

[١٠]

رأس المال النفسى وقوة الأنا كمنبئين لقلق المستقبل
لدى معلمات رياض الأطفال
في ضوء مستجدات جائحة كورونا

د. زينب أبو سريع حسن صبره
مدرس رياض الأطفال
كلية التربية- جامعة حلوان

رأس المال النفسي وقوة الأنا كمنبئين لقلق المستقبل لدى

معلمات رياض الأطفال

في ضوء مستجدات جائحة كورونا

د. زينب أبو سريع حسن صبره*

مستخلص البحث:

يهدف البحث إلى تحديد العلاقة بين درجات معلمات الروضة على مقياس رأس المال النفسي ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل، وتحديد العلاقة بين درجات معلمات الروضة على مقياس قوة الأنا ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل، وتحديد مدى إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل بمعلومية الدرجة على مقياس رأس المال النفسي، ومقياس قوة الأنا لمعلمات رياض الأطفال في ضوء جائحة كورونا، وأعدت الباحثة المقاييس الخاصة برأس المال النفسي وقوة الأنا وقلق المستقبل لمعلمات الروضة، واستخدمت المنهج الوصفي التنبؤي لمناسبته لطبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من (١٢٠) معلمة روضة، وتوصل البحث إلى عدد من النتائج أهمها توجد علاقة ارتباطية سالبة قوية دالة احصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس رأس المال النفسي ككل ودرجاتهن ككل على مقياس قلق المستقبل حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (-٠.٩٨٢)، وتوجد علاقة ارتباطية سالبة قوية دالة احصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس قوة الأنا ككل ودرجاتهن ككل على مقياس قلق المستقبل حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (-٠.٩٨٥)، كما يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الدرجة على مقياس رأس المال النفسي، ومقياس قوة الأنا من خلال معادلة الانحدار التالية:
 قلق المستقبل = ٠.٢٨٨ (رأس المال النفسي) + (-٠.٥٣٢) (قوة الأنا) + ١٤٨.١٠٤

الكلمات المفتاحية: رأس المال النفسي- قوة الأنا- قلق المستقبل- معلمة الروضة-

جائحة كورونا

* مدرس رياض الأطفال - كلية التربية - جامعة حلوان.

Abstract:

The research aimed at determining the relationship between kindergarten teachers' grades on the psychological capital scale, and their grades on the future anxiety scale. The research also aimed at determining the relationship between kindergarten teachers' grades on the ego strength scale and their grades on the future anxiety scale. In addition to determining how far it is possible to predict future anxiety through knowing kindergarten teachers' grades on psychological capital scale, and the ego strength scale in the light of Corona pandemic consequences. The researcher prepared the scales of psychological capital, ego strength, and future anxiety, and used the predictive descriptive approach for its suitability to the nature of the research, and the research sample consisted of (120) kindergarten teachers. The research reached a number of results, the most important of which is that there is a strong inverse correlation statistically significant at the level of 0.01 between kindergarten teachers' grades on the psychological capital scale as a whole, and their grades on the future anxiety scale as a whole, where the value of Pearson correlation coefficient was (-0.982). Additionally, there is a strong inverse correlation statistically significant at the level of 0.01 between kindergarten teachers' grades on the ego strength scale as a whole, and their grades as a whole on the future anxiety scale as well, where the value of the Pearson correlation coefficient was (-.985). Moreover, future anxiety can also be predicted through the grades on the psychological capital scale and the ego strength scale using the following regression equation:

“Future anxiety = -0.288 (Psychological Capital) + (-0.532) (Ego Power) + 148.104”.

Key Words: Psychological capital- Ego strength- Future anxiety- Kindergarten teacher- Corona pandemic.

المقدمة:

يشهد مجتمعنا المعاصر أزمة حقيقية ناتجة عن جائحة كورونا (فيروس كوفيد ١٩، COVID 19) والتي أثرت على كل جوانب الحياة الأسرية والنفسية والاجتماعية والمهنية والاقتصادية والتعليمية، فأصبح العالم كله في حالة طوارئ مما تسبب في ظهور حالة من الخوف والهلع لانتشاره بشكل سريع ومرعب في كل مناطق العالم، وارتبطت أزمة كورونا بإجراءات غير مسبوقة في محاولة للتكيف والتعايش مع هذا الوباء والحد من انتشاره والتقليل من آثاره السلبية على المستوى الصحي، والاجتماعي، والنفسي، والاقتصادي، والتعليمي.

وأثرت جائحة كورونا المستجد على التعليم في كل بلدان العالم، مما أدى إلى اتجاه الكثير من الدول الاغلاق التام للمؤسسات التعليمية بصفة عامة، واللجوء إلى التعليم عن بُعد للحد من الاضطراب الذي يتعرض له الطلاب والمعلمين وضماناً لاستمرار تقديم الخدمات التعليمية للطلاب واستمرار الدراسة بموجب المناهج الدراسية، فمُنذ ظهور الجائحة في أواخر ديسمبر من عام (٢٠١٩) والمجتمع بشكل عام والمؤسسات التعليمية بشكل خاص يعانون من الهلع والرعب الشديد خوفاً على أنفسهم وأسرههم أن يكونوا ضحايا هذه الجائحة.

وكان لجائحة كورونا كبير الأثر على المعلمين عامةً حيث اتفق كل من (آيات إبراهيم، ٢٠٢٠)، و(حسن الدش، ٢٠٢٠)، و(بخيتان القحطاني، ٢٠٢٠)، و(حنان الحميدى ٢٠٢١)، و(رائد أبو حماد، ٢٠٢١)، و(فواز المطيري، ٢٠٢١) إلى هناك العديد من التحديات التي واجهها المعلمون في ظل جائحة كورونا مما تسبب في القلق والتوتر لديهم ومنها أن التعليم عن بُعد يشكل عائقاً أمام المعلمين في التواصل وصعوبة تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية، وعدم تهيؤ أولياء الأمور للدراسة عن بُعد، وعدم تكافؤ الفرص في الوصول إلى بوابات التعلم الرقمية، وقلة خبرة المعلمين في مجال استخدام التعليم عن بُعد، وضعف القدرة على السيطرة على العملية التعليمية، وعدم تعامل الطلاب بجدية مع الحصص التي تؤخذ عن بُعد، وذلك لحدائثة التجربة فلم يتم الاستعداد الكامل لها، وهذا يتفق مع نتيجة دراسة (ولاء محمد، ٢٠٢١) التي أوضحت واقع التعليم الهجين بمرحلة رياض الأطفال في ظل

كورونا، حيث أكدت على شكوى بعض المعلمات وأولياء الأمور من صعوبة التعامل مع التعلم الهجين، وعدم امتلاكهم الوقت الكافي للتدريب المتقن عليه، وضعف البنية الالكترونية للمدارس، وصعوبة استمراره في ظل كورونا لأن مرحلة رياض الأطفال تعتمد على التعلم المباشر وذلك لطبيعة خصائص الأطفال في هذه المرحلة العمرية. وتعد معلمة الروضة ركيزة أساسية من ركائز تحقيق أهداف التعليم كونها تقوم بأدوار عديدة ومتداخلة وتؤدي مهام كثيرة ومتنوعة تتطلب مهارات فنية مختلفة (هدى الناشف، ٢٠١٠، ١٧٣)، بجانب أنها تمثل العامل الأكثر فعالية في التأثير على الأطفال حيث يُلقى عليها مسئولية تربية أطفال الفئة العمرية ٤-٦ سنوات، وتلعب دوراً أساسياً وفعالاً في بناء شخصية الطفل بما تتمتع به من قيم وأخلاق حميدة وبما تتحلى به من معارف ومعلومات وبما تتقنه من مهارات، مما يجعل منها أمماً مثالية ومربية قديرة ومعلمة جديرة بالاحترام. (إيناس خليفة، ٢٠١٣، ٢٤)

وتتعرض معلمات رياض الأطفال لعدد هائل من التفاعلات مع الأطفال وأولياء الأمور والزملاء والرؤساء مما يتطلب منها أن تبذل مجهود مضاعف انفعالياً مقارنة بالصفوف الدراسية الأخرى ومن ناحية أخرى تواجه معلمة رياض الأطفال العديد من الضغوط المهنية التي تؤثر على مستوى أدائها، وذلك بسبب كثرة المهام الوظيفية التي تؤديها، فهي بجانب مسئوليتها عن تعليم الطفل القراءة والكتابة تعمل على تنمية القيم والمفاهيم الإنسانية السائدة في المجتمع لديه، وإكسابه العادات السلوكية الإيجابية، وهذا يتفق مع دراسة (ماجدة بخيت، ٢٠١٠) والتي أكدت أن معلمات الروضة يشعرن بالاحتراق النفسي لكثرة الأعباء والمسئوليات الكبيرة الملقاة على عاتقهن.

وتواجه معلمة الروضة صعوبات في ظل جائحة كورونا تتمثل في عدم ثبات التعليم عن بعد أو المباشر، وتتعرض لضغوطات نفسية من العمل أثناء الجائحة فهناك صعوبات الحفاظ على التعليمات الوقائية أثناء العمل كلمس الأطفال وعدم التباعد وعدم لبس الكمامة، ومنع الأهل من دخول الروضة وعدم إشراكهم بالبرامج المتاحة، أيضاً لديها مخاوف من العدوى بمرض الكورونا من الروضة، ولديها قلق من الطلبات المتزايدة الخاصة بعملها، كما أن عليها الاجابة عن أسئلة الأطفال وإزالة مخاوفهم وفهم ما يزعجهم والدعوة إلى الهدوء، وقد تشعر بالخوف

والقلق بشأن المستقبل وكيفية الحفاظ على سلامة عائلتها وتوفير الغذاء والمأوى والملابس والسلامة والرعاية الصحية والدعم المالي.

ولا شك أن تداعيات أزمة كورونا والإجراءات الاحترازية التي تُتخذ للحد من انتشارها قد صاحبها العديد من الضغوط والقلق والتوتر بشأن المستقبل، وفي هذا الصدد أكدت العديد من الدراسات كدراسة (Haktani,A.et al,2020)، (Ornell,F.et al,2020)، (Huang, Y.&Zhao,N.,2020)، (Mamun,M.&)، (Griffiths,M.,2020)، (Menzies, R., Neimeyer, R., 2020)، (Kavakle,K.,M., et al,2020)، (Velavan,T.,&Meyer,C.M.,2020)، (El-Zoghby,S.et al., 2020)، (Rajkumar, R,2020)، و (Zhai, Y., & Du, X.,2020) أن من أكثر المشكلات النفسية المصاحبة لجائحة كورونا القلق والخوف والتوتر والاكتئاب والانتحار، كما أنها تؤثر على الصحة النفسية عامة.

ويعد قلق المستقبل أحد أهم المتغيرات النفسية التي لاقت اهتماماً واسعاً في الآونة الأخيرة، وترى زينب شقير (٢٠٠٥) أنه احد أنواع القلق الذي يعكس الخوف من المجهول الذي ينشأ عن خبرات ماضية وحاضرة أيضاً، وتولد لدي الفرد شعور بعدم الاستقرار وتسبب هذه الحالة التشاؤم واليأس الذي يؤدي إلى الاضطرابات النفسية، وقد نال قلق المستقبل العديد من النظريات المفسرة مما يدعم هذا المتغير كالنظرية الفسيولوجية والتحليل النفسي والنظرية الإنسانية والسلوكية والمعرفية -Timoszyk- (Tomczak, C., & Zaleski, Z.,2006)، (علاء كفاي، ١٩٩٦، ٣٦)، (Wiebe,D.,J.,1991,98) و (Schütz, A.,1998,73)، (Zaleski,Z.,1996,166)

ومع ازدياد خطر فيروس Covid-19 بشكل كبير اهتم علماء النفس بالبحث على امتلاك أنا قوية، ورأس مالي نفسي قوى للتعامل مع الأزمات، فامتلاك معلمة الروضة لرصيد كبير من رأس المال النفسي يسهم في زيادة جهودها التدريسية ومشاركتها بفعالية في الروضة والاقبال على العمل بتفاؤل ودافعية، فيعتبر بمثابة محفز داخلي للمعلمة يجعلها تبذل أكثر مما يتوقع منها، بينما يولد انخفاض رأس المال النفسي الإحباط والتشاؤم والاجهاد وقلة الرغبة في العمل (وليد أبو المعاطي، منار منصور، ٢٠١٨، ٤١٣).

وقد ظهر مفهوم رأس المال النفسي في أواخر التسعينات من القرن العشرين على يد (Martin Seligman, 2002) حيث أكد على ان هذا المفهوم يركز على الصفات الإيجابية للفرد، ويشمل النجاح والانجاز والتفوق والارتقاء، ويمكن قياس رأس المال النفسي من خلال نموذج رأس المال النفسي HERO من خلال أربعة أبعاد وهي الكفاءة الذاتية Self Efficacy، والتفاؤل Optimism، والأمل Hope، والمرونة Resilience.

وأشار (Luthans, V., et al. (2006) إلى أن رأس المال النفسي هو أحد أهم الموارد الشخصية الإيجابية التي تساعد الفرد على تحقيق أهدافه ونجاحه في مختلف جوانب حياته، وتوضح أهمية رأس المال النفسي من خلال ما أشارت إليه نتائج دراسة (Bradley, K., 2014) حيث أوضحت أن رأس المال النفسي يرفع من مستوى النمو المهني للفرد؛ فهو يُساعد الفرد على تفادي الصعوبات، والمعوقات والصدمات التي يتعرض لها خلال حياته؛، وكذلك ذكر (Baron, R.A. et al, 2016) أن رأس المال النفسي يُمثل موارد الفرد الإيجابية التي تساعده على تحقيق النجاح في جميع جوانب حياته المختلفة.

وعلى الجانب الآخر تعد قوة الأنا محور الحياة النفسية ومكمن قوتها التي تقاس بالقدرة على تحمل الاحباط والنجاح في تجاوز الصعاب والمضى قدماً بالامكانيات والقدرات سعياً لتوكيد وتحقيق الذات، وأشارت ميرفت مقبل (٢٠١٠)، (١٩) إلى أن فرويد هو أول من تناول مفهوم الأنا ضمن الجهاز النفسي للشخصية حيث اعتبر أن الأنا مركز الشعور والادراك الحسى الداخلى والخارجى والعمليات العقلية والمشرف على الحركة والإدارة، والمسئول عن الدفاع عن الشخصية وتوافقها وحل الصراع بين مطالب الهو والأنا الأعلى وبين الواقع، ويعد اريكسون من أشهر علماء النفس الذين تناولوا هوية الأنا من خلال نظريته في النمو النفسى الاجتماعى باعتباره أحد المظاهر النمائية الهامة للشخصية لما لذلك من أثر في سلوك الفرد وتفاعله مع العالم المحيط به وذلك في كتابه (الطفولة والمجتمع).

ويذكر (Barnes, B. & Shrinivas, R., 1993) أن الفرد الذى يتمتع بقوة الأنا لديه قدرة على تخطى الصعوبات والتحديات ويكون أقل عرضة للعصابية، أما في حالة ضعف الأنا فإن الفرد يكون عرضة للتدهور والانهيار والضياع وبالتالي

فإن الأنا الضعيفة تفشل بالقيام بمهامها وتعرض صاحبها للوقوع بالاضطرابات النفسية وسوء التكيف، واتفق كل من (علاء كفاي، ١٩٨٢)، (Subhashro, A., 2017) على أن قوة الأنا Ego Stength دليلاً قوياً على توافق الفرد ومؤشراً للنضج الانفعالي إذ انها تساعد الفرد على التحكم في دوافعه وتحقيق مستوى عال من الاتزان الانفعالي والتعامل بشكل ايجابي وواقعي مع المشكلات.

وتأسيساً على ماسبق سعى البحث الحالي إلى القاء الضوء على رأس المال النفسي وقوة الأنا كمنبئين لقلق المستقبل لدى معلمات رياض الأطفال في ضوء مستجدات جائحة كورونا.

مشكلة البحث:

انطلاقاً من دور معلمة الروضة في العملية التعليمية من خلال ما تنقله من مهارات ومعارف وخبرات وما تغرسه من قيم واتجاهات كان من الضروري الاهتمام بها باعتبارها المورد البشري للنظام التعليمي، وحيث انه لم يعد رأس المال التقليدي هو العامل الوحيد الاساسي لتحقيق ميزة تنافسية مستدامة، بل أصبح المورد البشري هو المورد الفعال لتحقيق المعادلة التنافسية على المدى الطويل. وحيث أن مهنة التعليم في مجتمعنا الحالي في ضوء جائحة كورونا يواجه العديد من التحديات والتي تتعكس بشكل سلبي على اندماج المعلمين في العمل وفاعليتهم بشكل كبير كان لا بد ان يكون لديهم رأس مال نفسي مرتفع، وقوة أنا عالية.

وظهر مصطلح رأس المال النفسي في الآونة الأخيرة ومدى ارتباطه ببيئة العمل وأثره الايجابي على أداء العاملين، ولقد تناولت العديد من الدراسات هذا المفهوم لما له من أهميه وتأثير على حياة العاملين في جميع المجالات فأكدت بعض الدراسات على أهمية دراسة رأس المال النفسي لدى المعلمين عامة كدراسة (وليد أبو المعاطي، ومنار منصور، ٢٠١٨) والتي درست العلاقة بين رأس المال النفسي والالتزام المهني لدى معلمى التعليم العام، ودراسة (اميرة محمد، ٢٠١٨) واهتمت بدراسة رأس المال النفسي وعلاقته بكل من استراتيجيات الجهد الانفعالي والرضا عن العمل لدى معلمى المرحلة الابتدائية، ودراسة (منال الحملاوى، ٢٠١٩)

وكان هدفها تحديد أساليب مواجهة الضغوط كمتغير وسيط بين رأس المال النفسي والرفاهية النفسية للمعلمين، ودراسة (هبة اسماعيل، ٢٠١٩) والتي هدفت إلى دراسة العلاقة بين رأس المال النفسي وأساليب مواجهة الضغوط لدى معلمى التربية الخاصة، ودراسة (سيد حسن، ٢٠٢٠) وعنوانها العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية ورأس المال النفسي وأساليب قيادة حجرة الدراسة لدى معلمى المرحلة الثانوية العامة، ودراسة (امانى على، ٢٠٢١) وعنوانها رأس المال النفسي كمتغير وسيط في العلاقة بين الضغوط المهنية والاندماج الوظيفي لدى معلمى التربية الخاصة، ودراسة (فكرى متولى، ٢٠٢١) التي اهتمت بدراسة رأس المال النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى معلمى التربية الخاصة، ودراسة (دينا إسماعيل، ٢٠٢١) والتي كان عنوانها النموذج البنائي للعلاقة بين القيادة الاصلية المدركة ورأس المال النفسي والاندماج في العمل وسلوك المواطنة التنظيمية لدى معلمى مرحلة التعليم الاساسى، وعلى الجانب الآخر اهتمت بعض الدراسات برأس المال النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، ودراسة (أسماء عبد البارى، ٢٠٢١) والتي اهتمت بدراسة العلاقة بين رأس المال النفسي وبعض المتغيرات النفسية لدى الطالبات المعلمات برياض الأطفال، ودراسة (علا محمد، ٢٠٢١) والتي أكدت على العلاقة بين الرضا الوظيفي والاحترق النفسي ورأس المال النفسي لدى معلمات الروضة في ضوء بعض المتغيرات، ودراسة (ايناس جوهر، ٢٠٢١) والتي هدفت إلى دراسة رأس المال النفسي وعلاقته بالتمكين النفسي والاحترق النفسي لدى معلمات الروضة، ولما كان رأس المال النفسي بهذا القدر الكبير من الأهمية في تحقيق الاهداف والنجاح في الحياة للفرد لزم دراستها.

وتعد قوة الأنا الركيزة الأساسية في الصحة النفسية فهي خاصية مهمة من خصائص الشخصية تشير إلى توافق الفرد مع ذاته ومع مجتمعه وتعكس قدرته على مواجهة مشكلات الحياة والشعور الايجابي بالكفاية والرضا، وتعكس قوة الأنا قوة الارادة والقدرة على السيطرة على الواقع والتعامل مع معطياته بشكل إيجابي ومواجهة التحديات الصعبة وهى دليل على توافق الفرد لنضجه الانفعالي (علاء كفافى، ١٩٨٢، ١٧)، ولكي يعيش الانسان حياة أفضل ينبغي عليه أن يكون متمتعاً بقوة

الأنا وأن يرى نفسه بصورة إيجابية حيث أن من الصفات الشخصية القوية التمتع بقوة الأنا وذلك حتى يكون لديه القدرة على التفاؤل والنشاط والانتاج والثقة بالنفس.

