)، وأن قيم معامل الارتباط الثلاثة وهي معامل الارتباط البسيط R قد بلغ (٠.٨٧٧، ٠.٨٧٠) بينما بلغ معامل التحديد R2 (٠.٧٥٧، ٠.٧٧٠) في حين كان معامل التحديد المصحح R2 (٠.٧٥٥، ٠.٧٦٦) مما يعني بأن المتغير المستقل (الكفاءة المهنية) استطاع أن يفسر (٠.٧٥٧، ٠.٧٧٠) من التغيرات الحاصلة في (فعالية الذات المدركة وأسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي) المطلوبة وهو ارتباط موجب أي كلما قلت فعالية الذات المدركة وأسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي قلت الكفاءة المهنية والعكس بالعكس، كما يتضح أن معادلة خط انحدار هي: الكفاءة

المهنية = ٤٠.٠٨٩ + فعالية الذات المدركة (٠.٣٣٣) + أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي (٠.٥٠٣)، والشكل (٤) يوضح ذلك:



شكل (٤)

التنبؤ بالكفاءة المهنية من خلال فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية

عرض نتائج الفرض السابع:

ينص الفرض الخامس على أنه "توجد تأثيرات بنائية سببية مباشرة وكلية للعلاقات بين فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية". وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام نموذج المعادلة البنائية وتم رسم النموذج النظري الافتراضي للعلاقات السببية بين فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية على الكفاءة المهنية، باستخدام برنامج (AMOS, 26)؛ حيث أُدخلت فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية كمتغيرات مستقلة، وأدخلت الكفاءة المهنية كمتغير تابع كما هو مبين في الشكل (٥) حيث يقاس المتغير الخارجي الكامن الأول فعالية الذات المدركة من مشاهدة ويقاس المتغير الخارجي الثاني أساليب مواجهة الضغوط من خمس مشاهدات ويقاس المتغير الداخلي الكامن الكفاءة المهنية من ثلاث مشاهدات وبيان ذلك فيما يلي:

- مؤشرات المطابقة الملائمة: تم حساب المؤشرات المطابقة للنموذج المقترح كما يلي:

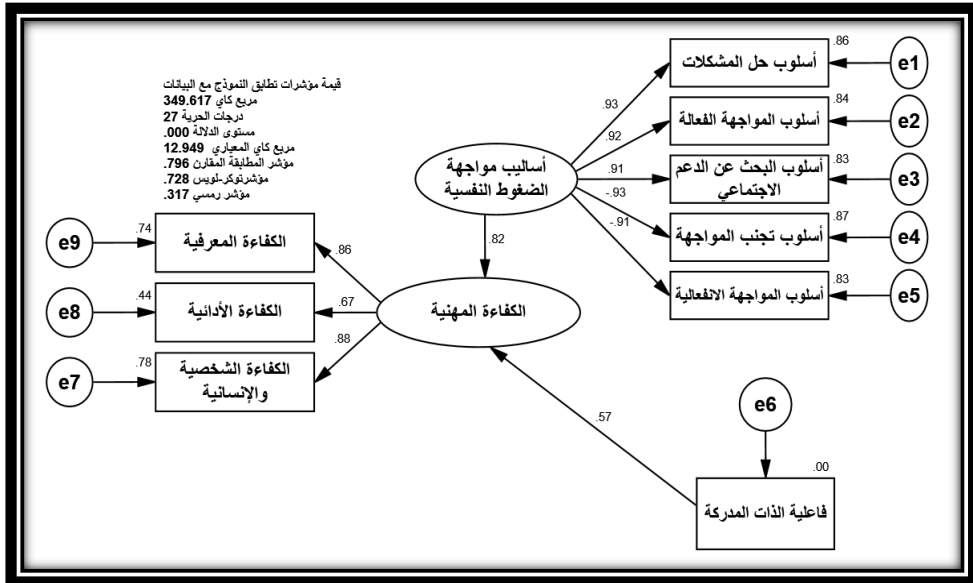
جدول (٢٢)

