إدارة الانفعالات وعلاقتها بالصمود النفسي لدى المرشدين التربويين بالمحافظات الفلسطينية

Emotion Regulation and Its Relationship to Psychological Resilience among Educational Counselors in the Palestinian Governorates

أ. سامي خليل إبراهيم فحجان: طالب دكتوراه في علم النفس، جامعة كسلا، السودان

أ.د. محمد المهدي عمر محمد عبد الكريم: أستاذ علم النفس، كلية التربية، جامعة البحر الأحمر، السودان

***Mr. Sami Khalil Ibrahem Fahjan**: PhD Candidate, University of Kassala, Sudan.*

Email: samifahjan@gmail.com

***Prof. Dr. MohamedAlmahdi Omer Mohamed Abdelkarim**: Professor of Psychology, Faculty of Education, Red Sea University, Sudan.*

Email: m.abdelkerim@rsu.edu.sd

Doi: https://doi.org/10.56989/benkj.v6i3.1798

تاريخ الاستلام: 2026-01-26 تاريخ القبول: 2026-02-07 تاريخ النشر 2026-03-01

المستخلص:

هدف البحث إلى التعرُّف على طبيعة العلاقة بين إدارة الانفعالات والصمود النفسي لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وبلغت العينة (308) مرشدين تربويين جرى اختيارهم بطريقة العينة القصدية، وطُبِّقت عليهم استبانة إدارة الانفعالات واستبانة الصمود النفسي إلكترونيًا. وأظهرت النتائج أن مستوى إدارة الانفعالات لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين جاء بدرجة كبيرة، بمتوسط حسابي بلغ (4.18) ووزن نسبي (83.58%)، كما أن مستوى الصمود النفسي لديهم جاء بدرجة كبيرة، بمتوسط حسابي (4.10) ووزن نسبي (81.90%). وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدارة الانفعالات والصمود النفسي لدى المرشدين التربويين، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدارة الانفعالات تُعزى لمتغيري النوع والمؤهل العلمي، في حين وُجدت فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصمود النفسي تُعزى لمتغير المؤهل العلمي ولصالح ذوي الخبرة الأعلى، بينما لم توجد فروق تُعزى لمتغير النوع. وأوصى البحث بضرورة تفعيل دور الإشراف المهني للمرشدين التربويين من قبل وزارة التربية والتعليم – الإدارة العامة للإرشاد والصحة المدرسية، من خلال تنظيم لقاءات إشرافية دورية، وعقد جلسات دعم نفسي مهني، وإعداد أدلة إرشادية عملية، بما يعزز الدعم النفسي والمهني للمرشدين ويسهم في تعزيز الصمود النفسي لديهم.

الكلمات المفتاحية: إدارة الانفعالات، الصمود النفسي، المرشدون التربويون، الإرشاد التربوي، الصحة النفسية، التوافق النفسي، الضغوط المهنية.

Abstract:

The study aimed to identify the nature of the relationship between emotional regulation and psychological resilience among educational counselors in the southern governorates of Palestine. It employed the descriptive correlational method, and the sample consisted of (308) educational counselors selected through purposive sampling. The Emotional Regulation Questionnaire and the Psychological Resilience Questionnaire were administered electronically. The results indicated that the level of emotional regulation among educational counselors in the southern governorates of Palestine was high, with a mean score of (4.18) and a relative weight of (83.58%). Similarly, the level of psychological resilience was high, with a mean score of (4.10) and a relative weight of (81.90%). The findings revealed a statistically significant positive correlation between emotional regulation and psychological resilience among educational counselors. There were no statistically significant differences in emotional regulation attributable to gender or academic qualification, whereas statistically significant differences were found in psychological resilience attributable to academic qualification in favor of those with higher experience, while no differences were attributed to gender. The study recommended activating the role of professional supervision for educational counselors by the Ministry of Education – General Administration of Counseling and School Health, through organizing regular supervisory meetings, conducting professional psychological support sessions, and preparing practical guidance manuals, in order to enhance psychological and professional support for counselors and promote their psychological resilience.

Keywords: Emotional Regulation, Psychological Resilience, Educational Counselors, Educational Counseling, Mental Health, Psychological Adjustment, Occupational Stress.

المقدمة:

يواجه العالم العديد من الأزمات والتحديات الناجمة عن التطور المتسارع والمتلاحق في شتى مجالات الحياة، ومن أهمها التطورات المهنية والدراسية والتعليمية، مما دفع القائمين على الأنظمة التعليمية إلى بذل مزيد من الجهود لمواجهة تلك التحديات. وقد سعت وزارة التربية والتعليم الفلسطينية إلى تطوير وتأهيل مهارات وقدرات المرشدين التربويين العاملين في المدارس الحكومية، بهدف تمكينهم من تقديم الخدمات الإرشادية بالشكل المناسب والمطلوب للحد من الآثار السلبية التي قد تنجم عن تلك الأزمات والتحديات، ويتطلب ذلك من المرشدين التمتع بسمات وخصائص ومهارات شخصية فريدة.

وتُشكّل إدارة الانفعالات أحد أهم المفاهيم المحورية في علم النفس المعاصر، وتشير إلى مجموعة من العمليات المعرفية والانفعالية والسلوكية التي يستخدمها الفرد لمراقبة انفعالاته وتقييمها وتعديل شدتها أو طريقة التعبير عنها بما يتلاءم مع متطلبات الموقف والسياق الاجتماعي؛ لذا فهي من الأساليب والمهارات التي يستخدمها الفرد لتحقيق أهدافه في الحياة بنجاح، من خلال قدرته على تحديد الأهداف في ضوء الإمكانات المتاحة، واتخاذ القرارات الصائبة، وترتيب الأولويات، والتخطيط السليم، وتقييم الذات وتطويرها باستمرار في مختلف مراحل الحياة (اللصاصمة، 2017).

وتتضمن إدارة الانفعالات استراتيجيات تكيفية، مثل: إعادة التقييم المعرفي، وضبط الاستجابة الانفعالية، والتعبير الانفعالي المنظم، في مقابل استراتيجيات غير تكيفية، كالكبت المفرط أو الاجترار الانفعالي. وتسهم إدارة الانفعالات الفعالة في تعزيز التوافق النفسي والاجتماعي، وتحسين القدرة على اتخاذ القرار، وخفض مستويات القلق والضغط النفسي، كما تُعَدّ عاملًا وقائيًا مهمًا ضد الاضطرابات الانفعالية والسلوكية. ومن ثم، فإن امتلاك الفرد مهارات عالية في إدارة انفعالاته يعكس نضجًا نفسيًا وقدرة على التكيف الإيجابي مع المواقف الضاغطة والمتغيرة.

أما الصمود النفسي فيشير إلى قدرة الأفراد على استعادة توازنهم بعد فقدانه دون الاستسلام لتلك التحديات، ولا يقتصر على مجرد تحمّل صعوبات الحياة أو التكيف معها، بل يتجاوز ذلك ليعبّر عن قدرة الفرد على الارتداد الإيجابي والتعافي من الأزمات والتجارب السلبية، ويتسم الأفراد الصامدون بامتلاك شعور قوي بتقدير الذات، والثقة بالنفس، والقدرة على حل المشكلات، والكفاءة الذاتية (شاهين، 2013). ويُعرَّف الصمود النفسي بأنه: «قدرة الفرد على مواجهة الشدائد والمحن بفاعلية، مستندًا إلى خصائص إيجابية تشمل الكفاءة الشخصية، والتنظيم الانفعالي، والتوجه الإيجابي نحو المستقبل، والمرونة، والصلابة، والكفاءة الاجتماعية، إضافة إلى القيم الروحية» (أبو غالي، 2017).

وعلى ضوء هذا السياق، يُعَدّ فهم مستوى إدارة الانفعالات لدى المرشدين التربويين في المجتمع الفلسطيني خطوة بحثية مهمة لتحديد الاحتياجات النفسية لهذه الفئة، وتصميم برامج دعم نفسي وأسري وتقويمي تُسهم في تعزيز الصمود النفسي وتحسين جودة حياتهم النفسية والاجتماعية.

مشكلة البحث:

يواجه المرشدون التربويون في قطاع غزة تحدياتٍ وضغوطًا نفسيةً كبيرة ناجمةً عن الظروف السياسية والاقتصادية والاجتماعية الصعبة، والتي تنعكس سلبًا على أدائهم المهني وصحتهم النفسية وقدرتهم على الصمود. وعلى الرغم من أهمية الدور الذي تؤديه مهارات إدارة الانفعالات في التخفيف من آثار هذه الضغوط، فإن دورها في تعزيز الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين لا يزال بحاجة إلى مزيد من البحث والدراسة، ولا سيما في السياقات التي تتسم بالضغوط المزمنة كالمحافظات الجنوبية في فلسطين. ومن هنا تنبع مشكلة البحث من التساؤل الرئيس الآتي:

- **ما طبيعة العلاقة بين إدارة الانفعالات والصمود النفسي لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين؟**

فرضيات البحث:

يسعى البحث للتحقق من الآتي:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مستوى إدارة الانفعالات والصمود النفسي لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين.
- يتسم مستوى إدارة الانفعالات لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين بمستوى متوسط.
- يتسم مستوى الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين بمستوى متوسط.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى إدارة الانفعالات تُعزى لاختلاف متغيرات (النوع، المؤهل العلمي).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصمود النفسي تُعزى لاختلاف متغيرات (النوع، المؤهل العلمي).