وتناولت العديد من الدراسات مفهوم قوة الأنا لما له من أهمية، كدراسة (Sinha, V., & Prabhat, R.,1993) التي كشفت العلاقة بين قوة الأنا والرضا الوظيفي لدى المعلمين، ودراسة (مرفت مقبل، ٢٠١٠) التي درست العلاقة بين التوافق النفسي وقوة الأنا لدى مرضى السكري، ودراستي (أمثال الحويطة، وملك الرشيد، ٢٠١٠)، و(عايدة صالح، ٢٠١٣) التي توصلنا إلى وجود ارتباط دال بين قوة الأنا والذكاء الوجداني، ودراسة (فاطمة أبو شامة، ٢٠١٢) التي كشفت العلاقة بين قوة الأنا وأساليب مواجهة الضغوط لدى المرأة العاملة وغير العاملة، ودراسة (احمد الزعبي، ٢٠١٥) حيث درست العلاقة بين قوة الأنا والامن النفسي لدى طلاب الجامعة، ودراسة (فاتن الكاكي، ٢٠١٦) وهدفت إلى دراسة العلاقة بين قوة الأنا واستراتيجية مواجهة الضغوط لدى لاعبي الألعاب الفردية والفرقية، ودراسة (ناصر العزمي، ٢٠١٩) التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين التفاؤل وقوة الأنا، ودراسة (منال الناشري، وهالة رجب، ٢٠١٩) وعنوانها قوة الأنا وعلاقتها باتخاذ القرار لدى طالبات المرحلة الثانوية في محافظة القنفذة، ودراسة (حازم الطنطاوي، ٢٠٢١) التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين قلق الموت وقوة الأنا في ضوء جائحة كورونا، ولما كانت قوة الأنا بهذا القدر الكبير من الأهمية في تحقيق التوافق والاستقرار النفسي للفرد لزم دراستها.

وقد كان الانتشار السريع لفيروس كورونا على مستوى العالم، وقرار الحجر الصحي ومنع التجوال السبب في احداث تغييراً مفاجئاً لم يعتده الناس، فمثل هذه الأجواء الضاغطة تخلق توتراً نفسياً لدى معظم الناس، كذلك الاخبار التي تنتقلها وسائل الاعلام عن كورونا تسببت في ظهور مشاعر قلق لدى العديد من الناس، فأدى ظهور فيروس كورونا إلى تغيير مفاجئ وغير مسبوق أثر على الطريقة التي يعيش بها الأفراد في جميع انحاء العالم مما ادى إلى القلق والاحترق وعدم اليقين بشأن المستقبل (Fiebig, J.H., et al, 2020)، ويعد التفكير في المستقبل عاملاً مهما في استثارة القلق خاصة مع سعي الانسان الدائم إلى تلبية متطلباته أمام ضغوط الحياة اليومية والتغيرات السريعة والمتلاحقة في المجتمع، ويعتبر المستقبل

مصدراً مهماً من مصادر القلق باعتباره مساحة لتحقيق الرغبات والطموحات وتحقيق الذات

وقد نتج عن تلك الأجواء الضاغطة العديد من الدراسات التي اهتمت بقلق المستقبل منها دراسة (ليال الرفاعي، ٢٠٢٠) التي درست العلاقة بين قلق المستقبل والفاعلية الذاتية لدى الطلاب بجامعة حائل، ودراسة (مى البغدادي، وايمان العشماوي، ٢٠٢٠) التي توصلت الى وجود علاقة بين الشفقة بالذات وقلق المستقبل الناتج عن جائحة كورونا في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من المجتمع المصري، ودراسة (بهية ندا، ٢٠٢١) التي هدفت إلى دراسة قلق المستقبل وعلاقته بجودة الحياة والامن النفسي لدى عينة من طلاب الثانوية العامة بظل جائحة كورونا، ودراسة (مرفت خضير، ٢٠٢١) التي اهتمت بدراسة المواقف الحياتية في ظل جائحة كورونا وعلاقتها بقلق المستقبل والطمأنينة النفسية لدى عمال اليومية "عمال الرصيف"، ودراسة (فهيمة السعيدية، وسعيد الظفري، ٢٠٢١) التي توصلت الى نموذج مقترح لدور قلق المستقبل بعد كوفيد ١٩ كمتغير وسيط في العلاقة بين التشاؤم والتفاؤل وأساليب التكيف النفسي لدى الطلبة الجامعيين، ودراسة (خديجة محمد، ٢٠٢٢) التي توصلت إلى فاعلية برنامج مهارات الدعم النفسي الاجتماعي الأولى خلال الازمات وخفض مستوى قلق المستقبل في ظل جائحة كورونا لدى أمهات أطفال الروضة.

وتأسيساً على ما سبق وفي ظل الظروف الراهنة التي يشهدها العالم بأكمله، ومؤسسات التعليم وخاصة الروضة - حالياً- بسبب انتشار فيروس كورونا المستجد وظهور العديد من التحديات التي تواجه معلمات الروضة جعل من الضروري الاهتمام بالجانب النفسي والانفعالي لمعلمة الروضة عن طريق دراسة بعض المتغيرات ك رأس المال النفسي وقوة الأنا وقلق المستقبل.

ومن خلال العرض السابق تبين- في حدود علم الباحثة - عدم وجود دراسات تناولت العلاقة بين المتغيرات التالية في البيئة المصرية (رأس المال النفسي - قوة الأنا - قلق المستقبل) لدى معلمات الروضة، ومن هنا تكمن مشكلة الدراسة في إمكانية تنبؤ كلاً من رأس المال النفسي وقوة الأنا بقلق المستقبل لدى معلمات الروضة في ضوء جائحة كورونا، وهنا ظهرت التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس رأس المال النفسي ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل؟
- هل توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس قوة الأنا ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل؟
- هل يمكن التنبؤ بقلق المستقبل بمعلومية الدرجة على مقياس رأس المال النفسي، ومقياس قوة الأنا لمعلمات رياض الأطفال في ضوء مستجدات جائحة كورونا؟

أهداف البحث:

- تحديد العلاقة بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس رأس المال النفسي ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل.
- تحديد العلاقة بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس قوة الأنا ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل.
- تحديد مدى إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل بمعلومية الدرجة على مقياس رأس المال النفسي، ومقياس قوة الأنا لمعلمات رياض الأطفال في ضوء مستجدات جائحة كورونا.

أهمية البحث:

الأهمية النظرية:

- اثراء الأدب النظري بالإطار النظري لموضوعات حيوية معاصرة وهي رأس المال النفسي وقوة الأنا وقلق المستقبل.
- إلقاء الضوء على فئة مهمة وهم معلمات الروضة التي يقع على عاتقهن بناء واستثمار عقول أطفالنا الصغار.
- يعد البحث إضافة جديدة فبمراجعة أدبيات البحث لا توجد - في حدود علم الباحثة- دراسات تناولت رأس المال النفسي وقوة الأنا كمنبئين لقلق المستقبل لدى معلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا.
- اعداد مقاييس هامة في مجال الصحة النفسية والتي قد يُستفاد منها في اعداد وتصميم اختبارات أخرى وهي مقياس رأس المال النفسي ومقياس قوة الأنا ومقياس قلق المستقبل لدى معلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا.

الأهمية التطبيقية:

- قد يفيد في وضع البرامج الإرشادية في مجال الإرشاد النفسي لمعلمات الروضة.
- قد يقدم توصيات في مجال الصحة النفسية عامة.
- قد يفيد في التوجيه والإرشاد النفسي والاعداد النفسي لمعلمات الروضة والقائمين على تعليم الطفل.

محددات البحث:

- **الحدود الموضوعية:** تمثلت الحدود الموضوعية في (رأس المال النفسي - قوة الأنا - قلق المستقبل)
- **الحدود البشرية:** العينة الأساسية وتشمل (١٢٠) معلمة روضة، والعينة الاستطلاعية للتقنين وتشمل (١٠٠) معلمة روضة.
- **الحدود الزمانية:** تم التطبيق خلال الفصل الدراسي الأول بالعام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠٢١
- **الحدود المكانية:** تم التطبيق بروضات مدارس بإدارات حلوان والمعادي والبساتين.

مصطلحات البحث:

- **رأس المال النفسي Psychological Capital:** يرى Luthans, F. & Youssef, C. M. (2007,550) أن رأس المال النفسي هو حالة الفرد النفسية الايجابية والقابلة للتطوير والتعديل، والتي تتمثل في التفاؤل والأمل والكفاءة الذاتية والمرونة التي تساعد الفرد على تنظيم مشاعره، وإدارة الأفكار والتصرف بطريقة ايجابية على الرغم من الظروف المعاكسة. (Gupta, D.& Shukla,) (P.,2018,281)
- وتعرفها الباحثة اجرائياً بأنه هي مجموعة القدرات النفسية الإيجابية التي تسهم في الحد من الاضطرابات النفسية وتشمل هذه القدرات الكفاءة الذاتية والمرونة والأمل والتفاؤل ويتم قياسها بمقياس رأس المال النفسي لمعلمة الروضة.

- **قوة الأنا Ego Strenght:** وهى كفاية الأنا بالنسبة لما تؤديه من وظائف في الشخصية متضمناً كفاية الوظائف الجسمية والخلقية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وكفاية الاستجابة للمثيرات الداخلية الصادرة عن الهى والأنا الأعلى وكفاية الوظائف المتعلقة بتقدير الذات. (حمدان فضة، ٢٠٠٠، ١٦١)
- وتعرفها الباحثة اجرائياً بأنها قوة الشخص فى التوافق مع نفسه ومع البيئة المحيطة وتشمل البعد الجسمى والنفسى والعقلى والاجتماعى والخلقى، ويقاس بمقياس قوة الأنا لدى معلمة الروضة.
- **قلق المستقبل Future Anxiety:** هو أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد والتي تمثل الخوف من مجهول ينشأ عنه حالة من التشاؤم واليأس والخوف من مواجهة الحياة المستقبلية بشكل ايجابى وسوى، مما يدفعه للعجز وتدمير الذات. (زينب شقير، ٢٠٠٥، ٤-٥)
- وتعرفه الباحثة اجرائياً بأنه حالة من الشعور الانفعالى يتصف بالخوف وعدم الارتياح نحو المستقبل ويقاس بمقياس قلق المستقبل لدى معلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا.
- **معلمة الروضة Kindergarten Teacher:** هي التي تقوم بتربية الطفل في مرحلة الروضة وتسعى إلى تحقيق الأهداف التربوية التي يتطلبها المنهاج مراعية الخصائص العمرية لتلك المرحلة، وهى التي تقوم بإدارة النشاط وتنظيمه في غرفة النشاط وخارجها، إضافة إلى تمتعها بمجموعة من الخصائص الشخصية والتربوية التي تميزها عن غيرها من معلمات المراحل العمرية الأخرى. (انشراف المشرفى، ٢٠١٦، ١٢٨)
- وتعرفها الباحثة اجرائياً بأنها المعلمة التي تسهم في رعاية طفل الروضة رعاية شاملة متكاملة وتسهم في بناء شخصية الطفل، وعاصرت جائحة كورونا وتداعيتها.
- **جائحة كورونا COVID19 Pandemic:** هي جائحة عالمية مستمرة سببها فيروس كورونا ٢ المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة (سارس-كوف-٢) وقد كان ولا يزال له أثر كبير على صحة الانسان على الصعيد العالمى، حيث انه

يصيب عدداً كبيراً من الأشخاص، وتعد فيروسات كورونا حيوانية المصدر، ويعني ذلك أنها تنتقل بين الحيوانات والبشر، وتشمل الأعراض الشائعة للعدوى أعراضاً تنفسية والحمى والسعال وضيق النفس وصعوبات في التنفس، وفي الحالات الأكثر وخامة قد تسبب العدوى الالتهاب الرئوي، ومتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم، والفشل الكلوي، وحتى الوفاة، وتشمل التوصيات الموحدة للوقاية من انتشار العدوى: غسل اليدين بانتظام، وتغطية الفم والأنف عند السعال والعطس، وطهي اللحوم والبيض جيداً، بالإضافة إلى تجنب مخالطة أي شخص تبدو عليه أعراض الإصابة بمرض تنفسي، مثل السعال والعطس.

- وقد تفشى المرض للمرة الأولى في مدينة ووهان الصينية في أوائل شهر ديسمبر عام ٢٠١٩، وأعلنت منظمة الصحة العالمية رسمياً أن تفشى الفيروس يشكل حالة طوارئ صحية عامة تبعث على القلق الدولي وأكدت تحول الفاشية إلى جائحة يوم ١١ مارس من نفس العام. (منظمة الصحة العالمية، ٢٠٢١)

فروض البحث:

- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس رأس المال النفسي ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل.
- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس قوة الأنا ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل.
- يمكن التنبؤ بقلق المستقبل بمعلومية الدرجة على مقياس رأس المال النفسي، ومقياس قوة الأنا لمعلمات رياض الأطفال في ضوء جائحة كورونا.

الأساليب الإحصائية

تم استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS18)، في إجراء التحليلات الإحصائية؛ حيث استخدمت الباحثة طرقاً إحصائية وصفية وتحليلية، وتمثلت الطرق الإحصائية الوصفية في المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومعامل ثبات (ألفا كرونباخ)، وتمثلت الطرق الإحصائية التحليلية في معامل ارتباط "بيرسون"، وتحليل الانحدار.

الإطار النظري:

رأس المال النفسي:

بالرغم من أن مصطلح رأس المال النفسي تم ذكره باختصار في بعض الدراسات سواء الاقتصادية او الاجتماعية، فإن البداية الفعلية لاستخدامه بدأت مع بداية القرن الواحد والعشرين عندما دعا (Seligman,2002) إلى التحول من المدخل التقليدي لدراسة الجوانب النفسية لدى العاملين الذي يركز على تحليل جوانب الضعف وسلوكيات الخلل الوظيفي إلى التركيز على الجوانب الإيجابية وبناء نواحي القوة لدى العاملين أو على الأقل الاهتمام بكلا الجانبين السلبي والإيجابي بقدر متساوٍ، وقد دعم عدد من الباحثين هذا الاتجاه (Wright,T,A.,2003,56)، وتوسع ليثانس F. & Youssef, C. M. Luthans (2007) في دراسة السلوك التنظيمي الإيجابي، وقدم مفهوم رأس المال النفسي كأحد المفاهيم الرئيسية في مجال علم النفس الإيجابي، فأوضح أنه يعكس حالات نفسية إيجابية تساهم في تحقيق مستوى مرتفع من الفاعلية.

تعريف رأس المال النفسي:

يرى Luthans, F. & Youssef, C. M. (2007,550) أن رأس المال النفسي هو حالة الفرد النفسية الإيجابية والقابلة للتطوير والتعديل، والتي تتمثل في التفاؤل والأمل والكفاءة الذاتية والمرونة التي تساعد الفرد على تنظيم مشاعره، وإدارة الأفكار والتصرف بطريقة إيجابية على الرغم من الظروف المعاكسة (Gupta, D.& Shukla, P.,2018,281)، (Kenneth,C. et al ,2009,474)، وهو الموارد النفسية التي يمكن بنائها عندما تسير الأمور على مايرام ومن ثم اعتمادها أو الاستعانة بها عندما تسير الأمور بشكل سيء وتشمل هذه الموارد المرونة والدافع والأمل والتفاؤل والمعتقد الذاتي والثقة وقيمة الذات والمقدرة وكل منها يعد عنصر أساسى من عناصر السعادة في سياق العمل (Jones, J.P., 2010, 8)، وهو مجموعة متعددة الأبعاد محددة بهذه الموارد النفسية الإيجابية الأربعة (الفاعلية، الأمل، الصمود، التفاؤل) والتي تتطابق مع المعايير المحددة لتضمين السلوك التنظيمي الإيجابي (Luthans, F. & Youssef, C.,M.,2010,430)، ويرى

Baron,R. et al (2013,743) أنه الموارد الشخصية الإيجابية التي تساعد الأفراد على تحقيق النجاح في نواحي الحياة المختلفة، وهو حالة إيجابية للتطور الشخصي مع ميزات الاعتماد على الذات أثناء التعامل مع التحديات (الكفاءة الذاتية)، والتوقعات الإيجابية للنجاح في المستقبل (التفاؤل)، والمليئة بالحيوية والعزيمة (الأمل)، والانجاز رغم العقوبات (الصمود) (Cavus, M. F. & Gokcen,) (A.,2015,243).

ويعرفه Bergheim,K.,et al (2015,28) بأنه مقدرة الفرد على استثمار إمكاناته الاجتماعية والاقتصادية والبشرية بما يضمن تحقيق النجاح والكفاءة للمؤسسة التي ينتمى إليها، وهو حالة انفعالية معرفية سلوكية إيجابية مستقرة نسبياً تعبر عن الكفاءة الذاتية والأمل والتفاؤل والمرونة خلال مواقف الحياة المختلفة (رمضان حسين، ٢٠١٩، ٣٠)، وعرفته هبه إسماعيل (٢٠١٩، ٥١) بأنه قدرة الفرد على الاحتفاظ بالحالة الإيجابية التي تساعده على تحقيق أهدافه والتأقلم مع مصاعب الحياة المهنية ويتبلور من خلال أربع مكونات هي: الكفاءة الذاتية، الأمل، المرونة، التفاؤل.

وتعرفه الباحثة اجرائيا بأنه هي مجموعة القدرات النفسية الإيجابية التي تسهم في الحد من الاضطرابات النفسية وتشمل هذه القدرات الكفاءة الذاتية والمرونة والأمل والتفاؤل ويتم قياسها بمقياس رأس المال النفسى لمعلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا.

وينفق كلا من (Luthans,F. et al., 2007b,544)، و (Ave,J.,2014,

142) في أن خصائص رأس المال النفسى هي كالتالى:

- انه مكون نفسى ايجابى.
- له خلفية نظرية مستمدة بشكل أساسى من علم النفس الايجابى وعلم السوك التنظيمى.
- قابل للقياس.
- ليس سمة نفسية ثابتة وبالتالي يمكن تطويره وتنميته.
- له تأثير ايجابى على أداء الفرد ورفاهته النفسية ورضاه عن حياته.
- يتسم بتفعيل الرأي الذاتى حيث ينصب الاهتمام حول ما يعتقد الفرد أنه يمتلكه.

أهمية رأس المال النفسي:

يشير. Badran, M. & Morgan, C (2013,355) إلى أن التقديرات الإيجابية لرأس المال النفسي وتوقعات النجاح يمكن أن تساعد في دعم الدافعية والجهد والمثابرة الضرورية لتحقيق الأهداف المتمسة بالتحدي في جميع مجالات الحياة وتمنع التحيز والسلبية التي يمكن أن تظهر مع تزايد التحديات والانتكاسات التي تواجه الموظفين.

كما أن الأمل يساعد على التغلب على التردد والمماثلة واللامبالاة، ومسارات الأمل يمكن أن تعزز الابداع والابتكار والدافعية في إيجاد طرق إنتاجية للتغلب على العقبات، والصمود يساعدهم في التغلب على الانتكاسات التي يواجهونها في أغلب الأحيان وينظرون إليها كفرص للتعلم والنمو، والتفاوض يساعدهم على الاحتفاظ بنظرة إيجابية والاستفادة من انجازاتهم الملحوظة حتى الآن، واستخدام تفسيرات الاحداث التي لا يمكن السيطرة عليها بصورة صحيحة أكثر وأقل تدميراً للذات.

ويؤكد Chaudhary,S. ,et al (2015,693) على أن ذوى رأس المال النفسي المرتفع يؤدون أداء أفضل من ذوى رأس المال النفسي المنخفض، ويرتبط رأس المال النفسي بالعديد من نتائج العمل وتشمل الشعور المتزايد بالسعادة والرفاهية النفسية والرضا عن العمل والابداع وسلوكيات المواطنة والالتزام في أداء العمل.

النظريات المفسرة لرأس المال النفسي:

نظرية الحفاظ على الموارد Conservation of Resources:

وترى هذه النظرية أنه من غير المحتمل أن توجد الموارد الشخصية بمعزل عن بعضها البعض.

وتتوقع نظرية COR أنه كلما اكتسب الفرد كم أكبر من الموارد سيؤدي ذلك إلى نتائج شخصية إيجابية، ورأس المال النفسي أحد أهم الموارد الشخصية التي تساعد الفرد على تحقيق الأهداف، وتمكنه على التعامل بشكل أفضل مع العوائق التي يواجهها (Hobfoll,S.E.,2002,308).

نموذج رأس المال النفسي HERO:

قام Luthans, F. et al (2007a,3) بتقديم نموذج نظري لرأس المال النفسي ويتكون من أربعة أبعاد وهي الكفاءة الذاتية Self Efficacy، والتفاؤل Optimism، والأمل Hope، والمرونة Resilience.