مؤشرات حسن المطابقة لنموذج المقترح

تحقق المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	قيمة المؤشر	مؤشرات حسن المطابقة
تحقق	أكبر من ١.٥	٢٧	درجات الحرية (DF)
متحقق	دالة إحصائية	٣٤٩.٦١٧	مربع كاي (٢٧)
متحقق	يتعدى (٥.٠٠)	١٢.٩٤٩	مربع كاي النسبي $df / ٢٧$
تحقق	صفر إلي ١	٠.٧٠١	مؤشر حسن المطابقة
			Goodness of Fit Index (GFI)
تحقق	صفر إلي ١	٠.٥٠٢	مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية
			Index (AGFI) Adjusted Goodness of Fit
تحقق	صفر إلي ١	٠.٤٢١	مؤشر الافتقار إلي حسن المطابقة
			Parsimony Goodness of Fit Index (PGFI)
تحقق	صفر إلي ١	٠.٧٨٣	مؤشر المطابقة المعياري
			Normed Fit Index (NFI)
تحقق	صفر إلي ١	٠.٧٢٨	مؤشر المطابقة غير المعياري توكر-لويس
			Non- Normed Fit Index (TLI)
تحقق	صفر إلي ١	٠.٥٨٨	مؤشر الافتقار إلى المطابقة المعياري
			Parsimony Normed Fit Index (PNFI)
تحقق	صفر إلي ١	٠.٧٩٦	مؤشر المطابقة المقارن
			Comparative Fit Index (CFI)
تحقق	صفر إلي ١	٠.٧١١	مؤشر المطابقة النسبي
			Relative Fit Index (RFI)
متحقق	صفر إلي ١	٠.٣١٧	الجذر التربيعي لمتوسط خطأ الاقتراب
			Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- مؤشرات المطابقة RFI، IFI، CFI، PNFI، NNFI، NFI، AGFI، GFI والتي تقيس إلى أي مدى تكون مطابقة النموذج أفضل بالمقارنة بالنموذج الرئيس، وهذه المؤشرات اقترح أنها تقع بين (صفر، ١) حيث تشير القيم القريبة من الواحد الصحيح لهذه المقاييس إلى مطابقة جيدة أما القيم القريبة من الصفر فتشير إلى مطابقة سيئة.
- بالنسبة للمؤشر (RMSEA) تشير القيم القريبة من الصفر إلى مطابقة جيدة أما القيم الأكبر من (١) فتشير مطابقة سيئة أو أخطاء في الاقتراب من مجتمع العينة
- مؤشر مربع كاي، وهو مساوي (٣٤٩.٦١٧) ودرجات الحرية = ٢٧، لا يمكننا الاعتماد على مؤشر مربع كاي لأنه مؤشراً حساساً بالنسبة لعدد العينة، فمن الصعب الحصول على مستوى دلالة < 0.05 .
- أما النسبة بين قيمة مربع كاي النسبي χ^2 / df فهي مساوية (١٢.٩٤٩)، متحقق وهذا يرجع الي تأثر النموذج بحجم العينة، وهذه المؤشرات في مجملها تدل على مؤشرات جيدة ما يدل على قبول النموذج، وأنه يتمتع بمؤشرات مطابقة جيدة.



شكل (٥)

النموذج النهائي المفترض على التقديرات المعيارية للمتغيرات المؤثرة في الكفاءة المهنية

بعد ذلك تم فحص قيم مطابقة البيانات للنموذج الافتراضي، واستخراج الأوزان المعيارية لمتغيرات البحث ونسب التباينات المفسرة ويوضح الجدول التالي أوزان الانحدار المعيارية وغير المعيارية للنموذج.

جدول (٢٣)

أوزان الانحدار المعيارية وغير المعيارية للنموذج

المستقل	التابع	التأثير غير المعيارية	التأثير المعيارية	الخطأ المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
فعالية الذات المدركة	<---	٠.٥٦٧	٠.٠٩٣	٠.٠١٩	٤.٩٦٢	**
أساليب مواجهة الضغوط النفسية	<---	٠.٨٢٤	٠.٧١٠	٠.١٠٨	٦.٥٩٨	**
أساليب مواجهة الضغوط النفسية	<---	٠.٩٢٧	١.٠٠٠	-	-	-
أساليب مواجهة الضغوط النفسية	<---	٠.٩١٨	١.٠٠٨	٠.٠٥٦	١٨.١٠٢	**
أساليب مواجهة الضغوط النفسية	<---	٠.٩٠٩	١.٠٢٧	٠.٠٥٨	١٧.٥٦٣	**
أساليب مواجهة الضغوط النفسية	<---	-٠.٩٣٣	-١.٠٥٥	٠.٠٥٧	-١٨.٥٥٤	**
أساليب مواجهة الضغوط النفسية	<---	-٠.٩١٢	-١.٠٣٨	٠.٠٦١	-١٦.٩٥٨	**
الكفاءة المهنية	<---	٠.٨٦٢	٠.٩٨٥	٠.٠٥٣	١٨.٦٠٢	**
الكفاءة المهنية	<---	٠.٦٦٦	٠.٨٤٢	٠.٠٧١	١١.٩١٥	**
الكفاءة المهنية	<---	٠.٨٨١	١.٠٠٠	-	-	-

يتضح من الجدول السابق تأثير المتغير الكامن فعالية الذات المدركة على الكفاءة المهنية عند مستوى (٠.٠١)، كما يتضح أن المتغير الثاني أساليب مواجهة الضغوط النفسية يؤثر على الكفاءة المهنية عند مستوى (٠.٠١) وتوضح هذه النتائج دور المتغير الخارجي فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية، في تأثيرها علي المتغير الداخلي الكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال وهذا يتفق مع الجانب النظري والدراسات السابقة وبالتالي يمكن القول أنه يمكن اشتقاق نموذج بنائي للعلاقات بين فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية لدى أفراد عينة البحث والجدول التالي يوضح تشعبات المتغيرات على العوامل الكامنة المكونة لها.

جدول (٢٤)

يوضح تشعبات المتغيرات على العوامل الكامنة المكونة لها

المتغيرات	التشعب غير المعياري	التشعب المعياري	الخطأ المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
فعالية الذات المدركة	٠.٨٥٨	٢.٨٥٣	٠.٥٠١	٥.٦٩٢	***
حل المشكلات	٠.٠٠٠	٤٨٤.٥٧٢	٦٢.٤٣١	٧.٧١٤	***
المواجهة الفعالة	٠.٨٤٢	٣.٣٠٣	٠.٥٥٩	٥.٩٠٨	***
البحث عن الدعم الاجتماعي	٠.٨٢٦	٣.٨٤١	٠.٦٣٥	٦.٠٥٠	***
تجنب المواجهة	٠.٨٧١	٢.٨٦٢	٠.٥١١	٥.٦٠٣	***
المواجهة الانفعالية	٠.٨٣٢	٣.٧٦٤	٠.٦٥٥	٥.٧٤٣	***
الكفاءة المعرفية	٠.٧٤٤	٤.٢٩٣	٠.٦٠٧	٧.٠٦٨	***
الكفاءة الأدائية	٠.٤٤٤	١١.٤١٠	١.٥٠٥	٧.٥٨١	***
الكفاءة الشخصية والإنسانية	٠.٧٧٦	٣.٧٠٢	٠.٥٤٧	٦.٧٦٤	***

يتضح من الجدول السابق أن تشعبات جميع الأبعاد كانت كلها مرتفعة ودالة عند

مستوى (٠.٠١).

