مجلة الطفولة والتربية – العدد التاسع والأربعون – الجزء الأول – السنة الرابعة عشرة – يناير ٢٠٢٢

[٤]

المرونة المعرفية وعلاقتها بالرفاهية لدى معلمات روضات الدمج

أ.م.د. دعاء محمد مصطفى

أستاذ علم نفس الطفل المساعد

كلية التربية للطفولة المبكرة– جامعة أسيوط

المرونة المعرفية وعلاقتها بالرفاهية لدى معلمات روضات الدمج

أ.م.د. دعاء محمد مصطفى*

ملخص:

في اطار اهداف التنمية المستدامة وخطة مصر ٢٠٣٠و الاثار التعليمية المترتبة على جائحة Covid- 19، هدفت الدراسة الحالية الى تحديد: ١) مستوى المرونة المعرفية والرفاهية لدى معلمات روضات الدمج،٢) تأثيرمتغيري سنوات الخبرة والمستوى التعليمي والتفاعل بينهما على كل من المرونة المعرفية والرفاهية النفسية لديهن،٣) اتجاه ودلالة العلاقة الارتباطية بين المرونة المعرفية والرفاهية لدى معلمات روضات الدمج و ٤) قدرة المرونة المعرفية على التنبؤ بالرفاهية لديهن. اجريت الدراسة على ٣٠ معلمة بعدد من روضات الدمج بمدينة اسيوط، واستخدم مقياس المرونة المعرفية من اعداد الباحثة، ومقياس الرفاهية من اعاد محمد وعزب وعبد الوهاب (٢٠١٧). تم استخدام الاحصاء الوصفي والارتباطي من خلال برنامج SPSS.اسفرت النتائج عن ارتفاع مستوى المرونة المعرفية والرفاهية لدى معلمات روضات الدمج ووجود تاثير دال للخبرة في بعد المرونة التلقائية وبعد المرونة التكيفية والدرجة الكلية للمرونة،وعدم وجود تأثير دال للمستوى التعليمي او التفاعل بين الخبرة والمستوى التعليمي على المرونة المعرفية بابعادها. كما لم يوجد تاثير دال للخبرة اوالمستوى التعليمي او التفاعل بينهما على الرفاهية وابعادها. ووجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين متوسطات درجات معلمات روضات الدمج في مقياس المرونة المعرفية بابعادها وبين متوسط درجاتهن في مقياس الرفاهية.كما تنبأت درجات معلمات روضات الدمج على مقياس المرونة المعرفية بدرجاتهن الكلية على مقياس الرفاهية. وفسرت النتائج الحالية في ضوء الانتباه والتكيف. وكان من اهم توصيات الدراسة بناء برامج لتنمية المرونة المعرفية والرفاهية لدى معلمات روضات الدمج والروضات العادية.

كلمات مفتاحية: المرونة المعرفية، الرفاهية روضات الدمج.

* أستاذ علم نفس الطفل المساعد– كلية التربية للطفولة المبكرة– جامعة أسيوط.

Abstract:

In terms of sustainable development and 2030 Plan of Egypt and the educational effect of covid- 19, the current study aimed at determining 1)cognitive flexibility and psychological well- being levels in in integration kindergarten teachers.2) The effect of experience years and educational status and the interaction between them on both cognitive flexibility and psychological well- being.3) the direction and strength of the correlation between cognitive flexibility and psychological well-being,4) the predictive ability of cognitive flexibility and its two dimensions ,spontaneous and adaptive flexibility of psychological; well- being.

The sample consisted of 30 teachers from a number of kindergartens in Assuit city.Cognitive Flexibility Inventory and Psychological Well- Being Scale were administered. Descriptive and correlational statistics were administered via SPSS.

Results indicated 1)high levels of cognitive flexibility and psychological well- being in integration kindergarten teachers.2) a significant effect of experience years on spontaneous and adaptive flexibility and total score of cognitive flexibility.3)No significant effect of education level or the interaction between experience years and education level on cognitive flexibility total score nor the its two dimensions.4)No significant effects of either experience years ,education level or the interaction between them on psychological well- being and its dimensions.5)A positive statistically significant correlation between cognitive flexibility and its two dimensions and psychological well- being.6)Cognitive flexibility and its two dimensions(spontaneous and adaptive) predicted psychological well- being. Results were discussed in terms of professional preparation of integration kindergarten teachers, attention and adaptation. The study recommended developing programs to enhance cognitive flexibility and psychological well- being in teachers integration kindergartens and regular ones.

Keywords: cognitive flexibility, well- being, inclusion kindergartens.

مقدمة:

تتجه روضات الدمج الى استيعاب الاطفال ذوي الاعاقات المتنوعة البسيطة والتي يمكن في اطارها الاستفادة من برامج تربية الطفل العامة بالروضات تحقيقا لاهداف التربية الحديثة والتنمية المستدامة، واهمها الاعتماد على جوانب القوة لدى المتعلم العادي عموما وذوي الاعاقة خصوصا لاحداث التنمية في جوانب الضعف لديه.

ويوفر الدمج فرصا لذوي الاعاقات لتعلم مهارات تكيف جديدة من خلال تقليد زملائهم من غير ذوي الاعاقة، كما يوفر لهم خبرات حياة حقيقية تساعدهم على التفاعل مع اقرانهم العاديين وتعلم مهارات تواصل جديدة. فالدمج يساعد الاطفال ذوي الاعاقة على تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي، الامر الذي يترتب عليه تحسن المهارات الحركية والاجتماعية،بالاضافة الى ارتقاء الاداء الاكاديمي للاطفال ذوي الاعاقة في بيئات الدمج مقارنة بالبيئات المعزولة في مؤسسات التربية الخاصة.

بصفة عامة، لا يزال دمج الاطفال ذوي الاعاقات في الروضات، بالرغم من تطبيقه رسميا، محل خلاف بين التربويين والباحثين حول جوانبه الايجابية والسلبية.

ويمثل اعداد معلمة الروضة للتعامل مع الاطفال ذوي الاعاقة وتعليمهم تحد كبير لبرامج كليات التربية للطفولة المبكرة في مصر. كما يعتمد نجاح دمج هؤلاء الاطفال على اتجاهات المعلمين نحو ذوي الاعاقة ودمجهم (جميل، ٢٠١٣).

فقد تفتقر معلمات الروضة الى الوسائل المناسبة لتعليم الاطفالل ذوي الاعاقة بالاضافة الى وجود اعداد كبيرة من الاطفال في القاعة الواحدة، هذا بجانب نقص تدريبهن على التعامل مع الاطفال ذوي الاعاقة (Gu, 2009 في: الطراونة، ٢٠٢٠).

وقد تتعرض المعلمات في روضات الدمج بسبب نقص الاعداد المهني قبل الخدمة وبعدها، الى ضغوط نفسية مصدرها ذاتي يتعلق بالكفاءة الشخصية والفعالية

الذاتية، وآخر بيئي، يرتبط بالنجاح في بيئة العمل بالروضة الدامجة. فقد امكن التنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال المواقف الحياتية الضاغطة ومستوى الرضا المهني المنخفض لدى معلمات التربية الفكرية، وكان انخفاض الرضا عن طبيعة العمل مع ذوي الاعاقة الفكرية اكثر انبائا بتعرض المعلمة للاحتراق النفسي (عبد العاطي،٢٠١٩).

من ثم، تقع على معلمة روضة الدمج عبء اضافي في التعامل مع الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. في هذا السياق يكون أحد اساليب التكيف الفعالة لمواجهة الضغوط والتعامل مع المواقف المتغيرة هو تمتع الفرد بالمرونة المعرفية، حيث تعد المرونة المعرفية من الخصائص الضرورية في "معالجة المشكلات بصورة فعالة وفي اجادة الاتصال مع الاخرين واداء الادوار والتفاوض وحل النزاعات والتوصل الى حلول ابداعية للمشكلات" (البحيري،٢٠١٠).

والمرونة المعرفية هي قدرة على التغير التلقائي للحالة المعرفية بتغير الموقف، وتعني القدرة على انتاج عدد متنوع من الافكار حول مشكلة او موقف معين والتحول من نوع من التفكير الى نوع اخر، ولها شكلان هما: ١)المرونة التكيفية وتشير الى القدرة على تغيير الحالة الذهنية التي ينظر من خلالها الى حل مشكلة محددة،٢)المرونة التلقائية وتشير الى سرعة انتاج اكبر قدر من الافكار التي ترتبط بموقف معين (عبد الوهاب، ٢٠١١،٢١).

ووفق المفهوم السابق للمرونة المعرفية يكون لها انعكاسات واضحة على جودة حياة الفرد وتنعمه وهناءه. تشير الرفاهية الى مفهوم واسع عن الصحة النفسية والتوافق والتفاؤل بالمستقبل والسعادة والرضا عن الحياة، اتساقا مع النظرة الايجابية للحياة والتي يشملها علم النفس الايجابي (شقير، ٢٠٠٠، ٧).

ان الرفاهية هي ادراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وانساق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق ذلك مع اهدافه وتوقعاته وقيمه واهتماماته المتعلقة بالصحة البدنية وحالته النفسية ومستوى استقلاليته وعلاقاته الاجتماعية واعتقاداته الشخصية وعلاقاته بالبيئة بصفة عامة، فالرفاهية هي تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته (WHOQOL Group,1995 Selibman,2011,67).

المشكلة

ارتبطت المرونة المعرفية باستراتيجيات مواجهة الضغوط (غريب، ٢٠١٣)، ومن جهة اخرى،دلت نتائج عدد من الدراسات الاجنبية على دور المرونة المعرفية في التنبؤ بالرفاهية لدى المراهقين والراشدين وان المرونة المعرفية لها تاثير مباشر على الرفاهية (Demirtas,2020, Donnelly ,2021; Malkoc & Mululu, 2019; Marshall & Brockman,2016). واعتمدت تلك الدراسات على تضمينات كل من المرونة المعرفية والرفاهية على الوظيفة النفسية والصحية والاجتماعية (Stewart- Brown ,Tennant, Tennant, Platt, Parkinson, & Weich, 2009)، فالمرونة المعرفية بما تتضمنه من قدرة الفرد على ايجاد الافكار واعتبار وجهات النظر البديلة من اجل التكيف مع البيئة) Demirtas, 2020) تسعى الى تكيف الفرد من خلال اكسابه القدرة على اعادة تقدير الموقف. من ناحية اخرى، ارتبطت الرفاهية بالصحة النفسية الجيدة keyer, 2002; Ryff (& Singer, 1998)،حيث تتضمن الرفاهية ايجاد معنى للحياة،وبناء علاقات جيدة مع الاخرين الامر الذي يسهم في سعادة الفرد وصحته النفسية.

وارتبطت المرونة المعرفية بفهم الانفعال لدى اطفال الرابعة والخامسة (Wang,Liu&Feng,2012)، كما ارتبطت سلبيا بالعدوان (Fasig,2021)، وتنبأت المرونة المعرفية بالرفاهية النفسية،كما وتوسطت المرونة المعرفية العلاقة بين الرفاهية النفسية والثقة بالنفس(Malkoc&Mutlu,2019)، بالاضافة الى توسط المرونة المعرفية العلاقة بين الاسلوب الوالدي الحاسم والاسلوب الوالدي التسلطي واضطرابات الصحة النفسية للشباب (Wu,Chen&Jen,2020). بالاضافة الى ان فعالية الذات اثرت بقدر كبير على الرفاهية الانفعالية (Siddiqi,2015).

وتناولت دراسات عربية المرونة المعرفية وعلاقتها بمتغيرات الرضا الوظيفي (المرشاد،جلجل والنجار،٢٠٢١)، سمات الشخصية واهمها سمة الاستقلالية (المطيري،٢٠١٩)، سعة الذاكرة العاملة حيث كانت اهم العوامل المنبئة بالمرونة المعرفية (بغدادي،٢٠١٥)، وتنبأت المرونة المعرفية بالتفكير الابداعي (مقلد٢٠٢٠)، وكان مستوى المرونة المعرفية مرتفعا لدى المتعلمين المتفوقين

(المالكي،٢٠١٩). بالاضافة الى تحديد مستوى المرونة المعرفية لدى الطلاب المتفوقين في المرحلة الاعدادية والثانوية (المالكي،٢٠١٩) وطلبة الجامعة (محسن والسماوي،٢٠١٨)، واطفال المرحلة الاعدادية (مجلي،٢٠١٩).

وتم تناول الرفاهية في الدراسات العربية باستخدام مصطلح جودة الحياة؛فتحسنت الرفاهية لدى اطفال اضطراب التوحد من خلال التدريب على مهمة الاعتقاد الخاطئ(قناوي،الشامي،حسونة،٢٠١٩)، وكان لليقظة العقلية دور في تحسين الرفاهية النفسية (علاق وبينين،٢٠٢٠)، وارتبطت الرفاهية بالابداع الانفعالي (هادي،٢٠١٩)، واهتمت دراسة لغزالي وعايش (٢٠٢٠) بتحديد مستوى الرفاهية النفسية لدي المتمدرسين.

وقد وجدت ندرة في البحوث العربية– على حد اطلاع الباحثة– التي تناولت مستوى المرونة المعرفية والرفاهية لدى معلمات روضات الدمج، وكذلك العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية، بالاضافة الى قدر تنبؤ المرونة المعرفية بالرفاهية لدى معلمات روضات الدمج. فقد وجدت دراسة بسيوني(٢٠٢٠) فعالية لبرنامج ارشادي قائم على نظرية المرونة المعرفية في تحسين الرفاهية المهنية لدى معلمات رياض الاطفال،كماارتبطت المرونة النفسية بالرفاهية لدى مرضى السكر (عابدين والشرقاوي،٢٠١٦). وامكن التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال المرونة المعرفية (Karbalie ,Yasdanbakhsh & Karim,2021).

من ناحية اخرى ارتبط مهنة المعلم بالضغوط المرتفعة (Chirico Sharma, Zaffina, & Magnavita. 2020; Fisher ,2011; Lawerence ,Loi & Wang, Hall, ،Gudex., 2019) والتي قد تؤدي الى خفض الرضا عن العمل (2015 ,.Rahimi&). وعلى الرغم من ان جائحة كوفيد– ١٩ قد ترتب عليها ظاهريا تخفيض اهمية المعلم في المجتمع، الا ان المعلمين استمروا في توفير الاحتياجات الاكاديمية وغير الاكاديمية للطلاب، ودعم المتعلمين في الازمات العصيبة. ان وجود الاغلاق المطول في المدارس اضاف عبئا على المعلمين وهو سرعة تطوير مهاراتهم الرقمية ودعم رفاهية المتعلمين عن بعد Hoffman (&Miller ,2020; Lucas Nelson,& Sims,2020).

ويلاحظ على النطاق الميداني، كثرة الضغوط على معلمة الروضة كونها معلمة لاحد اهم المراحل التأسيسة في تكوين الفرد، يضاف الى ذلك ما تواجهه معلمة روضات الدمج من تحدي التعامل مع الاطفال ذوي الاعاقات وتنمية مهاراتهم وتعليمهم المفاهيم المتنوعة. وقد وجد ان الضغوط تقلل بدورها من رفاهية المعلم (Collie Shapka,&Perry.,2012 ; Chirico, 2017a). ان معلمات روضات الدمج يواجهن ضغوط تشكلها طبيعة الفئات الخاصة التي تتعامل معها وتستهدف تعليمها اضافة الى متطلبات تربية الطفل العادي. وتحتاج معلمات رياض الاطفال الى رفع مستوى الرفاهية لديهم، حيث هدفت دراسة عبد الحميد (٢٠١٨) الى رفع مستوى الرفاهية المنخفض لهؤلاء المعلمات.

لذا،هدفت الدراسة الحالية تحديد مستوى المرونة المعرفية والرفاهية لدى معلمات روضات الدمج وافتراض وجود علاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية وقدرة المرونة المعرفية على التنبؤ بالرفاهية لدى معلمات روضات الدمج.وتحددت مشكلة الدراسة الحالية في السؤال التالي:

- ما العلاقة الارتباطية بين المرونة المعرفية وبين الرفاهية لدى معلمات روضات الدمج؟

انبثق من السؤال الرئيس السابق عددا من الاسئلة كما يلي: ١) ما مستوى المرونة المعرفية عند معلمات روضات الدمج؟ ٢) ما مستوى الرفاهية لدى معلمات روضات الدمج؟ ٣) ما تأثير متغيرات سنوات الخبرة والمستوى التعليمي، على كل من المرونة المعرفية والرفاهية لدى معلمات روضات الدمج؟، ٤)ما اتجاه ودلالة العلاقة الارتباطية بين المرونة المعرفية والرفاهية لدى معلمات الدمج؟ ٥) ما القدرة التنبؤية للمرونة المعرفية بالرفاهية لدى معلمات روضات الدمج؟

الاهداف:

هدفت الدراسة الحالية الى ما يلي:

- تحديد مستوى المرونة المعرفية والرفاهية لدى معلمات روضات الدمج.
- ٢. تحديد تأثير متغيري سنوات الخبرة والمستوى التعليمي والتفاعل بينها على العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية لدى معلمات روضات الدمج.

- تحديد اتجاه العلاقة الارتباطية بين المرونة المعرفية بابعادها والرفاهية لدى معلمات روضات الدمج.
- تحديد القدرة التنبؤية للمرونة المعرفية بابعادها بالرفاهية لدى معلمات روضات الدمج.