أبعاد رأس المال النفسي:

١- الكفاءة الذاتية Self-Efficacy: وتعود أصول مصطلح الفاعلية الذاتية إلى نظرية التعلم الاجتماعي للعالم Bandura والتي تؤكد على أن الفرد يكتسب الخبرة ويتعلم من خلال ملاحظة سلوك الآخرين ضمن سياق العلاقات الاجتماعية والتعاملات (Yim, M. et al, 2017,7)، وتعرف بأنها إيمان الفرد بفاعليته على أداء نشاط محدد والنجاح في إنجاز هذا النشاط، وذلك من خلال تعزيز الدافعية واستخدام الطرق المناسبة لإنجاز هذا النشاط بكفاءة

(Envick, B., R, 2004, 14)، وهي مقدرة الفرد على تحمل المهام الصعبة وبذل قصارى جهده لضمان النجاح. (Gu, B., 2016, 22)

٢- الأمل Hope: يقوم الأمل على مجموعة عوامل معرفية تستند إلى إحساس إيجابي مشتق من حياة مفعمة بالأهداف ومسارات التخطيط لتحقيق هذه الأهداف (Snyder, C, R. et al, 2002, 75)، واتفق كلا من Chen, D., V, G., و Lim & Q. (2012, 3)، Envick (2004, 811) على أن الأمل هو توقعات إيجابية أو حالة إدراكية يستخدمها الفرد لتحفيز نفسه عن طريق قوة التفكير لوضع استراتيجيات تمكنه من تحقيق الأهداف، وهو حالة مصحوبة بتوقع الإنجاز، ويمكن تحديد مستويات الأمل عند الأفراد على النحو التالي:

- **قاعدة التعقل أو التدبير:** ويشار إلى ما يمكن تسميته بواقعية الأهداف، ومن ثم فهي تستخدم لوصف ما إذا كانت تقديرات أو توقعات الفرد للأهداف واقعية وملائمة.
- **القاعدة الخلقية:** وتستخدم لقياس ما إذا كانت أهداف الفرد تتماشى مع السياق الاجتماعي والقواعد والمعايير الأخلاقية والثقافية السائدة.

• **قاعدة الأولوية أو الأسبقية:** وتستخدم لتقدير مدى قدرة الفرد على وضع أولويات لأهدافه بمعنى هل تنتظم لديه الأهداف في اطار محدد متدرج بحسب الأهمية (النسبية) التي يقيّمها لكل هدف.

• **قاعدة الفعل:** وتستخدم في تقدير استعداد الفرد للعمل على إحراز أهدافه بالطرق اللائقة والملائمة (Gue,B.&Zhu,A.,2018,616).

٣- **التفاؤل Optimism:** هو صفة شخصية أو ميل عام لدى الفرد لتوقع النتائج الإيجابية أكثر من الأحداث السلبية، وهو صفة ذاتية تدفع إلى التوجه الإيجابي للأحداث المستقبلية، مع زيادة احتمالية الاحداث الإيجابية أكثر من السلبية. (Peterson & Christopher, 2000, 44) ويضيف Carver, C. S., Scheiver, M. F & (2002, 233) أن الأفراد المتفائلين الذين لديهم هذه المعتقدات الذاتية يتوقعون النجاح عندما يواجهون تحدياً يكونون أسرع في قبول التحديات ويشاركون في مواجهة أكثر تركيزاً ونشاطاً، فالشخص المتفائل هو الذي يمتلك رؤية واضحة عن حياة مثيرة هادفة، ويعمل على تحقيق الأهداف التي من شأنها أن تساعده على الوصول إلى رؤيته المثيرة، ويحظى بتوجه واثق يتسم بالقدرة على فعل أي شيء، ويمارس قدراً كبيراً من السيطرة الشخصية على حياته، كما أنه يتحمل مستويات عالية من المسؤولية الشخصية، ومنبسط يميل إلى إقامة علاقات مع الناس، ويعيش حياة مزدهرة. (ميرسل وآخرون، ٢٠٠٥، ١١)

٤- **المرونة Resilienc:** وهي أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي وهي تعتبر سمة تتضمن سلوكيات وأفكار ومعتقدات يمكن تطويرها لدى الفرد، وهي عملية ديناميكية يدعمها التفكير الإيجابي والقدرة على التكيف، والتعامل مع المستجدات الحياتية والتفاعل الجيد مع الآخرين. (McCann, J. et al, 2009, 45)، ويرى (Strand, J. & Peacock, T. (2013, 4) أن الافراد يظهرون بموجبهما تكيفاً سلوكياً إيجابياً عندما يواجهون محن شديدة أو تهديد أو حتى مصادر توتر لا يستهان بها، ويلخص Galen, J. et al (2016, 6) السمات التي يتصف بها الأفراد ذوي المرونة الإيجابية على النحو التالي:

• لديهم قدرة على إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين.

- مهارات تواصلية ومعرفية جيدة.
- تقدير الفرد لمواهبه وانجازاته وتقديرها بالنسبة للآخرين.
- معرفة الهدف من الحياة.
- الروحية والشعور بالانتماء.
- المساهمة في الحياة الاجتماعية.
- تعزيز الذات.
- أساليب متوافقة ومناسبة مع المواقف.
- الايمان بأن الضغوط تزيدنا قوة.
- القدرة على التكيف مع التغيير.
- قبول المشاعر السلبية والنمو من خلالها.
- رؤية الضغوط على أنها تحديات.
- محاولة استخدام العمليات الوقائية.

قوة الأنا Ego Strength:

أوكل فرويد مهمة قيادة الشخصية السوية وإدارة شئون الفرد للأنا الذي يقوم بعملية التوافق بين المركبات المتضاربة مستعملاً مبدأ الواقع من ناحية، وآليات الدفاع من ناحية أخرى، ويرى أن الأنا هو مركز الشعور والادراك الحسى الخارجى والداخلى والعمليات العقلية وهو المشرف على الحركة الارادية والمتغلغل بالدفاع عن الشخصية. (آمال جودة، ٢٠٠٤، ٢٥٦)

ويقصد بمصطلح الأنا فى مدرسة التحليل النفسى المكون من الشخصية الذى يتعامل مع العالم الخارجى ومطالبه العملية، ويتحدد أكثر فإن الأنا هى التى تمكننا من أن ندرك ونحل المشكلات وأن نختبر الواقع وأن نوفق بين دفاعاتنا الغريزية (الهو) وتلبية أوامر الضمير (الأنا الأعلى). (جابر جابر وعلاء الدين علاء كفاى، ١٩٩٠، ١٠٨٤)، ويوضح Bonnett, H., R. (2016, 111) خصائص نمو الأنا كالتالى:

- نمو الأنا عملية تدريجية وتقدمية.
- يرتبط نمو الأنا بالنمو فى الجوانب المعرفية والأخلاقية والفكرية للأشخاص.

- تتزايد قوة الأنا عند الدخول في مواقف تتطلب الوعي بالترفضيلات الشخصية والذات الداخلية.
- يحدث نمو الأنا كنتيجة للدخول في أدوار اجتماعية تتطلب استجابات جديدة والحاجة إلى اتخاذ القرارات حول الأدوار التي يتخذها الفرد.

تعريف قوة الأنا:

قوة الأنا هي كفاية الأنا بالنسبة لما تؤديه من وظائف في الشخصية متضمناً كفاية الوظائف الجسمية والخلقية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وكفاية الاستجابة للمثيرات الداخلية الصادرة عن الهى والأنا الأعلى وكفاية الوظائف المتعلقة بتقدير الذات (حمدان فضة، ٢٠٠٠، ١٦١)، وهى قدرة الفرد على التعامل مع أحداث الحياة الضاغطة بإيجابية وفاعلية وواقعية ويكل ثقة واستثمار ما لديه من قدرات وإمكانات لتحقيق أهدافه واتخاذ قراراته (Pourhosein, R. et al, 2019, 4-5)، وتعرف أيضاً بأنها قدرة الفرد على ضبط انفعالاته في أثناء مواجهة الازمات والقدرة على التكيف مع الضغوط الداخلية والخارجية بالإضافة إلى إدارة الصراع بشكل جيد (Sudjiwanati, S. 2020, 165)، وأكد. Kelly, W (2020, 31) (أن قوة الأنا تعنى القدرة على التعامل مع مطالب الهى والأنا الأعلى والواقع، وهى عملية خلق اطار مركزى مرجعى ينظر من خلاله الأشخاص إلى أنفسهم وعلاقتهم مع الآخرين. (Sandler, 2018, 352)

الخصائص الشخصية المرتبطة بقوة الأنا:

ويلخص (احمد عبد الخالق، ١٩٩٢)، (محمد عبد العظيم، ٢٠٠٠)، (Subhashrao, A., 2017) ان الشخص ذو قوة الأنا هو شخص ناضج واقعى دمث الخلق، متحرر من الأعراض العصابية، كما أنه يتميز بالهدوء والصبر بالإضافة إلى أنه مثابر ويعتمد عليه ويتميز بقدرته على توظيف مهاراته الإدراكية والمعرفية إلى اقصى درجة ممكنة والتي تمنحه الفرصة للتمييز بين الحقيقة والخيال، أيضاً قادر على إقامة العلاقات الاجتماعية بسهولة مع الآخرين ومواجهة المشكلات التي يتعرض لها بصورة إيجابية، ويتسم أيضاً بقدرته على تحمل الضغوط وينظر إلى المواقف الغامضة على أنها معززات وليست مهددات، وذلك يجعله قادراً على

التعامل مع هذه المواقف بنجاح، وهذا يحقق له التوافق مع ذاته ومجتمعه ويجعله خالياً من الأمراض العصبية ويشعر بالرضا والكفاية.

ويتوقف نجاح وقوة الأنا على ظروف الاقتصاديات النفسية، كما تتوقف على استخدام طرائق ناضجة للسيطرة الإيجابية على النسبة بين قوتها الخاصة وقوة تلك القوى التي يتحتم السيطرة عليها، وثمة عامل حاسم يمكن أن يضعف الأنا هو كمية الطاقة المستنفذة في الدفاعات في نقاط أخرى، كما أن الأنا الناضجة هي التي تعمل وفقاً لمبدأ الواقع وتكون قادرة على أن تعترف بوجود خيرات أليمة، وهي بهذا الاعتراف فيما بعد إما أن تتجنب الخبرات المماثلة وإما أن تستجيب لها على نحو ملائم جاعلة بذلك الألم الذي لا يمكن تجنبه أقل ما يمكن ضرراً بل أكثر ما يمكن نفعاً. (أتوفينجل، ١٩٦٩، ٩٤٣-٩٤٢)

ووضع سيمونندس مجموعة من المعايير للدلالة على قوة الأنا:

- **القدرة على تحمل التهديد الخارجي:** ويقصد بها قدرة الفرد على تحمل الفشل والاحباطات الموجودة في بيئته، بالإضافة إلى قيام الفرد بوظيفته بكفاءة وقاعية في الوقت الذي يواجه فيه تحدياً طبيعياً.
- **مدى الإحساس بمشاعر الذنب:** ويقصد بها أن الفرد الذي يشبع احتياجاته الشخصية دون الإحساس بمشاعر الذنب تكون عنده قوة أنا مرتفعة.
- **مدى تأثير الكبت:** يقصد بها أن الفرد الذي يستطيع أن يتحكم في كبت الدوافع غير الاجتماعية دون أن تسبب له هذه الدوافع غير المستحبة أى نوع من القلق تكون لديه قوة أنا مرتفعة.
- **التوازن بين الصلابة والمرونة:** ويتميز أفراد الفريق الأول بالاستجابة لأى تغيير في البيئة بينما أفراد الفريق الثانى لا يستطيعون الاستفادة من الفرص المتاحة لهم في البيئة، وفى هذه الحالة فإن قوة الأنا تأتى في الدرجة المتوسطة بين الصلابة والمرونة.
- **التخطيط والضبط:** ففوة الأنا احدى العوامل التي تمكن الفرد من عمل الخطط والمحافظة على نفس النمط من الأداء في تنفيذ تلك الخطط.
- **تقدير الذات:** فالفرد الذى يقدر ذاته ويشعر بأنه يستحق الاهتمام تكون عنده قوة أنا أعلى من الشخص الذى يشعر بالنقص وقلة التقدير لذاته. (حمدان فضة، ٢٠٠٠، ١٧٩)

النظريات المفسرة لقوة الأنا:

- **نظرية التحليل النفسي:** يرى سيجموند فرويد (١٩٨٧، ٤٥) أن الأنا القوية هي التي نمت نمواً سليماً وهي التي تستطيع التوفيق بين مطالب الهى والأنا الأعلى دون أن تتأثر أو تصاب باضطراب في بعض وظائفها أو كلها، والأنا كنظام نفسى يهتم بالواقع ويعمل على اشباع الغرائز في سياق المعيارية والقيم المجتمعية.
- **نظرية النمو الاجتماعي لاريكسون:** وأكد اريكسون (Erikson, 1987) على أهمية اكساب الطفل الثقة في ذاته منذ مرحلة الطفولة حتى يثق في الآخرين وحتى تنمو لديه أنا قوية، وأول مظاهر الثقة الاجتماعية لدى الطفل تتضح في اهتمام الأم بالتغذية المناسبة له دون غضب أو قلق وتوفير جو ملائم له للنوم العميق والشعور بالاسترخاء مما ينمى لدى الطفل الشعور بالألفة والثقة ويرسى لديه أساساً قوياً للخير والعطاء للآخرين.
- **نظرية عوامل الشخصية لريموند كاتل:** استخدم كاتل التحليل العاملى في نظريته لتحديد سمات الشخصية وعددهم ١٦ سمة، ويرى أن عامل قوة الأنا يرتبط بقدرة الفرد على التحكم في دوافعه وأن يظل هادئ الطباع وثابت انفعالياً أو يتعامل بواقعية مع مشاكله ويشير إلى زيادة قوة الأنا كلما اكتشف الانسان منافذ أكثر نجاحاً للتعبير عن طاقاته. (محمد عبد الرحمن، ١٩٩٨، ٨٨)
- **نظرية آيزنك:** حدد آيزنك نتيجة لبحوثه ٥ عوامل ذات أهمية في وصف الشخصية هي عامل العصابية والاتزان الانفعالى، والانبساط، والذهانية، والجاذبية الاجتماعية، والمحافظة مقابل التقدمية. (جابر جابر وعلاء كفاى، ١٩٩٠، ٣٣٤)
- **نظرية جيلفورد:** سار جيلفورد على نفس نهج كاتل في استخدام التحليل العاملى وتوصل إلى عدة عوامل أساسية للشخصية ثنائية القطب هي: النشاط العام مقابل السيطرة، الذكورة مقابل الانوثة، الثقة بالنفس مقابل مشاعر النقص، الطمأنينة مقابل العصبية، الاجتماعية التأملية مقابل الاكتئاب، الاستقرار مقابل الدورية، الكبح مقابل الانطلاق والتهوينية، الموضوعية مقابل الوداعة التعاون والتسامح. (فاطمة عودة، ٢٠٠٢، ٦٨)

قلق المستقبل : Future Anxiety

يعد القلق من أكثر الحالات النفسية تناولاً في أدبيات علم النفس والصحة النفسية، كما أنه السمة الأساسية للعديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية، والقلق كما يعرفه فرويد (١٩٧٥) بأنه رد فعل لحالة من الخطر (محمد عبد الله، ٢٠٠١، ١٦٩)، بينما تعرفه هورني بأنه عبارة عن خبرات مهددة لأمن الفرد ناشئة عن مواقف أو أحداث مؤلمة تبدأ منذ المراحل الأولى لنشأة الطفل، ومنها تضارب مشاعر الوالدين نحوه وتفضيل أحد اخوته عليه أو رفضهم له، أو انزال العقاب غير العادل به والسخرية منه. (أديب الخالدي، ٢٠٠٢، ١١٦)

ويمثل المستقبل مجالاً واسعاً للقلق حيث يسبب التفكير بالمستقبل القلق للإنسان ويساعد على ذلك استرجاع الخبرات الماضية والمؤلمة والتفكير بضغط الحياة العصرية وطموح الانسان وسعيه المستمر نحو تحقيق ذاته وإيجاد معنى لوجوده (حنان العناني، ٢٠٠٠، ١٢٠)، ويعد القلق من المستقبل من أنواع القلق الذي يشكل خطراً على صحة الافراد النفسية وعندما يكون هذا القلق ذو درجة عالية فإنه يؤدي إلى اختلال في توازن الفرد مما يترك أثراً كبيراً على الفرد سواء من الناحية العقلية أو الجسمية أو السلوكية. (عايدة السميري، ونجاح صالح، ٢٠١٣، ٥٦)

تعريف قلق المستقبل:

هو أحد أنواع القلق الذي يشكل خطورة في حياة الفرد والذي يمثل الخوف من مجهول ينشأ عنه حالة من التشاؤم واليأس والخوف من مواجهة الحياة المستقبلية بشكل إيجابي وسوي، مما يدفعه للعجز وتدمير الذات (زينب شقير، ٢٠٠٥، ٥)، وهو خبره انفعالية غير سارة يمتلك الفرد خلالها خوفاً غامضاً نحو ما يحمله الغد من صعوبات وتنبؤ سلبي للأحداث المتوقعة والشعور بالضيق عن الاستغراق فيه، والاحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام مع الشعور بفقدان الأمن والطمأنينة نحو المستقبل (محمود عسري، ٢٠٠٤، ١٤٨)، وهو حالة من التوتر وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات غير المرغوبة في المستقبل، فهو تهديد بأن هناك شيئاً ما غير حقيقي سوف يحدث للشخص. (Zaleski,Z.,1996,165)

وهو توقع سلبي نحو المستقبل وما يخفى من أحداث ومتغيرات (Raffaccli, M.,& Kooler, S,2005,249)، وهو حالة من عدم السواء يتعرض لها الأفراد بدرجات متفاوتة مصحوبة بخوف وتوتر وارتيباك وعدم ارتياح نحو موضوعات حالية أو مستقبلية تؤثر على الحالة المزاجية للفرد وفي حال استمراريتها تؤدي إلى اضطرابات سلوكية أكثر عمقاً وخطورة (محمد مساوي، ٢٠١٢، ٢٨٤)، وهي شحنة انفعالية تشاؤمية يحملها الفرد تجاه المستقبل والحياة والخوف منهم وتسبب انخفاض مستوى قدرته على مواجهة المشكلات والضغوطات. (ليال الرفاعي، ٢٠٢٠، ١٢٠)

أسباب قلق المستقبل:

- يلخصها عاشور دياب، ٢٠٠١، ٤٣٧، سليمان العسكري، ٢٠٠٢، ١٣، إبراهيم، ٢٠٠٣، ٣٧)، (محمود عشري، ٢٠٠٤، ١٣٩)، (زينب شقير، ٢٠٠٥، ٤)
- العوامل الأسرية المفككة وعدم الإحساس بالأمن.
- عجز الفرد في الحاضر يعطيه صورة كمؤشر لصعوبة المستقبل.
- تعدد الظواهر المتباينة الموجودة في الواقع التي تبعث في البعض الشعور بالخوف والرهبة والتي تنذر بالقلق من تكرارها في المستقبل مع وجود ظواهر اجتماعية متباينة تتعلق بأمن الفرد ومستقبله المهني والزواجي والصحي.
- الطموحات الزائدة والأمانى التي لا تتناسب مع حجم الإمكانيات الفعلية والواقعية.
- طغيان الجانب المادى في جميع مجالات الحياة.
- وطأة المتغيرات النفسية ذاتها والتي تؤدي إلى حرمانهم في الحاضر وإدراكهم السلبي للمستقبل.
- الأفكار الخاطئة واللاعقلانية لدى الفرد والتي تجعله يؤول الواقع من حوله وكذلك المواقف والاحداث بشكل خاطئ مما يدفعه لحالة من الخوف والقلق.
- ضغوط الحياة العصرية هي السبب المباشر للمعاناة والخوف الزائد على المستقبل.

خصائص قلق المستقبل:

- الاغتراب واللامبالاة واللامسؤولية والشعور بالإحباط والحرمان وعدم الرضا عن حياتهم وعن أنفسهم وعدم الثقة والاحساس بالدونية والتشاؤم.
- الهروب من الأنشطة والانطواء والشعور بالدونية ويستخدمون أساليب الاجبار والارغام على تأكيد أنفسهم ويتنبأون بمستقبل ذات أحداث سلبية وتشاؤمية.(ندى حمدان وفاطمة العدوان، ٢٠٢٠، ٨٣٦)
- ويرى عاشور دياب (٢٠٠١، ٤٤٠) أن هناك أعراض نفسية واجتماعية تظهر لدى من يعاني من قلق المستقبل مثل التوتر والانزعاج لأتفه الأسباب، والاحلام المزعجة، واضطرابات النوم والخوف الشديد من شر مرتقب، والعجز الذي لا يرتبط بخطر حقيقي، والانسحاب وعدم التفاعل مع الآخرين، وهناك أعراض عقلية مثل اضطرابات التفكير وعدم التركيز وصعوبة اعمال العقل.