مناقشة نتائج البحث:

أسفرت النتائج عن وجود فروق في فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية باتجاه المعلمات اللاتي يعملن بالروضات الرسمية للغات، بمعدل سنوات خبرة يزيد عن ٦ سنوات، وكذلك وجود علاقات ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متغيرات البحث، كما أشارت النتائج لقدرة فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية على التنبؤ بالكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال، مع وجود تأثيرات بنائية سببية مباشرة وكلية للعلاقات بين فعالية الذات المدركة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية.

وهذا يتفق ما أشارت إليه بعض الدراسات مع اختلاف طبيعتها، والتي منها دراسة (Voris(2011، دراسة حاج (٢٠١٧)، دراسة (Turkoglu et al(2017)، دراسة (Carswell (2018، دراسة الكيال (٢٠١٨)، دراسة عثمان (٢٠٢٠)، دراسة بوسته (٢٠٢٠). وكذلك الدراسات التي تناولت أساليب مواجهة الضغوط النفسية والتي منها دراسة (Bowen(2016، دراسة (Moses (2016، دراسة الشياب (٢٠١٧)، دراسة مأمون وجمعة (٢٠١٨)، دراسة شداني (٢٠١٩)، دراسة القحطاني والقحطاني (٢٠٢١). وكذلك الدراسات التي تناولت الكفاءة المهنية مثل (Demirdag (2015، دراسة (Skaalvik & Skaalvic (2016، دراسة (Nuri at al. (2017، دراسة (Arslan (2017، دراسة عز الدين (٢٠٢٠).

ومن هنا تمدنا نتائج البحث الحالي بمعلومات حول مستوى فعالية الذات وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال، حيث اتضح تمتع معلمات رياض الأطفال بمستوى جيد من فعالية الذات والقدرة على استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية ما يؤثر بدوره على مستوى الكفاءة المهنية. ويشير ذلك أيضاً إلى تمتع معلمات رياض الأطفال بوجه عام بوعي ذهني بأفكارهن وتصرفاتهن، والقدرة على عدم الانسياق في اجترار الخبرات من الذاكرة، وعدم التسرع في إصدار الأحكام بناء على هذه الخبرات، إضافة لقدرتهم على التفكير وتحليل المواقف المختلفة، وإنتاج أفكار عديدة وتقييمها، ووضع تصورات لحل المشكلات. وأشارت النتائج إلى أن فعالية الذات ارتبطت بعلاقة موجبة مع الكفاءة المهنية، وكذلك أساليب مواجهة الضغوط كانت مرتبطة بالكفاءة المهنية، ما يعني أن تركيز الفرد وانتباهه للخبرات الراهنة التي يمر بها دون إصدار أحكام مسبقة مع تقبله للخبرات الجديدة، يرتبط بقدرته على إدراك المواقف الصعبة، واكتشاف حلول جديدة للمشكلات. كما اتضح من تحليل الانحدار أن كل من فعالية الذات وبعض أبعاد أساليب مواجهة الضغوط يمكن أن يؤثر في الكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال. وكان متغير فعالية الذات أقوى تأثيراً في الكفاءة المهنية؛ فالمعلمة التي تتمتع بفعالية الذات يزداد

لديها الكفاءة المهنية بما يحدث من متغيرات، وتجتهد في إدراك الموضوعات والمواقف بموضوعية في اللحظة الراهنة، وبالتالي تظهر لديها القدرة على الكفاءة بطرق غير مألوفة وإيجاد حلول مبتكرة، في حين اتضح تأثير نوع الدراسة (انجليزي - عربي) في وجود فروق بين المعلمات في فعالية الذات وأساليب مواجهة الضغوط والكفاءة المهنية في اتجاه المعلمات اللاتي يعملن بالروضات الرسمية للغات. بينما اتضح تأثير عدد سنوات الخبرة في وجود فروق دالة بين المعلمات في فعالية الذات وأساليب مواجهة الضغوط والكفاءة المهنية لصالح المعلمات اللاتي لديهن خبرة أكثر من ٦ سنوات.

ولعل عملية الإدراك الواعي لأهمية مرحلة رياض الأطفال، والأهداف والمخرجات التعليمية التي تسعى لتحقيقها لا بد وأن يلزمها ويصاحبها إيمان متزايد برفعة شأن الرسالة التي تحملها معلمات رياض الأطفال ومدى ضخامة المسؤولية الملقاة على عاتقها، وعلى هذا فيجب ضرورة الاهتمام بإعداد وتأهيل تلك المعلمات بما يتلاءم مع عظم وقدر مسؤوليتها، والنظر إليها باعتبارها ركيزة مهمة من ركائز تحقيق أهداف مرحلة رياض الأطفال؛ فللمعلمة مهام عديدة كما أشار (السيد و محمدي، ٢٠١٩) منها إكساب الأطفال المهارات التعليمية والتكنولوجية، ومحاولة زيادة النمو المعرفي في استخدام تطبيقات الذكاء الرقمي؛ فمعلمات رياض الأطفال تقوم هنا بدور الموجه والمرشد في جميع المهارات التعليمية والتكنولوجية.