الاهمية:

قد تفيد الدراسة الحالية في تعرف ابعاد المرونة المعرفية والرفاهيةا في اطار الاهتمام بمتطلبات علم النفس الايجابي والانطلاق نحو تعزيز المهارات التي تؤدي الى مزيد من الصحة النفسية. كما قد تفيد الباحثين في وضع نموذج نظري للعلاقة بين المرونة المعرفية بابعادها والرفاهية بابعادها.ومن ناحية اخرى،قد تفيد الدراسة الحالية القائمين على اعداد معلمات الروضة في التركيز على تنمية مهارات المرونة المعرفية سعيا لتمكين الطالبات المعلمات من مقومات النجاح الفعال والحل الابداعي للمشكلات. ان الاعتماد على التنمية المهنية للمعلمات بروضات الدمج والتركيز على تنمية مهارات المرونة المعرفية وما لها من مردود متوقع على الرفاهية لديهن، قد يفيد في تطوير منظومة الدمج في قطاع رياض الاطفال في مصر.

حدود الدراسة:

تحددت الدراسة الحالية بعينة قدرها (٣٠) من معلمات روضات الدمج بروضات مدارس الزهراء،الجلاء،احمد عرابي،العدر، درنكة البحرية،طارق بن زياد التابعة لادارة اسيوط التعليمية في العام الدراسي ٢٠٢٠_٢٠٢١. كما اقتصرت الدراسة على بعدي المرونة التكيفية والتلقائية، وابعاد الرفاهية النفسية، والرفاهية الاجتماعية،و الرفاهية الاكاديمية والرفاهية الجسمية.

الاطار النظري والمفاهيم الاجرائية لمتغيرات الدراسة:

تم في هذا الجزء تناول متغيرات المرونة المعرفية والرفاهية والدمج كما يلي:

المرونة المعرفية:

تعد المرونة المعرفية بعد مهم من ابعاد الشخصية الانسانية. فالمرونة المعرفية تمثل التغير المفاهيمي والمثابرة في اكتساب انماط جديدة من السلوك، والتخلي عن

مجلة الطفولة والتربية – العدد التاسع والاربعون – الجزء الاول – السنة الرابعة عشرة – يناير ٢٠٢٢

انماط اخرى قديمة وثابتة، وتقع على طرفي متصل، فالاسلوب المعرفي "التصلب–المرونة" يمتد على متصل قطبه الاول التصلب وقطبه الثاني المرونة (Shaie, Dutta & Willis, 1991; Volkova, & Rusalov, 2016)

وقد تم تناول مفهوم المرونة المعرفية من حيث انها قدرة ذاتية تعبر عن انتباه الفرد ووعيه وادراكه لعناصر الموقف وتغيير وتكييف الاستراتيجيات المعرفية وفق ا لظروف المتغيرة. فذكر محمود وعبد السميع واحمد (٢٠١٨، ١٨) ان المرونة المعرفية هي قدرة على ادراك المعرفة وتغيير المواقف للحالة الذهنية للطلاب لمعالجة الظروف الجديدة وغير المتوقعة في بيئتهم، فهي القدرة على ادراك المعرفة بعدة طرق وبشكل تلقائي،وتكييف الاستجابات المختلفة التي يتطلبها الموقف. كما ان المرونة المعرفية هي القدرة على تغيير الاستراتيجيات المعرفية التي يستخدمها الفرد لمعالجة الظروف والمواقف الجديدة وغير المتوقعة (Canas,Fajaro,Salmeron,2006,98). كما عرفت (Onen& Koack 2015) المرونة المعرفية بانها وعي الفرد بالطرق البديلة والاختيارات في المواقف الجديدة بالاضافة الى الشعور بالكفاءة في تلك المواقف (p.2346). والمرونة المعرفية هي قدرة المتعلم عل تغيير تفكيره من حالة الى اخرى ومواجهة المتطلبات المختلفة للاحداث غير المتوقعة (جابر،٢٠١٥،١١١٠). والمرونة المعرفية قدرة على تكييف الاستراتيجيات المعرفية استجابة للظروف الجديدة وغير المتوقعة،وكشئ مرتبط غريزيا باستثمار واعادة استثمار الانتباه (Canas et al., 2003). ويذكر Moore&Malinowski (2009) ان المرونة المعرفية هي قدرة الفرد على تكييف استراتيجيات معالجة المعلومات لمواجهة الظروف الجديدة غير المتوقعة.ويرى Deak(2004) ان المرونة المعرفية تعديل دينامي وبناء نشط للعمليات المعرفية المعتمدة على البيانات والبيئة اللغوية وغير اللغوية استجابة لمتطلبات المهمة المتغيرة. ان الفرد عند تغير العوامل الموقفية،يمكنه ان يعدل ويتكيف النظام المعرفي للاطر الجديدة من خلال تحويل الانتباه واختيار البيانات ذات الصلة من اجل اختيار الاستجابات القادمة وعمل الخطط وايجاد ظروف تنشيط جديدة للتغذية الراجعة في الموقف (Farrant ,Fisher &Maybery,2014;Saffarin &

Elen,Stahl,Bromme &Clarebaut (2011) .Fatemi ,2015). كما عرفها بانها مفهوم اعتبار عناصر المعلومات المتباينة اثناء اتخاذ القرار عن كيفية حل المشكلة او تنفيذ مهمة مرتبطة بالتعلم في عدد من المجالات.

اذن المرونة المعرفية هي قدرة الفرد على مراجعة طريقة تفكيره واعادة هيكلة المعرفة للتكيف مع مؤثرات البيئة المتغيره القدرة على معرفة الخيارات والبدائل المتاحة الخاصة بموقف ما وتكيف استجابته وفق متطلبات الموقف الذي يوجهه، اضافة الى رغبته في ان يكون مرنا،مع انتاج حلول بديلة متعددة للمواقف الصعبة والمتغيرة.

وتتضمن المرونة المعرفية بالتالي ثلاث جوانب،هي: ١)الميل الى اعتبار المواقف الصعبة قابلة للتحكم،٢)القدرة على ادراك البدائل المتعددة كتفسيرات لاحداث الحياة والسلوك البشري،٣) القدرة على توليد حلول بديلة متعددة للمواقف الصعبة.

ان المرونة المعرفية تظهر في كامل سلوك الفرد ولا تكون مجرد تغير في السلوك نتيجة موقف مشكل فقط، كما ترافقها عمليات معرفية مثل الوعي والتمثيل العقلي وتوليد البدائل وتقييمها (Canas,2005,99; Deak,& Martin ,2003,274).

وصنفت المرونة المعرفية الى ثلاثة ابعاد هي المرونة المعرفية،والمرونة التلقائية،والمرونة الادراكية (نور الدين،٢٠٢٠). ويصنفها McNulty, & Fincham (2012) الى: ١) المرونة التكيفية،وتعني قدرة الفرد على تغيير الوجهة الذهنية التي ينظر من خلالها الى حل مشكلة ما، ٢) المرونة التلقائية، وتعني السرعة في انتاج اكبر عدد من الافكار المتنوعة تجاه موقف ما. وتبنت الدراسة الحالية تصنيف المرونة المعرفية الى مرونة تكيفية ومرونة تلقائية.

والمستقريء لنتائج المرونة المعرفية يجد انها تنعكس على ايجابية التكيف. وقد قدم بياجيه عمليتي التمثيل والموائمة واوضح انهما سبيل للتكيف. "فالتكيف يتحقق بتعلم سبل التعرف على المشكلات وسبل مواجهتها وكيفية اختيار الاسلوب الامثل لحلها واكتساب المهارات اللازمة للتعامل مع المشكلات كالمرونة والقابلية للتغيير ،ومواجهة ما هو غير متوقع " (العتوم،٢٠٠٤، ٨٥).

اذن المرونة المعرفية من اهم عوامل التكيف، حيث تعني قدرة الفرد على التصرف في المواقف الجديدة بما يساعده على فهم الواقع الجديد ومن ثم التكيف معه وتحقيق اهدافه وفق متطلبات البيئة.

وتحقق المرونة المعرفية عددا من الفوائد للفرد؛" فهي تساعد على التقييم الصحيح واصدار الاحكام بموضوعية، والرؤية الايجابية للامور مما يساعد في الوصول للاتزان المعرفي، تزيد من تفهم الطرف الاخر والشعور بالمتعة والسعادة نتيجة الراحة المعرفية والاتزان المعرفي، كما تقلل بالتالي من التوتر والضيق الناتج عن المشكلات مما يساعد في الوصول الى حلول للمشكلات، كما تساعد الفرد على الوصول الى تحقيق اهدافه بنجاح " (حسن، ٢٠١٥، ٣٨٨).

ويتمتع ذوو المرونة المعرفية بعدة خصائص،فهم "لا يتأثرون بالمشتتات الموجودة في الموقف كونهم اكثر قدرة على تركيز الانتباه على عناصر الموقف،كما يتسمون بالصحة النفسية والتوافق والسيطرة على تصرفاتهم والثقة بالنفس والانطلاق، كما يتميزون بالذكاء وهم اقدر على التكيف مع المتغيرات الاجتماعية "(بريك،٢٠١٧). كما ان المراهقين المرنين معرفيا اكثر انبساطا،واكثر سيطرة على النفس واكثر انفتاحا للتحسين واكثر استخداما لاستراتيجيات المجاراة المرتكزة على المشكلة (Biligin ,2017;Zhang ,2011). فالفرد الذي يتميز بالمرونة المعرفية " يسعى نحو تحقيق اهدافه من خلال قدراته العقلية والانفعالية والحركية لانتاج حلول متنوعة تجاه موقف معين، وبالتالي يستطيع التخطيط لمستقبله " (عبد الوهاب ٢٠١١).

اجمالا لما سبق،يتمتع الفرد المرن معرفيا بما يلي: ١)قدرة مرتفعة على معالجة التمثيلات المعرفية،٢) قدرة على نقل المعرفة التي يكتسبها من موقف الى اخر،٣) قدرة على تكييف استراتيجيات المعالجة المعرفية مع الظروف البيئية غير المتوقعة التي يواجهها.

ومن الناحية التنظيرية،تعتمد نظرية المرونة المعرفية على عدد من المبادىء، حيث ابرزت نظرية المرونة المعرفية ل(Spiro , Coulson, Feltovitch & Anderson 1988) دور الفرد في اكتساب فهم عميق للمحتوى المعرفي مكونا

منطقا حوله، ويسعى الى تطبيق ذالك المحتوى في سياقات متنوعة لكي يتم تطبيق ونقل المعرفة. وتتحقق المرونة المعرفية من خلال بناء الفرد للمخططات المعرفية واعادة تطبيق المعلومات المتعلمة. ولنظرية المرونة المعرفية (Spiro , et al., 1988) عدد من المبادئ تتمثل في: ١)تجنب التعقيد ٢)اجراء تمثيلات متعددة،٣) مركزية الحالات،٤) المعرفة المفاهيمية كمعرفة للاستخدام،٥)تركيب المخططات، ٦)الترابط المتعدد،٧)المشاركة النشطة والتوجيه لادارة التعقيد. ويقصد بتجنب التعقيد الاستخدام الانتقائي للمعرفة لكي تناسب احتياجات الفرد في الموقف وتمكنه من اتخاذ القرار (Suryavanshi,2015). وتعتمد المرونة المعرفية على وجود اساليب تفكير متنوعة، حيث تساعد التمثيلات المتعددة على تنويع الفهم والتفكير (Suryavanshi,2015). اما مركزية الحالات فهي تجميع الافكار والامثلة الداعمة حول المعرفة المعقدة، وبالتالي مع المعرفة النظرية المجردة ينبغي ان يحول الفرد انتباهه الى تحديد كيفية استخدام المعرفة النظرية في الممارسة العملية،الامر الذي ييسر فهم التغير في المفاهيم المجردة (Carvalho,& Moreira, 2005). ويعني تركيب المخططات تكوين البنى المعرفية المرنة حتى يمكن استرجاع المعرفة المعقدة بشكل سليم وملائم لاكتساب المعرفة بالمفاهيم متعددة المستويات (Spiro, Feltorich &Coulson.,1996). ويحقق الترابط المتعدد اكتساب المعرفة المتقدمة حيث لا يمكن تمثيل المعرفة المجردة في اقسام منفصلة من التعليمات (Suryavanashi,2015). ولادارة تعقيد المعرفة ينبغي توفر المشاركة النشطة من الفرد ووجود اخرين للمساعدة في توجيه ذلك التعقيد (Cañas et al. 2005).

و في الدراسة الحالية فسرت المرونة المعرفية وفق وجهتي نظر احدهما تتعلق بالانتباه، والاخرى بالتمثيل المعرفي. فعندما يؤدي الفرد مهمة ما،فان عليه التكيف للظروف البيئية التي تؤثر على هذه المهمة، ونظرا للتغير المستمر في الظروف البيئية يتعين على الفرد ان يكون مرنا في توجيه انتباهه من مثير الى اخر، الامر الذي يتيح للفرد الوعي بالظروف البيئية التي يمكن ان تؤثر على المهمة؛ اي ا نه كلما ارتفع مستوى الانتباه كلما امكن الاستجابة الى المواقف المتغيرة التي تواجه الفرد (Deveney &Deldin ,2006). من ناحية اخرى، تعود المرونة المعرفية الى طريقة التمثيل المعرفي للمهمة والتي يعتمد عليها السلوك، فالسلوك نتاج عملية

التمثيل المعرفي المكتسب خلال عملية التعلم. فالفرد بحاجة الى المرونة المعرفية لكي يتكيف مع متطلبات المهمة الجديدة وذلك من خلال بناء التمثيلات المعرفية الجديدة اوتعديل التمثيلات السابقة، فهو يعيد تمثيل المعرفة من عدة وجهات نظر الامر الذي يساعده في تفسير المتغيرات في المواقف البيئية (Chevalier &BLaye , 2008).

وقد ارتبطت المرونة المعرفية بعدد من المتغيرات منها التأمل والانتباه (Müller, Gerasimova, & Ritter,2016)،وما وراء الذاكرة (بقيعي، ٢٠١٣)، والتنظيم الذاتي(سلامة، ٢٠١٥) وارتبطت ايجابيا بالصحة النفسية (Kato,2012). وهي منبئ بالرضا عن الحياة (Cikrikci,2018)، والمرونة المعرفية تحقق نجاح اكبر للفرد في تحقيق الاهداف المرغوبة (Tamir,2009) وتقليل تاثير الخبرات السلبية (Hirt ,Devers, McCrea,2008)، وذلك من خلال تزويده بالقدرة على ايجاد الافكار والوضع في الاعتبار وجهات النظر البديلة لكي يتكيفوا للتغيرات في البيئة (Johnson ,2016).

الرفاهية:

ان الرفاهية ليست مجرد غياب المرض العقلي. فالرفاهية توفر للافراد الوعي بامكاناهم والتغلب على ضغوط الحياة والعمل بطريقة مثمرة ومنتجة والاسهام في المجتمع. ان الرفاهية،زيادة على فوائدها للصحة النفسية والجوانب الاجتماعية، توفر المقدرة على ايجاد علاقات دائمة ومرضية (Ryan& Deci, 2008; Tennant, Hiller, Fishwick, Platt, Joseph, Weich et al., 2007). عموما فان الرفاهية النفسية انعكاس للتوافق النفسي الذي يعيشه الفرد مع ذاته ومع الاخرين، ويظهر ذلك التوافق من خلال اقبال الفرد على الحياة وقدرته على الاستثمار والانجاز وتحليه بالمسئولية والثقة والمبادرة.

وتناول باحثون كثر تعريف الرفاهية. وركزت التعريفات المبكرة على كون الرفاهية احساس عام بالسعادة والرضا وحسن الحال. فعرفت منظمة الصحة العالمية (١٩٩٥) الرفاهية بانها ادراك الفرد وضعه في الحياة في سياق الثقافة واتساق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق وعدم تطابق ذلك مع اهدافه وتوقعاته وعلاقاته

الاجتماعية واعتقاداته الشخصية وعلاقته بالبيئة بصفة عامة (World Health Organization Group: WHOQOL Group,1995,35). كما رأى الغندور (٢٠٠٦) ان الرفاهية تتضمن "الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية،والاحساس بحسن الحال واشباع الحاجات،والرضا عن الحياة،وادراك الفرد لقوى ومتضمنات حياته،وشعوره بالسعادة وصولا الى العيش في حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الانسان والقيم السائدة في المجتمع " (ص.٢٠٤). وعرف Ryff et al 2006)) الرفاهية النفسية بانها الاحساس الايجابي بحسن الحال وترصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وعن حياته بشكل عام وسعيه المتواصل لتحقيق اهداف شخصية مقدرة وذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته واقامته لعلاقات اجتماعية متبادلة مع الاخرين والاستمرار فيها، كما ترتبط الرفاهية بكل من الاحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية.

وجاءت مجموعة من التعريفات توضح دور الفرد في رفاهيته وان تعلمه اساليب حل المشكلات لها دور في تكيفه ومن ثم رفاهيته. فقد اشار حبيب (٢٠٠٦) ان الرفاهية هي درجة احساس الفرد بالتحسن المستمر بجوانب شخصيته في النواحي النفسية والصحية والابداعية والثقافية والرياضية والشخصية والجسمية والتنسيق بينها،مع تهيئة المناخ المزاجي والانفعالي المناسبين للعمل والانجاز والتعلم المتصل بالعادات والمهارات والاتجاهات،وتعلم حل المشكلات واساليب التوافق والتكيف وتبني منظور التحسن المستمر للاداء كأسلوب حياة وتلبية الفرد لاحتياجاته ورغباته بالقدر المتوازن والاستمرارية فتتولد الافكار ويزيد الابداع والتعلم التعاوني بما ينمي المهارات النفسية والاجتماعية (في: القحطاني والكثيري،٢٠١٧). وتمثل الرفاهية من وجهة نظر جمعة والعاني (٢٠٠٦) توفر الشخصية الانسانية القادرة على التفكير الحر والنقد البناء والقدرة على التغيير والابداع مع الشعور بالمسئولية (في: مسعودي،٢٠١٧).