التأثير السلبي لقلق المستقبل:

تؤكد فوزية النجاحي (٢٠٠٨، ٣٨٧) التأثيرات التالية:

- التوقع والانتظار السلبي لما قد يحدث.
- الانسحاب من النشاطات البناءة والمفيدة والتي قد تحتوى على نوع من المخاطر.
- الروتين والتوقع داخله وعدم الاقتناع بسهولة.
- استخدام العلاقات الاجتماعية لضمان أمان المستقبل لدى الفرد.
- الاعتمادية والعجز واللاعقلانية.

النظريات المفسرة للقلق:

- **النظرية الفسيولوجية:** أرجعت القلق إلى زيادة نشاط الجهاز المناعي وبالتالي حدوث تغييرات فسيولوجية في قدرة الفرد. Timoszyk-Tomczak, C., & (Zaleski, Z.,2006)
- **التحليل النفسي:** يرى فرويد أن القلق هو لب العصاب، إذ أشار إلى وجود نوعين من القلق يلانزمان الفرد في حياته، قلق موضوعي وطبيعي تجاه خطر معين موجود وواضح ويستدعى الشعور بالقلق، وقلق عصابي مبالغ فيه ويكون نتيجة

صراع وتجادب بين ميكانزمات الهو والأنا والأنا الأعلى. (علاء كفاي، ١٩٩٩، ٣٦)

- **النظرية الإنسانية:** ترى أن القلق هو خوف من المستقبل، وما قد يحمله من أحداث تهدد وجود الانسان وإنسانية الفرد. (Schütz, A.,1998,73)
- **النظرية السلوكية:** يحدث القلق بفعل التعلم، إذ قد يتعرض الفرد لمثير معين سبب له استجابة القلق والتوتر. (Wiebe,D.,J.,1991,98)
- **النظرية المعرفية:** ويرى أصحاب هذه النظرية أن القلق ما هو إلا أفكار لا عقلانية أو أفكار أوتوماتيكية لدى الفرد تعود إلى ما يضعه من مخططات ذاتية على مستوى حياته ككل في الحاضر والماضي والمستقبل (محمد عبدالله، ٢٠٠١، ٧٠)، والشخص القلق تكون معتقداته الشخصية وأفكاره أساسها سلبى عن المواقف التي يتعرض فيها للخطر أو التهديد، وربما يكون القلق ذا فائدة إذا كان الفرد يعتقد في نفسه أنه مهما كان الحدث القادم ضاراً أو سيئاً فربما يستطيع فعل شيء ما في مواجهته. (Zaleski,Z.,1996,166)

الإجراءات المنهجية للبحث:

- **منهج البحث:** تتبع الباحثة المنهج الوصفى التنبؤى لمناسبته لطبيعة البحث.
- **عينة البحث:** شملت عينة البحتة العينة الأساسية والاستطلاعية، العينة الأساسية وشملت (١٢٠) معلمة من معلمات الروضة، والعينة الاستطلاعية شملت (١٠٠) معلمة من معلمات الروضة.
- **أدوات البحث:** أعدت الباحثة مجموعة من الأدوات لجمع البيانات لدى معلمة الروضة وهى مقياس رأس المال النفسى، ومقياس قوة الأنا، ومقياس قلق المستقبل، وتم تحويلهم إلى مقاييس إلكترونية لسهولة توزيعها على عينة الدراسة.

أولاً: مقياس رأس المال النفسى لمعلمة الروضة:

مرت عملية إعداد هذا المقياس بالخطوات التالية:

- ١- **تحديد الهدف من المقياس:** استهدف التعرف على درجة رأس المال النفسى لدى معلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا.

- ٢- الإطلاع على بعض الدراسات السابقة والأدبيات التي تناولت رأس المال النفسى.
- ٣- تحديد أبعاد المقياس: فى ضوء الإطار النظرى للدراسة والإطلاع على بعض المقاييس المعده فى هذا المجال تم تحديد (٤) أبعاد للمقياس وهى الكفاءة الذاتية، والأمل والتفاؤل والمرونة، وقد تم تمثيل الأبعاد السابقة بعدد من الأنماط السلوكية تتضمن (٤٠) عبارة يمكن قياسها لدى معلمة الروضة.
- ٤- صياغة مفردات المقياس: روعى عند بناء مقياس رأس المال النفسى أن تكون العبارات واضحة ليسهل على المعلمة فهمها، وألا تحمل العبارة أكثر من معنى وان تكون مصاغة باللغة العربية، وألا تشمل أكثر من فكرة واحدة.
- ٥- تقدير درجات المقياس:، تتم الاستجابة وفقاً لمقياس ليكرت (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - ابداً) بحيث تأخذ الإجابة دائماً ٥ درجات، وابتداءً تأخذ درجة واحدة، والعبارات كلها إيجابية ماعدا العبارات (٥، ١٢، ٢٥، ٣٥، ٣٩) وهى عبارات سلبية، بحيث تأخذ الإجابة دائماً درجة واحدة، وابتداءً تأخذ ٥ درجات وتعتبر الدرجة الكلية للمقياس هى مجموع الأوزان التقديرية التى حصل عليها فى جميع عبارات المقياس.
- ٦- التجريب الاستطلاعى لمقياس رأس المال النفسى لمعلمة الروضة: تم إجراء التجربة الاستطلاعية لمقياس رأس المال النفسى لمعلمة الروضة على (١٠٠) معلمة روضة وكان الهدف من ذلك تحديد ما يلى:
- أ- حساب ثبات المقياس:

واستخدمت الباحثة الطرق التالية لحساب ثبات المقياس:

- ١- طريقة ألفا كرونباخ
- ٢- طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلتى سبيرمان براون، وجوتمان
- وفىما يلى توضيح لكل هذه الطرق:
- ١- طريقة ألفا كرونباخ:
- قامت الباحثة باستخدام معادلة ألفا كرونباخ للتأكد من ثبات المقياس وذلك من خلال التطبيق الذى تم للمقياس على العينة الاستطلاعية التى قوامها (١٠٠)

معلمة من معلمات رياض الأطفال وتوضح الباحثة معاملات الثبات للأبعاد الأربعة وللمقياس ككل من خلال جدول (١) التالي:

جدول (١)

معاملات ثبات أبعاد مقياس رأس المال النفسي لمعلمة الروضة والمقياس ككل بطريقة ألفا كرونباخ

أبعاد المقياس	عدد المفردات	معامل ثبات ألفا كرونباخ
البعد الأول (الكفاءة الذاتية)	10	.884
البعد الثاني (الأمّل)	10	.785
البعد الثالث (التفاؤل)	10	.764
البعد الرابع (المرونة)	10	.732
المقياس ككل	40	.854

ويتضح من الجدول السابق أن معامل ثبات المقياس ككل (٠.٨٥) مما يؤكد ثبات المقياس.

٢- طريقة التجزئة النصفية:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية التي قوامها (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال، وحساب معامل الارتباط بين نصفي المقياس (الزوجي والفردي) (للمقياس ككل) وكذلك لكل بعد من الأبعاد، باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS حيث تم حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية) باستخدام معادلة جوتمان وكذلك باستخدام معادلة تصحيح الطول لسبيرمان براون وفيما يلي توضيح من خلال جدول (٢) التالي:

جدول (٢)

معامل ثبات التجزئة النصفية لمقياس رأس المال النفسي لمعلمة الروضة ككل ولكل بعد من الأبعاد

باستخدام معادلة جوتمان وسبيرمان براون.

أبعاد المقياس	باستخدام معادلة جوتمان	باستخدام معادلة سبيرمان براون
البعد الأول (الكفاءة الذاتية)	.883	.890
البعد الثاني (الأمّل)	.786	.787
البعد الثالث (التفاؤل)	.766	.768
البعد الرابع (المرونة)	.735	.737
المقياس ككل	.857	.860

ويتضح من الجدول السابق أن معامل ثبات المقياس ككل (٠.٨٦) مما يؤكد ثبات المقياس، ويتضح من الجداول السابقة أن المقياس يستند على معامل ثبات مرتفع مما يطمئن لاستخدامه.

صدق المقياس:

واستخدمت الباحثة الطرق التالية لحساب صدق المقياس:

١- طريقة الصدق الظاهري (صدق المحكمين)

٢- طريقة الاتساق الداخلي

وفيما يلي توضيح لتلك الطرق:

الصدق الظاهري (صدق المحكمين): تبين للباحثة صدق المحتوى من خلال عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذة المحكمين، وطلب منهم إبداء الرأي حول مدى مناسبة مفردات المقياس للأبعاد التي يقيسها، واتفق أغلبهم على مناسبة تلك المفردات. وقد تم تعديل المقياس وفقاً لآراء السادة المحكمين حيث تم تعديل صياغة بعض العبارات، وتم الاتفاق بين المحكمين على أن عدد المفردات مناسب لقياس رأس المال النفسي، وتم الاتفاق بين المحكمين على أن المفردات تقيس المتغير المراد قياسه، وبذلك أصبح المقياس مكوناً من (٤٠) مفردة موزعة على أبعاد المقياس، وتم حساب الوزن النسبي لكل بعد من أبعاد المقياس كما هو موضح في الجدول (٣).

جدول (٣)

توزيع مفردات مقياس رأس المال النفسي لمعلمة الروضة على أبعاده وبيان الوزن النسبي لها

البيد	المفردات	عدد المفردات	الوزن النسبي
البعد الأول (الكفاءة الذاتية)	1- 2- 3- 4- 5- 6- 7- 8- 9- 10	10 عبارات	25%
البعد الثاني (الأمل)	11- 12- 13- 14- 15- 16- 17- 18- 19- 20	10 عبارات	25%
البعد الثالث (التفاؤل)	21- 22- 23- 24- 25- 26- 27- 28- 29- 30	10 عبارات	25%
البعد الرابع (المرونة)	31- 32- 33- 34- 35- 36- 37- 38- 39- 40	10 عبارات	25%
المجموع	40	40	100%

- حساب الاتساق الداخلي لمقياس رأس المال النفسي لمعلمة الروضة:

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس رأس المال النفسي وذلك من خلال التطبيق الذي تم للمقياس على العينة الاستطلاعية التي قوامها (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال كما يلي:

(أ) حساب معاملات الارتباط بين مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين مفردات مقياس رأس المال النفسي لمعلمة الروضة والدرجة الكلية للمقياس.

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة	رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة
1	.308**	0.01	21	.597**	0.01
2	.459**	0.01	22	.456**	0.01
3	.631**	0.01	23	.705**	0.01
4	.507**	0.01	24	.630**	0.01
5	.637**	0.01	25	.551**	0.01
6	.494**	0.01	26	.429**	0.01
7	.580**	0.01	27	.382**	0.01
8	.462**	0.01	28	.532**	0.01
9	.721**	0.01	29	.498**	0.01
10	.639**	0.01	30	.511**	0.01
11	.454**	0.01	31	.462**	0.01
12	.725**	0.01	32	.590**	0.01
13	.356**	0.01	33	.664**	0.01
14	.620**	0.01	34	.547**	0.01
15	.635**	0.01	35	.563**	0.01
16	.722**	0.01	36	.371**	0.01
17	.457**	0.01	37	.504**	0.01
18	.562**	0.01	38	.499**	0.01
19	.469**	0.01	39	.536**	0.01
20	.501**	0.01	40	.678**	0.01

(ب) حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس رأس المال النفسي والدرجة الكلية للمقياس

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	أبعاد المقياس
0.01	.827**	البعد الأول (الكفاءة الذاتية)
0.01	.791**	البعد الثاني (الأمل)
0.01	.863**	البعد الثالث (التفاؤل)
0.01	.755**	البعد الرابع (المرونة)

(ج) حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد والدرجة الكلية للبعد.

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الأول (الكفاءة الذاتية) والدرجة الكلية للبعد

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الأول (الكفاءة الذاتية) والدرجة الكلية للبعد

مستوى الدلالة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	رقم المفردة
0.01	.723**	1
0.01	.682**	2
0.01	.577**	3
0.01	.630**	4
0.01	.498**	5
0.01	.706**	6
0.01	.692**	7
0.01	.645**	8
0.01	.539**	9
0.01	.610**	10

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثانى (الأمل) والدرجة الكلية للبعد.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثانى (الأمل) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
11	.658**	0.01
12	.487**	0.01
13	.591**	0.01
14	.625**	0.01
15	.499**	0.01
16	.732**	0.01
17	.543**	0.01
18	.480**	0.01
19	.616**	0.01
20	.527**	0.01

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثالث (التفاؤل) والدرجة الكلية للبعد.

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثالث (التفاؤل) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
21	.726**	0.01
22	.405**	0.01
23	.397**	0.01
24	.562**	0.01
25	.480**	0.01
26	.634**	0.01
27	.519**	0.01
28	.667**	0.01
29	.489**	0.01
40	.650**	0.01

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الرابع (المرونة) والدرجة الكلية للبعد.

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الرابع (المرونة) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
31	.636**	0.01
32	.728**	0.01
33	.501**	0.01
34	.463**	0.01
35	.537**	0.01
36	.630**	0.01
37	.514**	0.01
38	.470**	0.01
39	.585**	0.01
40	.604**	0.01

يتضح من الجداول السابقة أن معاملات الارتباطات دالة عند مستوى (٠,٠١) وهذا يدل على ترابط وتماسك المفردات والأبعاد والدرجة الكلية مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلي.

الصورة النهائية لمقياس رأس المال النفسي لمعلمة الروضة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج التجربة الاستطلاعية، وفي ضوء آراء السادة المحكمين، أصبح المقياس مكون من (٤٠) عبارة، والدرجة العظمى له هي (٢٠٠)، ولم تحدد الباحثة زمن لتطبيق المقياس على المعلمات فقد أتاحت الفرصة لهم للإجابة عن جميع مفردات المقياس دون تقيد بزمان محدد، كما هو موضح في ملحق (١).

ثانياً: مقياس قوة الأنا لمعلمة الروضة:

مرت عملية اعداد مقياس قوة الأنا لمعلمة الروضة بالخطوات التالية:

- ١- تحديد الهدف من المقياس: استهدف التعرف على درجة قوة الأنا لدى معلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا.

- ٢- الإطلاع على بعض الدراسات السابقة والأدبيات التي تناولت قوة الأنا.
- ٣- تحديد أبعاد المقياس: فى ضوء الإطار النظرى للدراسة والإطلاع على بعض المقاييس المعده فى هذا المجال تم تحديد(٥) أبعاد للمقياس، وقد تم تمثيل الأبعاد السابقة بعدد من الأنماط السلوكية تتضمن (٣٢) عبارة يمكن قياسها لدى معلمة الروضة.
- ٤- صياغة مفردات المقياس: روعى عند بناء مقياس قوة الأنا أن تكون العبارات واضحة ليسهل على المعلمة فهمها، وألا تحمل العبارة أكثر من معنى وان تكون مصاغة باللغة العربية، وألا تشمل أكثر من فكرة واحدة.
- ٥- تقدير درجات المقياس: وتتم الاستجابة كالتالى (أوافق بدرجة كبيرة - أوافق بدرجة متوسطة - لا أوافق) بحيث تأخذ أوافق بدرجة كبيرة ٣ درجات، وأوافق بدرجة متوسطة درجتان، ولا أوافق درجة واحدة، والعبارات كلها إيجابية ما عدا (١، ٦، ٩، ١٩، ٢٢، ٢٥، ٢٩، ٣٠) فهى عبارات سلبية، بحيث تأخذ الإجابة لا أوافق ٣ درجات، وأوافق بدرجة كبيرة درجة واحدة.
- ٦- التجريب الاستطلاعى لمقياس قوة الأنا لمعلمة الروضة:
- تم إجراء التجربة الاستطلاعية لمقياس قوة الأنا لمعلمة الروضة على (١٠٠) معلمة وكان الهدف من ذلك تحديد ما يلى:
- أ- حساب ثبات المقياس:
- واستخدمت الباحثة الطرق التالية لحساب ثبات المقياس:
- ١- طريقة ألفا كرونباخ.
- ٢- طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلتى سبيرمان براون، وجوتمان.
- وفيما يلى توضيح لكل هذه الطرق:
- ١- طريقة ألفا كرونباخ.
- قامت الباحثة باستخدام معادلة ألفا كرونباخ للتأكد من ثبات المقياس وذلك من خلال التطبيق الذى تم للمقياس على العينة الاستطلاعية التى قوامها (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال وتوضح الباحثة معاملات الثبات للأبعاد الأربعة وللمقياس ككل من خلال جدول (١٠) التالى:

جدول (١٠)

معاملات ثبات أبعاد مقياس قوة الأنا لمعلمة الروضة والمقياس ككل بطريقة ألفا كرونباخ

أبعاد المقياس	عدد المفردات	معامل ثبات ألفا كرونباخ
البعد الأول (البعد الجسمي)	7	.795
البعد الثاني (البعد الخلقى)	7	.831
البعد الثالث (البعد الاجتماعي)	6	.863
البعد الرابع (البعد العقلي)	6	.724
البعد الخامس (البعد النفسي)	6	.902
المقياس ككل	32	.891

ويتضح من الجدول السابق أن معامل ثبات المقياس ككل (٠.٨٩) مما يؤكد

ثبات المقياس.

٢- طريقة التجزئة النصفية.

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية التي قوامها (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال، وحساب معامل الارتباط بين نصفى المقياس (الزوجى والفردى) (للمقياس ككل) وكذلك لكل بعد من الأبعاد، باستخدام البرنامج الإحصائى SPSS حيث تم حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية) باستخدام معادلة جوتمان وكذلك باستخدام معادلة تصحيح الطول لسبيرمان براون

وفيما يلى توضيح من خلال جدول (١١) التالى:

جدول (١١)

معامل ثبات التجزئة النصفية لمقياس قوة الأنا لمعلمة الروضة ككل ولكل بعد من الأبعاد

باستخدام معادلة جوتمان وسبيرمان براون.

أبعاد المقياس	باستخدام معادلة جوتمان	باستخدام معادلة سبيرمان براون
البعد الأول (البعد الجسمي)	.796	.799
البعد الثاني (البعد الخلقى)	.835	.838
البعد الثالث (البعد الاجتماعي)	.866	.866
البعد الرابع (البعد العقلي)	.725	.727
البعد الخامس (البعد النفسي)	.912	.913
المقياس ككل	.893	.896

ويتضح من الجدول السابق أن معامل ثبات المقياس ككل (٠.٨٩) مما يؤكد

ثبات المقياس، ويتضح من الجداول السابقة أن المقياس يستند على معامل ثبات مرتفع مما يطمئن لاستخدامه.

صدق المقياس:

واستخدمت الباحثة الطرق التالية لحسب صدق المقياس:

- ١- طريقة الصدق الظاهري (صدق المحكمين)
- ٢- طريقة الاتساق الداخلي

وفيما يلي توضيح لتلك الطرق:

- ١- **الصدق الظاهري (صدق المحكمين):** تبين للباحثة صدق المحتوى من خلال عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذة المحكمين، وطلب منهم إبداء الرأي حول مدى مناسبة مفردات المقياس للأبعاد التي يقيسها، واتفق أغلبهم على مناسبة تلك المفردات، وقد تم تعديل المقياس وفقاً لآراء السادة المحكمين حيث تم تعديل صياغة بعض العبارات، وتم الاتفاق بين المحكمين على أن عدد المفردات مناسب لقياس قوة الأنا، وتم الاتفاق بين المحكمين على أن المفردات تقيس المتغير المراد قياسه، وبذلك أصبح المقياس مكوناً من (٣٢) مفردة موزعة على أبعاد المقياس، وتم حساب الوزن النسبي لكل بعد من أبعاد المقياس كما هو موضح في الجدول (١٢).