ويمكننا القول بأن عمل معلمة رياض الأطفال يتعلق بالطفل النامي، وتتمثل مهمتها في توفير بيئة صحية مناسبة وتقديم إرشاد مناسب للطفل من أجل تحقيق مؤشرات النمو السليم؛ فهي تسعى لاستكشاف قدرات الطفل ومواهبه، وترك الفرصة كاملة لهذه القدرات والمواهب أن تنمو وتتطور، ثم العمل على تزويد الأطفال ببعض المهارات بما يسمح لهم بالتعبير عن احتياجاتهم بما يتلاءم مع شخصياتهم ، وعلى هذا يجب على معلمة رياض الأطفال السعي نحو توفير الأمن والطمأنينة لدى الأطفال بما يسمح لهم بالشعور بقدرٍ مرتفعٍ من الحرية في التعبير عن ذاته وإمكاناته دون خوف، كما أن شخصية المعلمة لها قدر كبير من التأثير في نفوس الأطفال سواء أكان هذا



التأثير بشكل مباشر من خلال التفاعل والتواصل المباشر مع الأطفال، أم غير مباشر باستخدام الإيحاء والتقمص والقذوة (Bates, 2018)، ولذا فهي تستطيع غرس روح المسؤولية الاجتماعية والمثابرة في نفوس الأطفال وكذلك بناء شخصيات الأطفال وتطويرها من خلال تهيئة المناخ اللازم.

ولعل هذا يتسق مع ما ورد بمقدمة البحث حول سمات الشخصية الواجب توافرها لدى معلمات رياض الأطفال من أجل أداء الأدوار المنوط القيام بها بقدر عالٍ من الفعالية والكفاءة، فهناك خصائص جسمية وانفعالية ومعرفية ونفسية اجتماعية ومهنية من شأنها العمل على رفع مستوى الكفاءة المهنية لما لها من دور فعال في العملية التربوية وما يصاحبها من تقدم وتطور سريع خاصة في ظل التحديات التي تتعرض لها المعلمات بالحياة اليومية.

جدير بالذكر أن نشير إلى أن نجاح المعلمات في مواجهة تلك التحديات والضغوط اليومية قد يكون العامل الأكثر قدرة على نجاحها في مسايرة ومواكبة التغيرات بالنظم التعليمية على النحو الأفضل خاصة في ظل ما تمتلكه من سمات شخصية أخرى كعوامل مساعدة في إحداث هذا التكيف مع مستجدات بيئة العمل، فإذا نجحت المعلمة من إحداث التوازن المنشود بين قدراتها ورغباتها إضافة إلى ما تظهره المعلمة من فعالية للذات وثقة بذاتها وإمكاناتها سيفضى الأمر بالنهاية إلى تخفيف وطأة الضغوط النفسية وبالتبعية زيادة كفاءتها المهنية وأداء مهامها ومعدل إقبالها على العمل بدرجة كبيرة من الدافعية والطموح والإتقان، كما أوضحت نتائج دراسة الفاخوري (٢٠١٨) أن الكفاءة المهنية إنما تتأثر بعدد من العوامل منها الضغوط النفسية ومدى الثقة في القدرات والمهارات والإمكانات.

وقد أظهرت نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية بين فعالية الذات وقدرة المعلمات على مواجهة الضغوط النفسية، فالنجاح في مواجهة الضغوط قد يعزى قدر منه إلى ما تمتلكه المعلمات من سمات وقدرات، وقد أشارت نتائج دراسات Pajares(1996)؛ Alexander,Fred(1998)؛ المزروع(٢٠٠٧)؛ عبد الله والعقاد(٢٠٠٩)؛

(2010) Prat- sal, Reford؛ حجازي(٢٠١٣)؛ جبر(٢٠١٧) إلى وجود علاقة ارتباطية بين مستوى فعالية الذات المدركة، وقدرة الفرد على الأداء في مختلف المجالات المهنية وأن فعالية الذات تمثل إحدى موجهات السلوك الإنساني للتعامل مع الضغوط النفسية، وضبط النفس، والمثابرة، فمن يؤمن بقدراته وإمكاناته يصبح أكثر تقديرًا لذاته وتزداد ثقته بنفسه في التعامل مع البيئة ومتغيراتها، كما أن فعالية الذات المدركة لا تقتصر فقط على تقدير الفرد لقدراته وإنما تتطور لتشمل المعتقدات التي يتم تطويرها بشأن قدرته على استكمال مهام عمله بنجاح وذلك يكون نتيجة للعلاقة الثلاثية ما بين بيئة الفرد وشخصيته وسلوكه الفعلي. ولعل إدراك الأفراد لفاعليتهم الذاتية يؤثر على الخطط التي يضعونها لأنفسهم، ومن يحكمون على ذاتهم بعدم الفعالية إنما يخفقون في وضع خطط ملائمة ويتسم أداءهم المهني بالضعف مقارنة بالأشخاص الذين يتسمون بإحساس عالٍ بالفعالية.