و توالت تعريفات الرفاهية تطورا لتبرز مكوناتها وعواملها،فعرف Deci&Ryan(2008) الرفاهية النفسية بانها مزيج معقد من العوامل الصحية

النفسية/العقلية والاجتماعية والانفعالية التي تسهم في احساس الفرد بغرض الحياة والحالة الوجدانية (in: Carroll , York , Fynes- Clinton, Sanders- O'Connor , Flynn , Bower, Forrest &b Ziaei,2021). كما عرف Luhmann., Hofmann, Eid, & Lucas (2012). الرفاهية بانها مفهوم ذو مكونين احدهما معرفي يتضمن التقدير المعرفي العام لحياة الافراد (اي الرضا عن الحياة)، ومكون وجداني يتضمن غياب الاعتلال النفسي (اي الاكتئاب). وعرف كل من محمد وعزب وعبد الوهاب (٢٠١٧) الرفاهية بانها الاحساس الكلي بالسعادة العامة التي تنتج عن التقييم الذاتي الموضوعي للكفاءة النفسية والاجتماعية والاكاديمية والجسمية معا.

وتم تناول الرفاهية من منظورين احدهما ذاتي Subjective well- being والاخر نفسي Psychological well- being (قناوي، الشامي، حسونة،٢٠١٩؛ Diener, Wirtz, Tov, Kim- Prieto, Choi, Oishi,& Biswas- Diener , 2010 ; Mallokoc &Mutlu,2019). وارتبطت الرفاهية الذاتية بالسعادة والوجدان الموجب والوجدان السالب المنخفض والرضا عن الحياة ; (Diener,1984; Diener,Lucas&Smith,1999; Donnelly & Donnelly,2021). اما الرفاهية النفسية فتتالف من الذاتية او الاستقلالية، والتمكن من البيئة والسيطرة عليها والعلاقات الايجابية مع الاخرين وادراك الامكانات الكامنة وتقبل الذات ووجود هدف في الحياة (مسعودي، ٢٠١٧؛ Ryff& Keyes,1999).

وفي سياق عوامل ومكونات الرفاهية وتفسيرها، فان للرفاهية مؤشرات تنطلق من عدد من العوامل مثل القدرة على التفكير واتخاذ القرارات، القدرة على التحكم، الصحة الجسمية والعقلية، الاحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية، المعتقدات الدينية والقيم الثقافية، الاوضاع المالية والاقتصادية (فوزي وابو عيشة،،٢٠١٣،١٠).

وتقيم الرفاهية النفسية وفق ابعاد الاستقلالية،الكفاءة البيئية، النمو الشخصي،العلاقات الايجابية مع الاخرين،الحياة الهادفة،قبول الذات، وذلك وفق نموذج Ryff(1989). اما Felce & Perry (1995) فقدما نموذج ثلاثي الابعاد لتقييم الرفاهية يعكس التفاعل بين ظروف الحياة،والرضا عن الحياة والقيم الشخصية. ومن ناحيته،قدم Katsching(1997) نموذج ثلاثي الابعاد لتقييم الرفاهية هي

الاحساس الداخلي بحسن الحال، القدرة على رعاية الذات، القدرة على الاستفادة من مصادر البيئة (في: بوشلالق وشربي، ٢٠١٥). كما اثر التحسن في بعض ابعادالرفاهيةعلى الكفايات المهنيةلمعلمة رياض الاطفال (عبدالحميد، ٢٠١٨).

العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية:

انطلاقا من توجه الفرد المستمر الى التكيف للمواقف المتغيرة،تناولت دراسات عدة العلاقة بين المرونة المعرفية وخفض تأثير الخبرات السلبية (Johnson 2016,)، وخفض الضغط الانفعالي حيث كانت مهارات التشكيل المعرفي لدى ذوي مستوى المرونة المعرفية المرتفع اكثر فعالية في خفض الضغط الانفعالي مقارنة بالمشاركين ذوي المستوى المنخفض من المرونة المعرفية (Johnco,Wuthrich &Rapee,2014). ووجد Timarova & Salets(2011) ان المستوى المرتفع من المرونة المعرفية لدى طلاب الجامعة ارتبط المستويات الاقل من القلق والمستويات الاعلى من الدافعية. وارتبطت المرونة المعرفية بالوظيفة العقلية الصحية والرفاهية الانفعالية (Wallace & Shapiro ,2006; Moore &Malinowski,2009). وارتبطت المرونة المعرفية بالسعادة (Aici&Ikiz,2015) والرضا عن الحياة (Cikrikci,2018). وحيت ان المرونة المعرفية تتضمن تحسين قدرات الانتباه فان ذلك يؤثر في التغيرات الايجابية في المجال الانفعالي (Jha et al., 2010) من ناحية اخرى، يتطلب الانتباه الى البيانات الحسية الغامضة مرونة وكف لعمليات التنبؤ الاتوماتيكية للادراك (Baer &Carmody,. 2008).

الدمج:

للدمج عدد من المفاهيم تعتمد على شكل الدمج. فالممارسات التربوية التي تتم في المدارس العادية ويحصل من خلالها الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة على تعليمهم بشكل كامل دون عزل عن اقرانهم العاديين تعد دمجا (Hockenbury Kauffman, , & Hallahan, (2000.). كما يشير الخطيب والحديدي (١٩٩٧) الى ان الدمج هو تعليم الاطفال المعاقين في بيئة قريبة من البيئة التربوية العادية. وبصفة عامة اتفق الشخص (١٩٨٧)، وصادق (١٩٩٨) وبرادلي وسيرز وسوبلك

(٢٠٠٠) وشقير (٢٠٠٥) ان الدمج يعني التحرر من المؤسسات، التعويد او التطبيع، والتكامل والادماج.

ويشير سيسالم (٢٠٠٦) الى تعريفين للدمج اولهما الدمج الجزئي وهو وضع الطلاب المعاقين في المدارس العادية وفصولها ليشاركوا ببعض ا لانشطة الدراسية داخل فصول التعليم العام في جزء من اليوم الدراسي،ويكون مكانهم في غرفة المصادر التعليمية او في فصول التربية الخاصة مع زملائهم المعاقين. اما التعريف الثاني فيشير الى قضاء المتعلم يومه الدراسي جنبا الى جنب مع المتعلمين العاديين في الفصول الدراسية نفسها ويمارس معهم الانشطة الاكاديمية والرياضية والاجتماعية جميعها بما يتلائم مع قدراته وخصائصه.

ويتيح الدمج مشاركة الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة مع اقرانهم العاديين في المدارس العادية مع تقديم خدمات التربية الخاصة التي يحتاجونها، حيث يتم التقليل من عزل الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة (الطراونة،؛٢٠٢٠القمش والسعايدة، ٢٠٠٨).

ويحقق الدمج عددا من الاهداف. فالدمج يتيح الفرصة لجميع الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة للتعليم المتكافئ المتساوي مع اقرانهم من الاطفال العاديين، والانخراط في الحياة الاجتماعية وتعريف الاطفال العاديين بمتطلباتهم وازالة المعيقات التي تحد من مشاركة ذوي الاحتياجات الخاصة في مناشط الحياة،بالاضافة الى تقليل التكلفة المادية لادراج الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة في مؤسسات التربية الخاصة ومراكز الاقامة الداخلية (الجعفري وعبدالحليم،٢٠١٢؛بطرس،٢٠٠٩؛ منصور وعواد، ٢٠١٣).

ويتطلب الدمج اعداد المعلمين للتعامل مع العاديين والمعاقين معا،ويتم ذلك من خلال تدريبهم على اجراء التعديلات اللازمة في طرق التعليم لمواجهة الحاجات الخاصة للمعاقين في الفصل العادي الى جانب معرفة اساليب توجيه وارشاد المتعلمين العاديين بما يساعدهم على تقبل اقرانهم المعاقين ومساعدتهم على التعلم.

وكلما كان المعلم في الفصل العادي على معرفة بالفروق يبين المتعلمين العاديين وذوي الاعاقة، كان اقدر على تطبيق الدمج وتحقيق الهدف المرجو منه؛ فيستخدم استراتيجيات تعليم مناسبة ميتعينا بالوسائل التعليمية المتناسبة مع احتياجاتهم وذلك بالتعاون والتنسيق مع معلمي التربية الخاصة (الجعفري وعبد الحليم،٢٠١٢).

المفاهيم الاجرائية لمتغيرات الدراسة:

من العرض السابق للاطار النظري امكن التوصل الى المفاهيم الاجرائية التالية لمتغيرات الدراسة:

- المرونة المعرفية: قدرة المعلمة في روضة الدمج على معرفة الخيارات والبدائل المتاحة الخاصة بموقف ما، وتكييف استجابتها وفق متطلبات الموقف الذي تواجهه، ورغبتها ان تكون مرنة، ويدل عليها الدرجة التي تحصل عليها معلمة روضة الدمج على المقياس المستخدم في الدراسة.
- الرفاهية: الاحساس العام بالسعادة الناتجة عن التقييم الذاتي الموضوعي للكفاءة النفسية والاجتماعية والجسمية والاكاديمية معا، ويدل عليها الدرجة التي تحصل عليها معلمة روضة الدمج على المقياس المستخدم في الدراسة.
- معلمات روضات الدمج: معلمات خريجات كليات رياض الاطفال والتربية للطفولة المبكرة في روضات حكومية تابعة لوزارة التربية والتعليم وتطبق الدمج بين الاطفال ذوي الاعاقة الخفيفة مع غيرهم من غير ذوي الاعاقة باشراف الوزارة.

دراسات سابقة وفروض الدراسة:

اجرى محسن والسماوي (٢٠١٨). دراسة للكشف عن مستوى المرونة المعرفية لدى طلبة الجامعة في البصرة (٤٠٠ طالب وطالبة) وايجاد دلالة الفرق الاحصائي بحسب متغير الجنس(ذكور– اناث) والتخصص الدراسي (علمي– انساني) وتم استخدام مقياس المرونة المعرفية من اعداد الباحثين.اظهرت النتائج ان طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى مرتفع من المرونة المعرفية ولم تؤثر متغيرات الجنس ونوع التخصص على مستوى المرونة المعرفية.

اما دراسة Al Zoubi(2020) فهدفت الى الكشف عن جودة الحياة وعلاقتها بالمرونة المعرفية لدى طلاب التعليم العالي وفق النوع والمعدل التراكمي والسنة الدراسية.تكونت العينة من (٣٢٥) طالب وطالبة مسجلين في جامعة البلقان التطبيقية.تم استخدام مقياسي جودة الحياة والمرونة المعرفية واشارت نتائج الدراسة ذات الصلة الى عدم وجود فروق دالة احصائيا في جودة الحياة (جودة الحياة الاجتماعية والاسرية،والتعليم والتعلم، والحياة الانفعالية،والصحة النفسية) بين الطلاب راجعة الى العمر. واشارت النتائج الى علاقة موجبة دالةاحصائيا بين جودة الحياة (المقياس ككل) وبين المرونة المعرفية (المقياس ككل). ووجدت علاقة موجبة دالة احضائيا بين المرونة المعرفية التكيفية وبين جودة الحياة (جودة الصحة، وجودة الحياة الاسرية والاجتماعية، والتعليم والتعلم، والحياة الانفعالية، والصحة النفسية،وادارة الوقت). كما وجدت علاقة موجبة دالة احصائيا بين المرونة التلقائية وابعاد جودة الحياة (جودة الصحة، التعليم والتعلم، الصحة النفسية، وادراة الوقت). ولم توجد علاقة دالة احصائيا بين المرونة المعرفية التلقائية وبين ابعاد جودة الحياة (الاجتماعية والاسرية والانفعالية).

وتناولت دراسة Malkoc &Mutulu (2019) دور الثقة بالنفس والمرونة المعرفية في الرفاهية مفترضة ان المرونة المعرفية تتوسط العلاقة بين الثقة بالنفس والرفاهية. اشترك في الدراسة (٢٨٤) من طلاب الجامعة (١٩٢ بنت،٩٢ ولد)، مدرجين في كلية التربية في جامعة خاصة في استنبول في تركيا. تم جمع البيانات باستخدام مقياس الثقة بالنفس ومقياس الازدهار ومقياس المرونة المعرفية.توصلت نتائج الانحدار المتعدد عن ان الثقة بالنفس والمرونة المعرفية يتنبأن احصائيا بالرفاهية النفسية،حيث تفسر الثقة بالنفس والمرونة المعرفية ٣٠% من التباين في الرفاهية النفسية، كما تعمل المرونة المعرفية كمتغير وسيط للعلاقة بين الثقة بالنفس والرفاهية النفسية.

وعن الادوار المنبئة للمرونة المعرفية والفعالية الذاتية وتأثيرها على الرفاهية العقلية لدى المراهقين الاتراك،افترضت دراسة(2020) Demirtas ان الفعالية الاكاديمية والاجتماعية والانفعالية قد تتوسط العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاعهية

العقلية.اشترك في الدراسة ١٩٢ فتاة (٤٩%)، و٢٠٠ شاب (٥١%) باجمالي ٣٩٢ من طلبة المدرسة الثانوية من مدارس مختلفة من الصفوف ٩- ١٢. استخدم مقياس المرونة المعرفية ومقياس الفعالية الذاتية للاطفالا ومقياس الرفاهية العقلية ل Warwick- Edinburgh. اظهرت النتائج ارتباط المرونة المعرفية ايجابيا بالابعاد الفرعية للفعالية الذاتية والرفاهية العقلية. كما ارتبطت الابعاد الفرعية للفعالية الذاتية ايجابيا بالرفاهية العقلية. واشارت النتائج ان الفعالية الذاتية الاكاديمية المعرفية والاجتماعية والانفعالية عملت كوسطاء للعلاقة بين االمرونة المعرفية والرفاهية. من طلاب الجامعة (١٩٢ بنت،٩٢ ولد)، مدرجين في كلية التربية في جامعة خاصة في استنبول في تركيا. تم جمع البيانات باستخدام مقياس الثقة بالنفس ومقياس الرفاهية ومقياس المرونة المعرفية.توصلت نتائج الانحدار المتعدد عن ان الثقة بالنفس والمرونة المعرفية يتنبأن احصائيا بالرفاهية النفسية،حيث تفسر الثقة بالنفس والمرونة المعرفية ٣٠% من التباين في الرفاهية النفسية، كما تعمل المرونة المعرفية كمتغير وسيط للعلاقة بين الثقة بالنفس والرفاهية النفسية.

فروض الدراسة:

- تتمتع معلمات روضات الدمج بمستوى مرتفع من المرونة المعرفية والرفاهية النفسية.
- لايوجد تاثير دال لسنوات الخبرة والمستوى التعليمي والتفاعل بينهما على مقياس المرونة المعرفية وابعاده.
- لايوجد تأثير دال لسنوات الخبرة والمستوى التعليمي والتفاعل بينهما على مقياس الرفاهية وابعادها.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة بين متوسطات درجات معلمات روضات الدمج في المرونة المعرفية بابعادها ومتوسطات درجاتهن على الدرجة الكلية للرفاهية.
- تسهم درجات معلمات روضات الدمج الكلية على مقياس المرونة المعرفية في التنبؤ بدرجاتهن الكلية على مقياس الرفاهية.

اجراءات الدراسة:

تضمن هذا الجزء منهج الدراسة وعينتها وادوات الدراسة واجراءات السير فيها كما يلي:

اولا: منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي لوصف تأثير الفروق الراجعة الى التفاعل بين سنوات الخبرة والمستوى التعليمي على متغيري المرونة المعرفية والرفاهية،ثم وصف العلاقة بين متغيري المرونة المعرفية والرفاهية،بالاضافة الى وصف العلاقة التنبؤية بالرفاهية من خلال المرونة المعرفية.

ثانيا: عينة الدراسة:

- **اختيار العينة:** تم اختيار عينة الدراسة من مجتمع معلمات روضات الدمج التابعة للادارة اسيوط التعليمية لاهمية دور معلمة الدمج في تعليم الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة واهميته على وجه الخصوص في مرحلة الروضة كنوع من انواع التدخل المبكر.
- **حجم العينة:** تحدد حجم العينة وفقا لعينة التحقق من الكفاءة السيكومترية للادوات وعينة الدراسة الاساسية كما يلي:

عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية للادوات:

تكونت من (٤٠) طالبة في المستوى الرابع لكلية التربية للطفولة المبكرة بجامعة اسيوط في العام الجامعي (٢٠٢١– ٢٠٢٢) بمتوسط عمر قدره (٢١.٥٢)، وانحراف معياري قدره (١.٠٦٢).

عينة الدراسة الاساسية:

تألفت عينة الدراسة الاساسية من (٣٠) معلمة بعدد (٦) من روضات الدمج بمحافظة اسيو،بمتوسط عمري (٣٢.٨٦٦)، وانحراف معياري (٣.٦٣٦)، ويوضح جدول (١) مواصفات عينة الدراسة الاساسية.