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى الآتي:

- استكشاف طبيعة العلاقة بين إدارة الانفعالات والصمود النفسي لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية في فلسطين.
- التعرّف على مستوى درجة توافر كل من إدارة الانفعالات، والصمود النفسي لدى المرشدين التربويين بالمحافظات الجنوبية.
- الكشف عن الفروق في متوسطات درجات إدارة الانفعالات والصمود النفسي وفقًا لاختلاف بعض المتغيرات الديموغرافية، وهي: النوع، المؤهل العلمي، وعدد سنوات الخدمة.

أهمية البحث:

يكتسب البحث أهميته من الآتي:

- تناوله متغيرات نفسية ومهنية أساسية: إدارة الانفعالات، والصمود النفسي، باعتبارها عناصر مؤثرة في فعالية المرشد التربوي وأدائه داخل البيئة المدرسية.
- يسهم في إثراء الأدبيات النفسية والتربوية الفلسطينية والعربية، من خلال تقديم رؤية نظرية حول العلاقة بين هذه المتغيرات لدى فئة مهنية محددة في بيئة تتسم بالضغوط المستمرة.
- تسليط الضوء على فئة المرشدين التربويين، الذين يُعدّون من الدعامات الأساسية للعملية التعليمية والتربوية، ويقفون في الصف الأول لمواجهة الأزمات النفسية والسلوكية لدى الطلبة، خاصة في السياقات الطارئة كالسياق الفلسطيني.
- قد يسهم نتائج البحث في تشخيص مستويات إدارة الانفعالات والصمود النفسي لدى المرشدين التربويين، مما يساعد في تحديد نقاط القوة ومواطن الاحتياج لديهم.
- يمكن الاستفادة من نتائج البحث في توجيه برامج الإعداد والتدريب المهني للمرشدين التربويين، عبر التركيز على تنمية مهارات إدارة الانفعالات وتعزيز الصمود النفسي، بما ينعكس إيجابًا على الأداء الإرشادي لديهم.
- يزوّد البحث صانعي القرار، لاسيما وزارة التربية والتعليم، ببيانات علمية يمكن الاستناد إليها في تطوير سياسات الدعم النفسي المهني، بما يسهم في تحسين بيئة العمل الإرشادي.

حدود البحث: اقتصرت حدود البحث على الآتي:

- **الحدود الموضوعية:** إدارة الانفعالات، الصمود النفسي.
- **الحدود البشرية:** المرشدون التربويون.
- **الحدود المكانية:** المدارس الحكومية في المحافظات الجنوبية بفلسطين.

- **الحدود الزمانية:** الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2025– 2026م).

مصطلحات البحث:

إدارة الانفعالات:

عرّفها جواد (2015، ص125) بأنها: «القدرة على الوعي بالانفعالات والانفتاح بها، والتواصل والمشاركة مع الآخرين، والقدرة على إدراك المشاعر والانفعالات وفهمها، واستيعاب المشاعر في الأفكار، وفهم المشاعر وتبريرها لدى الذات ومع الآخرين، وكيفية التوازن وإحكام السيطرة على الانفعالات».

ويُعرّفها الباحثان إجرائيًا لغايات هذا البحث بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص (المرشد) في مقياس إدارة الانفعالات الذي أعدّه الباحثان.

الصمود النفسي:

عرّفه الجلبة وماجي (2018، ص52) بأنه: «قدرة الفرد على مواجهة المحن والصدمات والتغلب عليها بالتحدي والمثابرة وقوة التحمل والصبر والإيمان بالله، والصلابة النفسية والمرونة الإيجابية وطلب المساعدة، وذلك للعودة إلى التوازن والتوافق الذي كان عليه قبل الصدمة، أي التعافي بالقدر الذي لا يترك بداخله مشاعر سلبية تُسبّب خللًا في بنيته النفسية».

ويُعرِّفه الباحثان لغايات هذا البحث بأنه: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص (المرشد) في مقياس الصمود النفسي الذي أعدَّه الباحثان.

الإطار المفاهيمي للبحث:

تلعب الانفعالات دورًا أساسيًا في حياة الإنسان؛ فهي تؤثر في وظائفه الجسدية والنفسية، وتنظم سلوكه، وتحدد علاقاته الاجتماعية. وتمكّن إدارة الانفعالات بصورة فعّالة الفرد من التعامل مع المشاعر المختلفة، بما في ذلك الانفعالات السلبية والأحداث الصادمة، وتنظيم خبراته وتوجيه سلوكه وتحسين مزاجه عند الحاجة. كما تعزز الإدارة السليمة للانفعالات التفاهم والتواصل الاجتماعي، وتمكّن الشخص من إقامة علاقات متوافقة وإيجابية مع الآخرين. وعلاوة على ذلك، تسهم إدارة الانفعالات في بناء شخصية متوازنة قادرة على التكيف مع المتغيرات والتحديات اليومية.

حيث عرّفها عبد الله (2018، ص15) بأنها: «قدرة الفرد على التعرف على مشاعره وانفعالاته وفهمها، ومن ثم ضبطها والتعبير عنها بطريقة مناسبة وفقًا للموقف، بما يحقق التوازن النفسي والفعالية في التفاعل الاجتماعي والمهني».

في حين عرّفتها الدليمي (2006، ص24) بأنها: «قدرة الفرد على تنظيم وضبط عواطفه وأفكاره بطريقة منسقة وأكثر مرونة عبر مواقف وبيئات مختلفة، سواء كانت مادية أو اجتماعية، وتحمل المشاعر الانفعالية التي تأتي بها الحياة من خلال تقبّلها لا قمعها، فجميع الانفعالات لها قيمة وأهمية كبيرة في الحياة».

وفي السياق ذاته، يعرّفها عثمان (2001، ص265) بأنها: «الإدراك الجيد للانفعالات الذاتية وفهمها وتنظيمها والتحكم فيها، وذلك من خلال مراقبة مشاعر الآخرين وانفعالاتهم، والتعاطف والتواصل معهم».

وأشار أرشيد (2018) إلى أنَّ إدارة الانفعالات تُعد عاملاً مؤثراً في طريقة التفكير، من خلال الآتي:

- تساعد الفرد على حل المشكلات التي يواجهها.
- تسهم في تحقيق النجاح، سواء في التعليم أو العمل.
- تميز الفرد بالمثابرة، والقدرة على التواصل الفعّال، والإصرار على تحقيق أهدافه.
- تساعد الفرد على إيجاد أساليب مناسبة للتعامل مع مشاعره، والتعرف عليها، وتوظيفها بشكل سليم.
- تمكّن من فهم انفعالات الآخرين والتحكم فيها بطريقة صحيحة.
- تعزز من القدرة على التعامل مع الأخطار واتخاذ قرارات عقلانية.
- تسهم في تطوير الكفاءة الاجتماعية.
- القدرة على إقامة علاقات قوية من خلال لقاءات فعالة مع الآخرين.

ويخلص الباحثان إلى أن لإدارة الانفعالات دورًا فاعلًا في تعزيز النجاح الشخصي والاجتماعي، وتحسين العلاقات، واتخاذ القرارات بصورة عقلانية.

وهذا ما يشير إلى استخدامات إدارة الانفعالات في دراسة السلوك الإنساني، والتي تتمثل في الآتي، وهو ما أكده كل من الشوابكة (2017) والعتيبي (2016)، والحموري (2017):

- تعزيز الصحة النفسية.
- تحسين العلاقات الاجتماعية.
- رفع الدافعية وتحقيق الإنجاز.
- دعم الإرشاد النفسي والتربوي.

وهذا ما يؤكد دور إدارة الانفعالات أساسًا قويًا لبناء شخصية متزنة وقادرة على مواجهة تحديات الحياة بفعالية، فضلًا عن دورها الوقائي والعلاجي في تقليل الأعراض النفسية السلبية وتعزيز الرفاهية النفسية بشكل عام.

وفي سياق آخر، يُعَدّ الصمود النفسي من المفاهيم الحديثة التي تشير إلى قدرة الفرد على التكيف مع المواقف الصعبة والضغوط الحياتية بطريقة إيجابية وفعّالة دون أن يفقد توازنه النفسي، ولهذا المفهوم أهمية خاصة في ميدان الإرشاد التربوي نظرًا لما يواجهه المرشدون من تحديات متكررة في البيئة المدرسية.

ومن هذا المنطلق، يُنظر إلى الصمود النفسي بوصفه أحد العوامل التي قد ترتبط بكفاءة المرشدين في أداء مهامهم وتوازنهم المهني والشخصي، وكذلك قدرتهم على تقديم الدعم للطلبة في ظل ما يشهده الميدان التربوي من تغيّرات متسارعة وظروف ضاغطة.

وتعرّف سليمون (2015، ص78) الصمود النفسي بأنه: «القدرة على التعامل مع ضغوط الحياة ومصاعبها من خلال الاعتماد على المصادر الداخلية والخارجية للفرد، مع الحفاظ على مستوى جيد من التوافق والتكيف والصحة النفسية».

في حين عرّفه محمد (2023، ص56) بأنه: «قدرة الإنسان على التأقلم مع المصاعب التي يواجهها وتجاوز المشكلات أو المعاناة مع الاحتفاظ بحالته النفسية كما هي في ظل المحن الشديدة والظروف الاجتماعية العصيبة».