جدول (١٢)

توزيع مفردات مقياس قوة الأنا لمعلمة الروضة على أبعاده وبيان الوزن النسبي لها

البيد	المفردات	عدد المفردات	الوزن النسبي
البيد الأول (البيد الجسمي)	7-6-5-4-3-2-1	7 عبارات	%21.875
البيد الثاني (البيد الخلقى)	14-13-12-11-10-9-8	7 عبارات	%21.875
البيد الثالث (البيد الاجتماعي)	20-19-18-17-16-15	6 عبارات	%18.75
البيد الرابع (البيد العقلي)	26-25-24-23-22-21	6 عبارات	%18.75
البيد الخامس (البيد النفسي)	32-31-30-29-28-27	6 عبارات	%18.78
المجموع	32	32	%100

٢- حساب الاتساق الداخلي لمقياس قوة الأنا:

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس قوة الأنا وذلك من خلال التطبيق الذي تم للمقياس على العينة الاستطلاعية التي قوامها (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال كما يلي:

أ) حساب معاملات الارتباط بين مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (١٣)

معاملات الارتباط بين مفردات مقياس قوة الأنا لمعلمة الروضة
والدرجة الكلية للمقياس

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة	رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة
1	.538**	0.01	17	.629**	0.01
2	.621**	0.01	18	.564**	0.01
3	.699**	0.01	19	.432**	0.01
4	.487**	0.01	20	.587**	0.01
5	.542**	0.01	21	.430**	0.01
6	.560**	0.01	22	.569**	0.01
7	.445**	0.01	23	.720**	0.01
8	.682**	0.01	24	.494**	0.01
9	.524**	0.01	25	.627**	0.01
10	.705**	0.01	26	.436**	0.01
11	.675**	0.01	27	.522**	0.01
12	.501**	0.01	28	.741**	0.01
13	.650**	0.01	29	.576**	0.01
14	.514**	0.01	30	.625**	0.01
15	.792**	0.01	31	.396**	0.01
16	.633**	0.01	32	.658**	0.01

(ب) حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس قوة الأنا لمعلمة الروضة والدرجة الكلية للمقياس.

أبعاد المقياس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الأول (البعد الجسمي)	.795**	0.01
البعد الثاني (البعد الخلقى)	.808**	0.01
البعد الثالث (البعد الاجتماعي)	.772**	0.01
البعد الرابع (البعد العقلي)	.834**	0.01
البعد الخامس (البعد النفسي)	.850**	0.01

(ج) حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد والدرجة الكلية للبعد.

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الأول (الجسمي) والدرجة الكلية للبعد.

جدول (١٥)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الأول (الجسمي) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
1	.690**	0.01
2	.587**	0.01
3	.643**	0.01
4	.599**	0.01
5	.652**	0.01
6	.671**	0.01
7	.518**	0.01

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثانى (الخلقى) والدرجة الكلية للبعد.

جدول (١٦)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثانى (الخلقى) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
8	.801**	0.01
9	.563**	0.01
10	.616**	0.01
11	.570**	0.01
12	.584**	0.01
13	.628**	0.01
14	.659**	0.01

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثالث (الاجتماعى) والدرجة الكلية للبعد.

جدول (١٧)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثالث والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
15	.606**	0.01
16	.594**	0.01
17	.672**	0.01
18	.498**	0.01
19	.550**	0.01
20	.719**	0.01

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الرابع (العقلي) والدرجة الكلية للبعد.

جدول (١٨)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الرابع (العقلي) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
21	.586**	0.01
22	.629**	0.01
23	.472**	0.01
24	.604**	0.01
25	.547**	0.01
26	.716**	0.01

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الخامس (النفسي) والدرجة الكلية للبعد

جدول (١٩)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الخامس (النفسي) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
27	.522**	0.01
28	.639**	0.01
29	.468**	0.01
30	.761**	0.01
31	.690**	0.01
32	.545**	0.01

يتضح من الجداول السابقة أن معاملات الارتباطات دالة عند مستوى (٠,٠١) وهذا يدل على ترابط وتماسك المفردات والأبعاد والدرجة الكلية مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلي.

٧- الصورة النهائية لمقياس قوة الأنا لمعلمة الروضة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج التجربة الاستطلاعية، وفي ضوء آراء السادة المحكمين، أصبح المقياس مكون من (٣٢) عبارة، والدرجة العظمى له هي (٩٦)، كما هو موضح في ملحق (٢). ولم تحدد الباحثة زمن لتطبيق المقياس على معلمات الروضة فقد أتاحت الفرصة لهم للإجابة عن جميع مفردات المقياس دون تقيد بزمن محدد.

ثالثاً: مقياس قلق المستقبل لمعلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا:

مرت عملية اعداد مقياس قلق المستقبل لمعلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا بالخطوات التالية:

- ١- تحديد الهدف من المقياس: استهدف التعرف على درجة قلق المستقبل لدى معلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا.
- ٢- الإطلاع على بعض الدراسات السابقة والأدبيات التي تناولت قلق المستقبل.
- ٣- تحديد أبعاد المقياس: في ضوء الإطار النظري للدراسة والإطلاع على بعض المقاييس المعده في هذا المجال تم تحديد (٦) أبعاد للمقياس، وقد تم تمثيل الابعاد السابقة بعدد من الأنماط السلوكية تتضمن (٥٤) عبارة يمكن قياسها لدى معلمة الروضة.
- ٤- صياغة مفردات المقياس: روعي عند بناء مقياس قلق المستقبل أن تكون العبارات واضحة ليسهل على المعلمة فهمها وألا تحمل العبارة أكثر من معنى وأن تكون مصاغة باللغة العربية، وألا تشمل أكثر من فكرة واحدة.
- ٥- تقدير درجات المقياس: تتم الاستجابة كالتالي (دائماً - أحياناً - نادراً) بحيث بحيث تأخذ دائماً ٣ درجات، وأحياناً درجتان، ونادراً درجة واحدة، والعبارات كلها إيجابية ما عدا (٩، ١١، ١٩، ٢٢، ٣١، ٤١، ٤٢، ٤٨، ٥٢، ٥٣) فهي سلبية، بحيث تأخذ الإجابة نادراً ٥ درجات، ودائماً درجة واحدة.
- ٦- التجريب الاستطلاعي لمقياس قلق المستقبل لمعلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية لمقياس قلق المستقبل لمعلمة الروضة على (١٠٠) معلمة روضة وكان الهدف من ذلك تحديد ما يلي:

أ- حساب ثبات المقياس:

واستخدمت الباحثة الطرق التالية لحساب ثبات المقياس:

- ١- طريقة ألفا كرونباخ
 - ٢- طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلتى سبيرمان براون، وجوتمان
- وفيما يلى توضيح لكل هذه الطرق:

١- طريقة ألفا كرونباخ.

قامت الباحثة باستخدام معادلة ألفا كرونباخ للتأكد من ثبات المقياس وذلك من خلال التطبيق الذى تم للمقياس على العينة الاستطلاعية التى قوامها (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال وتوضح الباحثة معاملات الثبات للأبعاد الستة وللمقياس ككل من خلال جدول (٢٠) التالى:

جدول (٢٠)

معاملات ثبات أبعاد مقياس قلق المستقبل لمعلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا والمقياس ككل بطريقة ألفا كرونباخ.

أبعاد المقياس	عدد المفردات	معامل ثبات ألفا كرونباخ
البعد الأول (قلق مرتبط بالمجال الاجتماعى)	12	.902
البعد الثانى (قلق مرتبط بالمجال النفسى)	12	.836
البعد الثالث (قلق مرتبط بالمجال الاقتصادى)	10	.799
البعد الرابع (قلق مرتبط بالمجال الصحى)	10	.821
البعد الخامس (قلق مرتبط بالمجال الاعلامى)	5	.860
البعد السادس (قلق مرتبط بالمجال الدينى)	5	.775
المقياس ككل	54	.910

ويتضح من الجدول السابق أن معامل ثبات المقياس ككل (٠.٩١) مما يؤكد

ثبات المقياس.

٢- طريقة التجزئة النصفية:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية التى قوامها (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال، وحساب معامل الارتباط بين نصفى المقياس (الزوجى والفردى) (للمقياس ككل) وكذلك لكل بعد من الأبعاد، باستخدام البرنامج الإحصائى SPSS حيث تم حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية)

باستخدام معادلة جوتمان وكذلك باستخدام معادلة تصحيح الطول لسبيرمان براون
وفيما يلي توضيح من خلال جدول (٢١) التالي:

جدول (٢١)

معامل ثبات التجزئة النصفية لمقياس قلق المستقبل لمعلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا ككل
ولكل بعد من الأبعاد باستخدام معادلة جوتمان وسبيرمان براون.

أبعاد المقياس	باستخدام معادلة جوتمان	باستخدام معادلة سبيرمان براون
البعد الأول (قلق مرتبط بالمجال الاجتماعي)	.901	.904
البعد الثاني (قلق مرتبط بالمجال النفسي)	.837	.839
البعد الثالث (قلق مرتبط بالمجال الاقتصادي)	.801	.802
البعد الرابع (قلق مرتبط بالمجال الصحي)	.825	.827
البعد الخامس (قلق مرتبط بالمجال الاعلامي)	.862	.865
البعد السادس (قلق مرتبط بالمجال الديني)	.777	.779
المقياس ككل	.914	.915

ويتضح من الجدول السابق أن معامل ثبات المقياس ككل (٠.٩١) مما يؤكد
ثبات المقياس، ويتضح من الجداول السابقة أن المقياس يستند على معامل ثبات
مرتفع مما يطمئن لاستخدامه.

ب- صدق المقياس:

واستخدمت الباحثة الطرق التالية لحسب صدق المقياس:

- ١- طريقة الصدق الظاهري (صدق المحكمين).
- ٢- طريقة الاتساق الداخلي.

وفيما يلي توضيح لتلك الطرق:

١- الصدق الظاهري (صدق المحكمين): تبين للباحثة صدق المحتوى من خلال
عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذة المحكمين، وطلب
منهم إبداء الرأي حول مدى مناسبة مفردات المقياس للأبعاد التي يقيسها، واتفق

أغلبهم على مناسبة تلك المفردات، وقد تم تعديل المقياس وفقاً لآراء السادة المحكمين حيث تم تعديل صياغة بعض العبارات، وتم الاتفاق بين المحكمين على أن عدد المفردات مناسب لمقياس قلق المستقبل، وتم الاتفاق بين المحكمين على أن المفردات تقيس المتغير المراد قياسه، وبذلك أصبح المقياس مكوناً من (٥٤) مفردة موزعة على أبعاد المقياس، وتم حساب الوزن النسبي لكل بعد من أبعاد المقياس كما هو موضح في الجدول (٢٢).

جدول (٢٢)

توزيع مفردات مقياس قلق المستقبل لمعلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا على أبعاده
وبيان الوزن النسبي لها

البعد	المفردات	عدد المفردات	الوزن النسبي
البعد الأول (قلق مرتبط بالمجال الاجتماعي)	1-2-3-4-5-6-7-8-9 10-11-12	12 عبارة	22.222
البعد الثاني (قلق مرتبط بالمجال النفسي)	13-14-15-16-17-18-19 20-21-22-23-24	12 عبارة	22.222
البعد الثالث (قلق مرتبط بالمجال الاقتصادي)	25-26-27-28-29-30-31 32-33-34	10 عبارات	18.518
البعد الرابع (قلق مرتبط بالمجال الصحي)	35-36-37-38-39-40-41 42-43-44	10 عبارات	18.518
البعد الخامس (قلق مرتبط بالمجال الاعلامي)	45-46-47-48-49	5 عبارات	9.259
البعد السادس (قلق مرتبط بالمجال الديني)	50-51-52-53-54	5 عبارات	9.259
المجموع	54	54	%100

٢- حساب الاتساق الداخلي لمقياس قلق المستقبل لمعلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا:

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس قلق المستقبل وذلك من خلال التطبيق الذي تم للمقياس على العينة الاستطلاعية التي قوامها (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال كما يلي:

(أ) حساب معاملات الارتباط بين مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٢٣)

معاملات الارتباط بين مفردات مقياس قلق المستقبل لمعلمة الروضة في ضوء جائحة كورونا
والدرجة الكلية للمقياس

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة	رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة
1	.429**	0.01	28	.581**	0.01
2	.536**	0.01	29	.575**	0.01
3	.712**	0.01	30	.406**	0.01
4	.483**	0.01	31	.523**	0.01
5	.594**	0.01	32	.630**	0.01
6	.533**	0.01	33	.515**	0.01
7	.451**	0.01	34	.471**	0.01
8	.650**	0.01	35	.702**	0.01
9	.615**	0.01	36	.785**	0.01
10	.772**	0.01	37	.366**	0.01
11	.465**	0.01	38	.740**	0.01
12	.602**	0.01	39	.392**	0.01
13	.388**	0.01	40	.823**	0.01
14	.404**	0.01	41	.855**	0.01
15	.535**	0.01	42	.637**	0.01
16	.596**	0.01	43	.490**	0.01
17	.397**	0.01	44	.558**	0.01
18	.726**	0.01	45	.684**	0.01
19	.640**	0.01	46	.578**	0.01
20	.387**	0.01	47	.574**	0.01
21	.482**	0.01	48	.661**	0.01
22	.537**	0.01	49	.431**	0.01
23	.423**	0.01	50	.349**	0.01
24	.652**	0.01	51	.546**	0.01
25	.437**	0.01	52	.492**	0.01
26	.590**	0.01	53	.673**	0.01
27	.456**	0.01	54	.459**	0.01

(ب) حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٢٤)

معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس قلق المستقبل لمعلمة الروضة في ضوء جانحة كورونا والدرجة الكلية للمقياس

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	أبعاد المقياس
0.01	.763**	البعد الأول (قلق مرتبط بالمجال الاجتماعي)
0.01	.690**	البعد الثاني (قلق مرتبط بالمجال النفسي)
0.01	.728**	البعد الثالث (قلق مرتبط بالمجال الاقتصادي)
0.01	.834**	البعد الرابع (قلق مرتبط بالمجال الصحي)
0.01	.678**	البعد الخامس (قلق مرتبط بالمجال الاعلامي)
0.01	.598**	البعد السادس (قلق مرتبط بالمجال الديني)

(ج) حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد والدرجة الكلية للبعد.

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الأول (قلق مرتبط بالمجال الاجتماعي) والدرجة الكلية للبعد.

جدول (٢٥)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الأول (قلق مرتبط بالمجال الاجتماعي) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
1	.624**	0.01
2	.533**	0.01
3	.706**	0.01
4	.598**	0.01
5	.460**	0.01
6	.579**	0.01
7	.642**	0.01
8	.713**	0.01
9	.472**	0.01
10	.552**	0.01
11	.406**	0.01
12	.727**	0.01

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثانى (قلق مرتبط بالمجال النفسى) والدرجة الكلية للبعد.

جدول (٢٦)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثانى (قلق مرتبط بالمجال النفسى) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
13	.582**	0.01
14	.605**	0.01
15	.477**	0.01
16	.536**	0.01
17	.521**	0.01
18	.637**	0.01
19	.769**	0.01
20	.564**	0.01
21	.380**	0.01
22	.683**	0.01
23	.405**	0.01
24	.735**	0.01

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثالث (قلق مرتبط بالمجال الاقتصادى) والدرجة الكلية للبعد.

جدول (٢٧)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الثالث (قلق مرتبط بالمجال الاقتصادى) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
25	.518**	0.01
26	.627**	0.01
27	.699**	0.01
28	.453**	0.01
29	.367**	0.01
30	.640**	0.01
31	.726**	0.01
32	.584**	0.01
33	.636**	0.01
34	.507**	0.01

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الرابع (قلق) مرتبط بالمجال الصحي والدرجة الكلية للبعد.

جدول (٢٨)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الرابع (قلق مرتبط بالمجال الصحي) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
35	.461**	0.01
36	.575**	0.01
37	.659**	0.01
38	.708**	0.01
39	.427**	0.01
40	.658**	0.01
41	.670**	0.01
42	.404**	0.01
43	.642**	0.01
44	.556**	0.01

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الخامس (قلق) مرتبط بالمجال الاعلامي والدرجة الكلية للبعد.

جدول (٢٩)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد الخامس (قلق مرتبط بالمجال الاعلامي) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
45	.732**	0.01
46	.519**	0.01
47	.450**	0.01
48	.616**	0.01
49	.514**	0.01

- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد السادس (قلق مرتبط بالمجال الديني) والدرجة الكلية للبعد.

جدول (٣٠)

معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات البعد السادس (قلق مرتبط بالمجال الديني) والدرجة الكلية للبعد

رقم المفردة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للبعد	مستوى الدلالة
50	.593**	0.01
51	.627**	0.01
52	.453**	0.01
53	.680**	0.01
54	.561**	0.01

يتضح من الجداول السابقة أن معاملات الارتباطات دالة عند مستوى (٠,٠١) وهذا يدل على ترابط وتماسك المفردات والأبعاد والدرجة الكلية مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلي.

٧- الصورة النهائية لمقياس قلق المستقبل لمعلمة الروضة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج التجربة الاستطلاعية، وفي ضوء آراء السادة المحكمين، أصبح المقياس مكون من (٥٤) عبارة، والدرجة العظمى له هي (١٦٢)، كما هو موضح في ملحق (٣). ولم تحدد الباحثة زمن لتطبيق المقياس على معلمات الروضة فقد أتاحت الفرصة لهم للإجابة عن جميع مفردات المقياس دون تقيد بزمن محدد.

نتائج البحث:

نتناول فيما يلي عرضاً للنتائج التي أسفرت عنها تجربة البحث، وذلك من خلال اختبار صحة كل فرض من فروض البحث، ثم تفسير ومناقشة هذه النتائج في ضوء الإطار النظري للبحث والدراسات السابقة، وذلك بهدف التعرف على علاقة كل من رأس المال النفسي وقوة الأنا كمنبئين لقلق المستقبل لدى معلمات رياض الأطفال في ضوء مستجدات جائحة كورونا.

التحقق من صحة الفرض الأول من فروض البحث:

والذي ينص على أنه "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس رأس المال النفسي ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس رأس المال النفسي ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل بأبعاده، وجدول (٣١) التالي يوضح ذلك.

جدول (٣١)

معامل الارتباط بين درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس رأس المال النفسي ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل بأبعاده.

مستوى الدلالة	معامل ارتباط بيرسون	عدد معلمات رياض الأطفال	أبعاد مقياس رأس المال النفسي	
دال إحصائياً عند مستوى 0.01	-0.429	120	الكفاءة الذاتية	مقياس قلق المستقبل
دال إحصائياً عند مستوى 0.01	-0.490	120	الأمل	
دال إحصائياً عند مستوى 0.01	-0.558	120	التفاؤل	
دال إحصائياً عند مستوى 0.01	-0.546	120	المرونة	
دال إحصائياً عند مستوى 0.01	-0.982	120	مقياس رأس المال النفسي ككل	

يتضح من جدول (٣١) السابق ما يلي:

توجد علاقة ارتباطية عكسية قوية دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس رأس المال النفسي ككل ودرجاتهن ككل على مقياس قلق المستقبل حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (-0.982)، وكذلك توجد علاقة ارتباطية عكسية قوية بين درجات معلمات رياض الأطفال على كل بعد من ابعاد رأس المال النفسي ودرجاتهن ككل على مقياس قلق المستقبل كما هو موضح في الجدول السابق.

ويعنى هذا قبول الفرض الأول من فروض البحث، كما أنه يجيب عن السؤال الأول الذي ورد في مشكلة البحث وهو: " هل توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس رأس المال النفسي ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل؟ " .

وتعزى الباحثة هذه النتيجة في ضوء النماذج المفسرة لرأس المال النفسي، فانفتقت هذه النتيجة مع رأى (Luthans,F. & Youssef, C. M(2007 صاحب نموذج رأس المال النفسي Hero الذي يرى أن رأس المال النفسي هو المكون الايجابي لدى الفرد الذي يساعده في الاستثمار الأمثل لقدراته ويعتبر محركاً مهماً لمواجهة التحديات كما أنه يعمل على التقليل من مستوى التوتر والضغط لدى الفرد والذي ينعكس بدوره على قلق المستقبل.

وتعزى الباحثة هذه النتيجة أيضاً إلى ان رأس المال النفسي يسهم في خفض القلق والشعور بالخوف والتفكير بعمق وزيادة الثقة بالنفس والانتباه والاستمرار والتنظيم لمواجهة المشكلات، فالفرد الذي يمتلك رأس مال نفسي قوى يمتلك القدرة على المواجهة والتصدي وفهم النفس أكثر وبالتالي يقل لديه القلق والخوف من المستقبل وتهديداته ويزداد لديه الشعور بالرضا، وهذا يتفق مع ما أكدته الدراسات السابقة فجدد دراسة (Li- feng, Z., & Hua- li, R, 2009) (التي أكدت على وجود علاقة ارتباطية سالبة بين رأس المال النفسي والقلق بوجه عام، وأيضاً دراسة (أسماء عبد الباري، ٢٠٢١) التي توصلت إلى وجود علاقة دالة بين رأس المال النفسي وقلق المستقبل المهني لدى معلمات الروضة، وهذا ما يؤكد (Bozgeyikli,H.,2017) حيث أظهرت نتائج دراسته ان المعلمون لم يكونوا فاعلين في مدارسهم إلا إذا شعروا بالكفاءة الذاتية وأن يمتلكوا القدر الكافي من الخبرة والمرونة النفسية لمواجهة المشكلات، بالإضافة إلى كونهم متفائلين وأن يكون لديهم تطلعاً إيجابياً للمستقبل.