جدول (١)
مواصفات عينة الدراسة الاساسية

الروضات	الزهراء	احمد عرابي	العدر	طارق بن زياد	درنكة البحرية	الجلاء
العدد	٦	٥	٣	٥	٧	٥
المجموع	٣٠					

ثالثا: ادوات الدراسة:

١. مقياس المرونة المعرفية (اعداد الباحثة):

هدف المقياس:

أ. هدف المقياس الحالي الى تحديد مستوى المرونة المعرفية من خلال بعدين هما المرونة التكيفية والمرونة التلقائية. ويقصد بالمرونة المعرفية قدرة معلمة روضات الدمج على معرفة الخيارات والبدائل المتاحة الخاصة بموقف ما،وتكييف الاستجابة وفق متطلبات الموقف،اضافة الى رغبتها في ان تكون مرنة.

بناء المقياس ووصفه:

لاعداد مقياس تقرير ذاتي عن المرونة المعرفية تم الرجوع الى عدد من مقاييس المرونة المعرفية الدراسات العربية والاجنبية (بريك (٢٠١٧)، صالح،٢٠١٧، عبد العزيز ٢٠٢٠،، النقيب(٢٠٢٠)، الهزيل (٢٠١٥)، بغدادي (٢٠١٥) و Dennis &Vander (2010)، Martin &Rubin(1995).

ووفق الادبيات والدراسات السابقة تم صياغة عبارات المقياس تحت بعدين هما المرونة التكيفية والمرونة التلقائية، وبلغ عدد عبارات المقياس (٤٧)عبارة. وتم الاستجابة لعبارات المقياس وفق تدريج ليكرت الخماسي (تنطبق علي تماما، تنطبق علي كثيرا، تنطبق علي الى حد ما، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق على الاطلاق) واخذت تلك الاستجابات الدرجات(٤، ٣، ٢، ١، ٠)على التوالي. وبلغت النهاية العظمى على المقياس ككل(١٨٨) درجة، كما ان الدرجة المتوسطة للمقياس اي درجة القطع (٩٤).

وتوزعت ارقام المفردات على بعدي المرونة التكيفية والتلقائية كما في جدول (٢) التالي:

جدول (٢)

توزيع ارقام الفقرات على ابعاد مقياس المرونة المعرفية

م	ابعاد المرونة المعرفية	ارقام العبارات
١	المرونة التكيفية	١،٢،٥،٧،٩،١٠،١١،١٢،١٤،١٥،١٨،١٩،٢٠،٢١،٢٩،٣٤،٣٩،٤٠،٤٥،٤٦
٢	المرونة التلقائية	٣،٤،٦،٨،١٣،١٦،١٧،٢٢،٢٣،٢٤،٢٥،٢٦،٢٧،٢٨،٣٠،٣١،٣٢،٣٣،٣٥،٣٦، ٣٧،٣٨،٤١،٤٢،٤٣،٤٤،٤٧

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس من خلال ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه،وارتباط الدرجة الكلية لبعدي المقياس بالدرجة الكلية للمقياس وذلك بعد استبعاد درجة المفردة التي حسب معامل ارتباطها باعتباران بقية المفردات محك لهذه المفردة، ويوضح جدول (٣) وجدول (٤) النتائج.

جدول (٣)

معاملات ارتباط عبارات مقياس المرونة المعرفية بالدرجة الكلية للابعاد التي تنتمي اليها

المرونة التكيفية				المرونة التلقائية			
العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٦٥٧**	٣٤	٠.٤٥٤**	٣	٠.٧٠٢**	٣١	٠.٥٦٧**
٢	٠.٦٨٧**	٣٩	٠.٥٦٢**	٤	٠.٦٨٠**	٣٢	٠.٦٥٦**
٥	٠.٦٧٧**	٤٠	٠.٧٦٧**	٦	٠.٦٦٩**	٣٣	٠.٥٥٩**
٧	٠.٦١٥**	٤٥	٠.٤٩٠**	٨	٠.٥٨٩**	٣٥	٠.٦٤٨**
٩	٠.٦٧٩**	٤٦	٠.٥٦٢**	١٣	٠.٦٠٩**	٣٦	٠.٣٩٩**
١٠	٠.٤٧٣**			١٦	٠.٤٩٧**	٣٧	٠.٤٥٠**
١١	٠.٤٨٥**			١٧	٠.٦٩١**	٣٨	٠.٤٦٧**
١٢	٠.٤٦٥**			٢٢	٠.٥٣٢**	٤١	٠.٥٦٩**
١٤	٠.٥٠٥**			٢٣	٠.٦٦٧**	٤٢	٠.٤٧٦**
١٥	٠.٤٨٢**			٢٤	٠.٧٢٣**	٤٣	٠.٥٦٧**
١٨	٠.٤٦٢**			٢٥	٠.٧٥٦**	٤٤	٠.٥٦٧**
١٩	٠.٤٥٤**			٢٦	٠.٦٢٢**	٤٧	٠.٦٤١**
٢٠	٠.٥٩٨**			٢٧	٠.٧٢٣**		
٢١	٠.٥٧٩**			٢٨	٠.٥٧٤**		
٢٩	٠.٥٨٨**			٣٠	٠.٥٦٨**		

** دال عند مستوى دلالة ٠.٠١

تبين من جدول (٣) ان معاملات الارتباط بين العبارات والابعاد التي تنتمي اليها تراوحت من ٠.٣٩٩ و٠.٧٦٧، وجميعها ترتبط ارتباط دال عند مستوى ٠.٠١ مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه.وتم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لبعدي المرونة التكيفية والتلقائية مع الدرجة الكلية لمقياس المرونة المعرفية،ويظهر جدول (٤) النتائج.

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للابعاد والدرجة الكلية لمقياس المرونة المعرفية

الابعاد	المرونة التلقائية	المرونة التكيفية
المرونة التلقائية	- -	
المرونة التكيفية	٠.٧٧٢	- -
الدرجة الكلية للمرونة المعرفية	**٠.٥٧١	**٠.٧٢٦

** دال عند ٠.٠٠١ * دال عند ٠.٠٥

تبين من جدول (٤) ان معاملي ارتباط بعدي المرونة التكيفية والمرونة التلقائية بالدرجة الكلية (٠.٧٢٦، ٠.٥٧١) على التوالي، دالين عند مستوى ٠.٠١، مما يبين صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

الكفاءة السيكومترية للمقياس:

تم التحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس من خلال ما يلي: صدق المحك، والصدق التمييزي، ثبات اعادة الاختبار ومعامل الفا كرونباخ.

صدق المقياس:

صدق المحك:

تم حساب صدق المحك للمقياس من خلال حساب معامل ارتباط الدرجة الكلية للمقياس بالدرجة الكلية لمقياس المرونة المعرفية Cognitive Flexibility Inventory ل Dennis &Vander Wal(2010) والذي يقيس ثلاثة جوانب للمرونة المعرفية هي: ا)الميل الى ادراك الموقف الصعب بانه يمكن السيطرة عليه،ب) القدرة على ادراك التفسيرات البديلة المتعددة لمجريات الحياة والسلوك الانساني،ج) القدرة على توليد الحلول البديلة المتعددة في مواقف صعبة (Dennis &Vander Wall,2010,p.241). بلغ معامل الارتباط للدرجة الكلية ٠.٧٨.

الصدق التمييزي:

تم حساب الصدق التمييزي من خلال المقارنة بين اعلى ٢٥% وادنى ٢٥% من درجات العينة الاستطلاعية (ن=١٠٠)، وباستخدام اختبار مان ويتني تم مقارنة رتب متوسطات الدرجات وحساب قيمة ت وجاءت النتائج كما في جدول (٥) التالي:

جدول (٥)

قيمة ت للفروق بين متوسطات رتب الاعلى والادنى على مقياس المرونة المعرفية

الابعاد	المجموعة الاعلى		المجموعة الادنى		درجة الحرية	قيمة ت	الدلالة الاحصائية
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري			
المرونة التلقائية	٩٣.١٢٠	٤.٠٣٤	٤٩.٩٢٠	١٠.٨١٦	٤٨	**١٨.٧١١	٠.٠١
المرونة التكيفية	٧٧.٥٦٠	١.١٩٣	٥٨.٢٠٠	٥.٥٩٠	٤٨	**١٦.٩٣٥	٠.٠١
الدرجة الكلية	١٦٤.٩٢٠	٤.٧٧٧	١١٩.٧٢٠	١٢.٨٧٢	٤٨	**١٦.٤٥٩	٠.٠١

*** دال عند ٠.٠٥، ** دال عند مستوى ٠.٠١**

تبين من الجدول (٥) انه توجد فروق بين رتب متوسطات مجموعة المرتفعين (اعلى ٢٥%) ورتب متوسطات مجموعة المنخفضين (اقل ٢٥%) في الابعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس المرونة المعرفية، وان تلك الفروق دالة عند مستوى ٠.٠١. بالتالي، يتمتع المقياس بالصدق من خلال قدرته على التمييز بين اعلى الدرجات وادناها.

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس المرونة المعرفية تم حساب معامل الفا كرونباخ، وذلك بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية (٥٠) طالبة،واستخراج معامل الفا كرونباخ بواسطة برنامج SPSS. بلغت قيمة معاملات الفا للمرونة التكيفية والمرونة التلقائية والدرجة الكلية للمقياس على التوالي (٠.٧٤٩، ٠.٨٠١، ٠.٨٢٤)، وكلها قيم مرتفعة مما دل على ثبات المقياس.

وتم تطبيق المقياس واعادة تطبيقه على العينة الاستطلاعية (ن=١٠٠) بعد مروراسبوعين،وحساب معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار. ويوضح جدول (٦) قيم معاملات ارتباط بييرسون بين درجات العينة الاستطلاعية في التطبيقين.

جدول(٦) قيم معاملات ارتباط بيرسون لمقياس المرونة المعرفية

الابعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المرونة التكيفية	**٠.٨٨٣	٠.٠١
المرونة التلقائية	**٠.٨٢٩	٠.٠١
الدرجة الكلية	**٠.٨٧٠	٠.٠١

** دال عند مستوى ٠.٠١

تبين من الجدول السابق ان قيم معاملات الثبات مرتفعة مما دل على تمتع المقياس بالثبات.

٢. مقياس الرفاهية (اعداد محمد، عزب وعبد الوهاب،٢٠١٧):

تألف المقياس من (٤٧)عبارة موزعة على اربعة ابعاد هي: ١) جودة الحياة النفسية وهي احساس عام بالسعادة لدى الفرد نتيجة لشعوره بقدرته على السيطرة على البيئةوالتوافق معالاخرين والثقة بنفسه والرضا عن ذاته. ويتالف هذا البعدمن ١٣ عبارة(١،٥،٩،١٣،١٧،٢٠،٢٤،٢٨،٣٢،٤٠،٤٣،٤٦،٤٧). وقد تم تعديلمسمى البعد في الدراسة الحالية ليصبح الرفاهية النفسية وتعني الاحساس العام بالسعادة لدى معلمة روضة الدمج نتيجة لشعورها بالتوافق والرضا عن ذاتها وحياتها.٢) جودة الحياة الاجتماعية وهي قدرة الفرد على تكوين علاقات اجتماعية والمشاركة الفعالة في الانشطة الاجتماعية مع احترام مبادىء وقيم المجتمع الذي يعيشفيه،ويتكون هذا البعد من ١٠ عبارات (٢،٦،١٠،١٤،١٨،٢١،٢٥،٢٩،٣٣،٣٧). وعدل مسمى البعد في الدراسة الحالية الى الرفاهية الاجتماعية.٣) جودة الحياة الاكاديمية وهي شعور الفرد بالرضا عن حياته الدراسية وقدرته على التوافق مع اساتذتهواصدقائه وعن الشعبة التي يلتحق بها.ويتكون البعد من (١٢) عبارة (٣،٧،١١،١٥،١٩،٢٢،٢٦،٣٠،٣٤،٣٨،٤١،٤٤). وعدل مسمى البعد في الدراسة الحالية الى الرفاهية الاكاديمية وتعني شعور معلمة روضة الدمج بالرضا عن اعدادها الاكاديمي وقدرتها على التوافق مع المشرفين والمعلمات الزميلات لها

وتخصصها العلمي ٤)جودةالحياة الجسمية وهي قدر ما يتمتع به الفرد من الصحة الجسمية الجيدة الحالية نسبيا من الامراض مع الرضا عن صورة الجسم، ويتألف هذا البعد من ١٢ عبارة (٤،٨،١٢،١٦،٢٣،٢٧،٣١،٣٥،٣٦،٣٩،٤٢،٤٥). وقد تم تعديل مسمى البعد في الدراسة الحالية الى الرفاهية الجسمية. ويوضح جدول (٧)توزيع عبارات المقياس على الابعاد.

جدول (٧)

توزيع عبارات مقياس الرفاهية النفسية على الابعاد

م	الابعاد	العبارات
١	الرفاهية النفسية	٤٦،٤٣،٤٠،٣٢،٢٨،٢٤،٢٠،١٧،١٣،٩،٥،١،٤٧
٢	الرفاهية الاجتماعية	٣٧،٣٣،٢٩،٢٥،٢١،١٨،١٤،١٠،٦،٢
٣	الرفاهية الاكاديمية	٤٤،٤١،٣٨،٣٤،٣٠،٢٦،٢٢،١٩،١٥،١١،٧،٣
٤	الرفاهية الجسمية	٤٥،٤٢،٣٩،٣٦،٣٥،٣١،٢٧،٢٣،١٦،١٢،٨،٤

ولكل عبارة في المقياس ثلاث استجابات هي كثيرا، احيانا، نادرا،يتم التصحيح باعطاء درجة تتراوح من صفر الى ٢ (كثيرا =٢،احيانا= ١،نادرا = صفر)، ثم تجمع درجات كل بعد من الابعاد الاربعة كل على حدة،وللحصول على الدرجة الكلية يتم جمع درجات ابعاد المقياس. تبلغ الدرجة العظمى على المقياس ٩٤، كما ان الدرجة المتوسطة للمقياس اي درجة القطع ٤٧.

وللتاكد من الخصائص السيكومترية للمقياس اعتمد المؤلفون (محمد، عزب وعبدالوهاب،٢٠١٧) علىالصدق العامليوالتمييزي وثبات الف كرونباخ. فبالنسبة للتحليل العاملي تبين وجود ٤ عوامل تفسر ٣٣.٨٦٨% من التباين الكلي. ووجدت فروق دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطات الدرجات المنخفضة ومتوسطات الدرجات المرتفعة علىالابعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الرفاهية. كما كان معامل الفا– كرونباخ دالا بالنسبة للابعاد الرفاهية النفسية، الرفاهية الاجتماعية، الرفاهية الاكاديمة، الرفاهية الجسمية، والدرجة الكلية وكانت معاملات الثبات على التوالي (٠.٧١١، ٠.٦٨٧، ٠.٤٨٤، ٠.٥٧٩، ٠.٩٠٩) وقد تم تغيير طريقة تصحيحالمقياس في الدراسة الحالية ليشمل تدريج ليكرت الخماسي (٤تنطبق تماما،٣ تنطبق كثيرا،٢تنطبق الى حد ما،١ تنطبق نادرا، ٠ لا تنطبق) نظرا لان التدريج الخماسي افضل من التدريج الثلاثي في اظهار تفاوت الاستجابات.

نتائج الدراسة وتفسيرها:

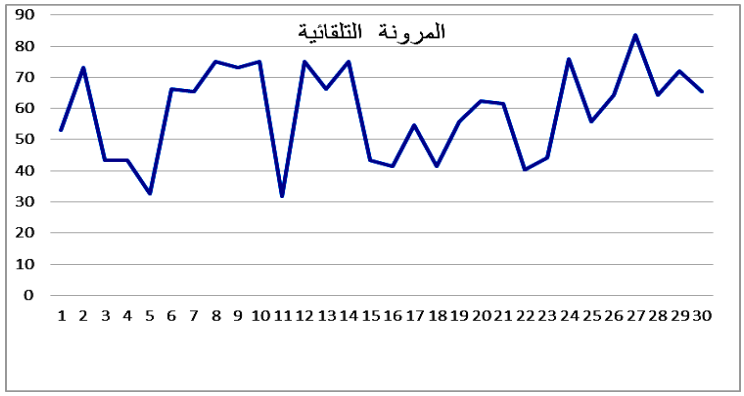
الفرض الاول: وينص على " تتمتع معلمات روضات الدمج بمستوى مرتفع من المرونة المعرفية والرفاهية ". وللتحقق من صحة الفرض تم حساب نسبة درجات معلمات الدمج في كل بعد من ابعاد مقياس المرونة المعرفية الى الدرجة االعظمى للبعد، وبالمثل حساب نسبة الدرجة الكلية التي حصلت عليها معلمات الدمج الى الدرجة العظمى لمقياس المرونة المعرفية (جدول ٨).تم تبويب البيانات وعرضها في رسم بياني (الاشكال ١،٢، ٣).