ويرتبط مفهوم الصمود النفسي ببعض المفاهيم النفسية الأخرى، مثل: الصلابة النفسية، والمناعة النفسية، والمرونة النفسية.

ويخلص الباحثان إلى أن المفاهيم المرتبطة بالصمود النفسي تتكامل لتعزيز قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط دون الإخلال بتوازنه النفسي؛ إذ تشترك جميعها في خصائص داخلية مثل الالتزام، والتحكم، والتحدي، وتنظيم الذات، غير أن تركيز كل مفهوم يختلف؛ فالصلابة النفسية تُعَدّ سمة ثابتة تعكس القدرة على الالتزام ومواجهة التحديات، بينما تُعدّ المناعة النفسية نظامًا ديناميكيًا يحافظ على الاستقرار النفسي، أما المرونة النفسية فتركز على التكيف اللحظي والتعافي السريع من الأزمات.

وتتضح أهمية الصمود النفسي لدى المرشدين في تخفيف الضغوط المهنية التي يواجهونها، وتعزيز قدرتهم على المواجهة الإيجابية والتكيف مع المواقف الصعبة، والمساعدة في تحقيق الاستقرار النفسي والتوافق المهني، وتحسين جودة الخدمات الإرشادية المقدمة للطلاب، فضلًا عن تعزيز قدرتهم على مواجهة بيئات العمل الضاغطة، وتحقيق النمو المهني والشخصي للمرشدين (النعيمي، 2021).

وفي ضوء ذلك، فإن الصمود النفسي يشكّل ركيزة أساسية لتمكين المرشدين من مواجهة الضغوط المهنية والنفسية المختلفة؛ إذ يعزز قدرتهم على التحمل والتكيف الإيجابي، مما يضمن استقرارهم النفسي واستمرارية أدائهم المهني بكفاءة.

ويسهم الصمود في تحسين جودة الخدمات الإرشادية المقدمة، ويدعم تطوير مهاراتهم ونموهم المهني والشخصي، خاصة في بيئات العمل الصعبة والمليئة بالتحديات.

لذلك، يُعَدّ الصمود النفسي عاملًا حيويًا لضمان أداء إرشادي فعّال ومستدام للمرشدين.

ويشير النجار (2019) إلى أبعاد الصمود النفسي لدى المرشدين في الآتي:

- **البعد العاطفي:** يتضمن القدرة على تنظيم العواطف وضبط الانفعالات لتجنب الإرهاق النفسي، وهو أمر أساسي للمرشدين الذين يتعاملون مع حالات نفسية حرجة.
- **البعد المعرفي:** يركز على استخدام التفكير الإيجابي واستراتيجيات حل المشكلات التي تعزز من قدرة المرشد على التكيف مع الضغوط.
- **البعد الاجتماعي:** يعتمد على الدعم الاجتماعي من الزملاء والأسر والمجتمع، ما يوفر شبكة أمان نفسية قوية.
- **البعد السلوكي:** يتمثل في المرونة والتكيف مع الظروف المتغيرة، حيث يحتاج المرشد إلى سلوكيات فعالة للحفاظ على أدائه المهني.

ويضيف إليها الحسن (2019) البعد القيمي الذي يقصد به تعزيز الصمود من خلال القيم الشخصية والأهداف التي تعطي المرشد دافعًا للاستمرار والصبر.

عليه فأنَّ أبعاد الصمود النفسي لدى المرشدين تمثل عناصر مترابطة تكمل بعضها البعض، وتشكل أساساً قوياً لمواجهة التحديات النفسية والمهنية في بيئات العمل المتغيرة والصعبة، مما يساعد المرشدين على الاستمرار في أداء مهامهم بفعالية وكفاءة.

الدراسات السابقة:

يستعرض الباحثان الدراسات ذات الصلة بمتغيرات البحث من الأقدم إلى الأحدث، وهي:

أجرى أرشيد (2018) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين إدارة الانفعالات والتكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة إربد، وتكوّنت العينة من (317) طالبًا وطالبة، تم اختيارهم من مدارس مختلفة في المحافظة باستخدام أسلوب العينة العشوائية. اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وقامت بتطوير مقياسين لقياس إدارة الانفعالات والتكيف النفسي

الاجتماعي. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الانفعالات والتكيف النفسي الاجتماعي، كما لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى إلى متغير الجنس.

كذلك أجرى الخالدي وصالح (2014) دراسة هدفت إلى قياس مستوى إدارة الانفعالات لدى المرشدين التربويين العاملين في المدارس التابعة للمديريات العامة للتربية الست في محافظة بغداد، وتحليل الفروق وفقًا لمتغيرَي الجنس ومدة الخدمة. وتكوّنت العينة من (300) مرشد ومرشدة، تم اختيارهم باستخدام الأسلوب الطبقي العشوائي. واعتمد الباحثان على مقياس مقنن لإدارة الانفعالات. وأظهرت النتائج أن المرشدين التربويين يتمتعون بمستوى جيد من إدارة الانفعالات، ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الجنس، بينما ظهرت فروق واضحة وفق مدة الخدمة لصالح من لديهم خبرة أطول. كما تبين وجود فروق مشتركة عند تقاطع متغيرَي الجنس ومدة الخدمة، مما يعكس تأثير التفاعل بين الخبرة والنوع الاجتماعي في إدارة الانفعالات.

وفي جانب الدراسات التي تناولت الصمود النفسي، جاءت دراسة عبيد (2024) بهدف الكشف عن العلاقة بين التمكين النفسي وإدارة الانفعالات لدى المرشدين التربويين، وتحليل الفروق وفقًا لمتغيرَي الجنس وسنوات الخبرة. وتكوّنت عينة الدراسة من مجموعة من المرشدين التربويين العاملين في المدارس العراقية، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية. واعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وطوّر مقياسين لقياس التمكين النفسي وإدارة الانفعالات. وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين التمكين النفسي وإدارة الانفعالات، مما يشير إلى أن المرشدين الذين يشعرون بتمكين أكبر يمتلكون قدرة أعلى على تنظيم انفعالاتهم.

وهدفت دراسة دويج وجاسم (2023) إلى التعرف على مستوى الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين. وتكوّنت العينة من مجموعة من المرشدين التربويين من محافظات عراقية مختلفة، وتم استخدام مقياس الصمود النفسي الذي أعدّه أحد الباحثين. واعتمد الباحثان على المنهج الوصفي، وركّزا على تحليل الفروق في الصمود النفسي وفقًا لمتغيرَي الجنس وسنوات الخبرة. وأظهرت النتائج أن المرشدين يتمتعون بمستوى عالٍ من الصمود النفسي، دون وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى إلى الجنس، في حين ظهرت فروق لصالح ذوي الخبرة الأطول.

أما العتيبي (2022) فقد أجرت دراسة هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الصمود النفسي والاتزان الانفعالي لدى الأخصائيين النفسيين العاملين في المستشفيات الحكومية بمدينة الرياض، وتحليل الفروق وفقًا لمتغيرات الجنس، والخبرة، والمؤهل العلمي. وتكوّنت العينة من (110) أخصائيين نفسيين، تم اختيارهم من مستشفيات حكومية مختلفة في مدينة الرياض. واعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت استبانة لقياس كل من الصمود النفسي والاتزان الانفعالي. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والاتزان

الانفعالي، مما يشير إلى أن الأخصائيين الذين يتمتعون بمستوى أعلى من الصمود النفسي لديهم قدرة أكبر على ضبط انفعالاتهم والتعامل مع الضغوط المهنية. كما كشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود النفسي والاتزان الانفعالي تُعزى إلى الجنس والخبرة والمؤهل العلمي.

وأجرى عبد الرحمن (2020) أيضًا دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين إدارة الانفعالات والرضا الوظيفي لدى المرشدين التربويين، وتحليل الفروق وفقًا لمتغيرات الجنس، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة. وتكوّنت العينة من (180) مرشدًا ومرشدة من مدارس التعليم الثانوي في مملكة البحرين، تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية. واستخدم الباحث مقياسين مقننين: أحدهما لقياس إدارة الانفعالات، والآخر لقياس الرضا الوظيفي. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدارة الانفعالات والرضا الوظيفي، مما يدل على أن قدرة المرشد على تنظيم انفعالاته تسهم في تعزيز شعوره بالرضا عن عمله. كما كشفت النتائج عن فروق دالة إحصائيًا لصالح الإناث في إدارة الانفعالات، وفروق لصالح حملة الدراسات العليا في الرضا الوظيفي.

يتضح من استعراض الدراسات السابقة التي تناولت إدارة الانفعالات والصمود النفسي وجود اهتمام واضح بهذين المتغيرين لدى فئات العاملين في المجال الإرشادي والنفسي والطلبة، حيث ركزت دراسات إدارة الانفعالات على الكشف عن مستواها وعلاقتها بمتغيرات إيجابية، مثل: التكيف النفسي الاجتماعي، والرضا الوظيفي، والتوافق الأسري، والتمكين النفسي، وأشارت في مجملها إلى وجود علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا، مع تباين في نتائج الفروق تبعًا لمتغيرات الجنس والخبرة. كما أظهرت دراسات الصمود النفسي أنه يُعد عاملًا حاسمًا في مواجهة الضغوط المهنية، ويرتبط إيجابيًا بالاتزان الانفعالي وتنظيم الانفعالات، خاصة لدى المرشدين والأخصائيين النفسيين العاملين مع فئات معرضة للخطر.