كما تتسق نتائج البحث مع ما ورد بالإطار النظري والنظريات المفسرة لمتغيرات البحث، والتي أكدت على دور الجوانب الاجتماعية والنفسية وعلى أهمية عوامل الدافعية والتعاون بين العاملين والقيادات الإدارية في أي تنظيم إداري ما يؤدي بدوره إلى زيادة كفاءة العاملين ودفعهم نحو تحقيق رغباتهم الذاتية وتحمل المسؤولية وارتفاع مستوى الرضا عن العمل بشكل يحقق ما تصبوا إليه المنظمة. فما عرضه شيلستر بيرنارد وتأكيده على أهمية الجوانب الاجتماعية والنفسية في أي تنظيم إداري، وأيضًا حديثه عن الكفاءة الإنسانية وأهمية النظر للتنظيم الإداري بوصفه كيانًا تعاونيًا بين الرئيس والمرؤوسين وألا يقتصر العمل على سلطة الرئيس في إصدار الأوامر وإنما الاهتمام برغبة المرؤوسين من خلال الحوافز بمختلف أشكالها من أجل بذل مزيد من الطاقة والجهد. وأيضًا ما عرضه ماكلياند وتأكيده على دور المتغيرات النفسية ودورها في ارتفاع مستوى الكفاءة المهنية وتأكيده على دور عوامل الدافعية ورغبة الأفراد في التفكير والإبداع واعتبار ذلك مؤشرًا للنجاح؛ فالأفراد الذين يمتلكون دافعية أعلى يسعون بصورة أفضل لتطوير العمل، والقيام ببعض المهام الصعبة، ويتحملون مزيدًا من



المسؤولية، ويعملون بمزيد من الجدية والتحدي لكل ما هو مثير، كما أنهم يرون أن التحاقهم بالمنظمة يعد فرصة لاختبار كفاءتهم وقدراتهم مقارنة بأصحاب المستوى المنخفض من الدافعية (الهاشمي، ٢٠٠٦، ٩٦؛ عبد الكريم، ٢٠١٩، ٢٨).

وفي الإطار ذاته ينبغي أن نذكر أن سعينا نحو محاولة رفع مستوى الكفاءة المهنية للمعلمين بصفة عامة إنما هو مبيّنًا على مدى أهمية قطاع التعليم وتأثيره على النمو الاقتصادي للدولة وما تصبوا إليه من تحقيق التنمية المستدامة، وهذا بدوره يدفعنا لضرورة حث المؤسسات التربوية على إطلاق الفرصة كاملة لكافة المنتسبين إليها من أجل تحقيق مزيد من التطور والإبداع داخل المنظومة التعليمية، وأنه لا يمكن أن نحسن من جودة تعلّم الطلاب، دون محاولة تطوير ممارسات التعليم لدى المعلمين من أجل تحقيق الرؤية المستقبلية لنظام التعليم وتطويره.

ولعل تحقيق تلك الرؤية المستقبلية للنظام التربوي والتعليمي من أجل النهوض بوطننا العزيز إنما يتطلب توافر بعض المهارات اللازمة لمواكبة التقدم التكنولوجي الهائل واستيعاب كافة التغيرات البيئية سواء أكان محليًا أم عالميًا، والعمل على تطوير قدرات المعلم والمتعلم على حدٍ سواء.

وهذا يدفعنا للقول بضرورة الاهتمام بإكساب المعلمين عددًا من الكفايات حتى يصبحوا أكثر فعالية كونهم من أهم الأركان الأساسية بالمنظومة التعليمية، وذلك من خلال تبني مؤسسات الدولة استراتيجية متكاملة تعتمد على تحسين الجودة الحياتية للمعلمين في المقام الأول، مرورًا بالتدريب على كيفية استخدام الطرائق الحديثة في التعليم بما يدفعهم للعمل الجاد مع المتعلمين وبث روح الولاء والمواطنة بنفوسهم، وذلك من خلال ما أفضت به النظريات التربوية التي أشارت إلى أهمية إكساب المعلمين عددًا من المهارات سواء متعلقة بذات المعلم أو متعلقة بكيفية تعامله مع المتعلمين وإتاحة الفرص لهم من أجل تحصيل للمعرفة، والمشاركة بالأنشطة المجتمعية، والتدريب على التفكير الناقد والإبداعي حتى يتسنى لنا نشأة جيل منتمٍ لوطنه، معتدلًا بالتفكير، معتمدًا على ذاته.

وفي ضوء ما آلت إليه نتائج البحث أمكن طرح عدد من التوصيات والبحوث المقترحة كما يلي:

توصيات البحث

١. عقد دورات تدريبية لمعلمات رياض الأطفال لتحسين فعالية الذات وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية لديهن.
٢. إعداد ورش عمل لتدريب معلمات رياض الأطفال على مهارات فعالية الذات.
٣. توظيف مهارات فعالية الذات وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لتنمية الكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال.

بحوث مقترحة

١. فعالية برنامج إرشادي لتحسين فعالية الذات لدى معلمات رياض الأطفال.
٢. فعالية برنامج إرشادي لتحسين أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات رياض الأطفال.
٣. فعالية برنامج إرشادي لتحسين الكفاءة المهنية لدى معلمات رياض الأطفال.
٤. تصميم نموذج بنائي سببي لطبيعة العلاقات بين متغيرات فعالية الذات وأساليب مواجهة الضغوط النفسية والكفاءة المهنية.