جدول (٨)

نسب درجات معلمات روضات الدمج في بعدي المرونة التلقائية والتكيفية الى الدرجة العظمى لهما ونسب الدرجة الكلية

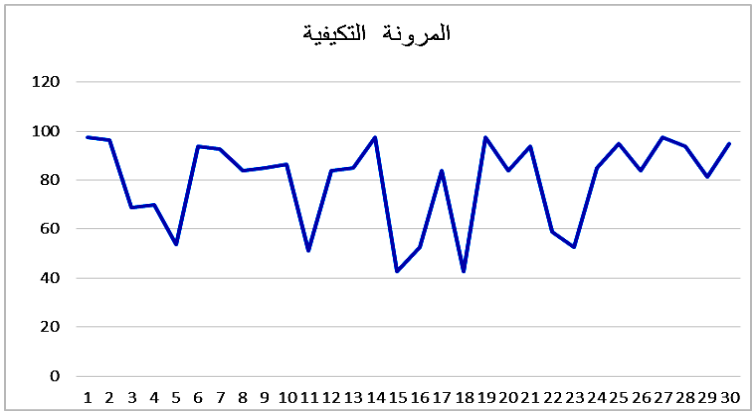
م	المرونة التلقائية	المرونة التكيفية	الدرجة الكلية للمرونة المعرفية	م	المرونة التلقائية	المرونة التكيفية	الدرجة الكلية للمرونة المعرفية
١	٥٢.٨٨	٩٦.٥	٧٢.٢٥	١٦	٤١.٣٤	٥٢.٥	٤٥.١٩
٢	٧٣.٠٧	٩٦.٢٥	٨٣.١٥	١٧	٥٤.٨	٨٣.٧٥	٦٧.٣٩
٣	٤٣.٢٦	٦٨.٧٥	٥٤.٣٤	١٨	٤١.٣٤	٤٢.٥	٤١.٨٤
٤	٤٣.٢٦	٧٠	٤٥.٨٩	١٩	٥٥.٧٦	٩٧.٥	٧٣.٩١
٥	٣٢.٦٩	٥٣.٧٥	٤١.٨٤	٢٠	٦٢.٥	٨٣.٧٥	٧١.٧٣
٦	٦٦.٣٤	٩٣.٧٥	٧٧.١٧	٢١	٦١.٥٣	٩٣.٧٥	٧٥.٥٤
٧	٦٥.٨٤	٩٢.٥	٧٧.١٧	٢٢	٤٠.٣٨	٥٨.٧٥	٤٨.٣٦
٨	٧٥	٨٣.٧٥	٧٨.٨	٢٣	٤٤.٢٣	٥٢.٥	٤٧.٨٢
٩	٧٣.٠٧	٨٥	٧٨.٢٦	٢٤	٧٥.٩٦	٨٥	٧٩.٨٩
١٠	٧٥	٨٦.٢٥	٧٩.٨٩	٢٥	٥٥.٧٦	٩٥	٧٢.٨٢
١١	٣١.٧٣	٥١.٢٥	٤٠.٢١	٢٦	٦٤.٤٢	٨٣.٧٥	٧٢.٨٢
١٢	٧٥	٨٣.٧٥	٧٨.٨	٢٧	٨٣.٦٥	٩٧.٥	٨٩.٦٧
١٣	٦٦.٣٤	٨٥	٧٣.٣٦	٢٨	٦٤.٤٢	٩٣.٧٥	٧٧.١٧
١٤	٧٥	٩٧.٥	٧٣.٣٦	٢٩	٧٢.١١	٨١.٢٥	٧٦.٠٨
١٥	٤٣.٢٦	٤٢.٥	٤٢.٩٣	٣٠	٦٥.٣٨	٩٥	٧٨.٢٦

يتضح من جدول (٨) ان نسب درجات معلمات روضات الدمج في بعد التلقائية تراوح من ٣٠– ٨٠%، و ٤٢.٥– ٩٧.٥% في بعد المرونة التكيفية، و ٤٠.٢١ – ٨٩.٦٧% للدرجة الكلية للمرونة المعرفية. وكانت بعض نسب درجات المعلمات في الابعاد والدرجة الكلية منخفضة، حيث ان نسبة درجة القطع للابعاد والدرجة الكلية ٥٠%،وتوضح الاشكال (١، ٢، ٣) ذلك.



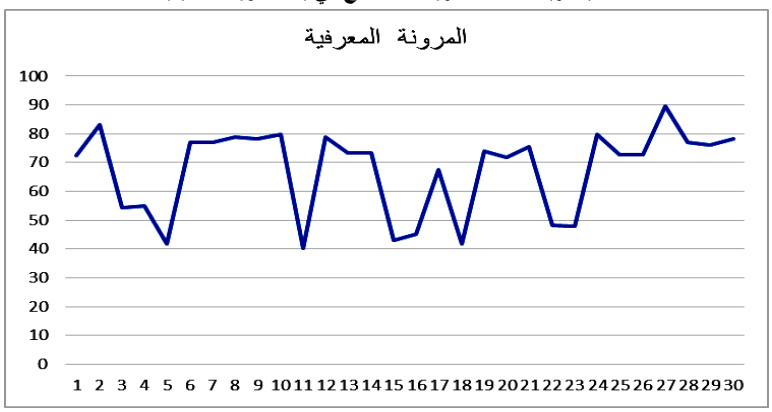
شكل (١)

نسب درجات معلمات روضات الدمج في بعد المرونة التلقائية



شكل (٢)

نسب درجات معلمات روضات الدمج في بعد المرونة التكيفية



شكل (٣)

نسب درجات معلمات روضات الدمج في الدرجة الكلية للمرونة المعرفية

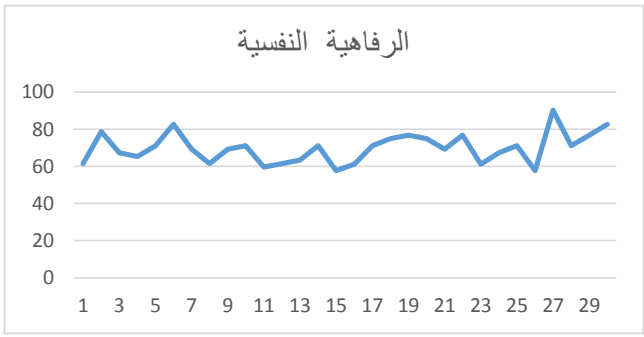
كما تم حساب نسبة الدرجة الكلية التي حصلت عليها الطالبات في الرفاهية الى الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية (جدول ٩). تم تبويب البيانات وعرضها في رسم بياني (الاشكال ٤، ٥، ٦، ٧، ٨).

جدول (٩)

نسب درجات معلمات روضات الدمج في ابعاد الرفاهية الى الدرجة العظمى لها ونسب الدرجة الكلية

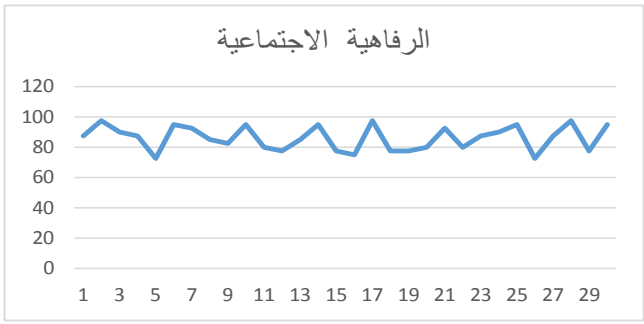
	الرفاهية النفسية	الرفاهية الاجتماعية	الرفاهية الاكاديمية	الرفاهية الجسمية	الدرجة الكلية للرفاهية		الرفاهية النفسية	الرفاهية الاجتماعية	الرفاهية الاكاديمية	الرفاهية الجسمية	الدرجة الكلية للرفاهية
١	٦١.٥٨	٠.٨٧	٦٦.٦٦	٧٧.٠٨	٧٢.٣٤	١٦	٦١.٢٣	٧٤	٦٦.٦٦	٦٤.٥٨	٦٦.٤٨
٢	٧٨.٨٤	٩٧.٥	٨٩.٥٨	٨٥.٤١	٨٧.٢٣	١٧	٧١.١٥	٩٧.٥	٨٧.٥	٨٧.٥	٨٤.٠٨
٣	٦٧.٣	٠.٩٠	٨١.٢٥	٧٩.١٦	٧٨.٧٢	١٨	٧٥	٧٧.٥	٦٨.٧٥	٦٨.٧٥	٧١.٨
٤	٦٥.٣٨	٨٧.٥	٧٧.٠٨	٧٩.١٦	٧٦.٥٩	١٩	٧٦.٩٢	٧٧.٥	٦.٤١	٧٧.٠٨	٧٢.٨٧
٥	٧١.١٥	٧٢.٥	٦٦.٦٦	٧٠.٨٣	٧٠.٢١	٢٠	٧٥	٨٠	٧٠.٨٣	٧٥	٧٥
٦	٨٢.٦٩	٩٥	٩١.٦٦	٩٣.٧٥	٩٠.٤٢	٢١	٦٩.٢٣	٩٢.٥	٧٩.١٦	٧٧.٠٨	٧٨.٧٢
٧	٦٩.٢٣	٩٢.٥	٧٠.٨٣	٦٤.٥٨	٧٣.٤	٢٢	٧٦.٩٢	٨٠	٦٤.٥٨	٦٢.٥	٧٠.٧٤
٨	٦١.٥٨	٨٥	٧٢.٩١	٧٥	٧٢.٨٧	٢٣	٦١.٢٣	٨٧.٥	٦٦.٦٦	٦٤.٥٨	٦٩.١٤
٩	٦٩.٢٣	٨٢.٥	٦٤.٥٨	٧٠.٨٣	٧١.٢٧	٢٤	٦٧.٣	٩٠	٧٧.٩	٧٩.١٦	٧٧.٦٥
١٠	٧١.٥	٩٥	٧٥	٧٢.٩١	٧٧.٦٥	٢٥	٧١.١٥	٩٥	٧٧.٠٨	٧٥	٧٨.٧٢
١١	٥٩.٦١	٨٠	٦٠.٤١	٦٤.٥٨	٦٥.٤٢	٢٦	٥٧.٦٩	٧٢.٥	٧٢.٩١	٦٠.٤١	٦٥.٤٢
١٢	٦١.٥٨	٧٧.٥	٦٨.٧٥	٧٠.٨٣	٦٩.١٤	٢٧	٩٠.٣٨	٨٧.٥	٨٧.٥	٨٣.٣٣	٨٧.٢٣
١٣	٦٣.٤٦	٨٥	٧٢.٩١	٧٧.٠٩	٧٣.٩٣	٢٨	٧١.١٥	٩٧.٥	٨٧.٥	٨٧.٥	٨٤.٠٤
١٤	٧١.١٥	٩٥	٦٦.٦٦	٧٧.٠٨	٧٦.٥٩	٢٩	٧٦.٩٢	٧٧.٥	٦٠.٤١	٧٧.٠٨	٧٢.٨٧
١٥	٥٧.٦٩	٧٧.٥	٧٠.٨٣	٦٨.٧٥	٦٨.٠٨	٣٠	٨٢.٦٩	٩٥	٩٣.٧٥	٩٧.٩١	٩٢.٠٢

تبين من الجدول (٩) ان نسب الدرجة الكلية للرفاهية مرتفعة عن نسبة درجة القطع الكلية وهي ٥٠% مما يدل على ارتفاع مستوى معلمات روضات الدمج في الدرجة الكلية للرفاهية،حيث تراوحت النسب ما بين ٦٥.٤٢ و٩٢.٠٢. وكانت نسب درجات المعلمات مرتفعة في بعد الرفاهية النفسية (٥٧.٦٩– ٩٠.٣٨: نسبة القطع للابعاد٥٠%)،وتراوحت النسب لبعد الرفاهية الاجتماعية (٧٢.٥– ٩٧.٥)، وتراوحت النسب لبعد الرفاهية الاكاديمية (٦٠.٤١– ٩٣.٧٥)، وكانت النسب لبعد الرفاهية الجسمية تتراوح بين (٦٤.٥٨– ٩٧.٩١) وتراوحت النسب للدرجة الكلية للرفاهية بين (٦٥.٤٢– ٩٢.٠٢)، وجميعها نسب مرتفعة. وتوضح الاشكال البيانية التالية (٤، ٥،٦،٧،٨) مستوى تلك النسب.



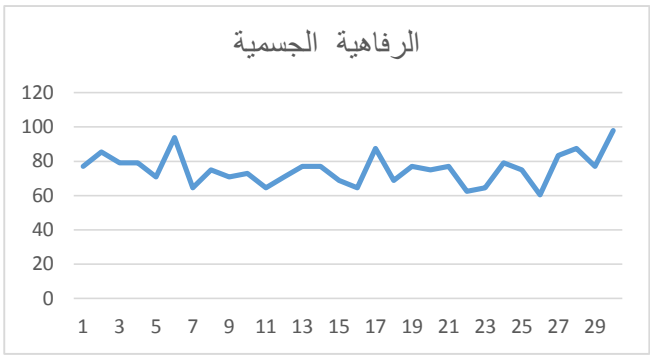
شكل (٤)

نسب درجات معلمات روضات الدمج في الرفاهية النفسية



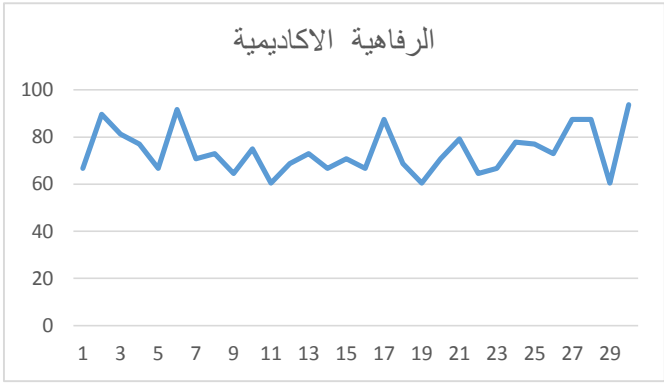
شكل (٥)

نسب درجات معلمات روضات الدمج في الرفاهية االاجتماعية



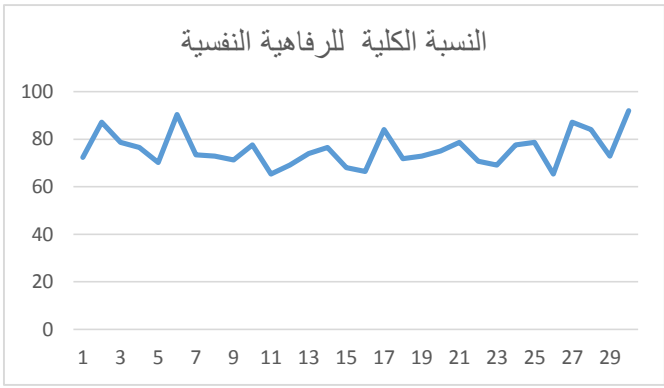
شكل (٦)

نسب درجات معلمات روضات الدمج في الرفاهية الجسمية



شكل (٧)

نسب درجات معلمات روضات الدمج في الرفاهية الاكاديمية



شكل (٨)

نسب درجات معلمات روضات الدمج في الدرجة الكلية للرفاهية

الفرض الثاني: وينص على " لايوجد تاثير دال لسنوات الخبرة والمستوى التعليمي والتفاعل بينهما على مقياس المرونة المعرفية وابعاده". للتحقق من صحة الفرض اجري تحليل التباين ٢*٢ Two Way ANOVA (الخبرة * المستوى التعليمي) لدراسة اثر الخبرة والمستوى التعليمي لمعلمة والتفاعل بينهما على درجاتهن الكلية في مقياس المرونة المعرفية وفي الابعاد الفرعية للمقياس. ثم استخدمت المتوسطات لتحديد اتجاه الفروق الدالة احصائيا. ويوضح جدول (١٠) النتائج.

جدول (١٠)

نتائج تحليل التباين (٢*٢) لتأثير الخبرة والمستوى التعليمي والتفاعل الثنائي بينهما على المرونة المعرفية

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	د.ح	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
البعد الاول المرونة التلقائة	الخبرة	٣٠٢٤.٧٧٢	٢	١٥١٢,٣٨٦	١٧.٦١٦	دالة
	المستوى التعليمي	٢٨٣.٣١٣	٣	٩٤.٤٣٨	١.١٠٠	غير دالة
	الخبرة *المستوى التعليمي	٢٥٠.٢٥١	١	٢٥٠.٢٥١	٢.٩١٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٠٢٤.٧٧٢	٢٣	٨٥.٨٥١		
البعد الثاني المرونة التكيفية	الخبرة	٢٧٢٢.٦٨٤	٢	١٣٦١.٣٤٢	٣٤.٦٣٢	دالة
	المستوى التعليمي	١٤٤.٢٣٥	٣	٤٨.٠٧٨	١.٢٢٣	غير دالة
	الخبرة *المستوى التعليمي	١٢.٢٦٠	١	١٢.٢٦٠	٠.٣١٢	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٧٢٢.٦٨٤	٢٣	٣٩.٣٠٩		
الدرجة الكلية للمرونة المعرفية	الخبرة	١١٤٨٦.٤٣٨	٢	٥٧٤٣.٢١٩	٣٦.١١٨	دالة
	المستوى التعليمي	٤٩٢.٥٢٨	3	١٦٤.١٧٦	١.٠٣٢	غير دالة
	الخبرة *المستوى التعليمي	٣٧٣.٢٩٠	1	٣٧٣.٢٩٠	٢.٣٤٨	غير دالة
	داخل المجموعات	١١٤٨٦.٤٣٨	٢٣	١٥٩.٠١٢		

تبين من جدول (١٠) انه بالنسبة لتأثير الخبرة على درجات معلمات روضات الدمج في مقياس المرونة المعرفية:

وجدت فروق دالة احصائيا بين متوسطي درجات المعلمات في بعد المرونة التلقائية عند مستوى (٠.٠١)،وبلغت قيمة ف(١٧.٦١٦)،وبمقارنة متوسطات درجات المعلمات في المرونة التلقائية وفق مستويات الخبرة (صغيرة من ١- ٩ سنوات، متوسطة من ١٠- ١٩ سنة، وكبيرة من ٢٠—فاكثر) كان متوسط درجات المعلمات في بعد المرونة التلقائية وفق تلك المستويات (٤٠.٨٥٧، ٧٦،٦٧.٢٧٢) على التوالي،وبالتالي كانت الفروق لصالح المعلمات في مستوى سنوات الخبرة الكبيرة.