ورغم تنوع البيئات والعينات والمناهج المستخدمة بين الوصفي والارتباطي والنوعي، فإن الملاحظ أن معظم الدراسات تناولت كل متغير على حدة أو في علاقته بمتغيرات قريبة منه، دون التركيز على دراسة العلاقة المباشرة بين إدارة الانفعالات والصمود النفسي معًا في سياق مهني ضاغط، الأمر الذي يبرز أهمية البحث الحالي في سد هذه الفجوة، خصوصًا في ظل خصوصية البيئة التي تُجرى فيها الدراسة وما تفرضه من تحديات نفسية ومهنية متزايدة.

الإطار التحليلي للبحث:

منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي؛ وذلك لملاءمته طبيعة المشكلة البحثية، إذ يهدف هذا المنهج إلى دراسة العلاقات المتبادلة بين المتغيرات والكشف عن اتجاهاتها وقوتها، دون التدخل

والتحكم بها، كما يتيح إجراء التحليلات الإحصائية اللازمة بدرجة عالية من الدقة والموضوعية، وفقًا لما تؤكد عليه الأدبيات المنهجية في البحوث التربوية والنفسية.

مجتمع البحث:

تألف مجتمع البحث من جميع المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية الفلسطينية للعام الدراسي (2025– 2026)، والبالغ عددهم (457) مقسمين كالآتي: (250) أنثى و(204) ذكر وفقًا لإحصائية وزارة التربية والتعليم.

جدول (1): توزيع المرشدين التربويين حسب مديريات المحافظات الجنوبية الفلسطينية

م	المديرية	النوع	العدد
.1	**شمال غزة**	ذكر	43
		أنثى	49
.2	**شرق غزة**	ذكر	40
		أنثى	50
.3	**غرب غزة**	ذكر	37
		أنثى	48
.4	**الوسطى**	ذكر	19
		أنثى	26
.5	**شرق خان يونس**	ذكر	25
		أنثى	27
.6	**غرب خان يونس**	ذكر	22
		أنثى	25
.7	**رفح**	ذكر	21
		أنثى	25
	المجموع		**457**

عينة البحث:

تكوّنت عيّنة البحث من (308) مرشدًا تربويًا، وقد جُمعت البيانات من خلال استبانات إلكترونية، وذلك في ظل الظروف الاستثنائية التي فرضتها الحرب، وما رافقها من صعوبات في التنقّل والتواصل وانقطاعات متكرّرة في خدمات الاتصال والإنترنت. وقد جرى اختيار أفراد العيّنة بأسلوب العيّنة العشوائية، بما يضمن تمثيلًا مناسبًا لمجتمع البحث ضمن الإمكانات المتاحة.

جدول (2): توزيع أفراد عينة البحث حسب البيانات الأولية (ن= 308)

م	البيانات الأولية		العدد	النسبة المئوية %
.8	النوع	ذكر	128	41.56
		أنثى	180	58.44
.9	المؤهل العلمي	بكالوريوس	258	83.77
		ماجستير	30	9.74
		دكتوراه	20	6.49

أدوات البحث:

قام الباحثان ببناء أدوات البحث المتمثّلة في استبانة إدارة الانفعالات واستبانة الصمود النفسي، وذلك في ضوء مراجعة منهجية للأدبيات النظرية والدراسات السابقة التي تناولت هذه المتغيرات. وقد تبيّن أن الأدوات الجاهزة المستخدمة في بعض الدراسات السابقة لا تتوافق بشكل كامل مع طبيعة عينة البحث الحالي ولا مع السياق الإرشادي الذي يركّز عليه البحث؛ إذ إن بعضها وُضع لعينات مختلفة، وبعضها الآخر يقيس المتغيرات بصورة عامة دون مراعاة الخصوصية الإرشادية.

ولذلك فضّل الباحثان إعداد أدوات خاصة بالبحث الحالي، بما يحقق توافقًا أكبر بين أدوات القياس وأهداف البحث وفروضه، ويسهم في قياس المتغيرات بدقة أكبر وفق الأبعاد النظرية المعتمدة في البحث. كما أتاح إعداد الأدوات للباحث صياغة عبارات تعكس واقع الممارسة الإرشادية والتحديات الانفعالية والنفسية المرتبطة بها.

استبانة إدارة الانفعالات:

أعد الباحثان استبانة إدارة الانفعالات للمرشدين التربويين باتباع الخطوات التالية:

- **هدف الاستبانة:** تهدف هذه الاستبانة إلى التعرّف على مستوى امتلاك المرشدين التربويين لمهارات إدارة الانفعالات، والكشف عن مدى قدرتهم على ضبط مشاعرهم والتعامل معها بوعي واتزان أثناء ممارستهم للعمل الإرشادي.
- **تحديد أبعاد الاستبانة:** تم الاطلاع على عدد من الدراسات السابقة التي تناولت إدارة الانفعالات وأبعادها المختلفة، من بينها دراسة الخالدي وصالح (2014)، ودراسة عبد الرحمن (2020).
- **الصورة الأولية للاستبانة:** تكونت الاستبانة في صورتها الأولية من (30) عبارة موزعة على أربعة أبعاد، حيث ضم بعد الوعي الانفعالي تسع عبارات، وبعد ضبط الانفعالات سبع عبارات، وبعد التعبير الانفعالي المناسب سبع عبارات، وبعد توظيف الانفعالات في حل المشكلات سبع عبارات. من بين هذه العبارات عبارتان سلبيتان و(28) عبارة إيجابية. واستخدم التدرج الخماسي

للإجابة على المقياس وفق مقياس الرتب الخماسي (كبيرة جدًا 5 درجات، كبيرة 4 درجات، متوسطة 3 درجات، قليلة درجتان، قليلة جدًا درجة واحدة). كما تم مراعاة الوضوح والبساطة في صياغة العبارات وأبعادها، بحيث تعكس الأنشطة الانفعالية والسلوكيات التي يقوم بها المرشدون التربويون بدقة وسهولة قياس.

- **صدق الاستبانة:** تم التأكد من صدق استبانة إدارة الانفعالات من خلال:

1- **صدق المحكمين:** عُرضت الاستبانة في صورتها الأولية على تسعة محكّمين مختصين في الإرشاد التربوي والصحة النفسية، وأظهرت نتائج التحكيم اتفاقًا بنسبة (70%)، وأصبحت الاستبانة في صورتها النهائية مكوّنة من (29) عبارة موزعة على أربعة أبعاد، مع مراعاة دقة تمثيل السلوكيات والانفعالات لدى المرشدين التربويين وسهولة قياسها. وسيتم تحليل كل عبارة إحصائيًا على حدة عند حساب معاملات الارتباط للتحقق من الصدق الداخلي وضمان موثوقية النتائج.

2- **صدق الاتساق الداخلي:** يقصد بصدق الاتساق الداخلي مدى اتساق كل عبارة من عبارات الاستبانة مع البعد الذي تنتمي إليه هذه العبارة، وقد قام الباحثان بحساب صدق الاتساق الداخلي للاستبانة من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (50) مرشدًا تربويًا من خارج عينة البحث، ومن ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل عبارة من عبارات البعد والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وذلك بعد تطبيق الاستبانة على العينة الاستطلاعية، جدول (3) يبين معاملات الارتباط المحسوبة.

جدول (3): معاملات ارتباط كل عبارة من استبانة إدارة الانفعالات ودرجة البعد المدرجة فيه

العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط
1	.757**	9	.668**	17	.501**	25	.671**
2	.629**	10	.784**	18	.432**	26	.576**
3	.649**	11	.681**	19	.630**	27	.688**
4	.484**	12	.508**	20	.518**	28	.612**
5	.411**	13	.757**	21	.605**	29	.602**
6	.691**	14	.511**	22	.709**		
7	.638**	15	.681**	23	.691**		
8	.530**	16	.683**	24	.639**		

**. دالة عند 0.01، *. دالة عند 0.05

يتبين من جدول (3) أن جميع عبارات الاستبانة مرتبطة بدرجة البعد المدرجة فيه ارتباطًا دالًا إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.01)، وهذا يدل على أن الاستبانة على درجة عالية من الاتساق

الداخلي للعبارات، أي يدل على صدق استبانة إدارة الانفعالات وأن عباراتها تصب في الخصائص العامة لها، وأنها تقيس في مجموعها الأبعاد الأربعة.

3- صدق البناء: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات كل بعد من أبعاد استبانة بالدرجة الكلية للاستبانة، والجدول (4) يبين معاملات الارتباط المحسوبة.

جدول (4): معاملات ارتباط درجة كل بعد من أبعاد استبانة بالدرجة الكلية للاستبانة

أبعاد إدارة الانفعالات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الوعي الانفعالي	**.950**	**0.01**
ضبط الانفعالات	**.928**	**0.01**
التعبير الانفعالي المناسب	**.895**	**0.01**
توظيف الانفعالات في حل المشكلات	**.961**	**0.01**

يتضح من جدول (4) أن معاملات ارتباط درجات أبعاد استبانة إدارة الانفعالات بالدرجة الكلية تراوحت ما بين (0.895-0.961) وهي معاملات دالة عند مستوى دلالة (0.01) مما يشير إلى صدق البناء لأبعاد استبانة إدارة الانفعالات.