المراجع

- أبو غالي، عطاق محمود.(٢٠١٢). فعالية الذات وعلاقتها بضغط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، ٢٠(١)، ٦١٩ - ٦٥٤.
- أبو هاشم، السيد محمد.(١٩٩٤). أثر التغذية الراجعة على فعالية الذات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الزقايق، كلية التربية.
- أحمد، إلهام يونس.(٢٠٢٠). استخدامات المراهقين للفيديو وتصور الذات السيلفي، وعلاقتها بالسمات الشخصية النفسية لديهم. *مجلة البحوث الإعلامية، جامعة الأزهر، كلية الإعلام بالقاهرة*، ٥٤(٢)، ٥٦٣ - ٦٣٦.
- البراهيم، إبراهيم.(٢٠١٨). الكفاءة المهنية وعلاقتها بأسلوب العزو السببي لدى معلمي المرحلة الثانوية بمحافظة رأس تنورة بالمملكة العربية السعودية. *مجلة كلية التربية بجامعة أسيوط*، ٣٤(١٠)، ٥٧١ - ٦٠١.
- بوزاهر، سارة.(٢٠١٥). استراتيجيات مواجهة الضغط النفسي لدى أم الطفل التوحدي: دراسة عيادية لأربعة حالات بالعيادة النفسية. رسالة ماجستير، جامعة محمد خضير، بسكرة، الجزائر.
- بوستة، بشير.(٢٠٢٠). فعالية الذات لدى طلبة سنة أولى علوم وتكنولوجيا في ضوء متغير الجنس وشعبة البكالوريا المتحصل عليها: دراسة ميدانية على طلبة سنة أولى علوم وتكنولوجيا كلية العلوم التطبيقية جامعة قاصدي مرباح ورقلة الجزائر. *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح - ورقلة*، ١٢(١)، ٦٦٧ - ٦٨٠.
- جبر، طه محمد مبروك.(٢٠١٧). المشاركة السياسية وعلاقتها بفعالية الذات المدركة لدى عينة من المعاقين جسدياً. *مجلة كلية الآداب-جامعة بني سويف*، ٤٢(يناير-مارس)، ٢٦١: ٣١٢.

الجمال، رانيا عبد المعز. (٢٠١١). إدارة رياض الأطفال في عصر العولمة. الإسكندرية: دار الجامعة الجديدة.

الجندي، شروق حسني. (٢٠٢١). برنامج قائم على أساليب مواجهة الضغوط النفسية لرفع الكفاءة المهنية لدى معلمات برنامج اللغة الإنجليزية في مرحلة الطفولة المبكرة. رسالة ماجستير، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة بني سويف.

حاج، أحمد موسى. (٢٠١٧). السعادة النفسية وعلاقتها بفعالية الذات لدى طلاب كلية الزراعة في جامعة البعث. مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية، الناشر: جامعة البعث، ٣٩ (٥٥)، ٤٩ - ٨٤.

حجازي، جولتان حسن حجازي. (٢٠١٣). فعالية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. ٩ (٤)، ٤١٩ - ٤٣٣

حسن، نبيل السيد. (٢٠٠٥). إعداد معلمات الطفولة المبكرة في ضوء الجودة. المؤتمر العربي لمعلمة الروضة (إعدادها - تدریبها - رعايتها) في ضوء التكامل بين العلوم. ١٠-١١ أبريل ٢٠٠٥. كلية رياض الأطفال. جامعة القاهرة.

حسين، طه عبد العظيم و حسين، سلامة عبد العظيم. (٢٠٠٦). استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية. الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

حمادنة، برهان محمود و شرادقة، ماهر تيسير. (٢٠١٤). الفروق في مستوى فعالية الذات لدى عينة أردنية من الطلبة المعوقون سمعياً في جامعة اليرموك. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية. ٢ (٥)، ٣٦٧ - ٣٩٨.

خطاب، دعاء محمد. (٢٠٢١). فعالية برنامج إرشادي انتقائي لتنمية الذكاء الروحي في تحسين فعالية الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم. مجلة كلية التربية بجامعة بور سعيد، ٣٥، ٣٧٧ - ٤٢٣.

الزيات، فتحي. (٢٠٠١). البنية العاملية للكفاءة الذاتية الأكاديمية ومحدداتها. سلسلة علم النفس المعرفي: مداخل ونماذج ونظريات، ٦ (٢) ٤٩١ - ٥٣٠

- السيد، هالة؛ محمدي، إيهاب. (٢٠١٩). أثر التطبيقات التكنولوجية على النمو المعرفي لطفل الروضة. *مجلة كلية التربية النوعية للدراسات التربوية والنوعية، (٩)*، ٣-٣٣.
- شداني، عمر. (٢٠١٩)، استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية ودورها في تجويد الحياة المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية. *رسالة دكتوراه، جامعة سقظيف، الجزائر*.
- الشريف، مرشدي. (٢٠٠٨). مصادر الضغط المهني واستراتيجيات التعامل لدى الجراحين. *رسالة ماجستير، جامعة الجزائر، الجزائر*.
- شليبي، سوسن إبراهيم. (٢٠٠٠). أثر برنامج لتنمية التنظيم الذاتي للتعلم على الأداء والفعالية الذاتية لمنخفضي التحصيل الدراسي. *رسالة دكتوراه، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة*.
- الشياب، شيرين محمود. (٢٠١٧). فعالية برنامج ارشادي في ادارة الضغوط النفسية لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة في الأردن. *رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، أريد، الأردن*.
- صديق، رحاب محمود و سويلم، فاطمة مصطفى و محمد، نعمة شوقى. (٢٠٢٢). فعالية برنامج قائم على التراحم بالذات فى خفض حدة الضغوط المهنية لدى معلمات رياض الأطفال. *مجلة الطفولة والتربية، ٤٩(٢)*، السنة الرابعة عشرة - يناير، ١٧-٨٢.
- الضريبي، عبدالله. (٢٠١٠). أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات. *مجلة جامعة دمشق، ٤(٢٦)*، ٦٦٩-٧١٩.
- طلبة، إبتهاج محمود. (٢٠٠٤). *إدارة دور الحضانة ورياض الأطفال*. الحيزة: دار طيبة للطباعة.
- عبد الله، هشام إبراهيم و العقاد، عصام عبد اللطيف. (٢٠٠٩). الذكاء الوجداني وعلاقته بفعالية الذات لدى عينة من طلاب الجامعة. *مجلة علم النفس والعلوم الإنسانية*. جامعة المنيا. كلية الآداب.