وانخفاض رأس المال النفسي للمعلمات يزيد من شعورهن بالنقص تجاه أنفسهن وتجاه الآخرين وعدم القدرة على رؤية المواقف الضاغطة داخل الروضة بتفاؤل وأمل مما يزيد من سوء الحالة النفسية لديهن وبالتالي الشعور بالاحترق النفسي مما يزيد من احساهم بقلق المستقبل، فالمعلمة التي لا يكون لديها رأس مال

نفسى قوى يكون لديها ضغوط أكثر لأن رأس المال النفسى يعمل كحاجز مخفف للصدمات، فرأس المال النفسى يرتبط بصورة موجبة بالهناء النفسى ومواجهة الضغوط الإيجابية وبصورة سلبية مع الضغوط النفسية وهذا ما يدعم ويفسر العلاقة السالبة الدالة احصائياً للكفاءة لذاتية والأمل والتفاؤل والمرونة مع قلق المستقبل، وهذا ما اكدته دراسة (علا محمد، ٢٠٢١) التي توصلت إلى وجود علاقة بين رأس المال النفسى والاحترق النفسى لدى معلمات الروضة، ودراسة (منال الحملاوى، ٢٠١٩) التي توصلت إلى أنه توجد فروق بين مرتفعى رأس المال النفسى ومنخفضى رأس المال فى أساليب مواجهة الضغوط.

وهذا يتفق أيضاً مع ما أكدته دراسة (Demir,S. 2018)، و (FU, Ching- S.,2014)، و(ايناس جوهر، ٢٠٢١) حيث أثبتت وجود علاقة دالة موجبه بين رأس المال النفسى والتمكين النفسى وعلاقة دالة سالبة بين رأس المال النفسى والاحترق النفسى لدى معلمات الروضة، ودراسة (Zhong,L. and Ren,H. 2009)، التي توصلت إلى أن رأس المال النفسى يتوسط العلاقة بين الضغوط الأكاديمية وأعراض الاكتئاب لدى طلبة الجامعة.

ومما يدعم هذه النتيجة أيضاً وجود علاقات ارتباطية موجبة بين رأس المال النفسى وبعض المتغيرات الإيجابية التي تسهم في خفض التوتر والضغط والقلق، فقد أوضحت دراسة (Badran ,M,A.&Youssef,M,C,M.,2015) ودراسة (Mello,J,A.,2013)، دراسة (Bergheim,K.,et al.,2015)، ودراسة (Alessandri,G. et al,2015) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين رأس المال النفسى والرضا الوظيفى، وأن رأس المال يعزز الرضا عن الحياة، وهناك علاقة بين رأس المال النفسى وراحة البال المتمثل في السلام الداخلى الهدوء والتناغم والسكينة والانسجام الداخلى، فتوافر ثقة المعلمة في قدراتها وامكانياتها وكذلك تقاؤها وافكارها الإيجابية وتمتعها بالأمل من شأنه ان يحفز زيادة راحة البال والهناء الذاتى وخفض القلق كما في دراسة (رمضان سالم، ٢٠٢١)، (Gupta,D.& Shukla, P., 2018)، أيضاً أظهرت دراسة ((Avey,J,B. et al.,2010) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين رأس المال النفسى والاتجاهات المرغوب فيها كالرضا الوظيفى، الالتزام التنظيمى، الهناء النفسى، وسلوكيات الموظفين المرغوبة، المواطنة،

وكذلك وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين رأس المال النفسي والمواقف غير المرغوب فيها كالسخرية، الإجهاد الوظيفي والقلق.

ويمكن تفسير العلاقة بين رأس المال النفسي وقلق المستقبل من خلال أبعاد رأس المال النفسي والذي يشمل الكفاءة الذاتية والأمل والتفاؤل والمرونة، حيث توجد علاقة دالة سالبة بين هذه الأبعاد وقلق المستقبل، وقد جاء التفاؤل في المرتبة الأولى حيث بلغ معامل ارتباط بيرسون (- 0.558). وهذا يدل على وجود علاقة دالة سالبة قوية بين بعد التفاؤل وقلق المستقبل لدى معلمات الروضة، ويليه المرونة حيث بلغ معامل ارتباط بيرسون (-0.546). ثم الأمل بمعامل ارتباط. (490-) (وفي المرتبة الاخيره الكفاءة الذاتية بمعامل ارتباط (-0.429)، فالمعلمة المتفائلة ترى الجوانب الإيجابية في المواقف وتتوقع احسن الأمور بغض النظر عن الصعوبات، فتمتلك نزعة ايجابية عند مواجهة التحديات وتتوقع ان تسير الاحداث بشكل جيد، وهذا يتفق مع دراسة (ماجدة بخيت، ٢٠١١) والتي اكدت على وجود علاقة عكسية قوية بين التفاؤل وقلق المستقبل، وبينت نتائج دراسة كل من (Shukla,A., and Singh,S, 2013)، أن الأشخاص ذوي المستويات المرتفعة من التفاؤل والأمل لديهم قدرة عالية على استعادة توازنهم وحل مشكلاتهم والصراعات في أماكن العمل بالمقارنة بالأشخاص ذوي المستويات المنخفضة من رأس المال النفسي. ويتسم المعلمات ذوي الدرجات المرتفعة من المرونة النفسية بدرجات مرتفعة من الصمود النفسي التي تظهر في زيادة قدرتهم على مواجهة التحديات المختلفة والتعامل مع الاجهاد والاحترق النفسي، وتنعكس في أداء ورضا وظيفي اكبر.

كما أن المعلمات مرتفعى الأمل يمكنهم من تطوير مسارات بديلة لتحقيق الأهداف عند مواجهة التحديات والصعاب فهو عامل وقائي يساعدها في التغلب على المشاعر السلبية التي تواجهها مما ينعكس على نظرتها المستقبلية، أيضاً المعلمات مرتفعى الكفاءة الذاتية يتميزون بتحديد الأهداف ويميلون للتحدى وتكون دافعيتهم داخلية المنشأ، فتجعل الكفاءة الذاتية حياتها خالية من التوتر والصراعات وتجعلها أكثر اقبالاً على الحياة وتمنحها القوة للتغلب على جميع الصعاب على عكس منخفضى الكفاءة الذاتية الذين يتولد لديهم مشاعر الخوف والقلق من المستقبل، وهذا يتفق مع دراسة (كوثر بشير، ٢٠١٨).

التحقق من صحة الفرض الثاني من فروض البحث:

والذي ينص على أنه "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس قوة الأنا ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس قوة الأنا ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل بأبعاده، وجدول (٣٢) التالي يوضح ذلك.

جدول (٣٢)

معامل الارتباط بين درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس قوة الأنا ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل بأبعاده

مستوى الدلالة	معامل ارتباط بيرسون	عدد معلمات رياض الأطفال	أبعاد مقياس قوة الأنا	
0.01	-0.436	120	البعد الجسمي	مقياس قلق المستقبل
0.01	-0.574	120	البعد الخلقى	
0.01	-0.495	120	البعد الاجتماعي	
0.01	-0.349	120	البعد العقلي	
0.01	0.512	120	البعد النفسي	
0.01	-0.985	120	مقياس قوة الأنا ككل	

يتضح من جدول (٣٢) السابق ما يلي:

توجد علاقة ارتباطية عكسية قوية دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس قوة الأنا ككل ودرجاتهن ككل على مقياس قلق المستقبل حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (-0.985)، وكذلك توجد علاقة ارتباطية عكسية قوية بين درجات معلمات رياض الأطفال على كل بعد من أبعاد قوة الأنا ودرجاتهن ككل على مقياس قلق المستقبل كما هو موضح في الجدول السابق.

ويعنى هذا قبول الفرض الثاني من فروض البحث، كما أنه يجيب عن السؤال الثاني الذي ورد في مشكلة البحث وهو: " هل توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس قوة الأنا ودرجاتهن على مقياس قلق المستقبل؟ " .

وتعزى الباحثة هذه النتيجة إلى أن قوة الأنا أحد عوامل الشخصية والتي لها دوراً كبيراً في التوافق النفسى للفرد فمن خلالها يستطيع الفرد حسم صراعاته النفسية مما يؤدي لتكامل الشخصية والتوافق السليم فهي شرط ضروري للصحة النفسية بل يجعلها البعض مرادفاً للصحة النفسية، فهي محور الحياة النفسية ومكمن قوتها التي تقاس بالقدرة على تحمل الإحباط والنجاح في تجاوز الصعاب سعياً لتوكيد وتحقيق الذات، وهذا يتفق مع ما ذكره علاء كفاي(١٩٨٢)، ويرى Barnes, B. & Shrinivas, R (1993) أن الفرد الذي يتمتع بقوة الأنا لديه القدرة على تخطي الصعاب والتحديات ويكون أقل عرضة للاضطرابات والمشاكل النفسية وسوء التكيف، مما يؤكد أن هناك علاقة عكسية بين قوة الأنا وقلق المستقبل، ويرى عايش مجلى (٢٠١١) ان قوة فاعليات الأنا هي مؤشر لنمو قوة الشخصية الداخلية للفرد التي تمكنه من الاستخدام الأمثل لقدراته المعرفيه والسلوكية والانفعالية التي تسهل عليه ممارسة أدواره الاجتماعية المتعددة والتعامل الأمثل مع ما يواجهه من احباطات واحداث يومية ضاغطة، وبالتالي فإن ضعف الأنا من منبئات سوء التوافق والعكس فإن القدرة على تحمل الإحباط تعزز من قوة الأنا لدى الفرد وبالتالي تحقيق الصحة النفسية. (وفاء عبدالله، ويوسف العجلاني، ٢٠١٩، ٤٦٥)

وتعزى الباحثة نتيجة هذا الفرض في ضوء النظريات الداعمة لقوة الأنا، فيرى اريكسون ان قوة الأنا هي البعد المهم في الشخصية الذي يسهم في تنظيم السلوك وهو المؤشر الحقيقي للتوافق النفسى، وعلى الجانب الآخر نجد مدرسة التحليل النفسى ترى أن الأنا في جانبه الشعورى عبارة عن كل ما نشعر به من ادركات وعواطف وانفعالات بينما يشتمل قبل الشعور على الذكريات والمعارف الكامنة أما الجانب اللاشعورى فيضم ميكانزمات الدفاع التي تتبعها الأنا لى تواجه التهديدات الخطيرة من الهى والأنا العليا أو العالم الخارجي والقلق المرتبط بهم، وهذا يؤكد أن قوة الأنا لها علاقة عكسية دالة بالقلق.

وهذا يتفق مع الدراسات السابقة فنجد دراسة (حازم الطنطاوى، ٢٠٢١) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية احصائياً بين درجات عينة الدراسة على مقياس قلق الموت بأبعاده ودرجاته على مقياس قوة الأنا في ضوء جائحة كورونا، وفي هذا الصدد اكد أحمد عبد الخالق (١٩٩٢، ١٨)، ومحمد عبد الرحمن (١٩٩٨، ٨٨)، Kelly, W. (٢٠٢٠، ٢٩) على ان نوى ضعف الأنا ليس لديهم القدرة على التخطيط الجيد لما يقومون به في المستقبل ولديهم مستوى منخفض من الوعي المعرفى، ولديهم تقدير ذات منخفض، ومفهوم ذات سلبي، وليس لديهم قدرة على الصمود في مواجهة الازمات والمحن مما يزيد من قلق المستقبل لديهم.

ومما يدعم هذه النتيجة أيضاً وجود علاقات ارتباطية موجبة بين قوة الأنا وبعض المتغيرات الإيجابية كالتفاؤل والرضا والامن النفسى وأساليب مواجهة الضغوط، والذكاء الوجدانى ووجهة الضبط والتوافق النفسى، والتي تسهم في خفض التوتر والضغط والقلق كدراسة (ناصر العازمى، ٢٠١٩) التي توصلت إلى انه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل وقوة الأنا، فالتفاؤل يؤثر في سلوك الفرد وعلى صحته النفسية حيث يجعله يستبشر الخير دائماً ويتوقع حدوث الأفضل وينظر للمستقبل نظرة مليئة بالأمل، ويحميه من مشاعر الحزن والاكتئاب والقلق من المستقبل، ودراسة (احمد الزعبي، ٢٠١٥) التي توصلت إلى أن هناك علاقة بين قوة الأنا والامن النفسى لدى طلاب الجامعة، حيث يسهم الامن النفسى في حماية الفرد من الوقوع في العديد من الاضطرابات النفسية والبعد عن القلق، ودراسة (Sinha, V., & Prabhat, R., 1993) التي كشفت العلاقة بين قوة الأنا والرضا الوظيفي لدى المعلمين، ودراسة (فاتن الكاكي، ٢٠١٦) التي توصلت إلى ان هناك علاقة إيجابية بين قوة الأنا واستراتيجية مواجهة الضغوط لدى لاعبي الألعاب الفردية، دراسة (فاطمة أبو شامة، ٢٠١٢) التي توصلت إلى وجود ارتباط دال بين قوة الأنا وأساليب مواجهة الضغوط لدى المرأة العاملة وغير العاملة، ودراستي (أمثال الحويطة، وملك الرشيد، ٢٠١٠)، (عايدة صالح، ٢٠١٣) التي توصلتا إلى وجود ارتباط دال بين قوة الأنا والذكاء الوجدانى، ودراسة (مرفت مقبل، ٢٠١٠) التي اكدت على وجود علاقة دالة بين التوافق النفسى وقوة الأنا لدى مرضى السكرى.

ويمكن تفسير العلاقة بين قوة الأنا وقلق المستقبل من خلال أبعاد قوة الأنا والذي يشمل البعد الجسمي، والخلقي والاجتماعي، والعقلي، والنفسي، حيث توجد علاقة دالة سالبة بين هذه الأبعاد وقلق المستقبل، وقد جاء البعد الخلقي في المرتبة الأولى حيث بلغ معامل ارتباط بيرسون (-.574). وهذا يدل على وجود علاقة دالة سالبة قوية بين البعد الخلقي وقلق المستقبل لدى معلمات الروضة، ويليه البعد النفسي حيث بلغ معامل الارتباط (-.512). ثم البعد الاجتماعي بمعامل ارتباط (-.495). ويليه البعد الجسمي بمعامل ارتباط (-.436). وفي المرتبة الأخيرة البعد العقلي بمعامل ارتباط (-.349).

وتتفق تلك النتيجة مع دراسة (محمد عبود، ونادية ايدري، ٢٠٢٠) التي أكدت على أن ذوى الالتزام الدينى والخلقى والذين يتقيدون بالتعليمات والتشريعات الدينية والتي تمثل لهم منهج ودستور حياة تتعكس على طبيعة التعامل مع القضايا والظواهر في مختلف المناحي حيث يكون له الأثر الكبير على المستوى الذاتى والشخصى مما يقىهم في الوقوع من العديد من المشكلات والاضطرابات النفسية كالقلق عامة، وقلق المستقبل خاصة.

واتفق كلا من (Sudjiwanati,S.,2020,165)، (Kelly,W.,2020,29) ان ذوى قوة الأنا القادرين على التحكم في انفعالاتهم لديهم مستوى منخفض من القلق ومستوى عالى من الصمود النفسى الذى يسهم في مواجهة الازمات، ويتصف ذوى قوى الأنا بمستوى عال من الكفاءة الاجتماعية والتي يستفيدون من تجاربهم السابقة في مواجهة الازمات ولديهم قدرة على مواجهة المشكلات وعدم الهروب منها مما ينعكس على تقليل التوتر والقلق داخلهم، أما البعد العقلى فنجد ان القدرة على التخطيط الجيد والسعى نحو تحقيق الاهداف وتقنهم بأنفسهم يزيد من قدرتهم في مواجهة الإحباط والفشل والخوف من المستقبل.

التحقق من صحة الفرض الثالث من فروض البحث.

والذي ينص على أنه: " يمكن التنبؤ بقلق المستقبل بمعلومية الدرجة على مقياس رأس المال النفسى، ومقياس قوة الأنا لمعلمات رياض الأطفال في ضوء مستجدات جائحة كورونا ".

وللتحقق من إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الدرجة على مقياس رأس المال النفسي، ومقياس قوة الأنا قامت الباحثة بإجراء تحليل الانحدار من خلال برنامج (SPSS)، والذي يوضح نتائج الجدول (٣٣) التالي:

جدول (٣٣): نتائج تحليل الانحدار للتنبؤ بقلق المستقبل، من خلال الدرجة على مقياس رأس المال النفسي، ومقياس قوة الأنا (ن = ١٢٠).

المتغير المنبئ	معامل التحديد (R)	المعامل الباني (B)	بيتا Beta	قيمة (f)	مستوى دلالة (f)	قيمة (t)	مستوى دلالة (t)
رأس المال النفسي	.990	148.104	-.288	2862.683	دالة عند مستوى (0.01)	7.213	دالة عند مستوى (0.01)
قوة الأنا	.985		-.532	3960.484	دالة عند مستوى (0.01)	9.479	دالة عند مستوى (0.01)

وينضح من خلال جدول (٣٣) السابق تحقق الفرض الثالث؛ حيث يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الدرجة على مقياس رأس المال النفسي، ومقياس قوة الأنا من خلال معادلة الانحدار التالية:

$$\text{قلق المستقبل} = 0.288 (\text{رأس المال النفسي}) + (-0.532) (\text{قوة الأنا}) + 148.104$$

ويعنى هذا قبول الفرض الثالث من فروض البحث، كما أنه يجب عن السؤال الثالث الذي ورد في مشكلة البحث وهو: " هل يمكن التنبؤ بقلق المستقبل بمعلومية الدرجة على مقياس رأس المال النفسي، ومقياس قوة الأنا لمعلمات رياض الأطفال في ضوء مستجدات جائحة كورونا؟".

ومما يدعم هذه النتيجة هو أن رأس المال النفسي القوي ومستوى قوة الأنا العالية لدى معلمة الروضة يعدوا حصناً قوياً يساهم في وقاية معلمة الروضة من الضغوط النفسية وقلق المستقبل، فهم دروع واقية تساعد معلمة الروضة على مواصلة الحياة في ظل أي ظروف صعبة وأي تحديات، فهم أداة من أدوات التوافق والتكيف مع مواقف الحياة وتحدياتها وبالتالي السيطرة على المحن والشدائد وبالتالي امتلاكهم يسهم في خفض قلق المستقبل لديهن.

وتتفق هذه النتيجة مع الأطر النظرية والدراسات السابقة، فرأس المال النفسي وقوة الأنا لهما دور في تحقيق الصحة النفسية والتنبؤ بها اثناء جائحة كورونا، وتتفق هذه النتيجة مع توجهات علم النفس الإيجابي من تعزيز قدرات الفرد الشخصية كالكفاءة والأمل والمرونة والتفاؤل والتي تسهم في خفض القلق، فنجد دراسة (Turliuc,M.,N. &Candel,O,S.,2021) التي توصلت إلى ان رأس المال النفسي يعد مورد معرفي لتشكيل السلوكيات الصحية الوقائية اثناء الوباء مما يساعد في التنبؤ بالقلق لدى الافراد، أيضاً دراسة (فهيمة السعيدية، وسعيد الظفري، ٢٠٢١) اكدت على ان التفاؤل والتشاؤم كأبعاد هامة لرأس المال النفسي لهما تأثير مباشر في قلق المستقبل في ضوء جائحة كورونا، فالتفاؤل والاقبال على الحياة لهما دور في التغلب على المخاوف والاحباطات في حين التشاؤم يرتبط بالتقييمات السلبية للمستقبل والشعور باليأس والتوتر والاحباط مما يزيد من القلق المرتبط بالمستقبل خاصة في ظل جائحة كورونا، ويمكن التنبؤ بقلق المستقبل أيضاً من خلال الامن النفسي في ظل جائحة كورونا (بهية ندا، ٢٠٢١).