- **ثبات الاستبانة:**

تم التأكد من ثبات استبانة إدارة الانفعالات الكلي بحساب معامل (ألفا كرونباخ) والذي بلغ (0.928)، كما تم حساب معاملات الثبات لكل بعد من أبعاد الاستبانة، والجدول (5) يبين معاملات الثبات المحسوبة.

جدول (5): معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لاستبانة إدارة الانفعالات

البعد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
الوعي الانفعالي	**9**	**0.789**
ضبط الانفعالات	**6**	**0.723**
التعبير الانفعالي المناسب	**7**	**0.700**
توظيف الانفعالات في حل المشكلات	**7**	**0,759**
الاستبانة ككل	**29**	**0.928**

يتضح من جدول (5) أن معاملات الثبات لأبعاد استبانة إدارة الانفعالات تراوحت ما بين (0.700-0.789) وهي معاملات مقبولة تؤكد صلاحية الاستبانة للتطبيق لما أُعدت لأجله.

- **الصورة النهائية للاستبانة:** تكونت استبانة إدارة الانفعالات في صورتها النهائية من (29) عبارة، موزعة على أربعة أبعاد: البعد الأول: الوعي الانفعالي، ويتضمن تسع عبارات، والبعد الثاني:

ضبط الانفعالات، ويتضمن ست عبارات، والبعد الثالث: التعبير الانفعالي المناسب، ويتضمن سبع عبارات، والبعد الرابع: توظيف الانفعالات في حل المشكلات، ويتضمن سبع عبارات.

2/ استبانة الصمود النفسي:

أعد الباحثان استبانة الصمود النفسي **للمرشدين التربويين** باتباع الخطوات التالية:

- **هدف الاستبانة:** تهدف هذه الاستبانة إلى الوقوف على مستوى الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين، من خلال الكشف عن مدى قدرتهم على التكيف مع الضغوط، والتعامل الإيجابي مع التحديات المهنية، والحفاظ على التوازن النفسي في بيئة العمل التربوي، بما ينعكس إيجابًا على جودة أدائهم المهني، وتقديم الدعم المناسب للطلبة، خاصة في ظل الظروف الصعبة والمعقدة التي تمر بها البيئة التعليمية.
- **تحديد أبعاد الاستبانة: تم** الاطلاع على عدد من الدراسات السابقة التي تناولت الصمود النفسي وأبعاده المختلفة، من بينها دراسة العتيبي (2022)، ودراسة دويج وجاسم (2023).
- **الصورة الأولية للاستبانة:** تكونت الاستبانة في صورته الأولية من (31) عبارة موزعة على ثلاث أبعاد وهي بعد المرونة احدى عشر عبارة، وبعد تحمل المسؤولية عشرة عبارات، وبعد التماسك الشخصي عشرة عبارات، من بين هذه العبارات عبارتان سلبيتان و(29) عبارة إيجابية واستخدم التدرج الخماسي للإجابة على استبانة وفق مقياس الرتب الخماسي (كبيرة جدًا 5 درجات، كبيرة 4 درجات، متوسطة 3 درجات، قليلة درجتان، قليلة جدًا درجة واحدة).

وقد تم مراعاة الوضوح والبساطة عند صياغة عبارات الاستبانة وأبعادها، بحيث تعكس أنشطة انفعالية يقوم بها **المرشدين التربويين**.

- **صدق الاستبانة:** تم التأكد من صدق استبانة الصمود النفسي من خلال:

1- **صدق المحكمين:** تم عرض الاستبانة في صورتها الأولية على تسعة محكمين مختصين في الإرشاد التربوي والصحة النفسية، وأصبحت الاستبانة في صورتها النهائية مكوّنة من (29) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد، مع مراعاة أن تعكس العبارات الأنشطة والسلوكيات الانفعالية للمرشدين التربويين بدقة وسهولة قياس. وسيتم التعامل إحصائيًا مع كل عبارة على حدة عند حساب معامل الارتباط، لاختبار صدقها الداخلي وضمان موثوقية النتائج.
2- **صدق الاتساق الداخلي:** يعبر صدق الاتساق الداخلي عن مدى اتساق كل عبارة من الاستبانة مع البعد الذي تنتمي إليه. ولتقييم ذلك، طبق الباحثان الاستبانة على عينة استطلاعية تضم (50) مرشدًا تربويًا من خارج عينة البحث، ثم احتسب معامل ارتباط

بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه. ويوضح جدول (6) معاملات الارتباط المحسوبة، والتي تعكس مدى دقة العبارات واتساقها مع البعد المقصود.

جدول (6): معاملات ارتباط كل عبارة من استبانة الصمود النفسي ودرجة البعد المدرجة فيه

العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط
1	.557**	9	.710**	17	.517**	25	.613**
2	.318*	10	.445**	18	.690**	26	.723**
3	.550**	11	.485**	19	.670**	27	.432**
4	.637**	12	.480**	20	.613**	28	.537**
5	.652**	13	.546**	21	.723**	29	.529**
6	.591**	14	.609**	22	.527**		
7	.507**	15	.393**	23	.454**		
8	.361**	16	.690**	24	.495**		

**. دالة عند 0.01، *. دالة عند 0.05

يتبين من جدول (6) أن جميع عبارات الاستبانة مرتبطة بدرجة البعد المدرجة فيه ارتباطًا دالًا إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.01–0.05)، وهذا يدل على أن الاستبانة على درجة عالية من الاتساق الداخلي للعبارات، أي يدل على صدق استبانة الصمود النفسي وأن عباراتها تصب في الخصائص العامة لها، وأنها تقيس في مجموعها الأبعاد الأربعة.

3–صدق البناء: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات كل بعد من أبعاد استبانة بالدرجة الكلية للاستبانة، والجدول (7) يبين معاملات الارتباط المحسوبة.

جدول (7): معاملات ارتباط درجة كل بعد من أبعاد استبانة بالدرجة الكلية للاستبانة

أبعاد الصمود النفسي	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المرونة	.883**	0.01
تحمل المسؤولية	.958**	0.01
التماسك الشخصي	.969**	0.01

يتضح من جدول (7) أن معاملات ارتباط درجات أبعاد استبانة الصمود النفسي بالدرجة الكلية تراوحت ما بين (0.883–0.969) وهي معاملات دالة عند مستوى دلالة (0.01) مما يشير إلى صدق البناء لأبعاد استبانة الصمود النفسي.

- **ثبات الاستبانة:**

تم التأكد من ثبات استبانة الصمود النفسي الكلي بحساب معامل (ألفا كرونباخ) والذي بلغ (0.902)، كما تم حساب معاملات الثبات لكل بعد من أبعاد الاستبانة، والجدول (8) يبين معاملات الثبات المحسوبة.

جدول (8): معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لاستبانة الصمود النفسي

البعد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
المرونة	9	0.705
تحمل المسؤولية	10	0.734
التماسك الشخصي	10	0.760
الاستبانة ككل	**29**	**0.902**

يتضح من جدول (8) أن معاملات الثبات لأبعاد استبانة الصمود النفسي تراوحت ما بين (0.705–0.760) وهي معاملات مقبولة تؤكد صلاحية الاستبانة للتطبيق لما أُعدت لأجله.

- **الصورة النهائية للاستبانة:** تكونت استبانة الصمود النفسي في صورتها النهائية من (29) عبارة، موزعة على ثلاثة أبعاد البعد الأول: المرونة، ويتضمن تسع عبارات، والبعد الثاني: تحمل المسؤولية، ويتضمن عشر عبارات، والبعد الثالث: التماسك الشخصي، ويتضمن عشر عبارات.

نتائج البحث:

مناقشة الفرض الأول: والذي ينص على: يتسم مستوى إدارة الانفعالات لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين بمستوى متوسط.

للتحقق من صحة الفرض تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لاستجابات أفراد العينة، كما في الجدول (9):

جدول (9): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والدرجة لتقديرات عينة البحث

الأداة	البُعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي%	الترتيب	درجة التقدير
إدارة الانفعالات	الوعي الانفعالي	4.14	.57	82.81	4	كبيرة
	ضبط الانفعالات	4.16	.56	83.11	3	كبيرة
	التعبير الانفعالي المناسب	4.21	.59	84.19	2	كبيرة جدًا
	توظيف الانفعالات في حل المشكلات	4.22	.50	84.38	1	كبيرة جدًا
الاستبانة ككل		4.18	.49	83.58		كبيرة

يتضح من الجدول (9) أن تقدير عينة البحث لإدارة الانفعالات لدى المرشدين التربويين بالمحافظات الجنوبية بفلسطين حصل على متوسط حسابي (4.18) وبوزن نسبي (83.58%) أي بدرجة كبيرة.

مما يعني رفض الفرض الذي ينص على: يتسم مستوى إدارة الانفعالات لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين بمستوى متوسط.

تتفق هذه النتيجة مع دراسة الخالدي وصالح (2014)، حيث أظهرت أن مستوى إدارة الانفعالات لدى المرشدين التربويين جاء بدرجة كبيرة، في حين تختلف مع دراسة عبد الرحمن (2020) التي أشارت إلى أن مستوى إدارة الانفعالات لدى المرشدين كان متوسطًا.

ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن طبيعة عمل المرشد التربوي تتطلب أن يكون أكثر قدرة لضبط مشاعره، ولديه اتزان انفعالي لكي يقدم الدعم النفسي الاجتماعي للآخرين، وهذا بدوره عزز لديه مهارة إدارة الانفعال كآلية توافق ومناعة نفسية لمواجهة الضغوط، كما أن الظروف المعيشية الصعبة التي يمر بها المرشدين التربويين وخاصة في قطاع غزة حيث العدوانات المتكررة من قبل الاحتلال الإسرائيلي وما نتج عنها من نزوح وفقدان الأمن والأمان جعلتهم أكثر حرصاً على التحكم بانفعالاتهم بشكل مستمر أثناء تعاملهم مع الآخرين، ففاقد الشيء لا يعطيه، كما أن الخبرات التي اكتسبها المرشدون التربويون أثناء عملهم في الأزمات والطوارئ جعلتهم أكثر قدرة على احتواء مشاعر الخوف والقلق والغضب وتحويلها لاستجابات مهنية إيجابية تساعدهم في استمرارية أداءهم لمهامهم الإرشادية رغم الظروف الصعبة والمواقف الضاغطة.

مناقشة الفرض الثاني: والذي ينص على: يتسم مستوى الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين بمستوى متوسط.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لاستجابات أفراد العينة، كما في الجدول (10):

جدول (10): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والدرجة لتقديرات عينة البحث

الأداة	البُعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي%	الترتيب	درجة التقدير
الصمود النفسي	المرونة	4.20	.46	83.98	1	كبيرة
	تحمل المسؤولية	4.17	.58	83.38	2	كبيرة
	التماسك الشخصي	3.93	.51	78.55	3	كبيرة
الاستبانة ككل		**4.10**	**.47**	**81.90**		**كبيرة**

بينما يتضح من الجدول (10) أن تقدير عينة البحث لصمود النفسي لدى المرشدين التربويين بالمحافظات الجنوبية بفلسطين حصل على متوسط حسابي (4.10) وبوزن نسبي (90.90%) أي بدرجة كبيرة.

مما يعني قبول رفض الذي ينص على: **(يتسم مستوى الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين بمستوى متوسط).**

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة غولر وإسرا (2019)، ودراسة العتيبي (2022)، ودراسة دويج وجاسم (2023)، حيث توصلت هذه الدراسات إلى أن مستوى الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين جاء بدرجة كبيرة، مما يشير إلى قدرة المرشدين على مواجهة الضغوط المهنية والتكيف مع المواقف الصعبة بنجاح.

ويرجع الباحثان هذه النتيجة إلى أن الظروف الصعبة التي نتجت عن العدوان الإسرائيلي المتكرر على قطاع غزة، والحصار والنزوح المتكرر أسهمت في بناء قدر عالٍ من الصمود النفسي لدى المرشدين كمطلب أساسي لضمان استمرارهم في أداء عملهم المهني والإنساني، وأنه أصبح آلية تكيف إيجابية لمواجهة المواقف الضاغطة المتواصلة والمتراكمة، وعدم الاستقرار، كما يُعزى هذا المستوى المرتفع إلى طبيعة الدور الذي يقوم به المرشد التربوي، والذي يشكل مصدر دعم وأمان للآخرين في ظل الأزمات والطوارئ، ما يدفعه إلى تعزيز بنائه النفسي وضبط مشاعره وتحمل الأعباء والضغوط حفاظاً على توازنه المهني.

مناقشة الفرض الثالث: والذي ينص على: توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مستوى إدارة الانفعالات والصمود النفسي لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين.

وللتحقق من صحة هذه الفرض تمّ استخدام اختبار معامل بيرسون للارتباط، والجدول (11) يوضح نتائج هذه الفرض:

جدول (11): معامل الارتباط بين إدارة الانفعالات والصمود النفسي

إدارة الانفعالات والصمود النفسي		المرونة	تحمل المسؤولية	التماسك الشخصي	الصمود النفسي
الوعي الانفعالي	معامل الارتباط	.451**	.587**	.555**	.598**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000	.000
ضبط الانفعالات	معامل الارتباط	.483**	.578**	.538**	.598**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000	.000
التعبير الانفعالي المناسب	معامل الارتباط	.534**	.711**	.670**	.720**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000	.000

توظيف الانفعالات في حل المشكلات	معامل الارتباط	.852**	.675**	.700**	.702**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000	.000
إدارة الانفعالات	معامل الارتباط	.596**	.725**	.692**	.753**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000	.000

**. دالة عند 0.01، *. دالة عند 0.05

يتضح من جدول (11) عدة نتائج أهمها: إن معامل الارتباط بين إدارة الانفعالات والصمود النفسي يساوي (0.753**)، ومستوى الدلالة (Sig) تساوي (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدارة الانفعالات والصمود النفسي لدى المرشدين التربويين بالمحافظات الجنوبية بفلسطين.

مما يعني قبول الفرض الذي ينص على: **(توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مستوى إدارة الانفعالات والصمود النفسي وجودة الحياة الإرشادية لدى المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين).**

ويفسر الباحثان هذه النتيجة إلى أن قدرة المرشد التربوي على ضبط انفعالاته والتعامل معها بحكمة، تجعله قادراً على الصمود أمام الضغوط الناتجة عن الظروف الاستثنائية التي يعيشها بما فيها النزوح، وفقدان الأمن والأمان، وهذا يعزز الاتزان الانفعالي ويضمن استمراره في أداء مهامه وأدواره الإرشادية، كما أن إدارة الانفعالات تمثل عاملاً نفسياً ضرورياً يعزز صمود المرشدين التربويين، حيث يساعدهم التحكم في مشاعر القلق والخوف والغضب على تجنب الإرهاق النفسي، وتحويل الخبرات الصادمة إلى خبرات قابلة للاحتواء والتكيف، كما أن الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين لا يتكون بمعزل عن ضبط وإدارة الانفعالات، بل يتعزز من خلال قدرتهم على تنظيم مشاعرهم واحتواءها في مواجهة الأحداث والمواقف الضاغطة.

مناقشة الفرض الرابع: والذي ينص على: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($a \leq 0.05$) في مستوى إدارة الانفعالات تُعزى لاختلاف متغيرات (النوع، المؤهل العلمي).

ويتفرع من هذه الفرض الفرضيتان الفرعيتان:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى إدارة الانفعالات تُعزى لمتغير النوع (ذكر، أنثى).

للتحقق من صحة هذه الفرض تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين ""T. test independent sample بين متوسطي استجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين تُعزى لمتغير النوع؛ والجدول (12) يوضح نتائج هذه الفرض.

جدول (12): نتائج اختبار (T-test) لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين متوسطي استجابات المرشدين التربويين تُعزى لمتغير النوع

البُعد	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الوعي الانفعالي	ذكر	128	4.08	.71	1.61	.11
	أنثى	180	4.19	.45		
ضبط الانفعالات	ذكر	128	4.09	.71	1.70	.09
	أنثى	180	4.20	.42		
التعبير الانفعالي المناسب	ذكر	128	4.17	.74	1.10	.29
	أنثى	180	4.24	.45		
توظيف الانفعالات في حل المشكلات	ذكر	128	4.26	.59	1.15	.25
	أنثى	180	4.19	.43		
الاستبانة ككل	ذكر	128	4.15	.65	1.00	.32
	أنثى	180	4.20	.347		

يتضّح من الجدول (12) أن قيمة "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية في الدرجة الكلية لاستبانة إدارة الانفعالات، وهذا يدلُّ على عدم وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي استجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين تُعزى لمتغير النوع في استبانة إدارة الانفعالات، مما يعني قبول الفرض الصفري الذي ينص على: (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى إدارة الانفعالات تعزى لمتغير النوع (ذكر، أنثى) ورفض الفرض البديل.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الخالدي وصالح (2014)، التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدارة الانفعالات تُعزى لمتغير الجنس، مما يعكس أن كلا الجنسين يمتلكان مهارات تنظيم الانفعالات بصورة متقاربة في السياقات التعليمية والإرشادية. وفي المقابل، تختلف هذه النتيجة مع دراسة عبد الرحمن (2020)، التي أظهرت وجود فروق في إدارة الانفعالات لصالح الإناث لدى المرشدين التربويين.

ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن في طبيعة الظروف الصعبة المتشابهة التي يعيشونها كظروف العمل الصعبة، والتعرض المستمر للأزمات، والنزوح، والضغط النفسي الناتج عن تقديم الدعم النفسي الاجتماعي للآخرين، فرضت على جميع المرشدين، بغض النظر عن نوعهم، تطوير القدرة في إدارة الانفعالات لديهم، كما أن طبيعة العمل الإرشادي في هذا السياق الفلسطيني تتطلب من المرشدين من كلا الجنسين قدرة متقاربة على ضبط المشاعر والانفعالات للحفاظ على دورهم الإرشادي الفعال.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى إدارة الانفعالات تُعزى لمتغير المؤهل العلمي (بكالوريوس، ماجستير، دكتوراه).

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار التباين الأحادي "One Way Anova" بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين تُعزى لمتغير المؤهل العلمي؛ والجدول (13) يوضح نتائج هذه الفرضية.