وجدت فروق دالة احصائيا بين متوسطي درجات المعلمات في بعد المرونة التكيفية عند مستوى (٠.٠١)،وبلغت قيمة ف٣٤.٦٣٢،وبمقارنة متوسطات درجات

المعلمات في المرونة التكيفية وفق مستويات الخبرة (صغيرة من ١– ٩ سنوات، متوسطة من ١٠– ١٩ سنة، وكبيرة من ٢٠– فاكثر) كان متوسط درجات المعلمات في بعد المرونة التكيفية وفق تلك المستويات (٤٠.٤٢٨،٧٠.٣١٨، ٧٧) على التوالي،وبالتالي كانت الفروق لصالح المعلمات في مستوى الخبرة الكبيرة..

وجدت فروق دالة احصائيا بين متوسطي درجات المعلمات في الدرجة الكلية للمرونة المعرفية حيث بلغت قيمة ف (٣٦.١١٨) وهي دالة عند مستوى (٠.٠١)،وبمقارنة متوسطات درجات المعلمات في المرونة وفق مستويات الخبرة (صغيرة من ١– ٩ سنوات، متوسطة من ١٠– ١٩ سنة، وكبيرة من ٢٠—فاكثر) كان متوسط درجات المعلمات في الدرجة الكلية للمرونة المعرفية وفق تلك المستويات (٨١.٢٨٥،١٣٧.٥٩١، ١٥٣) على التوالي،وبالتالي كانت الفروق لصالح المعلمات في مستوى الخبرة الكبيرة.

وبالنسبة لتأثير المستوى التعليمي على درجات معلمات روضات الدمج في مقياس المرونة المعرفية:

لم توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطي درجات المعلمات في بعدي المرونة التلقائية والتكيفية والدرجة الكلية للمرونة المعرفية وفق المستويات التعليمية (بكالوريوس، دبلوم خاص،ماجستير،دكتوراة). اما بالنسبة لتأثير الفاعل بين الخبرة والمستوى التعليمي على درجات معلمات روضات الدمج في مقياس المرونة المعرفية: لم توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطي درجات المعلمات في بعدي المرونة التلقائية والتكيفية والدرجة الكلية للمرونة المعرفية وفق التفاعل بين الخبرة (صغيرة من ١– ٩ سنوات، متوسطة من ١٠– ١٩ سنة، وكبيرة من ٢٠—فاكثر) والمستويات التعليمية (بكالوريوس، دبلوم خاص،ماجستير،دكتوراة).

الفرض الثالث: وينص على "لايوجد تأثير دال لسنوات الخبرة والمستوى التعليمي والتفاعل بينهما على مقياس الرفاهية وابعاده".. للتحقق من صحة الفرض اجري تحليل التباين ٢*٢ Two Way ANOVA (الخبرة * المستوى التعليمي)لدراسة اثر الخبرة والمستوى التعليمي للمعلمة والتفاعل بينهما على درجاتهن الكلية في مقياس الرفاهية وفي الابعاد الفرعية للمقياس، ثم استخدمت المتوسطات لتحديد اتجاه الفروق الدالة احصائيا. ويوضح جدول (١١) النتائج.

جدول (١١)

نتائج تحليل التباين (٢*٢) لتأثير الخبرة والمستوى التعليمي والتفاعل الثنائي بينهما على الرفاهية

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	د.ح	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
البعد الاول الرفاهية النفسية	الخبرة	٢٤.٢٠٢	٢	١٢.١٥١	٠.٥٢٦	غير دالة
	المستوى التعليمي	٢٤.٧٣٣	٣	٨.٢٤٤	٠.٣٤٢	غير دالة
	الخبرة *المستوى التعليمي	٩.٩٥٠	١	٩.٩٥٠	٠.٣٤٧	غير دالة
	داخل المجموعات	١٧٠٩٤.٩٦٩	٢٣	١٠.٧٩٩		
البعد الثاني الرفاهية الاجتماعية	الخبرة	٤٣.٧٤٧	٢	٢١.٨٧٣	٠.١١٦	غير دالة
	المستوى التعليمي	٢٦.١٧٥	٣	٨.٧٢٥	٠.٤٣٥	غير دالة
	الخبرة *المستوى التعليمي	٦.٠٥٤	١	٦.٠٥٤	٠.٤٢٦	غير دالة
	داخل المجموعات	١٠٤٧٧.٨٥٥	٢٣	٩.٢٣٥		
الرفاهية الاكاديمية	الخبرة	١٧.٩٩٠	٢	٨.٩٩٥	٠.٣١٧	غير دالة
	المستوى التعليمي	٣٠.٥٣١	٣	١٠.١٧٧	٠.٢٧٨	غير دالة
	الخبرة *المستوى التعليمي	٩.٤٥٩	١	٩.٤٥٩	٠.٢٧١	غير دالة
	داخل المجموعات	١١٩٥٦.٢٨٧	٢٣	٧.٤٥١		
الرفاهية الجسمية	الخبرة	١.٦٠٨	٢	٠.٨٠٤	٠.٨٩٦	غير دالة
	المستوى التعليمي	٩.٨٨٠	٣	٣.٢٩٣	٠.٧١٩	غير دالة
	الخبرة *المستوى التعليمي	١١.٢٨٦	١	١١.٢٨٦	٠.٢٢٦	غير دالة
	داخل المجموعات	١٣٠١٥.٨٨٠	٢٣	٧.٣٠٨		
الدرجة الكلية للرفاهية	الخبرة	٤٤.٣٥٨	٢	٢٢.١٧٩	٠.٦٤٩	غير دالة
	المستوى التعليمي	١٨.١٥٦	٣	٦.٠٥٢	٠.٩٤٧	غير دالة
	الخبرة *المستوى التعليمي	٠.٦٧٣	١	٠.٦٧٣	٠.٩٠٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٠٨٤٢٩.٧٧٠	٢٣	٤٥.٢٧٥		

تبين من جدول (١١) انه بالنسبة لتأثير الخبرة على درجات معلمات روضات الدمج في مقياس الرفاهية لم توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات معلمات روضات الدمج في الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية والابعاد الفرعية الرفاهية النفسية،الرفاهية الاجتماعية، الرفاهية الاكاديمية،الرفاهية الجسمية– قيم ف على التوالي (٠.٦٤٩، ٠.٥٢٦، ٠.١١٦، ٠.٣١٧، ٠.٨٩٦) وكلها غير دالة احصائيا–

وفق سنوات الخبرة (صغيرة من ١– ٩ سنوات، متوسطة من ١٠– ١٩ سنة، وكبيرة من ٢٠– فاكثر).

بالنسبة لتأثير االمستوى التعليمي على درجات معلمات روضات الدمج في مقياس الرفاهية الرفاهية لم توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات معلمات روضات الدمج في الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية والابعاد الفرعية الرفاهية النفسية،الرفاهية الاجتماعية، الرفاهية الاكاديمية،الرفاهية الجسمية– قيم ف على التوالي (٠.٩٤٧، ٠.٣٤٢، ٠.٤٣٥، ٠.٢٧٨، ٠.٧١٩) وكلها غير دالة احصائيا– وفق المستوى التعليمي (بكالوريوس، دبلوم خاص،ماجستير ،دكتوراة).

اما بالنسبة لتأثيرالتفاعل بين الخبرة والمستوى التعليمي على درجات معلمات روضات الدمج في مقياس الرفاهية، فلم توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات معلمات روضات الدمج في الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية والابعاد الفرعية الرفاهية النفسية،الرفاهية الاجتماعية، الرفاهية الاكاديمية،الرفاهية الجسمية– قيم ف على التوالي (٠.٩٠٩، ٠.٣٤٧، ٠.٤٢٦، ٠.٢٧١، ٠.٢٢٦)، وكلها غير دالة احصائيا.

الفرض الرابع: وينص على: " توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجات معلمات روضات الدمج في مقياس المرونة المعرفية وبين درجاتهن في مقياس الرفاهية ". للتحقق من صحة الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات معلمات روضات الدمج في الدرجة الكلية لمقياس المرونة المعرفية وابعاده الفرعية وبين درجاتهن في الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية، ويوضح جدول (١٢) النتائج.

جدول (١٢)

معاملات ارتباط الدرجة الكلية للمرونة المعرفية وابعادها بالرفاهية

المرونة المعرفية	الرفاهية	
	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الاول: المرونة التلقائية	٠.٤٣٤*	٠.٠٥
البعد الثاني: المرونة التكيفية	٠.٥٩٤**	٠.٠١
الدرجة الكلية لمقياس المرونة المعرفية	٠.٥٤٤**	٠.٠١

** دال عند ٠.٠١ * دال عند ٠.٠٥

تبين من جدول (١٢) ان درجات معلمات روضات الدمج في الدرجة الكلية للمرونة المعرفية وبعديها المرونة التلقائية والمرونة التكيفية ارتبطت ارتباطا موجبا دالا مع الدرجة الكلية للرفاهية،حيث كانت معاملات الارتباط على التوالي (٠.٥٤٤،٠.٤٣٤،٠.٥٩٤)، وكان معامل الارتباط بين درجات المعلمات في بعد التلقائية والدرجة الكلية للرفاهية دال عند مستوى ٠.٠٥،بينما كان معاملي الارتباط بين درجات المعلمات فيكل من بعد المرونة التكيفية والدرجة الكلية للمرونة المعرفية والدرجة الكلية للرفاهية دالا عند مستوى ٠.٠١.

الفرض الخامس: وينص على:"تسهم درجات معلمات روضات االدمج الكلية على مقياس المرونة المعرفية في التنبؤ بدرجاتهن الكلية على مقياس الرفاهية النفسية ". للتحقق من صحة الفرض تم استخدام تحليل الانحدار البسيط بطريقة Enter بين الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية (متغير تابع) والدرجة الكلية لمتغير المرونة المعرفية (متغير مستقل). وكانت النتائج كما يعرضها جدول (١٣).

جدول (١٣)

تحليل تباين الانحدار (قيمة ف) لمدى اسهام درجات معلمات روضات الدمج على مقياس المرونة المعرفية في التنبؤ بدرجاتهن على مقياس الرفاهية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	معامل التحديد R2
المنسوب الى الانحدار	١٥٦٧.١٣٦	١	١٥٦٧.١٣٦	١١.٧٦٧	٠.٠٠٢	٠.٢٩٦
البواقي	٣٧٢٩.١٦٤	٢٨	١٣٣.١٨٤			
المجموع	٥٢٩٦.٣٠٠	٢٩				

اتضح من جدول (١٣) صحة الفرض،حيث ان قيمة ف الانحدارية ١١.٧٦٧ دالة عند مستوى (٠.٠٠١)،مما يعني ان التباين الناجم عن المتغير المستقل (المرونة المعرفية)يفوق التباين الناجم عن العشوائية،وان له تاثيرا دالا احصائيا في التنبؤ بدرجات المعلمات على مقياس الرفاهية. كما وجد ان معامل التحديدR2 يساوي (٠.٢٩٦) وهذايعني ان الدرجة الكلية للمرونة المعرفية تفسر (٢٩.٦%) من التباين الكلي في الرفاهية.

ولتحديد الاهمية النسبية للمتغير المستقل في التنبؤ بدرجات معلمات روضات الدمج على مقياس الرفاهية، تم حساب قيمة بيتا ومعامل الانحدار الجزئي وقيمة ت

الانحدارية للمتغير المستقل والدلالة الاحصائية لها،وتتضح النتائج من خلال جدول (١٤) التالي:

جدول (١٤)

المتغير التابع	المتغير المستقل	المعاملات غير القياسية		المعاملات القياسية	قيمة ت	مستوى الدلالة
		المعامل البائي	الخطأ المعياري	قيمة معامل بيتا		
الدرجة الكلية للرفاهية	ثابت الانحدار	١٠٩.٢٤٥	٩.٨٦١	٠.٥٤٤	١١.٠٧٩	٠.٠٠١
	المرونة المعرفية	٠.٢٦٤	٠.٠٧٧		٣.٤٣٠	٠.٠٠١

اتضح من جدول (١٤) امكانية التنبؤ بدرجات معلمات الدمج على مقياس الرفاهية من خلال درجاتهن على مقياس المرونة المعرفية،حيث ان ثابت الانحدار دال احصائيا عند مستوى (٠.٠٠١) كما كان تأثير درجات معلمات روضات الدمج في المرونة المعرفية على درجاتهن في مقياس الرفاهية موجب ودال احصائيا عند مستوى (٠.٠٠١) وبذلك يمكن صياغة معادلة الانحدار البسيط التالية التي تشير الى التنبؤ بدرجات المعلمات على مقياس الرفاهية بمعلومية درجاتهن على مقياس المرونة المعرفية.

الرفاهية = ١٠٩.٢٥٤+ ٠.٢٤٦ × المرونة المعرفية

وللكشف عن اكثرابعاد الرفاهية تأثرا بالمرونة المعرفية،تم اجراء تحليل الانحدار البسيط بطريقة Enter لكل بعد من ابعاد الرفاهية كمتغير تابع،والدرجة الكلية للمرونة المعرفية كمتغير مستقل.

جدول (١٥)

القيمة التاثيرية للمرونة المعرفية في ابعاد مقياس الرفاهية

المتغيرات	المرونة المعرفية				
	معامل التحديدR2	نسبة التفسير	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الترتيب
البعد لاول: الرفاهية النفسية	٠.١٥٣	١٥.٣	٨.٠٨٧	٠.٠٥	٤
البعد الثاني: الرفاهية لاجتماعية	٠.٢٥٩	٢٥.٩	١١.١٦٥	٠.٠٥	١
البعدالثالث: الرفاهية الاكاديمية	٠.١٧٥	١٧.٥	٧.٦١٠	٠.٠٥	٣
البعد الرابع: الرفاهية الجسمية	٠.٢٥٨	٢٥.٨	٨.٦٨٥	٠.٠٥	٢

اتضح من جدول (١٥) ان المرونة المعرفية لها تأثير دال احصائيا عند مستوى (٠.٠٥) في جميع ابعاد الرفاهية،وبترتيب ابعاد الرفاهية وفق الاكثر تاثرا بالمرونة المعرفية،كانت الرفاهية الاجتماعية هي الاكثر تأثرا بالمرونة المعرفية يليها الرفاهية الجسمية ثم الرفاهية الاكاديمية واخيرا الرفاهية النفسية.

مناقشة النتائج:

اظهرت نتيجة الفرض الاول ارتفاع نسب درجات معلمات روضات الدمج في كل من المرونة المعرفية والرفاهية،ويمكن ان تعزى هذه النتيجة الى ان معلمات روضات الدمج، وفق اعدادهن بالكلية وتدريبهن في ميدان العمل مع اطفال الروضة،يتمتعن بالقدرة على عمل اختيارات بديلة واستخدام المعلومات بمرونة وتطبيق المعرفة بطرق مختلفة وفق سياق الصف. ان تلك القدرات تزيد من ثقة المعلمة بنفسها في التعامل مع الاطفال العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة الطفيفة المدمجين؛ الامر الذي ارتفع معه نسبة درجاتهن في الرفاهية، نظرا لاعتماد الرفاهية النفسية على الثقة بالنفس وقبول الذات (Ryff,1989). وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة محسن والسماوي(٢٠١٨)علما انها اجريت على طلاب الجامعة.

واظهرت نتيجة الفرض الثاني وجود تأثير دال للخبرة في بعد المرونة التلقائية وبعد المرونة التكيفية والدرجة الكلية للمرونة،ولم يوجد تأثير دال للمستوى التعليمي او التفاعل بين الخبرة والمستوى التعليمي على المرونة بابعادها. ترجع هذه النتيجة الى ارتباط الخبرة والنضج بالعمليات المعرفية المتطورة ومنها المرونة المعرفية (Luna, Garver, Urban., Lazar & Sweeney (2004)؛حيث يزيد مع الخبرة اعادة التقدير المعرفي للاشياء،اي تغيير طريقة تفكير الفرد في المثيرات والذي يدل على المرونة المعرفية (Malooly,Genet&Siemer,2013). وبازدياد الخبرة تزداد القدرة على حل المشكلات واختيار الاسلوب الامثل لحلها،والمهارات اللازمة للتعامل مع المشكلات مثل القابلية للتغيير ومواجهة ماهو غير متوقع والمرونة، بالتالي تكون المرونة المعرفية مرادفا للتكيف لاشتراكهما في تعلم الفرد سبل تحديد المشكلات وحلها (العتوم،٢٠٠٤، ٨٥).

كما لم يوجد تأثير دال احصائيا للمستوى التعليمي في الدراسة الحالية على المرونة المعرفية ببعديها (التلقائية والتكيفية)نظرا لتقارب المعلمات في المستوى التعليمي حيث تراوحت اغلب المستويات التعليمية ما بين البكالوريوس والدبلوم الخاص. وربما اثر صغر حجم العينة على عدم وجود تاثير دال للمستوى التعليمي على المرونة المعرفية بابعادها.

وباستعراض نتيجة الفرض الثالث لم يوجد تاثير دال لكل من الخبرة والمستوى التعليمي او التفاعل بينهما على الرفاهية بابعادها،وقد تعزى هذه النتيجة الى ان الرفاهية كما ذكر Luhmann et al.(2012) لها مكون معرفي يتضمن التقدير المعرفي العام للحياة اي الرضا عن الحياة، ومكون وجداني يتضمن غياب العجز الوظيفي العقلي (الاكتئاب). وتاسيسا على ذلك فان خبرة معلمات روضات الدمج ومستواهن التعليمي قد تؤثران على المكون المعرفي للرفاهية دون المكون الوجداني الذي لم يتم التحقق منه في الدراسة الحالية، الامر الذي انعكس على عدم تأثير اي من الخبرة او المستوى التعليمي ومن ثم التفاعل بينهما على مستوى الرفاهية النفسية لدى معلمات روضات الدمج.