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء قدرة رأس المال النفسي في التنبؤ بالمتغيرات الإيجابية التي تسهم في خفض القلق، ففي دراسة (فطيمة بوسنة، ٢٠٢١) وجد تأثير دال لرأس المال النفسي على اليقظة الذهنية، وذلك لما يعكسه التدريب النفسي من تكامل بين السمات الفردية والقدرات المعرفية والسلوك الناتج عنها، فالسمات الإيجابية تتولد عنها أفكار متفائلة تؤدي إلى مشاعر إيجابية ودافعية نحو النجاح والتقدم، ووجد ان هناك اسهام نسبي لرأس المال النفسي في التنبؤ بالازدهار النفسي كما في دراسة (عبد العزيز عبد العزيز، ٢٠٢٢)، أما دراسة (عماد الزير، ٢٠١٩) التي اكدت ان لرأس المال النفسي دور في تحسين الأداء الوظيفي، ودراسة (Mahmoodi ,M.,& Amirianzadeh,M.,2017) التي توصلت إلى ان المرونة والتفاؤل يمكنهما التنبؤ بنوعية الحياة لدى طلاب الجامعة، ودراسة (Singhal,H and Rastogi,R,2018) توصلت إلى ان رأس المال النفسي يسهم في التنبؤ بالهناء النفسي والالتزام التنظيمي، في حين أوجدت بعض الدراسات قدرة رأس المال النفسي بالتنبؤ بالضغوط، كدراسة (الاء مصطفى وحسين الشرعة، ٢٠٢١) مساهمة عناصر رأس المال النفسي وقوة الأنا في التنبؤ بالضغط النفسي

لدى أمهات ذوى اضطراب التوحد في الأردن، ودراسة (فطيمة بوسنة، ٢٠٢١) التي توصلت إلى القدرة التنبؤية لابعاد رأس المال النفسى الايجابى بمستوى الضغط المهنى لدى المرأة المتزوجة العاملة في ظل جائحة كورونا، ودراسة (Emilly,L,L.et al ,2015)، و(Maykrantz,et al.,2021) اكدت على أن أبعاد رأس المال النفسى الايجابى لها قدرة تنبؤية بمستويات الضغط النفسى.

وعلى الجانب الأخر نجد أن قوة الأنا تسهم في التنبؤ بقلق المستقبل ويمكن تفسير ذلك في ضوء النظريات الداعمة المفسرة لقوة الأنا، حيث يرى اريكسون (Erikson,1967) ان قوة الأنا احد عوامل الشخصية التي لها دور كبير في التوافق النفسى للفرد وهى البعد المهم في الشخصية الذى يعد العامل الاساسى في تنظيم سلوك الفرد وشرطاً ضرورياً للصحة النفسية، وأوكل فرويد في نظرية التحليل النفسى مهمة قيادة الشخصية السوية وإدارة شئون الفرد للأنا، فالمستوى المرتفع من القلق يكون سببه أنا ضعيفة وشخصية غير متزنة وغير سوية وغير قادرة على التعامل مع التحديات واحداث الحياة الضاغطة بشكل ايجابى بينما المستوى المنخفض من القلق ينتج عن أنا قوية وشخصية متزنة وسوية قادرة على التعامل مع الازمات ومواقف الإحباط، وهذا ماكدته فاطمة عودة (٢٠٠٢) عن وجهة نظر فرويد الذى يرى ان الأشخاص الحاصلين على درجات منخفضة في قوة الأنا يتميزون بانهم اشخاص تقهرهم ضغوط الحياة مما يزيد احتمالية وقوعهم فريس للمرض النفسى والقلق.

وتوصل علاء الدين كفاى (١٩٨٧) إلى قدرة مقياس بارون لقوة الأنا على التنبؤ بنجاح العلاج النفسى، وقد وضع بارون مقياسه متضمنا الفوبيا والقلق، وهذا يدل على ان قوة الأنا هي محور الصحة النفسية فمعظم تعريفات الصحة النفسية تدور حول قوة الأنا، وهذا يتفق مع دراسة (حازم الطنطاوى، ٢٠٢١) التي أظهرت ان قوة الأنا تسهم في التنبؤ بقلق الموت لدى طلبة الدراسات العليا بالجامعة المشتبه في اصابتهم بفيروس كورونا، ودراسة (ZidanI,M. et al ,2017)) الذى اكد على ان لقوة الأنا المرتفعة عدة مؤشرات منها السعى دائماً للافضل والتغلب على التوتر والقلق وتوقع النجاح.

وفي هذا الصدد أشارت S. Suddjiwanati (2020) إلى ان قوة الأنا هي قدرة الفرد على ضبط انفعالاته في اثناء مواجهة الازمات. واتفق علاء الدين كفاي (١٩٨٢، ١٧)، و Pourhosein,R et al, 2019 (2-3)، على ان قوة الأنا تعكس الازدادة والقدرة على السيطرة على الواقع والتعامل مع التحديات بشكل ايجابي، في حين تعكس ضعف الأنا مؤشراً واضحاً على وقوع الفرد في الاضطرابات والمشكلات النفسية ومنها قلق المستقبل. ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء قدرة قوة الأنا بالتنبؤ ببعض المتغيرات التي لها علاقة بقلق المستقبل كدراسة دراسة (شيماء الشهاوى، ٢٠١٦) التي توصلت إلى فعالية برنامج قائم على قوة الأنا في خفض الاعراض الاكتئابية لدى الطالبات المكتنبات، ودراسة (منال الناشرى، وهالة رجب، ٢٠١٩) والتي اظهرت انه يمكن التنبؤ بالقدرة على اتخاذ القرار من خلال مستوى قوة الأنا لدى طالبات المرحلة الثانوية.

ومما يدعم هذه النتائج طبيعة عمل العينة التي يقوم عليها البحث، فقد يكون أحد مسببات القلق مصادر ضغوط العمل التي جعلت انسان هذا العصر قلقاً وسهل الاستثارة والتي أيضاً تعد من امراض القرن الحادى والعشرين، حيث توجد أنماط من العمل تسبب ضغوطاً بطبيعتها وهناك الكثير من الوظائف تتسبب في اضطرابات نفسية مرجعها إلى الضغوط في العمل (Leherer,P.M.) Woolfolk,R.L,2007، وعندما يشعر الفرد بالضغط يصاب بحالة من التوتر والاجهاد ويحاول استخدام بعض الوسائل الدفاعية لتخفيف هذه الضغوط وإذا فشل فإنه يظهر بعض الاعراض الانفعالية مثل القلق والتوتر والإحباط، بالإضافة إلى الاعراض الجسمية (فاروق عثمان، ٢٠٠١، ٩٧)، فمهنة التدريس من الوظائف الضاغطة والتي تسبب الضغط المهني والضغط النفسي والاحتراق النفسى وهذا ما يؤكد (حكيمة حمودة وآخرون، ٢٠٠٨)، (Pines,A.M,2004)، (Tina M.C,2004)، كما أظهرت دراسة (ماجدة بخيث، ٢٠١٠) ان معلمات الروضة تتعرض لضغوط كثيرة وأرجعت ذلك إلى عصر القلق والتوتر الذى نعيش فيه، إضافة الى المعوقات المادية والاجتماعية والاقتصادية التي تعوق اشباع الحاجات الضرورية لهن، علاوة على الخوف والقلق من الامراض، فظهور أزمة كورونا كوفيد-١٩ وما

رافقها من حالة احباط ويأس وقلق وخوف لدى الافراد ولدى معلمات الروضة خاصة والتي أثرت على قدرات ومستوى طموح وآمال واهداف الفرد في المستقبل، فارتبطت جائحة كورونا ارتباطاً وثيقاً بمشاعر العجز والخوف وفقدان الإحساس بالأمن والأمان والاستقرار والقدرة على تصور مستقبل أكثر اشراقاً، وهنا نادى المتخصصين في الصحة النفسية بضرورة امتلاك رأس مال نفسي قوى وقوة أنا عالية للتغلب على هذه المشاعر.

توصيات البحث:

- ١- العمل على عقد ندوات ومحاضرات عامة لمعلمات الروضة لدعمهن نفسياً وذلك بهدف تطوير أساليب حياتهن بما يتناسب مع طبيعة عملهن والظروف الطارئة المحيطة بهن.
- ٢- الاهتمام ببرامج التربية السيكولوجية وتنمية رأس المال النفسي وقوة الانا لدى الطالبة المعلمة الخاصة برياض الأطفال بحيث يكون ضمن مقررات التي تدرس بالجامعة.
- ٣- توفير المناخ المعزز لتحقيق مستوى مرتفع من رأس المال النفسي وقوة الانا لدى معلمات الروضة.
- ٤- تحديد ومعالجة المشكلات التي تسبب قلق المستقبل لدى معلمات الروضة.
- ٥- تصميم واعداد دليل عملي بهدف تحسين رأس المال النفسي وقوة الانا لدى معلمات الروضة

بحوث مقترحة:

- ١- برنامج ارشادي لتنمية رأس المال النفسي وقوة الانا لدى معلمات الروضة.
- ٢- اثر الذكاء الوجداني على خفض قلق المستقبل لدى معلمة الروضة.
- ٣- رأس المال النفسي وقوة الانا وعلاقتها بجودة الحياة العملية والرضا الوظيفي لدى معلمة الروضة.
- ٤- قوة الانا كمتغير وسيط بين رأس المال النفسي والرفاه النفسي لدى معلمات الروضة.

المراجع:

- إبراهيم محمود إبراهيم (٢٠٠٣): مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ١٣(٣٨)، ١٥-٥٢.
- اتوفينجل (١٩٦٩). نظرية التحليل النفسي في العصاب، ترجمة صلاح مخيمر وميخائيل رزق، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- احمد الزعبي (٢٠١٥). الامن النفسي وعلاقته بقاعية الأنا لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ١٣(٤)، ١١-٤٢.
- احمد محمد عبد الخالق (١٩٩٢). الابعاد الأساسية للشخصية، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- اديب الخالدي (٢٠٠٢). المرجع في الصحة النفسية، مصر: الدار العربية للنشر والتوزيع.
- أسماء فتحى توفيق عبد البارى (٢٠٢١). رأس المال النفسى لدى الطالبات المعلمات برياض الأطفال وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية، مجلة الطفولة والتربية، جامعة الإسكندرية - كلية رياض الأطفال، ١٣(٤٨)، ١٢١٥-٣١٩.
- آلاء محمد مصطفى، وحسين سالم ضيف الشرعة (٢٠٢١). مساهمة عناصر رأس المال النفسى وقوة الأنا في التنبؤ بالضغط النفسى لدى أمهات ذوى اضطراب التوحد في الأردن، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات النفسية، ١٢(٣٤)، ٢٦٩-٢٥٨.
- آمال جودة (٢٠٠٤). قوة الأنا لدى المرأة الفلسطينية في محافظات غزة، مجلة جامعة الأقصى سلسلة العلوم الإنسانية، ٨(١)، ٢٥٦-٢٨١.
- امانى عادل سعد على (٢٠٢١). رأس المال النفسى كمتغير وسيط في العلاقة بين الضغوط المهنية والاندماج الوظيفى لدى معلمى التربية الخاصة، مجلة علوم ذوى الاحتياجات الخاصة، جامعة بنى سويف، ٣(٥)، ١٧٣٣-١٧٩٤.
- أمثال هادى الحويلة، ومملك جاسم الرشيد (٢٠١٠). الذكاء الوجدانى وعلاقته بوجهة الضبط وقوة الأنا، دراسة مقارنة بين عينة من الطلبة الموهوبين والعاديين في دولة الكويت، حويليات اداب عين شمس، كلية الاداب، ٣٨، ١٥٩-١٨٤.
- أميرة محمد بدر محمد (٢٠١٨). رأس المال النفسى وعلاقته بكل من استراتيجيات الجهد الانفعالى والرضا عن العمل لدى معلمى المرحلة الابتدائية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢٨(١٠٠)، ١٠٩-٢١١.
- انشراح إبراهيم المشرفى (٢٠١٦). مدخل إلى رياض الأطفال، ط٤، القاهرة: دار الزهراء للنشر والتوزيع.
- آيات إسماعيل إبراهيم (٢٠٢٠). التصورات والمعوقات لاستخدام التعليم عن بُعد في ظل جائحة كورونا ومستجداتها من وجهة نظر معلمى المدارس الثانوية الحكومية الأردنية في محافظة العاصمة، مجلة العربي للدراسات والأبحاث، ١٠(١٠)، ٦٤-٨٠.
- ايناس سيد على عبد الحميد جوهر (٢٠٢١) رأس المال النفسى وعلاقته بالتمكين

- النفسي والاحترق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال،
مجلة الطفولة والتربية، جامعة الإسكندرية - كلية
رياض الأطفال، ١٣(٤٨)، ٤٧٥-٥٣٤.
- إيناس عبد الرازق خليفة. (٢٠١٣). رياض الأطفال: الكتاب الشامل. القاهرة: دار المنهل.
- بخيتان محمد عايش القحطاني. (٢٠٢٠). واقع استخدام التعلم عن بُعد في ظل جائحة
كورونا من وجهة نظر معلمي التربية الإسلامية
بالمرحلة المتوسطة، مجلة العلوم التربوية، كلية
الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، ٢٨(٣)، ٣٩١-
٤٢٠.
- بهيه جمعة السيد ندا ندا (٢٠٢١). قلق المستقبل وعلاقته بجودة الحياة والامن النفسي
لدى عينة من طلاب الثانوية العامة بظل جائحة
كورونا، مجلة مركز الخدمة للاستشارات البحثية، جامعة
المنوفية، ٢٣(٦٨)، ٥٠-١.
- جابر عبد الحميد جابر وعلاء الدين كفاي (١٩٩٠). معجم علم النفس والطب
النفسي، (٣). القاهرة: دار النهضة العربية.
- حازم شوقي محمد الطنطاوي (٢٠٢١) قلق الموت وعلاقته بقوة الأنا لدى طلبة
الدراسات العليا بالجامعة المشتبه في اصابتهم بفيروس
كورونا، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية،
١٥(٥)، ٣٢٧-٣٩٨.
- حسن بن عيسى أحمد الدش. (٢٠٢٠). أثر جائحة كورونا على تحول العملية التعليمية
من التعليم التقليدي إلى التعليم عن بُعد. المؤتمر
الدولي الافتراضي لمستقبل التعليم الرقمي في الوطن
العربي، مجلة إثراء المعرفة للمؤتمرات
والأبحاث، المجلد (٢)، جازان، المملكة العربية السعودية.
- حكيمة آيت حمودة، وزاهية خطر وشهرزاد بوشدوب (٢٠٠٨). أهمية مركز الضبط في
إدارة الضغوط المهنية لدى مدرسي التعليم الثانوي،
مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس،
٦(٢)، ٤٧-١٧٩.
- حمدان محمود فضة (٢٠٠٠). دراسة لقوة الأنا لدى الذكور والإناث وعلاقتها
بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والثقافي في الريف
والمدينة، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٨(٢٨)،
٨٨-١٦٩.
- حنان خليل محمد الحميدي (٢٠٢١). فاعلية التعليم عن بُعد في تعليم مهارات القراءة
والكتابة للصفوف الثلاثة الأولى في ظل جائحة كورونا
من وجهة نظر معلمي الصف في محافظة
الزرقاء، المجلة العربية للعلوم الإنسانية والاجتماعية -
الأردن، ٣(٧)، ١٥٠-٢٠٦.
- حنان عبد الحميد الغناني (٢٠٠٠). الطفل والاسرة والمجتمع، الأردن: دار الصفاء
للنشر والتوزيع.
- خديجة محمد بدر الدين احمد محمد (٢٠٢٢). فاعلية برنامج مهارات الدعم النفسي
الاجتماعي الأولى خلال الازمات وخفض مستوى قلق
المستقبل في ظل جائحة كورونا لدى أمهات أطفال
الروضة، المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة
ببورسعيد، ٢٢، ٣١١-٣٨٤.

- دينا احمد حسن إسماعيل (٢٠٢١). النموذج البنائي للعلاقة بين القيادة الاصيلية المدركة ورأس المال النفسي والاتدماج في العمل وسلوك المواطنة التنظيمية لدى معلمى مرحلة التعليم الاساسى، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ١٥(٧)، ٤٩٣-٦٦٨.
- رائد محمود حسن أبو حماد (٢٠٢١). المشكلات التي تواجه معلمي وأولياء أمور مدارس لواء الجيزة في التعليم عن بُعد ومستوى الدعم الذي تقدمه مديرية التربية والتعليم لهم في ظل جائحة كورونا. رسالة ماجستير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الأردن.
- رمضان عاشور حسين سالم (٢٠٢١). بناء نموذج للعلاقات السببية بين أبعاد كل من رأس المال النفسي ومستوى الطموح والتدفق النفسي وراحة البال لدى عينة من طلبة الجامعة، مجلة البحث العلمي في التربية - جامعة عين شمس كلية البنات للاداب والعلوم التربوية، ٢٢(٧)، ١٦٥-٢٦٠.
- رمضان عاشور حسين (٢٠١٩) القيمة التنبؤية لرأس المال النفسي براحة البال لدى عينة من طلاب الدراسات العليا، مجلة التربية النوعية، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، (٥٤)، ٢٥-٦١.
- زينب محمود شقير (٢٠٠٥): مقياس قلق المستقبل، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- سليمان العسكري (٢٠٠٢): الطفل العربي ومأزق المستقبل، مجلة العربي - الكويت، ٥٠(١٣)، ٩-٢٨.
- سيجموند فرويد (١٩٨٧). الأنا وميكانزمات الدفاع. (ترجمة صلاح الدين مخيمر، وعبد ميخائيل)، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- سيد محمدى صميده حسن (٢٠٢٠). العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية ورأس المال النفسلى وأساليب قيادة حجرة الدراسة لدى معلمي المرحلة الثانوية العامة: دراسة عبر ثقافية، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ١٤(٩)، ٦٥-١٩٣.
- شيماء السعيد عبيد الشهاوى (٢٠١٦). فاعلية برنامج ارشادى متعدد المداخل لرفع قوة الأنا لدى عينة من الطالبات المكتنبات بكلية التربية جامعة الباحة، مجلة كلية التربية، بها، ٢٧(١-٦)، ١-٤٣.
- عاشور محمد دياب (٢٠٠١): فاعلية الارشاد النفسى الدينى في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، ٥(١)، ٤٣٦-٤٦١.
- عايدة السميرى، ونجاح صالح (٢٠١٣). فاعلية برنامج ارشادى بتقنيات العقل والجسم لخفض حدة قلق المستقبل لدى طالبات جامعة الأقصى بمحافظة غزة، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢(٢١)، ٦٣-٩٨.
- عايدة شعبان الديب صالح (٢٠١٣). الذكاء الوجداني وعلاقته بقوة الأنا لدى طلاب كلية التربية بجامعة الأقصى بغزة، مجلة البحث العلمي

- في الاداب، جامعة عين شمس، ١٤(٤)، ٣٠٧-٣٥٢.
- عايش عبد الله مجلى (٢٠١١). الافكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية بصعدة، مجلة جامعة دمشق، ١٩٣، ٢٧-٢٤١.
- عبد العزيز محمود عبد العزيز (٢٠٢٢). الاسهام النسبى لرأس المال النفسى والذكاء الوجدانى فى التنبؤ بالازدهار النفسى لدى عينة من الشباب الجامعى، مجلة كلية التربية فى العلوم النفسية، جامعة عين شمس، ٤٦(١)، ٢١١-٢٨٧.
- علا عبد الرحمن على محمد (٢٠٢١). رأس المال النفسى وعلاقته بالرضا الوظيفى والاحتراق النفسى لدى المعلمات بالروضة فى ضوء بعض المتغيرات، مجلة دراسات فى الطفولة والتربية، جامعة أسيوط - كلية التربية للطفولة المبكرة، ١٦، ١٠١-١٨٦.
- علاء الدين كفاى (١٩٨٢). مقياس قوة الأنا. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- علاء الدين كفاى (١٩٨٧). مدى قدرة مقياس بارون لقوة الأنا على التنبؤ بنجاح العلاج النفسى، المجلة العربية للعلوم الإنسانية - الكويت، ٧(٢٦)، ٩٨-١٢٣.
- علاء الدين كفاى (١٩٩٩). الارشاد والعلاج الاسرى، سلسلة المراجع فى التربية وعلم النفس، القاهرة: دار الفكر العربى.
- عماد داوود الزير (٢٠١٩). رأس المال النفسى ودوره فى تحسين الأداء الوظيفى للعاملين فى جامعة فلسطين الاهلية، مجلة الاطروحة للعلوم الانسانية، ٤(٦)، ٦٧-٩٦.
- فاتن على الكاكي (٢٠١٦). قوة الأنا وعلاقتها باستراتيجية مواجهة الضغوط لدى لاعبي الألعاب الفردية والفريقية فى بعض جامعات العراق، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، ١٦(١)، ١٣٦-١٥٠.
- فاروق عثمان (٢٠٠١). القلق وإدارة الضغوط النفسية. سلسلة المراجع فى التربية وعلم النفس، القاهرة: دار الفكر العربى.
- فاطمة أبوشامة (٢٠١٢). قوة الانا وعلاقتها باساليب مواجهه ضغوط احدث الحياة الضاغطة لدى المرأة العاملة وغير العاملة، رسالة ماجستير، كلية الاداب، جامعة بنها، مصر.
- فاطمة عودة (٢٠٠٢). المناخ النفسى الاجتماعى وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية وقوة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، فلسطين.
- فطيمة بوسنة (٢٠٢١) تأثير ابعاد رأس المال النفسى الايجابى على اليقظة الذهنية لدى الطلبة الجامعيين، مجلة البحوث التربوية والتعليمية، ١٠(٢)، ١١-٣٠.
- فطيمة بوسنة (٢٠٢١). القدرة التنبؤية لابعاد رأس المال النفسى الايجابى بمستوى الضغط المهنى لدى المرأة المتزوجة العاملة فى ظل جائحة كورونا، مجلة المعيار، جامعة تيسمسلت، ١٢(٢)، ٩٦٩-٩٨١.
- فكرى لطيف متولى (٢٠٢١). رأس المال النفسى وعلاقته بالرضا الوظيفى واليقظة العقلية لدى معلمي التربية الخاصة، مجلة علوم ذوى الاحتياجات الخاصة، ٣(٥)، ١٩٥٥-٢٠٣٢.
- فهيمة بنت حمد بن خصيب السعيدية، سعيد بن سليمان الظفرى (٢٠٢١). نموذج مقترح لدور قلق المستقبل بعد كوفيد ١٩ كمتغير وسيط