عثمان، عفاف عبداللاه.(٢٠٢٠). فعالية الذات الإبداعية والطموح الأكاديمي متغيرات تنبؤيه بجودة الحياة الأكاديمية لدى طلبة جامعة نجران. *المجلة التربوية، جامعة سوهاج - كلية التربية،* ٧٨، ٥٥٣ - ٦١٥.

عز الدين، سحر.(٢٠٢٠). برنامج تدريبي عبر الويب لتنمية الاتجاهات المهنية ومعتقدات الكفاءة الذاتية والتطور حول مدخل التكامل بين العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات STEM لدى معلمات العلوم بالمرحلة المتوسطة. *مجلة البحث العلمي في التربية،* ٢١ (٧)، ٣٣٥ - ٣٨٥.

عقون، آسيا (٢٠١٢). الضغط النفسي المهني وعلاقته باستجابة القلق لدى معلمي التربية الخاصة. *رسالة ماجستير، جامعة فرحات عباس سطيف، الجزائر.*

علي، فدوى أنور وجدي.(٢٠١٩). فعالية برنامج العلاج المعرفي السلوكي في خفض حدة العجز المكتسب وتحسين فعالية الذات لدى عينة من طلاب الجامعة المعاقين حركياً. *مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس - كلية البنات للآداب والعلوم والتربية،* ٢٠ (١٤)، ٢٨١ - ٣٣٠.

الفاخوري، جومانا.(٢٠١٨). الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي الطلبة المكفوفين في المحافظات الشمالية. *رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل فلسطين.*

فهمي، عاطف عدلي.(٢٠١٢). *معلمة الروضة. (ط٤)، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.* القحطاني، خالد و القحطاني، عبدالله.(٢٠٢١). سمة الصبر وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من معلمي الأطفال ذوي صعوبات التعلم. *مجلة البحث العلمي في التربية،* ٢٢ (٢)، ٧٦ - ١٢٤.

الكيال، مختار أحمد السيد.(٢٠١٨). الشفقة بالذات وعلاقتها بفعالية الذات لدى طلاب الجامعة. *مجلة العلوم التربوية، جامعة جنوب الوادي - كلية التربية بقنا،* ٥١، ٣٧-٧٤ مأمون، ريان و جمعة، نسيبة.(٢٠١٨). الضغوط النفسية لدى معلمي مرحلة الاساس وعلاقتها ببعض المتغيرات (العمر-النوع-الحالة الاجتماعية-المؤهل الأكاديمي -

سنوات الخبرة)، بحث تخرج لنيل درجة البكالوريوس، كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، السودان.

محمد، أسيل صبار. (٢٠١٧). أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة العائدين وأقرانهم غير العائدين من النزوح. مجلة الأستاذ، العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الخامس، ٣٧-٦٠.

محمد، فايز خضر. (٢٠١٦). فعالية برنامج لتنمية السلوك التوكيدي وأثره في زيادة فعالية الذات والكفاءة الاجتماعية والأداء الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة غزة". رسالة دكتوراه. المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم. معهد البحوث والدراسات العربية. مصر.

المزروع، ليلي. (٢٠٠٧). فعالية الذات وعلاقتها بكل من الدافعية للإنجاز والذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. مجلة العلوم النفسية والتربوية، البحرين، ٨(٤)، ٦٩ - ٨٩

المسوس، يعقوب. (٢٠١٦). تقويم الكفاءة المهنية والدافعية الشخصية والثقافة التنظيمية وعلاقتها بتحقيق الإدارة بالجودة الشاملة في مؤسسات التعليم العالي. رسالة دكتوراه، جامعة وهران.

المصري، نفين عبد الرحمن. (٢٠١٠). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فعالية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر. غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر.

الهاشمي، لوكيا. (٢٠٠٦). السلوك التنظيمي. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر. ياسين، حمدي محمد. (٢٠١٥). العوامل المرتبطة لنصرة الذات وفعالية الذات لأطفال ذوي صعوبات التعلم الإنمائية، مجلة البحث العلمي في الآداب، جامعة عين شمس - كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، ١٦(٢)، ١١٩ - ١٤٠.

يخلف، عثمان. (٢٠٠٢). علم النفس الصحية- الأسس النفسية والسلوكية للصحة. قطر: دار الثقافة.