وبالنسبة للفرضين الرابع والخامس وجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين درجات معلمات روضات الدمج في مقياس المرونة المعرفية بابعادها وبين درجاتهن في مقياس، كما تنبات درجات معلمات روضات الدمج في المرونة المعرفية بدرجاتهن الكلية في مقياس الرفاهية ا وابعادها. وتعزو هذه النتيجة الى ان المرونة المعرفية اساس للصحة النفسية والرفاهية (Kashdan & Rottenberg, 2010)،فالافراد المرنون معرفيا قادرون على التكيف للمتطلبات البيئية المتغيرة من خلال اعادة صياغة مصادرهم النفسية،وتغيير وجهات نظرهم والموازنةبين رغباتهم واحتياجاتهم المتصارعة ومتطلبات الحياة.

وقد ارتبطت المرونة المعرفية بالوظيفة العقلية الصحية والرفاهية الانفعالية (Wallace&Shapiro,2006; Moore &Malinowski,2009)،كما ارتبطت المرونة المعرفية بالسعادة (Aisi&Ikiz,2015)،والرضا عن الحياة (Cikrikci,2018).

وفي ذات السياق،ذكر Luhmann et al.(2012) ان للرفاهية النفسية مكون معرفي يتضمن التقدير المعرفي العام لدى الافراد لحياتهم اي الرضا عن الحياة. ويعد التقدير المعرفي العام قدرة على التكيف وتجهيز الاستراتيجيات المعرفية لمواجهة الظروف الجديدة وغير المتوقعة. وقد وجد Malooly, Genet & Siemer (2013) ان المرونة المعرفية ترتبط باعادة التقدير المعرفي،الذي يرتبط بدوه بالرفاهية النفسية. ونظرا لاشتمال المرونة المعرفية على تحسين قدرات الانتباه، فان ذلك يؤثر في التغيرات الايجابية في المجال الانفعالي الوجداني (Jha et al.,2010; Moore et al. 2012) حيث يعد المكون الوجداني متغيراساسي في الرفاهية النفسية (Luhmann et al.,2012).

ويمكن الاستناد الى كل من الانتباه والتمثيل المعرفي في تفسير العلاقة الارتباطية بين المرونة المعرفية والرفاهية النفسية.فالمرونة المعرفية تعبر عن قدرة الفرد على تكييف وتجهيز الاستراتيجيات المعرفية لمواجهة الظروف غير الاعتيادية والتي ترتبط بدورها بعمليات الانتباه (Canos, Guesdado, Antoli & Fajardo 2003) كما تعبر المرونة المعرفية ايضا عن قدرة الفرد مقاطعة الاستجابات وعدم ميكنة الاستجابات وجعلها غير الية؛اي الاستجابة بطريقة غير اعتيادية (Moore&Malinowski,2009)، وانموذج التوازن المعرفي والتوازن الانتباهي يؤديان دورا مهما في تعزيز الرفاهية (Wallace&Shapiro,2006).

من ناحية اخرى،يفسر التمثيل المعرفي للمهام من وجهة نظر بياجيه، وهو احد اشكال التكيف، المرونة المعرفية؛فالفرد بحاجة الى المرونة المعرفية ليتمكن من التكيف مه متطلبات المهام الجديدة من خلال بناء التمثيلات المعرفية الجديدة او تعديل التمثيلات السابقة،اي ان الفرد يعيد تمثيل المعرفة من عدة وجهات نظر مما يساعده في تفسيرالمتغيرات البيئية (Chevalier &Dlaye,2008). وحيث ان احد المكونات الرئيسة للرفاهية النفسية وفق نموذج Ryff&Keyes(1999) هو التمكن من البيئة والسيطرة عليها،والتي تعبر عن التكيف، فانه يمكن القول ان كل من المرونة المعرفية والرفاهية يرتبطان ببعضهما البعض وتعتمد العلاقة الارتباطية بينهما على توسط السيطرة على البيئة (التكيف) كمكون وناتج للمرونة المعرفية وكمكون ونتيجة او مظهر للرفاهية النفسية.

وقد اتفقت النتيجة الحالية مع نتيجة Van De VEn et al.(2017) بينما اختلفت النتيجة الحالية مع نتيجة دراسة Hartkamp&Thornton(2017).

الخلاصة (اهم النتائج والمحددات والتوصيات):

هدفت الدراسة الحالية الى تحديد مستوى المرونة المعرفية والرفاهية العلاقة بينهما لدى معلمات روضات الدمج باسيوط وتأثير عاملي الخبرة والمستوى التعليمي عليهما بالاضافة الى قدرة المرونة المعرفية في التنبؤ بالرفاهية. اسفرت النتائج عن ارتفاع مستوى المرونة المعرفية والرفاهية لدى معلمات روضات الدمج ووجود تاثير دال للخبرة في بعد المرونة التلقائية وبعد المرونة التكيفية والدرجة الكلية للمرونة،وعدم وجود تأثير دال للمستوى التعليمي او التفاعل بين الخبرة والمستوى التعليمي على المرونة المعرفية باابعادها. كما لم يوجد تاثير دال للخبرة او المستوى التعليمي او التفاعل بينهما على الرفاهية النفسية وابعادها. ووجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين متوسطات درجات معلمات روضات الدمج في مقياس المرونة المعرفية بابعادها وبين متوسط درجاتهن في مقياس الرفاهية.كما تنبأت درجات معلمات روضات الدمج على مقياس المرونة المعرفية بدرجاتهن الكلية على مقياس الرفاهية.

وفسرت النتائج الحالية وفق طبيعة الاعداد الاكاديمي والمهني لمعلمة رياض الاطفال بالاضافة الى كل من الانتباه والتمثيل المعرفي (التكيف) كعوامل مشتركة بين المرونة المعرفية والرفاهية النفسية. وكان من اهم محددات نتائج الدراسة الحالية صغر حجم العينة الذي ترتب عليه ضعف التفاوت في سنوات الخبرة والمستوى التعليمي بين افراد العينة. وربما اختلفت النتائج باستخدام الدراسة الطولية على اعتبار ان كل من المرونة المعرفية والرفاهية النفسية بعتمدان على اساليب السيطرة على السياق البيئي المتغير بطبيعته. كما ان اساليب اخرى في جمع البيانات مثل الملاحظة والمقابلة ربما اظهرت بشكل اوضح طبيعة العلاقة بين متغيري الدراسة.

بصفة عامة، يعد كل من المرونة المعرفية والرفاهية النفسية ضروريان لتعزيز الصحة النفسية لجميع الافراد متعلمين ومعلمين. من ثم يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية بتوجيه برامج وتدريبات على المرونة المعرفية والرفاهية داخل الاطار

التعليمي والمهني لمعلمات روضات الدمج والروضات الاخرى. ولعل اهم التضمينات التربوية للدراسة الحالية هو ارتباط نتائجه باهداف التنمية المستدامة وخطة مصر ٢٠٣٠ وهو التاكيد على المهارات الشخصية وجودة حياة الافراد.

المراجع:

- البحيري،عبد الرقيب احمد (٢٠١٠).المرونة لدى الاطفال والشباب الموهوبين في ضوء ميكانيزم التقييم المعرفي.المؤتمر السنوي الخامس عشر للارشاد النفسي بجامعةعين شمس " الارشاد الاسري وتنمية المجتمع "(نحو آفاق ارشاديةرحبة)،٣- ٤ اكتوبر،١- ذ١٦.
- برادلي،ريان؛سيرز، مارغريت؛سوبلك، ديان (٢٠٠٠). الدمج الشامل لذوي الاحتياجات الخاصة مفهومه وخلفيته النظرية،ترجمة زيدان احمد السرطاوي وعبد العزيز السيد الشخص وعبد العزيز العبد الجبار،العين: دار الكتاب الجامعي.
- بسيونى،نعمة محمد (٢٠٢٠). فعالية برنامج إرشادى قائم على نظرية المرونة المعرفية فى تحسين جودة الحياة المهنية لدى معلمات رياض الاطفال. مجلة الطفولة والتربية, ٤١(٣), ١٩٣- ٢٣٦.
- بطرس،حافظ بطرس(٢٠٠٩).سيكولوجية الدمج في الطفولة المبكرة. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- بقيعي، نافز احم عيد (٢٠١٣). ماوراء الذاكرة والمرونة المعرفية لدى طلبة السنة الجامعية الاولى.مجلة العلوم التربوية والنفسية،١١٤(١٣)، ٣١٩- ٣٥٨.
- جابر، مروة مختار (٢٠١٥). العوامل المنبئة بالمرونة المعرفية لدى طلاب الجامعة،مجلة دراسات تربوية واجتماعية،٢١(٣)، ١٠٥٩- ١١١٠.
- الجعفري،ممدوح؛ عبد الحليم،هناء(٢٠١٢).البيئة التربوية ودمج غير العاديين بمؤسسات رياض الاطفال.الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- جميل،سمية طه (٢٠١٣).اتجاهات معلمات رياض الاطفال نحودمج الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة مع العاديين في مرحلة ما قبل المدرسة،مجلة الدراسات التربوية والانسانية،كلية التربية،جامعة دمنهور،٥(٣)، ٢٠٣- ٢٥٤.
- حسن، رمضان علي (٢٠١٥). اثر برنامج تدريبي قائم على عمل الدماغ في تنمية المرونة المعرفية لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسي،مجلة التربية للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية،١٦٣(٤)، ٣٦٦- ٤١٧.
- الخشرمي، سحر بنت احمد (٢٠٠٠). المدرسة للجميع: دمج الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة في المدارس العادية. الرياض: مكتبة الصفحات الذهبية.
- الخشرمي، سحر بنت احمد (٢٠١٠).دمج الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة في مرحلة رياض الاطفال في المملكة العربية السعودية،مجلة كلية التربية،جامعة عين شمس،كلية التربية،٣٤،٤٠٣- ٤٢٧.

- الخطيب، جمال؛ الحديدي، منى (١٩٩٧).المدخل الى التربية الخاصة.الكويت: مكتبة الفلاح.
- سلامة، عيسى سلطان (٢٠١٥). المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية في بئر سبع وعلاقتها بالتنظيم الذاتي نرسالة ماجستير،كلية العلوم التربوية والنفسية،جامعة عمان، الاردن.
- سيسالم،كمال(٢٠٠٦).الدمج في مدارس التعليم العام وفصوله،ط٢.العين: دار الكتاب الجامعي.
- الشخص،عبد العزيز محمد(١٩٨٧).دراسات لمتطلبات ادماج المعوقين في التعليم والمجتمع العربي،رسالة الخليج العربي: مكتب التربية العربي لدول الخليج،الرياض،١٠(٢١)،١٨٩- ٢١٩.
- شقير،زينب محمود (٢٠٠٥). خدمات ذوي الاحتياجات الخاصة: الدج الشامل،التدخل المبكر،التاهيل المتكامل،ط٢،ظ.القاهرة: مكتبة النهضة العربية.
- شقير،زينب محمود (٢٠٠٩ أ).من اجل تحسن جودة الحياة: برنامج ارشادي تدريبي لخفض بعض المتغيرات السلبية في الشخصية لدى حالة سمنة مفرطة عبر الدردشة بالانترنت "الشات"كلية التربية ببورسعيد،جامعة قناة السويس،المؤتمر العلمي السنوي الثاني لكلية التربية ببورسعيد "مدرسة المستقبل: الواقع والمامول"،ج١١٣،١- ١٤٧.
- صادق،فاروق محمد(١٩٩٨).من الدمج الى الاستيعاب الكامل تجارب وخبرات عالية في دمج الافراد المعاقين في المدرسة والمجتمع وتوصيات الى الدول العربية،المؤتمر القومي السابع للانجاز "ذوو الاحتياجات الخاصة القرن الحادي والعشرين في الوطن العربي "،القاهرة.
- صادق، فاروق(١٩٩٨).من الدمج الى الاستيعاب الكامل.المؤتمر القومي السابع للانجاز "ذوو الاحتياجات الخاصة والقرن الحادي والعشرين في الوطن العربي"، القاهرة.
- صالحي، سعيدة؛ سريفين هناء؛ انت جيوش، سعاد (٢٠١٨). علاقة جودة الحياة بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية: دراسة ميدانية مقارنة على طلبة جامعة الجزائر.المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية،مركز رفا للدراسات والابحاث،٤(٣)،٣٨٤- ٣٩٥.
- الطراونة، ردينة (٢٠٢٠). اتجاهات معلمات رياض الاطفال نحودمج الاطفال ذوي الاعاقة في الروضة.المنارة،جامعة مؤتة،٢٦(٣)،١٧٩- ٢٠٢.
- عابدين, حسن سعد؛ حسن سعد, الشرقاوي، فتحي محمد (٢٠١٦). مهارات تنظيم الذات والمرونة النفسية وعلاقتهما بجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب كلية التربية- جامعة الإسكندرية. مجلة كلية التربية- جامعة الإسكندرية, ٢٦(٦), ١٥٣- ٢٣٤.

- عبد العاطي، منى كمال امين(٢٠١٩).المواقف الحياتية الضاغطة ومستوى الرضا المهني كمنبئات بالاحتراق النفسي لدى معلمات التربية الفكرية،مجلة كلية التربية ببنها، ١٢٠ ج ٣٢٢،٣- ٣٧٤.
- عبد الفتاح،سارة محمد؛ عزب، حسام الدين محمود؛ عبد الوهاب، اشرف محمد (٢٠١٧).الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة.مجلة الارشاد النفسي
- عبد الوهاب، صلاح شريف (٢٠١١). المرونة العقلية وعلاقتها بكل من منظور زمن المستقبل واهداف الانجاز لدى اعضاء هيئة التدريس بالجامعة،مجلة البحوث التربوية كلية التربية النوعية،جامعة المنصورة، ٢٠، ٢١- ٧٨.
- عبد الحميد،سحر فتحي (٢٠١٨). فاعلية برنامج مقترح في تحسين بعض ابعاد جودة الحياة لمعلمة رياض ا لاطفال واثره على الكفايات المهنية لديها.المجلة العربية للاعلام وثقافة الطفل،١٠٧، ٤- ١٧٢.
- العتوم،عدنان يوسف (٢٠٠٤).علم النفس المعرفي- النظرية والتطبيق.الاردن: دار المسيرة.
- علاق، مباركة؛بنين،آمال (٢٠٢٠).اليقظة العقلية ودورها في تحسين جودة الحياة النفسية.اعمال الملتقى الوطني"جودة تاحياة والتنمية المستدامة في الجزائر- الابعاد والتحديات " مركز فاعلون للبحث في الانثروبولوجيا والعلوم الانسانية والاجتماعية ومخبر اقتصاديات الطاقة المتجددة ودورها في تحقيق التنمية المستدامة،جامعة الشهيد حمة لخضر،ابريل ١، ١٣٣- ١٤٢.
- غريب، عبد الحليم (٢٠١٣). الاسلوب المعرفي (التصلب/المرونة) وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى الطلبة الجامعيين: دراسة ميدانية على عينة من طلبة علم النفس بجامعة ورقله، رسالة ماجستير، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- الغندور، العارف بالله (٢٠٠٦): " أسلوب حل المشكلات وعلاقته بجودة الحياة "، المؤتمر السنوي السادس، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ١- ١٧
- فوزي، محمد؛ ابو عيشة،آمال (ابريل،٢٠١٣). معوقات جودة الحياة الاسرية.الملتقى الوطني الثاني حول "الاتصال وجودة الحياة في الاسرة "، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية،جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- القحطاني، الجازي بنت عبد الله؛ الكثيري،نورة بنت علي (٢٠١٧).جودة الحياة النفسية لدى ذوات صعوبات التعلم وعلاقتها ببعض ا لمتغيرات.مجلة التربية الخاصة والتأهيل،مؤسسة التربية الخاصة والتأهيل، ٥(١٩)،١٣٦- ١٨٥.