- في العلاقة بين التشاؤم والتفاؤل وأساليب التكيف النفسي لدى الطلبة الجامعيين، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، ٤٩، ٢٩١-٣٢٣.
- فواز الحميدي غوار الحميدي المطيري (٢٠٢١). تقييم تجربة التعليم عن بُعد في ظل جائحة كورونا من وجهة نظر مديري المدارس ومساعيدهم في دولة الكويت. رسالة ماجستير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الأردن.
- فوزية محمود النجاشي (٢٠٠٨). قلق المستقبل وعلاقته بالاتجاه نحو التخصص الدراسي لدى طالبات ومعلمات رياض الأطفال، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ١(٣٩)، ٣٨١-٤١٤.
- كوثر بشير احمد (٢٠١٨). قلق المستقبل لدى معلمات الروضة وعلاقتها بفاعلية الذات وبعض سمات الشخصية: دراسة ميدانية بمؤسسات التعليم قبل المدرسي الخاصة بمحلية كبرى بمنطقة ام درمان الكبرى، رسالة دكتوراة السودان، كلية التربية، جامعة ام درمان.
- ليال عبد السلام الرفاعي (٢٠٢٠). قلق المستقبل والفاعلية الذاتية لدى طلبة كلية المجتمع في جامعة حائل في ضوء المتغيرات، مجلة كلية التربية، جامعة الازهر، ١٧٤(٢). ٦٨٦-٦٣٩.
- ماجدة هاشم بخيت (٢٠١١). السعادة وعلاقتها بالتفاؤل وقلق المستقبل لدى معلمات رياض الأطفال، مجلة الطفولة، جامعة الإسكندرية، كلية رياض الأطفال، (٦)، ١٧-٨٥.
- ماجدة هاشم بخيت (٢٠١٠). ضغوط العمل وعلاقته بالاحترق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، مجلة الطفولة، كلية رياض الأطفال، جامعة القاهرة، (٦)، ١-٣٦.
- محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٨). نظريات الشخصية، القاهرة: دار قباء.
- محمد بن علي مساوي (٢٠١٢). قلق المستقبل لدى الطالب المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات، دراسات تربوية ونفسية، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق (٧٥)، ٢٧٩-٣٠٨.
- محمد سيد عبد العظيم (٢٠٠٠). تحمل الغموض وبعض المتغيرات النفسية المرتبطة به لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، جامعة المنيا، ١٤(١)، ٧٩-١١٢.
- محمد قاسم عبد الله (٢٠٠١) مدخل إلى الصحة النفسية، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- محمد هاني محمد عبود، ونادية الهواري ايدري (٢٠٢٠). العلاقة بين الالتزام الديني وقوة الأنا لدى عينة من طلبة الجامعة الهاشمية، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، ١٤(٣)، ٣٨٩-٤١٦.
- محمود محيي الدين عشري (٢٠٠٤): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية دراسة حضارية مقارنة بين طلاب بعض الكليات بمصر وسلطنة عمان، جامعة عين شمس، مركز الإرشاد النفسي مؤتمر الإرشاد النفسي الحادي عشر، ١(١٣)، جامعة عين شمس، ١٣٩-١٧٥.
- مرفت ابراهيم ابراهيم خضير (٢٠٢١). المواقف الحياتية في ظل جائحة كورونا وعلاقتها بقلق المستقبل والطمأنينة النفسية لدى عمال اليومية

- "عمال الرصيف"، المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، ٦٧، ١٠٦-١٦٩.
- مرفت عبدربه عايش مقبل (٢٠١٠). التوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا وبعض المتغيرات لدى مرضى السكري في قطاع غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
- منال حسين محمدالناشرى، وهالة محجوب رجب (٢٠١٩) قوة الأنا وعلاقتها باتخاذ القرار لدى طالبات المرحلة الثانوية في محافظة القنفذة، مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس، ٢٠(٨)، ٢٥٩-٢٨٠.
- منال منصور على الحملوى (٢٠١٩). اساليب مواجهة الضغوط كمتغير وسيط بين رأس المال النفسي والرفاه النفسي للمعلمين، رابطة الاخصائين النفسيين المصرية، ٢٩(٢)، ٢١٧-٣٠٧.
- مى فتحى السيد البغدادى، ايمان محمود عبد الحميد العشماوى (٢٠٢٠). الشفقة بالذات وعلاقتها بقلق المستقبل الناتج عن جائحة كورونا في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من المجتمع المصرى، مجلة بحوث التربية النوعية، جامعة المنصورة، ٥٩، ٢٦١-٢٩٠.
- ميرسل، مايكل، وترويانى، ماريان (٢٠٠٥). التفاؤل والتفاؤل التلقائى (خطط ثبت جدواها لتحقيق الصحة والسعادة)، ترجمة مكتبة جرير، السعودية: مكتبة جرير.
- ناصر فلاح سعد العازمى (٢٠١٩). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بقوة الأنا لدى طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٧٦(٤)، ٤٧٤-٥١٩.
- ندى نبيل حمدان، فاطمة عيد العدوان (٢٠٢٠). قلق المستقبل وعلاقته بالتكيف النفسى لدى عينة من المتأخرات عن الزواج في عمان، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢٨(١)، ٨٣٢-٨٥٢.
- هبه حسين إسماعيل (٢٠١٩). رأس المال النفسي وعلاقته بأساليب مجابهة الضغوط لدى معلمى التربية الخاصة، مجلة البحث العلمي في الاداب، كلية البنات للاداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ٤(٢٠)، ٤٧-٧٢.
- هدى الناشف. (٢٠١٠). رياض الأطفال، ط٤، القاهرة: دار الفكر العربى.
- وفاء بنت صالح عبد الله، ويوسف بن احمد العجلاني (٢٠١٩). قوة فاعليات الأنا وعلاقتها بالافكار العقلانية وغير العقلانية لدى المراهقات في المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية جامعة أسيوط، ٣٥(٨)، ٤٦٣-٤٩١.
- ولاء محمد عطية محمد. (٢٠٢١). واقع التعليم الهجين بمرحلة رياض الأطفال في ظل جائحة كورونا، مجلة دراسات في الطفولة المبكرة، جامعة أسيوط، (١٧)، ٢٨٤-٣٣٤.
- وليد محمد أبو المعاطى، ومنار منصور احمد منصور (٢٠١٨). رأس المال النفسى وعلاقته بالالتزام المهني لدى معلمى التعليم العام، مجلة العلوم التربوية، جامعة القاهرة، ٢٦(٣)، ٤١٠-٤٤١.
- Alessandri, G., Borgogni, L., Consiglio, C. & Mitidieri, G. (2015). Psychometric properties of the Italian version of the Psychological

Capital Questionnaire. *International Journal of Selection and Assessment*, 23 (2), 149-159.

- Ave, J. (2014). The Left Side of Psychological Capital: New evidence on the Antecedents of Psychap, *Journal of Leadership Organization Studies*, 2(2), 141-149.
- Avey, J. B., Luthans, F., & Youssef, C. M. (2010a). The Additive Value of Positive Psychological Capital in Predicting Work Attitudes and Behaviors, *Journal of Management*, 36(2), 430-452.
- Badran, M. & Morgan, C. (2015). Psychological Capital and Job Satisfaction in Egypt, *Journal of Managerial Psychology*, 30 (3), 354-370.
- Barnes, B. & Shrinivas, R. (1993). Selfactualization in Different Sex Subgroups. *Journal of Personality and Clinical Studies*, 9(1-2), 19-24.
- Baron, R. A., Franklin, R. J., & Hmieleski, K. M. (2016). Why Entrepreneurs Often Experience Low, not High Levels of Stress: The Joint Effects of Selection and Psychological Capital. *Journal of Management*, 42(3), 742-768.
- Bergheim, K., Nielsen, M. B., Mearns, K. & Eid, J. (2015). The Relationship between Psychological Capital, Job Satisfaction, and Safety Perceptions in the Maritime Industry, *Safety Science*, 74 (2), 27-36.
- Bonnett, H. R. (2016). Exploring the Relationship between Ego Development and Mental Health, PhD Thesis, Cleveland State University.
- Bozgeyikli, H.(2017). Big Five Personality Factors as the Predictor of Teachers, Organizational Psychological Capital, *Journal of Education and Practice*, 8 (18), 125- 135.
- Bradley, K. (2014). Educators' Positive Stress Responses: Eustress and Psychological Capital. PHD, College of Education, Depaul University.
- Carver, C. S., & Scheiver, M. F. (2002). *Handbook of Positive Psychology*, New York: Oxford University Press.

- Cavus, M. F. & Gokcen, A. (2015). Psychological Capital: Definition, Components and Effects. *Journal of Education, Society and Behavioral Science*, 5 (3), 244-255.
- Chaudhary, S.; Bidlan, S. & Darolia, R. (2015). A Study of Relationship of Psychological Capital with Job Satisfaction and Turnover Intention of LIC Employees, *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 6(7), 692-695.
- Chen, D,Q. &Lim, V,G. (2012). Strength in Adversity: The Influence of Psychological Capital on Job Search, *Journal of Organizational Behavior*, 33, 811-839.
- Demir, Selcuk. (2018). The Relationship between Psychological Capital & Stress, Anxiety, Burnout, Job Satisfaction, & Job Involvement, *Eurasian Journal of Educational Research*, (75), 137-153.
- El-Zoghby,S.,Soltan,E.,&Salama,H.(2020).Impact of COVID-19 Pandemic in Mental Health and Social Support Among Adult Egyptians ,*Journal of Community Health* ,45(4),689- 695.
- Emily, L.L., Chi-ngan, C., Roy, T.H.C. (2015). Relationship between Personal Psychological Capitals, Stress Level, and Performance in Marathon Runners. *Hong Kong Physiotherapy Journal*, (33), 67-72.
- Envick, B.R. (2004): Beyond Human and Social Capital: The Importance of Positive Psychological Capital for Entrepreneurial Success. *Proceeding of the Academy of Entrepreneurship*, 10(2), 13-18.
- Fiebig, J. H., Gould, E. R., Ming, S.&Waston,R.A(2020).An Invitation to Act on the Value of Self-Care: Being a Whole Person in all that you do,*Behav Anal Pract* ,13(3),559-567.
- FU, Ching- Sheue. (2014). An Exploration of the Relationship between Psychological Capital & the Emotional Labor of Taiwanese Preschool Teachers, *Journal of Studies in Social Sciences*, 7 (2), 226- 246.
- Galen, V. De puijter,M. and Smeets,C.(2016). Citizens and Resilience, *Amsterdm, Dutch Knowledge & Advise Center*.

- Gu, B. (2016). Effects of Psychological Capital on Employee Turn over Intentions: A study Based on Hai Di Lao Hot Pot, Journal of Global Tourism Research, 1(1), 21-28.
- Guo, B., & Zhu, A. (2018). The Relationship among Psychological Capital Psychological Contract and Work Engagement in Nurses, Chinese journal of Industrial Hygiene and Occupational Diseases, 36 (8), 614- 617.
- Gupta, D.& Shukla, P. (2018). Role of Psychological Capital on Subjective Well-being among Private Sector Female Employees. Indian Journal of Health & Wellbeing, 9(5),704-744.
- Haktanir,A., Seki,T.&Dilma,B.(2020).Adaptation and Evaluation of Turkish Version of thr Fear of COVID-19 Scal.Death Studies ,46(3),719-727.
- Hobfoll, S. E. (2002). Social and Psychological Resources and Adaptation, Review of General Psychology, 6(4), 307-324.
- Huang,Y. &Zhao,N.(2020).Generalized Anxiety Disorder ,Depressive Symptoms and Sleep Quality during COVID-19 Outbreak in China K: A Web-Based Cross- Sectional Survey.Psychiatry Research ,112954.
- Jones, J.P. (2010). Happiness at work: Maximizing your Psychological Capital for Success. Boston, Wiley-Blackwell, Sons, Ltd., Publication, 1-229.
- Kavakle,K.,M., Uduz,F.&Trkmen,O.(2020).The Mediating Role of Self-Compassion in The Relation Between Perceived COVID-19 Threat and Death Anxiety.Turkish Journal Clinical Psychiatry,23(1),15-23.
- Kelly, W. (2020). Nightmares and Ego Strength Revisited: Ego Strength Predicts Nightmares above Neuroticism and General Psychological Distress. Journal of Dreaming, 30(1), 29– 4.
- Kenneth,C.,Daly,A.& Mak ,A.(2009). Good for Soul: the Relationship Between Work ,Wellbeing and Psychological Cpital,The Journal of

- Socio- Economics ,38(5),470-485.
- Leherer,P.M. & Woolfolk,R.L.(2007).Principles and Practice of Stress Mangment ,3rd,The Guilford Press,New York.
 - Li- feng, Z., & Hua- li, R. (2009). The Relationship between Knowledge & Innovation Performance The Mediating Role of Absorptive Capacity. Master Thesis of Business Administration.
 - Luthans, F. & Youssef, C. M. (2007). Emerging Positive Organizational Behavior. Journal of Management, 33(3), 321-349.
 - Luthans, F. & Youssef, C.,M. (2010). The Additive Value of Positive Psychological Capital in Predicting Work Attitudes and Behaviors, Journal of Management, 36(2), 430-452.
 - Luthans, F., Vogelgesang, G. R., & Lester, P. B. (2006). Developing the Psychological Capital of Resiliency, Human Resource Development Review, 5(1), 25-44.
 - Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007a). Psychological Capital: Developing the Human Competitive Edge, (198). Oxford: Oxford University Press.
 - Mahmoodi ,M.,& Amirianzadeh,M.(2017). Forecast Quality of Life in Connection with Psychological Capital and Family Communication Patterns in Students, Indian Journal of Health and Wellbeing,8(2),108-112.
 - Mamun,M.&Griffiths,M., (2020).First COVID-19 Suicide in Bangladesh Due to Fear of COVID-19 and XenophObia: Possible Suicide Prevention Strategies.Asian Journal of Psychiatry ,51-102073.
 - Maykrantz, S. A., Langlinais, L. A., Houghton, J. D., & Neck, C. P. (2021). Self-Leadership and Psychological Capital as Key Cognitive Resources for Shaping Health-Protective Behaviors during the COVID-19 Pandemic. Administrative Sciences, 11(2), 41.
 - McCann, J., Selsky, J., & Lee, J., (2009): Building Agility, Resilience, & Performance in Turbulent

- Environments. 32 (3),45- 51.
- Mello, J. A. (2013). In Support of Others: An Examination of Psychological Capital and Job Satisfaction in Academic Staff. *Journal of Academic Administration in Higher Education*, 9(2), 1-9.
 - Menzies, R., Neimeyer, R. (2020). Death Anxiety, Loss, and Grief in the Time of COVID-19. *Journal of Behaviour Change*, 37, 111 – 115.
 - Ornell,F. ,Schuch,J.,Sordi,A.Kessler,F.(2020). Pandemic Fear and COVID-19 Mental Health Burden and Strategies ,Brazilian Journal of Psychiatry ,42(3),232-235.
 - Peterson & Christopher. (2000): The future of optimism. American psychological association, 55 (1), 44-55.
 - Pines ,A.M.(2004).The emotion of Teacher Stress.Teaching and Teacher Education ,20(5),537-541.
 - Pourhosein, R., Dehghani, F., & Darabi, F. (2019). Determination of the Relationship between Ego Strength and Body Image with the Mental Health of Adolescent High School Female Studentsd, *Journal of Clinical Review*, (4), 1 – 8.
 - Raffaccli, M; Kooler, S. (2005). Future expectations of Brazilian Street youth ,*Journal of adolescence*,28(2),62-249.
 - Rajkumar, R. (2020). Covid-19 and Mental Health: A Review of the Existing Literature, *Asian Journal of Psychiatry*, 52, 1 – 5.
 - Sandler, Anne-Marie (2018). “Aspects of passivity an Ego Development in Blind Infant, Psychoanalytic Study of the Child, 18,352-360.
 - Schütz, A. (1998). Coping with Threats to Self- Esteem: The Differing Patterns of Subjects with High Versus Low Trait Self- Esteem in First- Person Accounts, *European Journal of Personality* , 12 (3), 169-186.
 - Shukla, A., & Singh, S. (2013). Psychological Capital & Citizenship Behavior: Evidence from Telecom Sector in India, *Indian Journal of Industrial Relations*,49, 97-110
 - Singhal, H., & Rastogi, R. (2018). Psychological capital and career commitment: the mediating effect

- of subjective well-being. *Management Decision*, 56(2), 458-473.
- Sinha, V., & Prabhat, R. (1993). Relationship between Ego-Strength and Job-Satisfaction, *Indian Journal of Psychometry & Education*, 24(2), 99-102.
 - Snyder, C. R., Rand, K. L., & Sigmon, D. R. (2002). *Handbook of Positive Psychology*, New York: Oxford University Press.
 - Strand, J., & Peacock, T. (2013-4). Nurturing Resilience and School success in American Indian and Alaska Native Students. *ERIC Digest*.
 - Subhashro, A. (2017). A comparative Study of Ego Strength Among Urban and Rural Woman, *International Innovative Journal Impact Factor*, 1 (2), 351-356.
 - Sudjiwanati, S. (2020). An Analysis of MMPI-2 on Ego Strength, Positive Malingering, and Anxiety. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 395, 165 – 168.
 - Timoszyk-Tomczak, C., & Zaleski, Z. (2006). Personality and Construing one's Own future. *Polish Psychological Bulletin*, 3 (37), 172-184.
 - Tina, M.C (2004). *Teacher Stress and Burnout and the Role of Physical Activity and Parent Involvement*, a Thesis, Submitted in Partial Fulfillment of Psychology, Central Connecticut State University New BRITAIN, Connecticut.
 - Turliuc, M. N., & Candel, O. S. (2021). The Relationship between Psychological Capital and Mental Health During the Covid-19 Pandemic: A Longitudinal Mediation Model, *Journal of Health Psychology*, 27(8), 1913-1925.
 - Velavan, T., & Meyer, C. (2020). The COVID-19 Epidemic, *Journal of Tropical Medicine and International Health*, 25(3), 278 – 280.
 - Wiebe, D. J. (1991). Hardiness and Stress Moderation: A Test of Proposed Mechanisms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (1), 89-99.
 - Wright, T.A. (2003) *Positive Organizational Behavior: An Idea Whose Time Has Truly Come*. *Journal*

- of Organizational Behavior, 24, 437-442.
- Yim, M., Seo, M., Cho, Y. & Kim, M. (2017). Mediating Role of Psychological Capital in Relationship between Occupational Stress and Turnover Intention among Nurses at Veterans Administration Hospitals in Korea. Asian Nursing Research, 11, 6-12.
 - Zaleski, Z. (1996). Future anxiety: Concept, measurement, and preliminary research, Personality and Individual Differences, 21 (2), 165-174.
 - Zhai, Y., & Du, X. (2020). Mental Health Care for International Chinese Students Affected by the (Covid-19) Outbreak. The Lancet psychiatry, 7(4), 1 – 30.
 - Zhong,L & Ren,H (2009). The relationship between academic stress and psychological distress: The moderating effects of psychological capita, International Conference on Management Science and Engineering, 14-16 September, Moscow, Russia,1087-1091.
 - Ziadni,M ; Matthew, J; Jasinski ,G ;Labouvie,V ; Mark, A&Lumley,F(2017). Alexithymia, Defenses, and Ego Strength: Cross-Sectional and Longitudinal,Journal of Happiness Studies,18,1799-1813.