- Akcan, S., & Tatar, S. (2010). An investigation of the nature of feedback given to pre-service English teachers during their practice teaching experience. *Teacher Development*, 14(2), 153-172.
- Alexander ,S. and Fred , L .(1998).Self –Efficacy and Work – Related Performance: AMeta – Analysis ., *Journal of Applied Psychology*, 124(2), 240-261.
- Amaral, D., Dawson, G., & Greschwind, D. (Eds.) (2011). *Autism spectrum disorders*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Arslan, A. (2017). Self-efficacy as predictor of collective self-efficacy among preschool teachers in Turkey. *Educational Research and Reviews*, 12 (8), 513-517.
- Bandura,A.(1986).Self- Efficacy Determinants of Anticipated fear and Calamities ., *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(2), 464-469.
- Bates, A. (2018). Readiness for School, Time and Ethics in Educational Practice. *Studies in Philosophy and Education*, 38(4), 411–426.
- Billings, A.G. and Moos, R.H. (1981) The Role of Coping Resources in Attenuating the Stress of Life Events. *Journal of Behavior Medicine*, 4, 139-157.
- Birkeland, J. & Baste, V. (2020). Observation as a professional tool in Norwegian kindergartens and kindergarten teacher education. *Cogent Education; Abingdon*, 7 (1), 1 – 22.
- Bowen, A, (2016) .sources of stress: perception of south of African TESOL teacher. *universal journal of educational research*, 4(5), 1205-1213.
- Carswell, A.(2018). *Satisfaction and self-efficacy score differences in general and special ducation teachers as measured by the job satisfaction survey and teachers. sense of efficacy scale*, Liberty University, (3 - 18).
- Demirdag, S. (2015). Assessing Teacher Self-Efficacy and Job Satisfaction: Middle School Teachers. *Journal of Educational and Instructional Studies in the World*, 5 (3), 35-43
- Dunn, M.E.; Burbine, T.; Bowers, C.A.(2001); Tantleff-Dunn, S. Moderators of Stress in Parents of Children with Autism. *Community Ment. Health J.*, 37, 39–52.



- Estes, A., Hus, V., & Elder, L. (2011). *Family adaptive functioning in autism*. In D. Amaral, G. Dawson & D. Geschwind (Eds.), *Autism spectrum disorders*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Flick-Takács, N. (2021). Is the secret to effective lifelong learning lurking in the views of prospective kindergarten teachers? Comparing German and Hungarian prospective kindergarten teachers' views on learning. *Journal of Pedagogy; Warsaw*, 12 (2), 31-59.
- Gerhardt, M.W. & Broen, K.G. (2006). Individual Differences in Self-Efficacy Development. *The Effects of Goal Orientation and Affectivity*, 16(1), 43-59.
- Harrington, E. M., Trevino, S. D., Lopez, S., & Giuliani, N. R. (2020). Emotion regulation in early childhood: Implications for socioemotional and academic components of school readiness. *Emotion*, 20(1), 48–53.
- He, J. & Freeman, L. (2010). Are men more Technology- Oriented Than Woman? The role of gender on the development of general computer self – efficacy of college Students. *Journal of information systems education*, 21 (2), 203- 212.
- Holahan, C. J. & Moos, R. H. (1987). Personal and contextual determinants of coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 946-955
- Hung,H; Chou ,J; Wang ,H & YEH,J.(2009). *Gender Differences in Stress and Coping among Elderly Patients on Hemodialysis*. Sex Roles,1,(2),pp 44-56.
- Justice, L. M., Jiang, H., Khan, K. S., & Dynia, J. M. (2017). Kindergarten readiness profiles of rural, Appalachian children from low-income households. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 50, 1–14.
- Kardum, I., & Krapić, N. (2001). Personality traits, stressful life events, and coping styles in early adolescence. *Personality and individual differences*, 30(3), 503-515.
- Lieberman, D. A., Fisk, M. C., & Biely, E. (2009). Digital games for young children ages three to six: From research to esign. *Computers in the Schools*, 26(4), 299-313.
- Littelton, H., Horsly,S., John, S., & Nelson,D. (2007). *Truma coping strategy and psychological distress: A meta-analysis*. *Journal of Trumatic Stress*, 20(6),977-988.



- Mechanic, D. (1978). *Students under stress: A study in the social psychology of adaptation*. Madison: University of Wisconsin Press.
- Moses, A.E. (2016). Stress management and teachers productivity in Cameroon: lessons from momo division. *journal of education and practice*, seven (33), 72-82.
- Nuri, C., Demirok, M. & Direktor, C. (2017). Determination of Self efficacy and Burnout State of Teachers Working in the Special Education Field in Terms of Different Variables. *Journal of Education and Training Studies*, 5 (3), 160-166.
- Pajares, F. (1996). Current directions in self efficacy researches, *advanced in Motivation & Achievement*, (10), 1-49.
- Plotnik, R. (1993). *Introduction to psychology*, brooks /cale publishing company. California, 3rd edition.
- Prat- sal, M. & Reford P. (2010). The interplay between motivation, self-efficacy & approaches to studying. *Journal of educational psychology* 80 (2), 283-305.
- Rosenberg J., Egbert N. (2011): Online impression management: personality traits and concerns for secondary goals as predictor of self presentation tactics on Facebook. *Compute mediated common*, 17, 118 - 124.
- Sezici, E., & Akkaya, D. D. (2020). The effect of preschool children's motor skills on self-care skills. *Early Child Development and Care*, 190(6), 963-970.
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2016). Teacher Stress and Teacher Self-Efficacy as Predictors of Engagement, Emotional Exhaustion, and Motivation to Leave the Teaching Profession. *Creative Education*, 7, 1785-1799.
- Türkoglu, M. E. & Cansoy, R., & Parlar, H. (2017). Examining relationship between teachers' self-efficacy and job satisfaction. *Universal Journal of Educational Research*, 5 (5), 765 - 772.
- Voris, B. C. (2011). *Teacher efficacy, job satisfaction, and alternative certification in early career special education teachers*, (1), University of Kentucky, 159.