- القمش، مصطفى؛ السعايدة،ناجي(٢٠٠٨). قضايا وتوجهات حديثة في التربية الخاصة. عمان: دار ميسرة للنشر والتوزيع.
- قناوي، هدى محمد؛ الشامي، هديل احمد؛ حسونة، امل محمد(٢٠١٩).برنامج تدريبي قائم على مهمة التمييز الانفعالي لتحسين جودة الحياة لدى الاطفال ذوي اضطراب التوحد. مجلة كلية رياض الاطفال،كلية رياض الاطفال،جامعة بورسعيد،١١٣،١٥- ١٤٢.
- لغزالي،صليحة؛ عايش،صباح (٢٠٢٠). مستوى جودة الحياة النفسية لدى المتمدرسين: دراسة ميدانية على عينة من متعلمي الطور الثانوي بولاية الشلف. اعمال الملتقى الوطني: جودة الحياة والتنمية المستدامة في الجزائر- الابعاد والتحديات.مركز فاعلون للبحث في الانثروبولوجيا والعلوم الانسانية والاجتماعية ومخبر اقتصاديات الطاقات المتجددة ودورها في تحقيق التنمية المستدامة، ١، ١١٧- ١٣١..
- المالكي، بندر متعب (٢٠١٩). المرونة المعرفية لدى الطلبة المتفوقين في محافظة اضم. مجلة كلية التربية،كلية التربية،جامعة اسيوط،٣٥(١٢)، ١- ٢٠.
- مجلي، ورود عبد الرازق(٢٠١٩).المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة الديوانية.مجلة الفنون والادب وعلوم الانسانيات والاجتماع، ٢٣٣،٤٧- ٢٤٠.
- محسن،عبد الكريم غالي؛ السماوي،فجر حسين (٢٠١٨).المرونة المعرفية لدى طلبة كلية الجامعة، مجلة ابحاث البصرة للعلوم الانسانية،جامعة البصرة،كلية التربية للعلوم الانسانية،٤٣(٢)،٢٩٦- ٣١٣.
- محمود، عبد المنعم احمد؛ عبد السميع، محمد عبد الهادي؛ احمد، احمد عبد الرحمن (٢٠١٨). الكفاءة السيكومترية لمقياس المرونة المعرفية لدى طلاب كلية التربية بقنا، مجلة العلوم التربوية،جامعة جنوب الوادي،٣٧، ٧٥- ٩٤.
- المرشاد،ابرار سند؛ جلجل، نصرة محمد؛النجار، علاء الدين السعيد(٢٠٢١).علاقة المرونة المعرفية بالرضا الوظيفي لدى معلمات الروضة بدولة الكويت. مجلة كلية التربية،كلية التربية،جامعة كفر الشيخ،١٠٠، ٤٦٩- ٤٩٦.
- مسعودي، امحمد (٢٠١٧). جودة الحياة النفسية. مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية, ١(١), ١٢٧- ١٤٨.
- المطيري، بشاير مشعل (٢٠١٩). المرونة المعرفية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى التلاميذ المعاقين سمعيا.دراسات تربوية واجتماعية،كلية التربية،جامعة حلوان،٢٥(٧)، ٣١٥- ٣٤٠.

- مقلد، هالة كمال الدين (٢٠٢٠).اليقظة الذهنية والمرونة المعرفية كمنبئات بالتفكير الابداعي لدى طلاب الجامعة،مجلة كلية التربية ببنها،ج٤(١٢٣)، ١- ٤٢.
- منسي، محمود عبد الحليم؛كاظم، علي مهدي (٢٠١٠).تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في سلطنة عمان.امارابارك،مجلة علمية محكمة تصدر عن الاكاديمية الامريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا،١(١)،٤١- ٦٠.
- منصور،سمية؛ عواد، رجاء (٢٠١٢). تصور مقترح لتطوير نظام دمج الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بمرحلة رياض ا لاطفال في سورية في ضوء خبرة بعض الدول- دراسة مقارنة،مجلة جامعة دمشق،٢٨(١)،٣٠١- ٣٥٦.
- النقيب،ايناس فهمي (٢٠٢٠). الاستراتيجيات المعرفية للتنظيم الانفعالي وعلاقتها بكل من اليقظة العقلية والمرونة المعرفية لدى الطلاب المعلمين بكلية التربية.مجلة كلية التربية في العلوم النفسية،كلية التربية،جامعة عين شمس،٤٤(٤)،٣٥٥- ٤٦١.
- هادي،ابتسام راضي(٢٠١٩).الابداع الانفعالي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى تدريسي كلية التربية الاساسية. دراسات العلوم الانسانية والاجتماعية، ٤٦(٢٢)، ٥٩٣- ٦١٠.
- **Al- Zoubi, E. M. (2020). Quality of Life and Its Relationship with Cognitive Flexibility among Higher Education Students. Journal of Educational and Social Research, 10(4), 156- 156. DOI: https://doi.org/ 10.36941/jesr- 2020- 0075.**
- **Asıcı, E. & İkiz, F. (2015). A pathway to happiness: Cognitive flexibility. Mehmet Akif Ersoy University Educational Faculty Journal, 1(35), 191- 211.**
- **Baer, R. A.& Carmody, J. (2008). Relationships between mindfulness practice and levels of mindfulness, medical and psychological symptoms and well- being in a mindfulness- based stress reduction program. Journal of behavioral medicine, 31(1), 23- 33.**
- **Bilgin, M. (2017). Relations to five factor personality model with cognitive flexibility in adolescents. Electronic Journal of Social Sciences, 16(62), 945- 954.**
- **Cañas, J. J., Quesada, J. F., Antolí, A., & Fajardo, I. (2003). Cognitive flexibility and adaptability to**

environmental changes in dynamic complex problem- solving tasks. Ergonomics, 46(5), 482–501.

- Carroll A, York A, Fynes- Clinton S, Sanders- O'Connor E, Flynn L, Bower JM, Forrest K and Ziaei M(2021) The Downstream Effects of Teacher Well- Being Programs: Improvements in Teachers' Stress, Cognition and Well- Being Benefit Their Students. Front. Psychol. 12: 689628.doi: 10.3389/fpsyg.2021.689628.
- Carvalho, A. A., & Moreira, A. (2005). Criss- crossing Cognitive Flexibility Theory based research in Portugal: an overview. Interactive Educational Multimedia, (11), 1- 26.
- Chevalier, N., & Blaye, A. (2008). Cognitive flexibility in preschoolers: The role of representation activation and maintenance. Developmental science, 11(3), 339- 353.
- Chirico, F., Sharma, M., Zaffina, S., and Magnavita, N. (2020). Spirituality and prayer on teacher stress and burnout in an Italian cohort: a pilot,before- after controlled study. Front. Psychol. 10: 2933. doi: 10.3389/fpsyg.201 9.02933.
- Çikrıkci, Ö. (2018). The predictive roles of cognitive flexibility and error oriented motivation skills on life satisfaction. International Journal of Eurasia Social Sciences, 9(31), 717- 727.
- Deák, G. O. (2004). The development of cognitive flexibility and language abilities. In R. V. Kail (Ed.). Advances in child development and behavior (Vol. 31, pp. 271–327). San Diego: Academic Press.
- Demirtaş, A. S. (2020). Cognitive flexibility and mental well-being in Turkish adolescents: The mediating role of academic, social and emotional self- efficacy. Anales De Psicología/Annals of Psychology, 36(1), 111- 121.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The Cognitive Flexibility Inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. Cognitive Therapy and

Research, 34, 241–253. doi: 10.1007/s10608- 009- 9276- 4.

- Deveney, C. M., & Deldin, P. J. (2006). A preliminary investigation of cognitive flexibility foremotional information in major depressive disorder and non- psychiatric controls. Emotion, 6(3), 429–437. https://doi.org/10.1037/1528- 3542.6. 3. 429.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well- being: Three decades of progress. Psychological Bulletin, 125(2), 276- 302. https://doi.org/10.1037/0033- 2909.125.2.276 .
- Diener, E. (1984). Subjective well- being. Psychological Bulletin, 95, 542- 575. https://doi.org/10. 1037/0033- 2909.95.3.542 .
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim- Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas- Diener, R. (2010). New Well- being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings Social Indicators Research: An International and Interdisciplinary Journal for Quality- of- Life Measurement, 97 (2), 143- 156. https://doi.org/10.1007/s11205- 009- 9493- y.
- Donnelly, K., & Donnelly, J. P. (2021). Path analysis of the mediating roles of personality, distress, and cognitive flexibility in the subjective well- being of combat veterans with traumatic brain injury. Journal of head trauma rehabilitation. DOI: 10.1097/HTR.0000000000000688.
- Elen, J., Stahl, E., Bromme, R., & Clarebout, G. (2011). Chapter 1: Introduction In J. Elen, E. Stahl, R. Bromme, &G. Clarebout (Eds.) Links between Beliefs and Cognitive Flexibility: Lessons Learned (pp- 1- 5). Dordrect: Springer. https://doi.org/10.1007/978- 94- 007- 1793- 0._
- Farrant, B. M., Fletcher, J., & Maybery, M. T. (2014). Cognitive flexibility, theory of mind, and

hyperactivity/inattention. Child develop ment research, Volume 2014, Article ID 741543, 10 pageshttp://dx.doi. org/ 10.1155/2014/741543.

- **Fasig, Z. D. (2021). The Relationships between Overprotective Parenting, Cognitive Flexibility and Aggression in College Students (Doctoral dissertation, Emporia State University).**
- **Flynn, L., Carroll, A., York, A., Fynes- Clinton, S., Sanders- O'Connor, E., Bower, J. M.,... & Ziaei, M. (2021). The Downstream Effects of Teacher Well- Being Programs: Improvements in Teachers' Stress, Cognition and Well- Being Benefit Their Students. Frontiers in Psychology, 12, 2615. York, A., Fynes- Clinton, S., Sanders- O'Connor, E., Bower, J.,... & Ziaei, M. (2021). The Downstream Effects of Teacher Well- Being Programs: Improvements in Teachers' Stress, Cognition and Well- Being Benefit Their Students.**
- **Hartkamp, M., & Thornton, I. M. (2017). Meditation, cognitive flexibility and well- being Journal of Cognitive Enhancement, 1(182), 196 https://doi.org/10.1007/s41465- 017- 0026- 3.**
- **Hirt, E. R., Devers, E. E., & McCrea, S. M. (2008). I want to be creative: Exploring the role of hedonic contingency theory in the positive mood-cognitive flexibility link. Journal of Personality and Social Psychology, 94, 214- 230.**
- **Hockenbury, J. C., Kauffman, J. M., & Hallahan, D. P. (2000). What is right about special education. Exceptionality, 8(1), 3- 11.**
- **Hoffman, J. A., and Miller, E. A. (2020). Addressing the consequences of school closure due to COVID- 19 on children's physical and mental well- being. World Med. Health Policy ,12, 300–310. doi: 10.1002/wmh3.365https://doi.org/10.1891 /0889- 8391.30.1.60**

- **Jha, A. P., Stanley, E. A., Kiyonaga, A., Wong, L., & Gelfand, L. (2010). Examining the protective effects of mindfulness training on working memory capacity and affective experience. Emotion, 10(1), 54.**
- **Johnco, C., Wuthrich V. M., & Rapee, R. M. (2014). The influence of cog- nitive flexibility on treatment outcome and cognitive restructuring skill acquisition during cognitive behavioural reatment for anxiety and de- pression in older adults: Results of a pilot study. Behaviour Research and Therapy, 57, 55- 64.**
- **Johnson, B. T. (2016). The relationship between cognitive flexibility, coping, and symptomatology in psychotherapy (Master's Thesis). Faculty of the Graduate School, Marquette University, Wisconsin. Retrieved from https://search.proquest. com/pqdtglobal/docview/1784011416/full textPDF/C30DC2A5C82D4DD8PQ/1?ac countid=11054.**
- **Karbalaie, M., Yazdanbakhsh, K., & Karimi, P. (2021). Predicting Psychological Well- Being Based on Emotion Regulation, Cognitive Flexibility and Mindfulness in Cancer Patients. Quarterly Journal of Health Psychology, 10(37), 141- 160.**
- **Kato, T. (2012). Development of the Coping Flexibility Scale: Evidence for the coping flexibility hypothesis. Journal of Counseling Psychology, 14(4), 353–363. doi: 0.1037/a0027770.**
- **Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. Journal of Health and Social Research, 43,207- 222. https://doi.org/10.2307/309 0197.**
- **Koesten, J., Schrodt, P., & Ford, D. J. (2009). Cognitive flexibility as a mediator of family communication environments and young adults' well- being. Health Communication, 24(1), 82- 94 https://doi.org/10.1080/104102308026070 24.**

- **Lawrence, D. F., Loi, N. M., and Gudex, B. W. (2019). Understanding the relationship between work intensification and burnout in secondary teachers.Teach. Teach. 25, 189–199. doi: 10.1080/13540602.2018.1544551.**
- **Lucas, M., Nelson, J., and Sims, D. (2020). Pupil Engagement in Remote Learning. National Foundation for Educational Research Report. Available online at: https://www.nfer.ac.uk/media/4073/schools_responses_to_covid._19_pupil_engagement_in_remote_learning.Pdf (accessed June 5, 2020)**
- **Luhmann, M., Hofmann, W., Eid, M., & Lucas, R. E. (2012). Subjective well- being and adaptation to life events: a meta- analysis. Journal of Personality And Social Psychology, 102(3), 592.**
- **Luna, B., Garver, K. E., Urban, T. A., Lazar, N. A., & Sweeney, J. A. (2004). Maturation of cognitive processes from late childhood to adulthood. Child Development, 75(5), 1357- 1372.**
- **Malkoç, A., & Kesen Mutlu, A. (2019). Mediating the effect of cognitive flexibility in the relationship between psychological well- being and self- confidence: A study on Turkish university students International Journal of Higher Education, 8 (6), 201 http://ijhe.sciedupress.com.**
- **Malooly, A. M., Genet, J. J., & Siemer, M. (2013). Individual differences in reappraisal effectiveness: The role of affective flexibility. Emotion, 13(2), 302–313. https://doi.org/10.1037/a0029980.**
- **Marshall, E. J., & Brockman, R. N. (2016). The relationships between psychological flexibility, self-compassion, and emotional well- being. Journal of Cognitive Psychotherapy, 30(1), 60- 72.**
- **Martin, M. M., & Rubin, R. B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. Psychological Reports, 76, 623- 626 doi: 10.2466/pr0.19**

95.76. 2.623. https://doi.org/10.2466/pr0.1995.76.2.623.

- McNulty, J. K., & Fincham, F. D. (2012). Beyond positive psychology? Toward a contextual view of psychological processes and well- being. American Psychologist, 67(2), 101.
- Moore, A., & Malinowski, P. (2009). Meditation, mindfulness and cognitive flexibility. Consciousness and cognition, 18(1), 176- 186.
- Önen, A. S., & Koçak, C. (2015). The effect of cognitive flexibility on higher school students' study strategies. Procedia- Social and Behavioral Sciences, 191, 2346- 2350.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well- being.Journal of Personality and Social Psychology, 57, 1069- 1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The Contours of Positive Human Health. Psychological Inquiry, 9, 1- 28.https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901.
- Saffarin, M., & Fatemi, A. M. (2015). On the relationship between Iranian EFL teachers' cognitive flexibility and Iranian EFL learners' attitudes towards English language learning. Mediterranean Journal of Social Sciences. https://doi.org/10.5901/mjss.2015.v6n6s1p34.
- Seligman, M. E. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being (1st Free Press hardcover ed.). New York, NY: Free Press.
- Siddiqui, S. (2015). Impact of self- ffficacy on psychological well- Being among undergraduate students. The International Journal of Indian Psychology, 2(3), 5- 16.
- Siemer, M., Yoon, K.., & Joormann, J. (2010). Cognition and emotion regulation. In A. M. Kring & D. M. Sloan (Eds.), Emotion Regulation and Psychopathology: A transdiagnostic Approach to Etiology and Treatment (pp. 174–203). New York, NY: Guilford.

- **Spiro, R. J., Feltovich, P. J., Jacobson, M. J., & Coulson, R. L. (1992). Cognitive flexibility, constructivism, and hypertext: Random access instruction for advanced knowledge acquisition in ill- structured domains. In T.M. Duffy & D.H. Jonassen (Eds.), Constructivism and the Technology of Instruction: Conversation (pp. 57- 76). Hillsdale, NJ: Lawerence Erlbaum Associates.**
- **Stewart- Brown, S., Tennant, A., Tennant, R., Platt, S., Parkinson, J., & Weich, S. (2009). Internal construct validity of the Warwick- Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): A Rasch analysis using data from the Scottish Health Education Population Survey. Health and Quality of Life Outcomes, 7, 1- 8.**
- **Tamir, M. (2009) What do people want to feel and why? Pleasure and utility in emotion regulation. Current Directions in Psychological Science, 18, 101- 105.**
- **Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J. ve Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh Mental Well- Being Scale (WEMWBS): Development and UK validation. Health and Quality of Life Outcomes, 5(1), 50- 63. doi: 10.1186/1477- 7525- 5- 63.**
- **Timarova, S., & Salaets, H. (2011). Learning styles, motivation and cognitive fle- xibility in nterpreter training: Self- selection and aptitude. Interpreting, 13, 31- 52.**
- **Van De Ven, R. M., Murre, J. M., Buitenweg, J. I., Veltman, D. J., Aaronson, J. A., Nijboer, T. C.,... & Schmand, B. (2017). The influence of computer- based cognitive flexibility training on subjective cognitive well-being after stroke: A multi- center randomized controlled trial. Plos One, 12(11), e0187582.**

- **Wallace, B. A., & Shapiro, S. (2006). Mental balance and well-being: Building bridges between Buddhism and western psychology. American Psychologist,61(7), 690–701.**
- **Wang, H., Hall, N. C., and Rahimi, S. (2015). Self- efficacy and causal attributions in teachers: effects on burnout, job satisfaction, illness, andquitting intentions. Teach. Teach. Edu. 47, 120–130. doi: 10.1016/j.tate.2014.12.005.**
- **Wang, X., Liu, X., & Feng, T. (2021). The continuous impact of cognitive flexibility on the development of emotion understanding in children aged 4 and 5 years: A longitudinal study. Journal of Experimental Child Psychology, 203, 105018.**
- **World Health Organization Group, (1997) WHOQOL measuring quality of life. Division of mental health and prevention substanceabuse world health organization.**
- **Wu, C. W., Chen, W. W., & Jen, C. H. (2021). Emotional intelligence and cognitive flexibility in the relationship between parenting and subjective well- being. Journal of Adult Development, 28(2), 106- 115.**
- **Zhang, J. H. (2011). Relationship between cognitive flexibility and coping strategies of high school students (Master's Thesis). Hebei University, China. Retriewed from https://search.proquest.com/pqdtglobal/docview/1874541120/107E707 AD3C54AB4PQ/1?accountid=11054.**