جدول (13): نتائج اختبار التباين الأحادي لدلالة الفروق بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين تُعزى لمتغير المؤهل العلمي

الاستبانة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	مستوى الدلالة
الوعي الانفعالي	بين المجموعات	.61	2	.31	.932	.395
	داخل المجموعات	100.25	305	.33		
	المجموع	100.86	307			
ضبط الانفعالات	بين المجموعات	.464	2	.23	.734	.481
	داخل المجموعات	96.47	305	.32		
	المجموع	96.93	307			
التعبير الانفعالي المناسب	بين المجموعات	.424	2	.21	.615	.541
	داخل المجموعات	105.18	305	.35		
	المجموع	105.61	307			
توظيف الانفعالات في حل المشكلات	بين المجموعات	2.16	2	1.08	4.40	.013
	داخل المجموعات	75.04	305	.25		
	المجموع	77.20	307			
الاستبانة ككل	بين المجموعات	.73	2	.37	1.51	.222
	داخل المجموعات	73.82	305	.24		

	المجموع	**74.60**	**307**			

يتضّح من الجدول (13) أن قيمة "F" المحسوبة أقل من قيمة "F" الجدولية في الدرجة الكلية لاستبانة إدارة الانفعالات، وهذا يدلُّ على عدم وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين تُعزى لمتغير المؤهل العلمي في استبانة إدارة الانفعالات، مما يعني قبول الفرض الصفري الذي ينص على: (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى إدارة الانفعالات تعزى لمتغير المؤهل العلمي (بكالوريوس، ماجستير، دكتوراه) ورفض الفرض البديل.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الخالدي وصالح (2014) ودراسة أرشيد (2018)، التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير المؤهل العلمي في مستوى إدارة الانفعالات، بينما تختلف مع دراسة عبد الرحمن (2020)، التي كشفت عن فروق دالة إحصائيًا لصالح حملة الدراسات العليا في إدارة الانفعالات لدى الإناث، وهو ما قد يُعزى إلى الفروق في تصميم البحث خصائص العينة، أو السياق الثقافي والاجتماعي، مما يشير إلى أن مستوى إدارة الانفعالات قد يتأثر بعدة عوامل متداخلة تتعلق بالبيئة المهنية والثقافية.

يعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن المرشدين التربويين يواجهون نفس التحديات والمواقف الضاغطة كالعدوان المتكرر، والنزوح، والضغوط النفسية والاجتماعية الناتجة عن تقديم الخدمات النفسية والاجتماعية للآخرين، كما أن قدرة المرشدين التربويين على ضبط انفعالاتهم لا ترتبط بالمؤهلات العلمية بقدر ما ترتبط بالخبرة العملية، والاحتكاك اليومي بالحالات، والقدرة على التكيف مع الضغوط المستمرة، حيث تفرض طبيعة العمل الإرشادي على جميع المرشدين، بغض النظر عن مؤهلاتهم، اكتساب مستويات عالية من التحكم بالانفعالات للحفاظ على الاتزان النفسي والأداء المهني الفاعل.

بينما يتضّح من الجدول (13) أن قيمة "F" المحسوبة أكبر من قيمة "F" الجدولية في الدرجة الكلية لبُعد توظيف الانفعالات في حل المشكلات، وهذا يدلُّ على وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين تُعزى لمتغير المؤهل العلمي لبُعد توظيف الانفعالات في حل المشكلات، مما يعني رفض الفرض الصفري الذي ينص على: (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين 4المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى بُعد توظيف الانفعالات في حل المشكلات تعزى لمتغير المؤهل العلمي (بكالوريوس، ماجستير، دكتوراه) وقبول الفرض البديل.

جدول (14): نتائج اختبار شيفيه لمقارنة متوسطات فئات المؤهل العلمي لبُعد توظيف الانفعالات في حل المشكلات

الفئات	الفرق بين المتوسطات		
	بكالوريوس	ماجستير	دكتوراه
بكالوريوس	-	-.025	-.34*
ماجستير	.025	-	-.32
دكتوراه	.34*	.32	-

يتضح من جدول (14) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($a \leq 0.05$) بين متوسط استجابات المرشدين التربويين الحاصلين على درجة الدكتوراه، ومتوسط استجابات المرشدين التربويين الحاصلين على درجة البكالوريوس، ولصالح المرشدين التربويين الحاصلين على درجة الدكتوراه.

ويوضح الباحثان هذه النتيجة أن المرشدين التربويين الحاصلين على درجة الدكتوراه اكتسبوا خلال مسيرتهم العلمية والبحثية مهارات أعمق في التفكير الإبداعي وحل المشكلات، مما جعلهم أكثر قدرة على ضبط انفعالاتهم عند مواجهة المواقف الصعبة، خاصة في ظل استمرار العدوان الإسرائيلي وما يترتب عليه من نزوح وأزمات مستمرة. كما أن احتكاكهم بالميدان إلى جانب الخبرة الأكاديمية عزز لديهم قدرتهم على تحويل الانفعالات والمشاعر إلى أدوات عملية لحل المشكلات، مما يؤدي إلى الارتقاء بمستوى الأداء المهني وتمكينهم من تقديم الدعم النفسي والاجتماعي الفعال في ظل الأزمات والطوارئ.

مناقشة الفرض الخامس: والذي ينص على: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصمود النفسي تُعزى لاختلاف متغيرات (النوع، المؤهل العلمي).

ويتفرع من هذه الفرض الفرضيتان الفرعيتان:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصمود النفسي تُعزى لمتغير النوع (ذكر، أنثى).

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين ""T. test independent sample بين متوسطي استجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين تُعزى لمتغير النوع؛ والجدول (15) يوضح نتائج هذه الفرضية.

جدول (15): نتائج اختبار (T-test) لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين متوسطي استجابات المرشدين التربويين تُعزى لمتغير النوع

البُعد	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
المرونة	ذكر	128	4.24	.46	1.22	.22
	أنثى	180	4.17	.46		
تحمل المسؤولية	ذكر	128	4.12	.63	-1.20	.23
	أنثى	180	4.20	.55		
التماسك الشخصي	ذكر	128	3.97	.54	1.32	.19
	أنثى	180	3.90	.50		
الاستبانة ككل	ذكر	128	4.11	.50	.36	.72
	أنثى	180	4.09	.46		

يتضّح من الجدول (15) أن قيمة "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية في الدرجة الكلية لاستبانة الصمود النفسي، وهذا يدلُّ على عدم وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي استجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين تُعزى لمتغير النوع في استبانة الصمود النفسي، مما يعني قبول الفرض الصفري الذي ينص على: (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصمود النفسي تعزى لمتغير النوع (ذكر، أنثى) ورفض الفرض البديل.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة العتيبي (2022) ودراسة دويج وجاسم (2023)، التي لم تسجل فروقًا ذات دلالة إحصائية لمتغير الجنس في مستوى الصمود النفسي، بينما تختلف مع دراسة محمد (2023)، التي أظهرت وجود فروق لصالح الإناث.

ويفسر الباحثان هذه النتيجة إلى تشابه ظروف العمل المهنية والضغوط التي يتعرض لها المرشدون التربويون من كلا الجنسين، خاصة في ظل الطوارئ الذي يعيشه المجتمع الفلسطيني، وما يرافقه من أزمات متكررة وضغوط مهنية وإنسانية، كما أن طبيعة العمل الإرشادي تتطلب من المرشدين التربويين من كلا الجنسين امتلاك المهارات الإرشادية بصورة متقاربة، كالقدرة على التكيف، وضبط الانفعالات، وتحمل الضغوط، وهي مهارات أساسية كما تُكتسب وتعزز من خلال التدريب والخبرة العملية أكثر من ارتباطها بالنوع، كما أن البرامج التدريبية تستهدف المرشدين التربويين من كلا الجنسين في تعزيز السمات النفسية ومنها الصمود النفسي والمرونة النفسية وغيرها، كما أن الخبرات الصادمة والمواقف الضاغطة التي يمر بها المرشدون خلال الأزمات والطوارئ قد تكون متقاربة ومتشابهة إلى حد ما.

- **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصمود النفسي تُعزى لمتغير المؤهل العلمي (بكالوريوس، ماجستير، دكتوراه).**

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار التباين الأحادي One Way Anova"" بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين تُعزى في المحافظات الجنوبية بفلسطين لمتغير المؤهل العلمي؛ والجدول (16) يوضح نتائج هذه الفرض.

جدول (16): نتائج اختبار التباين الأحادي لدلالة الفروق بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين تُعزى لمتغير المؤهل العلمي

الاستبانة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	مستوى الدلالة
المرونة	بين المجموعات	.398	2	.199	.940	.392
	داخل المجموعات	64.55	305	.212		
	المجموع	64.95	307			
تحمل المسؤولية	بين المجموعات	2.23	2	1.12	3.45	.036
	داخل المجموعات	101.67	305	.33		
	المجموع	103.90	307			
التماسك الشخصي	بين المجموعات	2.26	2	1.13	4.38	.013
	داخل المجموعات	78.91	305	.26		
	المجموع	81.18	307			
الاستبانة ككل	بين المجموعات	1.497	2	.75	3.46	.033
	داخل المجموعات	66.03	305	.22		
	المجموع	67.53	307			

يتضّح من الجدول (16) أن قيمة "F" المحسوبة أكبر من قيمة "F" الجدولية في الدرجة الكلية لاستبانة الصمود النفسي، وهذا يدلُّ على وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات استجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين تُعزى لمتغير المؤهل العلمي في استبانة الصمود النفسي، مما يعني رفض الفرض الصفري الذي ينص على: (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات المرشدين التربويين في المحافظات الجنوبية بفلسطين عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصمود النفسي تعزى لمتغير المؤهل العلمي (بكالوريوس، ماجستير، دكتوراه) وقبول الفرض البديل.

