

## ملخص لرسالة علمية

### عنوان البحث: استراتيجيات ما وراء المعرفة وعلاقتها بأساليب مواجهة

### الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة في مدينة الحديدية.

اسم الباحثة: أحلام علي ثابت رضوان.

رسالة ماجستير - قسم علم النفس - كلية الآداب - جامعة الحديدية.

المشرف على الرسالة: الدكتور/ عبده سعيد الصنعاني أستاذ التربية الخاصة المساعد - جامعة تعز.

تمت المناقشة: يوم الاثنين الموافق ٢٠/١/٢٠٢٠ م.

هدف هذا البحث إلى التعرف على استراتيجيات ما وراء المعرفة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية الأكثر شيوعاً لدى معلمات التربية الخاصة في مدينة الحديدية، ومعرفة علاقة استراتيجيات ما وراء المعرفة بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة في مدينة الحديدية، ومدى اختلاف العلاقة بين استراتيجيات ما وراء المعرفة بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة في مدينة الحديدية باختلاف (سنوات الخبرة)، والكشف عن مدى اسهام استراتيجيات ما وراء المعرفة في التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة في مدينة الحديدية، ومعرفة الفروق في استراتيجيات ما وراء المعرفة، وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة في مدينة الحديدية، وفقاً لمتغيري (العمر، وسنوات الخبرة)

ولتحقيق هذه الأهداف قامت الباحثة بإعداد مقياسين هما: مقياس استراتيجيات ما وراء المعرفة، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، وطبق المقياسين على عينة البحث البالغ عددها (136) معلمة من معلمات التربية الخاصة في مدينة الحديدية، تم اختيارهن بطريقة عشوائية بسيطة من المجتمع الأصلي للبحث، واستخدمت الباحثة في هذا البحث العديد من الأساليب الإحصائية، وهي: (الفأ كرونباخ) المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والأوزان المئوية، ومعامل ارتباط (بيرسون)، وقيم (Z)، وتحليل الانحدار المتعدد المعياري، وتحليل التباين الثنائي والأحادي، واختبار (LSD)، واختبار (Scheffe).

وتوصلت النتائج إلى أن استراتيجيات ما وراء المعرفة لدى معلمات التربية الخاصة تترتب من الأعلى إلى الأدنى كالاتي: المراقبة، ثم الوعي، ثم التقييم، ثم التخطيط، ثم التحكم، وأن أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة تترتب من الأعلى إلى الأدنى كالاتي: التمرکز على حل المشكلة، ثم الرجوع للدين، ثم التفريغ الانفعالي، ثم طلب الدعم والمساندة، ثم التجنب والانسحاب، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباط إيجابية (ضعيفة) دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لاستراتيجيات ما وراء المعرفة والدرجة الكلية لأساليب مواجهة الضغوط النفسية، كما توجد علاقة ارتباط إيجابية (ضعيفة) بين جميع مجالات استراتيجيات ما وراء المعرفة والدرجة الكلية لأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمات التربية الخاصة في مدينة الحديدة، وأن علاقة استراتيجيات ما وراء المعرفة بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لا تختلف، وفقاً لاختلاف سنوات الخبرة، كما كشفت النتائج أن استراتيجيات ما وراء المعرفة أسهمت بالتنبؤ بأسلوب التمرکز على حل المشكلة لدى معلمات التربية الخاصة، وأن استراتيجية الوعي هي الاستراتيجية الأكثر إسهاماً في التنبؤ بأسلوب حل المشكلة، تليها استراتيجيتي المراقبة، والتقييم، ثم استراتيجيتي التحكم، والتخطيط، وكشفت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمات التربية الخاصة، في استراتيجيات ما وراء المعرفة، وأساليب مواجهة الضغوط النفسية، وفقاً لمتغير سنوات الخبرة: (٥ سنوات فأقل، وأكثر من ٥ سنوات)، كما لا توجد فروق بين معلمات التربية الخاصة في استراتيجيات التخطيط، والتحكم، والمراقبة، والتقييم، وفي الدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات ما وراء المعرفة، وفقاً لمتغير العمر، بينما وجدت فروق في استراتيجية الوعي في اتجاه المعلمات اللاتي أعمارهن (٣٠ - ٣٩ سنة)، كما لا توجد فروق بين معلمات التربية الخاصة في أسلوب التجنب والانسحاب، وأسلوب التفريغ الانفعالي، وأسلوب الرجوع للدين، وفقاً لمتغير العمر، بينما وجدت الفروق في أسلوب التمرکز على حل المشكلة، وأسلوب طلب الدعم والمساندة، وفي الدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، حيث كانت الفروق في أسلوب التمرکز على حل المشكلة في اتجاه المعلمات اللاتي أعمارهن (الأقل من ٣٠ سنة)، بينما كانت الفروق في طلب الدعم والمساندة، والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية في اتجاه المعلمات

اللاتي أعمارهن: (أقل من ٣٠ سنة) و(٣٠ - ٣٩ سنة)، كما أظهرت النتائج وجود تفاعل بين العمر وسنوات الخبرة في أسلوب التجنب والانسحاب، وأسلوب التفريغ الانفعالي لدى معلمات التربية الخاصة في اتجاه المعلمات اللاتي أعمارهن: (الأقل من ٣٠ سنة) ولهن خبرة (أكثر من ٥ سنوات).