جدول (17): نتائج اختبار شيفيه لمقارنة متوسطات فئات المؤهل العلمي

الفئات	الفرق بين المتوسطات		
	بكالوريوس	ماجستير	دكتوراه
بكالوريوس	-	.094	-.250
ماجستير	-.094	-	*-.344
دكتوراه	.250	*344	-

يتضح من جدول (17) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($a \leq 0.05$) بين متوسط استجابات المرشدين التربويين الحاصلين على درجة الدكتوراه، ومتوسط استجابات المرشدين التربويين الحاصلين على درجة الماجستير، ولصالح المرشدين التربويين الحاصلين على درجة الدكتوراه.

ويفسر الباحثان أن المرشدين التربويين الحاصلين على درجة الدكتوراه قد اكتسبوا معارف علمية متقدمة، وتدريب متخصص في مجالات البحث والعمل الإرشادي، مما يسهم في تعزيز القدرة لديه على مواجهة الضغوط النفسية والمهنية في ظل الأزمات والطوارئ من خلال استراتيجيات مواجهة إيجابية وأكثر فاعلية، كما أن التدريب الأكاديمي والبحث العلمي ساعد في تنمية الوعي بالذات لديهم، كما عزز لديهم المرونة في التفكير، والقدرة على ضبط وتنظيم الانفعالات وهذا بدوره ينعكس بصورة إيجابية على مستوى الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين مقارنة بالمرشدين الحاصلين على درجة البكالوريوس.

توصيات البحث:

في ضوء ما أظهره البحث من نتائج، يوصي الباحثان بالآتي:

1. تنظيم لقاءات إشرافية دورية، جلسات دعم نفسي مهني، وإعداد أدلة إرشادية عملية، بما يعزز الدعم النفسي والمهني للمرشدين ويساهم في تحسين جودة حياتهم الإرشادية.
2. تطوير برامج تدريبية للمرشدين التربويين، تشمل ورش عمل متخصصة في تقنيات إدارة الانفعالات، دورات لدعم الصمود النفسي، وجلسات تقييمية لمتابعة تطبيق المهارات المكتسبة، بهدف رفع كفاءة المرشدين المهنية وتحسين جودة حياتهم الإرشادية.
3. تنفيذ برامج إرشادية وقائية وتنموية من قبل رؤساء أقسام الإرشاد والتربية الخاصة ومشرفي الإرشاد التربوي بمديريات التربية والتعليم، تشمل ورش عمل شهرية لإدارة الضغوط والانفعالات المهنية، دورات فصلية لدعم الصمود النفسي، جلسات إشراف وتبادل خبرات دورية بين المرشدين، جلسات إرشاد فردية لتقييم مهاراتهم وتقديم استشارات عملية للتعامل مع ضغوط العمل، جلسات إرشاد جماعية لتعزيز التواصل وتبادل الخبرات وحل المشكلات المهنية، وأنشطة نصف سنوية

لتطوير مهارات التواصل وحل المشكلات وإدارة النزاعات، بما يضمن تنمية مهاراتهم الإرشادية ودعم صحتهم النفسية والمهنية.

4. يقترح الباحثان عددًا من الدراسات المستقبلية في ضوء نتائج البحث الحالي، من أبرزها ما يأتي:
   - فاعلية برنامج إرشادي قائم على التنظيم الانفعالي في تعزيز جودة الحياة الإرشادية لدى المرشدين التربويين العاملين خلال الأزمات والطوارئ في المحافظات الجنوبية من فلسطين.
   - المناعة النفسية كمتغير وسيط بين الاتزان الانفعالي وجودة الحياة الإرشادية لدى المرشدين التربويين.
   - الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتفاؤل والأمل لدى المرشدين التربويين خلال الأزمات والطوارئ في المحافظات الجنوبية من فلسطين.

قائمة المصادر والمراجع:

- أبو غالي، عطاف محمد (2017). فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الصمود النفسي لمواجهة الضغوط لدى المراهقات المتصدعات أسريا، مجلة العلوم التربوية والنفسية 18(1)، 407-444.
- أرشيد، آمال محمد (2018). إدارة الانفعالات وعلاقتها بالتكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة الثانوية في محافظة إربد. **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة اليرموك، الأردن.
- البلاونة، خديجة حسين، وعربيات، رندا بشير (2020). إدارة الانفعالات وعلاقتها بالتوافق الأسري لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا. **مجلة دراسات العلوم التربوية**، الجامعة الأردنية، 47(1)، 36-52.
- الجلبة، ورد سليمان، ماجي، سناء يوسف (2018). فاعلية برنامج لتنمية الصمود النفسي لدى الطالبة الجامعية لتحسين أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، **مجلة البحث العلمي**، (19)، 213-250.
- جواد، عبد الحميد محمد (2015). **علم النفس التربوي**. القاهرة: دار الفكر العربي.
- الحسن، ليلى أحمد (2019). **البُعد الروحي ودوره في تعزيز الصمود النفسي**. القاهرة: دار الفكر العربي.
- الحموري، رامي عبد الله (2017). تأثير إدارة الانفعالات على الدافعية والإنجاز الشخصي. **مجلة التربية والتعليم**، 21(4)، 67-82.
- الخالدي، أمل إبراهيم؛ وصالح، أصاد محمد (2014). إدارة الانفعالات وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى المرشدين التربويين. **مجلة البحوث التربوية والنفسية**– جامعة بغداد، 43(11)، 149-177.

- الدليمي، طارق أحمد (2006). نمط الشخصية الانبساط الانطواء وإدارة الانفعالات لدى مدرسي الثانوية. **مجلة جامعة الأنبار للعلوم الانسانية**، (2)16، 61-73.
- دويج، سهاد كاظم، وجاسم، محمد كاظم (2023). الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين. **مجلة كلية التربية الأساسية**– الجامعة المستنصرية، 30(3)، 281-312.
- سليمون، ريم ميهوب (2015). الصمود النفسي ومعنى الحياة والتدفق من وجهة نظر علم النفس الإيجابي: دراسة تحليلية لصمود الجيش العربي السوري. **مجلة العلوم تشرين للأبحاث والدراسات العلمية**، 37(4)(4)، 250-272.
- شاهين، هيام صابر (2013). الأمل والتفاؤل مدخل لتنمية الصمود النفسي لدى عينة من المراهقين ضعاف السمع، **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، (4)14، .653 -613
- الشوابكة، عادل محمد (2018). تطوير مهارات إدارة الانفعالات في البيئة التربوية. **مجلة التربية الحديثة**، (1)22، 75-89.
- عبد الرحمن، عبد الله (2020). إدارة الانفعالات وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المرشدين التربويين. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، 21(4)، 233-260.
- عبد الله، نجلاء فهد (2018). **علم النفس الانفعالي**. عمان: دار المسيرة.
- عبيد، سالم حميد (2024). التمكين النفسي وعلاقته بإدارة الانفعالات لدى المرشدين التربويين. **مجلة القادسية للعلوم الإنسانية**، 27(3)، 163-192.
- العتيبي، أسماء بنت فراج (2022). الصمود النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى الأخصائيين النفسيين العاملين في المستشفيات الحكومية بمدينة الرياض. **مجلة جامعة شقراء للعلوم الإنسانية والإدارية**، 9(1)، 75-108.
- العتيبي، محمد حسين (2016). أثر مهارات إدارة الانفعالات على العلاقات الاجتماعية. **مجلة العلوم الاجتماعية**، 8(2)، 100-115.
- عثمان، الخضر محمد (2001). تصميم مقياس عربي للذكاء الوجداني والتحقق الضبط لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية، (55)3، 1255-1282.
- غولَر، دنيز أحمد وإسراء، جيهان مصطفى (2019). الصمود النفسي لدى المرشدين التربويين في تركيا: دراسة ظاهراتية. **مجلة علماء النفس**، 30(2)، 134-150.
- اللصاصمة، منى (2017). الكفاءة الذاتية وإدارة الذات وعلاقتهما بقلق المستقبل لدى الطلبة المتفوقين تحصيليًا في المرحلة الثانوية في مدارس مديرية تربية القصر، **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة مؤتة، الأردن.

- محمد، بسمة عادل عبد المطلب (2023). الصمود النفسي وعلاقته بالأمل وأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من طلاب الجامعة– قسم علم النفس، **رسالة دكتوراه غير منشورة**، جامعة المنصورة.
- النجار، أحمد محمد (2019). التفكير الإيجابي وحل المشكلات: أبعاد الصمود النفسي للمرشدين. **رسالة دكتوراه غير منشورة**، جامعة القاهرة.
- النعيمي، عادل حسين (2021). **استراتيجيات التكيف النفسي لدى المرشدين التربويين: مهارات المواجهة والمرونة**. عمان: دار المعرفة للنشر.